

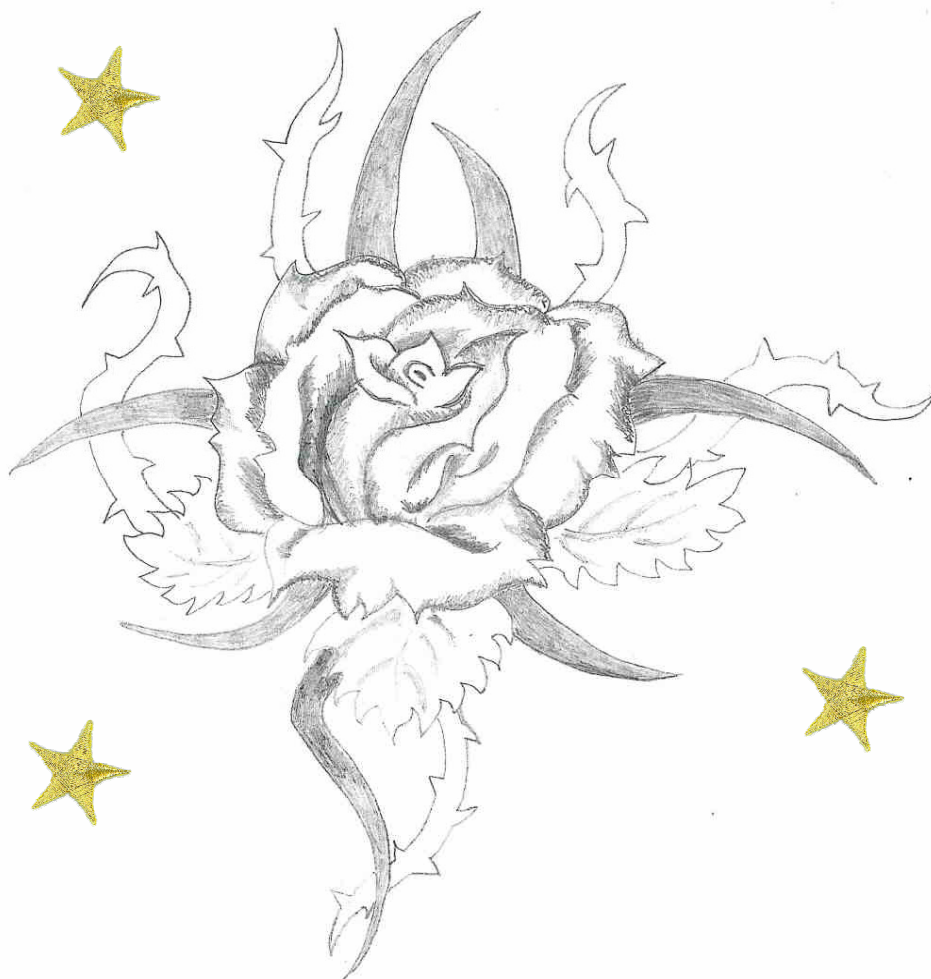


HARLEKIN

Caritas

Kontaktladen
und Streetwork
im Drogenbereich

Die Kontaktladenzeitung



Infos über die KISS Gruppe

Kontrolle im
selbstbestimmten
Substanzkonsum

Infos,
Erfahrungen,
Rätsel... rund
um's Thema
Weihnachten

3 ExpertInnen
beantworten
deine **Fragen** zu
verschiedenen
Themen

Ausgabe 2 – Dezember 2008

Impressum

Der HARKLEKIN ist ein unregelmäßig erscheinendes Medium des Kontaktladens und Streetwork im Drogenbereich der Caritas der Diözese Graz Seckau

Chefredaktion: Kerstin

Layout: Kerstin

Beiträge Texte BesucherInnen des Kontaktladens:

Alexander P., M.A.S.A.C, Michael K., Sandra Ch., Sue N., Tanja, anonyme Beiträge

Beiträge Texte MitarbeiterInnen/ ExpertInnen aus anderen Einrichtungen:

Bernd Bauer, Isi, Karin Fuchs, Kerstin, Nina, Roland, Rudi

Beiträge Grafik: Tommy (Harlekin), Domi Maric (Rose am Deckblatt)



Inhalt Ausgabe Nr.2

NEUES VON DEN STREETIES...	2
FREIZEIT MIT DEN STREETIES	3
WEIHNACHTEN	4
BACKEN IM ADVENT	8
DEINE SEITEN	9
KISS – PROGRAMM	11
WEIHNACHTS-RÄTSEL	12
EURE FRAGEN – UNSERE ANTWORTEN	14
„SAFER USE“ – INFOS ZUM „SICHEREN“ JUNKEN	16
TERMINE DEZEMBER 2008	18





NEUES VON DEN STREETIES...

Worte der Redaktion...

Liebe Leute!

Zu Beginn möchte ich euch stellvertretend für das ganze Team eine besinnliche und schöne Weihnachtszeit, sowie viel Kraft für das neue Jahr wünschen.

Vielen Dank an all jene, die am HARLEKIN mitgearbeitet haben und mich mit Ideen, Texten, Zeichnungen...usw. versorgt haben. Ich freue mich auf eine weitere gute Zusammenarbeit im Jahr 2009.

Kerstin



Eine Zeitung ist nur so gut wie ihre RedakteurInnen. Und da der Harlekin zum großen Teil eine Zeitung von euch für euch sein soll freue ich mich über viele neue Mitwirkende aus dem Kreise der KontaktladenbesucherInnen. Denn ihr seid die besten RedakteurInnen für eure Zeitung. Eine gute Zeit wünscht euch *Roland*



Neue und alte MitarbeiterInnen...



Maria...
...ist in Karenz gegangen. Aus ihrer Stelle wurden 2 gemacht...

Rechtsberatung

Thomas...

...steht dir zur Verfügung als: Jurist
Schwerpunkt: Rechtsberatung
Er steht euch an folgenden Tagen zur Verfügung:
Dienstag, Donnerstag: 13:00 – 15:00
Mittwoch: 17:00 – 19:00



B
ü
r
o



Erika...
... ist unsere neue Mitarbeiterin im Sekretariat

Nibaldo...

...ist aus der Bildungskarenz zurückgekehrt und steht euch mit neuem Wissen zur Verfügung





Und wir haben auch wieder eine Praktikantin...



