

PEER- FÆLLESSKABET

INFO TIL MENTORER

TIL DIG, DER GERNE VIL VÆRE MENTOR

VEJLE MISBRUGSCENTER

PSYKIATRI
FONDEN
ET GODT LIV
TIL FLERE



vejle
KOMMUNE

Er du 18 år eller derover? Har du tidligere selv levet med et alkohol- og/eller stofmisbrug, og har du lyst til at dele dine erfaringer med et andet menneske og hjælpe andre med at mestre et liv uden misbrug? Så bliv frivillig mentor i et nyt peer-fællesskab i Vejle.

Hvis du siger ja, bliver du en del af et spændende og inspirerende fællesskab af frivillige, der gerne vil gøre en forskel for andre, som er klar til en forandring i deres liv.

Peer-to-peer-metoden betyder i al sin enkelthed "ligesindet til ligesindet"-støtte. Du bliver matchet med en peer ud fra dine og peers ønsker, og efterfølgende mødes I efter aftale. I kan fx drikke en kop kaffe sammen, gå til fodboldkamp, i biografen, eller hvad I har lyst til.

Hvad kræver det?

Din vigtigste kompetence er, at du er robust og har personlig erfaring med at komme ud af et misbrug af alkohol og/eller stoffer, forblive ude af misbrug – og at du har tid, lyst og overskud til at dele ud af den erfaring og være mentor for en anden, som lige er kommet ud af et misbrug.

Det har derfor ingen betydning, hvad du har af skoleuddannelse.

I forløbet deltager du på et hold med maks. 14 andre frivillige mentorer. I mødes gennem en periode på 7 måneder én gang om måneden, hvor der er undervisning og sparring. Derudover mødes du med din peer i det omfang, som I selv aftaler.

Hvad indebærer det at være mentor?

Du skal:

- have været stof- og/eller alkoholfri i minimum 1 år. Dette gælder også substitutionsbehandling.
- have lyst til at gøre en forskel for en anden.
- have mulighed for at deltage i undervisning én dag om måneden i 7 måneder.
- deltage i sparring et par timer om måneden sammen med de andre mentorer.
- være sammen med peer.
- deltage i evalueringer i forbindelse med projektet.

Samværsforløbet med peer'en varer 6 måneder med mulighed for at forlænge yderligere 3 måneder, hvis begge

ønsker det. Du har altid mulighed for at trække dig eller holde pause.

Hvad får du ud af det?

- Være del af nyt spændende fællesskab af frivillige.
- Være med til at videreudvikle projektet og peer-støtte-metoden.
- Efter endt undervisningsforløb får du et deltagerbevis.
- 1-2 fællesarrangementer om året.
- Der er en ugentlig cafedag, hvor alle projektets deltagere kan mødes (der vil altid være en medarbejder til stede).
- Lære nyt – også om dig selv.
- Risiko for at udvikle venskab ☺

Du vil få støtte og råd fra projektmedarbejdere under hele forløbet.

Hvorfor laver vi projektet?

Din indsats som frivillig mentor bliver en del af et fælles 2-årigt projekt (2016-2018), som Vejle Kommune og Psykiatrifonden står bag.

Vi vil sammen undersøge, om peer-støtte kan hjælpe mennesker, der har haft et misbrug eller er i efterbehandling. Vi håber på, at støtten fra

en ligesindet vil være med til at mindske ensomhed og tilbagefald - og hjælpe deltagerne med at skabe netværk uden for misbrugsmiljøet.

Mere info?

Jytte Larsen
Projektleder i Vejle Kommune
Mail: jytch@vejle.dk
Telefon: 20 26 45 77

Marie Nybo
Projektleder i Psykiatrifonden
Mail: mny@psykiatrifonden.dk
Telefon: 20 31 87 59

Lene Hoffensetz
Projektmedarbejder i Vejle Kommune
Mail: lerho@vejle.dk
Telefon: 29 13 14 60

Facebookgruppe:

Peer-fællesskabet Vejle:

Se nyheder og opslag om projektet, skriv selv indslag eller chat med andre i gruppen. Gruppen er kun for mentorer, peers og medarbejdere i projektet.

Vejle Kommune · Skolegade 1 · 7100 Vejle · vejle@vejle.dk · vejle.dk