

Liebe Leserschaft!

Angekommen im Hochsommer, möchte ich es nicht versäumen, Ihnen unseren zweiten Newsletter zukommen zu lassen.

Auf den folgenden Seiten finden Sie Informationen, News und Termine zu Veranstaltungen, Seminaren und Arbeitskreisen, aus der Suchtselbsthilfe oder dem Suchthilfesystem NRW, die für Menschen aus der Suchtselbsthilfe in NRW relevant, nützlich und hilfreich sein könnten.

Im Namen des **Fachausschuss Suchtselbsthilfe NRW** (FAS NRW) wünsche ich Ihnen, dass sie die ein oder andere gute und wichtige Information für sich finden werden.

Von Ihnen – für uns! Sie haben Interessantes, Termine oder Informationen aus der Suchtselbsthilfe und/oder dem Suchthilfesystem die für **Menschen aus der Suchtselbsthilfe** in NRW wichtig sein könnten? Melden Sie sich gerne bei mir.

Wir nehmen diese in unseren **Newsletter** auf, der in regelmäßigen Abständen an Betroffene, Selbsthilfegruppen, Verbände und Initiativen der Suchtselbsthilfe NRW verteilt wird.

Herzliche Grüße

Norbert Wiegand

Inhalt

Termine FAS NRW: 4

25 Jahre Fachausschuss Suchtselbsthilfe Nordrhein-Westfalen.....	4
FAS NRW Arbeitskreis Angehörnde	4
FAS NRW Arbeitskreis Politik	5
FAS NRW Arbeitskreis Geschlechtergerechtigkeit	5
Unser Highlight: Seminarangebot FAS NRW: Kreativseminar: „Tag des offenen Ateliers“ ...	5
Strategieklausur FAS NRW	6
Delegiertenversammlung FAS NRW	6

News: 6

Eröffnung des Drogenkonsumraums DILLE27 in Köln.....	7
Blaues Kreuz Deutschland – Das „Blaue Mobil“	7
Blaues Kreuz Pilotprojekt – Netzwerk der Möglichkeiten – Digitale Welten schaffen.....	9
Schon angemeldet? Recovery Walk – Markt der Möglichkeiten.....	10
Projekt: Kinder ohne Alkohol und Nikotin	10
Projekt BKD: Aktiv gegen Sucht.....	11
Bewegung ist Belebung - Angebote für Sport und Freizeit.....	12
zdfheute: Pingtok auf TikTok: Wie ein Drogentrend Jugendliche erreicht.....	13

Veranstaltungen & Termine: 13

Angebot der Deutschen Aidshilfe: Substitution - alles andere als ein alter Hut!	13
ODO – one day off	14
Aktionstage ShieG - Sucht hat immer eine Geschichte.....	14

Aktionstage ShieG - Sucht hat immer eine Geschichte – Fachtag ‚Junge Selbsthilfe‘	14
Netzwerkchor „Chorios“	15
ARWED geht vor Ort: 3. Informationsveranstaltung 2026	16
Seminarangebote:	16
Seminarangebot Selbsthilfeakademie: Mitmischen im Gesundheitssystem.....	16
Seminarangebot BKD: Die verborgene Widerstandskraft – Trauer bewältigen	17
Seminarangebot FAS NRW: Kreativseminar: „Tag des offenen Ateliers“	17
Seminarangebot BKD: Aber eigentlich lieben wir uns doch! – Ein Beziehungsseminar	18
Seminarangebot ARWED NRW: Geschwisterkinderseminar	18
Seminarangebot ARWED NRW: Besinnungstage 2026	19
Seminarangebot Caritas Köln: Verletzte Seelen: Den Zusammenhang von Sucht und Trauma erkennen und bewältigen	20
Seminarangebot BKD: Mein ganzer Mensch sehnt sich nach dir – Meditationstage.....	20
Seminarangebot Caritas Köln: Bindung und Sucht – Zwei Welten der Begegnung.....	21

Termine FAS NRW:

25 Jahre Fachausschuss Suchtselbsthilfe Nordrhein-Westfalen

25 Jahre Partizipation Betroffener in NRW

25 Jahre FAS NRW

Seit 25 Jahren steht der **Fachausschuss Suchtselbsthilfe NRW (FAS NRW)** für die gemeinsame Stimme der Suchtselbsthilfe in Nordrhein-Westfalen. Als einzigartiger Zusammenschluss von Verbänden, Gruppen und Initiativen fördert er die Partizipation, die Vernetzung, den fachlichen Austausch und die politische Interessenvertretung von Menschen mit Suchterkrankungen und ihren Angehörigen. Damit trägt der FAS NRW maßgeblich zur Weiterentwicklung der Suchthilfe und zur Stärkung von Teilhabe, Selbsthilfe und Solidarität bei.

Wir laden Sie recht herzlich ein, dieses Ereignis mit uns zu feiern.

11. September 2026

16:00 – 17:30 Uhr

Landtag Nordrhein-Westfalen
Restaurant
Platz des Landtags 1
40221 Düsseldorf

Eine Anmeldung ist zwingend erforderlich! (Da die Veranstaltung im Landtag NRW stattfindet, ist die Angabe von ausführlichen Personendaten erforderlich!)

Weitere Informationen und die Anmeldung: [hier](#)

Unser Highlight im September!

