



Suchtfachstelle  
Zürich

2024

## **Beratung, Psychotherapie, Gruppen und suchtmedizinische Sprechstunde**

Für betroffene Erwachsene und Jugendliche,  
Angehörige und Familien



Haben Sie ein Anliegen betreffend Ihres Konsums von Alkohol, Medikamenten, Cannabis, Partydrogen oder Kokain? Ist ein Leben ohne Internet, Games oder Glücksspiel nicht mehr vorstellbar? Sorgen Sie sich um Ihre\*n Partner\*in, Ihre Kinder oder eine andere Ihnen nahestehende Person?

Bei uns sind Sie richtig. Wir klären gemeinsam Ihre Situation und besprechen die nächsten Schritte. Gerne unterstützen und begleiten wir Sie auf Ihrem Weg, gewünschte Veränderungen umzusetzen, sowohl sich als auch Ihre Kinder zu schützen und sich selbst zu stärken.

## Individuelle Angebote

| Zielgruppe                             | Angebot   |
|--|---|
| Betroffene Erwachsene                  | Information, (Kurz-)Beratung  |
|  | Psychotherapeutische Unterstützung, Langzeitbehandlung  |
|  | Paar- und Familiengespräche   |
|  | Dreiecksvereinbarungen (mit Arbeitgebenden)   |
|  | Ambulanter Entzug   |
|  | Suchtmedizinische Behandlung, medikamentöse Unterstützung   |
|  | Durchführung von rechtlichen Massnahmen der Justiz  |
|  | Beratung und Behandlung bei Auflagen des Strassenverkehrs-amtes, Vorbereitung auf verkehrsmedizinische Abklärung<br>Unterstützung bei rechtlichen, administrativen und finanziellen Fragestellungen |
| Jugendliche                            | Information, Risikoabklärung, (Kurz-)Beratung   |
|  | Psychotherapeutische Unterstützung  |
|  | Familiengespräche   |
|  | Interdisziplinäre Zusammenarbeit, Rundtisch-, Standortgespräche   |
| Angehörige Partner*innen, Nahestehende | Information, Beratung, Begleitung   |
| Kinder (ab 5 J.), Jugendliche          | Beratung, Psychotherapeutische Unterstützung  |
| Eltern                                 | Information, Beratung, Begleitung   |
| Fachpersonen Haus-/Fach*ärztinnen      | Psychiatrisches Konsilium   |

### Zielgruppe

Personen, die in der Stadt Zürich, in Affoltern a. A., Bonstetten, Kappel a. A., Rifferswil, Stallikon oder Wettswil wohnen oder für städtische Betriebe arbeiten.

### Kosten

**Alle** Angebote stehen Personen bis 23 Jahre **kostenlos** zur Verfügung.

Für Personen ab 24 Jahren sind die ersten **drei** Gespräche **kostenlos**. Weitere Gespräche werden entweder über die Krankenkasse verrechnet oder wir erheben eine geringe, einkommensabhängige Kostenbeteiligung. Nähere Angaben finden Sie unter

[www.suchtfachstelle.zuerich](http://www.suchtfachstelle.zuerich)

# Gruppenangebote

| Zielgruppe  | Angebot  |
|---|--|
| <b>Information zu Ursachen, Auswirkungen, Möglichkeiten</b> |  |
| Betroffene  | Durchatmen - Wege zum Rauchstopp                   |
| Betroffene  | Info-Abende  |
| Betroffene  | Info-Abende für Spanisch Sprechende                |
| Angehörige  | Info-Meetings                                      |
| Angehörige  | Online-Info-Meetings                               |
| <b>Verhaltensänderung, Konsumreduktion, Abstinenz</b>       |  |
| Betroffene  | Erfolgreich abstinent                              |
| Betroffene  | Kontrollierter Konsum                              |
| Betroffene  | Selbstkontrollierter Medienkonsum                  |
| Betroffene  | ADHS und Konsum                                    |
| Betroffene  | Kokain, Cocktails & Co.                            |
| Betroffene  | «Krisenkoffer» für stressige Alltagssituationen    |
| Betroffene  | Rückfallprävention                                 |
| <b>Selbsterfahrung und persönliche Entwicklung</b>          |  |
| Betroffene, Angehörige                                      | Achtsamkeit  |
| Betroffene, Angehörige                                      | Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR)         |
| Betroffene  | Begegnung im Gespräch                              |
| Betroffene über 65 Jahre                                    | Lebens-Zeit neu gestalten                          |
| Angehörige  | Angehörige im Gespräch                             |
| <b>Information und altersgerechte Unterstützung</b>         |  |
| Angehörige Kinder   | <b>Wigwam</b> -Gruppe für Kinder                   |
| Angehörige Jugendliche                                      | <b>Wigwam</b> -Gruppe für Jugendliche ab 13 Jahren |

## Zielgruppe

Die Gruppenangebote können von Personen mit Wohnsitz im Kanton Zürich besucht werden.

## Weitere Informationen

Nähere Angaben zu Inhalt und Schwerpunkten, zu den Durchführungsdaten sowie zu den Kosten der Gruppenangebote finden Sie unter [www.suchtfachstelle.zuerich](http://www.suchtfachstelle.zuerich)

## **Über uns und unsere Arbeitsweise**

Im Auftrag der Stadt Zürich und weiterer Gemeinden bietet die Suchtfachstelle Zürich Information, Beratung, Therapie und suchtmmedizinische Behandlung für Menschen aller Altersgruppen an. Zudem umfasst das Angebot Coaching und Fortbildung für Führungskräfte und Fachpersonen verschiedener Bereiche.

Alle Mitarbeitenden unterstehen der Schweigepflicht, gewährleisten den Datenschutz und arbeiten politisch sowie konfessionell neutral.

Unsere Arbeitsweise orientiert sich am neuesten Wissensstand und unsere Beratungen sowie Behandlungen basieren auf evidenzbasierten Methoden. Nebst der Suchthematik berücksichtigen wir die relevanten Lebensbereiche, Begleiterkrankungen, Ressourcen und Entwicklungsmöglichkeiten. Zudem beraten und begleiten wir Partner\*innen, das ganze Familiensystem und Kinder aus suchtbelasteten Familien. Bei Bedarf arbeiten wir eng mit externen Fachpersonen und Einrichtungen zusammen. Unsere persönlichen Gespräche kombinieren wir auf Wunsch mit digitaler Beratung sowie Selbstmanagement-Tools. Dadurch erhöhen wir die Flexibilität und unsere Klient\*innen profitieren von einer orts- und zeitunabhängigen Behandlung.

## **Suchtfachstelle Zürich**

Josefstrasse 91, 8005 Zürich  
Telefon 043 444 77 00  
info@suchtfachstelle.zuerich  
www.suchtfachstelle.zuerich

## **Beratungszeiten**

Montag bis Freitag, 8:00 bis 18:00 Uhr,  
weitere Termine auf Anfrage

## **Telefonische Erreichbarkeit**

Montag bis Freitag von 8:30 bis 12:00 Uhr  
und 13:30 bis 17:00 Uhr

