



Themenabend

des Fachausschusses Sucht-Selbsthilfe in der LEB

Sucht trifft Depression: Ein kompliziertes Duo

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

30657 Hannover, Alte Heide 20, am 26. April 2024, Beginn: 18.30 Uhr

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 Fachausschuss Sucht-Selbsthilfe lädt zu diesem Themenabend ein:

Landesverband des Guttemplerbildungswerkes Niedersachsen

Anmeldungen an: Gerrit Mühlbrandt, Tel.: 0511 602660

oder (muehlbrandt.ghw@kabelmail.de)

