



Rehaklinik Lindenhof

Schallstadt-Wolfenweiler



**Behandlung von
drogen- und mehrfachabhängigen
Frauen**



FACHVERBAND FÜR
PRÄVENTION UND REHABILITATION
IN DER ERZDIÖZESE FREIBURG E. V.

Unsere Klinik

ist eine Fachklinik zur Behandlung von suchtmittelabhängigen Frauen.

Die Rehaklinik Lindenhof liegt am Ortsrand von Schallstadt, umgeben von Feldern und Gärten, 8 km südlich von Freiburg im Markgräfler Land.

Die Klinik besteht seit 1982. Das Gebäude, ein ehemaliger großer Gutshof, wurde renoviert und umgebaut. Zwei schöne Innenhöfe vermitteln Ruhe und Geborgenheit.

Die Klinik hat zwei Abteilungen:

Abteilung II für drogenabhängige Frauen (29 Plätze), Abteilung I für alkohol- und medikamentenabhängige Frauen (30 Plätze)

In beiden Abteilungen werden auch Frauen mit Kindern aufgenommen. Es stehen 15 Plätze für Kinder im Alter bis ca. 10 Jahren zur Verfügung.



Die Abteilung für drogen- und mehrfachabhängige Frauen

Die Abteilung II nimmt Frauen ab dem 18. Lebensjahr auf. Mütter mit Kindern können auf dem Lindenhof einen drogenfreien Lebensweg beginnen und ihre Kinder mitbringen. Aufgenommen werden auch schwangere Frauen und HIV-positive Frauen.

In den drei Wohngruppen der Abteilung II wohnen Sie in der Regel in einem Einzelzimmer. Mütter wohnen gemeinsam mit ihren Kindern in einem Raum.

Zu jeder Wohngruppe gehört ein gemütlich eingerichteter Aufenthaltsraum mit Kochnische, Fernseh- und Radiogerät.

Für die therapeutischen Angebote sind Gruppenräume, Räume für kreatives Gestalten und arbeitstherapeutische Werkstätten eingerichtet.

Für die Freizeit stehen eine Bibliothek, Internetcafé, Sporthalle, Sauna, Tischtennisraum u. a. zur Verfügung. Eine Kapelle bietet Raum für Gebet und Meditation.

In der „Frauen-Adaption Lindenhof“ gestalten Sie nach der Intensivphase Ihren Alltag eigenständig mit Selbstversorgung, Berufspraktikum, Freizeit und Berufsplanung.

Die Adaption ist separat auf dem Gelände untergebracht und bietet neben freundlichen Einzelzimmern auch großzügige Gemeinschaftsräume.

Für die Kinder gibt es ein schönes Spielzimmer und einen Spielplatz.



Unser Team

Wir sind Ärztinnen, Psychologinnen, Sozialarbeiterinnen und -pädagoginnen, Arbeitstherapeutinnen und -therapeuten und weitere Fachkräfte. Wir haben Zusatzqualifikationen in Verhaltenstherapie, Sozialtherapie, Gestalttherapie, Psychodrama, Kunsttherapie, Traumatherapie, Autogenem Training und Arbeitstherapie.

Wir arbeiten Hand in Hand und bieten Ihnen vielfältige Unterstützung, damit Sie Ihren eigenen Weg aus der Abhängigkeit finden. Wir erarbeiten mit Ihnen ein individuell abgestimmtes Therapieangebot.

Im medizinischen, psychosozialen/psychotherapeutischen und bewegungstherapeutischen Bereich sind ausschließlich Frauen tätig.



Behandlung von Mutter und Kind

Ihre Kinder sind uns willkommen und können bis ca. zum 10. Lebensjahr mit aufgenommen werden. Wir haben Platz für 15 Kinder, die bei ihren Müttern wohnen oder in einem eigenen Zimmer schlafen. Es besteht auch die Möglichkeit, dass die Kinder Sie nur während der Schulferien besuchen und bei Ihnen wohnen. Dabei besteht die Altergrenze von 10 Jahren nicht.

Während der Therapiezeiten werden die Kinder, entsprechend ihres Alters, in zwei Gruppen zusammengefasst und im klinik-internen Kinderbereich von qualifiziertem Fachpersonal liebevoll betreut. Ältere Kinder besuchen zum Teil den Kindergarten oder die örtliche Schule. Freie Tageszeiten, den Abend und die Wochenenden verbringen die Kinder mit ihren Müttern.

