



AKTION.TROCKEN-App

Geschätzte Damen und Herren

Wir laden Sie und Ihre Mitarbeitenden ein, mit Hilfe der AKTION.TROCKEN App in der Fastenzeit vom 6. März bis 20. April 2019 bewusst auf Alkohol zu verzichten.

Bei der App steht das Positive im Vordergrund. Es geht darum, alkoholfreie Tage zu sammeln und den bewussten und selbstbestimmten Konsum zu fördern. Die App dokumentiert auch jene Tage, an denen Alkohol getrunken wurde und zeigt dem Nutzer mit einem Blick, ob es ein bestimmtes Konsummuster oder wiederkehrende Trinkanlässe gibt.

Ein weiterer spannender Aspekt der App ist, dass man sich in Gruppen zusammenschliessen und gemeinsam alkoholfreie Tage sammeln kann. Gerade im Team kann so etwas sehr motivierend wirken. Dabei geht es nicht darum, sich gegenseitig zu überwachen, sondern um die Möglichkeit, die eigenen Ergebnisse mit dem Gruppendurchschnitt zu vergleichen.

Für Unternehmen kann die App einen neuen und gleichzeitig spannenden Zugang zur Gesundheitsförderung der Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen darstellen. Denn sie steigern durch den Alkoholverzicht ihre Lebensqualität und werden für das Thema sensibilisiert. Ausserdem sind sie sich ihrer Alkoholkonsum-Gewohnheiten bewusst, die Work-Life-Balance steigt und damit einhergehend auch die Arbeitsqualität.

Sind Sie interessiert, die AKTION.TROCKEN in Ihrem Unternehmen umzusetzen? Wir haben Ihnen einen Entwurf eines Schreibens für Ihre Mitarbeitenden vorbereitet, welches Sie im Anhang finden.

Gerne stellen wir Ihnen kostenlos Materialien zur Verfügung wie Banner, Flyer, Informationstexte und Plakate. Für Fragen und Bestellungen wenden Sie sich bitte an Hansjörg Frick, info@suchtpraevention.li, Tel. +423 799 40 81. Ausführliche Informationen finden Sie auf unserer Homepage unter www.aktiontrocken.li.

Mit besten Grüßen

Hugo Risch
Amt für Soziale Dienste