

Informationen für Betroffene

Die Entscheidung, sich in eine Therapie zu begeben, fällt meist nicht leicht. Anzuerkennen, dass mit den eigenen Fähigkeiten nicht mehr alles bewältigt werden kann und man fremde Unterstützung nötig hat, erfordert Eingeständnis und Mut.

Vielleicht haben Sie sich aber auch bereits entschieden, Ihren Alkoholkonsum zu stoppen und Ihr Leben neu zu gestalten. Wie auch immer: Sie können sich telefonisch oder schriftlich an uns wenden. Gemeinsam besprechen wir mit Ihnen, wie es weiter gehen könnte...

Hier finden Sie zu wichtigen Fragen erste Antworten oder nehmen Sie direkt mit uns Kontakt auf.

Was ist Alkoholabhängigkeit?

Alkoholabhängigkeit ist eine hartnäckige und häufig schwere Krankheit, die sich langsam und oft unbemerkt entwickelt. Sie äussert sich durch verschiedene Symptome, wie zum Beispiel starkes Verlangen nach Alkohol oder Vernachlässigung anderer Interessen wegen des Alkohols. Die Alkoholkrankheit erfordert fast immer eine fachliche Behandlung.

In der Schweiz sind schätzungsweise rund 300'000 Personen alkoholabhängig oder zumindest stark gefährdet. Die betroffenen Menschen und ihr Umfeld sind wegen dieser Tatsache stark gefordert, ist doch Alkohol in unserer Gesellschaft fast überall und alltäglich anzutreffen.

Alkoholabhängige Personen konsumieren häufig auch weitere Substanzen (Tabak, Tabletten, Kokain, Heroin, Cannabis etc.). Dieser Mischkonsum hat in den letzten Jahren an Bedeutung zugenommen.

Wozu eine Suchttherapie?

Es gibt verschiedene Therapieformen, die sich auf die Schwere der Krankheit, aber auch auf die persönliche Situation einer betroffenen Person ausrichten. Dementsprechend sollten die Therapieform und die Therapieziele definiert und geplant werden. Die Abstinenz ist zur Erreichung dieser Ziele nach unserer Überzeugung eine unerlässliche Voraussetzung. Grundsätzliche Veränderungen erfordern einen klaren Kopf.

Eine stationäre Suchttherapie unterbricht in jedem Fall das Trinken. Sie schafft die Möglichkeit, sich wichtigen persönlichen Themen zuzuwenden. Die Therapie trägt dazu bei, heikle Situationen im



Privatleben oder bei der Arbeit besser zu meistern. Eine stationäre Suchttherapie leistet umfangreiche Unterstützung bei der beruflichen und sozialen Wiedereingliederung.

Was ist der Mühlhof?

Der Mühlhof ist ein spezialisiertes Zentrum für Suchttherapie und Rehabilitation in Tübach. Es liegt in einer schönen Landschaft zwischen St. Gallen und Rorschach in der Nähe des Bodensees.

Alkohol- und/oder medikamentenabhängige Personen erhalten im Mühlhof professionelle Unterstützung. Alle Klienten wohnen in schönen Einzelzimmern. Daneben bieten angenehme Gemeinschaftsräume ideale Voraussetzungen für das Zusammenleben. Für die Freizeit stehen ein Mal- und Werkatelier, ein Fitnessraum sowie eine Sauna zur Verfügung.

Besuche und Kontakte mit Angehörigen und Freunden der Klienten sind erwünscht. Das persönliche Wohlbefinden sind wichtige Voraussetzungen für einen erfolgreichen Therapie- und Rehabilitationsverlauf.

Aufnahmen sind individuell und jederzeit möglich. Bitte nehmen Sie mit uns Kontakt auf.

Weitere Details finden Sie auf dem Portrait des Mühlhofs.

Wie ist das Programm gestaltet und wie lange dauert es?

