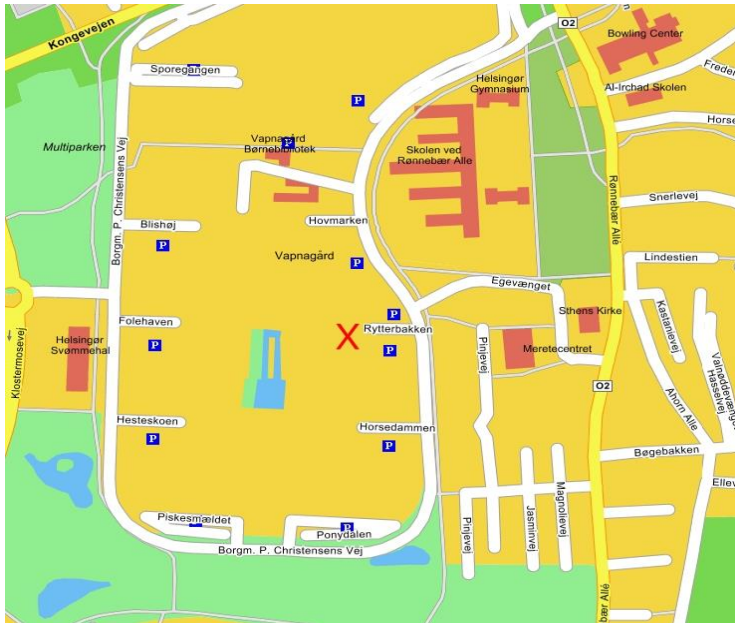


Helsingør Lænken  
Rytterbakken 6 kld. (Vapnagård)  
3000 Helsingør  
Åbent:  
Mandag + torsdag kl. 16-18  
Tlf.: 49 22 13 00  
Mail: [helsingoer@laenzen.dk](mailto:helsingoer@laenzen.dk)



Kopi med tilladelse af Krak.dk

[www.helsingoer.laenzen.dk](http://www.helsingoer.laenzen.dk)



Helsingør Lænken 2020

## Har du brug for et fællesskab uden alkohol?



Foto: Uffe

Har du lyst til at møde andre,  
som har alkoholproblemer  
tæt inde på livet?

Så mød op  
i  
Helsingør Lænken



**Har du problemer med alkohol?**

**Har du spørgsmål om alkohol?**

**Er du pårørende til én, som drikker for meget?**

Lænken i Helsingør kan tilbyde:

- Administration af Antabus.
- Samtaler med frivillige - som selv har været berørt af problemer med alkohol.
- Socialt samvær - nye venner, nye vaner.
- Arrangementer lokalt og sammen med andre Lænke foreninger bla. udflugter, kurser, foredrag og ferier.
- Fællesspisning - mandag og torsdag.

**Lænkens formål**

Foreningen har til formål at støtte den enkelte til at hjælpe sig selv og andre til et liv uden problemer med alkohol.

**Støtte ved frivillige**

Foreningen består af en gruppe frivillige, som selv har haft problemerne tæt inde på livet.

**Kontaktperson:**

I foreningen er der særligt uddannede kontaktpersoner, som har deltaget i Landsforeningen Lænkens interne kurser og derfor er uddannet til at støtte dig. Du er altid velkommen til at henvende dig til en fortrolig snak og kontaktpersonen kan desuden give dig orientering om muligheder for at få supplerende behandling af fagfolk.

**Kontaktpersonen har tavshedspligt.**

**Hvorfor komme i Lænken?**

At skulle ændre alkoholvaner er en stor udfordring. Det kan derfor være hjælpsomt at mødes med andre, som har erfaring med at ruste sig til de fristelser der er i dagligdagen - f.eks.: Drikkepres fra omgivelserne - og "hvad skal jeg sige, når jeg bliver tilbudt alkohol?"

**Dig og dine pårørende:**

Der er mulighed for rådgivning og fællesskab uden alkohol for såvel - den som har alkoholproblemer - som de pårørende.

**Kom forbi og få en kop kaffe!**

**Alle er velkomne!**