Wir

- unterstützen Betroffene und Angehörige
- begleiten Menschen in ein suchtmittelfreies Leben
- wollen mit den Familien den Suchtkreislauf durchbrechen
- informieren und klären auf
- arbeiten eng mit Beratungsstellen, Entgiftungsstationen und Fachkliniken zusammen
- unterstützen Deine Ideen
- nehmen Dich mit zu Weiterbildungen und Seminare

KONTAKT

„ImPuls“
Walk and Talk Deggendorf
Wir treffen uns 14-tägig

Kontakt:
Thomas Gerlach
Mobil: 0160/99821381
Mail:
gerlacht66@gmail.com
impuls@guttempler-bayern.de www.impuls-selbsthilfe.de

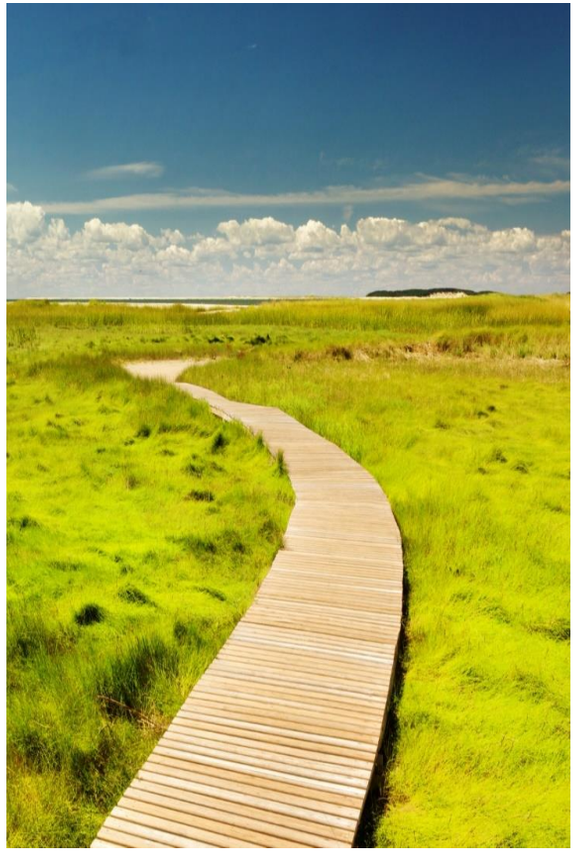
Mitglied im:

DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND

Guttempler in Deutschland - Landesverband Bayern-Thüringen e.V.
90459 Nürnberg, Pillenreuther Str. 46
Tel: 0911 99447211
kontaktstelle@guttempler-bayern-thueringen.de
www.guttempler-bayern-thueringen.de

Gefördert von den gesetzlichen Krankenkassen in Bayern

Der Weg ist das Ziel



ImPuls
Selbsthilfe und mehr

Ziel

Walk and Talk

unterstützt und begleitet Dich auf dem Weg in ein suchtmittelfreies Leben.
Die Bewegung erhöht, unsere Aufmerksamkeit, zudem sind wir in der Lage, Zusammenhänge schneller zu begreifen und die neuen Informationen besser aufzunehmen.
Ziel dieser Konzeption ist im Gehen persönliche Probleme mit anderen Gruppenmitgliedern zu besprechen.

Emotionen

Kennst Du diese Emotionen?
Sie begleiten dich täglich!

„ImPuls“

Walk and Talk

besteht aus netten Menschen, die alle einen Suchthintergrund haben und sich in dieser Selbsthilfegruppe treffen. Mit Bewegung bekommt man den Kopf frei für neue gedankliche Herausforderungen. Neue Wege werden sichtbar, Bewegung erhöht die kognitive Leistungsfähigkeit. Eine kleine Runde um den Bogenbach reicht für ein erfolgreiches Treffen schon aus.
Komm in unsere Walk and Talk Gruppe und öffne Deine Gedanken für Neue Wege und Ziele.