

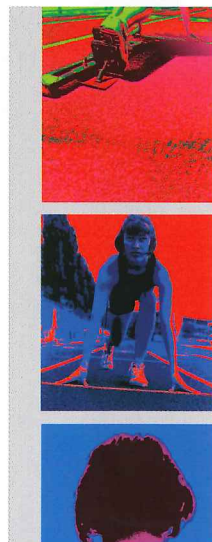
SKOLL

SELBSTKONTROLLTRAINING

– für den verantwortungsbewussten Umgang mit Suchtstoffen

SKOLL bedeutet,

den Konsum zu stabilisieren,
den Konsum zu reduzieren
und ganz auf Suchtmittel-
gebrauch zu verzichten.



SKOLL ...

- ... ist ein Training, in dem jede/r ihren/seinen persönlichen Gebrauch überprüfen kann.
- ... 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.

SKOLL hilft,...

- ... einen Überblick über den eigenen Konsum zu erhalten.
- ... sich selbst mit einem Trainingsplan zur Selbstkontrolle herauszufordern.
- ... neue Ideen für alternative Verhaltensweisen zu finden.
- ... eine eigene Entscheidung über weiteren Konsum 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.



SKOLL ist für Alle ...

- ... die sich fragen, ob sie übermäßig Drogen gebrauchen, problematisch spielen oder zu viel Alkohol trinken.
- ... die einen risikoarmen Konsum anstreben.
- ... die einem Rückfall vorbeugen möchten.
- ... die sich vor Abhängigkeit schützen möchten.

für den verantwortungsbewussten Umgang mit Suchtstoffen

Nähere Auskünfte erhalten Sie:

bwlw
Fachstelle Sucht
Tumringer Str. 229
79539 Lörrach
Tel. 07621-1623490

SKOLL SELBSTKONTROLLTRAINING wird gefördert durch das Bundesministerium für Gesundheit. Es wurde im Rahmen eines europäischen Projektes von dem Caritasverband für die Diözese Osnabrück e.V. entwickelt und erfolgreich erprobt.



SKOLL

SELBSTKONTROLLTRAINING

Bundesmodellprojekt

Selbstkontrolltraining – für den verantwortungsbewussten Umgang mit Suchtstoffen