In der Therapie unterstützen wir Sie in der Beziehung und im Umgang mit Ihren Kindern.

Drogenabhängigkeit...

... ist oft eine Antwort auf schwierige Lebenssituationen, wenn andere Lösungen nicht vorhanden oder in Sicht sind. Sie ist eine Erkrankung mit schädigenden Auswirkungen auf die körperliche, psychosoziale und geistige Entwicklung.

Das Suchtmittel bietet manchmal kurzfristig Lösungen, indem es Bedürfnisse befriedigt, schmerzliche Erlebnisse in den Hintergrund treten lässt, den Ausdruck von Gefühlen erleichtert, über Beziehungsschwierigkeiten hinweghilft oder innere Leere ausfüllt.



Was uns wichtig ist

Wir gehen davon aus, dass die unterschiedlichen Lebens- und Arbeitsbedingungen von Frau und Mann und die gesellschaftliche Rolle der Frau auch zu geschlechtsspezifisch unterschiedlichen Wegen in eine Sucht führen.

Für viele Frauen ist es hilfreich, in einer therapeutischen Gemeinschaft mit anderen Frauen erste Schritte aus der Abhängigkeit zu gehen und neue Erfahrungen im Zusammenleben und in der gemeinsamen Arbeit mit anderen Frauen zu machen.

Mit einer offenen und tragenden Atmosphäre wollen wir Ihnen Mut machen, Ihre weibliche Identität mit allen Fähigkeiten, Stärken und Schwächen zu entdecken und zu leben.

Wir holen Sie dort ab, wo Sie in Ihrem persönlich lebenswerten Frauenbild stehen und begleiten Sie bei der Weiterentwicklung.

Schutzraum bieten wir Ihnen auch dadurch, dass Sie im therapeutischen Prozess nicht mit männlichen Patienten konfrontiert werden.



Behandlungs-Ziele

So unterschiedlich die Wege in die Abhängigkeit sind, so verschieden können die Ziele für die Therapie sein. Wir möchten mit Ihnen gemeinsam herausfinden, welche Ziele Sie erreichen wollen und wie wir Sie dabei unterstützen können.

Ein wichtiges Ziel ist die Entscheidung für ein drogenfreies Leben. Oft verbindet sich damit eine befriedigende berufliche Perspektive, die Unabhängigkeit ermöglicht. Auch die Verbesserung der körperlichen Gesundheit, das sich Wohlfühlen und der Aufbau von vertrauensvollen Beziehungen zu anderen Menschen sind wichtig.

Wir wollen Sie unterstützen:

- bei der Suche nach einem befriedigenden drogenfreien Lebensweg
- in ihren Fähigkeiten und Stärken
- bei der Auseinandersetzung und Bewältigung von aktuellen und vergangenen Schwierigkeiten und Belastungen
- bei der Bewältigung von Krisen
- beim Aufbau vertrauensvoller Beziehungen
- bei der Entwicklung einer beruflichen Perspektive und eines selbstbestimmten und sinnorientierten Lebens
- bei einer abwechslungsreichen Freizeitgestaltung
- bei der Klärung Ihrer finanziellen und rechtlichen Situation



Die Therapiedauer

... richtet sich nach Ihrer persönlichen Lebenssituation und Ihrem körperlichen, psychischen und sozialen Befinden.

Gemeinsam mit Ihrer Drogenberaterin bzw. Ihrem Drogenberater und in Abstimmung mit allen Beteiligten wird zu Beginn die Dauer der Therapie festgelegt.

Die Behandlung dauert:

- Langzeittherapie fünf bis sechs Monate und drei bis vier Monate Adaption
- Kurzzeittherapie vier bis sechs Monate
- Auffangbehandlung drei bis sechs Monate (Adaption nach Absprache)
- Kombitherapie drei Monate stationär und sechs Monate ambulante Behandlung

Die Adaption ist auch offen für Frauen, die zur Rehabilitation in einer anderen Klinik waren.

Die Langzeittherapie

Im Zusammenleben in der Gemeinschaft mit offenen und vertrauensvollen Beziehungen, die häufig weit über die Therapie hinaus andauern, können Sie sich stabilisieren, Ihren „Lebenskurs“ neu bestimmen, Neues lernen und ausprobieren.

