Föreningen för
Psykiatriskt Samarbete
i Örebro Län (FPS)

Är du anhörig till någon med psykisk ohälsa?
Vi inom FPS vänder oss till dig som lever nära någon med betydande psykisk ohälsa och/ eller neuropsykiatrisk funktionsnedsättning.

Välkommen till oss!

Välkommen till (**FPS**) **F**öreningen för **P**sykiatriskt **S**amarbete i Örebro Län. Vi är en anhörigförening för dig som stödjer en närstående med psykisk ohälsa och/eller neuropsykiatrisk funktionsnedsättning.

Vi är verksamma i hela länet och har en styrelse som består av medlemmar med mycket erfarenhet av att vara anhöriga och även personer från vårdande och rehabiliterande yrken. Föreningen startades 1987 av föräldrar med vuxna barn inom slutenvård, öppenvårdspsykiatri och rehabilitering.

- FPS är en länsövergripande förening verksam i hela Örebro län
- FPS samverkar med många aktörer för att motverka stigma och för att tillsammans sprida information för psykisk hälsa
- FPS har stor kompetens kring hur det är att leva med/stödja en närstående med psykisk ohälsa och vi har specialiserat oss på att ge anhörigstöd runt betydande psykisk ohälsa, så som t.ex. Psykossjukdomar, EIPS Emotionell instabil personlighetssyndrom och Neuropsykiatrisk funktionsnedsättning/NPF diagnoser mm

Kom med i vår förening som aktiv eller stödmedlem!
Årsavgiften för medlemskap är 200 kr
Bankgiro 5570-4571 eller Swish nummer: 1232963726 (ange ditt namn)

www.psykiatrisktsamarbete.se/bli-medlem

FPS, Föreningen för Psykiatriskt Samarbete i Örebro län

Mellringevägen 120B, 703 53 ÖREBRO

Epost: info@psykiatrisktsamarbete.se

www.psykiatrisktsamarbete.se * Facebook: FPS @orebrofps

Stöd för anhöriga

Lever du med- eller nära någon som mår psykiskt dåligt? Hjälper du en person som betyder mycket för dig, som behöver ditt stöd för att få hela- eller delar av tillvaron att fungera? Någon med betydande psykisk ohälsa, psykisk sjukdom och/eller neuropsykiatrisk diagnos. Oavsett om du är den här drabbade personens förälder, sambo, syskon, barn eller nära vän, så tänker vi på FPS att du kanske behöver lite stöd och vägledning för egen del -För att leva ditt friska liv.

FPS kan erbjuda individuellt stöd, stöd i grupp/cirkel och anhörigutbildning FPS anhörigstöd, råd och vägledning är baserat på forskning, utbildning och erfarenheter. Vi har lärt oss mycket genom åren -och framförallt genom att lyssna på varandra!

Välkommen att boka stödsamtal

FPS har en anställd anhörigkonsulent som arbetar länsövergripande med uppdrag från Regionpsykiatrin, Region Örebro Län, att stödja anhöriga som lever nära någon med betydande psykisk ohälsa. Stödet innefattar även information och metodstöd för anställd personal som möter anhöriga inom Regionens enheter för psykiatrisk vård och rehabilitering, Vårdcentraler och länskommunernas Socialpsykiatri.

För bokning av stödsamtal, tel 070-320 48 14
E-post: anhorigkonsulent@psykiatrisktsamarbete.se

Även om psykisk sjukdom yttrar sig olika från fall till fall beroende på personlighet och miljö så har vi lyssnat på hur andra anhöriga parerat olika svårigheter. I de forsknings-undersökningar vi gjort framkommer att det viktigaste för att vi anhöriga ska må bra är att vår närstående får god vård, rehabilitering, inflytande och adekvat stöd i sin livssituation. Mår den drabbade bra -mår vi anhöriga bättre! Våra råd är baserade på forskning, utbildning och erfarenheter.

Lägg bort dina skuldkänslor. Skäms inte för sjukdomen. Sök stöd för att ventilera dina känslor, upplevelser och tankar. Skaffa dig kunskaper om diagnosen och dess påverkan. Gå med i en anhörigförening. Anslut dig till andra i liknande situation. Sorgearbete tar tid. Du har rätt till anhörigstöd enligt svensk lag. Visa respekt och förståelse för din närstående för att undvika konflikter. Validera, var lyhörd och visa inga starka känslor. Förbered förändringar i god tid. Ge aldrig upp hoppet.

Ta makten över ditt liv!

FÖRENINGEN FÖR PSYKIATRISKT SAMARBETE I ÖREBRO LÄN