



SUCHTHILFEKOORDINATION TREPTOW - KÖPENICK

Sehr geehrte Damen und Herren, sehr geehrte Kolleginnen und Kollegen,

die ein oder andere Nachfrage bzgl. des Erscheinens des neuen Newsletters werde ich einmal als Interesse an mehr und neuen Informationen rund um die Themen Drogenpolitik, Suchtmittel, Handlungsempfehlungen, neueste Forschungsergebnisse, bezirkliche Themen, Termine, (Literatur-) Empfehlungen sowie vieles Weitere rund um die psychosoziale Versorgung und Suchthilfe.

Welch Zufall, dass sich genau diese und weitere Themen im nunmehr 10. Newsletter (quasi runder Geburtstag!) wiederfinden.

Ich wünsche wie immer größtmöglichen Erkenntnisgewinn und viel Spaß beim lesen!

Robert Ringel

Suchthilfekoordination T-K

BEZIRKSAMT TREPTOW-KÖPENICK VON BERLIN, ABT. GESUNDHEIT, QPK,
SUCHTHILFEKOORDINATION TREPTOW-KÖPENICK,
ROBERT RINGEL,
HANS-SCHMIDT-STRASSE 18, 12489 BERLIN,
TEL. : 030 / 90297-6170,
E-MAIL : ROBERT.RINGEL@BA-TK.BERLIN.DE

Newsletter #10

IN EIGENER/BEZIRKLICHER SACHE:

Ratgeber Soziales und Gesundheit erschienen!

Auf den Seiten 30 und 31 erfahren sie auch mehr zum bezirklichen Gesundheitsziel „*Medienkonsum und Gesundheitskompetenz im Visier*“, das bereits unter Beteiligung vieler bezirklicher und überbezirklicher Kooperationspartner im vollen Gange ist. Hierzu halte ich sie weiterhin gern auf dem Laufenden.

Die druck- und speicherbare pdf-Version des Ratgebers finden sie hier

Gesundheitstag des Bezirksamtes Treptow-Köpenick (**nur intern** für die Beschäftigten) - Die AG Sucht des Bezirksamtes hat anlässlich der Aktionswoche Alkohol und der Datenlage etwas Besonderes vorbereitet. Zehn Prozent aller Beschäftigten – von der Aushilfskraft bis zur Geschäftsführung – trinken aus gesundheitlicher Sicht zu viel Alkohol: Fünf Prozent trinken riskant, weitere fünf Prozent sind suchtgefährdet. Alkohol spielt bei jedem 5. Arbeits- und Wegeunfall eine Rolle. Beschäftigte fehlen mit zunehmendem Alkoholkonsum bis zu 16 Mal häufiger am Arbeitsplatz. In der Arbeitswelt erweist Alkohol sich schon in geringen Mengen als folgenreich: Gesundheitliche Gefahren, verminderte Konzentration und Leistung, Gefährdung der Arbeitssicherheit und eine Belastung des sozialen Umfeldes können auftreten.

Doch nicht nur Alkohol hat Auswirkungen. Aus diesem Grund bieten wir dank der Unterstützung dreier Beratungsstellen **umfassende Informationen zu den Themen Alkohol, Medikamente, illegale Drogen sowie Computerspiel- und Medienabhängigkeit** an.

Der diesjährige **Gesundheitstag** findet am **22.05.2019** im **Rathaus Treptow** statt. **Save the date!**

Newsletter #10

ABHÄNGIGKEIT/SUCHT

Vor wenigen Tagen wurde die aktuelle **Zahl der Drogentoten in Deutschland** veröffentlicht. Demnach starben auch im vergangenen Jahr mehr als 1.200 Menschen (191 in Berlin) an den Folgen ihres Drogenkonsums. ***Hier zum Artikel***

Opioidabhängigkeit - Schätzung der Anzahl von Personen mit einer Opioidabhängigkeit. ***Hier zu den Ergebnissen***

Mechanismus für süchtiges Verhalten im Gehirn nachgewiesen.

Was unterscheidet die Gehirne der Menschen, die kontrolliert konsumieren, von jenen, bei denen der Konsum aus dem Ruder gerät? Ein Forschungsteam aus der Schweiz hat möglicherweise einen wichtigen Mechanismus im Gehirn von Mäusen entdeckt.

Die Zusammenfassung der Untersuchung können sie hier nachlesen

Nachweis von Drogen in Kläranlagen.

