

Freizeit-Aktivitäten für alle

3/2025

IOGT Basel

Oktober 2025 bis Januar 2026

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

🌐 www.iogt-basel.ch

Postkonto 40-979-0

IBAN CH39 0900 0000 4000 0979 0

Unterstützen Sie unsere Arbeit mit einer Spende per Twint:



TWINT

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

IOGT Schweiz | Schaffhauserstr. 432 | 8050 Zürich |

☎ 044 300 30 45 | info@iogt.ch | 🌐 www.iogt.ch

Inhalt

<i>Selbsthilfe</i>	Alkoholprobleme	04
<i>Spielen</i>	Domino	05
	Jassen	06
<i>Kulinarik</i>	Sonntags-Brunch	07
	Herbstbeizli Stutz	08
<i>Outdoor</i>	Sonntagswanderungen	09
	Fernwandern Uri	10
<i>Lager</i>	Herbst- und Winterlager	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	17/18
<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 & Versand: Helen Klee

Druck: WIRmachenDRUCK.ch

Titelbild: Kapelle Vorbourg, Delsberg (IOGT-Wanderung Dezember 2024), Frank Lindemann
Bildnachweis S. 7: Pixelio/Martin Schneider

MOVENDI
INTERNATIONAL



Selbsthilfegruppe: Wenn Alkohol zum Problem wird

Wer versteht wirklich, wie es ist, ein Alkoholproblem zu haben?

Jemand, der in der gleichen Situation ist.

Darum sind Gespräche in der Gruppe ehrlich, offen, respektvoll und vertraulich.

Alles, was in der Gruppe besprochen wird, bleibt in der Gruppe. Während des Treffens müssen alle Teilnehmenden nüchtern sein.

IOGT ist politisch und religiös neutral.

Nützt die Gesprächsgruppe wirklich?

Aktive und ehemalige Teilnehmende finden die Gespräche hilfreich.

Schnuppern | nach einem Vorgespräch erwünscht.

Eintritt | nach einem Vorgespräch und Schnuppern

Kosten | CHF 30 monatlich

Wann | jeden Dienstag, 18.00–19.30 Uhr

Wo |  Treffpunkt Metzgerstrasse 16, Basel

ÖV |  31, 36, 38, Metzgerstrasse

Info |  044 300 30 45 (IOGT Schweiz)

 076 227 76 33 (SMS/WhatsApp)

info@iogt.ch

 www.iogt-basel.ch



Domino

Was? | Wir treffen uns für ein paar Runden 15er-Domino gemäss FIDO-Regeln (www.dominospiel.de). Zählt für die Weltrangliste! Neulinge sind willkommen und werden eingeführt.

Wann? | jeden letzten Freitag im Monat, 19.30 Uhr

31. Oktober	bei Chris Währen, Drahtzugstr. 28, Basel (🚗 6/14/15 Clarastrasse)
28. Nov.	bei Stina + Alex Klee, Sierenzerstrasse 72, 4055 Basel (🚗 6 Allschwilerplatz; 🚆 36 Morgartenring)
Sa, 27. Dezember	WM am Bahnweg 2, Ettingen (🚗 10, 17; 🚆 68 Ettingen, Dorf). 12er-Domino. Buffeteröffnung 18 h, Turnierstart 19 h.
30. Januar	🌐 Treffpunkt Metzgerstrasse 16, Basel (🚆 31, 36, 38, Metzgerstrasse)

Info | Alex Klee, 📞 079 441 05 50
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

