





## Einblick

Ein selbstständiges Leben in der eigenen Wohnung – das wünschen sich die meisten Menschen. Die Ambulanten Hilfen ANTHOJO (AHA) helfen Menschen mit Abhängigkeitserkrankung, diesen Wunsch in die Tat umzusetzen. Unser Team aus Fachkräften unterschiedlichster Qualifikation bietet individuelle, passgenaue Hilfestellung bei der Lebensgestaltung.

## Ihr Bedarf

Sie leiden an einer stoffgebundenen Abhängigkeitserkrankung, sind über 21 Jahre alt und leben in der Stadt oder im Landkreis Rosenheim? Sie wollen Ihre Situation verbessern? Ihr Wunsch nach Veränderung ist uns wichtig. Daher arbeiten wir zieloffen, d.h. von der Konsumreduktion bis hin zur völligen Abstinenz.

## Leben – Individuelle Unterstützung im eigenen Zuhause

Die sichere Bewältigung des Alltages, ein Mehr an Lebensqualität und ein gestärktes Selbstwertgefühl stehen im Mittelpunkt unserer Bemühungen. Dafür erarbeiten wir mit Ihnen gemeinsam einen Hilfeplan, prüfen ihn auf konkrete Durchführbarkeit und halten gemeinsame Ziele fest. Leitziel ist es dabei immer, mit handfester Hilfe Ihre Fähigkeiten zur Selbsthilfe zu stärken. Sodass eine Begleitung in absehbarer Zeit nicht mehr nötig ist – oder um eine stationäre Maßnahme zu verhindern. Reden Sie mit uns in einem Vorgespräch über Ihre Ziele und Erwartungen. Wir helfen unbürokratisch und schnell. In der Regel werden Kosten für die Eingliederungshilfe vom überörtlichen Sozialhilfeträger übernommen. Gerne kann unsere Unterstützung schon mit der Beantragung beginnen.

## Psychosoziale/ -therapeutische Begleitung

Wir hören zu und helfen beim Finden individueller Problemlösungen. Das machen wir in Einzelgesprächen, therapeutischen Interventionen oder freiwilligen Gruppenangeboten. Unsere Hilfe reicht von A wie Abstinenz bis Z wie Zuzahlungsbefreiung. Hierfür begleiten wir zum Beispiel auch direkt im Jobcenter oder bei anderen Behördengängen.

## Beschäftigung

Ob Schule, Ausbildung oder Arbeit – Zufriedenheit mit der eigenen Situation gibt Halt im Leben. Aus langjähriger Erfahrung heraus fragen wir nach Vorkenntnissen, Interessen, Träumen und Umsetzbarkeit. Dann erarbeiten wir mit Ihnen ehrliche Antworten und finden aus verschiedenen Möglichkeiten das passende Angebot.

## Freizeit erleben

Zu einem gesunden Lebensstil gehören auch Freizeitaktivitäten, die Spaß machen: Lachen, kleine und große Freuden erleben, sich selber wieder spüren – das sind wichtige Bausteine, mit denen wir gemeinsam mit Ihnen ein lebenswertes Leben aufbauen wollen.

## Krisen bewältigen

Neben „Notfall-Strategien“ für schnelle Hilfe setzen wir auf ein effektives „Frühwarnsystem“ zur Krisenvermeidung. Dazu gehört auch die frühzeitige und aktive Suche nach geeigneten Gesprächspartnern, um in der Luft liegenden Problemen und Ursachen rechtzeitig entgegenzuwirken. Wird die Krise zum Dauerzustand, prüfen wir gemeinsam, wie eine bessere Lösung aussehen könnte.