



# Jahresbericht 2020 der Suchthilfe Aachen

Suchthilfe Aachen, Hermannstr. 14, 52062 Aachen  
Tel.: 0241/41356128, [www.suchthilfe-aachen.de](http://www.suchthilfe-aachen.de)

## Corona prägt das Jahr

Ein außergewöhnliches und bewegendes Jahr liegt hinter uns, welches sicher allen nachhaltig in Erinnerung bleiben wird. Die Corona-Pandemie hat nicht nur jeden einzelnen persönlich, sondern auch den Klienten und Mitarbeitenden der Suchthilfe Aachen einiges abverlangt. Wir mussten lernen, mit ungewohnten Einschränkungen umzugehen: „Normale“ Gewohnheiten, Angebote und menschliche Nähe sind plötzlich für uns, unsere Klienten und Kooperationspartner keine Selbstverständlichkeit mehr. Das Virus fordert eine neue Arbeits-, Lern-, Lebens- und Alltagsgestaltung. Doch die Pandemie hat gleichzeitig ein enormes Innovationspotenzial bei uns und in der Gesellschaft insgesamt freigesetzt: Virtuelle Meetings, Video- und Telefonberatung, digitale Qualifizierungsangebote, Homeoffice, Walk-and-Talk-Beratungen, „Corona-Mail-Impulse“ oder auch das gemeinsame niedrigschwellige Unterstützungsangebot in den Wintermonaten von Café Plattform und Troddwar – all das hätte sich ohne das Virus sicher nicht so schnell durchgesetzt.

Nie war die Spendenbereitschaft z.B. für Querbeet und die Wunschbaumaktion des Luisenhospitals mit Geschenken für Kinder aus Suchtfamilien größer, nie die Hilfsbereitschaft in der Nachbarschaft ausgeprägter. Dafür sagen wir herzlichen Dank!

## Differenziertes Angebot der Suchthilfe Aachen

**1.138 Menschen mit einer Sucht-, Drogen- oder anderen Problematik sowie 226 Bezugspersonen suchten 2020 mindestens eine der differenzierten Beratungs- und Behandlungsmöglichkeiten in den drei Beratungsstellen unserer Suchthilfe Aachen auf.**

Hierzu gehören:

- die Suchtberatung (mit den Fachbereichen Alkohol, Medikamente, Spiel- und Onlinesucht, Essstörungen) sowie die Fachstelle für Suchtprävention,
- die Jugend- und Drogenberatung mit den zusätzlichen Angeboten Betreutes Wohnen (BeWo) Sucht, Wohngemeinschaft Laurensberg und Psychosoziale Begleitung bei Substitution (PSB),
- die Einrichtung "Feuervogel - Hilfen für Kinder suchtkranker Eltern".

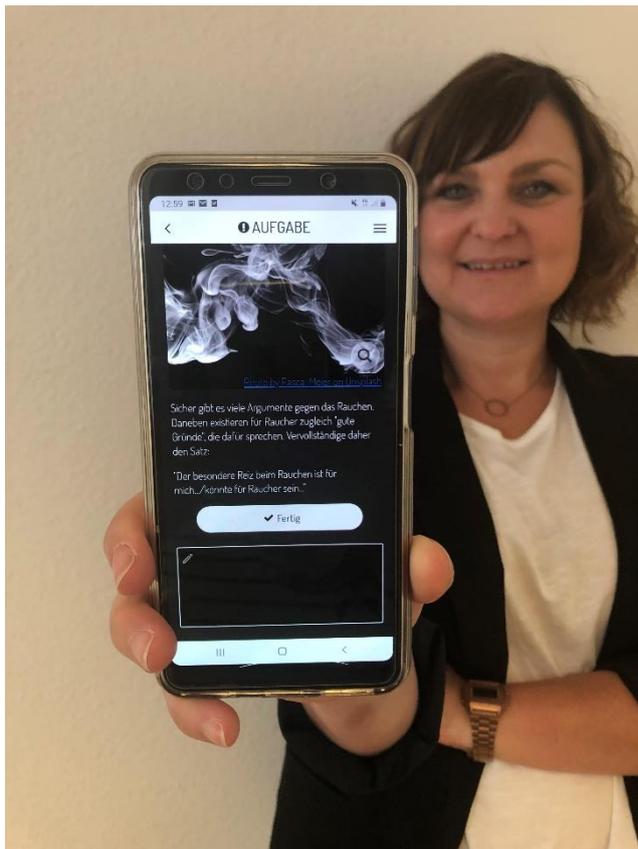
**208 Menschen wurden in der medizinischen Ambulanz und ca. 250 Menschen mit den anderen Angeboten (u.a. Kontaktcafé, Streetwork) von Troddwar - KontaktNetzwerk.Niedrigschwellig betreut. 417 Personen mit Multiplikatorenfunktion und 1.182 Endadressaten wurden mit Maßnahmen der Fachstelle für Suchtprävention erreicht.**

