

Teilnahmegebühr:

Für Mitglieder des BKE	€ 40.-
Für MG aus anderen Suchtselbsthilfe-Verbänden	€ 40.-
Für Interessierte	€ 80.-
Einzelzimmerzuschlag	€ 38.-

Einzelzimmer werden nach Verfügbarkeit vor Ort verteilt

Sparkasse Bochum Linden
IBAN: DE81 4305 0001 0005 3024 01
BIC: WELADED1BOC

Bei den Seminargebühren handelt es sich um vergünstigte Gebühren, die durch die finanzielle Förderung des Landesverbandes und durch Krankenkassenzuschüsse ermöglicht werden. Die reguläre Seminargebühr beträgt € 220,00 pro Person.

Stornogegebühren

Stornogegebühren nach Anmeldung

- ab 8 Wochen
vor Veranstaltungsbeginn € 50.-
- ab 6 Wochen
vor Veranstaltungsbeginn € 83.-
- ab 2 Woche
vor Veranstaltungsbeginn € 149
- am Tag der Veranstaltung € 180.-
pro Person, sofern der Platz nicht anderweitig
belegt werden kann

Widerrufsrecht

Teilnehmende können ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angaben von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Der Widerruf ist schriftlich zu richten an BKE Geschäftsstelle Mathiasstr.13; 44879 Bochum;
mail: g.milewski@bke-nrw.de

Organisatorisches

Verantwortliche Leitung:

Natalie Vanneste
Bildungsreferentin; Dipl. Soz.-Päd.

Referentin:

Melina Struwe
Life- und Kreativcoach

Kursleiterin:

Antje Totzek
Ehrenamtliche Mitarbeiterin BKE

Seminarbeginn:

Freitag 04.04.2025 18.00 Uhr

Seminarende:

Sonntag 06.04.2025 14.30 Uhr

Heimvolkshochschule

„Gottfried Könzgen“
Annaberg 40
45721 Haltern

Anfahrt:

Bahn:
Aus Essen, Recklinghausen, Münster nach Haltern mit RB oder Stadtexpress(425). Von Haltern ca. 35 min Fußweg oder werktags mit Bus 214, 243,490.(Haltestelle Annaberg)

Auto:

aus Richtung Münster von der A 43 Abfahrt „Haltern“ auf die B 58 in Richtung Haltern. Nach 100 m rechts ab.
Aus Richtung Haltern in Richtung Dorsten, Wesel auf der B 58, unmittelbar vor der Auffahrt zur A 43 links abbiegen.

BKE

Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche
Landesverband NRW e.V.
Mathiasstr. 13 | 44879 Bochum
Tel.: 0234 490427 | Fax: 0234 9422241
E-Mail: veranstaltung@bke-nrw.de



SUCHTSELBSTHILFE
BKE



Abstinent- was jetzt?

Seminar für junge Selbsthilfe-Interessierte

04.-06.April 2025



**Evangelische Erwachsenen-
und Familienbildung**



www.bke-nrw.de

Zufrieden abstinent – geht das überhaupt?
Was brauche ich, um mein Leben neu zu strukturieren? Was braucht meine Familie, mein Umfeld, um mit meinem neuen Selbstwert umgehen zu können?

In diesem Seminar widmen wir uns der Frage, wie es nach dem Konsum für uns und unser Umfeld weitergeht.

Das Ziel ist es, uns der Veränderungen bewusst zu werden und uns mit diesen auseinander zu setzen.

In einer Mischung aus theoretischen Inputs und praktischen Übungen bietet das Seminar Raum für Selbsterfahrung und den Austausch in der Gruppe.

Von der Veränderung des Selbstwertgefühls über die neuen Lebensumstände bis zur Ernährung beschäftigen wir uns mit den vielen Facetten, die das Leben in Abstinenz mit sich bringt.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden ermutigt, ihre persönlichen Erfahrungen auszutauschen und voneinander zu lernen.

Dies ist ein wichtiger Schritt, um effektivere Strategien im Umgang mit Sucht und den damit verbundenen Herausforderungen zu entwickeln.



Dieses Seminar ist speziell gedacht für junge Selbsthilfe-Interessierte.

Begleitet von unserer Referentin Melina Struwe. erleben wir ein spannendes und tiefgründiges Wochenende bei dem auch der Spaß nicht zu kurz kommt.

... und nun nichts wie los und anmelden!

Anmeldung unter

<https://bke-suchtselbsthilfe.de/seminarangebote>

Beratung

Natalie Vanneste

n.vanneste@das-bke.de

0234-95808965

Anmeldeschluss 06.02.2025