Mein Name ist Nina Schindl, ich besuche den 3. Jahrgang der Fachhochschule für Sozialarbeit (im städtischen Raum) in Wien. Im Zuge dieser Ausbildung, absolviere ich bis Anfang März mein Langzeitpraktikum hier in Graz, im Kontaktladen und Streetwork im Drogenbereich. Die niederschwellige Arbeit im Drogenbereich ist für mich ein sehr interessantes Arbeitsfeld der Sozialarbeit. Durch dieses Praktikum möchte ich einen tieferen Einblick gewinnen und auch herausfinden ob dies ein Bereich ist, in dem ich mir vorstellen kann als ausgebildete Sozialarbeiterin tätig zu sein.

FREIZEIT MIT DEN STREETIES

was im Dezember 2008 und Jänner 2009 geplant ist...

Dezember

❖ Basteln

Während der Öffnungszeiten und im Frauencafe' könnt ihr den ganzen Dezember über Weihnachtsdekoration, Geschenke usw. basteln. Begonnen wird am 1. Dezember.

❖ Theaterworkshop

Im Dezember besucht uns ein Theaterpädagoge, der für und mit euch einen Workshop gestalten wird. Falls Interesse besteht, wird es im neuen Jahr weitere Workshops geben. Das genaue Datum wird noch an der Anschlagtafel bekannt gegeben. Anmeldungen werden ab jetzt von Isi entgegen-
genommen.

Jänner

❖ Kegeln

Im Jänner wird gekegelt!

Wo? Bei der Kegelbahn Scheff in der Elisabethinergasse 20.

Wer? Mitmachen kann wieder jede/r der/die sich rechtzeitig anmeldet. Der genaue Termin sowie die Liste für die Anmeldungen werden im Jänner ausgehängt.

Genauere Infos werden an der Anschlagtafel im Kontaktladen bekannt gegeben. Falls ihr weitere Ideen für Freizeitaktionen habt wendet euch an Isi.

Zitate und Sprichwörter

Ein Misserfolg aus dem wir lernen, ist ein Erfolg. (*Malcom Forbes*)

Bereue nie das was du getan hast, wenn du in dem Augenblick als du es getan hast, glücklich warst. (*unbekannt*)

Erfahrung ist nicht das, was geschieht, sondern was wir aus dem Geschehenen machen. (*Aldous Huxley*)

zur Verfügung gestellt von Sue N.



WEIHNACHTEN

Weihnachten. Zeit der Ruhe und Besinnung oder doch eine stressige Zeit?

Was ist Weihnachten? Warum feierst du es? Feierst du die Geburt Jesu Christi, der gezeigt hat wieviel Potential in uns Menschen steckt oder feierst du ein Familienfest? Feierst du überhaupt oder wirst du Weihnachten alleine verbringen? Wenn du nicht feierst, dann weil dir Weihnachten nichts bedeutet, oder weil du einsam bist? Fragen über Fragen...hier ein paar Antworten...

Termine in der Weihnachtszeit

Weihnachtsausstellung

Das Diözesanmuseum hat jedes Jahr eine Weihnachtsausstellung. Heuer lautet der Titel "Kind. Krippe. König. Kuh. Die Weihnachtskrippe im Spiegel unserer Zeit". Sie ist von 26. November bis 11. Jänner täglich von 11 bis 17 Uhr geöffnet. Geschlossen ist sie am 25., 26., 31.12.2008 und am 1.1.2009.

Ort: Mariahilferplatz 3

Kosten: Erwachsene € 4.00 (ermäßigte Karte € 3.50)

- ❖ *Bei unserem Weihnachtsrätsel kannst du 1 Eintrittskarte gewinnen!!!*

Weitere Veranstaltungen des Diözesan-Museums, Mariahilferplatz 3

(um **Anmeldung** unter 0316/ 713 994 wird gebeten)

Donnerstag, 18. Dezember 2008, 18.00 Uhr

Geschichtswerkstatt: Das Weihnachtsfest im Spiegel dreier Generationen

Drei Vertreter unterschiedlicher Generationen erzählen aus ihren Erinnerungen an das Weihnachtsfest unter verschiedenen Bedingungen und Umständen. Im Anschluss bist du eingeladen, bei Tee und Keksen, deine eigenen Weihnachtserinnerungen auszutauschen!

Für Kinder

- ❖ Mittwoch 3. Dezember 15.00 Uhr:
Kirschweig, Orangen und Nüsse, Advent – Advent, ein Lichtlein brennt!
- ❖ Mittwoch 10. Dezember 15.00 Uhr:
Weihnachten bei uns und anderswo!
Weihnachtsbräuche in aller Welt!
- ❖ Mittwoch 17. Dezember 15.00 Uhr:
Zuerst eins, dann zwei, dann drei -
dann steht das Christkind fast vor der Tür!

Für die ganze Familie

- ❖ Samstag, 6. Dezember 14.00 Uhr:
Der Nikolaus kommt!
- ❖ Samstag, 20. Dezember 14.00 Uhr:
Bastle deinen Weihnachtsschmuck!

Telefonseelsorge

Die MitarbeiterInnen haben rund um die Uhr für alle ein offenes Ohr. Der Notruf mit der Nummer **142** ist kostenlos und anonym.



- ❖ Mittwoch, 24. Dezember von 14.00 bis 16.00 Uhr: Weihnachtsgeschichten für Groß und Klein!

ten für Groß und Klein!

Eislaufen in Graz (Quelle: Website Stadt Graz)

- ❖ Karmeliterplatz:

Öffnungszeiten: täglich von 8:30 – 21:30
Preise: Erwachsene €3,50 (1,5 Stunden);
 Kinder unter 6 Jahre: gratis; Schlittschuhe können ausgeliehen werden (Erwachsene: €4; Kinder €2)

- ❖ Volksgarten:

Die Benützung ist kostenlos

- ❖ Murbeach

Öffnungszeiten: täglich von 8:00 bis 24:00
Wo: auf Höhe der Ortweinschule
Preise: 3€

- ❖ Mariatrost

Öffnungszeiten: täglich von 9:00 bis 20:00
 Die Benützung ist kostenlos
 Schlittschuhe können ausgeliehen werden (1€)

- ❖ Am Eichengrund

Öffnungszeiten: täglich bis 20:00
 Die Benützung ist kostenlos

- ❖ Hilmteich

Preise: Erwachsene €3,50; Kinder €2

- ❖ Thalersee

Preise: Erwachsene 3€; Kinder 1,50€

Weihnachten in Graz

Hier eine kleine Auswahl von Dingen, die man in Graz um die Weihnachtszeit machen kann.

