MADE IN SWITZERLAND

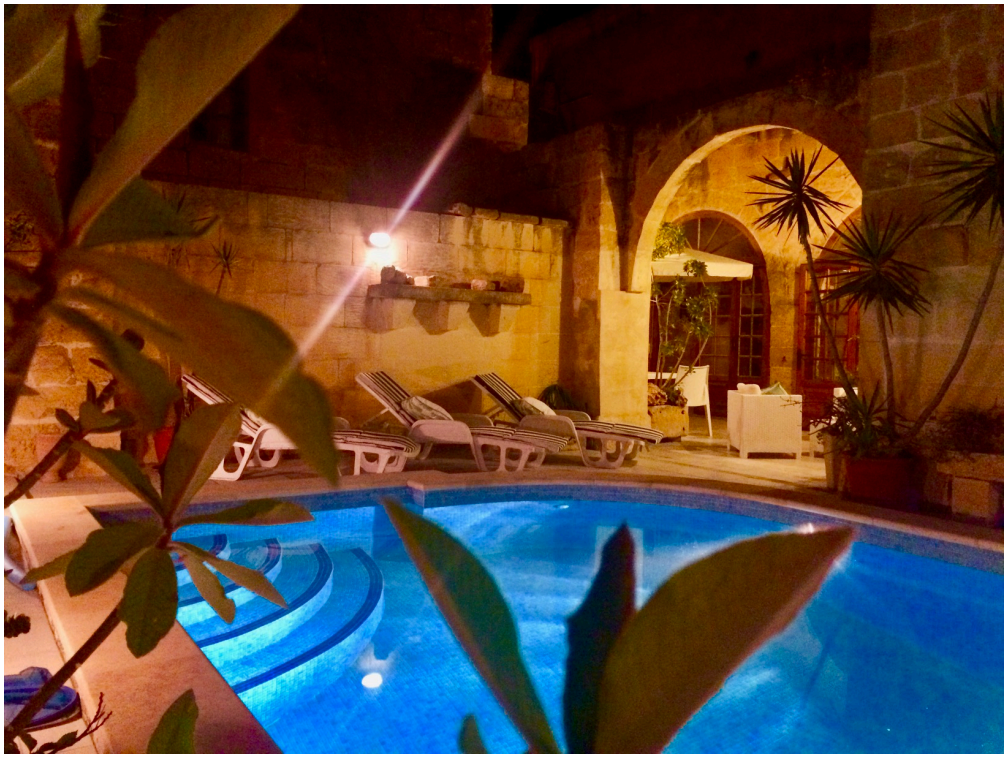
established in 1994

clean and free therapy®

fast and ultimate addiction relief

HOFFMANN CENTRE GOZO

Ein persönlicher Leitfaden für Menschen, die ihr Leben wieder selbstbestimmt gestalten möchten



111 TAGE FÜR EINE NEUE AUSRICHTUNG

7 Tage persönliche Intensivbegleitung auf Gozo
100 Tage Umsetzung und Begleitung im Alltag
4 Tage Integration und Zukunftsplanung

Persönliche Begleitung durch Hans Hoffmann | Gozo, Malta

Ein vertraulicher erster Überblick für Betroffene und Angehörige. Eine Anfrage verpflichtet Sie zu nichts.

Sie stehen im Mittelpunkt

Abhängigkeit kann sich schleichend entwickeln. Was als Entlastung, Belohnung oder Hilfe gegen innere Anspannung begann, kann zunehmend Entscheidungen, Beziehungen, Gesundheit und berufliche Sicherheit bestimmen. Scham und die Sorge, dass andere davon erfahren, machen es oft schwer, rechtzeitig Unterstützung zu suchen.

Im Hoffmann Centre Gozo beginnt der Weg nicht mit einem Urteil, sondern mit einem vertraulichen Gespräch. Gemeinsam klären wir Ihre Situation, Ihre Ziele und welche Form der Unterstützung verantwortbar und passend ist.

Was Sie erwarten dürfen

• Ein exklusives 1:1-Konzept: Die Begleitung wird auf Ihre Situation und Ihre persönlichen Ziele ausgerichtet.

• Ein klarer Ablauf mit persönlicher Präsenz von Hans Hoffmann während des Aufenthalts auf Gozo.

