

«Dieses Angebot des Blauen Kreuzes hat sich für mich absolut gelohnt.

*Dank der Hilfe, die ich dadurch erfahren habe, ist mir das Erkennen und Verarbeiten meiner Familiengeschichte so gründlich gelungen, wie noch nie zuvor in meinem Leben.»  
(M.L.)*

## Vater, Mutter trinkt

### Ein Kurs für Frauen und Männer

### mit einem alkoholkranken Elternteil

Es ist eine schöne sechsstellige Zahl, aber eine mit unangenehmen Folgen: Rund eine halbe Million Menschen in der Schweiz leiden unter dem Alkoholproblem ihrer nahen Familienangehörigen. Sie spüren am meisten die negativen Folgen des problematischen Konsums Ihrer Angehörigen.

Sind Sie selbst davon betroffen? Hatte oder hat Ihr Vater oder Mutter ein Alkoholproblem? Dann haben wir das richtige Angebot für Sie. In unserem Kurs lernen Sie, mit dem Erlebten anders umzugehen. Wir helfen Ihnen, besser zu verstehen, warum und wie die eingeübten Rollen auch Ihr heutiges Leben und Ihre Beziehungen prägen. Wir unterstützen Sie dabei, aus den langjährigen Verhaltensmustern auszusteigen.

Nutzen Sie die Möglichkeit, in einer vertrauensvollen Umgebung mit einer Fachperson und anderen Betroffenen, die Ähnliches erlebt haben, gemeinsam darüber zu sprechen und die Erfahrungen zu reflektieren. Dies wird Ihnen helfen, Ihre Fähigkeiten, Stärken und Ressourcen besser kennenzulernen und einzusetzen.

Der Kurs startet am **Donnerstag, 28. Februar 2019** und endet am **28. März 2019**. Er findet **wöchentlich von 19 bis 21 Uhr** in der Beratungsstelle vom **Blaues Kreuz in Winterthur** statt (Rosenstrasse 5). Kursleitung: Antje Mohn, Dipl. Psychologin und Beraterin für Suchtfragen, **Blaues Kreuz, Kantonverband Zürich**. Tel.: **052 213 02 03**. Die Anmeldung ist bis zum **22. Februar** möglich und erfolgt über unser Sekretariat. Tel.: **044 262 2727**. Der Unkostenbeitrag für die Teilnahme beträgt Fr. 50.–.  
Daten 2019: 28.2., 7.3., 14.3., 21.3., 28.3.