

Har du psykiske udfordringer tæt inde på livet, og synes du det er svært?

Er du ikke "styrmand" i dit liv?
Ved du ikke, hvor du skal henvende dig for at få hjælp?



Så besøg **Én Indgang** - her kan vi hjælpe dig på vej, også hvis du er pårørende.

Én Indgang i Søndergade

Hvad er Én Indgang?

Én Indgang er en fælles og samlet indgang til den kommunale psykiatri og Herning Kommune, hvor de forskellige afdelinger samarbejder. Det gør, at du straks kan få den støtte, der kan være med til, at du hurtigere kan forfølge dine ønsker, håb og drømme for dit liv.

Hos Én Indgang møder du professionelle rådgivere og medarbejdere fra den kommunale psykiatri. Du kan også møde og få hjælp fra erfarne medborgere, som selv har haft psykiske udfordringer tæt inde på livet, og er kommet sig.

Hos Én Indgang har vi tid til at lytte til dig. Vi undersøger og hjælper dig på vej. Sammen finder vi svar og løsninger, der gavner dig.

Hos Én Indgang er vores tilgang, at intet er for småt, intet er for stort, og intet er for skørt at komme med.

Hos Én Indgang har vi tavshedspligt, og du har mulighed for at være anonym.

Tag et skridt, et vigtigt skridt, og mød os i Søndergade. Det kan meget vel være lige præcis det skridt, der kommer til at gøre den store forskel.

Hvad kan vi hjælpe dig med?

Det kan handle om overblik og struktur i din hverdag og om at få meningsfulde aktiviteter og netværk. Det kan også handle om at få en bedre forståelse for, hvorfor du har netop de udfordringer eller om noget helt andet.

- Vi giver råd og vejledning om forskellige tilbud og muligheder i Herning Kommune og i lokalsamfundet. Måske du ønsker at komme ind i et netværk med ligesindede, der står i samme situation som dig.
- Vi hjælper med kontakt til den rette kommunale afdeling og medarbejder. Vi følger dig helt hen til den specifikke medarbejder og deltager også i snakken, hvis du ønsker det.
- Vi giver en hurtig hjælp til at løse det akutte, du står i. Du står måske i en krise eller en svær situation, hvor der er behov for at gøre noget med det samme. Vi tilbyder også støttende samtaler.
- Vi undersøger og afklarer, om du har brug for et støtteforløb. Vi er støttende i processen frem mod opstart af et eventuelt støtteforløb.
- Vi genfinder sammen med dig, hvad dine håb, ønsker og drømme er for dit liv.

Intet emne er for småt – tag endelig **kontakt** til Én Indgang, hvis du har brug for **støtte, hjælp eller rådgivning.**

Vi er klar til at svare på spørgsmål og til at hjælpe dig med det, du ønsker hjælp til, så du kan få mere kontrol i dit liv.

Du kan få hjælp i vores lokaler i Søndergade 16 i Herning, via vores chatfunktion på hjemmesiden eller via mail.

Besøg os i Søndergade

Tirsdag kl. 12.00-16.00

Torsdag kl. 12.00-17.00

Fredag kl. 10.00-12.00

Torsdag fra kl. 12.00-14.00 er der borgere med erfaringer til stede



Chat med os

Vi besvarer chatten på vores hjemmeside [herning.dk/enindgang](https:// herning.dk/enindgang) kl. 08.00-15.00 på alle hverdage.

Send os en mail

Send en mail til soendergade@herning.dk. Vi besvarer mails fra dag til dag i hverdagene.