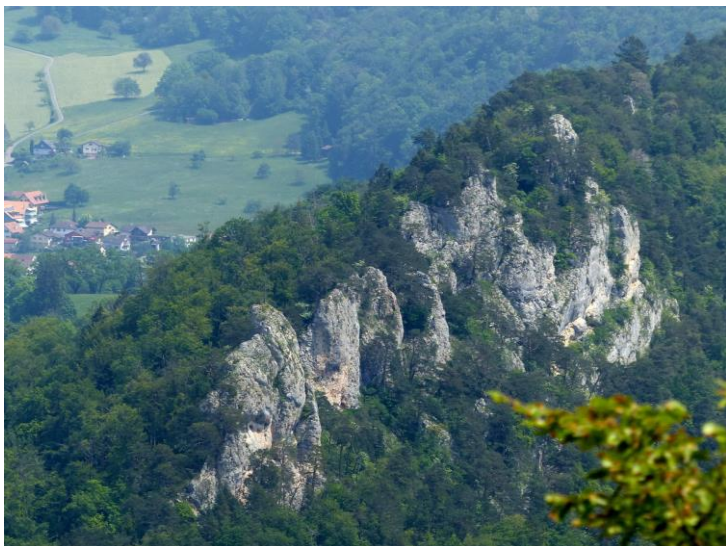


# Freizeit-Aktivitäten für alle

Frühjahr 2024



Blick von Stürmechopf zum Bännilifels (bei Grindel SO).

© Frank Lindemann

IOGT Basel | 1/2024 | Februar-Mai 24

Alkohol- und drogenfrei leben.  
Für persönliches und soziales Wohlbefinden.



## Was ist IOGT?

IOGT ist eine weltweit aktive Abstinenz- und Friedensbewegung. Ihre Mitglieder leben alkohol- und auch sonst drogenfrei. Sie engagieren sich in der Suchtprävention, -therapie und -nachsorge sowie in der Friedens- und Entwicklungszusammenarbeit.

IOGT ist parteipolitisch und konfessionell neutral und dem Weltverband «Movendi International» angeschlossen.

IOGT ist eine Organisation für die ganze Familie: Für Jugendliche bietet die IOGT-Jugendorganisation *Juvente* verschiedene Aktivitäten an, für Kinder der Verein *KiM – Kinder im Mittelpunkt*.

Die Aktivitäten von IOGT Basel sind für alle Menschen offen, nicht nur für Mitglieder. Während der Aktivitäten konsumieren die Teilnehmer weder Alkohol noch andere Drogen, sondern geniessen mit klarem Kopf.

IOGT Basel | Metzgerstrasse 16 | 4056 Basel

☎ 061 691 96 53

[iogt-basel@gmx.net](mailto:iogt-basel@gmx.net)

🌐 [www.iogt-basel.ch](http://www.iogt-basel.ch)

Postkonto 40-979-0

*Ähnliche Freizeit- und Beratungsangebote gibt es in der ganzen Deutschschweiz:*

*IOGT Schweiz | Schaffhauserstrasse 432 |*

*8050 Zürich | ☎ 044 300 30 45 |*

*[info@iogt.ch](mailto:info@iogt.ch) | 🌐 [www.iogt.ch](http://www.iogt.ch)*

Das Freizeitprogramm von *IOGT Basel*, *Juvente* und *KiM – Kinder im Mittelpunkt* wird unterstützt von der



# Inhalt

<i>Selbsthilfe</i>	Alkoholprobleme	04
<i>Spielen</i>	Domino	05
	Jassen	06
<i>Essen</i>	Sonntags-Brunch	07
<i>Kultur</i>	Quartierkultur	08
<i>Outdoor</i>	Sonntagswanderungen	09
<i>Lager/Ferien</i>	Wintersportlager	10
<i>Reisen</i>	Pfingsten an der Nordsee	11
<i>Gruppen</i>	Zyschdigs-Gruppe	12
	JaLLaKka	13
	Betriebsgruppe Stutz	14
<i>Freizeit</i>	Freizeithaus Stutz	15
<i>Jugend</i>	Juvente Jugendgruppe	16
	Jugendland Jugendgruppe	17
<i>Kinder</i>	Jugendland Kinder	17
<i>Kinder/Lager</i>	Lager & Anlässe	18
<i>Ferien</i>	Ferienhäuser im Jura	19
<i>...ausserdem</i>	Zu Gast in der Metzgerstr.	20
<i>Aktiv</i>	IOGT beitreten	21/22
<i>Aktuell</i>	Kampagne IOGT Schweiz	23/24

