

Blaues Kreuz Kantonalverband Zürich

Mattengasse 52
Postfach
8031 Zürich
044 272 04 37
info@bkzh.ch
www.zh.blaueskreuz.ch

Prävention

Mattengasse 52
8005 Zürich
044 272 04 22
praevention@bkzh.ch

Beratung

Mattengasse 52
8005 Zürich
044 262 27 27
beratung@bkzh.ch

Rosenstrasse 5
8400 Winterthur
052 213 02 03
beratung@bkzh.ch

Selbsthilfe

Die Gesprächsgruppen werden von Moderatoren und Moderatorinnen begleitet, die als ehemals Betroffene oder Angehörige aus ihrer persönlichen Erfahrung berichten.

Mattengasse 52
8005 Zürich
Rosenstrasse 5
8400 Winterthur
044 271 15 88
selbsthilfe@bkzh.ch

Beratungsstelle

beratung@bkzh.ch
www.zh.blaueskreuz.ch/beratung

in Zürich

Mattengasse 52
8005 Zürich



Mit dem Tram 4, 13 oder 17 vom Hauptbahnhof Zürich oder der Haltestelle Sihlquai Richtung Escher-Wyss-Platz bis Haltestelle Limmatplatz. Vom Limmatplatz zu Fuss stadteinwärts, ca. 100m.

Das Blaue Kreuz ist eine gemeinnützige Fachorganisation für Alkohol- und Suchtfragen in der Schweiz. Seit mehr als einem Jahrhundert setzt es sich für Menschen ein, die von Sucht betroffen sind: Konsumierende und deren Umfeld.

in Winterthur

Rosenstrasse 5
8400 Winterthur



Mit dem Bus 2 oder 3 vom Bahnhof Winterthur Richtung Seen bzw. Oberseen bis Haltestelle Technikum. Fussweg ca. 100m zwischen Technikum bis Rosenstrasse.

Das Blaue Kreuz handelt als Teil einer solidarischen Gesellschaft: Wir fördern die Gesundheit und befähigen zu Lebensfreude. Wir setzen uns dafür ein, Alkohol- und andere Suchtprobleme zu verhindern und Leid zu lindern. Wir fördern die Konsum- und Lebenskompetenz – damit Menschen sich und andere nicht gefährden.



Für Lebensqualität. Gegen Abhängigkeit.



Beratungsstellen für Alkohol- und Suchtprobleme

Das überregionale Angebot für Personen mit problematischem Alkohol- oder Suchtkonsum, für Familienangehörige und Mitbetroffene. Kostenlos, diskret und mit viel Menschlichkeit.

Wir sind da

Für Personen mit Fragen zu Alkohol und andern Suchtmitteln wie Cannabis und Kokain.

Für Personen mit risikoreichem oder abhängigem Konsumverhalten.

Für Partnerinnen und Partner, Jugendliche, Eltern und andere Angehörige sowie weitere Bezugspersonen.

Für Personen mit einer Auflage des Strassenverkehrsamtes, einer Massnahme oder einer Weisung der Justiz.

Für Fachpersonen aus Fachstellen und Institutionen.

Für Arbeitgeber und Personalverantwortliche.

Ihre Fragen

Möchten Sie ein Anliegen zum Thema Alkohol und Sucht mit uns besprechen? Konsumieren Sie Alkohol oder andere Suchtmittel zur Entspannung ...?

Ist Ihr Suchtmittelkonsum Ursache von Spannungen in der Partnerschaft oder am Arbeitsplatz geworden? Wollen Sie etwas an Ihrem Konsum ändern?

Erleben Sie starke gegensätzliche Gefühle, die Sie belasten? Fühlen Sie sich in gewissen Situationen überfordert, hilflos, wütend oder traurig, enttäuscht oder beschämt?

Machen Sie sich Sorgen wegen des Suchtmittelkonsums einer nahestehenden Person? Möchten Sie diese unterstützen und auch sich selbst neue Perspektiven gewinnen?

Vermuten Sie eine Suchtmittelproblematik bei einem Ihrer Mitarbeitenden?

Unser Vorgehen

Wir bieten kompetente und vertrauliche Beratung und Therapie zu allen Fragen rund um Alkohol und Sucht. Sie erhalten individuelle Unterstützung, die auf Ihre persönliche Situation und Ihre Ziele abgestimmt ist. Je nach Fragestellung ist eine kürzere oder längerfristige Begleitung möglich.

Unsere Kompetenzen

Die Beraterinnen und Berater verfügen über qualifizierte Grundausbildungen im Bereich Soziale Arbeit und Psychologie, mehrjährige Berufserfahrung in der Suchtbehandlung und über unterschiedliche Zusatzqualifikationen. Ständige Weiterbildung, regelmässige Super- und Intervision sind Teil unseres Qualitätsverständnisses.

Unsere Angebote:

Information, Abklärung und Vermittlung

Kurzberatung, auch per Telefon oder online

Beratung und Therapie in Form von Einzel-, Paar- und Familiengesprächen

Beratung von Personen aus dem weiteren Umfeld von Suchtbetroffenen

Beratung und Begleitung vor oder nach einer stationären Therapie

Unterstützung bei lebenspraktischen Fragestellungen

Beratung und Unterstützung im Zusammenhang mit der Justiz und dem Strassenverkehrsamt bei Fahrausweisentzug

Schulungen, Beratungen und Coachings für Arbeitgeber



Die Beratungsstellen sind SQS-zertifiziert.

Vertraulichkeit

Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterstehen der Schweigepflicht gemäss des Datenschutzgesetzes.

Erreichbarkeit

Kontaktieren Sie uns bitte telefonisch oder per E-Mail und vereinbaren Sie einen Termin für ein erstes Gespräch.

Sie erreichen uns Montag bis Freitag von 8:30 bis 17:00 Uhr.

Falls Sie uns nicht unmittelbar erreichen, können Sie eine telefonische Nachricht hinterlassen. Wir rufen Sie gerne zurück.

Beratungstermine sind auch ausserhalb dieser Zeiten nach Absprache möglich.

Kosten

Die Einzel-, Paar- und Familienberatungen für Betroffene und Angehörige sind kostenlos. Über freiwillige Beiträge freuen wir uns.

Beratungen, Schulungen und Coachings für Arbeitgeber werden im Rahmen des Projekts Alkohol am Arbeitsplatz verrechnet.

«Ich fühle mich gestärkt, meine Selbstachtung wieder zu finden und deshalb nicht rückfällig zu werden.»

R. M., Betroffener Klient

«Durch die Beratung und Gespräche habe ich endlich den Mut gefunden, mich auch auf mein eigenes Leben zu konzentrieren.»

A.K., Angehörige



Unsere Dienstleistung ist kostenlos. Wir freuen uns aber über eine Spende, wenn Sie mit unserer Hilfe zufrieden sind. PC-Konto 80-6900-0
IBAN CH08 0900 0000 8000 6900 0