

Kennen Sie das auch?

Sie freuen sich auf den gemütlichen Abend mit dem Familienmitglied, so, wie sie ihn am Morgen vereinbart haben. Und dann kommen Sie von der Arbeit oder vom Einkaufen nach Hause und müssen feststellen, dass die Person, die Sie versorgen, weil sie zu Ihrer Familie gehört, nicht wirklich ansprechbar ist.

Sie hat zu viel getrunken oder die Einnahme der Pillen selbst bestimmt. Wieder einmal! Und dabei hatten Sie es sich so schön ausgemalt: gemeinsam zu Abend essen, ein wenig zu plaudern, vielleicht noch etwas Geselliges unternehmen.

Und jetzt? Nichts von alledem ist möglich. Und Sie? Sie sind wieder einmal, enttäuscht, frustriert, ratlos, fühlen sich am Ende. Wieder einmal! Und da ist es auch – wieder einmal: dieses „Gefühl von 5 vor zwölf“ ...

Vielleicht ist *jetzt* für Sie der richtige Moment, bei einer der beiden Ansprechpartnerinnen des Projekts **Gesa** anzurufen.

Ihre Ansprechpartnerin:

Wenn Sie das Projekt kennen lernen wollen oder Fragen haben, melden Sie sich gerne und unverbindlich bei einer der unten genannten Adressen:

in Biberach

Daniela Wiedemann
Psychosoziale Beratungsstelle für
Suchtkranke, Suchtgefährdete und
Angehörige
Projekt GESA –
Gesund und selbstbestimmt altern
☎ 07351 / 5005-0
mobil 0160 / 99274426
wiedemann.d@caritas-biberach-
saulgau.de

in Stuttgart

Renate Bock
Bereich Soziale Arbeit
Suchthilfe und Suchtselbsthilfe
☎ 0711 / 2633-1179
bock@caritas-dicvrs.de



Baden-
Württemberg
Stiftung
WIR STIFTEN ZUKUNFT

Ein Projekt der Baden-Württemberg
Stiftung im Rahmen des Programms
„Sucht im Alter 2“.

www.bwstiftung.de



Herausgegeben von:
Bereich Soziale Arbeit
Caritasverband der Diözese
Rottenburg-Stuttgart e.V.
Strombergstraße 11
70188 Stuttgart
www.caritas-rottenburg-stuttgart.de
www.caritas-biberach-saulgau.de

Titelbild und Innenseite: Katrin Müller, Stuttgart
www.mueka.drupalgardens.com
Biberach Stand. April 2016

Gesa
Gesund und
selbstbestimmt
altern

Wenn Suchtverhalten
den Alltag durchkreuzt ...

Caritasverband der
Diözese Rottenburg-Stuttgart e.V.

Ein **Projekt für Angehörige** in der
Caritas Region Biberach-Saulgau

Not sehen und handeln.
Caritas



Gesa

gesund und selbstbestimmt altern

Haben Sie auch schon mal gedacht ...

Wenn ich diese Erfahrung, diesen Frust, diese Verzweiflung nur mit anderen teilen könnte! Mit Menschen, die ein offenes Ohr dafür haben; die vielleicht sogar solche Situationen und Erfahrungen aus ihrem eigenen Zuhause kennen, wo ein älterer Mensch zu viel trinkt oder mehr Beruhigungsmittel einnimmt als nötig.

Wie gut könnte es sein, sich in einem geschützten Raum mit anderen auszutauschen, zu erfahren, dass ich gar nicht allein bin mit meinen Nöten; zu hören, was andere denken und wie sie solche Situationen bewältigen.

Dann ist das Projekt Gesa genau für Sie, denn ...

Es ist uns ein Anliegen, Sie als Angehörige/n eines alternden Menschen in Ihrer belasteten Situation zu erreichen. Wir möchten durch das Projekt gerne erfahren, was Sie sich als Angehörige/r an Entlastung wünschen. Wo drückt der Schuh? Was würde Ihnen weiter helfen?

Das Projekt Gesa bietet nach Bedarf:

- Gruppen für Angehörige von schädlich konsumierenden Familienmitgliedern
- Coaching-Angebote für Angehörigen-gruppen
- Beratungsgespräche für Angehörige
- Beratungsgespräche für Angehörige und schädlich konsumierende Personen
- Selbsthilfe- und Freizeitgruppen für ältere Menschen