



Digitale Treffen
Möglichkeiten, Voraussetzungen
und Herausforderungen



CHECK-IN



IM SORRY FOR
what I said
BEFORE I HAD
my coffee

ENTSCHULDIGUNG



SELBSTHILFEGRUPPEN FAST AUSSCHLIESSLICH IN PRÄSENZ



DANN KAM CORONA



SELBSTHILFE AUF DEN KOPF GESTELLT



ABER WARUM SIND DIGITALE ZUGÄNGE UNABHÄNGIG VON CORONA WICHTIG?



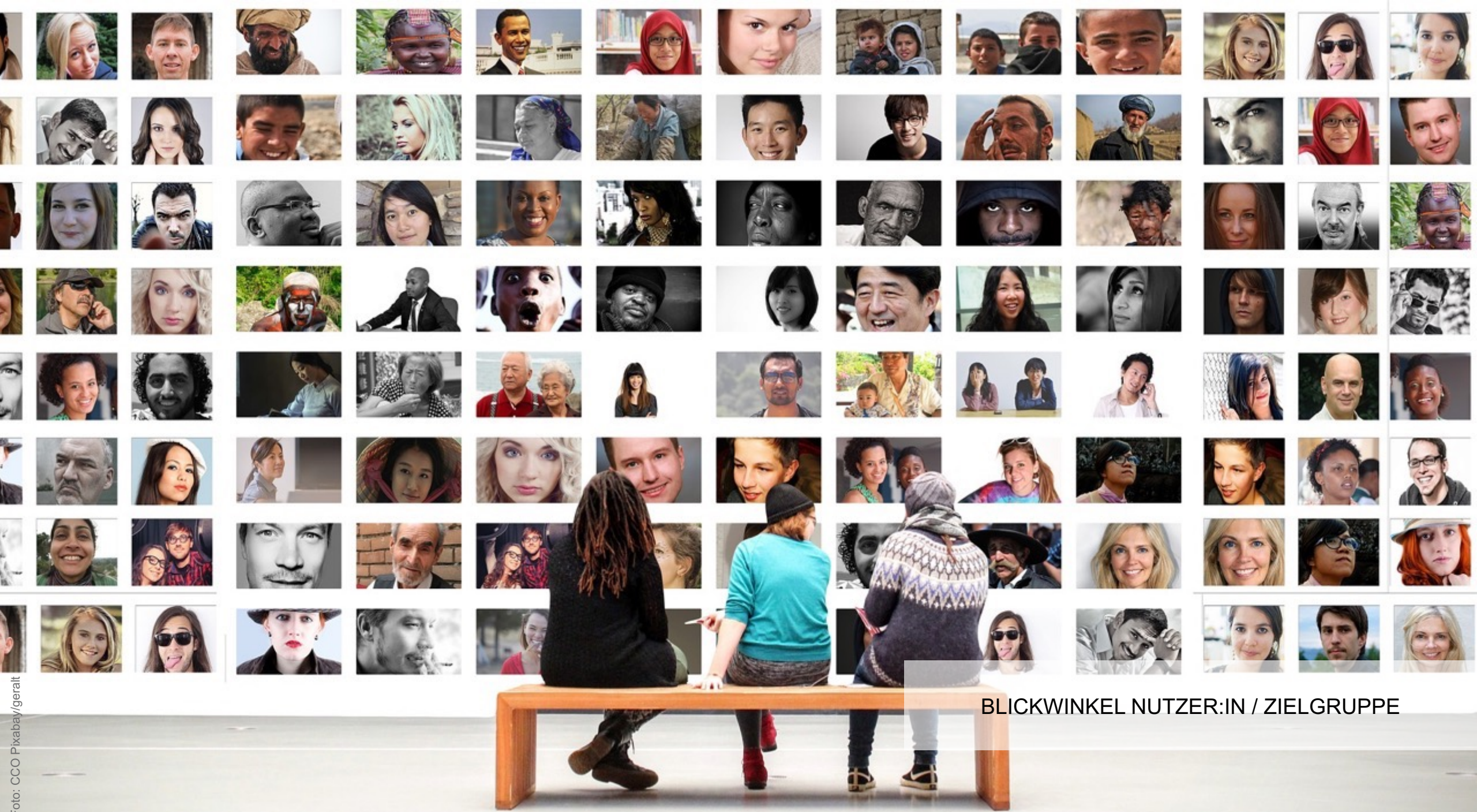
ANPASSUNG AN DIE LEBENSWELTEN



DIE DIGITALISIERUNG IST DA



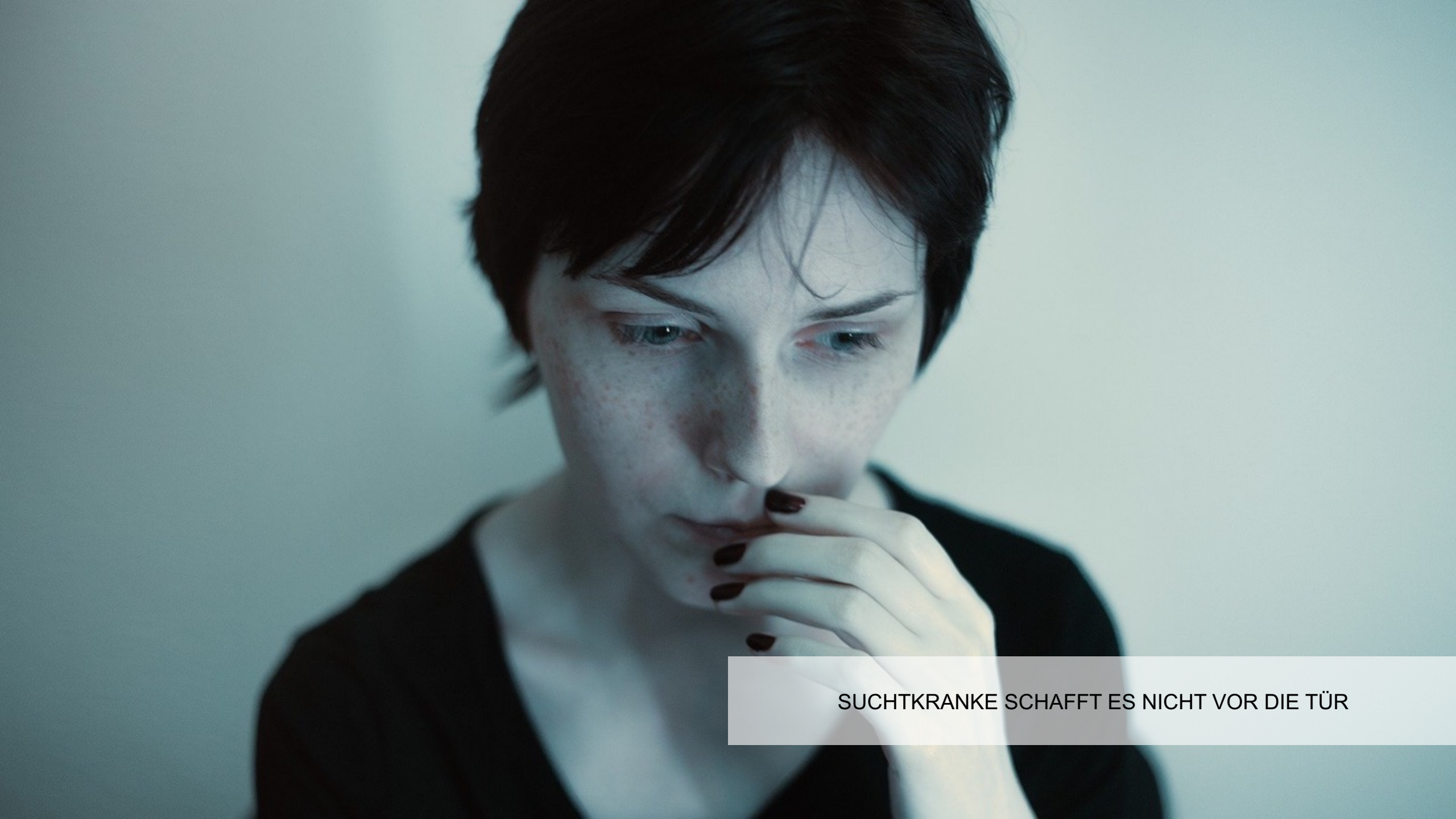
KEIN ON/OFF MEHR



BLICKWINKEL NUTZER:IN / ZIELGRUPPE



SUCHTKRANKE:R IST LKW-FAHRER:IN



SUCHTKRANKE SCHAFFT ES NICHT VOR DIE TÜR



SUCHTKRANKER LEBT AUF DEM LAND



ZUGÄNGE ERWEITERN



HYBRIDE SUCHTBERATUNG UND SELBSTHILFE



KOMMUNIKATIONSKANÄLE



FACE TO FACE MEETINGS



HÖR- UND SPRECHMEETINGS



LIVE CHAT MEETINGS



LIVE-VIDEO MEETINGS



ZEITVERZÖGERTE CHATGRUPPE / FORUM / MESSENGER

KREUZHUND - CHAT

Sucht-Selbsthilfe im Kreuzbund-Chat

Regelmäßige Chat-Zeiten:

- **montags, dienstags, mittwochs 19 bis 20 Uhr**
- **donnerstags 11 bis 12 Uhr**
- **donnerstags 19 bis 20 Uhr (Angehörige)**
- **freitags 19 bis 20 Uhr**
- **sonntags 16 bis 17 Uhr (Junger Kreuzbund für Junge und Junggebliebene)**
- **sonntags 14tägig, 19 bis 20 Uhr;**
1. / 15. / 29. August; 12. / 26. September; 10. / 24. Oktober; 07. / 21. November; 05. / 19. Dezember

Weitere regelmäßige oder spontan angebotene Chat-Zeiten findest du, nachdem du dich angemeldet hast, in deinem Profil unter "meine Nachrichten".

