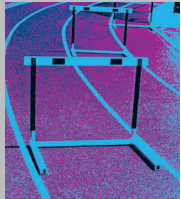


SKOLL

SELBSTKONTROLLTRAINING

SKOLL bedeutet, den Konsum oder das riskante Verhalten zu stabilisieren, zu reduzieren oder ganz darauf zu verzichten.



SKOLL ...

- ... ist ein Training, um riskanten Konsum/riskantes Verhalten zu überprüfen.
- ... gibt Raum zum offenen Austausch und gegenseitiger Unterstützung.
- ... bietet Möglichkeiten, neue Verhaltensweisen kennen zu lernen und auszuprobieren.
- ... nimmt jede/n ernst und unterstützt jede/n darin, ihren/seinen eigenen individuellen Weg zu finden.

– für den verantwortungsbewussten Umgang mit Suchtstoffen und anderen Suchtphänomenen

SKOLL hilft,...

- ... einen Überblick über die eigene riskante Verhaltensweise zu erlangen.
- ... sich selbst mit einem Trainingsplan zur Selbstkontrolle herauszufordern.
- ... eine eigene Entscheidung zur weiteren Lebensgestaltung zu treffen.
- ... Strategien zur Krisenbewältigung zu entwickeln.



SKOLL ist ein Trainingsprogramm, welches 10 mal im wöchentlichen Rhythmus innerhalb einer Gruppe stattfindet.

Vor Beginn des Kurses findet ein Informationsgespräch statt, um alle Fragen zu klären.

Über die gemachten Erfahrungen mit der Selbstkontrolle tauschen wir uns in einem Nachtreffen aus.

Unsere Kurse zum Selbstkontrolltraining finden in den Räumlichkeiten des Suchthilfe-Zentrums S13 der Caritasregion Mittelthüringen im Schulzenweg 13 in 99097 Erfurt statt.

Im Bedarfsfall können die Kurse auch in Einrichtungen, mit denen die Suchthilfe eng zusammenarbeitet, stattfinden.



SKOLL ist für Alle ...

... die sich fragen, ob sie riskanten Konsum von Suchtstoffen betreiben oder problematische Verhaltensweisen mitbringen.

... die einen risikoarmen Konsum oder ein risikoarmes Verhalten anstreben.

... die ihre Selbsterkenntnis fördern möchten.

... die sich vor Abhängigkeit schützen möchten.

– für den verantwortungsbewussten Umgang mit Suchtstoffen und anderen Suchtphänomenen

SKOLL

Selbstkontrolltraining – für den verantwortungsbewussten Umgang mit Suchtstoffen und anderen Suchtphänomenen

KONTAKT

Bei Interesse an einer Teilnahme melden Sie sich bitte hier:

**Caritasregion Mittelthüringen
Suchthilfe-Zentrum S13
Beratung und Behandlung**

temp. Postanschrift:

Schulzenweg 13
99097 Erfurt

Telefon: 0361 - 21658460

Fax: 0361 - 21658466

E-Mail: s13-ef@caritas-bistum-erfurt.de

Träger: Caritasverband für das Bistum Erfurt e.V.



weitere Informationen unter:
www.caritasregion-mittelthueringen.de

SKOLL – Ein Konzept des Caritasverbandes für die Diözese Osnabrück e.V.



SKOLL

SELBSTKONTROLLTRAINING

Selbstkontrolltraining – für den verantwortungsbewussten Umgang mit Suchtstoffen und anderen Suchtphänomenen

