



SINDblad

Nr. 4 | AUGUST 2018 | SIND – Landsforeningen for psykisk sundhed

A man with a beard and sunglasses is climbing a rock wall. He is wearing a black t-shirt and black shorts with white stripes. The rock wall is white with colorful handholds. The background is a blurred green landscape.

Idræt med andre løfter humøret

TEMA: SINDs resultater 2015-2018

Sommerhøjskole | Folkemøde | Skolestart

Reduktion af anvendelsen af tvang inden 2020 – er det muligt?



Foto: Niels Åge Skovbo

Overordnet går det ikke klassisk godt, når det kommer til reduktion i anvendelse af tvang. Sundhedsstyrelsen tvivler på, at det lader sig gøre at nå de stillede mål i 2020. Men det er for tidligt at give op

AF KNUD KRISTENSEN, LANDSFORMAND

Sundhedsstyrelsen har netop udgivet rapporten "Monitorering af tvang i psykiatrien" for perioden 1. januar – 31. december 2017. Desværre er det trist læsning.

På landsplan er det ganske vist lykkedes at reducere anvendelsen af bæltefikseringer, men dette skyldes først og fremmest Region Hovedstaden og Region Syddanmark.

Der er også opnået et fald i anvendelsen af remme det seneste år, men der er fortsat en væsentlig stigning i samtlige af de øvrige indikatorer, på nær anvendelse af skærmning.

På landsplan var det i 2017 23 pct. af de indlagte patienter, der blev udsat for en eller flere tvangsforanstaltninger. Kun i Region Syddanmark er det lykkedes at reducere denne andel i forhold til perioden 2011-2013.

Samlet set konkluderer Sundhedsstyrelsen, at brugen af tvang indtil videre er omlagt og ikke nedbragt. Styrelsen finder det stærkt bekymrende, at det samlede antal og den samlede andel af mennesker, som berøres af en eller anden form for tvang, fortsat er over niveauet, da man igangsatte reduktionsprojektet.

Styrelsen mener, at det bliver vanskeligt at nå målsætningen om en reduktion i den samlede anvendelse af tvang.

Der er imidlertid grund til at råbe vagt i gevær. Efter min mening er det alt for tidligt at give op, og jeg frygter, at styrelsens udmelding kan få en direkte negativ effekt ude på afdelingerne, hvor man nu kan sige, at det nok all-

igevel ikke nytter noget, for vi når det jo alligevel ikke.

Lær af de bedste

Dykker man ned i tallene, viser det sig, at der er store forskelle. Der er forskelle regionerne imellem, men der er også forskelle fra afdeling til afdeling.

Jeg har ikke set de detaljerede tal for den nyeste rapport, men fra tidligere har vi set, at der er afdelinger, hvor man allerede nu har nået 2020-målene, mens der er andre afdelinger, hvor det går den forkerte vej.

I stedet for at give op allerede nu, bør man i stedet undersøge, hvorfor det går godt nogle steder – og hvorfor det ikke går så godt andre steder.

Så kan de, der klarer sig dårligt, lære af de der klarer sig godt.

De seks kernestrategier

Sundhedsstyrelsen har ligeledes offentliggjort et fagligt oplæg til en samlet plan for psykiatriens udvikling (Psykiatriplan II).

Heri peger styrelsen selv på nogle oplagte tiltag, der kan bidrage til at reducere anvendelsen af tvang.

Styrelsen peger bl.a. på behovet for at forbedre indsatsen for de allermost syge. Sundhedsstyrelsen varsler bl.a. at man vil udvikle nationale standarder for intensive sengeafsnit. Sådanne standarder skal vedrøre indhold, vi-

sitation og dokumentation af indsatsen svarende til intensiv terapi indenfor de somatiske områder.

Styrelsen peger også på, at international forskning har vist, at man kan nedbringe tvang gennem en samlet indsats, kendt som de seks kernestrategier.

De seks kernestrategier er:

- Ledelsesinvolvering og formulering af målsætning om reduktion af tvang
- Løbende brug af data til at følge arbejdet via opstilling af mål
- Kompetenceudvikling af personalet, fx kommunikation, recovery, deeskalering og konflikthåndtering
- Anvendelse af tvangsfrembyggende redskaber og miljøændringer, der medvirker til risikovurdering og deeskalation, fx dialogredskaber, kriseintervention, beroligende rum og indretning
- Involvering af patienterne både ved indlæggelse og efter tvangshændelse for at få viden om patientens reaktionsmønstre og ønskede tiltag (forhåndstilkendegivelser)
- Systematiske reviews af tvangsepisoder

Jeg kunne for egen regning tilføje, at der bør holdes nøje øje med arbejdsmiljøet.

Jeg har en klar fornemmelse af, at der anvendes mere tvang, hvis arbejdsmiljøet er dårligt.

Der er under alle omstændigheder nok at tage fat på, så giv ikke op!



SINDbladet
47. årgang
ISSN 1603-7057

Udgiver
SIND – Landsforeningen for psykisk sundhed
Blekinge Boulevard 2,
2630 Taastrup
Tlf.: 3524 0750
landsforeningen@sind.dk
www.sind.dk
Mandag-torsdag kl. 10-14
Fredag kl. 10-13

Redaktør
Henrik Harring Jørgensen

Redaktion
Knud Kristensen (ansvarshavende), Jesper Steen Andersen, Lenart Karlin, Bjørn Medom Nielsen, Niels Chr. Jensen og Ingelise Svendsen.
redaktionen@sind.dk

Følgende har også bidraget: Mikkel Bonnesen, Jimmi Choi Brink Jensen, Laurids Bæk Simonsen og Ole Riisgaard.

Indhold fra SINDbladet må gerne citeres med kildeangivelse, jf. ophavsretslovens bestemmelser om citatret. Bladet påtager sig intet ansvar for indsendt materiale.

Udgivelsesplan
SINDbladet udkommer i alle lige måneder (februar, april, juni, august, oktober og december). Indleveringsfrist for alt stof og annoncer er den 2. i måneden forud for udgivelsesmåneden.

Annoncer
Kontakt Henrik Harring Jørgensen. hhj@sind.dk
Helside: 16.000.- Kvarstide: 3.900.- SIND-medlemmer får 15 pct. rabat. Se annoncepolitik på www.sind.dk/bladet.

Forsidefoto
Mikkel Bonnesen, DAI

Layout: SIND/bia

SINDs ambassadører

Foto: Lars Svaneke
Poul Nystrup RasmussenPressefoto: Cirkus Benneweis
Diana BenneweisFoto: Morten Germund
Mathilde Falch

Materiale til bladet

Redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte/redigere i tilsendt materiale. Man kan optræde anonymt, men redaktionen skal kende din identitet.

Vi gør opmærksom på, at vi modtager meget mere stof til bladet, end vi kan få plads til. Du modtager desværre derfor heller ikke altid et svar. Ikke anvendt materiale returneres kun, hvis dette er aftalt på forhånd.

Abonnement
Kr. 280 årligt.

Medlemskab af SIND
Person: kr. 200 årligt inkl. abonnement på SINDbladet.
Firmaer, institutioner m.v.: kr. 800

Tryk
KLS Pure Print

Oplag
10.000.

Bankforbindelse
Danske Bank, konto:
9541-0005403944

SINDs pressetalsmand

Landsformand Knud Kristensen,
4030 6398/kk@sind.dk

Protector

Hendes Kongelige Højhed Kronprinsesse Mary er protector for SIND.



SIND arbejder for sundhedsfremme gennem trivsel, forebyggelse og recovery.



SILVER
PurePrint® by KLS
Produceret 100% bioendrydligt af KLS PurePrint A/S





I DETTE NUMMER

- /06 **Vil du være gæst på SINDs landsmøde 2018? 22.-23. september 2018 i Horsens?**
- /07 **Jubilæum: Ti år med Psykiatritopmøder**
Der sker store ting og sager, når det tiende Psykiatritopmøde løber af stablen. Der er både helt nyt tidspunkt, ny lokation og ny dato, når PsykiatriNetværket for tiende gang ruller den røde løber ud for landets psykisk sårbare, patienter, pårørende og personalet i psykiatrien.
- /08 **Folkemødet 2018: Dialog og indflydelse**
Op imod 500 folkemødedeltagere mødte frem til SINDs ti debatarrangementer i Allinge, hvor både erfarne debattører, almindelige borgere med noget på hjerte og politikere med indflydelse inspirerede hinanden.
- /10 **SIND Sommerhøjskole: Ferie, fællesskab og nye fremtidsdrømme**
Sommervejret i Brenderup på Fyn var mindst lige så godt som på Mallorca, Rhodos og ved Tyrkiets strande, da SIND Sommerhøjskole blev afholdt for 12. år i træk. Det perfekte vejr og en strand i nærheden dæmpede dog ikke de 60 sommerhøjskoledeltageres lyst til at deltage i debat, undervisning og hygge på Brenderup Højskole. Også i år var aktivitetsniveauet højt.

- /12 **Idrætsfestival for Sindet: Det handler om at give noget tilbage**
I slutningen af juni var Vejle Idrætshøjskole fyldt med psykisk sårbare, som i tre dage non-stop dyrkede triatlon, fodbold, klatring og en masse andet. For første gang nogensinde var der psykisk sårbare deltagere, som ikke kun var med som udøvere – flere af dem har fået det så godt, at de i år var frivillige officials og hjalp med at gøre festivalen til en idrætsfest for de andre deltagere.
- /13 **Hovedbestyrelsens beretning 2015-2018**
- /26 **SIND Pårørenderådgivning gearer op**
Midtjylland har gennem mere end 25 år været hjemmebanen for SIND Pårørenderådgivning og flertallet af projekterne, men de 13 ansatte og 15 faste frivillige retter nu også blikket mod resten af Danmark, efter rådgivningen har fået ny status som landsdækkende aktivitet i SIND.
- /36 **Ses vi til Sindets Dag?**
Se arrangementer på www.sind.dk/10-10
Den 10. oktober er det Sindets Dag, og det markeres over hele verden. Også hos SINDs lokalafdelinger, hvor mange arrangementer i disse uger forberedes.

FASTE RUBRIKKER

- /02 **Leder**
- /02 **Kolofon**
- /04 **SIND i medierne**
- /05 **Støt SIND**
- /25 **Foreningen for børn med angst**
- /28 **Skizofreniforeningen**
- /29 **Webshop**
- /30 **Lokalnyt**
- /34 **Regions- og lokalformænd**
- /34 **SINDs udvalgsformænd**
- /34 **SIND-nettets koordinatører**
- /35 **SINDs rådgivninger**

Tema: SINDs resultater 2015-2018



På bladets midterste 12 sider kan du læse Hovedbestyrelsens beretning, der skal behandles på SINDs landsmøde den 22.-23. september 2018.

Landsmødeperioden 2015-2018 har politisk været præget af, at SIND i stigende grad har været i stand til at sætte præg på den politiske debat. SIND høres og ses mere og mere.

Organisatorisk har landsmødeperioden budt på flere medlemmer, flere lokalafdelinger og en styrkelse af det organisatoriske arbejde.

Se mere på side 13-25

SIND i medierne: Vigtigt at henvise til hjælp

Redaktionen sammenfatter ved hver deadline, hvor, hvorfor og hvor ofte SIND omtales i medierne. På disse sider er nogle af eksemplerne, men slet ikke alle.

Også i juni og juli var SIND særdeles ofte i medierne. Fx i flere fremtrædende artikler og indslag om psykiatriens væsentligste udfordringer og knappe ressourcer. Men blandt de seneste ugers mange artikler, hvor SIND er nævnt, vil vi gerne fremhæve dagbladet BT.

kloden rundt har medier denne sommer omtalt, hvordan psykisk sygdom havde grebet ind i berømteders liv: Sangerinden Tina Turner mistede sin ældste søn, skuespillerinden Heather Locklear blev indlagt grundet selvmordstanker, og den verdensberømte tv-kok Anthony Bourdain afgik ved døden. Mange medier omtalte også, da den hollandske dronning Maxima mistede sin lillesøster, Inez Zorreguieta. Men modsat mange andre medier bragte BT under hver eneste historie på nettet en faktabox om, hvor man kan henvende sig, hvis man selv går med svære tanker. Fx hos SINDs telefonrådgivning.

Ved omtale af alvorlig sygdom eller risiko for selvmord er det altid vigtigt at fortælle om muligheden for hjælp og rådgivning. I SIND håber vi, at flere medier i fremtiden vil følge BTs eksempel.



Foto: www.colourbox.com

TV2 og Fagbladet FOA: Hård kritik af privat bosteds-kæde

(6. juni) Bostederne Nordlien og Akut/MMS, der begge hører under den private bosteds-kæde Hjorthøjgård A/S, har fået hård kritik af Styrelsen for Patientsikkerhed. Tilsynsrapporterne fra bostederne konkluderede, at der var "kritiske problemer af betydning for patientsikkerheden." Det drejede sig bl.a. om medi-

cin med overskredet holdbarhedsdato hos to borgere, problemer med journaliseringen og uoverensstemmelse mellem antallet af tabletter på medicinlisten og antallet i doseringsæskerne.

SINDs landsformand Knud Kristensen udtalte om problemerne: "Min umiddelbare re-

aktion er, at sådan noget burde lukkes. Selvfølgelig skal de have en chance for at rette op på sådan et påbud, men de fejl, der bliver påpeget, er så graverende, at man ikke kan undskylde sig med, at man ikke vidste det, eller at det er småting."

Politiken: SIND Ungdom er med til at råde minister

(8. juni) SIND Ungdom er repræsenteret i et nyt ungepanel, der skal rådgive sundhedsminister Ellen Trane Nørby (V) om, hvordan man bekæmper den stigende psykiske mistrivsel og sygdom blandt unge. Panelet består af 10 unge i alderen 20-26 år, heriblandt Daniel Kristiansen fra SIND Ungdom, og skal komme med ni råd til ministeren inden udgangen af 2018.

"De skal diskutere med hver deres synspunkt og udgangspunkt, så de kan rådgive mig til, hvordan vi sikrer, at flere børn og unge trives," sagde Ellen Trane Nørby om panelets formål.

Nordjyske Stiftstidende: Drab på campingplads burde være undgået

(18. juni) Sidste sommer blev to gæster stukket ned på en campingplads ved Vejers Strand. Den formodede gerningsmand var en 54-årig mand, ramt af psykisk sygdom. Forinden havde lejrchefen kontaktet politiet, der vurderede, at manden ikke kunne tvangsindlægges.

SINDs landsformand Knud Kristensen ærgrede sig over hændelsen og mente, den kunne være undgået: "Jeg er helt sikker på, at hvis man har et tilstrækkeligt fintmasket net, så kan man forhindre nogle af de her drab. Man skal sørge for, at borgere ved, hvor de skal henvende sig, hvis de er bekymrede for en anden person," udtalte han.

Aarhus Stiftstidende: Museum Overtaci skal flytte

(11. juni) SIND er med i bestyrelsen bag Museum Overtaci i Risskov. Museet, som vi tidligere har omtalt indgående i bladet, flytter i 2020 til Medie- og Journalisthøjskolens bygninger på Olof Palmes Allé. Indtil flytningen skal værkerne opbevares i et lokale på Journalisthøjskolen og på lærningehjemmet på Katrinebjergvej 81, hvor der også vil være mulighed for at lave udstillinger.

Fyens Stiftstidende: Skal madlavningen tilbage på Odenses Plejecentre

(10. juni) Flere steder i Danmark er SIND med i det lokale handicapråd, hvor opgaverne er alsidige. Det gælder fx i Odense Kommune, hvor Preben Apager sidder i Handicaprådet for SIND.

Venstre i byrådet ønsker en debat i Ældre- og Handicapudvalget om, hvorvidt madlavningen fremover skal foregå lokalt på kommunens plejecentre eller fortsat skal leveres udefra. Til et åbent hus-arrangement hos Byens Køkken, der leverer til Odenses plejecentre, var en af gæsterne bekymrede for, om madlavning på plejecentrene ville gå ud over tiden til pleje og omsorg for beboerne.

Fagbladet FOA: Retspsykiatriske patienter sætter psykiatrien i Danmark under pres

(14. juni) Et stigende antal retspsykiatriske patienter indskrives på de psykiatriske hospitaler. De retspsykiatriske patienter er svære at udskrive på grund af deres domme, også selvom de er færdigbehandlede, og ikke har brug for at være indlagt. Det kan have konsekvenser for patienter, der ikke har en dom. Når de bliver afvist, fordi sengene er optagede, er der større risiko for, at de i afmagt eller i en psykose selv begår kriminalitet og får en dom.

Det er problematisk, mente SINDs landsformand Knud Kristensen: "På den måde producerer systemet retspsykiatriske patienter, som det er indrettet i dag," udtalte han.

Politiken: SIND er enig med Sundhedsstyrelsens kritik

(27. juni) Indsatsen overfor mennesker, der er ramt af psykiske lidelser, er ikke god nok. Det påpeger Sundhedsstyrelsen i et nyt oplæg med 38 konkrete anbefalinger.

Sundhedsminister Ellen Trane Nørby (V) siger til Politiken, at regeringens kommende handlingsplan vil koncentrere sig om en tidligere og mere systematisk hjælp til børn og unge samtidig med, at der skal ske et løft af indsatsen overfor de mest syge voksne.

SINDs landsformand Knud Kristensen mener, at Sundhedsstyrelsen fokuserer på det helt rigtige:

“Det bekræfter den elendighed, jeg har talt om længe. Vi skal have brudt en årelang ond cirkel. Det er blevet sværere for de tungeste patienter at blive indlagt, og når de endelig kommer ind, er køen uden for døren allerede blevet så lang, at de hurtigt ryger ud igen. Det er så alarmerende. Derfor er det nødvendigt både at forhindre, at køen udenfor vokser, ved at forebygge psykisk sygdom blandt børn og unge, og samtidig sikre tilstrækkelig behandling af de mest syge, der er ladt i stikken,” siger han.

Politiken: Danmarks mester i debat er medlem af SIND Ungdom

(30. juni) På Folkemødet i Allinge blev 25-årige Nanna Bonde kåret til danmarksmester i debat. Nanna, der selv har haft psykisk sårbarhed tæt inde på livet, brænder for, at der skal ske forbedringer for børn og unge, der mistrives psykisk. Bl.a. derfor har hun siden 2017 været medlem af bestyrelsen i SIND Ungdom. En af hendes mærkesager er, at der skal oprettes ungdomsuddannelser specifikt for unge, der er psykisk sårbare, fortæller hun til Politiken.

Familie Journalen: Fynsk SIND-pris til personlig træner

(18. juni) Som du måske så i et tidligere SINDblad, modtog Thorbjørn Vilholm sidste år den fynske SIND-pris. Familie Journalen har nu også fortalt historien om ham.

Thorbjørn Vilholm blev indstillet til prisen af Hanne Larsen, der til dagligt kæmper med en hjerneskade samt diagnoserne borderline og social angst. Thorbjørn er Hannes personlige fitnessinstruktør, men hjælper hende også med meget andet. “Thorbjørn er faktisk grunden til, at jeg lever i dag. Bogstaveligt talt, fordi han har reddet mig fra et selvmordsforsøg, men også fordi han giver mig noget at leve for,” fortalte Hanne Larsen til Familie Journalen.