FAS NRW Arbeitskreis Angehörnde

In dem Arbeitskreis wollen wir die Situation, Herausforderungen und Besonderheiten von Angehörnden von Menschen mit Suchterkrankungen herausarbeiten und darstellen.

Unsere nächsten Treffen:

01. Juli 2026 | 18:30 – 20:00 h

Wir treffen uns via Zoom

08. August 2026 | 10:00 – 15:00 h

Belladonna Verein zur Hilfe suchtmittelabhängiger Frauen Essen e.V.

Weitere Informationen: [hier](#)

FAS NRW Arbeitskreis Politik

Der Arbeitskreis Politik beschäftigt sich in diesem Jahr verstärkt mit dem Thema Entstigmatisierung und die besonderen Herausforderungen in der Suchtselbsthilfe zum Themenschwerpunkt: offene Drogenszene, Konsumräume, Drogenhilfezentren.

Zu diesem Termin haben wir [Christoph Gille](#) (Hochschule Düsseldorf), [Denis Schinner](#) (Arbeitskreis für Jugendhilfe e.V.), [Dr. Anne Pauly](#) (Suchtkooperation NRW) und [Angelika Schels-Bernards](#) (Arbeitsausschuss Drogen und Sucht) geladen.

Unser nächstes Treffen:

11.07.2026 | 10:00 – 12:00 h

Wir treffen uns via Zoom

Weitere Informationen: [hier](#)

Unterstützer gesucht! Sei mit uns zusammen die Stimme der Suchtselbsthilfe NRW!

FAS NRW Arbeitskreis Geschlechtergerechtigkeit

Der Arbeitskreis Geschlechtergerechtigkeit hat *"Jeder SOLLTE gleich behandelt werden, aber es KANN nicht jeder gleich behandelt werden"* als Leitmotto für 2026/2027 festgelegt. Rund um das Thema ‚Stigmatisierung‘, möchten wir einen besonderen Fokus auf geschlechter-spezifische Aspekte in der Suchtselbsthilfe werfen.

Unser nächstes Treffen:

21. Juli 2026 18:30 – 20:00 h

Wir treffen uns via Zoom

Interessierte Unterstützer aus der Suchtselbsthilfe gesucht!

Weitere Informationen: [hier](#)

Seminarangebot FAS NRW: Kreativseminar: „Tag des offenen Ateliers“

An diesem Tag habt Ihr die Möglichkeit, Euch in geschützter Atmosphäre kreativ auszudrücken und neue Zugänge zu Euren Gedanken und Gefühlen zu entdecken.

Begleitet wird der Tag vom erfahrenen Kunsttherapeuten (Kaveh Ziapour, M.A. Kunsttherapeut, Visual Artist, Bochum).

Wir treffen uns:

29. August 2026 | 10:00 – 16:00 h

Selbsthilfekontaktstelle Bochum

Weitere Informationen und die Anmeldung: [hier](#)

Unser Highlight im August!

Strategieklausur FAS NRW

Wir möchten auch in diesem Jahr die Tradition der Strategiesitzungen von Vorständen der Mitgliedsverbände mit dem Sprecher*innenkreises im FAS NRW weiterführen. Das Format einer zweitägigen Klausurtagung hat sich bewährt um anliegende Themen ausführlich zu beraten und sich gegenseitig besser kennen und verstehen zu lernen.

04./05.09.2026

Internationales Evangelisches Tagungszentrum Wuppertal GmbH

Weitere Informationen und die Anmeldung: [hier](#)

Delegiertenversammlung FAS NRW

Die inhaltliche und strategische Ausrichtung des FAS NRW wird durch die jährliche Versammlung der Delegierten der Mitgliedsverbände beraten und beschlossen.

Die Delegiertenversammlung wählt einen Sprecher*innenkreis und kann für die Bearbeitung spezifischer Sachthemen oder zur Ausführung besonderer Aufgaben dauerhafte oder zeitlich begrenzte Arbeitskreise einrichten.

14.11.2026 | 10:00 – 13:30 h

BKD Bundeszentrale Wuppertal

Weitere Informationen und die Anmeldung: [hier](#)

News:

Eröffnung des Drogenkonsumraums DILLE27 in Köln

Am 26. Mai 2026 öffnete der bundesweit erste Drogenkonsumraum in Trägerschaft der Drogenselbsthilfe. Bei VISION e.V. in Köln arbeiten ehemalige Konsument*innen und substituierte Menschen gemeinsam mit Sozialarbeiter*innen und Pflegekräften in einem gemeinsamen Team. Ein in dieser Form einzigartiges Projekt.

Das **Angebot** in der Dillenburger Straße 27 im Stadtteil Köln-Kalk bietet Beratungsmöglichkeiten, Medizinische Versorgung, Konsumplätze und Tagesruhebetten. Direkt neben dieser Einrichtung betreibt Vision e.V. schon seit langem eine Kontaktstelle für Drogenkonsument*innen.

Weitere Informationen: [hier](#)

Sprich mit uns und Experten darüber: [Arbeitskreis Politik](#)

Blaues Kreuz Deutschland – Das „Blaue Mobil“



Einsatzbericht: Das „Blaue Mobil“ rollt bundesweit durch die Präventionslandschaft

Präventionsarbeit direkt vor Ort: Der Ortsverein Bad Salzuflen und der Kreisverband OWL setzen mit einem mobilen Konzept neue Impulse in der Suchtprävention und das in ganz Deutschland.

