



# SINDblad<sup>et</sup>

Nr. 4 | August 2021 | SIND – Landsforeningen for psykisk sundhed

## SIND-ambassadør Mathilde Falch:

“Jeg har ret meget  
optur over  
at være i live”

**Beretning: SINDs resultater 2018-2021**

**Sindets Dag | Ensomhedsstrategi | Peers**

Gratis personlig rådgivning og SIND-bisiddere: 7023 2750

# Forslag til nyt kontanthjælpssystem

Ydelseskommissionen lægger op til at afskaffe den særlige sats for unge under 30 år med visse psykiske lidelser. Det betyder, at de vil komme ned på grundsatsen på kun 6.600 kroner. Det er økonomisk straf af mennesker, der på grund af sygdom ikke er i stand til at arbejde eller uddanne sig



Foto: Niels Åge Skovbo

AF KNUD KRISTENSEN, LANDSFORMAND

**D**en 31. maj offentliggjorde Ydelseskommissionen det længe ventede forslag til et nyt kontanthjælpssystem.

Forslaget indeholder en række gode ting. Blandt andet forbedringer for børnefamilier og et langt enklere system, med principielt set kun to ydelsesniveauer og fjernelse af kontanthjælpsloftet og 225-timersreglen.

Et af forslagene til finansiering af forbedringerne er, at man afskaffer den særlige sats for unge under 30 år med visse psykiske lidelser.

Ved præsentationen af forslaget udtalte kommissionens formand blandt andet, at det jo ikke er dyrere at leve med en psykisk sygdom end uden. Han udtalte endvidere, at man – hvis man er så syg, at man ikke kan arbejde – ikke hører hjemme i kontanthjælpssystemet. Man må gå ud fra, at han så mener, at man bør være på førtidspension.

Nu kender jeg ikke formandens alder, men han er helt sikkert gammel nok til, at han har mulighed for at kende forhistorien bag den særlige sats for unge under 30 år med visse psykiske lidelser.

Forhistorien er den, at Claus Hjort Frederiksen i begyndelsen af sin periode som beskæftigelsesminister fik gennemført en markant sænkning af kontanthjælpen til unge

under 25 år. Satsen blev sat ned til SU-niveauet. Aldersgrænsen er senere sat op til 30 år.

Tanken var, at man med økonomisk pisk kunne motivere de unge til at gå i gang med en uddannelse eller komme i beskæftigelse.

Men for mennesker med alvorlige psykiske lidelser var der bare den hage, at de ikke kunne gå i gang med en uddannelse – fordi de var for syge til det.

Dette fik S, RV, SF og EL til i april 2006 at fremsætte et beslutningsforslag om at pålægge regeringen at fremsætte forslag til lovændring, så unge under 25 år med psykiske lidelser på den nedsatte kontanthjælpstilbedelse tildes et tillæg, så deres kontanthjælp kom på niveau med kontanthjælpsmodtagere over 25 år.

Efter at Dansk Folkeparti under behandlingen af forslaget fik indføjet en præcisering af, at det kun var unge med skizofreni-lidelserne, der skulle omfattes af tillægget, og at personer på starthjælp ikke skulle omfattes, blev beslutningsforslaget vedtaget.

Regeringen fremsatte i november 2006 et lovforslag i overensstemmelse med folketingsbeslutningen.

Under behandlingen af lovforslaget havde Borderlineforeningen foretræde for arbejdsmarkedsudvalget. Derfor blev borderline til-

føjet listen over de diagnoser, der skulle udløse tillægget.

Bortset fra, at det for mig virker fuldstændigt absurd med en tydelig forskelsbehandling inden for gruppen af unge med psykiske lidelser, der jo alle har brug for ro og økonomisk sikkerhed i en længere periode, hvis de skal have en chance for at komme sig af deres sygdom, så var lovændringen en anerkendelse af, at der er en gruppe unge, som ikke kan motiveres ved at blive straffet økonomisk.

Dette er fortsat tilfældet. Man kan fortsat ikke motivere en enarmet til at tage skeen i den anden hånd.

I stedet for at afskaffe tillægget, burde man udstrække retten til det til alle, der på grund af psykisk lidelse ikke kan deltage i en uddannelse eller være i beskæftigelse. Dermed ville man fjerne den uret, der blev indført i 2007.

Formanden for Ydelseskommissionen har principielt ret i, at mennesker, der er så syge, at de ikke kan arbejde eller være under uddannelse, ikke hører hjemme i kontanthjælpssystemet.

Virkeligheden er desværre, at det er der, mange af dem rent faktisk opholder sig.

Jeg håber, at Folketingets partier husker, hvad de selv sagde med beslutningsforslaget B 116 i 2006.



**SINDbladet**  
50. 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),  
Dorte Hangst, Jens Chr.  
Kristensen, Niels Chr. Jensen,  
Niels Lund Vogensen og  
Ingelise Svendsen.  
redaktionen@sind.dk

Følgende har også bidraget:  
Gustav Prip Thorsen,  
Jacob Schneider,  
Frederik Timm Bentsen.

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

Fotos: Medmindre andet er angivet er fotos fra Colourbox.com

**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.- Kvartside: 3.900.-  
SIND-medlemmer får 15 pct. rabat.  
Se annoncepolitik på  
www.sind.dk/bladet.

**Forsidefoto**  
Pressefoto: Mathilde Falch

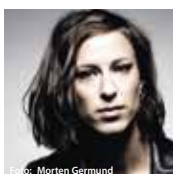
## SINDs ambassadører



Poul Nyrup Rasmussen



Diana Benneweis



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

**Layout:** SIND/blia

**Oplag**  
10.000.

**Bankforbindelse**  
Danske Bank, konto:  
9541-0005403944

## SINDs pressetalsmand

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

## Protektor

Hendes Kongelige Højhed  
Kronprinsesse Mary er protektor  
for SIND.



Foto: Franne Voigt

SIND arbejder for sundhedsfremme gennem travl, forebyggelse og recovery.



**PurePrint® by KLS**  
Produceret 100% biobrydligt af KLS PurePrint A/S





## I DETTE NUMMER

- /6 **Bevægende begyndelse på nyt samarbejde med Odense Symfoniorkester**
- /7 **Højt humør på SIND Sommerhøjskole**
- /7 **Vil du med til Sct. Hans Løbene den 7. september?**
- /7 **SIND får 10 mio. kr. til oplevelser for udsatte borgere**
- /8 **En voksen Mathilde er plade- og tv-aktuel: "Jeg har ret meget optur over at være i live"**  
SIND-ambassadør Mathilde Falch har været igennem flere kriser, og senest har hun fået en ADHD-diagnose. Den kalder hun sin ven, for den har lært hende at forstå sig selv bedre og finde sin plads i voksenlivet. Musikerens nye album "Solen Brænder" handler om at dele glæder og sorger, få noget ud af kriserne og fornøjelsen i at smøre madpakker. Mathilde kan snart opleves i TV 2's "Toppen af Poppen", hvor hendes rolle i SIND kom til at præge optagelserne.
- /10 **Regionsformanden i Hovedstaden: SIND er som en familie**  
Portræt af en frivillig: Politiske mærkesager og organisatoriske ambitioner kan formanden for SIND Hovedstaden, Kim Kjølgaard, hurtigt tale sig varm om. Men når han fortæller om engagementet i SIND, er det først og fremmest fællesskabet med andre SIND-frivillige og oplevelser fra rådgivningen, han fremhæver.
- /12 **"Vi vil gerne vise, at peers kan noget, som andre ikke kan"**  
Samfundet spilder værdifulde erfaringer ved ikke at lade mennesker med personlige erfaringer med psykisk sårbarhed spille en større rolle i mødet med mennesker, der er psykisk sårbare.

Sådan lyder det fra SIND og Det Sociale Netværk, der har skabt Peer-Partnerskabet. Et fælles forskningsprojekt sætter lige nu frivillige peers på landkortet.

- /13 **SINDs landsmøde**
  - Hovedbestyrelsens beretning
  - Vil du opstille til valg på landsmødet?
  - Vil du være gæst på SINDs landsmøde 25-26. september 2021 i Horsens?
- /25 **SIND og 76 andre organisationer kræver politisk handling: Tag ensomhed alvorligt**  
Alt for mange oplever ensomhed, og det er et stort problem – både for den enkelte og for vores samfund som helhed. Derfor er SIND gået sammen med 76 andre organisationer om at sætte ensomhed på den politiske dagsorden. Der er nemlig brug for politisk handling, hvis vi skal bekæmpe den stigende ensomhed.
- /26 **Sindets Dag: Globalt fokus på ulighed i sundhed**  
Vil du være med? Kloden rundt markeres den 10. oktober hvert år som Sindets Dag. Mærkedagen, som FNs sundhedsorganisation WHO står bag, zoomer i år ind på ulighed.

