

Therapiebrochure



LIFE CHALLENGE



FEHMARN

Ostseeklinik für Suchttherapie



Foto: Marcus Wend

INHALTSVERZEICHNIS

Moin und Hallo	Seite 3
Unser Angebot	Seite 4
Life Challenge, ein Überblick	Seite 5
Unsere Arbeitsweise	Seite 6-7
Schritte zu uns	Seite 8
Voraussetzungen für deine Aufnahme	Seite 9-10
Deine Anreise	Seite 11
Der Wochenplan	Seite 12
Ein Auszug aus den Therapiephasen	Seite 13-14
Therapieinfo	Seite 15-17
Erfahrungsberichte	Seite 19-21

Moin und Hallo!

wir freuen uns, dass du Interesse hast, unser Therapieangebot zu nutzen. Unser Angebot gilt für Männer ab 18 Jahre. Es richtet sich an dich, wenn du ein Drogenproblem hast, oder mit der Sucht kämpfst und deshalb eine stationäre Therapie benötigst.

Auch wenn du bereits eine Therapie abgeschlossen hast und nun leider wieder rückfällig bist, bieten wir dir eine Rückfallbehandlung zur Stabilisierung und Neuorientierung an.

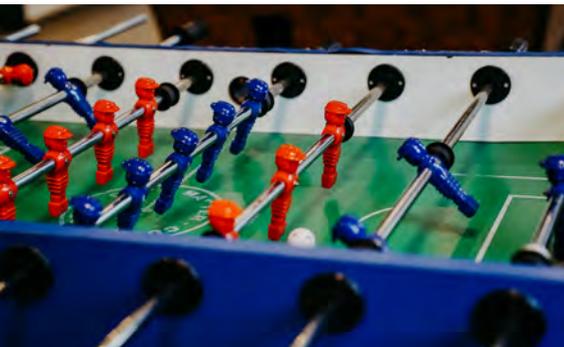
Wenn du eine Therapieaufgabe nach §§ 35/ 36 BtmG („Therapie statt Strafe“) hast, dann kannst du ebenfalls bei uns deine Therapie machen.



UNSER ANGEBOT

Wir:

- ▶ unterstützen dich bei deinem Entschluss, von Drogen und anderen Suchtmitteln clean zu leben.
- ▶ unterstützen dich mit einem Team qualifizierter Mitarbeiter:innen, die dir bei der Bearbeitung deiner Probleme zur Seite stehen.
- ▶ möchten dir Mut machen, deine Beziehungen zu anderen Menschen und mit dir selbst zu klären und anzufangen, deine sozialen und gesundheitlichen Probleme zu lösen.
- ▶ ermutigen dich in deiner Therapie auch Fragen des Lebenssinns und des Glaubens an einen persönlichen und liebenden Gott mit einzubeziehen (sofern du das willst) und neue Lebensinhalte und Ziele zu erarbeiten.
- ▶ helfen dir schulische und berufliche Perspektiven zu entwickeln.
- ▶ bieten dir nach der Therapie die Möglichkeit des betreuten Wohnens oder der Weitervermittlung an andere unterstützende Netzwerke.



Life Challenge Fehmarn

EIN ÜBERBLICK



Wir sind eine Fachklinik und bieten eine stationäre Drogentherapie für abhängige Männer an. „Life Challenge“ das bedeutet „Lebensherausforderung“. Wir fordern dich heraus dein Leben neu zu ordnen und den Mut zu finden, ein cleanes Leben zu führen.

Unsere Klinik liegt drei Kilometer vom Meer entfernt in dörflicher Umgebung in Dänschendorf auf der schönen Ostseeinsel Fehmarn. Ein qualifiziertes, multidisziplinäres Team unterstützt dich in deiner Therapie. Auch ehemalige Konsumenten arbeiten bei uns mit und können dir aufgrund ihrer eigenen Erfahrung wichtige Unterstützung und Hilfe anbieten.

