

06. Mai 2021 | JJ e.V. - Suchthilfenzentrum Wiesbaden

Neue Aktion: Fahrräder im Kulturpark Wiesbaden unter dem Motto #einenmonatohne

Ohne was fragst du dich? Na einen Monat ohne das, was dich vielleicht manchmal davon abhält, du zu sein.

Ohne Alkohol, ohne Kiffen, ohne Instagram, ohne Netflix, ohne Pornos, ohne Glücksspiel, ohne Amphetamine, ohne Energydrinks, ohne, ohne...



Und wenn es nicht gleich einen Monat lang klappt, dann fang mit einer Stunde an, mit einem Tag, mit einer Woche! Setz dir dafür zum Beispiel einen Timer

Es geht darum wahrzunehmen, was du brauchst und was dich vielleicht

NEWS
NEWS
NEWS

ablenkt von dem, wer du bist: Schüchtern, traurig, klug, überdreht, gelangweilt, gestresst oder, oder...

Wenn du es rausfinden magst oder bereits rausgefunden hast, brauchst du vielleicht neue Strategien, um mit dir selbst oder deiner Situation klar zu kommen und dazu dienen unsere Impulse, unsere Challenges. Auf jedem Fahrrad im Kulturpark befindet sich eine neue Challenge für dich zum Nachdenken.

Falls du an irgendeinem Punkt Unterstützung brauchst #Wir geben dir RückHaLT!

0611-9004870 #haltwiesbaden

Mo-Do 9:00 bis 17 Uhr und Fr 9:00 bis 15.30 Uhr

#kostenfrei #vertraulich #anonym