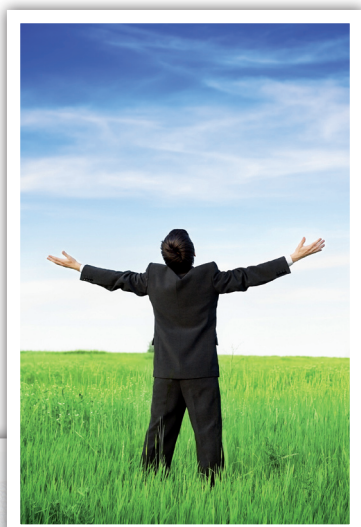
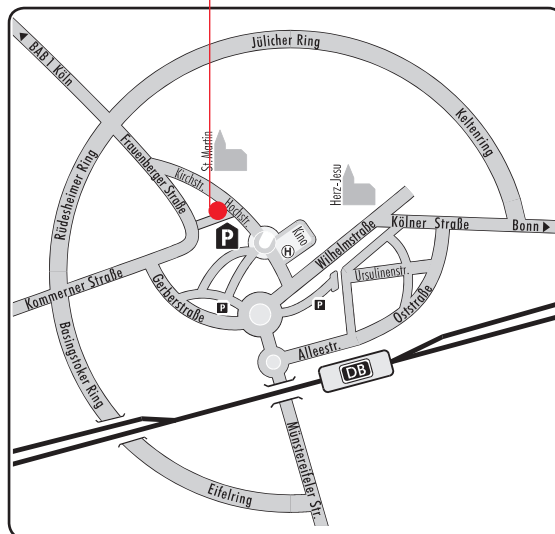


**Weniger Alkohol
Mehr Gesundheit**



Wir informieren Sie gerne in einem persönlichen Gespräch über die Einzelheiten unserer Angebote und über Termine und Preise der unterschiedlichen Kursformen.

Fachbereich
Sucht- und Wohnungslosenhilfe
Kapellenstraße 14
53879 Euskirchen



Suchtberatungs- u. Behandlungsstelle

**Kursprogramme
zum Kontrollierten Trinken**

Ansprechpartner:

Armin Reichert

Tel.: 02251-65035 -0

Fax: 02251-65035-11

suchtberatung@caritas-eu.de

www.caritas-eu.de

**Kursprogramme zum
Kontrollierten Trinken
(KT)**



Caritasverband
für das Kreisdekanat
Euskirchen e.V.

KT-Programme richten sich an

Menschen, die mit ihrer Gesundheit wieder mehr in Einklang kommen wollen.

Haben Sie den Eindruck, dass Ihr Alkoholkonsum riskant ist bzw. Ihre Gesundheit schon geschädigt ?

Haben Sie den Wunsch, Ihren Alkoholkonsum zu reduzieren ?

Haben Sie schon öfters versucht zu reduzieren und immer wieder festgestellt, dass es „einfach so“ nicht geht ?

Ist der völlige Verzicht auf Alkohol (Abstinenz) für Sie zurzeit nicht erreichbar oder nicht Ihr Ziel ?

Falls Sie diese vier Fragen mit „Ja“ beantwortet haben, sind die Programme zum Kontrollierten Trinken (kT) das richtige Angebot für Sie.

KT-Programme helfen durch

Erprobte Konzepte

Untersuchungen bestätigen den Erfolg 30 Jahre internationale Forschung belegen, dass der Alkoholkonsum durch die hier beschriebenen Reduktionsprogramme nachhaltig gesenkt werden kann. Prof. Dr. Körkel, Suchtforscher an der Ev. Fachhochschule in Nürnberg, entwickelte die Programme für den deutschsprachigen Raum.

Ist kT für Sie wirklich geeignet ?

Den jeweiligen Kursen vorgeschaltet ist eine Diagnostik-Phase. Hier wird abgeklärt, ob eine Teilnahme möglich und sinnvoll ist. In Form von Fragebögen, Arztberichten und persönlichen Gesprächen werden mögliche Risiken ausgeschlossen.

Vertraulichkeit

Ob Einzel- oder Gruppenprogramm: Schutz der Privatsphäre, Verbindlichkeit und ein respektvoller Umgang miteinander

Unterstützung durch Krankenkassen

Die Teilnahme an den Programmen wird von den Betriebskrankenkassen, der Bundesknappschaft und einer Reihe von regionalen Krankenkassen finanziell unterstützt (§ 20 SGB V).

Sie entscheiden über Ihren Weg

Einzelprogramm

zum kontrollierten Trinken (EKT)

In 10 individuell abgestimmten Einzelsitzungen werden Hilfen zur Reduktion des Alkoholkonsums vermittelt. Ein ausgebildeter kT-Trainer erarbeitet mit dem Betroffenen Schritt für Schritt die erforderlichen Kompetenzen zum Erlernen des kontrollierten Trinkens.

Gruppenprogramm

zum kontrollierten Trinken (AkT)

Das gemeinsame Erlernen des kontrollierten Trinkens an 10 Gruppenabenden bietet den Vorteil der gegenseitigen Unterstützung in einer Gruppe. Der kT-Gruppenleiter folgt dabei einer klaren Struktur und bietet jedem Einzelnen Raum für seine persönliche Lebenssituation und den Austausch in der Gruppe

Das 10- Schritte – Programm

Dieses Programm wurde für Menschen entwickelt, die ihr Trinkverhalten im Selbstlernverfahren und aus eigenen Kraft heraus verändern möchten. Dazu bietet wir Individuelle Begleitung (coaching) an.

Weitere Infos finden Sie auch unter www.kontrolliertes-trinken.de