

Ugeprogram

Mandag fra kl. 9.30 - 14.30

Aktiviteter - motion, sport, oplevelser og sund livsstil i fokus. Derudover undervisning og oplæg

Torsdag fra kl. 9.30 - 14.30

Fokus på aktiviteter.

Om formiddagen - er det som udgangspunkt, aktiviteter i gymnastiksal. Om eftermiddagen - undervisning eller aktiviteter "ud af huset".

Fredag fra kl. 9.30 - 13.00

Arbejde med "problemløsende gruppeterapi".

Arbejde med de problemer eller vanskeligheder, som opleves i hverdagen.

Der vil være fokus på planlægning af weekenden.

Yderligere information kan fås ved henvendelse til Stofbehandling, eller på hjemmesiden www.katapuls.net

KATAPULS

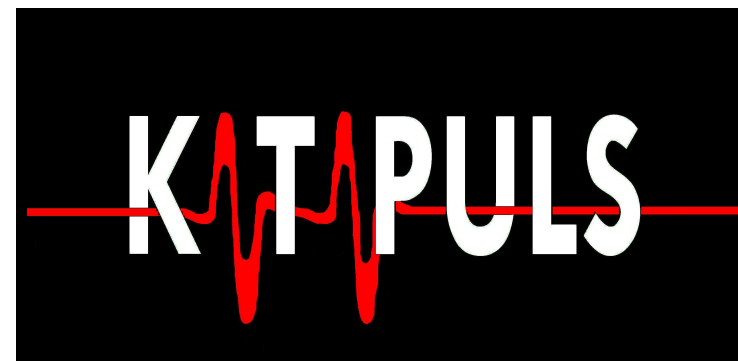
Stofbehandling Holstebro
Sønderlandsgade 8
7500 Holstebro
Telefon: 96 11 40 60
Telefax: 96 11 40 52
katapuls@holstebro.dk
www.katapuls.net

Kursusansvarlige

Dea Svanholt - 24829793
Kathrine Stampe - 51233071
Arne K. Jensen - 20578903
Jan Koch - 24647627

STOFBEHANDLINGEN HOLSTEBRO

Stofbehandling Holstebro tilbyder



- et kursus til stofmisbrugere,
som ønsker *at skabe forandring*

Kurset har fokus på
sundhed, motion og
at komme videre med sit liv

Kurset **KATAPULS** henvender sig til borgere over 18 år,
i Struer, Lemvig og Holstebro kommuner.



Hvem kan deltage?

Personer som ønsker ændringer i sit liv, og ønsker at arbejde aktivt med at skabe forandring, på et eller flere livsområder.

Det kan være et ønske om at få styr på sin afhængighed, at komme i gang med et arbejde, at få et sundere liv, med videre.

Motion er et vigtigt element i kursusforløbet. Derfor er det vigtigt, at personen har lyst til og mulighed for, at gøre motion til en del af sin hverdag.

Deltagerne forventes at deltage aktivt, der tages hensyn til individuelle begrænsninger.

Kurset er baseret på gruppebehandling, hvorfor kursisterne skal være indstillet på at deltage i forløbet sammen med andre.

Visitering

Ved henvendelse til Stofbehandlingen Holstebro.

Hvor og hvornår?

Kursisterne mødes i Sønderlandsgade 8, Holstebro.

Der er mødepligt og kursusdagene er mandag, torsdag og fredag.

Metode/tilgang

Der fokuseres på udviklingen af kursisternes kompetencer.

Målet er, at styrke evnen til at styre sit eget liv, og gøre sine mål til virkelighed.

Derfor bruges der i kurset meget tid på at afklare egne kompetencer, ønsker og sætte realistiske mål i forhold til for eksempel fritid, sundhed, arbejde, familie, økonomi, bolig, misbrug osv.

Kursisten arbejder individuelt med sine ønsker, og mål, på baggrund af den fælles undervisning, gruppe terapi og aktiviteter.

I den forbindelse udarbejdes en individuel handleplan, som løbende vil blive justeret i takt med ændringer i kursistens oprindelig mål og fokus.

"Gruppen" bruges aktivt i forløbet, blandt andet til sparring og motivation. Stofbehandlingens erfaring er, "at vi ofte udvikler os bedst sammen med andre mennesker"

Inden en borger visiteres til kurset, afholdes der to samtaler med én af de kursusansvarlige. Dette for at afgøre om kurset er det rette tilbud til borgeren. Samt for at sikre individuelle ønsker, så vidt det er muligt, kan honoreres på kurset.

