

## Leitung

Verantwortlicher Leiter der Suchtarbeit ist **Uwe Grantien**, 1. Vorsitzender der TOTALE OFFENSIVE e.V. und ausgebildeter Suchtkrankenhelfer.

## Termin

Die **offene Selbsthilfegruppe** trifft sich **montags um 19:00 Uhr**.

Persönliche Termine für **Erstgespräche und Einzelangebote** können abgesprochen werden unter:

**Tel:** 040 - 320 24 120

## Kontakt



**ELAS**

Evangelische Landesarbeitsgemeinschaft  
für Suchtkrankenhilfe

**TOTALE OFFENSIVE e.V.**

c/o Anskar-Kirche Hamburg-Mitte  
Vogelweide 10, 22081 Hamburg

**Tel:** 040 - 320 24 120

**E-Mail:** [HSV@totale-offensive.de](mailto:HSV@totale-offensive.de)



**TOTALE OFFENSIVE**



# RAUS AUS DEM ABSEITS!

Offenes Gruppenangebot  
zur Suchtberatung

**ELAS**

Evangelische Landesarbeitsgemein-  
schaft für Suchtkrankenhilfe



## Es ist nicht tragisch,

aus der Lebensbahn geworfen zu werden. Es kann aber viel Leid bedeuten, mit seinen Problemen alleine liegen zu bleiben, statt mit Hilfe anderer wieder aufzustehen.

## Die Freiheit,

die der Glaube an Jesus Christus schenkt, ermöglicht ein Leben weg von zerstörerischen Abhängigkeiten und erniedrigenden Fremdbestimmungen.

## Der neue Lebensweg

führt hin zu einem verantwortlichen Umgang mit sich selbst, den Mitmenschen und Gott – für einen Neuanstoß auf dem Boden von Vergebung und tragfähigem Vertrauen.

## Zielgruppe

Als ehemalige Betroffene bieten wir Menschen, die Schwierigkeiten im Umgang mit Suchtstoffen haben, eine erste Orientierung und weitergehende Hilfestellungen an – ebenso den Angehörigen.

## Angebote

- Erstgespräch und Einzelberatung über Terminabsprache
- Offene Selbsthilfegruppen
- Vermittlung von Seminarveranstaltungen zur Motivation und Stabilisierung des suchtfreien Lebens
- Vermittlung von Langzeit-Therapien

## Ziel

ist es, Betroffenen Hilfen zu geben, um Süchte zu erkennen und davon frei zu werden, sowie Gottes Plan für das eigene Leben zu entdecken. In der Gruppe wird versucht, mit der eigenen Lebensgeschichte konstruktiv und akzeptierend umzugehen. Die Chancen eines suchtfreien Lebens und einer zufriedenen Abstinenz werden in gemeinsamen Gesprächen erarbeitet.

## Hilfe für Angehörige

Wir möchten Angehörigen helfen, Isolation und Vereinsamung zu überwinden.

Ebenso können über den Erfahrungsaustausch neue Wege der Problembewältigung ausprobiert, sowie neues Vertrauen zu Gott und der Umgebung wieder hergestellt werden.

## Hilfestellung

- Tragfähige Beziehungen aufbauen
- Lösungen für Konflikte entwickeln
- Konstruktiv mit Belastungen umgehen
- Ausweitung der Frustrationstoleranz
- Gestaltung des Freizeitbereichs

**Wir laden Dich als Team herzlich ein,  
einen neuen Weg zu finden –  
raus aus dem Abseits!**

