



Kosten:

Der Kurs wird von der Hochschule Darmstadt und dem Studierendenwerk Darmstadt gefördert. Für die Studierenden der Hochschule Darmstadt entstehen keine Kosten. Für Studierende der TU Darmstadt kostet er (statt 150,00 €) nur 75,00 € (einige Krankenkassen bezuschussen das Angebot). Es wird eine Anmeldegebühr in Höhe von 25,00 € erhoben. Diese erhalten Sie am Ende des Kurses zurück, wenn Sie an mindestens 8 Blöcken teilgenommen haben.

Anonymität des Angebotes:

Die Daten werden nicht an Dritte weitergegeben. Um die Förderberechtigung zu prüfen senden Sie uns bitte mit der Anmeldung ihre aktuelle Studienbescheinigung. Die Hochschulen erhalten nur eine Mitteilung darüber wie viele Studierende das Angebot genutzt haben.

Anmeldung:

Das Anmeldeformular und die aktuelle Studienbescheinigung senden Sie per Mail an sucht@caritas-darmstadt.de. Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung mit den Überweisungsdaten. Mit der Überweisung von 100,00 € (TU Darmstadt), bzw. 25,00 € (h_da) wird Ihre Anmeldung verbindlich. Anmeldeformulare können bei der o.g. Mailadresse angefordert werden. Melden Sie sich bitte bis zum 09.04.2017 an.

Fragen zum Kurs richten Sie an:

Maike Behrens / Gernot Fretter
Telefon: 06151 / 500 28 40 oder per Mail
m.behrens@caritas-darmstadt.de oder
g.fretter@caritas-darmstadt.de

SKOLL[®]

SPEZIAL

SELBSTKONTROLLTRAINING

Für Studierende der

Hochschule Darmstadt und der
Technischen Universität Darmstadt

im Sommersemester 2017

21.04. – 30.06.2017



Not sehen und handeln.
Caritas

h_da

HOCHSCHULE DARMSTADT
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

studierendenwerk
darmstadt

**Das hab ich mir verdient... !
Damit läuft's einfach besser... !
So schaff ich mein Lernpensum...
Party gehört auch dazu...
Kaffee, Kippen, Süßes, Alk, Zocken, usw.**

In vielen Lebenssituationen benutzen Menschen Suchtmittel um ihren Alltag zu bewältigen. Im Studium gibt es viele dieser Anlässe. Die einen konsumieren um leistungsfähiger zu sein, die anderen konsumieren um zu entspannen, die nächsten um sich zu belohnen...

**Macht ja jeder irgendwie.
Alles kein Problem!... oder doch?**

Hast Du dich schon einmal gefragt, ob es vielleicht besser wäre, das ein oder andere Suchtmittel in deinem Leben zu reduzieren? Oder hast Du es vielleicht schon probiert und es immer wieder aufgegeben, weil es doch nicht klappt?

Erkennst Du Dich in diesem Muster wieder? Wäre es nicht gut, wenn es einen Trainer gäbe, so wie im Fitnessstudio, der Dir hilft und zur Seite steht, um dein Ziel zu erreichen? Wenn Du Dich hiervon angesprochen fühlst und Lust hast Deine Selbstkontrolle zu trainieren, Dich besser kennenzulernen und vor allen Dingen dein Ziel zu erreichen, dann könnte dieses Training genau das Richtige für Dich sein!



Veranstalter und Ort:

Der Kurs wird von einer Mitarbeiterin und einem Mitarbeiter des Suchthilfezentrums durchgeführt.

Adresse:

Caritasverband Darmstadt,
Suchthilfezentrum
Wilhelm-Glässing-Str. 15 – 17,
64283 Darmstadt (1. Stock)
Telefon: 06151 / 500-2840

Termine:

Der Kurs umfasst 10 Blöcke á 90 Minuten. Er findet immer freitags statt.

Block	Datum	Uhrzeit
1 + 2	21.04.2017	11:30 – 15:30 Uhr (13:00 – 14:00 Uhr Pause)
3	28.04.2017	11:30 – 13:00 Uhr
4	05.05.2017	11:30 – 13:00 Uhr
5	12.05.2017	11:30 – 13:00 Uhr
6	19.05.2017	11:30 – 13:00 Uhr
7	02.06.2017	11:30 – 13:00 Uhr
8	09.06.2017	11:30 – 13:00 Uhr
9	23.06.2017	11:30 – 13:00 Uhr
10	30.06.2017	11:30 – 13:00 Uhr

Kursleitung:

Maike Behrens, Diplom-Sozialarbeiterin,
Skoll-Spezial-Trainerin
Gernot Fretter, Diplom-Sozialpädagoge,
Skoll-Spezial-Trainer

Teilnehmende:

Maximal 12 Personen. Studierende der Hochschule Darmstadt und der TU Darmstadt.