

# Landesstelle für Suchtfragen im Land Sachsen-Anhalt (LS-LSA)

Fachausschuss der LIGA der Freien Wohlfahrtspflege im Land Sachsen-Anhalt e.V.



## Digitale Angebote für suchtkranke Personen, Angehörige und Interessierte

Die LS-LSA hat eine Liste **kostenloser**, in der Regel **anonymer** und **fachlich anerkannter** (z.B. Suchtselbsthilfeverbände) Angebote zusammengestellt. Sie bieten suchtkranken Menschen, Angehörigen und Interessierten die Möglichkeit sich auszutauschen, weitere Hilfsangebote in ihrer Nähe zu finden oder auch sich auf dem Weg aus der Sucht zurechtzufinden.

Es gibt mittlerweile eine Vielzahl von Möglichkeiten sich digital/telefonisch zu treffen, sich auszutauschen und sich zu informieren. Die Angebote sind in der Regel leicht zugänglich.

Die folgende Liste ist unterteilt in Angebote von Betroffenen für Betroffene (Suchtselbsthilfe) und in Angebote von Akteuren der Suchthilfe für Betroffene (professionelle Suchthilfe). Auch Selbsttests zum eigenen Konsumverhalten werden auf Info-Portalen angeboten, z.B. von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Die Links zu den Info-Portalen sind ebenso auf der [Website der LS-LSA](#) zu finden wie die [Telefonnummern](#) der Sucht & Drogen Hotline, Notruf- u. Info-Telefone.

Die Suchtselbsthilfeverbände Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche Bundesverband e.V. (BKE), Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe – Bundesverband e.V., Guttempler in Deutschland e. V., Blaues Kreuz in Deutschland e.V. (BKD) und der Kreuzbund e.V. - Bundesverband sind in der Regel auch in bekannten sozialen Netzwerken aktiv und auch dort mit Gesprächsangeboten und Online-Gruppen aktiv. Auch Telefonhotlines sind mitunter vorhanden.

Die Kontaktdaten von Suchtselbsthilfegruppen, Suchtberatungsstellen, Reha-Kliniken Sucht oder auch Einrichtungen der Eingliederungshilfe in Sachsen-Anhalt sind im [Suchthilfewegweiser der LS-LSA](#) zu finden.

Über die Filterfunktion kann der jeweilig gewünschte Einrichtungstyp einem Landkreis und/ oder einem Ort zugeordnet werden. Ob digitale Treffen, Beratungen oder Besichtigungen ermöglicht werden können, kann bei der jeweiligen Suchtselbsthilfegruppe bzw. Einrichtung erfragt werden.

Die unten stehende Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Digitales Angebot	Zielgruppe	Indikation	Anbieter	Kontakt
<b>Digitale Angebote von Betroffenen für Betroffene</b>				
Chat - „Wir chatten über Sucht! – Wir bieten Hilfe!“	Betroffene, Angehörige, Interessierte	suchtformübergreifend	Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe - Bundesverband e.V.	<a href="https://www.sucht-chat.de/">https://www.sucht-chat.de/</a> ; <a href="https://www.freundeskreise-sucht.de/projekte/freundeskreis-chat/">https://www.freundeskreise-sucht.de/projekte/freundeskreis-chat/</a>
Kreuzbund Chat	Betroffene, Angehörige	suchtformübergreifend	Kreuzbund e.V.	<a href="https://www.kreuzbund.de/de/chat-fuer-suchtkranke-und-angehoerige.html">https://www.kreuzbund.de/de/chat-fuer-suchtkranke-und-angehoerige.html</a>
Mog - Meine Online-Gruppe für Suchtselbsthilfe	Betroffene, Angehörige, Interessierte	suchtformübergreifend	BKE - Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche, Landesverband NRW e.V.	<a href="https://www.mog-bke.de/">https://www.mog-bke.de/</a>
BlueMeeting - Online-Selbsthilfegruppen	Betroffene, Angehörige, Interessierte	suchtformübergreifend	Blaues Kreuz in Deutschland e.V.	<a href="https://www.blaueskreuz.de/de/angebote-und-hilfe/sucht-selbsthilfe/selbsthilfe-online">https://www.blaueskreuz.de/de/angebote-und-hilfe/sucht-selbsthilfe/selbsthilfe-online</a>
Onlinemeetings der Anonymen Alkoholiker (AA`s)	Betroffene	Alkohol	Anonyme Alkoholiker Interessengemeinschaft e.V.	<a href="https://www.anonyme-alkoholiker.de/meetings/onlinemeetings/">https://www.anonyme-alkoholiker.de/meetings/onlinemeetings/</a>
SoberGuides – Ehrenamtliche Begleiter*innen aus der Sucht per E-Mail und Telefon	Betroffene, Angehörige und nahestehende Personen	suchtformübergreifend	Guttempler in Deutschland e.V.	<a href="https://www.soberguides.de/">https://www.soberguides.de/</a>
Online-Selbsthilfegruppe	Betroffene und Angehörige	Glücksspiel	Fachverband Glücksspielsucht (fags) e.V.	<a href="https://gluecksspielsucht-selbsthilfe.de/category/selbsthilfe_online/">https://gluecksspielsucht-selbsthilfe.de/category/selbsthilfe_online/</a>

Digitales Angebot	Zielgruppe	Indikation	Anbieter	Kontakt
<b>Digitale Angebote für Betroffene von Akteuren der Suchthilfe</b>				
Online-Suchtberatung Caritas Deutschland Und Chat-Beratung mit Fachleuten	Betroffene, Angehörige, Interessierte	suchtformübergreifend	Deutscher Caritasverband e.V.	<a href="https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/suchtberatung/start">https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/suchtberatung/start</a>
Drogen- und Suchtberatung online – Chat, E-Mail	Betroffene, Angehörige, Interessierte	suchtformübergreifend	Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) – drugcom.de	<a href="https://www.drugcom.de/drogenberatung-online/">https://www.drugcom.de/drogenberatung-online/</a>
Online-Beratung „Alkohol – Kenn dein Li- mit“	Betroffene, Angehörige, Interessierte	Alkohol	Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)	<a href="https://www.kenn-dein-limit.de/alkoholberatung/">https://www.kenn-dein-limit.de/alkoholberatung/</a>
DigiSucht – suchtberatung.digital	Betroffene, Angehörige, Interessierte	suchtformübergreifend	Delphi GmbH Projektförderung durch das BMG, Beratung durch Suchtbera- tungsstellen deutschlandweit	<a href="https://www.suchtberatung.digital/">https://www.suchtberatung.digital/</a>
Online-Suchtberatung E-Mail	Mädchen, Frauen, Angehö- rige	suchtformübergreifend	Lagaya - Verein zur Hilfe suchtmittel- abhängiger Frauen e.V.	<a href="https://www.lagaya.de/onlineberatung/">https://www.lagaya.de/onlineberatung/</a>
Selbsttests im Internet zu Konsumverhalten	Betroffene, Angehörige, Interessierte	suchtformübergreifend	z.B. BZgA: drugcom, Quit the shit“, Ins Netz gehen, Alkohol kenn dein Li- mit; Krankenkassen etc.	