

Tilbud til pårørende på **BOSTEDET STRANDEN**



SUF

DEN SOCIALE UDVIKLINGSFOND

Tilbud til pårørende på **BOSTEDET STRANDEN**

For dig som pårørende – om du er mor, far, søster, bror eller et andet nært familiemedlem – følger der udfordringer med at være tæt på et ungt menneske med svære problematikker inde på livet.

Bostedet Stranden har derfor også et tilbud til pårørende. Fire gange årligt har du mulighed for at være med i en pårørendegruppe.

Gruppen er en mulighed for at dele erfaringer med andre pårørende. Samtidig kan du høre mere om, hvordan du bedst muligt støtter din nære under forløbet på Stranden. Det kan være en hårfin balance at finde ud af, hvornår du skal træde til, og hvornår du skal give slip.

Hvordan foregår det?

- Rammen er uformel og afslappet.
.....
- Vi skaber et rum, hvor vi fortæller om de problematikker, som typisk knytter sig til at være pårørende – hver gang er der et tema.
.....
- Her er plads til at udtrykke og dele følelser som træthed, vrede, skyld, skam, sorg, lettelse, kærlighed – og ikke mindst magtesløshed.
.....



Hvad giver det?

Det er vores erfaring, at det er en stor hjælp for pårørende at få luft for de bekymringer, glæder og sorger, som kan knytte sig til at være tæt på et ungt menneske med forskellige psykiske og sociale vanskeligheder.

Samtidig er det vores erfaring, at det er værdifuldt i forhold til den unges udvikling, at vi også har en god kontakt med jer, som er pårørende. Vi kan bidrage med forståelse og måske også i nogle tilfælde hjælpe med at åbne følelsesmæssige døre, som har været lukket. På den måde kan din deltagelse i pårørendegruppen vise sig værdifuld for både dig og din nære.

En tryk ramme

Gruppen ledes to terapeuter med tilknytning til Stranden. I gruppen er der tavshedspligt, som gør det muligt at tale frit.

Hvor og hvornår?

Vi mødes fire lørdage årligt fra kl. 10-12

Mødested:

Christianshavns Beboerhus

Dronningensgade 34

1420 København

Gruppen er åben, og vi sender invitation ud på forhånd.



DEN SOCIALE UDVIKLINGSFOND

suf.dk/suf-stranden