



Einladung

Wir machen eine Veranstaltung.

Wir wollen über Genuss-Mittel und Sucht-Mittel sprechen.

Was sind Genuss-Mittel und Sucht-Mittel?

Manche Lebens-Mittel sind Genuss-Mittel.

Diese Lebens-Mittel nimmt man nicht zum satt werden,
sondern weil sie gut schmecken oder ein gutes Gefühl machen.

Genuss-Mittel sind zum Beispiel

- Kaffee
- Schokolade
- Alkohol
- aber auch Tabak oder Zigaretten.

Einige Menschen werden von Genuss-Mitteln abhängig.

Dann fühlen sie sich ohne diese Mittel nicht mehr gut.

Sie denken, sie können ohne diese Mittel nicht mehr leben.

Das nennt man auch süchtig sein.

Viele Menschen merken gar nicht, dass sie süchtig werden.

Weil es immer langsam passiert.

Auch andere Dinge können süchtig machen.

Zum Beispiel

- Medikamente
- Drogen
- Computer spielen
- Internet surfen (das spricht man so: sörfen)

Diese Dinge nennt man auch Sucht-Mittel.

In Kooperation:

bls

Brandenburgische
Landesstelle für
Suchtfragen e. V.



Was machen wir bei unserer Veranstaltung?

Bei unserer Veranstaltung sprechen wir über Genuss-Mittel und Sucht-Mittel.
Wir sprechen über den **selbst bestimmten Umgang** mit diesen Mitteln.

Wir sprechen darüber mit Menschen, die unterstützt werden.

Wir sprechen darüber mit Menschen, die andere Menschen unterstützen.

Am Vormittag gibt es Vorträge in Schwerer Sprache.

Am Nachmittag gibt es auch Arbeits-Gruppen.

Am Ende der Veranstaltung gibt es eine Auswertung der Arbeits-Gruppen.

Wie können Sie mitmachen?

Eine Arbeits-Gruppe ist in Leichter Sprache.

Bei der Arbeits-Gruppe wollen wir mit Ihnen sprechen,
ob Sie **selbst bestimmen können**,

- wie viel Genuss-Mittel Sie essen oder trinken
- welche Genuss-Mittel Sie essen oder trinken
- ob Sie rauchen dürfen wenn Sie wollen
- oder wie lange Sie am Computer sind.

Wir sprechen darüber,

- wer das bei Ihnen entscheidet
- wie Sie das finden
- was Sie dazu vorschlagen.



Wann ist die Veranstaltung?

Am 6. Juli 2016
von 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Wo ist die Veranstaltung?

Hoffbauer Tagungshaus
Hermannswerder 23, 14473 Potsdam

Was kostet die Veranstaltung?

Sie müssen nur Ihr Mittagessen bezahlen.
Alles andere kostet nichts.

Wie können Sie sich anmelden?

Wir haben einen Rückmelde-Bogen.
Den müssen Sie ausfüllen und zurück senden.

Wenn Sie Fragen haben können Sie bei Frau Schütz anrufen:
Telefon: 030 82 09 71 60.

Wir freuen uns auf Sie!

Frau Schütz und Frau Hardeling