In den Beratungsstellen (ohne medizinische Ambulanz, mit Feuervogel und mit PSB und BeWo Sucht im Kontakt-Café) gab es 2.010 verschiedene Betreuungsprozesse. In der Gesamtzahl sind nicht die betreuten Personen aus dem Kontaktcafé und dem Bereich Streetwork enthalten.

### **„Suchtprävention goes online“**

**Die Corona-Pandemie hat unseren Veranstaltungskalender sowie unsere Außenbesuche ganz schön durcheinandergewirbelt. Einiges konnte unter Einhaltung der Hygieneregeln zum geplanten Datum stattfinden, manches musste verlegt werden, anderes leider komplett ausfallen. Die Kolleginnen der Fachstelle für Suchtprävention führten dennoch 109 Maßnahmen durch und erreichten damit 1.599 Personen – schwerpunktmäßig aus den Settings Schule, Jugendhilfe und -arbeit sowie Betriebe. Davon waren 1.182 Endadressaten sowie 417 Multiplikatoren. Zusätzlich wurden 41 Maßnahmen der Öffentlichkeitsarbeit geleistet.**

Unsere Kernaufgabe, die Entwicklung und Durchführung suchtpreventiver Maßnahmen mit Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen und Multiplikatoren wurde im letzten Jahr auf eine harte Probe gestellt. Schnell wurde deutlich, dass es neben den Präsenzmöglichkeiten auch digitale Lösungen geben muss.



So haben wir beispielsweise für den Weltnichtrauchertag, die Aktionswoche der seelischen Gesundheit sowie zur Ergänzung der Unterrichtsreihe „Check it!“ Actionbounds erstellt. Bei einem Actionbound handelt es sich um ein interaktives, mediales Lernwerkzeug, das mit Hilfe von Smartphone oder Tablet auf spielerische Art Wissen vermittelt und Reflexionen ermöglicht. So ist eine Nutzung als Quiz, Escape-Game oder digital angeleiteter Spaziergang im Homeschooling oder –office möglich.

### **Actionbound: Mit Rätselspaß die Suchthilfe Aachen kennen lernen**

In unseren Einrichtungen wurde eingebrochen. Es stellt sich heraus, dass ein windiger Journalist vermutet, dass ein bekannter Sänger eine Suchtproblematik entwickelt hat und Unterstützung bei der Suchthilfe Aachen sucht. Er bricht ein, um die Akten zu klauen und einen reißerischen Artikel daraus zu verfassen. Doch diese Rechnung geht nicht auf, da Schweigepflicht und Datenschutz wichtige Grundvoraussetzungen in der Suchtarbeit sind. Wie konnte der Einbrecher in das Gebäude gelangen? Wo hat sich der Einbrecher alles aufgehhalten? Welche Spuren hat er hinterlassen? Wird der Täter gefasst?

Durch das Lösen interaktiver Rätseln, wie man sie aus Escape Rooms kennt, folgen die Spieler digital den Spuren des Täters, die sie durch unsere Einrichtungen „Feuervogel - Hilfen für Kinder suchtkranker Eltern“ und der Jugend- und Drogenberatungsstelle führen. Spielerisch werden so Themen wie die Schweigepflicht behandelt, unsere Räumlichkeiten gezeigt und Hemmschwellen abgebaut.