Das Programm ist ganzheitlich und lebensnah gestaltet. Es orientiert sich an Ihren persönlichen Zielen und Ressourcen. Mit jeder Klientin und jedem Klienten werden persönliche Zielsetzungen festgelegt und gemeinsam auf die Zielerreichung hin gearbeitet.

Das Therapie- und Rehabilitationsprogramm umfasst knapp vierzig Stunden pro Woche und ist vielfältig zusammengesetzt. Es beinhaltet neben Einzel- und Gruppengesprächen auch eine breite Unterstützung in vielen alltäglichen Themen durch unsere Sozialberatung. Zudem sind alle Klientinnen und Klienten in einem unserer Arbeitsbereiche tätig. Wir legen Wert auf eine sinnvolle Freizeitgestaltung und unterstützen sportliche Aktivitäten.

Die Therapie dauert normalerweise zwischen vier und sechs Monate, wobei auch kürzere Aufenthalte möglich sind. Die effektive Therapiedauer richtet sich nach den gesetzten Zielen und wird individuell abgesprochen.



Kann der Mühlhof besichtigt werden?

Klientinnen und Klienten, die sich für eine Therapie interessieren, können das Zentrum unverbindlich besichtigen.

Bei diesem Besuch können Sie mit uns all Ihre Fragen rund um eine mögliche Therapie klären. Zudem zeigen wir Ihnen gerne das Wohnhaus, damit Sie einen ersten Eindruck vom Leben im Mühlhof erhalten. Oft lösen sich dabei Unsicherheiten und Vorbehalte auf. Danach können Sie besser entscheiden, ob Ihnen das Angebot entspricht.

Besichtigungen sind jederzeit möglich, nehmen Sie mit uns Kontakt.

Wie ist das Vorgehen für einen Eintritt?

Personen, die sich für die Möglichkeit einer Therapie interessieren, können das Zentrum unverbindlich besichtigen. Bei diesem Besuch können Fragen rund um einen Therapieaufenthalt im Mühlhof mit uns besprochen werden. Zudem zeigen wir gerne das Wohnhaus, um so auch einen Eindruck vom Leben im Mühlhof zu ermöglichen. Nach dieser unverbindlichen Besichtigung können Betroffene entscheiden, ob ihnen das Angebot entspricht.

Vor dem Eintritt braucht es ein Abklärungsgespräch, bei welchem die Lebenssituation besprochen und erste Therapieziele angedacht werden können. Es ist möglich, dass Betroffene von Angehörigen oder Fachpersonen begleitet werden.

Wenn der Entscheid für einen Therapieaufenthalt getroffen ist, bereiten wir den Eintritt vor. Eintritte können wöchentlich erfolgen.

Sie können mit uns unverbindlich Kontakt aufnehmen und einen Gesprächstermin vereinbaren.

Wer trägt die Kosten?

Der Mühlhof ist auf der IVSE-Liste C (Interkantonale Vereinbarung sozialer Einrichtungen) des Kantons St. Gallen aufgeführt.

Bei Klientinnen und Klienten mit Wohnsitz im Kanton St. Gallen leisten der Kanton St. Gallen, die Wohnsitzgemeinden und die Krankenkassen die Grundfinanzierung. Finanziell eigenständigen Personen stellt der Mühlhof einen Eigenbeitrag von CHF 25.00 pro Tag in Rechnung.

Klientinnen und Klienten, welche Anspruch auf Leistungen aus der Arbeitslosenversicherung (ALV)



haben, besteht die Möglichkeit, dass Sie ein Einsatzprogramm mit integrierter Suchttherapie durchlaufen. Die Kosten werden durch die ALV mitgetragen, ohne Kostenfolge für die Versicherten.

Bei ausserkantonalen Klientinnen und Klienten erfolgt die Finanzierung gemäss Kostenübernahmegarantie (KüG) des jeweiligen Wohnsitzkantons. Wir unterstützen Sie gerne bei der Klärung der Finanzierung.

Bei Justiz-Klienten erfolgt die Kostengutsprache über die Vollzugsbehörden.