



Blaues Kreuz Schweiz
Croix-Bleue Suisse

Sie helfen – wir helfen
Frühling 2021

**Gemeinsam für
eine Welt, in der
Alkoholkonsum
kein Leid verursacht.**

gemeinsam!

**Liebe Unterstützerin,
lieber Unterstützer**

Erwartungen prägen unser Leben. Hoffnung hilft, Durststrecken zu überbrücken. Der Impfstoff gegen Covid gibt uns Zuversicht auf ein normales Leben.

Viele Menschen leiden momentan unter den Folgen und Einschränkungen der Pandemie, oft schon seit Monaten.

Das Blaue Kreuz hilft – auch in der Krise. Barmherzigkeit verbindet sich bei uns mit Know-how, Anteilnahme, Rat und Begleitung.

Mit Ihrer Unterstützung können wir barmherzig handeln und der Sucht mit all ihren Gesichtern die Stirn bieten. Dank unserem Angebot und unseren Dienstleistungen schöpfen Menschen in Not Hoffnung, dass ihre Erwartungen erfüllt werden. Sie werden so zu einem Sinnbild für das österliche Gnadengeschenk.

Herzliche Grüsse



philipp.hadorn@blaueskreuz.ch
Präsident und Alt-Nationalrat

Jüngst beim Blauen Kreuz

EINE MILLION SCHWEIZER BEGINGEN DEN DRY JANUARY



Rund eine Million Schweizerinnen und Schweizer verzichteten im vergangenen Januar auf Alkohol. Der Erfolg unserer Kampagne übertraf alle Erwartungen. Die Vorbereitungen zum nächsten Dry January sind bereits im Gange.

Der Dry January, unser Nachfolgeprogramm zu «time:out new year», war von Erfolg gekrönt: Rund 4000 Menschen registrierten sich Anfang Jahr auf www.dryjanuary.ch und erhielten einen Newsletter mit spannenden und ermutigenden Artikeln. Laut einer repräsentativen Umfrage verzichteten 14 Prozent der erwachsenen Bevölkerung in der Schweiz im Januar bewusst auf Alkohol. Dies entspricht rund einer Million Menschen. Als Grund fürs Teilnehmen nannten die meisten die Gesundheit (39%)

und den Umstand, ohnehin nur Alkohol in geringem Ausmass zu konsumieren (31%), aber auch den Reiz, sich dieser Herausforderung zu stellen (19%). Ein Teilnehmer verriet: «Ich konnte mir beweisen, dass es auch ohne Alkohol geht und dass ich nicht abhängig bin.»

Obwohl die Kampagne durchschnittliche Trinker und nicht Problemtrinker anspricht, nahmen manche daran teil, um ihren (zu) hohen Alkoholkonsum zu verringern. Drei von vier Schweizern (77%) können sich vorstellen, einen Januar lang auf Alkohol zu verzichten. Jeder zweite Schweizer hat bereits vom Dry January gehört.

Wer mitten im Jahr eine Alkoholauszeit nehmen will, dem empfehlen wir die «Try Dry»-App, die für den Dry January entwickelt wurde, aber das ganze Jahr über funktioniert.

IHRE SPENDE HILFT!

Postkonto 30-8880-3 – IBAN CH62 0900 0000 3000 8880 3 – www.blaueskreuz.ch/spenden



GESPRÄCHSGRUPPEN TROTZ ALLEM

Wer sich einmal an Gruppentreffen vor dem Bildschirm gewöhnt hat, kann darin leicht den Vorteil erkennen: Man braucht abends nicht mehr das Haus zu verlassen, sondern kann sich daheim gemütlich vor dem Bildschirm einrichten.

Nicht nur die Beratungsstellen, auch die Gesprächsgruppen des Blauen Kreuzes können zurzeit wegen der Corona-Schutzmassnahmen nicht wie gewohnt arbeiten. Seit dem zweiten Quasi-Lockdown sind Gruppentreffen vor Ort verboten, doch das Bedürfnis, sich in einem geschützten Rahmen von Angesicht zu Angesicht auszutauschen, bleibt unverändert bestehen.

Deshalb haben verschiedene Blaukreuz-Organisationen ihre Vor-Ort-Treffen auf Online-Begegnungen umgestellt. Anfängliche Bedenken, wonach



persönliche Treffen unersetzlich seien, wurden nach den ersten Treffen vor dem Bildschirm zerstreut.

Einige erkannten sogar den Vorteil von Videokonferenzen. So ist es dabei nicht mehr nötig, abends nach der Arbeit noch einmal das Haus zu verlassen, um zum Gruppentreffen zu fahren. Das fanden viele praktisch und angenehm. So wurde die momentane Zwangslage für einige zu einer Erfahrung, auf die sie

später, wenn persönliche Treffen wieder möglich sind, nicht unbedingt verzichten wollen.

Gesprächsgruppen per Video werden zurzeit von den Blaukreuz-Organisationen Zürich, Aargau/Luzern und Schaffhausen-Thurgau angeboten.

priyani.ferdinando@blaueskreuz.ch

Marlis W., Mutter einer alkoholkranken Tochter

DARUM UNTERSTÜTZE ICH DAS BLAUE KREUZ

Die Tochter von Marlis W. ist heute 35 Jahre alt – und alkoholabhängig. Als Kind «mochte sie es immer lustig und locker» und zog kurz nach ihrer Lehre bei den Eltern aus. Sie begann zu trinken, als sie noch bei ihren Eltern wohnte. «Ich warf die Flaschen einfach weg», so Marlis in Erinnerung an diese Zeit. Mehrere Jahre lang hörte sie ihrer Tochter zu, wenn diese betrunken am Telefon war. Vor zwei Jahren suchte Marlis für sich selbst Hilfe und fand diese beim Blauen Kreuz. Dort besucht sie regelmässig die Beratung für Angehörige von Alkoholikern.

Marlis kennt das Blaue Kreuz seit ihrer Kindheit. Schon ihr Grossvater und ihr Onkel waren alkoholkrank. Ihre Mutter abonnierte das Familienblatt des Blauen Kreuzes. Marlis findet, dass die christlichen Werte eine gute Grundlage für



die Suchtarbeit bilden. Ihr gefällt, dass jeder für die Beratung nur «so viel zahlen muss, wie er kann». Aus Dankbarkeit spendete uns Marlis W. kürzlich einen grösseren Betrag.

MIT IHRER HILFE

17

Kurzfilme haben wir 2020 bei YouTube hochgeladen.

49%

aller Deutschschweizer denken bei Suchthilfeorganisationen zuerst an das Blaue Kreuz.

184

Artikel haben wir 2020 auf Facebook gepostet.