

## Prima Donna - Nachsorge im Überblick

- Hilfe zur Selbsthilfe für ehemals drogen- und alkoholabhängige Frauen ab 21 Jahren mit oder ohne Kinder
- Beratung und Unterstützung bei psychosozialen Problemen
- Regelmäßige Drogenscreenings und Alkoholkontrollen
- Bearbeitung von Rückfällen und Rückfallprävention
- Beratung bei gesundheitlichen Fragen
- Telefonischer Hintergrunddienst
- Kontaktmöglichkeiten zu anderen Frauen bei Prima Donna
- Unterstützung bei der Suche eines Arbeitsplatzes
- Anleitung zur Freizeitgestaltung und zur Tagesstrukturierung
- Anregung bei der Wohnraumgestaltung
- Besuche und geregelte Einzelgespräche mit einer festen Ansprechpartnerin
- Regelmäßige Gruppengespräche

## Wie kommen Sie zu Prima Donna Nachsorge?

Falls Sie die Angebote der Prima Donna Nachsorge ansprechen, wenden Sie sich bitte unter folgender Adresse schriftlich oder telefonisch an uns.

Wir klären in einem Vorstellungsgespräch gerne alle Schritte zu den Nachsorgeangeboten mit Ihnen. Bitte hinterlassen Sie uns dafür eine Telefonnummer, unter der Sie erreichbar sind.

**Prima Donna**  
Sozialtherapeutische Wohngemeinschaft  
für ehemals suchtmittelabhängige Frauen  
Stäblistraße 29 · 81476 München  
Tel: 089 / 719 42 85  
Fax: 089 / 714 77 86

Unser Netzwerk unterstützt Menschen auf ihrem Weg in ein unabhängiges Leben. Helfen Sie uns dabei.  
Spendenkonto Stadtparkasse München  
BLZ 701 500 00 Kto 358 200  
Stichtwort: Prima Donna Nachsorge

Condrobs Infoline: **0 1805/ 34 10 10**  
Montags bis Freitags von 8 - 17 Uhr  
0,14 Euro/Minute aus dem deutschen Festnetz,  
Mobilfunkpreise können abweichen.

Condrobs e.V. · Geschäftsstelle  
Emanuelstraße 16 · 80796 München  
Tel: 089/384082-0 · Fax: 089/384082-30

0620-0609-1000, mail@84GHz.de



## Prima Donna Nachsorgeangebote für Frauen



www.condrobs.de

## Prima Donna - Suchthilfe für Frauen

Prima Donna bietet Suchthilfe für Frauen. Die gesamte Arbeit ist auf die speziellen Erfahrungshintergründe und die damit verbundenen Probleme und Ressourcen ausgerichtet.

Die Nachsorgeangebote von Prima Donna wenden sich an ehemals drogen- und alkoholabhängige Frauen ab 21 Jahren, die eine Therapie abgeschlossen haben, arbeiten oder aktiv bei der Suche nach einem Arbeitsplatz sind.

Ein Team von Fachfrauen und eine feste Ansprechpartnerin begleiten Sie mit wenigen, klaren Vorgaben und eindeutigen Vorgehensweisen und sorgen gemeinsam mit Ihnen für einen drogenfreien Lebensraum.

Im Vordergrund steht dabei die Erprobung eigener Ideen und Vorsätze in der Nachsorge-wohngemeinschaft als Vorbereitung für das Betreute Einzelwohnen oder ein Leben ohne Betreuung.

Dieser neue Lebensabschnitt eröffnet den Einstieg in ein selbstbestimmtes Leben, mit Arbeit und Freizeit, mit Hobbies, Freundinnen und Freunden.

**Condrobs**  
Prävention & Suchthilfe

## Was ist Nachsorge in einer Wohngemeinschaft?

Die Prima Donna Nachsorgewohngemeinschaften bieten Ihnen die Möglichkeit mit anderen Frauen zusammen zu leben, die ebenfalls Therapieerfahrung haben.

Die Bewohnerinnen vertiefen Lösungsmöglichkeiten beim Umgang mit Geld, familiären Fragen und anderen lebenspraktischen Situationen. Jede Frau entscheidet mit, wieviel Nähe oder Distanz nötig ist, um zusammen zu lernen und um ein Zusammenleben zu realisieren.

Das Angebot wendet sich auch an Frauen, die im Verlauf ihrer Suchttherapie oder früher erfahren, dass sie sich zusätzlich mit Psychosen, Borderlinesymptomen, Depressionen, Phobien, Essstörungen und anderen psychischen Krankheiten auseinandersetzen müssen.