Das „Blaue Mobil“ ist das mobile Aushängeschild des Blauen Kreuzes in Ostwestfalen-Lippe, kennt aber keine regionalen Grenzen. Betrieben in einer erfolgreichen Kooperation zwischen dem Ortsverein Bad Salzuflen und dem Kreisverband OWL, ist das Fahrzeug für bundesweite Einsätze bereit. Ziel ist es, Menschen überall dort zu begegnen, wo das Leben stattfindet, und das Thema Suchtprävention ohne erhobenen Zeigefinger in die Öffentlichkeit zu tragen. Vielseitig im Einsatz: Von der Schule bis zum Festival. Die Einsatzmöglichkeiten des Blauen Mobils sind breit gefächert. Es dient als flexibler Begegnungsort, Infozentrale und Attraktion zugleich.

Zu den festen Säulen des Terminkalenders gehören:

- Schuleinsätze: Altersgerechte Aufklärung und interaktive Präventionsprojekte direkt auf dem Schulhof.
- Firmenveranstaltungen: Unterstützung beim betrieblichen Gesundheitsmanagement und Sensibilisierung von Mitarbeitenden.
- Events und Stadtfeste: Niedrigschwellige Kontaktarbeit inmitten des bunten Treibens.
- Festivals: Präsenz dort, wo Konsumthemen oft eine Rolle spielen, um sichere Räume und Gespräche anzubieten.

Attraktive Ausstattung für gelungene Events

Um die Aufmerksamkeit auf sich zu ziehen und eine positive, einladende Atmosphäre zu schaffen, verfügt das Blaue Mobil über eine hochwertige Event-Ausstattung. Je nach Ausrichtung der Veranstaltung kann das Mobil flexibel ausgestattet werden:

- Professionelle Cocktailbar: Hier werden alkoholfreie Cocktails zubereitet. Sie zeigen praktisch, dass Genuss und Party hervorragend ohne Alkohol funktionieren.
- Popcorn-Maschine: Ein bewährter Publikumsmagnet, der Groß und Klein anlockt und den Einstieg in ungezwungene Gespräche erleichtert.

Das Blaue Mobil kann von Schulen, Unternehmen, Vereinen und Institutionen für eigene Veranstaltungen in ganz Deutschland angemietet werden. Es bietet eine ideale Kombination aus professioneller Aufklärungsarbeit und attraktivem Event-Modul.

Die Kosten für die Buchung und den deutschlandweiten Einsatz des Mobils erhalten Interessierte auf Anfrage.

Kontakt für Buchungsanfragen und Informationen:

- Ansprechpartner:
 - Torsten Wültner (Ortsverein Bad Salzuflen)
 - ov.bad-salzuflen@blaueskreuz-owl.de

Das Blaue Kreuz setzt mit diesem Konzept Maßstäbe für moderne, mobile Suchtprävention – nah am Menschen, einladend und effektiv.

DigiSucht – professionelle Suchtberatung online



DigiSucht (<https://www.suchtberatung.digital/>) ist eine digitale Beratungsplattform für alle suchtbetreffenden Themen. Sie ermöglicht Menschen mit Suchtproblemen sowie deren Angehörigen einen niedrigschwelligen Zugang zu professioneller Beratung. Das Angebot richtet sich an von Alkohol-, Drogen-, Medikamenten-, Glücksspiel- oder anderen Verhaltenssuchten Betroffene. Das Ziel besteht darin, Betroffenen frühzeitig Hilfe anzubieten und sie dabei zu unterstützen, ihre Situation zu stabilisieren und passende Hilfsangebote zu finden.

Die Beratung erfolgt online über eine datenschutzgeschützte Plattform. Nutzende können auf Wunsch anonym bleiben und selbst entscheiden, wie sie Kontakt aufnehmen möchten – zum Beispiel per Chat, E-Mail oder Video. Die Beratung wird von qualifizierten Fachkräften aus Suchtberatungsstellen durchgeführt.

Vorteile von DigiSucht:

Ein zentraler Vorteil ist die niedrige Zugangsschwelle. Betroffene müssen keine weiten Wege auf sich nehmen und können unabhängig von Wohnort oder Mobilität Hilfe erhalten. Das ist besonders hilfreich in akuten Belastungssituationen oder wenn der Gang zu einer Beratungsstelle als Hürde empfunden wird.

Ein weiterer Vorteil ist die Anonymität. Manche Menschen scheuen sich über Suchtprobleme zu sprechen. Die Möglichkeit, zunächst ohne persönliche Angaben Kontakt aufzunehmen, kann die Hemmschwelle deutlich senken.

Zudem ist DigiSucht flexibel erreichbar. Die Beratung lässt sich zeitlich oft besser in den Alltag integrieren als klassische Vor-Ort-Termine. Auch Angehörige können Unterstützung und Orientierung erhalten.

Insgesamt erleichtert DigiSucht den ersten Schritt in die Beratung und kann so dazu beitragen, dass Betroffene früher Hilfe annehmen und langfristig stabilisierende Unterstützung erhalten.

