Engagiert

Herbst 2026

Blaues Kreuz
Bern – Solothurn – Freiburg



NEU
Schweizweit erste regionale Anlaufstelle für FASD-Betroffene in Biel

Das Baby im Bauch trinkt immer mit

Die Folgen können ein Leben lang andauern

Spurensuche in Archivkisten

Im nächsten Jahr schauen wir sehr bewusst zurück. 150 Jahre Blaues Kreuz! Das Jubiläum wird in der ganzen Schweiz gefeiert. Wir im Kanton Bern (wie andere Blaukreuz-Regionen) haben darin auch eine eigene Geschichte. Diese beschäftigt mich stark in den aktuellen Monaten.

In Archivkisten wühlend, gehe ich interessanten Fragen nach. Wie ist das Blaue Kreuz in unserer Region entstanden? Wer gab die ersten Impulse? Was hat das rote Sandsteinhaus mitten in Bern damit zu tun? Es gibt hunderte von Geschichten. Emotional, fröhlich, skurril. In den Kisten lese ich zum Beispiel aus der Zeit der frühen Industrialisierung im Mittelland. Wie hat das Blaue Kreuz auf das Elend von Arbeiterfamilien reagiert, als Alkohol ein starker Faktor der sozialen Not war? Berichte dokumentieren, wie Armut, Isolation und fehlende Perspektiven in Abhängigkeiten führten, was wiederum Rückwirkungen auf ganze Regionen hatte.

Das Blaue Kreuz hat hingeschaut, Probleme und Zusammenhänge benannt, innovative Angebote geschaffen und sich laufend weiterentwickelt. Das tun wir bis heute. Sie lesen in diesem Engagiert zum Beispiel von der neuen Anlaufstelle für Betroffene des Fetalen Alkoholdisordersyndroms.

+

Wie ist das Blaue Kreuz in unserer Region entstanden? Wer gab die ersten Impulse?

Aber viele historische Quellen werfen auch ein Licht auf Gegenwart und Zukunft. Wie begegnen wir heute psychischer Belastung, Einsamkeit oder neuen Abhängigkeiten? Welche Angebote brauchen Menschen heute, damit durch Sucht verursachtes Leid und Elend vermindert werden können?

Die Anlässe zum Jubiläum werden eindrücklich und teils gross werden, mit viel Dankbarkeit und guter Stimmung. Rückblicke, Geschichten und historische Kontexte werden interessant zu lesen sein – das verspreche ich Ihnen. Ich habe das Privileg, selber stundenlang darin zu lesen.

Wir wollen aber nicht in Archivkisten stecken bleiben. Das 150-Jahr-Jubiläum ist auch ein Auftrag, weiterhin dran zu bleiben. Wir wollen gesellschaftliche Entwicklungen früh erkennen, konkret darauf reagieren und wenn nötig wirksame neue Angebote entwickeln.

Sie sind ein Teil davon.
Danke für Ihre Unterstützung!



Matthias Zeller
Geschäftsführer



Der Gesellschaft dienen: Social Hub, Anlaufstelle, Gesetztestexte

«Menschen befähigen, ihr Leben eigenverantwortlich zu gestalten», mit diesem Grundsatz begrüsste Präsidentin Christine Grogg die Teilnehmenden der Mitgliederversammlung des Blauen Kreuzes Bern-Solothurn-Freiburg.

Geschäftszahlen, Personalwechsel, Revisorenberichte: Eine Mitgliederversammlung gibt Rechenschaft über den Geschäftsgang. Abwechslungsreicher wurde es bei der Vorstellung aktueller Projekte oder im Schlussreferat. Das Blaue Kreuz Bern-Solothurn-Freiburg sei «kein Ballenberg-Blaukreuz», dies bemerkte ein langjähriges Mitglied am Schluss. Man engagiere sich für die Probleme von heute.