Infos rund um die Weihnachtszeit in Graz findest du auf dieser Website:
<http://www.adventingraz.at/>

- ❖ Eiskrippe im Landhaushof:

Täglich von 16.30 bis 24.00 Uhr
 Feierliche Eröffnung: Samstag, 29.11.2008 um 18.00 Uhr

- ❖ Eröffnung der Adventmärkte

Freitag 21.11.2008 um 16:00
 Folgende Adventmärkte gibt es in Graz:

- Christkindlmarkt am Hauptplatz

- Adventtreff am Eisernen Tor
- Lend Advent
- Adventmarkt am Mehlplatz
- Adventmarkt am Tummelplatz
- Adventmarkt am Glockenspielplatz
- Altgrazer Christkindlmarkt im Franziskanerviertel
- Kunstmarkt am Färberplatz

Termine am 24. Dezember

- ❖ Weihnachtsfeiern für Einsame

In den Pfarren St. Lukas und St. Peter finden Weihnachtsfeiern für Einsame statt.

St. Lukas: Die gemeinsame Feier beginnt um 16.00 Uhr. Um 18.00 Uhr beginnt die Christmette. Anschließend wird mit einer

Geschenkverteilung weitergefeiert. Adresse: Eggenberger Gürtel 76

St. Peter: Die Feier beginnt mit einer einfachen Bewirtung, Gesprächen und weihnachtlicher Musik um 16.00 Uhr. Um 22.00 Uhr wird gemeinsam die Christmette gefeiert. Adresse: Gruber-Mohr-Weg 9, 8042 Graz.



Silvester in Graz

Am 31.12. findet am Hauptplatz eine Silvester-Party statt.

Kindersilvester wird zwischen 16:00 und 18:00 mit Zauberer und Bauchredner Ronnie Wonders sowie mit Clown Jako gefeiert. Kinderfeuerwerk und Feuershow beginnen um 18:00. Ab 20:30 gibt's dann Bands und DJs.

Weihnachten ist für mich...

In einer Öffnungszeit im November haben wir einigen von euch die Frage gestellt „Was ist Weihnachten für dich?“. Hier eure Antworten....

... die Zeit für Ruhe. Man sollte über sich selbst sehr viel nachdenken, was man im nächsten Jahr besser machen könnte. Man sollte sich überlegen, ob man nicht einen Entzug machen möchte. Die Falschheiten untereinander sollten aufhören. Die Leute sollten nicht beschenkt werden, sondern man sollte sich gemeinsam zusammensetzen und eine schöne Gemeinschaftsrunde machen. Weihnachten war für mich als Kind schon immer die Zeit zum Nachdenken. Durch die Wiedergeburt Jesus sollte man sich auch selbst wiedergeboren fühlen und einen neuen Anfang starten. Man kann immer etwas besser machen. „In die Zukunft blicken, in der Gegenwart leben, aus der Vergangenheit lernen“

Anonym

... wir waren eine sehr arme Familie, aber Weihnachten war etwas Besonderes. Mutter hat uns an diesem Tag Zucker in den Kaffee getan und vom Wald haben wir einen Baum gefladert, den wir mit Steinen und Moos verziert haben. Geschenke haben wir uns keine leisten können, aber das machte nichts. Uns



war die Weihnachtsluft ein gar köstlich' Geschenk.

Anonym

...Friede, Stille, Familie, Gemeinschaftlichkeit, Nächstenliebe, nachdenken über die Zukunft der ganzen Welt (dass die Menschheit umdenken anfängt, dass wir die Erde behüten müssen, für das Wohle unserer Kinder und Kindeskind, das sind wir unseren Nachkommen schuldig). Wir sollten als Erwachsene eine Vorbildstellung für die Jüngeren sein, im Sinne von Vorzeigen gegenüber unseren Nächsten, älteren Menschen, armen Menschen, nicht wegschauen was um uns geschieht! Wir alle sind verantwortlich was aus uns wird, wir sollten alle zusammenhalten egal welche Rasse und Herkunft, nur so können wir uns und die Mutter Natur NOCH RETTEN – ansonsten werden wir, egal ob reich oder arm zugrunde gehen! Das ist meine persönliche

Meinung zu diesem Thema. **Michael K.**

... Familienzusammenkunft **muss!** Der Konsumwahn non + ultra/ Die Pseudo-Gelegenheit Verwandte, Bekannte usw. zu treffen, da es normal ist freundlich zu sein, obwohl der Sinn eigentlich ist immer freundlich zueinander zu sein! Für Familien die gläubig sind, ist es sicher das schönste Fest im Jahr.

Anonym

...einmal im Jahr mit meiner Mutter, Stiefvater und Halbbruder bei einer gemütlichen Atmosphäre und Umgebung ohne Streit zu-



sammen sein. Ein gutes Essen, danach die Bescherung, eigentlich sind die Geschenke nicht so wichtig, aber heutzutage gehört es leider dazu, aber im Endeffekt freut man sich doch darüber. Für mich bedeutet es Ruhe und ein paar schöne Stunden mit meiner Familie zu verbringen was eigentlich nicht selbstverständlich ist.

Anonym

...Freundlichkeit und Friedlichkeit und Familie...dass alle zusammen kommen... Liebe zu Weihnachten für meine ganze Familie und Frieden für die Zukunft...Geschenke

Alexander P.

...Weihnachten bedeutet mir wahnsinnig viel. Ich liebe Weihnachten, den Duft von Zimt und Mistel, den guten Punsch, die ganzen süßen Christkindlmärkte, sogar den typischen Stress davor.

Aber am meisten freue ich mich auf meine ganze Family, die durch 2 Bundesländer ge-

Weihnachtslied

Stille Nacht

Stille Nacht! Heilige Nacht!
Alles schläft; einsam wacht
Nur das traute hochheilige Paar.
Holder Knabe im lockigen Haar,
Schlaf' in himmlischer Ruh'! (2x)

Stille Nacht! Heilige Nacht!
Gottes Sohn! O wie lacht
Lieb' aus deinem göttlichen Mund,
Da uns schlägt die rettende Stund,
Christ in deiner Geburt! (2x)

trennt ist. Nur an Weihnachten sehe ich endlich alle Familienmitglieder, zwar auf 3 Haufen aufgeteilt, aber ich sehe sie!

