

**INFORMATIONEN, FRAGEN,  
AKTUELLE TERMINE:**

**Kostenlose Condrobs Infoline: 0800 3410100**

Montag bis Freitag von 10–17 Uhr  
(außer an Feiertagen)

oder bei allen Condrobs-Einrichtungen unter  
**[www.condrobs.de](http://www.condrobs.de)**

Spendenkonto:  
Stadtsparkasse München  
BLZ 70150000 | Kto. 358200  
IBAN DE86 7015 0000 0000 3582 00  
BIC SSKMDEMM

**Condrobs Zentralverwaltung**

Heßstraße 134 | 80797 München  
Tel: 089 384082-0 | Fax: 089 384082-30  
[online@condrobs.de](mailto:online@condrobs.de)



1754.07.15

Theilweise unter Verwendung von R\_K\_By\_S\_G\_S\_Juxello.de



**EIGENE LÖSUNGEN SUCHEN  
UNTERSTÜTZUNG FINDEN**

**KISS – KOMPETENZ IM SELBSTBESTIMMTEN  
SUBSTANZKONSUM**

**Con drobs**  
Wir helfen.



## ZURÜCK ZU SICH SELBST MIT ZIEL UND PLAN

Gewinnen Sie die Kontrolle über sich zurück und entscheiden Sie selbst, wie Sie Ihren Weg in ein Leben ohne Sucht gehen wollen. Schritt für Schritt. Ohne Druck. Mit unserer Unterstützung:

**KISS** ist ein Programm zur gezielten und selbstbestimmten Reduktion des Konsums legaler und illegaler Drogen. Das Programm besteht aus 12 strukturierten Sitzungen.

Für Menschen, die ihr Konsumverhalten verändern möchten, für die im Moment jedoch Abstinenz kein erstrebenswertes Ziel ist.

### KISS – EINZEL- UND GRUPPENPROGRAMM

#### Inhalt und Ablauf

- Vorgespräch(e)
- Diagnostik
- Konsumtagebuch führen
- Verbündete gewinnen

### DIE 12 MODULE DES KISS/KT-PROGRAMMS

- Grundwissen Drogen
- Pro & kontra Veränderung abwägen
- Bilanz ziehen
- Konsumziele festlegen
- Strategien zur Zielerreichung erarbeiten
- Risikosituationen erkennen
- Ausrutscher meistern
- Freizeit genießen
- Belastungen erkennen
- Belastungen angehen
- „Nein“-Sagen lernen
- Erfolge sichern