Der Ursprung unserer Arbeit geht auf eine Initiative von Pastor David Wilkerson im Jahre 1958 zurück. Er begann in New York eine Arbeit, in der abhängige, kriminelle Jugendliche auf der Grundlage des christlichen Glaubens therapeutisch geholfen werden konnte. Die deutsche Rehabilitationsarbeit für Männer begann 1972 in Niederbayern unter dem Namen Teen Challenge und wird seit 1990 in Dänschendorf auf Fehmarn fortgesetzt.





UNSERE ARBEITSWEISE

Nach unserem Verständnis beinhaltet Suchttherapie, neben der Aufarbeitung der eigenen Abhängigkeit und Entwicklung einer neuen Lebensperspektive, auch Fragen des Lebenssinns und des persönlichen Glaubens.

Wir setzen deine Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit Sinnfragen voraus; das Einlassen auf den christlichen Glauben bleibt ein freiwilliges Angebot.

Grundlagen unseres therapeutischen Angebots sind Ansätze der systemischen Therapie (Familientherapie), der integrativen Therapie und der Verhaltenstherapie, die in der Gruppen- und in der Einzeltherapie Anwendung finden.

Wir bieten zudem die Möglichkeit zur Aufnahme und Behandlung bei bestehender Komorbidität (Begleiterkrankungen wie Depressionen, Psychosen; ADHS, etc.)

Die praktische Auseinandersetzung in der Therapie hat unter anderem folgende Themenschwerpunkte und Ziele:

► **Förderung der Beziehungsfähigkeit**

Angenommen sein, sich mitteilen lernen, Rückmeldungen bekommen und geben, Zusammenleben in der Gruppe, Austragen von Konflikten, Erarbeitung neuer Kommunikationsmuster, Übernahme von Verantwortung für andere und sich selbst.

► **Veränderung von Denkmustern**

Einzeltherapie, Gruppentherapie, Vermittlung fachlicher Informationen über Abhängigkeit und deren Entstehung, Auseinandersetzung mit den Werten des christlichen Menschen- und Weltbildes.

► **Schaffen von Erfahrungs- und Handlungsräumen**

Arbeitstherapie, aktive Freizeitgestaltung und Sport, „Abenteuerurlaub“, Realitätstraining, Wiederherstellung der Arbeitsfähigkeit und Möglichkeit für externe Belastungserprobung (Praktika) bereits in der stationären Phase, zunehmendes Übertragen von Verantwortung und Erweitern von Freiheiten.

► **Auseinandersetzung mit Identitäts-, Sinn- und Glaubensfragen**

Aufarbeitung der eigenen Lebensgeschichte, Klärung von Sinn- und Zielorientierung, Bewältigung von Ängsten, Scham- und Schuldgefühlen, Versagen und Trauer sowie Förderung von Selbstwirksamkeit, Selbstbewusstsein und Selbstannahme.



SCHRITTE ZU UNS

- ▶ Damit du dir ein besseres Bild über unsere Arbeit machen kannst, vereinbaren wir gern einen Vorstellungstermin mit dir.
- ▶ Wir beraten dich auch gerne direkt. Dazu kannst du auch in unserem Aufnahmebüro anrufen unter: Tel.: +49 (0) 4372 - 80632 16 oder per Mail unter info@life-challenge.de.
- ▶ Bei der Klärung der konkreten Schritte, wie Entgiftung, Kostenzusage oder Versicherungsfragen, können dich die Mitarbeiter:innen der Suchtberatungsstellen, die Sozialdienste der Krankenhäuser, JVA, etc. unterstützen.
- ▶ Um dir einen sicheren Einstieg in die Therapie zu ermöglichen, planen wir mit dir und deinen Berater:innen deine Anreise von zu Hause, aus der Entgiftung oder aus dem Gefängnis zu uns.