Zusammengefasst bedeutet Weihnachten für mich Familie und so kitschig es auch klingen mag Liebe.

Und so verbringe ich Weihnachten:

16.30: Bescherung bei Grazer Oma und Opa mit Eltern (kaltes Buffet)

18.00: Bescherung bei Eltern

19.00: Bescherung bei Wien-Oma (die mittlerweile in Leibnitz lebt) mit den Eltern. Großes Essen.

23.30 Home, sweet home (urmüde und Fernsehen mit aufgeknöpfter Hose)

Sue N.



Stille Nacht! Heilige Nacht!
Hirten erst kundgemacht
Durch der Engel Halleluja.
Tönt es laut von Fern' und Nah:
Christ, der Retter ist da! (2x)



BACKEN IM ADVENT

Vanillekipferl-Rezept

Das benötigst du dafür

- ¼ kg Mehl
- 20 dag Butter
- 14 dag geriebene Nüsse
- 2 Eidotter
- 15 dag Staubzucker
- 1 Packung Vanillezucker



Zum Wälzen: Schüssel mit Staubzucker und ca. 4 Packungen Vanillezucker.

- 1) Heize das Backrohr auf ca. 180 Grad vor.
- 2) Bestreue ein Brett oder eine Arbeitsfläche mit etwas Mehl.
- 3) Knete das restliche Mehl mit der geschnittenen Butter, Zucker, Vanillezucker, Nüssen und Eidotter zu einem glatten Teig.
- 4) Forme mit dem Teig eine oder mehrere daumenstarke Würste.
- 5) Schneide diese in kleine Stücke und forme sie zu Kipferl
- 6) Belege das Blech mit Backpapier und backe die Kipferl hellgelb. Das dauert im vorgeheizten Backrohr ca. 10 – 15 Minuten.
- 7) Wälze die Kipferl noch warm im Vanille-Staubzuckergemisch.
- 8) Kipferl auskühlen lassen

Das Rezept wurde zur Verfügung gestellt von Sandra Ch.

Auch wir backen!

Liebe Frauen!

Wir laden euch herzlich dazu ein, mit uns für 2 Stunden Weihnachtskekse zu backen!

Wo: Im Kontaktladen

Wann: Am 10.12.2008 im Frauencafe, 15:00 – 17:00

Isi, Kerstin, Nina und Yasmin





DEINE SEITEN

→ Warum halten wir, die im Substitutionsprogramm sind, nicht zusammen?

Es ist doch so, wir sitzen alle im gleichen Boot. Trotzdem belügen, verarschen oder bestehlen wir uns. Warum ist das so? Es gibt Leute unter uns, die sind schon jahrelang Freunde. Nicht einmal vor denen wird Halt gemacht.

Ein Beispiel: ein ehemaliger „Freund“ hat, aus was für einem Grund auch immer, seine Wohnung verloren und er fragt einen anderen Menschen, den er schon jahrelang kennt „Würdest du mich bitte für ein paar Tage bei dir aufnehmen?“ Natürlich sagte er „Ja“. Eine Zeit lang ging es ja auch gut...und was passierte dann? Der „Freund“ ist plötzlich weg und mit ihm der DVD-Player plus MP3-Player und auch noch die Video-Kamera. Zuerst denkst du dir natürlich du hättest das alles nur verlegt und wirst es schon wieder finden. Bis du aber LEIDER draufkommen musst,

→ Meine Erfahrung(en) mit der Interferontherapie...

Ich habe mich eigentlich schon kurz nachdem ich erfuhr, dass ich mich mit Hepatitis-C infiziert habe entschieden, dass ich es auf jeden Fall mit der Interferontherapie versuchen werde, aber wollte (da ich seit ich denken kann an Depressionen, Schlafstörungen usw. leide..) auf den „richtigen“ Zeitpunkt warten. Was für mich soviel bedeutete wie, dass ich meine psychischen Probleme im Griff habe, eine „Bezugsperson“ habe, mit der ich über alles reden kann und die eben immer für mich da ist, wenn ich sie brauchen würde, oder anders gesagt: mein Leben irgendwie

Du würdest gerne etwas für den HARLEKIN schreiben, zeichnen...etc?

- Du kannst an den regelmäßig stattfindenden Redaktionssitzungen teilnehmen. Dort werden Ideen für die nächste Ausgabe des HARLEKINs gesammelt.
- Du kannst aber auch etwas in das BOSSkastl werfen (die orange Box, die rechts neben der Tür zum Spritzenkammerl hängt). Alles was du schreibst, malst... kannst du anonym machen.

dass das dein „Freund“ war, der dir alles gestohlen hat. Warum ist klar: er brauchte Gift. Aber warum hat er nicht gefragt „Kannst du mir helfen?“? Weil das heute leider keiner mehr tut und das ist SEHR TRAUERIG!! Verzeihst du diesem Menschen, glaube mir, er wird es wieder tun. **LEIDER!** *Tanja*

gefestigt ist und ich einen Halt im Leben habe.

Vor ca. eineinhalb oder zwei Jahren war es dann soweit: die für mich entscheidenden Gegebenheiten waren da und ich fixierte den Termin für den Therapiebeginn.

Doch dann, zu Therapiebeginn, kam alles anders!!!

Ich war allein und hatte keine Bezugsperson, keinen Halt, nichts was mir als wichtig erschien und ich kämpfte schon mit den Gedanken die Therapie nicht zu machen, da ich befürchtete es allein nicht zu schaffen und dem Ganzen (vor allem) psychisch und physisch nicht gewachsen zu sein.



Dennoch entschloss ich mich (zum Glück!) es zu versuchen, auch wenn ich es vielleicht nicht schaffen würde. Ich will niemandem etwas vormachen, ich muss schon sagen, dass die Zeit während der Therapie nicht gerade schön war, eigentlich psychisch gesehen die schlimmste in meinem bisherigen Leben. Wenn ich heute die Wahl hätte zwischen einem eiskalten Benzodiazepin- und Opiat-Entzug würde ich mich eher für den Entzug entscheiden (von beiden Substanzen!), denn ich kann nicht wirklich sagen was schlimmer ist. Vielleicht ist auch beides (objektiv gesehen) gleich...ich weiß es nicht. Trotzdem ist es nichts, das nicht zu schaffen ist, wenn man es nur will!!!