Eine Studie des Netzwerks SCORE hat das Wasser in Kläranlagen nach illegalen Drogen untersucht. Demnach würde in Städten wie Dresden, Chemnitz und Erfurt besonders viel Metamphetamin konsumiert. In Berlin steige der Konsum von Kokain.

Das Interview zum Thema finden sie hier

Seit Längerem steht **Ecstasy** im Verdacht, bestimmte Nervenzellen im Gehirn zu schädigen. Eine Analyse kann diese Annahme zumindest teilweise bestätigen.

Für ausführlichere Informationen bitte hier entlang

Newsletter #10

Drogenkonsumräume: Überblick über das Angebot in Europa und interessante Hintergründe zu den Vorteilen für Nutzer*innen und Gesellschaft. Auch in Berlin steht dieses Angebot zur Verfügung.

Den Bericht finden sie hier

Der kontrollierte Rausch: **Debatte um Drug-Checking**
Einen Beobachtungsbericht, Hintergründe zum Drug-Checking sowie ein interview zum Thema, all das verbirgt sich hinter diesem Link.

Gerade in Großbritannien ein Thema... hier an einem Beispiel -

Die Droge Spice in Manchester

Den Tagesspiegelartikel finden sie hier

Nicht immer bin ich mit Frau Mortler, der Bundesdrogenbeauftragten, fachlich einer Meinung. In diesem Falle teile ich jedoch ihre Einschätzung und ihren Appell.

Ihr Statment zur Finanzierung der Suchtberatungsstellen, hier

CANNABIS

Eine Studie bestätigt: **Menschen, die regelmäßig Cannabis konsumieren, haben häufiger Psychosen.** Dass Gras in Europa zunehmend mehr THC enthält, verstärkt das Problem.

Hier mehr zum Thema

Die Kombination von Cannabiskonsum und starkem Stress könnte Angststörungen nach sich ziehen.

Zu den Hintergründen finden sie hier mehr

Newsletter #10

SOZIALE MEDIEN

Rund 15 Prozent der 12- bis 17-Jährigen zeigen ein riskantes oder pathologisches Computerspielverhalten, allen voran männliche Jugendliche. Das zeigt eine neue Studie der DAK-Gesundheit.

Mehr Zahlen und Fakten zur Studie finden sie hier

Was tun bei exzessiver Mediennutzung? Neues Angebot der Beratungsstelle LogIn

Mehr zu den Angeboten des Notdienstes finden sie hier

Checkliste: Ist mein Kind fit für ein eigenes Smartphone?

Verfügbar in den Sprachen Deutsch, Russisch, Arabisch und Türkisch

Hier zu den Checklisten

Wie bei einem „**Großreinemachen**“ sollten wir unsere technischen **Geräte und Medien-Accounts** von Zeit zu Zeit aufräumen, überflüssigen Datenballast loswerden und das eigene Nutzungsverhalten auf Sicherheit prüfen. Das **Data-Detox-Kit** zeigt unter anderem wie man datensparsam im Netz unterwegs sein und die Kontrolle über die eigenen Online-Daten zurückzugewinnen kann.

Die jeweiligen Beschreibungen und Erklärungen finden sie hier

Abschließend zum Thema "Medien" möchte ich ihnen noch die der E-Mail des Newsletters beigefügten Anlagen ans Herz legen.

Darin finden sie konkrete **Empfehlungen zu altersgerechter Mediennutzung für Kinder bis 12 Jahre sowie Jugendliche und Junge Erwachsene**. Ein Dank dafür geht wie häufig in die Schweiz...

Newsletter #10

GEFLÜCHTETE MENSCHEN / MENSCHEN MIT MIGRATIONSGESCHICHTE

Glücksspielen - Suchtrisiko bei jungen Migrant*innen.

Hintergrund ist, dass das Risiko, zu viel oder zwanghaft um Geld zu spielen um das Dreifache bei Menschen mit gegenüber ohne Migrationshintergrund erhöht ist. Auch Männer haben ein um das Fünffache erhöhtes Risiko, so Zahlen der BZgA aus dem Jahr 2016. Woran erkenne ich problematische oder pathologische Glücksspieler? Warum erhöht Migration das Suchtrisiko?