VORAUSSETZUNGEN FÜR DEINE AUFNAHME

- ▶ Zusendung deiner Bewerbung mit ausführlichem Lebenslauf, deiner Suchtgeschichte und dem vollständig ausgefüllten Fragebogen.
- ▶ Die Kostenzusage für deine Therapie durch einen Rentenversicherungsträger, eine Krankenkasse oder einen Sozialhilfeträger.
- ▶ Möglichst sollte vor Aufnahme geklärt werden, wie deine finanzielle Situation während der Therapie aussieht.
- ▶ Wahrscheinlich benötigst du vor der Aufnahme eine Entgiftung, da eine Aufnahme nur clean möglich ist. Das heißt auch, dass du nicht mehr substituiert wirst. Solltest du eine Verordnung für eine regelmäßige Medikamenteneinnahme haben, sprich bitte vorher mit unserer Ärztin was möglich ist und was nicht. Bei der Ankunft in unserer Einrichtung wird ein weiterer Drogen- und Alkoholtest durchgeführt.
- ▶ Die aktive freiwillige Mitarbeit an deiner Therapie setzen wir auch bei gerichtlicher Therapieaufgabe voraus. Dazu gehört das Einhalten von Regeln, Strukturen und Vereinbarungen mit uns, sowie die Bereitschaft dich mit langfristiger Abstinenz auseinanderzusetzen.

Zur Aufnahme solltest du folgendes mitbringen:

- ▶ Einen gültigen Personalausweis oder Reisepass.
- ▶ Eine gültige Krankenversicherungskarte
- ▶ Einen möglichst aktuellen Arztbericht
(Laborwerte, UK, Vorerkrankungen, EKG)
- ▶ Einen aktuellen Medikationsplan
- ▶ Einen Impfausweis
- ▶ Aktuellen Bescheid über deine finanzielle Situation
(ALGI, Bürgergeld, Ü- Geld etc.)
- ▶ Arbeitskleidung inkl. Arbeitsschuhe, Sommer- oder Wintergarderobe, Sportkleidung (wichtig für die Halle sind Sportschuhe mit heller Sohle).

Weitere Informationen findest du auch auf unserer Webseite.
www.life-challenge.de



DEINE ANREISE ZU UNS

Wir wissen, dass der Weg zur Aufnahme in die Therapie für dich mit viel Stress verbunden ist. Deshalb legen wir Wert darauf, dass du diesen Weg nicht alleine zurücklegst. Es ist uns wichtig, dass du zur Therapie begleitet wirst. Wenn es keine Begleitung gibt, dann unterstützen wir dich gerne in der Planung deiner Anreise.



Mit der Bahn

- ▶ Mit der Bundesbahn fährst du bis Burg auf Fehmarn. (Schienenersatzverkehr ab Lübeck)
Von dort werden wir dich mit einem Pkw abholen.

Mit dem Auto

- ▶ Du wirst mit dem Auto gebracht und überquerst auf der B207 (E 47) die Fehmarnsundbrücke. Danach fährst du die erste Abfahrt (Richtung Landkirchen) ab. Hinter Landkirchen biegst du links ab, in Richtung Petersdorf. Beim Ortseingang Lemkendorf rechts nach Dänschendorf. Nach ca. 2 km biegst du an einer T-förmigen Kreuzung in Dänschendorf links ab (Dorfstraße), fährst dann die zweite Straße rechts ab (Schulstraße) und schon bist du da.



WOCHEN PLAN

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7:15		Gemeinsames Frühstück				9:30	8:30
9:00	Vollversammlung	Arbeits-therapie	Arbeits-therapie	Ernährungs-beratung	Kleingruppen		
10:30	Arztgespräch- stunde	Arbeits-therapie	Klein- gruppen	PMR Reflexionszeit	Arbeits- therapie	Putzen	Tagesstruk- turierendes Wochenend- programm
12:30			Gemeinsames Mittagessen				
14:00		edukative Gruppen	Aufnahme- runde		Feedback/ AT Rückblick		
14:45	Sinn und Werte		Arbeits- therapie			Ausflüge	
15:30		Reiten					
16:00	Physio- therapie		Muskel- training an Geräten	Arbeits- therapie	Walken		
18:30			Abendessen				
	Angebote zur Abendgestaltung: Sauna, Schwimmen, Spiele, etc.						
23:00	Nachtruhe						

