

# DHS RUNDBRIEF SUCHT-SELBSTHILFE

## Ausgabe 1/2021



Liebe Kolleginnen und Kollegen,  
sehr geehrte Damen und Herren,

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

---

### AUS DER DHS

+++ Im zeitgemäßen Design und mit verbesserter Benutzerfreundlichkeit präsentiert sich die **DHS Website** [www.dhs.de](http://www.dhs.de) nach dem Relaunch. Umfangreiche Informationen zu unserer Arbeit und rund um die Themen Sucht, Suchthilfe und Sucht-Selbsthilfe können Sie nun einfacher und rascher abrufen. +++

+++ Vom 28. - 29. Mai 2021 findet die digitale **DHS Sucht-Selbsthilfe Konferenz „Selbsthilfe dieses Mal digital“** statt. Live-Vorträge und Workshops sollen über die technischen und menschlichen Chancen und Herausforderungen zur Digitalisierung in der Sucht-Selbsthilfe informieren und zum Austausch anregen. Die Konferenz stellt u.a. Good-Practice Angebote vor und gibt einen Überblick zu digitalen Selbsthilfeangeboten auf Europäischer Ebene. Anmeldungen zur Konferenz sind voraussichtlich ab 1. April online möglich. Weitere Informationen dazu finden Sie in Kürze hier [www.dhs.de/unsere-arbeit/veranstaltungen/sucht-selbsthilfekonferenz](http://www.dhs.de/unsere-arbeit/veranstaltungen/sucht-selbsthilfekonferenz) auf unserer Website. +++

+++ Die DHS hat eine Arbeitshilfe **zur Situation von Jugendlichen ab 16 Jahren** und jungen Erwachsenen, die in suchtbelasteten Familien aufwachsen, veröffentlicht. Die Broschüre richtet sich an Fachkräfte und Ehrenamtliche im Sozial-, Gesundheits- und Bildungswesen sowie der Arbeitswelt.

[www.dhs.de/fileadmin/user\\_upload/pdf/Broschueren/Erwachsenwerden\\_in\\_Familien\\_Suchtkranker.pdf](http://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/Broschueren/Erwachsenwerden_in_Familien_Suchtkranker.pdf) +++

+++ Die neu überarbeitete Broschüre **„Riskante Partnerschaft“** richtet sich an Männer. Ein Ratgeber zum „ganz normalen Feierabend-Bier“. Die Publikation wird von der Deutschen Krebshilfe und der Deutschen Krebsgesellschaft gemeinsam mit der DHS herausgegeben. [www.dhs.de/fileadmin/user\\_upload/pdf/Broschueren/Riskante\\_Partnerschaft.pdf](http://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/Broschueren/Riskante_Partnerschaft.pdf) +++

+++ „Prozentrechnung - weniger Alkohol - mehr Gesundheit“ ist eine neue DHS Broschüre über die Auswirkungen des Alkoholkonsums. Insbesondere thematisiert sie das Krebsrisiko, das durch Alkohol nachweislich erhöht ist.

[www.dhs.de/fileadmin/user\\_upload/pdf/Broschueren/Prozentrechnung.pdf](http://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/Broschueren/Prozentrechnung.pdf) +++

+++ Ein Heft über Passiv-Rauchen in Leichter Sprache „Rauchen ist auch für andere riskant“. Kostenfrei zu bestellen unter [www.dhs.de/infomaterial](http://www.dhs.de/infomaterial) +++

+++ Ein Heft über Wasserpfeife-Rauchen in Leichter Sprache „Shisha-Rauchen ist riskant“. Kostenfrei zu bestellen unter [www.dhs.de/infomaterial](http://www.dhs.de/infomaterial) +++

+++ Die DHS Arbeitshilfe „Suchtrisiko bei jungen Migranten - Glücksspielen, Sportwetten, Spielautomaten, Roulette, Online-Glücksspiel“ gibt Antworten auf Schlüsselfragen und Praxishilfen zum interkulturellen Umgang mit (jugendlichen) Betroffenen. Sie richtet sich an Fachkräfte der Integrationshilfen, Ehrenamtliche der Sucht-Selbsthilfe und Angehörige. [www.dhs.de/infomaterial/gluecksspielen-suchtrisiko-bei-jungen-migranten](http://www.dhs.de/infomaterial/gluecksspielen-suchtrisiko-bei-jungen-migranten) +++

+++ Welche Schritte und Maßnahmen braucht es in der Suchtprävention? In der jetzt veröffentlichten **Stellungnahme** „Sucht wirksam vorbeugen: Gesundheitsfördernde und präventive Verhältnisse gestalten“ formuliert die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS) zentrale (Minimal-)Forderungen.

