

Har du brug for nogen at tale med om det, der påvirker dig og dit liv? I Ungeliv tør vi spørge og kan holde til at høre dit svar



Ringsted
Kommune

Ungeliv

Et tilbud til unge mellem 12 og 25 år og deres netværk



Forside er illustreret af Markus
(tidligere ung i Ungeliv)

Hvem er Ungeliv for?

Et tilbud til sårbare unge samt omsorgspersoner

Ungeliv har siden 2005 været et centralt tilbud til sårbare unge i Ringsted Kommune.

Ungelivs målgrupper

Sårbarvejen: Målgruppen af psykisk sårbare består af unge i alderen 15-25 år, der har en psykiatrisk diagnose, er i risiko for at udvikle en eller er sårbare på en anden måde.

Rusvejen: Målgruppen af unge med rusmiddel-udfordringer består af unge op til 25 år, der har et større eller mindre forbrug af rusmidler, og som ønsker en forandring.

Genvejen: Målgruppen af unge der oplever større eller mindre udfordringer med trivsel. Et lavtærskel tilbud til unge mellem 12-25 år, der er i mistrivsel og som oplever udfordringer, der fylder i hverdagen. Det kan fx være unge, som oplever tristhed, ensomhed, uro, pres, problemer med selvtillid/selv værd, skolefravær, manglende overblik og overskud, familieproblematikker eller lignende.

Lettilgængelig behandlingstilbud Genvejen II

Lettet behandlingstilbud til børn og unge mellem 12-17 år. Tæt samarbejde med psykiatri, skole og andet relevant netværk. Målgruppe: børn og unge i psykisk mistrivsel. Det kan fx være unge, som oplever tristhed, angst, selvskaade, forstyrret spisning, skole-fravær, symptomer på psykisk lidelse eller lignende.

Tilbud til forældre/omsorgspersoner

Ungeliv har desuden en række tilbud til forældre og andre omsorgspersoner for de unge, der er i Ungelivs målgruppe.

Kontakt til Ungeliv

Hvordan kan man kontakte Ungeliv?

Er du i kontakt med en ung, der er sårbar, og som du tænker, kan have glæde af et tilbud i Ungeliv, så kan Ungeliv kontaktes.

- Telefon: 2523-4718/5762-8840
- SMS: 25234718
- Mail: ungeliv@ringsted.dk

Lettilgængelig behandlingstilbud kan ansøges på kommunens hjemmeside: <https://ringsted.dk/da/borger/boern-unge-familie/lettilgaengelige-behandlingstilbud>

Du er altid velkommen til at ringe til Ungeliv og lægge en besked på telefonsvaren eller på SMS, så vil vi vende tilbage til dig, så hurtigt vi kan. Derudover bestræber vi os på at besvare henvendelser på mail hurtigst muligt.

I samarbejde med den unge kan vi finde ud af, om Ungeliv har et relevant tilbud, og vi vil aftale et tidspunkt, hvor den unge kan komme til en indledende snak. Man er meget velkommen til at tage en med til samtalen.

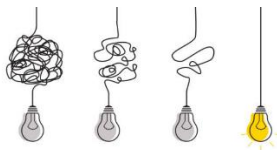
Hvis henvendelsen er på vegne af en ung, er det vigtigt for os i Ungeliv, at den unge er indforstået med henvendelsen.

Tilbud i Ungeliv

I Ungeliv har vi en række forskellige tilbud til unge, der er psykisk sårbare, har problemer med rusmidler, eller oplever større eller mindre problemer i deres hverdag. Derudover har vi også en række tilbud til forældre og andre primære omsorgspersoner.

Overordnet findes der fire typer af tilbud i Ungeliv:

- Gruppebehandlings til unge
- Individuelle behandlingssamtaler
- Familiebehandling
- Tilbud til forældre og andre omsorgspersoner



Vejen ind i Ungeliv og vejen videre

Vejen ind-samtale

Når man som ung eller omsorgsperson ønsker at benytte sig af et af de tilbud vi har i Ungeliv, starter vi med en samtale, som vi kalder "Vejen ind".