Vil du støtte SIND?

Klik ind på www.sind.dk, ring 3524 0750 eller skriv til landsforeningen@sind.dk



Mere end 50 pct. af danskerne er – direkte eller indirekte – berørt af psykisk sygdom. Desværre får langt fra alle den hjælp og støtte, som de har brug for – og krav på.

SIND arbejder på at forbedre forholdene for psykisk syge, pårørende og de professionelle i psykiatrien. Du kan hjælpe os på flere måder:

Meld dig ind

Medlemmerne er vores styrke. Dels betyder antallet af medlemmer alt, når vi varetager vores fælles interesser, dels er medlemmernes kontingent en af de vigtigste økonomiske ressourcer for SIND.

Som medlem af SIND modtager du seks gange om året SINDbladet, som er fyldt med spændende artikler og information.

SIND skaber opmærksomhed om sindslidende i medier og over for politikere. Du er med til at støtte SINDs arbejde til gavn for psykisk sårbare og deres pårørende samt indsatsen for oplysning om psykisk sundhed og forebyggelse af psykiske sygdomme. Jo flere medlemmer vi er, des større vægt er der bag ordene. Meld dig ind på www.sind.dk

Abonner på SINDbladet

Vil du støtte SIND uden at melde dig ind, kan du via www.sind.dk tegne et abonnement på SINDbladet.

Bliv frivillig

Krumtappen i SINDs arbejde er vores mange hundrede frivillige.

Der er mange muligheder for at fungere som frivillig i SIND. I landsforeningen, regions- og lokalafdelingerne er det valgte frivillige tillidsfolk, der varetager arbejdet i bestyrelser, arbejdsgrupper, udvalg med mere. Mange af disse frivillige deltager også i det politiske arbejde i offentlige råd og nævn. SIND deltager fx aktivt i DH – (Danske Handicaporganisationers) arbejde. Det er også vores frivillige, der – under professionel vejledning – står for arbejdet i vores rådgivninger, i SIND-nettet, bisidderfunktion og i vores net af fradragsholdere.

Støt os økonomisk

Det økonomiske fundament for SIND er – foruden kontingenter fra medlemmerne, tips-/lotto- og puljemidler – arv, gaver og sponsorater.

Vælg du at give en eller flere pengegaver til SIND, fx via www.sind.dk/giv_et_bidrag, så kan du trække beløbet fra i skat.



I 2018 kan du højst få fradrag for 15.900 kr. årligt. Ægtefæller kan hver især fratække det nævnte beløb.

Skaf en gave

SIND er godkendt efter ligningslovens § 8 A. Det betyder, at gaver til SIND er fradragsberettiget for giveren. Der stilles en række krav for at opnå/bevare godkendelse efter ligningsloven. Bl.a. skal antallet af gavegivere overstige 100 i gennemsnit om året – og det samlede gavebeløb pr. gave skal være på mindst 200 kr. Vi opfordrer medlemmer, regions- og lokalafdelinger samt andre med tilknytning til SIND til at gøre en særlig indsats for at skaffe gavegivere, så vi kan bevare godkendelsen.

Betænk SIND i dit testamente

Ønsker du at betænke SIND i dit testamente, så se www.sind.dk/testamente eller kontakt SINDs sekretariat.

Kontakt sekretariatet

Hvis du påtænker at give os et gavebeløb, eller eventuelt at betænke SIND i dit testamente, så kontakt sekretariatet for yderligere informationer.

SIND – Landsforeningen for psykisk sundhed
Blekinge Boulevard 2

2630 Taastrup

Tlf.: 3524 0750

landsforeningen@sind.dk

Vil du være gæst på SINDs landsmøde 2018

22.-23. september 2018 i Horsens?

SINDs Landsmøde 2018 foregår på Scandic Bygholm Park, Schutesvej 6, 9700 Horsens. Landsmødet starter lørdag kl. 13.00. Frokosten lørdag serveres dog allerede fra kl. 12.00. Landsmødet sluttet søndag kl. 16.00

Landsmødets deltagere er delegerede fra SINDs lokalafdelinger og regionskredse samt landsdækkende aktiviteter og medlemmer af hovedbestyrelsen, som får rejse og ophold betalt.

SIND har derudover mulighed for at tilbyde et begrænset antal gæsteplads til medlemmer af SIND, som gæsterne selv skal betale. Gæsterne skal også selv betale deres rejseudgifter, der ydes ikke rejserefusion til gæster.

Gæster har taleret på landsmødet, men ikke stemmeret.

Deltagerne – de delegerede – overnatter på enkeltværelser på Scandic, men man kan som gæst eventuelt også overnatte på anden måde, som man selv vil arrangere.

Som deltager (delegeret eller gæst) får man følgende måltider:

- Frokost lørdag
- Middag lørdag
- Morgenmad søndag
- Frokost søndag
- Fortløbende pauseforplejning under landsmødet.

Hvis du vil være gæst på landsmødet, skal du selv betale for dit ophold, og landsforeningen yder ikke rejserefusion.

Priserne er:

1. Hvis du vil have samme pakke som de delegerede med tilstedeværelse på landsmødet, *enkeltværelse og forplejning*, koster det **2.023 kr.**
2. Hvis du vil deltage i det hele, men *uden værelse*, fordi du selv finder overnatning andet sted, koster det **1.348 kr.** for tilstedeværelse og forplejning.
3. Hvis du efter aftale skal *dele dobbeltværelse med en delegeret*, der i forvejen har fået et værelse stillet til rådighed, skal du betale **1.548 kr.** for tilstedeværelse, overnatning og forplejning.
4. Hvis I er to, der sammen tilmelder jer som gæster til landsmødet, og som vil *dele et dobbeltværelse*, koster det tilsammen **3.571 kr.**, altså **1.785 kr.** pr. person for tilstedeværelse, overnatning og forplejning.

Tilmelding skal ske på lm2018@sind.dk, hvor du skal angive, hvilken pakke/pris du vil have – og hvis I er to på værelset, skal vi vide, hvem I begge er. Du vil blive bedt om at betale på forhånd. Din tilmelding er først gyldig, når du har betalt. Pladserne sælges efter først til mølle-princippet.

Hvis du senere melder afbud, vil SIND forsøge at sælge pladsen til en anden eller annullere pladsen på hotellet. Hvis SIND får udgifter på grund af dit afbud, skal du selv betale disse.

Hvis du har spørgsmål, er du velkommen til at kontakte sekretariatet på lm2018@sind.dk



Foto: SIND



Foto: SIND



Foto: SIND

Har I noget materiale, I vil dele med os andre på SINDs landsmøde?

Skal du med til SINDs landsmøde 22.-23. september i Horsens?

Har I noget materiale, foldere eller lignende, fx fra et lokalt projekt eller aktivitet, som I gerne vil vise frem?

Så tag det med.

På landsmødet har vi ved siden af landsmødesalen et lokale til at lægge sådan noget frem.

Vil du være medlem af et SIND-udvalg i 2019-2021?

SINDs hovedbestyrelse nedsætter nogle udvalg for tre år ad gangen. Den næste periode bliver fra 1. januar 2019 til 31. december 2021.

Der skal nedsættes fire udvalg: Et brugerudvalg, et pårørendeudvalg, et PR-udvalg og et uddannelses- og frivilligudvalg. Hvis du er interesseret og vil vide mere, så kan du fra september læse mere på www.sind.dk/nyeudvalg. Der vil også komme en stor annonce i SIND-bladet, der udkommer 1. oktober 2018. Deadline for at søge om at komme i udvalg er 21. oktober 2018. Hovedbestyrelsen nedsætter de nye udvalg på et møde 17.-18. november 2018.

Jubilæum: Ti år med Psykiatritopmøder

Der sker store ting og sager, når det tiende Psykiatritopmøde løber af stablen. Der er både helt nyt tidspunkt, ny lokation og ny dato, når PsykiatriNetværket for tiende gang ruller den røde løber ud for landets psykisk sårbare, patienter, pårørende og personale i psykiatrien

AF LAURIDS BÆK SIMONSEN, PSYKIATRINETVÆRKET

Det bliver et stort jubilæum, når PsykiatriNetværket inviterer til det tiende Psykiatritopmøde.

Her får psykisk sårbare og deres pårørende mulighed for at diskutere med landets politikere, når de skal komme med visioner og indspark til, hvordan man kan fremme forholdene i psykiatrien og sætte fokus på rehabilitering, recovery, forebyggelse og tidlige indsatser.

De seneste mange år har frivillige fra PsykiatriNetværkets mange organisationer stået klar den første lørdag i oktober med kaffe og croissanter på den røde løber, der har været rullet ud for landets psykisk sårbare.

Men i år er tingene lidt anderledes. Psykiatritopmødet løber af stablen lørdag den 29. september, og i år foregår det i Imperial Biograf i det centrale København, hvor landets psykisk sårbare, organisationerne og de pårørende i fællesskab med landets politikere skal komme med visioner for, hvordan vi får en styrket indsats for psykisk sårbare.

Nyt tidspunkt

Målet er at sætte politisk fokus på de udfordringer, der er i psykiatrien. Her vil vi blandt andet diskutere, hvordan man kan tilføje flere ressourcer til området, hvordan man kan styrke de tidlige indsatser og det forebyggende arbejde, hvordan man kan få mere viden om, hvad der virker i psykiatrien, hvordan man kan forbedre overgangene i systemet, og hvordan

man kan imødekomme det stigende behov, der er for behandling.

Det hele starter kl. 12, og der vil blandt andre være tale ved Poul Nyrup Rasmussen, prorektor i Det Sociale Netværk/headspace Danmark, repræsentanter fra 15 organisationer i netværket, en række politikere og repræsentanter fra regeringen samt musikalske indslag.

Jubilæet vil også byde på workshops om pårørendeinddragelse, fællesskaber, udvik-

lingen i psykiatrien og om, hvorvidt livet som psykisk sårbar harmonerer med at få børn. Der vil også både blive tid til at se tilbage på udviklingen de sidste ti år samt at se frem mod de næste ti år.

Du kan løbende læse mere om topmødet på Det Sociale Netværks hjemmeside på www.detsocialenetvaerk.dk

Underholdning, holdninger, debat og eftertanke prægede Psykiatritopmødet 2017



Foto: Psykiatrinetværket



Foto: Psykiatrinetværket



Foto: Psykiatrinetværket

Announce

BenzoRådgivningen

Information og rådgivning om afhængighed af sove- og nervemedicin for brugere, pårørende og sundhedspersonale.

Henvielse til anonym personlig rådgivning og støttegrupper.

Telefonrådgivning

mandag – torsdag kl. 18.00-20.00
samt onsdag kl. 9.00 -11.00.

Telefon 70 26 25 10

benzo@sind.dk www.benzo.dk



Folkemødet 2018: Dialog og indflydelse

Du kan se flere billeder fra Folkemødet på SINDs side på Facebook.

Op imod 500 folkemødedeltagere mødte frem til SINDs ti debatarrangementer i Allinge, hvor både erfarne debattører, almindelige borgere med noget på hjerte og politikere med indflydelse inspirerede hinanden

AF HENRIK HARRING JØRGENSEN. FOTOS: SIND

Det politiske ekko af SINDs deltagelse i Folkemødet 2018 lægger sig ikke foreløbig. Gennem de ti debatter, SIND afholdt i Værestedet i Allinge, opstod ofte ideer og inspiration, som mange tog med hjem fra Bornholm. Eksempelvis da SIND satte fokus på oversete sygdomme hos mennesker med et handicap. Problemet er, at sygdom, der ikke opdaget, koster liv.

Debatten, som SIND arrangerede sammen med Danske Handicaporganisationer (DH), Muskelsvindfonden og landsforeningen LEV, viste, at der var bred opbakning til ideen om regelmæssige sundhedstjek for mennesker, der har et handicap. Med i panelet var nogle af de væsentlige aktører på sundhedsområdet – fx sundhedsordfører Liselott Blixt (DF), lægeformand Andreas Rudkjøbing og regionsformand Sophie Hæstorp Andersen (S) – som alle var enige om, at nu må der handles. Der er derfor høj sandsynlighed for, at sundhedstjek kommer på bordet ved fremtidige politiske forhandlinger.

Psykiatriplan II

Tonen var også konstruktiv, da fem psykiatriordførere besøgte SIND. Dialogen på Folke-

mødet med folketingsmedlemmerne er blevet en tradition, som både politikerne, SIND og de vidt forskellige tilhørere hvert år sætter pris på. I år bød debatten ikke på mange konkrete løfter, fordi alle afventer regeringens udspil til Psykiatriplan II. Bordet rundt viste debatten dog, at også politikerne mange steder ser behov for væsentlige forbedringer af psykiatrien – navnlig børn og unge blev nævnt af flere.

SINDs landsformand Knud Kristensen konstaterede under debatten, at psykiatriområdet er præget af et godt samarbejde på tværs af partierne. Knud Kristensen påpegede, at det er en fælles udfordring også at få kommuner og regioner til at samarbejde bedre på tværs. Han lovede, at SIND også næste år inviterer ordførerne til debat.

For store forskelle

SINDs øvrige arrangementer kom omkring de fleste temaer på psykiatriområdet. Fx med fokus på børn og unge, der er pårørende eller rammes af sygdom, på samarbejdet mellem regioner og kommuner, på trygheden på bosteder og på tilbud til mennesker med psykiske lidelser og misbrug. SIND gav også landsforeningen SPOR mulighed for at fortælle om

senfølger af seksuelle overgreb. Dertil kom, at SINDs team på Bornholm deltog i en række debatter, andre arrangører stod bag.

Flitten af emner og eksempler i arrangementerne var bred, men bød på flere fælles træk. Først og fremmest at der er for stor forskel på tilbuddene om hjælp til mennesker, der er ramt af psykisk sygdom, og deres pårørende. I kommuner og regioner er der nogle steder eksempler på, at man gør det rigtig godt, mens borgere andre steder har problemer. Meget tyder på, at skærpede kvalitetskrav til kommunerne og regioner kan blive et centralt tema i dansk politik.

Optimisme

Trods alvoren i mange af de temaer, SINDs debatter afdækkede, var der også plads til smil og en smule optimisme. Knud Kristensen sagde:

“Noget tyder på, at politikerne i disse måneder er mere opmærksomme end tidligere år på behovet for forbedringer. Vi har foreløbig set en økonomiaftale med flere penge til psykiatrien. Måske kommer der flere. Senest næste år er der valg til Folketinget, og psykiatrien kan godt komme til at fylde meget mere i valgkampen end tidligere,” konstaterede han.



Ved flere debatter var trængslen så tæt, at tilhørere måtte stå udenfor Værestedet



Der var mange spørgsmål, da psykiatriordførerne besøgte SIND. Fra venstre: Flemming Møller Mortensen (S), Trine Torp (SF), Stine Brix (EL), May-Britt Kattrup (LA) og Jane Heitmann (V) sammen med Knud Kristensen



Fokus på oversete sygdomme hos mennesker med et handicap. Fra venstre: Formand for Lægeforeningen, Andreas Rudkjøbing, landsformand for LEV, Anni Sørensen, sundhedsordfører Liselott Blixt (DF), regionsformand Sophie Hæstorp Andersen (S), formand for DH Thorkild Olesen (foto til højre)



Mange mødte frem og fejrede en god start på Folkemødet ved åbningsreceptionen hos SIND.



SINDs team deltog også i debatter hos andre. Her deler Mia Kristina Hansen, Foreningen for børn med angst, oplevelser fra hendes tid som medarbejder på botilbuddet Lindegården. Ved arrangementet "Når det er farligt at gå på arbejde" hos FOA deltog Politiforbundet, Fængselsforbundet og Socialpædagogerne



Karen Stæhr, FOA, Gitte Ahle, Dansk Psykiatrisk Selskab, og Knud Kristensen lagde op til debat om, hvordan psykisk sårbarhed kan gøres til en folkesag



SIND Sommerhøjskole: Ferie, fællesskab og nye fremtidsdrømme

Sommervejret i Brenderup på Fyn var mindst lige så godt som på Mallorca, Rhodos og ved Tyrkiets strande, da SIND Sommerhøjskole blev afholdt for 12. år i træk. Det perfekte vejr og en strand i nærheden dæmpede dog ikke de 60 sommerhøjskoledeltageres lyst til at deltage i debat, undervisning og hygge på Brenderup Højskole. Også i år var aktivitetsniveauet højt

AF HENRIK HARRING JØRGENSEN. FOTO: SIND



Signe og Mie er glade for de kreative tilbud på SIND Sommerhøjskole

Husk at holde ferie fra hverdagen! Sådan lyder anbefalingen samstemmende fra to erfarne deltagere i SIND Sommerhøjskole, Mie fra Fyn og Signe fra Helsingør, da SINDbladet møder dem i en pause inden et foredrag. I år deltog 60 i SIND Sommerhøjskole i Brenderup på Fyn slutningen af juni.

Både Mie og Signe har de seneste år prøvet mange andre former for ferie, både charter og traditionelle højskoler, men sommerhøjskolen er absolut en af favoritterne.

”Her er en særlig stemning og et særligt fællesskab, så man slapper ekstra af. Alle på holdet har prøvet udfordringer med sindet – enten personligt eller som pårørende – og det betyder, at her er en rummelighed og forståelse, man sjældent møder andre steder. Sidste år oplevede jeg fx et angstanfald og ville straks hjem. Men der var hurtigt nogen, som beroligede mig på en god måde, og heldigvis blev jeg og fik nogle fantastiske dage bagefter. Vi taler sjældent om personlige historier her, men hvis man får brug for at trække sig eller gear ned, så er alle forstående. Det skaber trykthed,” siger Mie, der frem til 2008 arbejdede som socialrådgiver og nu drømmer om et job som peer-støtte.

Afslapning

Signe deltager også i SIND Sommerhøjskole for anden gang. Hun er psykolog og er i fritiden aktiv i Psykiatriforeningernes Fællesråd, hvor hun bl.a. bidrager med erfaringer som pårørende. I år er den ene af Signes døtre også med på sommerhøjskolen. Mor og datter hygger sig meget – både på egen hånd og med fælles oplevelser.

”Generelt oplever pårørende ofte, at de er mere opmærksomme på, om andre har det godt, og måske er mindre optagede af selv at slappe af. Også i ferierne.

Hvis man har det sådan, så er SIND Sommerhøjskole et rigtig godt sted, fordi alle er opmærksomme på hinanden,” fremhæver Signe, der især sætter pris på højskolens kreative tilbud. Fx pileflet og viskelædertryk. Hun har også blok og farveblyanter klar i tasken, når lysten til at tegne melder sig.

Slukket mobiltelefon

SIND Sommerhøjskole, der er støttet af Feriefonden, byder gennem ugen på flere værksteder, foredrag, debatworkshops, en udflugt og masser af afslappet hygge. Mie og Signe nyder især fordybelsen i de kreative værksteder. Telefonerne er enten slukkede eller på lydløs.