Ein strukturiertes Therapieprogramm, das Sie mitgestalten, unterstützt Sie, einem geregelten Tagesablauf nachzugehen, verloren geglaubte Fähigkeiten und Stärken zu entdecken und im Alltag zu nutzen sowie sich mit Frustrationen auseinanderzusetzen.



Die Drogenabteilung hat drei Wohngruppen, in denen jeweils 8-10 Frauen zusammenleben. Ihre Wohngruppe ist gleichzeitig auch Ihre Therapiegruppe.

Die Langzeittherapie verläuft in drei Phasen:

Die Aufnahmephase (1-2 Monate)

Im Mittelpunkt stehen das Einleben in die therapeutische Gemeinschaft, körperliche und psychische Regeneration, Entlastung, Orientierung sowie die Klärung der finanziellen und rechtlichen Situation und eine erste Klärung Ihrer Therapieziele. Von der 4. Woche an sind eingeschränkt Telefonate und Besuche nach Absprache möglich.

Die Intensivphase (2-5 Monate)

Im Mittelpunkt steht die Auseinandersetzung mit Ihrem bisherigen Lebensweg und Ihrer Drogenbiografie. Wichtige Aspekte sind das Erproben neuer Verhaltensweisen und die Auseinandersetzung mit Mitpatientinnen, Angehörigen und Bezugspersonen. Die Telefon-, Besuchs- und Ausgangsregelungen sind erweitert..

Die Adaptionphase (3-6 Monate)

Im Mittelpunkt steht die Auseinandersetzung mit der selbständigen und drogenfreien Lebensführung nach der Entlassung. Sie machen jetzt ein Berufspraktikum, haben Möglichkeiten für eine aktive Freizeitgestaltung und entwickeln eine persönliche und berufliche Perspektive für die Zeit nach der Adaption.

Jetzt können Sie allein ausgehen und Ihre Familie, Freundinnen und Freunde besuchen.



Die Kurzzeittherapie

Wenn Sie bereits eine oder mehrere Langzeittherapien abgeschlossen haben oder Ihre Drogenabhängigkeit erst seit kurzem besteht und Sie ein stabiles soziales Umfeld haben, kann eine Kurzzeittherapie für Sie richtig und sinnvoll sein.

Wir erarbeiten mit Ihnen klare Therapieschwerpunkte und unterstützen Sie in einer möglichst frühen Außenorientierung.

Die drei Therapiephasen werden individuell und flexibel abgestimmt.

Die Kombitherapie

Die 12 Wochen stationäre Phase sollen Ihnen helfen, wichtige Aspekte Ihrer Suchterkrankung zu verstehen, eine ausreichende Abstinenzfähigkeit für die ambulante Phase zu erreichen und erste Weichen zu stellen.

Im Rahmen der sechsmonatigen ambulanten Phase werden Sie im Weg aus der Sucht unterstützt und bei wesentlichen Veränderungsschritten begleitet.

Die Auffangbehandlung

Wenn Sie nach einem Therapieaufenthalt rückfällig geworden sind, kann eine zeitnahe Auffangbehandlung für Sie richtig und sinnvoll sein.

Ihre aktuelle Lebenssituation und andere individuelle Themen stehen hier im Vordergrund. Wir unterstützen Sie darin, Ihre Rückfallerfahrung für ein zukünftig drogenfreies Leben zu nutzen.



Die Therapiephasen werden individuell und flexibel festgelegt. Die tatsächliche Behandlungsdauer richtet sich bei allen Behandlungsformen nach der individuellen Ausprägung der körperlichen, psychischen und sozialen Folgen Ihrer Abhängigkeit und nach Ihrem Fortschritt im therapeutischen Prozess.

Wir verstehen den Aufenthalt in der Rehaklinik Lindenhof als Baustein einer Gesamtbehandlung, zu dem eine ausreichende Vorbereitung und stützende Begleitung nach der stationären Behandlung gehören.

Die Paartherapie unter zwei Dächern

In Kooperation mit dem nahegelegenen „TZ-Brückle“ bieten wir für Paare/Familien eine Behandlungsmöglichkeit, die Ihren persönlichen Weg aus der Sucht fördert und Sie als Paar/Familie in gemeinsamen Zielsetzungen unterstützt.

Bewerbungen richten Sie bitte an beide Einrichtungen.



