



Deutsche Hauptstelle  
für Suchtfragen e.V.

# DHS RUNDBRIEF

## SUCHT-SELBSTHILFE

### Ausgabe 1/2024



Liebe Kolleginnen und Kollegen,  
sehr geehrte Damen und Herren,

mit dem Rundbrief Sucht-Selbsthilfe informiert Sie das DHS Referat Nachsorge und Selbsthilfe mehrmals jährlich über Themen und Termine zur Sucht-Selbsthilfe.

---

#### AUS DER DHS

**+++** „Sucht zieht Kreise: Sucht-Selbsthilfe und soziales Umfeld“ – zu diesem spannenden Thema können Sie sich auf der **DHS Sucht-Selbsthilfe Konferenz vom 19.-21. April 2024** umfassend informieren und miteinander austauschen. **Die Konferenz findet erstmals hybrid statt: Die Teilnahme ist vor Ort in Berlin-Erkner oder online möglich.** Es erwartet Sie ein bunter Mix an Vorträgen, Arbeitsgruppen und Gesprächsrunden zu den aktuellen Herausforderungen der Sucht-Selbsthilfe. Im Fokus der Veranstaltung stehen die Auswirkungen von problematischem Suchtmittelkonsum und Suchtverhalten auf Angehörige und nahestehende Personen.

„**Werden Angehörige ausreichend vom Versorgungssystem mit beachtet?**“ – unter dieser Fragestellung steht die einführende Gesprächsrunde am 19. April 2024. In Vorträgen und Arbeitsgruppen erfahren Sie dann im weiteren Verlauf der Konferenz, wie die Sucht-Selbsthilfe Ressource für alle Betroffenen ist – für suchtkranke Menschen sowie für das soziale Umfeld. Diese Stärke gilt es zu nutzen. **Im Fokus stehen dabei Beratungsangebote von Angehörigen für Angehörige, die Kommunikation mit jüngeren Menschen in der Sucht-Selbsthilfe, Beziehungsmuster in suchtblasteten Familien, die Bandbreite der Sucht-Selbsthilfe, mögliche Zugangsbarrieren, zukunftsfähige Angebote der Sucht-Selbsthilfe sowie der sinnvolle Einsatz von Ressourcen mithilfe des CRAFT-Trainings.** Mehr zu den Themenschwerpunkten am zweiten Veranstaltungstag, 20. April 2024, erfahren Sie auf unserer Tagungs-Website.

<https://www.dhs-suchtselbsthilfekonzferenz.de/programm/samstag-20042024>

Mit einem „Markt aus der Praxis für die Praxis“ startet der letzte Konferenztag am 21. April 2024. Engagierte aus der Sucht-Selbsthilfe stellen **Best Practice – Selbsthilfeaktivitäten** vor. Anschließend erfahren Sie in zwei Vorträgen mehr zur geplanten Cannabisregulierung sowie zum Thema „Werbung für Sucht entgegenreten“. <https://www.dhs-suchtselbsthilfekonzferenz.de/programm/sonntag-21042024>

Wir freuen uns auf informative Vorträge, interessante Diskussionen und viel Austausch miteinander. Unser Dank gilt dem BKK Dachverband für die finanzielle Förderung der DHS Sucht-Selbsthilfe Konferenz 2024. **Das komplette Programm und das Anmeldeformular finden Sie auf unserer Tagungs-Website.** <https://www.dhs-suchtselbsthilfekonzferenz.de/> +++

+++ Mit Veranstaltungen vor Ort und online können Sie sich bei der bundesweiten **Aktionswoche Alkohol (AWA)** engagieren. Ziel ist es, eine breite Öffentlichkeit über die Risiken des Alkoholkonsums zu informieren. **Die Präventionskampagne findet vom 08.-16. Juni 2024 statt.** Sie lebt von der Vielfalt der Aktionen und Veranstaltungen in ganz Deutschland. Den *einen* Veranstaltungsort oder das *eine* Veranstaltungsformat gibt es nicht. Die Aktionswoche Alkohol findet dort statt, wo *Sie* sind und als Veranstaltende aktiv werden: Informieren Sie sich über die zahlreichen Möglichkeiten mitzuwirken und sich als Sucht-Selbsthilfegruppe oder Einrichtung, etc. öffentlichkeitswirksam zu präsentieren. Die Plattform <https://www.aktionswoche-alkohol.de> bietet Tipps und Ideen für verschiedenste Veranstaltungsformate. <https://www.aktionswoche-alkohol.de/fuer-veranstaltende/veranstaltungsformate/> Ihre Veranstaltung können Sie mit ein paar Klicks anmelden: <https://www.aktionswoche-alkohol.de/fuer-veranstaltende/anmeldung/> Sie erscheint dann im Veranstaltungskalender <https://www.aktionswoche-alkohol.de/fuer-veranstaltende/veranstaltungskalender-2024/> und berechtigt Sie zur Bestellung der kostenlosen Infomaterialien und Give-aways. Die Aktionswoche Alkohol 2024 wird federführend von der DHS organisiert. Wir danken der DAK-Gesundheit für die finanzielle Förderung! +++

