

Hvem er vi:

Vi er uddannelsesvejledere i Ungdommens uddannelsesvejledning i Guldborgsund Kommune.

Vi er uddannet ICI Coaches med speciale i Neuropsykologi & Mentaltræning.



Marlene Kjellerup Aabye

Tlf. 25181681



Annika Jensen

Tlf. 25181663

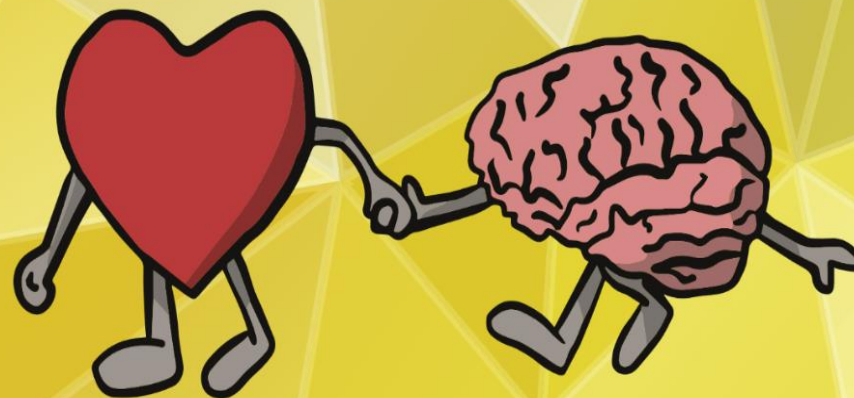
HVORDAN VILLE
DIT LIV SE UD HVIS DU
ÆNDRER DINE VANER?

-din fremtid



UU

UNGDOMMENS
UDDANNELSESVÆJLEDNING



GULDBORGSUND

**COACHING OG
MENTALTRÆNING**

HJERTE OG HJERNE ER BEDST SAMMEN

I Ungdommensuddannelsesvejledning tilbyder vi Mentaltræning & Coaching med fokus på Psykisk robusthed.

Mentaltræning & Coaching ER FOR ALLE - OGSÅ FOR DIG!

- Kender du det, at du føler dig ked af det, uden at vide hvorfor?
- Følelsen af ikke at være noget værd?
- At hovedet siger ét, og din krop fortæller dig noget andet?
- At du føler dig presset i dit liv?
- At du ikke kan styre dine tanker?
- At du ikke kan sove om natten pga. tankemylder?
- Frygten for at du ikke er god nok?
- OG meget mere!

Hvis du synes tiden er inde til at det er dig, der tager styringen over dine tanker, og lever det liv, du ønsker.

Så tilbyder vi i UU Guldborgsund, at du kan deltage i forløb eller individuelle coachsamtaler.

Når du er ung under 25 år og bor i Guldborgsund kommune er det gratis for dig.

Samtalerne vil vare ca. 1 time. Det foregår i din skoletid og oftest på din skole.

Kontakt os for en uformel snak eller tal med din vejleder/lærer på din skole, som vil hjælpe dig med kontakten.

Vi glæder os til at høre fra dig!