



# Mensch.SUCHT.Frieden

## Hilfe für Frauen & Mädchen an der Seite von Alkoholkranken



*Fühlst du dich hilflos, weil jemand,  
den du liebst, zu viel trinkt?*

Vielleicht fühlt es sich an, als würdest du im Nebel gehen, ohne klar zu sehen, ängstlich und angespannt. **Du weißt nicht mehr aus noch ein.** Hast keine Ahnung, ob du dir alles nur einbildest, alles zu eng siehst, oder ob du mit deiner Vermutung, dass dein Angehöriger alkoholkrank ist, richtig liegst? **Dein Kopf rattert unaufhörlich, dein Herz schlägt schneller, und du fühlst dich wie gefangen in einem Labyrinth aus Zweifeln und Angst?**

**Du bist nicht allein!** Gemeinsam finden wir Wege, wie du dir selbst und deinem geliebten Menschen helfen kannst.

### Was sich durch unsere Zusammenarbeit für dich verändert

- Du wirst innerlich ruhig und klar
- Du lernst deine Bedürfnisse ernst zu nehmen und gesunde Grenzen zu setzen
- Du fühlst dich in Beziehungen respektiert und wertgeschätzt
- Du lernst Gefühle anzunehmen und auszudrücken
- Du verspürst mehr Lebensfreude und Leichtigkeit

Psychosoziale Beratung für Frauen und Mädchen an der Seite von alkoholkranken Menschen. Ich biete Einzelberatung online oder in meiner Praxis HERZRAUM in Klagenfurt/Viktring und Workshops. Stärkung findest du in unserer Community.

Sicher, geschützt, vertraulich und 100% verschwiegen.



**Vereinbare ein unverbindliches Infogespräch !**



**Mag. Kathrin Sowa-Mörtl**  
+43 680 1568063

[info@menschsuchtfrieden.com](mailto:info@menschsuchtfrieden.com)  
[www.menschsuchtfrieden.com](http://www.menschsuchtfrieden.com)