---

## FÜR SIE GESAMMELT

+++ Empfehlungen zum Umgang mit Alkohol des Wissenschaftlichen Kuratoriums der DHS – Veröffentlichung im Oktober 2023 +++  
[https://www.dhs.de/fileadmin/user\\_upload/WK\\_der\\_DHS\\_Empfehlungen\\_zum\\_Umgang\\_mit\\_Alkohol.pdf](https://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/WK_der_DHS_Empfehlungen_zum_Umgang_mit_Alkohol.pdf)

+++ Das Gemeinsame Dienstbüro der AA (Anonyme Alkoholiker Interessengemeinschaft e.V.) ist im Februar nach Berlin umgezogen. Die neue Adresse und Telefonnummer lauten: Frankfurter Allee 40 in 10247 Berlin, Tel.: 030 2062 9820. Die Hotline ist unter 030 206 29 82-12 erreichbar. Weitere Informationen finden Sie auf der AA-Website [www.anonyme-alkoholiker.de](http://www.anonyme-alkoholiker.de). +++

+++ Das Jahresthema im Blauen Kreuz der evangelischen Kirche im Jahr 2024 lautet: „Mutig Liebe leben“. Artikel und Impulse zum Jahresthema finden Sie unter dem folgenden Link: <https://www.blaues-kreuz.de/de/blaues-kreuz/wir-ueber-uns/jahresthemen/jahresthema-2024/> +++

+++ Zahlreiche Medien berichteten zum Dry January – einen Monat ohne Alkohol, der auch in Deutschland mehr und mehr Anklang findet. In der Reihe „Visite“ im NDR-Fernsehen wurde am 09. Januar 2024 ein anschaulicher und klar in der Aussage gestalteter Beitrag im Sinne der neuen Empfehlungen zum Umgang mit Alkohol des Wissenschaftlichen Kuratoriums der DHS gesendet. <https://www.ndr.de/fernsehen/sendungen/visite/Dry-January-Was-bringt-der-Alkoholverzicht,visite23464.html> +++

Neben vielen weiteren Medien berichtete unter anderem auch der WDR zum Dry January und führte dazu ein Interview mit DHS Geschäftsführerin Christina Rummel. <https://www1.wdr.de/nachrichten/alkohol-konsum-dry-january-100.html> +++

+++ Ein neuer Podcast von der Jungen Selbsthilfe „Ratschläge sind auch Schläge“ ist unter dem folgenden Link zu finden:

<https://www.caritas.de/hilfeundberatung/sucht/selbsthilfe-podcast> +++

---

## TERMINE

+++ Verschiedene Kursangebote in Präsenz oder online bietet die Selbsthilfeakademie NRW [https://www.paritaetische-akademie-nrw.de/themen/selbsthilfeakademie-nrw/?utm\\_source=brevo&utm\\_campaign=Februar%202024%20-%20Selbsthilfeakademie&utm\\_medium=email](https://www.paritaetische-akademie-nrw.de/themen/selbsthilfeakademie-nrw/?utm_source=brevo&utm_campaign=Februar%202024%20-%20Selbsthilfeakademie&utm_medium=email) +++

---

Reichen Sie unseren Rundbrief gerne an Interessierte weiter. Für die direkte Zusendung brauchen wir eine kurze Mitteilung mit E-Mail-Adresse an Regina Müller, E-Mail: [mueller@dhs.de](mailto:mueller@dhs.de) oder Tel.: 02381 – 901511.

Ich hoffe, viele von Ihnen bei der Sucht-Selbsthilfe Konferenz in Berlin-Erkner begrüßen zu dürfen.

Bis dahin, eine schöne Zeit wünscht Ihnen

Regina Müller