

Gespreksgroep Alcohol en 55+

Alcohol is niet meer weg te denken uit onze samenleving. Gezelligheid vieren we met een wijntje, biertje of borrel. Maar als je ouder wordt kan je lichaam slechter tegen alcohol en andere middelen.

Minder drinken levert goede resultaten op.

Je voelt je fitter, je slaapt beter, je valt meer af en valt minder snel. Je hebt meer energie en je voelt je ook helderder in je hoofd.

De andere kant is dat moeilijke situaties meer op je afkomen. Het vraagt dan ook veel wilskracht om een patroon te veranderen.

Samen lukt het beter dan alleen. Kom daarom praten in onze gespreksgroep.



Voor wie?

Ervaar je belemmeringen door het gebruik van alcohol of andere middelen en wil je daar verandering in brengen? Een gespreksgroep met allemaal gelijkgestemden kan helpen om dit doel te bereiken.

De gespreksgroep is er voor mensen die elkaar willen steunen, ontmoeten en samen onderzoeken wat er helpt om het alcoholgebruik of het gebruik van andere middelen te verminderen, dan wel te stoppen.

Thema's als zingeving, ontspanning en sociale contacten komen aan bod. Eigen inbreng is welkom maar niet verplicht. De groep vindt wekelijks plaats en een ervaringscoach en professional begeleidt de groep.

Hoe kan je je aanmelden en waar zijn de groepsgesprekken?

- Wanneer: Op de website www.maatschappelijkwerkede.nl lees je wanneer de gespreksgroep plaatsvindt.
- Locatie: Dorpsstraat 25, 6741 AA Lunteren (Honskamp/Opella)
Ingang aan de achterzijde. (coronaproof)
- Kosten: kosteloos
- Aanmelden: info@maatschappelijkwerkede.nl of iriscovery@iriszorg.nl
www.maatschappelijkwerkede.nl
Loop gerust binnen als je je niet hebt aangemeld.
- Tel.nr: 088-784 6206

Meer informatie?

Wil je meer informatie of overleggen of de gespreksgroep bij je past?

Neem dan contact op met maatschappelijk werk Ede. MWE is een samenwerking tussen Stimenz en Opella en te bereiken via info@maatschappelijkwerkede.nl of telefoonnummer 088-784 6206