

## Was können Sie tun?

Nehmen Sie Kontakt zu uns auf und vereinbaren Sie ein Erstgespräch oder besuchen Sie uns in der offenen Sprechzeit.

TGJ Suchtberatung  
Jenfelder Straße 100  
22045 Hamburg

Tel. 040 / 654 096 - 55  
Fax 040 / 238 309 802  
E-Mail [suchtberatung.tgj@alida.de](mailto:suchtberatung.tgj@alida.de)  
[www.alida.de](http://www.alida.de)

### Offene Sprechzeiten

Montag  
15.00 – 17.00 Uhr  
Donnerstag  
10.00 – 12.00 Uhr

Die TGJ ist eine Einrichtung der Alida Schmidt-Stiftung.



## So erreichen Sie uns mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Fahren Sie von **Wandsbek Markt** mit der Buslinie **11** bis zur Haltestelle **Am Jenfelder Moor**. Nach ca. fünf Minuten Fußweg erreichen Sie die Therapeutische Gemeinschaft Jenfeld TGJ. Alternativ von **Wandsbek Markt** mit den Buslinien **10/162/263** bis zur Haltestelle **Am Hohen Feld**. Von dort erreichen Sie die TGJ nach ca. sieben Minuten zu Fuß.

Die TGJ Suchtberatung befindet sich im Gebäude der TGJ. Bitte folgen Sie der Beschilderung im Haus.



Bundesverband **bus.**  
Suchthilfe e.V.

Mit Unterstützung von:



Hamburg | Sozialbehörde

## TGJ Suchtberatung



Ein Angebot für Menschen  
mit Suchtproblemen





## Ihre Situation

Haben Sie das Gefühl, dass durch Alkohol oder andere Suchtmittel Probleme in Ihrem Leben entstehen?

Erleben Sie dadurch Konflikte in Ihrer Partnerschaft/Familie oder fühlen Sie sich sozial isoliert?

Haben Sie durch Ihren Suchtmittelgebrauch Schwierigkeiten am Arbeitsplatz oder ist dieser deswegen gefährdet?

Fällt es Ihnen schwer, auf Suchtmittel zu verzichten oder sind Sie trotz Abstinenzvorhaben rückfällig geworden?

Wenn Sie Ihren Umgang mit Suchtmitteln überprüfen oder verändern möchten, unterstützen wir Sie gern.

## Unser Angebot

Die TGJ Suchtberatung bietet Ihnen eine **vertrauliche und kostenlose Beratung**, wenn Sie oder Ihre Familienangehörigen Fragen oder Probleme im Umgang mit Alkohol oder anderen Suchtmitteln haben. Wir klären mit Ihnen, ob und welche weiterführenden Hilfen notwendig sind und leiten die entsprechenden Maßnahmen ein, wie:

- **Entgiftung**
- **Stationäre Vorsorge**
- **Ambulante Entwöhnungsbehandlung**
- **Tagesklinische Entwöhnungsbehandlung**
- **Stationäre Entwöhnungsbehandlung**
- **Nachsorgeangebote**

In **Einzelgesprächen** und vorbereitenden **Gruppen** haben Sie die Gelegenheit, sich mit Ihrer Lebenssituation auseinanderzusetzen und mögliche Veränderungswünsche in Ruhe mit professioneller Hilfe zu entwickeln und umzusetzen.

Wenn Sie Ihr gewohntes Umfeld (Arbeit, Familie etc.) beibehalten möchten und eine **ambulante Entwöhnungsbehandlung** für Sie in Frage kommt, dann können Sie diese auch in unserer Behandlungsstelle durchführen.

Darüber hinaus haben Sie die Möglichkeit, im Anschluss an eine Entwöhnungsbehandlung ambulante Nachsorgeangebote bei uns in Anspruch zu nehmen.

Zudem können Sie **Selbsthilfegruppen** bei uns im Haus besuchen.

**Nähere Informationen erhalten Sie gerne auf Anfrage.**