

A photograph of a woman with dark hair smiling and hugging a young boy from behind. The boy is laughing joyfully and holding a grey and white stuffed animal. They are outdoors, with a blurred background. The text 'MEHR FAMILIENZEIT FREI VON ALKOHOL' is overlaid on the image in pink boxes.

**MEHR  
FAMILIENZEIT  
FREI VON  
ALKOHOL**

## Abschiedsbrief an den Alkohol

„Ich war dreissig Jahre lang mit dem Alkohol verheiratet. Es war eine solide Ehe: Der Alkohol war ein Partner, auf den ich mich stets verlassen konnte. Eines Tages merkte ich, dass wir uns entfremdet hatten, und machte Schluss.

Du warst auf so ziemlich alles die perfekte, da ständig verfügbare und stets überzeugende Antwort. Aber Probleme gelöst hast Du keine, nicht ein einziges. Du hast bloss behauptet, es gebe keine. Ich begann mich zu fragen, ob Du einfach nur ein dummer Schwätzer bist...

Wir sind jetzt seit zehn Monaten getrennt, und Du fehlst mir kein bisschen. Nicht zu trinken, ist einfacher, als man denkt: Man trinkt halt einfach nicht. Für die anderen ist das viel herausfordernder als für einen selbst. Sie werden ganz nervös: Was, du trinkst nicht? Ja, bist du krank? Frauen werden gefragt, ob sie schwanger seien, obwohl das niemanden etwas angeht. Die dritte Möglichkeit wird nicht ausgesprochen, hier greift dann der Respekt: Der trinkt nicht, weil er trockener Alkoholiker ist! Aber wie die Erklärung auch immer lautet: Wenn jemand nicht trinkt, stimmt was nicht mit ihm. Ein trauriger Konsens.“ Auszug aus Abschiedsbrief an den Alkohol von Thomas Meyer, galaxus.ch, 6.4.2021

So und ähnlich schildern Betroffene ihr zwiespältiges Verhältnis zu Alkohol und ihren Entschluss etwas zu verändern.



### Im Nachsorgeprojekt treffen sich die geleiteten Selbsthilfe-Gesprächsgruppen Woche für Woche:

#### Basel

Metzerstrasse 16, jeweils Dienstag  
Leitung: Herr Bruno Jagher

#### Zürich

Dienstag: Leitung Frau Rebecca Schaffner  
Mittwoch: Leitung Frau Priska Hauser  
Donnerstag: Leitung Frau Jordana Räss

**IOGT Schweiz, gegründet 1894, strebt ein reicheres, freieres und lohnenderes Leben für alle Menschen an. IOGT fördert einen Lebensstil frei von Alkohol und anderen Drogen. Die Arbeit gründet auf den Prinzipien der weltweiten Solidarität und der grundlegenden Menschen- und Demokratierechte.**

## Onlineberatung kopfhoch.ch

Wir verwenden wissenschaftliche Erkenntnisse, wie Kinder „heiler“ heranwachsen und sich zu Persönlichkeiten entwickeln können, die ihr Leben gut bewältigen. Wir fördern die folgenden Eigenschaften:

- Einsicht
- Unabhängigkeit
- Verbindliche, zuverlässige Beziehung
- Initiative
- Kreativität
- Humor
- Moral



Mit folgenden Verhaltensweisen erhöhen sich die Chancen für eine positive Entwicklung:

- Waches Temperament
- Selbstbewusstsein
- Altersangemessene Verantwortung
- Leistungsorientierung
- Fähigkeit zum Aufbau von emotionalen Beziehungen ausserhalb des Elternhauses
- Stärkung des Selbstwertgefühls
- Ermutigung zum Kindsein
- Wahrnehmung und Formulierung eigener Bedürfnisse des Kindes
- Wahrnehmung schwieriger Gefühle wie Angst, Wut, Leere, Einsamkeit, Scham, Schuld und Ärger
- Wahrnehmung der eigenen Rolle im Familiensystem, aufzeigen von anderen Rollen und Funktionen
- Wahrnehmung und Auflösung der intergenerationellen Koalitionen und Hierarchieumkehrung
- Herauslösen aus der Isolation und der inneren Sprachlosigkeit durch das Aufzeigen von Ressourcen ausserhalb der Familie
- Durchlässigkeit der abgeschotteten Familie, besonders für das Kind
- Auflösung des Tabuthemas im weiteren Umfeld
- Erleben von Grenzen und Verbindlichkeiten