Weitere Informationen: [hier](#)

Blaues Kreuz Pilotprojekt – Netzwerk der Möglichkeiten – Digitale Welten schaffen

Digitale Teilhabe ist in der Suchthilfe keine Zusatzleistung mehr, sondern eine Grundvoraussetzung für gesellschaftliche Integration. Dies macht das Pilotprojekt „**Netzwerk der Möglichkeiten – Digitale Welten schaffen**“ des Blauen Kreuzes Deutschland in Nordrhein-Westfalen deutlich.

An fünf Standorten werden Klient*innen und Fachkräfte dabei unterstützt, digitale Kompetenzen aufzubauen und diese sicher anzuwenden. Im Fokus stehen alltagsnahe Fähigkeiten, von der Nutzung digitaler Angebote und Behördengänge bis hin zum Umgang mit KI-gestützten Tools. Ziel ist es, die Selbstwirksamkeit zu stärken und Teilhabe konkret zu ermöglichen.

Für die Praxis besonders interessant ist der Ansatz der Co-Creation. Die Klient*innen bringen ihre Erfahrungen, Fragen und Ideen aktiv ein. So entstehen passgenaue Schulungsangebote,

die sich am tatsächlichen Bedarf orientieren. Ergänzt wird dies durch niedrigschwellige Zugänge, etwa über Technikpools, sichere WLAN-Strukturen und zertifizierte „digitale Führerscheine“.

Für Fachkräfte eröffnen sich dadurch neue Perspektiven. Digitale Kompetenzen werden zunehmend Teil professionellen Handelns. Gleichzeitig entstehen neue Räume für Austausch, Reflexion und Begleitung, die über die klassischen Settings hinausgehen.

Das Projekt ist als Pilotprojekt angelegt, mit dem Ziel, erprobte Konzepte langfristig für andere Einrichtungen nutzbar zu machen.

Mehr Informationen: [hier](#)

Recovery Walk – Markt der Möglichkeiten

Am **12. September 2026** findet in Düsseldorf der zweite Recovery Walk statt – eine Demonstration, ein Open-Air-Kulturprogramm und ein Ort der Begegnung für Menschen mit Suchtgeschichte, Angehörige, Fachkräfte und Unterstützer:innen. Organisiert wird der diesjährige Walk vom 2025 gegründeten und von Betroffenen geführten Verein Recovery Deutschland e. V. in Kooperation mit dem Fachausschuss Suchtselbsthilfe NRW (FAS NRW).

In der Zeit von 11:00 – 18:00 h besteht die Möglichkeit auf dem **Marktplatz der Möglichkeiten** Infostände aufzustellen. Um es den Menschen einfacher zu machen ins Gespräch zu kommen, ist es sinnvoll eine kleine Aktion o. ä. anzubieten, was über das verteilen von Informationsmaterial hinausgeht. Der Möglichkeiten gibt es sicherlich viele.

Angesprochen sind Vereine, Verbände, Gruppen oder Initiativen aus der Suchtselbsthilfe, aber auch Einrichtungen aus dem professionellen Suchthilfesystem (Kliniken, Ambulanzen, Kontaktstellen, ...).

Ziel ist es, ein gemeinsames Zeichen für Genesung, Teilhabe und die Entstigmatisierung von Suchterkrankungen zu geben.

Eure Ansprechpartnerin:

Sonja von Recovery Deutschland e. V.
kooperationen@recoverydeutschland.org

Weitere Informationen: [hier](#)

Schon angemeldet?

Projekt: Kinder ohne Alkohol und Nikotin

Alkohol und Nikotin sind gesundheitsschädlich und suchterzeugend. Ob zu Hause, im Fernsehen, oder bei Sportveranstaltungen – Kinder sind in ihrer Lebenswelt überall mit den beiden Suchtstoffen konfrontiert. Sie sind von Natur aus neugierig, wollen Dinge ausprobieren und vieles selbstbestimmt entscheiden. Erschwingliche Preise, einfache Verfügbarkeit und vielfältige Werbung greifen genau hier an und machen Alkohol und Nikotin für Kinder attraktiv. Oft ist die Frage nicht, ob konsumiert wird, sondern wann.

Deshalb bedarf es eines Lebensumfeldes, in dem Alkohol- und Nikotinfreiheit gesellschaftlich selbstverständlich ist. Kinder und Jugendliche sollen Entscheidungen unabhängig von den kommerziellen Interessen der Alkohol-, Nikotin- und Tabakindustrie treffen können. Um ein solches Lebensumfeld zu schaffen, müssen neben Interventionen, die auf das individuelle Verhalten Einzelner zielen, auch regulatorische Schritte ergriffen werden.

Weitere Informationen: [hier](#)

Projekt BKD: Aktiv gegen Sucht



Mit "Aktiv gegen Sucht" kombinierst du sportliche Aktivität mit Sucht-Selbsthilfe. Kombiniere deinen Sport mit Selbsthilfe.

Ob Laufgruppe, Fitness-Treff oder Outdoor-Sport: Werde Teil einer starken Gemeinschaft, erlebe suchtfreie Zeiten und gestalte die Selbsthilfe aktiv mit!

Unter diesem Titel läuft das Projekt im Bereich der Verbands- und Selbsthilfearbeit. Das Projekt hat zum Ziel, suchtmittelfreie Begegnungsorte für Menschen mit Suchterkrankungen via Sport zu schaffen.

