



**Selbsthilfe-, Kontakt-  
und Beratungsstelle  
Marzahn-Hellersdorf,  
Alt-Marzahn 59A  
12685 Berlin**

Tel.: 542 51 03

Fax: 540 68 85

[selbsthilfe@wuhletal.de](mailto:selbsthilfe@wuhletal.de)

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

[facebook.com/selbsthilfe.marzahnhellersdorf](https://facebook.com/selbsthilfe.marzahnhellersdorf)

Sprechzeiten:

Montag 13:00 – 17:00 Uhr

Dienstag 15:00 – 19:00 Uhr

Freitag 9:00 – 13:00 Uhr

**Alkoholfreies-  
Begegnungs-Centrum  
Alt-Marzahn 54  
12685 Berlin**



**Fahrverbindungen:** Tram M8, 18, Bus 192, 154



**ALKOHOL, DROGEN,  
MEDIKAMENTE**

**HAST DU EIN  
PROBLEM DAMIT?**

**SUCHTSELBSTHILFE-  
GRUPPEN  
IN MARZAHN-  
HELLERSDORF**

**Selbsthilfe-, Kontakt- und  
Beratungsstelle  
Marzahn-Hellersdorf**



- Du suchst Hilfe? Dann komm zu uns in die Selbsthilfe!
- Hier sind Profis aus eigener Erfahrung.
- Hier triffst Du auf Gleichgesinnte.
- Vieles ist möglich!
- Du musst es nur selbst wollen!
- Ruf gleich an und informiere Dich.
- Um eine passende Gruppe zu finden, lass Dich bitte beraten.

## **Ansprechpartner im Büro der SHK:**

Sonja Basener  
Tilmann Pfeiffer

### **Montag**

Medikamentenabhängigkeit	SHK, Raum 3, 17:00 Uhr
Alkohol	SHK, Raum 2, 17:30 Uhr
MPU-Vorbereitung	ABC, Raum 1, 19:00 Uhr
Junge Abstinente	ABC, Raum 2, 17:00 Uhr

### **Dienstag**

Alkohol	SHK, Raum 1, 10:00 Uhr
Frauen und Sucht	ABC, Raum 3, 14:30 Uhr
Angehörigengruppe 1./3. Di.	SHK, Raum 1, 16:30 Uhr
Alkohol	STZ MOSAIK, 18:00 Uhr
Alkohol	SHK, Raum 2, 18:00 Uhr
Glücksspielsucht	ABC, Raum 1, 19:00 Uhr

### **Mittwoch**

Alkohol	ABC, Raum 2, 16:30 Uhr
Alkohol russ. Sucht&Seele	ABC, Raum 1, 17:30 Uhr
Alkohol-Drogen-Angehörige	SHK, Raum 3, 18:00 Uhr
Alkohol	SHK, Raum 2, 18:00 Uhr
BOA-Suchtgruppe	SHK, Raum 1, 19:00 Uhr
Alkohol	ABC, Raum 1, 19:00 Uhr

### **Donnerstag**

Depressionen & Sucht	SHK, Raum 2, 16:00 Uhr
Alkohol	SHK, Raum 3, 16:00 Uhr
Alkohol	SHK, Raum 2, 18:00 Uhr
Alkohol	SHK, Raum 3, 18:00 Uhr
Sucht & Depressionen	STZ MOSAIK, 18:00 Uhr

### **Freitag**

Alkohol	ABC, Raum 1, 18:00 Uhr
Alkohol	ABC, Raum 2, 18:00 Uhr

SHK = Selbsthilfe-Kontakt- Beratungsstelle  
 ABC = Alkoholfreies-Begegnungs-Centrum  
 MOSAIK = Stadtteilzentrum MOSAIK

*Dieser Flyer konnte durch Mittel der Deutschen Rentenversicherung Bund und der GKV finanziert werden.*