

UNG I ASPA

For dig der er 18+

Hvis du vil høre nærmere, kan du kontakte:

Louise på 30 68 11 88 / louise.martensen@askovfonden.dk

Bjørn på 51 82 21 73 / bjorn@askovfonden.dk

Anne på 92 82 19 47 / anne.winther@askovfonden.dk

Alle vinder når ingen taber

Faste aktiviteter

Mandag:

★ **NADA** (øre-akupunktur) kl. 13-14
(i vores andet hus på Kapelvej 55)

★ **Kursusforløb**
"Nysgerrig i mødet med dig selv"
kl. 13.30-15.30 (afholdes løbende)

Tirsdag:

★ **Kursusforløb**
"Vejen til et styrket selvværd"
kl. 12.30-15.00 (afholdes løbende)

★ **Kreacafé** kl. 16-18

★ **Yoga** kl. 16.00-17.30 (først til mølle)

Torsdag:

★ **Kursusforløb med assertionstræning**
kl. 10.30-14.00 (afholdes løbende)

★ **Ungecafé** kl. 15-20

★ **NADA** (øre-akupunktur) kl. 13-14

Fredag:

★ **Ungecafé** kl. 16.00-21.30

Individuelle tilbud

Personlige samtaler

Mulighed for samtaleforløb med udgangspunkt i dét, der er brug for at tale om.

Hjælp til økonomi

Støtte til at få lavet budget, læst rudekuverter og meddelelser i e-boks, kontakte kreditorer mv. samt hjælp til at søge relevante ydelser.

Hjælp til jobcentret

Forberedelse til møder på jobcentret og bisidderstøtte.

Uddannelsesstøtte

Støtte til studieteknik, eksamensforberedelse og til at blive klogere på dine uddannelsesmuligheder.

 www.aspas.dk

 Facebook AskovFondens Socialpsykiatri - ASPA

 [aspa_askovfonden](https://www.instagram.com/aspa_askovfonden)