



Muhabet
KÆRLIGT SAMVÆR

Aktivitets- og recoveryhus
for psykisk syge, traumatiserede og sårbare mennesker
med fokus på flygtninge og indvandrere

” Det tætte netværk udgør ofte et væsentligt bindeled mellem den sygdomsramte og de offentlige myndigheder, ligesom det tætte netværk ofte er dem, der støtter op om den enkeltes recovery-proces i hverdagen. Derfor skal en udvikling af samarbejdet med civilsamfundet tænkes ind”

Sammen om Psykiatriens Udvikling; 2020 - 2022

Muhabet er ”det tætte netværk” for vores ofte meget ensomme brugere; så hvordan kan vi samarbejde med Region H om at skabe mere lighed i sundhed for denne særligt sårbare målgruppe?

Tertiær forebyggelse på vej mod Recovery:

- Meget sårbar og isoleret målgruppe
- Muhabet bygger bro og støtter op om deres recovery-proces.
- Vi understøtter peer to peer-relationer
- Vi forebygger genindlæggelser via samarbejde med; psykiatriske afdelinger, praktiserende læger, Dignity, TCP Ballerup, bosteder, pårørende m.fl..
- Mange af vores gæster får et liv med mindre medicin og færre genindlæggelser.



*"Ingen psykologer eller psykiatere har kunnet hjælpe mig. Det har Muhabet." Han fortæller, at han kommer i Muhabet for at få lidt ro. En dag fortæller han, at han nu sover mere om natten. Han har kunnet sætte sit medicin forbrug ned fra fire til to piller om dagen.
- Irakisk mand i 60erne på førtidspension.*





Fakta om Muhabet:

- Startet i 2003 og ligger på Nørrebro
- Tilbyder netværk, rådgivning, aktiviteter og sund mad
- Åbent mandag til fredag: 12 – 17 plus arrangementer aftener og weekender
- 148 psykisk sårbare mennesker kom i Muhabet i 2022 – 72 ugentligt.
- Ugentlig fællesspisning for 35-45 minoritetsældre 65+

Case: Abdel

- Kom til DK i 1995 som flygtning fra Irak
- Hjemløs og vandrede hvileløst rundt i byen
- Diagnose; PTSD og depression
- Kom i 2003 til Muhabet
- Har meget lidt netværk i DK
- Har i dag i lønnet deltidsarbejde plus frivillige timer i Muhabet.



Case: Khadidja

- Familiesammenført fra Afganistan
- Gift med voldelig ægtefælle, som smed hende ud, mens hun var gravid
- Søn født i 2011, kom til Muhabet i 2013
- Har meget lidt netværk i DK
- Uddannet SOSU assistent i 2017 med støtte fra Muhabet
- Diagnose: PTSD, angst, rygsmerter
- Er nu via Muhabet blevet henvist til traumebehandling hos Dignity.



Muhabet er et unikt tilbud:

"Vores patienter har i stort omfang haft glæde af det unikke tilbud Muhabet har. For mange af vores patienter er det sociale tilbud og den menneskelige faktor Muhabet repræsenterer af mindst lige så stor betydning som en intensiv behandlingsindsats.

Muhabet formår at give mening med tilværelsen og indhold i dagligdagen og er dermed netop en oase i livet for de mest skrøbelige og forpinte flygtninge og indvandrere."

**Leder af Kompetencecenter for Transkulturel Psykiatri,
Overlæge Morten Ekstrøm**



Invitation til udvalget:

Kom og besøg Muhabet - spis sammen med vores gæster og oplev husets arbejde.

Vi er klar til mere samarbejde med Region H. om at skabe mere lighed i sundhed for denne særligt sårbare målgruppe.

TAK for jeres opmærksomhed.

Spørgsmål?