



Elrond Niedersachsen gem. e.V.
Selbsthilfe

Regeln für das Zusammenleben

Stand: 20.05.2025

- Keine Drogen (einschl. Alkohol)
- Keine Gewalt (einschl. deren Androhung)
- Keine Straftaten
- Keine psychisch wirksamen Medikamente,
keine Medikamente ohne Absprache mit dem Büro
- Ehrlichkeit und Akzeptanz den Mitbewohnern gegenüber
- Einbringen in die Gemeinschaft
- Übernahme von Verantwortung gegenüber neuen Mitbewohnern
- Übernahme von Verantwortung im Arbeitsbereich
- Teilnahme an den wöchentlichen Gruppengesprächen und an Sondergruppen
- Pünktliches Erscheinen zum Frühstück von 7.00 bis 7.15 Uhr
Bei Verschlafen eine Woche Frühstücksdienst
- Zimmer-/Revierputz 7.15-bis 8.00 Uhr (Betten, Hauswäsche, Putzbereiche
etc.)
- Am ersten Wochenende des Monats ist für alle Hausputz
- Gruppenbeschlüsse sind verbindlich, sofern diese mit dem Büroteam
abgestimmt sind
- Einhalten der Arbeitszeit. Montag bis Donnerstag von 8.00 - 15.30 Uhr
(Büro bis 16.00 Uhr) Freitags von 8.00 - 12.30 Uhr (Büro bis 13.00)
- Arzttermine nur außerhalb der Arbeitszeit (Ausnahmen unbedingt rechtzeitig
im Büro abklären)

- Das komplette Haus ist rauchfreie Zone
- An- und Abmeldung immer an der Tafel
- Keine privaten Telefonate und kein Fernsehen während der Arbeitszeit
- Büro ist kein Aufenthaltsraum
- Auswärtige Übernachtungen immer in der Gruppe vorbesprechen und immer einmal anrufen
- Absolutes Kontaktverbot zu Drogenabhängigen und/oder Substituierten
- Erste Heimfahrt in Begleitung eines Älteren der sich im Jahresstatus befindet
- Zu Personen die irregulär das Haus verlassen mussten, besteht bis auf weiteres Kontaktsperre
- Alle WCs sind im Sitzen zu benutzen
- Während der Ruhezeiten (Mittag, Nacht) wird sich entsprechend ruhig verhalten
- Auf allgemeine Ordnung ist zu achten!!! (bei sich selbst anfangen!)
- Elrond-PKW – Privatfahrten erst ab Halbjahresstatus
- Eigenes Handy erst ab Stufe 3 (in der Regel nach 6 Monaten)
- Finanzielle Zuwendungen von außen und eigenes Fahrzeug erst mit Jahresstatus

Ausgangsregelung:

Kontaktsperre:	Stufe I:	- bis 24.00 Uhr (nur in Begleitung)
	Stufe II:	- bis 2.00 Uhr
	Stufe III – V:	- frei / keine Vorgabe

während der Kontaktsperre:

- Keine Post oder Telefonate
(Ausnahme: maximal 4x zu Kindern, wenn zuvor regelmäßig Kontakt bestand)
- Nur in Begleitung das Grundstück verlassen
- Beziehungspause