Hygge i solen



“Normalt bruger jeg min mobiltelefon rigtig meget, men her på højskolen er den lagt helt væk. Her er så meget andet at gå op i,” smiler Mie.

Inde i en af højskolens foredragssale gør SINDs landsformand Knud Kristensen klar til den årlige debat med deltagerne i sommerhøjskolen. Mødet med landsformanden har været en tradition på højskolen i mange år. Her er både plads til alvor og smil.

“Hvis psykiatrien var en fodboldklub eller et landshold, så havde man nok skiftet træneren ud for lang tid siden,” smiler Knud, der har meget på hjerte, inden foredraget snart må stoppe, fordi Danmark skal møde Frankrig ved VM i fodbold.

Gode råd

Deltagerne i sommerhøjskolen har meget forskellige erfaringer med sindslidelser – enten personligt eller som pårørende. Nogle er aktive i SIND, mens andre ikke havde mødt SIND-frivillige før sommerhøjskolen. Forskellighederne medfører en alsidig debat, hvor mange beder om ordet.

Knud, der om morgenen er blevet interviewet af DR TV Avisen og næste dag skal mødes med sundhedsministeren, får masser af input og inspiration til det videre arbejde. Debatten byder både på overordnede politiske kommentarer og på konkrete oplevelser med især den kommunale sagsbehandling. Knud nævner et råd, han ofte giver til SIND-medlemmer, der føler sig dårligt behandlede:

“I dialogen med kommunen er det altid godt at bede om at få en

afgørelse på skrift med henblik på eventuelt at drøfte den med SIND,” siger han.

Tilfredse arrangører

Efter debatten med Knud søger knap halvdelen af højskoledeltagerne målrettet mod skolens biograf, hvor der hygges foran storskærmen med fodboldlandskamp. Resten finder pladser i skyggen under parasollerne i den hyggelige gårdhave. Her sidder også tovholderne fra SIND på sommerhøjskolen: Leni Grundtvig Nielsen, Jens Ibsen og Birgithe Vestrup-Petersen, SINDs Uddannelsesudvalg.

Her halvvejs i årets højskole er de godt tilfredse.

“De første tilbagemeldinger viser, vi er kommet godt i gang. Målet er hvert år at kunne skabe en god uge med både udvikling og afslapning. Desuden vil vi meget

gerne bidrage til, at der blandt deltagerne opstår venskaber, som fortsætter efter sommerhøjskolen. Vi vil også gerne bidrage med værktøjer, som deltagerne kan bruge til at styrke deres netværk med andre derhjemme. I SINDs Uddannelsesudvalg har vi sammen med Brenderup Højskole planlagt workshops og foredrag, der bl.a. kan inspirere til at styrke deltagerens netværk, men inspirationen kommer i mindst lige så høj grad fra deltagerne selv. Mange, der har været med før, fortæller historier om venskaber, andre kan spejle sig i, og vi har gennem årene mødt mange eksempler på, at man holder kontakten i lang tid, hvilket gør det at udvikle sommerhøjskolen til et rigtig dejligt projekt,” smiler Leni Grundtvig Nielsen.

Museumsbesøg



Lyder SIND Sommerhøjskole som noget for dig? Så hold øje med SINDbladet og vores hjemmeside, hvor du senere på året kan finde information om sommerhøjskolen 2019: www.sind.dk/sommerhoejskole.

Der plejer at være rift om pladserne, som fordeles efter først til mølle-princippet.

Idrætsfestival for Sindet:

Det handler om at give noget tilbage

I slutningen af juni var Vejle Idræthøjskole fyldt med psykisk sårbare, som i tre dage non-stop dyrkede triatlon, fodbold, klatring og en masse andet. For første gang nogensinde var der psykisk sårbare deltagere, som ikke kun var med som udøvere – flere af dem har fået det så godt, at de i år var frivillige officials og hjalp med at gøre festivalen til en idrætsfest for de andre deltagere

AF MIKKEL BONNESEN, DANSK ARBEJDER IDRÆTSFORBUND. FOTOS: DAI



Idrætsfestival for Sindet havde igen i 2018 over 250 deltagere fra hele Danmark, som fra den 26. juni, hvor MF Trine Torp (SF) åbnede festivalen, og frem til den 28. juni kom hele idrætspalletten igennem.

Deltagerne har fx depression, angst eller skizofreni, og mange får det bedre gennem idrætten. I år er der nogle, som har fået det så godt, at de selv stiller op som frivillige officials på festivalen. En af dem er Charlotte fra Frederiksund, som selv har været på festivalen som deltager før.

“Helt konkret har idrætten være vejen ud af sygdom for mig. Det har givet mig balance i krop og sind,” siger Charlotte.

Hun er glad for at kunne give noget tilbage til festivalen og de andre deltagere.

“Jeg er vild med idrætsfestivalen i Vejle, og jeg synes, at det er genialt, at jeg nu kan være med som frivillig hjælper. Det hjælper mig i min udvikling med min nye uddannelse som personlig træner og instruktør, og jeg kan være med til at skabe glæde gennem idræt, som har betydet så meget for mig i min kamp for at få det bedre,” siger Charlotte.

Samarbejdspartnere

Festivalen arrangeres af Dansk Arbejder Idrætsforbund med hjælp fra en stor gruppe frivillige. Festivalen er finansieret med tilskud fra Danmarks Idrætsforbund og med bl.a. SIND, Vejle Kommune, Tegnestuen og El-gruppen som økonomiske samarbejdspartnere.

“Det er godt, både for dem, som er med, men også for at understrege, at idræt også er noget, man kan være med til, selvom man er ramt af en psykisk lidelse,” siger SINDs landsformand Knud Kristensen.

Frivillige

Hos arrangørerne glæder man sig over, at tidligere deltagere på festivalen nu giver noget tilbage.

“Det viser, at det vi gør, virker. Vi vil jo gerne have deltagere på en rejse fra at være inaktive til idrætsaktive til det her, hvor du giver noget tilbage som frivillig. Det giver håb for de andre deltagere, at de kan se, at man kan komme videre i livet efter sin psykiske lidelse,” siger Mogens Damgaard, som er administrativ koordinator på festivalen og sidder i DAI's forbundsledelse med ansvar for Idræt for Sindet.

Det er 23. gang, at festivalen afholdes i Vejle.





Hovedbestyrelsens beretning

2015-2018



SINDs formål er at skabe forståelse og tolerance for mennesker med sindslidelse og deres pårørende
SIND arbejder for trivsel, forebyggelse og rehabilitering



Hovedbestyrelsens beretning

2015-2018

Landsmødeperioden har **politisk** været præget af, at SIND i stigende grad har været i stand til at sætte præg på den politiske debat. SIND høres og ses mere og mere.

Organisatorisk har landsmødeperioden budt på flere medlemmer, flere lokalafdelinger og en styrkelse af det organisatoriske arbejde.

Denne beretning dækker **tidsmæssigt** perioden fra landsmødet i september 2015 til og med juni 2018. Beretningen er vedtaget på Hovedbestyrelsens møde den 30. juni 2018, og den indstilles til landsmødets godkendelse.

Beretningen dækker **indholdsmæssigt** det *landsdækkende* arbejde. For så vidt angår arbejdet i regionskredse og lokalafdelinger henvises til disses respektive beretninger.

SIND Ungdom er i landsmødeperioden udsået som en selvstændig organisation. SIND Ungdoms aktiviteter er derfor ikke omtalt i denne beretning. Der henvises til SIND Ungdoms egne beretninger.

SIND har i landsmødeperioden optaget Foreningen for Børn med Angst, Benzorådgivningen og SIND Pårørenderådgivning som landsdækkende aktiviteter i SIND. De tre aktiviteter er (sammen med de to øvrige aktiviteter Skizofreniforeningen og Den Landsdækkende Telefonrådgivning) kortfattet omtalt i denne beretning. Der henvises for yderligere oplysninger til de fem aktiviteter og deres hjemmesider, facebooksider og beretninger.

Politisk

Også i denne landsmødeperiode har det politiske arbejde fyldt meget i landsforeningen.

SIND har gennem de seneste år formået at placere sig tydeligere og tydeligere i det politiske landskab i Danmark.

I juni 2017 offentliggjorde Netavisen Altinget en magtanalyse af Danmarks civilsamfundsorganisationer. Ikke overraskende toppede Kræftens Bekæmpelse og Ældre Sagen listen, men SIND optrådte i analysen på en flot 16. plads på top 20 over organisationer med mest politisk indflydelse.

Nu skal man naturligvis være varsom med at lægge for meget i den slags undersøgelser, men det er alligevel flot, at en så relativt lille organisation som SIND har fået så meget opmærksomhed, at vi er med på listen.

Valgene

I forbindelse med regions- og byrådsvalgene i 2017 havde vi held til at sætte fokus på psykiatrien under det fælles slogan "Giv psykiatrien en stemme."

I alle regioner rykkede psykiatri op som et fokuspunkt i valgkampen. Det samme var tilfælde ved valgene i flere af landets kommuner.

SIND arrangerede i fire af de fem regioner interne workshops, hvor vi – med udgangspunkt i vores valgfolder "Giv psykiatrien en stemme" – inspirerede hinanden til at deltage i valgarrangementer, skrive læserbreve og lignende.

SIND var mange steder i landet involveret i valgarrangementer.

I Region Midtjylland opstillede der en psykiatriliste (der fik valgt et medlem ind i

regionsrådet). Dette gav naturligvis ekstra fokus på psykiatrien i valgkampen.

SIND er som bekendt partipolitisk neutral, så SIND støttede ikke psykiatrilisten, men vi kunne med tilfredshed konstatere den effekt, listens eksistens fik på valgkampen.

Vold og trusler på botilbud

Den enkeltsag, der i det politiske og mediemæssige landskab nok har fyldt aller mest i landsmødeperioden, er debatten om vold og trusler på botilbud.

I påsken 2016 blev en medarbejder dræbt på botilbuddet Lindegården i Roskilde. Drabet var det femte på fire år på botilbud, og det førte til en voldsom offentlig debat.

Som altid i den slags sager forsøgte SIND at mane til besindighed.

Ja! Fem drab på fire år er forfærdeligt og helt uacceptabelt, men det er vigtigt, at vi ikke dæmoniserer mennesker, der er ramt af en psykisk lidelse.

Vi fremførte synspunktet, at ingen mennesker er født farlige, men at alle – tvunget af omstændighederne – kan ende med at blive det. Især hvis man ikke får den rette hjælp i tide.

Vi argumenterede også – med held – for, at der ikke måtte komme en "dem imod os"-stemning i kølvandet på de alt for mange tilfælde af vold og trusler.

Som følge af den intense offentlige debat indgik satspuljepartierne (alle Folketingets partier minus Enhedslisten) i oktober 2016 en politisk aftale om en handlingsplan til forebyggelse af vold på botilbud.

På baggrund af den politiske aftale blev der i december 2016 fremlagt et lovforslag om etablering af nogle såkaldte specialiserede socialpsykiatriske afdelinger. Afdelingerne var ikke psykiatriske hospitalsafdelinger, og de var ikke botilbud – men noget midt imellem.

Der blev lagt op til, at man kunne anvende tvang i forbindelse med anbringelse og ophold på disse tilbud. Tvang som ikke for-

Regions- og byrådsvalgene 2017

Giv psykiatrien en stemme

– Inspirationshæfte til brug ved valgene i november 2017

Mere end 50 pct. af vælgerne er – direkte eller indirekte – berørt af psykisk sygdom. Skal vi ikke beslutte, at vi alle stemmer på én, der vil gøre noget særligt for psykiatrien?

NOVEMBER 2017

Ved regions- og byrådsvalgene i 2017 opfordrede SIND til at give psykiatrien en stemme

6 SIND blev i 2017 rangeret som nr. 16 blandt de mest indflydelsesrige civilsamfundsorganisationer i Danmark

udsatte, at den pågældende var psykotisk eller i øvrigt opfyldte kriterierne i psykiatriloven for anvendelse af tvang.

Sammen med en række andre organisationer protesterede SIND voldsomt imod lovforslaget. Bl.a. anførte vi, at lovforslaget var i strid med grundloven, menneskerettighedskonventionen samt handicapkonventionen.

Protesterne førte til udarbejdelse af et revideret lovforslag. Det reviderede lovforslag forsøgte at komme indvendingerne i møde, men var langt fra godt nok.

Protesterne fortsatte, og på den baggrund valgte regeringen 1. marts 2017 helt at trække lovforslaget.

Den 3. maj 2017 fremlagde regeringen et tredje lovforslag, der indebar etablering af 150 særlige pladser på psykiatriske afdelinger. Dette lovforslag blev vedtaget, og de særlige pladser er i skrivende stund under etablering.

Med det nye lovforslag var truslen imod patienternes retssikkerhed fjernet – uden at forslaget på alle punkter levede op til vores ønsker.

Hele denne sag viser, at vi i SIND (sammen med vores venner og allierede) formår at forhindre retssikkerhedsmæssige tilbagetrækninger.

SIND har i hele dette forløb anført, at problemet ligger i, at der ikke er et tilstrækkeligt antal pladser og kvalitet på de almindelige psykiatriske afdelinger, og at der ikke er tilstrækkelig kapacitet og kvalitet i de kommunale botilbud.

Hvis problemerne med vold og trusler på botilbud skal løses, må der derfor sættes ind de to nævnte steder. De 150 særlige pladser løser ikke problemet, men de er et plaster på såret.

I forlængelse af den megen debat om de fem drab lykkedes det SIND at få sat fokus på de mange tilfælde af overgreb imod be-

boere på botilbud (ofte begået af medarbejdere).

Det lykkedes at få flere kommuner til at sætte fokus på, at der også skal gøres en særlig indsats for at forebygge konflikter mellem boerne imellem.

Hvor blev de 2,2 mia. kr. af?

Med aftalen om satspuljen for 2015-2018 blev der afsat 2,2 mia. kr. til psykiatrien. Det er denne aftale, der senere (sammen med planen "Ligeværd – nyt fokus for indsatsen for mennesker med psykiske lidelser") er blevet kendt som Psykiatriplan I.

SIND har argumenteret for, at der i 2012 var et økonomisk gab i bevillingerne til psykiatrien i størrelsesordenen 2 mia. kr. årligt.

Så med denne bevilling var alt vel i orden?

Desværre nej!

For det første var gabet på 2 mia. kr. **årligt**, og bevillingen af de 2,2 mia. kr. var **fordelt over fire år**.

For det andet var 1/3 af af de 2,2 mia. kr. øremærket til nybyggeri. For det tredje var 'kun' 300 mio. kr. årligt **varige driftsbevillinger**.

Hertil kom, at en stor del af de ekstra midler blev spist op af besparelser, herunder det såkaldte produktivitetskrav.

SIND har hele tiden gjort opmærksom på, at de 2,2 mia. kr. var et vigtigt skridt i den rigtige retning, men at pengene langt fra rækker til at dække det økonomiske efterslæb.

Der er fortsat behov for et markant økonomisk løft af indsatsen for mennesker med psykiske lidelser. Både i den kommunale og i den regionale indsats.

Den politiske debat om de 'forsvundne' milliarder har været med til at skabe forståelse for, at der stadig er et enormt økonomisk efterslæb.

Ved Folketingets afslutningsdebat den 30. maj 2018 lovede Statsministeren, at der efter ferien vil komme et udspil, der skal styrke psykiatrien.

Lad os håbe, at løftet bliver indfriet.

Overdødelighed/ulighed i sundhed

Mennesker med psykiske lidelser dør i gennemsnit 15-20 år tidligere end gennemsnitsbefolkningen.



Foto: PsykiatriNetværket

Daværende sundhedsminister Sofie Løhde stillede op på psykiatritopmødet i 2016 og spurgte "Hvor er pengene blevet af?"



Statsministeren lovede ved afslutningsdebatten den 30. maj 2018, at der vil komme et udspil, der skal styrke psykiatrien

En del af forklaringen på denne overdødelighed er, at mennesker med psykiske lidelser ikke behandles hurtigt og godt nok for deres somatiske (fysiske) sygdomme.

SIND har i landsmødeperioden arbejdet intenst for, at der bliver sat øget fokus på somatiske sygdomme hos mennesker med psykiske sygdomme.

På Psykiatritopmødet i 2015 afholdt SIND en workshop om sundhedsudfordringer på landets botilbud.

Alene – og gennem Danske Handicaporganisationer (DH) – har vi været med til at sætte fokus på problemet og foreslå en mere systematisk indsats.

Via DH har vi været involveret i Projekt Sundhestjek, der er rettet imod borgere med psykiske lidelser eller udviklingshæmning. I Roskilde viste projektet, at 78 pct. af de undersøgte borgere skønnedes at have behov for behandling eller yderligere undersøgelser.

Sammen med LEV, Spastikerforeningen og Danske Handicaporganisationer har vi igangsat et fælles arbejde for at påvirke politikerne i Folketinget til at gøre en særlig indsats for, at også mennesker med en nedsat

funktionsevne kan gøre brug af de almindelige sundhedstilbud. Samarbejdet er døbt "Fælles sundhedspolitiske udfordringer."

Evaluering af førtidspensionsreformen

SIND har i landsmødeperioden arbejdet for at få rettet op på de uheldige konsekvenser af de såkaldte velfærdsreformer.

Direkte (og gennem landsformandens deltagelse i Rådet for Socialt Udsatte) har vi været med til løbende at påpege, at såvel reformen af førtidspension og fleksjob som kontanthjælpsstramningerne (herunder især kontanthjælpsloftet) har haft katastrofale følger for en række borgere.

Sammen med 62 andre organisationer (primært interesseorganisationer og fagforbund) har vi dannet samarbejdet VærdigReform, som har til formål at påpege hvordan syge, nedslidte og handicappede kommer alvorligt i klemme i systemet.

VærdigReform har udarbejdet en casesamling med historier fra den virkelige verden, og vi har udarbejdet seks forslag, der skal være med til at rette op på de værste skader.

Se www.vaerdigreform.dk.

Arbejdet har været fulgt op af henvendelser til folketingspolitikere og ministre.

Efter et længere politisk forløb med igangsættelse, udsættelse og genoptagelse kom der i marts 2018 endelig en rapport om evaluering af reformen af førtidspension og fleksjob.

Det politiske pres fik i april 2018 beskæftigelsesudvalget til at indkalde beskæftigelsesminister Troels Lund Poulsen i åbent samråd om reformen af førtidspension/fleksjob.

Et bredt flertal i Folketinget vedtog i slutningen af maj 2018 et lovforslag, der præciserer reglerne om førtidspension og resourceforløb.

Udgangspunktet er, at syge borgere kun skal i resourceforløb, hvis det giver mening, og at borgere godt kan tildeles førtidspension uden, at de forinden har været i resourceforløb.

SIND fortsætter arbejdet med at påvirke den politiske proces for yderligere forbedringer. Vi vil ligeledes følge nøje med i, hvordan kommunerne implementerer de vedtagne ændringer.

Efter vores mening er der stadig stor risiko for, at kommunerne vil fortolke lovgivningen til ugunst for borgerne. Denne risiko forstærkes af de gældende refusionsordninger, som gør det økonomisk fordelagtigt for kommunerne at fastholde borgerne i forløb i stedet for at tilkende førtidspension.

