



Thementag

des Fachausschusses Sucht-Selbsthilfe in der LEB

Sucht trifft Depression: Ein kompliziertes Duo

Referentin: Eva Merotto, Psychologin (M.Sc.)

**Bildungsstätte des GBW, Kiebitzstr. 16, 27318 Hoya, am 27. April
2024, Beginn: 10:00 Uhr**

Die Teilnahme ist kostenlos, Getränke und Imbiss 10,00 Euro p.P.

Sucht trifft Depression: Ein kompliziertes Duo

Wie hängen die beiden zusammen?

Manchmal versuchen Leute, ihre Depression mit Alkohol oder Drogen zu bekämpfen – dies kann aber in eine Sucht führen. Andererseits kann langanhaltender Drogenkonsum oder andere Süchte eine Depression auslösen.

Sucht und Depression sind kompliziert und beeinflussen sich gegenseitig. Aber es gibt Hoffnung und viele Möglichkeiten, Hilfe zu bekommen. Es ist wichtig, offen darüber zu reden und frühzeitig Unterstützung zu suchen.

Ein Team aus verschiedenen Experten kann am besten helfen. Es geht ums Ganze – Körper und Seele.

Wichtig ist, dass man früh genug über diese Themen spricht und Hilfe anbietet. Ein gesunder Lebensstil und gute Strategien, um mit Stress umzugehen, sind ebenso wichtig.

Für den LEB- Fachausschuss Sucht-Selbsthilfe lädt zu diesem Thementag ein:

Guttemplerbildungswerk Landesverband Niedersachsen e.V.

Anmeldungen bitte an:

seminare@gbwnds.de

oder

Tel. 01525 6472531 (F. Hauschildt)