Therapeutische Bereiche

Wir ermöglichen eine ganzheitliche Behandlung mit medizinischen, psychotherapeutischen, sozialtherapeutischen, arbeits-therapeutischen und allgemein stützenden Hilfsangeboten.

Zu Beginn der Behandlung entwickeln wir gemeinsam mit Ihnen einen individuellen Therapieplan, der auf Ihren psychischen, körperlichen und sozialen Stärken und Beeinträchtigungen sowie Ihrem persönlichen Suchtgeschehen aufbaut.

Medizinische Behandlung

Sie orientiert sich an Ihrer körperlichen Verfassung. Die medizinische Behandlung erfolgt durch die Ärztinnen des Teams und externe Fachkräfte. Bei Bedarf erfolgt eine Überweisung in die Universitätsklinik Freiburg.

Psychotherapie

In Einzelgesprächen und in Ihrer Therapiegruppe finden Sie Möglichkeiten, sich und Ihre Sucht weiter zu verstehen und zu akzeptieren. Mit vielfältigen Methoden werden Sie in Ihrer Lebenserfahrung und in Ihren persönlichen Fähigkeiten für einen drogenfreien Lebensweg gestärkt.

Einzeltherapie

Ihre Therapeutin begleitet Sie in der Einzeltherapie auf Ihrem Weg aus der Abhängigkeit. Sie können Ihre ganz persönlichen Erfahrungen klären und eine selbstbestimmte Lebensperspektive entwickeln.



Gruppentherapie

Die Gruppentherapie ermöglicht, zusammen mit anderen Frauen, Erfahrungen der Abhängigkeit auszutauschen und miteinander Neues im gemeinsamen Umgang zu erproben.

Indikations- und Schulungsgruppen

Zusätzlich zur Gruppen- und Einzeltherapie bieten wir thematische Gruppen an. In diesen Indikationsgruppen können Frauen mit ähnlichen Problemen und Konfliktbereichen gemeinsam Lösungsschritte erarbeiten. Je nachdem, welche Therapieziele und welcher persönliche Therapieplan mit Ihnen erarbeitet wurde, können Sie im Verlauf Ihrer Therapie verschiedene Indikationsgruppen für sich nutzen.

Folgende Themen werden je nach Bedarf angeboten:

- Abstinenzmotivation und Rückfallprophylaxe
- Yoga und progressive Muskelentspannung nach Jacobson
- Selbstsicherheit und soziale Kompetenz
- Essstörungen
- Prostitutionserfahrungen
- Umgang mit Aggressionen
- Biographiearbeit
- Gesundheitsverhalten, Gesundheitsförderung, Raucherentwöhnung
- Mutter-Kind, Erziehungskompetenz
- Partnerschaft
- Missbrauchs- und Gewalterfahrungen



- Körperwahrnehmung, Bewegung, Entspannung, Eskrima (Stockkampfkunst), konzentrierte Bewegungstherapie
- Skillstraining

Arbeit mit Angehörigen/ Besuche zu Hause

Häufig ist es hilfreich, wenn Menschen, die Ihnen nahe stehen, mit in die Therapie einbezogen werden. In mehrtägigen Angehörigenseminaren, in Familien- und Paargesprächen haben Sie die Möglichkeit, sich von Altem zu verabschieden und wichtige Personen an Ihrer Veränderung teilhaben zu lassen. Familiäre und partnerschaftliche Beziehungen erfahren Entlastung, und gemeinsame Entwicklungsschritte unterstützen oft langfristig einen lebendigen und drogenfreien Lebensweg.

Arbeitstherapie

Sie ist ein Übungsfeld für die Leistungs- und Belastungsfähigkeit und für die Zusammenarbeit im Team. Sie erleichtert die Gewöhnung an einen geregelten Tagesablauf und die Entdeckung neuer Fähigkeiten.

Zur Verfügung stehen:

- Haustechnik
- Garten
- Schneiderei
- Computer und Kommunikation
- Hausgestaltung und Hauswirtschaft
- Küche



Bewegung, Entspannung, Sport

Bewegung, Sport und Entspannung sind wichtig, um die Bewegungsfähigkeit, die körperliche Kondition, die Körperwahrnehmung und die Entspannungsfähigkeit weiterzuentwickeln. Im Lindenhof geschieht dies durch vielfältige Aktivitäten wie z.B. körperliches Aufbautraining, Wassergymnastik im Thermalbad im nahe gelegenen Bad Krozingen, Fitness-, Funktions- und Konditionstraining, Yoga und Entspannungsübungen, Volleyball, Tanz, Wanderungen, etc.

