Blå Kors Kompasset

HAR DU VOKST OPP I ET HJEM MED ALKOHOL- ELLER RUSPROBLEMER?

VI TILBYR GRATIS TERAPI OG RÅDGIVNING TIL DEG MELLOM 13 OG 35 ÅR.

Illustrasjonsfoto

KJENNER DU DEG IGJEN?

Å vokse opp i en familie med alkohol- eller rusproblemer kan gi mange ulike følelser og reaksjoner. Vanlige problemer kan være:

- At du har dårlig selvtillit
- At du er urolig eller anspent
- At du ofte føler deg alene
- At det er vanskelig å vite hva du trenger
- At du får sterke følelser som kommer når det ikke passer
- At du er flinkere til å ta vare på andre enn deg selv
- At du kjenner behov for å være flink eller ha kontroll
- At du er usikker på om du har det ille nok til å søke hjelp

Illustrasjonsfoto

SAMMEN KAN VI FINNE EN VEI VIDERE

Å snakke om det som er vanskelig kan være tungt. Men livet føles ofte lettere når man gjør det. Hos Blå Kors Kompasset møter du psykologer og terapeuter. Vi har god erfaring med å hjelpe unge i samme situasjon som deg.

Tilbudet er gratis, og du tar selv kontakt.
Ring eller kontakt oss via **blakors.no/kompasset.**

Illustrasjonsfoto

SLIK JOBBER VI

Vi er forskjellige og har ulike behov. Kompasset tilbyr ulike former for hjelp:

- Terapi på nett gjennom videosamtale
- Individualterapi
- Rådgivning
- Par-, søsken- og familiesamtaler
- Gruppeterapi
- Temakvelder

DU FÅR HJELP UANSETT HVOR DU BOR

Vi kan møtes på nett der du er, eller på et av våre kontorer.
Du finner oss i Bergen, Trondheim, Sandnes, Lillehammer og Oslo.

For mer informasjon, telefonnumre og kontaktskjema:

blakors.no/kompasset

Blå Kors Kompasset er finansiert av Helsedirektoratet og vertskommuner.