

mehrerfahren

VERANSTALTUNGEN 2022

SUCHTHILFE
AACHEN





2022

Mit dem Beginn des neuen Jahres gehen wir optimistisch in die Planung unseres Veranstaltungsprogramms 2022. Auf Sie warten wieder vielfältige, altbewährte und neue Seminare und Workshops, Lesungen oder auch ein Kinoabend.

Ein Schwerpunkt wird im Mai unsere Beteiligung an der „Aktionswoche Alkohol“ sein. Aber auch dem Thema „exzessive Mediennutzung bei Kindern und Jugendlichen“ wollen wir uns beispielsweise mit offenen digitalen Elternabenden, der

Methodenkofferschulung „What's on“ und unserer traditionellen Herbstfortbildung verstärkt widmen.

Unser Ziel ist es, unser Wissen und unsere Erfahrungen aus den verschiedenen Angeboten und Einrichtungen der Suchthilfe Aachen mit Ihnen zu teilen, um den Umgang mit Betroffenen in der Region weiter zu verbessern und Maßnahmen der Suchtprävention im „Schneeballsystem“ auszubauen.

Bitte achten Sie auch auf unseren tagesaktuellen Veranstaltungskalender auf unserer Webseite www.suchthilfe-aachen.de.

Wir freuen uns auf viele Begegnungen mit Ihnen – ob in Präsenz oder digital.



Gudrun Jelich

Leitung der Suchthilfe Aachen

P.S.: Für Sie ist nichts Passendes dabei? Dann sprechen Sie uns an. Gerne entwickeln wir für Sie und Ihr Team Vorträge, Workshops und Seminare – auch digital – in denen Platz für Ihre individuellen Fragen sind.





informiert sein

MO

24.01. Methodenschulung euPrevent SNA

14-15:30H

Der Mensch ist ein soziales Wesen: Wir schauen darauf, was andere tun, um für uns selbst zu bestimmen, was "normal" ist. Leider entspricht das Bild, das wir vom Lebensstil anderer Menschen haben, oft nicht der Realität: Befragungen ergaben beispielsweise, dass Jugendliche den Suchtmittelkonsum Gleichaltriger häufig überschätzen und ihr eigenes Verhalten an diese "Fehl"-Wahrnehmung anpassen. Die wissenschaftliche Theorie, die sich mit sozialen Normen und ihrem Einfluss auf das menschliche Verhalten beschäftigt, nennt sich Social Norms-Approach. Sie ist Ausgangspunkt einer im September 2018 gestarteten Zusammenarbeit in der Euregio Rhein-Maas. Ziel des Projektes euPrevent SNA ist es, die bereits bestehende Praxis der Suchtprävention mit dem Ansatz der sozialen Normen zu stärken.

Im Rahmen der Fortbildung wird zunächst theoretisches Wissen über diesen Ansatz vermittelt. Darüber hinaus werden konkrete Möglichkeiten und Methoden präsentiert, wie dies in der Praxis der Suchtprävention - sowohl analog als auch digital – angewandt werden kann. Im Anschluss an die Schulung kann die Methodentasche kostenlos bei uns ausgeliehen werden.

3

Ort: Suchthilfe Aachen,
Hermannstr. 14, 52062 Aachen

Anmeldung: Fachstelle für
Suchtprävention, Chantal Kern,
Tel.: 0241-41360840,
kern@suchthilfe-aachen.de

Anmeldeschluss: 17.01.2022

Kosten: werden von Interreg
übernommen



klar sein

DO

03.02.

19-21H

Digitaler Elternabend

„Generation Smartphone in Zeiten von Corona“ –
zwischen Medienkompetenz und Mediensucht

Die Nutzungszeiten digitaler Medien waren statistisch gesehen bei Kindern und Jugendlichen schon vor der Corona-Pandemie hoch. Doch durch Kontaktbeschränkungen, Lock-downs und Homeschooling ist das Medienverhalten nochmal gestiegen. Viele Kinder und Jugendliche kommen auch nach dieser Zeit nicht mehr in ihren Alltag von vor Corona zurück und verharren in ihrem zum Teil exzessiven Medienverhalten.

Eltern sind mit dem digitalen Schub verunsichert und haben Fragen: Welche „Nebenwirkungen“ bringt der hohe Medienkonsum mit sich? Und wie sieht ein gesunder Umgang mit digitalen Medien aus?

Der Elternabend richtet sich an Eltern, deren Kinder die weiterführende Schule besuchen.

Ort: digital per Zoom

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

Kosten: keine

Alkoholprävention

Methodenkoffer

fit machen

Das ultimative
ALKOHOL-QUIZ

Suchtverlauf

Alkoholprävention

Methodenbuch
für die Arbeit mit Jugendlichen



MO

07.02.

13.30-16.30H

„Methodenkoffer Alkohol“

Praktische Methoden der Alkoholprävention

Für viele Jugendliche gehört Alkohol – häufig auch der riskante Konsum – zum Feiern dazu. Im Rahmen unserer Fortbildung präsentieren wir daher Multiplikatoren aus Einrichtungen im Stadtgebiet Aachen erprobte Methoden der Alkoholprävention. Diese können im Anschluss selbständig und „eins zu eins“ im Unterricht oder Gruppenstunden durchgeführt werden.

Die vorgestellten Methoden sind innerhalb eines „Methodenkoffers Alkoholprävention“ (entwickelt von der Drogenhilfe Köln) kompakt zusammengeführt, der anschließend kostenfrei bei uns entliehen werden kann.

7

Ort: Suchthilfe Aachen,
Hermannstr. 14, 52062 Aachen

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

Kosten: € 15 (inkl. Imbiss; bar zu zahlen
zu Beginn der Fortbildung; Quittung wird
erstellt)

erfahrungen teilen



FR

18.02.

9.30-13H

Digital: Online-Seminare ansprechend gestalten

Die Corona-Pandemie hat uns gezeigt, wie wichtig ansprechende, digitale Angebote sind, um mit Schülern und Seminarteilnehmern in Kontakt zu bleiben und Inhalte zu vermitteln. Aber wie kann dies gelingen, ohne dass die Konzentration verloren geht, Teilnehmer müde werden und sich ablenken lassen?

In unserer digitalen Methodenschulung stellen wir Ihnen vor, was es braucht, um auch online zu begeistern und ein Gruppengefühl herzustellen. Wir berichten von unseren Erfahrungen und stellen Ihnen Methoden und Tools vor. Ziel ist es, dass Sie konkrete Ideen bekommen, wie Sie Ihren digitalen Unterricht und/oder Online-Veranstaltungen interessant gestalten können. Denn wir sind davon überzeugt, dass diese Kompetenzen auch nach der Corona-Pandemie von Nutzen sein können.

