

Ansprechpartner*innen sind:

Silva Stroppel
(B.A. Soziale Arbeit)

Lucia Biniiecki
(B.A. Soziale Arbeit)

Michael Schmid
(B.A. Soziale Arbeit)

Terminvereinbarung auf Anfrage

Suchtberatung Sigmaringen

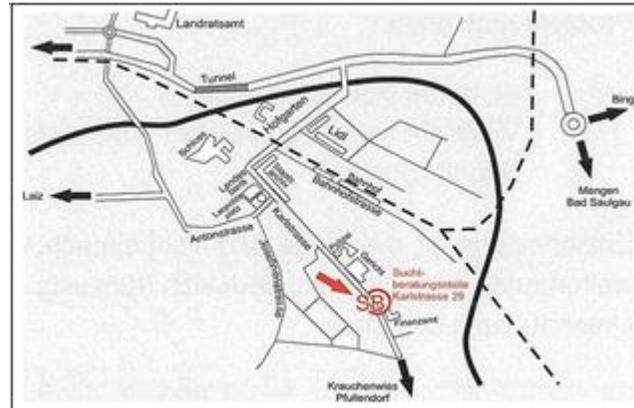
Karlstr. 29
72488 Sigmaringen
☎ 07571-4188
📠 07571-1706

suchtberatung-sigmaringen@agj-freiburg.de
www.suchtberatung-sigmaringen.de

Öffnungszeiten:

Montag	8.00-10.00 + 13.00-17.00 Uhr
Dienstag	14.00-18.00 Uhr
Mittwoch	10.00-12.00 + 14.00-18.00 Uhr
Donnerstag	8.00-12.00 + 13.00-17.00 Uhr
Freitag	10.00-12.00 + 13.00-15.00 Uhr

Weitere Termine auf Anfrage möglich



Risiko – Check Einzel

Ein Angebot für

junge

Suchtmittel- Konsumenten

gefördert durch



Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V



FACHVERBAND FÜR
PRÄVENTION UND REHABILITATION
IN DER ERZDIÖZESE FREIBURG E.V.



Suchtberatung
Sigmaringen

„Ich bin nicht süchtig – ich habe alles unter Kontrolle!“

„Es gehört zum Erwachsenwerden eben dazu, besoffen zu sein und mal die eine oder andere Droge zu probieren...“

Wenn Du deswegen von der Polizei nach Hause gebracht werden musstest oder mit einer Vergiftung im Krankenhaus landest – vielleicht sogar mehrmals – dann gehört das sicher nicht mehr zum Erwachsenwerden dazu.

Dann hast **Du** nicht alles unter Kontrolle, sondern dann hat **Dich** etwas unter Kontrolle!

Bitte beantworte für Dich folgende Fragen:

Trinkst Du oder nimmst Du Drogen, weil Du es magst, betrunken oder high zu sein?

Oder weil es Dich aufmuntert, wenn Du schlecht drauf oder gestresst bist?

Trinkst Du oder nimmst Du Drogen, weil Du die Party so besser genießen kannst oder lustiger bist, wenn Du mit anderen abhängst?

Vielleicht möchtest Du aber einfach nur dazugehören und denkst, dass Alkohol oder Drogen eben auch dazu gehören?

Hast Du alle Fragen mit „Nein“ beantworten können?

Wenn Du ganz ehrlich zu dir bist, mindestens einmal kam ein zögerliches „Ja, vielleicht, kann sein“ vor.

Was bedeutet das?

Egal, ob dein Motiv Spaß, Kontaktfreudigkeit, der Wunsch nach Dazugehörigkeit oder Lösen von Problemen ist: Alkohol oder Drogen werden Dir nicht immer helfen, im Gegenteil. Sehr schnell kann aus dem Genuss ein völlig anderes Problem entstehen:

Es nennt sich Abhängigkeit!
Vielleicht kennst Du es eher unter dem Begriff „Sucht“?!

Entscheidend ist, die Dinge jetzt nicht einfach weiterlaufen zu lassen, sondern sich frühzeitig Unterstützung zu holen.

Wie sieht diese Unterstützung aus?

Mithilfe von HaLT-Risikocheck, einer frühzeitigen Interventionsmaßnahme, können wir gemeinsam mit Dir in Einzelgesprächen deine persönlichen Risikosituationen erforschen, gemeinsam Alternativen erarbeiten und Dich darin unterstützen, Verantwortung für dein Verhalten zu übernehmen.



Aber was ist nun „Sucht“?

Damit Du den Weg vom ersten Probieren bis zur Abhängigkeit verstehst – und nachvollziehen kannst, warum deine Eltern, die Schule, die Polizei und alle anderen um Dich herum deinen Umgang mit Alkohol oder Drogen nicht mehr cool finden – informieren wir Dich in den Einzelgesprächen darüber, was Sucht ist und wie sie überhaupt entstehen kann. Wir nennen diesen Suchtverlauf auch gerne Suchtstufen.

Aber egal, wie etwas genannt wird – während des Risikochecks wird Dich immer eine Frage begleiten:

Wo stehst Du? Beim Genuss?

Oder bist Du schon

Hart am Limit?

Wenn Du mehr über Dich und deine Konsumgewohnheiten erfahren willst, dann melde Dich bei uns.

Wir nehmen uns gerne Zeit für Dich und freuen uns auf gemeinsame Gespräche mit Dir!

Gerne kannst du eine Freundin oder einen Freund zum Gespräch mitbringen, wenn Du dich dadurch wohler fühlst.