

## ZUGANGSMÖGLICHKEITEN

### Infoabend

- Jeden Donnerstag um 17.00 Uhr
- Ohne Anmeldung
- Kostenlos und anonym
- **Dachauerstraße 29, 1. Stock, Raum 1**

### Einzelberatung

Terminvereinbarung über die Verwaltung im Club29 möglich unter Tel.: 089 - 59 98 93 - 0

Beratungstermine sind nach Vereinbarung auch außerhalb der Öffnungszeiten möglich.

Die Beratungsstelle befindet sich in der Dachauerstr. 35 im 3. Stock (Treppenaufgang oder Aufzug).

### Telefonsprechstunde für Kurzberatungen

Mo: 10.00 - 11.00 Uhr  
Tel.: 089-59 98 93 - 12

### Öffnungszeiten

Mo – Do: 9.00 – 12.00 und 13.00 - 17.00 Uhr  
Freitag: 9.00 – 15.00 Uhr  
Tel: 089 - 59 98 93 - 0



## DER WEG ZUM CLUB29

Sie finden die Beratungsstelle zwischen dem Hauptbahnhof und dem Stiglmaierplatz in der Dachauerstr. 35 (Tram-Linie 20 oder 21, Haltestelle Karlstraße).



Bildnachweis: Club29, Fotolia



DACHAUER STRASSE 35  
80335 MÜNCHEN

TEL: 089 / 59 98 93 – 0

FAX: 089 / 59 98 93 – 11

EMAIL: kontakt@club29.net

www.club29.net

Wir danken für die Finanzierung durch:



# Beratung

Für Suchtkranke, Suchtgefährdete  
und deren Angehörige



Prävention, Rehabilitation, Nachsorge und Selbsthilfe für  
Suchtkranke, Suchtgefährdete, und deren Angehörige

Club29 Suchthilfe gGmbH Mitglied im Caritasverband

# SUCHTBERATUNG UND NACHSORGE

## Sie sind bei uns richtig, wenn:

- Sie ein Problem im Umgang mit Alkohol und/oder anderen Suchtmitteln haben (evtl. verbunden mit einer psychischen Erkrankung)
- Sie Fragen haben und Unterstützung suchen
- Sie etwas an Ihrem Suchtverhalten verändern möchten
- Sie im Anschluss an eine Therapie eine für Sie geeignete **Nachsorge** suchen
- Sie Angehöriger eines Menschen sind, der ein Alkoholproblem hat und Sie sich überfordert und hilflos fühlen
- Sie Informationen möchten, welche Hilfeangebote es in München und Umgebung gibt

## Angebote der Beratungsstelle

- Beratung von Menschen mit Suchtproblemen und deren Angehörigen in kostenfreien Einzel- oder Paargesprächen
- Unterstützung bei behördlichen Angelegenheiten und Schriftverkehr
- Lösungsorientierte Kurzinterventionen im Einzelkontakt
- Vermittlung in Entgiftung, bzw. in ambulante oder stationäre Entwöhnungsbehandlungen
- Unterstützung bei Einleitung sonstiger weiterführender Maßnahmen
- Vermittlung an unsere Kooperationseinrichtungen, sowie andere soziale Einrichtungen
- Vorbereitung auf die MPU (Medizinisch psychologische Untersuchung), siehe hier gesonderten Flyer!

## Ambulante Suchtnachsorge

### Voraussetzung:

- abgeschlossene stationäre oder ganztägig ambulante Entwöhnungsbehandlung (Tagesklinik)

### Antragstellung:

- Die Antragstellung erfolgt noch während der stationären oder ganztägigen Entwöhnungsbehandlung durch die jeweilige Therapieeinrichtung beim zuständigen Kostenträger (Rentenversicherung)
- 4 Wochen vor Ablauf der Behandlung sollte zur Abklärung aller relevanten Fragen eine Kontaktaufnahme mit uns erfolgen.

### Dauer / Umfang:

- 20 Gesprächseinheiten plus 2 Gespräche für Bezugspersonen im Zeitraum von 6 Monaten (im Einzelfall Verlängerung möglich)
- Gruppen und Einzelgespräche (1 x wöchentlich Gruppe und bei Bedarf Einzelgespräche)
- Die Dauer der Gespräche beträgt 100 Minuten für Gruppen- und 50 Minuten für Einzelgespräche

### Inhalte:

Die Gruppen- und Einzelgespräche der Nachsorge dienen der Sicherung und Festigung der in der vorangegangenen Therapie erworbenen Verhaltensweisen und Einstellungen.

Insbesondere werden folgende Themen bearbeitet:

- Erhaltung und Stabilisierung der Abstinenz
- angemessene Konfliktlösungsstrategien bei drohenden oder aktiven Krisen
- Anschluss an eine Selbsthilfegruppe
- Förderung von Eigenaktivitäten (z.B. Freizeitgestaltung)
- Inanspruchnahme medizinischer und psychotherapeutischer Hilfen sowie anderer Hilfen
- Erhalt oder Wiederherstellung der Arbeitsfähigkeit

