



Los-ä'mol Infos & News



Blaues Kreuz Kinder- und Jugendwerk BL
Ortsgruppen und Ferienlager
Blue Cocktail Bar
Roundabout
Nr. 1/2013 – 12. Jahrgang
erscheint 4 x jährlich

Inhalt

2 Editorial

Geschäftsleitung

3 Bericht Stellenleitung

Ortsgruppen und Ferienlager

4 Schnupperkurs 2013

5 die Schoggikäfer fliegen wieder

roundabout

6 fast eine roundabout Familie

Blue Cocktail Bar

7 ein neues Angebot

Schwarzes Brett

8 Termine und Gebetsanliegen

9 zwei weitere spannende Termine

15 Impressum/Spendenbarometer

Vor- und Nachdenkliches

10 Furcht oder Liebe?

Wissenswertes

11 Pistenspass mit klarem Kopf

12 Wenn Mamma oder Papa trinkt

Liebe Leserin, Lieber Leser

Kennst Du die Farbe Deiner Spiritualität? was ist denn das schon wieder? Fragt sich vielleicht der eine oder die andere.



Bei den drei Farben der Spiritualität geht es um unterschiedliche Weisen, wie sich Gott den Menschen gegenüber offenbart: in der Schöpfung und ihren Gesetzmäßigkeiten (grün mit dem Symbol des Regenbogens), im Opfer, das Jesus Christus für uns vollbracht hat (rot mit dem Symbol des Kreuzes) und schließlich in unserem eigenen Herzen (blau mit dem Symbol der Taube). Im Buch „Die 3 Farben Deiner Spiritualität“ entschlüsselt Christian A. Schwarz innerhalb dieser drei Farben ein Spektrum von neun geistlichen Stilen und hilft uns herauszufinden, wie sich unser Glaube am natürlichsten ausdrückt.

Auf diese spannende Entdeckungsreise haben wir uns als EMK (Evang. Methodistische Kirche) in Liestal eingelassen und merken, jeder erlebt Gott sehr individuell und jede empfindet eine Situation anders ... und das ist gut so - und auch Gottgewollt.

So ist auch unser Jugi: Jeder engagiert sich auf seine persönliche Weise und jede profitiert anders von den vielen Erlebnissen – wir sind keine normierte Organisation, sondern individuell geprägte Persönlichkeiten, die zusammen einen farbigen Blumenstrauß ergeben – und das gefällt Gott ... und mir übrigens auch 😊.

Ein entsprechend buntes Programm konnten wir daher wieder für Euch zusammenstellen mit Berichten vom verschneiten Schnupperkurs, über unsere blauen, fliegenden Käfer und einer liebevollen Einladung, Ängste gegen Vertrauen einzutauschen – wer kann da widerstehen? Weiter lässt uns eine roundabout Gruppe an einem bewegenden Statement teilhaben und die Geschäftsleitung gibt Einblick in das Jahr 2013.

Wer das los-ä'mol bis zum Schluss liest, weiss auch über unsere neuen Angebote, die Shakebox und blueworld LIVE Bescheid.

Beim Stichwort blueworld möchte ich es nicht versäumen, Euch unseren neuen Webauftritt www.blueworld.ch wärmstens zur Konsultation zu empfehlen – eine gelungene Sache!

Ihr seht, es läuft etwas in unserer blueworld, die zwar blau heisst, aber vielfarbig durchsetzt ist und von vielen engagiert eingefärbt wird. Ich wünsche Euch allen viele farbige Anstösse für einen bunten Alltag.



Thomas Buechner, Mitglied der Regionalleitung
Thomas.buechner@blueworld.ch

Liebe Leser/In



Das neue Jahr ist schon nicht mehr wirklich neu. Ich hoffe aber sehr, dass Du gut gestartet bist. Ja, wie bist Du den gestartet? Hast Du Dir viele gute Vorsätze genommen oder bewusst keine? Ich glaube, dass so ein Jahreswechsel immer eine Chance ist und dennoch habe ich eines meiner persönlichen Ziele bereits letzten November gesetzt und bin unterwegs auf dieses Ziel zu.

Im Juni wird es dieses Jahr nebst ganz Tollem und gut Bewährtem auch Neues geben. roundabout wird um roundabout kids erweitert. So werden nicht mehr „nur“ die 12–20-Jährigen die Möglichkeit erhalten in einer Gruppe mitzutanzten sondern neu auch Kids von 8–11 Jahren. Auch für die Kids-Gruppen gilt: Girls only. Für die Leiterinnen werden dafür spezielle Schulungen angeboten. Es freut mich, dass wir bereits eine Gruppe in Aussicht haben. Interessierte Partner und Leiterinnen melden sich bitte direkt bei Sandra Karth.

