



Beratung und Therapie

**Sie haben Fragen zu Alkohol und Sucht?
Wir sind für Sie da und beraten Sie und
Ihre Angehörigen gerne.**



ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Wir bieten eine ganzheitliche und individuelle Alkohol- und Suchtberatung. Das Ziel der Beratungsgespräche ist es, Veränderung zu ermöglichen und Betroffene auf dem Weg zu mehr Selbstbestimmung und mehr Lebensqualität zu begleiten. Unsere Angebote richten sich an Menschen mit einem problematischen Alkohol- bzw. Suchtmittelkonsum und deren Partner/innen, Kinder und weitere Angehörige resp. Bezugspersonen. Zudem beraten wir auch Institutionen und Unternehmen.

Unsere Mitarbeitenden unterstehen der Schweigepflicht, und die Beratungen sind für Personen mit Wohnsitz im Kanton Bern kostenlos.

ANGEBOTE



Beratung und Therapie

- Kurzberatung via Telefon oder Email
- Information und Abklärung
- Einzel-, Paar- und Familienberatung
- Unterstützung und Beratung vor und nach einem stationären Aufenthalt
- Beratung von Institutionen im Gesundheit-, Sozial- und Bildungswesen
- Beratungen für Vorgesetzte und Unternehmen
- Beratung bei behördlichen Massnahmen (Führerausweisentzug, fürsorgerische Unterbringung usw.)
- Bei Interesse Einbezug von Religion/Spiritualität als persönliche Ressource
- Bei Bedarf Einbezug von Dolmetscher/innen

WEITERE ANGEBOTE

Gruppenangebote

Als Ergänzung zur ambulanten Beratung bieten wir in den regionalen Fachstellen zusätzlich geleitete Gruppenangebote an.

Selbsthilfegruppen blaubrüg

In unserem Netzwerk blaubrüg finden Betroffene und Angehörige Unterstützung und Möglichkeiten zum Austausch in diversen Selbsthilfegruppen.

Konsumreduktionsprogramm

Ebenfalls bieten wir in unseren Beratungsstellen ein ambulantes Konsumreduktionsprogramm an, welches interessierte Personen dabei unterstützt, ihren Alkoholkonsum zu reduzieren.

Angebot für Kinder aus suchbelasteten Familien

Wenn in einer Familie der Suchtmittelkonsum eine bedeutende Rolle spielt, leiden alle. Wir bieten Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit, das Thema mit einer Fachperson anzusprechen und entlastende Handlungsmuster auszuarbeiten.

Alkohol am Arbeitsplatz – betriebliches Gesundheitsmanagement

Mit unseren Modulen unterstützen wir Unternehmen mit spezifischem Fachwissen in der Suchtprävention und Intervention im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements.

AUSBILDUNG UND BERATUNGSANSÄTZE

Unsere Beratenden verfügen über Ausbildungen (Universität, Fachhochschule) in den Bereichen Sozialarbeit, Psychologie und in anderen therapeutisch-pädagogischen Bereichen. Ihre Fachkompetenz wird durch Supervision, Intervision und Weiterbildung erweitert und unterstützt. Sie unterstehen der Schweigepflicht und halten sich an den Berufskodex der Sozialarbeit.

Wir arbeiten systemisch sowie lösungs- und ressourcenorientiert und nutzen aktuelle, wissenschaftliche Methoden der Suchtberatung und Therapie.

Wie läuft eine Beratung ab?

Betroffene können sich telefonisch oder per E-Mail bei uns melden, auf Wunsch auch anonym. Nach einem Erstgespräch wird der weitere Beratungsverlauf gemeinsam geplant. In besonderen Fällen und mit dem Einverständnis der Betroffenen können weitere Fachpersonen beigezogen werden.

Fachstellen für Alkohol- und Suchtprobleme

Bern: Zeughausgasse 39, 3011 Bern
Telefon 031 311 11 56, fs.bern@blaueskreuzbern.ch

Biel-Bienne: Bahnhofplatz 2, 2502 Biel
Telefon 032 322 61 60, fs.biel@blaueskreuzbern.ch

Jura Bernois: Rue de l'Envers 19, 2605 Sonceboz
Téléphone 032 489 13 06, info-jb@croix-bleue.ch

Langenthal: Ringstrasse 36, 4900 Langenthal
Telefon 062 922 29 23, fs.langenthal@blaueskreuzbern.ch

Thun: Kasernenstrasse 17, 3600 Thun
Telefon 033 222 01 77, fs.thun@blaueskreuzbern.ch

Selbsthilfegruppen blaubrüg

Kasernenstrasse 17, 3600 Thun
Telefon 033 222 01 77 selbsthilfe@blaueskreuzbern.ch

Das Blaue Kreuz Bern–Solothurn–Freiburg

Das Blaue Kreuz Bern–Solothurn–Freiburg ist eine Organisation der Suchthilfe, spezialisiert im Bereich Alkohol. Wir sind in der Suchtprävention, Beratung und Integration tätig. Als politisch und konfessionell unabhängiger Verein sind wir Teil des Schweizerischen und Internationalen Blauen Kreuzes.

→ www.blaueskreuzbern.ch

Neben der Beratung haben wir Angebote in den folgenden Bereichen:



Suchtprävention

Der Bereich Suchtprävention behandelt Fragen zu Gesundheitsförderung, Suchtprävention und Sucht. Schwerpunkt unserer Arbeit bilden die legalen Drogen, insbesondere Alkohol.

→ www.suchtpraevention.org



Integration

Wir bieten Menschen mit Alkohol- oder anderen Suchtproblemen eine Tagesstruktur, soziale und berufliche Integration sowie verschiedene Möglichkeiten zum Erfahrungsaustausch die gleichzeitig mithelfen, Rückfälle zu vermeiden.

→ www.blaueskreuzbern.ch/de/integration



Spenden/unterstützen

Damit wir möglichst viele Menschen mit unseren Angeboten erreichen können, sind wir auf das Engagement von Freiwilligen und auf Spenden angewiesen. Wie Sie uns unterstützen können, erfahren Sie hier:

→ www.blaueskreuzbern.ch/unterstuetzen

Für Spenden: Postkonto 30-11558-8

www.blaueskreuzbern.ch



IIIIII KANTON **solothurn**

Leistungsvereinbarungen mit der Direktion für Gesundheit, Soziales und Integration des Kantons Bern und dem Amt für Soziale Sicherheit des Kantons Solothurn.

