

## Medien-Konsumreduktion

Die Gruppe richtet sich an Menschen, die sich kritisch mit ihrem Mediengebrauch auseinandersetzen möchten.

Zentrale Bestandteile des Angebotes sind die Arbeit an der Konsumreduktion, das Training der Selbstkontrolle und die Interaktion und Reflexion in der Gruppe.

**Voranmeldung erwünscht.**

**Ein Angebot von:**

Ambulante Suchthilfe Bremen

**Adresse:**

Bürgermeister-Smidt-Straße 35

Suchthilfezentrum Mitte

28195 Bremen

**Ansprechperson:**

Michèle Sanner

**Telefon:**

0421 98 979 16

**E-Mail-Adresse:**

[michele.sanner@ash-bremen.de](mailto:michele.sanner@ash-bremen.de)

**Internetadresse:**

[ash-bremen.de](http://ash-bremen.de)

**Nächste Termine:**

Termine bitte erfragen

**Anmeldungsinfo:**

Anmeldung erforderlich

**Kosten:**

Kostenfrei