



Quellenhof
Stiftung

Ein Angebot für Menschen mit Abhängigkeits- erkrankungen

Ankommen. Durchatmen. Wachsen.

Wieder Halt finden. Perspektiven entwickeln.



Sie haben schon einiges hinter sich. Vielleicht fühlen Sie sich erschöpft, unverstanden oder wissen nicht, wo Sie anfangen sollen. Genau da setzen wir an – mit einem sicheren Ort, klarer Struktur und Menschen, die Sie ernst nehmen.

Das Therapieangebot richtet sich an Erwachsene ab 18 Jahren mit Abhängigkeitserkrankungen. In einem abstinenzorientierten, alltagsnahen Umfeld begleiten wir Sie auf Ihrem Weg – Schritt für Schritt. Was uns wichtig ist: gegenseitiger Respekt, ein vertrauensvolles Miteinander und ein individueller Blick auf das, was Sie brauchen und können.

Bei uns finden Sie Zeit und Raum, sich zu stabilisieren, Ihre Stärken zu entdecken, und neu aufzubauen, was Ihnen wichtig ist.



Unser Angebot

Rund-um-die-Uhr-Betreuung

Das Team ist 24/7 für Sie da, auch an Wochenenden und Feiertagen. Ein strukturierter Alltag, Freizeitgestaltung und Bewegungsangebote geben Ihnen Sicherheit und Halt.

Einzel- und Gruppengespräche

In Gesprächen mit Ihrer festen Bezugsperson und gemeinsam mit anderen reflektieren Sie Ihre Geschichte, erkennen Muster und entwickeln neue Perspektiven. Wir unterstützen Sie auch in Krisen und stärken Ihre Eigenverantwortung.

Lebensbewältigung und Suchtprävention

Stress, Konflikte und Rückschläge gehören besonders in Zeiten der Veränderung zum Leben. Gemeinsam entwickeln wir alltags-taugliche Strategien, damit Sie besser mit Belastungen umgehen, Krisen meistern und langfristig stabil bleiben können – heute und auch nach der Therapie.

Berufliche und soziale Integration

Sie können in unserer Velowerkstatt, der Confiserie oder der Hauswirtschaft tätig werden. Externe Arbeitstrainings und individuelle Tagesstrukturen helfen Ihnen, Schritt für Schritt (wieder) in den Arbeitsalltag hineinzuwachsen.

Wohnen in Aussenwohngruppen

Sie üben Eigenverantwortung im Lebensalltag und Ihr Selbstvertrauen wächst. Die Aussenwohngruppen bieten Ihnen ein realitätsnahes Übungsfeld mit individueller Unterstützung beim Übergang in die nächste Lebensphase.

Psychiatrische Begleitung vor Ort

Dank unserer Zusammenarbeit mit der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich bieten wir Ihnen psychiatrische und psychotherapeutische Unterstützung vor Ort bei der Reduktion von Substitutionsmitteln nach einem stationären Entzug oder Teilentzug.

Klarer Rahmen. Individuelle Entwicklung.

Die KOSS-Methodik

Unsere Fachpersonen arbeiten nach der KOSS-Methodik. Diese strukturiert den Therapieverlauf in drei klar definierte Phasen:

- » **Diagnostik (3–4 Monate):**
Orientierung und Zieldefinition
- » **Intervention (3–24 Monate):**
Kompetenzförderung und Lebensbewältigung
- » **Austritt (3–6 Monate):**
Anschlusslösung und nachhaltige Integration



[kompetenzhoch3.ch](https://www.kompetenzhoch3.ch)





Der Austausch mit therapeutischen, ärztlichen, pädagogischen Fachpersonen und behördlichen Institutionen stellt die wirksame und professionelle Unterstützung sicher.

Kosten und Finanzierung

Die Kosten werden in der Regel durch eine Kostengutsprache vom zuständigen Kanton beziehungsweise der Wohngemeinde übernommen, auch bei IV-Rente. Der Eintritt ist nur mit gültiger Kostengutsprache möglich. Weitere Informationen, Formulare und Details erhalten Sie auf unserer Website oder auch im persönlichen Gespräch. Wir beraten Sie gern.

Kompetenzsicherung

Die fachliche Qualität unserer Angebote wird gewährleistet durch die Zusammenarbeit mit dem Institut kompetenzhoch3, inklusive regelmässiger Schulungen und Supervisionen für unser Fachteam. Unsere Einrichtung ist zudem konkordatlich anerkannt und interkantonal zugelassen (Massnahmen der Justiz nach StGB, Artikel 59 und Artikel 60).

Ganzheitliche Anschlusslösungen

Wir begleiten Sie individuell bei der Suche nach den passenden Anschlusslösungen und verfügen über ein weiterführendes Angebot an Wohn- und Arbeitsmöglichkeiten.



Quellenhof Stiftung

Therapie & Integration
für Menschen mit
Abhängigkeitserkrankungen

Welsikerstrasse 5
8474 Dinhard

052 336 23 78
intake@qhs.ch



[drogen-beratung.ch](https://www.drogen-beratung.ch)