

وقتی که کسی مریض می شود،  
دنیای بسیاری ها تغییر می کند.  
تو تنها نیستی.

آیا شما نگران سلامت روانی یکی از نزدیکان خود و توانایی تحمل و کنار آمدن با آن هستید؟

اختلالات سلامت روانی عمومی هستند.

در فنلاند یک نفر از دو نفر در مرحله ای از زندگی به بیماری روانی دچار می شود.  
مریض شدن فرد، روی خانواده و نزدیکان او تاثیر می گذارد.

اختلالات سلامت روانی تقصیر هیچ کسی نیست،

و از مبتلا شدن به آن نیز نباید خجالت کشید.

درمان در دسترس است و بسیاری از امراض نیز می توان بهبود یافت.

زندگی می تواند، با وجود بیماری روانی، همچنان خوب و خوشبختانه باشد.

**حمایت. امید. با همی.**

**فینفامی (FinFami)** سازمانی است که برای تو که یکی از نزدیکان بیمار روانی است و یا نگران سلامت روانی یکی از نزدیکان خود هستی، اطلاعات و حمایت پیشکش می کند.

کادر حرفوی پشتیبانی و مشاوره سازمان **فینفامی** در خدمت شما هستند.

سازمان فینفامی انجمن های خویش را در سراسر فنلاند دارد.

این انجمن ها را می توانید از طریق اینترنت از سایت [finfami.fi](http://finfami.fi) بیابید.

## فینفامی FinFami این خدمات را برای شما پیشکش می کند:

- اطلاعات و مشاوره
- همیاری گروهی
- آموزشگاه ها
- تفریح و سرگرمی
- فعالیت های داوطلبانه
- و دیگر فعالیت ها

اطلاعات بیشتر در مورد این فعالیت ها را می توانید از انجمن های FinFami به دست بیاورید. این فعالیت ها رایگان است. موارد استثنایی جداگانه اعلام می شود.

**فینفامی** اطلاعات، حمایت و امید را در شرایط دشوار ارائه می کند.

## مشوره‌هایی به تو که یکی از نزدیکانت دچار بیماری روانی شده است.

تو تنها نیستی. از شرایط و وضعیت خود حرف بزن.

درباره بیماری اطلاعات به دست بیاور.

مواظب تحمل و صبر و حوصله خویش باش.

کمک و همیاری را می توانی از مرکز صحتی محل، شماره تلفن حالات بحرانی (Kriisipuhelin) و یا **فینفامی** [finfami.fi](http://finfami.fi) به دست بیاوری.