

Digitale Hilfen für Suchtkranke

Während der Einschränkungen durch das neue Corona-Virus sind die Anfragen nach Sucht-Selbsthilfegruppen merklich gestiegen. Verschiedene Sucht-Selbsthilfeverbände haben daher Möglichkeiten gefunden, die eine gute Alternative darstellen können.

Der Kreuzbund bietet fast täglich die Möglichkeit an, sich in einem Chat auszutauschen. Der Kreuzbund-Chat ist für alle Sucht-Themen offen. Der Chataustausch soll dabei helfen, die Kontrolle über das eigene Leben, die Gesundheit und die eigene Lebensfreude wiederzugewinnen und wird von suchtkranken oder angehörigen Frauen und Männern moderiert.

<https://www.kreuzbund.de/de/chat-fuer-suchtkranke-und-angehoerige.html>

Mit den SoberGuides stellen die Guttempler ein Angebot mit ehrenamtlichen Begleitern, die besonders geschult wurden, zur Verfügung. Die SoberGuides begleiten Betroffene aus der Sucht über einen Zeitraum von drei Monaten persönlich und intensiv per Telefon. Das Projekt „back-me-up“ richtet sich an Angehörige oder nahestehenden Personen von Suchtkranken. Außerdem ist das bundesweite Nottelefon Sucht an 24 Stunden pro Tag besetzt.

<https://www.soberguides.de/>

<https://guttempler.de/informationen-material/projekte/angeh%C3%B6rigenprojekt-back-me-up>

<https://guttempler.de/informationen-material/projekte/nottelefon-sucht>

Das blaue Kreuz nennt seine Online-Selbsthilfegruppen Bluemeeting und bietet damit die Möglichkeit, an einer Videokonferenz teilzunehmen. Die Kamera darf dabei auch ausgeschaltet bleiben. Es gibt vier Gruppen mit unterschiedlichen Themen.

<https://www.blaues-kreuz.de/de/angebote-und-hilfe/selbsthilfe-online/gruppenangebote/>

An 365 Tagen im Jahr bieten die Anonymen Alkoholiker offene und geschlossene Online-Meetings an. Es finden sich themen- oder zielgruppenorientierte Meetings, z. B. das Blaue-Buch- oder das Schritte-Meeting, Meetings für junge Leute, für Frauen oder für Beginner in AA.

<https://www.anonyme-alkoholiker.de/meetings/onlinemeetings/>