

Blickfeld

Infoblatt Herbst 2023



Liebe Leserinnen und Leser

Wenn sich etwas entwickeln, wachsen und reifen soll, braucht es seine Zeit. In der Natur erleben wir es Jahr für Jahr: zuerst sehen wir die Blüten, dann das Wachsen der Früchte und schliesslich das Reifwerden. Dazu trägt vieles bei: die Wärme der Sonnenstrahlen, die Feuchtigkeit aus dem Boden und vor allem die Zeit. Die Pflanzen brauchen viel Geduld, bis ihre Früchte gereift und für uns Menschen geniessbar sind.

Als Menschen brauchen wir ebenfalls Zeit zum Reifen. Die Bibel spricht über die Alten, die im Laufe ihres Lebens reif und weise geworden sind und über den Weg, der sie dahin geführt hat. Sie erzählt aber auch von denen, bei denen es nicht so gewesen ist, die einfach so dahinlebten oder sich sogar dumm und unreif verhielten. Diese Beispiele, die Positiven wie die Negativen, wollen uns ermutigen, im Leben nicht stehenzubleiben, sondern uns zu entwickeln, zu wachsen und zu reifen.

Dazu gehört es, die nachfolgenden Generationen zu fördern, ihnen Chancen zu geben, indem wir unsere Erfahrungen anbieten und teilen, aber auch Neues ermöglichen. Das bedeutet auch, frisch und mutig unsere Anliegen und die Werte des Blauen Kreuzes sichtbar zu machen, auf die fehlenden finanziellen Mittel hinzuweisen und für tragende Mitglieder zu werben. Denn nur wenn es uns gelingt, auch für künftige Generationen eine attraktive Arbeitgeberin mit sinnstiftenden Aufgaben zu sein, können wir Menschen, für die Alkohol und Suchtprobleme ein Thema sind, die notwendige professionelle Hilfe bieten.

Oder um es mit den Worten von Johann Gottfried Herder zu sagen: «Wer im Frühling nichts säht, wird im Sommer nichts ernten. Im Herbst und Winter nichts geniessen».

In diesem Sinne wünsche ich uns gesegnete Zeiten und Geduld zum Reifen!

Helmut Wiegisser, Geschäftsführer

Rückblick

Präsenz an der «Neustadt Gassete» in Schaffhausen

Am Samstag, 1. Juli waren wir mit der Fachstelle Schaffhausen Teil der Neustadt Gassete. Ein Fest von Anwohnenden und Gewerbe der Neustadt für Alle. Es gab Essens- und Getränkestände, eine Garagenband, Spiele für Kinder, Flohmarktstände und Musik in den Hinterhöfen oder auf den Dachterrassen der Anwohnenden an. Wir boten alkoholfreie Cocktails auf einer, extra für den Anlass gebauten, Terrasse. Die Bewirtung kam durchwegs gut an und wir erhielten viel Lob dafür.



Das Wetter war auf unsere Seite und wir genossen einen tollen Tag, mit spannenden und überraschenden Begegnungen, sowie tollen Gesprächen. Wir hatten die Möglichkeit, unser Beratungsangebot vorzustellen und einige Besuchende liessen sich auf ein tieferes Gespräch über Alkohol und dessen Problematik ein. Einige hatten auch den Mut, ihren Konsum gleich vor Ort zu reflektieren und haben sich gefragt, ob ein Beratungsgespräch für sie sinnvoll sein könnte. Wir werden sehen, ob sie sich melden. Ich bin überzeugt, die Fachstelle an der Neustadt wurde von den Besuchenden wahrgenommen, neu entdeckt oder wiederentdeckt. Denn mit der Teilnahme am Fest nutzten wir die Chance, das Blaue Kreuz zu zeigen. Und als Team ist es einfach ein wertvolles Erlebnis, solche Anlässe zusammen durchzuführen. Wir sind im nächsten Jahr gerne wieder dabei!

Herzlichen Dank an alle, die uns unterstützt haben und zu Besuch kamen. Es hat uns sehr gefreut, bekannte Gesichter anzutreffen.

Nadja Stocker, Suchtberaterin



Fotos Gassete: Tanja Ammann

Brocki-Jubiläum

Unsere Brocki in Pfyen feierte am Samstag, 19. August 2023, ihren 25. Geburtstag! Ein gelungener Anlass, mit vielen Attraktionen für Gross und Klein, lockte bei herrlichen und sommerlich-warmen Temperaturen viele Besucherinnen und Besucher in unsere schöne Brocki. Rechtzeitig konnte zu diesem Jubiläumsanlass das Brockigebäude, sowie das Brockifahrzeug mit dem neuen, schweizweit vereinheitlichten, Blaukreuz-Brocki-Logo beschriftet werden.

