

## Program

### *Pårørende til et menneske med en psykisk lidelse*

16:30-17:15: At være pårørende - en personlig fortælling, EN AF OS ambassadør

17:15-17:30: Pause

17:30-18:30: At være pårørende i Psykiatrien – muligheder og tilbud

18:30-19:00: Boder om tilbud, muligheder og dialog

## En personlig fortælling om at være pårørende



By: HikingArtist.com

## Recovery

### Forbundethed

At være en del af meningsfulde fællesskaber

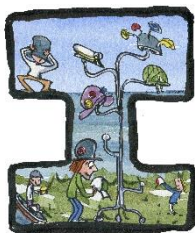


### Håb og optimisme

At tro på, at fremtiden byder på noget godt



**Identitet**  
At mærke, at man er noget værd, og at man kan være den, man er



### Mening

At se mening i sit liv, og at bruge sin tid meningsfuldt



### Empowerment

At have kontrol og handlegkraft til at forme sit liv



**Pause til kl. 17:30**



Tegning af Frits Ahlefeldt



# At være pårørende i Psykiatrien – muligheder og tilbud

Særlig samtale for pårørende



Forbeholdt Patienter

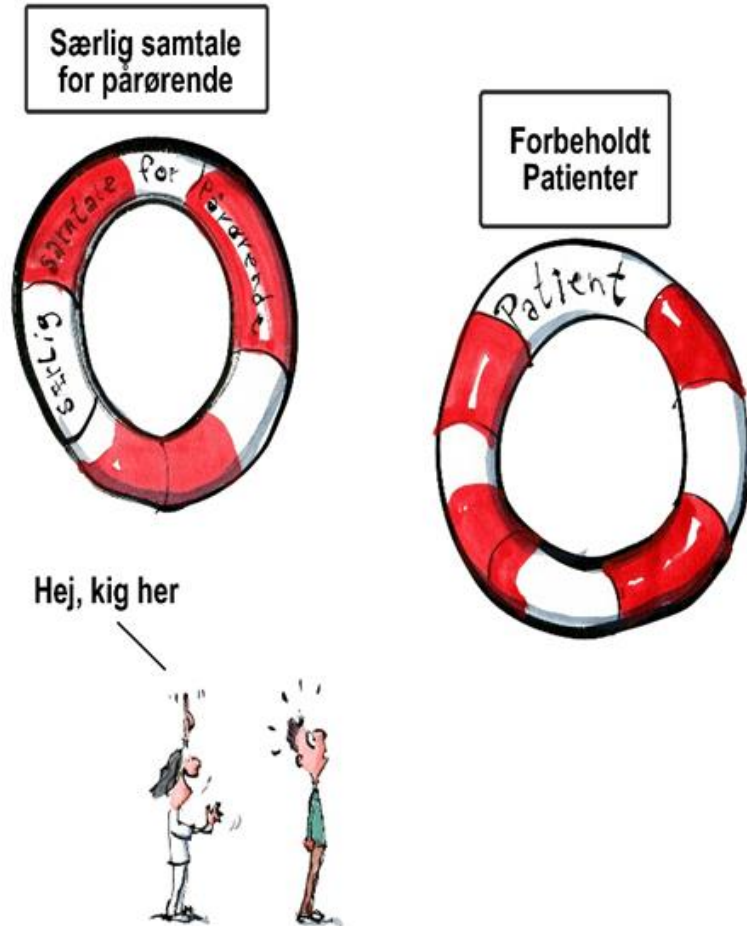


Hej, kig her



By: HikingArtist.com

# Akutsamtaler for pårørende



Læs mere om akutsamtaler for pårørende her:  
[www.psykiatrienregsj.dk/patienter-og-paaroerende/paaroerende/information-og-stoette-til-paaroerende/akutsamtale-til-paaroerende](http://www.psykiatrienregsj.dk/patienter-og-paaroerende/paaroerende/information-og-stoette-til-paaroerende/akutsamtale-til-paaroerende)



# Muligheder for at tale med andre pårørende

## Pårørende-peersamtaler

Tirsdage og torsdage kl.16:15 og 20:30

Læs mere om pårørende-peersamtaler her:  
[www.psykiatrienregsj.dk/paaroerendeppeer](http://www.psykiatrienregsj.dk/paaroerendeppeer)



Tegning af Frits Ahlefeldt

## Pårørendecafe

Første tirsdag i måneden

Læs mere om påørendecafeer her:  
[www.psykiatrienregsj.dk/paaroerendecafe](http://www.psykiatrienregsj.dk/paaroerendecafe)

# Når børn er pårørende



PSYKINFO



## Bedre Psykiatri

*Flere muligheder til pårørende*



## De sidste spørgsmål



Tegning: Frits Ahlefeldt

# Pårørendemappen

# Flere veje til viden



[www.psykiatrienregsj.dk](http://www.psykiatrienregsj.dk)



PsykiInfo  
Region Syddanmark & Region Sjælland



Væk med tavshed, tvivl og tabu om psykisk sygdom!



PSYKINFO

REGION SJÆLLAND  
PSYKIATRIEN  
- vi er til for dig

# Tak for i aften

