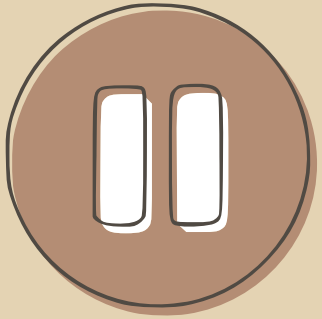
EGAL, WORUM ES GEHT - WIR SIND FÜR DICH DA.

Ohne Zeigefinger. Ohne Vorurteile. Kostenlos.

Du konsumierst selbst und bist Dir unsicher, ob Du ohne klarkommst? Oder Du kennst jemanden, der regelmäßig etwas nimmt und machst Dir Sorgen? Stell uns Deine Fragen und mach doch mal eine PAUSE.



BREAK = PAUSE

WO & WIE

Nach Vereinbarung:

- Im Berufsorientierungszentrum in Ahaus
- In den Beratungsstellen in Ahaus oder Gronau

Bitte melde Dich vorher an, damit wir uns genug Zeit für Dich nehmen können.

KONTAKT

BREAK U25 KLARER SEHEN

Tanja Vormann
Sozialarbeiterin und Sozialpädagogin (B.A.)
Suchtberatungsstelle
Caritasverband im Dekanat Ahaus-Vreden e.V.
Wüllener Straße 80, 48683 Ahaus
Mobil: 0171 / 8131661, Telefon: 02561 / 429140
E-Mail: t.vormann@caritas-ahaus-vreden.de

Chiara Theuring
Sozialarbeiterin und Sozialpädagogin (B.A.)
Sucht- und Drogenberatungsstelle
Diakonie WesT e.V.
Hörster Straße 5, 48599 Gronau
Mobil: 0173 / 5425578, Telefon: 02562 / 70111 66
E-Mail: chiara.theuring@diakonie-west.de

caritas Verband AHAUS VREDEN

Diakonie WesT e.V.

KLAR(ER) SEHEN MIT

BREAK U25 KLARER SEHEN

WICHTIG ZU WISSEN

- **Wir urteilen nicht über Dich.** Niemand sagt Dir, was Du tun oder lassen sollst.
- **Es ist Dein Leben. Deine Entscheidung.** Wir helfen Dir nur dabei, einen klaren Blick darauf zu bekommen.
- **Sucht ist oft nur ein Teil des Ganzen.** Wir reden auch über das Drumherum - Stress, Familie, Druck, Zukunftsängste oder was Dich sonst beschäftigt.

WAS WIR BIETEN

- **Safe Space zum Reden** - alles bleibt unter uns! **Wir haben Schweigepflicht.**
- **Antworten auf Deine Fragen** - Vapes, Mischkonsum, Langzeitfolgen, clean werden - was Du wissen willst.
- **Keine Panik!** - Niemand wird gezwungen aufzuhören. Wir helfen **ohne Druck**, wenn Du etwas ändern willst.
- **Neue Wege und Strategien** - wie Du mit Stress, Gruppenzwang, Druck oder Rückfällen umgehen kannst.
- **Weitervermittlung für Angehörige und Freunde** - Falls Du Dir Sorgen machst, können wir gerne den Kontakt zu passenden Beratungsstellen herstellen.

FRAGEN ZU

Zum Beispiel: Cannabis, Vapes, Baller-Liquid, Alkohol, Lachgas, Amphetamine, Benzodiazepine, Glücksspiel, Medien...

FÜR WEN

Dieses Angebot richtet sich ausschließlich an unter 25-Jährige, die an einer Bildungsmaßnahme teilnehmen oder im SGB II Leistungsbezug sind. Gerne helfen wir Dir aber dabei den für Dich richtigen Ansprechpartner zu finden.
Komm einfach vorbei!

WARUM BREAK U25

Manchmal tut es gut, kurz auf Pause zu drücken - raus aus dem Alltag, einen Moment durchatmen und den Kopf frei bekommen. Genau dafür steht **“Break”**.

Bei uns hast Du die Möglichkeit, Fragen zu stellen, Dir Infos zu holen und Deine Situation klarer zu sehen - ohne Druck, ohne Bewertung.

“Klarer sehen” heißt: Du kannst Dir eine eigene Meinung bilden, neue Perspektiven entdecken und bewusster Entscheidungen treffen. Es bedeutet nicht, dass Du unbedingt auf alles verzichten oder abstinent leben musst. Vielmehr geht es darum, dass Du für Dich erkennst, was Dir guttut - und wie Dein Weg aussehen kann.

Ob Stress, Gruppendruck, Konsum oder einfach das Gefühl, gerade nicht weiterzuwissen - wir bieten Dir einen geschützten Rahmen, in dem Du Unterstützung findest und neue Wege entdecken kannst.

REDEN KOSTET NIX - IGNORIEREN MANCHMAL SCHON !