

## Selbsthilfegruppen für Menschen mit Suchterkrankungen

### AA - Anonyme Alkoholiker

Informationen zu den AA - Meetings: Telefon: 19295 (Bundesweite Rufnummer)

- |                              |  |
|------------------------------|--|
| <b>Montag, 17.00 Uhr</b>     | BeKoS, Lindenstraße 12a, 26123 Oldenburg<br>ständig offenes Meeting                                      |
| <b>Montag, 19.00 Uhr</b>     | Gesundheitshaus im Klinikum Oldenburg, (Info-Meeting)<br>Rahel-Straus-Straße 10, 26133 Oldenburg         |
| <b>Dienstag, 17.00 Uhr</b>   | BeKoS, Lindenstraße 12a, 26123 Oldenburg   |
| <b>Dienstag, 19.30 Uhr</b>   | Gemeindezentrum, Hartenkamp 18, 26127 Oldenburg<br>Offenes Meeting jeden 1. Dienstag im Monat            |
| <b>Mittwoch, 19.30 Uhr</b>   | Gemeindehaus, Eupener Straße 2-6, 26127 Oldenburg<br>Offenes Meeting jeden letzten Mittwoch im Monat     |
| <b>Donnerstag, 19.30 Uhr</b> | Gemeindehaus, Eupener Straße 2-6, 26127 Oldenburg<br>Offenes Meeting jeden 1. Donnerstag im Monat        |
| <b>Donnerstag, 19.30 Uhr</b> | Gemeindehaus, Peterstraße 27, 26121 Oldenburg<br>Offenes Meeting jeden 4. Donnerstag im Monat            |
| <b>Freitag, 18.00 Uhr</b>    | Gemeindehaus, Harlinger Straße 16, 26121 Oldenburg<br>Blaues Buch-Meeting                                |
| <b>Freitag, 20.00 Uhr</b>    | Gemeindehaus, Pasteurstraße 1, 26133 Oldenburg<br>Offenes Meeting jeden 2. Freitag im Monat              |
| <b>Freitag, 20.00 Uhr</b>    | Gemeindehaus, Bloherfelder Straße 170, 26129 Oldenburg<br>Offenes Meeting jeden letzten Freitag im Monat |
| <b>Samstag, 16.00 Uhr</b>    | Gemeindehaus, Harlinger Straße 16, 26121 Oldenburg   |
| <b>Sonntag, 10.30 Uhr</b>    | Gemeindehaus, Kranbergstraße 7, 26123 Oldenburg<br>Offenes Meeting jeden 1. Sonntag im Monat             |
| <b>Sonntag, 10.45 Uhr</b>    | Gemeindehaus, Langenweg 165, 26125 Oldenburg<br>Offenes Meeting jeden letzten Sonntag im Monat           |
| <b>Sonntag, 18.00 Uhr</b>    | BeKoS, Lindenstraße 12a, 26123 Oldenburg<br>ständig offenes Meeting                                      |

## **Blaues Kreuz**

Selbsthilfegruppe von Betroffenen mit Suchterkrankungen und deren Angehörigen

**Montag, 19.30 Uhr** Gemeindehaus, Peterstraße 27, 26121 Oldenburg  
Kontakt: Thomas Wendt Tel.: 04486 938934

**Donnerstag, 18.00 Uhr** Fachstelle Sucht des Diakonischen Werkes,  
Ofener Straße. 20, 26129 Oldenburg  
Kontakt: Thomas Wendt Tel.: 04486 938934

## **CoDA - Anonyme Co-Abhängige**

**Dienstag, 18.30 Uhr** BeKoS, Lindenstraße 12a, 26123 Oldenburg

## **„Elternkreis - Eltern helfen Eltern“**

suchtgefährdeter und suchtmittelabhängiger Menschen jeden Alters

**1. + 3. Dienstag,  
19.00 Uhr** BeKoS, Lindenstr. 12a, 261213 Oldenburg  
Kontakt: Heike Newton, Tel.: 04403 63520

## **Frauen mit Zuversicht - Alkohol**

**Dienstag** Infos bei der BeKoS, Lindenstraße. 12a, 26123 Oldenburg  
Kontakt: BeKoS Tel.: 0441 884848

## **Freundeskreise** (Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Oldenburg e.V.)

Selbsthilfegruppen für Alkohol- und Medikamentenabhängige und -gefährdete sowie ihre Angehörigen

**Montag, 20.00 Uhr** Fachstelle Sucht des Diakonischen Werkes,  
Ofener Straße 20, 26121 Oldenburg  
Kontakt: Manfred Janssen Tel.: 01754687272

