



Finde jetzt deinen  
persönlichen SoberGuide  
[www.soberguides.de](http://www.soberguides.de)



Ermöglicht durch die  
Selbsthilfeförderung der  
**BARMER**

Die SoberGuides sind  
ein Projekt der  
**GUTTEMLER**   
... SELBSTHILFE UND MEHR



[www.soberguides.de](http://www.soberguides.de)



Gesprächsstunden  
Freizeitaktivitäten  
Selbsthilfeangebote

**SoberGuides** helfen dir, deine Suchtprobleme in den Griff zu bekommen. Dazu bieten sie Einzelgespräche und Gruppenaktivitäten über einen längeren Zeitraum an.

**Wenn du Hilfe möchtest, sind die SoberGuides für dich völlig anonym und kostenlos da.**

**Du brauchst Unterstützung?**

Suche dir deinen passenden **SoberGuide** auf [www.soberguides.de](http://www.soberguides.de) aus und kontaktiere ihn einfach.

**SoberGuides** sind geschulte Ehrenamtliche aus der Sucht-Selbsthilfe. Als cleane Süchtige oder Angehörige von Suchtkranken haben sie ihren Weg im Umgang mit dem Thema Sucht gefunden.

Die Angebote sind bundesweit **persönlich, vertraulich, kostenlos und motivierend.**

**Für wen ist das Angebot?**

Das Angebot ist suchtfornunabhängig und richtet sich sowohl an Betroffene als auch an Angehörige.

**Wie kann mir das Angebot helfen?**

Die **SoberGuides** begleiten dich ganz individuell.

Über eMail, Telefon, Chat und Gruppentermine unterstützen dich die **SoberGuides** im Alltag.

