

NEU!



Deine Selbsthilfegruppe online.

Hilfe für Suchtbetroffene & Angehörige.



KREUZBUND-CHAT

- ✓ Für alle Sucht-Themen offen.
- ✓ Selbsthilfe von Betroffenen für Betroffene.
- ✓ Moderiert durch Betroffene & Angehörige mit langjähriger Selbsthilfe-Erfahrung.
- ✓ Anonym und datengeschützt chatten.
- ✓ Kostenlos nutzbar.
- ✓ Einfach von zu Hause und unterwegs mit Gleichgesinnten austauschen.

Alle Infos & Anmeldung:



kreuzbund.de

Regelmäßige Chat-Zeiten:

- **montags 19 bis 20 Uhr**
- **dienstags 19 bis 20 Uhr**
- **mittwochs 19 bis 20 Uhr**
- **donnerstags 11 bis 12 Uhr**
- **donnerstags 19 bis 20 Uhr (Angehörige)**
- **freitags 19 bis 20 Uhr**
- **am Wochenende sonntags 14tägig, 19 bis 20 Uhr;**
die nächsten Termine sind: 25. Oktober, 8. und 22. November, 6. und 20. Dezember

Weitere spontan angebotene Chat-Zeiten findet Ihr, nachdem Ihr Euch registriert habt in Eurem dann angelegten Profil unter "meine Nachrichten".

Mit diesem nachfolgenden Link kommt ihr direkt zur Eingangsseite des Chats:

<https://beratung.caritas.de/registration.kb-sucht-selbsthilfe.html?aid=1562>

Tipp: für Euren „Benutzernamen“ wählt möglichst Euren Vornamen. Wenn Euer Vorname schon vergeben ist, weil „Joachim“ oder „Marie“ schon vergeben sind, dann fügt eine Zahl hinter Euren Vornamen: Joachim1 oder 2 oder 3 usw. und Marie1 oder 2 oder 3 usw. Es unterhält sich leichter, wenn man einen Vornamen anschreiben kann.

Wichtig: Neues Angebot im Kreuzbund-Chat

Habt Ihr Interesse, einen regionalen Chat anzubieten – für Eure Region, für Euren Stadtverband oder für Eure Gruppe, dann ist das möglich – wir unterstützen Euch! Wendet Euch per Email an
Roland Männer (DV Rottenburg-Stuttgart) roland.maenner@kabelbw.de oder
Joachim Heine (DV Rottenburg-Stuttgart) jheine@gmx.de oder
Michael Tremmel (Bundesverband) tremmel@kreuzbund.de.

Diese Daten brauchen wir:

- **Chat-Bezeichnung: das kann der Name Eures Stadtverbands sein oder der Name Eurer Gruppe**
- **Wochentag** (einmaliges, vierzehntägiges usw. oder regelmäßig wöchentliches Chat-Angebot?)
- **Uhrzeit – von/bis**
- **Ein User/eine Userin sollte vorab bekannt sein, der/die für die Moderation des Chats sorgt.** Wir geben hier auch gern eine kleine Einweisung!

Wir „schließen dann für Euch die Tür auf und wieder zu“
(alles Weitere erklären wir Euch ☺).

Ihr müsst allerdings wissen: Derzeit bieten wir reine Text-Chats an, keine Video-Chats (das wird es in Zukunft aber auch geben); Ihr erkennt Euch in Euren speziellen Chats an Euren Vornamen. Zudem: Derzeit sind unsere Chat-Angebot stets offen – es könnten also auch Neue Eurem Chat hinzutreten. Vielleicht wäre dies auch eine Möglichkeit, einmal „Außenluft“ zu schnuppern.

Keiner kann sagen, wie lange die aktuellen Einschränkungen bestehen bleiben werden. In diesen Zeiten gilt: Es gibt zum Optimismus keine vernünftige Alternative!

Nutzt unser Chat-Angebot und erzählt es weiter! Wir wünschen Euch, dass Ihr gut durch diese Zeit kommt und natürlich auch, dass Ihr mit Euren Gruppenmitgliedern relativ sorgenfrei in die Vorweihnachtszeit starten könnt.

Und: Für weitere Fragen zum Chat stehen wir gern zur Verfügung

Aus Hamm grüßt – auch im Namen der Steuerungsgruppe:
Marie Bischoff / Roland Männer / Joachim Heine

Michael Tremmel