

ASPA'S UNGETILBUD (18+)

ASPA
ASKOVFONDEN
GRIFFENFELDSGADE 35, 2200 KBH N

MANDAG KL. 10.30 - 11.45
NADA ØRE-AKUPUNKTUR

Åbent tilbud med egenbetaling på 10 kr.

TIRSDAG KL. 12.30-15.00
BLIV BEDRE TIL AT SIGE TIL OG FRA

Kursus med tilmelding - afholdes løbende.

TORSDAG KL. 15.00 - 20.00
UNGECAFÉ – KOM, SOM DU ER

Åbent tilbud med fælleskab, aktiviteter og mad.

TORSDAG KL. 12.00 - 20.00
LEKTIECAFE

Åbent tilbud om hjælp til lektier. (Lokaler til lektielæsning på egen hånd kan benyttes alle dage 9.00 - 15.30).

FREDAG KL. 12.30 - 14.30
MOTION/YOGA

Åbent tilbud i Sundhedshuset på Mimergade 41.

VIL DU HØRE MERE, SÅ KONTAKT LOUISE:

Ring på 30681188, eller skriv på louise.martensen@askovfonden.dk



ASPA'S UNGETILBUD (18+)

ASPA
ASKOVFONDEN
GRIFFENFELDSGADE 35, 2200 KBH N

MANDAG KL. 10.30 - 11.45
NADA ØRE-AKUPUNKTUR

Åbent tilbud med egenbetaling på 10 kr.

TIRSDAG KL. 12.30-15.00
BLIV BEDRE TIL AT SIGE TIL OG FRA

Kursus med tilmelding - afholdes løbende.

TORSDAG KL. 15.00 - 20.00
UNGECAFÉ – KOM, SOM DU ER

Åbent tilbud med fælleskab, aktiviteter og mad.

TORSDAG KL. 12.00 - 20.00
LEKTIECAFE

Åbent tilbud om hjælp til lektier. (Lokaler til lektielæsning på egen hånd kan benyttes alle dage 9.00 - 15.30).

FREDAG KL. 12.30 - 14.30
MOTION/YOGA

Åbent tilbud i Sundhedshuset på Mimergade 41.

VIL DU HØRE MERE, SÅ KONTAKT LOUISE:

Ring på 30681188, eller skriv på louise.martensen@askovfonden.dk





ASPA'S UNGETILBUD (18+)

PERSONLIGE SAMTALER

Mulighed for samtaleforløb med udgangspunkt i dét, som du har brug for at snakke om.

Kontakt Louise på 30 68 11 88 / louise.martensen@askovfonden.dk eller Bjørn på 51 82 21 73 / bjorn@askovfonden.dk.

UDDANNELSESSTØTTE

- Få styr på studieteknik.
- Sådan forbereder du dig på din næste eksamen.
- Bliv klogere på dine uddannelsesmuligheder.

STYR PÅ ØKONOMI?

Få hjælp til at kunne overskue din økonomi.

HJÆLP TIL JOBCENTERET

Forberedelse til møder i jobcentret og bisidderstøtte.

VIL DU HØRE MERE, SÅ KONTAKT BJØRN:

Ring på 51 82 21 73, eller skriv på bjorn@askovfonden.dk

 aspas.dk

 AskovFondens Socialpsykiatri - ASPA



ASPA'S UNGETILBUD (18+)

PERSONLIGE SAMTALER

Mulighed for samtaleforløb med udgangspunkt i dét, som du har brug for at snakke om.

Kontakt Louise på 30 68 11 88 / louise.martensen@askovfonden.dk eller Bjørn på 51 82 21 73 / bjorn@askovfonden.dk.

UDDANNELSESSTØTTE

- Få styr på studieteknik.
- Sådan forbereder du dig på din næste eksamen.
- Bliv klogere på dine uddannelsesmuligheder.

STYR PÅ ØKONOMI?

Få hjælp til at kunne overskue din økonomi.

HJÆLP TIL JOBCENTERET

Forberedelse til møder i jobcentret og bisidderstøtte.

VIL DU HØRE MERE, SÅ KONTAKT BJØRN:

Ring på 51 82 21 73, eller skriv på bjorn@askovfonden.dk

 aspas.dk

 AskovFondens Socialpsykiatri - ASPA