

## **Wochenendseminar vom 18.-20.10.2024**

Beginn: Freitag 18.00 Uhr

Anmeldung bis: 06.09.2024

Veranstaltungsort: KSI in Siegburg

TN-Begrenzung: 15 Personen

Referent: Daniel Pfeiffer /Diplom Sozialarbeiter/Suchttherapeut

### **Thema: „Vom „High-way“ runter - hin zur klaren Aussicht“ Hier geht es speziell um „Jüngere Suchtkranke“ und „Polytoxe“**

Durch den Konsum von Amphetaminen, Koks und anderen Partydrogen wurden Körper und Geist auf eine schnelle Reise geschickt. Es konnte durchgefeiert und auch durchgearbeitet werden. Es war kein Problem, denn der Körper war ja gedopt. Schlafen war Luxus. Also befand man sich auf dem Highway. Doch irgendwann machen alle Drogen Probleme. Die Angst erwischt zu werden schwebt immer mit. Die Schulden häufen sich und auch die Familie zeigt wenig Verständnis und wendet sich ab.

- Es läuft die Abwärtsspirale. -

Nun kommt die Herausforderung im klaren Zustand, bewusst und achtsam zu leben. Die Natur zu genießen, Sport in Maßen zu betreiben, einfach runterzufahren und geduldig zu sein.

#### Wir wollen Wege finden:

- Hin von der Quantität zur Qualität im Leben.
- Vom schnellen Handeln zum bewussten Handeln.
- Von vielen Begegnungen zu wertvollen Freundschaften

#### Wir forschen:

- Was ist mir wirklich wichtig?
- Was kann ich gut und möchte es verbessern?
- Für welche Wünsche habe ich mir nie Zeit genommen?
- Was steckt an Träumen in mir und wie kann ich mir sie erfüllen?

#### Wir planen:

- Was kann ich erreichen?
- Wie sieht der Weg dahin aus?
- Welche Voraussetzungen braucht es?
- Wie realistisch ist das Ziel?
- Was steht an erster Stelle?

Wir werden gemeinsam die positiven Seiten der „klaren Aussicht“ erarbeiten.