

Suchtfrei leben

Fortbildung für Leiter*innen
von Suchtkrankengruppen

25.09.2021, 10 – 17 Uhr

Evangelische Erwachsenenbildung
Dietrich-Bonhoeffer- Str. 1
38300 Wolfenbüttel
Tel.: 05331 – 802 543
Fax: 05331 – 802 714
E-Mail: eeb.braunschweig@evlka.de
Homepage: www.eeb-braunschweig.de



EVANGELISCHE
ERWACHSENENBILDUNG
NIEDERSACHSEN

Alkohol(abhängigkeit) und Depression

Zwischen Alkoholabhängigkeit und Depression besteht eine unheilvolle wechselseitige Verbindung. Alkoholmissbrauch bzw. Alkoholabhängigkeit kann zu Depressionen führen. Alkoholranke Menschen sind demnach einem erhöhten Risiko für Burnout und Depression ausgesetzt. Umgekehrt versuchen Menschen mit Depressionen mitunter, diese mit der Hilfe von Alkohol zu bekämpfen, um ihre Symptome zu lindern und geraten dadurch in die Abhängigkeit vom Alkohol. Für depressive Menschen fungiert Alkohol als Selbstmedikation, als Tranquilizer, als Spannungs- und Angstlöser. Kurzfristig wird diese Wirkung auch erzielt. Langfristig jedoch entwickelt der Alkohol in Kombination mit latenten depressiven Verstimmungen eine Eigendynamik, die oft in die Sucht führt. Der Alkohol verstärkt sowohl die Überlastungssyndrome als auch depressive Zustände mit der Folge, dass die Betroffenen in einen regelrechten Teufelskreis geraten. Diesem Mechanismus möchten wir im Seminar auf den Grund gehen. Über die Fakten wollen wir aufklären und miteinander besprechen, was man tun kann, um nicht in diese Symptom- und Abhängigkeitsspirale hinein zu geraten, oder was man tun kann, um wieder aus ihr herauszufinden.

Termin: Sa. 25. Sept. 2021,
10.00 – 17.00 Uhr

Ort: St. Thomas im
Heidberg, Bautzenstr.
26, Braunschweig

Leitung: **Beate Theermann,**
Dipl. Pädagogin,
ausgebildete
Suchttherapeutin,
Goslar

Kosten: 22,00 €
(incl. Verpflegung)

Bitte melden Sie sich
bis spätestens 10. Sept. 2021
schriftlich, per Fax oder Mail an!

Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten
Sie eine Anmeldebescheinigung mit
Zahlungshinweis.

Verbindliche Anmeldung

an die
Evangelische Erwachsenenbildung
Dietrich-Bonhoeffer-Str. 1,
38300 Wolfenbüttel
E-Mail: eeb.braunschweig@evlka.de

Titel des Seminars/ der Seminare:

Name: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Ich möchte vegetarisch essen Ja Nein

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die allgemeinen
Geschäftsbedingungen an

Datum: _____

Unterschrift _____