**Das Präventionsprojekt [www.kopfhoch.ch](http://www.kopfhoch.ch) (seit 2007) unterstützt Kinder und Jugendliche mit professioneller Onlineberatung für eine gesunde Entwicklung.**

## Lebensqualität alkoholfrei

Welche Aktivitäten sind genauso genussvoll ohne Alkohol? Die IOGT Mitglieder in der Region Basel legen ein breites Angebot vor: Jassen oder Domino spielen, Sonntagsbrunch oder Sonntagswanderungen. Regelmässig werden kulturelle Anlässe gemeinsam besucht. Im Winter wird ein Schneelager, an Pfingsten ein Treffen auf der Insel und im Sommer eine Reise organisiert.

Die Qualität, etwas gemeinsam zu unternehmen wird vergrößert dadurch, dass man sich alleine oft nicht überwinden kann, genau eine solche Aktivität anzupacken.



Für den Unterhalt und die Pflege des Freizeitgeländes STUTZ in Therwil sorgt eine Betriebsgruppe.

**Zur Förderung des IOGT-Lebensstils gehören Freizeitmöglichkeiten und Orte ohne Alkohol und Drogen.**

Impressum

IOGT Schweiz

Schaffhauserstrasse 432, 8050 Zürich / [www.iogt.ch](http://www.iogt.ch)

Tel. 044 300 30 45 / mail: [info@iogt.ch](mailto:info@iogt.ch)

Geschäftsführer: Oliver Meyer

Bildnachweis: Seite 3+4: Pixabay



**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)

Unser Bijou, das Freizeitgelände am Waldrand, ist gut zum Sünnele, Bräteln, Zelten, Baden, Feiern, Spielen (Pingpong, Domino, Versteegis 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.



## Entwicklungszusammenarbeit mit Guinea-Bissau

Als wir 1994 die erste Schule in Bissau eröffneten, konnte knapp die Hälfte der Menschen lesen und schreiben. Heute sind es bei Jugendlichen über 60%. Tatsächlich begegnen wir ehemaligen Schülern und Schülerinnen im Berufsalltag, die sich ihren Lebensunterhalt verdienen können.

In Safim wurden 272 Kinder in der 1.-6. Klasse unterrichtet und die Schülerinnen und Schüler wollten unbedingt mit der 7. Klasse fortfahren. Neue Klassenzimmer zu bauen dauert, deshalb improvisierten sie mit einem Provisorium. Mit viel Einsatz ist das neue Gebäude im nächsten Schuljahr bereit.

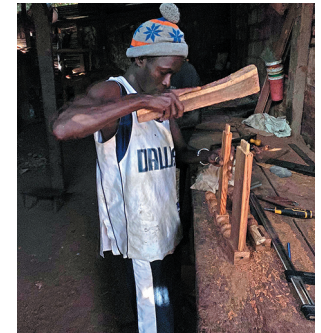


In Bissau wird in Schichten unterrichtet. So können 450 Kinder die Schule bis zur 10. Klasse besuchen. Die Lehrer erklären mit minimalen Hilfsmitteln.



Im Bauerndorf Bantanjan können Kinder vom Kindergarten bis zur 6. Klasse dem Unterricht folgen. Mehr als 250 Kinder haben diese Chance dank dem Engagement von IOGT Schweiz

Weiterhin werden in Bafatà erfolgreich junge Männer zu Schreiner ausgebildet. Sie erlernen auch die Tätigkeiten eines Zimmermanns z.B. beim Hausbau mit der Dachverstrebung. Die Platzverhältnisse sind beengt, und die Suche nach einem neuen Standort dauert an.



<b>Bilanz CHF</b>	31.12.2022	<b>31.12.2023</b>
<b>Aktiven Umlaufvermögen</b>		
Umlaufvermögen		
Postfinance	70'241.03	24'617.13
ZKB Bankkonti	24'415.54	62'121.11
Kurzfristige Forderungen	2'548.40	1'687.39
Aktive Rechnungsabgrenzung	5'023.00	5'439.59
<b>Total Umlaufvermögen</b>	<b>102'227.97</b>	<b>93'865.22</b>
Anlagevermögen:		
Anlagefonds ZKB	294'954.00	304'192.00
Anteilschein Ferienhaus	1'000.00	1'000.00
<b>Total Aktiven</b>	<b>398'181.97</b>	<b>399'057.22</b>

