

# UROskolen

## Ansvarserklæring

Jeg vil lære UROmetoden og har derfor meldt meg på undervisning i dette på UROskolen AS, organisasjonsnummer 927 905 116.

Jeg er klar over at UROskolen ikke praktiserer eller underviser i terapi, diagnostisering, eller annen helse relatert virksomhet eller fører noen form for journal, men kun driver opplæring i hvordan jeg kan bruke indre uro som en ressurs i livet.

I opplæringen kan du få oppgaver eller forslag om å møte uroen i livet ditt. Oppgavene og forslagene er utfordringer UROlæreren mener kan gjøre noe godt for deg i livet, ut i fra lærerens innsikt. Du bestemmer selv om du vil utføre disse oppgavene og du er selv fullt ut ansvarlig for dine handlinger i denne sammenhengen og konsekvensene av dem.

Fakturainformasjon:

Navn: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Postnr/sted: \_\_\_\_\_

Epost: \_\_\_\_\_

Mobil: \_\_\_\_\_

Sted: \_\_\_\_\_ Dato: \_\_\_\_\_

Signatur: \_\_\_\_\_

---

UROskolen AS

Kampusvegen 2a, 2010 Strømmen

[www.uroskolen.no](http://www.uroskolen.no)

# UROskolen

## UROskolen og medisinbruk

UROskolen er et undervisnings- og opplæringstilbud som ligger utenfor helsevesenet. Ved UROskolen behandles ikke sykdom eller gis noen form for terapi. Hvis du er syk, eller har symptomer på sykdom, oppfordrer vi deg til å oppsøke lege/helsevesenet.

Ved UROskolen undervises det i kropps-sinnets normale virkemåte og hvordan vi kan forholde oss til kropp-sinnets uro ved å bruke UROmetoden.

Noen stoffer og medisiner har den egenskap og hensikt at de endrer kropp-sinnets tilstand og funksjon. Dersom man bruker stoffer, eller har behov for medisiner som endrer sinnstilstanden, vil det forstyrre opplæringen i og utbyttet av UROmetoden.

UROmetoden forutsetter at kropp-sinnet ikke er påvirket av kunstige substanser.

Vi har derfor bestemt oss for at personer som går på medisiner som påvirker kropp-sinnstilstanden, som for eksempel antidepressiva, antipsykotika, sentralstimulerende, beroligende, sovemedisiner og vanedannende smertestillende, ikke kan gå i opplæring på UROskolen mens de har behov for og bruker disse medisinene. Dersom man vil slutte med medisiner, må det gjøres i samråd med behandlende lege, og trygt og forsvarlig over tid.

Generelt tror vi heller ikke det er konstruktivt å utforske flere retninger samtidig. Man får best utbytte av opplæringen i URO metoden når man retter all energien inn mot det.

Vi anbefaler derfor ikke å få opplæring i UROmetoden og gå i terapi samtidig.