



Reportage

Nestwärme für Gestrauchelte

Im Zürcher **Alkoholikertreff t-alk** versammeln sich all jene, die sonst nirgends mehr hinkönnen. Dort waschen sie ihre Wäsche, duschen, plaudern, spielen – und trinken. Unter Aufsicht und mit Regeln. Die Lebensgeschichten dieser Menschen hören sich an wie Romane.

Text: Ralf Kaminski Bilder: Sophie Stieger



Joyce (43) und Beat (45) sind regelmässig im t-alk. Sie haben kürzlich geheiratet und zur Hochzeitsparty in den Alkoholikertreff geladen.

Es ist eine seltsame Sache mit den Gästen des t-alk. Auf den ersten Blick sind sie total freundlich und zugänglich, aber die Stimmung kann blitzartig umschlagen. Karl* zum Beispiel. Normalerweise ist er ganz nett, aber wehe man kommt ihm in der Küche in die Quere, wenn er Thekendienst hat. Selbst langjährige Betreuerinnen werden dann angeschnauzt, sie sollen gefälligst aus dem Weg gehen. «Nur nichts persönlich nehmen – das ist ganz wichtig bei der Arbeit hier», sagt Larissa Stämpfli (27), die seit zwei Jahren im Zürcher Alkoholikertreff nahe dem Sihlcity arbeitet. «Sonst hält man es nicht lange aus.» Karl möchte alles möglichst perfekt machen, wenn er schon mal arbeitet. Und da stört man schnell.

Rund 70 alkoholranke Männer und Frauen kommen im Schnitt täglich im t-alk vorbei. Einige bleiben den ganzen Tag, andere kommen nur zum Mittagessen oder um schnell ihre Wäsche zu waschen und zu duschen. Die von der Stadt Zürich seit 14 Jahren geführte Institution ist bewusst so niederschwellig gehalten wie möglich. «Jeder, der in der Stadt Zürich lebt, soll kommen können», sagt Raimund Horn (46), seit bald fünf Jahren Teamleiter des t-alk. [«Viele dieser Menschen sind nicht mehr in der Lage, normale Kontakte zu anderen zu pflegen. Im t-alk finden sie Gemeinschaft unter ihresgleichen.»](#) Zudem soll der Treffpunkt dafür sorgen, dass weniger Alkoholiker auf den Strassen der Stadt rumlungern.

Ziel ist es explizit nicht, die Klienten zu therapieren. «Natürlich stehen wir zur Verfügung, wenn jemand seinen Alkoholkonsum reduzieren oder beenden möchte und Hilfe sucht. Aber viele wollen und können das gar nicht», sagt Horn. «Alkoholismus ist eine starke Erkrankung. Es ist schwierig, da wieder rauszukommen.» Die Gäste des t-alk dürfen deshalb auch Alkohol trinken, allerdings nichts Härteres als Bier oder Wein. Und das müssen sie selbst mitbringen. «Viele halten es nicht länger als zwei, drei Stun-

den ohne Alkohol aus, Wenn wir ihnen den verbieten würden, kämen sie nicht.»

Gegen Nachmittag haben die Klienten dann einiges intus, deshalb sind die Hausregeln so wichtig: [keine Gewalt, auch keine verbale, kein Rassismus oder Sexismus, keine Waffen, keine illegalen Drogen und nichts Hochprozentiges.](#) Wer dagegen verstösst, bekommt Hausverbot. «Für viele ist es hart, wenn sie länger als drei Tage nicht kommen dürfen», sagt Larissa Stämpfli. Trotzdem gibt es bei wiederholten oder schweren Verstössen bis zu zwei Monate Zutrittsverbot.

Zmittag für vier Franken

Im Zentrum des t-alk steht das Mittagessen, das für nur vier Franken zu haben ist. Es wird jeden Tag von einem Klienten zubereitet, mindestens 20 Portionen. Er entscheidet über das Menü und geht auch selbst einkaufen, das Budget beträgt 70 Franken. «So bekommen sie wenigstens eine anständige warme Mahlzeit pro Tag», sagt Horn. Der Koch und seine Helfer, zum Beispiel Karl hinter der Theke, erhalten für ihre Arbeit vier Franken pro Stunde – ein kleiner Zustupf zur Sozialhilfe.