Ein wichtiges neues Projekt ist die Anlaufstelle FASD. Es wurde von Bereichsleiter Mike Sigrist vorgestellt: «Bei jährlich 1700–4000 Menschen in der Schweiz hat man einen Verdacht oder weiss, dass deren Mütter in der Schwangerschaft Alkohol konsumiert haben. Dieses *Fötale Alkoholsyndrom* ist mittlerweile gut erforscht. Die Folgen sind teils schwerwiegend. FASD ist nicht heilbar und bleibt ein Leben lang bestehen. Für Betroffene gibt es in der Schweiz in Form einer regionalen Anlaufstelle: Nichts!» Bis jetzt; denn die Beratungsstelle des Blauen Kreuzes in Biel ist jetzt auch eine FASD-Anlaufstelle – mehr dazu auf der nächsten Seite.

Die Mitglieder erfuhren auch Neues über die Liegenschaften des Vereins. Geschäftsführer Matthias Zeller informierte über ein Gesamtkonzept, das vom Vorstand aktuell neu durchdacht wird, damit die unterschiedlichen Gebäude ihren Zweck noch gezielter erfüllen können. Das grösste Projekt in diesem Bereich ist eine geplante Überbauung an einem zentralen Standort in Thun, bei dem das Blaue Kreuz Bern-Solothurn-Freiburg einer der Träger ist. Es entsteht in enger Zusammenarbeit mit der Stadt Thun und weiteren Anspruchsgruppen.

Ein Beispiel des letzten Geschäftsjahres ist das *Bistro kostbar*, das neu eröffnet werden konnte. «Es lief sehr gut an, ist ein Treffpunkt geworden für Junge und Alte, für einsame Menschen und jugendliche Cliquen, für spontane Brockifans und Freunde von kleinen und feinen Kulturanlässen», so blickt Christine Grogg erfreut zurück.


Christine Grogg

< Hier lesen Sie mehr zur Mitgliederversammlung und zum Referat von Martin Bienlein.

Nationale Feiern und Berner Akzente



Ruedi Löffel war bis Ende 2025 Bereichsleiter Prävention und Gesundheitsförderung und stellte das nationale Jubiläum «150 Jahre Blaues Kreuz» vor, das im 2027 gefeiert wird. Das *Blaue Kreuz Bern-Solothurn-Freiburg* wird die nationalen Feiern unterstützen und gleichzeitig Berner Akzente setzen. Ruedi Löffel: «Einer der Höhepunkte wird die Sonderausstellung an der BEA im Mai sein.»
Daten 2027 siehe letzte Seite.

Werden Sie Mitglied und setzen Sie zweimal ein Zeichen

Als Mitglied beim Blauen Kreuz Bern-Solothurn-Freiburg...

+ verpflichten Sie sich persönlich zu einem verantwortungsvollen Umgang mit Suchtmitteln (Option: zu Abstinenz)
+ unterstützen Sie unser Anliegen, das durch Suchtmittel verursachte Leid in unserer Gesellschaft zu senken.

Mehr Infos und Formular >>>



Fachwissen für Politiker

Martin Bienlein vertritt die «Public Affairs» des Blauen Kreuzes im Bundeshaus. Seine stetige und fundierte Arbeit prägt die Gesundheitspolitik und ist ein wichtiger Gegenpol zu Brauereien, Winzern und Tabakmultis. «Wir werden gehört. Gerade deshalb, weil wir oft die einzigen mit abweichender Position sind.»
Mehr zum Referast > blauer QR


Links die *Blaukreuz-Brocki*, rechts das *Bistro kostbar* – und mittendrin unsere Mitgliederversammlung.

Die schweizweit erste regionale Anlaufstelle zum Thema FASD ist eine Initiative des Blauen Kreuzes Bern-Solothurn-Freiburg. Sie will aufklären, Fachwissen vermitteln, weitervermitteln, vernetzen.

