

# UNSERE STANDORTE

## SUCHTHILFEZENTRUM MITTE SPORLEDERHAUS

Bürgermeister-Smidt-Str. 35  
28195 Bremen

TELEFON 0421 98979-0

FAX 0421 98979-30

E-MAIL [info@ash-bremen.de](mailto:info@ash-bremen.de)

[www.ash-bremen.de](http://www.ash-bremen.de)



Das **SPORLEDERHAUS** liegt im Zentrum Bremens in fußläufiger Entfernung zum Hauptbahnhof und hat die Straßenbahnhaltestelle »Falkenstr. (Linie 10)« direkt vor dem Haus. Ein Parkplatz mit mehreren Stellplätzen befindet sich hinter dem Haus.

## SUCHTHILFEZENTRUM NORD

Bermohlstraße 23a  
28757 Bremen

TELEFON 0421 98979-70

FAX 0421 98979-30

E-MAIL [info@ash-bremen.de](mailto:info@ash-bremen.de)

[www.ash-bremen.de](http://www.ash-bremen.de)



Das Suchthilfezentrum Nord liegt zentral in Vegesack nahe der Fußgängerzone ca. 7 Minuten Fußweg von der Bushaltestelle »Gustav-Heinemann-Bürgerhaus« entfernt. Auch mit dem PKW ist das DHZ-Nord gut erreichbar.

# SHIFT

## Elterntaining für drogenabhängige Mütter und Väter von Kindern zwischen 0 und 10 Jahren



### Donnerstags 10:00 – 11:30 Uhr! im Suchthilfezentrum Mitte



Mitglied der  
**Diakonie**  
Bremen

Verein für  
**Innere Mission**  
in Bremen



»SHIFT« ist ein Elterntaining für drogen- und/oder alkoholabhängige Mütter und Väter von Kindern zwischen 0 und 10 Jahren. Der Name »SHIFT« steht zum einen für die Abkürzung »Suchthilfe Familientraining«. Zum anderen lässt sich »SHIFT« aus dem Englischen übersetzen und bedeutet im Deutschen »Wechsel«.

SHIFT beinhaltet ein spannendes und abwechslungsreiches Gruppenprogramm, das den Eltern viele neue und wichtige Informationen zum Zusammenleben in ihrer Familie bietet. Die Gruppensitzungen haben einen strukturierten Ablauf. In jedem Modul steht ein anderes Thema im Fokus der Gruppenstunde.

## ZIELE

- Stärkung der familiären Resilienzen und Elternkompetenzen unter Beachtung der Besonderheiten einer suchtbelasteten Familie
- Vertiefung der Motivation zur Suchtmittelabstinenz
- Förderung der Inanspruchnahme von Hilfen

## WAS KÖNNEN SIE LERNEN?

- die Signale Ihres Kindes besser zu deuten und darauf zu reagieren
- mit schwierigen Situationen in der Erziehung besser umzugehen
- den Zusammenhalt in Ihrer Familie zu stärken
- die familiären Abläufe zu verbessern
- wie Sie den Herausforderungen, die eine Suchterkrankung mit sich bringt, vor allem in Bezug auf die Familie, begegnen können
- wie die Familie Sie unterstützen kann, ein drogenfreies Leben zu führen
- die Partnerschaft zu verbessern
- Rückfällen vorzubeugen

## WER DARF MITMACHEN?

- Wer mindestens ein eigenes oder Stiefkind zwischen 0 bis 10 Jahren hat, mit dem Kind zusammenwohnt oder regelmäßigen Kontakt zu dem Kind hat
- Jede Familienform (alleinerziehend/mit Partner\*in, Patchwork, etc.)
- Wer Erfahrung mit illegalem Drogenkonsum gesammelt hat, aktuell oder früher

## RAHMENBEDINGUNGEN

**Gruppengröße:** max. 8 Teilnehmer\*innen, zwei Fachkräfte

**Dauer:**

- 8 Gruppentermine à 90 Minuten
- 1 Familientermin (gemeinsames Erlebnis/Ausflug Eltern mit Kindern)



## WANN & WO?

**Donnerstags 10.00 – 11.30 Uhr**

Suchthilfezentrum Mitte

Bürgermeister-Smidt-Str. 35

28195 Bremen

**Ansprechpartnerin:** Anna Tarkina

anna.tarkina@dash-bremen.de • Telefon 0421 98979-34