---

Redaktion: Helen Klee | Versand: Heinrich Polt

Druck: Discountprint AG, Basel

Bildnachweis Pixelio: Joujou (S. 6), Martin Schneider (S. 7), Paukerek (S. 11)

---

**MOVENDI**  
INTERNATIONAL



## Selbsthilfe: Alkoholprobleme

**Was?** | Du hast ein Alkoholproblem und möchtest mit jemandem reden, ...

- ... der Deine Sprache versteht
- ... der weiss, wovon Du sprichst
- ... der Deine Ängste selbst erlebt hat
- ... der selbst Alkoholprobleme hat
- ... der sein Alkoholproblem im Griff hat
- ... der Dir mithilft, neue Wege zu finden
- ... der Dir keine Vorwürfe macht
- ... dem Du vertrauen kannst.

**Dann komme in unsere geleitete Selbsthilfegruppe für Menschen mit Alkoholproblemen.**

**Wann?** | jeden Dienstag, 18.00 – 19.30 Uhr

**Wo?** | 🌐 Treffpunkt Metzgerstrasse 16, Basel

**ÖV** | 🚊 31, 36, 38, Metzgerstrasse

**Info** | Bruno Jagher  
📞 079 937 79 24  
[nitsuff@bluewin.ch](mailto:nitsuff@bluewin.ch)




## Domino

**Was?** | Wir treffen uns für ein paar Runden Domino gemäss FIDO-Regeln ([www.dominospiel.de](http://www.dominospiel.de)).


Zählt für die Weltrangliste!



Neulinge sind willkommen und werden eingeführt.

**Wann?** | jeden letzten Freitag im Monat, 19.30 Uhr

23. Feb. IOGT Treffpunkt Metzgerstrasse 16, Basel  
( 31, 36, 38, Metzgerstrasse)

22. März bei Angie Stich, Kirschgartenweg 4,  
Dornach ( 66, 67, Museumsplatz)

26. April IOGT Treffpunkt Metzgerstrasse 16, Basel  
( 31, 36, 38, Metzgerstrasse)

31. Mai bei Stina und Alex Klee, Sierenzerstrasse  
72, Basel ( 6, Allschwilerplatz;  36,  
Morgartenring)

**Info** | Alex Klee,  079 441 05 50  
[fido-schweiz@gmx.ch](mailto:fido-schweiz@gmx.ch)



## Jassen

**Was?** | Wir jassen, vor allem Schieber.

Für Neulinge bieten wir auch die Gelegenheit, das Jassen unter Anleitung zu erlernen.  
Nach Wunsch der Teilnehmenden sind auch andere Kartenspiele möglich (Skat, Joker, Canasta etc.).

**Wann?** | jeden zweiten Dienstag, 19.45 Uhr

13. und 27. Februar

12. und 26. März

09. und 23. April

07. und 21. Mai

**Wo?** | 🌐 Treffpunkt Metzgerstrasse 16, 4056 Basel

**ÖV** | 🚊 31, 36, 38, Metzgerstrasse

**Info** | Paul Klee, ☎ 061 361 46 49  
[klee.p@outlook.com](mailto:klee.p@outlook.com)



# Sonntags-Brunch

**Was?** | Gemütliches Familien-Zmorge am Sonntag mit Gelegenheit zum Plaudern und Gedankenaustausch.

**Wann?** | Am ersten Sonntag im Monat, 10.00 Uhr


4. Februar

3. März

7. April

5. Mai


**Wo?** | bei Heinrich Polt, Waldweg 8a, 4153 Reinach

**ÖV** |  11, Surbaum

**Kosten** | Beitrag CHF 5 pro Person

## **Info und Anmeldung** |

bis jeweils Mittwochabend bei Heinrich Polt,

 061 721 54 00, [heinrich@polt.ch](mailto:heinrich@polt.ch)

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt; entscheidend ist die Reihenfolge der Anmeldungen.



