

Gruppebaseret og individuel tidsbegrænset støtte

Du kan få tidsbegrænset støtte, hvis du er udsat, har psykiske problemer eller problemer med misbrug, eller hvis du er i risiko for at udvikle disse problemer.

Der er tale om et tidligt, forebyggende tilbud, som skal støtte dig i at håndtere dine udfordringer. Ved en indledende samtale afdækkes dit behov for støtte. Aktiviteterne kan for eksempel være at søge støtte og rådgivning hos frivillige organisationer eller anden behandling eller indsats (fx rusmiddelbehandling eller lægelig behandling), eller at deltage i kortvarige gruppeforløb eller individuelle forløb.

Læs mere i [kommunens kvalitetsstandard for gruppebaseret og individuel tidsbegrænset støtte](#).

Hvis du er 30 år eller derover og har spørgsmål eller behov for støtte, kan du henvende dig til Rådgivningshuset på 70 22 22 10.

Hvis du er under 30 år, skal du i stedet henvende dig til Ungekontakten på 47 35 11 64 eller 23 10 92 43.