

## Willkommen im Zentrum für integrative Suchthilfe

### Wir informieren Sie – online und vor Ort

Haben Sie Fragen zum Konsum von Alkohol, Medikamenten oder Drogen? Oder zu gesundheitsbezogenen Themen? Interessieren Sie sich für eine Therapie oder eine Kurzintervention? Wir sind spezialisiert auf die Beratung und Behandlung von Menschen mit Alkohol- oder Medikamentenproblemen und deren Angehörige. Unsere erfahrenen Mitarbeiter\*innen stehen Ihnen mit Fachkompetenz und Engagement zur Verfügung. Gerne beraten wir Sie auch in Ihrer Muttersprache. Fremdsprachige Angebote finden Sie unter [www.vistaberlin.de](http://www.vistaberlin.de)

### Was möchten Sie verändern?

Sie möchten Ihren Konsum kontrollieren, reduzieren oder beenden? Wir entwickeln gemeinsam mit Ihnen Lösungen, die sich an Ihren Wünschen und individuellen Möglichkeiten orientieren und begleiten Sie auf dem Weg zu mehr Konsumkompetenz und Zufriedenheit.

### Wir engagieren uns für Sie

Den Impuls, sich beraten zu lassen, haben Sie von Ihrer/ Ihrem Partner\*in, Ihren Eltern oder von gerichtlicher Seite erhalten? Wir stärken Sie dabei, neue Ziele zu entwickeln und diese aktiv anzugehen.

### Wir unterstützen Sie

Es gibt in Ihrem persönlichen Umfeld Probleme mit Alkohol oder Medikamenten und Sie fühlen sich belastet? Nehmen Sie Kontakt zu uns auf! Dabei spielt es keine Rolle, ob Sie sich als Elternteil, Partner\*in oder Freund\*in an uns wenden!

### Vielfalt und gebündelte Kompetenz

Wir pflegen ein enges Netzwerk mit medizinischen Einrichtungen, therapeutischen und unterstützenden Angeboten, Familienhilfen sowie zu Selbsthilfegruppen. Welchen Weg Sie auch einschlagen – wir begleiten Sie!

### Wir sind für Sie da

Alle Mitarbeiter\*innen von vista arbeiten Hand in Hand, um Ihnen die beste Beratung und Begleitung zu bieten. Unsere Angebote sind kostenlos. Bei Bedarf vermitteln wir Sie gerne weiter – schnell und unkompliziert.

Zu unseren Grundsätzen zählen die Akzeptanz und Würdigung unterschiedlicher Lebensentwürfe und kultureller Hintergründe sowie ein respektvoller Umgang. Vertraulichkeit und Datenschutz sind selbstverständlich in unserer Arbeit. Auf Wunsch beraten wir Sie anonym. Wir freuen uns auf Ihren Anruf oder Besuch!

### Alkohol- und Medikamentenberatung Spandau

Carl-Schurz-Straße 31  
13597 Berlin  
[spandau@vistaberlin.de](mailto:spandau@vistaberlin.de)

Tel. 030 / 355308-770  
Fax 030 / 355308-799

### Sie erreichen uns

Mo 9 bis 18 Uhr  
Di 12 bis 16 Uhr  
Mi, Do 9 bis 16 Uhr  
Fr 9 bis 14 Uhr

### Verkehrsverbindungen

U-Bahn: U7  
(Rathaus Spandau, Altstadt Spandau)



# beratung

rund um den Konsum von Alkohol  
und Medikamenten

## ■ Unsere Angebote

### Beratung

#### Informieren Sie sich über

- Wirkung und Risiken von psychoaktiven Substanzen, d. h. Alkohol, Medikamente und Drogen
- Wege zu mehr Konsumkompetenz, um gesundheitsschädigende Folgen zu reduzieren
- Selbsthilfe und Gruppenangebote
- Entzugsmöglichkeiten und Therapieformen
- Angebote zur Rückfallprävention
- Angebote für Angehörige

### Begleitung

#### Holen Sie sich Unterstützung

- zur Reflektion Ihres Konsumverhaltens
- zur Stärkung Ihrer Kompetenzen
- bei der Umsetzung Ihrer Veränderungswünsche
- bei der Vermittlung, z. B. in eine geeignete Therapie, Betreutes Wohnen oder andere Angebote
- bei bürokratischen Angelegenheiten

### Ambulante Therapie

#### Ihr Weg in ein gesünderes und zufriedenes Leben

- durch die Aufnahme einer ambulanten Therapie in einer unserer Beratungsstellen
- durch eine Nachsorgebehandlung im Anschluss an eine stationäre Therapie

## Mehr Konsumkompetenz

### Kontrolliertes Trinken (KT)

KT unterstützt Menschen, die ihren Umgang mit Alkohol verändern wollen. Ihr Ziel kann es sein, weniger oder gar nicht mehr zu trinken.

### Rauchfrei-Programm

Das ganzheitliche Konzept bietet individuelle Strategien und motivierende Gespräche für Sie, wenn Sie sich eine Veränderung in Richtung rauchfreies Leben wünschen.

### Break

Dieses Interventionsprogramm richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene. Ziel ist, Ihren Alkoholkonsum zu beobachten und dadurch besser zu steuern.

### Frühinterventionsprogramm (FreD)

„FreD“ ist ein Angebot für junge Menschen von 14 bis 25 Jahren. Es liefert Ihnen umfassende Informationen zu verschiedenen Substanzen und regt eine frühzeitige kritische Auseinandersetzung mit dem eigenen Konsum an.

## Rückfälle bearbeiten und vermeiden

### S.T.A.R.

Das „Strukturierte Trainingsprogramm zur Alkohol-Rückfallprävention“ richtet sich an Menschen mit einer Abhängigkeitsproblematik. Wie gehen Sie mit „Ausrutschen“ um und welche Möglichkeiten der Vorbeugung von Rückfällen haben Sie?

## Sie wünschen sich eine Veränderung in Ihrem Leben? Es gibt mehr Wege, als Sie denken!

Mit Hilfe bewährter Strategien und Programme können Sie einen selbstbestimmten, kontrollierten Konsum erreichen und Ihre Kompetenz im Umgang mit bestimmten Substanzen stärken.

Konsumreduktionsprogramme sind hilfreich, wenn eine Abstinenz aktuell nicht vorstellbar, aber eine Veränderung der Situation erwünscht ist.

## Unterstützung für Eltern bzw. Angehörige

### CRAFT-Coaching für Angehörige

Ein Coaching kann Ihnen helfen, wenn im engen Umfeld regelmäßiger Substanzkonsum ein problematisches Thema ist.