

Wij staan op voor jou!

met Baas over
eigen gebruik



Denk jij wel eens dat jouw alcohol- of drugsgebruik een loopje met je neemt? En dat jij je door dit gebruik minder happy voelt? Misschien ben je van plan om te minderen of te stoppen. Maar zo eenvoudig als het lijkt, is dit meestal niet. Want om zelf weer grip te krijgen op je middelengebruik, kun je iemand nodig hebben die helpt en begeleidt. Kies voor onze behandelmethode 'Baas over eigen gebruik' en sta voortaan stevig in je schoenen. Zo kun jij straks makkelijker 'nee' zeggen tegen alcohol en drugs!



Kijk voor meer informatie over Baas over eigen gebruik op www.zgdestellingwerven.nl/baas-over-eigen-gebruik of scan de QR-code.

Wat houdt Baas over eigen gebruik in?

Baas over eigen gebruik is een traject dat we samen aangaan. Allereerst kom je bij ons terecht in een veilig omgeving waar je in vertrouwen alles kwijt kunt over jouw middelengebruik. Er is zowel persoonlijke begeleiding als de mogelijkheid tot gezamenlijke bijeenkomsten in kleine groepjes. Je krijgt te maken met twee behandelaren en een gedragswetenschapper. Ons doel is niet om jou van de alcohol en drugs af te helpen, maar om het gebruik ervan te leren beheersen. Hoe we dit voor elkaar krijgen? Dat leggen we vast in het Gouden Plan!

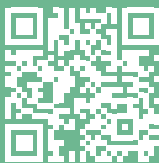


Het Gouden Plan

Wil je meer grip krijgen op je gebruik of deze in kaart brengen, dan ben je bij ons op de juiste plek. Het kan best lastig zijn, maar wij helpen je graag - vanuit onze kennis en ervaring - in de goede richting te denken. Vervolgens stel jij, samen met onze hulp, jouw eigen Gouden Plan op. Hierin geef je onder andere antwoord op de volgende vragen:

- Waar ben je goed in? En hoe kan dit je helpen baas te worden of te blijven over je eigen gebruik?
- Wat zijn redenen voor jou om te minderen of helemaal geen alcohol en/of drugs te gebruiken?
- Hoe ga je op dit moment om met moeilijke situaties?
- Welke alternatieven zijn er om op terug te vallen als je het even moeilijk hebt?
- Bij wie kan je terecht voor hulp op lastige momenten?

Jouw persoonlijke Gouden Plan geeft je inzichten en tegelijkertijd ook slimme handvatten om in de toekomst zelfstandig de juiste keuzes te maken. Zo krijg jij de regie weer in handen en blijf jij baas over je eigen gebruik!



Heb je vragen over deze behandelmethode of wil je je aanmelden voor Baas over eigen gebruik? Neem dan contact op via zgdestellingwerven.nl/contact of scan de QR-code.



Kijk voor meer informatie over Baas over eigen gebruik én andere ontwikkelingsgerichte zorg op www.zgdestellingwerven.nl

Extra informatie voor verwijzers

Zorggroep de Stellingwerven staat voor **samen sterk** met goede zorg voor jeugd en (jong)volwassenen met een (licht) verstandelijke beperking en/of bijkomende psychische of psychiatrische problematiek.

- In de regio Zuidoost-Friesland en omstreken zijn wij **altijd dichtbij** met maatwerk.
- Onze zorgprofessionals bieden kwalitatief hoogwaardige **ontwikkelingsgerichte zorg**.
- Wij kennen **geen lange wachtlijsten** en zijn in staat om snel te schakelen bij nieuwe aanmeldingen van cliënten.

Wilt u een cliënt aanmelden of heeft u een vraag waarmee we u verder kunnen helpen? Neem contact met ons op via 0561 475 535 of mail naar intake@zgdestellingwerven.nl

