

Gesprächsgruppe für Frauen

Wünschen Sie sich einen Ort, wo Sie mit anderen Frauen ins Gespräch kommen können? Wo Sie über Themen wie Alkohol oder andere Substanzen, Suchtdruck, Scham- und Schuldgefühle sprechen können?

In dieser Gruppe können Sie mit weiteren Teilnehmerinnen teilen, was Sie gerade beschäftigt. Die Gruppe wird von einer erfahrenen Suchtberaterin moderiert und findet in der Regel 14-täglich am Mittwochabend statt.

Unkostenbeitrag: Fr. 100.– pro Semester

Möchten Sie uns unterstützen?

Unsere Beratungs- und Selbsthilfeangebote finanzieren wir selbst aus Spenden, Legaten und den Erlösen unserer Brocki. Dies ermöglicht es uns, Hilfesuchenden unentgeltlich zu helfen. Wir freuen uns über jede Unterstützung.

Spendenkonto:

Aargauische Kantonalbank,
IBAN: CH89 0076 1648 8009 1200 2

Weitere Informationen
aglu.blaueskreuz.ch/unterstuetzen



Alkohol- oder weitere Suchtprobleme?

Wir helfen weiter.
Unkompliziert, mit viel Menschlichkeit.

Unsere Beratungsangebote

Wir sind da für

- + Personen mit Fragen zu Alkohol und anderen Suchtmitteln wie Cannabis und Kokain
- + Personen mit risikoreichem oder abhängigem Konsumverhalten
- + Angehörige und Bezugspersonen
- + Fachpersonen aus Fachstellen und Institutionen
- + Arbeitgeber und Personalverantwortliche

Unser Vorgehen

Wir bieten kompetente und vertrauliche Beratung und Therapie zu allen Fragen rund um Alkohol und Sucht. Sie erhalten individuelle Unterstützung, die auf Ihre persönliche Situation und Ihre Ziele abgestimmt ist. Je nach Fragestellung ist eine kürzere oder längerfristige Begleitung möglich. Unsere Beraterinnen und Berater verfügen über fundierte Ausbildungen in den Bereichen Sozialarbeit und Psychologie.

Kontaktieren Sie uns bitte telefonisch oder per E-Mail und vereinbaren Sie einen Termin für ein erstes Gespräch.

Unsere Angebote

- + Information, Abklärung und Vermittlung
- + Kurzberatung, auch per Telefon oder online
- + Impulsgespräch mit einer Peer-Person
- + Beratung und Therapie in Form von Einzel-, Paar- und Familiengesprächen
- + Schulungen, Beratungen und Coachings für Arbeitgebende

Unsere Selbsthilfegruppe für Betroffene

Wir sind da für Personen

- + die Ihren Alkoholkonsum überdenken und verändern wollen

Unser Vorgehen

Personen mit einem problematischen Alkoholkonsum können in unserer Selbsthilfegruppe ihre Erfahrungen und Informationen austauschen. Die Erkenntnis, dass man ähnliche Herausforderungen wie andere teilt, ist unterstützend. Eine Selbsthilfegruppe bietet Solidarität und Entlastung im Alltag.

- + Die Moderatoren und Moderatorinnen, welche die Gespräche leiten, sind selbst ehemals betroffene Personen.
- + Wir bieten Personen mit problematischem Alkoholkonsum einen sicheren Raum für den Austausch persönlicher Erfahrungen und vertraulicher Informationen.
- + Grundsätzlich können Sie die Gruppe unverbindlich ohne Voranmeldung besuchen. Gerne klären wir im Voraus Ihre Fragen zum Treffenablauf und informieren Sie allgemein über unsere Selbsthilfegruppe.
- + Die regelmässigen abendlichen Treffen finden jeden 2. und 4. Dienstag im Monat statt, jeweils von 19.30 bis 21.00 Uhr. Weitere Informationen entnehmen Sie der Webseite unter aglu.blaueskreuz.ch/selbsthilfe
- + Der Besuch der Selbsthilfegruppe ist kostenlos.