#### Unsere Sponsoren und Gönner/innen

Neben grosszügigen Spenden von Privaten, deren Namen wir nicht veröffentlichen, haben uns in diesem Jahr zusätzlich zu den ausgewiesenen Beiträgen der Kantone unterstützt:

The Charities Aid Foundation (State Street Bank) Fr. 188.20

Für die Entwicklungszusammenarbeit mit Guinea-Bissau:

Kantonsschule Zürcher Unterland, Bülach Fr. 1'000.-  
Guttempler-Gruppe Frohen Mut, Safenwil Fr. 5'000.-

<b>Bilanz CHF</b>	31.12.2022	<b>31.12.2023</b>
<b>Passiven</b>		
kurzfristige Verbindlichkeiten	17'448.86	2'611.77
Passive Rechnungsabgrenzung	90'000.00	90'000.00
<b>Kurzfristige Verbindlichkeiten</b>	<b>107'448.86</b>	<b>92'611.77</b>
Zweckgebundene Fonds:		
Regionalverband I, Lausanne	14'499.31	14'309.31
Gruppe Fortschritt / Zürich 11	469.25	469.25
Fonds Kinder aus suchtbl. Familien	250.00	250.00
Fonds Prävention	1'927.73	4'166.57
Kantonsschule Bülach Entw.zs.	29'700.00	30'700.00
Fonds Entwicklungszusammenarbeit	80'617.81	85'636.57
<b>Total Zweckgebundene Fonds</b>	<b>127'464.10</b>	<b>135'531.70</b>
<b>Gebundenes Kapital</b>	<b>86'511.99</b>	<b>96'511.99</b>
<b>Freies Kapital</b>	<b>76'757.02</b>	<b>74'401.76</b>
<b>Total Organisationskapital</b>	<b>163'269.01</b>	<b>170'913.75</b>
<b>Total Passiven</b>	<b>398'181.97</b>	<b>399'057.22</b>

## Betriebsrechnung

Ertrag	2022	<b>2023</b>	Aufwand	2022	<b>2023</b>
Spenden für Projekte	1'965.00	1'687.22	Projektaufwand Landesverband	7'365.23	4'354.18
Spenden Nachsorge	217.50	1'687.22	Admin. Aufwand Landesverband	9'874.66	8'949.93
Spenden Entwicklungsarbeit	20'660.42	33'687.64	Projektaufwand Nachsorge	104'380.21	95'967.42
Beiträge der öffentlicher Hand	91'875.00	92'875.00	Admin. Aufwand Nachsorge	4'287.35	4'214.65
<b>Total Spenden mit Zweckbestim.</b>	<b>114'717.92</b>	<b>129'037.08</b>	Projektaufwand Entwicklungszusammenarbeit	18'636.43	27'647.83
Spenden, Spesenverzicht Vorstand	5'655.55	4'692.00	Admin. Aufwand Entwicklungszusammenarbeit	44.00	21.05
Erlös aus Lieferungen und Leistungen	8'965.00	9'005.00	Aufwand für Mittelbeschaffung	3'313.39	1'776.80
Mitgliederbeiträge	3'475.00	3'735.00	<b>Total Aufwand</b>	<b>147'901.27</b>	<b>142'931.86</b>
<b>Total Erträge ohne Zweckbestimmung</b>	<b>18'095.55</b>	<b>17'432.00</b>	<b>BETRIEBSERGEBNIS</b>	<b>-15'087.80</b>	<b>4'437.22</b>
<b>Total Erträge</b>	<b>132'813.47</b>	<b>147'369.08</b>	Finanzergebnis	-47'368.85	9'832.82
			Betriebsfremdes Ergebnis	0	0
			Ausserordentliches Ergebnis	0	1'442.30
			<b>Ergebnis vor Veränderung des Fondskapitals</b>	<b>-62'456.65</b>	<b>15'712.34</b>
			Veränderungen Fondskapitals	-2'033.06	-8'067.60
			<b>Jahresergebnis</b>	<b>-64'489.71</b>	<b>7'644.74</b>
			Veränderung Organisationskapital	-64'489.71	-7'644.74
			Jahresergebnis nach Entnahmen	0	0

Die vollständige Jahresrechnung mit Revisionsbericht kann auf <https://www.iogt.ch/taetigkeitsbericht> eingesehen werden.

