



Suchtfachstelle  
Zürich

2020

## Lebens-Zeit neu gestalten

Gruppenangebot für Betroffene über 65 Jahre



# Anmeldetalon

## «Lebens-Zeit neu gestalten»

Bitte ausfüllen, abtrennen und einsenden an:

Suchtfachstelle Zürich, Josefstrasse 91, 8005 Zürich

Ihre Anmeldung für die Teilnahme an unseren Gruppenveranstaltungen ist auch elektronisch unter [www.suchtfachstelle.zuerich](http://www.suchtfachstelle.zuerich) möglich.

---

Name

---

Vorname

---

Geburtsdatum

---

Strasse/Nummer

---

PLZ/Ort

---

Telefon

---

E-Mail

---

Ort und Datum

---

Unterschrift

# «Lebens-Zeit neu gestalten»

## Gruppenangebot für Betroffene über 65 Jahre

Sie nehmen Abschied von der Erwerbstätigkeit, gehen in Rente? Dabei stellen Sie sich die Frage, wie Sie die damit verbundenen einschneidenden Veränderungen am besten angehen.

Schwanken Sie zwischen dem Gedanken, dass «noch lange nicht Schluss ist» und der Sorge, nicht mehr gebraucht zu werden?

Was beschäftigt und bewegt Sie im Hinblick auf den neuen Lebensabschnitt? Die Gruppe bietet Ihnen einen Rahmen, sich über Ihre Fragen und Themen auszutauschen und sich gegenseitig für Ihre Alltags- und Lebensgestaltung anzuregen.

### Schwerpunkte

- Abschied und Neuorientierung: zwischen Veränderungen, Einschränkungen und neuen Möglichkeiten, Perspektiven
- Aktuelle Lebenssituation: Alltags-, Zeit- und Beziehungsgestaltung
- Wie weiter bezüglich Konsum?

**Zielgruppe** Betroffene Frauen und Männer ab dem Pensionsalter

**Teilnahmebedingungen** Vorgespräch, Abstinenz am Gruppentag, regelmässige Teilnahme

**Gruppengrösse** 8 bis 10 Teilnehmende

**Kosten** 250 Franken

**Durchführung** 10 Nachmittage von 13.45 bis 16.00 Uhr, wöchentlich oder 14-täglich  
**Zyklus 1/2020** 24. Februar bis 8. Juni 2020  
**Zyklus 2/2020** 2. November 2020 bis 15. Februar 2021

**Ort** Suchtfachstelle Zürich, Josefstrasse 91, 8005 Zürich

**Anmeldung** [www.suchtfachstelle.zuerich](http://www.suchtfachstelle.zuerich)  
bis Beginn; späterer Einstieg auf Anfrage

**Leitung** Petra Bald

## Über uns und unsere Arbeitsweise

Die Suchtfachstelle Zürich bietet im Auftrag der Stadt Zürich Information, Beratung, Therapie und suchtmmedizinische Behandlung für Menschen aller Altersgruppen an. Zudem umfasst dieser 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 anerkannten Methoden. Nebst der Suchthematik berücksichtigen wir die relevanten Lebensbereiche, Begleiterkrankungen, Ressourcen und Entwicklungsmöglichkeiten. Zudem beraten und begleiten wir Partnerinnen und Partner, 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 Klientinnen und Klienten 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