Bis April 2015 waren es noch sechs Franken, dann wurde der Betrag unter politischem Druck der Bürgerlichen von der Stadt gekürzt. Die Idee dahinter: Die Sozialhilfeempfänger sollen motiviert werden, sich wieder einen richtigen Job zu suchen – für die meisten im t-alk ein hoffnungsloses Unterfangen. Dafür sind sie viel zu krank und abhängig. «Die Vorstellung, diese Leute seien einfach faul, und wenn sie nur wollten, könnten sie schon, die nervt mich ziemlich», sagt Stämpfli.

«Der Weg in die Sucht ist immer einfach, dazu braucht es keine verkorkte Kindheit», erklärt Horn. Entsprechend findet sich im t-alk eine enorme Vielfalt an Lebensgeschichten. Zum Beispiel Willi* (49), ein ehemaliger Bierbrauer und Milizfeuerwehrmann, der vor bald 15 Jahren seinen letzten Job bei Coca-Cola verloren hat. «Bald konnte ich mir auch keine Wohnung mehr

Hotelplan
Schweizerisch – seit 80 Jahren

Last Minute Jetzt profitieren & sparen.

Kreta

1 Woche im Horizon Beach *****
inkl. all inclusive, z.B. am 16.10.15

ab CHF **399.-**

Hotel und Flug ab Zürich und Genf
Jeweils am Fr., Sa., So., Mi.

HM K HER HORIZO 0370
www.hotelplan.ch/h-14374

Dalaman/Marmaris

1 Woche im Marti Resort *****
inkl. Halbpension, z.B. am 16.10.15

ab CHF **449.-**

Hotel und Flug ab Zürich
Jeweils am Fr.

HM K DLM MARRES 0113
www.hotelplan.ch/h-17082

Korfu

1 Woche im Mareblue Beach
Resort *****
inkl. all inclusive, z.B. am 13.10.15

ab CHF **449.-**

Hotel und Flug ab Zürich
Jeweils am Di.

HM K CFU MARBEA 0370
www.hotelplan.ch/h-69484

Südtürkei

1 Woche im Vera Verde
Resort *****
inkl. all inclusive, z.B. am 15.10.15

ab CHF **479.-**

Hotel und Flug ab Zürich, Basel und
Genf. Jeweils am Mi., Do., Fr., Sa.

HM K AYT FEBRES 5304
www.hotelplan.ch/h-23596

Kos

1 Woche im Astir Odysseus Kos
Resort & Spa *****
inkl. Halbpension, z.B. am 13.10.15

ab CHF **499.-**

Hotel und Flug ab Zürich
Jeweils am Di., Mi., Sa.

HM K KGS ASTODY 1120
www.hotelplan.ch/h-134471

Zakynthos

1 Woche im Tsilivi Beach Hotel ***
inkl. all inclusive, z.B. am 13.10.15

ab CHF **529.-**

Hotel und Flug ab Zürich
Jeweils am Di.

HM K ZTH TSIBEA 0302
www.hotelplan.ch/h-71128

Sharm el-Sheikh

1 Woche im Sea Club Resort *****
inkl. all inclusive, z.B. am 27.11.15

ab CHF **649.-**

Hotel und Flug ab Zürich
Jeweils am Mo., Fr.

HM K SSH SEA 0182
www.hotelplan.ch/h-63440

Phuket

1 Woche im Patong Beach
Hotel *****
inkl. Frühstück, z.B. am 6.11.15

ab CHF **949.-**

Hotel und Flug ab Zürich via Singa-
pur. Jeweils am Mo., Fr.

HM K HKT PATBEA 0430
www.hotelplan.ch/h-3924

Punta Cana

1 Woche im Grand Bahia
Principe *****
inkl. all inclusive, z.B. am 28.10.15

ab CHF **1199.-**

Hotel und Flug ab Zürich direkt
Jeweils am Mi.

HM K PUJ BAHPRI 0121
www.hotelplan.ch/h-246060

Malediven

1 Woche im Eriyadu Island
Resort ***
inkl. Halbpension, z.B. am 31.10.15

ab CHF **1349.-**

Hotel und Flug ab Zürich direkt
Jeweils am Sa.

HM K MLE ERIYAD 0117
www.hotelplan.ch/h-12181

Weitere Reisedaten und tagesaktuelle Angebote verfügbar.

