

# Har du en nærtstående med psykisk sygdom?

## Kursusforløb for pårørende

Efter aftale med Region Midtjylland afholder SIND Pårørenderådgivning et gratis kursusforløb for voksne pårørende. Kurset er for alle uanset bopæl.

**Sted: Frivilligcenter Silkeborg, Estrupsgade 4, 1. sal, 8600 Silkeborg**

**Opstart: tirsdag d. 24. marts 2020, klokken 18.00-20.30**

Kurset er for voksne, som er pårørende til en anden voksen med psykisk sygdom eller psykiske vanskeligheder. Det kan f.eks. være en ægtefælle eller partner, et voksent barn, en nær ven eller en søskende.

At være pårørende til et menneske med en psykisk sygdom kan være krævende. Det kan have betydning, at den pårørende er klædt på til at håndtere, det at stå ved siden af et menneske med psykiske udfordringer. Pårørendekurset består af undervisning ved forskellige oplægsholdere i relevante emner som f.eks.: At være pårørende, hverdagsmestring, psykiatriske diagnoser, lovgivning og rettigheder, samt *recovery*.

Kurset afholdes af fagpersoner, som har relevant viden og erfaring. Tilbuddet er gratis og består af 6 mødegange hver anden uge i samme tidsrum. Kontakt os hvis du ønsker at tilmelde dig eller for at høre mere om kurset. *Tilmelding er nødvendig. Tilmeldingsfrist: torsdag d. 5. marts 2020.* Vi foretrækker kontakt via e-mail, tak.

### Kontakt:

Sara Dunn

[sd@sindspaa.dk](mailto:sd@sindspaa.dk)

Ved behov for kontakt pr.

telefon: 4250 8225