Sammen med den unge og/eller forælderen/omsorgspersonen aftaler vi, om Ungelivs tilbud er det der giver bedst mening eller om der skal guides til et andet tilbud uden for Ungeliv.

For nogle unge og forældre/omsorgspersoner vil den rette vej gennem Ungeliv bestå af en kombination af tilbud – enten i forlængelse af hinanden eller sideløbende.

Vejen videre-samtale

Når den unge og medarbejderen vurderer, at målsætningerne med et gruppetilbud eller behandlingssamtaler er nået, aftales der tid for en afsluttende Vejen videre-samtale.

I Vejen videre-samtalen ses tilbage på den udvikling den unge har gennemgået, og fremad i forhold til at støtte, at den unge fastholder denne forandring.

Opfølgning

Efter endt forløb i Ungeliv tilbydes der en opfølgende samtale efter 3 og 6 måneder.

Personer der har deltaget i åbne rådgivningssamtaler og/eller netværksgrupper for omsorgspersoner kan tilbydes en opfølgningssamtale. Der tilbydes ikke opfølgningssamtaler ifm. Ungepsykologen

Screening

I Ungeliv bruger vi 2 screeningsredskaber: WHO 5- Trivselsmåling og SDQ - Styrker og vanskeligheder som screeningsredskab.

Vi laver altid en før-måling inden indsatsen påbegyndes og afslutter med en eftermåling. Derudover indhenter vi samme måling 3 og 6 måneder efter endt forløb i Ungeliv.

Tilbud til unge

Individuelle tilbud til unge

Ungepsykolog: Ungepsykologerne tilbyder op til fem gratis og anonyme samtaler med et støttende/rådgivende fokus, til unge mellem 16 og 25 år bosiddende i Ringsted Kommune

Individuelle behandlingssamtaler

Tilbud til 12-25-årige. Samtalerne kan handle om udfordringer, der fylder i hverdagen og den unges almene trivsel. Der tilbydes 1-5 individuelle behandlingssamtaler. Vurderes der behov for yderligere samtaler aftales det mellem behandler og den unge. Individuelle behandlingssamtaler tilbydes kun, hvis der ikke er andre tilbud i kommunen eller regionalt der er mere relevant for den unge.

Individuelle behandlingssamtaler

henvist fra myndighed: Tilbud til unge op til 25 år som er henvist fra fx Ungeenheden, Børne-familie centeret, myndighedsenheden, kriminalforsorgen (KIF), i rammen af barnets lov og §85.

Gruppetilbud til unge

Vores erfaring er, at den mest effektive behandling for mange unge i Ungelivs målgruppe, ligger i deltagelse i et gruppetilbud. Her kan de unge spejle sig i og høre erfaringer fra unge, som kan have nogle af de samme udfordringer.

Ungelivs gruppetilbud:

Sårbarvejen henvender sig til 15-25 årige unge, der føler sig sårbare, har en psykiatrisk diagnose eller er i risikogruppe. (Gruppe 2x3 timer ugentligt)

Rusvejen henvender sig til unge op til 25 år, som har et problematisk forbrug af rusmidler og ønsker at skabe en forandring. (Gruppe dag og gruppe aften)

Familiegruppe: Henvender sig til unge mellem 12-15 år der bøvler med trivslen. Dette tilbud foregår 1 gang om ugen og forudsætter at en eller flere forældre også deltager hver 4 gang.

Krop og Balance gruppen: Henvender sig til unge mellem 15-18 år. De unge der deltager i denne gruppe har et ændrede og/eller udfordrende forhold til krop, mad og fysisk aktivitet. Dette gruppetilbud foregår hver 2. uge med 15 mødegange og forudsætter, at 1 eller flere forældre deltager 4 gange under forløbet.

O16 Gruppen: Henvender sig til unge over 16 år der bøvler med trivslen. Gruppen mødes 1 gang om ugen, og her arbejdes med det den unge ønsker at forandre. Dette kan f.eks. være relationer, pres & forventninger, selvtilid, og meget andet.

