

Weniger Alkohol – Ihr Ziel

Gruppe zur Trinkreduktion

kostenlos | vertraulich | anonym

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:

DSA Ingrid Riegler

M 0676-83 844 371

Julia Daurer, BA

M 0676-83 844 8858

Termine 2023

17. Februar, 24. Februar, 3. März,

10. März, 17. März, 24. März, 31. März,

14. April, 21. April und 28. April 2023