Stolz präsentierte das Team vom Betriebsleiter Thomas Rickli die grosszügigen und liebevoll eingerichteten Verkaufsflächen. Draussen begeisterte eine Hüpfburg unsere kleinen Gäste. Wer wollte, durfte sein Glück an der Verlosung versuchen. Es gab Gutscheine im Wert von fünfzig, fünfundsiebzig und hundert Franken zu gewinnen und jeder der Zeit und Lust für einen Einkauf hatte, wurde mit einem Rabattgutschein von 25% beschenkt. Ausserdem konnten sich die Besucherinnen und Besucher über die Angebote, sowie die Arbeit des Blauen Kreuz Schaffhausen-Thurgau informieren und ihr Wissen rund um das Thema Alkohol mit Hilfe eines witzigen Quiz beweisen.

Die Festivitäten wurden durch musikalische Beiträge der Brassband «Blaukreuzmusik Herisau» umrahmt. Für das leibliche Wohl sorgte ein Team von freiwilligen Helferinnen und Helfern mit Würsten vom Grill, Chicken-Nuggets und Pommes-Frites aus der Fritteuse, verschiedenen Getränken und dem fast schon legendären Buffet von Tortenspenden.

Ein grosses Danke an dieser Stelle allen, die zu diesem einmaligen und wunderbaren Anlass beigetragen haben.

Helmut Wiegisser, Geschäftsführer



Fotos Brocki – Jubiläum: Conny Sutter und Helmut Wiegisser

Scham und Würde

Scham gehört, wie Trauer, Ärger, Abneigung, Niedergeschlagenheit, Zuneigung und Freude, zu unseren Basisemotionen. Jedes dieser Gefühle ist in seiner normalen, gesunden Form wichtig, denn es weist uns auf etwas hin.

Scham entsteht, wenn unsere Intimsphäre verletzt wird, persönliche Dinge ungewollt sichtbar werden, wir negativ beurteilt werden oder wenn wir glauben, den Erwartungen anderer nicht zu entsprechen.

Unser soziales Verhalten wird in hohem Maß von Scham geregelt. Gesunde Scham lässt uns deutlich spüren, ob ein Verhalten angemessen ist. Es bewahrt die Würde, denn echte Scham setzt ein Gespür für Würde voraus. Scham und Würde sind mit der menschlichen Existenz tief verwoben.

Toxische Scham hingegen ist ein sehr unangenehmes Gefühl, das aussagt: „Ich bin schlecht, so wie ich bin“. Nicht eine Handlung oder Eigenschaft wird negativ beurteilt, sondern wir als ganze Person. Toxische Scham gibt uns das Gefühl, grundsätzlich nicht in Ordnung zu sein, nicht liebenswert und nicht wertvoll zu sein. Toxische Scham ist kein Gefühl, das kommt und geht, sondern ein chronischer Zustand. Es raubt die Würde.



Das toxische Schamgefühl ist sehr unangenehm, schmerzhaft und kaum zu ertragen. Wer sich schämt, fühlt sich im Innersten betroffen und merkt, dass tief in der Seele etwas nicht in Ordnung ist. Kein Wunder, vermeiden viele Menschen dieses Gefühl, entwickeln daher schon früh unterschiedliche Bewältigungsstrategien und geraten in Süchte. Dies führt zu neuen Schamgefühlen. Ein weiterer Kreislauf beginnt. Je häufiger und intensiver Schamerfahrungen gemacht haben, desto stärker ist die Schambelastung.

Bereits auf den ersten Seiten der Bibel begegnen wir der Scham. Adam und Eva verstecken sich im Gebüsch, weil sie vom Baum der Erkenntnis gegessen haben. Sie erleben das erste Mal Scham. Wie reagiert Gott auf Adam und Eva? Er sucht sie und fragt: «Adam, wo bist du?» Will heissen: «Was erlebst du? Wie geht es dir? Was treibt dich?» Dies sind hochtherapeutische Fragen. Gott gibt nicht aus der Distanz Ratschläge, sondern sucht die Beziehung, die Verbindung und will Adam einen Schutzraum bieten, in dem er sich selbst in die Augen sehen und Worte für seine Zerrissenheit finden kann.