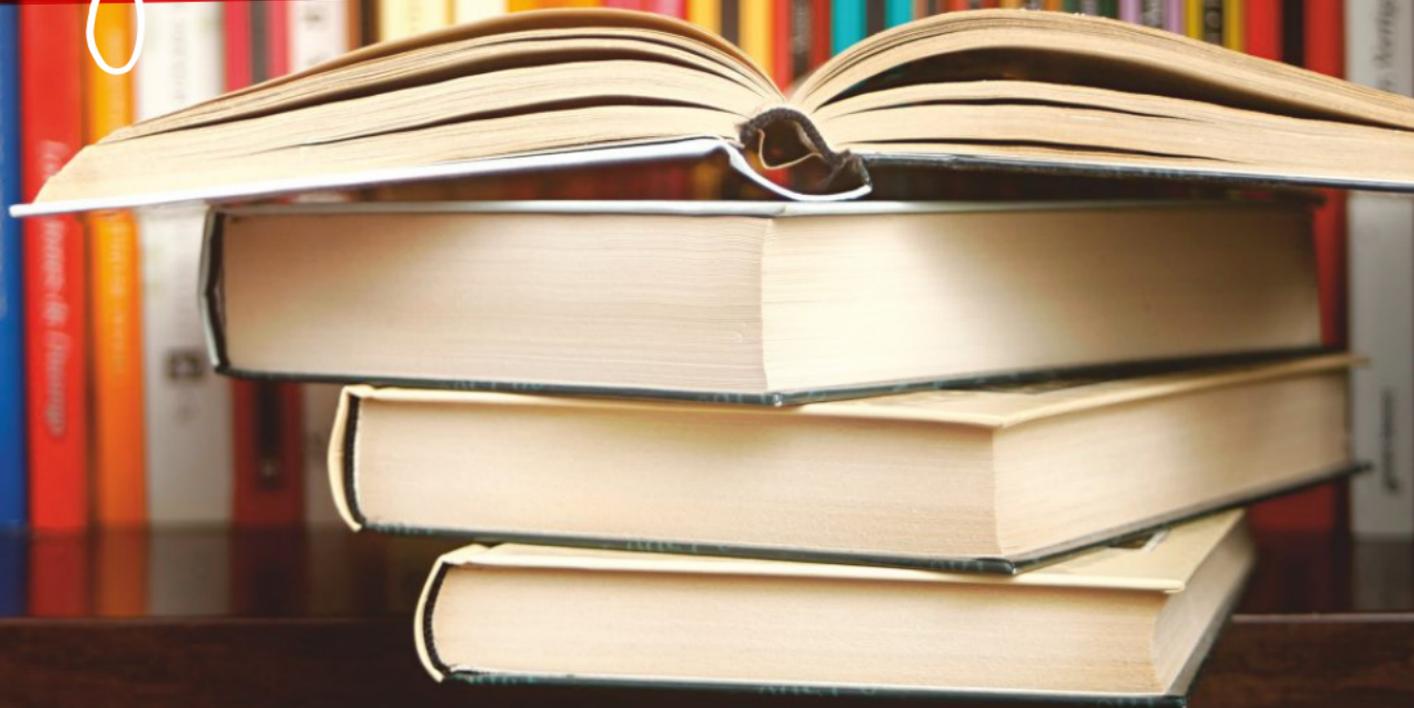
Ort: digital per Zoom

Referentinnen: Saskia Engelhardt,
Yvonne Michel

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

Kosten: € 20,- (für Mitarbeitende aus
Institutionen aus der Stadt und Städte-
Region Aachen) / € 25,- (für Mitarbei-
tende außerhalb der StädteRegion)

erfahrungen teilen



DO

10.03.

19.30-21H

Lesung „Mein fremdes Kind“

Wie wir die Computerspielsucht unseres Sohnes überwinden.

Über Vertrauen und Wege aus der Abhängigkeit.

Lennart ist zehn, als sich seine Leidenschaft für Onlinespiele wie „Fortnite“ und „Brawl Stars“ zur Sucht entwickelt – mit den psychischen und körperlichen Symptomen eines Junkies. Eindringlich schildert seine Mutter Ulrike Wolpers, wie ihre Familie in diese Situation hineinschlittert und bald einem übermächtigen Gegner gegenübersteht.

Ulrike Wolpers weiß: mit Handyentzug allein ist es nicht getan. In ihrem Buch entlarvt sie weitverbreitete Mythen zum Medienkonsum unserer Kinder und zeigt, was Eltern gewinnen, wenn sie sich Zeit für den Erwerb eigener Medienkompetenz nehmen.

Diese Online-Lesung findet statt im Rahmen der digitalen Lesereise „Sucht hat immer eine Geschichte“.

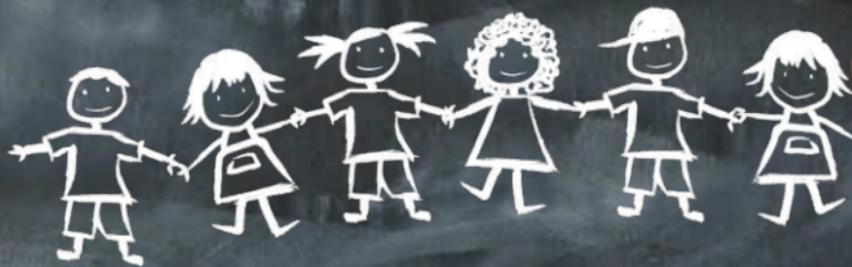
11

Ort: digital per Zoom

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

Kosten: keine

eigenständig werden



DI

15.03.

9-16H

Eigenständig werden

Für die Klassen 5 und 6

MI

08.06.

13-16H

„Eigenständig werden“ ist ein Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung bei Kindern für die Klassenstufen 1 bis 4 sowie 5 und 6. Mithilfe des Programms erwerben die Schüler wichtige Gesundheits- und Lebenskompetenzen, die ihnen helfen, einen gesunden Lebensstil zu entwickeln – körperlich, seelisch und sozial.

Wir stellen hier ein Unterrichtsprogramm für die Jahrgangsstufen 5 und 6 zur Verfügung, das die Jugendlichen auf dem Weg zu starken Persönlichkeiten unterstützt und nachhaltig fördert. Das Programm kann von den dafür qualifizierten Lehrkräften oder Schulsozialarbeitern in den Unterricht integriert werden.

13

Ort: Suchthilfe Aachen,
Hermannstr. 14, 52062 Aachen

Referentinnen: Saskia Engelhardt,
Victoria Pieper

Anmeldung: Fachstelle für
Suchtprävention, Saskia Engelhardt,
Tel.: 0241-4135610,
engelhardt@suchthilfe-aachen.de

Kosten: € 60,- (inkl. Ordner mit allen
Arbeitsmaterialien, Mittagessen/Imbiss,
Obst und Getränken)



gute gespräche

DI

15.03.

9-17H

Basis MOVE

Motivierende Kurzintervention bei Konsumenten

MI

16.03.

9-17H

Viele Menschen – gerade Jugendliche – sammeln Erfahrungen mit Alkohol und/oder illegalen Suchtmitteln. Andere gefährden ihre Gesundheit durch exzessive Mediennutzung oder suchtartige Essstörungen. Solange keine schwerwiegenden Folgeprobleme auftreten, sehen sie sich in der Regel nicht als suchgefährdet und nutzen daher freiwillig kaum institutionelle Beratungsangebote. Und trotzdem sorgen sich Bezugspersonen und wissen, dass Maßnahmen notwendig sind, um der Entwicklung einer Abhängigkeit vorzubeugen. Im Seminar lernen Sie ein brauchbares Beratungs-Instrument, um bestehende Gesprächssituationen mit Ihren Schützlingen und Klienten effektiver zu nutzen. Das Konzept mischt theoretische Grundlagen (motivational interviewing; Modell zur Entstehung von Motivation) und Hintergrundwissen mit praktischen Übungen. Das hier erlernte Wissen ist übertragbar auf andere schwierige Gesprächssituationen sowie viele verschiedene Zielgruppen.

MI

04.05.

9-17H

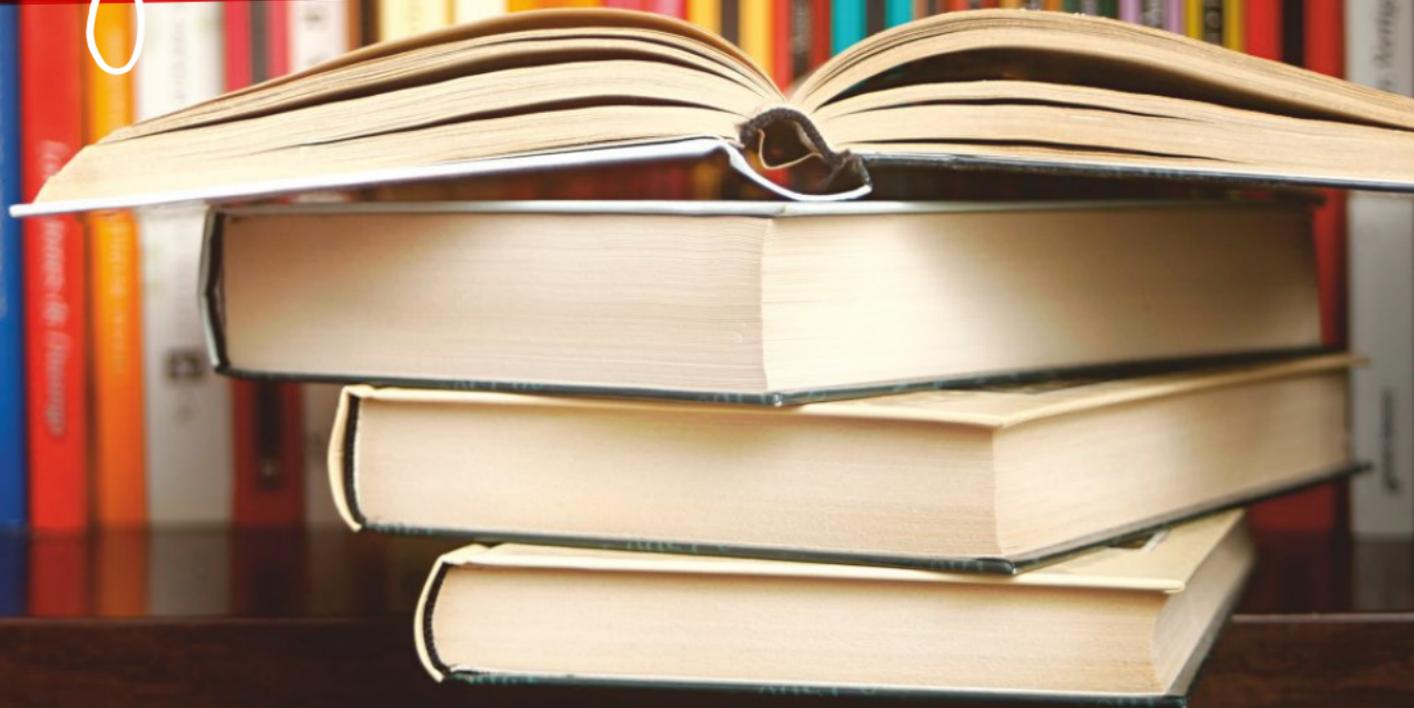
Ort: Suchthilfe Aachen,
Hermannstr. 14, 52062 Aachen

Referenten: René Fischer, Yvonne
Michel

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

Kosten: € 150,- (inkl. Verpflegung,
Fortbildungsmaterialien und Zertifikat)

erfahrungen teilen



DO

24.03.