## FASTE RUBRIKKER

- /02 **Leder**
- /02 **Kolofon**
- /04 **SIND i medierne**
- /29 **Foreningen for børn med angst**
- /30 **Webshop**
- /31 **Generalforsamlinger**
- /32 **Lokalnyt**
- /34 **Regions- og lokalformænd**
- /34 **SINDs udvalgsformænd**
- /34 **SIND-nettets koordinatører**
- /35 **SINDs rådgivninger**
- /36 **Meld dig ind i SIND**

# Se aktiviteter på [www.sind.dk](http://www.sind.dk)

Den usikre situation med coronarestriktioner betyder, at vi i dette blad primært bringer foromtale af generalforsamlinger. På SINDs hjemmeside kan du se en opdateret oversigt over vores aktiviteter.

## SIND i medierne: Vi har brug for din hjælp på Facebook

Medieomtalen af SIND er populært læsestof på Facebook. Desværre får færre læsere nu øje på nyhederne

Når du klikker ind på Facebook, har det sociale medie truffet masser af valg og fravalg på dine vegne. Du ser kun en brøkdal af de sider og mennesker, du selv har valgt at følge. Derimod viser Facebook dig mange opslag, hvor andre har betalt for at få din opmærksomhed. Derfor er det ikke let for SIND og andre organisationer at nå ud til dig, medmindre vi investerer i markedsføring.

Udfordringen med at opnå opmærksomhed er denne sommer blevet endnu større. Facebook har valgt at reducere synligheden af links til mediernes egne nyhedssites, når vi gør opmærksom på omtale af SIND. Årsagen er ifølge Facebook en ændring af EU's copyright-direktiv. Derfor får færre fremover øje på nyheden, når SIND fx i Århus Stiftstidende argumenterer for, at psykiatrien er overbelastet.

Hvis vi skal bevare synligheden af SINDs medieomtale, er det en stor hjælp, hvis du kan klikke ind på vores side på Facebook og hjælpe med at kommentere eller dele vores opslag.



Foto: www.colourbox.com



Foto: Odense Symfoniorkester

## TV 2 FYN: HKH Kronprinsesse Mary i strålende humør på den røde løber

(6. juni 2021) HKH Kronprinsesse Mary var som protektor for Psykiatrifonden og SIND i Odense for at nyde Odense Symfoniorkesters koncert og markering af samarbejdet "Mind the Music".

SIND og Psykiatrifonden står sammen med Odense Symfoniorkester bag koncertrækken "Mind the Music", der sætter fokus på psykisk sårbarhed og musikkens beretninger.

"Det sårbare sind kan tilføje noget til musikken, og musikken kan gøre noget godt for det sårbare sind," sagde SIND-formand Knud Kristensen i sin tale.

"Og det bedste ved musikken? Den har – så vidt vides – ingen bivirkninger," sagde formand for Psykiatrifonden Torsten Bjørn Jacobsen.

## Kristeligt Dagblad: Flere psykisk udfordrede trives bedre under corona

(3. juni 2021) En undersøgelse, som Kristeligt Dagblad omtalte den 3. juni, viser, at mange mennesker, der er psykisk udfordrede, trivedes under coronanedlukningerne, fordi samfundet arbejdede i et lavere tempo.

"Jeg kan godt få øje på nogle forandringer, som principielt kan være nyttige for skrøbelige mennesker," sagde SIND-formand Knud Kristensen med henvisning til dem, der har haft gavn af en pause fra aktivering og jobcentre.

Han efterlyste et større datagrundlag at konkludere på og var skeptisk over for, om coronakrisen generelt skulle have fået mennesker, der er psykisk sårbare, til at få det bedre. Han erkendte dog, at det er vanskeligt at få et retvisende overblik.

"Hvis man har fået det godt, så ringer man jo heller ikke til SINDs rådgivning. Folk ringer, når de har det rigtig dårligt eller har konkrete problemer. Så derfor er den viden, vi har, skæv."

## DR P1: Behov for en tidlig indsats

(21. juni) DR P1-radioprogrammet "Public Service" zoomede den 21. juni gennem en time ind på den manglende hjælp til mennesker, der både har psykiske vanskeligheder og et samtidigt problematisk brug af rusmidler. 2. næstformand i SIND Mia Kristina Hansen deltog i hele programmet, som du både kan høre og læse mere om på DRs hjemmeside. Hun sagde blandt andet til DR, at der er behov for en tidlig indsats og fortalte om "no wrong door-princippet":

"Det vil sige, at uanset hvor man henvender sig, så skal man ikke sendes videre. Derimod skal man tages i hånden, og så skal man ikke slippes, før man bliver overdraget til nogle, som kan hjælpe en videre."

I programmet blev SINDs nye politik på området omtalt flere gange. Du kan læse mere om SINDs udspil på vores hjemmeside.



## Familie Journal: Åbenhed om angst

(25. juni) "Vi forældre kan ikke fikse alt, så ræk ud, vær åben, og bed om hjælp." Sådan sagde Mia Kristina Hansen, formand for Foreningen for børn med angst og 2. næstformand i SIND, til Familie Journal. Bladet bragte historien om, hvordan Mias søn Jonas som barn blev ramt af angst. "Jeg ved, at andre børn og unge har det, som jeg havde det dengang. Hvis bare en af dem kan have glæde af min historie, fortæller jeg den gerne," sagde han.

## TV 2 Østjylland, Midtjyllands Avis og andre medier: Nyt projekt hjælper 140 borgere og deres familier

(9. juni) Alt for mange bremses af barrierer, hvis de gerne vil have et fleksjob. SIND Erhverv har med flere projekter i samarbejde med kommuner hjulpet borgere til at finde en ny retning i livet og i arbejdslivet.

TV 2 Østjylland interviewede Ulla og Ulrich, der fremhævede dialogen, rådgivningen og støtten i projektet. Både før og efter ansættelsen. Netop nu tager et nyt projekt fart: En stor donation fra Den A.P. Møllerske Støttefond har banet vejen for et nyt samarbejde mellem SIND Erhverv, Silkeborg og Norddjurs kommuner. 140 borgere og deres familier får tilbudt en helt særlig indsats.

Du kan læse mere om projektet på vores hjemmeside. Projektet var også omtalt i Midtjyllands Avis og Lokalavisen Norddjurs.

## Herning Folkeblad: Koncert efter coronarestriktioner

(21. juni) Smilene var store, da MidtVest Pigeor endelig kunne optræde i psykiatrihaven på psykiatrisk afdeling i Regionspsykiatrien Vest. En tidligere planlagt koncert måtte aflyses grundet coronarestriktioner, men i forsommeren blev koncerten mulig. Patienter, pårørende, personale og andre tilskuere kiggede og lyttede med. Inden koncerten bød

ergoterapeut Agnethe Clemmensen og formand for SIND Herning-Ikast-Brande, Klaus Mejner Nielsen, velkommen.

"I SIND vil vi gerne give oplevelser af stor og faglig, flot og kunstnerisk kvalitet til dem, der trænger. Vi vil altid sørge for, at de, der har brug for hjælp, de får hjælp, men de skal også

have underholdning. Ordentlig underholdning," sagde han.

SIND-afdelingen havde støttet koncerten økonomisk. Koncerten med MidtVest Pigeor var et led i et samarbejdsprojekt mellem Regionspsykiatrien Vest, SIND Herning-Ikast-Brande samt Den Jyske Sangskole.

## Sorø Avis: Koncert skabte smil i Sorø

(23. juni) Fredag den 25. juni skulle musikeren Safir Aerials optræde ved en koncert arrangeret af SIND Ringsted-Sorø.

"Mit fokus for de her koncerter er at skabe et musikalsk fællesskab, som løfter energien og humøret og bidrager til et sundt og stærkt sind," sagde hun.

Anne-Grete Houmøller, næstformand i SIND Ringsted-Sorø, oplyste, at man både kunne møde frem til koncerten og deltage online hjemmefra:

"Vi har for eksempel medlemmer, som lider af angst eller af andre grunde kan have svært ved at komme ud af døren. Andre har bare været glade for, at det har gjort det nemmere at nå det hele i en travl hverdag."

## Århus Stiftstidende: Jyske psykiatri-hospitaler voldsomt overbelastede

(16. juni) Det i forvejen overbelastede Psykiatrisk Hospital i Skejby ved Aarhus skal overtage behandlingen af omkring 150 patienter fra Region Midtjylland. Her er der nemlig massive problemer med at rekruttere personale nok til psykiatrien. Det skrev Århus Stiftstidende. De vestjyske patienter er fordelt på syv specialer i form af demens, skizofreni, affektive lidelser, personlighedsforstyrrelser, ADHD, PTSD og traumatiserede flygtninge.

