

# OVERWEGINGSGROEP VERSLAVING EN HERSTEL

IEDERE VRIJDAGMIDDAG BIJ CENTRUM KIJKDUIN (15:30 - 16:30u)

## **Ben jij het ook *helemaal spuugzat*? Super! Je bent namelijk niet de enige.**

Met verslaving omgaan is vreselijk moeilijk. Stoppen, minderen of er gewoon maar eens met iemand over praten lijkt misschien wel totaal onmogelijk.

### **Je staat er niet alleen voor!**

De Overwegingsgroep is er voor iedereen die worstelt met een verslaving. Zonder agenda en zonder oordeel. Het maakt niet uit waar je verslaafd aan bent geraakt (drank, drugs, gokken, games, seks of iets anders) of hoe dat gebeurd is. De belangrijkste voorwaarde is dat je openstaat voor herstel.

Leven in herstel (met een verslaving) gaat veel verder dan stoppen met gebruik. Het gaat om terug-, én vooruit kijken. Hoe ga je verder? Wat wil je bereiken? In de groep kun je terecht met vragen en problemen, maar evengoed om te vertellen wat goed gaat en waar je trots op bent. We delen ervaringen, luisteren naar elkaar en bieden elkaar steun.



**Heb je vragen of wil je bij de groep aansluiten? Neem gerust contact op!**  
*Zie je een groepsbijeenkomst (nog) niet zitten? Dan bespreken we graag met je of we op een andere manier wat voor je kunnen betekenen.*

**Erwin de Waard**

**[edewaard@cordaan.nl](mailto:edewaard@cordaan.nl)**

**06-28370265**

**Peter Chu**

**[pchu@cordaan.nl](mailto:pchu@cordaan.nl)**

**06-18409393**

**Odette van der Heijden**

**[ovanderheijden@cordaan.nl](mailto:ovanderheijden@cordaan.nl)**

**06-11875339**