

befreit!

Sie helfen – wir helfen
Winter 2019

**Gemeinsam für
eine Welt, in der
Alkoholkonsum
kein Leid verursacht.**

**Liebe Unterstützerin,
lieber Unterstützer**

*Draussen herbstet es, und die
nächsten Weihnachten stehen vor
der Tür.*

*Es ist die Jahreszeit des Dankes – unse-
res Dankes für das, was wir empfan-
gen durften und was nicht in unseren
Händen lag. Es öffnet uns das Herz,
selbst Gutes zu tun für jene, die in Not
sind.*

*Sie, liebe Leserin, lieber Leser, sind es,
die unsere Arbeit erst möglich
machen – durch Ihre Spende, ein
gutes Wort fürs Blaue Kreuz oder Ihr
Gebet fürs Gedeihen unseres seit über
140 Jahren bestehenden Werkes.*

*Ich danke Ihnen, dass Sie uns so
wohlwollend begleiten, und wünsche
Ihnen Gottes Segen!*

Herzliche Grüsse



Ph. Hadorn

*Philipp Hadorn, Zentralpräsident
philipp.hadorn@blaueskreuz.ch*

Aktuell

MIT DEM BLAUEN KREUZ ZU EINEM GESUNDEN LEBEN



**Astrid R. wuchs als Kind alkohol-
abhängiger Eltern auf. Durch die
Arbeit an sich selbst und mit Unter-
stützung des Blauen Kreuzes fand
sie den Weg zu einem gesunden und
selbstbestimmten Leben.**

Das Schweizer Fernsehen produziert jährlich eine «Mitenand»-Sendung mit dem Blauen Kreuz. Darin wird der Alltag von Menschen gezeigt, die im Kleinen grosse Herausforderungen meistern. In der letzten «Mitenand»-Sendung erzählt Astrid R., eine junge Frau aus dem Kanton Zürich, ihre Geschichte als Kind aus einer suchtbelasteten Familie. Sie merkte von klein auf, dass mit ihrer Mutter etwas nicht stimmte, konnte dies aber nicht recht einordnen.

Durch den Kampfsport Kung-Fu lernte sie, ihr inneres Gleichgewicht zu finden. Das Glück wollte es, dass sie dabei auch den Partner ihres Lebens kennen lernte, mit dem sie heute in Winterthur eine Kung-Fu-Schule betreibt. Astrid besuchte beim Blauen Kreuz Zürich eine Einzelberatung und eine Gesprächsgruppe und kam so persönlich einen grossen Schritt weiter. In der «Mitenand»-Sendung, die auf www.tinyurl.com/bk-mitenand angeschaut werden kann, erzählt sie ihre herzbewegende Lebensgeschichte. **+**

lukas.weber@blaueskreuz.ch

IHRE SPENDE HILFT!

Postkonto 30-8880-3 – IBAN CH62 0900 0000 3000 8880 3 – www.blaueskreuz.ch/spenden



Demnächst beim Blauen Kreuz

GEMEINSAM VERZICHTEN – GEMEINSAM GEWINNEN!

Ab März 2020 stellt die Blaukreuz-Verzichtsaktion «time:out» Unterrichtsmaterial kostenlos zur Verfügung.

Unsere Verzichtsaktion «time:out» hat ein neues Angebot: time:out together. Wie der Name vermuten lässt, richtet es sich an Gruppen, beispielsweise Schulklassen, Religionsklassen, Vereine oder Unternehmen.

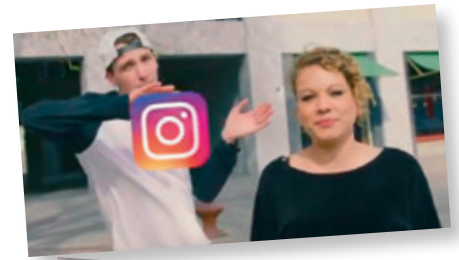
time:out together lässt sich gut in den Schulunterricht integrieren. Sein spielerischer Ansatz lädt ein, sich mit den eigenen Konsumgewohnheiten und Verhaltensmustern auseinanderzusetzen – und sich in einer Gruppe darüber auszutauschen. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer bestimmen selbst, worauf sie verzichten wollen, etwa auf Alkohol,

Schokolade, Computerspiele, WhatsApp oder sonst eine lästige Gewohnheit.

Das Unterrichtsmaterial baut auf den Lernzielen des Lehrplans 21 auf und verteilt sich auf zehn Lektionen über sechs Monate. Katrin Andres, Fachfrau Prävention und Gesundheitsförderung und vorübergehend zur Entwicklung des Unterrichtsmaterials beim Blauen Kreuz Schweiz angestellt, ist von der Aktion begeistert: «Verzichten ist unter heutigen Jugendlichen «in». Gemeinsam zu verzichten und sich mit Gesundheitsfragen auseinanderzusetzen, ist für die Teilnehmer ein unvergessliches Erlebnis.» +

katrin.andres@blaueskreuz.ch

Video: <https://youtu.be/22ERw7sgpz4>





Barbara Hostettler, Sachbearbeiterin beim Blauen Kreuz Schweiz

DARUM SETZE ICH MICH FÜRS BLAUE KREUZ EIN

Die Blaukreuz-Mitarbeiterin Barbara Hostettler hilft ehrenamtlich im Blaukreuz-Treffpunkt «Azzurro» aus.



Seit 22 Jahren arbeitet Barbara Hostettler als Sachbearbeiterin beim Blaukreuz-Dachverband. Dort leitet sie den Empfang, übernimmt administrative Aufgaben und kümmert sich um die 99 Dinge, die einem dann auffallen, wenn sie einmal nicht da ist ... In der Villa Bovet – benannt nach dem Blaukreuz-Pionier Arnold Bovet – befindet sich nicht nur die Geschäftsstelle des Dachverbandes, sondern auch der alkoholfreie Treff-

punkt «Azzurro» des Blauen Kreuzes Bern-Solothurn-Freiburg. Hier finden sich Menschen ein, die einen Begegnungsort suchen, an dem sie Gemeinschaft erleben können und nicht in Versuchung kommen, Alkohol zu trinken.

Vor zehn Jahren fing Barbara Hostettler an, in ihrer Freizeit im Azzurro auszuwachen. Rund alle zwei Wochen sieht sie dort nach Feierabend nach dem Rechten. Ihre Aufgaben reichen von Zuhören über Aushilfe im Service bis zur Schlichtung kleinerer Streitigkeiten zwischen Gästen, zu denen es gelegentlich kommt. «Ich finde das Azzurro einfach eine gute Sache», begründet sie ihren Einsatz. Ihr schönstes Erlebnis? Es war an einer Silvesterfeier, zu der ein Blinder sich hinzugesellte; man ass zusammen, man plauderte und tanzte. Beim Abschied weinte der Mann und sagte, so etwas Schönes habe er noch nie erlebt ... +

70

Vollzeitstellen spart das Blaue Kreuz dank Freiwilligenarbeit ein.

599

Personen nahmen letztes Jahr an einem Blaukreuz-Ferienlager teil.

3104

Personen erhalten unsere Vereinszeitschrift «Blaues Kreuz».

Sie helfen – wir helfen

Winter 2019

Redaktion: Lukas Weber

Postkonto 30-8880-3

Blaues Kreuz Schweiz
Lindenrain 5, 3012 Bern
031 300 58 60
info@blaueskreuz.ch

 **Blau Kreuz Schweiz**
Croix - Bleue Suisse