

# Schritte aus der Ohnmacht – Erste Hilfe für Angehörige

11.06.2015 Paulussaal Freiburg  
Willi Vötter, Regio-PSB Freiburg



Evangelische  
Stadtmission  
Freiburg e.V.

# Gliederung

1. Die Situation der Angehörigen
2. Hilfe für Angehörige



Evangelische  
Stadtmission  
Freiburg e.V.

# Erste Hilfe:

1. Eigene Gefühle wahrnehmen
2. Eigene Grenzen ausloten
3. Klares Handeln
4. Abstand gewinnen
5. Hilfe holen - Hoffnung schöpfen
  - Beratungsstellen



Evangelische  
Stadtmission  
Freiburg e.V.

# Suchtberatungsstellen in Freiburg I

„Spezialitäten“ der einzelnen Beratungsstellen im Alkoholbereich:

	<b>AGJ</b>	<b>bwlv</b>	<b>Evangelische Stadtmission</b>	<b>Frauen-Zimmer</b>	<b>AWO</b>
	Suchtberatung Freiburg MAKS	Fachstelle Sucht TagesReha Sucht	Regio-PSB	Suchtberatungsstelle für Frauen und Mädchen	Nachsorgeverbund für Abhängige  (keine PSB)
	Oberau 23 79102 Freiburg  Tel. 20 76 20	Basler Straße 61 79100 Freiburg  Tel. 7 41 12	Lehener Str. 54 A 79106 Freiburg  Tel. 28 58 30-0	Basler Str. 8 79100 Freiburg  Tel. 3 22 11	Torplatz 2 79100 Freiburg  Tel. 2 98 77
Erwachsene, Mädchen, Kinder von Suchtkranken  überwiegend Alkoholabhängige	Betreutes Wohnen  Aufsuchende Arbeit  Sucht im Alter  Angebote für Kinder von suchtkranken Eltern	Sprechstunde für russisch Sprechende  Risiko-Check für Alkoholauffällige  Raucherentwöhnung	Spielsucht  Frühstückstreff  Schnittstelle Beschäftigungsprojekte	Frauen- und mädchen-spezifisch in Frauenräumen  Essstörungen  Begleitete Selbsthilfe	Betreutes Wohnen  MCB-Klientel  Offenes Café für Männer  Freizeitangebote
Angebote (gemeinsam oder im Wechsel nach Absprache)	Führerscheingruppe Sozialberatung in der suchtmedizinischen Tagesklinik (ZfP)			Offenes Café für Frauen	

# Suchtberatungsstellen in Freiburg II

## „Spezialitäten“ der Drogenhilfe:

	<b>AWO</b> <b>&gt;DROBS&lt;</b> incl. aufsuchender Substitutionsbegleitung	<b>AWO</b> <b>&gt;Kontaktladen&lt;</b>
	Faulerstr. 8 79098 Freiburg  Tel.: 3 35 11	Rosastr. 13 79098 Freiburg  Tel.: 3 89 07 70
<b>Jugendliche: jegliche Sucht</b>  <b>Erwachsene: Abhängige von illegalen Drogen</b>	<b>Kinder/Jugend</b>  <b>Systemische Therapie</b>  <b>Schuldnerberatung</b>  <b>Ambulante Behandlung nach § 35BtmG bei Substitution</b>  <b>NADA - Ohrakupunktur</b>  <b>Case-Management</b>  <b>Sprechstunden in Arztpraxen</b>	<b>Kooperation mit Berufsbetreuern</b>  <b>Überlebenshilfe</b>  <b>Hygienische &amp; medizinische Grundversorgung</b>  <b>Arbeitsprojekt Spritzenautomaten</b>  <b>NADA - Ohrakupunktur</b>  <b>Freizeitangebote</b>

# Erste Hilfe:

1. Eigene Gefühle wahrnehmen
2. Eigene Grenzen ausloten
3. Klares Handeln
4. Abstand gewinnen
5. Hilfe holen - Hoffnung schöpfen
  - Beratungsstellen
  - Selbsthilfegruppen



Evangelische  
Stadtmission  
Freiburg e.V.