Informieren und anmelden!

[i HÄUFIGE FRAGEN](#)[i CHAT-REGELN](#)[ZUM CHAT](#)

AUS DEM CHAT-MODERATOREN-TEAM:



Marie - trockene Alkoholikerin. Ich moderiere einen wöchentlichen Vormittagchat: so kann ich mich austauschen und gleichzeitig einen Beitrag dazu leisten, auch in Corona-Zeiten präsent zu sein!

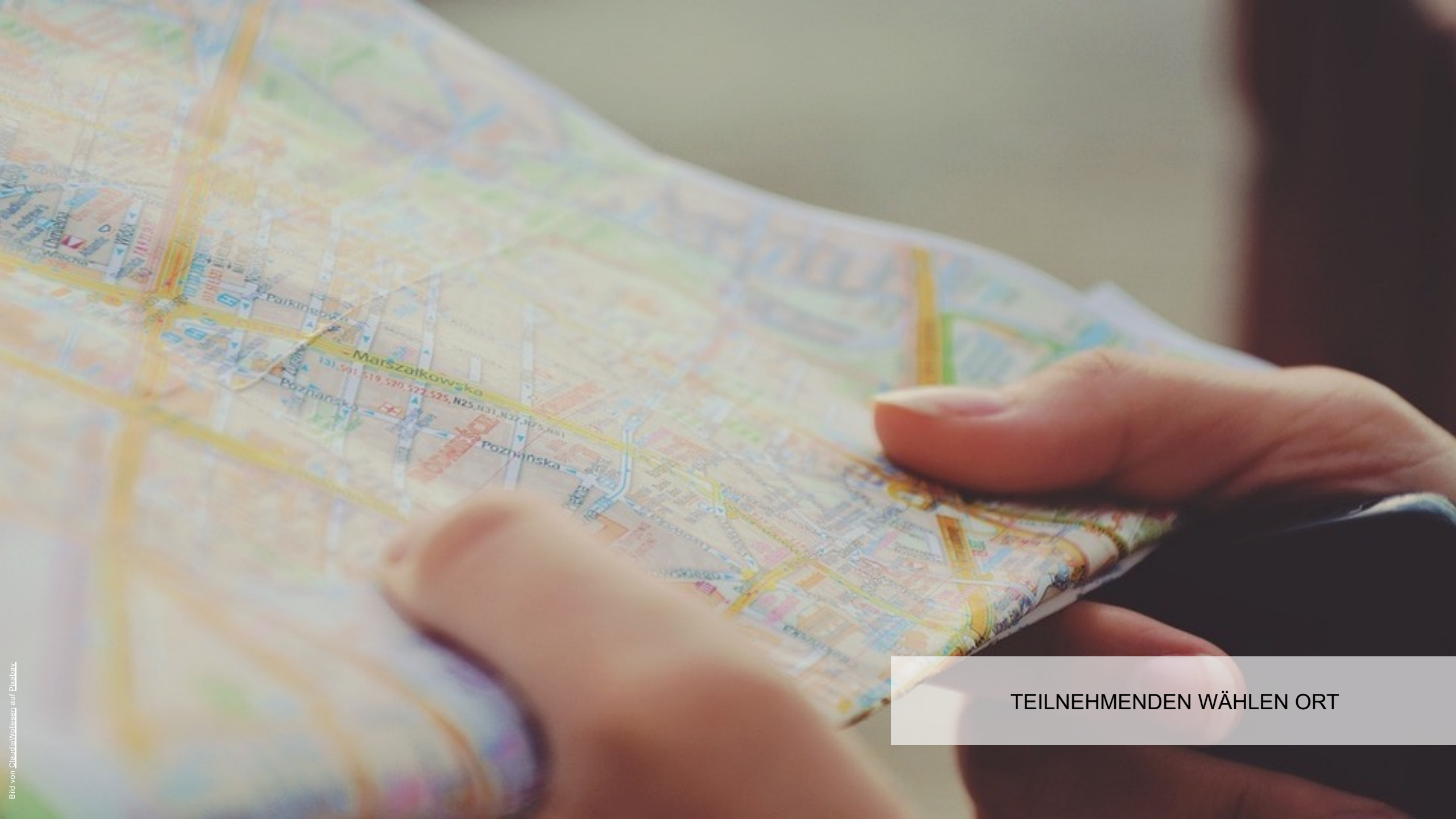
ZUGANG 24/7



VORTEILE



TEILNEHMENDE WÄHLEN ZUGANG



TEILNEHMENDEN WÄHLEN ORT



BESSERE ERREICHBARKEIT



SUCHT-SELBSTHILFE STELLT DEN (DIGITALEN) GRUPPENRAUM



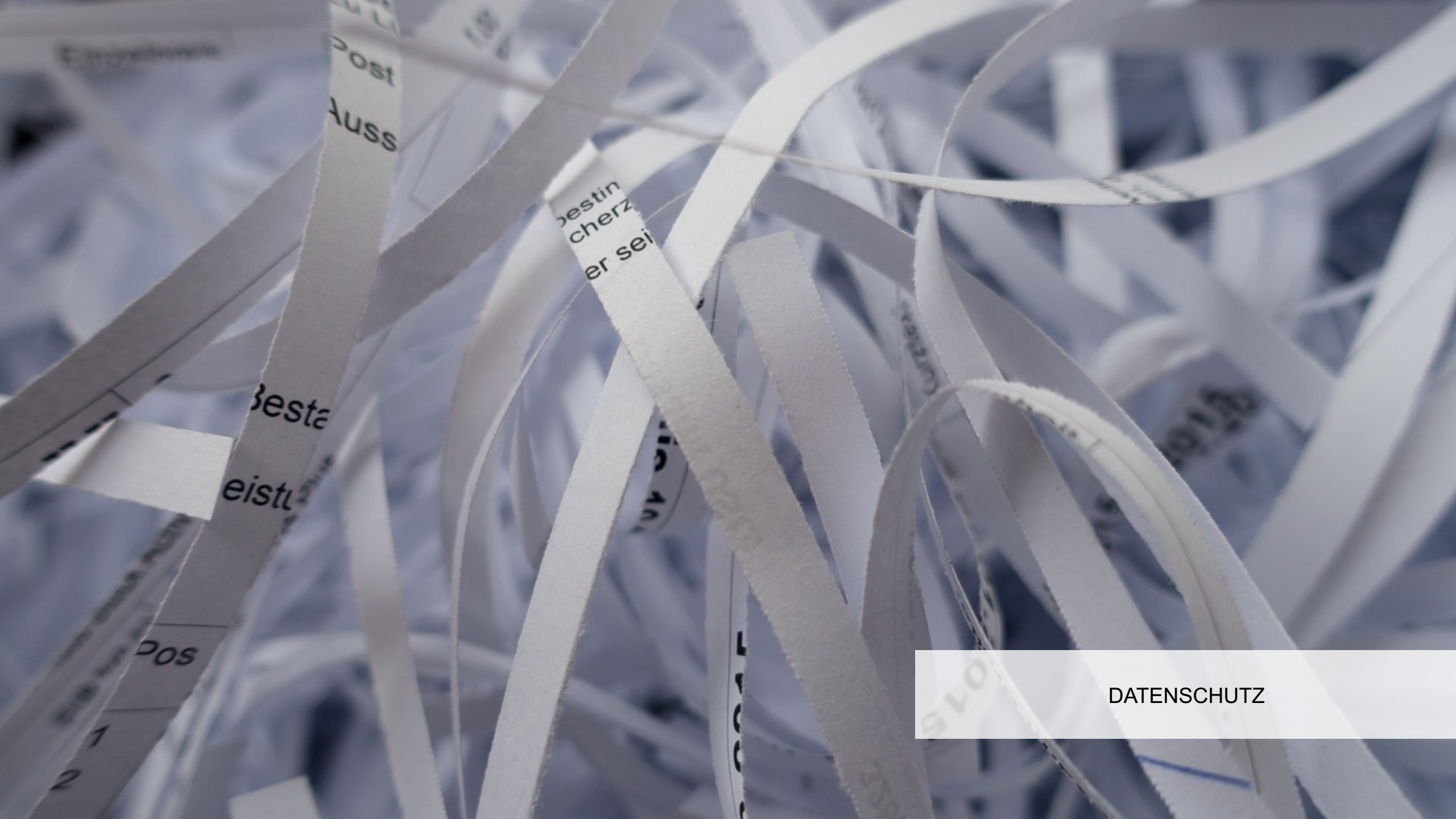
ABER WELCHE HEBEL MÜSSEN UMLEGT WERDEN?