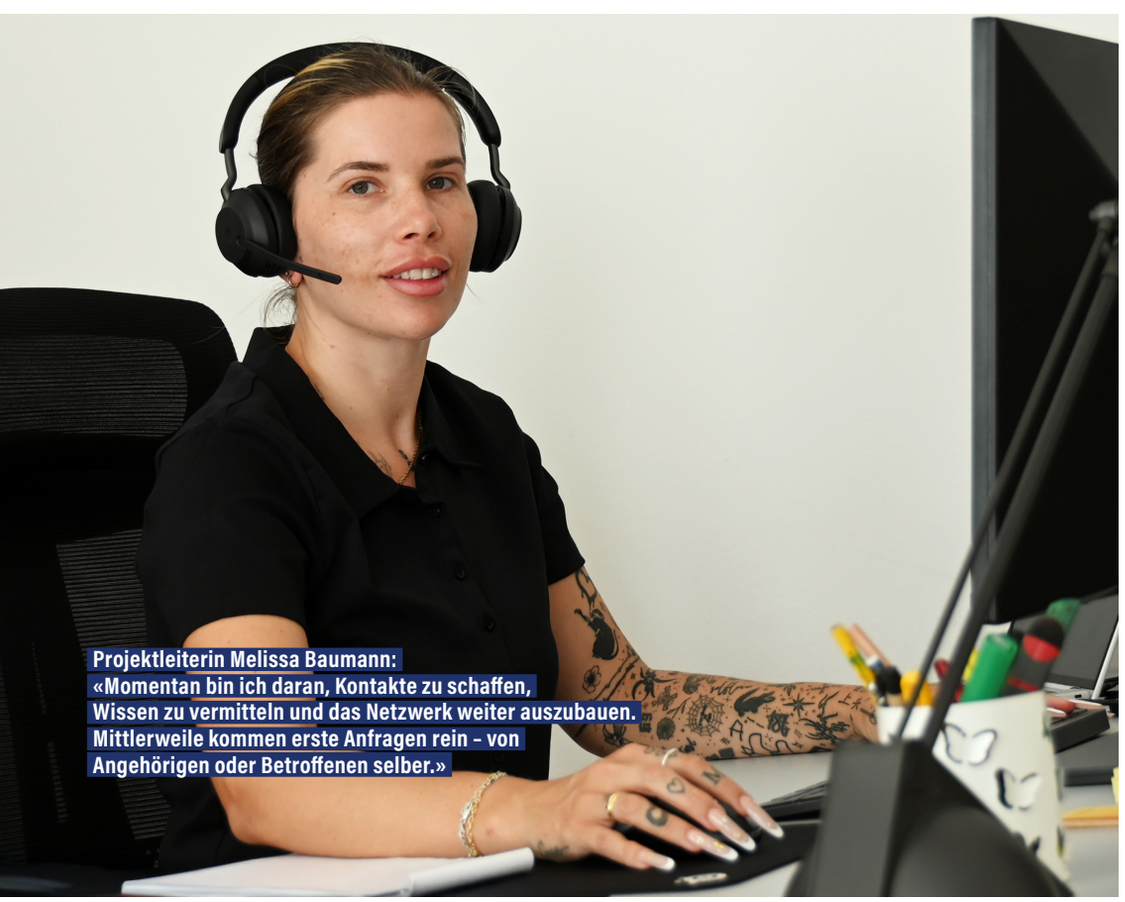
«Die Schweiz ist erst am Anfang mit Wissen und Erfahrung rund um FASD»

FASD (Fetal Alcohol Spectrum Disorder, Fetale Alkoholspektrumstörung) bezeichnet die vorgeburtliche Schädigung eines Kindes durch Alkoholkonsum der Mutter während der Schwangerschaft. FASD ist nicht heilbar. Die teils schwerwiegenden Folgen bleiben ein Leben lang bestehen. Bei Fachpersonen in der Schweiz ist das Bewusstsein für diese Störung noch wenig vorhanden. Betroffene und Angehörige stossen auf Unwissen, finden kein Netzwerk, hatten bis jetzt keine lokale Anlaufstelle. Nun gibt es sie! Eine Anlaufstelle macht weder konkrete Beratung noch Therapie, sondern hört zu, klärt auf, vermittelt weiter. «Wir suchen in der ganzen Deutschschweiz und Romandie Kontakte», so Melissa Baumann. Sie arbeitet in einem Teilpensum für die Anlaufstelle. Die ersten Dossiers liegen mittlerweile auf dem Tisch. Eine der Anfragenden sei merklich erleichtert gewesen, dass sie endlich jemand verstehe und ihr auch schon habe weiterhelfen können.