Während der Therapie quälten mich sehr schwere Depressionen gepaart mit Schlafstörungen, Schüttelfrost, sehr hohem Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen, permanenter Übelkeit usw.

Trotzdem muss ich sagen, dass jeder der süchtig ist, oft genug schlimmere Zustände durchmachen muss, was zum Beispiel sicher jeder kennt, wenn man einmal aus irgendeinem Grund nichts bekommt, sei es, dass der Arzt nicht da ist und man sein Rezept nicht bekommt oder das Dauerrezept ausläuft und man nicht früh genug zu einem neuen kommt. Und deswegen denke ich, dass es jeder schaffen kann. Und auch nicht bei je-

dem sind die Nebenwirkungen so stark ausgeprägt, wie es bei mir der Fall war. Ich habe während der Therapie auch Leute kennen gelernt, bei denen es nicht annähernd so schlimm war wie bei mir! Jeder Körper und jeder Mensch ist anders und so verhält es sich auch mit den Nebenwirkungen des Interferon (bzw. Peginterferon-Alpha oder wie's auch genau heißt, keine Ahnung...)! Deswegen rate ich jedem der mit Hep-C infiziert ist, es wenigstens zu versuchen, denn ich bin seit der vierten Woche der Therapie virusfrei!!! Und bin es immer noch, also war sie bei mir ein voller Erfolg auf der ganzen Linie und das kann jeder schaffen, und ich denke, dass jeder gesund sein will und dass auch jeder das schaffen kann, insbesondere, wenn ich es geschafft habe, denn ich bin nicht gerade der (Willens)Stärkste und hatte vielleicht generell psychisch stärker zu kämpfen als andere, da ich ja sowieso fast immer depressiv bin und damit zu kämpfen habe!

Also Für JEDEN(!!!) der noch überlegt ob es sich auszahlt oder ob er es überhaupt durchsteht sage ich „nur nicht überlegen einfach MACHEN“!!! Denn es zahlt sich vor allem aus, wenn einem sein Leben etwas Wert ist!!!

ENDE

M.A.S.A.C.

Kontaktladen und Streetwork im Drogenbereich

Orpheumgasse 8/I
8020 Graz
Telefon-Nr.: 0316/77 22 38 0
Fax-Nr.: 0316/77 22 38 19
E-Mail: streetwork@caritas-graz.at

Öffnungszeiten

Mo: 12.00-15.00 Uhr
Di: 12.00-15.00 Uhr
Mi: Frauencafe 15.00-17.00 Uhr
Journaldienst 17.00-19.00 Uhr
Do: 12.00-15.00 Uhr
Fr: 10.00-13.00 Uhr

ÄrztInnen:

Mo: 12.00-14.00 Uhr, **Di:** 12.15-14.15 Uhr
Fr: 10.00-12.00 Uhr
Mo und Freitag: kostenloser HIV und Hepatitis Test möglich!

Jurist:

Di, Do: 13.00 – 15.00, **Mi:** 17.00 – 19.00



KISS – PROGRAMM

„Kontrolle im selbstbestimmten Substanzkonsum“

Ab Jänner 2009 haben wir uns vorgenommen, die Angebotspalette für unsere KlientInnen zu erweitern. Ab diesem Zeitpunkt starten wir den 2ten Durchgang des KISS – Programms. Die Anmeldungen werden ab Dezember 2008 bearbeitet, und ausgewertet.

Was ist KISS?

KISS bietet Menschen mit einer Abhängigkeit die Möglichkeit ihre Konsumgewohnheiten zu überdenken, und gegebenenfalls zu verändern oder zu stabilisieren. Die Inhalte der einzelnen Zusammenkünfte beziehen sich aber nicht nur auf den Konsum, oder das Konsumverhalten. Inhalt der Gruppensitzungen ist die gesamte Lebenssituation jedes/jeder einzelnen Teilnehmers oder Teilnehmerin.

Was bedeutet das?

Die TeilnehmerInnen werden erlernen ihren Tages – und Wochenkonsum im Voraus zu planen, also:

1. Anzahl der konsumfreien Tage
2. maximale Zahl der Konsumeinheiten an Konsumtagen
3. maximaler Gesamtkonsum in der gesamten Woche

und auch verschiedene individuelle Strategien festzulegen:

1. Wann will ich (nicht) konsumieren?
2. Wo will ich (nicht) konsumieren?
3. Mit wem will ich (nicht) konsumieren?

KISS versteht unter kontrolliertem Konsum nicht die Kontrolle des/der KonsumentIn durch den/die TrainerIn oder AnleiterIn der Gruppe, sondern die Selbstkontrolle jedes/jeder einzelnen TeilnehmerIn durch sich selbst. Der/die TeilnehmerIn bestimmt selbst wie und in welche Richtung sie sich verändern wollen, und natürlich auch in welcher Zeit eine solche Veränderung stattfinden soll. KISS versteht sich nicht als abstinenzorientiertes System. Die Möglichkeiten erstrecken sich von der Stabilisierung des Konsums bis zur Abstinenz.

Zeitraumen für die KISS Gruppe

Das Programm läuft 12 Wochen. Es findet jede Woche an einem festgelegten Tag eine Gruppensitzung statt. Jede Sitzung dauert ca. 2 ¼ Stunden und wird von zwei TrainerInnen begleitet. Vor der Gruppenphase finden noch Einzeltermine statt. Bei diesen Terminen lernen sich die TrainerInnen und die TeilnehmerInnen kennen. Ebenfalls bei diesen Einzeltreffen werden die einzelnen Wünsche oder Ziele des oder der TeilnehmerIn angesprochen.

Wie kann ich teilnehmen?

