

## Gode erfaringer

Deltagerne i motivationsgruppen fortæller, at gruppen giver dem:

- Mod til at tage det første skridt
- Hjælp til at finde et fokus og et mål
- En følelse af ikke at være alene, og at der er andre, som har prøvet det samme
- En evne til at bevare motivationen

Kontakt Rusmiddelcentret  
på 5620 2720

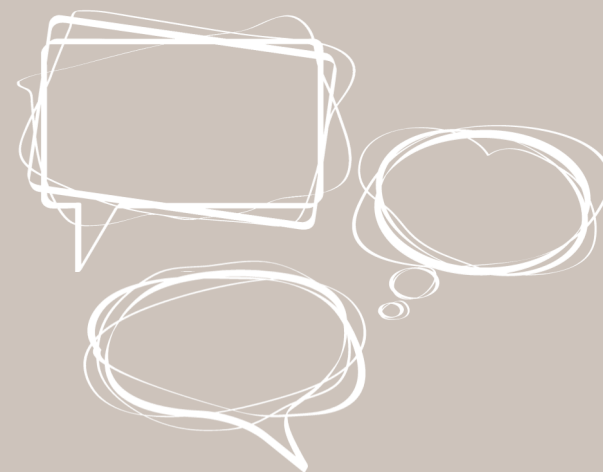
### Telefonerne er åbne

|                |            |
|----------------|------------|
| Mandag-torsdag | 9.00-13.00 |
| Fredag         | 9.00-12.00 |

Rusmiddelcentret  
Præstøvej 78  
Bygning 18  
4640 Faxe  
Telefon: 5620 2720  
Mail: [rus@faxekommune.dk](mailto:rus@faxekommune.dk)  
Hjemmeside: [rus.faxekommune.dk](http://rus.faxekommune.dk)

## Motivations- gruppe

Til dig der har erkendt,  
at du har et problematisk  
forbrug af rusmidler



## Hvad er en motivationsgruppe?

Motivationsgruppen er et åbent tilbud med løbende tilgang, hvor vi taler sammen om et aktuelle temaer.

### Vi arbejder med:

- » hvordan rusmidler påvirker dig og dine nærmeste
- » at finde motivationen til at ændre vaner
- » at sætte handling på din beslutning.

### Målgruppe:

Det er et tilbud til dig, der ønsker at blive ædru eller stoffri eller at reducere dit forbrug.

## Sted og tidspunkt

### HVOR?

Rusmiddelcentret  
Præstøvej 78  
Bygning 18, 1. sal

### HVORNÅR?

Torsdage kl. 10.45-12.15

Der er mulighed for at deltage i **NADA-øreakupunktur og mindfulness** inden motivationsgruppen.

## Forventninger til dig

Gruppen er et frirum, hvor alle skal føle sig trygge, og vi har derfor nogle få regler:

- » Det er et rum med tavshedspligt - det, vi taler om, bliver i rummet
- » Man kan ikke deltage alkohol-, hash- eller stofpåvirket
- » Hvis du er på lægeordineret medicin, er du velkommen
- » Man taler for sig selv og giver ingen gode råd - men vi deler gerne erfaringer.

Vi tilbyder **socialt samvær**, hvor der altid er personale tilstede.