

**Veränderung
ist möglich!
081 252 43 37**

Auf einen Blick

- Information und Infothek rund um die Alkoholabhängigkeit
- Einzel-, Paar- und Familienberatung für Betroffene und Angehörige
- Email- und telefonische Beratungen
- Beratung bei Alkoholproblemen am Arbeitsplatz
- Vermittlung von stationären Entzugs- und Therapieangeboten
- Beratung für Fachpersonen
- Gesprächsgruppen
- Begleitung für Kinder und Jugendliche alkoholkranker Eltern
- Unterstützung für Alkoholkranken Eltern und ihre Partner/In und Familien

Kontakt

Blaues Kreuz Graubünden

Beratung und Prävention
Alexanderstrasse 42
7000 Chur

081 252 43 37
beratung@blaueskreuz.gr.ch
Dienstag bis Freitag

Wollen Sie mehr erfahren?
www.blaueskreuz.gr.ch



Gestaltung und Illustration: H17 Design AG

Wir helfen
kompetent, diskret und kostenlos

Trinkt Es?
Wir helfen wenn Alkohol ein Thema ist.



Wir nehmen uns Zeit

Menschen mit Alkoholproblemen

Fragen zu Ihrem Alkoholkonsum?
Ob Sie Abstinenz oder den moderaten Alkoholkonsum anstreben. Wir nehmen uns gerne Zeit für Sie. Gemeinsam finden wir heraus, was wir zur gewünschten Veränderung beitragen können. Dabei nutzen wir Ihre Erfahrung und unser Wissen. Kontaktieren sie uns noch heute!

Angehörige

Oft erkennen alkoholranke Menschen ihr Problem selbst nicht. Als Angehörige fühlt man sich dann ohnmächtig und hilflos. Doch Sie haben mehr Einfluss als Sie denken! Wir unterstützen Sie gerne und helfen Ihnen neue Wege zu gehen. Melden Sie sich für ein unverbindliches Gespräch.

Fachpersonen

Begegnen Sie in Ihrem beruflichen Alltag Menschen bei denen Alkohol ein Problem ist? Wir informieren Sie über Alkoholabhängigkeit und begleiten Sie in der Lösungsfindung.

Jugendliche

Was ist gestern alles passiert? Filmriss?
Schon wieder zuviel getrunken? Willst du wissen ob du dich noch im grünen Bereich bewegst?
Wir nehmen uns Zeit für dich und helfen dir weiter.

...für Sie und Ihre Anliegen

Alkohol am Arbeitsplatz

Wir informieren Sie zum Thema Alkohol am Arbeitsplatz und zeigen auf, was Sie und ihr Team in dieser Situation tun können. Wir begleiten Sie im Lösungsprozess und vermitteln Ihnen verschiedene Interventionsmöglichkeiten.

Eltern und Kinder

Kinder und Jugendliche mit alkoholkranken Eltern haben es nicht leicht. Unsere Stärke liegt darin, Wissen zu vermitteln und gegenseitiges Verständnis zu schaffen. Wir helfen Ihnen dabei ein gutes Umfeld für eine gesunde Entwicklung Ihrer Kinder aufzubauen.

Der ganz nüchterne Alltag

Nach einem Klinikaufenthalt holt einem der Alltag schnell wieder ein. Wir stehen Ihnen bei der Aufrechterhaltung Ihrer Unabhängigkeit zur Seite. Gerne können Sie sich für ein unverbindliches Gespräch anmelden.

Gesprächsgruppen

Wir bieten Betroffenen und Angehörigen Raum und Zeit für den persönlichen Austausch mit Menschen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website.

Über uns

Das Blaue Kreuz Graubünden

Wir sind eine politisch und konfessionell unabhängige Non-Profit-Organisation. Unser Engagement gilt dem massvollen und verantwortungsvollen Alkoholkonsum in der Gesellschaft. Mit regelmässigen Veranstaltungen leisten wir Sensibilisierungsarbeit und tragen so zur Alkoholprävention bei.

Team

Die Mitarbeitenden verfügen über qualifizierte Ausbildungen in den Bereichen Sozialpädagogik, sowie Lösungsorientierter- und Suchtspezifischer Beratung.

Unsere Grundhaltung

In der Beratung richten wir den Blick auf die Erhaltung und Wiederherstellung der Autonomie der Menschen. Wir beziehen die Erfahrungen der Ratsuchenden mit ein und unterstützen Sie dabei, vorhandenes Potenzial zu nutzen.

Kurz und bündig

Sie erreichen uns telefonisch oder per Email. Vereinbaren Sie einen Termin für ein persönliches Gespräch. Wir beraten Sie kompetent, diskret und kostenlos!

Wir unterstehen der Schweigepflicht!