Lesung „Einmal Hölle und zurück!“

Mein brutaler Abstieg in die Spielsucht

19.30-21H

Werner Hansch, geboren 1938 in Recklinghausen, ein Leben mit dem Mikro. Seine Stimme ist legendär, seine Wort-Akrobatik umwerfend, sein Sprachschatz mitreißend. Doch plötzlich schweigt der Radio- und TV-Reporter. Er schweigt, weil er verheimlichen will, dass ihn die Wettleidenschaft, die Sucht, die Krankheit befallen hat. Er verzockt alles, auch seine Liebe. Die Sucht giert immer, immer weiter; nach Spielgeld nach Lügengeschichten, nach Betrug, nach seiner Scham und Selbstaufgabe. Im Promi-Big-Brother-Haus wird aus dem Bettler ein König. Doch was bleibt Werner Hansch von der 100.000-Euro-Siegprämie?

Diese Online-Lesung von Werner Hansch und dem Co-Autoren und Journalisten Hermann Beckfeld findet statt im Rahmen der digitalen Lesereise „Sucht hat immer eine Geschichte“.

Ort: digital per Zoom

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

Kosten: keine



fit machen

#3
Uplevein

#4
Uplevein

#1
Uplevein

#1
Uplevein



MI

30.03.

14-17H

Methodenkoffer „What's on“

Praktische Methoden zur Prävention exzessiver
Mediennutzung

Im Rahmen von „What´s on? Einfach mal abschalten“, einem Modul der Landeskampagne „Sucht hat immer eine Geschichte“, gibt es nun einen Methodenkoffer zur Prävention exzessiver Mediennutzung. Er enthält vielfältige und abwechslungsreiche Übungen und Inhalte, mit denen in Schulen und Jugendhilfe Workshops bzw. Unterrichtseinheiten angeboten werden können. Neben der Auseinandersetzung mit dem Thema, geben die Methoden Anstöße zu einer Reflexion des eigenen Medienverhaltens und Anregungen für alternative Aktivitäten.

Im Anschluss an die Schulung für Mitarbeitende aus Institutionen im Stadtgebiet Aachen kann der Koffer kostenfrei bei uns entliehen werden.

19

Ort: Suchthilfe Aachen,
Hermannstr. 14, 52062 Aachen

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

Kosten: € 15,- (inkl. Imbiss; bar zu
zahlen zu Beginn der Fortbildung;
Quittung wird erstellt)



interaktiv

MI

06.04.

14-17H

Actionbound

Suchtpräventive Botschaften mit einem multi-medialen Parcours vermitteln

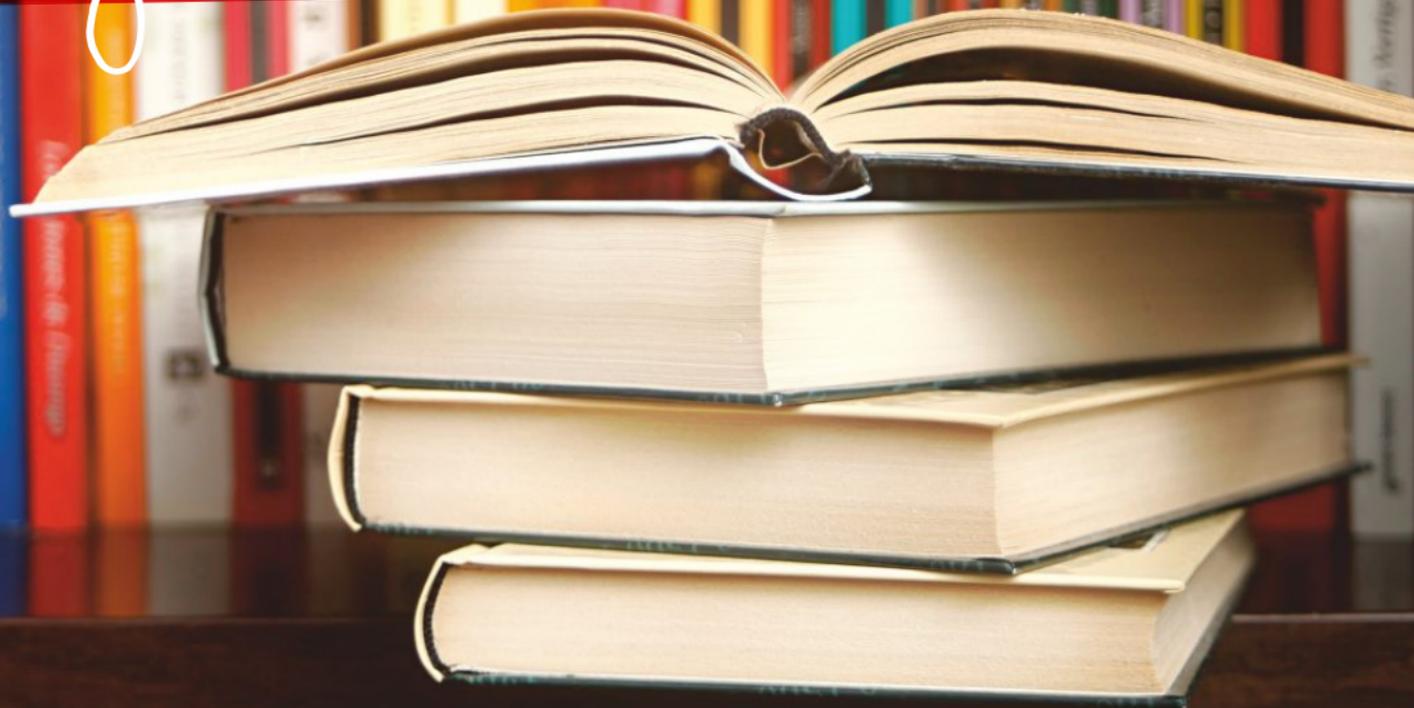
Die Corona-Pandemie hat gezeigt, wie wichtig und notwendig digitale Lernalternativen sein können. Mit Hilfe der Actionbound-App sind lehrreiche Führungen, Rallyes und Schatzsuchen – wann, wozu und wo Sie wollen – möglich. Dieses interaktive, multimediale Lernwerkzeug kennt man seit einiger Zeit aus der Museumsarbeit. Es bietet aber auch die Möglichkeit, suchtpräventive Lerninhalte spielerisch zu vermitteln. Mit Tablets oder Smartphones durchlaufen die Nutzer einen von Ihnen gestalteten Parcours – mit Quizelementen, QR-Codes, Fotos, Videos oder Audioaufnahmen. Die vielseitige Mischung schafft einen ganz besonderen Anreiz, sich mit einem Thema intensiv und spielerisch auseinanderzusetzen. Im Rahmen der Fortbildung stellen wir die Funktionen der App sowie die Möglichkeiten eines Parcours vor.

Ort: Suchthilfe Aachen,
Hermannstr. 14, 52062 Aachen

Anmeldung: Fachstelle für Suchtprävention,
Saskia Engelhardt, Tel.: 0241-4135610,
engelhardt@suchthilfe-aachen.de

Kosten: € 25,- (inkl. Imbiss, bar zu zahlen
zu Beginn der Fortbildung; Quittung wird
erstellt)

erfahrungen teilen



DO

07.04.

19.30-21H

Poetry Slam

Sucht hat immer eine Geschichte

Die Slammerin und Singer-Songwriterin Hanna Flieder trägt gemeinsam mit zwei weiteren Poetinnen ihre Werke vor. Gesamt werden Texte zu den Themen Psychische Erkrankungen, Mental Health und Suchterkrankungen.

Diese Online-Veranstaltung findet statt im Rahmen der digitalen Lesereise „Sucht hat immer eine Geschichte“.

23

Ort: digital per Zoom

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

Kosten: keine



verstehen

MI

27.04.