**Dienstag, 19.30 Uhr** Fachstelle Sucht des Diakonischen Werkes,  
Ofener Straße 20, 26121 Oldenburg  
Kontakt: Herr Gröneweg Tel.: 04405 5130

**Donnerstag, 20.00 Uhr** BeKoS e.V., Lindenstraße 12a, 26123 Oldenburg  
Kontakt: Olaf Komandel Tel.: 01756247955

**Freitag, 19.30 Uhr** Fachstelle Sucht des Diakonischen Werkes,  
Ofener Straße 20, 26121 Oldenburg  
Kontakt: Manfred Janssen Tel.: 01754687272

## Guttempler

Die Guttempler sind eine Gemeinschaft bewusst alkoholfrei lebender Menschen, die oft selbst vom Alkohol oder einem sonstigen Suchtmittel abhängig waren.

**Dienstag, 20.00 Uhr** Gemeindehaus, Rauhehorst 17, 26127 Oldenburg  
„Zuversicht“ Kontakt: Kurt Abeln Tel.: 04407 2610

## Klarsicht

Freie Selbsthilfegruppe für ehemalige Suchtmittelabhängige (besonders Alkohol und Medikamente).

**Donnerstag, 19.00 Uhr** Fachstelle Sucht des Diakonischen Werkes,  
Ofener Straße 20, 26121 Oldenburg  
Kontakt: Manfred Andratzke Tel.: 01713825696 oder  
04486 2496

## Kreuzbund

Der Kreuzbund ist eine Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und deren Angehörige.

**Dienstag, 20.00 Uhr** St. Michael, Klingenbergstraße 20, 26133 Oldenburg  
Kontakt: Joachim Thole Tel.: 01705636072

## NA - Narcotics anonymous

Selbsthilfegruppe für Menschen mit stoffgebundenen (legale und illegale Drogen) Süchten

**Freitag, 20.00 Uhr** BeKoS, Lindenstraße 12a, 26123 Oldenburg  
**Sonntag, 17.00 Uhr** Ev. Kirchengemeinde, Christuskirche,  
Harlinger Straße 16

## NA - Farsi

Selbsthilfegruppe für Menschen mit stoffgebundenen (legale und illegale Drogen) Süchten, die Farsi sprechen

**Samstag, 18.30 Uhr** BeKoS, Lindenstraße 12a, 26123 Oldenburg, Raum 3

## OPAL - OPEN-ALKOHOLICS

Interessengemeinschaft gegen Suchtgefahren. Offen für alle, die Probleme mit sich selbst oder Angehörigen im Suchtzusammenhang haben.

**Mittwoch, 19.00 Uhr** BeKoS, Lindenstraße 12a, 26123 Oldenburg  
**alle 2 Wochen** Kontakt: Friedel Oetjens Tel.: 0441 201135  
**ungerade Woche,**

## **real 2.0 - Selbsthilfegruppe für Online-Spiel- und Mediensucht**

Gruppe von Menschen, die den Schwerpunkt ihres Lebens von der virtuellen Welt zurück in die reale Welt verlegen oder bereits verlegt haben.

**Kontakt:** über BeKoS, Lindenstraße 12a, 26123 Oldenburg  
Tel.: 0441 884848

## **Schöne Aussicht - zufrieden trocken bleiben -**

Selbsthilfegruppe trockener Alkoholiker, die nach ihrer Therapie für sich keine geeignete Gruppe gefunden haben. Interessierte sind herzlich willkommen

**Montag, 19.00 Uhr** BeKoS, Lindenstraße 12a, 26123 Oldenburg  
Kontakt: Tel.: 016096529 595

## **Selbsthilfegruppe für Spieler**

**1. Mittwoch,  
19.30 Uhr** Fachstelle Sucht des Diakonischen Werkes,  
Ofener Straße 20, 26121 Oldenburg  
Kontakt: Jan Tel.: 017696629565 oder  
Ralf Tel.: 017663480743

Stand Februar 2020

Zusammengestellt von BeKoS e.V.

Beratungs- und Koordinationsstelle für  
Selbsthilfegruppen e.V.

Lindenstraße 12a, 26123 Oldenburg

Tel.: 0441 – 88 48 48

Fax: 0441 – 88 34 44

info@bekos-oldenburg.de

www.bekos-oldenburg.de

Di - Fr 9-12 Uhr und Mo + Mi 15-19 Uhr

Gebärdensprechstunde über „skype“:

Montag: 16.00 – 18.00 Uhr

Skype-Name: bekos.oldenburg

Spendenkonto

IBAN: DE96 2805 0100 0014 4049 58

BIC: SLZODE22