



## HANF

### **Drogenbeauftragte hält Kompromiss beim Umgang mit Cannabis für denkbar**

Zwar wird die Union die „Frage der Legalisierung“ weiterhin ablehnen, aber plädiert entsprechende Verstöße künftig nur noch als Ordnungswidrigkeit zu werten. [Mehr...](#)

### **Cannabiskonsum steigt**

[Laut BKA](#) bleibt Cannabis in Deutschland die am meisten gehandelte und konsumierte Droge. [Eine US-Studie](#) beschreibt die Verdoppelung des Konsums und vermutet einen Zusammenhang mit der Zunahme von depressiven Störungen.

### **Studie: Cannabiskonsum im Jugendalter beeinflusst Hirnentwicklung**

Cannabis-Konsum kann zur einer geringeren Dicke bestimmter Hirnareale bei Jugendlichen führen. Eine gestörte Impulskontrolle ist eine mögliche Folge; Psychologen diskutieren den Begriff „amotivationale Syndrom“ dafür. [Mehr...](#)

## ETHANOL

### **OECD-Bericht – Alkoholkonsum und Corona**

Laut der Organisation für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (OECD) führt nicht nur die Pandemie selbst, sondern auch der Weg aus der Krise dazu, dass problematischer Alkoholkonsums ansteigt. [Zum Bericht...](#)

### **Studie: Alkoholkonsum erklärt weltweit 4 % aller Krebserkrankungen**

Weltweit ist jede 25. Krebserkrankung auf den Konsum von Alkohol zurückzuführen. Allen voran: Krebserkrankungen an Lippen und Mundhöhle, im Rachenraum, Kehlkopf, Speiseröhre, Dickdarm, Enddarm, Leber und Brust. [Mehr zu den Berechnungen...](#)

### **Kontrolliertes Trinken ein Therapieziel bei Alkoholabhängigkeit?**

Eine systematische Studien-Übersicht vergleicht die Wirksamkeit von abstinenzorientierten Behandlungsformen mit denen, die eine Trinkmengenreduktion anstreben. [Danach](#) ist kontrolliertes Trinken eine wichtige Option, insbesondere wenn Abstinenz als Ziel nicht möglich ist.

## ÜBER DEN NATIONALEN TELLERRAND

### **Zunehmend Cannabisprodukte mit niedrigem THC-Gehalt in Europa**

Immer mehr Produkte mit angeblich geringen Mengen an Tetrahydrocannabinol (THC) wie Cannabiskraut und -öl werden in Europa verkauft. Sie fallen nicht in allen Ländern unter das Betäubungsmittelrecht. Auch ihr Gefährdungspotenzial alarmierte die Europäischen Beobachtungsstelle für Drogen und Drogensucht (EMCDDA). [Zum Bericht...](#)

### **Auswirkungen der COVID-19-Pandemie auf den europäischen Drogenkonsum**

...findet Ihr im [Europäische Drogenbericht der EMCDDA](#).

## EU-Drogenstrategie 2021-2025

In der aktuellen Strategie geht es um die Verringerung des Drogenangebots sowie Prävention, Behandlung und Schadensminimierung. [Mehr...](#)

## GESUNDHEIT

### Rauchen

Tabakentwöhnung soll bald Leistung der gesetzlichen Krankenversicherung werden. Anspruchsberechtigt wären Versicherte mit schweren tabakassoziierten Erkrankungen. [Mehr...](#)

In den letzten 10 Jahren nahmen Krankenhausfälle durch raucherspezifische Erkrankungen stark (+ 18%) zu. 2019 wurden deswegen 450 000 Patient\_innen stationär behandelt. [Mehr...](#)

### Online zu Optimismus – am 18.11.2021 um 18.00 Uhr

Als innere Haltung kann Optimismus Einfluss auf unser Leben nehmen und Veränderungsprozesse anstoßen. [Im zweistündigen Seminar werden Grundlagen der positiven Psychologie vermittelt, aber auch mithilfe von Übungen praktisch erprobt.](#)

### Info zu Gesundheits-Apps & e – Rezept am 30.11.2021 18.00 Uhr

Ab dem kommenden Jahr lösen elektronische Verordnungen das rosa Rezept ab. Schon jetzt gibt es Gesundheits-Apps von Krankenkassen und App-Verordnungen durch Ärzten. [Infos und Tipps zu diesen Neuerungen in der Gesundheitsversorgung gibt der Online-Vortrag.](#)

