

Willkommen im Zentrum für integrative Suchthilfe

Wir informieren Sie – online und vor Ort

Haben Sie Fragen zum Konsum von psychoaktiven Substanzen oder zu gesundheitsbezogenen Themen? Interessieren Sie sich für eine Therapie oder für Substitution? Wir sind spezialisiert auf die Beratung und Begleitung von Menschen mit Substanzgebrauchsproblemen und deren Angehörige. Unsere erfahrenen Mitarbeiter*innen stehen Ihnen mit Fachkompetenz und Engagement zur Verfügung. Gerne beraten wir Sie auch in Ihrer Muttersprache. Fremdsprachige Angebote finden Sie unter www.vistaberlin.de

Was möchten Sie verändern?

Sie möchten Ihren Substanzkonsum kontrollieren, reduzieren oder beenden? Wir entwickeln gemeinsam mit Ihnen Lösungen, die sich an Ihren Wünschen und individuellen Möglichkeiten orientieren und begleiten Sie auf dem Weg zu mehr Konsumkompetenz und Zufriedenheit.

Wir engagieren uns für Sie

Den Impuls, sich beraten zu lassen, haben Sie von Ihrer Partner*in, Ihren Eltern oder von gerichtlicher Seite erhalten? Wir stärken Sie dabei, neue Ziele zu entwickeln und diese aktiv anzugehen.

Wir unterstützen Sie

Es gibt in Ihrem persönlichen Umfeld Probleme mit Alkohol oder Drogen und Sie fühlen sich belastet? Nehmen Sie Kontakt zu uns auf! Dabei spielt es keine Rolle, ob Sie sich als Elternteil, Partner*in oder Freund*in an uns wenden!

Vielfalt und gebündelte Kompetenz

Wir pflegen ein enges Netzwerk mit medizinischen Einrichtungen, therapeutischen und unterstützenden Angeboten, Familienhilfen sowie zu Selbsthilfegruppen. Welchen Weg Sie auch einschlagen – wir begleiten Sie!

Stand Dezember 2023

vista
Gemeinsam für gute Aussichten

Wir sind für Sie da

Alle Mitarbeiter*innen von vista arbeiten Hand in Hand, um Ihnen die beste Beratung und Begleitung zu bieten. Bei Bedarf vermitteln wir Sie gerne weiter – schnell und unkompliziert. Unsere Angebote sind kostenlos und auf Wunsch anonym. Wir freuen uns auf Ihren Anruf oder Besuch!

Ambulante Suchtberatung Pankow Zentrum für integrative Suchthilfe

Greifswalder Str. 87
10409 Berlin
pankow@vistaberlin.de

Tel. 030 / 447111-0
Fax 030 / 447111-22

Sie erreichen uns

Mo, Di 11 bis 17 Uhr
Mi 10 bis 17 Uhr
Do 11 bis 18 Uhr
Fr 10 bis 15 Uhr

Offene Sprechstunde

Mo 13 bis 15 Uhr
Di 11 bis 13 Uhr (nur telefonisch)
Do 16 bis 18 Uhr
und nach Vereinbarung

Sprechstunde für Konsument*innen von Partydrogen

Mi 15 bis 16.30 Uhr

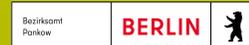
Sprechstunde für Jugendliche

Mi 15 bis 16.30 Uhr

Sprechstunde für Angehörige nach telefonischer Vereinbarung

Verkehrsverbindungen

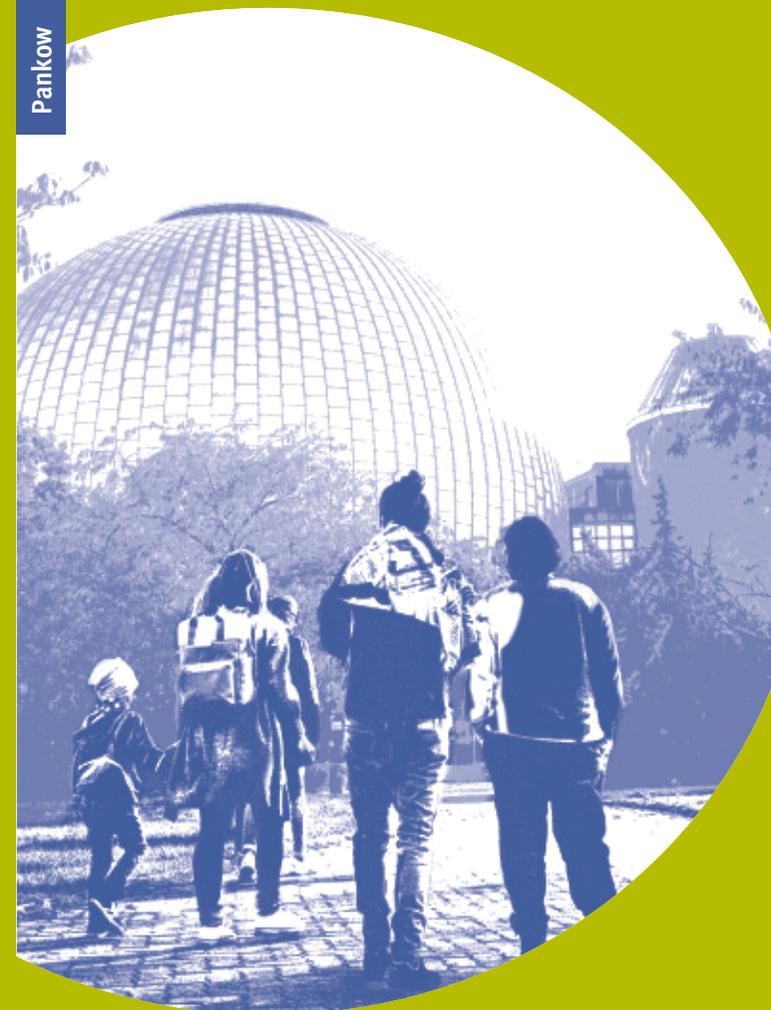
S-Bahn: S41 / S42 / S8 / S85 / S9
(Greifswalder Str.)
Tram: M4 (Thomas-Mann-Str.)