"Jeg bliver virkelig bekymret for patientsikkerheden. Det er en umulig situation, som slet ikke holder i længden," sagde SINDs formand Knud Kristensen til avisen.

## Altinget: Behov for national strategi mod ensomhed

(14. juni) Den massive ensomhed ophører ikke efter Corona og det sidste vaccinstik. Der er brug for politisk handling nu. Sådan skrev 77 organisationer – herunder SIND – i et debatindlæg i dag i Altinget.

Du kan læse mere om udspillet fra de 77 organisationer på SINDs hjemmeside og på side 25 i dette blad. På de sociale medier kan du også finde omtale, hvis du søger på #sammenmodensomhed.

## DR: Nej til beskæring af kontanthjælp

(3. juni) Kritikken var skarp af Ydelseskommisionens forslag om at beskære kontanthjælpen for unge, der er psykisk syge. 18-årige Danyella fortalte til DR, at hun vil miste 5.098 kr. om måneden, hvis forslaget bliver en realitet: "Det vil betyde, at jeg ikke længere har råd til min medicin. Og det vil højst sandsynligt betyde, at jeg vil få flere psykoser og blive mere indlagt," sagde hun.

SIND-formand Knud Kristensen sagde: "Det efterlader den her gruppe af mennesker i en situation, hvor de ikke har en ordentlig økonomi til at leve et rimeligt liv. Nogle vil være nødt til at flytte. Nogle vil ikke have råd til at betale deres medicin. Alt det medfører jo en enorm stress, som er med til at forværre deres psykiske sygdom. Så de bliver både fattigere og mere syge."

Støt SIND – 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.

SIND skaber opmærksomhed om sindslidelser i medier og over for politikere. Jo flere medlemmer vi er, des større vægt er der bag ordene. Meld dig ind på [www.sind.dk](http://www.sind.dk)



Foto: Odense Symfoniorkester



Foto: Odense Symfoniorkester



Foto: Odense Symfoniorkester

Torsten Bjørn Jacobsen, formand for Psykiatrifonden,  
SIND-formand Knud Kristensen og  
HKH Kronprinsesse Mary

## Bevægende begyndelse på nyt samarbejde med Odense Symfoniorkester

Efter benspænd og aflysninger grundet Corona kunne Odense Symfoniorkester den 4. juni endelig byde velkommen til koncertrækken "Mind the Music" med fokus på sindet. HKH Kronprinsesse Mary, der både er protektor for SIND og for Psykiatrifonden, fulgte den bevægende musik og de tankevækkende taler

AF HENRIK HARRING JØRGENSEN. FOTOS: ODENSE SYMFONIORKESTER

**S**nakken går altid livligt hos publikum, når tæppet er gået ned efter en særlig god kulturoplevelse, og man rejser sig fra klapsæderne. Uanset om det er film, teater, foredrag eller en koncert. Den 4. juni genlød Claus Bergs Gade og de øvrige veje i Odenses bymidte af ekstra mange positive, evaluerende og reflekterende ord, mens publikum søgte hjem efter en koncert i Odense Koncerthus.

Odense Symfoniorkester havde i samarbejde med SIND og Psykiatrifonden afviklet den første koncert med temaet "Mind the Music". Flere koncerter følger i 2022.

Konserterne sætter med afsæt i beretninger fra den klas-

siske musik fokus på psykisk sårbarhed og det mangfoldige sind. Musikken suppleres med inspiration fra taler.

### Protektor

Adskillige komponister – fx Beethoven, Mozart, Carl Nielsen, Schumann og Bruckner – havde psykiske vanskeligheder og skabte alligevel langtidsholdbar og beundret musik. Responsen ved den første koncert viste, at publikum tog godt imod kombinationen af musik og taler. HKH Kronprinsesse Mary, der både er protektor for SIND og for Psykiatrifonden, fulgte koncerten, som flere medier omtalte.

SIND-formand Knud Kristensen var en af aftenens talere. Han håber, at kulturlivet i andre byer også tager den fynske ide op. Bjarne Christensen, formand for SIND Fyn, var meget tilfreds med arrangementet:

"Vi er meget glade for samarbejdet. Koncerterne inspirerer til, at der bliver talt om psykiske vanskeligheder på en anden måde og blandt flere mennesker," fremhævede han.

### Tabubelagt

Oprindeligt var planen at afvikle seks koncerter fra efteråret 2020 til sommeren 2021. Desværre medførte coronarestriktionerne,

at man foreløbig kun har kunnet afholde en koncert. Ambitionen er at følge op med flere arrangementer i 2022.

Symfoniorkesterets musikchef Finn Schumacker ser efter publikums og musikernes positive respons på den første koncert frem til at fortsætte samarbejdet med SIND og Psykiatrifonden:

"Som kulturinstitution er vi stolte over at kunne bidrage til at belyse et samfundsrelevant tema, der ofte er tabubelagt og kan være svært at italesætte."

Når planerne for næste år har taget form, kan du læse mere om "Mind the Music" på [www.odensesymfoni.dk](http://www.odensesymfoni.dk)



Glæden var stor, da Odense Symfoniorkester efter tidligere coronaforsinkelser endelig kunne slå tonerne an

Foto: Odense Symfoniorkester

## Højt humør på SIND Sommerhøjskole

**S**IND Sommerhøjskole blev sidste år desværre aflyst grundet coronarestriktioner. I år var smilene derfor store, da 52 deltagere i juni kunne møde frem til en alsidig og hyggelig uge på Brenderup Højskole.

Sommerhøjskolen, som arrangeres af Brenderup Højskole i samarbejde med SINDs Uddannelses- og Frivilligudvalg, byder på en bred vifte af aktiviteter, værksteder, udflugter, foredrag og andre oplevelser. Dertil kommer masser af hygge, morgensamlinger, bålhygge under bøgen, motion samt en koncert.

Du kan læse mere om dette års sommerhøjskole i et senere



Foto: SIND



Foto: SIND

SINDblad. Hvis du er interesseret i at deltage i næste års SIND Sommerhøjskole, så kommer tilmeldingskuponen i SINDbladet december og på Brenderup Højskoles hjemmeside: [www.brenderuphojskole.com](http://www.brenderuphojskole.com)

/hhj



Foto: SIND

## Vil du med til Sct. Hans Løbene den 7. september?

**T**idligere år har op i mod 1.000 deltaget i Sct. Hans Løbene i Roskilde. Løbet, der næste gang afholdes den 7. september, omfatter ruter på 2, 5 og 10 km i de smukke omgivelser omkring Psykiatrisk Center Sct. Hans, i Boserupskoven eller langs Roskilde Fjord. Hvis du vil deltage i dette års løb, så klik ind på [www.scthanslob.dk](http://www.scthanslob.dk).



Foto: Sct. Hans Løbene

/hhj

## SIND får 10 mio. kr. til oplevelser for udsatte borgere

AF OLE RIISGAARD, DIREKTØR I SIND

**I**marts 2021 indgik Folketingets partier på grund af coronaen en aftale om at holde liv i oplevelsesindustrien (underholdningsbranchen, kulturlivet m.m.) ved at give 500 mio. kr. til borgere og kommuners forbrug af oplevelser. Formålet er altså at holde liv i branchen ved hjælp af forbrug.

Derfor har SIND nu fået 10 mio. kr., som vi kan bruge på oplevelser for udsatte borgere.

Vi har pengene i et år. De skal være brugt 1. juli 2022. Som altid, når man får penge fra det offentlige, er der en masse betingelser for, hvad vi må bruge pengene til og hvordan. Vi har fået en bevillingsskrivelse 25. juni 2021, og vi skal i juli – efter bladets deadline – for-

tælle Socialministeriet, hvordan vi gerne vil have lov til at bruge pengene.

SINDs hovedbestyrelse har 26. juni 2021 besluttet, at SIND gerne vil prioritere sådan:

- 4 mio. kr. skal over i Sindslidendes Fond, hvor enkeltpersoner kan søge om gavekort til oplevelser, billetter eller årskort til arrangementer o.l.
- 4 mio. kr. skal stilles til rådighed for SINDs lokalafdelinger og nogle af vores landsdækkende aktiviteter. De kan søge om penge til aktiviteter, der, hvis de falder inden for reglerne, kan bevilges og refunderes ved tilstrækkelig dokumentation. Det vil blive meldt ud til lokalafdelingerne,

hvordan det skal foregå, lige så snart Socialministeriet har godkendt vores ideer.

- Vi vil også gerne bruge penge på koncertturneer, SIND-højskole m.m.

