



# *Labyrinten*

*- Er et gruppetilbud for børn og unge mellem 8 og 17 år, der lever i familier, hvor overskuddet af og til ikke er så stort. Vi mødes i skoven det meste af året.*

*Oktober 2022*



**Halsnæs**  
Kommune

*Oplev det rå og autentiske Halsnæs*

## Labyrinten henvender sig til børn og unge, der lever i en familie, hvor ressourcerne periodevis er begrænsede:

- Det kan dreje sig om at far eller mor er ramt af stress, depression, angst eller andre former for psykisk sårbarhed – herunder misbrugsproblematikker.
- Det kan også dreje sig om kronisk somatisk sygdom (fysisk sygdom) som f.eks. ALS, muskelsvind, fibromyalgi, sklerose m.m.
- Vi ved, at det kan være svært at have en mor eller far, som lever med psykiske eller fysiske vanskeligheder. Det kan blandt andet betyde, at en forælder i perioder kan være ked af det, bange, vred, fraværende eller smerteplaget.
- Hvis forældrene i kortere eller længere perioder ikke helt formår at være de forældre, som de gerne vil være, så kommer et barn let til at påtage sig et for stort ansvar.
- Vi ved, at det kan være svært at tale om det, der bekymrer én, også når man er i familie med hinanden. Børn kommer let til at tilsidesætte deres egne behov og følelser - også selvom de tilsyneladende virker upåvirkede af situationen.



*"Det, der skete for mig i gruppen, vil jeg aldrig glemme. Jeg opdagede, at jeg ikke var alene i verden. Og jeg følte mig forstået og accepteret. Sådan havde det aldrig været før".*

## Labyrinten er samtalegrupper for børn og unge, hvor man kan:

- Mødes i mindre grupper med jævnaldrende, der kender til de samme tanker og problemer, som andre har svært ved at forstå.
- Opleve et frirum, hvor man kan tale om de svære spørgsmål.
- Tale om de tanker der kan komme, når en mor eller far har en psykisk sårbarhed eller sygdom.
- Være i naturen, og lave kreative aktiviteter.
- Være indendørs i vintermånederne og lave aktiviteter og lege.
- Mødes ved bålet, hvor vi laver forskellige lækkerier sammen.
- Have det sjovt med jævnaldrende.
- Indgå i et fællesskab og måske få nye venner.



*"Vores shelter"*

## Til forældre og andre omsorgspersoner

- Vi ved, at du som alle andre forældre bekymrer dig om dine børn og ønsker det bedste for dem. At have en psykisk sårbarhed eller en sygdom kan dog betyde, at man i perioder ikke har det nødvendige overskud til at tage sig tilstrækkeligt af sine børn.
- Dit barn er måske bekymret for dig og resten af familien, og bruger meget energi på at være ansvarlig. Dermed er der risiko for, at dit barn tilsidesætter sine egne behov og næsten glemmer at være barn.
- Med gruppeforløbet ønsker vi at støtte dig og dit barn.

## Kort og godt

- Labyrinten henvender sig til børn af forældre med en psykisk sårbarhed eller fysisk sygdom, som i perioder forhindrer dem i at slå til som forældre.
- Er du forælder til et barn i alderen 8-17 år og spekulerer du på om en samtalegruppe kan være en hjælp til dig og dit barn? Så er du meget velkommen til at ringe eller skrive til os.
- Du kan også bede en anden i dit netværk om at kontakte os, eller du kan benytte din egen læge, sagsbehandler, skolelærer, pædagog eller lign.
- Gruppens størrelse kan variere, men der er normalt på 6-10 børn/unge i en gruppe.
- Vi mødes én gang hver 14. dag, og det er **gratis** at gå i gruppen. Labyrinten Junior (8-12) ligger på onsdage i lige uger fra 15-17. Labyrinten Teen (13-17) ligger på onsdage i ulige uger fra 15-17.
- Vi mødes i shelteret. Dog er vi indendørs fra slutningen af november til starten af marts. (Stedet hedder "Shelter i Vinderød Skov" i google maps).
- Vi kan hente og aflevere på Frederiksværk Station.



Link til Google Maps

**Spørgsmål kan henvendes direkte til familiebehandlerne:**

**Gitte Rosel**

**Telefon: 2168 3912. Mail: gitlg@halsnaes.dk**

**Thomas Weis Petersen**

**Telefon: 2023 4460. Mail: thowp@halsnaes.dk**

**Rune Strandkvist**

**Telefon: 2284 8608. Mail: runst@halsnaes.dk**

**Halsnæs Kommune**

Rådhuspladsen 1  
3300 Frederiksværk  
Telefon 47784000  
mail@halsnaes.dk  
www.halsnaes.dk

PART OF

**GREATER  
COPENHAGEN**