

Ort: **Hotel am Ringberg- Suhl**

Datum: **20.-22.03.2026**

Status: **Öffentlich-** Mitglieder bevorzugt

Teilnehmergebühr: **60,00 €**

Einzelzimmerzuschlag **40,00€**

Referentin: **Dr. Nina Bürklin**



Thema: Workshop zum Projekt „**Kommt** da noch was?“

Kommt da noch was? Oder „Abstinenz ist nicht alles, aber, ohne Abstinenz ist alles nichts.“

Nach dem Erreichen der Abstinenz stehen viele Suchtkranke vor einer neuen Herausforderung: Der Alltag kehrt ein, das ursprüngliche Ziel – der Verzicht auf Alkohol – ist erreicht, doch es fehlt eine neue Richtung. Es entsteht eine innere Leere, die früher durch das Suchtmittel gefüllt wurde. Viele erleben eine Sinnkrise oder entwickeln Rückfallängste, weil ihnen eine tragfähige Perspektive für ihr abstinentes Leben fehlt.

Folgende Aussagen sind in unserem Freundeskreis gefallen:

- *„IMMER NUR DIE NACKTEN TATSACHEN, das ist aufreibend, kostet Energie. Täglich die volle Breitseite an Meinungen, politischen Geschehen und einer sich mehr und mehr entzweigenden Gesellschaft abzubekommen, ist nicht schön. Da hätte ich gerne eine Sonnenbrille. Doch wie stark muss sie sein, dass ich vieles nicht mehr, aber immer noch genug sehe, um sagen zu können, das Leben ist ohne schöner.“*
- *„Trotz Abstinenz immer noch Ablehnung und Stigmatisierung, das zieht mich runter, die Motivation stirbt. Als „Spaßbremse, Beobachter“ wahrgenommen, bewege mich lieber unter anderen Suchtkranken, weil ich nicht verletzt werden will.“*
- *„Meine Wahrnehmung= in der Gesellschaft war ich Nass beliebter! Zur breiten Masse gehöre ich nicht mehr dazu. Ich habe Angst, mir eines Tages die Frage zu stellen, ob es das wirklich wert war?“*

Das Projekt „Kommt da noch was?“ soll genau hier ansetzen: Es soll helfen, sinnvolle Lebensinhalte in verschiedenen Bereichen zu entdecken und weiterzuentwickeln, um eine stabile und zufriedene Abstinenz zu ermöglichen.

Anmeldung per



info@freundeskreise-sucht-thueringen.de



0176 41797010

Das Projekt wird gefördert durch die

