

Muhabet

Et møde- og værested

for psykisk syge med indvandrer- eller flygtningebaggrund.

Muhabet er et sted, hvor man kan slappe af og komme væk fra en hverdag som kan være uholdbar for mange.

De fleste psykisk syge indvandrere og flygtninge fravælger de tilbud som det danske samfund giver, alene på grund af sproglige og kulturelle problemer.

i **Muhabet** kan man møde en gruppe ansatte og frivillige med forskellig sproglig og kulturel baggrund.

Muhabet er et sted hvor man kan være sig selv, spille spil, læse breve, snakke med ligesindede og være fælles om arrangementer og udflugter. Der er også ansatte og frivillige, som i begrænset omfang kan hjælpe med at skabe forståelse mellem de sociale myndigheder og indvandrere/flygtninge.

i **Muhabet** kan man få et måltid mad hver dag og kaffe og the.

i **Muhabet** er der forbud mod rusmidler, narkotika og alkohol.

Værestedet er åbent for alle, uanset hvor man bor. Man kommer anonymt og bliver ikke registreret. Muhabet er et neutralt sted, hvad angår politik og religion.

LEKTIEHJÆLP

Lektiehjælp til børn og unge med indvandrerbaggrund er en vigtig indsats til gavn for både at fremme den faglige dygtighed i skolen og socialiseringen og integrationen i samfundet.

Mange børn og unge knytter venskaber med andre unge under lektiehjælpen og fritiden bliver en planlagt aktivitet.



Børn af psykisk syge forældre med flygtninge eller indvandrerbaggrund kan få lektiehjælp i Muhabet.

Gennem familiernes kontaktpersoner kan der aftales transport og tidspunkter, således at hjælpen kan koordineres til faste tidspunkter.

Lektiehjælp ydes af kompetente personer med forskellig baggrund (studerende, lærere, og aktive pensionister)

ÆLDREGRUPPE

Pensionister og ældre indvandrere og flygtninge, som er ensomme og isolerede, er også velkomne.



Man kan møde andre og hygge sig omkring en kop te eller kaffe.

Har man problemer med at forstå de breve man får ind ad døren eller har man andre spørgsmål, kan man altid få lidt råd og vejledning i Muhabet.

KVINDEDAG

Kvindernes dag er torsdag fra kl. 12-15.



Man mødes og laver mad, spiser og hygger sig sammen.



Aktiviteter planlægges i fællesskab, f.eks. gåture, syning, mavedans, film og musik-aftener....

Åbningstiderne er:

Alle dage kl. 12-17

Torsdag er kvindedag
kl. 12-15

Lektiehjælp torsdag
kl.16-18 og
lørdag kl.12-14

Søndag lukket

Busforbindelser: A6 - 18 - 3

Ca. 2 km fra hovedbanegården



Vesterbrogade 165 -167, 1800 Frederiksberg C
Tlf. 36 72 65 83 · muhabet@muhabet.dk
www.muhabet.dk

Muhabet

Muhabet = kærligt samvær



Multikulturelt være-& mødested for
psykisk syge med indvandrers- eller
flygtningebaggrund.

En oase midt i storbyens stressede liv



Vesterbrogade 165 -167, 1800 Frederiksberg C
Tlf. 36 72 65 83 · muhabet@muhabet.dk
www.muhabet.dk