Dass aktivitätsorientierte Selbsthilfe wirksam ist, zeigen die Erfahrungen aus Bochum (SportCafé), Solingen und Radevormwald (Bogenschießen), Köln (Blaue Biker) und Aktivitäten an anderen Orten.

Diese Begegnungsorte ermöglichen es, dass von Sucht mittelbar und unmittelbar Betroffene in Kontakt und ins Gespräch kommen. Durch aktivitätsorientierte Selbsthilfe können insbesondere jene erreicht werden, die vom klassischen Selbsthilfereformat im

Gesprächssetting nicht angesprochen werden. Zudem können auch Familienangehörige, insbesondere Kinder, sowie Freunde und Freundinnen/Peers in das Selbsthilfeangebot integriert werden.

Das Projekt unterstützt dabei Ehrenamtliche vor Ort, dieses Angebot aufzubauen, sich zu vernetzen, das Marketingkonzept zu nutzen usw.

Projektförderer: BARMER

Ansprechpartner:

Frank Meier

frank.meier@blaues-kreuz.de

Weitere Informationen: [hier](#)

Flyer zum Projekt: [hier](#)

Bewegung ist Belebung - Angebote für Sport und Freizeit

„Bewegung ist Belebung“ ermöglicht gesundheitsorientierte Freizeitgestaltung und die Teilnahme an gemeinschaftlichen Aktivitäten.

Das Angebot umfasst wöchentliche Sport- und Fitnessgruppen, Wochenendaktivitäten und Freizeitprojekte für Menschen, die die Abstinenz erreicht haben.

Das Projekt "Bewegung ist Belebung" ist Teil des "Netzwerkes Gesundheit-Sport-Erlebnis". Alle weiteren Infos zur Teilnahme und zu allen Angeboten finden Sie im aktuellen [Programm](#) zum Download.

Programm der: Caritas Suchthilfen RheinBerg & Suchtselbsthilfereferat (SKM Köln e. V.)

Ansprechpartner:

SKM Reha-Zentrum Lindental

Gosia Kubinski

Tel 0221/640 55 91

Fax 0221/16911479

Mobil 0176 15 067 634

gosia.kubinski@skm-koeln.de

Caritas Suchthilfen RheinBerg

Peter Thölen

02202 - 10 08 20 1

02202 - 10 08 28 8

p.thoelen@caritas-rheinberg.de

Weitere Informationen: [hier](#)

zdfheute: Pingtok auf TikTok: Wie ein Drogentrend Jugendliche erreicht

Was als Video beginnt, endet im Konsum. Auf TikTok verbreitet sich mit #Pingtok ein Trend, der Jugendliche ungefiltert in eine Welt aus Drogenrausch und Abhängigkeit zieht.

Der Hashtag #pingtok beeinflusst den Drogenkonsum von Jugendlichen. Das kann reale Folgen haben: Es endet oft in der Abhängigkeit.

Weitere Informationen: [hier](#)

Veranstaltungen & Termine:

Angebot der Deutschen Aidshilfe: Substitution - alles andere als ein alter Hut!

Die Substitutionsbehandlung ist die erfolgreichste Behandlungsform der Opioidabhängigkeit. Wir verfügen über eine große Palette an Wirkstoffen die zur Substitution eingesetzt werden können.

Aber was kann wie eingesetzt werden? Was wirkt wie und in welcher Form sollten Opioidkonsument*innen durch die Drogenhilfe informiert werden.

Zudem haben sich die rechtlichen und medizinischen Rahmenbedingungen der Substitution in den letzten Jahren verändert.

Im Rahmen dieser kurzweiligen Veranstaltung stellen wir Wirkweisen, Substanzen, Behandlungsbeispiele und neue rechtliche Rahmenbedingungen vor. Und wir beantworten die Frage wie es eigentlich um die Substitution mit Diamorphin steht.

Für (neue) Mitarbeiter*innen in Aids und Drogenhilfen, medizinische Fachangestellte, und alle die sich zum Thema Substitutionsbehandlung updaten wollen

06.07.2026

15:00 -16:30

Referenten:

Dr Thomas Peschel, Berlin Facharzt für Neurologie, Psychotherapeutische Medizin sowie Psychiatrie und Psychotherapie

Dirk Schäffer, Berlin Referent für Drogen und Strafvollzug

Weitere Informationen: [hier](#)

ODO – one day off

Bewusstes Wahrnehmen statt Verzicht oder Handyverbot

Ein Aktionstag kurz vor den Sommerferien sensibilisiert Jugendliche, Eltern und Lehrkräfte, Fachkräfte in der Jugendarbeit und im BGF für einen reflektierten Umgang mit dem Handy.

Zentrale Idee: Freiwilliger Verzicht auf das Handy für 24 Stunden als Challenge schaffen - bewusste Nutzung statt endlosscrollen

Aktionstag: 07.07.2026

Weitere Informationen: [hier](#)

Aktionstage ShieG - Sucht hat immer eine Geschichte

Die Aktionstage "**Sucht hat immer eine Geschichte**" sind von Beginn an wesentlicher Bestandteil der nordrhein-westfälischen Öffentlichkeitsarbeit zur Suchtvorbeugung. Seit 1991 fanden bereits über 200 Mal Aktionstage in fast allen Regionen und Städten Nordrhein-Westfalens erfolgreich statt. Sie erreichen stets einen hohen Grad nachhaltiger Wirkung, soziale Netzwerke zur Suchtvorbeugung werden ausgebaut.

