

# JÆREN RECOVERY COLLEGE



**Jæren Recovery College** er et sted å lære nye ting og et fellesskap hvor du kan bety noe for andre og oppleve støtte. Det er for deg som ønsker et godt liv på tross av utfordringer knyttet til rus eller psykisk helse. Det er også for personer med egenerfaring, helsepersonell, pårørende og andre som ønsker økt recoverykompetanse. Vi holder ulike typer kurs med varighet fra en dag til flere uker. Målet er å fremme recovery, tilhørighet, håp, mening og likeverd gjennom samskaping mellom erfaring og fag.

Hos oss er du ikke behandler, pårørende eller pasient, men student. På våre kurs sitter vi sammen og deler erfaringer, løser oppgaver, lytter og heier på hverandre. Slik kan læring og vekst skje på kryss og tvers. Vi har kun ett opptakskrav – det er at du har lyst 😊.

## HVILKE KURS HAR VI

- Fem steg til hverdagsglede
- Forstå deg selv (litt) bedre og gjør noe med det!
- Kunst og kreativitet i Recovery
- Steg for steg til ønsket fellesskap
- Følelesedirigenten
- Identitet
- Mindful fotografering
- Økonomi
- Når kjærlighet ikke er nok

## DISSE STÅR BAK JÆREN RECOVERY COLLEGE

Stavanger kommune  
Sandnes kommune  
Sola kommune  
Time kommune  
A-larm  
Crux oppfølgingscenter  
Mental Helse Ungdom  
NAV



SCAN QR KODEN FOR Å SØKE PÅ KURS.  
[WWW.JRCOLLEGE.NO/STUDIETILBUD](http://WWW.JRCOLLEGE.NO/STUDIETILBUD)