HERAUSFORDERUNGEN AN DIE ORGANISATION



DIGITALE INFRASTRUKTUR



DATENSCHUTZ



HYBRIDE TREFFEN ALS BAUSTEIN IM GESAMTKONZEPT



HERAUSFORDERUNGEN AN DIE BERATER:INNEN

PLAY/PAUSE



NEUSTART



FORT- UND WEITERBILDUNG



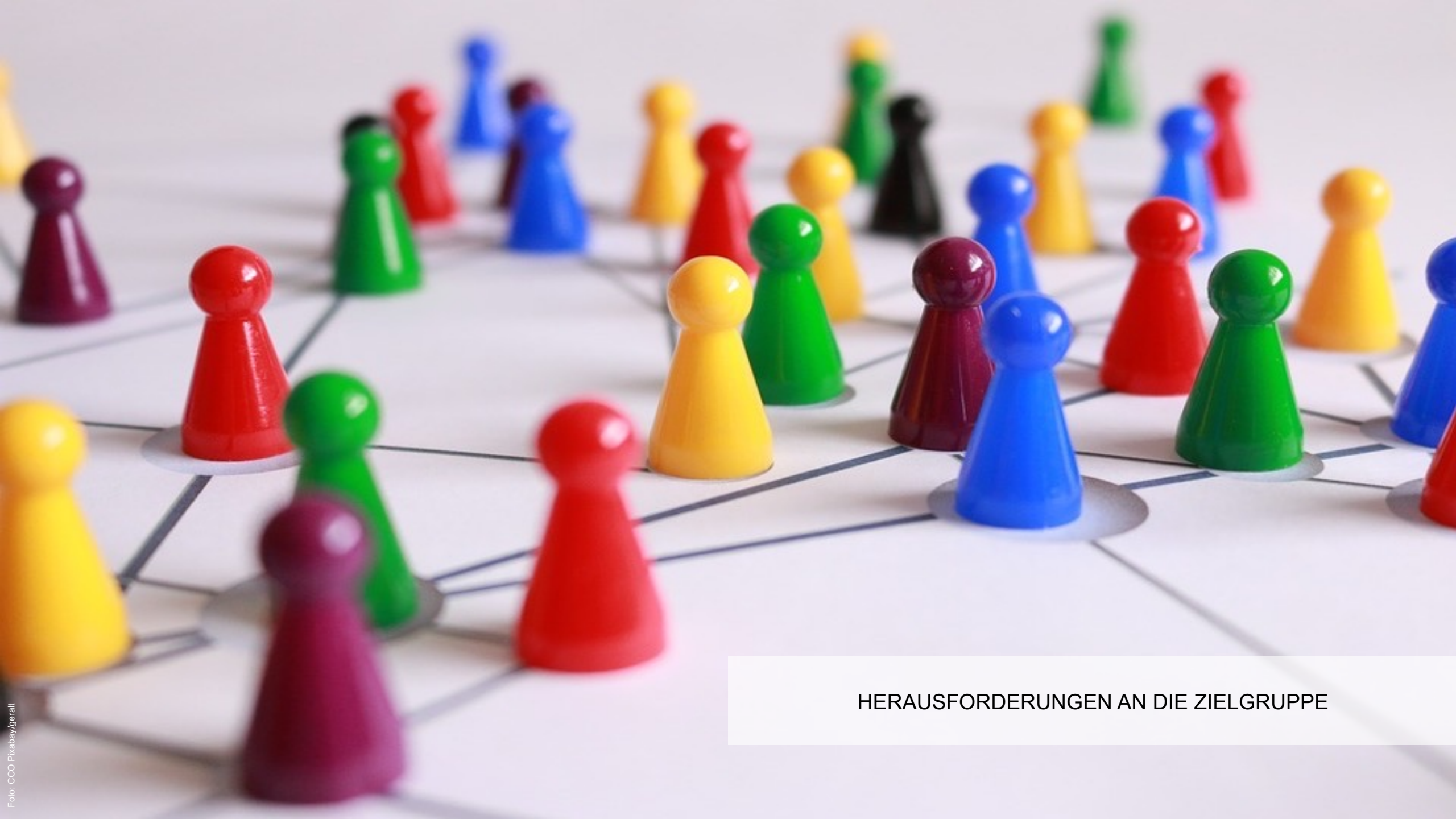
TRAINING



NEUE „ARBEITSWEISEN“



SICHER SEIN



HERAUSFORDERUNGEN AN DIE ZIELGRUPPE

A close-up photograph of a metal fence. A rectangular metal plate is attached to the fence with the words "KEEP OUT" painted in red, block letters. To the left of the plate, a metal padlock is attached to the fence. The background is a dense field of tall, green grass. The fence is made of dark metal bars.