Die Vielfalt der regional angebotenen Veranstaltungen bietet die Möglichkeit, direkt mit den Menschen vor Ort in Kontakt zu treten. Die jeweiligen Aktionstage werden mit ausführlichen Programmheften, Plakatserien und spezifischen Werbemitteln beworben und begleitet.

Pro Jahr finden in bis zu fünf Kreisen und Kommunen aus Mitteln der Landeskampagne geförderte Aktionstage "Sucht hat immer eine Geschichte" statt.

Vom **07. - 17. Juli 2026** finden die Aktionstage "**Sucht hat immer eine Geschichte**" in **Gelsenkirchen** statt.

Zur Programmübersicht: [hier](#)

Aktionstage ShieG - Sucht hat immer eine Geschichte – Fachtag ‚Junge Selbsthilfe‘

Durch diesen Fachtag möchten wir einen wichtigen Schritt vorangehen:

Es fehlt leider noch an Angeboten für junge Menschen in der Selbsthilfe. Ziel des Fachtages ist es, Schüler:innen für dieses wichtige Thema zu sensibilisieren. Schüler:innen sollen

erfahren, wie junge Menschen sich gegenseitig unterstützen und gemeinsam Herausforderungen meistern können.

An diesem Tag lernen sie, wie Selbsthilfegruppen funktionieren, welche Themen junge Menschen bewegen und wie sie sich aktiv in die sich neu gründende Gruppe der Jungen Selbsthilfe einbringen können. Experten:innen in eigener Sache, sowohl Jung als auch Alt, berichten von ihren Erfahrungen und der Bedeutsamkeit von Selbsthilfe.

Der Fachtag gibt die Möglichkeit, Fragen zu stellen, sich mit Gleichaltrigen auszutauschen und neue Perspektiven zu gewinnen.

Ebenso präsentieren sich in einem Markt der Möglichkeiten wichtige Akteur:innen der Jugendhilfe und sind für Fragen der Schüler:innen ansprechbar.

15. Juli 2026

Veranstalter

Fachstelle für Suchtvorbeugung
Weberstr. 77
45879 Gelsenkirchen

Ansprechpersonen

Marnie Wagner und Gerrit Mahn
Fachstelle für Suchtvorbeugung
Weberstr. 77
45879 Gelsenkirchen
0209 5130-4703
suchtvorbeugung@drogenberatung-kc.de

Zur Programmübersicht: [hier](#)

Netzwerkchor „Chorios“

Komm los mer singe, met hetz und Siel. Der Chor „Chorios“ ist für alle offen, die Lust und Zeit haben, gemeinsam zu singen. Singen soll Spaß machen, Lebensfreude vermitteln und verbinden. Das steht in unserem Chor im Vordergrund. Wir singen hauptsächlich kölsche (Mundart) Lieder. Ob man bereits Erfahrungen sammeln konnte oder noch nie gesungen hat, ist egal. Jede/r kann mitmachen! Singen ist gesund und erhellt die Stimmung. Also, einen Ruck geben und mitmachen!!

Alle 14 Tage Samstags von 14 00 bis 18 00 Uhr

Cafe au lait der Caritas Suchthilfen
Buchholzstraße 73
51469 Bergisch Gladbach

Leitung und Organisation: Bernd Wingerath/Michael Mertens

Ansprechpartner:

Bernd Wingerath
0171 4762574
w.haustechnik@t-online.de

Peter Thölen
Tel 02202 1008 201
p.thoelen@caritas-rheinberg.de

ARWED geht vor Ort: 3. Informationsveranstaltung 2026

Auf der Suche nach (Sucht-) Hilfe in NRW unterwegs mit dem Tagesthema:

„Die ARWED e.V. lädt Eltern, Angehörige und Interessierte ein zu einem Besuch der Suchthilfe Wuppertal“

Die Suchthilfe Wuppertal gGmbH (SHW) ist eine gemeinnützige Organisation mit Angeboten für Menschen mit Substanzkonsumstörungen und verhaltensbezogenen Störungen sowie psychischen Erkrankungen in Wuppertal und im Kreis Mettmann. Gegründet wurde sie 1978 als Freundes- und Förderkreis Suchtkrankenhilfe e. V. im Rahmen der Psychiatrie-Reform mit dem Ziel, Angebote der Suchtkrankenhilfe vorzuhalten und weiterzuentwickeln. Die Angebote richten sich an den Bedarf suchtgefährdeter sowie abhängigkeitskranker Menschen und deren Bezugspersonen. Auch Menschen mit psychischen Erkrankungen und kognitiven Einschränkungen und Komorbiditäten (Doppeldiagnosen) gehören zum adressierten Personenkreis. Darüber hinaus stehen die Angebote interessierten Bürgern zur Verfügung. Die SHW fördert die Integration von Einzelnen und Gruppen, die von gesellschaftlicher Ausgrenzung bedroht sind.

05. September 2026

Suchthilfe Wuppertal gGmbH
Hünefeldstraße 10a
42285 Wuppertal

Weitere Informationen: [hier](#)

Seminarangebote:

Seminarangebot Selbsthilfeakademie: Mitmischen im Gesundheitssystem

In dem Seminar **“Mitmischen im Gesundheitssystem. Ein interaktiver Einblick in die Gesundheitspolitik vor Ort ein”** sind noch ein paar Plätze frei. Wenn ihr spontan Zeit und Lust habt, wird herzlich dazu eingeladen.

