





Wo Eltern Antworten erhalten – Ressourcen von Sucht Schweiz

Fragen Sie sich, wie Sie als Mutter oder Vater dazu beitragen können, Ihr Kind vor Suchtproblemen zu schützen? Sucht Schweiz unterstützt Sie mit Materialien wie Leitfäden zu Cannabis, Alkohol, Tabak und Internet, oder Kommunikationstipps in Elternbriefen. Zudem bietet Sucht Schweiz im elektronischen Elternnewsletter und auf Facebook aktuelle Tipps sowie ein Beratungstelefon für Ihre Fragen.



Leitfäden

Die vier Hefte der Reihe «Mit Jugendlichen über... sprechen» behandeln:

-  Alkohol
-  Tabak
-  Cannabis
-  Internetnutzung

Hier erhalten Sie die nötigen Infos zu den Substanzen respektive Verhaltensweisen und wie Sie mit Ihrem Kind darüber reden oder in kritischen Situationen reagieren können.



Elternbriefe

Neun Elternbriefe behandeln Themen wie z.B. Gruppendruck, Ausgang, Risiken, Kommunikation oder sinnvolle Grenzen setzen.

Leitfäden und Elternbriefe können bestellt oder heruntergeladen werden unter www.suchtschweiz.ch/eltern





Tipps zu aktuellen Themen



Elternnewsletter

Erscheint 3–4 Mal pro Jahr und behandelt Themen wie z.B. Cannabislegalisierung, Smartphones, Schönheitsideale oder Frustrationstoleranz.

Hier können Sie sich einschreiben:
www.suchtschweiz.ch/Eltern



Die bereits erschienenen Newsletter können gleichenorts nachgelesen werden.



Facebook

Die neue Facebookseite bietet wöchentliche Einträge mit aktuellen Tipps und präsentiert bei aktuellen Anlässen entsprechende Materialien für Eltern.

www.facebook.com/SuchtSchweiz



Kostenloses Beratungstelefon

Haben Sie weitere Fragen?
Dann hilft unser Präventionsteam unter 0800 104 104 (zu Bürozeiten) weiter.



Website

Alle unsere Angebote für Eltern finden Sie auf einen Blick und Click unter www.suchtschweiz.ch/Eltern