

Kære medlemmer af sundhedsudvalget

Bedre Psykiatri i Storstrøms Amt har sammen med FAP arrangeret en aften om emnet Recovery.

Vi vil meget gerne invitere dig til det arrangement d. 20/9 kl.18.30.

Arrangementet holdes i Vordingborg på Oringe.

Vi håber meget, at der vil komme nogle af jer. Det er så vigtigt.

Arrangementet hedder Recovery i praksis

Pernille Jensen vil komme og fortælle om den eksisterende viden om at komme sig.

Pernille Jensen er journalist og har de seneste fem år beskæftiget sig indgående med recovery. Hun har været projektleder på det treårige projekt recovery-orientering.

Desuden vil der komme Standup Recovery, hvor 3 nuværende eller tidligere sindslidende fortæller om det, de har været igennem, og hvordan de er kommet videre.

Vi håber med sådan et arrangement, at der kan komme mere fokus på de sindslidende og deres muligheder for at komme sig.

Er du sulten, eller trænger du til lidt lækkert, er der mulighed for at bestille en Recovery-sandwich.

Pris 25 kr.

Det er nødvendigt at bestille sandwich, hvis det ønskes.

Dette kan gøres på tlf. 54856696 eller pr. mail til <mailto:aaej@get2net.dk>  
aaej@get2net.dk

Med venlig hilsen

Åse Jørgensen

Formand for lokalforeningen Bedre Psykiatri

i Storstrøms Amt

Arrangører:



Lokalforeningen af  
**Bedre Psykiatri**  
Pårørende til sindslidende

&



FAP Storstrøms Amt

# Recovery i praksis

## Standup Recovery

Ved Dorthe, Martin og Christian

## Oplæg

Ved Pernille Jensen

Standup Recovery er en projekt, hvor tre nuværende eller tidligere sindslidende fortæller om det, de har været igennem, og hvordan de er kommet videre.

Pernille vil bl.a. fortælle om:

- den eksisterende viden om at komme sig
- hvordan recovery kan fremmes og hæmmes
- hvornår man kan sige, at man er kommet sig?

**Ons. d. 20 sept. Kl. 18.30**

**Festsalen Oringe Færggårdsvej 15, Vordingborg**  
(Deltagelse gratis)

Ved recovery - eller at komme sig - fra alvorlig psykisk lidelse, forstår vi at lære at forholde sig til hverdagslivets udfordringer, og leve et uafhængigt og tilfredsstillende liv. Et liv, hvor personens ressourcer får mulighed for at komme til udfoldelse og blive anerkendt.

Man kan godt være kommet sig, selv om man fortsat har visse symptomer eller andre vanskeligheder, hvis disse ikke længere forhindrer en i at leve et liv, som man selv anser for at være tilfredsstillende.

**Pernille Jensen** har som projektleder de seneste fem år beskæftiget sig indgående med recovery.

**Dorthe Raffenberg** er diagnosticeret paranoid skizofren og har en barsk historie med indlæggelser på lukkede afsnit og bæltefikseringer, der skal tælles i hundreder.

I dag er motion og sport en væsentlig del af hendes hverdag, og hun oplever en antipsykotisk virkning af det.

**Martin Teglbjærg** er en naturlig taler og fortæller gerne sin historie om, hvordan han allerede som barn viste tegn på, at ikke alt var, som det skulle være, og hvordan han i puberteten og videre fik det værre og værre.

**Christian Martin** har oplevet at være så syg, at han har siddet alene i sin stue og tænkt "hvis jeg bare kan få det godt i fem minutter, så kan alt andet være ligegyldigt", og har oplevet *Det store opsving*, hvor han endte med at erklære sig rask og et halvt år senere også blev diagnosefri.