

CANNABISGRUPPE



**CAN STOP.**

Nervös, wenn der Vorrat  
zur Neige geht?

CAN STOP ist ein Gruppenprogramm für junge Menschen im Alter von 14-21 Jahren, die Cannabis konsumieren und ihren Konsum kritisch überdenken, reduzieren oder dauerhaft beenden wollen.

## ■ Reduzieren oder Aufhören?

Du wirst nervös, wenn du merkst, dass dein Vorrat zur Neige geht? Du hast dir schon häufiger vorgenommen aufzuhören, es aber immer wieder nicht geschafft? Du dachtest, du hast den Konsum im Griff, aber langsam hat der Konsum dich im Griff?

**Wenn du daran etwas ändern möchtest, deinen Konsum überdenken oder nach deinen Vorstellungen verändern möchtest, ist CAN STOP das richtige Programm für dich.**

Die Gruppe mit max. 6 Teilnehmer\*innen findet 1 x pro Woche über 8 Termine statt, Dauer jeweils 1,5 Stunden. Die Teilnahme ist kostenfrei.

### **Ziele sind unter anderem:**

- Reflexion und Auseinandersetzung mit dem Konsum
- Erkennen deiner Stärken und Ressourcen
- Umgang mit den eigenen Gefühlen
- Unterstützung beim Erreichen deines selbstgesteckten Ziels bzgl. deines Umgangs mit Cannabis

---

**Mittwochs von 16:30 bis 18:00 Uhr für 8 Wochen.  
Im Walkerdamm 17, 24103 Kiel, in der Suchtberatungsstelle der Stadtmission.**

---

## ■ Einfach Starttermin erfragen.

Suchthilfe der stadt.mission.mensch gGmbH  
Walkerdamm 17, 24103 Kiel

**Deine Ansprechpartnerin: Laura Rahlf**  
**[laura.rahlf@stadtmission-mensch.de](mailto:laura.rahlf@stadtmission-mensch.de)**  
**Tel. 0431.26044 - 500**