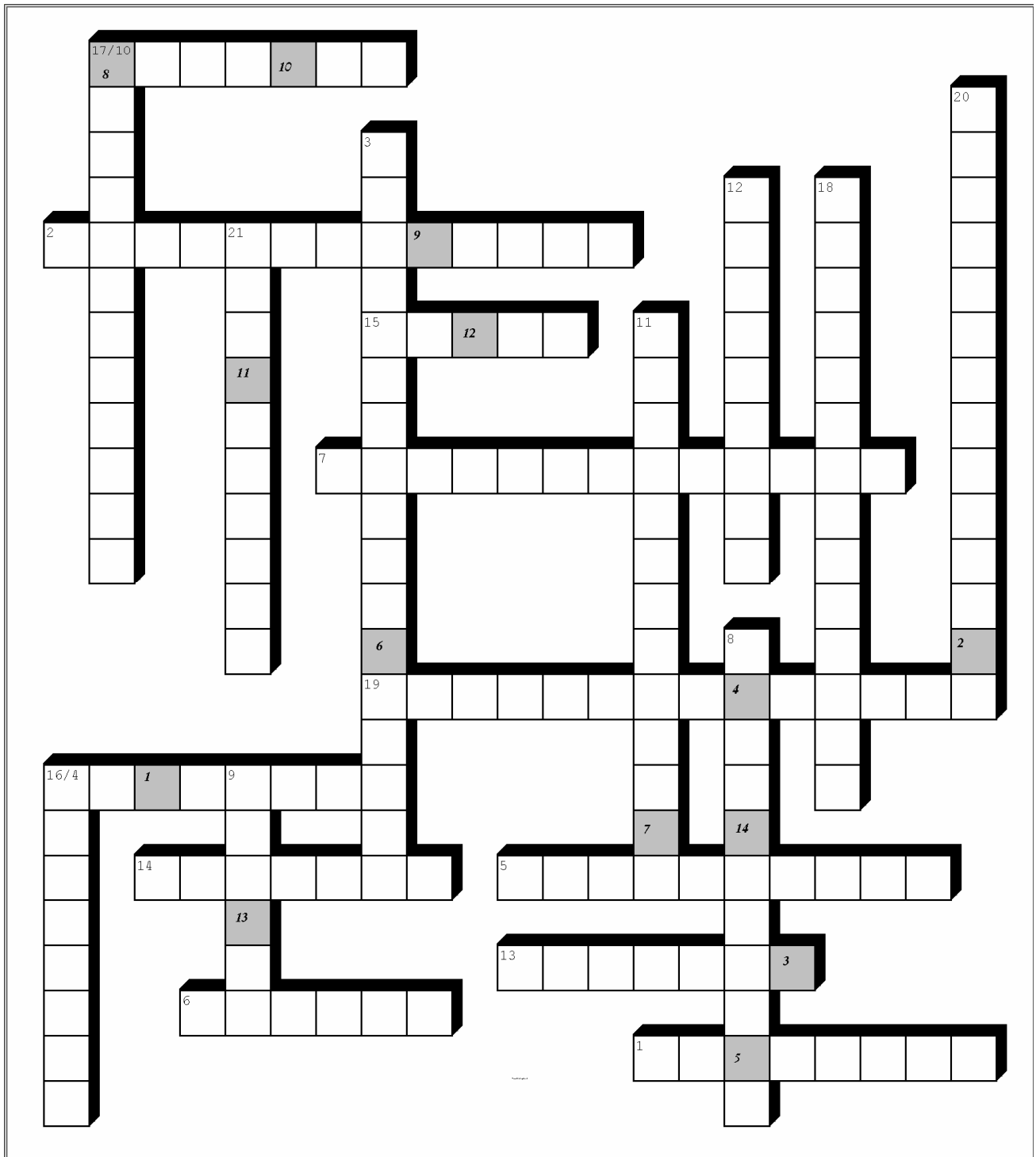
Anmeldungen nehmen Isi und Rudi ab sofort entgegen.



Rudi und Isi werden unsere KISS Gruppe anleiten.



WEIHNACHTS-RÄTSEL



hier abtrennen

hier abtrennen

hier abtrennen

hier abtrennen

Lösungswort

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----

Name _____



Gewinnspiel

Das gibt es zu gewinnen:

- 6 Bücher. Zur Verfügung gestellt von der Buchhandlung Moser.
- 1 Eintrittskarte für die Ausstellung „Kind.Krippe.König.Kuh. Die Weihnatskrippe im Spiegel unserer Zeit“. Zur Verfügung gestellt vom Diözesanmuseum Graz.

Vielen Dank an all jene, die uns Preise für das Rätsel zur Verfügung gestellt haben!

So wird's gemacht:

Wirf den Abschnitt mit dem Lösungswort in das BOSStkastel (hängt neben dem Spritzenkammerl). Vergiss deinen Namen nicht (wenn möglich inkl. Nachnamen bzw. mit unverkennbarem Spitznamen)! Am 19.12.2008 findet die Verlosung in der Öffnungszeit statt (Start: 11:00). Jene Personen, die anwesend sind und deren Name + Lösungswort gezogen werden, gewinnen.

Rätselfragen

1. Name der Heiligen 3 Könige. Caspar ... Balthasar
2. Wessen Geburt wird am 24. Dezember gefeiert?
3. Was wurde am 21. November am Hauptplatz eröffnet?
4. Die erste Kerze am Adventkranz wird heuer am 30. ... angezündet.
5. Was bauen Kinder, wenn Schnee fällt?
6. Die Heiligen 3 Könige werden auch als die „... aus dem Morgenland“ bezeichnet.
7. Weihnachtsgebäck, für welches man nur Eier und Zucker benötigt.
8. Welches Weihnachtslied komponierte James Lord Pierpont?
9. Was brachten die Heiligen 3 Könige außer Weihrauch und Gold?
10. Wer erschreckt Kinder im Dezember?
11. Wo findet das Dreikönigsspringen statt?
12. Was wird am Christkindelmarkt gerne getrunken?
13. Was wird am 31.12. um 00:00 in die Luft katapultiert?
14. Nase des Schneemannes
15. Ihm folgten die Heiligen 3 Könige.
16. Wer kommt am 6. Dezember?
17. Was bekommen Kinder am Christkindelmarkt zu trinken?
18. Was wird am 6. Jänner gefeiert?
19. Frohe Weihnachten auf Englisch
20. Bekanntes Weihnachtslied von Irving Berlin
21. Welcher Feiertag ist am 26. Dezember?
(Rätselfragen von Sandra Ch. und Kerstin)

Zum Lachen

Wenn Gott eine Frau wäre:

- 1) Der Kölner Dom hieße Domina
- 2) Das letzte Abendmahl wäre eine Tupper-Party
- 3) Es gäbe keine Kriege, keinen Hunger, aber auch keine Sportschau
- 4) Der Mann wäre so erschaffen, dass er länger als 1 Minute Sex macht.
- 5) Man müsste beim Beten ganz genau aufpassen was man sagt, damit es morgen nicht die ganze Nachbarschaft weiß.
- 6) Das 5. Gebot: „Du sollst nicht schnarchen“
- 7) Jesus wäre ans Kreuz genäht worden.

zur Verfügung gestellt von Sandra Ch.