Die Blue Cocktailbar bietet nicht nur einfach das Gesamtpaket: BCB mit Helfer, sondern auch eine mobile Bar (Saftbar) zum Mieten und neu zwei Shakeboxen.

Ab April findet der blueworld LIVE-Hauskreis statt. Es sind alle Leiter, Mitarbeiter und Freunde des Juni dazu eingeladen.

Bereits Anfang Jahr konnten wir unsere neue Homepage aufschalten. Rein klicken lohnt sich – www.blueworld.ch. Besonders empfehle ich die rechte Spalte „nächste Events“, da sind unsere Anlässe und die öffentlichen Einsätze der Blue Cocktailbar zu sehen. Gerade in den Sommermonaten wird da einiges los sein.

Am 16. März trifft sich die Regionalleitung (unser Vorstand) zu einer Klausurtagung. Mit dabei die Fragen: Wie weiter? Wohin wollen wir? Was werden unsere Schwerpunkte? Die Blaukreuzwelt um uns herum ist in Bewegung, so sind auch wir gefordert. Wir sind dankbar für Gebetsunterstützung und Inputs von eurer Seite.

Für mich wird es das erste Jahr im Juni sein, dass ich von Anfang bis Ende mitgestalten darf. Ich freue mich darauf.

So wünsche ich auch Dir, dass Du Deine Gestaltungsmöglichkeiten siehst und nutzen kannst. Wenn wir unser Leben gestalten – anstatt uns gestalten zu lassen – können wir viel erreichen!

Herzlich

Sonja Niederhauser, Stellenleiterin
sonja.niederhauser@blueworld.ch

Schnupperkurs vom 18.–20. Januar 2013

Wir konnten diesen Winter zwar wieder einmal nicht weisse Weihnachten feiern, dafür verbrachten wir einen weissen Schnupperkurs im „Skiferien-Feeling“. Schon am Freitagabend kämpften wir uns in Gruppen durch Schnee und Dunkelheit hinauf zum Lagerhaus in Titterten.

Am Samstagmorgen ging es dann so richtig los mit dem Kurs. Als Erstes lernten wir das Blaue Kreuz ein bisschen besser kennen und danach gab es einen Crashkurs im Kartenlesen. Diese neuen Kenntnisse kamen uns dann am Nachmittag zugute als es darum ging, einen versteckten Schatz zu finden. Zum Glück hatten am Morgen alle gut aufgepasst und somit blieben die begehrten Sugus nicht unentdeckt. Ein anderes Highlight war die Seilbahn im Wald, die extra für uns aufgestellt wurde! Nach all der Action bekamen wir langsam Hunger und wollten auf dem Feuer etwas kochen. Dies stellte sich jedoch bei all dem Schnee und den Regentropfen, die auch noch vom Himmel fielen, als ein bisschen schwierig heraus. Also standen wir mit dem Regenschirm über den wenigen noch trockenen Holzspänen und pusteten uns die Lunge aus. Doch mit viel Ausdauer brachten wir das Feuer dann doch noch zum Brennen und genossen die Teigwaren und das Schoggifondue umso mehr.

Am Sonntag feierten wir einen Gottesdienst, den wir gemeinsam gestaltet hatten. Wir haben gesehen, dass Gott uns allen viele Talente geschenkt hat und dass er uns weiterhelfen kann, wenn wir mit unseren Fähigkeiten an unsere Grenzen stossen. Als wir den nächsten Block starten wollten, "schnitt" sich plötzlich jemand in den Finger. Wir mussten schnell reagieren und lernen, wie man in solchen Situationen am besten hilft. Nachdem wir alle verschiedenen Verbandstechniken gelernt hatten und informiert worden sind, wie man richtig alarmiert, gab es von der Küche selbstgemachte „Wraps“. Anschliessend mussten wir bereits das Haus putzen und uns wieder auf den Nachhauseweg begeben.

Es war ein tolles Wochenende und ein herzliches Dankeschön geht an das coole Leiterteam und die super Küche!



Seraina Schweizer (Leiterin)

Die blauen Käfer fliegen wieder!



In der Zeit bis Anfang März haben die blauen Schoggikäfer wieder Flugsaison. Das Blaue Kreuz Kinder- und Jugendwerk BL führt seine alljährliche Schoggikäferaktion durch, deren Erlös der Kinder- und Jugendarbeit im Suchtpräventionsbereich zu Gute kommt.