## MIT ONLINE-FORTBILDUNG ZUR DIGITALEN SELBSTHILFE

### 16. August 2021, 18:00 Uhr Online-Seminar „Neustart nach Corona“

Wie den Übergang zu Präsenztreffen in der Selbsthilfe gestalten? [Mehr...](#)

### 08. September 2021, 19:00 Uhr Online-Café für Digitaleinsteiger

Für Selbsthilfeaktive, die rund um digitale Anwendungen mehr Fragen als Antworten haben und sich ausprobieren möchten. [Weitere Termine: 13.10. und 10.11.2021!](#)

### 01. Oktober 2021, 13:00 Uhr Online-Workshop „Das digitale Gruppentreffen“

[Auswahl und Einsatz von Konferenzsoftwares für die Selbsthilfearbeit](#)

### 05. Oktober 2021, 18.00 Uhr Seminar zu digitalen Möglichkeiten

Es geht um technische und organisatorische Voraussetzungen von Videokonferenzen ebenso wie Vorsichtsmaßnahmen und Benimmregeln. [Info...](#)

### 21. Oktober 2021, 18:00 Uhr Online- Seminar „Moderation bei Videokonferenzen“

Welche technischen und methodischen Mittel können online eingesetzt und genutzt werden? Worauf sollte die Moderation achten? Dies sind die Themen der [Fortbildung.](#)

### 26. Oktober 2021 Online-Seminar „Unsere Selbsthilfegruppe mal online“

Chancen und Grenzen von virtuellen Treffen. Weiterer Termin am 23.11.2021 [Mehr...](#)

## UNTERSTÜTZUNG FÜR EUER EHRENAMT?

### **Pauschalförderung von gesundheitlichen Selbsthilfe 2020**

Gesetzliche Krankenkassen förderten letztes Jahr die Basisarbeit der Selbsthilfe auf Bundesebene mit insgesamt 12 Mio. €. Ca. 300 unterschiedliche Selbsthilfeorganisationen erhielten Fördermittel nach § 20h SGB V. Wer 2020 wieviel erhielt, lest Ihr [hier](#).

### **Abzugsfähigkeit von Betriebsausgaben des Ehrenamts gefördert.**

Ehrenamtliche leisten viel für das Miteinander in der Gesellschaft. Deshalb plädiert der Petitionsausschuss des Bundestages für der Abzugsfähigkeit von Betriebsausgaben und Werbungskosten bei ehrenamtlichen Tätigkeiten. [Mehr...](#)

### **Online-Fachgespräch "Burnout bei Aktivismus" am 22.09.21, 14.00 Uhr**

Im Film „Radical Resilience“ geht es um Burnout von Klima- und Friedensaktivist\_innen. Die dort gezeigte Überforderung und Dauerbelastung, aber auch Bewältigungsstrategien sind auf andere ehrenamtlich Betätigungsfelder übertragbar. [Zur Anmeldung..](#)

### **Online-Tutorial für Angehörige von Glücksspielsüchtigen**

Das neue [Online-Tutorial „LOSgelöst“](#) bringt 13 Videos zu verschiedenen relevanten Themen.

## VIELE TERMINE FÜR DEN HERBST

### **20. – 22. August 2021 erste Berliner „sober sensation party“ nach der Pandemie**

Ein nachhaltiges, achtsames und gesundes Festival. Natürlich mit guter Musik, viel Spaß und Platz zum Zelten. [www.SoberSensation.com](http://www.SoberSensation.com)

### **02. September 2021, 16.00 Uhr Online-Seminar „Emotionen im heiklen Gespräch“**

Praxis-Sequenzen üben und sich auszuprobieren, um auch in heiklen Gesprächen einen kühlen Kopf zu bewahren und angemessen zu (re-)agieren. [Info...](#)

### **04. September 2021, 10.00 Uhr Online-Seminar „Wir verschaffen uns Gehör“**

Tagesseminar zu ersten Schritten einer aktiven Öffentlichkeitsarbeit. [Mehr...](#)

### **06.– 08. September 2021 Seminar „Selbsthilfegruppen leiten und entwickeln“**

[Das Seminar](#) in Bad Bevensen, für das ggf. auch Bildungsurlaub genommen werden kann, setzt einen Schwerpunkt auf den Umgang mit Außenseitern in den Gruppen.