«Es fällt schon auf: Wenn ich nach Fachspezialisten suche, zum Beispiel unter Familiensozialdiensten oder Kinderärzten, stosse ich sehr oft noch auf Achselzucken: Man hat vielleicht das Wort FASD *schon irgendwo gehört,* aber weiss kaum etwas darüber. Wir sind in der Schweiz erst in den Anfängen», sagt Melissa Baumann.

+ Auch Sie können mithelfen, FASD bekannter zu machen: Einer Arztpraxis diesen Artikel geben, oder einer Lehrperson, oder dem Kinderarzt in Ihrer Nähe?

+ Jährlich sind 1'700–4'000 Babys in der Schweiz neu von FASD betroffen. Aktuell sind es geschätzt 180'000 Personen, die grösstenteils ohne entsprechende Diagnose durchs Leben gehen. Hochgerechnet sitzt in jeder Schulklasse ein Kind mit einer (unerkannten) FASD.
+ FASD ist die häufigste nicht genetisch bedingte angeborene Erkrankung mit lebenslangen Folgen und kommt doppelt so häufig vor wie das Autismusspektrum. Trotzdem bleibt FASD oft unerkannt und unterversorgt.
+ Die Folgen betreffen die ganze Gesellschaft: FASD-Betroffene sind laut Studien in den Bereichen Fremdplatzierung, Schulabbruch, Substanzkonsum, Delinquenz, Vollzug, Unfallstatistik und Suizid überproportional vertreten.
+ Protektive Faktoren für Betroffene sind möglichst frühe Diagnose, stabile Familienstrukturen, symptombezogene und multiprofessionelle Behandlungen, individuelle Unterstützungsangebote.
+ Beim Verein fasd-schweiz.ch sind weitere Infos, Termine, Studien usw. erhältlich
+ In Deutschland und auch Frankreich ist das Bewusstsein und Wissen um FASD viel grösser – die Schweiz ist «Entwicklungsland»



Projektleiterin Melissa Baumann: «Momentan bin ich daran, Kontakte zu schaffen, Wissen zu vermitteln und das Netzwerk weiter auszubauen. Mittlerweile kommen erste Anfragen rein – von Angehörigen oder Betroffenen selber.»

> Zählen Sie sich selber zu den Fachpersonen, die sich mit FASD auskennen?
> Und/oder kennen Sie andere, die sich damit befassen?
> Möchten Sie sich zu FASD weiterbilden und ein Netzwerk knüpfen?

Wir freuen uns auf Ihren Kontakt!

Fachstelle FASD Biel

Melissa Baumann, Projektleiterin
Anlaufstelle FASD / Point de contact TSAF
Bahnhofstrasse 7 (über dem Swisscom-Shop)
2502 Biel-Bienne

032 623 05 47:
MO 8–12 Uhr, DO 13–17 Uhr
fasd-tsaf@blaueskreuzbern.ch
besofr.blaueskreuz.ch/fasd

Darüber reden: Auf dem Stadtplatz, im Einkaufszentrum, am Lokalfernsehen

Alkoholprobleme? «Ähhh… besser nicht drüber reden…» Dieser Haltung versuchen wir mit Respekt und Empathie, aber auch klaren Botschaften zu begegnen. Vielleicht können wir dann doch zum Nachdenken bewegen. Zum Beispiel an jährlich stattfindenden Aktionstagen.


Kornhausplatz Bern


Coop Centre Biel-Bienne


Waisenhausplatz Nord, Thun

Mitten im Coop-Centre Biel war sehr viel Betrieb. Wissenstests, frisch gemixte Drinks oder eine Reportage des Lokalfernsehens haben Suchtthemen an die Öffentlichkeit gebracht.
In Thun, wo auch andere Beratungsorganisationen mitorganisierten, gab es neben dem Infostand sogar Live-Musik einer kleinen Band.
Auf dem Kornhausplatz Bern gab es Geschichten von Betroffenen (am Kopfhörer) und alkoholfreie Drinks.
An jedem der Aktionsstände waren Suchtberater zugegen und haben Wissen vermittelt und Aha-Erlebnisse ermöglicht. Ein paar Zitate aus Bern (siehe rechts) zeigen, dass das Thema nach wie vor polarisiert.
Michael Eggen, Suchtberater in Bern, blickt zurück: «Wir konnten mehrere Dutzend Interessierte, auch junge Erwachsene, mit den Gefahren des übermässigen Konsums und den Hilfsmöglichkeiten einer professionellen Beratung in Berührung bringen. Ein junger Mann, dessen Freundin schwanger ist, lernte Wichtiges zu Alkohol und Schwangerschaft; seine Kollegen hörten auch zu. Eine alleinerziehende Frau, deren Ex-Partner Alkoholiker ist, war froh um ein kurzes Gespräch.»
Sensibilisierung zu Suchtthemen passiert sehr oft ganz im Kleinen, von Mensch zu Mensch. Aber sie verändert Meinungen, Haltungen und Taten.