Reduktion af tvang i psykiatrien

Som et led i realiseringen af målsætningen om at forbedre kvaliteten i den regionale psykiatri indgik Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse i 2014 en aftale med Danske Regioner om at halvere anvendelsen af tvang i psykiatrien frem mod 2020. Umiddelbart efter blev der indgået partnerskabsaftaler med hver af de fem regio-

SIND er én af 62 organisationer, der gennem samarbejdet VærdigReform prøver at rette op på konsekvenserne af førtidspensionsreformen



6 Nu ydes der også erstatning for psykiske skader af medicin

ner med henblik på at nedbringe anvendelsen af tvang.

Konkret blev det aftalt, at anvendelsen af bæltefikseringer skulle halveres, og at der generelt skulle ske et fald i anvendelsen af alle former for tvang.

SIND har politisk haft fokus på arbejdet med at reducere anvendelsen af tvang.

Fra 2014-2017 er det lykkedes at reducere andelen af personer, der bæltefikseres, efter planen i Region Syddanmark og i Region Hovedstaden, mens de øvrige regioner ikke følger planen. Særligt slemt står det til i Region Midtjylland, hvor man efter et par tilfredsstillende år har set en markant stigning i anvendelsen af bælte.

Landsforeningen følger fortsat arbejdet tæt – bl.a. gennem deltagelse i Sundhedsstyrelsens Psykiatriudvalg – og vi har opfordret SINDs regionskredse til at have særligt fokus på området.

I den løbende dialog med partiernes psykiatriordførere har vi fokus på dette emne, og vi presser på for at få reduceret anvendelsen af tvang.

Forbedring af den kommunale indsats

SIND har løbende peget på, at indsatsen for mennesker med psykiske lidelser ikke udelukkende er et anliggende for den regionale hospitalspsykiatri.

Vi har fokus på også at få forbedret og fremmet den psykosociale indsats i kommunerne. Her har de ofte alt for ringe vilkår i de kommunale botilbud naturligvis fyldt meget – jfr. ovenstående vedrørende vold og trusler på botilbud.

Vi har også i denne landsmødeperiode løbende forsøgt at få kommunernes organisation KL til at prioritere området og dokumentere udviklingen.

Sundhedsstyrelsen udgiver løbende en oversigt over hvordan det går med reduktion af tvang i psykiatrien

I foråret 2018 har KL offentliggjort deres første forsøg på at dokumentere udviklingen, og de har udgivet et udspil til forbedringer af indsatsen. Et udspil, der indgår i kommunernes økonomiforhandlinger med regeringen.

KL's dokumentation af udviklingen viser (ikke overraskende), at presset på den kommunale indsats er vokset. Tallene ligner meget dem, vi har set for den regionale indsats.

Antallet af borgere med en psykisk lidelse, der får støtte efter en eller flere af seks udvalgte indsats efter serviceloven, steg med 17 pct. fra 2014 til 2017.

Med KL's udspil fra maj 2018 ser det ud til, at kommunerne og KL nu for alvor vil forsøge at gøre noget ved dette vigtige område.

SIND er i løbende dialog med KL for at fremme udviklingen.

Også i den løbende dialog med Folketingets partier fylder dette emne meget. Vi understreger igen og igen, at det ikke *alene* er den regionale hospitalspsykiatri, der har problemer.

I forhold til den kommunale indsats har vi endvidere haft fokus på at få gjort noget

ved den alarmerende stigning i mistrivsel blandt børn og unge.

Der skal sættes ind med en tidlig indsats for at forebygge at endnu flere børn og unge ender med en egentlig psykisk lidelse.

Bedre sammenhænge på tværs

Som nævnt ovenfor har vi i landsmødeperioden haft fokus på at forbedre indsatsen i forhold til mennesker med psykiske lidelser både i kommunerne og i regionerne.

Herudover er det et gennemgående tema i vores politiske indsats, at der skal være en bedre sammenhæng mellem de forskellige indsats.

Erstatning for psykiske skader af medicin

SIND har gennem årene gentagne gange rettet henvendelse til skiftende sundhedsministre for at påpege det urimelige i, at fysiske skader af medicin udløser erstatning fra Patienterstatningen, mens psykiske skader af medicin ikke gør.

Hidtil har vi ikke mødt megen forståelse – for nu at sige det mildt.

Vores – og andres – pres må alligevel have gjort indtryk, for i februar 2018 kunne man i pressen pludselig læse, at der nu ville blive ændret i reglerne, så også psykiske skader efter brug af lægemidler kunne udløse erstatning.

Den varslede ændring blev vedtaget i Folketinget i april 2018. En betydningsfuld forbedring, der dog ikke har påkaldt sig megen opmærksomhed.

Umyndiges valgret

Der har i de seneste år været en intens diskussion om den manglende valgret til mennesker, der er umyndiggjorte. SIND, LEV og en række andre organisationer har – i samarbejde med Institut for Menneskerettigheder – ofte gjort opmærksom på, at det er helt urimeligt, at mennesker, der er frataget den retlige handleevne (som det i værgemålsloven hedder, når man er gjort umyndig), ikke kan stemme ved valg til Folketinget.





SINDbladet er fortsat et vigtigt redskab i kommunikationen med medlemmerne og andre interessenter

I april 2018 fremsatte Alternativet, Enhedslisten, Radikale Venstre og SF et beslutningsforslag, som pålagde regeringen at fremsætte et lovforslag, der kan sikre, at langt flere får stemmeret.

Teknisk kan det ske ved at indføre en ny form for værgemål, så langt færre får brug for at blive umyndiggjort. En løsning som SIND i årevis har advokeret for, da denne løsning ikke forudsætter en ændring af grundloven, som skiftende regeringer ellers har brugt som argument for, at man ikke kunne gøre noget ved denne åbenlyse diskrimination.

I forbindelse med førstebehandlingen af beslutningsforslaget lovede justitsminister Søren Pape, at der vil blive udarbejdet et sådant lovforslag.

I skrivende stund er lovforslaget stadig ikke fremsat.

Psykiatriplan II

Som nævnt ovenfor lancerede den daværende regering i maj 2014 planen "Ligeværd – nyt fokus for indsatsen for mennesker med

psykiske lidelser". Planen er – i kombination med satspuljeaftalen om psykiatri for 2015-2018 – senere blevet kendt som "Psykiatriplan I."

Psykiatriplanen udløber med udgangen af 2018, så SIND har – sammen med en lang række andre organisationer og interessenter – gennem længere tid argumenteret for, at der skulle komme en Psykiatriplan II.

Oprindeligt afviste regeringen ønsket, men efterhånden som kravet voksede, voksede også erkendelsen af behovet for en ny samlet plan.

Regeringen har arbejdet på planen gennem længere tid, og SIND er kommet med input ved møder i Sundhedsministeriet, i Sundhedsstyrelsen, i Danske Regioner, i KL og ved møder med psykiatriordførerne.

Også PsykiatriAlliancen, som SIND er en del af, er kommet med input til planen.

Ved afslutningsdebatten i Folketinget den 30. maj 2018 lovede statsministeren, at der efter sommerferien ville komme en samlet ambitiøs plan for psykiatrien.

Måske er planen fremlagt, når vi mødes til landsmødet i september 2018.

Retspsykiatri

Arbejdet for bedre forhold for mennesker med psykiske lidelser, der begår kriminalitet, har også i denne landsmødeperiode fyldt meget i det politiske arbejde.

Til trods for et ønske om det modsatte har vi set en fortsat voldsom stigning i antallet af retspsykiatriske patienter.

I samarbejde med Rådet for Socialt Udsatte og Institut for Menneskerettigheder har vi været med til løbende at stille krav om forbedringer.

Rådet for Socialt Udsatte (som SINDs landsformand er medlem af) afholdt i november 2017 en stor konference om retspsykiatri, hvor der bl.a. fremkom forslag om at bede Straffelovrådet vurdere, om den nu-

værende lovgivning er relevant og dækkende.

Sammen med Institut for Menneskerettigheder afholdt SIND et debatarrangement på Folkemødet på Bornholm i juni 2018 om retspsykiatrien.

SIND har indgået aftale med to forskere fra RUC om at få gennemført en undersøgelse af det særlige forhold, at en lang række foranstaltningdomme trækker i langdrag alene eller primært på grund af rigide sagsbehandlingsregler.

Formålet er at påvise, at mange patienter fastholdes unødigt længe i en foranstaltning, og at dette samtidigt medfører et helt unødigt træk på psykiatriens ressourcer.

SIND har i landsmødeperioden medvirket i en lang række artikler om emnet. Bl.a. en meget omtalt såkaldt single fra det elektroniske tidsskrift Zetland.

Synlighed/pressen

Også i denne landsmødeperiode har SIND været særdeles synlig i medierne, hvilket de, der følger med i pressedækningen på vores facebook-side og rubrikken "SIND i medierne" i SINDbladet, har kunnet se.

Også i denne landsmødeperiode er det ofte de store og små konflikter, der giver anledning til medieomtale. Her fylder den megen mediepostyr efter drabet på Lindegården og det langtrukne politiske efterspil meget.

I den seneste del af beretningsperioden har dækningen af de mange udspil op til den forventede Psykiatriplan II også fyldt meget.

Vi har i landsmødeperioden set, at mere og mere af medieomtalen kommer fra lokale og regionale mediers omtale af SIND-aktiviteter rundt om i landet.

Landsformanden fylder stadig meget i medieomtalen, men flere og flere lokale SIND-folk tegner sig for en større og større del.

I 2017 gennemførte medieanalysefirmaet Infomedia en analyse for Landsindsatsen EN



TV2 Østjylland interviewer Erik Mønsted Pedersen, næstformand i SIND Aarhus-Samsø

6 Også i denne landsmødeperiode har SIND fortsat sit arbejde med at opnå større synlighed i medierne – med det formål at opnå politisk indflydelse

AF OS. Formålet var at afdække nyhedsmediernes dækning af psykiatriområdet. Analysen dækkede kalenderåret 2016.

Infomedia undersøgte bl.a., hvilke organisationer, der kommer til orde, når medierne dækker psykiatri-området.

Ikke overraskende topper Danske Regioner og de fem regioner listen.

Mere overraskende er det imidlertid, at SIND kommer ind på andenpladsen foran KL og de enkelte kommuner.

Man kan konstatere, at den bevidste satsning på mediemæssig synlighed har båret frugt.

Nu har vi ikke valgt at satse på mediemæssig synlighed for 'bare' at være synlige.

Formålet med den mediemæssige synlighed er, at synligheden skal bruges til at understøtte det politiske indflydelsesarbejde.

Som nævnt allerede, så ligger SIND også ganske højt, når der måles på politisk indflydelse.

SINDbladet

SINDbladet er fortsat et vigtigt redskab i kommunikationen med medlemmerne og andre interessenter.

SINDbladet citeres oftere og oftere, og der henvises tit til bladet. Vi modtager megen ros fra læsere.

I 2017/18 har vi gennemført en læserundersøgelse. Undersøgelsen viser tydeligt, at bladets læsere er meget tilfredse, og at der ikke er ønsker om ændringer.

Vi bruger fortsat mange ressourcer på at fremstille og udgive bladet.

Hjemmeside og sociale medier

SINDs tilstedeværelse på de sociale medier er nærmest eksploderet i landsmødeperioden.

Her er især Facebook af stor betydning. Vi har nu mere end 11.000 følgere. Dette er næsten en fordobling i forhold til seneste beretning. Væksten er opnået stort set uden tilkøb af markedsføring.

Via Facebook når vi med mange af vores opslag ud til virkelig mange.

Også Twitter og LinkedIn bruges flittigt – med forskellige målgrupper. SIND er også på Instagram.

I landsmødeperioden er en lang række lokalafdelinger og aktiviteter blevet synlige og aktive på Facebook.

Der er udarbejdet vejledninger til, hvordan man kan arbejde med de sociale medier.

Hjemmesiden er stadig en vigtig del af vores kommunikation med vores interessenter.

Der arbejdes løbende med at forbedre hjemmesidens indhold og form.

Der er i landsmødeperioden arbejdet intenst med at gøre det lettere at anvende hjemmesiden. Bl.a. er der udarbejdet online vejledninger.

Flere og flere lokalafdelinger bruger da også hjemmesiden.

I overensstemmelse med en tidligere beslutning har der i landsmødeperioden været arbejdet med et projekt om at flytte hjemmesiden til en ny og mere tidssvarende platform.

I skrivende stund arbejdes der med kravsspecifikation og identifikation af mulige leverandører.

Det er forventligt, at der inden landsmødet er truffet aftale om udvikling af en ny hjemmeside.

Informationsarbejdet i øvrigt

I landsmødeperioden er der løbende arbejdet med at udbygge nettet af foredragsholdere.

Antallet af foredragsholdere er øget fra 12 til 18, og flere kommer hele tiden til.

Samtidig med at antallet af foredragsholdere stiger, stiger også efterspørgslen.

Vi oplever fortsat høj efterspørgsel på foldere og brochurer.

Også i denne landsmødeperiode har SIND været tilstede og meget synlige på Folkemødet på Bornholm i juni. Vi oplever

hvert år stor interesse for dialog og debat med SIND.

Alle årene har vi haft egne arrangementer, og vi har deltaget i andre organisations arrangementer.

I 2018 har lokalafdelingen på Bornholm igen været en meget aktiv deltager i vores arrangementer på Folkemødet.

I alle årene har SIND været en aktiv deltager i psykiatriforeningernes fælles årlige Psykiaritopmøde den første lørdag i oktober måned.

I 2018 er der 10 års jubilæum, og topmødet holdes i Imperial i København.

Foruden at være med til at sætte fokus på psykiatrien, har vi benyttet topmøderne til at hverve nye medlemmer.

SIND har i hele landsmødeperioden været medarrangør og/eller deltaget med oplægsholdere i en lang række arrangementer landet over. Her har arrangementer i forbindelse med Sindets Dag den 10/10 fyldt rigtigt meget.

Vi har generelt oplevet en stigende interesse for at høre vores stemme.



Folkemødet 2017

6 Antallet af lokalafdelinger er i landsmødeperioden vokset med fem – til nu i alt 49

Politiske handleplaner

Landsmødet i 2015 vedtog fem politiske handleplaner:

1. SIND vil fortsætte arbejdet for at fremme lighed i sundhed.
2. SIND vil arbejde for at rette op på de uheldige konsekvenser af de såkaldte velfærdsreformer.
3. SIND vil arbejde for at reducere anvendelsen af tvang i psykiatrien.
4. SIND vil arbejde for bedre forhold for mennesker med psykiske lidelser, der tiltales for strafbare handlinger.
5. SIND vil arbejde for at forbedre den psykosociale indsats i kommunerne.

I **Bilag II** er der en status på handleplanerne.

Hovedbestyrelsen har evalueret arbejdet med handleplanerne. Det var vurderingen, at arbejdet med de politiske handleplaner havde været tungt. Udbyttet stod ikke mål med anstrengelserne (selvom arbejdet og de politiske diskussioner i sig selv havde været frugtbare).

HB har besluttet ikke at udarbejde forslag til politiske handleplaner for den kommende landsmødeperiode. HB har i stedet udarbejdet et forslag til en politisk udtalelse til behandling på landsmødet.

I tidligere landsmødeperioder har der været en del udskiftninger i Hovedbestyrelsen. I denne landsmødeperiode har der ikke været udskiftninger – bortset fra at enkelte regioner har udskiftet deres repræsentant.

På grund af sygdom og travlhed har der naturligvis været afbud – nogle gange endda en del. Men der har ikke været udskiftning undervejs.

Organisatorisk

Organisatorisk har landsmødeperioden budt på flere medlemmer, flere lokalafdelinger og en styrkelse af det organisatoriske arbejde.

Hovedbestyrelsen fotograferet umiddelbart efter landsmødet 2015. Jens Ibsen var fraværende

Foreningens ledelse

Hovedbestyrelsen er foreningens øverste myndighed mellem landsmøderne.

Hovedbestyrelsen består af den daglige ledelse, fem landsmødevalgte medlemmer, to landsmødevalgte repræsentanter for de landsdækkende aktiviteter og et medlem fra hver af regionskredsene. I alt 15 medlemmer.

Ansatte i SIND kan ikke være medlem af hovedbestyrelsen.

Hovedbestyrelsen afholder fire møder om året. Et af de årlige møder afholdes som et todagesmøde, hvor de regionskreds- og udvalgsformænd, der ikke er medlemmer af HB, er inviteret med.

Forud for HB-møderne har der i en del af landsmødeperioden været afholdt et kort møde mellem Daglig Ledelse og regionskredsformændene med det formål at udveksle erfaringer på tværs af regionskredsene.

I denne landsmødeperiode har HB som noget nyt gennemført diskussioner om politiske emner. Disse har nogle gange ført til, at Hovedbestyrelsen har vedtaget en udtalelse og/eller en pressemeddelelse, og i et enkelt tilfælde, ført til, at HB har vedtaget et politikpapir. Dette var et politikpapir om vores holdning til medicinsk behandling.

Endelig har HB – på baggrund af et skriftligt oplæg – gennemført en drøftelse af forebyggelse af psykiske lidelser.

Daglig Ledelse har ansvaret for den daglige drift og den politiske ledelse af foreningen under ansvar overfor hovedbestyrelsen. Daglig Ledelse består af landsformanden og to landsnæstformænd.

Daglig Ledelse mødes som udgangspunkt en gang hver måned. Mellem møderne kan der træffes afgørelser elektronisk (via e-mail, telefonisk eller på anden måde). Daglig Ledelse kan på den måde træffe afgørelse med dags varsel.

I den sidste del af landsmødeperioden har Daglig Ledelse afholdt møder med hver af de fem regionskredsbestyrelser.

Formålet med disse møder er, at DL og regionsbestyrelserne lærer hinanden bedre at kende, og at etablere en direkte dialog mellem de enkelte bestyrelser og DL. I skrivende stund har der været afholdt sådanne møder med tre af de fem regionskredsbestyrelser.

På hjemmesiden kan man – under menu-punktet "For dig, der er aktiv i SIND – Forum for tillidsvalgte i SIND" – finde referater af samtlige møder i DL og HB.





Hvervning af nye medlemmer ved Psykiatritopmødet 2016

Kredse og lokalafdelinger

I skrivende stund er der fem regionskredse og 49 lokalafdelinger. Antallet af lokalafdelinger er vokset med fem siden landsmødet i 2015.

Regionskredsene varetager og udøver SINDs interesser i kredsens område indenfor rammerne af vedtægterne og under ansvar over for hovedbestyrelsen.

Indenfor regionskredsens geografiske område etableres lokalafdelinger dækkende én eller flere hele kommuner.

Rammerne for SINDs regionale og lokale struktur er reguleret i "Principper for SINDs regionale og lokale struktur," der er vedtaget af landsmødet.

Regionskredsene fungerer naturligt nok forskelligt, og der er tydelige forskelle på indhold og form.

I landsmødeperioden har der (som et for-søg) været arbejdet med støtte fra sekretariatet til Regionskreds Sjælland.

