

DAS BLAUE KREUZ

Das Blaue Kreuz ist eine Fachorganisation für Alkohol- und Suchtfragen. Seit mehr als einem Jahrhundert setzt es sich für Prävention ein und für Menschen, die von Sucht betroffen sind – Konsument*innen und deren Umfeld.

Schwerpunkte der Arbeit des Blauen Kreuzes St. Gallen - Appenzell sind Suchtprävention, Gesundheitsförderung, Kinder- und Jugendarbeit sowie Beratung von Menschen mit Alkoholproblemen und von Angehörigen.

Finanziert wird die Arbeit durch Spenden, Legate, Leistungsvereinbarungen, Dienstleistungen und den Gewinn der Brockenstuben.

WIR WISSEN WEITER, WENN ALKOHOL UND SUCHT EIN THEMA SIND, kompetent, vertraulich und kostenlos.

- Haben Sie als Betroffene Probleme mit dem Alkohol?
- Machen Sie sich als Angehörige Sorgen wegen dem Alkoholkonsum einer nahestehenden Person?

Rufen Sie uns an und wir vereinbaren ein erstes, unverbindliches Gespräch. Gemeinsam klären wir die nächsten Schritte.

071 231 00 31
info-sg-app@blaueskreuz.ch
www.blaueskreuz-sg-app.ch
www.alkohol-beratung.ch
www.alkoholentzug-sg.ch

Wir erbringen unsere Dienstleistungen im Rahmen von Leistungsvereinbarungen mit den Kantonen St. Gallen und Appenzell Innerrhoden.



AUSWEGE finden
RÜCKFÄLLE verhindern
GEMEINSCHAFT erleben
ERFAHRUNGEN austauschen

OFFENE GRUPPE

NESSLAU



GESPRÄCHS-GRUPPE

für Menschen mit Alkoholproblemen
sowie für Angehörige und Nahestehende



Coronavirus

**WIR SCHÜTZEN
SIE UND UNS.**



OFFENE GRUPPE

DIE TEILNAHME AN DER GRUPPE BEINHALTET:

- einen Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen, die den Weg aus dem problematischen Alkoholkonsum gegangen sind oder ihren Konsum ändern wollen
- Besprechung der jeweiligen Bedürfnisse von Angehörigen und Betroffenen
- Unterstützung, Solidarität und Erkenntnisse für Veränderung

OFFENE GRUPPE DIEPOLDSAU

Die offene Gesprächsgruppe ist ein Angebot für Frauen und Männer mit Alkoholproblemen sowie für Angehörige und Nahestehende.

In einem geschützten Rahmen und in wertschätzender Atmosphäre werden in der Gruppe Themen rund um den Alkohol sowie auch andere Fragestellungen besprochen. Mittels Erfahrungsaustausch sowie aktiver Bearbeitung von Themen suchen wir nach hilfreichen und weiterführenden Möglichkeiten und konkreten Schritten für einen veränderten Umgang mit dem Alkoholkonsum. Wir bieten einen Rahmen, in dem Rückfälle ohne Vorwürfe bearbeitet werden. Dabei suchen wir nach Hintergründen, Unterstützungsmöglichkeiten und teilen Erfolge.

GESPRÄCHS-THEMEN

Die Bedürfnisse der Teilnehmenden stehen stets im Vordergrund. Gesprächsthemen und Anliegen können jederzeit eingebracht werden. Zur Ergänzung werden spezifische Themen eingebaut. Beispielsweise:

- Meine Erfolge / Ziele
- Rückfallprophylaxe
- Umgang mit Frustration, Schuld und Scham
- Was sind meine Bedürfnisse?



Es tut gut, immer wieder die Möglichkeit zu haben, Kontakt zu Gleichgesinnten aufnehmen zu können, die verstehen, was ich erlebt und durchgemacht habe.

S. 40 Jahre, Angehörige



LEITUNG

Die Gruppe wird von ausgebildeten Freiwilligen geleitet und koordiniert.

TEILNAHME

Sie sind herzlich willkommen und können jederzeit in die Gruppe schnuppern. Die Teilnahme an der Gesprächsgruppe ist unverbindlich. Eine regelmässige Teilnahme fördert eine vertrauensvolle Atmosphäre sowie konstruktive Veränderung.

KOSTEN

Das Angebot wird als Dienstleistung des Blauen Kreuzes kostenlos erbracht.

ORT

In der Büelenstube des Oberstufenschulhauses (beim Hallenbad)
9650 Nesslau

ZEIT UND TAG

Gemäss Beiblatt / Website

TRÄGERSCHAFT

Blaues Kreuz
Fachstelle Alkoholberatung
Kugelgasse 3, PF 28
9004 St. Gallen
071 231 00 31