



**Suchthilfeverbund Duisburg e.V.**

[www.suchthilfeverbund-duisburg.de](http://www.suchthilfeverbund-duisburg.de)



**Informationen zu unserem Angebot**  
Ambulante Reha-Sucht-Nachsorge  
erhalten Sie in unseren Beratungsstellen

**Drogenberatung Duisburg-Mitte**  
Beekstraße 45 B | 47051 Duisburg  
Tel. 0203 71 8906 60

**Drogenberatung Duisburg-Hamborn**  
Rathaus-Str. 2 | 47166 Duisburg  
Tel. 0203 98 4302 60

**Fachstelle Suchtvorbeugung & Jugendsuchtberatung**  
Beekstraße 45 | 47051 Duisburg  
Tel. 0203 72 8126 60

[info@suchthilfeverbund-duisburg.de](mailto:info@suchthilfeverbund-duisburg.de)  
[www.suchthilfeverbund-duisburg.de](http://www.suchthilfeverbund-duisburg.de)

**Spendenauf Ruf**  
Wenn Sie uns in unserer Arbeit unterstützen möchten, freuen wir  
uns über Ihre Spende!  
Sparkasse Duisburg  
IBAN: DE 53 3505 0000 0200 1395 90  
Stichwort: FitKids

# Ambulante Reha-Sucht-Nachsorge



**Suchthilfeverbund Duisburg e.V.**

## Zurück in den Alltag – und nun?

Nach einer stationären Entwöhnungsbehandlung geht es für die meisten Menschen zurück in den gewohnten Alltag.

Jetzt ist es wichtig, die erarbeiteten Erfolge sowie die neuen Denk- und Handlungsansätze aus der Therapie auch langfristig in den Alltag zu integrieren und zu verfestigen, um nicht wieder in alte Verhaltensmuster und Teufelskreise zu geraten.

Damit eine Umsetzung gut gelingt, ist eine ambulante Begleitung durch qualifizierte Beratungsstellen häufig sinnvoll oder gar notwendig.

## Was heißt das konkret?

Kommt man im Anschluss an eine stationäre Entwöhnungsbehandlung wieder in die Familie oder das gewohnte Umfeld, stellen sich meist viele Fragen:

- Wie gestalte ich meinen Alltag neu?
- Wie gut funktionieren eingeübte Bewältigungsstrategien in der Praxis?
- Wie gehe ich mit (nicht immer wohlwollenden) Reaktionen aus meinem Umfeld um?
- Wohin mit dem Frust, wenn nicht alles sofort klappt?
- Wie stelle ich mir mein weiteres Leben vor?

Wir begleiten Sie im Umgang mit diesen Fragestellungen, bei Problemen im Zusammenhang mit der Erhaltung der Abstinenz im Alltag, der Festigung Ihrer Abstinenzmotivation sowie der Vermeidung von und dem Umgang mit Rückfällen. Wir bieten außerdem Unterstützung und konkrete Hilfe in Krisensituationen. Es besteht Raum für die Auseinandersetzung mit und der Planung von beruflichen und privaten Perspektiven.

Wir orientieren uns an den Richtlinien der Deutschen Rentenversicherung für die ambulante Sucht-Nachsorge. Die Beratung umfasst einen Zeitraum von insgesamt sechs Monaten – das entspricht 20 Einzel- und 2 Angehörigengesprächen.

## Wie komme ich zu Ihnen?

Die Beantragung erfolgt in der Regel über die stationäre suchtherapeutische Einrichtung gegen Ende Ihres Aufenthalts.

Begonnen werden muss die Ambulante Nachsorge spätestens 3 Monate nach Entlassung aus der Suchtfachklinik.

Vereinbaren Sie gerne direkt einen Termin mit uns!

### Ihre Ansprechpartnerin:

Kirsten Eßer, Dipl.-Sozialpädagogin/  
Systemische Therapie und Beratung  
Drogenberatung  
Beekstr. 45 B | 47051 Duisburg  
Tel. 0203 718 906 63  
[info@suchthilfeverbund-duisburg.de](mailto:info@suchthilfeverbund-duisburg.de)