### **13.– 15. September 2021 Digitaler Deutscher Suchtkongress in Berlin**

Ein Schwerpunkt ist die somatische und psychische Komorbidität von Suchterkrankungen und die damit verbundenen Konsequenzen fürs Versorgungssystem. [Zur Kongressseite...](#)

### **03. Oktober 2021 Online-LWL-KS-Jahrestagung, .**

[Zur Kooperationen von Suchthilfe, Selbsthilfe und Prävention mit anderen Hilfesystemen.](#)

### **Veranstaltungen zur Woche der seelischen Gesundheit im Herbst**

Neben Angsterkrankungen und Depressionen sind Suchterkrankungen die häufigen Krankheiten bei uns. Und so Thema bei den Veranstaltungen. [Stöbern lohnt...](#)

## **25. –27. Oktober 2021: 60. DHS Fachkonferenz SUCHT in Potsdam**

„Raus aus der Krise – Sucht in Veränderung?!“ Es geht um die Auswirkungen der Corona-Pandemie sowie die Angebote, Strukturen und Strategien, mit denen die Suchthilfe, die Suchtprävention und die Sucht-Selbsthilfe diesen Herausforderungen begegnet. [Info...](#)

## **28. Oktober 2021 18.00 Uhr Online-Seminar „Selbsthilfe und Migration“**

Diskutiert werden Fragen, die vor allem Menschen in der Selbsthilfe nicht-deutschsprachiger Kulturen beschäftigen: Was machen wir mit schwierigen Menschen in unseren Treffen? Dürfen wir auch essen / singen / tanzen? [Mehr...](#)

## **02.– 04. November 2021 Seminar zum Leitungswechsel von Selbsthilfegruppen**

Der Erfolg Selbsthilfegruppen hängt nicht zuletzt von Leitungspersonen und deren Engagement ab. Wie gelingt der Wechsel? [Beschreibung des Seminars in Bad Bevensen](#)

## **04. – 07. November 2021 Seminar „Freiwilliges Engagement in der Suchthilfe“**

Um Beratung und Unterstützung von Verantwortlichen in der Selbsthilfe geht es in diesem [Seminar 57250 Netphen](#).

## **09. November 2021, 16 Uhr Online-Seminar „Kunst der Kritik“**

Kritisieren und kritisiert werden; üben und sich auszuprobieren, um auch in heiklen Gesprächen einen kühlen Kopf zu bewahren und angemessen zu (re-)agieren. Dies könnt ihr in [folgendem](#) Seminar lernen.

Der Newsletter wird mehrmals jährlich von der Bundesweiten Koordinierungsstelle für junge Abhängige herausgegeben. Diese ist im Deutschen Caritasverband verortet.

Ansprechperson: Heidrun Koop (heidrun.koop@caritas.de, 0761 – 200 -221, [www.caritas.de](http://www.caritas.de))

Wenn Ihr die Info-Mails nicht mehr erhalten wollen, schreibt einfach eine kurze E-Mail mit der formlosen Bitte um Abmeldung an: [junge-suchtselbsthilfe@caritas.de](mailto:junge-suchtselbsthilfe@caritas.de).

### Hinweis zum Datenschutz:

Ihr habt uns Ihre E-Mail-Adressen gegeben, damit wir regelmäßig und nach Bedarf über Neuigkeiten im Bereich der Jungen Sucht-Selbsthilfe informieren können. Hierfür haben wir Name und E-Mail-Adresse gespeichert.

Wir geben die E-Mail-Adressen ohne Zustimmung nicht weiter. Trotzdem müssen wir darauf hinweisen, dass die Datenübertragung im Internet Sicherheitslücken aufweisen kann und wir dem Zugriff durch Unberechtigte nicht vollkommen ausschließen können.



### IMPRESSUM

NEWS Junge Sucht-Selbsthilfe 03/2021

Bundesweite Koordinierungsstelle für junge Abhängige

Deutschen Caritasverband e.V. Karlstr. 40 79104 Freiburg

Tel: 0761 – 200 221, E-Mail: [junge-suchtselbsthilfe@caritas.de](mailto:junge-suchtselbsthilfe@caritas.de)