[www.dhs.de/fileadmin/user\\_upload/pdf/dhs-stellungnahmen/Gesundheitsfoerdernde\\_und\\_praeventive\\_Verhaeltnisse\\_gestalten.pdf](http://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/dhs-stellungnahmen/Gesundheitsfoerdernde_und_praeventive_Verhaeltnisse_gestalten.pdf)

+++

---

## FÜR SIE GESAMMELT

+++ **Online-Selbsthilfe für Betroffene:** „mog - Meine Online-Gruppe“ - dieses Format von Selbsthilfegruppen bietet das Blaue Kreuz in der Ev. Kirche - Landesverband NRW e.V. an. Bei mog treffen sich Betroffene, Angehörige und Interessierte per Videokonferenz und tauschen sich über „ihre“ Sucht aus.

[www.mog-bke.de](http://www.mog-bke.de) +++

+++ **Die Anonymen Alkoholiker** bieten mehrere neu eingerichtete Video- und Telefon-Meetings an, um in der Zeit der Kontakteinschränkungen durch die Corona-Pandemie Betroffenen Möglichkeiten zur Gemeinschaft zu geben.

[www.anonyme-alkoholiker.de](http://www.anonyme-alkoholiker.de) +++

+++ Die Homepage von **Narcotics Anonymous** wurde neu gestaltet und informiert dort u. a. in einem Videobeitrag über ihre Arbeit und ihrem Selbstverständnis. Meetings finden Sie auch auf der Internetseite.

<https://narcotics-anonymous.de/> +++

+++ Unter [www.gib-mir-einen-lotsen.de](http://www.gib-mir-einen-lotsen.de) können Hilfesuchende unabhängig vom Standort jemanden per Telefon und/oder Mail erreichen. Ein **Erklärvideo zum Auffinden der Lotsen** findet man unter <https://www.youtube.com/watch?v=Wo3OTknJREo&feature=youtu.be>

+++

+++ Der Kreuzbund-Chat für Betroffene und Angehörige hat seine Chat-Zeiten ausgeweitet. [www.kreuzbund.de/de/chat-fuer-suchtkranke-und-angehoerige.html](http://www.kreuzbund.de/de/chat-fuer-suchtkranke-und-angehoerige.html) +++

+++ Mitglieder der arwed e.V. (Arbeitsgemeinschaft der Rheinisch-Westfälischen Elternkreise drogengefährdeter und abhängiger Menschen e.V. in NRW) produzieren regelmäßig Podcasts **zur Arbeit der ambulanten Suchthilfe aus der Perspektive der Eltern und Angehörigen**. <https://arwed-nrw.de/tagungen-seminare-podcasts/podcasts/> +++

+++ Die Bayerische Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen hat **Apps fürs Handy oder Online-Programme** bei Suchtproblemen zusammengestellt  
[www.bas-muenchen.de/fileadmin/documents/pdf/Publikationen/Papiere/Apps\\_Online-Programme\\_Sucht.pdf](http://www.bas-muenchen.de/fileadmin/documents/pdf/Publikationen/Papiere/Apps_Online-Programme_Sucht.pdf) +++

+++ Ein Beitrag zur „**Bedeutung der Selbsthilfe im Kontext der Corona-Pandemie**“ von Prof. Dr. Frederic Fredersdorf  
[www.nanes.at/wp-content/uploads/2020/05/Expertise\\_Prof.Fredersdorf.pdf](http://www.nanes.at/wp-content/uploads/2020/05/Expertise_Prof.Fredersdorf.pdf) +++