## Offene Türen für Kultur

Am **Freitag 26. April 2024** ist es wieder so weit: Bereits zum dritten Mal findet «**QuartierKultur St. Johann**» statt. Betriebe und Institutionen öffnen Türen und Tore für alle Interessierten, bieten überraschende Einblicke in das vielfältige Geschehen im Quartier und werden zur Bühne für Kunst und Kultur.



**Programm im  Treffpunkt, Metzgerstrasse 16, Basel**

Im Parterrelokal:

- **Waffelcafé**, alkoholfreie Cocktails  
*(durchgehend 16–23 Uhr)*

Im Gewölbekeller:

- **Singen für alle** mit Christine Klee. Wir singen einfache Lieder aus aller Welt, alle sind ganz herzlich willkommen! Ohne Noten und Vorkenntnisse – einfach singen! *(18.30 – 19.30 Uhr)*
- **Konzert**. Gitarre, Percussion und Gesang von und mit Christine Klee *(21.00 – 21.45 Uhr)*



# Sonntags-Wanderung

**Was?** | Familienwanderung in der näheren oder weiteren Region, abwechslungsreiche Routen, ausgedehnte Mittagspause. Picknick mitnehmen! Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

**So, 25. Februar | Riehen-St. Chrischona-Ruschbachtal-Hornfelsenhütte-Hörnli Grenze** | 4h30, ↗435 m, ↘455 m | Treffpunkt: Riehen Weilstrasse (🚊 6), 10.00 Uhr. | *Achtung: ID mitnehmen*

**So, 24. März | Allerheiligenberg-Gwidemhöchi-Spitzenflüeli-Ankeballe-Langenbruck** | 3h35, ↗615 m, ↘735 m | Treffpunkt: Allerheiligenberg, Restaurant (🚗 555), 10.00 Uhr.

**So, 28. April | Drei-Flüsse-Wanderung Brugg-Gebensdorf-Baden: Industriegeschichte und Naturschutzwald** | 3h40, ↗460 m, ↘355 m | Treffpunkt: Bahnhof Brugg, 10.20 Uhr | zum Abschluss in Baden Möglichkeit zum Gratisbad in den öffentlichen «Heissen Brunnen» (Badezeug mitnehmen)

**Do/Fr, 9./10. Mai | Auffahrts-Zweitageswanderung im Berner Jura** | Do: Frinvillier-Sentiers des 22 Contours-Sentier des Roches-Orvin-Les-Près d'Orvin-Jurahaus, 4h10, ↗1'155m ↘390 m | Übernachtung: Jurahaus SAC | Fr: Jurahaus-Ponts des Anabapistes-Sonceboz-Col de Pierre Pertuis-Birsquelle-Tavannes | 3.20h ↗270 m, ↘835 m | Treffpunkt: Bhf. Frinvillier-Taubenloch, 10.30 Uhr | anmelden bis 15.2.24 📄 [simpleeventsignup.com/event/210335-auffahrtswanderung-2024](https://simpleeventsignup.com/event/210335-auffahrtswanderung-2024)

**Info** | Bei Interesse Aufnahme in die WhatsApp-Gruppe «Sonntags-Wanderungen IOGT». Dort wird auch über die definitive Durchführung der Touren informiert.

**Kontakt und Anmeldung** | Alex Klee  
☎ 061 683 29 77 oder 📞 079 441 05 50  
[alex.klee@iogt.ch](mailto:alex.klee@iogt.ch)

## Wintersportlager 2024

Ein Lager für alle Generationen mit vielen Möglichkeiten: Alpin-Skifahren, Snowboarden, Langlaufen, Winterwandern, Schlitteln – und abends gemeinsames Nachtessen, Spielen, eine Vorleserunde und gemütliches Zusammensein.