13-17H

Mich bei mir selbst wohlfühlen

Selbstwertstärkung in der Suchttherapie

Die Stärkung des Selbstwertgefühls ist ein zentraler Baustein in der Beratung und Therapie mit Suchtkranken, Essgestörten und Onlinesüchtigen. Biografische Belastungen haben oft zu einer Beschädigung des Selbstwertes geführt.

Der Wunsch nach Wertschätzung führte dann zu der Entwicklung von Kompensationsmustern mit überfordernden Ansprüchen. Im Spannungsfeld zwischen einem „Soll-Ich“, einem „Wunsch-Ich“ und einem „Bin-Ich“ entwickeln sich innere Konflikte und Selbstentfremdung mit krankheitsfördernden Bewältigungsversuchen.

In dem Seminar für pädagogische Fachkräfte und/oder Therapeuten werden Bausteine mit Arbeitsmaterialien vorgestellt, die bei der Selbstfindung und Stärkung des Selbstwertgefühls helfen.

25

Ort: Suchthilfe Aachen,
Hermannstr. 14, 52062 Aachen

Referenten: René Fischer, Ruth
Schwalbach

Anmeldung: Suchthilfe Aachen,
Octavia Mailat, Tel.: 0241-41356128
mailto:suchthilfe-aachen.de

Kosten: € 40,- (inkl. Imbiss; bar zu
zahlen zu Beginn der Fortbildung;
Quittung wird erstellt)

A photograph showing a person in a grey long-sleeved shirt writing on a document at a wooden table. In the background, another person in a black shirt is gesturing with their hands. The scene is brightly lit, possibly outdoors or near a large window. A red brushstroke graphic is overlaid on the bottom right, containing the text 'gute gespräche' in white cursive.

gute gespräche

DO

28.04.

10-18H

MOVE

Motivierende Kurzintervention am Arbeitsplatz

FR

29.04.

9-17H

Eine erhebliche Anzahl von Beschäftigten konsumiert riskant Alkohol, Medikamente, Cannabis oder andere illegale Drogen. Hinzu kommen Betroffene von pathologischem Glücksspiel, Online-Sucht oder Essstörungen. Sie schaden damit sich und ihren Familien. Aber auch das Unternehmen ist möglicherweise durch höhere Fehlzeiten, belastetes Arbeitsklima oder Beeinträchtigungen des Images betroffen. Im Seminar lernen Führungskräfte, BEM-Beauftragte, Mitarbeitende aus Gesundheitszirkeln, Soziale Ansprechpartner, Ausbilder etc., diese Situation konstruktiv zu meistern, Betroffenen zu helfen und die Fürsorgepflicht des Arbeitgebers ernst zu nehmen. Die hier erlernten Gesprächstechniken sind auch auf andere (schwierige) Gesprächssituationen im beruflichen Kontext übertragbar, z.B. im BEM-Prozess oder bei Konfliktgesprächen. Das Konzept MOVE am Arbeitsplatz wurde mit dem Deutschen Weiterbildungspreis ausgezeichnet.

MO

16.05.

10-18H

Ort: Köln (Details werden noch bekannt gegeben)

Veranstalter: Fachstelle für betriebliche Suchtprävention der Suchthilfe Aachen, Betriebliche Suchtprävention der Fachstelle für Sucht- und AIDS-Prävention

Anmeldung: SKM Köln - Sozialdienst Katholischer Männer e.V., Fachstelle für Sucht- und AIDS-Prävention, Betriebliche Suchtprävention, Bismarckstr. 1-3, 50672 Köln, jsbk@skm-koeln.de

Kosten: € 580,- (inkl. Verpflegung, Fortbildungsmaterialien und Zertifikat)

weiterkommen



DI

03.05.

16-19H

Unternehmenswert BGM

Mit Kraft durch die Krise

Erst Corona und dann die Hochwasserkatastrophe in unserer Region – Dies sind zwei Ereignisse, die unsere Unternehmenspartner und ihre Mitarbeitenden in den letzten eineinhalb Jahren schwer belastet haben.

Warum wir trotz Krisen das Lachen nicht verlieren sollten ... warum Lachen gesund ist und resilient macht ... warum Lachen uns helfen kann, Belastungen mit Zuversicht zu meistern ... sind einige der Aspekte, über die wir uns mit Ihnen bei unserem nächsten Treffen austauschen möchten. Gastreferent ist Thomas Büdenbender, Humorthérapeut und Lach-Yoga-Trainer. Er stellt die Wirkung des Lachens theoretisch vor und zeigt mit praktischen Übungen, wie wir vom initiierten zum echten Lachen kommen.

Das Austauschtreffen richtet sich an Geschäftsführer und Personalverantwortliche, die sich für Themen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements interessieren.

29

Ort: Geschäftsstelle des Regionalen Caritasverbandes, Hermannstr. 14, 52062 Aachen

Veranstalter: Fachstelle für Betriebliche Suchtprävention, Caritas-Unternehmensservice

Anmeldung: Suchthilfe Aachen, Octavia Mailat, Tel.: 0241-41356128, mailat@suchthilfe-aachen.de

Kosten: für Vertragspartner des Caritas-Unternehmensservices und Kunden der Suchthilfe: frei; andere Interessierte: € 35,- (inkl. Imbiss)

A photograph of two young women in a room. The woman on the left is seen from the back, looking towards the woman on the right. The woman on the right has long brown hair and is looking back at her with a serious expression. A red brushstroke graphic is overlaid on the image, containing the word 'hinschauen' in white cursive script. The background shows a wall with a light fixture and a door.

hinschauen

MI

04.05.

16-18H

Update Essstörung

Gemeinsam zu einer praxisorientierten
Handlungsempfehlung

Essstörungen jeglicher Art haben in der langen Zeit der Pandemie in allen Altersgruppen noch einmal deutlich zugenommen. Sie sind für die unterschiedlichen Hilfesysteme sehr herausfordernd. Sowohl die Zugänge zum fachspezifischen Hilfesystem als auch die Übergänge zwischen ambulanten und stationären Hilfen benötigen eine gute Vernetzung, damit die Betroffenen nicht „verschwinden“.

Wann ist eine Vorstellung beim Arzt dringend notwendig? Welche Laborwerte sind hilfreich bei der Diagnosestellung? Warum ist auch die Bestimmung der Geschlechtshormone wichtig? Was sind typische Krankheitsverläufe? Ärzte der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie der Uniklinik Aachen geben Antworten auf diese und andere Fragen.

Gemeinsam mit den Fachkräften des Arbeitskreises Essstörung betrachten wir die somatischen Faktoren einer Essstörung und präsentieren die Säulen des ambulanten Hilfesystems in der Städteregion Aachen.

Ort: wird noch bekannt gegeben

Veranstalter: Arbeitskreis Essstörung

Anmeldung: Fachstelle für
Suchtprävention, Saskia Engelhardt,
Tel.: 0241-4135610,
engelhardt@suchthilfe-aachen.de

Kosten: keine



news entdecken

MI

11.05.

Austauschtreffen Suchtprävention

15-17H

Lehrern und Schulsozialarbeitern der Aachener Schulen sowie weiteren Kontaktpersonen aus (Jugend-) Einrichtungen in der Stadt Aachen bieten wir hier ein Austauschforum, um aktuelle Themen der Suchtprävention zu diskutieren und „über den eigenen Tellerrand“ zu schauen.

Je nach Bedarf und Wunsch der Teilnehmenden werden die Inhalte festgelegt, Methoden vorgestellt oder auch externe Referenten eingeladen.

33

Ort: Suchthilfe Aachen,
Hermannstr. 14, 52062 Aachen

Anmeldung: Fachstelle für
Suchtprävention, Saskia Engelhardt,
Tel.: 0241-4135610,
engelhardt@suchthilfe-aachen.de

Kosten: keine

Meine
Alkoholsucht
und wie ich sie
überwand



**ANDREA
NOACK**
**DIE BESTIE
SCHLÄFT**

Blessing

besser verstehen

MI

11.05.

19.30H

Lesung „Die Bestie schläft“

mit Andrea Noack

„Eigentlich wollte ich einen Roman schreiben, über eine Frau, die in der Werbung arbeitet und alkoholabhängig wird. Doch dieser Roman wurde immer mehr zu meiner Geschichte. Nun hatte ich ein Problem. Sollte ich etwa öffentlich zugeben, dass ich Alkoholikerin bin? Ich dachte lange darüber nach. Und irgendwann fragte ich mich: Warum nicht? Die Leser würden es ohnehin erfahren. Es macht keinen Sinn, diese Tatsache zu verheimlichen. Deshalb erzähle ich in diesem Buch meine ganz persönliche Geschichte...“

Offen und emotional, selbstironisch und in einem sehr persönlichen Ton wird Andrea Noack erzählen, wie sich der Alkohol in ihr Leben eingeschlichen, sie gelernt hat, die Bestie – ihre Sucht – zu beherrschen darüber, dass es nicht das Ende eines freudvollen Lebens ist, wenn man mit dem Trinken aufhört.

