

# VELKOMMEN TIL UNGEBEHANDLINGEN RUSMIDDELCENTER HOLBÆK



Holbæk Kommune  
Rusmiddelcenter Holbæk  
Kasernevej 6, 1.  
4300 Holbæk

Telefon: 72 36 40 60  
Mail: [rusmiddelcentret@holb.dk](mailto:rusmiddelcentret@holb.dk)

[Rusmiddel.holbaek.dk](http://Rusmiddel.holbaek.dk)





## UNGEBEHANDLINGEN 13-25år



Der er hjælp at hente hvis du er ung mellem 13-25 år, og ønsker at ændre dit forbrug af rusmidler.

### Hvem møder du?

I Ungebehandlingen møder du en af vores ungebehandlere, der er klar til at tilbyde hjælp og behandling til dig og dine pårørende.

Alle ungebehandlere har erfaring, indsigt og relevant uddannelse indenfor rusmiddelbehandling.

### Hvad kan vi?

Vi kan hjælpe dig med:

- Tag styring over rusmidlerne
- Ændre dine vaner
- Være pilot i eget liv

### Hvad kan vi tilbyde?

En afklarende samtale.

Mulighed for at være anonym under de første 5 samtaler med råd og vejledninger.

Ambulant behandlingsforløb med 1-2 individuelle samtaler om ugen tilknyttet en fast ungebehandler.

Behandlingsforløbet tager altid udgangspunkt i dine mål og forandringsønsker. Sammen lægger vi en plan for dit forløb.

Som indskrevet har du mulighed for:

- MOVE inspireret forløb
- NADA (øreakupunktur)
- Go2Fitness
- Gratis prævention
- Body-mind gruppe

Vi er en del af elevtjenesten i Holbæk Kommune. Vi kan tilbyde samtaler på dit uddannelsessted.

Nu til "Det nørdede"

Hvad betyder MOVE inspireret forløb?

MOVE er en rusmiddelbehandlingsform der er udviklet i center for Rusmiddelforskning i DK.

MOVE står for kognitiv adfærdsterapi og den motiverende samtale. Det betyder, at du sammen med din ungebehandler taler ud fra sammenhænge mellem tanker, følelser, krop og adfærd.

Dertil udforskes motivation, fordele og ulemper og bagvedliggende årsager for dit rusmiddelforbrug.

Sammen vil vi udvikle nye strategier og redskaber, du kan bruge til at opnå dine mål og derved kan reducere eller ophøre med rusmiddelforbrug.

### Det Praktiske

Du kan henvende dig direkte til ungebehandlingen på telefon 72 36 40 60.

Behandlingen er GRATIS for unge bosiddende i Holbæk Kommune.

Vi har tavshedspligt.

Du kan finde os på Kasernevej 6,1. 4300 Holbæk

Forældre, venner og andre pårørende kan ligeledes henvende sig og få råd og vejledning.

Øvrige samarbejdspartnere kan også henvende sig for råd og vejledning