## Sucht-Selbsthilfegruppen in Freiburg

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>FrauSuchtGespräch</b> <b>SH-Gruppe Frauen</b> 17.00 - 18.30 Uhr Basler Str. 8 info@FrauSuchtGespraech.de	<b>AA</b> 19.30 Uhr Markgrafenstr. 18 Tel.: 19295	Begegnungscafé- Frauencafé 15.00-17.00 Uhr Schauinslandstr. 28 Tel.: 9221 oder 29877	<b>Kreuzbund IV</b> 18.30 Uhr (14-tägig/gerade Wochen) Bozener Str. 6 (St. Peter u. Paul) Tel.: 07665-9325706	<b>AA</b> 19.30 Uhr Markgrafenstr. 18 Tel.: 19295	<b>AA</b> 16.00 Uhr Markgrafenstr. 18 Tel.: 19295	<b>AA</b> 10.00 Uhr Schwarzwaldstr. 78d (Zentr. Oberwiehre „ZO“) Tel.: 19295
<b>FrauRaum/Abstinente Frauen</b> 19.00-20.30 Uhr (1. Montag/Monat) Kartäuserstr. 77 Tel.: 0152 28111601	<b>AL-ANON/Erw. Kinder</b> 19.30 Uhr Lutherkirchstr. 1a (Gemeindezentrum) Tel.: 4098049	„Hummel“ b/w/v SH-Gruppe Frauen 18.00 Uhr (14-tägig) Basler Str. 61 Tel.: 156309-0	Alpha Panthers/ für abstinent orientierte ehem. Drogenabh. 19.00 Uhr Ferdinand-Weiß-Str. 70a („Treffpunkt“) Tel.: 07661-988188	<b>AL-ANON/Angehörige</b> 17.00 Uhr Hebelstr. 27 (Räume des b/w/v) Tel.: 19295	OA/Esssüchtige 16.30 Uhr Talstr. 29 (Heinrich- Hans-Jakob-Haus) Tel.: 2168735	GA/Anonyme Spieler 19.00 – 21.00 Uhr Basler Str. 61 (Victoria-Haus) Tel.: 507477
<b>Kreuzbund I</b> 19.30 Uhr Lutherkirchstr. 1a (Gemeindezentrum) Tel.: 0176-27527472	<b>Blaues Kreuz</b> 20.00 Uhr Lehener Str. 54a Tel.: 77883 / 285830-0	<b>AA</b> 18.30 Uhr Ferdinand-Weiß-Str. 70a Tel.: 19295	<b>AL-ANON/Angehörige</b> 19.30 Uhr Ettenheimer Str. 24 (St. Elisabeth) Tel.: 405361	<b>Blaues Kreuz</b> 19.00 Uhr Lehener Str. 54a Tel.: 77883 Tel.: 285830-0	<b>Al-ANON/Erw. Kinder</b> 17.30 Uhr Schwarzwaldstr. 78d (Zentr. Oberwiehre „ZO“) Tel.: 4098049	<b>AA</b> 19.30 Uhr Markgrafenstr. 18 Tel.: 19295
<b>AA</b> 19.30 Uhr Tennenbacher Str. 38 (Seniorenwohnanlage) 19.30 Uhr Breisacher Str. 119 (Pfarrei St. Josef) Tel.: 19295		<b>Junge Erwachsene (von sucht-                      u./o. psych. kranken Eltern)</b> 19.00 -20.30 Uhr (1. Mittwoch/Monat) Kartäuserstr. 77 Tel.: 33216	<b>AA</b> 19.30 Uhr Hauptstr. 52 (Don-Bosco-Haus) 19.30 Uhr Breisacher Str. 119 (Pfarrei St. Josef) Tel.: 19295	<b>NA/Drogensüchtige</b> 19.00 Uhr Rosastr. 13 (Kontaktladen) Tel.: 01520 9769628		
<b>AL-ANON/Angehörige</b> 19.45 Uhr Prinz-Eugen-Str. 2 (St. Franziskus) Tel.: 405361		<b>OA/Esssüchtige</b> 19.00 Uhr Maria-von-Rudloff-Platz 1 (Maria-Magdalena-Kirche) Tel.: 2168735	<b>GA/Anonyme Spieler</b> 19.30 - 21.30 Uhr Habichtweg 48 (Haus der Begegnung) Tel.: 07665-8088498	<b>Freundeskreis</b> 20.00 Uhr Sulzburger Str. 18 (Mehrgenerationenhaus/ EBS-Weingarten) Tel.: 0160-90392310 Ansprechpartner: Herr Kreft		
„Nie wieder“ 20.00 Uhr Oberau 23 (Suchtberatung Freiburg) Tel.: 4517765		<b>Blaues Kreuz/Angehörige</b> 19.30 Uhr (14-tägig/ungerade Wochen) Lehener Str. 54a Tel.: 77883 oder 2858300	<b>b/w/v SH-Gruppe gemischt</b> 20.00 Uhr Basler Str. 61 Tel.: 156309-0			
<b>Elternselbsthilfe SUCHT</b> Freiburg (2. und 4. Montag im Monat) 20.00 Uhr Oberau 23 (Suchtberatung Freiburg) Tel. 0170-1803640		<b>GAM-ANON/Angehörige</b> 20.00 - 21.45 Uhr (14-tägig/gerade Wochen) Tel.: 507105	Freiburger Gruppe 70 20.00 Uhr Schauinslandstr. 28 (Torbogen) Tel.: 290271			
		<b>b/w/v SH-Gruppe Männer</b> 20.00 Uhr (14-tägig) Basler Str. 61 Tel.: 156309-0				
		<b>GA/Anonyme Spieler</b> 20.00 - 21.45 Uhr Basler Str. 61 (FS des b/w/v, Victoria-Haus) Tel.: 07665-8088498				



**Weitere Selbsthilfegruppen können Sie über die örtlichen Suchtberatungsstellen und über das Selbsthilfebüro unter der Tel. 0761/2168735 erfragen.**

# Schritte aus der Ohnmacht – Erste Hilfe für Angehörige

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



Evangelische  
Stadtmission  
Freiburg e.V.