



Austauschtreffen für Angehörige

Austauschtreffen für Angehörige von suchtbelasteten Menschen

Die Sucht eines nahestehenden Menschen ist eine grosse Herausforderung. Manchmal tut es gut, sich mit anderen Angehörigen von Suchtbetroffenen auszutauschen. Der Dialog kann neue Ideen für den Umgang mit der eigenen Situation anregen. Der Austausch zeigt zudem, dass Sie mit Ihrer Situation nicht allein sind. Im Gespräch können Sie auf Verständnis zählen und Solidarität erfahren.

Format der Treffen

Die Treffen finden monatlich abwechselnd vor Ort oder Online statt.
Die Treffen können einmalig oder mehrmalig besucht werden – je nach persönlichem Bedarf.

Vor-Ort-Treffen

Blaues Kreuz Fachstelle Bern, Effingerstrasse 33, 3008 Bern

Montag, 30.01.23, 17.00 - 18:30Uhr

Montag, 27.03.23, 17.00 - 18:30Uhr

Montag, 05.06.23, 17.00 - 18:30Uhr

Online-Treffen

Safezone-Online-Link wird vor dem Treffen per E-Mail bekannt gegeben)

Mittwoch, 01.03.23, 18.00 - 19:30Uhr

Mittwoch, 26.04.23, 18.00 - 19:30Uhr

Mittwoch, 28.06.23, 18.00 - 19:30Uhr

Inhalte der Treffen

Austausch über

- aktuelle Fragen und Themen der Teilnehmenden
- Umgang mit Menschen mit einer Suchtmittelproblematik
- eigene Bedürfnisse und Grenzen

In einem geschützten, vertraulichen Rahmen soll die Gesprächsrunde ermutigen, über Tabuthemen sowie schwierige Situationen offen sprechen zu können. Darüber hinaus werden Sie eingeladen, „persönliche Lichtblicke“ und erfolgreiche Strategien zu teilen.

Struktur der Treffen

- Begrüssung
- Vorstellungsrunde (mit Namen oder Pseudonym)
- Gesprächsregeln festlegen (Wertschätzung für Meinungsvielfalt)
- Sammeln von Fragen / Themen aus der Gruppe
- Diskussion / Austausch
- Abschluss

Weitere Informationen und Anmeldung

Anmeldung: jeweils bis 24h vor dem jeweiligen Termin: Telefonisch 031 311 11 56, zu unseren Büroöffnungszeiten, oder per E-Mail fs.bern@blaueskreuzbern.ch

Kosten: Die Teilnahme ist kostenlos

Leitung: Sophie Kaiser (Vor-Ort-Treffen) und Corine Gasser (Online-Treffen)

Möchten Sie die Kursleiterinnen vor dem Austausch gerne persönlich kennen lernen? Kein Problem! Gerne bieten wir Ihnen ein Gespräch an. Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.