Die Lösung des
September-Rätsels
war: **FREIZEIT**



EURE FRAGEN – UNSERE ANTWORTEN

Folgende ExpertInnen beantworten dir diesmal deine Fragen:



Dr. Karin Fuchs - Ärztin für Allgemeinmedizin

...ist in der Marienambulanz seit der Gründung vor 9,5 Jahren tätig und hat eine Wahlarztordination mit Schwerpunkt Homöopathie. Sie steht dir 1x/ Woche im Kontaktladen während der Öffnungszeiten zur Verfügung



Prim. Dr. Bernd Bauer - Leiter der Abteilung für Innere Medizin im LKH Hörgas.

...beantwortet deine Fragen zum Thema Hepatitis und steht dir 1x/ Monat während der Hepatitis-Sprechstunde im Kontaktladen zur Verfügung. Die Termine der Hepatitis-Sprechstunden sind im Kontaktladen ausgehängt.



DSA Roland Urban - Leiter des Kontaktladens und Streetwork im Drogenbereich

...beantwortet dir diesmal deine Fragen zum Thema Konsum im öffentlichen Raum.

Kann ich mich selbst mit Hepatitis C anstecken, wenn ich immer nur meine eigene Spritze verwende? Z.B. Ich verwende meine Spritze am Abend, lasse sie über Nacht liegen und verwende dieselbe wieder am Morgen?

Das Risiko der Ansteckung über eine Spritze ist **nur** beim **gemeinsamen** Gebrauch von Spritze oder anderen Utensilien gegeben. Aber wenn du die Spritze über Nacht liegen lässt, wer gibt dir die Garantie, dass niemand anderer von eventuellen MitbewohnerInnen die Spritze benutzt???

100% sicher sind nur Einmalspritzen und Einmalgeräte und nur diese sollten verwendet werden!!!!

Wiederverwendete Spritzen und Nadeln sind niemals hygienisch einwandfrei!!!

Bernd Bauer

Wenn ich nur meine eigene Spritze wiederverwende und mir ganz sicher sein kann dass diese auch während ich geschlafen habe von niemandem anderen benutzt worden ist – kann ich mich nicht mit Hepatitis oder HIV anstecken.

Aber auch wenn ich eine Spritze so genau wie möglich auswasche, bleiben immer Reste von Blut, Lösungsmittel oder der Substanz die ich mir spritzen wollte in den Ecken der Spritze zurück.

In diesen Resten oder auch im Wasser können Keime aus der Umgebung gut wachsen und dann zu Entzündungen der Einstichstelle führen– das kann schon mal den ganzen Arm betreffen - oder im schlimmsten Fall zur Blutvergiftung führen.

Karin Fuchs



Gibt es Hepatitis C Viren, die nur durch Blut übertragbar sind und nicht durch sexuellen Kontakt?

Alle Hepatitis C Viren sind nur durch Blut übertragbar, eine Infektion durch sexuellen Kontakt erfolgt auch nur dann, wenn es bei den Beteiligten zu blutenden Verletzungen kommt und der Kontakt mit infiziertem Blut und eventuellen Haut- und Schleimhaut Verletzungen möglich ist.

Bernd Bauer

Warum gibt es auf vielen öffentlichen Toiletanlagen Spritzenboxen zur Entsorgung von gebrauchten Spritzen, wenn man ohnehin nicht intravenös konsumieren darf?

Nach dem österreichischen Suchtmittelgesetz ist der Besitz von Suchtgiften nicht erlaubt. Es ist jedoch eine Realität, dass in den öffentlichen Toiletten in Graz häufig verschiedenste Suchtmittel gespritzt werden. Da dies offensichtlich nur bis zu einem gewissen Grad zu verhindern ist, und um die Gefahr durch herumliegende Spritzen und Nadeln möglichst gering zu halten, wurden in den WCs im Innenstadtbereich die so genannten Spritzenboxen installiert. Dadurch können Spritzen und Nadeln vor Ort sicher entsorgt werden und halten die Belastung der öffentlichen Toiletten einigermaßen in Grenzen. Dies funktioniert häufig sehr gut und unser Dank gilt all jenen die darauf achten, dass ihre Mitmenschen durch ihren Drogengebrauch nicht zu Schaden kommen. Noch besser ist es allerdings, wenn ihr eure gebrauchten Spritzen mitnehmt und im Kontaktladen gegen neue, steril verpackte, Spritzen eintauscht. Wir können diese gebrauchten Utensilien dann ordnungsgemäß entsorgen und ihr habt die Sicherheit, dass ihr immer steriles Material zur Verfügung habt.

Roland Urban

Hast auch du Fragen, die für alle LeserInnen interessant sein könnten? Wirf sie ins BOSSStkastel neben dem Spritzenkammerl oder sag einem der Streeties Bescheid. Auch unser Jurist Thomas beantwortet dir gerne Fragen im HARLEKIN.

!!! NEWS – NEWS – NEWS !!!

Aufnahmestopp im LSF:

Eine Einstellung ins Substitutionsprogramm ist erst wieder ab Jänner 2009 möglich. Ab Ende Dezember 2008 gibt es wieder Termine für ein Vorgespräch. Jederzeit möglich sind Informations- und Krisengespräche mit den MitarbeiterInnen der LSF. Auch ist eine Einstellung direkt nach Therapieabbruch oder nach Haftentlassung grundsätzlich nach Absprache möglich. Der Termin dafür muss **unmittelbar** nach Haftentlassung bzw. Therapieabbruch stattfinden (innerhalb von ein paar Tagen, 1-2 Wochen sind zu lang)

Keine Meldeadressen mehr in der Arche 38:

Seit 1.11.2008 werden in der Arche 38 keine neuen Meldeadressen mehr ausgestellt. Bestehende Meldeadressen und Hauptwohnsitzbestätigungen werden mit 1.1.2009 abgemeldet. Bis jetzt gibt es keine neue Einrichtung, welche Meldeadressen und Hauptwohnsitzbestätigungen anbietet.



„SAFER USE“ – INFOS ZUM „SICHEREN“ JUNKEN

„Werkzeug“

Pumpe und Nadel

- ❖ Verwende immer neue, sterile Spritzen. Auch deine eigenen gebrauchten solltest du nicht mehr verwenden, da man auch, wenn man die Spritze 20 Minuten auskocht, nicht alle Viren tötet (siehe „Notfalldesinfektion“-Folder im Spritzenkammerl).
- ❖ Grundsätzlich ist es besser längere und dickere Nadeln zu verwenden. Vor allem wenn du schlechte Venen hast. So kannst du die Innenwände der Venen schonen.

