

# Landesstelle für Suchtfragen Rheinland-Pfalz

Fachausschuss der LIGA der Freien Wohlfahrtspflege Rheinland-Pfalz



## Digitale Angebote für Menschen mit Suchtproblemen, Angehörige und Interessierte

Wir haben Ihnen hier digitale **kostenlose**, in der Regel auch **anonym nutzbare** und **fachlich anerkannte** Angebote zusammengestellt. Menschen mit Suchtproblemen aber auch Angehörige und Interessierte können sich auszutauschen, weitere Hilfsangebote in der Nähe finden und sich auf dem Weg aus der Sucht anfangen zurechtzufinden.

Die Kontaktdaten von Suchtselbsthilfegruppen, Suchtberatungsstellen, Reha-Kliniken Sucht oder auch Einrichtungen der Eingliederungshilfe in Rheinland-Pfalz finden Sie über die Seite des Ministeriums [www.suchtselbsthilfe.rlp.de](http://www.suchtselbsthilfe.rlp.de), über die Seite beim LSJV [Hilfe und Beratung | Suchtprävention Rheinland-Pfalz \(rlp.de\)](http://Hilfe und Beratung | Suchtprävention Rheinland-Pfalz (rlp.de)) und über die Seite der LIGA Rheinland-Pfalz [www.liga-rlp.de/landesstelle-fuer-suchtfragen-rheinland-pfalz.de](http://www.liga-rlp.de/landesstelle-fuer-suchtfragen-rheinland-pfalz.de)

Die folgenden Übersichten erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

<b>Digitale Angebote von Betroffenen für Betroffene</b>			
<b>Digitales Angebot</b>	<b>Zielgruppe</b>	<b>Anbieter</b>	<b>Kontakt</b>
<b>Chat- „Wir chatten über Sucht! Wir bieten Hilfe!“ Suchtform übergreifend</b>	Betroffene, Angehörige, Interessierte	Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe – Bundesverband e.V.	<a href="https://www.sucht-chat.de/">https://www.sucht-chat.de/</a> <a href="https://www.sucht-chat.de/projekte/freundeskreis-chat/">https://www.sucht-chat.de/projekte/freundeskreis-chat/</a>
<b>Kreuzbund Chat Suchtform übergreifend</b>	Betroffene, Angehörige	Kreuzbund e.V.	<a href="https://www.kreuzbund.de/de/chat-">https://www.kreuzbund.de/de/chat-</a> <a href="https://www.kreuzbund.de/de/chat-">https://www.kreuzbund.de/de/chat-</a>
<b>mog- Meine Online -Gruppe für Suchtselbsthilfe Suchtform übergreifend</b>	Betroffene, Angehörige, Interessierte	BKE – Blaues Kreuz In der Evangelischen Kirche, Landesverband NRW e.V.	<a href="https://www.mog-bke.de/">https://www.mog-bke.de/</a>
<b>Blue Meeting Online-Selbsthilfegruppen Suchtform übergreifend</b>	Betroffene, Angehörige, Interessierte	Blaues Kreuz in Deutschland e.V.	<a href="https://www.blaues-kreuz.de/de/angebote-und-hilfe/selbsthilfe-online/">https://www.blaues-kreuz.de/de/angebote-und-hilfe/selbsthilfe-online/</a>
<b>Onlinemeetings der Anonymen Alkoholiker (AA`s)</b>	Betroffene	Anonyme Alkoholiker Interessengemeinschaft e.V.	<a href="https://www.anonyme-alkoholiker.de/meetings/onlinemeetings/">https://www.anonyme-alkoholiker.de/meetings/onlinemeetings/</a>
<b>SoberGuides – Ehrenamtliche Begleiter*innen aus der Sucht per E-Mail u. Telefon</b>	Betroffene, Angehörige, Nahestehende	Guttempler in Deutschland e.V.	<a href="https://www.soberguides.de/">https://www.soberguides.de/</a>
<b>Online-Selbsthilfegruppe Glücksspiel</b>	Betroffene, Angehörige	Fachverband Glücksspielsucht (fags) e.V.	<a href="https://gluecksspielsucht-selbsthilfe.de/2021/03/03/herzliche-willkommen-zur-online-selbsthilfegruppe/">https://gluecksspielsucht-selbsthilfe.de/2021/03/03/herzliche-willkommen-zur-online-selbsthilfegruppe/</a>

<b>Digitale Angebote von Akteuren der Suchthilfe für Betroffene</b>			
<b>Digitales Angebot</b>	<b>Zielgruppe</b>	<b>Anbieter</b>	<b>Kontakt</b>
<b>Virtuelles Selbsthilfe-Café und weitere Seminarangebote</b>	Betroffene, Angehörige, Interessierte	Paritätische Akademie LV NRW e. V.	<a href="https://www.selbsthilfenetz.de/selbsthilfein-nrw/neuigkeiten/virtuelles-selbsthilfecafe-1">https://www.selbsthilfenetz.de/selbsthilfein-nrw/neuigkeiten/virtuelles-selbsthilfecafe-1</a>
<b>Online-Suchtberatung Caritas Deutschland</b>	Betroffene, Angehörige, Interessierte	Deutscher Caritasverband e.V.	<a href="https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/suchtberatung/start">https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/suchtberatung/start</a>
<b>Drogen- und Suchtberatung online – Chat, E-Mail</b>	Betroffene, Angehörige, Interessierte	Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)	<a href="https://www.drugcom.de/drogenberatungonline/">https://www.drugcom.de/drogenberatungonline/</a>
<b>Online-Beratung „Alkohol – Kenn dein Limit“</b>	Betroffene, Angehörige, Interessierte	Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)	<a href="https://www.kenn-dein-limit.de/alkoholberatung/">https://www.kenn-dein-limit.de/alkoholberatung/</a>
<b>Online-Suchtberatung</b>	Betroffene, Angehörige, Interessierte	Tannenhof Berlin-Brandenburg e.V.	<a href="https://www.tannenhof.de/suchthilfe/alleinrichtungen/onlineberatung/">https://www.tannenhof.de/suchthilfe/alleinrichtungen/onlineberatung/</a>
<b>Online-Suchtberatung per E-Mail</b>	Mädchen, Frauen, Angehörige	Lagaya - Verein zur Hilfe suchtmittelabhängiger Frauen e.V.	<a href="https://www.lagaya.de/onlineberatung/">https://www.lagaya.de/onlineberatung/</a>
<b>Selbsttests im Internet zu Konsumverhalten</b>	Betroffene, Angehörige, Interessierte	z.B. BZgA: drugcom	siehe hier: <a href="https://www.ls-suchtfragenlsa.de/service/info-portale/">https://www.ls-suchtfragenlsa.de/service/info-portale/</a>
<b>DigiSucht</b>	Betroffene, Angehörige, Interessierte	Delphi	<a href="https://www.digisucht.de/suchtbearbeitung/digisucht">DigiSucht - suchtbearbeitung.digital</a>
<b>Online-Suchtberatung Diakonie Deutschland</b>	Betroffene, Angehörige, Interessierte	Diakonie Deutschland	<a href="https://www.diakonie.de/beratung-hilfe">Beratung &amp; Hilfe (diakonie.de)</a>

Stand April 2023