35



AKTIONSWOCHЕ
ALKOHOL

Veranstalter: Suchthilfe Aachen in Kooperation mit den Kreuzbundgruppen Region Aachen

Weitere Details werden noch bekannt gegeben.



sensibilisieren

SA

14.05.

bis

SO

22.05.

Aktionswoche Alkohol

„Alkohol? Weniger ist besser!“

Die 8. Aktionswoche Alkohol ist eine bundesweite Präventionskampagne. Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen und andere Institutionen sind aufgerufen, sich an der Aktionswoche zu beteiligen und für einen gesunden, verantwortungsvollen Umgang zu sensibilisieren.

Im Rahmen der Aktionswoche empfehlen wir den Podcast „sicheres risiko“, Folge 20 (<https://anchor.fm/sicheresrisiko>). Zu Gast auf der Couch von Robert und Andi ist Werner Barke, trockener Alkoholiker, ehrenamtlicher Mitarbeiter der Suchthilfe Aachen und Regionalvertreter der Sucht-Selbsthilfe Kreuzbund e.V.

37



AKTIONSWOCH
ALKOHOL



COME AS YOU ARE

austauschen



MO

16.05.

17.15-18.45H

Offene Orientierungsgruppe Alkohol

Immer montags findet unsere Orientierungsgruppe für Menschen mit problematischem Alkohol- und/oder Medikamentenkonsum statt. Diesmal ist dieses Treffen offen für Interessierte. Auch eine anonyme Teilnahme ist möglich.

Ziel der Gruppengespräche ist es, sich mit Gleichgesinnten und Therapeuten über das eigene Konsumverhalten auszutauschen, sich mit dem Thema Sucht auseinanderzusetzen und eigene Muster zu verstehen.

39



AKTIONSWOCHE
ALKOHOL

Ort: Suchthilfe Aachen,
Hermannstr. 14, 52062 Aachen
Nebeneingang, Raum 12

Anmeldung: nicht erforderlich

Kosten: keine



verstehen

DI

17.05.

Kino im Dialog: Der Rausch

18H

Anlässlich der deutschlandweiten Aktionswoche Alkohol zeigt die Suchthilfe Aachen in Kooperation mit dem Kreuzbund und dem Apollo Kino & Bar den Film „Der Rausch“.

„Der Rausch“ ist ein Spielfilm von Thomas Vinterberg aus dem Jahr 2020. Die Sozialsatire handelt von vier befreundeten Lehrern, die aus Frust gemeinsam ein „Trinkexperiment“ starten, um wieder motiviert vor ihre Schüler treten zu können. Dies entwickelt sich scheinbar zu einem Erfolg: Die vier Pädagogen fühlen sich wieder lebendig, mutig und motiviert, doch dann ...

2020 wurde Vinterbergs Regiearbeit mit vier Europäischen Filmpreisen ausgezeichnet. Im Jahr 2021 folgte ein Oscar für den Besten internationalen Film, eine Oscar-Nominierung für die Beste Regie sowie ein British Academy Film Award.

Im Anschluss an den Film stehen Mitarbeitende der Suchthilfe sowie Mitglieder des Kreuzbundes für Fragen und einen fachlichen sowie persönlichen Austausch zur Verfügung.

41



AKTIONSWOCHE
ALKOHOL

Ort: Apollo Kino & Bar,
Pontstr. 141-149, 52062 Aachen

Veranstalter: Apollo Kino & Bar

Kosten: € 7,50

A black and white photograph of a woman's face, looking upwards and to the right. Several hands are gently touching her face, neck, and hair. The text "fit machen" is written in a white, cursive font, overlaid on a red brushstroke that spans across the middle of the image.

fit machen

MI

18.05.

9-16.30H

Fortbildungsreihe

„Beratung und Therapie für Mädchen/Frauen mit Essstörungen – Leben hat Gewicht“

DO

19.05.

9-16.30H

Unabhängig von ihrem realen Gewicht fühlen sich viele junge Mädchen und Frauen unwohl in ihrer Haut. Manche rutschen in den Teufelskreis der Essstörung. Unterernährung, Ess-/Brechattacken betäuben das Empfinden, machen den Alltag vermeintlich leichter. Um die Schwelle zum Hilfesystem niedrig zu halten, wurde „Leben hat Gewicht“ konzipiert. In insgesamt 24 überarbeiteten Einheiten geht es inhaltlich vor allem um den Austausch mit Gleichgesinnten, die Entwicklung einer selbstbewussten, weiblichen Identität und die Verbesserung der Körperwahrnehmung. Mit der Unterstützung der Gruppe werden Bewältigungsstrategien für den Umgang mit Stress, Konflikten und anderen Belastungen entwickelt, um das gestörte Essverhalten schrittweise zu reduzieren und langfristig ein gesundes, ausgewogenes Leben zu leben.

DI

31.05.

9-16.30H

Ort: Suchthilfe Aachen,
Hermannstr. 14, 52062 Aachen

Anmeldung: Fachstelle für Essstörungen,
Saskia Engelhardt, Tel.: 0241-4135610,
engelhardt@suchthilfe-aachen.de

Kosten: € 280,- (inkl. Verpflegung,
Fortbildungsmaterialien, Manual „Leben
hat Gewicht“ und Teilnahmezertifikat)

austauschen



DO

19.05.

19.30H

Offener Gruppenabend der Selbsthilfegruppe Kreuzbund

Die Selbsthilfegruppe für alkohol- und medikamentenabhängige Menschen lädt Betroffene, Angehörige, aber auch Multiplikatoren und Interessierte zu einem offenen Gruppenabend ein. So können Sie unverbindlich den Ablauf und mögliche Inhalte eines Gruppentreffens kennen lernen. Die Mitglieder stehen Ihnen für Ihre Fragen gerne zur Verfügung.

45



AKTIONSWOCHE
ALKOHOLFREI

Veranstalter: Kreuzbund, Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige

Ort: Caritas, Kapitelstr. 3, 52066 Aachen

Ansprechpartner: Werner Barke,
Tel.: 0175-2703000,
werner.barke@kreuzbund-aachen.de,
www.kreuzbund-aachen.de



fit machen

DO

09.06.

18-19.30H

Substanzkonsum bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen

Hintergründe, Auswirkungen und Umgang: Die Verbreitung von Substanzen und deren Konsum gehört seit jeher zum jugendtypischen Risikoverhalten. Welche Drogen sind verbreitet? Wie sind die Wirkungen und Auswirkungen? Wie gehe ich damit um, wenn mein Kind konsumiert?

Unsere Mitarbeitenden geben Antworten auf diese und andere Fragen von Eltern und Multiplikatoren.

Ort: Jugend- und Drogenberatung,
Herzogstr. 4, 52070 Aachen

Anmeldung: Jugend- und
Drogenberatung, Edith Baksa,
Tel.: 0241/9809210,
baksa@suchthilfe-aachen.de

Kosten: € 5,- Euro (bar zu zahlen zu
Beginn der Veranstaltung)

erfahrungen teilen



MO

13.06.

14-16H

Digital: Kreative Methoden für Online-Seminare

Wir zeigen Ihnen in diesem kurzen, knackigen Format lebendige Übungen zur Aktivierung Ihrer Online-Angebote – ob Unterricht, Training oder Seminar. Am Ende nehmen Sie eine bunte Sammlung an Kennenlern-, Auflockerungs-, Namens- und Interaktionsspielen mit, die Sie sofort umsetzen können.

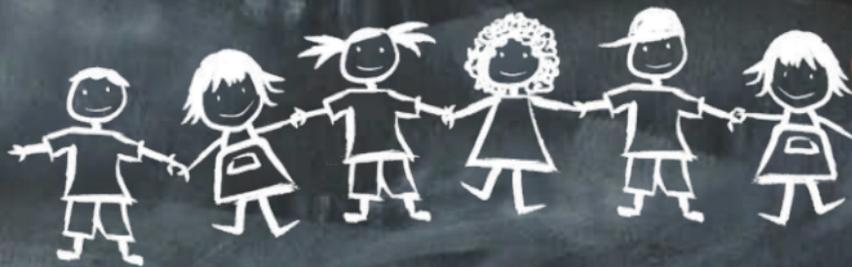
Das Seminar ist vor allem dann etwas für Sie, wenn Sie die grundlegenden technischen und inhaltlichen Prinzipien des digitalen Arbeitens bereits beherrschen.

Ort: digital per Zoom

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

Kosten: € 10,- (für Mitarbeitende aus
Institutionen aus der Stadt und
StädteRegion Aachen) / € 15,- (für
Mitarbeitende außerhalb der
StädteRegion)

eigenständig werden



DI

30.08.