Saubere Spritzen bekommst du

- bei den Streeties (Mo, Di, Do: 12.00 Uhr – 15.00 Uhr, Mi 17.00 Uhr – 19.00 Uhr, Fr: 10.00 Uhr – 13.00 Uhr) Hier bekommst du ein steriles Set für jedes gebrauchte Set, das du zurück bringst.
- beim Spritzenautomaten (Jakominipplatz)
- in der Apotheke

Filter

- ❖ Benutze Filter damit keine Schmutzpartikel in die Venen gelangen.
- ❖ Achtung! Zigarettenfilter geben Filterhäärchen in die Venen ab, die sich in Lunge und Herz festsetzen. Außerdem werden kleine Schmutzpartikel nicht gefiltert. Verwende niemals Filter von Mentholzigaretten oder von gebrauchten Zigaretten!
- ❖ Aufkochen gebrauchter Filter:
 - Das wiederholte Verwenden eines Filters ist sehr gefährlich!
 - Durch das Aufkochen werden Filter nicht desinfiziert!
 - Auf feuchten, gebrauchten Filtern vermehren sich Bakterien (Eitererreger) sehr schnell.
 - Filter können mit fremdem Blut in Verbindung gekommen sein und so zur Übertragung von Krankheiten führen.
 - Es kann zu „Schüttlern“, Abszessen und Herzscheidigungen kommen.
- ❖ Wenn schon Filter gesammelt werden:
 - dann möglichst lange trocken verwahren, und
 - nach langer Trocknung solange wie möglich in einem tiefen Löffel auskochen. Die Gefahr HIV zu übertragen sinkt dann erheblich. Der Hepatitis-Virus bleibt dagegen immer noch überlebensfähig!

Sterile Filter bekommst du im Kontaktladen.



Löffel

- ❖ Teile deinen Löffel mit niemandem!
- ❖ Reinige ihn vor Gebrauch mit heißem Wasser und wische ihn mit einem Alk-
tupfer aus (mind. 30 Sekunden).
- ❖ Verwende keine Getränkedosen oder ähnliches zum Aufkochen! Beim Erhitzen können sich
gefährliche Schwermetalle lösen, die man mit in die Vene drückt.

Abbinde

- ❖ Verwende einen Strumpf, keinen Gürtel!
- ❖ Nimm das Ende des Strumpfes zwischen die Zähne, denn wenn du bewusstlos wirst löst
sich so die Stauung automatisch.

Wasser

- ❖ Verwende sterile Wasserampullen.
- ❖ Frisches, kaltes Leitungswasser oder Mineralwasser (ohne Kohlensäure) tut's auch.

Ascorbinsäure

- ❖ Benutze Ascorbinsäure nur in Maßen (1 Messerspitze), da sie macht mit der Zeit deine Ve-
nen porös macht.
- ❖ Essig und Zitronensaft eignen sich nicht! (Fruchtfleisch kann zu Arterienverschlüssen füh-
ren, außerdem befinden sich Pilze und Bakterien darin).

Venensalbe

- ❖ Benutze Venensalbe zur Venenpflege

Venensalbe oder Venengel bekommst du im Kontaktladen kostenlos bei jedem Sprizentausch.

Und noch was...

Damit du andere Personen nicht gefährdest, gib deine gebrauchten Spritzen in eine Plastikbox. So kann eine gebrauchte Spritze nicht aus deiner Tasche oder deinem Rucksack stehen und andere Personen verletzen bzw. anstecken. Des Weiteren bleiben deine eigenen Dinge sauber, wenn du deine gebrauchten Spritzen separat in einer Box aufbewahrst.

Bei den Streeties gibt es jetzt wieder Boxen!



Isi



TERMINE DEZEMBER 2008

Datum	Was?	Zusätzliche Info
Mo 1	o ÖZ 12:00 - 15:00	
Di 2	o ÖZ 12:00 - 15:00 o Streetwork	
Mi 3	o Frauencafe 15:00 - 17:00 o Journaldienst 17:00 - 19:00 o Streetwork	
Do 4	o ÖZ 12:00 - 15:00 o Streetwork	
Fr 5	o ÖZ 10:00 - 13:00	
Sa 6		
So 7		
Mo 8		Mariä Empfängnis
Di 9	o ÖZ 12:00 - 15:00 o Streetwork	
Mi 10	o Frauencafe 15:00 - 17:00 o Journaldienst 17:00 - 19:00 o Streetwork	
Do 11	o ÖZ 12:00 - 15:00 o Streetwork	Stefan Rummel (Drogenberatung) kommt von 12:00 bis 14:00 in die Öffnungszeiten.
Fr 12	o ÖZ 10:00 - 13:00	
Sa 13		
So 14		
Mo 15	o ÖZ 12:00 - 15:00	
Di 16	o ÖZ 12:00 - 15:00 o Streetwork	
Mi 17	o Frauencafe 15:00 - 17:00 o Journaldienst 17:00 - 19:00 o Streetwork	Dr. Bernd Bauer ist zur Hepatitis-Beratung im Kontaktladen. 17:30 -18:00.
Do 18	o ÖZ 12:00 - 15:00 o Streetwork	Christian Derler (Walkabout) kommt von 13:00 bis 14:00 in die Öffnungszeiten.
Fr 19	o ÖZ 10:00 - 13:00	Gina von den Narcotics Anonymous kommt in die Öffnungszeiten.
Sa 20		
So 21		
Mo 22	o ÖZ 12:00 - 15:00	
Di 23	o ÖZ 12:00 - 15:00 o Streetwork	
Mi 24		Hl. Abend
Do 25		Christtag
Fr 26		Stefanitag
Sa 27		
So 28		
Mo 29	o ÖZ 12:00 - 15:00	
Di 30	o ÖZ 12:00 - 15:00 o Streetwork	
Mi 31	o Frauencafe 15:00 - 17:00 o Journaldienst 17:00 - 19:00 o Streetwork	

Hinweis: Auch am 1. Jänner entfällt die Öffnungszeiten. Ab 2. Jänner wieder regulärer Betrieb. Termine können sich kurzfristig ändern. Änderungen werden im Kontaktladen ausgehängt.