



Suchtfachstelle  
Zürich

**Info-Abende für Spanisch Sprechende**  
Gruppenangebot für Betroffene

**Info tardes para Hispanohablantes**  
Oferta de grupo para directamente afectados



# Gruppe Info-Abende für Spanisch Sprechende

Stellen Sie Ihren Konsum von Alkohol, Medikamenten oder anderen Substanzen in Frage oder sind Sie deswegen beunruhigt? Merken Sie, dass Ihr Konsum zugenommen hat oder dass Sie nicht verzichten konnten? Gab es bereits Probleme zu Hause, am Arbeitsplatz oder im Verkehr?

Diese und andere Fragestellungen können Sie in Ihrer Muttersprache und mit anderen Personen aus Ihrem Kulturkreis bei uns besprechen. Lösungsansätze oder Möglichkeiten zur Veränderung sowie ein tieferes Verständnis Ihres Konsumverhaltens stehen im Mittelpunkt des Dialogs. Wir vermitteln Informationen, die Ihnen helfen, risikoreiches Verhalten zu verstehen und besser einzuschätzen. Gegebenenfalls zeigen wir Ihnen Wege und Behandlungsmöglichkeiten auf. In der Gruppe erhalten Sie die Gelegenheit, sich selber besser kennenzulernen. Im Austausch mit anderen Personen erlangen Sie neue Einsichten und Impulse für positive Veränderungen.

## Schwerpunkte

- Auswirkungen des Alkoholkonsums auf Gesundheit, Familie und Arbeit
- Die Rolle der Angehörigen und was sie tun können
- Partnerschaft, Kinder und allgemeine Kindererziehungsfragen
- Umgang mit Gewalt und Konflikten
- Selbstreflexion – warum trinke ich?
- Rückfallprävention und -behandlung
- Solidarität leben und erleben

**Zielgruppe** Spanisch Sprechende mit problematischem Konsum von Alkohol oder anderen Substanzen oder einer Abhängigkeit, die einen regelmässigen Austausch über Verhaltensmuster, Konsumreduktion oder Umgang mit Alkohol in ihrem Alltag wünschen

**Teilnahmebedingung** Vorgespräch und regelmässige Teilnahme

**Gruppengrösse** 6 bis 12 Teilnehmende

**Kosten** 125 Franken pro Zyklus, inklusive individuellem Abschlussgespräch

**Durchführung** 5 Abende von 18.15 bis 20.15 Uhr, wöchentlich  
Beginn nach Absprache ab 4 Teilnehmenden

**Anmeldung** Eintritt nach Absprache jederzeit möglich

**Leitung** José Cedeño

# Grupo Info tardes para Hispanohablantes

Pone usted en duda su consumo de alcohol, medicamentos o alguna otra sustancia adictiva? Esta intranquilo por ello? Nota que su consumo se ha incrementado o que no puede prescindir de él? Ya le ha ocasionado su consumo problemas en casa, el trabajo o de tránsito?

Esas y otras cuestiones las puede hablar con nosotros en su lengua materna y con otras personas de su círculo cultural. Posibles soluciones y posibilidades de cambio, así como una comprensión más profunda de su comportamiento de consumo, son centrales en el diálogo. Nosotros transmitimos información que le ayuda a comprender y evaluar mejor su comportamiento de riesgo. Dado el caso, le mostramos caminos y posibilidades de tratamiento. En el grupo tiene Usted la oportunidad de conocerse mejor. En intercambio de ideas con otras personas adquiere una nueva comprensión y nuevos impulsos para cambios positivos.

## Puntos principales

- Información sobre diferentes formas y la propia forma de consumo
- Efectos del consumo de alcohol y otras sustancias en el círculo de amigos, la familia y el trabajo
- Prevención de recaídas y su tratamiento
- Manejo de violencia y conflictos
- Autoreflexión – por qué consumo?
- Los efectos de estas sustancias en el cuerpo

**Grupo destinatario** Hispanohablantes con un consumo problemático o dependencia al alcohol, alguna otras sustancias adictiva o medicamentos, o que pongan su consumo en duda y quieran profundizar en el tema

**Condiciones de participación** Conversación previa y asistencia regular

**Participantes** De 4 a 12 participantes

**Costo** 125 Francos por ciclo, incluyendo una conversación individual de cierre

**Realización** 5 tardes de 18.15 a 20.15 hrs., semanal

Fecha de inicio a concretar cuando se reúnan mínimo 4 participantes

**Inscripción** El inicio es posible en todo momento según se acuerde

**Dirección** José Cedeño

## El Puesto Especializado en Problemas de sustancias adictivas (Suchtfachstelle Zürich)

El Suchtfachstelle lucha por las personas que son directa o indirectamente afectadas por el consumo problemático de alcohol, medicamentos y otras sustancias. Por encargo de la Ciudad de Zürich ofrecemos información, consejería y psicoterapia también en Español. El Suchtfachstelle ocupa 20 trabajadores y es una asociación políticamente neutral y aconfesional.

### Suchtfachstelle Zürich

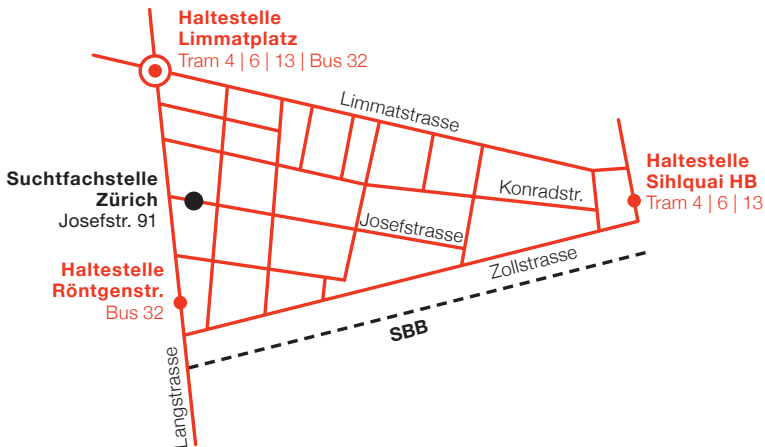
Josefstrasse 91, 8005 Zürich  
Teléfono 043 444 77  
info@suchtfachstelle.zuerich  
www.suchtfachstelle.zuerich

### Horario de consejería

Lunes a viernes de 8.00 a 18.00 hrs., otras citas previa petición

### Accesibilidad telefónica y registro

Lunes a viernes de 8.30 a 12.00 hrs. y de 13.30 a 17.00 hrs.



Die Suchtfachstelle Zürich wird durch das Sozialdepartement der Stadt Zürich leistungsabhängig subventioniert.