



# ***”Luftrummet”***

**Grupperne for børn af forældre  
med psykiske lidelser**

## **Hvem er du?**

Du er i alderen 9-18 år med en mor og/eller far, som har en psykisk lidelse.

## **Hvorfor kan gruppen være noget for dig?**

Fordi vi ved, at børn og unge, som har en mor og/eller far med en psykisk lidelse, kan have stor gavn og glæde ved:

- At møde andre børn/unge, som også har en mor/far med en psykisk lidelse
- At tale om det, der er rigtigt svært for dig
- At have et sted, hvor man kan være fortrolige og få "luft"
- At føle, at du ikke er den eneste, som har en mor/far med en psykisk lidelse
- At få råd, støtte og vejledning i forhold til at have en mor/far, som er syg.

## **Hvad laver vi i gruppen?**

Vi begynder altid gruppemødet med at få en eftermiddags-snack i form af brød, frugt og saftevand. Her kan vi tale om alt andet end din mor/far.

Så holder vi et lille "frikvarter", inden vi går ind i et hyggeligt lokale og snakker om det, som er svært for dig ved at have en mor/far med en psykisk lidelse.

Det kan være oplevelser, som du har haft for længe siden. Det kan være bekymringer som du har for dig selv, din mor eller far.

Her kan vi tale om alt det, der handler om psykiske lidelser, dig og din mor/far. Bagefter går vi ud fra lokalet og laver akti-

viteter sammen. Det kan bl.a. være i gymnastiksalen, på boldbanen eller ved bålpladsen.

Grupperne er inddelt efter alder, og derfor kan indholdet og forløbet i grupperne variere.

### **Hvor mødes vi?**

Ungdomsskolen i Opsund, Ladegårdsvej 5, 6920 Videbæk.

### **Hvornår mødes vi?**

Vi mødes 2½ time én onsdag hver måned.

### **Hvordan kommer du med i gruppen?**

Du eller din mor/far kontakter én af os via telefon/sms og så tager vi en samtale med dig og din mor/far eller dine plejeforældre. Vi vil høre lidt om dig og din familie og så vil vi fortælle meget mere om gruppen.

Det er gratis for børn og unge bosiddende i Ringkøbing-Skjern Kommune at deltage i gruppen.

### **Hvem er vi?**

Vi er 2 medarbejdere, som er uddannet indenfor det pædagogiske område. Vi arbejder dagligt med børn, unge og familier.

Margit Cadovius • mobil 20 34 31 23  
Elly Frederiksen • mobil 20 18 32 80  
Mette Møller Jensen • mobil 20912440  
Mette Kirstine Ravn • mobil 21340748



Ringkøbing-Skjern Kommune

**Børn og Familie**

Dyrvigsvej 9 • 6920 Videbæk

Telefon 99 74 24 24

E-post [born.familie@rksk.dk](mailto:born.familie@rksk.dk)

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