



# TRAININGSGRUPPE

**E**ine Gruppe für Menschen, die sich auf dem Weg zu einem suchtmittelfreien Leben gegenseitig unterstützen möchten.

## Selbst gesteckte Ziele erreichen

Die Teilnehmenden haben die Erfahrung gemacht, dass für sie Suchtmittelfreiheit eine Voraussetzung für ein zufriedenes und selbstbestimmtes Leben ist und dass es manchmal viel Kraft kostet, diese Erkenntnis umzusetzen.

Nebst der Vermittlung von suchtspezifischen Fähigkeiten (Umgang mit Risikosituationen, Konsumverlangen, Rückfällen etc.) liegt ein besonderes Augenmerk auf der Stärkung eigener Kompetenzen und Kräfte hin zu mehr Lebensqualität.

Die Trainingsgruppe wird von erfahrenen Fachpersonen der Abteilung Sucht geleitet.



# TRAININGSGRUPPE

**D**ie Gruppe bietet neue Impulse und ermöglicht den Austausch in einem sicheren Rahmen.

**Ein Einstieg ist jederzeit möglich.**

---

**Wann:** Mittwoch 17.30 bis 19.00 Uhr, alle zwei Wochen

---

**Kosten:** CHF 5.– pro Abend. Der Betrag wird für gemeinsame Aktivitäten verwendet.

---

**Ort:** Malzgasse 30, 4052 Basel

---

**Kontakt:** Sekretariat Abteilung Sucht, Tel. 061 267 89 00  
abteilung.sucht@bs.ch

---

Vor der ersten Teilnahme findet ein Vorgespräch mit der Gruppenleitung statt.

Das Angebot richtet sich an Personen, die im Kanton Basel-Stadt wohnen oder arbeiten.

