

Kontakt

Forebyggelsesafdelingen på Tranehaven
Schioldannsvvej 31
2920 Charlottenlund
Telefon 39 98 88 30
forebyggelsesafd.th@gentofte.dk
www.sundhedigentofte.dk

Send sikker post til os via e-Boks. Under 'Vælg modtager' søger du Gentofte Kommune. Under 'emne' skriver du 'Forebyggelsesafdelingen på Tranehaven'.



Oktober 2018



GENTOFTE KOMMUNE

TRANEHAVENS FOREBYGGELSESAFDELING

Samtaler om alkohol



Få styr på dit forbrug



GENTOFTE KOMMUNE

Til dig, der ønsker coachingforløb om dit alkoholforbrug

Samtaler om alkohol er et gratis tilbud til Gentofte Kommunes borgere, som har overforbrug af alkohol.

Under samtalen tager vi afsæt i de emner, som du ønsker at tale om med fokus på at belyse og ændre dine alkoholvaner.

Et samtaleforløb er individuelt og kan strække sig over tre måneder, men varierer i længden alt efter dine personlige behov.

Vores alkoholrådgiver kan samtidig hjælpe dig videre til det rette alkoholbehandlingssted, hvis du oplever, at du ikke længere har kontrol over dit forbrug.

Formål med samtalen

I samarbejde med vores alkoholrådgiver får du hjælp, støtte og sparring til at udarbejde realistiske målsætninger omkring din foretrukne fremtid og på den måde komme nemmere i mål med din livstilsændring.

Målgruppe

Tilbuddet henvender sig til dig, som gør dig tanker om, hvorvidt dit alkoholforbrug er for stort.

Har du en følelse af, at dit alkoholforbrug fylder meget i hverdagen, eller har du oplevet at dine venner, kollegaer eller nærmeste siger, at du drikker for meget?

I så fald kan det være en rigtig god idé at få taget en åben og fortrolig snak med vores alkoholrådgiver.

Anonymitet

Du kan vælge at være anonym, når du henvender dig.

Det gælder både, når du ringer, og når du kommer til en samtale.

Hvem er vi?

Samtalerne finder sted i Forebyggelsesafdelingen på Tranehaven, hvor vi hjælper borgere med at ændre vaner og livsstil.

Du kan henvende dig til:

Rikke Marie Baun
Forebyggelseskonsulent
Telefon 40 12 92 72, bedst klokken 9-14
E-post rmb@gentofte.dk

Sundhedsstyrelsens
Alkohollinje 80 200 500