«Aperol alkoholfrei? Uh nei, de lieber grad *mit* Alkohol…»

«Bim BlauChrützLogo machi ir Regel e Boge drum.»

«Ig finge eues Engagement top! Guet, tüet dir nech für das Aaliege iisetzte!»

«Ig bi vor 15 Jahr bi euch gsi und immer no suber!»

«Danke, aber ig has im Griff, dir söttet nech mau um die am Bahnhof kümmere.»

«Super, dass es euch git!»

«Mi Ex isch äbe en Alkoholiker, ig ha hüt grad e KESB-Termin.»

«Sprich darüber»: Nationale Kampagne mit Promis vor der Kamera

Auf den Aktionstag hin haben Promis über ihren Umgang mit Suchtmitteln erzählt:

verstehen-statt-verurteilen.ch



Sport & Erholung, Spielen & Gespräche





Suchtprävention auf der Tanzbühne und im Achseten-Ferienlager ist ganzheitlich: Körpertraining und Spielen – Fragen stellen und Antworten finden.

Im Tanzprojekt nennen wir es den «Gemütlichen Teil». Im Ferienlager gibt es immer mal wieder einen Abwasch, den Aabesitz oder das Lagerfeuer neben dem Marchgraben. Bei entspannter Atmosphäre redet man da über nicht nur über Mode oder oder Fussball oder TikTok. Sondern über über Gruppendruck und Freundschaften, über Körperbild und Influencer, Abhängigkeit und Selbstbestimmung, Gott und die Welt.

Die zwei Tanzbilder links stammen aus dem BeUnited-Anlass im Juni im Hotel National Bern, dem Jahreshöhepunkt der roundabout-Tanzgruppen.
Die anderen Bilder sind aus dem Achseten-Ferienlager zwischen Frutigen und Adelboden. Fast 40 Kinder haben dort auch in diesem Sommer wieder Ferienwochen erlebt. «Sehr schön war, dass wir dieses Jahr viele Freiwillige dabei hatten, die zwei Wochen Ferien









dran geben», freut sich Projektleiterin Valentina Vifian. «Es sind unter den Kindern wertvolle neue Freundschaften entstanden; immer wieder gibt es gute Gespräche zwischen Kindern und Teammitgliedern. Manchmal wächst da auch eine Beziehung über mehrere Jahre, man sieht sich in Achseten jedes Jahr wieder.»

Nicht zuletzt sind diese Ferienlager auch eine Entlastung für Familien, die sich Familienferien kaum leisten können. Ein Teil dieses Angebots wird von grösseren Unterstützern getragen.

Ein Teil wird auch von Ihren Spenden getragen. Herzlichen Dank an alle!

Danke, Stiftung SOS Beobachter!
Auch dank der Stiftung SOS Beobachter wird das Ferienlager für Kinder aus armutsbetroffenen Familien möglich. Die Erholung kommt Kindern *und* Eltern zugute.





NEU: Peer-Angebot: Wenn eine Person, die selber aus der Sucht herausgefunden hat, zuhört

Beratungsgespräche brauchen Vertrauen, einen geschützen Rahmen und Glaubwürdigkeit. Ein neues Angebot der Fachstelle Bern bietet eine Beratung an mit jemandem, die selber aus der Sucht gefunden hat. Kontaktieren Sie uns direkt – Adresse > > >

NEU: Take-Away

Das Bistro Kostbar in Thun/Steffisburg bietet neu Take-Away. Frisch, fein, ökologisch verpackt!

