

## BROBYGNING imellem behandling og hverdagsliv.

Hvis du syntes, det er svært at komme alene f.eks i et værested, til møde hos din sagsbehandler, din læge, at deltage i gåture i "vejen frem" eller bare ,at komme ud af døren, har du mulighed for ,at få en ledsager en eller flere gange.

Ledsageren er en peer- altså en medarbejder der har egne erfaringer med at være tilknyttet psykiatrien og med at komme sig efter psykisk sygdom , som kan hjælpe med at skabe håb midt i alt det, der kan være svært.

Tal med din primærbehandler ,din støttekontaktperson eller din sagsbehandler.



By Frits Ahlefeldt