



Heute kann er wieder lachen: Felix fand nicht zuletzt dank seinem aufmerksamen Arbeitgeber Hilfe und einen Ausweg aus der Alkoholsucht. Bilder: SRF

Wenn Alkohol zur Sucht wird

Abhängigkeit Alkohol ist fester Bestandteil der Gesellschaft. Er ist überall erhältlich, wird reichlich ausgeschenkt und gerne konsumiert. Doch was passiert mit denen, die nicht damit umgehen können? Mona Vetsch lernt in ihrer Sendung «Mona mittendrin» drei trockene Alkoholiker und ihre Geschichten hinter der Sucht kennen. **Von Lucia M. Eppmann**

Schonungslose Ehrlichkeit – das ist eine Grundvoraussetzung für den Ausstieg aus der Alkoholsucht. Gnadenlos ehrlich sein mit seinem Umfeld, aber vor allem mit sich selber. Was das genau heisst, erfährt Mona Vetsch heute Abend im Rahmen ihrer Sendung «Mona mittendrin». Ganz dem Sendekonzept entsprechend, wird die Moderatorin für drei Tage auf Reportage geschickt, wobei sie im Vorfeld keine Ahnung hat, wohin die Reise geht. Einen ersten Hinweis erhält sie jeweils bei Drehbeginn auf einem Zettel in einer schwarzen Kiste. Das «Tagblatt der Stadt Zürich» durfte das Team des Schweizer Fernsehens während der Drehtage begleiten. In der Sendung, die heute Abend ausgestrahlt wird, führt die Black Box die Moderatorin an die Cramerstrasse im Zürcher Kreis 4 – hier finden täglich Meetings der Anonymen Alkoholiker (AA) statt. Mona Vetsch wird von Felix, Liz und Sibylle, drei trockenen Alkoholikern, in Empfang genommen. Die drei werden Mona Vetsch nicht nur ihre Suchtgeschichte bis hin zum absoluten Tiefpunkt erzählen. Sie beschreiben auch, wie

sie den Ausstieg aus der Abwärtsspirale geschafft haben und heute ein Leben ohne Alkohol führen können. Obwohl sich der Alkoholkonsum der Schweizer in den letzten 25 Jahren kaum verändert hat – mehr als 80 Prozent der Bevölkerung trinkt Alkohol – wurden die Trinkgewohnheiten im Lauf der Zeit differenzierter. So hat sich zum Beispiel das Rauschtrinken bei den Jugendlichen in den letzten Jahren etabliert. In der Schweiz trinken 15 Prozent der Männer und rund sieben Prozent der Frauen täglich, der Konsum steigt mit zunehmendem Alter. Bei Personen über 65 Jahren trinken bereits 26 Prozent. Alkohol ist allgegenwärtig, es ist nicht immer leicht, keinen zu trinken. Er ist gesellschaftlich akzeptiert und ja, bei zahlreichen Anlässen oder Ereignissen sogar fester Bestandteil des Rituals. Doch während die meisten damit umgehen und ihren Konsum kontrollieren können, wird der Stoff für andere zur tödlichen Droge. Geschätzte 300 000 Schweizerinnen und Schweizer sind alkohol-

abhängig und jeder Fünfte hat gemäss BAG einen problematischen Konsum.

Am Anfang war der Kafi Schnaps

Liz, die in der Reportage unerkannt bleiben möchte, um ihre Familie zu schützen, hat lange gar keinen Alkohol getrunken. Nicht mal an ihrer eigenen Hochzeit hat sie sich ein Gläschen gegönnt. «Ich mochte den Geschmack nicht.» Das Schicksal meinte es nicht gut mit ihrer Ehe. Mit 29 Jahren und drei kleinen Kindern stand Liz vor dem Ehe-Aus. Sie lernte einen neuen Mann kennen – und mit ihm die Wirkung des Alkohols. «Ich kann mich gut erinnern, wie ich meinen ersten Kafi Schnaps getrunken habe», erzählt Liz. «Er schmeckte schrecklich und ich konnte mir nicht vorstellen, dass man sowas gerne trinken konnte.» Doch die Wirkung wars, die Liz an diesem Tag dazu bewog, noch einen zweiten zu bestellen. Die folgenden Jahre waren geprägt von häuslicher Gewalt und Alkohol. Und obwohl sie

Mutter von drei kleinen Kindern war, wurde das Verlangen nach Alkohol immer stärker, die Sucht überlagerte alles, einen Ausweg sah Liz damals nicht. Elf lange Jahre nicht. Die 75-jährige erzählt ihre Geschichte gnadenlos ungeschönt. Kein Selbstmitleid, keine Schuldzuweisungen, keine fadenscheinigen Entschuldigungen. Mona, die selber praktisch keinen Alkohol trinkt, muss bei diesem Gespräch mehr als einmal leer schlucken.