Das Seminar wird gemeinsam mit der Projektstelle Patientenbeteiligung veranstaltet – es geht darum, wie ihr eure Erfahrungen und Anliegen aus der Selbsthilfe und Patient*innenperspektive in die lokale Gesundheitspolitik einbringen könnt.

Was euch erwartet: Im Seminar schlüpft ihr selbst in verschiedene Rollen und spielt eine Kommunale Gesundheitskonferenz durch. So erlebt ihr praktisch an einem Beispiel, wie lokale Gesundheitspolitik funktionieren kann.

04. Juli 2026 | 10:00 - 16:30 h

Wuppertal, Internationales Evangelisches Tagungshaus

Wenn ihr teilnehmen wollt oder Fragen habt: info@selbsthilfeakademie-nrw.de

Weitere Informationen findet Ihr: [hier](#)

Seminarangebot BKD: Die verborgene Widerstandskraft – Trauer bewältigen

Trauer trifft uns manchmal wie ein Gewitter, manchmal schleicht sie sich lautlos in unseren Alltag. In diesem Seminar wollen wir Wege der gesunden Trauerbewältigung finden, die eine wichtige Ressource, zum Beispiel zur Rückfallprävention, darstellt.

24. – 26. Juli 2026

BBZ Holzhausen
Blaukreuz-Heim-Str. 1
57299 Holzhausen

Kontakt über:

Andrea Schmidt
Telefon: 0202/6200345
Andrea.schmidt@blaues-kreuz.de

Weitere Informationen: [hier](#)

Seminarangebot FAS NRW: Kreativseminar: „Tag des offenen Ateliers“

An diesem Tag habt Ihr die Möglichkeit, Euch in geschützter Atmosphäre kreativ auszudrücken und neue Zugänge zu Euren Gedanken und Gefühlen zu entdecken.

Begleitet wird der Tag vom erfahrenen Kunsttherapeuten (Kaveh Ziapour, M.A. Kunsttherapeut, Visual Artist, Bochum).

Wir treffen uns:

29. August 2026 | 10:00 – 16:00 h

Selbsthilfekontaktstelle Bochum

Weitere Informationen und die Anmeldung: [hier](#)

Seminarangebot BKD: Aber eigentlich lieben wir uns doch! – Ein Beziehungsseminar

Beziehungen brauchen Pflege – und manchmal neue Impulse. Entdeckt mit uns, wie ihr alte Muster durchbrecht, eure Sehnsüchte teilt und euer „Wir“ lebendiger gestaltet. Für Paare, die mehr Leichtigkeit und Tiefe wollen.

04.-06. September 2026

BBZ Holzhausen
Blaukreuz-Heim-Str. 1
57299 Holzhausen

Kontakt über:

Andrea Schmidt
Telefon: 0202/6200345
Andrea.schmidt@blaues-kreuz.de

Weitere Informationen: [hier](#)

Seminarangebot ARWED NRW: Geschwisterkinderseminar

Schattenkinder: Geschwisterkinder im Fokus

Seminar für Geschwisterkinder und ihre Eltern in von (Drogen-)Sucht betroffenen Familien. Geschwister von Drogenabhängigen sind zahlreichen Belastungen und Ängsten ausgesetzt. Prinzipiell besteht der Wunsch von Kindern in drogenbelasteten Familien nach einer „heilen Welt“. Dies kollidiert aber oftmals mit der Realität und die gesunden Geschwister sind einer Art „Zerreißprobe“ ausgesetzt. Für sie dreht sich im Gegensatz zu den Eltern, nicht alles nur um die süchtige Person.

Es besteht ein starkes Bedürfnis die Mutter/Eltern zu entlasten und zu schützen. So entsteht innerhalb der Familie ein starkes Spannungsfeld.

In diesem Seminar werden wir mit beiden Zielgruppen arbeiten, d.h. die Eltern der Elternselbsthilfe und die Geschwisterkinder sind zu diesem Seminar eingeladen. Jede Gruppe wird für sich und beide Gruppen werden miteinander arbeiten, jeweils mit einer Referentin. Durch den Austausch und Dialog soll mehr Verständnis füreinander und ein besseres Miteinander erreicht werden.

19. September 2026

Haus der Begegnung
Selbsthilfekontaktstelle
Alsenstraße 19a
44789 Bochum

Weitere Informationen: [hier](#)

Seminarangebot ARWED NRW: Besinnungstage 2026

Das bewährte Seminarangebot „Besinnungstage“ wird von der ARWED im 2-jährigen Rhythmus angeboten.

Es richtet sich an betroffenen Eltern und Angehörige, die wegen der Drogensucht ihres Angehörigen / ihres Kindes ihre eigenen Bedürfnisse über einen langen Zeitraum weit hintenangestellt haben. Das Seminar soll dazu beitragen, dass die Angehörigen und Eltern sich wieder spüren lernen und dass sie erfahren, wo eigene Gestaltungsmöglichkeiten und Interessen liegen. Dies geschieht an dem Wochenende über eine vorbereitende Reflektion und dann über konkretes Ausprobieren möglicher Quellen, um Ressourcen aufzubauen und zu erhalten.

