



BEDRE PSYKIATRI
- landsforeningen for pårørende
Næstved Lokalforening

Bestyrelsen af d. 03. 05. 2011:

Formand:

Ove Höilund Mortensen

Faunedalen 28

4700 Næstved - Tlf.: 21 25 00 05

Næstformand:

Hans Clemmesen

Bogensevej 25. st. Lejl. 304

4700 Næstved - Tlf.: 55 77 40 77

Kasserer:

Lizzie Isaksen

Lyngbakken 3

4700 Næstved - Tlf.: 55 70 05 53

Bestyrelsessekretær:

Kirsten Lundsgaard

Skovburren 164. 1.

4700 Næstved

EMail: naestved@bedrepsykiatri.dk

Svend Hansen

Saltø Skovvænge 30

4700 Næstved - Tlf.: 55 73 63 68

Ingrid Randahl Rasmussen

Dalbyvej 3

4800 Nyk. F. - Tlf.: 54 43 67 89



BEDRE PSYKIATRI
- landsforeningen for pårørende

Landsforeningen har et netværk for unge pårørende. Gå ind på landsforeningens hjemmeside og kom i kontakt med andre unge.

Her kan du få svar på – og kommentarer til tanker og overvejelser, du går og grubler over. Du har måske også nogle erfaringer og oplevelser, som andre ville kunne have gavn af at høre mere om. Formålet med dette debatforum er at skabe rammer for et møde- og dialogsted for unge pårørende.

BEDRE PSYKIATRI understøtter jeres muligheder for at tale med ligesindede, lytte til hinanden, fortælle jeres historier og sammen prøve at finde svar på det, man ikke forstår, og det man ikke ved, hvad man skal gøre ved.

Hvis du vil skrive et indlæg i debatforummet, så gå ind på hjemmesiden - www.bedrepsykiatri.dk.

Klik på menuen "Rådgivning". Herunder finder du "Tilbud for forældre til børn og unge: Kom med i en netværksgruppe" – Gå til menuen i højre side og deltag i netdebatten.

Din deltagelse kan give dig de svar, du har brug for, og du er samtidig med til at hjælpe andre unge.

Er du pårørende – eller kender du en psykisk syg?



BEDRE PSYKIATRI
- landforeningen for pårørende
Næstved Lokalforening

Lokalforeningen tilbyder:

Er du pårørende – og er du mellem 15 og 25 år?

- kan du gennem møde med andre unge i samme situation få den støtte og viden du har brug for, så du ikke føler dig alene!

Yderligere information om Næstved Lokalforening, skriv til:

naestved@bedrepsykiatri.dk



Er du pårørende – og er du mellem 15 og 25 år?

Er du pårørende til en mor, far, bror, søster, et andet familiemedlem eller en bekendt med en psykisk lidelse, og er du mellem 15 og 25 år, kan du igennem Landsforeningen Bedre Psykiatri få hjælp til bedre at kunne tackle din egen situation.

Eller du kan få viden og kendskab til, hvordan du kan hjælpe og støtte en pårørende eller en god bekendt, som har en psykisk lidelse – eller er psykisk sårbar

Føler du dig ofte ALENE med dine problemer, føler du afmagt, og føler du, at det er skruet uden ende? – Så henvend dig til Bedre Psykiatri. Vi er til for at hjælpe netop DIG, som har brug for at kunne få luft for dine følelser og frustrationer og få svar på dine spørgsmål.

Bedre Psykiatri er en Landsforening for pårørende til psykisk syge og sårbare. Det er foreningens mål at hjælpe netop pårørende med information om psykisk sygdom samt give støtte og rådgivning.

Lokalt etablerer vi netværks- og støttegrupper.

Netværks- og støttegrupperne mødes typisk en gang om måneden, hvor deltagerne støtter op om hinanden, får luft for deres frustrationer og er sammen med andre, som virkelig FORSTÅR, hvad det vil sige at være pårørende til et menneske med en psykisk lidelse.

Alt foregår fuldstændigt anonymt.

Netværks- og støttegrupperne er ledet af en uddannet psykoterapeut.

Du kan henvende dig helt anonymt. – Ring eller skriv til os.

Det er ALDRIG FOR SENT.

Skriv til:

naestved@bedrepsykiatri.dk

Det er gratis for unge mellem 15 og 25 at deltage.

Med venlig hilsen:



BEDRE PSYKIATRI

- landsforeningen for pårørende

Næstved Lokalforening



Uddrag fra fortælling af en ung pårørende!

- Jeg er opvokset i et hjem med en mor, som er psykisk syg. Da jeg gik i skole, og da jeg tog min uddannelse, følte jeg mig ofte meget alene med mine problemer.

- Jeg følte ikke, at det var noget, som jeg kunne tale med mine venner om. De vidste jo ikke, hvordan det er at være pårørende til en psykisk syg. De kendte ikke til de frustrationer, jeg gik rundt med, afmagten, den evige dårlige samvittighed. – Er det fordi jeg ikke er en god (nok) datter? - Bliver min mor nogensinde rask? - Hvordan skal jeg gribe det an, og hvordan sætter jeg grænser?

- Det var nogle af de tanker, som jeg gik rundt med, men heldigvis hjalp det mig rigtigt meget at komme i en netværksgruppe for unge pårørende.

- Vi mødtes ca. 1 gang om måneden, hvor vi udvekslede erfaringer, delte historier med hinanden og ikke mindst fik sat ord på det, som var - og er - så svært, når man er pårørende til et menneske med en psykisk lidelse.

- Har du en mor, far, bror, søster eller bekendt, som er psykisk syg, så vil jeg klart anbefale dig at tage kontakt til Bedre Psykiatri.