



Motivation für eine Teilnahme:

In der Gruppe begegnen wir **UNS** mit Freundlichkeit und Respekt. Der Mensch mit seinen Bedürfnissen steht im Mittelpunkt.



Ungeachtet aller Schwierigkeiten und Unsicherheiten gehen wir mit einem Ja durch diese Welt, arbeiten an uns und lassen Hoffnung und Stärke in **UNS** wachsen.

«Was während der Meetings besprochen wird bleibt in der Gruppe!»

Mit UNS ohne Alkohol

Scham	Zufriedenheit
Filmriss	Unabhängigkeit
Beziehungsprobleme	Achtsamkeit
Jobverlust	Lebensqualität
Führerscheinentzug	Selbstliebe
Abhängigkeit	Selbstwert
Unfälle	Karriere
Verlust	Klarheit
Vereinsamung	Liebe
Krankheiten	Harmonie
Übelkeit	Soziale Kontakte
Kater	Zuverlässigkeit
Agressionen	Lebensfreude
Depressionen	Gesundheit
Unzuverlässigkeit	Gelassenheit
Kontrollverlust	Neuanfang
Ausgrenzung	Selbstbestimmung

Unabhängige
Neue
Selbsthilfegruppe

Die **UNS** richtet sich an Menschen die den Alkohol hinter sich lassen möchten und eingesehen haben, dass kontrolliertes Trinken keine Option ist.

Unser Ziel ist es, ein besseres, freies und selbstbestimmtes Leben durch den Verzicht auf Alkohol zu erreichen.

Wir betrachten Alkoholmissbrauch nicht als isolierte Krankheit, sondern als Folge von Lebensumständen wie z.B. genetischer Dispositionen, Elternhaus, Ängsten, Depressionen, Konflikte in zwischenmenschlichen Beziehungen oder Beruf, Traumata und schwierigen Lebenssituationen.

Wo, wann und wie oft treffen wir uns?

Die Gruppe trifft sich jeden Donnerstag um 18:00 Uhr.

Im Eisenwerk, Malatelier
Industriestr. 21, 8500 Frauenfeld

Bist du interessiert?
Dann melde dich—wir freuen uns!



SELBSTHILFETHURGAU

Selbsthilfezentrum Thurgau

Marktstrasse 26
8570 Weinfelden
E-Mail: info@selbsthilfe-tg.ch
Telefon 071 620 10 00
www.selbsthilfe-tg.ch

Durch unser Wissen und den Austausch unserer Erfahrungen sind wir miteinander verbunden und die Gruppe bietet einen Ort der Genesung und Entfaltung. Die Stärke der Gruppe liegt in der persönlichen Unterstützung und im gegenseitigen Vertrauen.

Die **UNS** vertritt keine bestimmte Lehre oder Religion, Bestimmung oder Botschaft, ist konfessionell und politisch unabhängig, jedoch offen und tolerant gegenüber religiösen sowie spirituellen Themen.

Wir möchten gute Bewusstseinszustände entwickeln, verlieren jedoch nicht die Bodenhaftung. Wir haben den Kopf im Himmel, aber die Füße auf dem Boden.