Der er to ting, man skal huske om det hele. For det første: Det her er for alle udsatte borgere. Vi må ikke give SIND-medlemmer særbehandling. For det andet: Pengene skal bruges i den eksisterende oplevelsesindustri. Vi skal ikke til at lave særlige nye SIND-projekter.

Det bliver meldt meget mere ud i hele SIND, især vores lokalafdelinger, når vi kan gå i gang. Der vil også komme et idekatalog om, hvad man kan gøre lokalt. Se mere på SINDs hjemmeside.



Modelfotos: Coulo/box



# En voksen Mathilde er plade- og tv-aktuel: "Jeg har ret meget optur over at være i live"

SIND-ambassadør Mathilde Falch har været igennem flere kriser, og senest har hun fået en ADHD-diagnose. Den kalder hun sin ven, for den har lært hende at forstå sig selv bedre og finde sin plads i voksenlivet. Musikerens nye album "Solen Brænder" handler om at dele glæder og sorger, at få noget ud af kriserne og fornøjelsen i at smøre madpakker. Mathilde kan snart opleves i TV 2's "Toppen af Poppen", hvor hendes rolle i SIND kom til at præge optagelserne

AF JACOB SCHNEIDER, PROJEKTJOURNALIST



Foto: Per Arnesen/TV 2

Mathilde Falch kan opleves i 'Toppen af Poppen' på TV 2 fra september. Deltagerne er: Alex Vargas, Katinka, Hjalmer, Mathilde Falch, Malte Ebert, Maria Bramsen og Simon Kvamm

Det er godt seks år siden, at musikeren Mathilde Falch blev udnævnt til ambassadør for SIND. Hendes meget nærværende og hudløst ærlige sange om psykisk sygdom og sårbarhed havde været et unikt varemærke, som var med til at nedbryde tabuer – det perfekte match med SINDs mærkesager.

Sommeren igennem har man kunnet opleve en Mathilde Falch i højeste gear på en omfattende turné, som har præsenteret

hendes nye plade "Solen Brænder", og inden da blev hun inviteret til at deltage i den kommende sæson af det populære TV 2-musikprogram "Toppen Af Poppen".

## Farvel til ungdommen

Mathilde Falch er kendt for sin kompromisløse, vilde og sårbare psykologiske sangskrivning, og på 'Solen Brænder' tager hun igen bladet fra munden – med udgangspunkt i en mere

moden livssituation som mor og ægtefælle på tiende år.

Midt i epoken som ansvarlig voksen kom der så alligevel en flig af fortidens ballast ind i Mathildes liv sidste år, da hun fik en ADHD-diagnose:

"Det har jeg ikke talt så meget om, for jeg har lige skullet vænne mig til den selv. Jeg har jo nok altid vidst det i den forstand, at man siger: 'Hun har godt nok meget krudt i røven'. Men jeg er egentlig glad for det, for det giver



Længere udgave af artiklen på SINDs hjemmeside

Søg på artiklens overskrift

rigtig god mening for mig. Jeg har lært at bruge det konstruktivt, så nu kan jeg jo give den gas på scenen uden at tænke på, om jeg bliver smidt uden for døren,” lyder det fra musikeren med en smittende latter.

### Bedre forståelse

Diagnosen har faktisk hjulpet Mathilde gevaldigt, forklarer hun:

“Jeg har også haft problemer med at sove, men den her diagnose giver mig en meget bedre forståelse for mig selv. Jeg har også fået noget hjælp gennem medicin, og det er rigtig rart at vide, at der ikke er noget galt med mig i den forstand. Det her tankemylder er simpelthen bare fordi, at min hjerne har svært ved at lukke ned på grund af ADHD.”

“Jeg tror, der er mange, som kan genkende det i forhold til diagnoser. Man bliver også bare nødt til at se styrkerne i dem. En af grundene til, at jeg kom videre fra de svære ting dengang, er måske også, at jeg har en god drivkraft og energi fra ADHD... Så den er faktisk også min rigtig gode ven. Man skal ikke blive bange for det og lade det styre ens liv.”

### Retfærdighedssansen banker

Blandt sangene på den nye plade er der flere med samfundskritisk snert. Og det ligger ikke langt fra rollen som ambassadør for SIND – og Mathildes engagement i Red Barnet, Projekt Hjemløs og De Vildeste Fugle, forklarer hun:

“Arbejdet med SIND er også et udtryk for, hvor uretfærdigt det er, at folk ikke får den

hjælp, de har brug for. Hver uge får jeg masser af beskeder fra folk, som er der lige nu, eller deres pårørende, som er virkelig desperate. Og mange føler sig ensomme og alene i at have det skidt. Jeg henviser altid til SIND og alle de dejlige lokalforeninger, for jeg tror virkelig på, at det med at have et fællesskab er vigtigt. Og møde andre i lignende situationer og stoppe med at skamme sig – som jeg mærker, at rigtig mange gør, når det handler om psyken.”

“Der er bare noget i os mennesker, som føler det pinligt at være ensom og række ud efter hjælp gennem det her tabu. Men jeg synes heldigvis, der bliver flere og flere, som tør tale om deres problemer i offentligheden – det er utrolig positivt. Jeg håber, der er en bevægelse i gang, for det er jo noget, de fleste kender til i en eller anden grad. Alle oplever jo smerte og har det svært i perioder, så det er utroligt mærkeligt, hvis vi ikke tør tale om det. Men da jeg selv begyndte at tale om det for ti år siden, følte jeg ikke, at der var andre. Og jeg fik at vide, at jeg altså ikke kunne være rockstjerne, hvis jeg gik rundt og talte om de ting.”

### Kommende tv-stjerne

I forsommeren havde Mathilde ekstra travlt, da TV 2-programmet ‘Toppen af Poppen’ skulle optages i Mols Bjerge. Resultatet kan ses på TV 2 fra september.

“Det var fantastisk at være af sted med sådan en flok søde mennesker. Jeg fortalte også, at jeg er ambassadør for SIND og havde min fine SIND-halskæde på. Og når man åbner

“Alle oplever jo smerte og har det svært i perioder, så det er utroligt mærkeligt, hvis vi ikke tør tale om det. Men da jeg selv begyndte at tale om det for ti år siden, følte jeg ikke, at der var andre. Og jeg fik at vide, at jeg altså ikke kunne være rockstjerne, hvis jeg gik rundt og talte om de ting

op om de ting, så er der faktisk altid nogen, der griber den og siger ‘det kender jeg godt’. Så det blev faktisk nogle programmer, hvor folk åbner sig, også om de ting, der er svære.”

“Jeg blev virkelig stolt over, at der sidder nogle dygtige, unge popmusikere, som mange børn og unge ser op til, og fortæller om nogle ting, der er sindssygt svære. Bryder billedet af, at popstjerner bare lever det fede liv,” siger Mathilde Falch, som – hvor hun end kommer frem – vil blive ved med at stille skarpt på forholdene for mennesker, der er psykisk syge og sårbare:

“Jeg vil rigtig gerne blive ved med at sætte fokus på det at være sårbar. For jeg ved jo, at der stadig er et system, som det er meget svært at få hjælp i. Men det er også vigtigt at sige, at det er muligt at få et godt liv på den anden side af kriserne.”

- Mathilde Falch: “Solen Brænder” er udkommet på hendes eget pladeselskab Just For The Record og indspillet med guitarist og producer Christian Ki (D/roit, Peppermint B)
- ‘Toppen af Poppen’ har premiere på TV 2 i begyndelsen af september
- Se mere: [www.mathildefalch.dk](http://www.mathildefalch.dk)



Coveret til Falchs nye cd “Solen Brænder”.



SIND-ambassadør Mathilde Falch har været gennem flere psykiske udfordringer, senest en ADHD-diagnose

# Regionsformanden i Hovedstaden: SIND er som en familie



Portræt af en frivillig: Politiske mærkesager og organisatoriske ambitioner kan formanden for SIND Hovedstaden, Kim Kjelgaard, hurtigt tale sig varm om. Men når han fortæller om engagementet i SIND, er det først og fremmest fællesskabet med andre SIND-frivillige og oplevelser fra rådgivningen, han fremhæver

AF HENRIK HARRING JØRGENSEN. FOTOS: SIND

**M**otivationen bag de mange timer, SIND Hovedstadens 59-årige formand hver uge lægger i SIND, blev grundlagt for mere end 50 år siden:

I Kim Kjelgaards barndoms-hjem var begge forældre dybt engagerede i fagforeninger. Ved køkkenbordet talte familien hver dag ivrigt og længe om at skabe resultater for andre, mens man lyttede meget opmærksomt på hinanden. Værdierne – at hjælpe andre og at skabe god dialog – er fortsat bærende i voksenlivet. Han bruger de fleste af døgnetts vågne timer sammen med andre frivillige i landsforeningen. Fx ved telefonen når andre har det svært, på Zoom-skærmen med nye frivillige, i mødelokaler med udvalg og

bestyrelser og bag kaffekoppen ved sofabordet i det hyggelige SIND-hus i Hillerød. Også på hjemmehavnen – et hyggeligt bofællesskab i Lynæs – er det ofte mærkesager og oplevelser fra SIND, der bliver vendt med de andre beboere.

