

Alkoholische Getränke schmecken, machen locker und lustig. Alles Schwere tritt in den Hintergrund...

Aber gerade das kann schwierig werden, wenn Alkohol zum Problemlöser und regelmäßigem Begleiter wird und der Alltag immer schwieriger zu bewältigen ist.

Für die einen ist es der Alkohol, für die anderen das Spielen, die illegalen Drogen oder Medikamente. Kleine Helferlein, die sich irgendwann ins Gegenteil verkehren.

Irgendwann merken dann die Betroffenen (häufig noch schneller die Angehörigen), dass das nicht mehr gesund sein kann. Und was dann? Wo gibt es in unserer Stadt ganz konkrete Hilfe?

In diesem Flyer finden Sie eine Sammlung von Anlaufstellen, die mit Ihnen in relativ kurzer Zeit erarbeiten, wie Ihr Weg aus der Sucht aussehen könnte.

Angeregt wurde dieser Flyer von Duisburger Betroffenen, die sich gegenseitig in Selbsthilfegruppen unterstützen. Kontakt zu den über 70 Duisburger Selbsthilfegruppen bekommen Sie bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle Duisburg.

Alkollü içecekler güzel bir tada sahiptir, sizi rahatlatır ve keyfinizi artırır. Tüm zorlukları geri plana atarsınız ... Ancak alkol bir problem çözme yöntemi ve düzenli bir yol arkadaşısı haline gelebilir. Bu durumda günlük yaşamın üstesinden gelmek gittikçe zorlaşır ve yeni zorluklar ortaya çıkar.

Kimisi alkol kullanır, kimisi ise kumar oynar, yasa dışı uyuşturucu veya hap kullanır. Fakat bu küçük yardımcıları bir süre sonra ters yönde etki yapar. Bir süre sonra bağımlı kişiler (sıkça onlardan da önce aileleri) bunun artık sağlıklı olamaya çağını fark ederler.

Peki ya sonra? Şehrimizde nerede somut yardım bulunabilir?

Bu el ilanında, bağımlılıktan nispeten kısa bir sürede kurtulmanız için size destek olacak merkezlerin bir listesini bulabilirsiniz.

Bu el ilanı, Duisburg'da yaşayan ve kendi kendine yardım gruplarında birbirlerini destekleyen bağımlı kişilerin önerisi üzerine hazırlandı. Duisburg'da sayıları 70'i aşan kendi kendine yardım gruplarının iletişim bilgileri için Kendi Kendine Yardım İletişim Merkezi Duisburg'a (Selbsthilfe-Kontaktstelle Duisburg) danışabilirsiniz.

IN DUISBURG TREFFEN SICH SUCHTSELBSTHILFE-GRUPPEN FÜR BETROFFENE UND ANGEHÖRIGE ZU FOLGENDEN THEMEN:

- Alkohol
- Esssucht
- Illegale Drogen
- Medikamente
- Sexsucht
- Spielsucht

Dieser Flyer entstand durch die finanzielle Unterstützung der Novitas BKK.

NOVITAS BKK

HERAUSGEBER:



Musfeldstraße 161 – 163
47053 Duisburg

REDAKTION:

Selbsthilfe-Kontaktstelle Duisburg
www.selbsthilfe-du.de
Telefon: 0203 / 60 99 041
E-Mail: selbsthilfe-duisburg@paritaet-nrw.org

STAND:

November 2019

Beratung und Orientierung zum Thema Sucht in Duisburg



ALEXIANER BÜRGERHAUS DUISBURG

Zentrum für Abhängigkeitserkrankungen und psychosoziale Therapie

FACHSTELLE GLÜCKSPIELSUCHT

Betroffene, Angehörige, Ratsuchende: Alkohol, Medikamente, illegale Drogen, Medien- und Internetsucht, pathologisches Glücksspiel, Essstörungen, Kaufsucht, Sexsucht, Impulskontrollstörungen, begleitende Beeinträchtigungen etc.