Dette har der været stor tilfredshed med, og der regnes med, at der i den kommende landsmødeperiode vil kunne ydes en sådan støtte til to regionskredse.

De organisatoriske handleplaner

Landsmødet i 2015 vedtog fem organisatoriske handleplaner:

6. SIND vil fortsætte arbejdet med at hverve og fastholde medlemmer.
7. SIND vil konsolidere og videreudvikle frivilligpolitikken.
8. SIND vil i landsmødeperioden styrke arbejdet i regionskredsene.
9. SIND vil i landsmødeperioden udarbejde og igangsætte en plan for et samlet organisatorisk værktøj, der understøtter det regionale og lokale arbejde samt sikrer beslutningsveje og grundlag samt vidensopsamling og historik.
10. SIND vil i landsmødeperioden facilitere, at der regionalt og lokalt bliver indgået aftaler med regionale og lokale SIND aktiviteter.

I **Bilag II** er der en status på handleplanerne og forslag til organisatoriske handleplaner for den kommende landsmødeperiode.

Udvalg og arbejdsgrupper

SIND har i landsmødeperioden haft fire faste **udvalg**:

- Uddannelsesudvalget
- PR-udvalget
- Brugerudvalget
- Pårørendeudvalget

I **Bilag I** er der en kort beretning fra hver af udvalgene.

Der har i landsmødeperioden hvert år i januar været afholdt en fælles konference for alle medlemmerne af de fire udvalg.

Konferencen har været en mulighed for at drøfte emner, der går på tværs af udvalgene, og for at lære af hinanden.

Uddannelsesudvalget og PR-udvalget har primært et udførende formål. Uddannelsesudvalget planlægger og gennemfører landsforeningens kurser og konferencer – foruden den traditionelle sommerhøjskole. PR-udvalget redigerer SINDbladet og står for udgivelse af landsforeningens mange publikationer og for indkøb af merchandise.

Bruger- og Pårørendeudvalget har også udførende opgaver, men har primært til opgave at sørge for, at SIND fortsat opfattes som en organisation for både brugere og pårørende.

Det er besluttet, at Uddannelsesudvalget fremover også skal arbejde med SINDs frivillighedspolitik.

I landsmødeperioden har HB nedsat et antal **arbejdsgrupper**.

Forberedelsen af HB's drøftelser af hver af de politiske handleplaner blev gennemført af arbejdsgrupper (en for hver plan).

I november 2015 nedsattes en arbejdsgruppe, der – sammen med sekretaria-

tet – skulle udarbejde et udkast til en implementeringsplan for de organisatoriske handleplaner.

I august 2016 nedsatte HB en arbejdsgruppe, som skulle arbejde med hvervning af nye medlemmer.

I juni 2017 nedsatte HB en arbejdsgruppe til forberedelse af en konference om psykisk miljø i boligbyggeri i samarbejde med Realdania.

Sekretariatet

Sekretariatet har i hele landsmødeperioden været lokaliseret i Handicaporganisationernes Hus i Taastrup.

Staben består i dag af:

- Ole Riisgaard, direktør
- Helene Kemp, organisationskonsulent
- Henrik Harring Jørgensen, kommunikationschef
- Ilse Helene Vinther, økonomiansvarlig
- Emilie Staunstrup, medlemssekretær/organisationskonsulent
- Anders Michaelsen, medlemssekretær/webmedarbejder m.m.
- Diana Ziwes, bogholderiassistent
- Jakob Clausen, receptionist



I landsmødeperioden er der kommet fem lokalafdelinger til. Her er der møde om oprettelse af lokalafdeling i Brønderslev

6 I 2017 modtog Den Landsdækkende Telefonrådgivning i alt knap 8.000 opkald

- Camilla Larsen, bogholderiassistent
 - Lene Romby, bogholderiassistent
- Hovedbestyrelsen benytter lejligheden til at takke medarbejderne for en stor indsats i landsmødeperioden.

Aktiviteter

SIND driver, alene eller i samarbejde med andre, en række aktiviteter på lands-, regionalt eller lokalt plan.

Disse aktiviteter drives efter principper vedtaget på landsmødet.

Ved SIND aktiviteter forstås de aktiviteter, der er styret af eller helt/overvejende er finansieret af SIND. SIND vil skabe rum og rammer for aktiviteter, der kan tilpasses de mangeartede lands-, regionale og lokale virkeligheder, og samtidig sikre, at de er i tråd med SINDs vedtæger og de værdier, SIND hviler på.

Alle aktiviteter, der bærer – eller gør brug af – SINDs navn eller logo, skal være i overensstemmelse med SINDs formål, vision og mission.

I landsmødeperioden er **SIND Ungdom** ophørt med at være en landsdækkende ak-

tivitet i SIND og er blevet en selvstændig organisation.

Foreningen for børn med angst har indmeldt sig kollektivt i SIND og er godkendt som en landsdækkende SIND aktivitet.

Der er endelig indgået aftale med **SIND Pårørenderådgivning**, der er blevet en landsdækkende SIND aktivitet.

Der er – så vidt vides – stadig ikke indgået formelle aftaler mellem regionskredse og regionale aktiviteter eller mellem lokalafdelinger og lokale aktiviteter.

Indgåelse af sådanne aftaler er en opgave for regionskredse og lokalafdelinger i den kommende landsmødeperiode.

Nedenfor findes en kort omtale af de landsdækkende aktiviteter.

Den Landsdækkende Telefonrådgivning

Den Landsdækkende Telefonrådgivning, der har eksisteret siden 2011, er etableret som et samarbejde mellem rådgivningerne i Aarhus, Odense og Hillerød. Psykologrådgivningen i København var oprindeligt med, men er i landsmødeperioden udtrådt af samarbejdet.

Rådgivningen ledes af en styregruppe bestående af rådgivningscheferne og en eller to repræsentanter for SINDs Daglige Ledelse.

Der er adgang til den telefoniske rådgivning hverdage kl. 11:00-22:00 og søndage kl. 17:00-22:00.

I 2017 modtog rådgivningen knap 8.000 opkald, og antallet af henvendelser er fortsat i stigning.

Det fortsatte store antal henvendelser afspejler, at flere og flere brugere og pårørende føler sig isolerede eller at de ikke bliver hørt.

I visse tilfælde henvises der videre til bisidderordningen – se umiddelbart nedenfor.

I november 2017 fik vi en stor donation fra TrygFonden til Den Landsdækkende Telefonrådgivning. Det betyder, at telefonrådgivningen er sikret en god økonomi i tre år.

Bisidderordningen

Enhver, der er part i en sag, kan på ethvert tidspunkt vælge at lade sig bistå af andre. Dette følger af forvaltningsloven.

SIND har etableret et netværk af bisidder. Ordningen administreres af Den Landsdækkende Telefonrådgivning, og ønsker man en bisidder, skal man henvende sig til telefonrådgivningen, der hjælper med at etablere kontakt til en bisidder.

Vi kan ikke garantere, at det altid er muligt at skaffe en bisidder.

Gennem en aftale med borgeren sikres det, at forventningerne er afstemt.

Det er et krav, at bisidderne accepterer, at de har tavshedspligt, at de skal deltage i supervision – og at de accepterer, at der indhentes en børneattest.

Bisidderne får tilskud til telefonregning og får udgifter til transport refunderet.

Skizofreniforeningen

Skizofreniforeningen er en aktivitet i SIND, som arbejder for et bedre liv for mennesker med skizofreni.

Skizofreniforeningen har en selvstændig bestyrelse og står for en lang række arrangementer, hvor man har fokus på skizofreni og det at være ramt af denne lidelse.

I landsmødeperioden har foreningen bl.a. afholdt en stor høring i Folketingets Fællessal. Temaet var "Input til en ny psykiatriplan, ønsker og drømme."

Foreningen for børn med angst

Siden februar 2017 har Foreningen for børn med angst været en landsdækkende aktivitet i SIND.

Foreningens formål er at hjælpe nye og erfarne forældre til børn med angst til at få en lettere vej gennem det etablerede system samt at sikre, at børn og forældre altid kan finde hjælp og støtte.



Holger Steinrud og Poul Nyrup Rasmussen ved Skizofreniforeningens høring på Christiansborg i april 2017



Niels Anders Poulsen og Jonna Winther fra SIND Pårørenderådgivning på vej til møde med Folketingets Beskæftigelsesudvalg

Foreningen tager udgangspunkt i, at angst er en naturlig følelse, som kan behandles, og at man kan komme sig.

Foreningen afholder jævnligt arrangementer, hvor forældre til børn med angst kan mødes og udveksle erfaringer.

Foreningen har et højt aktivitetsniveau på Facebook – bl.a. et flittigt anvendt lukket forum for ca. 1.500 forældre – og når dermed mange familier, der ikke altid kan komme hjemmefra til arrangementer.

SIND Pårørenderådgivning

SIND Pårørenderådgivning har eksisteret som et tilbud til pårørende i Aarhus/Midtjylland i mere end 25 år.

I de senere år har rådgivningen også beskæftiget sig med projekter indenfor arbejdsmarkedsområdet under aktiviteten "SIND Erhverv."

Rådgivningen er – som det fremgår ovenfor – en del af Den Landsdækkende Telefonrådgivning.

Blandt de mange projekter var 2015-2017 et samarbejde med fire kommuner, målrettet børn og unge under 18 år, der er pårørende. Ca. 4.000 elever deltog i undervisningsforløb som led i projekt 'Psykelhjem'.

I foråret 2018 er der indgået aftale om, at SIND Pårørenderådgivning bliver en landsdækkende aktivitet i SIND.

Dette betyder for det første, at tilbud til pårørende forsøges udbredt til hele landet – i samarbejde med SINDs lokalafdelinger. Det betyder for det andet, at rådgivningen vil forsøge at udbrede SIND Erhverv til hele landet.

Hvad det derudover konkret kommer til at betyde, må fremtiden vise.

Foreningen for børn med angst blev i februar 2017 en del af SIND. Her er sforeningens formand Mia Kristina Hansen ved Folkemødet på Bornholm i 2017

BenzoRådgivningen

BenzoRådgivningen er en separat rådgivning, der tilbyder information og rådgivning om afhængighed af sove- og nervemedicin (benzodiazepiner) til brugere, pårørende og sundhedspersonale.

Rådgivning tilbydes dels telefonisk, dels rundt om i landet i en række kommuner. Der er p.t. åben anonym rådgivning i fem kommuner.

Rådgivningen arbejder for tiden på at udvide rådgivningen til emner vedrørende andre typer medicin – herunder antidepressiva.

Peer-projekter

Ved satspuljeaftalen i 2014-2017 blev der ydet støtte til tre projekter om ligestillet støtte (peer-to-peer-støtte), hvor mennesker med brugererfaring støtter folk, der aktuelt har en psykisk lidelse, og til etablering af Peer-Netværket Danmark, der er et landsdækkende netværk for de, der arbejder som peers. SIND indgår i ledelsen af netværket.

SIND er deltager i alle de nævnte projekter. Hertil kommer, at der efterfølgende



er etableret en række lokale peer-projekter. Mange med SIND-deltagelse.

Det er lykkedes at skaffe finansiering til videreførelse af Peer-Netværket Danmark til medio 2020, mens dette ikke er tilfældet for de tre regionale projekter (i hhv. Region Hovedstaden, Region Sjælland og Region Midtjylland).

SIND og Det Sociale Netværk har etableret et partnerskab med det formål at forsøge at sikre videreførelse af eksisterende projekter samt etablering af nye lokale/regionale peer-projekter.

Protektor og ambassadører

SIND har den store glæde, at Hendes Kongelige Højhed Kronprinsesse Mary er protektor for landsforeningen.

SIND fik i 2006 sin første ambassadør Diana Benneweis. I 2008 fulgte Poul Nyrup Rasmussen, og i 2015 fulgte så udnævnelsen af SINDs tredje ambassadør Mathilde Falch.

Vores ambassadører har på hver deres måde bidraget til at fremme sagen.

Diana Benneweis har – til trods for, at hun har trukket sig tilbage fra arbejdsmarkedet – fortsat optrådt ved en række arrangementer, og Mathilde Falch har været en flittig gæst ved mange SIND-arrangementer i løbet af landsmødeperioden.

Samarbejdet med andre

Også i denne landsmødeperiode har SIND samarbejdet med en lang række foreninger og organisationer herhjemme og internationalt.

Danske Handicaporganisationer

Det fremgår af SINDs vedtægter, at vi er en del af DH. Dette understreger det særlige forhold, SIND har til DH.

Gennem DH er SIND en del af handicapbevægelsen i Danmark – og internationalt.

Siden 2014 har SINDs landsformand været medlem af DH's forretningsudvalg.

Tak!
I er med til at holde
sammen på det hele!

PsykiatriNetværket

SIND har gennem de seneste ti år været en af de aktive deltagere i samarbejdet mellem psykiatريفoreningerne i PsykiatriNetværket.

PsykiatriNetværket afholder hvert år Psykiatritopmødet den første lørdag i oktober.

PsykiatriAlliancen

SIND var – sammen med Psykiatrifonden og Dansk Psykiatrisk Selskab – initiativtager til etablering af det brede samarbejde i PsykiatriAlliancen.

Alliancen består af 33 organisationer, der repræsenterer brugere, pårørende og fagfolk med relation til psykiatrien.

Danske Patienter

På landsmødet i 2015 blev det vedtaget at opfordre Hovedbestyrelsen til at drøfte et eventuelt medlemsskab af Danske Patienter.

Det skete over flere møder.

På HB-mødet i november 2016 blev det besluttet ikke at søge medlemsskab for nuværende, men at vente og se tiden an til efter næste landsmøde.

Andet samarbejde

Udover de nævnte formelle samarbejdsrelationer har SIND et tæt bilateralt samarbejde med en lang række organisationer.

Udover de allerede nævnte kan vi nævne, at vi har et nært samarbejde med faglige organisationer som fx FOA, Psykologforeningen, Ergoterapeutforeningen, Fysioterapeutforeningen, Socialpædagogerne, Lægeforeningen, Dansk Socialrådgiverforening og Dansk Sygeplejeråd.

Regn på 'solskinsøen'. SINDs landsformand på Speakers Corner, på Folkemødet 2016.

Opmærksomme miner ved foredrag.
SINDs sommerhøjskole

Også LAP og Bedre Psykiatri skal her nævnes som nære samarbejdspartnere.

Endelig skal Psykiatrifonden nævnes som én af vores nære og kære samarbejdspartnere.

Mange andre kunne nævnes her. Ingen nævnt – ingen glemt.

Repræsentationer

Også i denne landsmødeperiode har SIND været repræsenteret i en lang række råd og nævn.

Blandt disse skal her nævnes Rådet for Socialt Udsatte og Det Centrale Handicapråd – samt Sundhedsstyrelsens Psykiatriudvalg, hvor SINDs landsformand er repræsenteret.

Internationalt

Også i denne landsmødeperiode har vi fortsat vores engagement i Mental Health Europe og EUFAMI.

Mental Health Europe

SIND er medlem af organisationen Mental Health Europe, som repræsenterer foreninger over hele Europa, der arbejder aktivt med psykisk sundhed.

EUFAMI

SIND er medlem af den europæiske samarbejdsorganisation for pårørende til sindslidende (European Federation of Associations of Families with Mental Illness). EUFAMI har 48 medlemsorganisationer i 25 lande.

SIND Mental Health

SIND Mental Health er SINDs faste arbejdsgruppe vedrørende psykisk sundhed og forhold vedrørende psykiatri i udviklingslande. SIND Mental Health har p.t. projekter i Uganda og Rwanda.

Tak

Også i år skal der lyde en stor tak til alle i SIND. Tak til dig, der bidrager med dit kontingent. Uden dit bidrag ville vi ikke kunne gøre alt det, som vi gør.

Også tak til dig, der valgte at bruge en del af din tid på at være aktiv i SIND. Uanset om du bruger et par timer om ugen som frivillig i en SIND-klub, eller du er næsten fuldtidsbeskæftiget som aktiv i en betyrelse eller lignende, skal du have en stor tak for indsatsen.

Endelig en stor tak til de ansatte i sekretariatet og aktiviteterne. Tak for indsatsen.





Skolestart:

Afsæt god tid til skiftet fra ferie til hverdag

I familier med børn, der er psykisk sårbare eller har en diagnose som fx angst, kan skolestarten i august skabe bekymringer og negative følelser. Dialog, anerkendelse og fokus på de positive tanker er nogle af rådene fra formanden for Foreningen for børn med angst, Mia Kristina Hansen

AF JIMMI CHOI BRINK JENSEN

Skiftet fra sommerferiens lave hvilepuls og hygge under solen til hverdagens hektiske skolegård kan være en udfordring i alle børnefamilier. Navnlig i familier med børn, der er psykisk sårbare eller har en diagnose, kan gensynet med klassekammeraterne og hverdagens puls skabe usikkerhed.

For børn med fx angst kan tanker om skolestart virke både overvældende og angstprovokerende. Og så melder alle bekymringstanker fra tidligere på året sig igen: Hvordan skal barnet klare sig i alt det nye? Man håber på, at det kommende skoleår bliver bedre end det forgående, men man tør knap nok tro på, at det sker.

For forældre til børn med angst er skolestart derfor også en tid med mange negative følelser. Samfundet lægger stor vægt på, at børn klarer sig godt i folkeskolen med gode karakterer og får sig en uddannelse – ellers ser fremtiden sort ud. Hvis barnet ikke vil i skole, er der derfor en tendens i samfundet til, at man peger fingre af forældrene og mener, at det er dem, der ikke gør det godt nok.

Stress

Mia Kristina Hansen, der er formand for Foreningen for børn med angst, har selv en søn, der har kæmpet med angst. Hun fortæller, at man ofte både skal forsvare sig selv og sit barn, for det må jo være et tegn på dårlig opdragelse, hvis barnet er så ramt af angst, at det ikke vil i skole.

“Mange forældre ender med selv at gå ned med stress på grund af det,” siger hun.

Hun understreger også, at der ikke findes nogen nem løsning på udfordringerne. Tvært-



Foto: SIND

Mia Kristina Hansen

imod er det vigtigt, at man ikke underkender, hvor svært det er, at få hverdagen til at hænge sammen, når ens barn kæmper med angstsymptomer. Men der er alligevel gode råd at hente, siger hun.

De gode tanker

Selvom barnet er angstramt, skal man finde en indre ro og tro på, at det nok skal gå. Man skal forsøge at give slip på alle de negative tanker og fokusere på alt det gode, der lykkedes i hverdagen.

Mia Kristina Hansen sammenligner processen med at spise på restauranten Running Sushi. Her kører forskellige former for sushi forbi på samlebånd ved bordene, og gæsterne vælger så de stykker, de vil spise. Ligesom man kun tager de stykker, man godt kan lide, skal man tage fat i de gode tanker og lade de dårlige tanker køre forbi, siger hun.

I det hele taget er det vigtigt, at forældre til børn med angst ikke lytter til de negative røster i samfundet, og at de undgår at påtage sig skylden, hvis barnet ikke vil i skole.