I dag er Kims forældre og de fleste familiemedlemmer fra barndomshjemmet med de livlige politiske diskussioner desværre gået bort. Kun en onkel og en tante udgør Kims familie. Men han føler sig hverken ensom eller alene. Tværtimod:

“SIND er som en familie for mig,” smiler han.

## Giv et håb videre

Mange SIND-frivillige har haft psykisk sygdom meget tæt inde

på livet. Personligt, som pårørende eller som ansat. Også Kim har mærket modgang og udfordringer i livet.

Erfaringerne er nu på 15. år brændstoffet i Kims personlige udvikling og engagementet for at hjælpe andre. Både når det gælder personlige samtaler og politiske mærkesager.

“En af vores vigtigste opgaver i SIND er at give et håb videre til andre, der har det svært. At hjælpe og inspirere til at man kan få et bedre liv,” fremhæver han.

## Politik

Kim er både aktiv på landsplan, regionalt og lokalt. Engagementet spænder fra SINDs hovedbestyrelse og formandsposten i Uddannelses- og Frivilligudvalget til regi-

onsbestyrelsen og SIND Huset i Hillerød.

Politisk peger han personligt på fire mærkesager: Mere tid til omsorg. Forebyggelse af ensomhed. Desuden lægger han vægt på mere sammenhæng og mere forpligtende samarbejde mellem behandlingspsykiatrien, socialpsykiatrien, de pårørende, civilsamfundet og andre indsatser i forhold til borgernes helbred, uddannelse arbejde og fritid. Derudover skal peermedarbejdere i Region Hovedstadens Psykiatri, som der ansættes flere og flere af, tilbydes mere og bedre støtte. Regionen sætter op til valget desuden fokus på bl.a. pårørendepolitik, støtte til patienter i forhold til uddannelse og arbejde samt en øget indsats



Stemningen omkring sofabordet i SIND Huset Hillerød er smilende, varm, afslappet og opmærksom som ved en god familiesammenkomst. Smilene er ekstra store, og der er kage på bordet, fordi en af husets faste brugere har fået et peerjob i psykiatrien



Overalt i SIND Huset hænger kunst skabt af Bo Steen Jensen, der indtil han gik bort var kendt debattør fra organisationen LAP, Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere. Steen Moestrup, til højre for Kim, der siden 1980'erne har været en af de faste gæster hos SIND Hillerød, har taget initiativ til udstillingen

## SIND Hovedstaden

- Spænder over 14 lokalafdelinger – fra Bornholm over København og Frederiksberg til Gribskov.
- Står bag en lang række aktiviteter, som du kan læse mere om på hjemmesiden. Læs fx om den næste generalforsamling d. 28. august 2021 og om et vælgermøde d. 14 september.
- Se mere på [www.sind.dk/region-hovedstaden](http://www.sind.dk/region-hovedstaden)



for borgere med psykiske vanskeligheder og samtidig brug af rusmidler. Kim oplever, at dialogen med regionens politikere er god.

“Der bliver lyttet til SIND og de øvrige foreninger. De 17 foreninger her i regionen har en god tradition for samarbejde i Psykiatريفoreningernes Fællesråd. Når vi står sammen og er enige, er vi stærkere og opnår resultater,” siger han.

### Fællesskaber

Møder og aftaler er der mange af i Kims kalender, og han er meget glad for at samarbejde med masser af frivillige. Samspillet giver ham energi.

“Vi har mange stærke fællesskaber, og jeg arbejder for, at vi får endnu flere overalt i SIND. Fx er vi i Uddannelses- og Frivilligudvalget meget optagede af at udvikle kurser og anden inspiration, der fremmer kundskab, den gode dialog og venskaber,” påpeger Kim, der i år sammen med de øvrige udvalgsmedlemmer bl.a. har været med til at afvikle SINDs Sommerhøjskole og 17 online-kurser for frivillige.

“Månederne med coronarestriktioner har været noget skidt for alle. Men det har været godt, at vi i SIND er blevet meget flittigere til at tilbyde digitale aktiviteter. Fx var vi tre fra regionsbestyrelsen, der under nedlukningen oprettede et socialt frirum via Zoom, hvor mennesker, der følte sig isolerede, kunne støtte og opmuntre hinanden. Det var en god oplevelse. Vi kan nå flere mennesker på den måde, så det er et godt SIND-supplement til de fysiske møder. Fx er der mange, som har svært ved at komme hjemmefra,” siger han.

### Hjemmebanen

Hjemme stortrives Kim i et bofællesskab. Han bor i Lynæs uden for Hundested, hvor indsatsen for at etablere en lokalafdeling – SIND Halsnæs – i 2006 blev hans første møde med SIND. Men 33 km. derfra har han endnu en hjemmebane, SIND Huset i Hillerød. Udenfor står den travle og tæt trafikerede Milnersvej i skarp kontrast til den afslappede og hjemlige atmosfære inde i huset.

Stemningen er som ved en hyggelig familiemiddag.

I dagligstuen, tv-stuen og husets andre lokaler kan man høre venlige stemmer, mens duften fra køkkenet af dagens aftensmad breder sig. Andre lokaler, hvor dørene er lukkede, er jævnlige brug til telefonrådgivning og dybt personlige samtaler.

Cirka 35 stamgæster besøger flere gange om ugen SIND Huset i Hillerød, og en af dem er Kim.

“SIND Huset og SIND Husets brugere betyder meget for mig, og de udgør da også størstedelen af mine personlige kontakter i min venskabskreds og netværk. De har støttet og hjulpet mig med alt lige fra god madlavning til eminent hjælp med computeren. Jeg var intet i SIND uden deres hjælp og støtte såvel i gode som i dårlige tider. Jeg håber, vi kan få endnu flere SIND-huse i hele Danmark,” siger han.

### FAKTA

## Blå bog – Kim Kjeldgaard

- Studerede som ung samsfundsvidenskab ved SDU og var lokalformand for studenterorganisationen Frit Forum Odense.
- Vendte efter en årrække som industrisnedker i Sverige tilbage til barndommskommunen. Bor i et hyggeligt bofællesskab i Lynæs.
- Tidligere lokalformand for SIND Halsnæs, som han var med til at stifte i 2006.
- Formand for SIND Hovedstaden, medlem af SINDs hovedbestyrelse, formand for SINDs Uddannelses- og Frivilligudvalg og næstformand for Psykiatريفoreningernes Fællesråd i Region Hovedstaden.



Cirka 35 stamgæster besøger flere gange om ugen SIND Huset i Hillerød. Mange får et godt måltid mad i godt selskab. Timme Ørvad (til højre) står bag gryderne. Tidligere har Søren Bøje (til venstre) gennem 15 år lavet mad



59-årige Kim Kjeldgaard arbejder for, at SIND får flere steder med stærke fællesskaber som i SIND Huset Hillerød

# “Vi vil gerne vise, at peers kan noget, som andre ikke kan”

Længere udgave af artiklen på SINDs hjemmeside

Søg på artiklens overskrift

Samfundet spilder værdifulde erfaringer ved ikke at lade mennesker med personlige erfaringer med psykisk sårbarhed spille en større rolle i mødet med mennesker, der er psykisk sårbare. Sådan lyder det fra SIND og Det Sociale Netværk, der har skabt Peer-Partnerskabet. Et fælles forskningsprojekt sætter lige nu frivillige peers på landkortet

AF FREDERIK TIMM BENTSEN

På baggrund af en treårig, landsdækkende forsøgsindsats konkluderede Socialstyrelsen i 2018, at peers blev forbundet med øget håb og recovery af alle parter – altså en øget tro på egne evner og en oplevelse af hverdagen som mere meningsfuld, deltagende og håbeful.

Hos både SIND og Det Sociale Netværk, der deltog i den landsdækkende forsøgsindsats, kunne man glæde sig. De positive fund har medvirket til, at der nu er omkring 250 lønnede peers i regioner og kommuner – en mangedobling på få år. Men der er mere at hente, er begge organisationer enige om. Derfor stiftede SIND og Det Sociale Netværk samme år Peer-Partnerskabet med det mål, at flere mennesker i vanskelige livssituationer får mulighed for peer-støtte.

