

Bitte
frankieren

Landesstelle Berlin für Suchtfragen e.V.

Gierkezeile 39

10585 Berlin

21. Sucht Selbsthilfe TAGUNG BERLIN

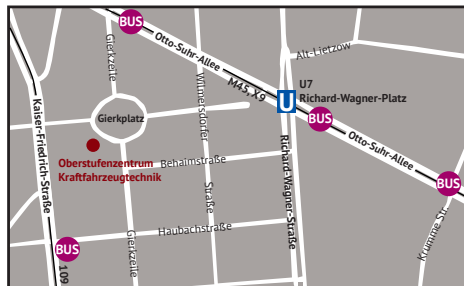


Landesstelle Berlin
für Suchtfragen e.V.

Informationen

Termin: Samstag, den 10. Oktober 2026
11:00 – 17:45 Uhr
Ort: Oberstufenzentrum Kraftfahrzeugtechnik
Gierkeplatz 1+3, 10585 Berlin Charlottenburg

Anreise:



U-Bahnhof Richard-Wagner-Platz (U7)

ca. 400 Meter Fußweg entfernt

Teilnahmegebühr 25,00 € / 12,50 €* (erm.)

incl. Getränke, Mittagsimbiss, süßer Imbiss

* Unter 18jährige, Studierende, Auszubildende, BFDler,
Bezieher nach SGB II oder SGB XII, Schwerbehinderte mit
einem GdB ab 50%

Anmeldung: bis 01.10.2026 Online, per Post oder Fax

Landesstelle Berlin für Suchtfragen e.V.

Gierkezeile 39, 10585 Berlin

Tel. 030 – 34 38 91 60

Fax 030 – 34 38 91 62

Mail info@landesstelle-berlin.de

Internet www.landesstelle-berlin.de

Bankverbindung:

IBAN DE31 3702 0500 0003 1965 00

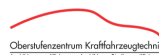
BIC BFSWDE33XXX

**Barzahlungen sind nur in Ausnahmefällen möglich.
Stornierungen bis eine Woche vor Beginn sind kosten-
frei. Es kann ein Ersatzteilnehmer genannt werden.**

Mit freundlicher Unterstützung von:



Senatverwaltung für
Wissenschaft, Gesundheit und Pflege

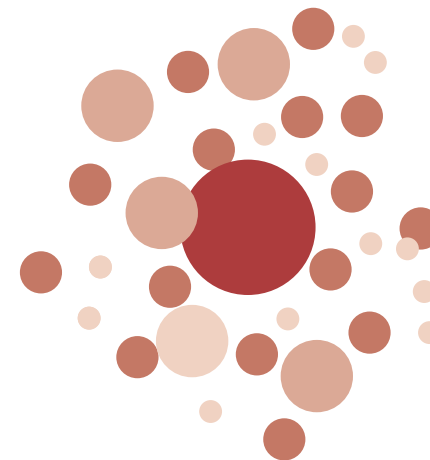


Im Unionhilfswerk

21. Sucht Selbsthilfe TAGUNG BERLIN

Samstag, den 10. Oktober 2026

Selbsthilfe vs. / statt Selbstmedikation



Landesstelle Berlin
für Suchtfragen e.V.

Programm

10:00 Einlass (Anmeldung)

11:00 Begrüßung

Angela Grube & Dr. Thomas Reuter
Geschäftsführerin und Vorsitzender
der *Landesstelle Berlin für Suchtfragen e.V.*

11:10 Grußwort

Heide Mutter

Landessuchtbeauftragte, Senatsverwaltung für
Wissenschaft, Gesundheit und Pflege, Berlin

11:30 1. Vortrag

Prof. Dr. Rita Hansjürgens

Sozialarbeiterin, Alice Salomon Hochschule
Berlin

**Zwischen Recovery und Teilhabe. Zur (Neu-)
Positionierung Sozialer Arbeit im Verhältnis
zu Menschen mit Suchterfahrung**

Suchthilfe in Deutschland ist häufig an
medizinischen Modellen von Sucht und einer
darauf aufbauenden Behandlungsorientierung
ausgerichtet mit Recovery als Behandlungsziel.
Der Vortrag propagiert demgegenüber einen
Recoverybegriff, der an sozialer Dynamik
ausgerichtet ist und entwickelt Ideen, wie dies
mit Hilfe von Selbsthilfe realisiert werden könnte.

