

Vi tilbyder nye muligheder

Blå Kors er til for at hjælpe mennesker med afhængighed eller misbrug af alkohol og andre rusmidler – og deres pårørende. Blå Kors bygger på et kristent livs- og menneskesyn. Vi arbejder med forebyggelse, behandling og omsorg. Vi vil fremme et trygt liv uden afhængighed eller misbrug for den enkelte bruger eller beboer. Gennem nærvær og faglighed skaber vi nye muligheder.

Nærværet gendanner brudte relationer og skaber positivt fællesskab. Nærværet kommer til udtryk gennem respekt, rummelighed, ærlighed og troværdighed, så den enkelte, som søger hjælp hos os, oplever at blive set, hørt og forstået.

Faglighed sikrer kvalitet i alle vores ydelser. Fagligheden kan ses på, at vi bruger veldokumenterede faglige metoder, viser åbenhed og har klare mål. Den enkelte skal opleve, at vi har fokus på forandring og nytænkning.

Nye muligheder åbner for en ny begyndelse - fysisk, psykisk, socialt og åndeligt. Nye muligheder opstår, når der opbygges et sundt selvværd og skabes tillid til forandring. Den enkelte oplever i behandlingen nye muligheder og får nyt håb.



FAGLIGHED



**NYE
MULIGHEDER**



NÆRVÆR

Til dig, som er pårørende

Vi ved, at det slider at leve med en, der drikker. Derfor kan du som pårørende altid ringe og få en tid til en samtale med os. Vi vil gerne hjælpe dig til en bedre livskvalitet, og vi vil gerne give dig råd om, hvordan du får den, der drikker, til at erkende sit misbrug og gå i behandling. Du kan komme til en eller flere personlige samtaler, eller du kan komme med i en gruppe med andre pårørende. Ofte sker det, at den, der drikker, faktisk kommer i behandling, når de pårørende har fået hjælp til en strategi.



Få mere at vide

Uanset om du selv har et alkoholproblem, har en pårørende, der drikker, eller du har klienter med alkoholproblemer, kan du altid ringe til os og få nogle råd eller aftale en tid, hvor vi kan mødes.

Du kan kontakte os dagligt fra kl. 8.00 til 15.00 – mandag og torsdag til kl. 19 – på **43 99 01 67**.

BLÅ KORS  **ALKOHOLRÅDGIVNING**

BLÅ KORS ALKOHOLRÅDGIVNING, Stationsporten 3, 2620 Albertslund
Telefon 43 99 01 67 - www.bkbc.dk

**FYLLER
ALKOHOL FOR
MEGET I DIT
LIV?**



BLÅ KORS  ALKOHOLRÅDGIVNING

De første skridt til at få hjælp

Drikker du lidt for meget, eller kender du en, der gør? Er du klar til at gøre noget ved det?

Blå Kors Alkoholrådgivning i Albertslund er et tilbud til dig, som har et overforbrug af alkohol og til dig, som er pårørende til en, der drikker for meget.

Du kan få rådgivning, samtaler og terapi. Tilbuddet er gratis for dig, og du kan være anonym.

Sådan kommer du i behandling

Du ringer og får en tid til en samtale. Du må gerne tage en ven med. Det første møde er starten på dit forløb. Sammen med dig afdækker vi, hvilke problemer du har, og du kan få medicinsk hjælp til at behandle abstinenser. Sammen beslutter vi, hvilket forløb du har brug for.

**Blå Kors Alkoholrådgivning i Albertslund er en del af
Blå Kors Behandlingscenter Taastrup.**



BLÅ KORS + ALKOHOLRÅDGIVNING

Vi kommer rundt om alle dine problemer



Der er rigtig mange grunde til, at mennesker drikker – og mange grunde til, at man kan få et tilbagefald, selvom man har været i behandling og har et ønske om at stoppe med at drikke.

Derfor arbejder vi meget systematisk på at komme rundt om alle dine problemer. Vi har mange forskellige medarbejdere tilknyttet. Sammen gør vi alt, hvad vi kan for at hjælpe dig og dine pårørende. Behandlingen har kun værdi, hvis den ændrer dit liv til det bedre. Derfor vil vi løbende under behandlingen spørge dig, om det går fremad. Hvis ikke, ændrer vi din behandling.

Sådan foregår behandlingen

I behandlingen har vi først og fremmest fokus på dine tanker og følelser, og vi arbejder struktureret med at undgå, at du igen begynder at drikke. Hvis det er muligt, vil vi inddrage din familie og dine nærmeste. Al forskning viser, at hvis de pårørende medvirker, øger det effekten af behandlingen og livskvaliteten både for den, der drikker, og de pårørende.



HJÆLPER HINANDEN

Du får ikke kun støtte fra fagfolk – du vil også opleve støtten fra andre, som er i samme situation som dig.

Det er vigtigt, at du også får det fysisk bedre. Mange af vores brugere er i dårlig form eller har behov for genoptræning på grund af skader som følge af deres drikkeri. Derfor har vi et fast ugeprogram med aktiviteter som styrketræning, genoptræning, badminton, svømning, yoga, NADA med mere.

Vores behandling består af forskellige tilbud, som kan kombineres med udgangspunkt i dit behov.

- Individuelle samtaler med psykiater, socialrådgiver eller psykoterapeut
- Ambulant gruppeterapi
- Par- og familiesamtaler
- Undervisning
- Mentaltræning, yoga, NADA
- Styrketræning, badminton, svømning
- Sociale aktiviteter

Nogle af ovenstående aktiviteter foregår på vores behandlingscenter i Taastrup.