07. + 21. Oktober

04. + 18. November

02. + 16. + 30. Dezember

13. + 27. Januar 2026

Wo? | 🌐 Treffpunkt Metzgerstrasse 16, 4056 Basel

ÖV | 🚊 31, 36, 38, Metzgerstrasse

Info | Paul Klee, ☎ 061 361 46 49
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 (ausser im Oktober und Januar)

kein Brunch im Oktober

02. November

07. Dezember

kein Brunch im Januar 2026

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,

 061 599 45 30, heinrich@polt.ch

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



Herbstbeizli

Was? | An zwei Herbstwochenenden im Oktober verwandelt sich das Freizeithaus «Stutz» in ein gemütliches «Herbstbeizli». Auf der Terrasse des Vereinshauses von «KiM – Kinder im Mittelpunkt» werden herbstliche Köstlichkeiten wie Suppe, Käse- oder Speckbrettchen sowie Wähen und Kuchen serviert, zusammen mit einem Glas Süssmost oder einer Tasse Kaffee oder Tee.



Wann? | 18./19. und 25./26. Oktober, 12-17 Uhr

Wo? | Freizeitgelände Stutz, Im Stutz 2, Therwil
📍 www.jura-huetten.populus.org/rub/3

ÖV | 🚗 10, 17 bis Känelmatt oder
🚊 62, 64 bis Jurastrasse

Sonntags-Wanderung

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

So, 26. Oktober: Riehen-Tülingen-Burgruine Rötteln-Wollbach | 4h10, ↗290 m, ↘280 m | Treffpunkt: Riehen Dorf (🚊 6), 10.30 Uhr | Rückfahrt mit der Dampfbahn «Chanderli» nach Weil-Haltingen | ID mitnehmen!

So, 30. November: Bärschwil Station-Liesberg-Huggerwald-Laufen | 4h25, ↗490 m, ↘505 m | Treffpunkt: Bärschwil Station (🚊 118), 11.10 Uhr

So, 28. Dezember: Augarten-Kaiseraugst-Schweizerhalle-Hardwald-Birsfelden | 3h10, ↗130 m, ↘140 m | Treffpunkt: Augarten (S1), 10.35 Uhr

So, 25. Januar: Rundwanderung MuttENZ-Chlosterchöpfli-EggliSgraben-Wartenberg-MuttENZ | 3h15, ↗445 m, ↘445 m | Treffpunkt: MuttENZ, Mittenza (🚊 60), 10.00 Uhr

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

Fernwandern: «Uri bahntastisch»

Sommer 2024 – Sommer 2026

45 kleine und kleinste Luftseilbahnen – 1 Standseilbahn – 1 Sessellift – Schiff- und Postautofahrten – 39 ganz kurze bis sehr lange Wanderungen unterschiedlichster Schwierigkeitsgrade, darunter eine Schneeschuh-Etappe – zwei Skitage – eine Kajaktour – und das Ganze verteilt auf 9 ein- bis dreitägige Etappen von Sommer 2024 bis Sommer 2026: Das ist das Wanderprojekt «Uri bahntastisch».



Etappe VII | Sa/So, 11./12. Oktober: Zweitageswanderung durchs wilde Isenthal | Sa: St. Jakob–Gitschenen–Furggelen–Oberbärchi–Isenthal | total 5h05, 2'160 Hm (mit 4 Seilbahnen) | Übernachtung: Hotel Urirotstock, Isenthal | So: Isleten–Bauen–Brunni–Seelisberg (mit 2 Seilbahnen und Schifffahrt), total 3h45, 1'185 Hm | Treffpunkt: Bhf. Basel SBB, 07.50 Uhr | *ausgebucht!*

Etappe VIII | Sa, 31. Januar: Skitag in Andermatt | Skigebiete Gemsstock (Vormittag) und Gütsch (Nachmittag) | Treffpunkt: Bhf. Basel SBB, 05.55 Uhr | Anmeldungen bis 25.1.26 an alex.klee@iogt.ch

Etappe IX | Sa/So, 27./28. Juni: Zweitagetour hoch über dem Urnersee | Sa: Kajaktour; Wanderung Oberaxen–Sisikon (mit 2 Seilbahnen), total 1h55, 835 Hm | Übernachtung: Lidernenhütte SAC | So: Lidernenhütte–Buggialp–Twärrüti–Sisikon (mit 1 Seilbahn), total 3h40, 1'720 Hm | Treffpunkt: Bhf. Basel SBB, 06.50 Uhr | Anmeldungen bis 1.3.26 an alex.klee@iogt.ch

