



PERSÖNLICH.  
INDIVIDUELL.  
VERTRAULICH.

**Lukas**  
Suchthilfezentrum  
Hamburg-West

**Diakonie**  Diakonisches Werk  
Hamburg-West/Südholstein





# UNSERE ANGEBOTE FÜR SIE!

Das Team im **Lukas Suchthilfezentrum** besteht aus verschiedenen Berufsgruppen (interdisziplinäres Team): Sozialpädagogik, Psychologie, Pädagogik, Suchttherapie, Medizin, Heilpraktik, Ehrenamtliche u.a.

Im **Lukas Suchthilfezentrum** finden Menschen aus Hamburg vertrauliche Beratung, Therapie und Rehabilitation sowie praktische Lebenshilfe.

Die verschiedenen Angebote richten sich an Erwachsene (ab 18 Jahre), die Probleme haben mit z. B.: Alkohol, Medikamenten, Cannabis, Glücksspiel, Medien, Kokain, Heroin und anderen Drogen. Angehörige (Partner\*in, Bezugspersonen) sind ebenfalls herzlich willkommen. Zum weiteren Angebot gehören Beratungen von Fachkräften, Prävention, Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung.

Das **Lukas Suchthilfezentrum** ist sowohl staatlich als auch von allen Kostenträgern

anerkannt. Alle Mitarbeitenden stehen unter Schweigepflicht.

Das **Lukas Suchthilfezentrum** verpflichtet sich einem Qualitätsmanagement und ist erfolgreich zertifiziert.

Rufen Sie uns an und vereinbaren Sie einen persönlichen Beratungstermin:

## 040-970770

Ihr Team vom **Lukas Suchthilfezentrum**




# UNSERE LEISTUNGEN

- › BERATUNG
- › THERAPIE / REHABILITATION
- › AKUPUNKTUR
- › GRUPPENANGEBOTE
- › KRISENBEWÄLTIGUNG
- › VERMITTLUNG
- › LEBENSHILFE

Das **Lukas Suchthilfezentrum** bietet ein umfassendes Beratungs- und Behandlungsangebot für Personen mit Suchtproblemen (ab 18 Jahre) an. Ein Überweisungsschein ist nicht erforderlich. Bis auf wenige Ausnahmen sind alle Leistungen kostenfrei.

Die Einhaltung des Datenschutzes und eine hohe Vertraulichkeit sind selbstverständlich. Wir beraten auf Wunsch auch anonym.

# SUCHTFORMEN

-  › ALKOHOL
-  › CANNABIS
-  › MEDIKAMENTE
-  › GLÜCKSSPIEL
-  › MEDIEN
-  › SONSTIGE

Wir helfen Menschen, die gefährdet oder abhängig von legalen (z.B. Alkohol) oder illegalen Substanzen (z.B. Kokain) sind.

Des Weiteren bieten wir Unterstützung bei sogenannten nicht-stoffgebundenen Abhängigkeiten (z.B. Glücksspiel und Wetten) sowie bei Medienabhängigkeit (z.B. Handy oder PC).



# UNSERE VIELFÄLTIGEN ANGEBOTE INDIVIDUELL FÜR SIE !

## Beratung

- › Informationsvermittlung
- › Motivation und Klärung
- › Persönliche Ziel- und Entscheidungsfindung
- › Analyse des Konsumverhaltens
- › Krisenbewältigung und Stabilisierung
- › Vermittlung und Vorbereitung von weiteren Hilfen, z.B. Entgiftung, Therapie, Selbsthilfe etc.

Das **Lukas Suchthilfezentrum** bietet Beratungsgespräche für Menschen mit Suchtproblemen an. Die Beratungsangebote sind individuell, persönlich und vertraulich. Es finden Einzelgespräche statt. Bezugspersonen können auf Wunsch in die Gespräche einbezogen werden. Auch verschiedene Gruppenangebote zur Information, Motivation und Vermittlung finden regelmäßig statt.



## Therapie / Rehabilitation

- › Ambulante Rehabilitation und Nachsorge
- › Rückfallvorbeugung

Die ambulante Rehabilitation unterstützt dabei, den Weg zu einem suchtmittelfreien und zufriedenen Leben zu finden. Die ambulante Therapie findet statt, während der gewohnte Lebensalltag erhalten bleibt. Bei bestehender Arbeitstätigkeit kann diese weiterhin ausgeübt werden. Die Rehabilitation wird in mehreren ambulanten Therapiegruppen zu unterschiedlichen Tageszeiten angeboten. Zusätzlich gibt es unterstützend Einzel- und Bezugspersonengespräche. So entsteht die Möglichkeit, gewünschte Veränderungen direkt im Alltag mit therapeutischer Begleitung zu erproben. In unterschiedlicher Form wird Rückfallvorbeugung angeboten. Dazu gehört auch das Erlernen von Strategien, um einen eventuell eingetretenen Rückfall zügig stoppen zu können. Eine unterstützende Behandlung kann die Ohr-Akupunktur sein.

**Ambulante Nachsorge** kann nach einer abgeschlossenen stationären Suchtrehabilitation unterstützend sein. Die Rückkehr ins alltägliche Leben und das eigene Umfeld ist herausfordernd. Eine ambulante Nachsorge kann helfen, gut in den neuen Alltag zu finden. So kann Rückfällen vorgebeugt und das Erlernte in den Alltag umgesetzt werden.