Man kennt uns als eine etablierte, in der Region Basel tätige Institution im Bereich der Suchtprävention und Gesundheitsförderung. Mit unseren präventiven Aktivitäten wollen wir insbesondere bei jungen Menschen die Persönlichkeit stärken und die Lebensqualität fördern, zu verantwortungsvollem Umgang mit Genuss- und legalen Suchtmitteln anregen, sowie Alkohol- und andere Suchtprobleme verhindern. Unsere Arbeit orientiert sich an anerkannten fachlichen Konzepten und basiert auf dem christlichen Glauben.

Der Erlös aus der Schoggikäferaktion, die dauert vom **7. Januar bis zum 7. März**, wird für unsere Gruppen- und Ferienlagerarbeit, sowie für umfassende LeiterInnenschulungen eingesetzt und dient so unserem Anliegen der ganzheitlichen Suchtprävention.

Die feinen Schoggikäfer werden von der Firma Lindt & Sprüngli hergestellt. Die beliebten blauen Käfer bestehen aus Milkschokolade mit einer Mandelcrème-Füllung und sind schlicht und einfach unwiderstehlich gut! Zögern Sie also nicht, auf der Strasse oder an der Haustüre beim süssen Käfer zuzugreifen. Für Fr. 5.–/Stk. werden die blauen Käfer angeboten, Sie erfreuen damit Ihren Gaumen und unterstützen erst noch einen guten Zweck! Denn jeder Käfer zählt für die Aufrechterhaltung unserer Arbeit.

Die Schoggikäfer werden von diversen Schulen und eigenen Gruppen im ganzen Kanton BL verkauft. Ausserdem stehen uns freundlicherweise zwei Drogerien als Depotstellen zur Verfügung.

Wer noch keinen blauen Käfer erwischt hat und noch welche möchte, meldet sich am besten unter:

Tel. 061 922 03 43 bei Monika Back

Marlen Schaffner, Verantwortliche Schoggikäferaktion
Marlen.schaffner@blueworld.ch

Die roundabout Familie

„Wir sind die Dance-Crew der Roundabout Pratteln. In dieser Gruppe wird jeder herzlich aufgenommen, egal, welcher Nationalität man angehört. Das Zusammensein und der gegenseitige Austausch – egal um welche Themen es sich handelt – sind uns wichtig. Dieser Zusammenhalt stärkt uns – wir sind wie eine kleine Familie. Das Tanzen bei unserer coolen Lehrerin, Ylenia, macht uns grossen Spass. Die Musik pusht uns und motiviert uns zum Bewegen. Durch die Vielfalt unserer verschiedenen Nationen und Temperamente bzw. Charaktere können wir selber auch unsere eigenen Ideen einbringen. Wir dürfen unsere eigenen Moves und Styles während der Tanzstunde vorbringen.

So können wir Neues entdecken oder verschiedene Styles kombinieren. Von unserer Lehrerin lernen wir zudem viele Steps und erhalten hilfreiche Tipps. Es macht einfach grossen Spass! Am liebsten würden wir zweimal wöchentlich mit Ylenia trainieren.“ (roundabout Pratteln)