“Forældre kan godt bebrejde sig selv, når ens barn har det svært, men man skal i stedet forsøge at være sin egen bedste ven. Du skal forestille dig, at hvis din egen bedste ven eller veninde henvendte sig til dig, hvad ville du så sige til dig selv?” forklarer Mia Kristina Hansen.

Dialog

Derudover er det også vigtigt, at man får talt ud med sit barn om udfordringerne, men det gælder om at ramme den svære balance, hvor man ikke samtidig får givet energi til alt det negative. Det er vigtigt, man også i samtalen lægger vægten på anerkendelsen og får givet roen videre til sit barn.

I den proces skal man huske på, at selvom ens barn er ramt af angst og måske ikke kan passe en almindelig skolegang i perioder, så kan det godt lykkes. Selvom det kan være svært at se, så er der også positive sider. Børn med angst lærer meget om dem selv, når de tackler udfordringerne i hverdagen: De lærer fx at kigge indad og reflektere i langt højere grad end andre børn, og det er vigtige egenskaber, de kan bruge senere i livet.

I det hele taget er det vigtigt, at man husker at rose sig selv og sit barn, især når der er svære perioder som fx omkring skolestart, mener Mia Kristina Hansen.

Et af hendes vigtigste råd er: “Husk at sige til dig selv, at du gør det godt nok. Det er dig, der kender dit barn bedst,” siger hun.

SIND Pårørenderådgivning gearer op

Midtjylland har gennem mere end 25 år været hjemmebanen for SIND Pårørenderådgivning og flertallet af projekterne, men de 13 ansatte og 15 faste frivillige retter nu også blikket mod resten af Danmark, efter rådgivningen har fået ny status som landsdækkende aktivitet i SIND



AF HENRIK HARRING JØRGENSEN



Louise Isaksen, Louise Kokholm Ladefoged, Niels Anders Poulsen., Jane Ahle, Joan Stæhr, Henrik Bach Poulsen og forrest Jannie Kolbye Rasmussen

Når SIND Pårørenderådgivning til efteråret rykker ind i nye lokaler på Børglumvej i udkanten af Aarhus, er det en passende lejlighed til at opdatere vægudsmykningen med en masse Danmarkskort. Rådgivningen har nemlig denne sommer ændret status fra en lokal til en landsdækkende aktivitet i SIND. Ændringen betyder, at de 28 ansatte og frivillige fremover i endnu højere grad vil op-søge inspiration, samarbejdspartnere og projekter i resten af Danmark.

Gennem mere end 25 år har SIND Pårørenderådgivning først og fremmest mødt midtjyder i Risskov, som fortsat er hjemmebanen. Men dertil kommer masser af telefonsamtaler med borgere fra hele landet – sidste år blev det til 8.000 opkald til SINDs landsdækkende telefonrådgivning – og masser af møder i andre kommuner med både borgere og samarbejds-

partnere. SIND Pårørenderådgivnings omsætning lå sidste år på 5,8 mio. kr.

“Ændringen til en landsdækkende aktivitet betyder først og fremmest, at formalia kommer til at svare til virkeligheden: Gennem alle årene har SIND Pårørenderådgivning haft tradition for at opsøge samarbejde og sparring i hele Danmark. Ambitionen fremover er i langt højere grad at styrke dialogen med andre. Både internt med SINDs frivillige og eksternt med nuværende og kommende samarbejdspartnere,” siger lederen af SIND Pårørenderådgivning, Niels Anders Poulsen. Han tilføjer, at Pårørenderådgivningen fortsætter uændret med egen bestyrelse og eget budget. Det nye er, at rådgivningen bliver en del af SINDs medlemsdemokrati og får et mere landsdækkende fokus.

SIND Erhverv

Pårørenderådgivningen har en bred vifte af aktiviteter. Som i mange andre dele af SIND er hjerteblodet den nære rådgivning til mennesker, der har det svært. Rådgiverne har indgående erfaring med at hjælpe telefonisk, i samtalegrupper eller ved personlige møder. Derudover har teamet i Risskov meget viden om, hvordan ideer til nye projekter kan realiseres og finansieres sammen med andre – eksempelvis foreninger, jobcentre og socialforvaltninger. Og om, hvordan man kan drive projekter.

“Sådan som hverdagen er i psykiatrien og på arbejdsmarkedet, er der et enormt behov for hjælp til mennesker, der er ramt af psykisk sårbarhed eller sygdom, og til deres pårørende. Samtidig har vi desværre en situation, hvor flere og flere aktører ansøger de samme steder om økonomisk støtte til projekter, som det derfor kan være sværere at få finansieret. Også derfor er det en god ide, at vi rykker tættere sammen med resten af SIND og samarbejder om at styrke hinandens kompetencer, når det gælder start og drift af projekter,” siger Niels Anders Poulsen.

SIND Pårørenderådgivning har en årelang tradition for at skabe nye tilbud i samarbejde med kommuner. Fx er det treårige projekt “Psykelhjelm,” der bl.a. omfattede rådgivningsforløb med 400 børn og unge fra fire midtjyske kommuner, netop afsluttet. Aktuelt samarbejdes der med tre kommuner om at hjælpe borgere, der er tilkendt fleksjob, ind på arbejdsmarkedet. Erfaringerne herfra samles i SIND Erhverv. Flere nye projekter er på vej i takt med, at finansieringen falder på plads.

SIND

Pårørenderådgivning

- Er en selvejende institution med base i Aarhus. Til daglig står 13 ansatte og 15 faste frivillige bag aktiviteterne. Omsætningen nåede sidste år op på 5,8 mio. kr.
- Har i mere end 25 år hjulpet pårørende og mennesker, ramt af psykisk sårbarhed eller sygdom. Enten via rådgivning eller via projekter i samarbejde med andre.
- Læs mere på www.sindpaaroerende.dk/

Det mener SIND

SINDs landsformand Knud Kristensen: “Vi er glade for SIND Pårørenderådgivnings ønske om at blive en landsdækkende aktivitet. Gennem mere end 25 år har Pårørenderådgivningen været et rigtig godt tilbud – først i det daværende Århus Amt og senere i Region Midtjylland. Vi håber, at vi med tiden kan udbrede det gode tilbud fra Midtjylland til endnu flere dele af Danmark.”



Pressefoto, SIND

OUTSIDEREN

- ser psykiatrien indefra

Er du psykiatribruget, og synes du ikke, at du bliver hørt? Har du lyst til at gøre brugerne mere synlige i debatten? Så er Outsideren noget for dig.

Outsideren er et unikt online-fællesskab om psykiatri og psykisk sygdom, da det er brugerne, der selv producerer indholdet og står for driften. Du kan bidrage til Outsiderens arbejde, uanset hvor du bor i landet. Gå ind på Outsideren.dk og se, hvordan du kommer med ombord.

Hjælp os med at gøre psykiatribrugetens stemme stærkere!

outsideren.dk

Tlf. 81 11 76 64

redaktion@outsideren.dk



Skizofreniforeningen sætter fokus på sundhed i krop og sind

Hvordan lever man et sundt liv som person, der er ramt af skizofreni? Det zoomer Skizofreniforeningen ind på til efteråret ved flere arrangementer. Du kan bl.a. møde forfatteren Frank Angelsø, der efter 23 måneders indlæggelse nu lever et normalt liv med både arbejde og fritidsinteresser

AF JIMMI CHOI BRINK JENSEN

Temaet er "en bedre sundhed for skizofreniramte," når Skizofreniforeningen til efteråret afholder flere foredrag. Foredragsholderne vil fortælle om, hvordan de lever et sundt liv som skizofreniramte efter at have været i behandling.

Bente Friberg, der er formand for Skizofreniforeningen, siger:

"Det er selvfølgelig vigtigt, at der er meget fokus på behandling. Men man skal huske på, at der også er resten af livet, som skal være godt."

En af de personer, man kan se frem til at høre, er Frank Angelsø, der er forfatter til bogen *Tro, håb og psykose* om hans egen kamp med skizofreni.

I dag lever Frank et normalt liv med både arbejde og fritidsinteresser. Men rejsen, han har været igennem for at nå dertil, har både været lang og har taget tid. Under hans indlæggelse var der mange opgaver, som blev varetaget for ham. Derfor var det også svært at vende tilbage til en hverdag, hvor han igen skulle have ansvaret for sig selv, uden andre kom med løsningen for ham. "Da jeg kom ud i det åbne igen, skulle jeg først til at lære at begå mig i verden. Jeg skulle genlære, hvordan det hele hænger sammen."

Det tager tid at genopbygge selvværdet og selvtilliden, når selv de små ting i hverdagen virker overvældende.

"Det kan fx føles som et helt overgreb at gå ned i Føtex og handle ind," siger Frank. Han understreger, at man er nødt til at turde tage udfordringen op og gøre tingene, selvom de kan virke svære. For ham var det fx en løsning at gå ned og handle ind

Frank Angelsø



Pressefoto

om aftenen, hvor der ikke var så mange andre mennesker.

Frank tilføjer, at selvom det kan være svært at bede andre om hjælp, så kan det være nødvendigt. Også selvom det, man skal have hjælp til, kan virke som bagateller.

"Nogle gange er det noget superlavpraktisk, jeg skal have hjælp til. Det kan være et opkald eller møde i banken, der provokerer mit sind," fortæller han.

Selvrefleksion

Et af de værktøjer, som Frank bruger den dag i dag til at holde sig sund, er den konstante selvrefleksion. Når sindet kommer med faresignaler, så dykker han ned i følelsen og spørger sig selv: "Kære krop, kan det nu være rigtigt?"

"Jeg kan fx godt føle, jeg er bange for at rejse med fly. Den følelse er jeg nødt til at 'dele op' for at finde ud af, hvad jeg egentlig er bange for. Er det for at købe en bil-

Adventure Race er en ekstrem holdsport, der er en blanding af disciplinerne MTB-cykling, løb, sejltur i kano/kajak og inliners (rulle-skøjter – red.) med orientering. Løbet foregår i et for deltagerne ukendt terræn og kan vare mange timer. Til august skal Frank Angelsø deltage i et Adventure Race, der strækker sig over 60 timer.

let? For at sidde ude i lufthavnen? Måske jeg er bange for at dø. Den følelse tager jeg så og arbejder med," fortæller han.

Motion er vigtig

Motion fylder også meget i Franks Angelsøs liv. Han dyrker Adventure Race, der er en ekstrem holdsport med fx klatring, kano-sejlads og løb gennem mange timer. Sporten er meget krævende, og under forberedelserne kan han udfordre sig selv og føle, hvor han er. For at kunne deltage er han ikke kun nødt til at være i god form fysisk og spise sundt, det mentale er også nødt til at være i orden. For hvis han ikke er psykisk stærk, er han nødt til at hoppe fra.

Fokus på det positive

Et af Frank Angelsøs vigtigste råd er at rose sig selv i hverdagen: Man skal huske at fokusere på de gode ting, der er lykkedes, og som man rent faktisk kan.

"Så kan jeg godt efter en lang dag sige til mig selv: Det er fandeme godt klaret, Frank. Det er ok taget, det dér," slutter han.

Foredrag hos Skizofreniforeningen

23. august: Tre personer, der er ramt af skizofreni, fortæller om, hvordan de holder sig sunde både fysisk og mentalt.

20. september: Foredrag med Frank Angelsø, der fortæller om sin bog *Tro, håb og psykose*. Han fokuserer på tiden efter indlæggelsen, og hvordan han undgår tilbagefald.

Tidspunkt: Kl. 17.00-19.00 begge dage.

SIND Frederiksbergs lokaler, L.I. Brandes Alle 1, 1956 Frederiksberg.

Se mere på www.skizofreniforeningen.dk

www.sind.dk/webshop



PJECER

- Skizofreni*
- Samvær med mennesker med psykoseproblemer*
- Værd at vide om depression*
- Medicinafhængighed – information og rådgivning om sove- og nervemedicin
- Borderline*
- Portræt af en pårørende*
- Bipolar lidelse hos voksne

FOLDERE

- Vi har brug for din støtte. (Hvervefolder)*
- Bliv frivillig i SIND-nettet*
- Få en frivillig besøgsven fra SIND-nettet*
- Bestil eller bliv foredragsholder*
- Tag en bisidder med*
- Arvefolder*
- Valgfolder (kun download)*
- SINDs ønsker til udviklingen af peer-støtte*
- Børn og unge pårørende

ANDET

- Logoclips, pose med 20 stk. 25,-
- Regnponcho til engangsbrug, SIND-logo på for- og bagside 10,-
- Lykønskningskort og specialkuvert, A7-format 10,-
- Lykønskningskort, A6-format 10,-
- Taske med SIND-logo og plads til ringbind 25,-
- Sort T-shirt med SIND-logo. Str: S-7XL 100,-
- Plasticposer med SIND-logo (295 × 390 mm) Gratis
- Rollup stander (ikke på lager, men kan leveres). Ved levering kan tekst m.m. "skræddersys." Kontakt SINDs sekretariat for pris
- Pins 7,-
- Rygpose, sort med rødt logo 22,-
- Nøglering m. møntholder 10,-
- Hvid kuglepen 7,50
- Visitkort om SINDs landsdækkende telefonrådgivning Gratis
- Bogmærker Gratis
- Keyhanger 13,-
- Balloner, 10 stk. 12,-
- SIND-blokke, A5, 20 sider. 5 stk. 50,-
- Antistressbold 15,-
- Sort A4-mappe med SIND logo 20,-

Materialet er gratis, såfremt der ikke er angivet en pris. Materialet kan bestilles på www.sind.dk/webshop
 Pjecer markeret med * kan også downloades fra www.sind.dk/brochurebibliotek



HAR DU BRUG FOR EN SIND-BISIDDER?

SIND har uddannet en række frivillige bisiddere, som kan hjælpe.
 Kontakt SINDs landsdækkende telefonrådgivning på 7023 2750, hvis du har brug for en bisidder.
 Du kan læse mere på www.sind.dk/sind-bisiddere



Støt SIND

Mere end 50 pct. af danskerne er – direkte eller indirekte – berørt af psykisk sygdom. Desværre får langt fra alle den hjælp og støtte, som de har brug for – og krav på. SIND arbejder på at forbedre forholdene for psykisk syge, pårørende og de professionelle i psykiatrien.

Her er et udpluk af aktiviteterne i SINDs regioner og lokalafdelinger.
Ikke alt er med. Se mere lokalstof på www.sind.dk/arrangementer eller på Facebook

SIND Nordjylland

www.sind.dk/region-nordjylland

SIND Brønderslev og SIND Frederikshavn

www.sind.dk/broenderslev & www.sind.dk/frederikshavn

Sommerudflugt til Fur

15. august kl. 08.30-21.15

SIND Frederikshavn og SIND Brønderslev inviterer til årets sommerudflugt.

D. 15. august tager vi med bus til Fur, hvor vi skal på en spændende ø-rundtur med guide. I bussen vil der også være amerikansk lotteri med mange fine præmier. Senere på dagen spiser vi frokost (sandwiches) på Fur museum og aftensmad hos Fårup Skovhus (drikkevarer er for egen regning).

Turen gennemføres kun, hvis der er min. 30 pers. tilmeldt. Bindende tilmelding og betaling (MobilePay).

Pris: For SIND-medlemmer: 225 kr.

For ikke-SIND-medlemmer: 250 kr.

Betaling til:

Medlem af SIND Frederikshavn: frederikshavn@sind.dk, MobilePay 82688

Medlem af SIND Brønderslev: broenderslev@sind.dk, MobilePay 52288

Der vil være mulighed for opsamling med bus. Du kan se hvor og hvornår i aktivitetskalenderen på SINDs hjemmeside.

SIND Syddanmark

www.sind.dk/region-syddanmark

SIND Vejle

www.sindvejle.dk

Udflugt til Givskud Zoo

18. august kl. 09.30-18.00

Tag med SIND Vejle til Givskud Zoo.

Vi tager afsted fra Vejle, så vi er i Givskud Zoo lige ved åbningstiden.

Afgang er lørdag den 18. august 2018 kl. 9:30 fra parkeringspladsen overfor Huset Vejle, Vesterbrogade 13. Hjemkomst kl. 18.00.

Du skal selv betale entré.

SIND Vejle yder tilskud til kontanthjælpsmodtagere og andre ramt af kontanthjælpsloftet med halvdelen af billetprisen. Det gælder for 1 voksen og 2 børn under 18 år. Medlemmer af SIND Vejle må tage en ven med. Der gives kun tilskud til medlemmer af SIND Vejle.

Der er mulighed for at grille. Så tag eventuelt selv grillmad med.

Tilmelding nødvendig, da vi kører i minibus og/eller personbiler: Flemming Leer Jakobsen, 7582 5935, flemming.leer@sindvejle.dk.

Kontakt Flemming, hvis du har plads i din bil.

Vi glæder os til at se jer. Der er bestilt solskin.

Lokalafdelinger udgiver fælles aktivitetsblad

I hovedstadsområdet samarbejder flere lokalafdelinger om et fælles aktivitetsblad, der udkommer to gange om året. Sammen med regionen står SIND Ballerup-Furesø-Herlev, SIND Gladsaxe-Gentofte-Lyngby og SIND Rødovre bag 22 arrangementer i august og september. Oktober byder bl.a. på et højt aktivitetsniveau i forbindelse med Sindets Dag.

Du kan læse mere på SINDs hjemmeside, bl.a. i aktivitetskalenderen, eller klikke direkte frem til kataloget på www.sind.dk/2018-sind-i-7-kommuner.

Efterlysning: Redaktør søges

Redaktør til forskellige opgaver – bl.a. vores aktivitetsblad – søges. Opgaven kan deles mellem to eller flere.

Udførlig vejledning gives.

Kontakt Sven Hansen på tlf. 2082 6749 eller mail: sven@fagot16.dk

Læs mere på SINDs hjemmeside: www.sind.dk/ballerup-furesoe-herlev

SIND klub

25. august og 29. september kl. 10.00-15.00

Der er SIND klub Vejle i Værestedet Husets lokaler på Vesterbrogade 13, lørdag kl. 10.00-15.00.

Kig forbi til hyggeligt samvær.

Alle er velkomne.

SIND Hovedstaden

www.sind.dk/regioner/hovedstaden

Din SIND lokalafdeling, jeres mærkesager og din kommune

3. november kl. 09.30-16.00

På dette kursus i Region Hovedstaden skal vi arbejde med interessevaretagelse i kommunen. Du kan se den fulde kursusbeskrivelse på hjemmesiden.

Interessevaretagelse handler om mange ting, fx at fremme ansættelse af lønnede peer-medarbejdere og at udvikle en recovery-orienteret indsats i jobcenteret og i den sundhedsfremmende og psykosociale indsats for mennesker med psykiske vanskeligheder og udsatte borgere. Andre temaer er fx samarbejde mellem psykiatrien og kommunen, rådgivning af pårørende, øget brug af frivillige og meget mere.

I får viden om disse områder fra erfarne folk – vi vil udveksle erfaringer – og I vil arbejde med jeres oplæg og ideer til, hvordan I kan kontakte kommunen og få jeres forslag igennem.