Året efter, i 2019, modtog parterne 11 millioner kr. fra VELUX FONDEN til sammen med kommunerne Fredericia, København og Helsingør at metodeudvikle og dokumentere effekten af projekt 'Vejen til hverdagslivet,' hvor frivillige peers står for et 10-ugers gruppeforløb og laver følgeskab.

## Ligeværd en vigtig forudsætning

Peer-gruppeforløbet startede forrige år. Charlotte Heinsvig Poulsen er seniorforsker på Forskningsenheden Psykiatrisk Center København og har stået for evalueringen af de første erfaringer med frivillige peers:

“Noget af det, der træder tydeligst frem, er, at deltagerne har haft særligt gode oplevelser, når de frivillige har delt ud af egne erfaringer med psykisk sårbarhed på lige fod med de øvrige deltagere. Det skaber ligeværd og har

været med til at skabe tryghed i grupperne, så deltagerne får mere mod på at være med,” siger Charlotte Heinsvig Poulsen om de første forskningsresultater.

For Linda, der har gået i en af grupperne, har det gjort en afgørende forskel at møde andre, hvor hun kan være sig selv.

“Min psykiske sårbarhed er der ingen, der kan se. Når jeg har skullet bede andre om støtte, har jeg derfor haft valget mellem at lyde som og ligne en, som ikke kan noget, eller at vise mine stærke sider – men så tror alle, at jeg kan alting. Derfor har det været fantastisk at gå i gruppe med andre, der har prøvet meget af det samme, og hvor dem, der leder gruppen, også er psykisk sårbare. Det skaber en særlig genkendelse og lyst til at hjælpe hinanden videre,” siger Linda.



Modelfoto: UNSPLASH



Foto: UNSPLASH

## FAKTA

### Om lodtrækningsforsøget 'Vejen til hverdagslivet':

- 'Vejen til hverdagslivet' ledes af frivillige, som selv har erfaring med psykisk sårbarhed. Denne form for støtte, der bygger på fælles livserfaringer, kaldes peer-støtte.
- 'Vejen til hverdagslivet' er et 10-ugers gruppeforløb samt tilbud om individuelt følgeskab for mennesker, der er psykisk sårbare.
- Forskningen gennemføres sammen med kommunerne København, Fredericia, Helsingør, Rødovre og Gladsaxe. Projektet drives af Det Sociale Netværk og SIND gennem Peer-Partnerskabet. Effektmålingen gennemføres af Forskningsenheden på Psykiatrisk Center København. Forskningsprojektet er finansieret af VELUX FONDEN og de deltagende kommuner.
- Læs mere på [www.peerpartnerskabet.dk](http://www.peerpartnerskabet.dk)



# Hovedbestyrelsens beretning

2018-2021



Foto: SIND



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



# Hovedbestyrelsens beretning

## 2018-2021

Også denne landsmødeperiode har været præget af, at SIND i stigende grad har været i stand til at gøre sig gældende i den psykiatriske debat. Vi har også været i stand til at veksle synligheden til mere indflydelse.

Perioden har ført til en styrkelse af det frivillige arbejde i SIND.

Og så har den sidste halvdel af landsmødeperioden i den grad været præget af Corona/COVID-19 pandemien.

Denne beretning er som udgangspunkt en traditionel beretning, der ridser hovedtrækene op: Hvad er der sket i den nu snart forgangne landsmødeperiode?

Hovedbestyrelsen vil gerne benytte lejligheden til at opfordre til, at vi gør landsmødets debat om beretningen levende, og til at vi prøver at folde debatten ud.

HB opfordrer til at vi gør landsmødets beretningsdebat levende

Hovedbestyrelsen opfordrer de delegerede til at deltage i beretningsdebatten. Vi håber den bliver livlig, og den må gerne pege fremad.

De, der kandiderer til valget til daglig ledelse og hovedbestyrelsen, må gerne benytte beretningsdebatten til at komme med deres syn på perioden, der er gået, og deres visioner for fremtiden.

Beretningen dækker **tidsmæssigt** perioden fra landsmødet i september 2018 til og med juni 2021. Beretningen er vedtaget på hovedbestyrelsens møde den 26. juni 2021, 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.

Regionskredse og lokalafdelinger er i år inviteret til at bidrage med beretninger, der er indsat i landsmødemappen. Disse beretninger indgår ikke som en del af hovedbestyrelsens beretning, men kan naturligvis inddrages i beretningsdebatten på landsmødet.

Ved folketingsvalget i 2019 opfordrede SIND til at give psykiatrien en stemme

### SIND står på to ben

SIND har to ligeværdige strategiske sigtelinjer: Den politiske agenda og det frivillige sociale arbejde.

### Den politiske agenda

SIND tilstræber at være med til at sætte den politiske dagsorden og fremme konkrete initiativer i medierne, hos samarbejdspartnere og i de politiske systemer på landsplan, i regioner og i kommuner.

Som nævnt ovenfor dækker denne beretning udelukkende det landsdækkende arbejde.

### Indledning

Også i denne landsmødeperiode har SIND formået at placere sig tydeligt i det politiske landskab.

SIND har formået at positionere sig som en kritisk samarbejdspartner for de politiske institutioner (folketing, ministerier, styrelser, KL og Danske Regioner).

Vi har opretholdt og udbygget vores netværk i forhold til såvel folkevalgte som embedsmænd.

Vores dialog med Folketingets psykiatriordførere (og andre relevante ordførere) er fortsat tæt og godt – på tværs af de politiske skillelinjer.

Vi har også opretholdt og udbygget vores relationer til embedsmænd i departementer og styrelser.

I det følgende har vi valgt nogle nedslagspunkter/politiske emner/temaer, som vi vil give særlig opmærksomhed i beretningen.

Der har ikke været plads til det hele. Som nævnt er I velkomne til i beretningsdebatten også at inddrage ting, der ikke er omtalt på disse sider.

### Valg

I landsmødeperioden har der været afholdt valg til Folketinget i juni 2019.

SIND formåede – i lighed med tidligere valg – at bidrage til at få sat psykiatrien på 'valgplakaten.'

Vi gennemførte igen en kampagne under overskriften "Giv psykiatrien en stemme."

I lighed med tidligere valg udgav vi et inspirationshæfte til brug i valgkampen.

Psykiatrien kom til at fylde så meget i valgkampen, at den også var omtalt i det forståelsespapir, der erstattede tidligere tiders regeringsgrundlag.

I forståelsespapiret "Retfærdig retning for Danmark" (indgået mellem S, RV, SF og EL) blev det bl.a. lovet, at der via en tiårsplan for psykiatrien skulle ske et markant løft af psykiatrien – med forpligtende mål om blandt andet at mindske antallet af genindlæggelser, nedbringelse af ventetider og forøgelse af gennemsnitslevealderen for borgere med psykiske lidelser.

Der afholdes valg til kommunalbestyrelser og regionsråd i november 2021.

Mens dette skrives, er der ikke rigtig kommet gang i valgkampen, men det er allerede besluttet, at SIND også i 2021 skal forsøge at sætte sit præg på valgkampen.

Folketingsvalget 2019

**Giv psykiatrien en stemme**

– Inspirationshæfte til brug i valgkampen

FOLKETINGSV... GET 2019

6 Mere end 50 % 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?

## En tiårsplan for psykiatrien er et af de mest 'hotte' politiske emner

### Tiårsplan for psykiatrien

Som nævnt var det en del af regeringsgrundlaget (forståelsespapiret) i 2019, at der skal ske et markant løft af psykiatrien via en tiårsplan.

Planen skal indeholde forpligtende mål.

SIND har spillet ind med "Ti bud på en bedre psykiatri."

Vores bud indgik også i et fælles udspil fra psykiatريفoreningerne i PsykiatriNetværket.

SIND var sammen med medlemmerne af PsykiatriAlliancen, Danske Regioner og KL også medafsender på udspillet Psykiatriløftet, der kom med bud på otte løft af psykiatrien, der kunne indgå i tiårsplanen.

På grund af Corona/Covid-19 pandemien er arbejdet med tiårsplanen stærkt forsinket, og det indledende arbejde forventes først afsluttet efter, at denne beretning er gået i trykken.

SIND har været repræsenteret i to af arbejdsgrupperne og i følgegruppen, og vi har (sammen med vores samarbejdspartnere) gjort, hvad vi kunne for at påvirke indholdet af planen.

Vores bekymring er, at vi igen ender med en rapport, der opridser problemer og opstiller et katalog med 80-90 meget konkrete forslag, som politikerne så kan vælge imellem – uden nogen garanti for at man derved rent faktisk løser de problemer, der lige er blevet beskrevet.

