



**Wir fördern Gesundheit.
Wir stärken Menschen.**



Hier kann ich als Freiwillige
etwas bewirken.

ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Unsere Fachstellen in Bern und Solothurn bieten Informationen, Schulungen und Dienstleistungen für Personen und Institutionen, die sich mit Fragen der Suchtprävention und Gesundheitsförderung befassen. Mit Angeboten der Verhaltens- und Verhältnisprävention wollen wir Schutzfaktoren stärken, Risikofaktoren minimieren und einen verantwortungsbewussten Umgang mit Genuss- und Suchtmitteln fördern. Unsere Fachleute werden in ihrer Arbeit von zahlreichen Freiwilligen unterstützt.

Unsere Leistungen

- Angebote und Unterstützung für Personen, Firmen, Organisationen und Behörden, die sich mit Fragen der Suchtprävention und Gesundheitsförderung befassen
- Förderung des verantwortungsbewussten Umgangs mit Genuss- und Suchtmitteln
- Verhaltens- und Verhältnisprävention mit dem Ziel, Schutzfaktoren zu stärken und Risikofaktoren zu minimieren

Die meisten Angebote sind Teil von Leistungsvereinbarungen mit der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern und mit dem Amt für soziale Sicherheit des Kantons Solothurn. Zusätzlich tragen Stiftungen, Landeskirchen, Spenden und Erträge aus Dienstleistungen zu unserer Finanzierung bei.

PRODUKTE

PRÄVENTION + GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Information, Dokumentation und Beratung

Neben Informations- und Beratungsangeboten stehen verschiedene Lehrmittel, der Klassenwettbewerb «Drogenfrei», die Smartphone-Präventionsaktion «#ZEITGEWINN» sowie ein YouTube-Kanal für Interessierte bereit.

Vorträge und Schulungen

In Vorträgen und Schulungen werden Themen rund um Gesundheitsförderung, Suchtprävention, Konsumverhalten, Jugendschutz, Sucht, Alkohol und andere Drogen vertieft.

Workshops

Fachpersonen führen für Jugendliche und junge Erwachsene verschiedene interaktive Interventionsmodule zur Gesundheitsförderung durch. Die Workshops fördern die Selbstreflexion und tragen dazu bei, missbräuchliches Konsumverhalten zu verhindern oder zu reduzieren.

Jugendschutz

Wir bieten Information und Unterstützung zu Jugendschutz-Themen. Dazu gehören Beratung, Schulung, Auskunft über rechtliche Bestimmungen, Verkauf und Versand von Jugendschutzmaterialien, Jugendschutzlabel für Veranstaltungen, Monitorings sowie Alkohol- und Tabaktestkäufe.

Ferienlager (nur im Kanton Bern)

Während diesen Auszeiten erhalten Kinder und Jugendliche Freiräume, in denen sie Lebensfreude, Kreativität und Eigeninitiative entwickeln und ausleben können. Die Ferienlager finden jeweils in den Frühlings-, Sommer- und Herbstferien statt.

time:out

Mit time:out ermutigen wir dazu, eine Zeit lang auf bestimmte Gewohnheiten und Konsumgüter zu verzichten. Durch die Auseinandersetzung mit dem eigenen Lebensstil werden kleine Süchte aufgedeckt und Gewohnheiten hinterfragt.

Be my angel tonight

Be my angel tonight erhöht nach einem tollen Event die Sicherheit im Strassenverkehr. Junge Fahrzeuglenkende werden motiviert, nüchtern zu bleiben, damit sie sich und ihre Kolleginnen und Kollegen sicher nach Hause fahren.

Blue Cocktail Bar

Mit unserer alkoholfreien Bar bieten wir eine attraktive und genussvolle Alternative zu alkoholischen Getränken. Die Crew der Blue Cocktail Bar bereichert Events und kleinere Anlässe mit kreativen und leckeren Drinks.

roundabout und boyzaround

Die Tanz-Angebote fördern Kinder und Jugendliche ganzheitlich in ihren Ressourcen und stärken die Entwicklung eines positiven Körperbildes und eines gesunden Lebensstils. Zum Tanztraining gehört jeweils auch ein gemütlicher Teil.

Ausführliche Informationen zu unseren Produkten finden Sie auf unserer Website:

www.besofr.blaueskreuz.ch/praevention





Das Blaue Kreuz Bern-Solothurn-Freiburg

Das Blaue Kreuz Bern-Solothurn-Freiburg ist eine Fachorganisation für Suchtfragen mit den Geschäftsfeldern Prävention und Gesundheitsförderung, Beratung und Therapie sowie Integration und Betriebe. Rund 60 Mitarbeitende und gut 350 Freiwillige setzen die vielfältigen Angebote um, welche durch Leistungsaufträge der Kantone sowie Spenden und Beiträge von Institutionen und Privatpersonen mitfinanziert sind. Die Vernetzung mit dem Schweizerischen und Internationalen Blauen Kreuz unterstützt die Innovation und die Qualitätssicherung. Das Blaue Kreuz ist politisch und konfessionell unabhängig.

> www.besofr.blaueskreuz.ch

Neben den Angeboten für Prävention und Gesundheitsförderung engagieren wir uns in den folgenden Geschäftsfeldern:



Beratung und Therapie

In unseren Beratungsstellen in Bern, Biel, Langenthal und Thun bieten wir ganzheitliche, kostenlose und individuelle Alkohol- und Suchtberatung an.

> www.besofr.blaueskreuz.ch/beratung



Integration und Betriebe

Wir ermöglichen Menschen mit Alkohol- oder anderen Suchtproblemen eine Tagesstruktur, soziale und berufliche Integration sowie verschiedene Möglichkeiten zum Erfahrungsaustausch, die gleichzeitig mithelfen, Rückfälle zu vermeiden.

> www.besofr.blaueskreuz.ch/integration



Spenden/unterstützen

Damit wir möglichst viele Menschen mit unseren Angeboten erreichen können, sind wir auf das Engagement von Freiwilligen und auf Spenden angewiesen. Wie Sie uns unterstützen können, erfahren Sie hier:

> www.besofr.blaueskreuz.ch/helfen-sie

**Jetzt mit TWINT
spenden!**



QR-Code mit der
TWINT App scannen



Betrag und Spende
bestätigen



Kanton Bern
Canton de Berne

IIIIII KANTON **solothurn**

Partner der Gesundheits-, Sozial-
und Integrationsdirektion (GSI)

Umsetzungspartner
Gesundheitsamt Solothurn



Fachstelle für Suchtprävention Bern

Freiburgstrasse 115, 3008 Bern

031 398 14 50, info@suchtpraevention.org

www.besofr.blaueskreuz.ch

