

Gepubliceerd op Smallingerland 14-08-2020 03:52 (<https://samenwijzer.smallingerland.nl>)

[Waar heeft u een vraag over?](#) > [Zorg en gezondheid](#) > [Verslaving](#) > Alcohol

---

## Denkt u dat u te veel drinkt?

U kunt ook bellen of chatten met Verslavingszorg Noord Nederland. Of kijk op de website voor meer informatie.

---

## Wilt u minder drinken?

Probeer eens 30 of 40 dagen geen alcohol te drinken. De website IkPas helpt u hierbij. U kunt de uitdaging natuurlijk ook zonder de website aangaan. Of ga aan de slag met het online programma op de website Minderdrinken. Volg online de gratis en anonieme cursus.

Lukt het niet om minder te drinken? Ga dan naar de huisarts. U kunt ook bellen of chatten met Verslavingszorg Noord Nederland. Of kijk op de website voor meer informatie.

### **IkPas**

[www.ikpas.nl/](http://www.ikpas.nl/)

---

### **Minderdrinken.nl**

Regulusweg 5

2516 AC Den Haag

070 314 24 95

[minderdrinken@newhealthcollective.nl](mailto:minderdrinken@newhealthcollective.nl)

[www.minderdrinken.nl/](http://www.minderdrinken.nl/)

---

## Kunt u niet meer zonder alcohol?

Ga dan naar de huisarts of zoek professionele verslavingshulp.

U kunt ook bellen of chatten met Verslavingszorg Noord Nederland. Of kijk op de website voor meer informatie.

---

Samenwijzer is ontwikkeld in opdracht van de gemeente Smallingerland.

Drachten | Smallingerland

De gemeente Smallingerland wijst u graag op een aantal specifieke, lokale initiatieven die voor u van toegevoegde waarde kunnen zijn:



[huistest.nl](http://huistest.nl)



[vraagelkaar.nl](http://vraagelkaar.nl)



[cjgsmallingerland.nl](http://cjgsmallingerland.nl)

Over Samenwijzer

---