Das Lager findet vom **10.-17. Februar 2024** in der Jugendherberge **Château d'Oex VD** statt. Das Haus steht uns exklusiv zur Alleinnutzung zur Verfügung, ebenso eine gut eingerichtete Selbstkocherküche. Die Jugi verfügt über total 50 Betten (6 Viererzimmer, 3 Sechszimmer, 1 Achterzimmer), die wir aber nicht alle belegen werden. Zur Ausstattung gehören auch ein Tischtennistisch, ein Döggelikasten, ein Aufenthaltsraum, ein Skiraum sowie kostenloses WLAN.

Die Auswahl an attraktiven Skigebieten ist gross in der **Destination Gstaad** mit über 200 Kilometern Pisten. Die nächstgelegene Einstiegsmöglichkeit ist in Rougemont (nur 13 Minuten mit der Bahn). Es gibt aber auch jede Menge Loipen, Schlittelpisten und Winterwanderwege.

**Infos** | Alex Klee

☎ 061 683 29 77, 📠 079 441 05 50

[Jallakka-iogt@gmx.net](mailto:Jallakka-iogt@gmx.net)

**Anmeldung** |

für Kurzentschlossene sind noch wenige Plätze frei:

🔗 <https://simpleeventsignup.com/event/208927-wintersportlager-2024-chateau-doex>.

## Pfingsten im westfriesischen Wattenmeer

**Was?** | Pfingstcamps des Bunds für drogenfreie Erziehung (BdE) auf dem Hof «Springfield» für Erwachsene und Familien bzw. von Juvente Deutschland auf dem Hof «Eureka» für Jugendliche

**Wann?** | 17.–20. Mai 2024

**Wo?** | Insel Schiermonnikoog NL

**Infos und Anmeldung** |

🔗 [www.juvente.de/de/camps/camps/schiermonni-2024](http://www.juvente.de/de/camps/camps/schiermonni-2024)

🔗 [www.drogenfreie-erziehung.de/veranstaltungen/](http://www.drogenfreie-erziehung.de/veranstaltungen/)




## Zyschdigs-Gruppe


**Was?** | Ein Nachmittag in gemütlicher Runde mit interessanten Themen. Alle Teilnehmenden können dazu beitragen.

**Wann?** | jeden zweiten Dienstag, 15.00 Uhr

6. Februar	Quiz mit Bruno
20. Februar	fällt aus (Fasnacht)
5. März	Kennst du Basel? mit Marie
19. März	Spielnachmittag
2. April	Märchen für Erwachsene mit Silvia
16. April	Märchen für Erwachsene mit Silvia
30. April	Pias Wundertüte
14. Mai	Unterhaltsames mit Bruno
28. Mai	Spielnachmittag

**Wo?** |  Treffpunkt Metzgerstrasse 16, 4056 Basel



**ÖV** |  31, 36, 38 bis Metzgerstrasse

**Info** | Bruno Jagher  
 061 331 69 24  
[bergquell-iogt@bluewin.ch](mailto:bergquell-iogt@bluewin.ch)

**Was?** | Mitglieder und Freunde der Gruppe JaLLaKka unternehmen zusammen, worauf sie Lust haben – alkohol- und auch sonst drogenfrei, na klar!

**Wann?** | jeden 2. Mittwoch

07.02.	Spieleabend   19.30 Uhr,  Treffpunkt Metzgerstrasse 16, Basel
10.-17.2.	JaLLakka /Juvente Wintersportlager (s. S. 10)
21.02.	Fasnachtsmittwoch   18.00 Uhr Essen, 19.30 Uhr Gässle (kostümiert oder zivil)
06.03.	Kultur-Abend (Details noch offen)
20.03.	JaLLaKka-Kellerkino   19.30 Uhr,  Treffpunkt Metzgerstrasse 16, Basel
03.04.	Osterhasen-Resteessen   19.30 Uhr,  Treffpunkt Metzgerstrasse 16, Basel
<b>15.04.</b>	<b>Montag:</b> Ethnologische Studienreise   Besuch am Zürcher Sechseläuten
17.04.	Diskussionen   19.30 Uhr, Bahnweg 2, Ettingen
01.05.	Members-Only-Tagesausflug   Details und Anmelde-Infos werden noch mitgeteilt
15.05.	Mitgliederversammlung   19.30 Uhr, bei Familie Melcher, Saffretweg 31, Dornach
29.05.	Basler Strassennamen-Rallye (Details folgen)

