

THE QUEST

PROGRAMM ZUM SELBSTKONTROLLIERTEN PC / INTERNETKONSUM

Termin:

Ab 1. November, mittwochs, 16 bis 18 Uhr

Der Kurs umfasst 10 Termine à 90 Minuten
Teilnehmer: maximal 10 Personen
Kostenlos & vertraulich

THE QUEST

- * Ist ein Programm, um riskantes Mediennutzungsverhalten zu überprüfen.
- * Gibt Raum, zum offenen Austausch und zur gegenseitigen Unterstützung.
- * Bietet Möglichkeiten neue Verhaltensweisen kennenzulernen und auszuprobieren.
- * Nimmt dich ernst und unterstützt darin, deinen eigenen individuellen Weg zu finden.

THE QUEST hilft,

- * Einen Überblick über deine eigene Verhaltensweise zu erlangen.
- * Veränderungen und Ziele zu erarbeiten und neue Skills auszuprobieren.
- * Eigene Entscheidungen zur weiteren Lebensgestaltung zu treffen.
- * Strategien zur Krisenbewältigung zu entwickeln.



VERANSTALTUNGSORT:

Fachambulanz Dieburg
Weißturmstr. 23
64807 Dieburg
E-Mail: sucht@caritas-dieburg.de
Tel.Nr.: 06071/9866-22

ANSPRECHPERSONEN:

Kim Werling & Sebastian Haberkorn

Vor Beginn des Kurses findet ein Informationsgespräch statt, um alle Fragen zu klären.



www.instagram.com/carilike.darmstadt

www.facebook.com/caritasdarmstadt