Vi håber det bedste, men frygter det værste.

I forbindelse med finanslovsaftalen for 2020 blev der indgået en aftale om at tilføre hospitalspsykiatrien 600 mio. kr. årligt som et fast årligt løft.

Den endelige aftale om udmøntning af finanslovsaftalen blev indgået i maj 2020.

Pengene er blandt andet disponeret til en hårdt tiltrængt udvidelse af antallet af pladser på Sikringen i Slagelse.

Herudover er pengene sendt ud til regionerne, hvor de skal bruges til at øge kapaciteten og kvaliteten i behandlingen.

Desværre har man ikke alle steder været i stand til at bruge de ekstra penge.

I Region Nordjylland endte man med at bruge 23 af 60 mio. kr. til at dække et hul i regionens regnskab i 2020.

I Region Hovedstaden brugte man 90 ud af alt 141 mio. kr. til at afdrage gæld fra leasing af udstyr.

SINDs regionskredse har begge steder protesteret/stillet spørgsmål ved det rimelige i disse dispositioner.

Sagerne er taget op landspolitisk, men i skrivende stund ved vi ikke, hvad resultaterne af vores arbejde bliver.

De nævnte sager illustrerer vigtigheden af vores politiske arbejde på alle niveauer.

I sådanne sager er regionskredsens arbejde af stor betydning for at sikre, at pengene bliver brugt til det, de skal bruges til.

## Vores politiske arbejde hænger sammen på tværs af land, regioner og kommuner

### Retspsykiatri

I landsmødeperioden har SIND haft fokus på retspsykiatrien.

Vi har af vores forskningsmidler finansieret en undersøgelse af retspsykiatrien. Ane Moltke og Sine Lehn-Christiansen satte i deres rapport fokus på forløb i retspsykiatrien. Hvilke forhold hæmmer og hvilke forhold fremmer de retspsykiatriske patienters recovery?

Rapporten leverede væsentlig viden, som danner udgangspunkt for SINDs arbejde for forbedringer af (rets)psykiatrien.

Rapporten har – sammen med rapporter om samme emne fra Institut for Menneskerettigheder og Det Ethiske Råd – været med til at sætte fokus på retspsykiatrien.

En undersøgelse fra Justitsministeriets Retspsykiatriske Klinik og de fem regioner fra 2018 dokumenterede, at 74 procent af de mennesker, der ender med at få en foranstaltning, havde fået utilstrækkelig

Retspsykiatri var et af emnerne på Psykiatritopmødet i 2019



## 6 Hjemtagningen af de sociale tilbud har ført til en afspecialisering af socialpsykiatrien

psykiatrisk behandling i perioden op til det tidspunkt, hvor de begik kriminalitet.

SIND blev inviteret med i en arbejdsgruppe, der for Danske Regioner udarbejdede et katalog af anbefalinger til kriminalitetsforebyggende indsatser målrettet mennesker med psykisk sygdom.

Coronanedlukningen i foråret 2020 satte desværre en stopper for påtænkte arrangementer, der skulle være med til at sætte mere fokus på retspsykiatriområdet.

Reduktion af andelen af mennesker med en psykisk lidelse, der begår kriminalitet, indgår som et af de mål, SIND har bragt ind i forhandlingerne om en tiårsplan for psykiatrien.

### Den specialiserede socialpsykiatri

I kølvandet på strukturreformen i 2007 hjemtog kommunerne langt størstedelen af de specialiserede sociale tilbud, som før blev drevet af amterne.

Tilbage i regionerne blev kun et mindre antal højt specialiserede socialpsykiatriske tilbud.

Hjemtagningen kombineret med en aftagende kommunal visitation til tilbud udenfor egen kommune har med årene ført til en afspecialisering af socialpsykiatrien.

Kommunernes aftagende visitation til tilbud udenfor egen kommune blev i høj grad drevet af den kommunale økonomi.

Noget tilsvarende har man set på andre sociale områder.

Vi har løbende presset på for at få en genspecialisering og et generelt løft af kvaliteten i socialpsykiatrien.

I 2020 igangsatte social- og ældreministeren en evaluering af det specialiserede socialområde.

Det erklærede mål er at styrke det specialiserede socialområde. Retssikkerheden

skal højnes, og der skal være de rette specialiserede tilbud.

SIND er via Danske Handicaporganisationer repræsenteret i følgegruppen.

### Psykiske vanskeligheder og samtidig brug af rusmidler

SIND har gennem flere år haft fokus på mennesker med psykiske vanskeligheder og et samtidigt problematisk brug af rusmidler.

Vi har gang på gang påpeget, at mennesker med en sådan dobbelt udfordring er meget dårligt hjulpet med de nuværende tilbud, hvor behandlingsansvaret i forhold til psykiske lidelser ligger i regionerne, mens ansvaret for behandling af brug af rusmidler ligger i kommunerne.

Politisk har der gang på gang været lovet ændringer og forbedringer.

Indtil videre er der intet sket, men der er en forhåbning om, at man som en del af tiårsplanen for psykiatri vil løse – i det mindste en del af – problemet.

På medlemskonferencen i september 2019 var dette emne til debat.

Siden har vi arbejdet videre med emnet, og SINDs hovedbestyrelse vedtog på sit møde i januar 2021 SINDs politik angående psy-

kiske vanskeligheder og samtidigt problematisk brug af rusmidler.

### Øvrige politiske emner

I 2017 vedtog Folketinget at etablere **150 særlige pladser** på psykiatriske afdelinger. Etableringen af pladserne var et resultat af den offentlige debat om de mange sager om vold og trusler på botilbud.

I denne landsmødeperiode har det vist sig, at de 150 særlige pladser ikke har været en succes.

Indholdsmæssigt har de fungeret, og der har været langt mere fokus på rehabilitering, end der er på de almindelige psykiatriske afdelinger.

Men kombinationen af uhensigtsmæssige visitationskriterier og en takststruktur, hvor kommunerne skal betale langt mere for borgernes ophold på afdelingerne end for ophold på almindelige psykiatriske afdelinger, har gjort, at pladserne aldrig er blevet udnyttet fuldtud.

Man har forsøgt at rette op ved at ændre visitationskriterierne, og på det seneste har regionerne fået lov til at ændre op til 25 pct. af sengepladserne til normale psykiatriske sengepladser.

Tilbage i 2018 lovede daværende justitsminister Søren Pape, at der ville blive fremsat forslag om **ændring af værgemålsloven**.

Et lovforslag, der skulle reducere behovet for at umyndiggøre borgere og dermed sikre flere valgret. En ændring som SIND sammen med LEV og en række andre organisationer har ønsket længe.

I denne landsmødeperiode er loven således ændret, og dermed kunne flere stemme ved folketingsvalget i 2019. Desværre tyder det på, at den nye bestemmelse ikke bruges så ofte som forventet.

### Politiske pejlemærker

Landsmødet i 2018 vedtog en politisk udtalelse, hvoraf det fremgik, at SIND i landsmødeperioden ville have **særligt fokus** på disse områder:

1. Kulturforandring

**SINDs politik om psykiske vanskeligheder og samtidig problematisk brug af rusmidler fra januar 2021**





6 Hovedbestyrelsen opfordrer til at forebyggelse igen kommer på dagsordenen

2. Forebyggelse og tidlig indsats
3. Styrket sammenhæng i indsatsen
4. Tilstrækkelig kapacitet
5. Forbedret kvalitet i indsatsen
6. Retspsykiatri
7. Ressourcer til den nødvendige indsats

Som det fremgår af ovenstående, har en række af de nævnte punkter været på den politiske dagsorden i landsmødeperioden, og de vil alle indgå på den ene eller den anden måde i tiårsplanen for psykiatri, der forventes til politisk forhandling inden landsmødet.

#### Forebyggelse

SIND arbejder for trivsel, forebyggelse og rehabilitering.

I 2017 drøftede den daværende hovedbestyrelse forebyggelse, som man ønskede at have øget fokus på.

Den nuværende hovedbestyrelse har på sit møde den 20. marts 2021 også drøftet emnet. Her blev det besluttet at opfordre den kommende hovedbestyrelse til at arbejde for at sætte forebyggelse af psykisk sygdom på den politiske dagsorden i den kommende landsmødeperiode.

Opfordringen er hermed givet videre.

#### Det frivillige sociale arbejde

SIND organiserer frivilligt socialt arbejde til gavn og glæde for mennesker med psykiske lidelser og deres pårørende.

Langt det meste af SINDs frivillige sociale arbejde foregår i vores lokalafdelinger.

Som nævnt i indledningen dækker denne beretning alene SINDs landsdækkende arbejde.

I alt er der for tiden ca. 150 rådgivninger og tilbud til medlemmer og andre i SIND.