Diese Zeilen erreichten mich heute per Email und öffneten mein Herz. Wow, genau das ist roundabout, dachte ich und wollte euch dies nicht vorenthalten und euch meine Eindrücke von den ersten Gruppenbesuchen bei roundabout Pratteln berichten. Wenn ich die roundabout Gruppe in Pratteln besuche, spüre ich genau das, was die Girls in ihrem Vorstellungstext für die neue Homepage beschreiben. Zuerst begrüßen sich die Mädchen herzlich und beginnen sofort zu schwatzen und sich über ihre Woche auszutauschen. Sie sind super pünktlich und können den Start des Trainings kaum erwarten. Ylenia, Leiterin seit Ende Oktober, fordert die Mädels bei anspruchsvollen Moves und motiviert sie mit witzigen Steps und funny Faces. Einige Choreos sitzen schon ziemlich gut. Die Mädels lernen schnell und selbst in dieser kurzen Zeit sind bereits extreme Fortschritte sichtbar. Es ist eine Freude den Girls beim Tanzen zuzusehen. Sie haben so viel Spass, strahlen eine Leichtigkeit und Fröhlichkeit aus, die ansteckend ist. Es gefällt ihnen, dass das Training so vielfältig ist und sie geniessen es, wenn sie selbstständig in kleinen Gruppen Schritte erfinden können. Auch im gemütlichen Teil läuft alles harmonisch ab. Es gibt leckere Snacks und die Girls greifen schnell zu. Sie haben sich ja schliesslich in der letzten Stunde auch sehr angestrengt. Dann wird munter drauflos geplaudert. Bei meinem letzten Besuch waren z. B. die Zeugnisnoten relevant, auch Ylenia und ich wurden zu unseren Leistungen in der Schule befragt, was durchaus Erleichterung zum Thema „Mathe“ brachte. Ganz erstaunt war ich, als die Girls anfangen über Auftritte zu sprechen. Bei meinem ersten Besuch war das noch gar nicht denkbar. Es wurde angeregt diskutiert, das Pro und Contra abgewogen und schlussendlich vertagt, bis eine konkrete Möglichkeit für eine Präsentation ihres Könnens gegeben ist. Kurz vor Schluss hörte ich noch Sätze wie, „Ylenia ist die beste Leiterin, die wir je hatten.“ oder „ich kanns kaum abwarten bis wieder Training ist“. Man merkt den Girls wirklich an, dass ihnen roundabout viel bedeutet und mehr ist als ein Tanztraining „mit Chillen“: Eben – wie eine kleine Familie.

Sandra Karth, Fachmitarbeiterin Tanz
sandra.karth@blueworld.ch

roundabout

Ein neues Blue Cocktail Bar Angebot: Die Shakebox

Organisieren Sie einen Anlass, für den Sie alkoholfreie Drinks selber mixen möchten? Fehlt Ihnen dazu das nötige Shakematerial wie Shakebecher, Massbecher, Mörser, Barsieb etc?

Kein Problem, wir haben für Sie das Richtige: Wir führen neu im Sortiment eine raffiniert ausgestattete Shakebox. Sie ist nicht schwer und findet Platz in jedem Kofferraum. Sie können sie bei uns mieten! Der Mietpreis pro Anlass beträgt:

CHF 40.–

Das gesamte Shakematerial ist im Doppelpack vorhanden. Ausserdem beinhaltet sie immer auch 10 Rezept Booklets unserer feinen alkoholfreien Drinks. So können beim Anlass jeweils zwei Personen zusammen shaken und Ihre Gäste verwöhnen.



Die Shakebox kann bei uns reserviert werden (bitte frühzeitig) unter:

Tel. 061 922 03 43 oder per Mail bei monika.back@blueworld.ch und ist abzuholen

im Blauen Kreuz Kinder- und Jugendwerk BL, Gasstrasse 25, 4410 Liestal.

Wenn Sie jedoch einen grösseren Anlass planen und Bedarf haben nach Barelementen und erweitertem Shakematerial, können Sie natürlich auch unsere bewährte Softbar mieten. Die Mietkosten dafür sind pro Anlass:

CHF 120.–

Viel Spass beim Shaken!

Ils Van Looveren, Fachmitarbeiterin Blue Cocktail Bar
Ils.vanlooveren@blueworld.ch



bluecocktailbar
MIX UP YOUR LIFE

Termine (Genaueres auf www.blueworld.ch)

Kurse und Ferienlager

- ☛ 30.03.-06.04.2013 Grundkurs
- ☛ 28.07.-07.08.2013 Pionierkurs

Angebote, Diverses

- ☛ Jeden Donnerstag** Spaghetti-Essen im Jugi um 12.15 Uhr
- ☛ 09.03.2013 Unihockeyturnier
- ☛ 23.03.-24.3.13 Geländespiel mit anschl. Biwakieren
- ☛ 19.04.2013 Mitgliederversammlung im Blaukreuzzimmer
- ☛ 09.05.-10.05.2013 Mont Dedos Arbeitseinsatz (vgl. auch S. 9)

** Findet an Feiertagen und während den Schulferien nicht statt.

Termine blueworld LIVE-Hauskreis vgl. Seite 9

BCB

- ☛ 21.04.2013 nachmittags Bareinsatz am TCS Sicherheitstag in Füllinsdorf

Redaktionsschluss 10. Mai 2013, Los-ä'mol Ausgabe: 2/2013

Gebetsanliegen

Danke von Herzen

- ☛ Für einen erfreulichen Jahresabschluss 2012 und dass wir freudig, gesund und mit Energie ins 2013 starten durften
- ☛ Dass wir von tatkräftigen, betenden und gebenden Händen umgeben sind
- ☛ Für alle geschenkten kreativen und innovativen Gedanken im Team
- ☛ Für den rundum stimmigen und unfallfreien Schnupperkurs

