

Basiswissen Alkohol: Grundlagen zu Alkohol und Abhängigkeit



Wie entsteht eine Abhängigkeit? Was ist ein Suchtgedächtnis? Und wie viel Alkohol ist eigentlich zu viel?

Diese und weitere Fragen werden im Kurs „Basiswissen Alkohol“ behandelt.

Zielgruppe

Der Kurs richtet sich an allgemein interessierte Personen, an Menschen, die in der Sozialarbeit, Beratung oder Pflege tätig sind sowie an weitere Fachpersonen und Erfahrungsexpert:innen.

Kursziele

Die Teilnehmenden ...

- kennen den Unterschied zwischen risikoarmem und risikoreichem Alkoholkonsum
- setzen sich mit den biologischen, sozialen und psychologischen Folgen des Konsums auseinander
- wissen, wie Alkohol im Körper wirkt
- verstehen die gesellschaftliche Bedeutung von Alkohol
- erfahren über die Situation von Angehörigen, Freund:innen und Bekannten
- erhalten Einblick in gelingende Behandlungsansätze

Daten & Zeit

15.03.2023, von 8:30 – 12:30Uhr (Anmeldeschluss: 01.03.23)

27.06.2023, von 8:30 – 12:30Uhr (Anmeldeschluss: 13.06.23)

05.09.2023, von 8:30 – 12:30Uhr (Anmeldeschluss: 22.08.23)

Anmeldung

<https://blaueskreuz.ch/sucht-vorbeugen/basiswissen-alkohol> oder 031 300 58 60.

Kosten

CHF 120.-- / Person – 10% Rabatt für Gruppenanmeldungen ab 4 Personen

Für Mitarbeitende und freiwillige Mitarbeitende des Blauen Kreuzes ist die Teilnahme kostenlos.

Kursort

Blaues Kreuz Schweiz, Lindenrain 5, 3012 Bern – Konferenzraum, 2. Stock.

Durchführung

mind. 8 Personen, max. 20 Personen

Kursinhalte

Alkohol ist die meistkonsumierte legale Droge in der Schweiz. Alle Menschen sind demnach in ihren Leben in irgendeiner Form mit Alkohol und dessen Auswirkungen konfrontiert. Trotzdem wissen nur wenige, wie Alkohol genau wirkt und welchen Einfluss er auf unser Leben haben kann.

Mit diesem Grundlagenkurs wird ein Rundum-Einblick vermittelt, wie die Substanz Alkohol und das damit zusammenhängende Konsumverhalten unser Leben beeinflussen, sowohl körperlich, psychisch wie sozial. Er spricht das allgegenwärtige und doch tabuisierte Thema „Alkoholkonsum“ an, vermittelt Basiswissen und senkt so die Hemmschwelle zur Auseinandersetzung mit Alkohol und zur Hilfesuche. Wir lernen, den Stellenwert und die Bedeutung von Alkohol in der Gesellschaft und in unserem persönlichen Umfeld zu erkennen, und erfahren von möglichen Lösungswegen im Umgang mit Alkohol und Sucht.

Methoden

Alltagsnahe Präsentation mit vielen Beispielen sowie interaktiver Workshopteil.

Referentinnen

- Corine Gasser, dipl. Sozialarbeiterin FH, CAS Systemische Beratung und Familientherapie, Beraterin Blaues Kreuz BE-SO-FR, und/oder:
- Evelyne Kalbermatten, Sozialarbeiterin BA, Suchtberaterin Blaues Kreuz BE-SO-FR, und/oder:
- Rona Liechti, Journalistin, dipl. Psychologische Beraterin, Nationale Koordinatorin Beratung und Gesprächsgruppen, Blaues Kreuz Schweiz, und/oder:
- Monika Huggenberger, lic. phil. Sozialarbeiterin, Bereichsleiterin Facharbeit, stv. Geschäftsführerin Blaues Kreuz Schweiz

Das Referentinnen-Team wird jeweils individuell zusammengestellt.