

# På Sporet

Hvordan kommer jeg videre? Hvor går jeg hen, når jeg har brug for nogen at tale med, når hverdagen føles uoverskuelig, og det er svært at gå fra tanke til handling?

Målet med gruppen er at have inspirerende samtaler med andre mennesker og undervejs udveksle erfaringer og få nye perspektiver og vinkler på forskellige aktuelle emner.

Vi vil i gruppen have forskellige emner på programmet, samt øvelser og oplæg.

- » Vi vil sammen have fokus på at finde frem til strategier og værktøjer til at finde sin egen vej til at få det bedre.
- » Der sættes individuelle mål
- » Interesser og det at have noget at stå op til



## **Varighed:**

Op til 20 uger (*gruppen har løbende optag og der vurderes individuelt, hvornår forløbet afsluttes*)



## **Sted (værestederne):**

Huset i Overgade, Hjørring  
Huset i Sindal  
Bøjen, Hirtshals  
Stokrosen, Vrå