

8010 Graz, Friedrichgasse 7  
0316/326044  
drogenberatung@stmk.gv.at  
www.drogenberatung.steiermark.at

Montag - Freitag von 10.00 - 12.00 Uhr  
und Montag - Donnerstag 17.00 - 19.00 Uhr  
Termin nach Vereinbarung

# 50 Jahre Drogenberatung

## Genusstraining

### Verhaltenstherapeutisch orientierte Einheiten zum Aufbau positiven Erlebens und Handelns als Ressourcentraining

Das Ziel ist eine Sensibilisierung unserer Sinne. Im Mittelpunkt steht der **Genuss** als Ressource. Gemeinsam werden wir die Genussregeln erarbeiten und diese so vorbereiten, dass sie im Alltag einfach genutzt werden können. Wir werden auf eine Reise des Erlebens gehen und unseren Geruch, unsere Sehkraft, unser Gehör, unsere Vorstellungskraft und unseren Tastsinn berühren, um Wohlbefinden aufzubauen.

Leitung: Eva Hutter, BEd

Terminübersicht: 13.07.2023, 14.07.2023, 16<sup>00</sup> – 17<sup>30</sup> Uhr

Anmeldung: Journaldienst der Drogenberatung  
Bis eine Woche vor Veranstaltungsbeginn  
0316/32 60 44