Skriv til Benedikte Greve, hvis du har emner eller sager i din kommune, som de gerne vil fortælle om – eller vil drøfte med andre om.

Hvem kan deltage?

Du skal med hvis: Du er SIND-medlem af handicapråd, DH-afdelingen eller udsatterrådet i din kommune eller er interesseret i kommunalpolitik og vil have indflydelse på din kommunes indsats for mennesker, der har psykiske vanskeligheder eller er udsatte eller pårørende, eller indflydelse på sammenhængende forløb mellem kommunen og psykiatrien.

Tilmelding: Inden 20. oktober til: Benedikte Greve. Mail: bgreve27@gmail.com, mobil: 2814 6075

Sted: Kulturhuset Indre By, Charlotte Amundsens Plads 3, 1359 København K
Arr.: SIND Hovedstadens Regionskreds
Kurset er gratis. SIND refunderer transportudgifter.

SIND Frederikssund-Egedal

www.sind.dk/frederikssund-egedal

Tur til Ore Strand (v. Vordingborg)

4. august kl. 09.15-20.30 (cirka tider)

Turen går sydpå til Else Maries og Aages sommerhus.

Vi skal hygge os med hinanden. Det vil sige: Snakke, spise, drikke, lege, konkurrere, bade, gå ture mm. Der findes også (mange) andre, spændende lokaliteter. Der opfordres til, at alle tager del i de praktiske opgaver, fx køkkentjansen. I tilfælde af dårligt vejr, så aflyser vi. Men så har vi nok en reserveplan.

OBS! Lokalformand: Thomas Wester er leder på busturen. Han træffes på tlf. 2814 4031.

Bemærk: Vi kan max være 14 personer.

Få information om transport ved tilmelding.

Vi er hjemme igen i omegnen af kl.

20.00-20.30.

Lokalafdelingen SIND betaler for mad, drikke mm. Pris: 200 kr.

Bemærk: Tilmelding til Else Marie er nødvendig på tlf. 4717 5569 eller 4197 5569.

Husk: Først til mølle-princippet gælder.

Frivillig fredag

30. september kl. 9.00 til et godt stykke efter 15.00

Lokalafdelingen SIND fejrer Frivillig fredag sammen med flere handicap- og humanitære foreninger. Vi fejrer med andre ord det frivillige, sociale arbejde i Frederikssund Kommune. Det sker søndag d. 30. september fra kl. 09.00 på kulturhuset Elværket, v. Kirken 6, 3600 Frederikssund.

Vi koordinerer en vandre-koncert. Konceptet går på en kombination af musik og fysisk aktivitet i naturen. Man kan fx gå en tur på to til fem km med udgangspunkt fra Elværket. Musikken står Maria Elizabeth efterfølgende for. Hun er sanger, guitarist og komponist.

Der forefindes kaffe og te. Man provianterer (gratis) via en pølsevogn. Øl, vand og vin kan købes på dagen.

Deltagere: Der er ti pladser i overskud.

Bemærk: Tilmelding senest ultimo august.

Det sker hos Else Marie på tlf. 4717 5569 eller 4197 5569.

Først til mølle-princippet gælder.

SIND Gladsaxe-Gentofte-Lyngby

sind.dk/gladsaxe-gentofte-lyngby

Livshistoriefortælling

Hver torsdag fra d. 2. august til d. 27. september (dog ikke d. 30. august) kl. 13.00-15.00

Har du lyst til at arbejde med din livshistorie sammen med andre? Vi arbejder i små grupper og deler i plenum vores historier og får sat flere facetter på – og ser flere nuancer i den fortælling, vi fortæller os selv og andre om, hvem vi er, og det liv, vi har levet.

Tilmelding: Ragna Heide, tlf. 5092 2949, ragnaheide@youmail.dk.

Sted: Carlshuse, Carl Blochs Allé 7-9, Søborg.

Arr.: SIND Gladsaxe-Gentofte-Lyngby og Frivillige for psykisk sårbare i Gladsaxe.

Recovery/mentorkursus

10 tirsdage med start d. 28. august (uge 43 undtaget) kl. 13.00-15.00

Nøgletemaer i Recovery – at komme sig fra psykiske udfordringer og redskaber til, hvordan man kan arbejde med at få et bedre liv med psykisk sårbarhed. Du kan se den fulde kursusbeskrivelse på hjemmesiden.

Kontakt: Eva Zeuthen Andersen, evzean@gladsaxe.dk, tlf. 4012 9959. Sted: Carlshuse, Carl Blochs Allé 7-9, Søborg.

Arr.: SIND Gladsaxe-Gentofte-Lyngby og Frivillige for psykisk sårbare i Gladsaxe.

Weekend-kursus for dig, som vil hjælpe dem, der er ramt af livet

Lørdag d. 15. september og søndag d. 16. september kl. 9.00-16.00

Møder du ofte brugere og udsatte mennesker i dit frivillige arbejde, som gentagne gange bliver ramt af livet? Og vil du gerne blive bedre til at hjælpe dem med at opbygge psykisk og social hårdførhed? Så er det vigtigt, at du har viden og værktøjer til at begå dig på feltet. På dette kursus arbejder vi med begreberne robusthed og resiliens, som handler om menneskers evne til at overvinde belastninger og risikofaktorer i livet. Du får en grundig indføring i begreberne og et godt overblik over risikofaktorer. Sammen med de øvrige deltagere lærer du at bruge en række værktøjer fra positiv psykologien, og I diskuterer egne erfaringer og eksempler fra det frivillige sociale arbejde.

Kurset bliver ledet af psykolog Ebbe Lavendt og er tilrettelagt som en blanding af oplæg, praktiske øvelser, drøftelser og fælles refleksion. Du får mulighed for at udveksle erfaringer med de øvrige deltagere. Inden kurset får du tilsendt et spørgeskema, som vi vil bede dig om at besvare. Her bliver du blandt andet bedt om at give et konkret eksempel fra dit frivillige arbejde. Efter kurset løser du en opgave, du selv har valgt, og deler dine erfaringer med to andre deltagere fra kurset.

Sted: Lyngby Frivilligcenter, Rustenborgvej 2A, 2800 Lyngby.

Tilmelding for 28. august til: Svend Balle, svendbax@hotmail.com eller 5045 6402 (SMS).

Arr.: SIND Gladsaxe-Gentofte-Lyngby i samarbejde med Lyngby og Gentofte Frivilligcenter.

Skriveværksted

Seks torsdage med start d. 4. oktober (uge 43 undtaget) kl. 13.00-15.00

Har man oplevet kriser, kan det at skrive være et godt værktøj til at komme videre i livet. Se mere på hjemmesiden. Kontakt: Eva Zeuthen Andersen, evzean@gladsaxe.dk, tlf. 4012 9959

Sted: Carlshuse, Carl Blochs Allé 7-9, Søborg.

Arr.: SIND Gladsaxe-Gentofte-Lyngby og Frivillige for psykisk sårbare i Gladsaxe.

Recovery-Café-Kursus for pårørende til psykisk sårbare/syge

Onsdage fra d. 5. september til d. 31. oktober (dog ikke 17. oktober) kl. 16.30-19.00

Med afsæt i recovery-metoden er formålet at støtte, hjælpe og guide pårørende til at få nye indsigter, brugbare redskaber og fornyet energi til at håndtere den udfordrende livssituation som pårørende.

Vi er erfaringskompetente pårørende og vil gerne støtte dig og din nærmeste i at få et godt hverdagsliv.

Sted: Fuglevad Vandmølle, Møllevej 4, Kgs. Lyngby (tæt ved Fuglevad Station).

Tilmelding: Ragna Heide, tlf. 5092 2949, ragnaheide@youmail.dk.

Recovery-Café-Kursus

Tirsdage fra d. 4. september til d. 23. oktober kl. 14.00-16.00

For dig som oplever psykiske og/eller sociale udfordringer i hverdagen. Se mere på hjemmesiden.

Vi arbejder ud fra "Guide til et godt hverdagsliv" og tilbyder undervisning og erfaringsudveksling i forskellige temaer, såsom det at komme sig, personlige strategier og mål, eget velvære, samarbejdet med andre og meget andet.

Sted: Hvide Hus Sundhedscenter, Mitchellstræde 3, 2820 Gentofte

Tilmelding: Ragna Heide, tlf. 5092 2949, ragnaheide@youmail.dk

Mindfulness – selvhjælpsgruppe

Onsdage i lige uger kl. 18.00-20.00

I en gruppe på op til ti personer praktiserer vi 'mindfulness-filosofien' via meditative øvelser/træning og yoga. Se mere på hjemmesiden. Før du møder op, så kontakt tovholder: Ragna Heide, ragnaheide@youmail.dk, tlf. 5092 2949.

Sted: De Frivilliges Hus, Taxvej 15, 2880 Bagsværd.

Samtalegruppe for mennesker med psykisk sårbarhed

Torsdage fra d. 6. september til d. 1. november (dog ikke 18. oktober) kl. 12.00-14.30

Et fortroligt og støttende rum til at tale sammen om det, der er svært, og dele erfaringer.

Gruppen på op til ti deltagere ledes af psykoterapeut og antropolog Ulla Vincentsen. Se mere på hjemmesiden.

Sted: Frivilligcenter Lyngby-Taarbæk, Rustenborgvej 2A, 2800 Kgs. Lyngby

Tilmelding: ulla@vincentsen.dk eller 2639 1140 (SMS)

Ny Læseklub i Carlshuse

Onsdag d. 22. august kl. 14.00

På dagsordenen er opstart af læseklubben. Planen er indtil videre at mødes en gang hver 14. dag her i Carlshuse. I kan være med til at planlægge tid og dag samt indhold. Vi håber at se rigtig mange læselystne.

Mange hilsner fra Eva (4012 9959) og Lene (2993 8874).

SIND Helsingør

www.sind.dk/helsingoer

Sommerfest med grill og musik

16. august kl. 12.00

Vi holder vi sommerfest, hvor vi griller og hører musik. I september er der også planlagt tur til ZOO. Ved sommerfesten vil vi kunne oplyse dato og tid.

Sted: Svingleport 8A, 3000 Helsingør.

Cafemøder

20. september og 18. oktober kl. 13.30-16.00

Sted: Svingleport 8A, 3000 Helsingør.

SIND Syddanmark

www.sind.dk/regioner/syddanmark

SIND Syd-Vest

www.sind.dk/syd-vest

Udflugt til Vesterhavscetret og Ribe

14. august kl. 13.40

Nyd nogle spændende timer i det flotte nye Vadehavscetret med naturudstillinger og derefter spisning i Ribe. Fælleskørsel fra SIND-Huset, Nørrebrogade 102, 6700 Esbjerg.

Kommer du selv derhen, mødes vi kl. 14.30 ved indgangen, Okholmsvej 5, Vester Vedsted, 6760 Ribe.

Ca. kl. 16.30 kører vi til Ribe og restaurant Backhaus, Grydergade 12. Der er spisning kl. 17.30.

Udstilling af veteranbiler på Engen (amerikanerbiler) 18.00-20.00 eller Ribe By kan evt. nydes efter spisning. Egenbetaling: 50 kr.

Tilmelding: Senest d. 7. august til Mette på tlf. 3058 4740 eller Bente på tlf. 3027 9410.

SIND Sjælland

www.sind.dk/regioner/sjaelland

SIND Roskilde-Lejre

www.sind.dk/roskilde-lejre

Frokostarrangement i Sct. Hans Have

29. august kl. 13.00

SIND medlemmer inviteres til frokostarrangement i Sct. Hans Have,

Bistrup Allé 36, 4000 Roskilde. Se mere på www.scthanshave.dk.

Mens vi nyder en snack-tallerken, vil Stine Goltermann fortælle om Sct. Hans Have.

Herefter vil SIND-foredragsholderen Stefan Danielsen fortælle om, hvordan han vendte

sygdom til sejr. Stefan er tidligere OL-svømmer for landsholdet og har i dag en karriere inden for IT-projektledelse. Han har også skizotypisk sindslidelse og ADHD og har siddet i fængsel i fem år. Stefan er skilsmissebarn med en masse op- og nedture i bagagen, men i dag er han virksomhedsejer med et liv på ret køl. Og så er han SIND-foredragsholder på Sjælland og Fyn, hvor du kan høre om hans liv med diagnoser, og hvordan han vendte sygdom til sejr. Stefan bor i Dianalund.

Derefter vil vi fra SIND fortælle lidt om, hvad vi laver og høre om, der er forslag til kommende aktiviteter. Udflugten er gratis for SIND-medlemmer.

Tilmelding til Per Harvøe senest 22. august tlf. 4636 1339 eller mail: perharvøe@webspeed.dk.

SIND Midtjylland

SIND Pårørenderådgivning Aarhus

13. september kl. 19.00

Foredrag med Diana Benneweis og Anne Margrethe Gad Jørgensen

I juni 2016 kunne SIND Pårørenderådgivning holde 25 års jubilæum, og vi var heldige at blive begavet fra mange sider. Diana Benneweis var så venlig at forære os et foredrag, og det vil finde sted torsdag den 13. september 2018 kl. 19.00 i Gamle Festsal på Psykiatrisk Hospital i Risskov ved Aarhus.

Diana Benneweis har gjort det til en livsopgave – som kendt person – at være med til at nedbryde tabuer om psykisk sygdom. Under foredraget vil hun blandt andet fortælle om, hvordan det er at leve med psykisk sygdom og samtidig mestre et direktørjob, og om hvordan hun ikke bare har overlevet en alvorlig, livstruende psykisk sygdom men også om, hvordan hun nu lever et nyt og bedre liv.



Pressefoto: Cirkus Benneweis

Diana siger om recovery-processen: "for at komme videre må man have tiltro til sig selv – man skal ville noget med sin sjæl og krop. Mit vigtigste budskab er: Tag ansvar for dit eget liv, lær at elske og tilgive dig selv og andre, og lær at integrere sygdommen, som en del af dig selv."

Diana ledsages ved foredraget af cand.mag. og pædagog Anne Margrethe Gad Jørgensen (SINDs Pårørendeudvalg og tidligere SIND Pårørenderådgivning), der vil bidrage med at sætte fokus på rollen som pårørende.

Foredraget er gratis, og alle er velkomne. Der vil kunne købes en forfriskning i pausen.

Af hensyn til antal pladser og forfriskninger skal der ske tilmelding til foredraget senest 31. august til sekretær i SIND Pårørenderådgivning Jannie Kolbye Rasmussen: jkr@sindspaa.dk eller mobil 4274 2204.

Torsdag 13. september 2018 kl. 19.00 i Gamle Festsal, Skovagervej 2, indg. 67, 8240 Risskov.

Gratis, dog tilmelding til jkr@sindspaa.dk eller 4274 2204

Ses vi på Sindets Dag?

10. oktober eller andre i dage i begyndelsen af oktober afholder mange af SINDs lokalafdelinger i hele landet traditionen tro en lang række forskellige arrangementer i forbindelse med Sindets Dag, der arrangeres af FN's verdenssundhedsorganisation WHO. Her kan du se nogle af de arrangementer, der allerede er planlagt. Ikke alle er med. Du kan også se en opdateret oversigt i aktivitetskalenderen på SINDs hjemmeside: www.sind.dk/10-10

SIND Hovedstaden

www.sind.dk/regioner/hovedstaden

SIND Ballerup-Furesø-Herlev

Sindets Dag i SIND Ballerup-Furesø-Herlev: Tre stande og et spændende foredrag

10. oktober kl. 11.00-21.00

For at fejre Sindets Dag sætter vi stande op i tre kommuner og uddeler materialer. Kom endelig og hils på. Vi står følgende steder:

- Kl. 11.00-13.00: Herlev Bymidte foran Føtex, Herlev Torv, 2730 Herlev.
- Kl. 13.00-15.00: Farum Bytorv foran Kvickly, 3520 Herlev.
- Kl. 15.00-18.00: Ballerup Centret på Center-torvet, 2750 Ballerup.

Vi slutter dagen af med et spændende foredrag af Diana Turell: *Fra psykisk syg stofmis-*

bruger til rask og viljestærk kvinde. Foredraget handler bl.a. om hendes opvækst i en dysfunktionel familie og om, hvordan hendes psykiske skader indtræder. Om kampen for at være som de fleste, når man langt fra er det. Der vil være mulighed for at stille spørgsmål efter pausen, hvor Diana fortæller, hvor hun er nu.

Tid: Kl. 19.00-21.00.

Sted: Ballerup Bibliotek.

Pris: Gratis.

SIND Nordjylland

www.sind.dk/region-nordjylland

SIND Frederikshavn

www.sind.dk/frederikshavn

Sindets Dag i Frederikshavn

10. oktober kl. 10.00

SIND Frederikshavn indbyder til fejring af Sindets Dag d. 10. oktober. Dagen byder fx på ungearrangement for inviterede 9. og 10. klasser samt ungdomsuddannelser i Frederikshavn Kommune, cykel- og gåtur i Frederikshavn, fortællekoncert med Mathilde Falch og foredrag med Szhirley.

Arrangementet foregår i Det Musiske Hus, Rådhus Allé 98 i Frederikshavn.

Til ungearrangementet er der plads til max 400 deltagere efter først til mølle-princippet.

Skriv til Pernille, hvor mange I kommer, på peli@frederikshavn.dk senest d. 1. oktober.

SIND Morsø

www.sind.dk/morsoe

Sindets Dag i SIND-Huset

10. oktober kl. 10.00-14.00

Vi holder åbent hus i SIND-Huset i Nykøbing Mors, hvor vi fejrer Sindets Dag.

Kl. 15.00 deltager vi i 10-10-10, som er 10 km på cykel med udgangspunkt i Enghavevej 47.

Vi glæder os til at se jer alle.

SIND Midtjylland

www.sind.dk/regioner/midtjylland

SIND Favrskov

www.sind.dk/favrskov

Sindets Dag i Favrskov

10. oktober

SIND Favrskov inviterer til tre forskellige arrangementer for at fejre Sindets Dag:

Filmaften i Hadsten Bio: Vi viser film med fokus på psykisk sårbarhed.

Vandretur i Ulstrup: Vi starter i Ulstrup og går langs trækstien.

Til eksamen i præstationskultur: Oplæg og diskussion af vilkårene og konsekvenserne af at være ung og skulle til (utallige) eksamener i en præstationskultur. Arrangementet bliver holdt på Favrskov Gymnasium i Hadsten.

Hvis du har spørgsmål eller vil vide mere, skriv til Pia Ankersen på: pia.ankersen@gmail.com.

SIND Silkeborg

www.sind.dk/silkeborg

Sindets Dag i Silkeborg:

At få livet til at lykkes

10. oktober kl. 13.00-18.00

Psykelter sættes i gang kl. 13.00 (slut ca. kl. 14.00), arrangeret af Dansk Cyklistforbund, Idrætsforeningen Silkesind samt Silkeborg Kommunes sundhedshus.

Kl. 14.30: Ankomst og check in, kaffe, kage og infostande (mad sponsoreret af SIND og Bedre Psykiatri).

Kl. 15.00: Åbning og velkomst v. konferencier fra Psykiatriens Hus og tale fra politiker.