**KEEP
OUT**

TEILHABE



ZU GAST BEI DEN TEILNEHMENDEN



GRENZEN VON DIGITALEN TREFFEN



KEINE TEILHABE MÖGLICH



UNSICHERHEITEN BEI DER ANWENDUNG



KÖRPERKONTAKT FEHLT



VERTRAUEN MISSBRAUCHT WIRD



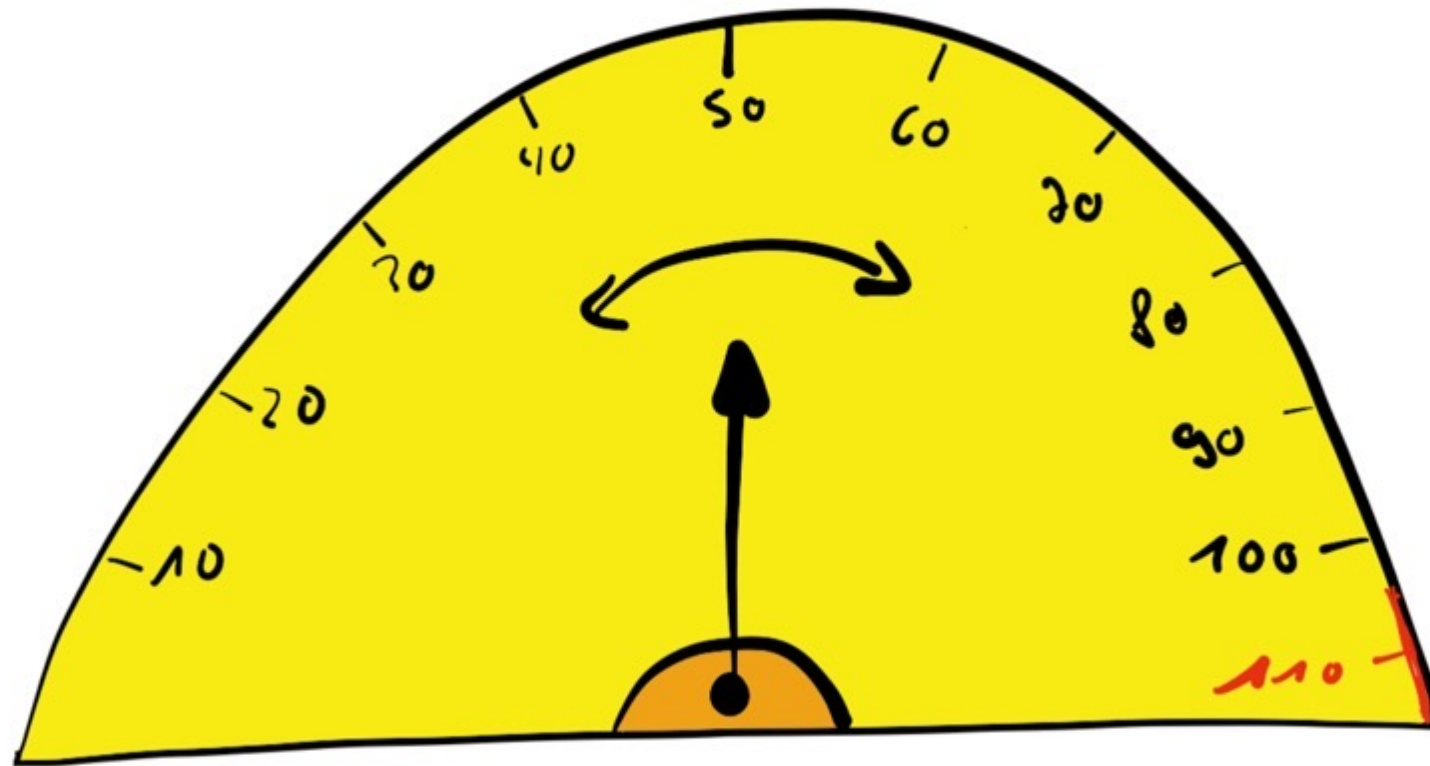
WIE GESTALTE ICH DIGITALE SELBSTHILFE



ALLES BRAUCHT ÜBUNG

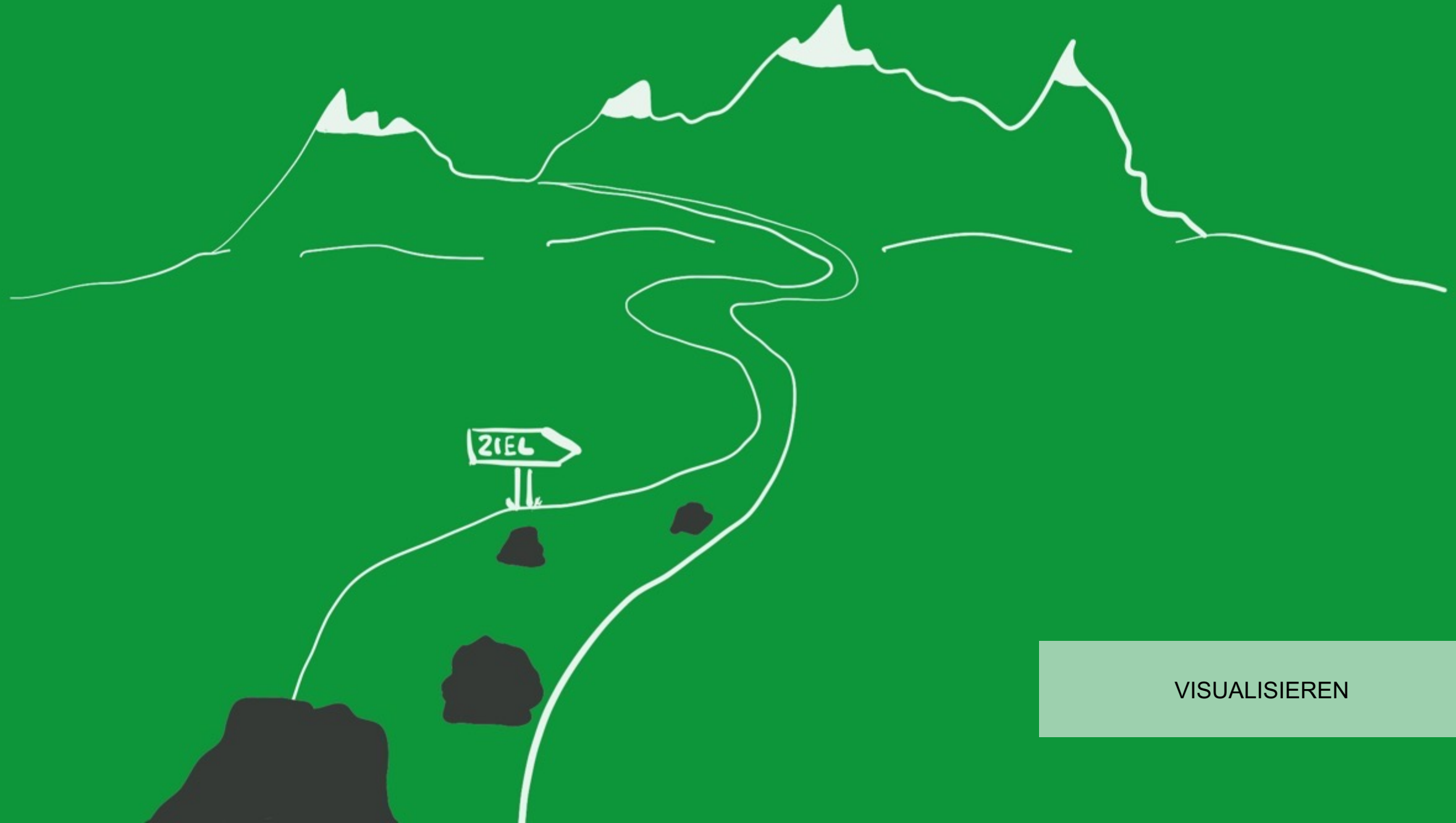


DIGITALER METHODENKOFFER



MEIN ENERGIELEVEL
HEUTE

ICH HABE DA MAL WAS VORBEREITET



VISUALISIEREN



BEISPIEL EMOTIONS KARTEN

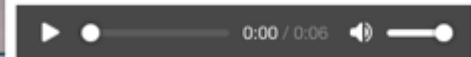
Timeline 📅

Trennung der Eltern

Ich war fünf, das war schwer für mich, ...

0 ❤️

Klasse wiederholt



audio.mp3

0 ❤️

Umzug nach Münster

Ich wollte in Bochum bleiben ...



