



Zürcher Fachstelle für
Alkoholprobleme

2019

Spanisch Sprechende im Austausch

Gruppenangebot für Betroffene

Hispanohablantes en conversación

Oferta de grupo para directamente afectados



Gruppe **Spanisch Sprechende im Austausch**

Sie haben sich bereits mit Ihrem Alkoholkonsum auseinandergesetzt und sind daran interessiert, sich mit anderen Betroffenen in ihrer Muttersprache auszutauschen. In der Gruppe wird das Verständnis von möglichen Ursachen und Auswirkungen vom Alkoholkonsum thematisiert. Auch Lösungsansätze zur Veränderung und die Entwicklung einer ausgewogenen Alltagsgestaltung stehen im Mittelpunkt des Dialogs. Dabei werden Sie von der Gruppe gestärkt und motiviert. Im Meinungsaustausch erlangen Sie neue Einsichten und Impulse für positive Veränderungen und zudem die Gelegenheit, sich selber besser kennenzulernen.

Schwerpunkte

- Auseinandersetzung mit der eigenen Konsumproblematik
- Umgang mit Rückfällen
- Genuss und Frust
- Beziehungen zu Familie, Freunden und Partner
- Umgang mit Konflikten
- Selbstreflexion
- Solidarität leben und erleben

Zielgruppe Spanisch Sprechende, die ein besseres Verständnis vom eigenen Alkoholkonsum und sich selber wünschen, um Verbesserungen und Stabilität im Alltagsleben durch den regelmässigen Austausch zu erlangen.

Teilnahmebedingung Vorgespräch und regelmässige Teilnahme

Gruppengrösse 6 bis 12 Teilnehmende

Kosten 250 Franken für 10 Veranstaltungen, inklusive individuellem Abschlussgespräch

Durchführung Fortlaufend, 14-täglich, Mittwochs von 18.15 bis 20.15 Uhr

Anmeldung Eintritt nach Absprache jederzeit möglich

Leitung José Cedeno

Grupo **Hispanohablantes en conversación**

Usted se ha confrontado ya con su consumo de alcohol y tiene interés en entrar en intercambio con otras personas afectadas. En el grupo se tematiza la comprensión de posibles causas y efectos del consumo de alcohol. También se encuentran en el centro del diálogo las estrategias de solución para el cambio así como el desarrollo de una rutina equilibrada. Así será usted reforzado y motivado por el grupo. En este intercambio de ideas adquirirá nuevas visiones e impulsos para un cambio positivo y la oportunidad de conocerse mejor a sí mismo.

Puntos principales

- Confrontación con la propia problemática de consumo
- Cómo tratar las recaídas
- Disfrute y frustración
- Relaciones familiares, con amigos y de pareja
- Cómo tratar conflictos
- Autoreflexión
- Experimentar solidaridad

Grupo destinatario Hispanohablantes que deseen una mejor comprensión del propio consumo de alcohol para lograr mejoras y estabilidad en la vida diaria por medio del intercambio frecuente

Condiciones de participacion Conversación inicial y participación regular

Participantes De 6 a 12 participantes

Costo 250 Francos por cada 10 sesiones, inclusive conversación de cierre

Realización Continua, 24 tardes al año, Miércoles de 18.15 a 20.15 hrs

Inscripción Comienzo a acordar siempre posible

Dirección José Cedeno

El Puesto Especializado en Problemas de Alcohol (Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme) ZFA

El ZFA 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 ZFA ocupa 20 trabajadores y es una asociación políticamente neutral y aconfesional.

Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme

Josefstrasse 91, 8005 Zürich

Teléfono 043 444 77

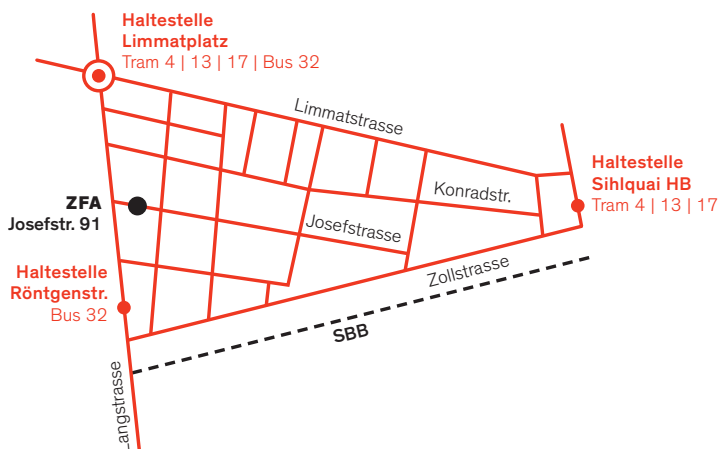
info@zfa.ch, www.zfa.ch

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 ZFA wird durch das Sozialdepartement der Stadt Zürich leistungsabhängig subventioniert.