

## **„Cannabis – Ist doch nur Gras?“**

### **Gruppenangebot für Frauen, die Cannabis konsumieren**

Cannabis zählt zu den ältesten Rauschmitteln und ist nach Alkohol und Nikotin das am häufigsten konsumierte Suchtmittel in Deutschland. Für die einen hat es eine beruhigende oder heilende Wirkung, für die anderen kann es zu negativen Auswirkungen führen.

Frauen nutzen Cannabis öfter als Männer zur Emotionsregulierung (z.B. bei Ängsten und Depressionen) und entwickeln schneller eine Abhängigkeit. Auch leiden sie häufiger unter Entzugssymptomen.

Sie haben den Wunsch, weniger oder gar kein Cannabis mehr zu konsumieren? Manchmal sind die Ziele klar, doch die Umsetzung gestaltet sich schwieriger als erwartet. Eine unterstützende Möglichkeit bietet unser Gruppenangebot.

**Wann: 8 Termine ab 16. September 2025**  
**wöchentlich, Dienstag von 17:30 bis 19:00 Uhr**

**Wo: Holtenauer Straße 127, 24118 Kiel**

**Leitung: Nikole Driesel**  
Erziehungswissenschaftlerin M.A.

In Anlehnung an CANDIS, ein verhaltenstherapeutisch orientiertes Entwöhnungsprogramm für Cannabiskonsumierende, werden Ihnen Strategien und Hilfestellungen vermittelt, die dabei helfen, Ihre Konsumgewohnheiten zu verändern.

Inhaltlich geht es unter anderem um:

- Informationen über Cannabis und dessen Wirkung
- Motivation zur Veränderung
- Rückfallprophylaxe und Problemlösetraining

In einem geschützten Rahmen, gemeinsam mit anderen Frauen, entsteht ein Raum für Austausch, Stärkung und neue Perspektiven.

**Die Teilnahme ist kostenfrei.**

**Wir bitten um Anmeldung bis Montag, 15. September 2025.**

Frauen Sucht Gesundheit e.V. · Holtenauer Str. 127 · 24118 Kiel  
Tel.: 0431-61549 · [info@fsg-sh.de](mailto:info@fsg-sh.de)

Wir freuen uns über eine Spende zur Unterstützung unserer Arbeit!  
Evangelische Bank e.V. ◦ IBAN: DE71 5206 0410 0006 4337 07 ◦ BIC: GENODEF1EK1