



## **Jetzt ist es genug!: Leben ohne Alkohol**



**Download**



**Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Jetzt ist es genug!: Leben ohne Alkohol

*Viktor Sommer*

**Jetzt ist es genug!: Leben ohne Alkohol** Viktor Sommer

 **Download** [Jetzt ist es genug!: Leben ohne Alkohol ...pdf](#)

 **Online lesen** [Jetzt ist es genug!: Leben ohne Alkohol ...pdf](#)

## Downloaden und kostenlos lesen Jetzt ist es genug!: Leben ohne Alkohol Viktor Sommer

---

128 Seiten

### Kurzbeschreibung

Der trockene Alkoholiker Viktor Sommer zeigt, wie der Abschied von der Droge Alkohol gelingen kann. Der Missbrauch von Alkohol macht vor keiner sozialen oder intellektuellen Schranke Halt. Zwar fällt den meisten Betroffenen das ultimative Eingeständnis »Ich bin Alkoholiker« in der Regel sehr schwer, aber nahezu jeder Fünfte hat zumindest von Zeit zu Zeit das Gefühl, zu viel zu trinken. Anders gesagt: Alkoholmissbrauch ist zu einer regelrechten Volkskrankheit geworden. Viktor Sommer, selbst »trockener« Alkoholiker, zeigt auf sehr behutsame und zugleich, ohne zu beschönigen, klare Weise, wie scheinbar harmloser und gesellschaftlich durchaus tolerierter Missbrauch von Alkohol über längere Zeit zu schwersten psychischen und physischen Leiden führt. Und er beschreibt, wie der Abschied von der Droge Alkohol möglich ist: welche durchaus unangenehmen Entzugserscheinungen auftreten können, wie Betroffene damit umgehen lernen, welche Hilfen es dabei gibt und welche enormen Belohnungen der Verzicht auf Alkohol schließlich mit sich bringt. Der Verlag über das Buch

Sommer beschreibt die Entwicklung der Sucht, deckt verhängnisvolle Selbsttäuschungen auf, schildert, welche Folgen jahrelanger Alkoholismus haben kann - bis zum qualvollen Tod. Aber er macht auch Mut, sein Leben wieder selbst in die Hand zu nehmen und die Krankheit zu besiegen. (Berliner Morgenpost) Über den Autor und weitere Mitwirkende

Viktor Sommer, geboren 1962 in Frankfurt, studierte Pädagogik, Geschichte und Anglistik. Er lebt mit seiner Familie in Berlin und ist im Bereich der Erwachsenenbildung tätig.

Download and Read Online Jetzt ist es genug!: Leben ohne Alkohol Viktor Sommer #LFUTOGXIVY7

Lesen Sie Jetzt ist es genug!: Leben ohne Alkohol von Viktor Sommer für online ebookJetzt ist es genug!: Leben ohne Alkohol von Viktor Sommer Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Jetzt ist es genug!: Leben ohne Alkohol von Viktor Sommer Bücher online zu lesen.Online Jetzt ist es genug!: Leben ohne Alkohol von Viktor Sommer ebook PDF herunterladenJetzt ist es genug!: Leben ohne Alkohol von Viktor Sommer DocJetzt ist es genug!: Leben ohne Alkohol von Viktor Sommer MobipocketJetzt ist es genug!: Leben ohne Alkohol von Viktor Sommer EPub