Bitte darum, dass

- ☛ der Grundkurs gelingt und viel Gutes in Bewegung setzt
- ☛ der blueworld LIVE-Hauskreis auf zahlreiche Resonanz stößt
- ☛ im Team kein weiterer Unfall mehr geschieht (Sandra und Florian haben beide kurz nacheinander einen Arm gebrochen)
- ☛ der Startkurs der neuen roundabout Gruppe Reinach die Tänzerinnen nachhaltig begeistert



Hauskreis

Tiergartenstrasse 7 in Liestal beim Bahnhof

Zusammen...

- ... essen
- ... singen
- ... beten
- ... in der Bibel stöbern
- ... wichtige Fragen des Lebens diskutieren
- ... austauschen
- ... unterwegs sein

Bist Du auch dabei?

Offen für alle interessierten Leiter,
Mitarbeiter und Freunde des Jugi

Daten Startphase jeweils Montags:

8. 15. 22. 29. April
13. 20. 27. Mai
3. 10. 17. 24. Juni
19:00 Uhr Nachtessen, 20:00 Uhr Start

Anmeldung

Joël Niederhauser
joel.niederhauser@blueworld.ch
061 921 58 69

Falls die Daten nicht gehen,
bitte trotzdem melden.



NICHT vergessen:

Der Arbeitseinsatz 2013

auf dem Mont Dedos
findet statt am:

9. und 10. Mai 2013

2 Auffahrtstage mit
Gemeinschaft & Arbeit

Für Fragen:

061 922 03 43 resp.
florian.glaser@blueworld.ch

Die Hauskommission



Was ist stärker – Furcht oder Liebe?

Auf unserem Weg durchs Leben erfahren wir meist viel Liebe, werden aber leider auch manchmal von Ängsten begleitet. Diese Ängste beeinflussen uns oft stärker, als es uns bewusst ist. Vielleicht merken wir davon etwas, wenn wir an unsere letzte Entscheidung zurückdenken. Welche Ziele, aber auch welche Ängste haben uns dabei beeinflusst? Vielleicht drücken wir uns vor einer Herausforderung oder schieben eine Aufgabe auf die lange Bank. Was hindert uns daran, Schritte zu wagen und vorwärts zu kommen? Welche Angst steht dahinter?

Unser Leben ist zu einem grossen Teil von Angst bestimmt, auch wenn uns das selten bewusst ist. Die Sorge um die Zukunft beschäftigt uns, und die Furcht vor dem Scheitern plagt uns. Auch die Meinung anderer gibt uns zu denken, und wir zweifeln daran, ob wir in unserem Job und für die uns gestellten Aufgaben den Anforderungen genügen können.

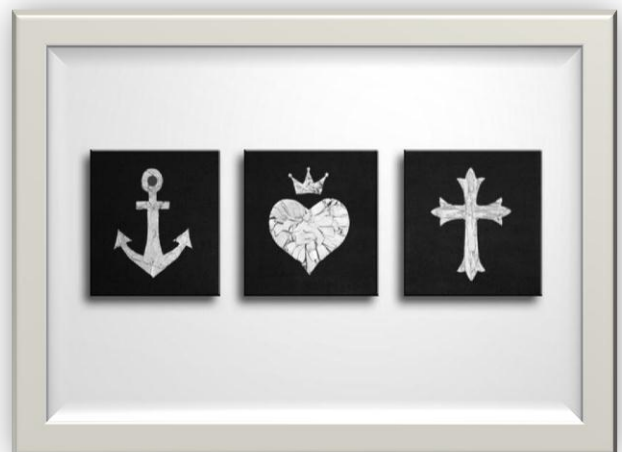
Was ist das Gegenmittel zu diesen Ängsten, die uns gefangen nehmen und lähmen? In 1. Johannes 4,18 steht:

Furcht ist nicht in der Liebe, sondern die vollkommene Liebe treibt die Furcht aus.

In der Liebe hat Furcht keinen Raum mehr. Wer sich von Gott geliebt und akzeptiert weiss, muss sich nicht mehr vor dem Versagen oder Scheitern fürchten.

Wenn ich in der Liebe Gottes verankert bin und weiss, dass er mich so liebt und annimmt, wie ich bin, muss ich mich nicht darum sorgen, was die andern von mir denken. Auch die Angst vor der Zukunft schwindet, wenn ich einem liebenden Gott vertraue, der es gut mit mir meint.