0 ❤️

Erste Mal Alkohol

mit 13 Jahren

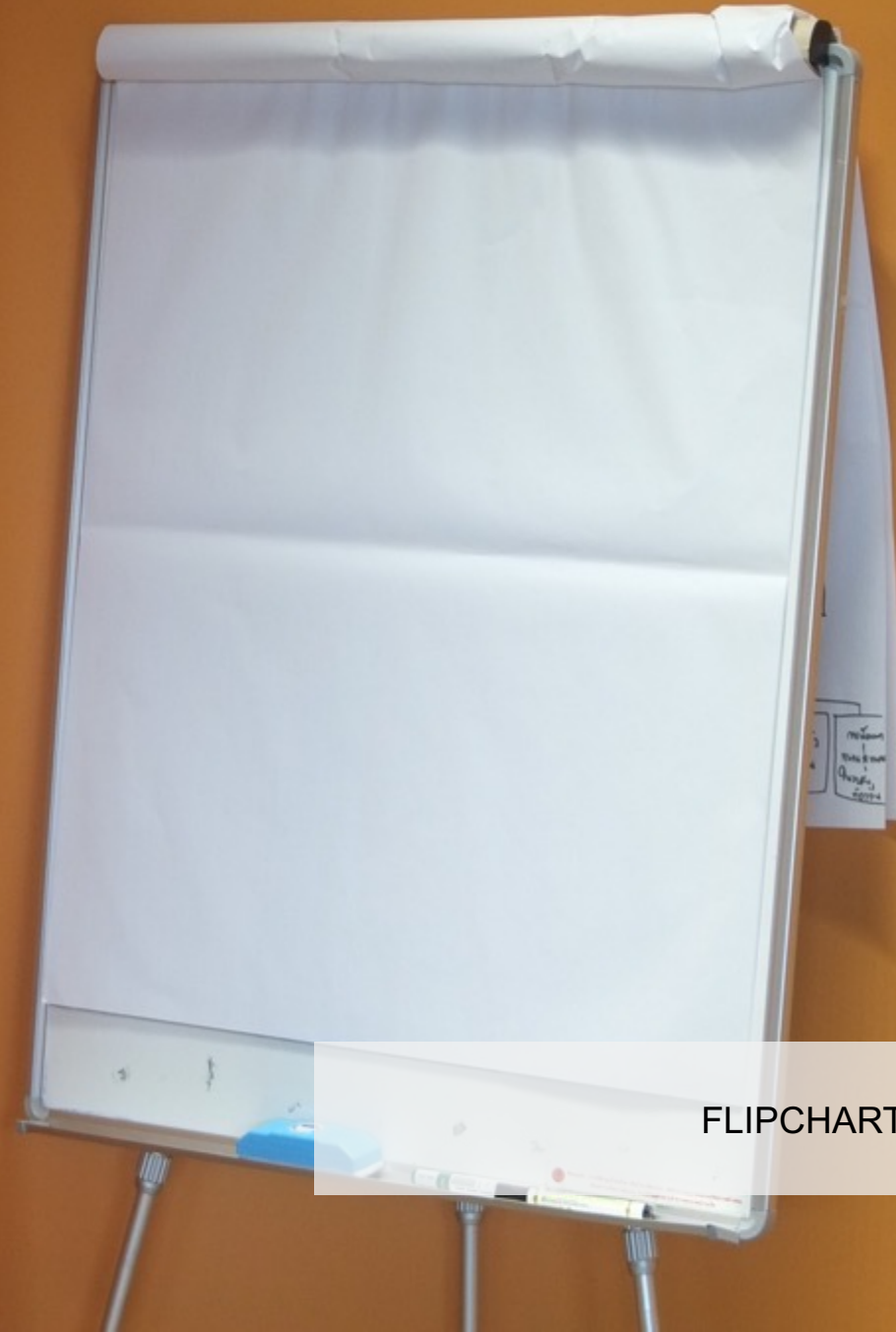
0 ❤️

TIMELINE



Fokus
Ich

METHODEN HYBRID VORBEREITEN



FLIPCHART



UNTERSTÜTZENDE TOOLS

A glowing neon sign with the word "OPEN" in bright orange letters, outlined in a vibrant cyan. The sign is rectangular with rounded corners and is suspended by a dark chain from a point above it. The background is a deep, dark blue, and the sign's glow creates a soft, circular light effect on the surface below it.

OPEN

ÖFFENTLICHKEITSARBEIT ÜBER SOCIAL MEDIA



Helga, eine unserer
langjährigen
Gruppenleiter:innen,
hat Antworten auf
Fragen rund um die
Suchtselbsthilfe für
euch:

NIEDERSCHWELLIG INFORMIEREN



Thema: Wie finde ich
eine Suchtgruppe in
meiner Nähe?

NIEDERSCHWELLIG INFORMIEREN



Auf unserer Website
findest du alle unsere
Suchtgruppen.
Einfach den Button
anklicken.

GRUPPE FINDEN

NIEDERSCHWELLIG INFORMIEREN



THEMENABENDE VIA INSTA LIVE



NÄHE IST KEINE FRAGE DER ENTFERNUNG



VISION SELBSTHILFE 2026



ZUM SCHLUSS



RESILIENZ FRAGT NICHT NACH ANALOG ODER DIGITAL



CHECK-OUT



VIELEN DANK