

RessourcePiloterne

RessourcePiloterne er et tilbud til dig, der er gået på en ungdomsuddannelse.

Hos **RessourcePiloterne** kan du få støttende samtaler, rådgivningssamtaler og udviklingssamtaler. Vi tilbyder samtaler med Terapihund og du har mulighed for afslappende Nada akupunktur.

Vi har fokus på din mentale sundhed, men er ikke tilknyttet behandler systemerne. Hos os kan du være anonym, vi skriver ikke journaler og stiller ikke diagnoser.

Lær at håndtere din nervøsitet, din bekymring, din stress. Det kan være overvældende at gå på uddannelse. Du er ikke alene om den tanke.

Bliv bedre til at tro på dig selv, kende dig selv og stå ved dig selv.

Vores tilbud er individuelt og tager udgangspunkt i det, der er svært i dit studieliv.

Det er vigtigt at studielivet er godt, men det er også helt normalt at have bekymringer om ensomhed, være bange for at fejle, være ked af det i perioder, have kæreste-problemer, familieproblemer og mærke angst eller stress. Det er bare vigtigt at tale om det og få værktøjer til at forstå det, du tænker og føler.

RessourcePiloterne giver dig konkrete værktøjer, så studielivet igen kan blive sjovt.

Hos os kan du tale frit, vi har tavshedspligt.

Gratis rådgivning hver onsdag mellem 16:00-18:00
i Sankt Peders Strædet 1. A, 4000 Roskilde.

Vi ses hos RessourcePiloterne



RessourcePiloterne



Jeanne Egebjerg Johansen

Uddannet socialrådgiver og Kognitiv Adfærdsterapeut med 23 års erfaring. God til at skabe tryghed, se muligheder og være konkret.

Motto: "der er altid en vej"

E-mail: jej@juvis.dk

SMS: 5136 2606



Anni Vang Jacobsen

Uddannet laborant og har arbejdet 20 år som undervisningslaborant. God til at skabe relationer, vil gøre alt for at få "tingene" til at ske på en så positiv måde som overhovedet ikke.

Motto: "ikke gør det sværere end det er"

E-mail: avj@juvis.dk

SMS: 5180 9606

RessourcePiloterne tilbyder:

Åben gratis rådgivning

Hver onsdag mellem kl. 16:00-18:00 i Sankt Peders Strædet 1. A – gå bare ind, døren er åben.

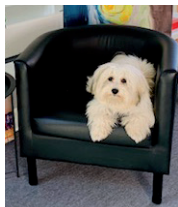
Bestil tid ved fremmøde i den Åbne Rådgivning eller skriv til jej@juvis.dk eller ring/ send sms til 51362606.

Individuelle samtaler

I et trygt rum tilbyder vi individuelle samtaler med fokus på dig og det du synes, der er vigtigt at tale om.

Terapihunden Havana

Havana er en trænet terapihund. Hun er trænet til at kommunikere med mennesker og hun er med i samtalerne for at skabe ro, glæde og tryghed. Havana er trænet til at hjælpe og støtte med helt konkret problemstillinger. Det kan være, at det er svært at komme afsted om morgen. Det kan Havana hjælpe med.



Nada

Nada er en anerkendt metode til en velfortjent pause fra dine tanker. Nada virker beroligende med det samme og dit hoved får helt ro i 45 min. Denne form for akupunktur giver dig muligheden for at slappe helt af. Du kan enten ligge ned eller sidde i en stol. Du kan lytte til afslappede musik, hvis du ønsker det.

Nada hjælper dig, så du bedre kan sige pyt i hverdagen, bedre kan slappe af og bedre kan kontrollere det du synes der er svært. Nada kobles ikke op på diagnoser eller på samtale, men er udelukkende en mulighed for at få en velfortjent pause i hovedet.

Bestil tid ved fremmøde i den Åbne Rådgivning eller skriv til avj@juvis.dk eller ring/ sms til 51 80 96 06



Scan og gå til hjemmesiden
www.juvis.dk