



Børne- og Ungegrupper

Kontakt OS!

Er du interesseret i at høre mere om **OS!**, er du velkommen til at kontakte Frederiksberg Familie- og Ungerådgivning eller finde os på www.frederiksberg.dk

Frederiksberg Familie- og Ungerådgivning
Peter Bangs Vej 24, 4. sal
2000 Frederiksberg

Telefon 38 21 38 38
Email: ffr@frederiksberg.dk

OS! OurSpace for børn, der har en forælder med psykisk lidelse



OS! OurSpace

OS! varetages af familiebehandler Anne Mette Lindeblad og af psykolog Anja Christensen fra Frederiksberg Familie- og Ungerådgivning.



Hvordan? Når en forælder har en psykisk lidelse, berører det hele familien. Det kan være svært for børn at fortælle deres venner om, hvordan det er derhjemme og om, hvordan de har det.

Derfor tror nogle børn, at de er de eneste børn, der lever i en familie, der kæmper med psykisk sygdom.

I **OS!** får børnene mulighed for at lære andre børn at kende, som også har en forælders psykiske lidelse inde på livet.

Her kan børnene dele deres erfaringer om, hvordan det er at leve i deres familier med andre børn i en lignende situation.

Hvem? Tilbuddet gælder børn mellem 9 og 16 år bosat i Frederiksberg Kommune, som har en forælder med en psykisk lidelse.

Hvordan? OS! består af 10 møder af to timers varighed. Til hvert møde er der planlagt et tema eller en aktivitet – men det er altid børnenes oplevelser og udviklingsmuligheder, der er i fokus.

Børnene er inddelt i to grupper – en for børn i alderen 9 til 12 år og en for unge mellem 13 og 16 år. Hver gruppe består af 6-8 børn.

Et **OS!** forløb begynder altid med en forældresamtale.