

Onlinekurs

SKOLL - Selbstkontrolltraining

für den verantwortungsbewussten
Umgang mit Alkohol

Das SKOLL-SPEZIAL Training besteht aus 10 Sitzungen von jeweils 90 Minuten Dauer.
Die Themen bauen aufeinander auf und gestalten sich wie folgt:

Sitzung	Datum	Uhrzeit
Infoveranstaltung	24.11.2021	18:00-19:00
Sitzung 1: Kennen Lernen	01.12.2021	18:00-19:30
Sitzung 2: Trainingsplan	08.12.2021	18:00-19:30
Sitzung 3: Risikosituationen	15.12.2021	18:00-19:30
Sitzung 4: Stressmanagement	22.12.2021	18:00-19:30
Sitzung 5: Soziales Netzwerk	29.12.2021	18:00-19:30
Sitzung 6: Hilfreiche Gedanken	05.01.2022	18:00-19:30
Sitzung 7: Rückschritte/ Krisen	19.01.2022	18:00-19:30
Sitzung 8: Konflikte	26.01.2022	18:00-19:30
Sitzung 9: Freizeitgestaltung	02.02.2022	18:00-19:30
Sitzung 10: Rituale	09.02.2022	18:00-19:30
Nachtreffen	06.04.2022	18:00-19:30

Trainingsleitung: Verena Freynik
Dipl. Sozialpädagogin/-arbeiterin, Suchttherapeutin VT, SKOLL-SPEZIAL Trainerin

Das **SKOLL-Spezial Selbstkontrolltraining** findet online via Videokonferenz auf dem Internetportal www.sichere-videokonferenz.de statt. Den Link für die Sitzungen erhalten Sie von der Trainingsleitung nach einem telefonischen Vorgespräch.

Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Schillerstraße 21 | 37083 Göttingen
Tel.: 0551/72051 / Diensthandy: 0157/34406189

suchtberatung.goettingen@evlka.de / verena.freynik@evlka.de
www.suchtberatung-goettingen.de