



Sendes ufrankeret  
Modtageren  
betaler porto'en



**BEDRE PSYKIATRI**  
**+++ 25607 +++**  
**0893 SJÆLLAND USF B**

## VI KAN ALLE BLIVE **PÅRØRENDE**

Psykisk sygdom er en af Danmarks største folkesygdomme, og mere end hver tredje af os er pårørende til et menneske med en psykisk sygdom. Når pårørende er på banen, betyder det, at den, der er syg, bliver hurtigere rask, får færre tilbagefald og får et bedre liv. BEDRE PSYKIATRI kæmper derfor for, at du og andre pårørende bliver set, hørt og får bedre hjælp og støtte.

### Vidste du?

- At mere end ½ mio. danskere lider af en psykisk sygdom
- At hver tredje dansker er pårørende
- At man kan blive helbredt for psykisk sygdom
- At inddragelse af pårørende betyder markant større sandsynlighed for, at den psykisk syge bliver rask.

### SOM MEDLEM FÅR DU:

- Medlemsmagasin og nyhedsbreve seks gange om året
- Tilbud om at deltage i foredrag, samtalegrupper m.v. i dit lokalområde
- Mulighed for at hjælpe andre pårørende ved at give en hånd med som frivillig

# PÅRØRENDE CAFE

*Har du brug for at snakke  
med andre, som er  
pårørende til en psykisk syg?*



**BEDRE PSYKIATRI**  
- landsforeningen for pårørende

## HVAD ER EN PÅRØRENDECAFE?

Pårørendecafeen er et åbent og fleksibelt tilbud til dig, som er pårørende til en person med en psykisk sygdom. Til cafemøderne kan du møde andre pårørende i uformelle rammer til en god og fortrolig snak om det at være pårørende. Herunder de udfordringer og vanskeligheder, du møder.

I forbindelse med hver pårørendecafe, er der et oplæg med relevante personer, som kan gøre dig klogere på det at være pårørende.

## HVORNÅR ER PÅRØRENDECAFEEN?

**Pårørendecafeen foregår tirsdag i lige uger kl. 16-18**

Det er frivilligt, om du vil komme hver gang.

### Cafeen finder sted i:

Guldborgsund Frivilligcenter  
Banegårdspladsen 1A, 4800 Nykøbing F.

For spørgsmål, eller andre henvendelser ang. pårørendecafeen, kontakt:

Marion Ravn

Telefonnummer 29 61 86 15

mail: marion@ravn.mail.dk

## HVEM ER VI?

BEDRE PSYKIATRI Lolland-Falster er en del af landsforeningen BEDRE PSYKIATRI. BEDRE PSYKIATRI er et tilbud til alle, der kender et menneske med en psykisk sygdom. Hvad end det er som forældre, søskende, ven, ægtefælle, barn eller kollega. Vores vigtigste opgave er at skabe et bedre liv for pårørende til psykisk syge.

### Derfor arbejder vi lokalt, regionalt og på landsplan for at:

- Sætte fokus på de problemer og udfordringer pårørende har.
- Skabe en anerkendelse af pårørende som en ressource.
- Støtte ethvert tiltag, som vil skabe en bedre psykiatri og styrke behandlingen og respekten om den syge.

### Lokalt hjælper vi dig som pårørende ved at:

- Vi afholder pårørendecafeer
- Vi afholder foredrag med relevante emner
- Vi afholder samtalegrupper
- Vi deltager som bisidder i forskellige sammenhæng

## BLIV MEDLEM NU

NAVN/NAVNE I HUSSTANDEN:

---

---

---

---

ADRESSE:

---

---

POSTNUMMER/BY:

---

---

MOBIL:

---

---

MAILADRESSE:

---

---

INDIVIDUELT MEDLEMSKAB (250 KR. PR. ÅR)

HUSSTANDSMEDLEMSKAB (400 KR. PR. ÅR)