

**La tua app per la  
riduzione del  
consumo di alcol**



**Scarica  
ora l'app!**

**NOA**  
**COACH**

**1. Rafforzamento delle risorse**  
Promuove le competenze per la riduzione del consumo di alcol.

**2. Consigli personalizzati**  
Propone consigli adeguati alla tua situazione.

**3. Prevenzione delle ricadute**  
Aiuta a riconoscere e a superare le situazioni difficili.

**4. Protezione dei dati**  
Registra i dati criptati su server in Svizzera.

**5. Diario**  
Permette di annotare i consumi e gli obiettivi.

**6. Accompagnamento professionale**  
Può essere combinata con il seguito in un servizio specializzato nelle dipendenze.

**NoA-Coach: il sostegno digitale per ridurre il tuo consumo di alcol. Sicura, confidenziale e sempre con te. Richiedi il supporto di cui hai bisogno. Scarica ora l'app.**

Per informazioni sull'app e sulla consulenza anonima online:

**SafeZ**ne.ch

Consulenza online sulle dipendenze



**NoA-Coach: l'app per smartphone**