

Landesverband der Elternkreise Drogenabhängiger und -gefährdeter Niedersachsen e.V.



L E D Landesverband der Elternkreise Drogenabhängiger u. -gefährdeter e.V.
Gruppenstr. 4 · 30159 Hannover

Gruppenstr. 4
30159 Hannover
Telefon (05 11) 39 30 30
Telefax (05 11) 62 97 83
www.led-nds.de
E-Mail: info@led-nds.de

EINLADUNG

Liebe Eltern, liebe Angehörige,

wir laden Sie herzlich zu unserem Wochenendseminar in Geestland (Umbenennung von Bad Bederkesa) ein.
Das Seminar wird vom Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung finanziell unterstützt.

Tagungsort: Evangelisches Bildungszentrum Bad Bederkesa
Alter Postweg 2, 27624 Geestland, Tel.: 04745/9495-0

Termin: Freitag, 04. September 2026, 17.00 Uhr bis Sonntag, 06. September 2026, ca. 14.00 Uhr

Thema: „Wer bin ich eigentlich noch?“

Leitung: Karola Weihe, Therapeutin und Diplom-Sozialpädagogin

Wir alle stehen immer wieder vor herausfordernden Situationen und fragen uns dabei: Wer bin ich eigentlich noch und in welchen Bereichen möchte ich wieder mehr bei mir selbst ankommen oder Neues für mich entdecken?

Gerade als Eltern von suchtkranken oder suchgefährdeten Töchtern und Söhnen kennen wir diese Fragen nur zu gut. Anhaltende Sorge, innere Anspannung sowie Gedanken um Wohnsituation, finanzielle Absicherung, Behördenkontakte und die gesundheitliche Stabilität unserer Kinder prägen unseren Alltag oft über lange Zeit. Hinzu kommen Konflikte, die durch den Suchtmittelkonsum entstehen, das Hoffen darauf, dass Absprachen eingehalten werden, dass das Kind gesund wird oder gesund und stabil bleibt sowie der Umgang mit Rückfällen. In dieser familiären Situation geraten die eigenen Bedürfnisse, die Lebensfreude und das Gefühl innerer Stabilität häufig in den Hintergrund.

An diesem Wochenende wollen wir uns bewusst auf uns selbst zurückbesinnen und uns Zeit für uns nehmen. Wir richten den Blick auf das, was uns Freude macht, Kraft gibt und Halt schenkt und darauf, wie diese stärkenden Bereiche wieder mehr Raum in unserem Leben bekommen können. Aus unserer gestärkten inneren Mitte heraus fällt es leichter, die eigene Situation neu zu betrachten, Grenzen achtsam wahrzunehmen und zu spüren, wo Abgrenzung hilfreich ist und Entlastung möglich wird – Schritt für Schritt und im eigenen Tempo.

Ein achtsamer, vertrauensvoller Austausch in der Gruppe sowie angeleitete Übungen können spürbare Entlastung und neue Perspektiven eröffnen. Die Teilnehmenden lernen Methoden kennen, die sie dabei unterstützen, auch in herausfordernden Situationen ruhiger und sicherer zu bleiben und dem eigenen inneren Kritiker weniger Raum zu geben. Ein Wochenende, um wieder bei sich selbst anzukommen und neue Perspektiven zu entdecken – mit stärkenden Impulsen, die nachhaltig in den Alltag hineinwirken.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, wobei Ihre Anmeldung Berücksichtigung in der Reihenfolge des Eingangs findet. Die Teilnehmergebühr beträgt einschließlich Unterkunft/Verpflegung € 103,- pro Person, Einzelzimmerzuschlag € 12,-. Die Gebühr wird während des Seminars erhoben. Alleinstehende Empfänger von Bürgergeld, Sozialhilfe oder Paare, in denen beide in dieser Situation sind, zahlen nach Vorlage einer entsprechenden Bescheinigung eine verringerte Teilnehmergebühr.

Wegen des Arbeitsaufwandes und der Portokosten verschicken wir keine Anmeldebestätigungen. Sie werden aber von uns innerhalb von acht Werktagen informiert, wenn Ihre Anmeldung wegen Ausbuchung des Seminars keine Berücksichtigung finden kann. Eine Wegbeschreibung und den vorläufigen Programmablauf finden Sie umseitig.

Wir freuen uns sehr, Sie zu unserem Seminar begrüßen zu können!

Mit freundlichen Grüßen
Ursula Schaffhausen
1. Vorsitzende

Programmablauf (vorläufig)

Freitag, 04.09.2026

17.00 Uhr	Anreise
18.00 Uhr	gemeinsames Abendessen
19.00 Uhr	Begrüßung
	Vorstellung der Referentin
	Vorstellung der Teilnehmer/innen
	Einführung in das Seminar

Samstag, 05.09.2026

ab 08.15 Uhr	Frühstück
09.00 - 12.30 Uhr	Seminar (zwischendurch Kaffee-/Teepause)
12.30 - 14.00 Uhr	Mittagspause
14.00 - 18.00 Uhr	Seminar (zwischendurch Kaffee-/Teepause)
18.00 Uhr	Abendessen
ab 19.30 Uhr	gemütliches Beisammensein

Sonntag, 06.09.2026

ab 08.15 Uhr	Frühstück
09.00 - 12.00 Uhr	Seminar (zwischendurch Kaffee-/Teepause)
12.00 - 12.30 Uhr	Abschlussrunde
12.30 Uhr	Mittagessen, danach Stehkaffee und Abreise

Dieses Seminar findet in Kooperation mit dem Ev. Bildungszentrum Bad Bederkesa statt.

Die Anreise mit dem Auto:

über die Autobahn - auf der BAB (A27) Bremen-Cuxhaven
Abfahrt Debstedt/Bad Bederkesa/Geestland (hinter Bremerhaven)

Das Evangelische-Bildungszentrum liegt am Ortsausgang Geestland (Umbenennung von Bad Bederkesa), Richtung Bremervörde/Beverstedt.

Aus Hamburg kommend über die B73.

In Hechthausen über Lamstedt nach Geestland (Umbenennung von Bad Bederkesa).

Mit der Bahn:

bis Bremerhaven Hauptbahnhof, von dort verkehren KVG-Busse (Linie 525) bis „Bad Bederkesa Moor-Therme“.
Weiter per Fuß der Straße „Zum Hasengarten“ in Richtung „An d. Burg“ geradeaus bis zum Kreisverkehr folgen.
Am Kreisverkehr auf die „Gröpelinger Str.“, danach die 5. Straße rechts auf „Alter Postweg“.