**Info** | [jallakka-iogt@gmx.net](mailto:jallakka-iogt@gmx.net) oder  
 Angie Stich,  077 499 44 92  
 Alex Klee,  079 441 05 50

## Betriebsgruppe «Stutz»



**Was?** | Unser Bijou, das Freizeitgelände am Waldrand, ist gut zum Sünnele, Bräteln, Zelten, Baden, Feiern, Spielen (Pingpong, Domino, Versteeggis und anderes). – Der «Stutz» braucht aber auch Pflege! Dafür treffen wir uns einmal monatlich von 10.00 bis ca. 15.30 Uhr. In der Feuerstelle glimmt Glut; Mittagessen nehmen alle selber mit.




**Wann?** |

Sa, 24. Februar	10.00 Uhr
Sa, 23. März	10.00 Uhr
Sa, 13. April	10.00 Uhr
Sa, 25. Mai	10.00 Uhr


**Wo?** | Freizeitgelände Stutz, Im Stutz 2, Therwil  
 [www.jura-huetten.populus.org/rub/3](http://www.jura-huetten.populus.org/rub/3)

**ÖV** |  10, 17 bis Känelmatt oder  
 62, 64 bis Jurastrasse

**Anmeldung** | bis jeweils 3 Tage vor dem Arbeitstag

**Info** | Stina Klee  
 061 683 29 77  
[stinaklee@gmx.ch](mailto:stinaklee@gmx.ch)



**Lageplan** |  [www.jura-huetten.populus.org/rub/3](http://www.jura-huetten.populus.org/rub/3)

**Trägerschaft** | KiM – Kinder im Mittelpunkt

**Information und Vermietung** |

Florian Klee, Sekretär KiM

 061 701 18 34

[stutz@kinder-im-mittelpunkt.ch](mailto:stutz@kinder-im-mittelpunkt.ch)

## Juvente | Jugendgruppe




juvente

**Was?** | Jugendliche von 13 bis 28 Jahren gestalten in der Jugendorganisation *Juvente* gemeinsam ihre Freizeit, sind kreativ, gehen ins Kino, fahren in Lager, nehmen an Seminaren teil – und sind für einander da.

**Wann?** | jeweils freitags, 19.00 Uhr.

02. Febr. Schlittschuhfahren, Kunsteisbahn Basel

**10.-17. 2.** Wintersportlager (s. S. 10)

01. März Filmnacht im Kellerkino,  Treffpunkt Metzerstr. 16, Basel

15. März Jumpfactory, Walzwerk Münchenstein

12. April Kulturabend II (Details folgen)


26. April Fackelwanderung (Infos folgen)

**17.-20.5.** Pfingstcamp, Schiermonnikoog (s. S. 11)

**25./26.5.** Weekend auf dem Balmberg (Berghütte Wannenfloh)

**Wo?** | wenn nichts anderes angegeben:

 Treffpunkt Metzerstrasse 16, Basel

**ÖV** |  31, 36, 38, Metzerstrasse

**Infos** |  [www.juvente.ch](http://www.juvente.ch)

facebook.com/JuventeCH

twitter.com/juventeSchweiz

youtube.com/user/JuventeCH

instagram.com/juvente.ch

**Kontakt** | [vorstand@juvente.ch](mailto:vorstand@juvente.ch) oder

Jonas Melcher,  078 635 30 46.

Bei Interesse Aufnahme in die WhatsApp-Gruppe Juvente.