Wir lassen uns auf Wege ein, die wir schon längst vergessen haben: Leichtigkeit. Mut. Neue Energie. Ein Wochenende, das Spuren hinterlässt: still, kraftvoll, wohltuend.

09. – 11. Oktober 2026

Akademie Biggesee
Ewiger Straße 7-9
57439 Attendorn

Weitere Informationen: [hier](#)

Seminarangebot Caritas Köln: Verletzte Seelen: Den Zusammenhang von Sucht und Trauma erkennen und bewältigen

Etwa 43 % der Menschen mit einer Abhängigkeitserkrankung weisen eine Traumafolgestörung auf. Man spricht von dem Vorliegen einer Komorbidität. Beide Erkrankungen werden im Seminar vorgestellt. Aber was war zuerst da? Die Posttraumatische Belastungsstörung oder die Sucht? Substanzkonsum als beliebte Bewältigungsstrategie, aber auch weitere Erklärungsversuche für dieses Phänomen werden in diesem Seminar erörtert.

10. Oktober 2026

Katholisch-Soziales Institut

Bergstraße 26

53721 Siegburg

Inhaltliche Fragen:

Angelika Schels-Bernards

Tel.: 0221 2010-278

E-Mail: Angelika.Schels-Bernards@caritasnet.de

Weitere Informationen: [hier](#)

Seminarangebot BKD: Mein ganzer Mensch sehnt sich nach dir – Meditationstage

Atme durch, komm zur Ruhe und schöpfe neue Kraft für Leib und Seele. Diese Tage schenken Stille, Meditation und achtsame Momente – für alle, die innere Einkehr und spirituelle Vertiefung suchen.

31. Oktober – 01. November 2026

BBZ Holzhausen

Blaukreuz-Heim-Str. 1

57299 Holzhausen

Kontakt über:

Andrea Schmidt

Telefon: 0202/6200345

Andrea.schmidt@blaues-kreuz.de

Weitere Informationen: [hier](#)

Seminarangebot Caritas Köln: EFT – Emotionale Freiheit durch Klopfen

Erleben Sie in diesem Seminar die befreiende Wirkung der Emotional Freedom Techniques (EFT). Die Methode – auch bekannt als „Klopfakupressur“ – verbindet Elemente der Akupressur mit modernen psychologischen Ansätzen und hilft dabei, belastende Gefühle, innere Spannungen sanft zu lösen.

07. November 2026

Katholisch-Soziales Institut
Bergstraße 26
53721 Siegburg

Inhaltliche Fragen:

Angelika Schels-Bernards

Tel.: 0221 2010-278

E-Mail: Angelika.Schels-Bernards@caritasnet.de

Weitere Informationen: [hier](#)

Seminarangebot Caritas Köln: Bindung und Sucht – Zwei Welten der Begegnung

Bindung und Bindungsstörungen aus Kindheit und Jugendzeit haben Auswirkungen auf das Selbsterleben von Menschen und auf ihre sozialen Beziehungen. Die Bindung an ein Suchtmittel kann als Selbstlösungsversuch gesehen werden, mit Unsicherheiten, Verletzungen und Einsamkeitsgefühlen zeitweise besser umgehen zu können. Die Selbsthilfegruppe als wichtiges Bindungsangebot bietet die Möglichkeit, neue gesunde Bindungen aufzubauen.

Gleichzeitig können im Gruppenerleben alte Bindungserfahrungen reaktiviert werden, so dass herausfordernde Situationen für Leitung und Mitglieder entstehen.

Das Wochenendseminar bietet die Möglichkeit, sich neben theoretischem Input, mit eigenen Bindungserfahrungen noch einmal auseinanderzusetzen und den Blick auf die Gruppe als wichtigen Bindungsort zu erweitern.

12. – 13. Dezember 2026

Katholisch-Soziales Institut
Bergstraße 26

53721 Siegburg

Inhaltliche Fragen:

Angelika Schels-Bernards

Tel.: 0221 2010-278

E-Mail: Angelika.Schels-Bernards@caritasnet.de

Weitere Informationen: [hier](#)

Sie haben das ein oder andere wissenswerte gefunden? Das ist wunderbar...

Für Fragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Herzliche Grüße

Norbert Wiegand

Referent in der Geschäftsstelle



Geschäftsstelle

c/o Blaues Kreuz Deutschland

Schubertstraße 41 · 42289 Wuppertal

Telefon +49 202 6200339 · Mobil +49 151 64404708

geschaeftsstelle@fas-nrw.de



Hinweise zum [Datenschutz](#) & [Impressum](#)

Sei am **11.09.2026** mit dabei: [25 Jahre FAS NRW](#)

Sei am **12.09.2026** mit dabei: [Recovery Walk 2026](#)

Redaktion des Newsletters:

Fachausschuss Suchtselbsthilfe NRW (FAS NRW)

Norbert Wiegand

Referent in der Geschäftsstelle

Sollten Sie irrtümlich in diesen Newsletter-Verteiler geraten sein und keine weiteren Newsletter erhalten wollen, bitte ich höflichst um Entschuldigung. Schreiben Sie mir dann gern eine kurze Mitteilung an geschaeftsstelle@fas-nrw.de – ich entferne die E-Mailadresse dann umgehend aus der Newsletter-Datenbank.
