

Mein Konsum: Genuss, Gewohnheit oder Abhängigkeit? Informations- und Austauschgruppe

Machen Sie sich Gedanken über Ihren Konsum von Alkohol, Tabak, Cannabis oder anderen Substanzen? Unsere Gruppe bietet die Gelegenheit, Informationen zu erhalten, Anliegen und Fragen zu klären, sich auszutauschen und Ideen für weitere Schritte Richtung Veränderung zu entwickeln.

- Schwerpunkte**
- Was ist Genuss, was ist Gewohnheit, was ist Abhängigkeit?
 - In welchen Situationen konsumiere ich?
 - Welche Auswirkungen hat mein Konsumverhalten auf mich, mein Leben und meine Beziehungen?
 - Welche Hindernisse begegnen mir, wenn ich mein Konsumverhalten verändern möchte?
 - Welche Unterstützungsangebote gibt es?

Dauer Sechs Kursabende von 18:30 – 20.30 Uhr
Zusätzlich ein Rückblick- und Austauschtreffen zwei Monate später

Gruppengrösse 6 – 10 Teilnehmende

Ort Fachstelle Sucht Bezirk Pfäffikon
Sophie-Guyer-Strasse 9
(Zwei Gehminuten vom Bahnhof Pfäffikon ZH entfernt)

Vertraulichkeit Zur Wahrung einer vertrauensvollen Atmosphäre verpflichten sich alle Teilnehmer*innen zur Diskretion und Verschwiegenheit. Die Berater*innen unterstehen der beruflichen Schweigepflicht.

Anmeldung Mit dem Anmeldeblatt, telefonisch oder per E-Mail

Kontakte

Angela Boner-Murer
Fachstelle Sucht Bezirk Pfäffikon
Sophie-Guyer-Strasse 9
8330 Pfäffikon ZH
Telefon: 044 951 15 13
angela.boner-murer@sdbp.ch
www.sdbp.ch

Marlys Spreyermann
Fachstelle Sucht Bezirk Hinwil
Pappelstrasse 16
8620 Wetzikon
Telefon: 044 933 30 40
marlys.spreyermann@fsbh-zo.ch
www.fsbh-zo.ch

Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Wir freuen uns auf Sie!