

KOMPASSET

Et trygt sted at finde retning

**Fast
kontaktperson**

**Trygt &
respektfuldt
fællesskab**

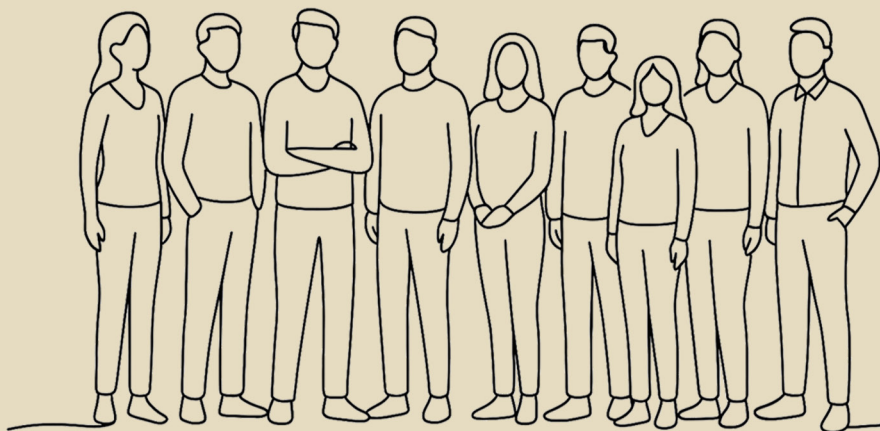
**Max 10 elever
på holdet**

En stabil hverdag

**Kreative faglige
emner**

Støtte & retning

**Mød op
i dit tempo**



Om Kompasset - et trygt sted at finde retning

Kompasset er for dig, der gerne vil:

- Træde ind i et trygt fællesskab, hvor du bliver mødt med respekt og rummelighed - og får ro til at udvikle dig, finde ud af, hvad du kan, og hvad du drømmer om.
- Øve dig i at møde op og skabe en mere stabil hverdag.
- Have en fast kontaktperson og vejleder, der hjælper dig med dine mål og støtter dig, hvis noget er svært.



Hvad laver man på Kompasset?

Hos os får du:

- Et fast hold på max 10 elever - du er sammen med de samme mennesker, så du lærer dine klassekammerater og undervisere at kende.
- Tid til dig - vi tager hensyn til dine behov, og der er plads til at arbejde i dit eget tempo.
- Mulighed for både individuelt og gruppearbejde.

Vi arbejder blandt andet med temaer som:

- Kreativitet og kreative projekter.
- Faglige emner (studieteknikker, fremlæggelser, CV-skrivning m.m.).
- Fritid og interesser.
- Værdier og relationer.
- Mental sundhed og fysisk sundhed.
- Uddannelse og arbejdsmarkedet.

Hvor tit skal jeg møde?

Der er plads til at tage det i dit tempo:

- Du bestemmer selv antallet af mødedage sammen med din kontaktperson – og det kan ændres undervejs, alt efter hvordan du har det.
- Det kan være fra én til fire dage om ugen.
- Du kan sagtens deltage én eller to gange om ugen - fællesskabet og undervisningen er tilrettelagt, så ingen føler sig udenfor.
- Mulige mødedage er mandag, tirsdag, torsdag og fredag fra kl. 09:15 til 11:45 inkl. pauser.





Mød en ung, der går på Kompasset:

Mathilde, 23 år

Mathilde har autisme og ADHD. Hun har tidligere været meget isoleret, men er nu langsomt i gang med at vende tilbage til fællesskaber. På Kompasset møder hun andre unge, der har det ligesom hende. Det giver tryghed. Hun kan godt lide at være kreativ og bruger ofte tiden på Kompasset til kreative projekter. Mathilde deltager én gang om ugen.

Isabella, 27 år

Isabella har ADHD og social angst. Hun er i tvivl om, hvad hun vil, og bruger derfor Kompasset til at lære sig selv og sine styrker bedre at kende. Isabella startede med at deltage én dag om ugen, øgede til to efter tre måneder – og efter et halvt år på Kompasset er hun nu med tre dage om ugen.

Mathias, 25 år

Mathias har angst og oplever også perioder med depression. Han drømmer om at tage en HF, og på Kompasset øver han sig i at møde stabilt op, være en del af fællesskabet, lave opgaver og holde frem-læggelser. Mathias deltager fire gange om ugen.