RHEINHAUSEN

Telefon: 02065/25 569 - 0

E-Mail: info@alexianer-suchtberatung.de

Internet: www.alexianer-suchtberatung.de

Offene Sprechstunde:

Di 15.00 - 17.00 Uhr, Fr 10:00-12:00 und nach Vereinbarung

FLIEDNER KRANKENHAUS RATINGEN

Hilfe für Menschen mit Alkohol-, Medikamenten- und Drogenabhängigkeit. Ein suchttherapeutisches Erstgespräch ermöglicht eine diagnostische Abklärung und eine damit verbundene Therapieempfehlung.

RATINGEN

Telefon: 02102/303-331, -433, -333

E-Mail: stephanie.krueger@fliedner.de

Internet: www.krankenhaus.fliedner.de

Offene Sprechstunde:

Mo – Fr 8.00 – 9.00 Uhr, Mi 13.30 – 15.00 Uhr

GFO KLINIKEN NIEDERRHEIN FACHKLINIK ST. CAMILLUS

Beratung zu Abhängigkeit von Alkohol, Medikamenten, Amphetamin, Cannabis, sowie pathologischer Spielsucht und PC-Abhängigkeit

WALSUM

Telefon: 0203/47 90 70

E-Mail: info@camillus-duisburg.de

Internet: www.camillus-duisburg.de

Offene Sprechstunde:

Mo, Mi u. Do 9.00 – 10.00 Uhr, Di u. Do 17.30 – 18.30 Uhr

HELIOS MARIENKLINIK ZUR QUALIFIZIERTEN ENTGIFTUNG

Suchterkrankungen

HOCHFELD

Telefon: 0203 – 546 – 36 600

E-Mail: du-v-institutsamb.duisburg@helios-gesundheit.de

Offene Sprechstunde:

Di 10.00 – 12.00 Uhr, Do 14.00 – 16.00 Uhr

SANA KLINIKEN DUISBURG BERTHA-KRANKENHAUS

Suchtspezifische Beratung

RHEINHAUSEN

Offene Sprechstunde:

Mo 9.30 – 10.30 Uhr, Do 14.00 – 15.00 Uhr

Telefon: 02065/25 85 64

E-Mail: juergen.eufinger@sana.de

Internet: www.sana-duisburg.de

SUCHTHILFEZENTRUM NIKOLAUSBURG

Beratung und Behandlung von Alkohol-, Medikamenten- und Drogenabhängigen sowie Spielsüchtigen und deren Angehörige.

RUHRORT

Telefon: 0203/80936-0

E-Mail: suchthilfezentrum@caritas-duisburg.de

Internet: www.caritas-duisburg.de/suchthilfe

Offene Sprechstunde: jeden Mittwoch 15:00 – 18:00 Uhr

SUCHTHILFEVERBUND DUISBURG E.V.

E-Mail: info@suchthilfeverbund-duisburg.de

Internet: www.suchthilfeverbund-duisburg.de

DROGENBERATUNG

Die Angebote richten sich an Konsumentinnen und Konsumenten illegaler Drogen, die über 21 Jahre alt sind, an Angehörige und Bezugspersonen.

Erreichbar: Mo 9.00 – 13.00 Uhr

Di – Do 9.00 – 13.00 Uhr und 14.00 – 16.00 Uhr

Fr 9.00 – 14.00 Uhr

DUISBURG-MITTE

Telefon: 0203/71 89 06-60

Offene Sprechstunde:

Mo u. Fr 10.00 – 13.00 Uhr und nach Vereinbarung

DUISBURG-MARXLOH

Telefon: 0203/98 43 02-60

Offene Sprechstunde:

Di u. Do 10.00 – 13.00 Uhr und nach Vereinbarung

JUGENDSUCHTBERATUNG

Wir bieten Information, Beratung und bei Bedarf Weitervermittlung für Konsumentinnen und Konsumenten von legalen und illegalen Suchtmitteln bis zum Lebensalter von 21 Jahren, sowie für Angehörige und Bezugspersonen, an.

DUISBURG-MITTE

Telefon: 0203/72 81 26-65

Offene Sprechstunde: Mi 15:00 – 17:00 Uhr und nach Vereinbarung