Die Liebe setzt uns frei und ermöglicht uns, dass wir Schritte vorwärts wagen – im Wissen darum, dass ein allfälliges Scheitern den Wert unserer Person nicht gleich in Frage stellt. In der Lie-



be dürfen wir uns einander und Gott öffnen und merken, dass wir trotz Schwächen und Fehler geliebt werden können. Die Angst, jemanden zu enttäuschen, besteht vielleicht weiterhin, doch die Erfahrung der bedingungslosen Liebe und Vergebung ist stärker. Gott hat uns diese grenzenlose Liebe in Jesus Christus geschenkt, der uns gezeigt hat, was wahre Liebe bedeutet. 1. Johannes 4,16 sagt:

Gott ist die Liebe; und wer in der Liebe bleibt, der bleibt in Gott und Gott in ihm.

Wir sind von Gott eingeladen, in seiner Liebe zu leben. Er möchte, dass wir so sehr in seiner Liebe geborgen und verankert sind, dass uns die Furcht nicht mehr lähmen und zurückhalten kann. Ich wünsche uns, dass wir in allem, was uns Angst macht, die Stimme Jesu lauter hören als alles andere: „Fürchte dich nicht – du bist geliebt.“

Cornelia Fluri, Pfarrerin der Kirchgemeinde Oristal (Büren-Nuglar-St. Pantaleon)

Pistenspass mit klarem Kopf

Wer fährt, trinkt nicht. Dieses Motto gilt laut Sucht Info Schweiz auch für jene, die Skis und Snowboards anschnallen. Wer auf der Piste eine gute Figur machen will, verzichtet auf Alkoholisches. „Zwätschge Lutz und Wunderkafi“ beeinträchtigen die Reaktionsfähigkeit und fördern die Risikobereitschaft. Die Sturz- und Unfallgefahr steigt. Ein Präventionstipp für ein unbeschwertes Skivergnügen.

Technisches Können, Konzentration und Kondition sind beim Ski- und Snowboardfahren stark gefragt. Schnell reagieren, präzise fahren, das Tempo anpassen, Hindernissen ausweichen: die Anforderungen auf den meist gut bevölkerten Pisten an Fahrtechnik und Reaktionsvermögen sind zahlreich. Schneesportlerinnen und -sportler sind schnell unterwegs, ihre Fahrstile sind vielfältig. Wer zwischendurch an der Schneebar rastet und den Durst mit Alkohol löscht, büsst an Reaktionsschnelligkeit und Gleichgewichtssinn ein. Es gibt heute viele Konsumgelegenheiten in Beizen, Skibars, Chalets oder Iglus bei den Berg- und Talstationen der Bahnen. Doch wer Alkohol getrunken hat, riskiert oft mehr, unterschätzt Pisten- und Wetterverhältnisse, überschätzt das eigene Fahrvermögen. Stürze und Kollisionen werden wahrscheinlicher. Darin sind sich Fachleute einig, auch wenn Statistiken zur Rolle des Alkohols bei Schneesportunfällen in der Schweiz fehlen. In Übereinstimmung mit der bfu - Beratungsstelle für Unfallverhütung sowie der Suva empfiehlt Sucht Info Schweiz, während dem Ski- und Snowboardfahren auf Alkohol zu verzichten. „Wintersport und Alkohol vertragen sich nicht“, bringt es Irene Abderhalden, Präventionsfachfrau von Sucht Info Schweiz, auf den Punkt. Gegen ein gutes Glas Wein, ein Bier oder einen heissen Punsch nach der letzten Abfahrt beim Après-Ski ist nichts einzuwenden, sofern nicht gleich die Heimkehr im Strassenverkehr ansteht.

Der wärmende Effekt täuscht



Eine schwungvolle, kontrollierte Abfahrt ist mit Alkohol nicht möglich, ohne dass die Sicherheit darunter leidet – die eigene und die der anderen. Ebenso wenig sorgt er für warme Glieder. Gegen die grosse Kälte einen Schnaps oder Glühwein zu trinken, hilft nicht. Im Gegenteil. Nach dem „Kafi Lutz“ entsteht zwar ein Wärmegefühl, weil Alkohol die Blutgefässe erweitert und die Haut stärker durchblutet. Die körperliche Anstrengung fördert die Gefässerweiterung

noch. Alkohol lässt die Wintersportlerinnen und -sportler in der Kälte aber umso rascher abkühlen.