Freigewordene Kapazitäten wurden zudem genutzt, um uns methodisch-didaktisch sowie technisch für Online-Veranstaltungen aufzustellen. Erste digitale Vorträge wurden z.B. zu den Themen „Resilienz – Mit Kraft durch die Corona-Krise“ oder „Gesunde Online-Offline-Balance im Homeoffice“ im Kontext der Betrieblichen Suchtprävention durchgeführt. Ebenso wurden im Verlauf des Jahres 15 Impulse mit hilfreichen Informationen und Gedanken in Zeiten der Pandemie verfasst und an unsere Unternehmenskunden versendet. Alle Impulse wurden auf der Webseite unter „Aktuelles“ veröffentlicht.

Denn durch diese Krise wurde deutlich, wie wichtig die Förderung grundlegender Lebenskompetenzen - für Kinder, Jugendliche und Heranwachsende genauso wie für Erwachsene – aus dem Bereich der Resilienz sind. So konnten die Mitarbeitenden der Unternehmenskunden auch im Homeoffice erreicht und zu den durch Corona entstandenen hochaktuellen Fragen und Hilfsmöglichkeiten informiert werden.

**Weitere Informationen:**

Fachstelle für Suchtprävention, Yvonne Michel, Tel.: 0241/41356130,  
michel@suchthilfe-aachen.de

## Feuervogel – Beständigkeit trotz Lockdown

**Die „Corona-Time“, wie die Kinder den ersten Lockdown im März 2020 nannten sowie weitere Veränderungen haben das Jahr geprägt.**

So wurden Stühle und Tische für die Hygieneauflagen gerückt, selbstgenähte Maskenspenden an unsere Feuervögelchen weitergegeben und Alternativangebote geschaffen.

Hinzu kamen personelle Veränderungen: Unsere langjährige Kollegin und Einrichtungsleitung, Marie Gurr, hat sich in Elternzeit verabschiedet. Für diese Zeit übernimmt nun Matthias Schreiber die Aufgaben der Einrichtungsleitung. Victoria Pieper durften wir als neue Kollegin begrüßen. Sie engagiert sich für den Ausbau und die Erweiterung unserer Einzelfallangebote.



Trotz der Turbulenzen konnten wir unser Gruppenangebot bis auf sechs Wochen im ersten Lockdown aufrechterhalten. Doch auch wenn wir in dieser Zeit kein Gruppenangebot machen durften, standen wir mit Einzelgesprächen, Treffen im Freien und Telefonaten mit den Feuervögelchen in enger Verbindung. Vermehrt wurden auch kreative Möglichkeiten genutzt, um in Kontakt zu bleiben und die Sorgen der Kinder und Eltern zu bearbeiten. Es entstanden „Brieffreundschaften“ und unsere Social-Media-Kanäle bei Facebook und Instagram wurden ausgebaut.

Geplante Ausflüge wurden durch „Corona-freundliche“ Aktionen ersetzt: Eine Radtour durch den Pferdelandpark, ein Trommel-Workshop und eine große Pizza-Back-Aktion wurden von den Kindern dankend angenommen. In den Sommerferien weiteten wir unser Angebot aus und veranstalteten zum ersten Mal einen „offenen Treff“. Wir sind froh, den Kindern und Familien trotz allem in unserer Betreuung ein hohes Maß an Beständigkeit und Zuverlässigkeit anbieten zu können.

**21 Kinder und Jugendliche zwischen 8 und 17 Jahren**  
**4 Gruppen**  
**116 Gruppentreffen**  
**582 gegessene Brötchen**  
**24 betreute Familien**  
**3 „offene Treffs“**  
**3 Ferianausflüge**  
**481 Punkte insgesamt beim Minigolfen im Park**  
**42 geschriebene Briefe an Kinder im ersten Lockdown**

**Weitere Informationen:**

Feuervogel – Hilfen für Kinder suchtkranker Eltern, Matthias Schreiber, Tel.: 0241/41360840, [schreiber@suchthilfe-aachen.de](mailto:schreiber@suchthilfe-aachen.de)

**Corona als Nährboden für Süchte**

Der Konsum von Alkohol ist in Zeiten persönlicher, aber auch gesellschaftlicher Krisen ein bei vielen Menschen gelernter Bewältigungsmechanismus, da er Ängste und Sorgen abmildern, entspannen und beruhigen kann. Gleichzeitig entfallen durch fehlende soziale Aufgaben und Kontrollen - etwa am Arbeitsplatz oder bei persönlichen Kontakten im privaten Umfeld - während des Lockdowns Gründe, nicht zu trinken. Dieser Stress kann riskanten Alkohol- und Tabakkonsum sowie generelles Suchtverhalten fördern, wie aus früheren Epidemien bekannt ist. Diese Gefahr zeigt sich auch in der aktuellen Corona-Pandemie.