9-16H

Eigenständig werden

Für die Klassen 1 bis 4

MI

07.12.

13-16H

„Eigenständig werden“ ein Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung bei Kindern für die Klassenstufen 1 bis 4 sowie 5 und 6. Mithilfe des Programms erwerben die Schüler wichtige Gesundheits- und Lebenskompetenzen, die ihnen helfen, einen gesunden Lebensstil zu entwickeln – körperlich, seelisch und sozial.

„Eigenständig werden 1-4“ begleitet die Kinder durch die gesamte Grundschulzeit. Mit vielfältigen Methoden erlangen die Kinder Wissen über ihren Körper, über Gefühle, Bewegung, Entspannung und Kommunikation. Das Programm kann von den dafür qualifizierten Lehrkräften oder Schulsozialarbeiter in den Unterricht integriert werden.

Ort: Suchthilfe Aachen,
Hermannstr. 14, 52062 Aachen

Referentinnen: Saskia Engelhardt,
Victoria Pieper

Anmeldung: Fachstelle für
Suchtprävention, Saskia Engelhardt,
Tel.: 0241-4135610,
engelhardt@suchthilfe-aachen.de

Kosten: € 60,- (inkl. Ordner mit allen
Arbeitsmaterialien, Mittagessen/Imbiss,
Obst und Getränken)

A vibrant orange slice is shown splashing into clear water, creating a dynamic scene with many bubbles and droplets. The background is a soft, light blue. Overlaid on the right side of the image is a red brushstroke containing the German word 'austauschen' in a white, cursive script.

austauschen

DI

06.09. Unternehmenswert BGM

16-19H

Das Austauschtreffen „Unternehmenswert BGM“ wird veranstaltet von der Suchthilfe Aachen – Fachstelle für Betriebliche Suchtprävention und dem Caritas-Unternehmensservice. Es richtet sich an Geschäftsführer und Personalverantwortliche, die sich für Themen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements interessieren.

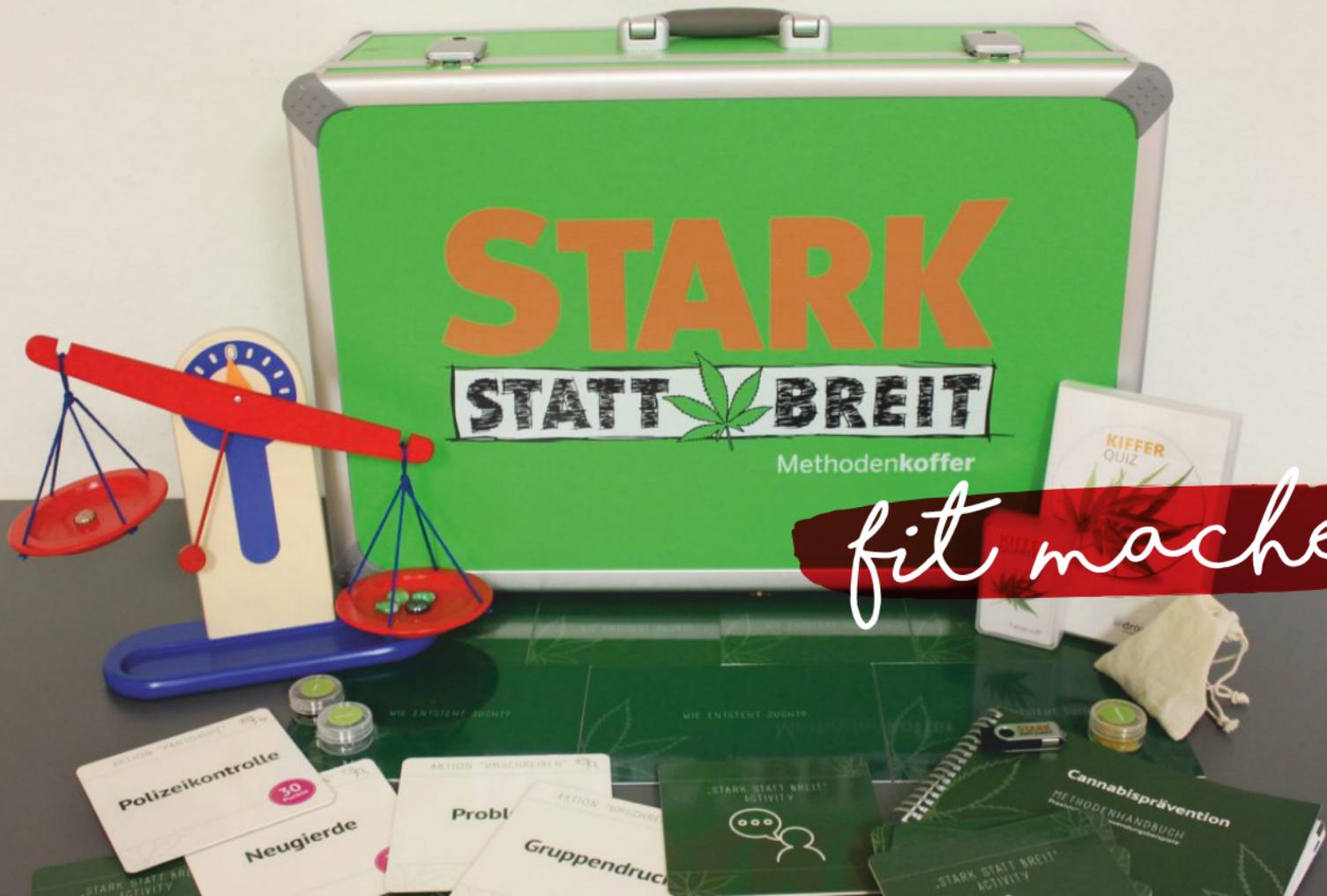
Referenten und Themen des Nachmittags werden mit der Einladung bekannt gegeben.

53

Ort: Geschäftsstelle des Regionalen Caritasverbandes, Hermannstr. 14, 52062 Aachen

Anmeldung: Suchthilfe Aachen, Octavia Mailat, Tel.: 0241-41356128, mailat@suchthilfe-aachen.de

Kosten: für Vertragspartner des Caritas-Unternehmensservices und Kunden der Suchthilfe: frei; andere Interessierte: € 35,- (inkl. Imbiss)



STARK

STATT BREIT

Methodenkoffer

fit machen

Polizeikontrolle

Neugierde

Probl

Gruppendruck

Cannabisprävention
METHODENHANDBUCH

KIFFER
QUIZ

DI

13.09.

13-16H

Methodenkoffer Cannabis

Praktische Methoden der Cannabisprävention

Studienergebnisse der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) dokumentieren weiterhin einen Anstieg des Cannabiskonsums unter jungen Menschen in Deutschland. Und obwohl einiges dafürspricht, dass der regelmäßige Konsum gerade für Jugendliche Risiken mit sich bringen kann, ist die Droge für sie spannend und attraktiv. Einiges ist in der Zielgruppe an Wissen über Haschisch und Marihuana bekannt, doch Halbwahrheiten und Mythen halten sich beständig.

Im Rahmen unserer Fortbildung präsentieren wir Multiplikatoren aus Einrichtungen im Stadtgebiet Aachen erprobte Methoden der Cannabisprävention. Diese können im Anschluss selbständig und „eins zu eins“ im Unterricht oder Gruppenstunden durchgeführt werden.

Die vorgestellten Methoden sind innerhalb des Methodenkoffers „Stark statt breit“ kompakt zusammengeführt, der anschließend kostenfrei bei uns entliehen werden kann.

55

Ort: Suchthilfe Aachen,
Hermannstr. 14, 52062 Aachen

Anmeldung: Fachstelle für
Suchtprävention, Saskia Engelhardt,
Tel: 0241-4135610,
engelhardt@suchthilfe-aachen.de

Kosten: € 15,- (inkl. Imbiss; bar zu
zahlen zu Beginn der Fortbildung;
Quittung wird erstellt)



vernetzen

CHECK !IT

MI

14.09.

Austauschtreffen Check it!

15-17H

Das Austauschtreffen Check it! findet zweimal im Jahr statt und richtet sich an Lehrer und Schulsozialarbeiter in der Stadt Aachen, die Check it! an ihren Schulen durchführen. Es dient dem Austausch unter den verschiedenen Akteuren und Kooperationspartnern sowie der Weiterentwicklung des Suchtpräventionskonzeptes.

Check it! ist ein strukturiertes Präventionsprogramm zur schulischen Suchtprävention, das die Auseinandersetzung mit dem Thema Sucht auf der kognitiven, wie auf der emotionalen Ebene anregt. Die sieben Bausteine werden von Lehrern, Schulsozialarbeitern, Suchtpräventionsfachkräften der Suchthilfe Aachen und externen Kooperationspartnern – wie dem Kommissariat Vorbeugung der Polizei, der Bewährungshilfe sowie den Anonyme Alkoholikern durchgeführt.

