



# FREIWILLIG FREI

## Suchtselbsthilfe für junge Menschen

Wir treffen uns regelmäßig,  
um uns gegenseitig  
zu unterstützen, zu helfen  
und unsere Freizeit  
ohne Suchtmittel zu gestalten.

Wir sind offen  
für jeden und alles.

# FREIWILLIG FREI

**Wir sind eine Selbsthilfegruppe für junge suchtkranke oder -gefährdete Menschen sowie deren Angehörige und Freunde.**

**Willkommen ist jeder, auch wer mit dem klinischen Begriff Sucht für sich nichts anfangen kann oder sich einfach unsicher ist; wer reden oder auch nur zuhören möchte.**

**Es bedarf keiner bereits vorhandenen völligen Abstinenz oder Diagnose, um uns zu besuchen.**

## **Der erste Schritt zählt.**

**Treffpunkt ist der Denkraum Siegburg, immer montags um 19 Uhr.**

**Ansprechpartner:**

**Marion**

**0171 / 80 18 136**

**Marion@freiwillig-frei.de**

**Andreas**

**0170 / 30 333 70**

**Andreas@freiwillig-frei.de**

**Ihr findet uns hier:  
Haufeld 2a  
53721 Siegburg**



**www.freiwillig-frei.de**



BELASTUNG PERSPEKTIVE  
JOBSTUDIUM TRÄUME ZUKUNFT  
GESUNDHEIT HOFFNUNG ZUSAMMENHALT  
ERWARTUNG... ANGST ABWEHR PANIK  
EINSCHRÄNKUNG GEWALT ICH  
SUCHT PARTNER AUSBILDUNG  
VERDRÄNGUNG NEUGIER FREUNDE  
WEGE MEINUNG ZUVERSICHT FREUDE  
STRESS MACHT LIEBE LOSLASSEN  
PRIVAT VERSAGEN EINSAMKEIT NOTEN  
ERFOLG SORGE STILLE UNTERSCHIED  
ANERKENNUNG FREIHEIT FAMILIE  
GRENZEN STOLZ ABLEHNUNG SUCHE  
AUSGEBRANNT ZEIT AGGRESSION  
ERINNERUNG

# FREIWILLIG FREI

## Suchtselbsthilfe für junge Menschen

Wir treffen uns regelmäßig,  
um uns gegenseitig  
zu unterstützen, zu helfen  
und unsere Freizeit  
ohne Suchtmittel zu gestalten.

Wir sind offen  
für jeden und alles.