Das beste und wichtigste Mittel gegen die Scham ist der Schutzraum und die Verbundenheit. Die Scham braucht viel Schutz, damit wir den Mut finden, uns ihr zu stellen. Seiner Scham zu begegnen, sie zu benennen, kann ein echter Wendepunkt sein. Und da Scham wesentlich darin fusst, dass wir als soziale Wesen Angst vor Isolation und Ausgrenzung haben, ist die Verbundenheit mildernd. Denn sie besagt: Du bist nicht allein. Ich sehe, höre, verstehe, mag dich. Wir sind (mindestens) zu zweit.

Entschämung richtet auf und bringt Menschen in Berührung mit ihrer Würde. Jesus entschämt die Beschämten und gibt ihnen die Würde zurück. Bei Jesus wird es nie peinlich!

Nach diesem Vorbild handeln wir im BK SH-TG in unserer Beratertätigkeit und helfen Betroffenen, sich in einem Schutzraum der eigenen Scham zu stellen und Verbundenheit der Nächstenliebe zu erleben.

Tanja Ammann, Suchtberaterin

Cocktailrezept

Cinderella



Zutaten

6 cl Traubensaft

12 cl Ginger Ale

2 cl Zitronensaft

Zubereitung

Trauben- und Zitronensaft mit Eis kräftig shaken. Mit dem Eis ins Gästeglas geben und mit Ginger Ale auffüllen. Dekorieren.

Dekoration

Trauben, Zitronenscheibe

Weitere Cocktailrezepte: www.bluecocktailbar.ch

bluecocktailbar
MIX UP YOUR LIFE

Einblick – Personelles

Willkommen zurück

Am 01. Oktober 2023 wird Robyn Fera als Suchtberaterin mit einem Stellenpensum von 40 % ihre Facharbeit wieder aufnehmen. Wir freuen uns und heissen Robyn nach ihrer Babypause herzlich willkommen! Unser Suchtberatungsteam ist somit wieder komplett.

Fachstelle Thurgau

Freiestrasse 7 | 8570 Weinfelden

Öffnungszeiten: Montag – Donnerstag
08.00 – 12.00 Uhr
13.00 – 17.00 Uhr

Freitag
08.00 – 12.00 Uhr
13.00 – 16.00 Uhr

Tel. Sekretariat: 071 622 26 55

Fachstelle Schaffhausen

Neustadt 17 | 8200 Schaffhausen

Öffnungszeiten: Dienstag und Donnerstag
08.00 – 12.00 Uhr
13.00 – 17.00 Uhr

Tel. Nadja Stocker 052 624 78 88

QR Code von Webseite

«Spende»



Portrait Tobias Anderwert

**Name:**

Tobias Anderwert

Geburtstag:

17.07.1993

Beruf:

Wirtschaftspsychologe

Was ist deine Funktion im Blauen Kreuz SH-TG?

Vorstandsmitglied – Verantwortlicher Finanzen

Welche drei Wörter beschreiben dich am besten?

authentisch, aufgestellt, extrovertiert

Was macht dich glücklich?

Anderen eine Freude zu bereiten

Was wühlt dich auf?

Wenn ich Fehler mache, die hätten vermieden werden können.

Du bekommst drei Stunden Zeit geschenkt. Was würdest du damit tun?

Mich an ein handwerkliches Projekt wagen.

Was lässt dich herzlich lachen?

Flachwitze

Welche Werte sind dir wichtig?

Fairness und Aufrichtigkeit

Was steht bei dir auf dem Nachttisch?

Ein Nachttisch muss ich mir noch handwerkeln, wäre ein 3-Stunden-Projekt.

KafiTreff Neuigkeiten

Einheitliche Öffnungszeiten im Sommer und Winter.



KafiTreff

OASE Hermannstrasse 4a
Tel. 071 620 11 84

ÖFFNUNGSZEITEN

FR 17-21 Uhr

SO 13-17 Uhr

**HERZLICH
WILLKOMMEN**

Bitte Parkplätze
beim Bahnhof
benützen!



Blaues Kreuz
Schaffhausen – Thurgau

Ausblick

Begegnungstag am Sonntag, 03. September (siehe Flyer) _____

Am **3. September** laden wir zum alljährlichen Begegnungstag im Murg-Auen-Park in Frauenfeld ein. Ein abwechslungsreiches Programm mit Gottesdienst, Musik, einem kulinarischen Angebot und weiteren Überraschungen umrahmen den Tag. Der Begegnungstag bietet eine wunderbare Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen und bestehende zu pflegen. Beginn: 10:45 Uhr.