Infos | Alex Klee

☎ 079 441 05 50, iogt-basel@gmx.net

Herbstlager für Kinder

Was? | Lager-Thema «Spiele spielen»

Wann? | 8.-10. Oktober

Wo? |  Jugendland, Baselmattweg 115, Allschwil
( 6,  48 bis Kirche)

Kosten? | CHF 80/Kind (Geschwisterkinder 70)

Flyer fürs Lager:  www.jugendland.ch

Winterlager für Jugendliche

26. Dez. 2025 – 02. Jan. 2026 in Le Sentier VD

Wir geniessen die Tage zwischen den Jahren mit spontanen Aktivitäten, Wintersport (Langlauf, Schlitteln, Ski alpin usw.), gemeinsamem Kochen, Spielen – und wir feiern mit klarem Kopf den Übergang ins neue Jahr.

Infos und Anmeldung:  www.juvente.ch; Infos über Mitfahrmöglichkeit ab Basel: vorstand@juvente.ch oder Jonas Melcher,  078 653 46.

Wintersport für alle Generationen

Wintersportlager JaLLaKka/Juvente, 14.-21. Feb. 2026

Das Lager findet dieses Mal im gemütlichen «Bärghüs Metjen» in Eischoll VS statt. Es liegt in unmittelbarer Nähe des dortigen kleinen Skigebiets, das mit demjenigen des Nachbarorts Unterbäch verbunden ist. Mit einem Skibus ist auch das grössere Skigebiet von Bürchen/Törbel erreichbar. Wir vertreiben uns die Zeit mit Ski- und Snowboard fahren, Schneeschuh- und Winterwandern und langen Spieleabenden.

Infos und Anmeldung:  www.iogt-basel.ch, Menu «Aktive Freizeit/Aktuell».

Zyschdigs-Gruppe

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

Wann? | jeden zweiten Dienstag, 15.00 Uhr

14. Okt.	Geschichten von Franz Hohler mit Paul und Helen
28. Okt.	Pias Wundertüte
11. Nov.	Kalender verpacken
25. Nov.	Paul liest Märchen im Alterszentrum Am Waserturm, Giornicostr. 144, Basel (🚏 47, Spitzacker)
09. Dez.	Grättimänner und Gaggo mit Hansjörg
23. Dez.	Weihnachtsgutzi und Spiele
06. Jan.	Dreikönigskuchen mit Paul
20. Jan.	«Ein Weg aus der Sucht» mit Hansjörg

Wo? | wenn nichts anderes angegeben:
🌐 Treffpunkt Metzgerstrasse 16, 4056 Basel

ÖV | 🚏 31, 36, 38 bis Metzgerstrasse

Info | Pia Zehnder
📞 076 582 08 20
pia.zehnder@piazehnder.ch

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

Wann? | in der Regel jeden 2. Mittwoch

- | | |
|-------------|---|
| 01.10. | Montagsmaler Online Spielstart 19.30 Uhr |
| 17.10. (Fr) | Theaterreise «Entre les mondes/Zwischen Welten» Start 19h, Neues Theater Dornach, an-schl. theatrale Zugfahrt nach Delsberg* |
| 29.10. | Volkstanz 19.30 Uhr, Jugendland, Baselmattweg 115, Allschwil* |
| 2.11. (So) | Ausflug in den Europapark* Anmeldung unter  www.juvente.ch |
| 12.11. | Kegeln 19h Essen, 20h Spielen Restaurant Schützenhaus, Baselstrasse 87, MuttENZ* |
| 27.11. (Do) | Songwriter-Slam 20.30 Uhr, Atlantis, Klosterberg 13, Basel |
| 10.12. | Kerzenziehen 19 Uhr bei Josy Sprich, Bruggweg 44, Dornach |
| 31.12. | Silvesterparty 19 Uhr,  Treffpunkt Metz-erstrasse 16, Basel Essen und Spiele mitbringen |
| 7.1. | Sauna 19h, Naturbad, Weilstrasse 69, Riehen |
| 21.1. | Bündner Abend mit Arno Camenisch Lesung mit 3-Gang Menü 18.30 Uhr, Kulturhotel Guggenheim, Wasserturmplatz 6/7, Liestal* |

