

Nationale Aktionswoche für Kinder von Eltern mit Suchterkrankung

Ressourcen für die Medien 2026

Erfahrungsberichte und Engagement der Betroffenen

Nina Langensand verknüpft in ihrem Theaterstück ALKOHOL ihre persönlichen Erfahrungen des Aufwachsens in einem von Alkohol geprägten Zuhause mit einem kollektiven Raum des Nachdenkens. Die Aufführungen finden am Donnerstag, 19. März und Freitag, 20. März im Burghackkeller in Zug statt. Gerne teilt sie ihre Erfahrungen und ist über Sucht Schweiz kontaktierbar.

Michel Sutter (51) wuchs mit zwei alkoholkranken und suizidalen Elternteilen auf und geriet danach selbst in den Kreislauf von Alkohol und Drogen. Heute davon genesen ruft er in diesem Video und einem Text eindrücklich zum Hinschauen und Helfen auf. Für die diesjährige Nationale Aktionswoche inszeniert er im Lavaterhaus in Zürich ein Bühnenstück, in dem er seine Lebensgeschichte, eingebettet in Pianokompositionen seines Jugendfreundes, erzählt. Für Interviews steht er unter [michel.sutter\(at\)peerspektive.ch](mailto:michel.sutter(at)peerspektive.ch) zur Verfügung.



Weitere Berichte und Kurzvideos finden Sie unter <https://kinder-eltern-sucht.ch/wer-sind-diese-kinder/erfahrungsberichte-von-betroffenen/>.

Kontakte von weiteren betroffenen Personen können über Sucht Schweiz angefragt werden.

Plakat und Postkarten

Das Plakat und die Postkarten der Aktionswoche werden zur freien Nutzung zur Verfügung gestellt.

Informationen zur Thematik "Kinder von Eltern mit Suchterkrankung"

Webseiten

Webseite des Nationalen Programms für Kinder von Eltern mit Suchterkrankung und der Nationalen Aktionswoche: <https://kinder-eltern-sucht.ch/>

Für Kinder: www.mamatrinkt.ch / www.papatrinkt.ch

Für Eltern: www.elternundsucht.ch

Hintergrundinformationen und Broschüren

- [Hintergrundinfos und Handlungsansätze](#)
- Broschüre: ["Was kann das Umfeld tun?"](#)
- Broschüre: ["Kinder aus alkoholbelasteten Familien"](#)



- Broschüre: ["Eltern vor allem – Eltern trotz allem"](#)
- Kinderbuch: ["Bobby der Hund"](#)
- Leitfaden für Fachpersonen: ["Unterstützung für Kinder aus suchtbelasteten Familien. Grundlagen und Interventionsmöglichkeiten"](#)

«Elternschaft und Sucht» - Thematischer Schwerpunkt der Nationalen Aktionswoche 2026

Die Hilfe und Unterstützung für Kinder von Eltern mit einer Sucht beruht weitgehend auf der Begleitung der Eltern. Fachpersonen spielen eine wesentliche Rolle dabei, diese Eltern zu identifizieren und ihnen eine Begleitung anzubieten, die es ihnen ermöglicht, ihre Elternrolle angemessen auszuüben. Eine diesem Thema gewidmete [Internetseite](#) sowie spezifische Unterlagen sind nun verfügbar.

Kantonale Angebote für Kinder von suchtkranken Eltern

Eine Liste mit den kantonalen Angeboten ist unter [mamatrinkt/papatrinkt](#) abrufbar.

Bücher, Filme und spannende Aktionen

“Abschiede von Mutter” lautet der Titel des 2025 erschienen Buches von Gian-Marco Schmid, auch bekannt unter seinem Künstlernamen Gimma. Der Rapper verbindet darin tagebuchartige Reflexionen und Rückblicke auf prägende Kindheitserlebnisse mit dem Abschied von seiner Mutter nach ihrem Tod. In einem [Interview](#) mit Sucht Schweiz sprach er über das Buch und vertiefte dabei die darin geschilderten Erfahrungen aus seiner Kindheit. Gimma kann unter [gimmasworld\(at\)gmail.com](mailto:gimmasworld(at)gmail.com) kontaktiert werden. Seit diesem Jahr unterstützt er die Nationale Aktionswoche als Botschafter. Weitere bekannte Persönlichkeiten, die die Nationalen Aktionswoche für Kinder von Eltern mit einer Suchterkrankung unterstützen finden Sie [hier](#).

Der verfilmte Bestseller „22 Bahnen“ von Caroline Wahl erzählt die Geschichte der Mathematik begabten Tilda, die mit ihrer alkoholkranken Mutter aufwächst und früh Verantwortung für ihre jüngere Schwester übernimmt. Im Rahmen der Nationalen Aktionswoche wird der Film am [22. März in Weinfelden](#) gezeigt.

Das Bilderbuch «Das Wetter zu Hause» (2025) von Anna Schmid erzählt kindsgerecht und einfühlsam, wie sich das Leben in Familien mit Suchterkrankung für Kinder anfühlen kann. Am 18. März liest die Autorin persönlich aus Ihrem Buch [im Quartierraum, DOCK8](#) in Bern vor.

Am 18. März wird in [Altdorf](#) der Film «Prinzessin» von Peter Luisi gezeigt, welcher im Jahr 2022 in den Kinos lief. Der Film erzählt von der besonderen Freundschaft zwischen dem alkoholkranken Josef und seiner Nichte Nina, die sich 35 Jahre später erneut begegnen, als Nina in eine Krise gerät. Link zum Trailer: <https://cineworx.ch/movie/prinzessin/>

Der Film [«Löwenzahnkind»](#) wird am Mittwoch, 18. März das letzte Mal öffentlich [in Zürich](#) gezeigt, welcher Jasmin, Betroffene und Mitbegründerin des Vereins Löwenzahnkinder, auf der Reise zu ihrem ehemals Heroinabhängigen Vater begleitet und in dem weitere Betroffene von ihren persönlichen Erfahrungen erzählen.

Weitere Aktionen der diesjährigen Nationalen Aktionswoche reichen von einer Ausstellung kurativer Arbeiten von Kindern suchtkranker Eltern in der [Stadtgalerie in Chur](#) über eine Führung durch die [CONTACT-Anlaufstelle](#) in Bern bis hin zu verschiedenen Informationsveranstaltungen für Interessierte, Fachpersonen, Eltern und Schulklassen, die zur Sensibilisierung für das Thema beitragen.