



# Anonyme Alkoholiker®

AA ANONYME ALKOHOLIKER SCHWEIZ

Zentrale Dienststelle, Wehntalerstrasse 560, 8046 Zürich

Telefon 044 370 13 83, Hotline 0848 848 885 (24 h)

info@anonyme-alkoholiker.ch, www.anonyme-alkoholiker.ch

## MEDIENMITTEILUNG

### Cool, unterhaltsam, abgefahren, schräg ... peinlich!

**Wer legt nicht gerne einen coolen Auftritt hin, fühlt sich frei und unbesiegbar? Viele Menschen suchen mittels Alkohol eben diesen Effekt – doch schnell wird aus dem Viel ein Zuviel und das Auftreten wird peinlich, traurig oder gar gefährlich. Mit der 2. Welle der Kampagne «Wie viel ist zu viel?» macht das Bundesamt für Gesundheit auf dieses Thema aufmerksam. Niemand verliert gerne die Kontrolle – gerade im Social Media-Zeitalter sind die Folgen eines peinlichen Auftritts weitreichend. Ist man einmal im Sog der Sucht, ist es schwer, die Kontrolle zurück zu gewinnen. Die Anonymen Alkoholiker bieten Hilfe zur Selbsthilfe.**

*Zürich, Anfang Oktober 2016* – Wer wünscht sich nicht ab und zu, der coole Held zu sein, alles im Griff zu haben, unterhaltsam, stets gern gesehen und überall beliebt? Der Mittelpunkt jeder Party, immer ein guter Spruch auf Lager. Für viele Menschen heisst das Mittel zum Ziel Alkohol. Mit ein, zwei Gläsern werden sie locker, kommen leicht ins Gespräch mit anderen, fühlen sich frei. Doch schnell werden aus ein, zwei Gläsern drei, vier oder mehr – wann ist viel zu viel?

#### **Das Leben im Griff?**

Für die Mitglieder der Anonymen Alkoholiker ist die Antwort klar: Wenn du dein Leben nicht mehr im Griff hast, wenn der Alkohol dein Sein bestimmt, dann ist es zu viel. Es ist ein Wert, der sich nicht in Promille oder Anzahl getrunkenen Gläser messen lässt. Es ist der tiefste Punkt im Leben eines Alkoholkranken, bei jedem anders erlebt und doch der erste Schritt zur Genesung. Denn wer sich am tiefsten Punkt eingesteht, sein Leben nicht mehr im Griff zu haben, der ist nicht nur absolut ehrlich mit sich, er findet vielleicht auch den Weg in ein Meeting der Anonymen Alkoholiker. Hier trifft er auf Seinesgleichen, auf trockene Alkoholiker, die alle irgendwann in ihrem Leben an ihrem Tiefpunkt angekommen sind und sich von da an um Ehrlichkeit sich und anderen gegenüber bemüht und im Austausch mit anderen Betroffenen den Weg aus dem Teufelskreis der Alkoholsucht gefunden haben.

#### **Ist das cool oder schon peinlich?**

Mit der 2. Auflage der Kampagne des Bundesamtes für Gesundheit wird mittels Film, Banner und Spots auf die veränderte Wahrnehmung unter Alkoholeinfluss aufmerksam gemacht. Der im Film dargestellte «coole Rocker» ist in Wahrheit ein normaler junger Mann, der nach einigen Drinks zu hoher Selbstüberschätzung neigt und sich cool und locker fühlt. In Wahrheit wirkt er aber nur peinlich und betrunken. Die Kampagne soll die Bevölkerung dazu animieren, über den eigenen Alkoholkonsum nachzudenken und darüber zu reden.

#### **Reden hilft nüchtern zu bleiben**

Wer das Gefühl hat, seinen Alkoholkonsum nicht mehr im Griff zu haben, kann sich selber helfen: Die Meetings der Anonymen Alkoholiker stehen jedem offen und können die Rettung sein. Niemand wird davon erfahren, wenn derjenige es nicht will. Die Anonymität ist das Grundprinzip der Anonymen Alkoholiker. Alter, Beruf, Konfession und

Herkunft spielen keine Rolle. Die einzige Voraussetzung für die AA-Zugehörigkeit ist der Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören. Hilfe durch Gemeinschaft und Solidarität lautet das Motto. Seit nunmehr 59 Jahren treffen sich in der Schweiz Alkoholranke in regionalen und lokalen Selbsthilfegruppen. Weil alle AA Mitglieder selber Alkoholiker sind, bringen sie für die anderen das nötige Verständnis auf. Schweizweit gibt es 170 AA-Gruppen. Hier trifft man auf Gleichgesinnte, es wird Klartext geredet und zugehört. Ehrlich, offen, ohne Zwänge oder Vorschriften. Keiner wird verurteilt, jeder ist willkommen.

[www.anonyme-alkoholiker.ch](http://www.anonyme-alkoholiker.ch)

Hotline 0848 848 885 (24 h)

<https://www.youtube.com/watch?v=EQ7JScfwnTM#t=14>



**Wieviel ist zu viel?** Wer das Gefühl hat, seinen Alkoholkonsum nicht mehr im Griff zu haben, kann sich selber helfen: Die Meetings der Anonymen Alkoholiker stehen jedem offen und können die Rettung sein. Bild: zvg

---

**Für weitere Auskünfte und Bildmaterial:**

Medienstelle AA Deutsche Schweiz: Marianne Egli, Tel. 079 219 93 84  
medien@anonyme-alkoholiker.ch / egli@marianne-egli.ch