

## FÅ HJÆLP TIL PROBLEMET - OG FÅ RESPEKTEN TILBAGE

### AT DRIKKE FOR MEGET ER KUN TABU INDTIL DU GØR NOGET VED DET

Mange er af den opfattelse, at det er flovt at få hjælp med et alkoholproblem. Men det er faktisk kun flovt eller tabu, så længe drikkeriet står på. Så snart der bliver gjort noget ved problemet, reagerer omverdenen med respekt, anerkendelse og opmuntring. Det kan være svært at tro på, hvis du står midt i det, men bare vent og se.

### DE VED DET ALLIGEVEL

Det er de færreste, som har et problem med alkohol, der formår at holde det hemmeligt. Den nærmeste familie ved det næsten altid, og ofte er det også noget venner og kolleger er klar over. Eller i hvert fald mistænker. Og ALLE vil blive glade, hvis deres mor/far/bror/søster/ven/kollega gør noget ved et alkoholproblem.

### TAG FØRSTE SKRIDT - DU VIL ALDRIG FORTRYDE DET

Det allersværeste for en drikkende eller en pårørende er at anerkende problemet og gøre noget ved det. Det skyldes blandt andet frygten for omverdenens reaktion. Men dem der først har prøvet opmuntringerne, anerkendelsen og klappene på skulderen, ville bare ønske at de havde fået hjælp noget før.

FÅ HJÆLP TIL  
PROBLEMET  
- OG FÅ  
RESPEKTEN  
TILBAGE

### TÆNKER DU PÅ AT TAGE DET FØRSTE SKRIDT?

Så kontakt Alkoholrådgivningen og -behandlingen på tlf. **62 23 66 66**. Telefontid man-tors kl. 8-13 og fre kl. 8-12.

#### Sundhedshuset

Havnegade 118. 2. sal  
5900 Rudkøbing

#### Alkoholrådgivningen og -behandlingen

Sankt Jørgens Vej 15  
5700 Svendborg



LANGELAND  
KOMMUNE

Få mere information på [langelandkommune.dk](http://langelandkommune.dk) - skriv "alkohol" i søgefeltet.

ER

ALKOHOL

ET PROBLEM FOR DIG ?

FÅ GRATIS HJÆLP !



LANGELAND  
KOMMUNE



**ALLE HAR RET TIL GRATIS  
OG PROFESSIONEL  
BEHANDLING**

## VI TILBYDER DIG

### HVAD ER ALKOHLRÅDGIVNING OG ALKOHOLBEHANDLING?

Alkoholrådgivning og alkoholbehandling er et gratis tilbud til dig om at få hjælp til at ændre dine alkoholvaner.

Der er ikke to mennesker, der er ens. Derfor udformes tilbuddet altid efter individuelle behov.

### HJÆLPEN KAN BESTÅ AF:

- Rådgivning om alkoholvaner og alkoholforbrug
- Samtaleterapi evt. sammen med familien
- Afrusning

Tilbuddet planlægges, så du ikke behøver at tage væk fra din dagligdag med eksempelvis job, familie og venner. Alkoholrådgivningen kan være anonym. Det bestemmer du.

- FÅ OVERBLIK OVER DIN SITUATION
- FÅ HJÆLP TIL AT ÆNDRE DIT ALKOHOLFORBRUG
- FÅ OPBAKNING



LANGELAND  
KOMMUNE