57

Ort: Suchthilfe Aachen,
Hermannstr. 14, 52062 Aachen

Anmeldung: Fachstelle für
Suchtprävention, Saskia Engelhardt,
Tel.: 0241-4135610,
engelhardt@suchthilfe-aachen.de
www.facebook.com/CheckIt.NRW

Kosten: keine



fit machen

DO

15.09.

15-18H

Methodenschulung „Kinder aus suchtblasteten Familien“

Kinder aus suchtblasteten Familien sind hoch gefährdet, später selbst eine Suchterkrankung zu entwickeln. Studien gehen davon aus, dass ca. 2,65 Millionen Kinder in Deutschland betroffen sind. Wir sind davon überzeugt, dass die Risikofaktoren bei diesen Kindern überall da abgedeckt werden können, wo das Thema enttabuisiert ist und angesprochen werden kann, d.h. in den Schulen, in Sportvereinen, in offenen Jugendeinrichtungen, etc. Doch wie kann man zu diesem Thema mit betroffenen Kindern arbeiten? Wir geben einen praktischen Einblick in unsere Arbeit mit vielen Möglichkeiten zum Ausprobieren, Fragen stellen und selbst aktiv werden.



59

Ort: Feuervogel, Monheimsallee 71,
52062 Aachen

Anmeldung: Feuervogel, Benjamin Kläber,
Tel.: 0241-41360840,
klaeber@suchthilfe-aachen.de

Referenten: Matthias Schreiber,
Victoria Pieper

Kosten: € 20,- (bar zu zahlen zu Beginn
der Fortbildung; Quittung wird erstellt)

fit machen

Embrace
DU BIST SCHÖN

87% der Frauen sind mit ihrem Körper unzufrieden.
45% der Frauen sind mit ihrem Gewicht unzufrieden.
90% der Frauen wünschen sich einen schlankeren Körper.
49% der Frauen wünschen sich eine kleinere Brust.
4 Mio. Frauen sind unzufrieden mit ihrem Körper.

1,8 MRD. Frauen sind unzufrieden mit ihrem Körper.

49% der Frauen wünschen sich einen schlankeren Körper.

Schönheitsideal 2013?!

Apple

Schönheitsideal Ende des 19. Jahrhunderts

In den neuziger Jahren des 19. Jahrhunderts galt der schlanke Frauenkörper als größtes Schönheitsideal. Aus diesem Grund zählte das Korsett noch immer zu den absolut unentbehrlichen Kleidungsstücken.

Schönheitsideal in den 20ern

Ein kleiner Kopf, ausdrucksvolle Augen und wellige, auf Köcheln getragene Haare gehen in den 20er Jahren als schön.

Nein JA Nein Nein JA Nein

Schön ist für mich...

Für Adipositas ist das Aussehen nicht so wichtig wie die Charaktere.

Beach balls: Red/White/Blue, Blue/White/Red, Yellow/White/Red

Food cards: Pizza, Spoon, Carrot, Pineapple, Banana, Salad, Coffee, Dessert

DI

20.09.

13-17H

Werkkiste Essstörung

Methoden zur Prävention von Essstörungen

Schönheitsideale, Rollenerwartung, kritische Lebensereignisse, genetische Faktoren, Leistungsdruck – die Ursachen für Essstörungen sind vielfältig und selten auf nur einen Grund zu beschränken. Unsere Werkkiste Essstörung bietet daher Methoden zu mehreren Themenbereichen: Ernährung, Selbst- und Fremdbild, Schönheitsideale und Achtsamkeit.

In der Fortbildung wird zum einen theoretisches Wissen über die Formen und Ursachen von Essstörungen sowie über das Hilfesystem vermittelt. Zum anderen präsentieren wir Multiplikatoren konkrete Methoden zur Bearbeitung der Thematik, die zeitnah und „eins zu eins“ im Unterricht oder Gruppenstunden durchgeführt werden können. Die vorgestellten Methoden sind innerhalb der Werkkiste Essstörung kompakt zusammengeführt, die anschließend kostenfrei bei uns entliehen werden kann.

61

Ort: Suchthilfe Aachen, Hermannstr. 14,
52062 Aachen

Anmeldung: Fachstelle für Suchtprävention, Saskia Engelhardt,
Tel.: 0241-4135610,
engelhardt@suchthilfe-aachen.de

Kosten: € 25 (inkl. Imbiss; bar zu zahlen
zu Beginn der Fortbildung; Quittung wird
erstellt)

MI

28.09.

14-17H

„Glüxxbox“ – Praktische Methoden in der Prävention von Glücksspielsucht

2021 wurden Online-Glücksspiel sowie Sportwetten in Deutschland legal. Doch auch im überarbeiteten Glücksspielstaatsvertrag gilt: Glücksspiele jeglicher Art sind für Jugendliche unter 18 Jahren verboten. Trotz dieses Verbots ist der Anteil Jugendlicher mit problematischem Glücksspielverhalten in den letzten Jahren angestiegen. Hiervon sind vor allem männliche Jugendliche betroffen.

Anlässlich des bundesweit stattfindenden „Aktionstag Glücksspielsucht“ stellen wir erprobte Materialien zur Glücksspielprävention für Multiplikatoren aus Einrichtungen in der Stadt Aachen vor. Die hier vorgestellten Methoden sind in der „Glüxxbox“ kompakt zusammengeführt, die anschließend kostenfrei bei uns entliehen werden kann.

63

Ort: Suchthilfe Aachen,
Hermannstr. 14, 52062 Aachen

Anmeldung: Fachstelle für
Glücksspielsucht, Matthias Schreiber,
Tel.: 0241-41356110,
schreiber@suchthilfe-aachen.de

Kosten: € 25 (inkl. Imbiss, bar zu zahlen
zu Beginn der Fortbildung; Quittung wird
erstellt)

A close-up, over-the-shoulder view of a person with blonde hair looking at a tablet. The tablet screen shows a colorful, abstract image with blue, green, and white elements. A hand is visible on the right side of the tablet, interacting with the screen. A red brushstroke graphic is overlaid on the top right of the image, containing the text 'klar sein' in white cursive script.

klar sein

DO

20.10.

19-21H

Digitaler Elternabend: „click kids“

zwischen Medienkompetenz und Mediensucht

Die Nutzungszeiten digitaler Medien waren statistisch gesehen bei Kindern schon vor der Corona-Pandemie hoch. Doch durch Kontaktbeschränkungen, Lockdowns und Homeschooling ist das Medienverhalten nochmal gestiegen. Viele kommen auch nach dieser Zeit nicht mehr in ihren Alltag von vor Corona zurück und verharren in ihrem zum Teil exzessiven Medienverhalten. Eltern sind mit dem digitalen Schub verunsichert und haben Fragen: Welche „Nebenwirkungen“ bringt der hohe Medienkonsum mit sich? Und wie sieht ein gesunder Umgang mit digitalen Medien aus?

Der Elternabend richtet sich an Eltern, deren Kinder die Grundschule besuchen.

65

Ort: digital per Zoom

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

Kosten: keine

A person wearing glasses is shown in profile, looking at a laptop screen. The screen displays a video player with a large number '2' in the center. The background is dark with out-of-focus lights, creating a bokeh effect. A red brushstroke graphic is overlaid across the middle of the image, containing the text 'erfahrungen teilen' in white cursive script.

erfahrungen teilen

MI

16.11.

13-17.30H

Exzessive Mediennutzung bei Kindern und Jugendlichen

Schon vor Corona zeigten Studien, dass bereits 20% der 7-Jährigen und 75% der 10-Jährigen ein eigenes Smartphone besitzen. 75% der Grundschul Kinder in der 4. Klasse zählen als regelmäßige Internetnutzer. Die Corona-Pandemie und Lockdownphasen haben dazu beigetragen, dass das Medienverhalten von Kindern und Jugendlichen zum Teil drastisch gestiegen ist. Gaming und soziale Medien werden vor allem genutzt, um Langeweile zu bekämpfen, soziale Kontakte aufrechtzuerhalten, aber auch, um Stress abzubauen und der Realität zu entfliehen. Wie sieht ein maßvoller, souveräner Umgang mit digitalen Medien aus? Was sind Schutzfaktoren, um einem riskanten Nutzungsverhalten vorzubeugen und wie können diese gefördert werden? Wie können Eltern und pädagogische Fachkräfte Kinder und Jugendliche in der medialen Welt begleiten? Welche Angebote der Suchtprävention und Suchthilfe gibt es?