+++ Die NAKOS bietet ein **neues Fachportal mit Informationen** für die beruflichen Aufgaben der Selbsthilfe-Unterstützung an.  
[www.selbsthilfe-unterstuetzen.de](http://www.selbsthilfe-unterstuetzen.de) +++

+++ Hier finden Sie Informationen zu den **Regeln in den Bundesländern** zur Eindämmung der Corona Pandemie  
[www.bundesregierung.de/breg-de/themen/coronavirus/corona-bundeslaender-1745198](http://www.bundesregierung.de/breg-de/themen/coronavirus/corona-bundeslaender-1745198)  
+++

+++ Hilfreiche Tipps von der Aktion Mensch für **Online Aktionen**:  
[www.aktion-mensch.de/was-du-tun-kannst/aktionstag-5-mai/tipps-fuer-deine-online-aktion.html](http://www.aktion-mensch.de/was-du-tun-kannst/aktionstag-5-mai/tipps-fuer-deine-online-aktion.html) +++

+++ Suchthilfe in Zeiten der Corona-Pandemie: **Interviews mit Expertinnen und Experten** aus der ambulanten und stationären Suchthilfe.  
[www.konturen.de/fachbeitraege/suchthilfe-in-zeiten-der-corona-pandemie/](http://www.konturen.de/fachbeitraege/suchthilfe-in-zeiten-der-corona-pandemie/) +++

---

## MATERIALIEN

+++ Was unterscheidet eine Selbsthilfegruppe von einer Familie? Dies und weitere Informationen zur **gesundheitlichen Selbsthilfe** sind in Videos vom Sozialforum Tübingen e.V. dargestellt.  
[www.sozialforum-tuebingen.de/cms--selbsthilfe-/selbsthilfe-migration/selbsthilfe-und-migration-deutsch.html](http://www.sozialforum-tuebingen.de/cms--selbsthilfe-/selbsthilfe-migration/selbsthilfe-und-migration-deutsch.html) +++

+++ Zur Arbeit mit **Kindern aus von Sucht belasteten Familien** ist von blu:prevent ein Praxisbuch erschienen. Inhalte sind u.a.: Hintergrundwissen, Fachwissen und Methoden.  
<https://bluprevent.de/produkt/praxisbuch-zur-arbeit-mit-kindern-aus-suchtfamilien/> +++

---

## TERMINE

+++ Programm 2021 mit **aktiven Sucht-Selbsthilfe-Veranstaltungen** und der Selbsthilfegruppe STEP OUT für junge Suchtkranke des SKM Köln e.V.

[www.gesundheit-sport-erlebnis.de](http://www.gesundheit-sport-erlebnis.de) +++

+++ Eine **Qualifizierte Ausbildung** für die ehrenamtliche Mitarbeit in der Sucht-Selbsthilfe und zum betrieblichen Ansprechpartner\*in in Sucht und Suchtprävention bietet das Diakonische Werk Pfalz an. Zu beide Ausbildungen findet eine **Informationsveranstaltung am 13.03.2021** in Speyer statt. Ansprechpartnerin: Anette Schilling Karmeliterstraße 20, 67346 Speyer [anette.schilling@diakonie-pfalz.de](mailto:anette.schilling@diakonie-pfalz.de) oder Renate Stürmer [renate.stuermer@diakonie-Pfalz.de](mailto:renate.stuermer@diakonie-Pfalz.de), Telefon 06232 664 257 +++

+++ 14. - 20. Februar 2021 **Aktionswoche für Kinder aus Suchtfamilien** „Vergessenen Kindern eine Stimme geben“

[www.coa-aktionswoche.de/](http://www.coa-aktionswoche.de/) +++

---

Reichen Sie unseren Rundbrief gerne an Interessierte weiter. Für die direkte Zusendung brauchen wir eine kurze Mitteilung mit E-Mail-Adresse an Regina Müller, [mueller@dhs.de](mailto:mueller@dhs.de) oder Tel.: 02381 – 9015-11.

Ich wünsche Ihnen vor allem Gesundheit

Regina Müller