

Pro Freundeskreis sind zwei Anmeldungen möglich.

Name

Vorname

Straße

PLZ/Ort

Mail

Telefon

Ich besuche den Freundeskreis:

Ort, Datum

☐ Ich erkenne den Inhalt der Ausschreibung verbindlich an und bin einverstanden, dass mein Name, Anschrift und Tel.-Nr. in der Teilnehmerliste erscheint.

Unterschrift:

Alle Seminare setzen psychische Belastbarkeit voraus. Daher ist jeder während des Seminars für das, was er macht, bekommt, gibt und erfährt selbst verantwortlich. Der Veranstalter haftet bei Schadensansprüchen der Teilnehmer oder sonstiger Besucher nicht.

EZ ☐ Anzahl (80- € / Person)

DZ ☐ Anzahl (70,- € / Person)

Ablauf

Freitag 19.09.2025

16:00 – 17:30 Uhr	Anreise
18:00 Uhr	Abendessen
19:00 Uhr	Kennenlernrunde Einführung in das Thema

Samstag 20.09.2025

08:00 Uhr	Frühstück
09:00 Uhr	Arbeitseinheiten m. Pause
12:00 Uhr	Mittagessen
14:00 Uhr	Arbeitseinheiten m. Pause
18:00 Uhr	Abendessen

Sonntag 21.09.2025

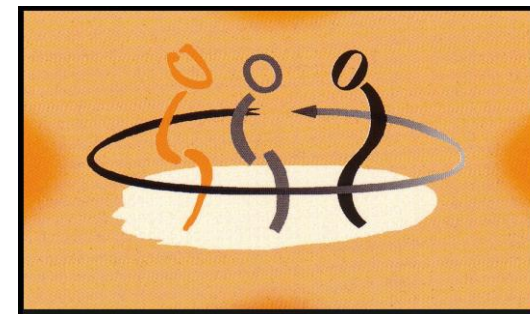
08:00 Uhr	Frühstück
09:00 Uhr	Arbeitseinheit m. Pause Auswertung des Seminars
12:00 Uhr	Mittagessen

Anschließend Abreise
Änderungen vorbehalten

Tagungsstätte
**Bildungszentrum
Heimvolkshochschule Hustedt
Zur Jägerei 81
29229 Celle**

Tel.: 05086 / 9897 - 0

Das Haus ist Rollstuhlgerichtet und verfügt über ein Behinderten Zimmer. Bei Bedarf bitte drei Wochen vor Beginn anfragen.



**Freundeskreise
für Suchtkrankenhilfe
Landesverband Niedersachsen e.V.**

**Seminar
Thema:
„Depressionen, Ängste
Medikamenten –
Abhängigkeit“**

Vom 19.09. – 21.09.2025

Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe
Landesverband Niedersachsen e. V.
Wilhelm März
Wittinger Str.27
29378 Wittingen

Tel.05836/338
E-Mail: w.maertz@t-online.de

Inhalt des Seminares:

Psychische Erkrankungen wie Depressionen und Angststörungen zählen zu den häufigsten Gesundheitsproblemen in unserer Gesellschaft. Häufig werden diese mit Medikamenten wie Antidepressiva, Benzodiazepinen oder Schmerzmittel behandelt – mit dem Risiko einer schleichenden Abhängigkeitsentwicklung.

Dieses Seminar sensibilisiert für die Zusammenhänge zwischen psychischen Belastungen und Medikamentenkonsum.

Es bietet praxisnahe Ansätze zur Prävention und Selbsthilfe.

Seminarinhalte:

Verstehen was passiert

Medikamente als Segen – oder Falle

Alternativen und Wege aus der Abhängigkeit.

Seminarziele:

Aufklärung über Belastungen und Suchtdynamiken

Enttabuisierung, reden über Scham, Angst, Rückfälle.

Erfahrungsaustausch in geschütztem Rahmen.

Entwicklung individueller Strategien, zur Stabilisierung.

Stärkung von Selbstfürsorge und Mut zur Hilfsannahme.

Noch kurz angemerkt

Nur wer der Teilnehmerliste zugestimmt hat, erhält eine Liste vorab. Bitte bei Behinderung den Grad angeben, ist zwingend, drei Wochen vor Beginn notwendig.

Das Haus ist für Rollstühle geeignet.

Referenten des Seminars

Martina Toppe

Organisation

Wilhelm März

Anmeldung

Bitte senden Sie den Anmeldeabschnitt bis zum **05.09.2025** an **Wilhelm März**.

Kosten

Der Teilnahmebeitrag beträgt **70,-- €**.

Kosten für Unterbringung, Verpflegung und Arbeitsmaterial sind darin enthalten.

Einzelzimmer Zuschlag **10.-€**

Bitte überweisen Sie erst nach Eingang der Bestätigung den Teilnahmebetrag.

Landessparkasse zu Oldenburg

IBAN: DE30 2805 0100 0000 7579 55

BIC: SLZODE22XXX

Bei Rücktritt von der Anmeldung nach dem **12.09.2025** müssen wir, falls kein Ersatz gefunden werden kann, **30,-- €** als Ausfallgebühr berechnen. Ist eine Ersatzperson vorhanden, werden **5,-- €** Bearbeitungsgebühr berechnet.

Das Seminar wird mit Mitteln der DRV gefördert

ANMELDUNG

bis zum **05.09.2025** zurücksenden

„Freundeskreise“

Name

Vorname

Straße

PLZ/Ort

Mail

Telefon

Ich besuche den Freundeskreis:

Ort, Datum

☐ Ich erkenne den Inhalt der Ausschreibung verbindlich an und bin einverstanden, dass mein Name, Anschrift und Tel.-Nr. in der Teilnehmerliste erscheint

Unterschrift:

Alle Seminare setzen psychische Belastbarkeit voraus. Daher ist jeder während des Seminars für das, was er macht, bekommt, gibt und erfährt selbst verantwortlich. Der Veranstalter haftet bei Schadensansprüchen der Teilnehmer oder sonstiger Besucher nicht.