Preise in CHF pro Person bei 2 Personen im Doppelzimmer inkl. Flughafen-/Sicherheitstaxen und aktuelle Treibstoffzuschläge. 1–2 Kinder 20% Reduktion im Zimmer mit zwei vollzahlenden Erwachsenen. Inbegriffen: Hin- & Rückflug in Economy-Class, Transfers, Übernachtung und Mahlzeiten gemäss Angebot, telefonische Betreuung. Nicht inbegriffen: Kombi-Versicherungspaket CHF 35 bis CHF 104, evtl. Bearbeitungsgebühren Ihrer Buchungsstelle, Ägypten-Visum CHF 40, Touristenkarte Dominikanische Republik USD 10. Vor Ort zu bezahlen: Ausreisesteuer Dominikanische Republik USD 25. Platzzahl ist beschränkt. Es gelten die Allgemeinen Vertrags-/Reisebedingungen der MTCH AG. Preisstand 1.10.15.

Jetzt buchen! 0848 82 11 11
www.hotelplan.ch oder
im Reisebüro.

Folgen Sie uns:   

Anzeige

16 | MM41, 5.10.2015 | MENSCHEN

leisten, fiel durchs Sozialnetz und landete auf der Strasse», erzählt er, eine Büchse Bier vor sich und eine Zigarette in der Hand. Zwar hatte er schon vorher getrunken, aber nun wurde es richtig viel.

Ein halbes Jahr lang lebte er draussen, bettelte, war ganz unten. Dann kam er im Suneboge unter, einer Zürcher Institution für süchtige und psychisch kranke Menschen. Dort hat er ein Zimmer und kocht ab und zu, ebenso wie im t-alk, wo er seit Jahren Stammgast ist. «Ich bin gern hier, die Leute sind alle auf der gleichen Ebene. Was soll ich den ganzen Tag allein zu Hause sitzen?» Seit Frühling hat er zudem seinen Alkoholkonsum erfolgreich reduziert: Nur noch zehn Büchsen Bier pro Tag, mehr gibts nicht. «Und manchmal trinke ich die nicht mal alle.»

Zusammen mit ein paar anderen darf Willi den Treff sogar regelmässig führen. Jeweils am Mittwochvormittag hat die t-alk-Crew eine Teamsitzung, dann tun die Klienten all das, was sonst die Betreuerinnen machen. Einer aus dem Team sitzt jeweils im Büro, für Notfälle. Aber im Grossen und Ganzen funktioniert es gut. «Wir mussten sogar ein paar Kurse machen, Gewaltprävention, Erste Hilfe und so», erzählt Willi und zündet sich die nächste Zigarette an. Dass er jemals wieder von der Sozialhilfe los kommt und einen richtigen Job findet, glaubt er allerdings nicht. «Wer will schon einen wie mich?»

Vom Banker zum Drogenhändler

Nicht alle im t-alk haben die Hoffnung aufgegeben. Rolf (58) ist derzeit sogar richtig guter Dinge. Der ehemalige Banker hat sich einen Wohnwagen auf dem Campingplatz Sihwald organisiert, wo er zusammen mit seiner Katze Cassiopeia (13) den Sommer verbringt. Rolfs Lebensgeschichte würde einen ganzen Roman hergeben. Als Banker war er in den 80er-Jahren ganz oben, verdiente Geld wie Heu, lebte in einem schönen Haus, hatte eine Familie. «Aber der Job hat



mich wahnsinnig gelangweilt, ich fühlte mich völlig unterfordert. Am Schluss habe ich schon mittags getrunken und gekokst, um das auszuhalten.» Alkohol war schon vorher ein Thema, Koks erst auf der Bank. «Es half gegen die Frustration über das synthetische Leben, das ich führte.»

Als die Wirtschaftskrise der 90er-Jahre begann und Entlassungen anstanden, war er Leiter des Zahlungsverkehrs und meldete sich freiwillig. Dann versuchte er sein Glück als Bauarbeiter, um das «echte Leben» kennenzulernen. Doch sein Drogenkonsum nahm gleichzeitig zu, und nun fing er an, den Stoff auch selbst zu handeln, um an genug Geld zu kommen.

[Seine Wege führten ihn bis nach Südamerika und auf den Balkan, wo er angeschossen und schwer verletzt wurde.](#)

Schliesslich kam er zurück in die Schweiz, erst ins Krankenhaus, dann wegen erneuten Handels ins Gefängnis in Isolationshaft. «Das hat mir damals das Leben gerettet, denn dort zwangen sie mich zum Entzug.» Nach ein paar Monaten war er clean, bekam aber noch zwei Jahre Gefängnis für



Rechts: t-alk-Leiter Raimund Horn (46) und Mitarbeiterin Larissa Stämpfli (27) betreuen die Klienten und sehen zu, dass alles unter Kontrolle bleibt. Links: Die Klienten bringen das Bier mit, es lagert angeschrieben im Kühlschrank. Unten: Der Bierkonsum verursacht einiges an Abfall.