• Eine Verbindung aus psychologischer Arbeit, naturmedizinischen Anwendungen, Erholung und konkreter Alltagsplanung.

• Eine anschließende 100-Tage-Online-Challenge zur Umsetzung und Stabilisierung im eigenen Umfeld.

Sicherheit geht vor

Entzug von Alkohol, Benzodiazepinen, Opioiden oder anderen Substanzen kann medizinisch und psychiatrisch riskant sein. Bei möglicher akuter Gefährdung, schweren Entzugssymptomen, Krampfanfällen, Delir, Überdosierung oder akuter psychischer Krise ist zunächst eine geeignete klinische oder spezialisierte Versorgung erforderlich. Ein privates Setting ersetzt keine Notfall- oder Krankenhausversorgung.

Die konkrete Eignung und der Ablauf werden individuell geprüft. Es wird keine pauschale Zusage gemacht, dass jede Person ohne ärztliche oder klinische Unterstützung entgiften kann.

Sicherheit zuerst: Das Hoffmann Centre arbeitet mit dem Gozo Hospital zusammen, falls es zu Notfällen kommen sollte. Das Gozo Hospital ist nur wenige Minuten vom Hoffmann Centre entfernt und schnell zu erreichen. Bei akuter Gefahr wird unverzüglich der örtliche Notfalldienst beziehungsweise das Gozo Hospital eingeschaltet.

Abhängigkeit ist kein Charakterversagen

Wiederholter Konsum kann mit Gewohnheiten, Stressreaktionen, Verlangen, körperlichen Anpassungen und Veränderungen im Alltag verbunden sein. Die Gründe sind von Mensch zu Mensch verschieden. Eine respektvolle Begleitung nimmt die Person ernst und stärkt zugleich die eigene Verantwortung und Handlungsmöglichkeiten.

Im vertraulichen Erstgespräch sprechen wir unter anderem über

• Art, Häufigkeit und Verlauf des Konsums sowie frühere Entzugs- und Behandlungserfahrungen.

• Gesundheit, Schlaf, Belastungen, Medikamente und mögliche gleichzeitig bestehende psychische Anliegen.

• Auslöser, typische Situationen, Suchtdruck und bisherige Strategien, damit umzugehen.

• Familiäre, berufliche und soziale Rahmenbedingungen sowie Ihre eigenen Ziele.

• Welche Unterstützung nach dem Aufenthalt zu Hause sinnvoll und erreichbar ist.

Die CLEAN AND FREE THERAPY® versteht Veränderung als einen Lern- und Entwicklungsprozess. Ihre persönliche Haltung und Erfahrung sind Teil des Ansatzes; sie ersetzen jedoch keine individuelle Diagnostik und keine notwendige medizinische Behandlung.

Ihre Ziele geben die Richtung vor

Im Mittelpunkt steht nicht ein allgemeines Versprechen, sondern ein gemeinsam formulierter, realistischer Plan. Je nach Situation kann es um den sicheren Umgang mit Konsum, um eine substanzfreie Lebensführung, um mehr Selbstkontrolle oder um die Vorbereitung weiterer Behandlung gehen. Die Ziele müssen zur gesundheitlichen Situation und zum geeigneten Versorgungsweg passen.

Eine Behandlung ist dann sinnvoll, wenn sie zu Ihrer Situation passt. Wenn ein anderes oder höheres Versorgungsniveau notwendig ist, wird dies offen angesprochen.

Von der Klärung zur Umsetzung

Die CLEAN AND FREE THERAPY® verbindet einen intensiven Aufenthalt auf Gozo mit einer anschließenden Phase, in der neue Entscheidungen im Alltag eingeübt und überprüft werden.

01 KLARHEIT	Ankommen, Standortbestimmung, persönliche Ziele und ein sicherer, individueller Tagesplan.
02 STABILISIERUNG	Erholung, Tagesstruktur und passende Anwendungen im Rahmen der vorherigen Abklärung.
03 KÖRPER UND ALLTAG	Aufmerksamkeit für Schlaf, Bewegung, Ernährung und persönliche Belastungsmuster.
04 SELBSTREGULATION	Übungen zur Wahrnehmung von Stress, innerer Anspannung und eigenen Reaktionsmustern.
05 EMOTIONALE ARBEIT	Psychologische Begleitung und geeignete Übungen zur Verarbeitung belastender Erfahrungen.
06 NEUE AUSRICHTUNG	Eigene Werte, Identität, Beziehungen und konkrete Entscheidungen für den Alltag bearbeiten.
07 INTEGRATION	Warnzeichen, persönliche Ressourcen, Unterstützungsnetz und nächste Schritte festhalten.

