

## UNGEGRUPPE

### For dig med en forælder med psykisk sygdom

Bekymrer du dig om din mor eller far, der har en psykisk sygdom, og kender du til, hvor ensomt det kan være?

I ungegruppen kan du møde andre unge, som du kan dele erfaringer med, og du kan få redskaber til, hvordan du finder den rette balance i at leve dit eget liv og være en del af din familie. Samtidig kan du have det sjovt og hyggeligt med andre unge i alderen 13-15 år eller 15-17 år.

#### Hvordan foregår det?

Gruppen mødes 8-10 gange á 2 timer i en periode på ca. 4 mdr. Der er 6-8 deltagere og 2 kompetente gruppeledere.

#### Hvor foregår det?

Psykiastrifonden, Hejrevej 43, 2400 København NV

Alle kan henvende sig – forældre, unge, studievejledere, lærere mm.

#### Digitale tilbud

Der udvikles desuden digitale løsninger og indhold, der kan bruges af alle unge med forældre med psykisk sygdom.

**Se mere på [psykiatrifonden.dk/busp](https://psykiatrifonden.dk/busp)**

 **VIL DU VIDE MERE?**

Kontakt Liza Marie Johnson  
Leder af Psykiatrifondens rådgivning  
[lj@psykiatrifonden.dk](mailto:lj@psykiatrifonden.dk)  
2122 1959