Fazit: Beim Wintersport auf Alkohol zu verzichten, senkt das Risiko, dass der schwungvolle Pistenspass schon vor der Talstation brüsk endet.

Umfassende Informationen zu Sucht Info Schweiz finden Sie auf unserer Website <http://www.sucht-info.ch/>

Wenn Mama oder Papa trinkt

Kind zu sein in einer Familie, in der die Mutter oder der Vater alkoholabhängig ist, ist eine grosse Belastung. Und dies hinterlässt oft Spuren, die bis ins Erwachsenenalter fort dauern. Mit einer Plakatkampagne machte Sucht Schweiz im 2012 auf diese Situation aufmerksam. „Heute ist Hilfe möglich. Für alle“. Betroffene Eltern, ihre Kinder, aber auch Erwachsene, die mit einem alkoholkranken Elternteil aufgewachsen sind, sollen wissen, dass sie Unterstützung finden können.

In der Schweiz wachsen mehrere Zehntausend Kinder mit einem Elternteil auf, der alkoholabhängig ist. Diesen Kindern fehlt häufig Geborgenheit, und sie fühlen sich schuldig dafür, dass Mama oder Papa trinkt. Sie verstehen nicht, was geschieht, und sie stehen mit ihrer Verunsicherung und ihren Ängsten oft alleine da. Kurz: Die Belastung ist enorm, und sie kann ein Leben lang fort dauern.

Auch für alkoholabhängige Eltern ist die Situation häufig sehr belastend. Es ist schon schwierig genug, sich einzugestehen, dass man seinen Alkoholkonsum nicht mehr im Griff hat. Sich zudem bewusst zu werden, dass man dadurch nicht nur sein eigenes Wohl, sondern auch das seines Kindes gefährdet, stellt eine doppelte Herausforderung dar. Nicht nur innerhalb der betroffenen Familien, sondern auch in ihrem Umfeld wird deshalb kaum über dieses Thema gesprochen. Stellvertretend für Kinder, die heute in dieser Situation leben, und für Erwachsene mit einer solchen Kindheit drückt es eine heute 55-jährige Frau so aus: „Ich vermisse einen Teil meiner Kindheit. Meine Mutter war Alkoholikerin.“ Zwar liegt das alltägliche Leid der Kindheit hinter ihr. Und doch weiss sie, dass dies Spuren hinterlassen hat, die sie auch im Erwachsenenalter begleiten. Unterstützung und Veränderung aber sind möglich, zum Beispiel indem man sich einer Fachperson oder einer nahestehenden Person anvertraut und über die Belastungen spricht.

Deshalb lautet die ermutigende Botschaft: „Heute ist Hilfe möglich. Für alle.“ In verschiedenen Regionen der Schweiz bestehen Beratungsangebote und Gruppentherapien für suchtkranke Eltern und für betroffene Kinder. Auch der Austausch in Selbsthilfegruppen kann wesentlich dazu beitragen, Ermutigung und Unterstützung zu erfahren. Die Website www.infoset.ch bietet eine umfassende Übersicht über alle kantonalen Beratungsangebote sowie Kontaktadressen von Selbsthilfegruppen. Sucht Schweiz unterstützt seit vielen Jahren diese wertvollen kantonalen Projekte fachlich und finanziell. Mit eigens erarbeiteten Broschüren spricht Sucht Schweiz zudem Erwachsene an, die eine solche Kindheit durchlebt haben. Alkoholkranken Eltern werden in ihrer Elternrolle gestärkt und ermutigt, Unterstützung in Anspruch zu nehmen. Das Kinderbuch mit der Geschichte des kleinen Hundes „Boby“ hilft Kindern zu verstehen, was in Familien mit Alkoholproblemen geschieht. Ein Leitfaden für Fachpersonen gibt u.a. Anregungen, wie betroffene Eltern sowie Kinder und Jugendliche auf die Problematik angesprochen werden können.

Sucht Schweiz hat die Website www.mamatrinkt.ch bzw. www.papatrinkt.ch lanciert, mit dem Ziel, dass betroffene Kinder und Jugendliche altersgerecht aufgearbeitete Informationen sowie Hilfsangebote finden. In anonymen und von Fachleuten moderierten Gesprächsforen können die Kinder und Jugendlichen zudem ihre Sorgen und Anliegen äussern und sich mit anderen Betroffenen austauschen.