Die 7 Tage sind ein intensiver Einstieg und keine Garantie, dass Abhängigkeit in einem festgelegten Zeitraum vollständig überwunden ist. Umfang, Reihenfolge und Anwendungen richten sich nach der individuellen Abklärung und dem Verlauf.

Ein geschützter Rahmen für Ihre Veränderung

Das Hoffmann Centre auf Gozo bietet einen privaten Rahmen für eine persönliche Auszeit. Der Tagesablauf wird individuell abgestimmt und verbindet Einzeltermine mit Ruhe, Mahlzeiten, Bewegung und Zeit zur Verarbeitung.



Hans Hoffmann und Melanie Probst – persönliche Begleitung im Hoffmann Centre Gozo.

Mögliche Bestandteile der Begleitung

• Psychologische Gespräche und individuelle Veränderungsarbeit.

• HRV-Messungen als ergänzende Beobachtung von Belastung und Erholung; sie sind kein eigenständiger Nachweis für Entgiftung oder Behandlungserfolg.

• Naturmedizinische Anwendungen wie Ohrakupunktur, Moxa, Massage und weitere individuell ausgewählte Angebote.

• Entspannungs- und Selbstregulationsübungen, Brainwave-Anwendungen oder CES nur nach Eignungsprüfung und mit angemessener Aufklärung.

• Bewegung, Erholung und eine Tagesstruktur, die persönliche Ressourcen stärkt.

Transparenz bei Anwendungen

Nicht jede Anwendung ist für jede Person geeignet. Wirkungen und Grenzen werden verständlich erläutert; Anwendungen werden nicht als Ersatz für notwendige medizinische Behandlung dargestellt. Bei Beschwerden, Risiken oder Unsicherheiten wird die Durchführung angepasst, pausiert oder an geeignete Fachstellen verwiesen.

Veränderung wird im Alltag gefestigt

Die Rückkehr in das gewohnte Umfeld ist ein wichtiger Teil des Prozesses. Dort begegnen Ihnen wieder die Situationen, Menschen, Verpflichtungen und Gefühle, in denen frühere Muster entstanden sind. Deshalb schließt sich an die 7 Tage auf Gozo eine 100-Tage-Online-Challenge an.

Die 100 Tage dienen dazu

• persönliche Routinen und neue Reaktionsweisen im Alltag umzusetzen.

• Auslöser und frühe Warnzeichen bewusster wahrzunehmen.

• mit Stress, Verlangen und schwierigen Situationen konkrete Strategien einzuüben.

• Fortschritte zu reflektieren und den persönlichen Plan bei Bedarf anzupassen.

• Unterstützung im eigenen Umfeld und gegebenenfalls bei Fachstellen verbindlich zu organisieren.

Die letzten 4 Tage sind für Integration und Zukunftsplanung vorgesehen. Gemeinsam wird geprüft, welche Veränderungen tragfähig sind, wo noch Unterstützung gebraucht wird und wie die nächsten Schritte aussehen.

Wenn es zu erneutem Konsum kommt

Ein erneuter Konsum ist ernst zu nehmen, aber kein Anlass für Beschämung. Entscheidend ist, Risiken sofort einzuschätzen und passende Hilfe zu aktivieren. Bei Überdosierungsgefahr, schweren Entzugssymptomen oder akuter Gefährdung ist unverzüglich die örtliche Notfallversorgung einzuschalten. Der weitere Plan wird anhand der Situation überprüft und gegebenenfalls angepasst.

Kontinuität bedeutet: Sie müssen mit einer schwierigen Situation nicht allein bleiben. Der vereinbarte Kontakt und die Grenzen der Begleitung werden vorab transparent besprochen.