Ein Auszug aus den THERAPIEPHASEN

Phase 1: Richtzeit 4 Wochen

1

REGELN



- ▷ Ausgang nur mit Mitarbeiter:innen
- ▷ kein Handy, kein PC
- ▷ Außenkontakte nur in Absprache möglich.
- ▷ verpflichtende Teilnahme am tagesstrukturierenden Wochenendangebot

Phase 2a & 2b: Richtzeit 8 Wochen

2

REGELN



- ▷ In Dänschendorf ist der Ausgang alleine bis zu den Ortsausgängen erlaubt.
- ▷ Mit einem Rehabilitanden der Phase 2b oder höher ist der Ausgang auf der gesamten Insel erlaubt.
- ▷ Mit einem Rehabilitanden der Phase 3 oder höher ist der Ausgang bis nach Oldenburg in H. erlaubt.
- ▷ Möglichkeit für externe Belastungserprobung (Praktikum)
- ▷ Handynutzung/WLAN außerhalb der Therapiezeiten nach Vereinbarung möglich.

Phase 3: Richtzeit 3-5 Monate

3

REGELN



- ▷ Ausgang allein bis Kiel oder Lübeck.
- ▷ Ab der Phase 3 können alle drei Wochen Familienheimfahrten und externe Realitätstrainings durchgeführt werden.

Adaptionsphase: Richtzeit 2-6 Monate

4

REGELN



- ▷ Es soll ein externes Arbeitspraktikum in der anvisierten Berufsrichtung absolviert werden.
- ▷ Alleinausgang bis Lübeck oder Kiel; nach Absprache kann der Ausgang über 22 Uhr hinaus verlängert werden.
- ▷ Es finden weiterhin regelmäßige Einzelgespräche und Kleingruppen statt.



„Aus Hoffnung wird Perspektive“

THERAPIEINFO

► Suchtmittel

Es besteht ein absolutes Suchtmittelverbot für Alkohol, Drogen, Tabletten, Schnüffelstoffe, Legal Highs oder CBD in jeglicher Form. Diese dürfen nicht mitgebracht, beschafft oder konsumiert werden. Zigaretten dürfen im Rahmen der bestehenden Rauchregelung konsumiert werden. Suchtmittelkonsum anderer darf von anderen Rehabilitanden nicht geheim gehalten und geduldet werden.

Verstöße oder Unehrlichkeit in diesem Punkt können zur sofortigen Entlassung führen. Zur Kontrolle können jederzeit Urin oder Bluttests durchgeführt werden. Glücksspiel (Geldspielautomaten, Wetten, etc.) ist nicht gestattet. Feuerzeuggas, das zum Nachfüllen von Feuerzeugen verwendet wird, wird zentral im Hauptbüro aufbewahrt und

kann nur dort zum Nachfüllen der Feuerzeuge benutzt werden. Aufputschende Getränke und Lebensmittel (Energy-Drinks, etc.) dürfen nicht mitgebracht werden. Cola und Kaffee sind erlaubt.

► Gewalt

Es besteht ein absolutes Verbot von Gewaltanwendung oder -androhung sowie von Übergriffen jeder Art. Zuwiderhandlung führt zur Entlassung.

► Medikamente

Medikamente müssen vom Arzt verordnet bzw. genehmigt sein. Sie werden in der angeordneten Dosierung gestellt und von Mitarbeiter:innen ausgegeben.



► **WLAN/Internet**

Ab Stufe 2 kann nach Vereinbarung ein Ticket mit Zugangscode für kostenfreies WLAN erworben werden. Der Besuch von Webseiten und der Konsum von Inhalten, die als illegal oder gefährdend einzustufen sind oder die der Hausordnung widersprechen, ist nicht gestattet.

