

En dag på kollo kan se ut ungefär så här:

8:30 Frukost och telefondid

10:00 Samling

10:30 Aktivitet

12:30 Lunch

13:00 Lugn stund

14:00 Aktivitet/utflykt

17:30 Middag och telefondid

19:00 kvällsaktivitet

20:00 Kvällsfika

22:00 Tyst i huset

På tonårskollo kan tiderna och innehållet se lite annorlunda ut.

Om du/ni har några frågor hör gärna av er till oss på kollo eller titta in på vår hemsida eller på Facebook!

terapikolonier

Tjärhovsgatan 32, 116 21 Stockholm

0706-431 030 eller 0735-441 330

www.terapikolonier.se

Terapikolonier på Facebook

terapikolonier

Sammanhang för utveckling och goda erfarenheter



På kollo får du möjlighet att träffa nya kompisar, göra roliga aktiviteter tillsammans och utmana dig själv genom att pröva nya saker och vara hemifrån.

På Terapikollo bor vi tillsammans, leker, badar, spelar pingis, pysslar, lagar mat och gör utflykter. Alla som kommer ut till kollo har gemensamt att de har någonting som de vill ha hjälp att förändra eller utveckla i sitt liv. Det kan handla om hur man har det tillsammans med kompisar, att man lätt blir arg och ofta hamnar i bråk, känner sig ledsen och orolig, har varit med om svåra saker eller har svårt att vara ifrån sina föräldrar och behöver hjälp att klara av det.



Vi har fyra kollogrupper som vänder sig till barn och ungdomar mellan 8 och 18 år. Perioderna är från 9 upp till 18 dagar och det är mellan åtta till tio deltagare tillsammans med fyra till sex vuxna. Våra två kolloställen ligger på Kymendö och Ornö i Södra skärgården där vi lever båtliv och har naturen precis utanför dörren.

Ungdomar om kollo:

”Jag gillade att vara där för man träffade andra människor och skaffade nya vänner”

”Det var kul och äventyrligt att uppleva!”

Det är er behandlare på mottagningen som söker plats för dig på kollo. Sista ansökningsdag är i början på mars och man får besked om plats i mitten på april.



Om du får en plats på kollo kommer två kollopersonal ut till mottagningen och träffar dig, dina föräldrar och din behandlare. Mötet är till för att alla ska få presentera sig och för att ni ska få veta mer om kollo. Vi är nyfikna på vad du vill få med dig för erfarenheter från kollo och om det är något som gör dig tveksam till att åka.

Innan kollo bjuds du och din familj in till ett informationsmöte där ni får träffa alla andra deltagare, deras föräldrar och får höra mer om kollo. Det är viktigt att man kommer på mötena eftersom det brukar vara lättare att åka iväg om man har träffat dem man ska vara tillsammans med på kollo. Är du ovan vid att sova borta kan det vara bra att träna på det innan kollo.