12:15 Kurze Pause

12:30 2. Vortrag

Gundula Gebühr

Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie

**Wenn die Lösung zum Problem wird – Miss-
bräuchlicher Substanzkonsum als riskanter
Versuch der Selbstbehandlung**

Bei Schlafstörungen, Unruhezuständen und
Frustmomenten helfen Stoffe wie Alkohol,
Cannabis und Schmerzmittel kurzfristig.
Langfristig birgt dies oft mehr Schaden als
Nutzen. Wo liegen Muster? Wo Alternativen?

13:15 Veg. Mittagsimbiss

14:45 Gruppenangebote

17:45 Für Interessierte „Freies Meeting“

Peter Ottenberg
im Haus der *Landesstelle Berlin für Suchtfragen e.V.*
Gierkezeile 39, 10585 Berlin,
I. Obergeschoss, Raum 2

Gruppenangebote 14:45 – 17:30 Uhr (incl. Pause)

1 Der Atem als Anker – Nervensystem regulieren und Suchtdruck unterbrechen

Nica Welten

Zertifizierte Yogalehrerin E-RYT 500, Atem-Coach,
Meditationslehrerin nach Nyingma Schule
(Buddhismus), Master in Computer Science

- *Verbindung von aktuellen Ereignissen aus Neurobiologie und Stressforschung mit viel gelebter Praxis: einfache Atemtechniken, die du sofort verstehst, direkt erlebst – und am nächsten Tag anwenden kannst.*

2 Suchterkrankungen – Bedürfnisse erkennen und eigene Grenzen einhalten

Carolina Stein

Lotsin Lotsennetzwerk Berlin/ Referentin Drogen- und
Suchtprävention Berlin

Johannes Krause

Lotse im Lotsennetzwerk Berlin/ Betreuungshelfer
Count Down DTZ

- *„Bedürfnisse erkennen und eigene Grenzen einhalten“.
Als Grundstein für ein zufriedenes Leben mit der Suchterkrankung.
Wichtig auch für alle Ehrenamtlichen und Fachkräfte, die langfris-
tig in der Suchthilfe arbeiten.*

3 Zwischen Sucht und Selbsthilfe: KI als Dilemma, Chance oder Risiko?!

Merle Lorenz

Soziologin und Erziehungswissenschaftlerin im Bereich
Mediensucht und Prävention

- *Ein Überblick über aktuelle Entwicklungen und Dynamiken des
Medienkonsums in Bezug auf KI in Deutschland.*

4 SUBSTANZEN

Henrika Spillner

Leitung der Genesungsbegleiterinnen im Vivantes Urban
Krankenhaus (Ex In Absolventin)

- *Wir werden uns bewegen, tanzen, spüren und etwas Neues
erleben. Gefühlen einen Raum geben. Manchmal hilft es nicht nur
zu sprechen ...manchmal braucht der Körper ein Reset.*

5 Mit Achtsamkeit den Weg aus der Sucht begleiten

Dr. Sophie Tapkire

Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie,
Oberärztin im Jüdischen Krankenhaus Berlin
(aktuell in Elternzeit)

- *Die Teilnehmer erhalten konkrete Strategien an die Hand, wie sie
ihren Alltag achtsamer gestalten und somit ihren Weg aus der
Abhängigkeit begleiten können.*

6 Die heimliche Unterstützung der Sucht

Silvia Funk

Krankenschwester und seit 40 Jahren Suchttherapeutin

- *Ist Co-Abhängigkeit auch eine Krankheit? Wie bekommen
Co-Abhängige Hilfe?*

Anmeldung: Online, Post oder Fax

Name/Vorname

Anschrift

Telefon

Organisation/Gruppe

E-Mail

Die Anzahl der möglichen Teilnehmer ist begrenzt.
Das Anmeldedatum entscheidet über die Teilnahme.

Ich möchte an der folgenden Gruppe teilnehmen:

① ② ③ ④ ⑤ ⑥

ersatzweise an dieser Gruppe:

① ② ③ ④ ⑤ ⑥

☐ Ich/Wir möchten in den Newsletter der
Landesstelle Berlin für Suchtfragen e.V.
aufgenommen werden.

Datum/Unterschrift