► **Fernsehen, Musik, Handys und PCs oder Laptops**

Der Fernsehkonsum in unserem Haus ist eingeschränkt. Radio oder MP3- Player dürfen mitgebracht und Musik darf auf Zimmerlautstärke gehört werden. Musikrichtungen, die wir als „gefährdend“ einschätzen, sind nicht gestattet.

Ähnliches gilt für „gefährdende“ Literatur. Grundsätze beim Umgang mit Musik und anderen Medien sind gegenseitige Rücksichtnahme und die Bereitschaft zur kritischen Auseinandersetzung sowie ein verantwortungsbewusster Umgang mit diesen Medien. Die Nutzung eines Handys

ist in der 1. Therapiephase nicht erlaubt. Ab der 3. Therapiephase ist auch die Nutzung eines eigenen PC´s oder eines Laptops im Rahmen der bestehenden Regelung erlaubt.

► **Außenkontakte**

Am Anfang der Therapiezeit geht es darum, zur Ruhe zu kommen. Aus diesem Grund gibt es zunächst eine Kontaktregelung. Eingehende Briefe und Pakete werden in Gegenwart eines Mitarbeitenden geöffnet und durchgesehen.



► Zimmer

Die Zimmer können gegebenenfalls von Mitarbeiter:innen in Begleitung eines weiteren Team- oder Gruppenmitglieds kontrolliert werden. Jeder Rehabilitand kann die Pinnwand in seinem Zimmer nach eigenen Wünschen dekorieren. Offenes Feuer, Zigaretten, Vapes, Kerzen oder Räucherstäbchen sind auf den Zimmern aufgrund der Brandgefahr nicht gestattet.



► Therapieabbruch

Bei eigenverantwortlichem Therapieabbruch erwarten wir von dem Rehabilitanden, seinen Entschluss nach der Bekanntgabe 24 Stunden zum eigenen Schutz zu überdenken.

► Teilnahme

Jeder Rehabilitand verpflichtet sich zu einer verbindlichen und aktiven Teilnahme am Therapieprogramm. Wir legen Wert auf Pünktlichkeit, Ehrlichkeit und Offenheit gegenüber der Gruppe und dem Team und erwarten die Einhaltung der therapeutischen Vereinbarungen und Regelungen.







Hallo, mein Name ist Conrad.

„Auf der Suche nach Freiheit, Leben und echter Freude fand ich mich in Drogen, zerstörten Beziehungen und Leid wieder.

Das Loch, welches ich in meinem Herzen zu stopfen suchte, wurde immer größer. In Leipzig und zu DDR Zeiten aufgewachsen, wusste ich nicht viel von Jesus und wollte auch nichts mit IHM zu tun haben.

Doch liebte ER mich schon immer und begegnete mir 1999 bei einer Langzeittherapie bei Life Challenge. Von da an änderte sich alles. Ich lernte wahre Liebe, echte Freiheit und eine Fülle von Leben kennen, wie ich es mir nie zu träumen gewagt habe. Mein Leben änderte sich radikal zum Guten und das war das letzte Mal, dass ich Drogen angefasst habe. Ich hatte endlich das Leben gefunden.

Oder besser, das Leben (Jesus Christus) hat mich gefunden!“

Conrad Max Gille (www.fatofa.org)

Wenn Träume wahr werden



Ich heiße Michael Flügge und mein Leben begann vor 54 Jahren im östlichen Niedersachsen. Seit 20 Jahren bin ich mit der besten aller Frauen verheiratet und meine beiden Kinder sorgen dafür, dass mein Leben frisch bleibt. Im Jahr 2004 habe ich in Erfurt das Jesus-Projekt - eine sozial-diakonische Einrichtung für Suchtkranke und Straffällige, gegründet (www.jesus-projekt-erfurt.de). Mit solchen Typen kenne ich mich ganz gut aus, denn in dieser Szene bin ich selbst auch viele Jahre „rumgestrocht“.