NEU: Beratungscafé in Thun

Eine Suchtberatung aufzusuchen kann eine Hürde bedeuten. Darum gibt es ab Herbst an gewissen Tagen das Beratungscafé im Bistro Kostbar. Einfach *zuechehocke* und über Abhängigkeit reden. Unkompliziert, auf Wunsch anonym, kostenlos (ausser der Kaffee). Für Angehörige und Direkt-Betroffene.

Schulklassen-Challenge #Ausgeglichen

Im November startet wieder die #Ausgeglichen-Challenge für Schulklassen (7.–9. Klasse): Ein Lernspiel auf dem Handy über Abhängigkeit, Gruppendruck und Tabakmultis. Mit Preisen u.a. für die Klassenkasse.

In Ihre Agenda 2027: 150 Jahre Blaues Kreuz

30. April bis 9. Mai 2027, Bern, BEA
Blaukreuz-Stand an der BEA 2027

20./21. Mai 2027, Bern, Bundesplatz
Jubiläums-Anlass mit Attraktionen, Konzerten und Überraschungen für die ganze Familie

18. September 2027, Genf
«Offizielle» Geburtstagsfeier

Blaues Kreuz
Bern – Solothurn – Freiburg

KONTAKT

Geschäftsstelle

Zeughausgasse 39, 3011 Bern
T 031 398 14 00 | geschaeftsstelle@blaueskreuzbern.ch
www.blaueskreuzbern.ch

Fachstelle für Suchtprävention

Bern / Solothurn: Freiburgstrasse 115, 3008 Bern
031 398 14 50 | info@suchtpraevention.org

Fachstellen für Alkohol- und Suchtprobleme

Bern: Effingerstrasse 33, 3008 Bern
031 311 11 56 | fs.bern@blaueskreuzbern.ch

Biel-Bienne: Bahnhofstrasse 7, 2502 Biel
032 322 61 60 | fs.biel@blaueskreuzbern.ch

Langenthal: Marktgasse 36, 4900 Langenthal
062 922 29 23 | fs.langenthal@blaueskreuzbern.ch

Thun: Kasernenstrasse 17, 3600 Thun
033 222 01 77 | fs.thun@blaueskreuzbern.ch

Integrationsbetriebe: Brockis, Gastronomie

Blaukreuz-Brocki Bern
Schwarztorstrasse 115A, 3007 Bern
031 382 62 63 | brockishop@blaueskreuzbern.ch

Blaukreuz-Brocki Thun
Bernstrasse 14, 3612 Steffisburg
033 222 41 60 | brockishopthun@blaueskreuzbern.ch

Bern: Treffpunkt Azzurro
Lindenrain 5, 3012 Bern
031 305 73 53 | info@azzurro-bern.ch

Biel-Bienne: Treffpunkt Perron bleu
Florastrasse 32, 2502 Biel
032 322 15 25 | perronbleu@blaueskreuzbern.ch

Thun: Treffpunkt Bistro kostbar
Bernstrasse 14, 3612 Steffisburg
033 222 01 16 | kostbar@blaueskreuzbern.ch

Impressum

«Engagiert» gibt Ihnen Einblick in unsere Arbeit. **Abonnieren Sie es kostenlos mit diesem Formular > > >** oder per E-Mail/Tel. an Geschäftsstelle.
Herausgeber: Blaues Kreuz Bern-Solothurn-Freiburg
Redaktion/Layout: Tom Mayer, Leiter Kommunikation und Fundraising

Danke für Ihre Spende!

Wir engagieren uns für eine Welt, in der Alkoholkonsum kein Leid verursacht.
Gemeinsam mit Ihnen erreichen wir viel. Ihre Spende macht möglich, dass wir immer mehr Menschen in schwierigen Lebenssituationen unterstützen können.

IBAN: 02 0900 0000 3001 1558 8
Blaues Kreuz Bern-Solothurn-Freiburg

QR (auf Einzahlungsschein)

Twint

Karten-/Handy-Spenden:
besofr.blaueskreuz.ch/helfen-sie/spenden
Gerne senden wir Ihnen auch Einzahlungsscheine zu!