

Hvorfor vælge Kastaniegården?

Fakta om Plan A Terapi- og Kursuscenter

Døgnterapien Kastaniegården



Døgnterapien Kastaniegården er en del af Plan A Terapi- og Kursuscenter.

Plan A Terapi- og Kursuscenter tilbyder:

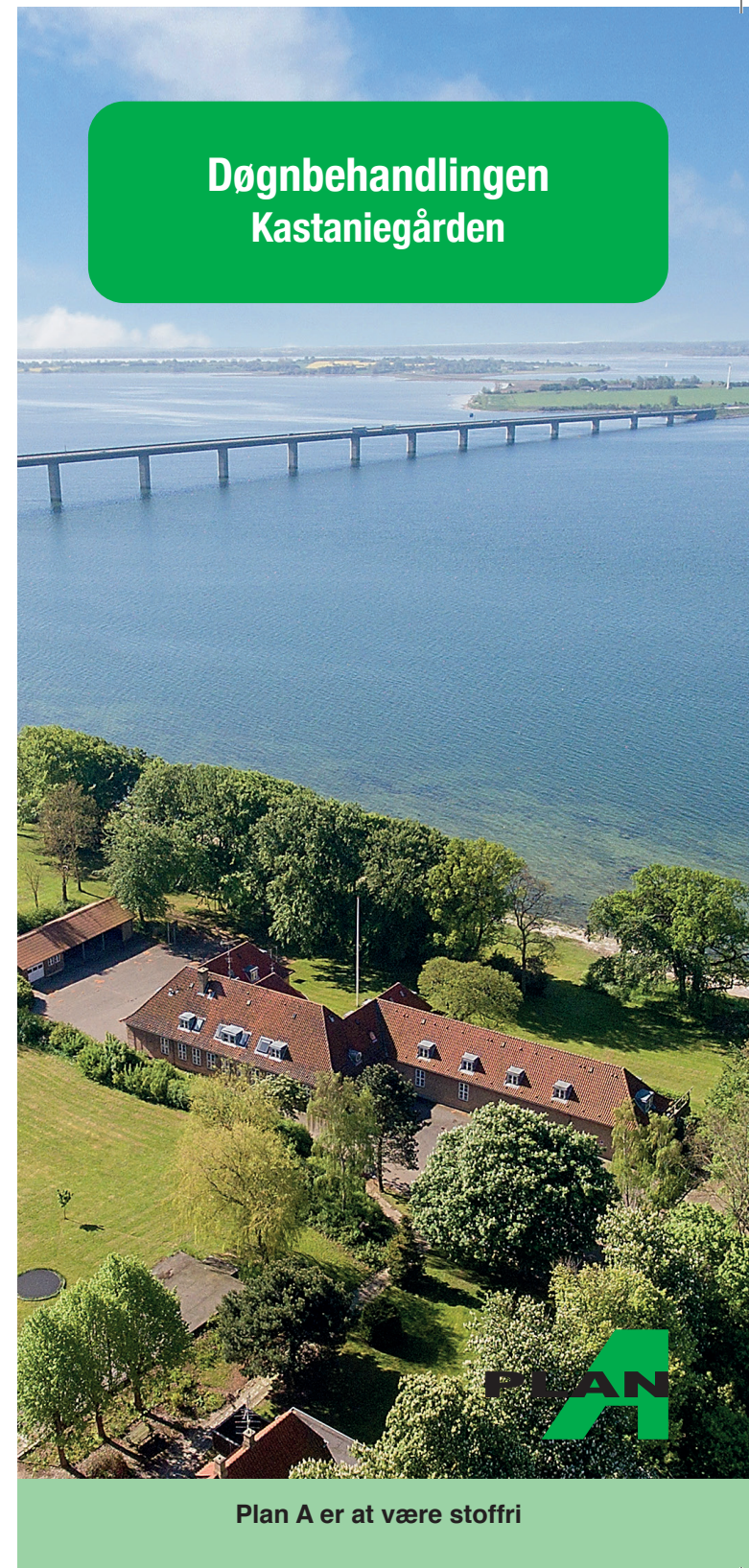
- Døgnterapi
- Dagbehandling
- Udgående Team
- Pårørendekurser
- Samtaleforløb

Kastaniegården ligger i smukke og rolige omgivelser, der giver mulighed for:

- At komme væk fra hverdagen
- At komme ned i gear
- At have fokus på at blive stoffri
- At skabe et fællesskab med andre, der ønsker at være stoffri



Kastaniegården
Kastaniegårdsvej 30
4760 Vordingborg
Tlf. 35 55 20 29
info@plan-a.nu



Plan A er at være stoffri

Er du klar til en ny begyndelse?

Et misbrug har en række negative konsekvenser i forhold til:

- Din fysiske og psykiske form
- Familie og venner
- Arbejde/uddannelse
- Økonomi
- Boligforhold

Måske kan du genkende dig selv i et eller flere af ovenstående punkter?

Sidder du lige nu med en fornemmelse af, at dit forbrug af stoffer eller alkohol har overtaget store dele af dit liv?

I så fald er du klar til en ny begyndelse.



Kastaniegården har fokus på psykisk og fysisk velvære. Derfor arbejder vi med:

- God søvn og hygiejne
- Sund kost
- Sportsaktiviteter
- Yoga og mindfulness
- Sauna

Døgntilbehandlingen Kastaniegården tilbyder

I døgntilbehandlingen vil du få tildelt en fast behandler, der følger dig i din behandling på Kastaniegården.

Sammen med dig og visiterende myndighed sammensætter vi din behandling, som tager udgangspunkt i dine individuelle behov. I samarbejde med vores læge tilrettelægger vi en medicinsk nedtrapning, hvis du har brug for det.

Et behandlingsforløb består af:

- Faste ugentlige enesamtaler med din behandler
- Gruppeterapi
- Kognitiv adfærdsterapi
- DAT (dialektisk adfærdsterapi)
- Workshops
- Foredrag
- Opbygning af stoffrit netværk
- Ture ud af huset
- Psykiatrisk vejledning hvis nødvendigt
- Socialrådgivning



Saunagus

- Beroligende
- Afstressende
- Søvnfremmende
- Fremmer udskillelsen af affaldsstoffer

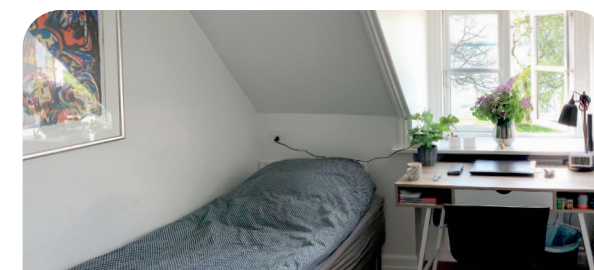
Sådan kommer du i gang

For at komme i gang med din behandling på Kastaniegården, kan du henvende dig til dit lokale misbrugscenter. Desuden har du mulighed for selv at betale for din behandling.

Er du i tvivl om, hvilket misbrugscenter du hører til, kan du spørge dit Borgerservicecenter eller slå det op på nettet.

Du er altid velkommen til at kontakte os på tlf. 35 55 20 29

Læs mere om Kastaniegården på www.plan-a.nu



Eget værelse

Kastaniegården råder over 35 eneværelser. Du får dit eget værelse med nogle til, så du har mulighed for privatliv.