Kl. 15.15: Åsa Hrefnuddóttir: peer-to-peer og psykisk sundhed.

Kl. 16.15: Pause – kaffe og infostande, en bid brød og kaffe (sponsoreret af SIND og Bedre og Psykiatri).

Kl. 16.45: Danni Elmo: Succes i kaos og fuld gas i frigeare. En beretning om et liv på kanten med ADHD som trofast følgesvend på godt og ondt. Musikalske indslag undervejs med Dan-nis egne sange.

Kl. 17.50 Afslutning v. Susan Steen, formand for SIND Silkeborg.

Dette er et foreløbigt program – ret til ændringer forbeholdes.

SIND Skanderborg

www.sind.dk/skanderborg

Sindets Dag i Skanderborg: Fællessang i Kulturhuset

10. oktober kl. 19.00-21.30

Vi synger sammen i Kulturhuset i Skanderborg.

Arrangementet er gratis, og mere information følger. Ved spørgsmål skriv til skanderborg@sind.dk.

SIND Syddanmark

www.sind.dk/region-syddanmark

Sindets Dag i SIND Syddanmark

4. oktober kl. 18.00

SIND Syddanmark byder indenfor til en aften med foredrag, musik og pølsevogn, når vi fejrer Sindets Dag. Årets emne er unge og psykisk sårbarhed v. psykolog Erik Mønsted Pedersen.

Arrangementet finder sted 4. oktober kl. 18.00 i Sct. Jørgens Café, Hospitalsgade 4, Kolding.

Tilmelding er nødvendig af hensyn til forplejning og sker via mail eller på tlf. 2461 2009.

Ved spørgsmål kontakt regionskredsformand i SIND Syddanmark Anne Hvidberg Jørgensen på annehvidberg@mail.dk.

SIND Fyn

www.sind.dk/fyn

Sindets Dag på Odense Rådhus

10. oktober kl. 09.00-15.00

Sindets Dag foregår igen i år på Odense Rådhus med overskriften "Psykiatrien går i luften – og bygger bro!". Programmet spænder vidt og indeholder spændende oplæg, musikalske indslag og en afsluttende debat, der skal sætte fokus på det, der sker lige efter udskrivelse fra psykiatrisk afdeling. Hvordan sikrer vi, at patienten ikke oplever at stå alene efter en indlæggelse? Hvordan sikrer vi, at der bliver bygget en solid bro ud til det liv, som patienten skal leve bagefter?

Ordstyrer i debatten er Johanne Bratbo, som er leder af landindsatsen "EN AF OS." I løbet af dagen er der mulighed for at møde fagfolk og mange forskellige brugerorganisationer.

Ved spørgsmål skriv til fyn@sind.dk.

SIND Tønder

www.sind.dk/toender

Sindets Dag i SIND Tønder

8. oktober kl. 19.00

SIND Tønder indbyder sammen med Bedre Psykiatri til fejring af Sindets Dag med foredrag, musikalsk underholdning og kaffebord. Arrangementet foregår i Medborgerhuset, Østergade i Tønder.

Tilmelding er nødvendig af hensyn til forplejning og sker via mail eller på tlf. 2461 2009.

Ved spørgsmål kontakt lokalformand i SIND Tønder Anne Hvidberg Jørgensen på annehvidberg@mail.dk eller på tlf. 2461 2009.

SIND Vejle

www.sindvejle.dk

Sindets Dag i Vejle:

Et møde med Lars Christiansen

10 oktober kl. 18.00-21.00

Kom med til et underholdende, ærligt og motiverende foredrag med tidligere håndboldspiller Lars Christiansen – en af de helt store personligheder i den danske håndboldverden.

Vi kender alle Lars Christiansen fra fjernsynet – tidligere som en glad verdensklasse-spiller og nu håndboldeksperter. Bag det succesfulde ydre er virkeligheden dog en lidt anden. Bag facaden gemmer der sig nemlig også et menneske, som har kæmpet med angst og stress. I slutningen af sin aktive karriere blev Lars Christiansen en dag ramt af et angstanfald, der kom som et lyn fra en klar himmel. Det blev starten på et længere sygdomsforløb: "Mit liv var perfekt. Jeg havde det godt. Men med ét den dag var mit liv som en flaske, der blev tabt på gulvet og gik i tusinde stykker. Værsgo at samle op og sætte skårene sammen igen. Og det begyndte jeg så på."

I aftenens foredrag fortæller Lars Christiansen om, hvordan han håndterede angsten, da det var sværest, og hvordan han kom ud på den anden side. Hør også, hvad han gør i dag for at holde stress og angst på afstand.

Sted: Sundhedshuset Vejle, Auditoriet, Vestre Engvej 51, Indgang B, 7100 Vejle

Tid: Dørene åbnes kl. 18.00, og publikum kan besøge foreningernes stande.

Tilmelding: PsykInfo Region Syddanmark på 9944 4546 eller www.psykinfo.regionsyddanmark.dk

Arrangør: IFS Vejle Kommune, Bedre Psykiatri Vejle, Depressionsforeningen, SIND Vejle, LAP Vejle, OCD-Foreningen Vejle, AngstForeningen og PsykInfo Region Syddanmark.

Nyt i www.sind.dk/webshop

Antistressbold

Hjerterformet antistressbold med SIND-logo.
Pris: 15,-



kan bestilles på www.sind.dk/webshop



REGIONSFORMAND:

Jens Ibsen
2327 0034
nordjylland@sind.dk

**Aalborg og Jammerbugt,
Mariagerfjord, Rebild og
Vesthimmerland kommuner**

Jens Ibsen
2327 0034
aalborg@sind.dk

Brønderslev

Niels Christian Aagaard
6061 3581
broenderslev@sind.dk

Frederikshavn

Niels Chr. Hjertensgaard Jensen
Tlf: 5347 9237
frederikshavn@sind.dk

Hjørring

Erik Christoffersen
9898 6242
erikchristof@has.dk

Morsø

Steen Jensen
9774 2251
sind@morsland.dk

Thy

Børge Kristiansen
2041 4943/9798 1527
annegrethe@sol.dk



REGIONSFORMAND:

Leif Gjørtz Christensen
2096 0339
leifgjortz@yahoo.dk

Favrskov

Søren Boelskifte
2178 2942
sb@boelplan.dk

Herning-Ikast-Brande

Klaus Mejner Nielsen
2173 8519
tammelmask@hotmail.com

Horsens-Hedensted

Henning Busch Højberg
2748 3169
henning.hojberg@gmail.com

Nord- og Syddjurs

Kontakt SINDs sekretariatet
landsforeningen@sind.dk

Odder

Leif Gjörtz Christensen
2096 0339
leifgjortz@yahoo.dk

Randers

Trine Juel
8640 5489 – efter kl. 16.30
trine.juel@elromail.dk

Silkeborg

Susan Steen
8681 0434/2329 0434
susanlethsteen@gmail.com

Skanderborg

Ellen Odgaard
2876 7262
skanderborg@sind.dk

Skive

Niels Odgaard
4054 8009
niels.odgaard@webspeed.dk

**Vestjylland (Kommunerne,
Lemvig, Holstebro, Struer,
Ringkøbing-Skjern)**

Jeanette Juul Quaade
5051 7224
jjq@lillysminde.dk

Viborg

Orla Annexgård
2178 9864
familien.annexgaard@mail.dk

Aarhus-Samsø

Palle Eli Jensen
4280 9412
palle.el@gmail.com



REGIONSFORMAND:

Anne Hvidberg Jørgensen
2461 2009
annehvidberg@mail.dk

Billund

Preben Hansen
7534 8398
Preben.hansen4@mvp.net

Fredericia

Bjørn Medom Nielsen
2684 4703
post@sindfredericia.dk

Fyn (Kommunerne Middelfart, Nordfyn, Kerteminde, Assens, Odense, Nyborg, Fåborg-Midtfyn, Svendborg, Langeland og Ærø)

Bjarne Christensen
2440 0411
fyn@sind.dk

Haderslev

Per Vandsø Svendsen
3134 5749
perskatsvendsen@gmail.com

Kolding

Lisbeth Bennedsen
3162 4209
lisbeth@bennedsen.dk

Syd-Vest (kommunerne Esbjerg, Fanø, Varde og Vejen)

Dorthea Rahbek Wehner
3069 6963
klaabygaard@mail.tele.dk

Sønderborg

Frede Petersen
3023 4164
soenderborg@sind.dk

Tønder

Anne E. Hvidberg Jørgensen
2461 2009
annehvidberg@mail.dk

Vejle

Flemming Leer Jakobsen
7582 5935
flemming.leer@sindvejle.dk

Aabenraa

Carl-Erik Brodersen
6133 7479
ceb@bbsyd.dk



REGIONSFORMAND:

Per Harvøe
4636 1339
perharvøe@webspeed.dk

**Regionen organiserer
desuden Faxe Kommune**

Holbæk-Ods herred-Kalundborg

Birte Bonde Bendixen
2033 2259/5991 2259
birte@bondebendixen.dk

Køge Bugt (Kommunerne Greve, Solrød, Køge og Stevn)

Kenny Volder
5170 5879
Honeybon.volder@gmail.com

Næstved

Peer Skjold Hansen
4159 1605
Peer.skjold@gmail.com

Ringsted-Sorø

Poul Kry Poulsen
5761 4816
ringstedSOROE@sind.dk

SINDS UDVALGSFORMÆND

BRUGERUDVALGET

Kristian Bennedsen
3171 6011
kb@sind.dk

PÅRØRENDEUDVALGET

Klaus Mejner Nielsen
2173 8519
tammelmask@hotmail.com

PR-UDVALGET

Ingelise Svendsen
2299 8956
issv42@gmail.com

UDDANNELSESUDVALGET

Leni Grundtvig Nielsen
4241 0034
lenigrund10b@gmail.com

SIND-NETTETS KOORDINATORER

Vil du være frivillig besøgsven eller have besøg af en? SIND-nettet findes i disse kommuner:

AALBORG

Helle Aagaard Petersen
2533 8692
hellep@sindskole.dk

FREDERIKSHAVN-LÆSØ

Carina Holm
5124 4488
carinaholm484@msn.com

ALBERTSLUND-BALLERUP-LYNGBY-FREDERIKSBERG

Julie Bock Andersen
5360 2200
sindnett@gmail.com

RØDOVRE

Kirsten Falster
3641 4904/4017 7318
kirsten.falster@mail.dk

ODENSE

Hanne Birthe Madsen
2749 8658
hbm1954@hotmail.com

SVENDBORG

Torben Haagerup Hansen
2296 2882
tohhgih@gmail.com

AARHUS

Gitte Troelsen
2173 0473
sindnetaarhus@sind.dk

SKANDERBORG-SILKEBORG

Lise Wendelin Lauridsen
5337 2032
wendelin.lauridsen@me.com
(Skanderborg tager for tiden ikke imod flere, der ønsker at få en besøgsven)

Roskilde-Lejre
Leni Grundtvig Nielsen
4241 0034
lenigrund10b@gmail.com

Slagelse
Nini Jetsmark Andersen
3061 1387
slagelse@sind.dk

Storstrøm
Allan Claumarch
2573 1217
aclaumarch@c.dk



REGIONSFORMAND:

Kirsten Elise Hove
2326 0310
sindhovedstaden@gmail.com

Ballerup-Furesø-Herlev
Randi Kristensen
2672 3102
bfh@sind.dk

Bornholm
Bente Helms
3018 2014/5696 6642
bornholm@sind.dk

Fredensborg-Hørsholm
Kim Wentzel Oxenlund
4095 2320
kim.wentzel@mail.dk

Frederiksberg
Jesper Steen Andersen
2515 8862/3819 0617
sindfrederiksberg@frbsind.dk

Frederikssund-Egedal
Thoms Ulrik Wester
4731 4030/2814 4031
thulwes@live.dk

Gladsaxe-Gentofte-Lyngby
Svend Balle
5045 6402
svendbax@hotmail.com

Gribskov
Karen Bente Rasmussen
2298 9325
karenbr775@gmail.com

Halsnæs
Linda Hansen
2164 8868
halsnaes@sind.dk

Helsingør
Hanne Olsson
2250 0332
hanneolssondragoe@gmail.com

Hillerød-Allerød
Kontakt SINDs sekretariat
landsforeningen@sind.dk

København (Kommunerne København, Dragør og Tårnby)
Frank Hedegaard
2344 1416
frank.hedegaard@regionh.dk

Rudersdal
Merete Elleboe
3060 0530
merete.elleboe@gmail.com

Rødovre
Kirsten Falster
3641 4904
kirsten.falster@mail.dk

Vestegnen (Kommunerne Ishøj, Vallensbæk, Hvidovre, Brøndby, Høje Tåstrup, Albertslund og Glostrup)
Helle Nees
3296 1019/5356 4104
helle.nees@klogesen.dk

SKIZOFRENIFORENINGEN

Bente Friborg
2172 0112
bentefriborg@gmail.com
www.skizofreniforeningen.dk

FORENINGEN FOR BØRN MED ANGST

Mia Kristina Hansen
3089 5804
miakh@live.dk
www.boernmedangst.dk

SIND UNGDOM

Theodor Gjerding
3137 3275
theodor@sindungdom.dk
www.sindungdom.dk

SIND PÅRØRENDERÅDGVNING

www.sindpaaroerende.dk/

BENZORÅDGVNINGEN

www.benzo.dk/

SINDS LANDSDÆKKENDE RÅDGVNING

RING 7023 2750

60 timer om ugen kan du ringe gratis til SINDs landsdækkende telefonrådgivning. Åbningstiden er kl. 11-22 på hverdage og kl. 17-22 søn- og helligdage.

En lang række byer har desuden lokale rådgivninger, du kan kontakte.

SINDS LOKALE RÅDGVNINGER

SIND Pårørenderådgivning (Region Midtjylland)

Skovagervej 2, indg. 76
8240 Risskov
Aftale om samtale for pårørende kan træffes på den landsdækkende telefonrådgivning:
Tlf. 7023 2750
Mail: info@sind.dk

Tilbud til børn og unge, der er pårørende:
Tlf. 4268 1800 eller mail: js@sindspaa.dk

Randers

Åben rådgivning hver mandag kl. 13-17 i Psykiatriens Hus, Gl. Hadsundvej 3, indg. B, 8900 Randers
Tlf. 2047 4822
randers@sindspaa.dk

Silkeborg

Åben rådgivning og telefonrådgivning for pårørende hver tirsdag kl. 16.15-18.15
Frivilligcenter Silkeborg, Estrupgade 4, 1.
Tlf. 6053 6741
lbn@sindspaa.dk
mih@sindspaa.dk

Viborg

Åben rådgivning hver mandag kl. 16-18 i Viborg Sundhedscenter, Toldboden 1, 8800 Viborg
Tlf. rådgivning hver mandag kl. 16-18 på tlf. 5031 9025.
Yderligere information:
www.sindpaaroerende.dk

SIND Randers

Anonym rådgivning efter aftale på tlf. 8640 5489 el. mail: trine.juel@elromail.dk
Mandage mellem kl. 16-18 i Randers Sundhedscenter, Thors Bakke, Biografgade 3, 8900 Randers C.
www.sindiranders.dk

Aalborg

SINDs Pårørende (Aalborg, Himmerland og Jammerbugt) tilbyder anonym rådgivning efter aftale i Foreningshuset, Galstersgade 3, Nørresundby.
Kontakt
Magda Bazuin mafic@mail.dk
Tlf. 2884 1464
Grete Tolstrup gt.kt@mail.tele.dk
Tlf. 9839 1384

STOPPESTEDET

Jernbanegade 24B, 5000 Odense C
Tlf. 6619 0326
www.stoppestedet.dk
info@stoppestedet.dk

PSYKOLOGISK RÅDGVNING – SIND I KØBENHAVN

Rådgivning, samtaler og grupper for pårørende og psykisk sårbare.
Åben personlig og telefonisk henvendelse tirsdage og torsdage kl. 17-19.
raadgivningen@sind-kbh.dk
Åben rådgivning for pårørende mandage kl. 16-19.
Slotsgade 2, 2. tv., 2200 Kbh N.
Tlf. 3536 0904
www.sind-kbh.dk

BENZO RÅDGVNING

Information og rådgivning om afhængighed af sove-/nervemedicin
www.benzo.dk
Mandag-torsdag 18-20 onsdag 9-11
7026 2510

ÅBEN ANONYM RÅDGVNING HILLERØD

Personlig eller telefonisk henvendelse SIND-Huset, Milnersvej 13 B
3400 Hillerød
Tirsdage 16-18, torsdage 15-18
Telefonsvare udenfor åbningstiderne
4826 7888 eller raadhillerod@sind.dk

PSYKOLOGISK RÅDGVNING FREDERIKSBERG

Onsdag 17-18
2349 0201

PSYKOLOGISK RÅDGVNING HJØRRING LOKALAFDELING

Gratis anonym rådgivning hver torsdag kl. 16-18, Østergade 9 i Hjørring.
Tlf. 2383 1184.
Vores tilknyttede præst kan kontaktes på tlf. 9896 0398.
For aftale om bisidder eller besøgsven, kontakt:
Tlf. 2926 2053
Tlf. 2383 1184
Tlf. 9898 6242



Foto: Allan Frederiksen

Ses vi til Sindets Dag? Se arrangementer på www.sind.dk/10-10

Den 10. oktober er det Sindets Dag, og det markeres over hele verden. Også hos SINDs lokalafdelinger, hvor mange arrangementer i disse uger forberedes

AF JIMMI CHOI BRINK JENSEN

FN's sundhedsorganisation WHO, World Health Organization, samt World Federation of Mental Health og mange andre organisationer i hele verden markerer hvert år den 10. oktober Sindets Dag. Også SIND.

Flertallet af SINDs 49 lokalafdelinger og regioner står i uge 41 bag arrangementer og foredrag, der åbner op for debat, dialog og information. Du kan se nogle af arrangementerne i dette blad og en opdateret oversigt på www.sind.dk/10-10.

Temaet for i år – unge og psykisk sundhed – er både aktuelt og relevant i Danmark, mener SINDs landsformand Knud Kristensen, der er glad for årets tema.

“Det er et tema, der altid er relevant. Det er godt, at WHO rammer et tema, der er aktuelt i debatten i Danmark i dag. Flere og flere undersøgelser viser, at mange børn og unge mistrives.”

Knud Kristensen mener, at udviklingen er bekymrende:

“Det er vigtigt, der er fokus på børn og unge i bred forstand. Det gælder ikke mindst ud fra et forebyggelsessynspunkt. For hvis vi ikke i tide adresserer mistrivsel, vil langt flere unge ende med en psykisk sårbarhed, der kan føre til psykisk sygdom,” siger han.

“Vi kunne faktisk ikke have valgt et bedre tema selv. Hvis jeg kunne, havde jeg også selv valgt det,” siger han.

Se mere på www.sind.dk/10-10 og på www.sind.dk/sindets_dag



Foto: SIND



Foto: SIND Fyn



Foto: Kristian Bennedsen

Sindets Dag 2017. Øverst Frederikshavn, nederst: København, Odense, Haderslev