

SafeZone.ch – Ihre anonyme und kostenlose Online-Beratung zu Suchtfragen

Sie haben dringende Fragen zu Alkohol, Drogen oder Suchtproblemen und benötigen zeitnah den Rat eines Suchtexperten? SafeZone.ch bietet anonym und kostenlos eine Online-Beratung für Betroffene und Angehörige an. Die Themen umfassen einerseits Probleme mit dem Konsum von Substanzen wie Alkohol, Cannabis, Kokain, Ecstasy oder Medikamenten. Andererseits werden auf SafeZone.ch auch problematische Konsumverhalten beispielsweise bei Pornografie oder Online-Spielen besprochen.

Wie nehmen Sie Kontakt auf?

Wenn Sie einen persönlichen und direkten Austausch mit einem Suchtexperten wünschen, können Sie auf SafeZone.ch einen Einzelchat vereinbaren. Möchten Sie Ihr Anliegen schriftlich und zeitlich ungebunden einer Beratungsperson mitteilen? Dann haben Sie jederzeit die Möglichkeit, eine persönliche Beratung per Mail in Anspruch zu nehmen. Ihre Anfrage wird innerhalb von drei Arbeitstagen beantwortet. Wer sich mit anderen Betroffenen austauschen möchte, kann die von Fachpersonen moderierten Gruppenchats nutzen. Alle Beratungsangebote auf SafeZone.ch sind anonym und kostenlos.

Wer berät Sie?

Die Online-Beratungen werden von einem Team aus Expertinnen und Experten verschiedener kantonaler Beratungsstellen durchgeführt. Das SafeZone.ch-Beratungsteam besteht derzeit aus 40 Fachpersonen, die langjährige Erfahrung in der Beratung und Begleitung von Konsumierenden und deren Angehörigen haben und speziell für Online-Beratungen qualifiziert sind.

Wie können Sie Ihren Konsum überprüfen?

Möchten Sie eine Einschätzung Ihres eigenen Konsums erhalten? Oder sind Sie auf der Suche nach einem Online-Programm, welches Sie bei der Reduzierung Ihres Konsums unterstützt? SafeZone.ch bietet eine Auswahl von bewährten Online-Selbsttests und -Selbsthilfetools. Die Tools helfen Ihnen, mehr darüber zu erfahren, wo Sie mit Ihrem Konsum stehen und welche Risiken Sie damit möglicherweise eingehen.

Wer steht hinter SafeZone.ch?

SafeZone.ch ist eine Dienstleistung des Bundesamtes für Gesundheit in Zusammenarbeit mit den Kantonen, Suchtfachstellen und weiteren Partnern. Das Beratungsangebot ist in Deutsch, Französisch und Italienisch verfügbar.

SafeZone | Basistext Benutzer_kurz

SafeZone.ch – anonyme Online-Beratung zu Suchtfragen

Sie haben dringende Fragen zum Thema Sucht? SafeZone.ch bietet Online-Beratungen für Betroffene und Angehörige an – anonym und kostenlos. Treten Sie per Einzelchat oder Mail mit den Suchtexperten in Kontakt oder tauschen Sie sich mit anderen Betroffene im Gruppenchat aus. Sie werden von erfahrenen Fachpersonen beraten. Mit bewährten Online-Tools können Sie zudem Ihren Konsum selbst überprüfen. SafeZone.ch ist eine Dienstleistung des Bundesamtes für Gesundheit in Zusammenarbeit mit den Kantonen, Suchtfachstellen und weiteren Partnern. Das Beratungsangebot ist in Deutsch, Französisch und Italienisch verfügbar.

www.safezone.ch

SafeZone | Basistext Benutzer_Teaser

Fragen zum Alkoholkonsum? Lass dich anonym und kostenlos beraten auf [sSafe/Zone.ch](http://Safe/Zone.ch)

Fragen zu Cannabis? Lass dich anonym und kostenlos beraten auf SafeZone.ch

Fragen zu Suchtproblemen? Lass dich anonym und kostenlos beraten auf SafeZone.ch

...

[Facebook: Je nach Thema des Posts kann spezifisch auf das Beratungsangebot von SafeZone.ch hingewiesen werden.]