„Schon die ‚normalen Konsumenten‘ sind gerade gefährdeter, an Alkoholsucht zu erkranken, weil Corona zu mehr Frustration im Alltag führt und mehr zuhause Alkohol getrunken wird. Wir stellen bei unseren Patienten und Ehemaligen, mit denen wir im Kontakt sind, viele Hochrisikosituationen und/oder Rückfälle fest. Die Menschen bekommen zunehmend mehr Probleme, entwickelnd Gefühle von Angst und Panik, spüren Einsamkeit, Stimmungsschwankungen, Anspannung etc. Für unsere Zielgruppe ist es schwer, diese Gefühle ohne Rückfälle zu regulieren.

Die oft gerade frisch aufgebauten Ressourcen in der Therapie – wie Sportgruppen, Selbsthilfegruppen, soziales Netz, Stellensuche – fallen zum Teil durch Corona weg. Eine Anpassung des Gelernten fällt den Patienten schwer, da sie in ihrer Biografie oft nicht gelernt haben, sich Hilfe und Unterstützung in ihrem Netzwerk zu holen.“ – Ruth Schwalbach, Suchttherapeutin



Gerade in Lockdown-Zeiten war es wichtig, verlässliche Ansprechpartner zu sein. Dazu wurden Möglichkeiten der Video- und Telefonberatungen unter Einhaltung des Datenschutzes sowie Walk'n'Talk-Beratungen eingeführt. Darüber hinaus wurden den Klienten per Mail Impulse mit hilfreichen Tipps zum Umgang mit der Corona-Krise, kleinen Aufgaben sowie Hinweisen zur Rückfallprophylaxe zugesendet. Mit den Lockerungen der Bundesregierung im Mai konnten wir unter Einhaltung der Hygieneregeln unsere Angebote in Einzel- und Gruppengesprächen wieder in Präsenz stattfinden lassen.

Sabine ist 47 Jahre alt und alleinerziehend. Sie hat eine feste Stelle und lebt mit ihren beiden Kindern (11 und 14 Jahre) zusammen. Diese Situation als berufstätige Alleinerziehende ist seit vielen Jahren herausfordernd. Ab und zu trinkt Sabine abends Wein, um herunter zu kommen. Mit Corona häufen sich die Probleme: Ihre Arbeit ist nicht mehr sicher, es droht der Verlust des Arbeitsplatzes. Die Kinder müssen im Lockdown ganztägig zuhause betreut und schulisch unterstützt werden. Es fehlt sowohl den Kindern als auch der Mutter der Ausgleich durch Hobbies wie Sport und sozialen Kontakten, wie die Treffen mit Freundinnen. Die Kinder sind unzufrieden, verbreiten Chaos oder versacken vor dem Computer.

Sabine versucht all dies zu managen, merkt aber, dass sie es zunehmend weniger gut schafft. Sie ist erschöpft, aber auch voller Sorgen. Um abends abzuschalten, trinkt sie immer häufiger und mehr – zunächst eine Flasche Wein, manchmal auch zwei. Als sie merkt, dass es so nicht weitergeht, meldet sie sich bei der Suchthilfe. Dort setzt sie sich mit einer Therapeutin und anderen Betroffenen mit ihrem Alkoholproblem auseinander. Sie versucht, nicht zu trinken – schafft es manchmal, aber nicht immer. Sie fühlt sich in der Frauengruppe verstanden und profitiert von den Erfahrungen und neuen Bewältigungsstrategien der anderen Teilnehmerinnen. Der Halt in der Gruppe ist jetzt noch wichtiger, da private Kontakte sehr beschränkt sind. Sie lernt, sich zu öffnen und Belastungen anzusprechen, statt sie hinunter zu schlucken. So werden die abstinenten Phasen länger. Jetzt hat sie eine ambulante medizinische Rehabilitation Sucht beantragt, weil sie ihre Abstinenz weiter festigen will.