Um unsere unentgeltlichen Dienstleistungen finanziell zu unterstützen, öffnet das Kafi-Treff-Team die Tore der Oase ausserordentlich zu folgenden Anlässen:

Buss-und Bettag Brunch, Sonntag, 17. September (siehe Flyer) _____

Von 11 - 14 Uhr steht ein üppiges Frühstücks-Bufferet bereit, um alle zu verwöhnen, die den Weg in die Oase finden.

Versteigerung & Flohmarkt, Samstag, 23. September (siehe Flyer) _____

Ab 14 Uhr bietet sich die Möglichkeit, sich mit Secondhand-Schnäppchen einzudecken und leckere Desserts zu geniessen. Nach getätigten Einkäufen kann man sich zu guter Letzt ab 17 Uhr mit einem feinen Znacht verwöhnen lassen.

Gesucht: - gut erhaltene Gegenstände, die ein neues Zuhause suchen
 - Kauflustige und Schnäppchen-Suchende

Die gereinigten Gegenstände können ab sofort im Kafi-Treff abgegeben werden. Bei Fragen melden Sie sich bitte bei uns: 071 622 26 55.

Lottomatch, Samstag, 21. Oktober _____

Am **21. Oktober 2023** findet ein nächster Lottomatch in der Oase statt. Türöffnung um 13.30 Uhr, Spielstart ab 14.00 Uhr.

Wir freuen uns auf einen tollen und spannenden Spielnachmittag. Es gibt attraktive Preise zu gewinnen.

Gemeinsames Guetzle vom 20 – 24. November _____

Die Guezli-Produktion für den Guezli-Verkauf findet jeweils ab 13:30 Uhr statt. Das dekorative, köstliche Gebäck wird dann am Suppenzmittag verkauft.

Sachspenden wie Mehl, Zucker, Mandeln, Haselnüsse können gerne zum Voraus im Kafi-Treff abgegeben werden.

Lust zum **Mitbacken**? Es ist keine Anmeldung nötig. Wir freuen uns über jede Hilfe!

Suppenzmittag, Samstag, 25. November (siehe Flyer) _____

Eine währschafte Suppe, knackige Wienerli und gluschtige Desserts warten auf Genuss-Freudige. Aus unserer Weihnachts-Backstube stehen mehr als 30 Sorten Guezli zur Auswahl, die man nach Lust und Laune zusammenstellen und kaufen kann. Vielleicht können Sie sogar erste Weihnachtseinkäufe tätigen: das Traubensaft-Team bietet festliche Getränke aus unserem Angebot an und auch ein Büchertisch mit «schmackhafter» Literatur steht bereit.

Traubensaft - Stilvoll feiern ohne Alkohol! _____

Mit deiner Bestellung unterstützt du neben der Arbeit des Blauen Kreuzes auch den Erhalt von regionalen Arbeitsplätzen, innovative Weiterentwicklung der Produzierenden, kurze und umweltschonende Lieferwege.

Die Bestellungen können persönlich oder per Post geliefert, oder in Sirnach, Herisau oder Weinfelden abgeholt werden. Bitte vermerke die gewünschte Überbringungs- oder Abholart am Schluss der Bestellung.

Lass dich von den hervorragenden Produkten überraschen!

Wir freuen uns über deine Bestellung.

Nicht verpassen! Am **2. Dezember 2023** findet die Traubensaftverteilkaktion statt.



Familienferien in Sent

Vom **07.10. bis 14.10.2023** finden in Sent (GR) die Familienferien statt.

Teilnehmen können Familien und Einzelpersonen, die gerne in einer bunt zusammengewürfelten Gemeinschaft und in herrlicher Umgebung Ferien machen möchten.

Das Tagesprogramm muss individuell gestaltet werden. Gemeinsame Essenszeiten und eine Andacht für Kinder und Erwachsene nach dem Abendessen runden den Tag ab.

Das Gruppenhaus Sent bietet eine beschränkte Anzahl freier Plätze. So lohnt sich eine rasche **Anmeldung** bis spätestens **15.09.2023** an

Conny Suter

Murgstrasse 10a

8370 Sirnach

conny.suter@bluewin.ch

(Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt)

Kosten:

Erwachsene Fr. 320.00

Kinder (12-16 Jahre) Fr. 300.00

Kinder (6-12 Jahre) Fr. 280.00

Kinder unter 6 Jahren gratis

Duvets Fr. 15 (limitiert vorhanden)

Bitte bei der Anmeldung folgende Infos angeben:

Vollständiger Name und Adresse / Telefonnummer / Krankenkasse / zusätzliche Person/en (Name/n) / optional: Anzahl Duvets / Spezielles

Flyer können via Sekretariat bezogen werden.