Schmuggel aufgebracht. «Und was habe ich dort gemacht? Geschmuggelt. Sehr viel starken Schnaps etwa – dort bin ich erst so richtig zum Alkoholiker geworden.»

Nach der Entlassung 2002 begann seine Zeit im Zürcher Sozialsystem. Er lernte den t-alk kennen und das damit assoziierte Arbeitsprogramm Sprungbrett/Palettino, wo man ihm einfache Jobs gab, um ihn auf die Rückkehr in den Arbeitsmarkt vorzubereiten. Rolf bemühte sich, fing an, Bilder zu malen, machte eine Alkoholtherapie. 2009 war er clean, rauchte nicht mehr und war auf dem Weg zurück in die Arbeitswelt.

Dann jedoch habe er eine «unfähige Sozialarbeiterin» gehabt, «eine parasitäre, sprechende Topfpflanze». Sie habe ihm nichts als Steine in den Weg gelegt, statt ihm zu helfen, sagt Rolf. «Wegen ihr bekam ich zwei Jahre lang keine Sozialhilfe und versuchte, mich selbst durchzuschlagen – da habe ich dann wieder angefangen zu trinken und zu rauchen.» Und obdachlos wurde er auch noch.

Der t-alk war seine Rettung. «Ohne diese Infrastruktur hätte ich nicht überlebt.» Mit Hilfe des Teams gelang es auch,

Anzeige

Combo



Gültig vom 6. bis 12. Oktober 2015

Flamm- kuchenbaguette

+ Orangina
5 dl PET

5.–




MIGROS
Take Away

Geniesse die Vielfalt.



Lesen Sie das
Blog-Tagebuch
aus dem Alko-
holikertreff!

Migrosmagazin.ch

Seitenwechsel

Eine Woche im t-alk

Die Weiterbildungs-organisation Seitenwechsel verspricht einen Ausflug in ein ganz anderes Arbeitsleben. Ziel ist es, die Teilnehmer mit ungewohnten Welten zu konfrontieren. Sie sollen unter anderem ihre Komfortzone verlassen, Mut entwickeln, Dinge aus einer anderen Perspektive betrachten, ihre Krisenresistenz stärken.

MM-Redaktor Ralf Kaminski verbrachte Anfang August eine Woche im Team des Zürcher Alkoholikertreffs t-alk. Die Reportage basiert auf den Gesprächen und Erfahrungen vor Ort. Auf Migrosmagazin.ch hat er zudem ein Tagebuch über seine Erlebnisse verfasst.

Der t-alk nimmt zwei Seitenwechsler pro Jahr. Dabei kommen Menschen aus ganz unterschiedlichen Branchen zum Zug, häufig auch Leute aus dem Management von Konzernen. Sie erfahren, wie man mit nicht immer einfachen Menschen und Situationen umgehen kann. Und das t-alk-Team hofft, dass seine Arbeit positiv wahrgenommen und weitergetragen wird, sich vielleicht sogar die Haltung der Seitenwechsler zu Alkoholikern ein wenig verbessert – über jene Woche hinaus.

Seitenwechsel.ch



Ex-Banker Rolf (58) töpft regelmässig im Sprungbrett/Palettino, einer Schwesterorganisation des t-alk.

einen neuen Sozialarbeiter zu organisieren. Seit Juni lebt Rolf nun in seinem Wohnwagen, arbeitet regelmässig als Übersetzer und hat kürzlich gar einen befristeten Job als Putzkraft ergattert. Zudem töpft er im Sprungbrett/Palettino an Katzenfiguren, die er dem Heimatwerk anbieten möchte.

«Ich bin noch immer bei der Sozialhilfe und auch noch immer Alkoholiker, aber ich benehme mich nicht wie einer», sagt Rolf, der nur noch sporadisch trinkt. «Und im Moment läuft es so gut wie schon lange nicht mehr. Ich führe jetzt ein Leben, das mich weiterbringt.» Und irgendwann auch wieder raus aus der Sozialhilfe, davon ist er überzeugt.

Larissa Stämpfli und Raimund Horn kennen viele solcher Geschichten – nur wenige enden positiv. [Im Raucherzimmer des t-alk hängt eine Ahnengalerie, Fotos von Gästen, die mittlerweile verstorben sind.](#) «Rund 80 Prozent unserer Klienten hatten schon gröbere Konflikte untereinander», sagt Horn. Im Treff gibt es die jedoch sehr viel weniger häufig als draussen, wo keine Regeln und Hausverbote existieren. «Der t-alk ist quasi eine neutrale

Zone, wo man eine gewisse Sicherheit und Geborgenheit hat», sagt Horn.

