

Wie viel Alkohol
ist zu viel?

Wie entsteht eine
Abhängigkeit?

Was ist ein
Suchtgedächtnis?

2026

16. März Bern | 2. Juni Zürich | 27. Nov Bern

BASISWISSEN ALKOHOL

**Grundlagenkurs zu Alkohol
und Abhängigkeit**

Basiswissen Alkohol – Kursangebot

Wann kippt der Alkoholkonsum vom Genuss zur Sucht? Was ist risikoreiches, was risikoarmes Trinken? Wie zeigt sich eine Abhängigkeit, und welche Wege gibt es, um aus der Sucht herauszukommen?

Mit diesem Grundlagenkurs wird ein vertiefter Einblick über die Wirkung und Folgen - sowohl körperlich, psychisch wie sozial - von übermässigem Alkoholkonsum vermittelt. Wir lernen, den Stellenwert und die Bedeutung von Alkohol in unserer Gesellschaft und in unserem persönlichen Umfeld zu erkennen, und erfahren von möglichen Lösungswegen im Umgang mit Alkohol und Sucht.

**Der Kurs richtet sich an Fachpersonen,
freiwillig Engagierte und alle Interessierten.**

Kursort Bern

Blaues Kreuz Schweiz
Lindenrain 5
3012 Bern

Kursort Zürich

Blaues Kreuz Zürich
Mattengasse 52
8005 Zürich

Kurszeit

8.30 – 12.30 Uhr

Kurszeit

13.00 – 17.00 Uhr



Informationen und Anmeldung

info@blaueskreuz.ch

Tel. 031 300 58 60

www.blaueskreuz.ch/basiskurs