



Beratung & Therapie Alkohol im Alter

Beratungsangebot für ältere Menschen und deren Umfeld

Trinken Sie seit der Pensionierung mehr Alkohol als für Sie gesundheitlich zuträglich ist? Benötigen Sie alkoholische Getränke, um besser einzuschlafen oder den Alltag zu bewältigen? Trinken Ihre Eltern oder ein Elternteil mehr Alkohol seit sie pensioniert sind oder seit ein Elternteil verstorben ist?

Unser Angebot für Betroffene und Angehörige

- Beratung zur Einschätzung und allenfalls Änderung Ihres Suchtmittelkonsums
- Beratung von Angehörigen und Familien zum Umgang mit Menschen mit Suchtmittelkonsum
- Gruppenangebote für Betroffene sowie Angehörige
- Nach Bedarf Planung zusätzlicher Unterstützung

Unser Angebot für Institutionen

- Gemeinsames Erarbeiten eines Leitfadens für den professionellen Umgang mit Suchtmittel konsumierenden Menschen im Seniorenalter
- Durchführen von Schulungen und Beraten von Mitarbeitenden im Umgang mit Betroffenen
- Fachberatungen zu spezifischen Einzelfällen und Situationen

Das Alter birgt vielfältige Herausforderungen, manchmal mehr, als Sie alleine bewältigen können. Wir sind für Sie und Ihre Angehörigen da.

Unsere Beratungen sind vertraulich und kostenlos. Nehmen Sie mit uns Kontakt auf und vereinbaren Sie einen Termin. Beratungsgespräche finden in unseren Fachstellen in Bern, Biel, Thun und Langenthal statt.

Information und Kontaktstellen

Fachstelle Bern

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

Fachstelle Biel / Jura Bernois

Bahnhofstrasse 7, 2502 Biel
Tel. 032 322 61 60
fs.biel@blaueskreuzbern.ch
conseil.bienne@blaueskreuzbern.ch

Fachstelle Langenthal

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

Fachstelle Thun

Kasernenstr. 17, 3600 Thun
Tel. 033 222 01 77
fs.thun@blaueskreuzbern.ch

Facts: Alkohol im Alter

Das Rentenalter stellt für viele Menschen einen Wendepunkt im Leben dar. Oftmals ändern sich die Tagesstruktur, die eigene Rolle und dadurch die Identität.

Der Alltag und die Freizeit müssen neu strukturiert und eine neue Lebensmotivation oder ein neuer Lebenssinn gefunden werden.



Alkoholkonsum ist eine der Hauptursachen für frühzeitige Sterblichkeit und Beeinträchtigung der Gesundheit.



40 % der Männer und 20 % der Frauen im Alter ab 75 Jahren konsumieren täglich Alkohol.



Ältere Menschen werden statistisch dreimal häufiger aufgrund einer Alkoholvergiftung ins Spital eingeliefert als Jugendliche.



Die Einnahme von Medikamenten nimmt im Alter zu. Der gemeinsame Konsum mit Alkohol kann zu einer höheren Sturzgefahr führen.



Im Alter speichert der Körper weniger Wasser. Die Menge an Alkohol verteilt sich auf weniger Körperflüssigkeit. Alkohol wirkt bei gleicher Menge stärker.



Die Leber arbeitet langsamer. Alkohol wird langsamer abgebaut.

www.besofr.blaueskreuz.ch

Das Blaue Kreuz Bern-Solothurn-Freiburg ist eine Fachorganisation für Suchtfragen mit 15 Standorten und rund 70 Mitarbeitenden. Es engagiert sich im Bereich der Suchtprävention und unterstützt von Sucht betroffene Menschen durch Beratung und Integration. Es ist politisch und konfessionell unabhängig.



Kanton Bern
Canton de Berne

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