Damals war ich voll drauf- auf Heroin und Kokain. Diesem giftigen Pulver war ich total ausgeliefert. Ich war ein Gefangener der Sucht und NIEMALS konnte ich mir vorstellen, von den Drogen wegzukommen und tatsächlich FREI zu werden. Denn nach 18 Jahren Drogen, Gefängnissen, Therapien und vielen Entgiftungen, hatte ich keinen Glauben mehr, dass sich daran irgendetwas ändern könnte.

Es war klipp und klar: Ich war voll am Ende und es war eine Frage der Zeit, wann mein sinnloses Leben sein trauriges Ende finden würde. Alle meine Versuche, von den Drogen wegzukommen sind kläglich gescheitert. Gescheitert wie mein ganzes Leben gescheitert ist und überhaupt keinen Sinn ergibt. Wenn ich jetzt sterben würde, ist endlich Schluss mit dem Scheißgift und dann hat die Menschheit endlich ein Problem weniger.

Um den Prozess zu beschleunigen, mixte ich mir immer stärkere Cocktails. Drei Mal hat es für eine Überdosis gereicht, ein mal war ich 18 Stunden „Kli-

nisch Tod“, doch mit Elektroschocks und viel „Glück“ bekam ich das Leben immer wieder zurückgeschenkt. Damals war mir das eigentlich scheißegal, obwohl ich doch irgendwie am Leben hing. Die Sucht macht auch schizophren.

Es war die Frage: „Wozu lebe ich eigentlich? Hat das Leben einen Sinn? Und wenn ja, was hat das mit mir zu tun?“, die mich quälte und von Zeit zu Zeit zum Nachdenken brachte.

1990 führte mich der §35 BTMG in eine Langzeittherapie zu Teen Challenge nach Bayern (kurz darauf zog die Klinik um nach Fehmarn und heißt heute Life Challenge). Christlich und bayrisch - diese Kombination klang für mich ziemlich befremdlich und ziemlich spookie, aber was soll man machen? Aber genau dort habe ich das erlebt, was ich niemals geglaubt hätte. Bei den Christen bekam ich gute Antworten auf meine quälenden Fragen. Bei Teen Challenge (heute Life Challenge) lernte ich Gott kennen und zwar den Gott, der mich kennt und mich trotzdem liebt. Ich entdeckte meine Fähigkeiten und bekam Mut neue Wege zu gehen.

Nach der Therapie habe ich meinen Schulabschluss nachgeholt und habe sogar das Abitur geschafft. Es gab zwar auch später noch Rückschläge und Rückfälle, aber Gott war und ist immer noch mit mir. Er glaubt an mich, auch wenn ich mal zweifle. Seit 1996 bin ich wirklich FREI – ganz FREI und ohne Rückfall.

In meinem Herzen wollte ich immer das, was ich selber erlebt habe, an andere weitergeben. Zusammen mit meiner Frau darf ich diesen Traum seit 15 Jahren in Erfurt leben. Das hätte ich mir niemals zu träumen gewagt.

Michael Flügge, www.jesus-projekt-erfurt.de

Life Challenge Fehmarn

Dänschendorf • Schulstr. 8

23769 Fehmarn

Tel.: +49 (0) 4372 - 80632 0

Fax: +49 (0) 4372 - 80632 21

Mail: info@life-challenge.de

Internet: www.life-challenge.de

Institutionskennzeichen (IK) 510 100 966

Träger: Life Challenge Fehmarn e.V.

Impressum:

Redaktion: Life Challenge Fehmarn

Gestaltung & Fotos: Jo. Studio Bad Salzuflen

Versions-Überarbeitung: ARTgerecht by seiARTig, Henriette Abraham

Life Challenge ist Mitglied im Diakonischen

Werk Schleswig - Holstein

Diakonie 
Schleswig-Holstein



Druckdatum: 2. September 2025

Versionsnummer: 1.1



LIFE CHALLENGE
FEHMARN



Aus Hoffnung wird Perspektive.

Ostseeklinik für Suchttherapie

www.life-challenge.de