

### Aktionswoche Digital - Suchtselbsthilfe in Thüringen

In der aktuellen Zeit ist das Thema der psychischen Gesundheit vermehrt in den Fokus gerückt. Auch Abhängigkeitserkrankungen und deren Folgen können sehr komplex für betroffene Personen sein. Hierbei sind jedoch meist nicht nur die Personen betroffen, die eine Abhängigkeitsdiagnose erhalten haben. Auch das soziale Umfeld (Freunde, Eltern, Partner und Partnerinnen, Kollegen und Kolleginnen, Lehrer und Lehrerinnen etc.) ist häufig direkt betroffen.

In diesem Zusammenhang stellt die Suchtselbsthilfe eine wesentliche Säule des Suchthilfesystems dar und ist für viele Betroffene eine unentbehrliche Unterstützung auf ihrem Weg zu einer besseren Gesundheit. Sucht erkennen, den ersten Schritt aus der Abhängigkeit zu gehen und passende Angebote zu finden, dafür haben die Landeskontaktstelle für Selbsthilfe Thüringen e. V. (LaKoST) und die Thüringer Landesstelle für Suchtfragen e. V. (TLS) mit der „Aktionswoche digital: Suchtselbsthilfe in Thüringen“ ein vielfältiges Programm rund um das Thema Sucht und Selbsthilfe zusammengestellt. Eingeladen sind alle Interessierten.

In der gesamten Woche gibt es verschiedene digitale Veranstaltungen zu Themen der Suchtselbsthilfe. Es werden zahlreiche Vorträge und Workshops angeboten. Unter anderem können sich Teilnehmende zu Jugendlichen und Glücksspiel, Medienabhängigkeit, Verhaltenssuchten und das Lotsennetzwerk der Suchtselbsthilfe informieren und mit Expertinnen und Experten in Austausch kommen. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Die Aktionswoche findet vom 20.06. bis 26.09.2021 digital statt.

Weitere Informationen und Anmeldemöglichkeiten finden Sie unter:

<https://www.aktionswoche-digital.de>

oder nehmen Sie Kontakt zu uns auf:

Landeskontaktstelle für Selbsthilfe Thüringen e. V.  
E-Mail: [info@selbsthilfe-thueringen.de](mailto:info@selbsthilfe-thueringen.de)



**LaKoST**

Landeskontaktstelle für  
Selbsthilfe Thüringen e.V.