## Akupunktur

Untersuchungen und Erfahrungen haben gezeigt, dass die Ohr-Akupunktur bei der Suchtbehandlung wirksam ist. Deshalb wird diese spezielle Form der chinesischen Medizin mit Erfolg auch im **Lukas Suchthilfzentrum** angewandt. Auch durch eine Reduzierung von „Stresshormonen“ und einer vermehrten Ausschüttung von Endorphinen ermöglicht die Ohr-Akupunktur einen Heilungsprozess „von innen heraus“ und ergänzt so die weiteren Angebote im Lukas Suchthilfzentrum. Akupunktur ist hilfreich zur Reduzierung von „Suchtdruck“, Unruhezuständen und Schlafstörungen.

## Gruppenangebote

Zusätzlich zu den persönlichen Einzel- oder Bezugspersonengesprächen können verschiedene Gruppen genutzt werden. Gruppen ermöglichen einen gemeinsamen Erfahrungsaustausch und gegenseitige Unterstützung. So können die Teilnehmenden voneinander von Gleichgesinnten lernen. Es finden Therapiegruppen, Informationsgruppen und Selbsthilfegruppen statt.

## Krisenbewältigung

Krisen gehören zum menschlichen Leben. Wir helfen persönliche Krisen konstruktiv zu bewältigen und die Chancen in der Krise zu nutzen. Gemeinsam suchen wir nach individuellen Stärken und Lösungswegen.

## Vermittlung

Bei Bedarf vermitteln wir auch in andere Hilfseinrichtungen, z.B. zur Entgiftung in geeignete Krankenhäuser, zur teil-/stationären Rehabilitation, in eine Selbsthilfegruppe, in andere Beratungsstellen etc. Wir finden mit Ihnen zusammen geeignete begleitende Einrichtungen und Institutionen.

## Lebenshilfe

Unser **Lucafé** ist ein Tages-Treffpunkt mit praktischer Lebenshilfe. Hier gibt es kostengünstige Getränke und warmes Mittagessen. Bei einem Cappuccino, Tee oder Mineralwasser kommt man mit anderen ins Gespräch. Vielfältige niedrigschwellige Unterstützungsangebote runden das Angebot ab.

# TREFFPUNKT UND LEBENSILF

# Lucafé



- › Treffpunkt, Café und praktische Lebenshilfe
- › Kostengünstige Getränke und warmes Mittagessen
- › Alltagsstruktur
- › Niedrigschwellige Unterstützungsangebote
- › Wäsche waschen
- › Soziale Beratung, z.B. bei Behördenangelegenheiten, Anträgen
- › Gesundheitsberatung, z.B. bei medizinischen und körperlichen Fragen
- › Kostenlose PC- und Internetnutzung
- › Kostenloser Telefonanschluss
- › Gruppen- und Freizeitangebote  
z.B. Klönschnack mit Kaffee & Kuchen

Der Treffpunkt Lucafé richtet seine Angebote an chronisch Suchtkranke. Die Betreuung und Beratung erfolgt ohne Vorbedingung (z.B. Veränderungsbereitschaft und Abstinenzmotivation) und dient der allgemeinen Stabilisierung.

## ÖFFNUNGSZEITEN LUCAFÉ

Mo, Mi + Do	10.00 – 15.00 Uhr
Di	13.00 – 18.00 Uhr

# Lukas

## Suchthilfezentrum Hamburg-West



Luruper Hauptstrasse 138  
22547 Hamburg

Telefon: 040 / 970 77 - 0

Fax: 040 / 970 77 - 500

E-Mail: [lukas.suchthilfezentrum@diakonie-hhsh.de](mailto:lukas.suchthilfezentrum@diakonie-hhsh.de)

Internet: [www.lukas-suchthilfezentrum.de](http://www.lukas-suchthilfezentrum.de)

### ÖFFNUNGSZEITEN

Mo: 09.00 – 18.00 Uhr

Fr: 10.00 – 14.00 Uhr

Di: 10.00 – 18.00 Uhr

und nach Vereinbarung

Mi: 13.00 – 18.00 Uhr

Do: 09.00 – 18.00 Uhr

### ÖFFENTLICHE VERKEHRSMITTEL

Das Lukas Suchthilfezentrum befindet sich in unmittelbarer Nähe der Bushaltestellen

„Eckhoffplatz“ und „Rugenbarg-Nord“.

S-Bahn Anschluss „Elbgaustraße“ und

„Othmarschen“ und dann mit dem Bus.

### BANKVERBINDUNG

Evangelische Bank

Kirchenkreis Hamburg-West/Südholstein

IBAN DE85 5206 0410 3606 4900 00

BIC GENODEF1EK1

Verwendungszweck: Lukas Spende, 120800 1350

### IMPRESSUM

Lukas Suchthilfezentrum

GESTALTUNG: [link-hamburg.de](http://link-hamburg.de)

FOTOS: Karin Gerdes, Hamburg, 01732975516

Stand: Juli 2024

### TRÄGER

Diakonisches Werk Hamburg-West/Südholstein  
[www.diakonie-hhsh.de](http://www.diakonie-hhsh.de)



Ev.-Luth. Kirchenkreis  
Hamburg-West/Südholstein

Gedruckt auf 100% Recyclingpapier  
+ CO<sub>2</sub> Ausgleichszahlung