## Jugendland | Jugendgruppe

Informationen über die Durchführung von Aktivitäten sind auf unserer Website zu finden. [www.jugendland.ch](http://www.jugendland.ch)



## Jugendland | Kinder

### Offener Treffpunkt Jugendland



- Di 15:00-18:30 (Bastelnachmittag),
  - Mi 14:00-18:30, Do 15:00-18:30, Fr 15:00-21:00\*,
  - Sa 14:00-18:30 (nicht in den Schulferien)
- \*Am Freitagabend gibt es jeweils um 19:00 Uhr ein Znacht. Beitrag CHF 2, bitte verbindlich anmelden per Telefon bis 17.30 Uhr.*

### Auf dem Jugendland erwarten Dich:


- ein Regal voller Gesellschaftsspiele;
- eine Kiste mit Bastelsachen;
- Pinsel, Farben, Stifte, um nach Herzenslust zu malen;
- ein Raum voller Kissen und «Verkleiderlis-Sachen»;
- ein grosses Gelände für Versteckis, 14-15 oder Fangis;
- Bälle, Federballsets, Tischtennisschläger und -platte, eine Seilbahn und vieles mehr zum Draussen-Spielen;
- Das Team vom Jugendland, um mit Dir zu basteln, zu spielen und zu reden.

Detailprogramm siehe Seite 18

 Jugendland, Baselmattweg 115, Allschwil

 6,  48 bis Kirche


Infos [www.jugendland.ch](http://www.jugendland.ch)

 061 482 04 84 (Jugendland), 061 481 81 09 (Büro)

## Lager & Anlässe auf dem Jugendland

### Allschwiler Fasnacht, So. 11. Februar

Nimm auf dem Jugendlandwagen am Fasnachtsumzug in Allschwil teil! CHF 25 pro Kind inkl. Zvieri und Wurfmaterial

**Anmelden:** bis 4. Februar  [www.jugendland.ch](http://www.jugendland.ch)


- 20.-24.2. geschlossen
- 26.2.-2.3. Deko-Basteln für Mottodisco
- 4.-9.3. Wir machen Schwimmkerzen
- 11.-13.3. Grümpeltage
- 14.-16.3. Gartentage
- 18.-23.3. Kreativ mit Gips
- 25.3.-6.4. Filzen
- 8.-20.4. Stempeln und Drucken
- 22.4.-4.5. Hütten bauen und fūrle
- 6.-18.5. Papier falten

---

**So sind unsere Lager:** Wir zelten jeweils auf dem Jugendland in Allschwil. Wer will, kann natürlich auch im Freien schlafen... Wir kochen auf dem Feuer und haben viel Zeit zum Spielen, Toben, Lachen, Basteln und Abenteuer-Erleben. Am besten bringst Du Deine Freund\*innen mit, dann wird's nämlich doppelt so lustig.




### Pfingstlager 18.-20. Mai

«Spannende Rätsel und geheimnisvolle Spuren»: Ein Lager für angehende Detektivinnen und Detektive.

Anmelden bis 4. Mai  [www.jugendland.ch](http://www.jugendland.ch)

---

**Vorschau:** SoLa 22.-26. Juli | HeLa 9.-11. Oktober

*Infos* auf dem  Jugendland,  061 482 04 84  
und im Internet unter  [www.jugendland.ch](http://www.jugendland.ch)

## Ferienhäuser im Jura

**Was?** | Planen Sie ein Lager, ein Weekend, Familienferien, ein Seminar oder ein Fest?

Diese alkoholfrei geführten Häuser bieten sich dafür an: heimelige Unterkünfte mitten in der Natur.