Gelesen in Sucht Schweiz: <http://www.sucht-info.ch/>

NOUVEAU RENAULT KANGOO.
ENCORE PLUS CONFORTABLE.



autorecher

Industrie «Bärematte», 4434 Hölstein

Tel. 061 951 22 66
www.auto-recher.ch

Rep.+Verkauf aller Marken



Martin Recher Ing.FH.Automobiltechnik
Werner Recher eidg.dipl.Automechaniker

Herausgeber

Blaues Kreuz Kinder- und Jugendwerk BL
Gasstrasse 25
4410 Liestal

T: 061 922 03 43
monika.back@blueworld.ch, www.blueworld.ch

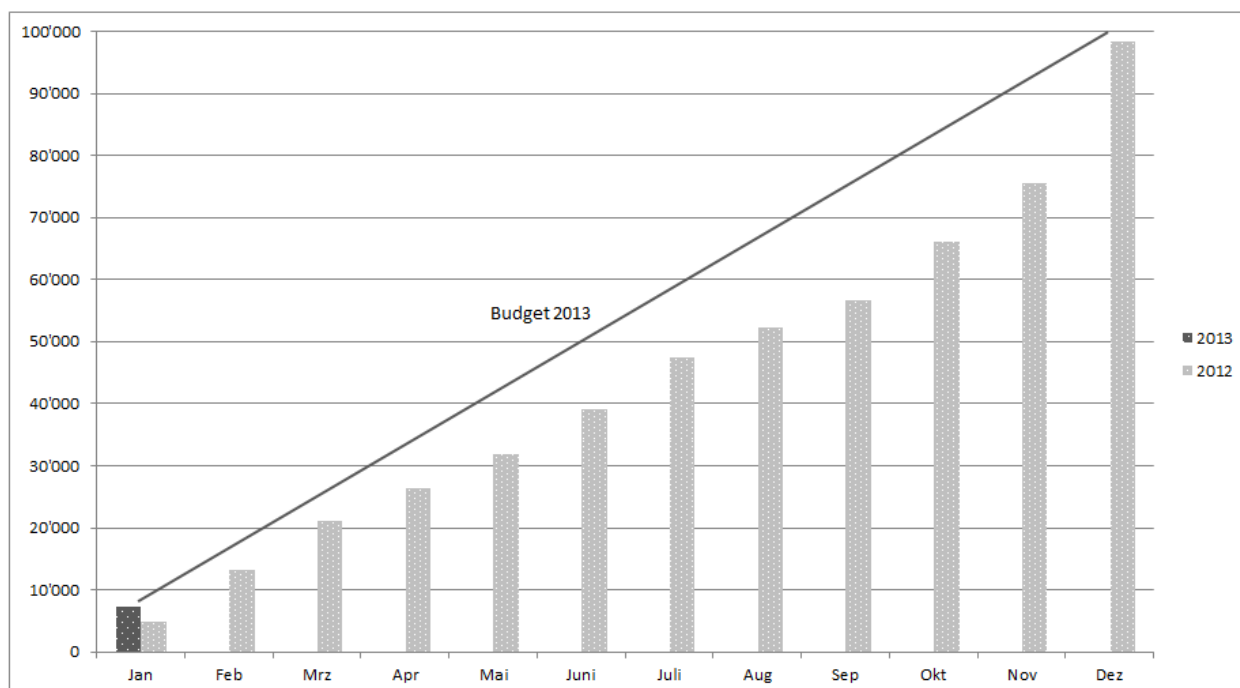
Auflage

530 Ex. an private Haushalte, Fachstellen und Donatoren

Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen Spenderinnen und Spendern für die bereits überwiesenen Spenden. Die Grafik zeigt die aktuell bestehende Differenz zwischen dem Budget und den eingegangenen Spenden auf. Die Spenden an das Blaue Kreuz Kinder- und Jugendwerk BL sind übrigens steuerabzugsberechtigt.

Unser Spendenkonto: 40-321257-9

Spendenbarometer (Vergleich Budget 2013 mit Spendenstand Ende Januar 2013)



Falls Sie sich über die Einsetzung eines Legates in Ihrem Testament zu Gunsten unserer Arbeit interessieren, können Sie bei uns die Legatbroschüre des Blauen Kreuzes beziehen!

Herzlichen Dank für Ihr treues, finanzielles Mittragen unserer wichtigen Arbeit im Bereich der Kinder- und Jugendarbeit, Prävention und Gesundheitsförderung.

Sonja Niederhauser, Stellenleitung, sonja.niederhauser@blueworld.ch
Karl Bolli, Präsident, karl.bolli@blueworld.ch