**Weitere Informationen:**

Suchtberatung, Julia Pirwitz, Tel.: 0241/41356118, [pirwitz@suchthilfe-aachen.de](mailto:pirwitz@suchthilfe-aachen.de)

## Von bekannten Diagnosen und neuen Suchtstoffen

Seit Jahren gehört die Diagnose „Cannabisabhängigkeit“ zu den Hauptdiagnosen unserer Jugend- und Drogenberatungsstelle – so auch in 2020. Bereits sehr junge Konsumenten ab 14 Jahren suchten Kontakt zu uns und äußerten den Wunsch, ihr Konsumverhalten zu reduzieren oder ganz abstinenz zu leben. Ganz anders verhält es sich meist bei Jugendlichen mit einem exzessiven Computer-, Handy- und Internetkonsum. Sie sehen häufig lange keinen Grund zur Veränderung – anders als ihre Eltern, die sich sorgen und daher die Beratungsangebote nutzen.



Kurz vor dem ersten Lockdown im März 2020 konnten wir für interessierte Eltern noch einen Informationsabend anbieten und mit ihnen über folgende Fragen diskutieren: Was fasziniert Jugendliche an Medien? Wie viel Medienkonsum ist noch ‚normal‘, wie viel sinnvoll? Wie können Eltern die Computer- und Handynutzung meines Kindes begrenzen?

Zu weiteren Ratsuchenden unserer Einrichtung gehörten Heroinabhängige, die so gut wie alle mit den Opioiden Methadon, Polamidon oder Subutex substituiert werden. Auch Amphetamin- und Kokainabhängige nahmen unsere Angebote vielfach in Anspruch.

Auffällig waren im letzten Jahr die Anfragen von Menschen, die Tilidin und Ketamin konsumieren, vereinzelt auch jungen Konsumenten mit Kontakt zur Substanz Pregabalin.

Was verbirgt sich hinter diesen Stoffen?

**Ketamin** ist ein schmerzstillendes Mittel, das vor allem in der Notfall- und Tiermedizin als Narkosemittel angewendet wird. Aufgrund seiner halluzinogenen Nebenwirkungen wird es auch als Rauschdroge konsumiert. Je nach Dosierung machen die Konsumierenden die Erfahrung, aus dem Körper her austreten zu können oder beschreiben anschließend Nahtoderlebnisse. Hieraus ergibt sich eine erhöhte Unfallgefahr - teils mit fatalen Folgen. Häufiger Konsum soll neben der Gefahr der Abhängigkeit zu Einschränkungen der kognitiven Leistungsfähigkeit, also z. B. des Erinne-

rungsvermögens, bis hin zu psychotischen Symptomen führen. Es kann zu teils unheilbaren Schädigungen im Harntrakt (Harnblase, Nieren) kommen.

**Tilidin** ist ein synthetisches Opioid, das in der Medizin als sehr starkes Schmerzmittel eingesetzt wird. Wie alle Opiate (Morphium, Codein) und Opioide (Heroin, Fentanyl, Methadon) hat es ein sehr hohes Suchtpotential.

Bei kombinierter Einnahme von Tilidin und Alkohol oder Beruhigungsmitteln kommt es zu einer gegenseitigen Verstärkung und Verlängerung der dämpfenden Wirkung auf das Zentralnervensystem. Diese Kombinationen können so stark atemdepressiv (flache, langsame Atmung) wirken, dass es zum Tod durch Atemlähmung kommen kann.

Gerade unter jungen Konsumenten scheint **Pregabalin** beliebter zu werden. Dies ist ein Wirkstoff aus der Gruppe der Antiepileptika. Er wird also zur Therapie von Epilepsie, Neuralgien und generalisierten Angststörungen eingesetzt.

Pregabalin wirkt entspannend (ähnlich wie Benzodiazepine), gleichzeitig kann es bei höheren Dosen auch euphorisieren.