Eine professionelle Beratung oder Therapie sowie Ansprechpartnerinnen, die bei Bedarf rund um die Uhr zu erreichen sind, stehen zur Verfügung.

Die Dauer des Aufenthaltes richtet sich nach den individuellen Bedürfnissen, die in regelmäßigen Gesprächen reflektiert werden.



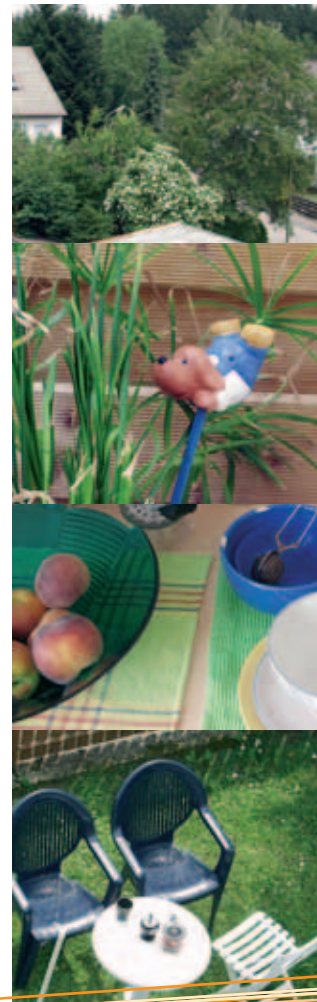
## Wo sind die Wohngemeinschaften?

Frauen, die sich für unser Nachsorgeangebot interessieren bieten wir fünf Einzelzimmer in einem schönen Reihenhäuser in Hadern, nahe der U6 an. Küche, Essecke, zwei Bäder und der kleine Garten werden gemeinsam genutzt.

Zusätzlich hat Prima Donna 3-Zimmer Wohnungen angemietet, in denen jeweils zwei Frauen für begrenzte Zeit miteinander wohnen. Die Wohnungen befinden sich in verkehrsgünstiger Lage nahe am Harras. Küche, Bad und Wohnzimmer stehen allen Frauen zur Verfügung.

Mit diesen unterschiedlichen Wohnformen können wir ganz individuell auf die Bedürfnisse und Entwicklungsschritte unserer Bewohnerinnen eingehen.

Die Nachsorge ist die konkrete Vorbereitung auf die Selbständigkeit im Betreuten Einzelwohnen und in der eigenen Wohnung.



## Was ist das Betreute Einzelwohnen?

Im Betreuten Einzelwohnen leben Sie in einer Wohnung im Einzugsbereich der S-Bahn München, die Sie selbst angemietet haben und führen dort ein eigenverantwortliches Leben.

Sie fühlen sich durch den Aufenthalt in der Nachsorgewohngemeinschaft so gestärkt, dass Sie in eine eigene Wohnung ziehen möchten, arbeiten oder konkrete Beschäftigungsangebote erwarten. Gleichzeitig kennen Sie die Probleme des eigenverantwortlichen Lebens und schätzen den Rückhalt durch eine professionelle Begleitung über einen begrenzten Zeitraum.

Es finden regelmäßig Gesprächstermine statt und eine feste Ansprechpartnerin des Prima Donna Teams besucht Sie in Ihrer Wohnung. Im Betreuten Einzelwohnen haben Sie zusätzlich die Möglichkeit einen Hintergrunddienst in Anspruch zu nehmen.

Prima Donna unterstützt Sie darin drogen- und alkoholfrei zu bleiben. Durch die Vielzahl unserer Angebote haben Sie die Möglichkeit Kontakte zu knüpfen oder auch im Krisenfall in einem geschützten Rahmen eine oder mehrere Nächte zu verbringen.

## Was Sie zur Nachsorge noch wissen sollten.

- Miete und Lebensunterhalt finanzieren Sie selbständig
- Die Übernahme von Miete und Lebensunterhalt sind von Ihrer aktuellen Situation abhängig
- Eine Beantragung sämtlicher Kosten muß vorab erfolgen
- Prima Donna schließt mit Ihnen einen Vertrag, in dem die wichtigsten Dinge geregelt sind
- Prima Donna unterstützt Sie schon vor Beginn, bei der Beantragung von Kostenübernahmen
- Sobald der positive Bescheid da ist, beginnt Ihr Aufenthalt bei dem von Ihnen gewählten Angebot