Was Forschung und Leitlinien betonen

Die folgenden Erkenntnisse bilden einen fachlichen Orientierungsrahmen. Sie belegen nicht automatisch die Wirksamkeit jeder einzelnen Methode oder Anwendung des Hoffmann Centre. Die Eignung und der Nutzen werden individuell betrachtet.

Sicherheit bei Entzug

Die WHO empfiehlt bei Alkoholabhängigkeit einen unterstützten Entzug. Medikamente können bei fachlicher Indikation Entzugssymptome lindern und gefährliche Komplikationen verhindern. Auswahl und Überwachung müssen sich nach dem individuellen Risiko richten. Ein privater Aufenthalt darf notwendige medizinische Versorgung nicht ersetzen. [1]

Respektvolle, individuelle Planung

NICE empfiehlt, bei der Planung unter anderem medizinische, psychologische, soziale und berufliche Bedürfnisse, Konsumverlauf, frühere Behandlungen und persönliche Ziele zu berücksichtigen. Ein respektvoller Kontakt, passende Bewältigungsstrategien und die Zusammenarbeit mit weiteren Versorgenden gehören zu einer tragfähigen Betreuung. [2]

Recovery als fortlaufender Prozess

SAMHSA beschreibt Recovery als einen persönlichen Veränderungsprozess, der Gesundheit und Wohlbefinden stärkt und ein selbstbestimmtes Leben unterstützt. Beziehungen, sichere Lebensumstände, sinnvolle Tätigkeiten und soziale Unterstützung können dabei wichtige Dimensionen sein. [3]

Quellen

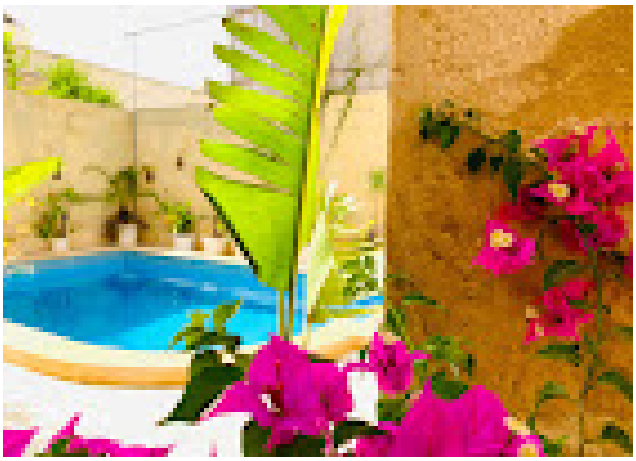
[1] WHO, Management of alcohol withdrawal: https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/treatment-care/mental-health-gap-action-programme/evidence-centre/alcohol-use-disorders/management-of-alcohol-withdrawal

[2] NICE, Drug misuse in over 16s: psychosocial interventions, CG51: https://www.nice.org.uk/guidance/CG51/chapter/recommendations

[3] SAMHSA, About Recovery: https://www.samhsa.gov/substance-use/recovery/about

Diese Quellen sind allgemeine fachliche Orientierung und keine individuelle Diagnose oder Behandlungsempfehlung.

Einblicke in Ihr Zuhause auf Gozo



Pool

Ein ruhiger Ort zum Entspannen und Auftanken.



Schlafzimmer

Ein privater Rückzugsort mit warmen Natursteinwänden und behaglicher Atmosphäre.



Jacuzzi

Der Wellnessbereich lädt dazu ein, zwischen den persönlichen Terminen zur Ruhe zu kommen.



Sauna

Ein warmer Rückzugsort für Ruhe und Entspannung.

Der nächste Schritt beginnt mit Vertrauen

Wenn Sie prüfen möchten, ob eine Begleitung auf Gozo zu Ihrer Situation passt, beginnen wir mit einem vertraulichen Gespräch. Sie können Ihre Fragen stellen und Ihre Situation schildern, ohne sich zu einer Aufnahme verpflichten zu müssen.

Hans Hoffmann
Persönlicher Ansprechpartner
Hoffmann Centre Gozo | CLEAN AND FREE THERAPY®

Sicherheit hat Vorrang. Wenn Sie oder eine andere Person unmittelbar gefährdet sind, wenden Sie sich bitte direkt an die örtliche Notfallversorgung. Warten Sie nicht auf ein reguläres Aufnahmegespräch oder eine Reise.