**Weitere Informationen:**

Jugend- und Drogenberatung, Pit Schlimpen, Tel.: 0241/9809225,

[schlimpen@suchthilfe-aachen.de](mailto:schlimpen@suchthilfe-aachen.de)

## **Ungeahnte Herausforderungen im Troddwar**

**Menschen nahe zu bringen, sich an Pandemie bedingte Regeln zu halten, Isolation im eigenen Wohnraum und Kontaktvermeidung gerecht zu werden, stellte (und stellt noch immer) die niedrigschwellige Arbeit im Troddwar vor viele Herausforderungen. Wie sollen beispielsweise Menschen zu Hause bleiben, die keine Wohnung besitzen? Welche Möglichkeiten haben die, die aufgrund ihrer Lebensführung generell vereinsamen, wenn man ihnen durch Schließung von Kontaktcafés die letzte Form des Kontaktes nimmt?**

Für die Mitarbeiter im Troddwar bedeutete dies gleich zu Beginn der Pandemie schnelle und flexible Lösungen zu finden, mit dem Ziel, alle Angebote am Kaiserplatz für die Besucher weiterhin fortführen zu können. Die Einhaltung der AHA-Regeln führte jedoch dazu, dass sich nicht mehr so viele Klienten gleichzeitig in der Einrichtung aufhalten durften. Beratungen wurden daher zum Teil verkürzt. Die Sozialarbeiter aus dem Kontaktcafé führten jedoch regelmäßig Sprechstunden im Café Plattform in der Hermannstr. So wurden neue Synergieeffekte geschaffen, die auch in Zukunft weitergeführt werden sollen.



Die Angebote der Arbeitsgelegenheiten Querbeet und das Spritzensammler-Projekt mussten im Frühjahr 2020 kurzzeitig ausgesetzt werden. Etablierte Veranstaltungen wie der „Tag der offenen Tür“, die „kulinarischen Wochen“ und die Nikolausfeier für die Besucher konnten nicht wie gewohnt stattfinden.

Doch trotz aller neuen Umstände und Veränderungen blieb das Troddwar während Corona die ganze Zeit geöffnet. Auch die Spritzensammler und Querbeetler durften schnell in Tandems oder kleinen Gruppen draußen ihrer Arbeit wieder nachgehen. So betreuten wir mit unseren Klienten rund dreißig „Querbeete“ in Aachen - Tendenz steigend.

Unser Querbeet-Projekt fand seine neue Heimat in der Augustastraße 27 in Aachen. Wir waren mit unseren Blumenbeeten schon seit jeher eng verbunden mit dem Frankenberger Viertel und fühlen uns in der neuen Umgebung zu Hause. Neben den Klienten des Troddwars, des Cafés Plattform und dem Bewo 67 treffen sich in der neuen Einrichtung Menschen aus dem Don-Bosco-Haus und der WG Hasselholz.

Somit ist diese Adresse zu einem neuen kleinen Ort der Gemeinschaft und des Austauschs geworden.

Wir blicken zudem auf ein erfolgreiches erstes Jahr der Kooperation mit der RWTH zurück: Seit Dezember 2019 besuchen unsere Streetworker RWTH-Liegenschaften im Innenstadtbereich und sprechen dort Menschen an, die der Zielgruppe der Sucht- bzw. Wohnungslosenhilfe zugeordnet werden können. Ziel ist eine Anbindung der Betroffenen an die bestehenden Hilfsangebote. Ein bis zweimal in der Woche besuchen die Streetworker die Hochschulwache, um sich mit den Mitarbeitenden über den Kontakt mit Betroffenen auszutauschen, Fragen zu beantworten und unterstützend zur Seite zu stehen. Darüber hinaus sind zukünftig Schulungen geplant, in denen wir unsere Einrichtungen und Angebote sowie die Ansätze unserer Arbeit vorstellen werden.

**Weitere Informationen:**

Troddwar – KontaktNetzwerk.Niedrigschwellig, Mark Krznaric, Tel.: 0241/9809103,  
[krznaric@suchthilfe-aachen.de](mailto:krznaric@suchthilfe-aachen.de)

## Impressum

**Suchthilfe Aachen**

**Gudrun Jelich (Leiterin)**

**Hermannstr. 14**

**52062 Aachen**

**Tel.: 0241/41356128**

**[suchtberatung@suchthilfe-aachen.de](mailto:suchtberatung@suchthilfe-aachen.de)**

**[www.suchthilfe-aachen.de](http://www.suchthilfe-aachen.de)**

**Spendenkonto:**

**Caritas Aachen**

**IBAN: DE60 3905 0000 0000 0070 70**

**BIC: AACSD33**

**Sparkasse Aachen**

**Spendenzweck „Suchthilfe Aachen“**

**Die Suchthilfe Aachen ist ein Referat im Regionalen Caritasverband Aachen.**