vistaberlin.de

vista
Gemeinsam für gute Aussichten

Pankow



beratung
rund um den Konsum von Alkohol,
Medikamenten und Drogen

vistaberlin.de

■ Unsere Angebote

Beratung

Informieren Sie sich über

- Wirkung und Risiken von psychoaktiven Substanzen, d. h. Drogen, Alkohol und Medikamente
- Wege zu mehr Konsumkompetenz, um gesundheitsschädigende Folgen zu reduzieren
- Safer-Use-Angebote
- Selbsthilfe und Gruppenangebote
- Entzugsmöglichkeiten und Therapieformen
- Angebote zur Rückfallprävention
- Substitution
- Angebote für Eltern oder andere Angehörige

Begleitung

Holen Sie sich Unterstützung

- zur Reflektion Ihres Konsumverhaltens
- zur Stärkung Ihrer Kompetenzen
- bei der Umsetzung Ihrer Veränderungswünsche
- bei der Vermittlung in eine Psychosoziale Betreuung bei Substitution, in Betreutes Wohnen oder andere Angebote
- bei bürokratischen Angelegenheiten

Ambulante Therapie

Ihr Weg in ein gesünderes und zufriedenes Leben

- durch die Aufnahme einer ambulanten Therapie in einer unserer Beratungsstellen
- durch eine Nachsorgebehandlung im Anschluss an eine stationäre Therapie

Mehr Konsumkompetenz

Kontrolliertes Trinken (KT)

KT unterstützt Menschen, die ihren Umgang mit Alkohol verändern wollen. Ihr Ziel kann es sein, weniger oder gar nicht mehr zu trinken.

Kompetenz im selbstbestimmten Substanzkonsum (KISS)

Das Selbstmanagementprogramm „KISS“ unterstützt Sie bei gezielter Reduktion des Konsums legaler und illegaler Drogen.

Rauchfrei-Programm

Das ganzheitliche Konzept bietet individuelle Strategien und motivierende Gespräche für Sie, wenn Sie sich eine Veränderung in Richtung rauchfreies Leben wünschen.

Realize it!

Menschen, die ihre Konsumgewohnheiten ändern möchten und den Cannabiskonsum reduzieren oder einstellen wollen, können durch „Realize it!“ unterstützt werden.

Break

Dieses Interventionsprogramm richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene. Ziel ist, Ihren Alkoholkonsum zu beobachten und dadurch besser zu steuern.

Frühinterventionsprogramm (FreD)

„FreD“ ist ein Angebot für junge Menschen von 14 bis 25 Jahren. Es liefert Ihnen umfassende Informationen zu Drogen und regt eine frühzeitige kritische Auseinandersetzung mit dem eigenen Drogenkonsum an.

Sie wünschen sich eine Veränderung in Ihrem Leben? Es gibt mehr Wege, als Sie denken!

Mit Hilfe bewährter Strategien und Programme können Sie einen selbstbestimmten, kontrollierten Konsum erreichen und Ihre Kompetenz im Umgang mit bestimmten Substanzen stärken.

Konsumreduktionsprogramme sind hilfreich, wenn eine Abstinenz aktuell nicht vorstellbar, aber eine Veränderung der Situation erwünscht ist.

Unterstützung für Eltern bzw. Angehörige

Familienberatung und Frühintervention

Dieses Angebot bezieht Sie als Angehörige oder Familie von Minderjährigen in den Beratungsprozess ein.

CRAFT-Coaching für Angehörige

Ein Coaching kann Ihnen helfen, wenn im engen Umfeld regelmäßiger Substanzkonsum ein problematisches Thema ist.