

kostenlos | vertraulich | anonym



Weniger Alkohol – Ihr Ziel

Gruppe zur Trinkreduktion

Haben Sie oder andere den Eindruck, dass Ihr Alkoholkonsum zu hoch ist? Haben Sie den Wunsch, Ihren Alkoholkonsum zu reduzieren? Können oder wollen Sie derzeit nicht vollständig auf Alkohol verzichten? Wenn Sie diese Fragen mit ja beantworten, kann dieses Programm für Sie das Richtige sein.

Hier können Sie:

- Informationen über Alkohol, Auswirkungen des Alkoholkonsums
- Führen des Trinktagebuches, persönliche Zielfestlegung und Strategien
- Umgang mit Risiko- und sozialen Gefährdungssituationen
- Alkoholfreie Bewältigung von Belastungen, alkoholfreie Freizeitgestaltung

Hauptplatz 35
3300 Amstetten

10 Termine, jeweils Freitag
von 14:00 bis 16:15 Uhr



Anmeldung:

Julia Daurer, BA

M 0676-83 844 8858

DSAⁱⁿ Ingrid Riegler

M 0676-83 844 371

Termine 2024

16. Februar, 23. Februar, 1. März, 8. März, 15. März,
22. März, 5. April, 12. April, 19. April und 26. April 2024

Information
Beratung
Betreuung
Hilfestellung