Tilbud til forældre og andre omsorgspersoner

Gruppe for forældre og andre omsorgspersoner: Ungeliv tilbyder et forløb med fokus på hverdagsudfordringer i livet med en ung. Vi arbejder med vidensdeling og redskaber til at håndtere problematikker der fylder. Forløbet vil bestå af temaer over 7 mødegange.

Gruppe under lettilgængelig behandlingstilbud:

Gruppetilbud til unge fra 12-17 år. Forløbet vil bestå af en kombination mellem gruppebehandling for de unge alene og gruppebehandling sammen med forældrene.

Netværkscaféer: Netværkscaféerne har til formål at give deltagerne viden om forskellige aktuelle temaer. Netværkscaféer er åbne for alle, både samarbejdspartnere, forældre, omsorgspersoner og andre relevante aktører.



Citater

"Det var rart at kunne tale med nogen, hvor der er en aftale om at det ikke bliver sagt videre. Så kan man bedre sige hvad man vil⁵⁹."

"Det er ingen der dømmes en"

"Det var dejligt at man havde noget at komme ud til og kunne få nogle venskaber"

"Det hjælp!. Det føles ikke ligeså tungt længere, når man har kunne sige det til nogen."

"Det var rart at det var hver uge, så man ikke skulle gå med det alene så længe"

"Jeg har det ikke ligeså hårdt længere, nu ser jeg frem-af og ikke tilbage"

"Forløbet har givet mig så meget mere end det forløb jeg fik hos en privat psykolog jeg gik hos"

"Jeg har kunnet sige noget, som jeg ikke kunne sige til min mor, så jeg har kunne fortælle om mine problemer. Det har været en stor hjælp for mig."

"Jeg har virkelig været glad for den gruppe. Det med at høre andre sætte ord på tingene og at man kan spejle sig i hinanden"

"Det var hurtigt tilgængeligt, gratis, og metoden de bruger er rigtig god. De lytter rigtig godt, og jeg bliver ikke overdøvet, og selv hvis man går i stå, så giver de en plads og har tålmodighed"

"For mig var det at komme i gruppen træning i at være social"

"Jeg tror, at når man har stået i en situation i så lang tid, som har været så hård, inden man har fået den rette hjælp, så kan det være svært at se de små fremskridt. Så at blive mødt på den måde..... ja så har det bare gået stille og roligt gået fremad og jeg er et helt andet sted i dag"

"Jeg ved ikke hvor jeg ville ha været i dag hvis jeg ikke havde mødt Ungeliv"

"Som forældre har det været en stor øjenåbner at være med i et forløb sammen med min datter"



Ringsted
Kommune

Ringsted Kommune

Ungeliv

Prinsensvej 10

4100 Ringsted

Tel.: 2523-4718/ 5762-8840

/ 57 62 88 42

Mail: ungeliv@ringsted.dk

[https://ring-](https://ringsted.dk/borger/omsorg-sundhed/ungeliv)

[sted.dk/borger/omsorg-](https://ringsted.dk/borger/omsorg-sundhed/ungeliv)

[sundhed/ungeliv](https://ringsted.dk/borger/omsorg-sundhed/ungeliv)

I Ungeliv har vi en række forskellige tilbud til unge, der er psykisk sårbare, har problemer med rusmidler eller oplever større eller mindre udfordringer i deres hverdag. Derudover har vi også en række tilbud til forældre og andre primære omsorgspersoner.

Hvis du er i kontakt med en ung, som kunne have gavn af et eller flere tilbud i Ungeliv, kan du henvende dig til Ungeliv telefonisk eller via mail.

Behandlere:

Anja K. Resen (Leder af Ungeliv):
4233-8841

Signe Nielsen: 2523-4723

Dorthe H. Wegener: 9116-8997

Mads Therkildsen: 2523-4725

Bonnie Andersen: 5170-3924

John Rostgaard: 2127-3987

Ellen Lundberg: 2523-4719

Karen Hare: 2523-4727

Dorthe A. Rosenberg: 2523-0424

Benjamin Steffen-Nielsen: 2943-7738

Signe Louise Schlawitz 2943-1635