



**INFORMATIE over zelfhulpgroepen van gestabiliseerde verslaafden,  
hun familie en omgeving,  
die je kunnen helpen om de verslavingscirkel te doorbreken**

**VOOR VERSLAAFDEN**



**AA** is een gemeenschap waar mensen die hun ervaring, kracht en hoop met elkaar delen om hun gemeenschappelijk probleem op te lossen en anderen te helpen bij het herstel van hun alcoholisme. Ze helpen mensen opnieuw een nuchter leven te leiden, vrijwillig en anoniem.

[www.aavlaanderen.org](http://www.aavlaanderen.org)



**Anonieme Verslaafden /Narcotics Anonymous** is een zelfhulpgroep voor verslavingen aan middelen zoals drugs, medicijnen en alcohol. Zij zijn herstellende verslaafden die regelmatig bij elkaar komen om clean te blijven.

[www.na-belgium.org/nl](http://www.na-belgium.org/nl)



**Project Jongeren** is een initiatief van mensen die ervaring hebben met alcoholproblemen, zelf of in hun omgeving. Ze informeren jongeren over alcoholgebruik en -misbruik. Bij hun anonieme ondervraging in scholen geven 30% van de jongeren aan dat ze ermee geconfronteerd worden in het gezin of in hun omgeving. Persoonlijke gesprekken met de jongeren gebeuren in een neutrale omgeving.

[www.projectjongeren.be](http://www.projectjongeren.be)



**SOS Nuchterheid** is een vrijzinnig en humanistisch zelfzorg-initiatief dat mensen steunt bij het overwinnen van hun problemen met alcohol, drugs, pillen enz. Op hun bijeenkomsten worden ervaringen, mislukkingen en successen gedeeld met anderen. Hun weg naar herstel verloopt zonder strakke programma's of religieuze inspiratie.

[www.sosnuchterheid.org](http://www.sosnuchterheid.org)



**Toxan Zoersel** is een zelfhulpgroep voor allerlei verslavingen, medicamenten in het bijzonder, waarin de leden elkaar helpen om een gemeenschappelijke, vrije en gelukkige levenshouding aan te leren, waarin het streven naar geheelonthouding tegenover alle verslavende middelen, en tegenover medicatieverslaving in het bijzonder, de eerste en belangrijkste regel is.

[www.hulpkompas.be/fiche/toxan-zoersel](http://www.hulpkompas.be/fiche/toxan-zoersel)

### ***VOOR HUN FAMILIE EN OMGEVING***



**Al-Anon en Alateen** zijn gemeenschappen voor familie en vrienden van alcoholisten, die hun ervaring, kracht en hoop delen om hun gezamenlijke problemen op te lossen. Zij geloven dat alcoholisme een gezinsziekte is en dat een verandering van levenshouding van het gezin kan helpen bij het herstel.

[www.al-anonvl.be](http://www.al-anonvl.be)



**Nar-Anon** is een wereldwijde gemeenschap voor families die beïnvloed zijn door verslaving van iemand anders. Via een twaalf stappen programma bieden ze hulp, door het delen van ervaring, kracht en hoop.

[www.naranon.nl](http://www.naranon.nl) (voorlopig nog niet actief in de regio Kempen)



**VOOR IEDEREEN**

**De Contactgroepen Verslaving** zijn er voor mensen, die om gelijk welke reden betrokken zijn bij de complexe verslavingsproblematiek. Zij kunnen elkaar op een laagdrempelige en veilige manier ontmoeten. We werken met de PIKASOL herstel- en vergadermethode van Verslavingskoepel Kempen VZW.

**De Contactgroep voor ouders en omgeving van jongeren met een verslavingsgevoeligheid** richt zich specifiek tot de mensen rondom jongeren met een verslavingsproblematiek, dus naar alle mensen die met hen samenleven: ouders, vrienden, collega's, professionelen... Ook hier streven we naar een laagdrempelige en veilige manier om elkaar te ontmoeten. We gebruiken eveneens de PIKASOL herstel- en vergadermethode van Verslavingskoepel Kempen VZW.

**Deze informatie wordt aangeboden door Verslavingskoepel Kempen VZW die samenwerkt met andere organisaties om de verslavingsproblematiek aan te pakken in de Kempen**

