|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Et billede, der indeholder tøj, person, fodtøj, indendørs  Automatisk genereret beskrivelse  **VI ER HER FOR DIG**  Det kan være kaotisk og sorgfuldt at være pårørende til en, der har en psykisk sygdom, og mange har brug for viden, støtte, hjælp og fællesskab. I Bedre Psykiatri Lokalafdelingsnavn tilbyder vi blandt andet:  **FOREDRAG** Vi arrangerer løbende foredrag, hvor du kan få viden, inspiration eller redskaber.  **PÅRØRENDECAFÉER**  Vi mødes en gang om måneden til en helt uforpligtende til en snak om det svære og alt det andet…  **SAMTALEGRUPPER** Her får du redskaber til at håndtere din situation som pårørende i en lukket gruppe ledet af en terapeut. | Et billede, der indeholder mønster, kvadratisk, kunst, pixel  Automatisk genereret beskrivelseEt billede, der indeholder sort, mørke  Automatisk genereret beskrivelseEt billede, der indeholder skitse, clipart, kunst, design  Automatisk genereret beskrivelse  Læs mere og tilmeld dig på BedrePsykiatriLokalafdelingsnavn.NemTilmeld.dk  **KALENDER FOR FORÅRET**  Følg med i vores aktiviteter på vores Facebookside eller aktivitetsoversigten, hvor du kan læse mere og tilmelde dig:  **DATO OG FOREDRAGSTITEL** Én sætning om, hvad det handler om, og hvor arrangementet finder sted.  **DATO OG FOREDRAGSTITEL** Én sætning om, hvad det handler om, og hvor arrangementet finder sted. Måske har dette arrangement brug for en enkelt sætning mere.  **DATO OG FOREDRAGSTITEL** Én sætning om, hvad det handler om, og hvor arrangementet finder sted.  **DATO OG FOREDRAGSTITEL** Én sætning om, hvad det handler om, og hvor arrangementet finder sted. Og hvis der nu er færre arrangementer, så kan man skrive lidt mere om hver enkelt – hvis der er flere, så lidt mindre. | Et billede, der indeholder tøj, person, Ansigt, skjorte/bluse/T-shirt  Automatisk genereret beskrivelseEt billede, der indeholder Font/skrifttype, logo, Grafik, design  Automatisk genereret beskrivelse  **Bedre Psykiatri Lokalafdelingsnavn**  Følg os på Facebook: **www.facebook.com/Lokalafdelingsnavn**  lokalafdelingsnavn@bedrepsykiatri.dk  **Lokalafdelingsnavn**  **xxxxxxx lokalafdeling**  Bedre Psykiatri er foreningen for pårørende til mennesker med psykisk sygdom og udviklings-forstyrrelser.  Her i Bedre Psykiatri Lokalafdelingsnavn arrangerer vi blandt andet foredrag og samtalegrupper, hvor du kan få viden, redskaber og et fællesskab med andre, som kender til det at være pårørende. Derudover arbejder vi også for at skabe opmærksomhed og politisk velvilje for at skabe bedre vilkår både for dem, der er syge, og deres pårørende.  Læs mere om vores arbejde her i folderen, og følg med i vores aktiviteter på Facebook. Du er altid velkommen til at kontakte os med gode idéer eller hvis du vil give en hånd med i arbejdet.  Her i folderen kan du læse mere om vores arbejde |
| Et billede, der indeholder Ansigt, tøj, person, tekst  Automatisk genereret beskrivelse  *Meld dig ind og få Pårørendeguiden. Et medlemskab koster 250 kr.*  **BLIV MEDLEM FÅ BESKED OM VORES TILBUD  – OG EN PÅRØRENDEGUIDE**  Som medlem er du med til at støtte Bedre Psykiatris arbejde for pårørende, og du bliver en del af en landsdækkende forening med mere end 10.000 medlemmer og støtter.  Her i Bedre Psykiatri Lokalafdelingsnavn håber vi, at du har lyst til at blive medlem, og som tak får du en håndbog med alt, hvad du har brug for at vide som pårørende.  Du får også besked direkte i din mailboks, når vi har lokale arrangementer og tilbud.  **BedrePsykiatri.dk/medlem** | **HJÆLP OG STØTTE TIL DIG, DER ER PÅRØRENDE**  Bedre Psykiatris landsforening har en masse tilbud, som du kan frit kan benytte dig af:  **RÅDGIVNING** Hos Rådgivningen kan du få en gratis samtale med en af vores professionelle rådgivere. Find også selv artikler, webinarer og podcasts på vores hjemmeside.  **PÅRØRENDEKURSET** På seks sessioner får du viden om, hvordan du finder vej i systemet, passer på dig selv og hjælper din nære bedst. | Et billede, der indeholder tøj, person, Ansigt, jeans  Automatisk genereret beskrivelse  **VIL DU VÆRE MED?**  Vi er en gruppe af frivillige, som står bag Bedre Psykiatri Lokalafdelingsnavn. Vi mødes ca. en gang om måneden og planlægger vores aktiviteter, og vi lægger vægt på at have det rart sammen og løfte i flok.  Har du lyst til at være en del af vores fælles­skab, vil du være med til at planlægge og føre idéerne ud i livet, så skriv til os. Eller du kan bare tage fat i os ved et arrangement.  Uanset, om du mest har lyst til det praktiske eller det politiske, til at kommunikere eller til bare at lytte – eller noget femte, så kan du gøre en forskel sammen med os. |