Wo? | wenn nichts anderes angegeben:
 Treffpunkt Metz-erstrasse 16, 4056 Basel
 31, 36, 38 bis Metz-erstrasse

Info | jallakka-iogt@gmx.net oder Angie Stich,  077 499 44 92 oder Alex Klee,  079 441 05 50
 * Anmeldung erforderlich

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, 11.10. 10.00 Uhr (Alternativtermin Fr, 17.10.)

Sa, 15.11. 10.00 Uhr

kein Arbeitstag im Dezember

Sa, 10.01. 10.00 Uhr

Wo? | Freizeitgelände Stutz, Im Stutz 2, Therwil
 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,  077 419 61 20
stinaklee@gmx.ch



Lageplan |  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

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? | in der Regel freitags, 19.00 Uhr

11./12.10. Fernwandern «Uri bahntastisch», s. Seite 10

24.10. Karaoke-Abend (Party)

So, 02.11. Ausflug in den Europapark, Rust D

07.11. Kulturabend

21.11. Schwarzlichtminigolf, Füllinsdorf

05.12. Trämli-Fahren

19.12. Juvente-Merch

26.12.–02.01. Winterlager in Le Sentier, s. Seite 11

16.01. Random-Spiele-Abend

30.01. Filmabend

Wo? | wenn nichts anderes angegeben:
 Treffpunkt Metzgerstrasse 16, Basel

ÖV |  31, 36, 38, Metzgerstrasse

Infos |  www.juvente.ch
facebook.com/JuventeCH
youtube.com/user/JuventeCH
instagram.com/juvente.ch

Kontakt | 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



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.

 Jugendland, Baselmattweg 115, Allschwil

 6,  48 bis Kirche

Infos ↗ www.jugendland.ch

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

Herbstlager

Mi-Fr, 8.-10. Oktober, siehe Seite 11

Flyer fürs Lager:  www.jugendland.ch

Diverse Aktivitäten/Anlässe

14.-16. Oktober	Feierwoche + Schlangenbrot
17.+18. Oktober	geschlossen (Teamfortbildung)
21.-25. Oktober	Grusel-Deko basteln
28.Okt.-1.Nov.	Grusel-Deko basteln
31. Okt.	Gruselfest (17.00-20.30h)
4.-8. November	Waldhütten bauen
11.-15. November	Waldhütten bauen
18.-22. November	Arbeiten mit Wachs: Schwimmkerzen, Bilder, Skulpturen
2. -6. Dezember	Lägerlihüsli bauen
9.-13. Dezember	Gutzi backen
16.-20. Dezember	Last Minute-Basteln
22. Dez.-5. Jan.	Das Jugendland macht Ferien

Vorschau

Larvenatelier und Allschwiler Fasnacht

Infos dazu ab Mitte November:

 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 | **Infos:** 📍 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 | siehe auch S. 14/15

Infos | Details zu diesen und anderen alkoholfrei geführten Häusern im Jura: 📍 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 h

🔗 www.narcotics-anonymous.ch



Alcoholics Anonymous

English speaking meetings

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

🔗 www.aabaselenenglish.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 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 |

🔗 <https://www.iogt.ch/kommwirtrinkenochokeins>
und/oder oliver.meyer@iogt.ch

Komm, wir trinken noch keins.



**Du
schaffsch
das!**

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

www.iogt.ch

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

