



## Angebote für Fachkräfte der Hamburger Jugendhilfe und Jugendarbeit

### Fallberatung / Fallsupervision

Die Fallberatung / Fallsupervision bietet einzelnen Mitarbeiter\*innen oder Teams die Möglichkeit, sicherer im Umgang mit Suchtmittel konsumierenden oder essgestörten Mädchen zu werden und eine fundierte Einschätzung zu bekommen.

Wir unterstützen dabei, Handlungsideen zu entwickeln und sich über umsetzbare Ziele klar zu werden.

Wir informieren zum Hilfesystem und zu Möglichkeiten der Weitervermittlung.

Es können einmalige oder mehrmalige Termine vereinbart werden. Kriseninterventionen sind kurzfristig möglich. Das Angebot ist kostenfrei.



### >>> DAS KAJAL-TEAM

*Wir sind ein multi-professionelles Team mit langjähriger Erfahrung in der Jugend- und Suchthilfe.*

*Wir haben unterschiedliche Zusatzqualifikationen (Systemische Beratung und Familientherapie, Supervision, Traumabehandlung und Traumapädagogik, Akupunktur nach dem NADA Protokoll) und nehmen regelmäßig an Supervision und Fortbildungen teil.*

### Teamfortbildungen

Eine praxisnahe Kombination aus Fortbildungs- und Teamentwicklungselementen für die Hamburger Jugendhilfe.

Wir schulen Teams darin, ihre Kompetenzen im Umgang mit Suchtmittel konsumierenden oder essgestörten Mädchen zu erweitern.

Die Teamfortbildung besteht aus mehreren Bausteinen: professionelle Teamhaltung; Ziele, Ursachen von Substanzkonsum oder Essstörungen bei Mädchen, Gesprächsführung und Umgang mit Regeln.

Es können auch Teams teilnehmen, die Mädchen und Jungen betreuen.



### Fortbildungen

Wir bieten Fortbildungen zu den Themen Drogen, Sucht, Essstörungen und Trauma – Sucht an. Mehr Informationen zu den aktuellen Fortbildungen sind auf unserer Homepage [kajal.de](http://kajal.de) und unter [suchtpraevention-fortbildung.de](http://suchtpraevention-fortbildung.de) zu finden.

Einige Fortbildungen von Kajal – Frauenperspektiven e. V. sind Teil des Hamburger Basiscurriculums.

## KAJAL >>> SUCHTPRÄVENTION UND BERATUNG FÜR MÄDCHEN

Kajal – Frauenperspektiven e.V.  
Haubachstr. 78  
22765 Hamburg

[www.kajal.de](http://www.kajal.de)  
[kajal@frauenperspektiven.de](mailto:kajal@frauenperspektiven.de)

Fon 040 3806987

Telefonzeiten:  
montags 14 – 17 Uhr  
mittwochs 14 – 19 Uhr  
freitags 10 – 14 Uhr



Kajal ist von der S-Bahn Holstenstraße in 5 Minuten zu Fuß zu erreichen.



# DROGEN SUCHT ESSSTÖRUNGEN

Prävention und Beratung für Mädchen

Beratung und Fortbildung für Fachkräfte



Kajal ist eine Einrichtung des Vereins Frauenperspektiven und wird von der Behörde für Gesundheit und Verbraucherschutz gefördert.



Wie schnell macht Alkohol abhängig?  
 Ist Cannabis überhaupt gefährlich?  
 Ab wann hat man eine Essstörung?  
 Wie kann ich einer Freundin helfen?

## Prävention

Wir bieten für Mädchen und junge Frauen ab 12 Jahren aus Hamburger Freizeiteinrichtungen, Mädchentreffs, Wohngruppen, Schulen und Einrichtungen der beruflichen Bildung Präventionsveranstaltungen an. Im Mittelpunkt stehen die Fragen und Themen der Mädchen.

### Informationsveranstaltungen

Ein Einstieg in die Themen Sucht, Drogen und Essstörungen.

### Workshops

Vertiefung eines Themas z.B. Alkohol, Rauchen, Cannabis oder Essstörungen.

### Kurzintervention

Informationen zu Drogen, Sucht, Essstörungen und zu dem Beratungsangebot von Kajal – Frauenperspektiven e. V..

## Beratung

Wir beraten Mädchen / junge Frauen im Alter von 12 – 18 Jahren, die legale oder illegale Substanzen riskant oder abhängig konsumieren oder ein problematisches Essverhalten / eine Essstörung entwickelt haben.

**Wir informieren** zu Essstörungen oder zu legalen oder illegalen Substanzen.

**Wir arbeiten an den Ursachen** des Konsums oder des problematischen Essverhaltens und an der Motivation schädigendes oder riskantes Verhalten zu verändern.

**Wir stellen Stärken und Fähigkeiten in den Mittelpunkt** und suchen gemeinsam nach Lösungen.

**Wir unterstützen** den Aufbau sicherer sozialer Kontakte.

**Wir vermitteln** auf Wunsch in ambulante oder stationäre weiterführende Hilfsangebote.

Die Mädchen können von vertrauten Personen begleitet werden, um die Beratungsstelle kennen zu lernen.

- Die Beratungen sind kostenfrei.
- Die Beratungsgespräche werden vertraulich behandelt (Schweigepflicht).
- Auf Wunsch muss der Name nicht genannt werden.

Beratung und Terminabsprachen sind in den Telefonzeiten oder per E-Mail möglich.



### Beratung für Angehörige und andere nahestehende Personen

Oft ist mit einer beginnenden Essstörung oder dem riskanten Konsum von legalen oder illegalen Substanzen auch das soziale Umfeld beschäftigt.

Wir beraten Angehörige, Freund\*innen und nahestehende Personen zu allen Fragen rund um die Themen Essstörungen, Sucht oder Drogen.

## Gruppenangebote

Wir bieten angeleitete Gruppen an für Mädchen und junge Frauen, damit sie gemeinsam an ihren Themen arbeiten können. Die Teilnahme ist kostenfrei! Bei Interesse an der Teilnahme an den Gruppen, bitte ein Vorgespräch vereinbaren.

Die Gruppentreffen sind vertraulich, die Gruppenleiterinnen unterliegen der Schweigepflicht.

### Ess' ich? Ess' ich nicht?

Eine angeleitete Gruppe für Mädchen von 14 – 18 Jahren mit Essstörungen.

**Mittwochs 17.15 – 18.45 Uhr** in unseren Räumen  
 Ein Einstieg in diese Gruppe ist jederzeit möglich.

### Sicherheit finden – Trauma und Sucht

Ein Gruppenangebot für Mädchen und junge Frauen von 14 – 19 Jahren zu Trauma und Sucht.

**Donnerstags 16.30 – 18 Uhr** in unseren Räumen  
 Zwei Kurse im Jahr – Starttermine siehe Homepage

### Akupunktur

Akupunkturgruppe nach dem NADA Protokoll.

**Jeden Montag von 16 – 17 Uhr** in unseren Räumen

