



FRYDENLUND

Pressemeddelelse



Når rollerne som pårørende og omsorgsperson smelter sammen

At være både pårørende og omsorgsperson til et menneske med alvorlig sygdom eller handicap er både svært og ensomt. Forfatteren til **Overlevelsesmanual for omsorgspårørende** har selv prøvet det, og bogen er derfor både en grundig guide, samt en støtte og håndsrækning til alle, der føler sig alene med den svære opgave at passe et menneske, der står en nær.

I 2007 fik Marie Lenstrups mand diagnosen Parkinsons sygdom. Først passede hun sit freelancejob ved siden af, men da hans sygdom blev mere krævende, blev hun hans omsorgsperson på fuld tid. I **Overlevelsesmanual for omsorgspårørende** har forfatteren samlet alle de erfaringer, hun og andre i samme situation har gjort sig – dem, hun med et nyt ord kalder omsorgspårørende.

Bogen indeholder overvejelser, opmærksomhedspunkter og gode råd om alt fra at indstille sig på en diagnose, tilrette sit hjemmeliv, kommunikere med familie, sundhedsvæsen og kommune til vigtigheden af god egenomsorg, overvejelser om flytning til døgnpleje og pårørendes rolle, hvis den syge bliver døende.

På sin vis kan overlevelsesmanualen sammenlignes med en selvhjælpsgruppe på papir. Det handler ikke om at blive dygtigere til at hjælpe andre, men om at hjælpe hinanden til bedre at kunne rumme og mestre de nye livsvilkår som omsorgspårørende.

Marie Lenstrup har arbejdet med formidling hele sit liv, som underviser, oversætter, marketingchef, konsulent m.m. Hun er medstifter af og mangeårig formand for foreningen 'Pårørende i Danmark', som er en interesseorganisation for pårørende på tværs af diagnoser. Ved siden af det politiske arbejde for at forbedre pårørendes vilkår har hun holdt utallige foredrag om egenomsorg for pårørende.



Overlevelsesmanual for omsorgspårørende

Marie Lenstrup

FAKTA

256 sider
Hæftet m. flapper
299 kr. (vejl.)

UDKOMMER

21. september 2020

KONTAKT FORFATTEREN

marie.lenstrup@gmail.com

På www.frydenlund.dk/pressemateriale kan du downloade pressemeddelelse og bogens forside samt læse mere om forfatteren. For yderligere oplysninger eller kontakt med forfatteren er du velkommen til at kontakte Malou Andersen. Information ses nedenfor.