Werk- und Kreativitätstherapie

Die Entwicklung kreativer Fähigkeiten vermittelt Erfolgserlebnisse und stärkt das Selbstwertgefühl. Sie erlaubt es, Gefühle auszudrücken und neue Interessen zu entwickeln. Die Werk- und Kreativitätstherapie gibt auch Anregungen zur sinnvollen Freizeitgestaltung, z. B. Modellieren mit Ton.

Freizeitgestaltung

Freizeit heißt bei uns, dass Sie Zeit haben, eigene Aktivitäten zu entwickeln, Tischtennis, Sauna, Schwimmen, Fahrradtouren, Malerei, Töpfern, Klettern, Kino- und Theater- und Ausstellungsbesuche und vieles mehr.



Das Wichtigste in Kürze

Wer kann zu uns kommen

von illegalen Drogen abhängige Frauen ab dem 18. Lebensjahr, Frauen mit Kindern (bis zum 10. Lebensjahr) und Schwangere, HIV-positive Frauen,

Frauen, die nach §§ 35, 36 oder 37 BtmG gerichtlich verurteilt wurden.

Was wir von Ihnen benötigen

- eine schriftliche Bewerbung (Wie kam es zu Ihrem Wunsch nach einer Therapie?)
- einen Lebenslauf mit den wichtigsten Ereignissen in Ihrem Leben
- eine Beschreibung Ihrer Drogenerfahrungen (Wie kam es zum Drogenkonsum, welche Drogen konsumieren Sie?)
- einen Nachweis der Entgiftung
- eine Kostenzusage für Sie und bei Mitaufnahme eines Kindes
- eine Kostenzusage für das Kind
- einen Nachweis über Krankenversicherung
- Zahnsanierung und gynäkologische Untersuchung
- einen aktuellen Sozialbericht Ihrer Beratungsstelle oder einer anderen vermittelnden Stelle
- Freiwilligkeitserklärung und Bereitschaft zur Anerkennung und Einhaltung der geltenden Klinikordnung



Im Einzelfall können folgende Nachweise nützlich sein:

- eine Kostenzusage für Therapienebenkosten wie Taschengeld, Übergangsgeld oder anderes
- eine Versicherungskarte der Krankenkasse oder Krankenscheine
- Bescheide über Krankengeld, Arbeitslosenunterstützung, Kindergeld, Sorgerecht, usw.

Unsere Klinik wird von allen Kostenträgern belegt. Zu einer Besichtigung und einem persönlichen Infogespräch sind Sie nach vorheriger Terminabsprache im Lindenhof willkommen.





Sie erreichen uns:

Mit dem PKW über die Autobahn A5 Ausfahrt Freiburg Süd, dann Bundesstraße 3, ca. 8 km sudwestlich von Freiburg in Richtung Basel.

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Mit der Bundesbahn zum Hauptbahnhof Freiburg, ab dort über die Nahverkehrsverbindungen mit Bus oder Bahn nach Schallstadt-Wolfenweiler. Abholung durch die Klinik ab Bahnhof Schallstadt.



Rehaklinik Lindenhof

Fachklinik für suchtkranke Frauen
Abteilung II
Behandlung von drogen- und mehrfachabhängigen Frauen
Vogesenstr. 17
79227 Schallstadt
Tel: 07664/9711-0
Fax: 07664/60292
Mail: lindenhof@agj-freiburg.de
www.rehaklinik-lindenhof.de



Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2000

Die Rehaklinik Lindenhof ist eine Einrichtung des AGJ-Fachverbands für Prävention und Rehabilitation in der Erzdiözese Freiburg e.V.



FACHVERBAND FÜR
PRÄVENTION UND REHABILITATION
IN DER ERZDIÖZESE FREIBURG E. V.

AGJ-Fachverband
für Prävention und Rehabilitation
in der Erzdiözese Freiburg e.V.
Oberau 21
79102 Freiburg im Breisgau
Tel 0761/21807-0
Fax 0761 2180768
suchthilfe@agj-freiburg.de
www.agj-freiburg.de