


# Avhengig eller bare usikker?

Vi er her for å hjelpe



[www.12-trinn.no](http://www.12-trinn.no) 



**12 Trinn** Kurs og  
Kompetansesenter  
- hjelper deg og familien



# Et godt liv med mestring av avhengighet

## Om 12-Trinn

**12 Trinn kurs- og kompetansesenter på Fanafjellet utenfor Bergen tilbyr det mest velprøvde programmet som finnes for å komme tilbake til et liv der du mestrer din avhengighet – det eneste private tilbudet på Vestlandet som rendyrker den anerkjente metoden.**

Vi tilbyr et totalkonsept for den avhengige, den nære familie og nære kolleger. Konseptet er både forebyggende og hjelpende – og tjene et samfunnsnyttig formål. Ettervern blir en viktig del av programmet.

Hos 12 Trinn kurs- og kompetansesenter vil du oppleve en unik kombinasjon av et velfungerende og veldokumentert program for varig hjelp mot avhengighet – i et flunkende nytt senter av høy standard.

## Vakker natur – flott senter

Vi har etablert oss i et vakkert naturområde på Fanafjellet, bare 30 minutter fra Bergen sentrum og 15 minutter fra Flesland flyplass. Beliggenheten gir de beste muligheter for å komme ut i naturen, nyte fremskrittene og arbeide med det helhetlige programmet som vi vet hjelper.

## Erfaring og kompetanse

Hos 12 Trinn kurs- og kompetansesenter møter du erfarne terapeuter, foredragsholdere, massører, trenings-/ernæringseksperter og service-personell som alle har gjennomgått opplæring og spesialisering i 12-trinnsprogrammet.

Vi har naturligvis legedekning og helsepersonell som en del av vårt tilbud. Kvalitet, erfaring og høyt faglig nivå i vårt team, er den viktigste forutsetning for et vellykket resultat. Vårt mål er å skape den trygghet og tillit som er grunnleggende for at du igjen skal ta kontrollen over din hverdag.



## Våre kjerneverdier er:

- Ærlig
- Inkluderende
- Faglig kompetanse
- Styrke i samhold

## Vi vil ta godt i mot deg!



Turer til Meland (45 minutters kjøretur unna) og vårt idylliske hestesenter. Fribente terapeuter gir positive opplevelser.



## 12 Trinn Kurs og Kompetansesenter – hjelper deg og familien

Alkohol, stoff, medisiner, spill. Listen er lang. All avhengighet er grunnleggende lik.

La oss hjelpe deg, og familien din – vi har verktøyene. Og kompetansen.

### Et flott, moderne – og etterlengtet tilbud

Vårt flunkende nye senter på Fanafjellet er tilrettelagt for best mulig trivsel gjennom etviktig opphold for et bedre liv.

### Gjennomgående høy standard

Fellesrom, kurs- og møtelokaler og spisested gir de beste muligheter for hyggelige sosiale relasjoner og bygging av det gode og viktige 12-trinns fellesskapet. 28 enkeltrom med egen dusj/wc av hotellstandard gir deltakerne akkurat den komfort, akobling og privatsfære som er en så viktig del av 12-trinnsprogrammet.

### Aktiviteter, trening og velvære

I tillegg har anlegget en splitter ny og moderne treningsavdeling, kjøkken med fokus på riktig ernæring, mulighet for personlig trener – samt velværesenter med blant annet massasje, kroppspleie og healing.

Alt dette ligger midt i fantastiske naturomgivelser som blir tatt i bruk gjennom varierte aktiviteter som en del av kursprogram og 12-trinnsprogrammet som helhet.



# Avhengig eller bare usikker?

## Det aller første første trinnet er å kontakte oss

Hvis du eller dine nærmeste trenger noen å snakke med eller har spørsmål, er vi tilgjengelig 24 timer i døgnet:



# 08412

Bli kvitt din avhengighet nå!

Avhengighetsproblemer i familien.  
Vi hjelper dere å komme ut av det.

Medarbeidere med rusproblemer.  
Hjelp dem å hjelpe seg selv!



**12 Trinn** Kurs og Kompetansesenter

Avhengig eller bare usikker? La Norges nye kompetansesenter innen avhengigheter hjelpe deg.

Det aller første første trinnet er å kontakte oss

Hvis du eller dine nærmeste trenger noen å snakke med eller har spørsmål, er vi tilgjengelig 24 timer i døgnet.

**24** **08412**

E-post Kontakt meg Ofte stilte spørsmål (FAQ) Last ned brosjyrer

**Rusbehandling som virker!**  
Sjekk faglaget i Bergen 16. - 18. juni

**Invitasjon til faglaget 16. - 18. juni**  
Vi inviterer til GRATIS faglag på vårt nye kompetansesenter! Vi har gleden av å invitere til faglaget der vi har SØ Gustav Trossand, PhD, D. Sc. fra USA til å presentere 12-trinnmodellen. [Les mer](#)

**Flott åpnings 28. april 2014!**  
Det var en flott og spennende markering da trykkt for helsete og omsorg i Bergen, Hilde Christen, foretok den formelle åpningen av 12 Trinn Kurs og Kompetansesenter på Fanafeltet utep. [Les mer](#)

**Har du ikke råd til behandling? Vi tilbyr punnlig nedbetaling.**  
Vi vet at økonomi kan være et hinder for at mange velger behandling. Vi tilbyr finansiering fra Kr. 2121,- pr måned - et uKM tilbud i Norge. [Les mer](#)

12 Trinn Kurs- og Kompetansesenter © Alle rettigheter Kontakt oss



**Trinn Kurs og Kompetansesenter**  
- hjelper deg og familien

[hjelp@12-trinn.no](mailto:hjelp@12-trinn.no)

**12 Trinn Kurs- og Kompetansesenter,**  
Fanafeltet, 101  
5243 FANA

# www.12-trinn.no