Auch Felix hat einen langen Leidensweg hinter sich. Mona und das Team besuchen ihn in seinem Heimatdorf im Aargau. Hier ist er aufgewachsen, hier lebt er auch heute noch. Und hier kämpfte er jahrelang mit seiner Alkoholsucht. «Ich ging abwechslungsweise in Deutschland und in der Schweiz einkaufen. Nur im Notfall ging ich ins Dorflädeli.» Und wenn es dann doch mal nicht anders ging, hat Felix pro Forma zwei Stangen Lauch zu den Flaschen gepackt, damit es an der Kasse nach einem normalen Einkauf aussah. Wie zuvor Liz, beschönigt auch Felix nichts an seiner Geschichte. «Ich habe mich geschämt dafür, dass ich trinke, dass ich meinen Konsum nicht mehr im Griff hatte.» Der damals noch Berufstätige trank während der Arbeit heimlich. Versteckspiele und Lügen gehörten genauso zum täglichen Überlebenskampf wie der Stress, genügend Alkohol zu bekommen, um den Alltag meistern zu können.

Diesen Teufelskreis kennt auch Sibylle. Die Redaktorin des «Tagblatts» war jahrelang in den Fängen des Alkohols. «Es begann mit den Apéros nach der Arbeit, Prosecco hier, ein Gläschen Wein da.» Doch während andere einfach aufhören konnten, ging das bei der selbständigen Texterin nicht. «Ich brauchte immer mehr. Irgendwann trank ich mehrheitlich zuhause, damit ich sicher war, auf meine Dosis zu kommen.» Mindestens eine Flasche Wein, immer häufiger auch mehr. Auch bei Sibylles Geschichte wird klar: Vertuschen, Leugnen und Verstecken bestimmten ihr Leben.

Die heute 50-Jährige ist verheiratet und hat ihre Sucht weitgehend vor ihrem Ehemann verheimlicht. «Es war sehr anstrengend und machte mich sowohl körperlich wie auch seelisch fertig.» Mona und ihr Team besuchen Sibylle und ihren Mann zuhause. Beide reden offen über die damalige Zeit, die sie so verschieden erlebt haben. Ehrlichkeit steht heute

an erster Stelle und ist sowohl für Sibylle wie auch für Felix und Liz ein wichtiger Teil, um die Sucht hinter sich lassen und trocken bleiben zu können.

Die Sucht ist nicht wählerisch

Die drei Protagonisten nehmen Mona – diesmal ohne Kamerateam, versteht sich – auch mit in ein Meeting der Anonymen Alkoholiker. Beim abschliessenden Gespräch in der Bäckereianlage im Zürcher Kreis 4 zieht Mona Bilanz. «Mir wurde während der letzten drei Tage noch einmal so richtig bewusst, wie allgegenwärtig Alkohol in unserer Gesellschaft ist.» Es wird einem oft nicht leicht gemacht, zu verzichten. Wer nicht mittrinkt, fällt immer noch aus der Norm. Nein sagen zu können, ist für Alkoholiker überlebenswichtig. Liz, Felix und Sibylle ist der Ausstieg gelungen. Mit ihrem Outing vor der Kamera möchten die drei zeigen, dass es jeden treffen kann. So verschiedene ihre Leben und ihre Geschichten sind: Der Alkohol, die Sucht, hat sie alle an den absoluten Tiefpunkt gebracht, sie konnten ohne ihn ihr Leben nicht mehr meistern. Ob Mutter, ob Geschäftsmann, Künstler, Handwerker oder Akademiker, ob Frau oder Mann, alt oder jung,

Die Anonymen Alkoholiker

Schweizweit gibt es 170 AA-Gruppen. Die Meetings stehen jedem offen, der den Wunsch hat, mit dem Trinken aufzuhören. 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.

Weitere Informationen:
24-Stunden-Hotline: 08484 848 885
www.anonyme-alkoholiker.ch

die Sucht ist nicht wählerisch und zieht sich durch alle Gesellschaftsschichten. Sie ist eine Krankheit. Trinken ist keine Frage des Charakters, des Willens oder der Stärke eines Menschen. Es kann jeden treffen und wichtig ist allein, dass sich der oder die Betroffene bewusst ist, dass es einen Ausweg gibt. Die Krankheit anzuerkennen und sich Hilfe zu suchen ist der erste Schritt in ein Leben ohne Alkohol.

Weitere Informationen:
Die ganze Geschichte heute Mittwoch, 9. September um 21 Uhr auf SRF 1 bei «Mona Mittendrin»



Trinken ist keine Option: Sibylle (links), Felix und Liz (von hinten) haben einen Weg aus der Sucht gefunden. Sie erzählen ihre Geschichte heute Abend Mona Vetsch (r.) um 21 Uhr auf SRF 1.

Anzeige

NEIN

Keine Destabilisierung in schwierigen Zeiten:
Die Initiative zerstört den bilateralen Weg der Schweiz und die verlässliche Partnerschaft mit der EU.



Mario Fehr
Regierungsrat, SP



Yvonne Bürjin
Kantonsrätin, CVP



Daniel Leupi
Stadtrat, Grüne



Regine Sauter
Direktorin Zürcher Handelskammer, Nationalrätin, FDP

«Zürcher Komitee "NEIN zur Kündigungsinitiative", Oberdorfstrasse 32, 8001 Zürich»

FDP Die Liberalen

CVP

glp

EVZ

ZÜRCHER HANDELSKAMMER

VZAI

Unternehmergruppe Wettbewerbsfähigkeit

Zürich, Switzerland.

Arbeitgeber Zürich

vzk

haw

BANKENVERBAND

ZÜRCHER VEREINIGUNG ZÜRCHERISCHER ARBEITGEBERORGANISATIONEN