**Romontberg BE** | ASC-Hütte Hochwacht | hoch über Grenchen | 20 Schlafplätze | Pellet-Ofen | mitten im Wandergebiet (Romontberg-Grenchenberg) | **Kontakt:** Fam. Bader, ☎ 032 653 04 72, [baderirene@bluewin.ch](mailto:baderirene@bluewin.ch) | **Infos:** 📍 [www.romontberg.ch](http://www.romontberg.ch)

**Therwil BL** | KiM-Freizeitgelände und -haus Stutz | am Waldrand | nur 10 min. von Tram/Bus | 5 Schlafplätze | Grosser Garten (zum Zelten geeignet) mit Feuerstelle, Pingpong Tisch und Swimmingpool | **Kontakt:** Flo Klee, ☎ 061 701 18 34, [stutz@kinder-im-mittelpunkt.ch](mailto:stutz@kinder-im-mittelpunkt.ch) | siehe auch S. 14/15

**Infos** | Details zu diesen und anderen alkoholfrei geführten Häusern im Jura: 📍 [www.jura-huetten.populus.ch](http://www.jura-huetten.populus.ch)

**Zu Gast im Treffpunkt Metzgerstrasse 16****Narcotics Anonymous**

- Meeting «Attitude of gratitude» (dt.), Do, 19.30 h
- Meeting «Freedom» (dt.), Sa, 10.00 h
- Meeting «Easy Does It» (engl.), So, 10.00 h
- Schrittarbeit, 1.+3. Sa im Monat, 11.45 Uhr

📄 [www.narcotics-anonymous.ch](http://www.narcotics-anonymous.ch)

**Alcoholics Anonymous**

English speaking meetings

- Sun, 7 pm: Twelve Steps Meeting
- Mon, 7 pm: Discussion Meeting

📄 [www.aabaselenGLISH.ch](http://www.aabaselenGLISH.ch)



**Absender/in**

Vorname/Name:

Adresse:

PLZ/Ort:

Tel.:

E-Mail:

IOGT Basel  
Metzerstrasse 16  
4056 Basel



Bitte sendet mir mehr Infos zu

- IOGT Basel
- Juvente – die besondere Jugendorganisation
- KiM – Kinder im Mittelpunkt

Ich lebe alkohol- und auch sonst drogenfrei und unterstütze die Prinzipien der IOGT-Bewegung. Ich möchte Mitglied werden von

- IOGT Basel
- Juvente – die besondere Jugendorganisation  
(für 13- bis 28-Jährige)
- KiM – Kinder im Mittelpunkt

Ich habe ein Alkoholproblem und bitte um ein Beratungsgespräch. Bitte rufen Sie mich an.

Ich möchte die Räumlichkeiten im Treffpunkt Metzgerstrasse 16 in Basel mieten. Bitte nehmen Sie mit mir Kontakt auf: .....

Ich möchte das Freizeitgelände und -haus Stutz in Therwil mieten. Bitte nehmen Sie mit mir Kontakt auf: .....

# IOGT Schweiz

## Kampagne «Komm, wir trinken noch keins»

**Was?** | Seit über 130 Jahren bietet IOGT Schweiz alkoholabhängigen Menschen und deren Angehörigen erfolgreich Hilfe und Beratung an. Die Gesprächsgruppen in Zürich, St. Gallen und Basel (s. Seite 4) wirken stabilisierend und arbeiten langfristig auf die Abstinenz hin.

Die Kampagne «**Komm, wir trinken noch keins**» soll auf das Thema aufmerksam machen und dazu anregen, sich damit zu beschäftigen.

Sie können unsere Kampagne durch das Auflegen von Flyern, das Platzieren von Füllerinseraten oder das Aufhängen von Postern unterstützen. Wir stellen Ihnen dafür gerne das Material kostenlos zur Verfügung.

Vielen Dank für Ihre Hilfe.

**Infos und Materialbestellung** |  
🔗 [www.iogt.ch/alkohol-problem/](http://www.iogt.ch/alkohol-problem/)  
und/oder [oliver.meyer@iogt.ch](mailto:oliver.meyer@iogt.ch)

# Komm, wir trinken noch keins.



Helfen Sie mit!  
Senden Sie ein SMS mit  
dem Text **IOGT** an **488**  
und spenden Sie so  
10 Franken.  
Dankeschön!



Gewohnheiten lassen sich ändern.  
Seit über 120 Jahren helfen wir Menschen  
mit einem Alkoholproblem.

[www.iogt.ch](http://www.iogt.ch)

Alkohol- und drogenfrei leben.  
Für persönliches und soziales Wohlbefinden.