In unserer traditionellen Herbstfortbildung wollen wir einige dieser Aspekte aufgreifen und näher beleuchten. Zu Wort kommen externe Referenten sowie Mitarbeitende der Suchthilfe Aachen, die von ihren Erfahrungen berichten.

67

Safe the date!

Herbstfortbildung der Suchthilfe Aachen

Ort und weitere organisatorische Informationen folgen.

sensibilisieren



DO

24.11.

13-17H

„Risiken erkennen und Stabilität schaffen“

Rückfallprävention in der Arbeit mit suchtkranken Menschen

Sucht ist eine chronische Erkrankung, in deren Verlauf das Auftreten von Rückfällen nicht ungewöhnlich ist – vor allem in der Arbeit mit komorbiden Klienten, die als besonders gefährdet gelten. Die Sensibilisierung für persönliche Rückfallrisiken, die Entwicklung von Bewältigungsstrategien sowie die zeitnahe erneute Stabilisierung nach einem Rückfall stehen daher im Focus der Fortbildung. Wie erleben und verarbeiten Klienten einen Rückfall? Welche Interventionen tragen zur Stabilisierung bei?

Wir stellen theoretische Hintergründe sowie altbewährte und neu entwickelte Methode in der Arbeit mit Klienten vor und vertiefen diese in praktischen Übungen.

69

Ort: Suchthilfe Aachen, Herzogstr. 4,
52070 Aachen

Referentinnen: Sorica Amann und
Ruth Schwalbach

Anmeldung: Jugend- und Drogenberatung,
Edith Baksa, Tel.: 0241/980920,
amann@suchthilfe-aachen.de

Kosten: € 40,- (inkl. Imbiss; bar zu zahlen zu
Beginn der Fortbildung; Quittung wird erstellt)

fit machen

Wer jeden Tag eine Schachtel Zigaretten raucht, zahlt dafür im Jahr als 100 Euro

Wer ein Jahr lang täglich eine Schachtel Zigaretten raucht, hat so viele Packungen geleeert, wie hier zu sehen sind. Das sind jedes Jahr ungefähr 7.000 Zigaretten.

Vorsicht GIFT!

Butan benötigt man als Camping- und Feuerzeuggas



Sicht

Vorsicht GIFT!

Aceton ist ein Bestandteil von Lösungsmitteln



Sicht

Genuss & Entspannung



Spaß & Freunde



Urlaub & Abenteuer



Körpererfahrung & Freizeitsport



Quiz

Wissen gefährdet Rauchen



Alkoholkonsum

KlarSicht



Werbung und Wirkung

Werbung und Wirkung



BZgA

KlarSicht

SamsGrate



MI

30.11.

14-17H

KlarSichtkoffer – Praktische Methoden der Tabak- und Alkoholprävention

Klarsehen, den Durchblick haben und sich nichts vormachen. Im Rahmen der Fortbildung zum Methodenkoffer „Klarsicht“ präsentieren wir den interaktiven KlarSicht Mitmach-Parcours zu Tabak und Alkohol. Dieser wurde von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) entwickelt und nun als mobile Variante in einen Koffer praktisch zusammengefasst. Innerhalb von fünf Stationen werden den Jugendlichen anhand von Rollenspielen, Quiz- und Diskussionselementen suchtpräventive Botschaften zu den Themen Alkohol und Tabak interaktiv vermittelt.

Jede Station wird von ein bis zwei geschulten Moderatoren angeleitet. Dies können Lehrer, Schulsozialarbeiter, Mitarbeiter in Jugendtreffs etc. genauso sein, wie Peers oder Ehrenamtliche.

Die Moderatoren werden innerhalb dieses Seminars von uns geschult, um diesen selbstständig (evtl. mit unserer Unterstützung) durchzuführen. Im Anschluss an die Schulung kann der KlarSichtkoffer kostenlos bei uns ausgeliehen werden.

71

Ort: Suchthilfe Aachen,
Hermannstr. 14, 52062 Aachen

Anmeldung: Fachstelle für
Suchtprävention, Saskia Engelhardt,
Tel.: 0241-4135610,
engelhardt@suchthilfe-aachen.de

Kosten: € 15 (inkl. Imbiss; bar zu zahlen
zu Beginn der Fortbildung; Quittung wird
erstellt)

dranbleiben



DO

05.12.

Move-Reflexionstag

9-14.30H

Ambivalenzen würdigen, Diskrepanzen aufdecken, reflektierendes Zuhören, geschmeidig mit Widerstand umgehen...? Sie erinnern Sie sich nur so vage, was es mit diesen Gesprächstechniken aus dem motivational interviewing auf sich hat? Sie wenden diese Techniken an, aber nicht immer gelingen Sie Ihnen gut?

Dann ist unser Reflexionstag vielleicht genau das Richtige für Sie: Ehemaligen Teilnehmenden unserer MOVE-Fortbildungen bieten wir hier die Möglichkeit, ihr Know-how zum motivational interviewing sowie zum Transtheoretischen Modell („Spirale der Veränderung“) aufzufrischen sowie ihre bisherigen Erfahrungen in Beratungsgesprächen zu reflektieren.

73

Ort: Suchthilfe Aachen,
Hermannstr. 14, 52062 Aachen

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

Kosten: 25,- Euro (inkl. Imbiss)

quietes tun



11/22

12/22

Wunschbaum im Luisenhospital für Feuervogel

Bunt geschmückt, mit vielen Wünschen von Kindern suchterkrankter Eltern steht seit vielen Jahren ein Weihnachtsbaum ab Mitte November in der Eingangshalle des Luisenhospitals. Patienten, Besucher und Mitarbeiter des Hauses nehmen sich die von den Kindern beschrifteten Anhänger, um kleine Herzenswünsche zu erfüllen. Wir und die Kinder danken Ihnen ganz herzlich.

Die Entwicklung von Schutzfaktoren gegen Sucht ist eines der Ziele der Einrichtung „Feuervogel – Hilfen für Kinder suchtkrankter Eltern“. Dazu gehört vor allem auch, dass diese einfach mal Kind sein können. Die Geschenke – wie eine gebrauchte Gitarre, ein rotes Bobby Car, Einhornschuhe oder ein Puppenhaus – sollen dabei helfen.

Ort: Luisenhospital,
Boxgraben 99, 52064 Aachen,
www.luisenhospital.de

Zahlungsbedingungen für Fortbildungen, Workshops und Angebote der Suchthilfe Aachen

Bitte beachten Sie, dass wir bei Rücktritt von genau oder weniger als zwei Werktagen vor Veranstaltungstermin 50% als Organisationsaufwand berechnen. Bei Absagen oder Nichterscheinen am Tag der Fortbildung berechnen wir die volle Teilnahmegebühr. Bei mehrtägigen Veranstaltungen fällt nach Besuch des ersten Abschnittes (oder Tages) 100% der Fortbildungsgebühr an, es erfolgt keine Rückzahlung.

In den Fortbildungsgebühren sind die in der Einladung angegebenen Leistungen (z.B. Tagungsmaterialien, Getränke, Mittagessen/Imbiss oder ein Zertifikat) enthalten. Für nicht in Anspruch genommene Leistungen erfolgt keine Erstattung.

Für die dem Teilnehmenden zur Verfügung gestellten Seminarunterlagen gilt das Urheberrecht. Sie dürfen ohne schriftliche Genehmigung nicht vervielfältigt, nachgedruckt, übersetzt oder an Dritte weitergegeben werden.

Es besteht kein Anspruch auf Durchführung der Veranstaltungen. Sofern die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird, können Veranstaltungen abgesagt werden. In diesem Fall werden Sie von uns per E-Mail informiert.

Mit Ihrer verbindlichen Anmeldung akzeptieren Sie die Teilnahme- und Zahlungsbedingungen.

In Zeiten von Corona ...

... behalten wir uns vor, Veranstaltungen kurzfristig in einem digitalen Format über Zoom anzubieten oder auch abzusagen, wenn die Entwicklungen in der Coronapandemie dies erfordern.

Wir orientieren uns mit unseren Hygieneregeln an den aktuellen Vorschriften zum Infektionsschutz. Mit Ihrer Anmeldung informieren wir Sie gerne über die geltenden Regeln.

SUCHTHILFE
AACHEN



Spendenkonto der Caritas:
Sparkasse Aachen
IBAN: DE 60390500 0000 0000 7070
BIC: AACSD33
Spendenzweck „Suchthilfe Aachen“

www.glueck-spenden.de

danke!

SUCHTHILFE AACHEN



Suchthilfe Aachen
Hermannstr. 14
52062 Aachen
Tel.: 0241-41356128
suchtberatung@suchthilfe-aachen.de

www.suchthilfe-aachen.de

Die Suchthilfe Aachen ist ein Fachreferat des Caritasverbandes für die Region Aachen Stadt und Land e.V.