Letzte Bastion für Randständige

Manchmal ist es allerdings auch den Betreuerinnen unwohl. Larissa Stämpfli zum Beispiel hat einer Klientin ein längeres Hausverbot erteilt, bald jedoch wird sie wieder zurück sein. Und aus ihrem Verhalten in der Zwischenzeit lässt sich schliessen, dass sie Stämpfli das Verbot übel nimmt. Wie also mit ihr umgehen, wenn sie wieder auftaucht? «Wichtig ist, in solchen Situationen ein Ventil zu bieten, damit die Person ihren Frust loswerden kann», sagt Raimund Horn. Etwa durch ein Gespräch. Wenn das nicht wirke, gebe es halt ein weiteres Hausverbot.

Larissa Stämpfli sagt, sie habe noch nie befürchtet, ihr könnte etwas passieren. «Wenn mich jemand physisch angriffe, würden ganz sicher andere dazwischengehen.» Und in Situationen, die bedrohlich erscheinen, ruft sie die Polizei, die innert Minuten kommt. «Ausserdem diskutieren wir die schwierigen Fälle an Teamsitzungen. Das hilft, das Erlebte besser einzuordnen und die Lage wieder zu entspannen.» In Rollenspielen

üben sie regelmässig, wie man in heiklen Momenten reagieren und angespannte Situationen deeskalieren kann.

Alles in allem jedoch fühlt sie sich wohl in ihrem Job, nicht zuletzt, weil das Team so gut funktioniere und sie sich aufeinander verlassen könnten. «Wir haben sehr viel mehr gute Momente als Eskalationen», sagt Larissa Stämpfli. «Und unsere Klienten wissen, dass hier so was wie ihre letzte Bastion ist», ergänzt Raimund Horn. «Viele identifizieren sich sehr stark mit dem t-alk; wenn es ihn nicht mehr gäbe, müssten sie wieder irgendwo allein dort draussen sein.»

Die Motivation der beiden, sich in dieser Arbeit zu engagieren, ist klar: [«Ich möchte, dass das soziale System funktioniert», sagt Horn. «Und dass auch Menschen, die am Rande der Gesellschaft stehen, eine Möglichkeit haben, irgendwohin zu gehen.»](#) Stämpfli schätzt vor allem die Beziehungsarbeit. «Wir sind ganz nah an den Leuten dran, das gefällt mir.»

Wie nahe zeigt sich, als der langjährige Klient Beat (45) Horn informiert, dass er am 14. August heiraten werde, und fragt, ob er die Hochzeitsparty abends im t-alk machen dürfe.



Das Zmittag kostet vier Franken und wird täglich von einem der Klienten gekocht.

Links: Der t-alk, eine simple Baracke. Viele der Besucher bringen ihre Hunde mit.

Er und seine Braut Joyce (43) sind seit zwei Jahren ein Paar. Sie bezeichnet sich als «Ex-Alki», kommt aus den Niederlanden und war früher als Schaustellerin unterwegs; er war Töffmechaniker und Security-Mann.

Beide hat der Alkohol aus der Bahn geworfen, aber zumindest bei Joyce ist inzwischen Besserung in Sicht, möglicherweise sogar ein Job. Nun sind sie auf der Suche nach einer gemeinsamen Wohnung – ein schwieriges Unterfangen, denn in Zürich ist das schon unter normalen Umständen nicht leicht.

Eine Party am Abend sei heikel, erklärte Horn dem Bräutigam und schlägt einen Kompromiss vor: Am Partytag wird der t-alk schon um 14 Uhr geschlossen, dann dekoriert, und ab 16 Uhr gibt es eine geschlossene Gesellschaft bis 21 Uhr. «Und ich spendiere die Hochzeitstorte!», bietet er an. Beat ist einverstanden und freut sich. «Das hätte ich jetzt nicht für jeden gemacht», sagt Horn, «aber Beat ist ein guter Typ.»

Es ist, dem Vernehmen nach, ein rauschendes Fest geworden. **MM**

Anzeige



Combo

Gültig vom 27. Oktober bis 2. November 2015

Rindfleischvogel

mit Rotweinsauce, Kartoffelstock und Bohnen

+ Aproz grün 5dl PET

13.80

Portion



MIGROS
Restaurant

Zeit zum Geniessen.

*Namen der Redaktion bekannt