



SUND UNG

AARHUS

SKRIV TIL SUND UNG AARHUS



3 MÅDER TIL AT FÅ VORES HJÆLP

- **SKRIV TIL SUND UNG AARHUS**
- **KONTAKT STUDIEVEJLEDER**
- **KONTAKT OS DIREKTE, NÅR VI ER PÅ DIN SKOLE**

SUND UNG AARHUS ER ET
GRATIS TILBUD TIL DIG, SOM HAR
BRUG FOR EN AT TALE MED.
HOS OS KAN DU FÅ SAMTALER
MED EN RÅDGIVER ELLER EN
SUNDHEDSPLEJERSKE PÅ SKOLEN

**VENNER
TANKEMYLDER
SØVN
FAMILIE
AFHÆNGIGHED
KROP
SEKSUALITET
ANGST
PRES
ENSOM**

ALT MELLEM HIMMEL OG JORD – STORT ELLER SMÅT

"DET ER VIGTIGT NOK!" (1.G ELEV)

Alle støder på problemer, som kan være svære at løse alene

**Måske går du i din hverdag og tumler med noget,
som du gerne vil dele eller har brug hjælp til at håndtere**

Ingen problemer er for store eller for små

Vi lytter, og vi er her for din skyld

**Vi arbejder altid med at finde muligheder og
løsninger sammen med dig, ud fra dine ønsker**

**Hvis der er behov for en anden hjælp, end den vi
tilbyder, hjælper vi dig godt videre til det rette tilbud**

HVAD SIGER UNGE OM SUND UNG?

"At kunne snakke om det med nogen har gjort kæmpemeget i stedet for at gå rundt med det selv. Jeg kunne fysisk mærke, at der var noget, der lattede fra mig"

"Jeg følte mig meget forstået"

"Hvis man sidder med tanken 'Det er ikke vigtigt nok til at snakke med en professionel', så overvej at gøre det alligevel. Det kan udvikle sig til noget større. Det er vigtigt nok!"

"Du behøver ikke have det megadårligt for at kunne få samtaler - det er nok, hvis du bare har det svært"

"Det har været godt at have en person at snakke med som ved noget og har erfaring, men som ikke har en holdning, forventninger eller forhold til dig ligesom ens forældre"

"Jeg er vant til at klare det selv. Jeg havde brug for endelig at sige det højt"

"Det har sat mange tanker i gang. Jeg fik et rum til at reflektere og et skub til hvilke ting jeg skal overveje. Jeg tænkte over ting, jeg ikke havde overvejet selv"

HVEM ER SUND UNG AARHUS?



Brian Holm Nielsen
Socialrådgiver



Bodil Lodbjerg Andersen
Socialrådgiver



Anette Østergaard
Sundhedsplejerske



Sanne Ager
Sundhedsplejerske



Lena Alrø Bøtkjær
Sundhedsplejerske