Für Fragen steht Conny Suter zur Verfügung.



Überblick – Aktuelles

Brocki Pfyf


Es erwarten dich interessante Aktionen:

Oktober: 50 % auf Bilder und Teppiche
November: 50 % auf Kinderspielsachen
Dezember: 50 % auf Bücher, CD's und DVD's



Öffnungszeiten:

Dienstag – Freitag: 13:30 – 18:00 Uhr
Samstag: 10:00 – 16:00 Uhr

- Wir machen **Hausräumungen** und bieten **Entsorgungen** an. Kontaktiere uns. Wir erstellen eine faire Offerte!
- Neu kannst du uns **Bilder** deiner Ware bequem **per WhatsApp** zuschicken. Wir beraten dich gerne!  052 770 17 00

Wir freuen uns auf deinen Besuch!

 **blaukreuz-brocki**
pfyf

Gebetstreffen

Die Gebetstreffen finden **jeden ersten Freitag des Monats** zwischen **15:00 Uhr und 16:00 Uhr** in der OASE an der Hermannstrasse 4a, in Weinfelden statt.

Nächste Daten: 06. Oktober | 03. November | 01. Dezember

Wer gerne gemeinsam mit anderen für die Anliegen des Blauen Kreuz beten möchte, ist herzlich willkommen.

Bei Fragen steht Myrtha Wullschleger gerne zur Verfügung:

Tel.: 071 622 27 44

E-Mail: mywullschleger@bluemail.ch



Bild: Glaubensimpulse

Gesprächs- und Begegnungsgruppen _____



Anmeldung jeweils unter
071 622 26 55 oder info.sh-tg@blaueskreuz.ch

- **GGB – Gesprächsgruppe für Betroffene**

Die Gesprächsgruppe für Betroffene trifft sich **am zweiten Mittwoch des Monats, von 19:00 – ca. 21:00 Uhr**, in der «OASE», an der Hermannstrasse 4a, in Weinfelden.

Nächste Daten: 13. September | 11. Oktober | 08. November

- **ZischtigsZnacht**

Jeden Dienstag, von 17:30 - 19:30 Uhr, findet für Betroffene und Angehörige, im KafiTreff «OASE», an der Hermannstrasse 4a, in Weinfelden, der ZischtigsZnacht statt.



Austauschgruppe für Angehörige (AGA) _____

Gleichgesinnte treffen, sich austauschen, Leid teilen, Mut machen und sich auf Augenhöhe begegnen.

All das sind Aspekte, die in einer Austauschgruppe zu finden sind und von Menschen, die solche besuchen, sehr geschätzt werden.

In Schaffhausen und Weinfelden bieten wir Gesprächsgruppen für Angehörige an und laden herzlich ein, daran teilzunehmen.

AGA Weinfelden: 1. Mittwoch des Monats (071 622 26 55)

19 Uhr bis ca. 21 Uhr

Freiestrasse 7

Leitung: Xenia Bühler-Koch



AGA Schaffhausen: 1. Donnerstag des Monats (079 565 30 98)

19 Uhr bis ca. 20.30 Uhr

Neustadt 17

Leitung: Nadja Stocker



Bild: Istockphoto



unbürokratisch - kompetent - engagiert - kostenlos

Ihr Alkoholkonsum macht Ihnen Probleme? Sind Sie in Partnerschaft oder Arbeitswelt mit Alkoholproblemen Nahestehender konfrontiert? Sie wissen nicht mit dieser Situation umzugehen? Mit folgenden Dienstleistungen stehen wir Ihnen gerne zur Seite.



Beratung

- Einzelberatung für Betroffene
- Einzelberatung für Angehörige
- Paarberatung
- Beratung für Firmen
- Ambulanter Alkoholentzug*
(*im Kanton SH kostenpflichtig)
- Beratung im Zusammenhang mit einem Fahrausweisentzug



Gruppenangebote

- geleitete Gruppengespräche für Betroffene
- Austauschgruppe für Angehörige und Nahestehende
- geleitete Impuls-Ferienwoche
- ZischtigsZnacht



soziale Treffpunkte

- KafiTreff Oase
(alkoholfreier Treffpunkt mit Verpflegungsmöglichkeit)
- gemeinschaftliche Angebote mit Verpflegung

Fachstelle Thurgau
Freiestrasse 7
8570 Weinfelden



071 622 26 55
info.sh-tg@blaueskreuz.ch

Fachstelle Schaffhausen
Neustadt 17
8200 Schaffhausen



052 624 78 88
info.sh-tg@blaueskreuz.ch