

Soziale Dienste Sarganserland

Einstieg zum Ausstieg: Trocken in fünf Tagen

Der im Sarganserland entwickelte ambulante Alkoholentzug macht Schule

Der vor zwölf Jahren von den Sozialen Diensten Sarganserland lancierte und immer weiter entwickelte ambulante Alkoholentzug macht Schule. Flächendeckend wird das Angebot in Zukunft auch von anderen Fachstellen im Kanton angeboten. Das kantonale Angebot wurde am 4. November 2021 im Beisein von Regierungsrat Bruno Damann der Presse vorgestellt.

Und wieder ist es passiert.

Ich nehme mir fest vor, weniger zu trinken. Und dann schaffe ich es trotzdem nicht.

Ich sehe jetzt ein, dass ich mir helfen lassen muss, um endlich etwas zu verändern!

- ✓ Sind Sie zum Alkoholentzug entschlossen?
- ✓ Wollen Sie während des Entzugs in Ihrem persönlichen Umfeld bleiben und falls möglich weiter Ihrer Arbeit nachgehen?
- ✓ Sind Sie mit einem vorgängigen medizinischen Check bei Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt einverstanden?

Die Herbst- und Wintermonate bringen viele Tage mit sich, an denen alkoholische Getränke fast unausweichlich sind. An Messen und Märkten, Advents- und Weihnachtsanlässen im privaten und geschäftlichen Rahmen wird es schnell ein Glas mehr – oder zu viel. Der nächste Tag beginnt häufig mit dem Vorsatz, weniger Alkohol zu trinken oder sogar ganz darauf zu verzichten. Doch der schleichenden Regelmässigkeit entgegenzuwirken ist nicht einfach. Die guten Vorsätze sind schnell vergessen oder es fällt schwerer, als man denkt. Wer dies erfährt, ist nicht alleine. Rund jede fünfte Person in der Schweiz trinkt Alkohol missbräuchlich. Das heisst: Sie trinkt regelmässig zu viel, zu oft oder zur falschen Zeit alkoholhaltige Getränke. Das Verhalten zu ändern ist eine grosse Herausforderung und ohne Hilfe doppelt schwierig.

Niederschwellig, individuell und kostenlos

Der von den Sozialen Diensten bereits seit vielen Jahren angebotene ambulante Alkoholentzug soll verstärkt unterstützen. In enger Zusammenarbeit mit den regionalen Hausärztinnen und Hausärzten bieten die Suchtberatungsstellen im Kanton ab dem 15. November 2021 flächendeckend einen fünftägigen ambulanten Alkoholentzug an. Niederschwellig und wohnortnah wird ein optimales Angebot für all jene Personen geschaffen, die ihren Alkoholkonsum einstellen oder für einen längeren Zeitraum pausieren wollen. Interessierte Personen können sich über die Ärztin oder den Arzt ihres Vertrauens oder die Homepage www.alkoholentzug-sg.ch informieren und mit den Sozialen Diensten Sarganserland unkompliziert einen Informationstermin vereinbaren.

In Rücksprache mit der Hausärztin oder dem Arzt erstellt die Suchtfachperson ein Programm, das ermöglicht, innerhalb von fünf Tagen den Alkoholkonsum einzustellen und zu überdenken. Die betroffene Person kann während dieser Zeit in ihrem persönlichen Umfeld bleiben. Im besten Fall ist der Entzug ohne Fehlzeiten am Arbeitsplatz möglich. Die ärztlichen Leistungen werden von der Krankenversicherung übernommen. Die professionelle Betreuung durch die Suchtfachpersonen der Sozialen Dienste Sarganserland ist für Einwohnerinnen und Einwohner des Sarganserlands kostenlos.

Ambulanter Alkoholentzug Kanton St. Gallen

Für Personen aus dem Kanton St. Gallen

Eine professionell begleitete Möglichkeit für den Ausstieg

www.alkoholentzug-sg.ch



Ein Sarganserländer Projekt wird zum kantonalen Projekt!

Das Angebot wird bei den Sozialen Diensten Sarganserland und Werdenberg sowie vom Blauen Kreuz bereits erfolgreich umgesetzt. Nun wird das Angebot mit Unterstützung aus dem Alkoholzehntel auf weitere Beratungsstellen ausgeweitet: Die Suchtfachstellen St. Gallen und Rorschach, die Suchtberatung Region Wil, die sozialen Fachstellen Toggenburg sowie die Regionalen Beratungszentren in Uznach und Rapperswil-Jona. Die dadurch entstehende Kooperation der selbstständigen Suchtberatungsstellen zu einem kantonsweiten gemeinsamen Projekt und die daraus erwachsenden Synergieeffekte sind schweizweit einzigartig. Basis dafür bilden das Konzept und die Instrumente, welche die Sozialen Dienste Sarganserland 2008 erarbeitet und in den letzten Jahren ständig verfeinert haben. Ein Sarganserländer Projekt wird somit zum kantonalen Projekt!

Mehr Infos:

www.alkoholentzug-sg.ch

Soziale Dienste Sarganserland

Sozialberatung Suchtberatung Schulsozialarbeit

Ragazerstrasse 11

7320 Sargans

Tel. 081 725 85 00

info@sd-sargans.ch

www.sd-sargans.ch



Soziale Dienste Sarganserland

*Die Erfahrung ist wie eine Laterne im Rücken;
sie beleuchtet stets nur das Stück Weg,
das wir bereits hinter uns haben.*

Konfuzius