Die Arbeitshilfe in Broschürenform ist kostenlos hier abrufbar

Nun auch **auf Türkisch und Arabisch: „Wenn Glücksspielen zum Problem wird!** Sportwetten, Spielautomaten, Roulette, Online-Glücksspiele“

Für die türkische Version, bitte hier entlang

Die arabische Version finden sie hier

Passend hierzu: Das „**Frühinterventionsprojekt für Glücksspieler_innen mit Migrationshintergrund**“ freut sich, Sie in ihrem neuen Büro in der Urbanstr.70 in 10967 Berlin zum „**Tag der offenen Tür**“ **am 9. Mai von 13 – 18 Uhr** begrüßen zu dürfen. Dort können sie mit den Kolleg*innen ins Gespräch kommen, die ihnen das Projekt vorstellen und Ihre Fragen beantworten.

Die entsprechende Webseite ist ebenfalls ab sofort in 7 Sprachen (Deutsch, Englisch, Türkisch, Arabisch, Polnisch, Russisch und Vietnamesisch) unter **www.fip-gluecksspiel.de** verfügbar. Hier bekommen Sie Informationen zum Thema Glücksspiel, erfahren mehr über die Arbeit, können Ihr Wissen testen, finden Hilfe vor Ort, Hilfe im Internet, Broschüren und Flyer.

Newsletter #10

Und noch ein neues Angebot!

Neue Gruppe für Farsi sprechende Frauen! Hilfe für Angehörige von Suchterkrankten

Sucht betrifft immer auch das direkte Umfeld und führt häufig zu Spannungen innerhalb des Familiengefüges. Oft fällt es den Angehörigen schwer Grenzen zu setzen.

Immer Mittwochs von 12.00 – 13.00 Uhr können sich angehörige Frauen von Suchtmittelkonsumenten aller Substanzen untereinander austauschen – in ihrer Muttersprache unter Anleitung einer Psychologin.

Ziel der wöchentlichen Gruppe ist die Wissensvermittlung zu Themen wie seelischer Gesundheit, Suchtverständnis, aber auch Gespräche zu Alltagssituationen oder dem Umgang mit den Kindern in der Familie.

Weitere Informationen und Kontaktdaten finden sie hier

Abschließend zum Thema: **Broschüre „Informationen zu Alkohol und anderen Drogen - Beratung und Hilfe“** jetzt auch in Paschtu-Deutsch verfügbar! ***Die Broschüre, ebenfalls der DHS, finden sie hier***

ZU GUTER LETZT (UND VOR DEN TERMINEN)

Positionspapier der QSD Fachgruppe Berliner

Wohnungsnotfallhilfe. Dieses Papier soll als Diskussionsgrundlage, auch für unseren Bezirk, dienen. ***Einzusehen hier***

Der zum Thema dazugehörige Fachtag sei bereits schon einmal hier erwähnt: **16.05.2019 Fachtag "Kooperation, bitte! Vernetzung zwischen Eingliederungshilfe und Wohnungslosenhilfe gestalten"** ***Zur Anmeldung zum Fachtag bitte hier entlang***

Newsletter #10

"So siehst du dich selbst auf Drogen"

Der Künstler Bryan Saunders hat sich unter dem Einfluss verschiedener Drogen selbst porträtiert.

Einen Bericht dazu sowie einige Bilder finden sie hier

Lebenserwartung - Wie Armut und Gesundheit zusammenhängen

"Armut" war eines der Themen auf dem Public Health Kongress in Berlin – mit überraschend neuen Ansätzen.

Einen zusammenfassenden Bericht und einige Ergebnisse finden sie hier

TERMINE

18.05.2019 – 26.05.2019 Aktionswoche Alkohol - So können Sie mitmachen! *Alle Informationen dazu hier*

Migrant*innen gesucht! Schulung zum/zur interkulturellen Gesundheitsmediator/in in Berlin

Alle Informationen dazu finden sie hier im Flyer

Suchtprävention für von Sucht betroffene Familien

Mit dem Projekt „Weitblick 3D“ wird ein Schwerpunkt auf das Thema „**Sucht in der Familie**“ gelegt. Das Projekt richtet sich besonders an Jugendliche, die in suchtbelasteten Familien leben bzw. aufgewachsen sind und ein hohes Risiko aufweisen, selber eine Suchterkrankung zu entwickeln. Neben den Jugendlichen sind auch die Eltern zentrale Adressaten für dieses spezielle suchtpreventive Angebot.

Für alle Informationen zum Angebot, bitte hier entlang