I forbindelse med etablering af SINDs nye hjemmeside i 2019 blev der gjort en stor indsats for at identificere og vise de mange lokale tilbud.

På [www.sind.dk/find-sind/sinds-tilbud](http://www.sind.dk/find-sind/sinds-tilbud) kan man via et kort eller via opslag på en af de fem regioner læse om de fleste af SINDs lokale tilbud.

Selvom vi endnu ikke har alt med på hjemmesiden, er det et imponerende kort over vores mange sociale tilbud.

Gennem vores landsdækkende telefonrådgivning kan man blive guidet frem til relevante tilbud, der hvor man bor.

Udover de mange lokale tilbud har SIND en håndfuld landsdækkende tilbud. Dem kan man også læse om her.

#### Den Landsdækkende Telefonrådgivning

Via ét fælles telefonnummer (70 23 27 50) har medlemmer og andre mulighed for at ringe og få hjælp. Det er gratis, anonymt og fortroligt. Alle kan ringe.

I landsmødeperioden har rådgivningerne i København, Aarhus, Odense og Hillerød bidraget til rådgivningen.

I skrivende stund er rådgivningen – bl.a. på grund af en igangværende certificering – under omstrukturering.

Årligt modtager Den Landsdækkende Telefonrådgivning mere end 8.000 opkald. Telefonerne passes i samarbejde mellem ansatte og frivillige.

#### SIND-bisiddere

Ifølge forvaltningsloven kan alle, der er part i en sag, lade sig bistå af andre.

Mange mennesker der er psykisk sårbare har stor fornøjelse af at lade sig bistå af en SIND-bisidder.



Formidling af kontakt mellem borgere og bisiddere foregår via Den Landsdækkende Telefonrådgivning.

Det er ikke en betingelse for at få hjælp, at man er medlem af SIND.

Alle bisiddere er frivillige og har gennemført en bisidderuddannelse.

#### SIND Pårørenderådgivning

SIND Pårørenderådgivning har eksisteret som et tilbud til pårørende i Aarhus/Midtjylland siden 1991.

SIND Pårørenderådgivning beskæftiger sig også med projekter indenfor arbejdsmarkedsområdet under aktiviteten "SIND Erhverv."

I 2020 har rådgivningen modtaget en donation på godt 5 mio. kr. til beskæftigelsesprojektet "Rampen til det gode arbejdsliv."

Rådgivningen er en del af Den Landsdækkende Telefonrådgivning.

Siden 2018 har pårørenderådgivningen været en landsdækkende aktivitet i SIND.

#### SINDs MedicinRådgivning

SINDs Medicinrådgivning startede under navnet BenzoRådgivningen i 2000 som et projekt i SIND.

I mange år har man tilbudt information og rådgivning om afhængighed af sove- og nervemedicin (benzodiazepiner) til brugere, pårørende og sundhedspersonale.

Rådgivningen tilbydes dels telefonisk, dels fysisk rundt om i landet i en række kommuner.

Rådgivningen har siden 2016 været en landsdækkende aktivitet i SIND.

Fra 2018 har rådgivningen også tilbudt information og rådgivning om andre typer medicin. Derfor har man i januar 2021 besluttet at skifte navn til SINDs MedicinRådgivning.

De fleste af SINDs mange rådgivninger og tilbud kan man klikke sig frem til via et kort på hjemmesiden – eller få oplysning om ved henvendelse til Den Landsdækkende Telefonrådgivning



Sommerhøjskolen 2020 måtte aflyses, men også i 2019 var der stor søgning og gang i den – her på malerværkstedet

### Sindslidendes Fond

Sindslidendes Fond er en selvstændig fond med tilknytning til SIND.

Fonden blev dannet i 2012 som en sammenlægning af to mindre fonde.

Fonden ledes af en bestyrelse på fire. De to er udpeget af SINDs daglige ledelse, og de udpeger selv yderligere to medlemmer.

Fonden yder støtte til mennesker med en sindslidelse og deres pårørende til rejser og ferieophold eller kur og pleje.

### Organisatorisk

Også i denne landsmødeperiode har SIND udviklet sig organisatorisk. Perioden har budt på flere medlemmer, økonomisk fremgang og en styrkelse af det organisatoriske arbejde – bl.a. gennem en udvikling af uddannelsesstillbuddene til de mange frivillige.

I skrivende stund er der 50 lokalafdelinger og 7.726 medlemmer.

### Medlems-/frivilligkonferencer

Traditionelt afholdes der i de år, hvor der ikke er landsmøde, en medlemskonference.

I 2019 blev der afholdt en medlemskonference om mennesker med en psykisk van-

skeligheder og et samtidigt problematisk brug af rusmidler.

Som nævnt ovenfor blev konferencen afsluttet for et forsat arbejde med at formulere SINDs politik på området.

I 2020 skiftede konferencen navn til SINDs Frivilligkonference, og titlen var "Forandringer i psykiatrien og civilsamfundet – Hvor stiller det SIND?"

På grund af corona-restriktionerne måtte konferencen desværre udskydes. Den forventes afholdt i 2022.

### SINDs Sommerhøjskole

SINDs Sommerhøjskole er også en fast tradition. Højskolen afholdes normalt i juni måned på Brenderup Højskole på Fyn.

Højskolen er et tilløbsstykke, og der er udsolgt tidligt på året.

Også Sommerhøjskolen 2020 måtte aflyses på grund af corona-restriktionerne.

### Uddannelse af frivillige

SIND har de senere år arbejdet målrettet på at styrke kvaliteten af det frivillige arbejde i foreningen gennem uddannelse af de frivillige.

Blandt andet takket være ekstern finansiering har vi i landsmødeperioden været i stand til at udbyde mange kurser for frivillige.

Der udbydes bl.a. en grunduddannelse for alle frivillige og en lederuddannelse for bestyrelsesmedlemmer og projektledere.

Hertil kommer workshops for foredragsholdere, rådgivere og bisiddere og en række specifikke workshops.

På grund af corona-restriktionerne har en række kurser og workshops måttet udsættes eller er ændret til at foregå online.

### Landsdækkende aktiviteter

SIND har en række landsdækkende aktiviteter.

Blandt dem er Den Landsdækkende Telefonrådgivning, SIND Pårørenderådgivning/SIND Erhverv og SINDs Medicinrådgivning, der er nævnt tidligere i afsnittet om det frivillige sociale arbejde.

Herudover er Skizofreniforeningen og Foreningen for børn med angst landsdækkende aktiviteter i SIND.

**Skizofreniforeningen** er en aktivitet i SIND, som arbejder for at skabe et bedre liv for mennesker med skizofreni og deres pårørende.

Skizofreniforeningen er startet i april 2012 og blev en aktivitet i SIND i 2015.

Foreningen har personlige medlemmer, der kun kan være medlemmer, hvis de også er medlem af SIND.

**Foreningen for børn med angst** har som formål at hjælpe nye som erfarne forældre til børn med angst til at få en lettere vej gennem det etablerede system samt at fremme muligheden for at børn og forældre altid kan finde hjælp og støtte.

Foreningen blev en landsdækkende aktivitet i SIND fra 1. januar 2017.

På medlemskonferencen i 2019 bidrog mange af deltagerne til et stort fælles maleri



## SIND har fem landsdækkende aktiviteter

De landsdækkende aktiviteter har hver to delegerede ved SINDs landsmøder og to af medlemmerne af SINDs hovedbestyrelse er valgt blandt kandidater opstillet af aktiviteterne.

### 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.

På grund af corona-restriktionerne har en del af hovedbestyrelsens møder i landsmødeperioden været afholdt som online-møder. Af samme grund har der været afholdt flere og kortere møder end normalt.

Det har af samme grund ikke været muligt at afholde et todagesmøde i november 2020.

Hovedbestyrelsen har i landsmødeperioden forsøgt sig med at komme med politiske udtalelser. Således vedtog HB på sit møde i marts 2019 en udtalelse om sundhedsreformen.

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

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.

Daglig Ledelse har også været nødt til at afholde en stor del af møderne elektronisk på grund af corona-restriktionerne.

Daglig Ledelse havde planlagt at deltage i regionskredsens generalforsamlinger i 2021 for at forberede landsmødet. Dette har heller ikke kunnet gennemføres.

På hjemmesiden kan man – under menu-punktet "Frivilligunivers – Landsdækkende referater" – finde referater af samtlige møder i HB og DL – sammen med referater af møder i de fire udvalg, der er omtalt nedenfor.

På hovedbestyrelsesmødet i november 2019 valgte den daværende 2. næstformand at trække sig fra posten.

Dette skete under et lukket dagsordenspunkt, og det blev ved samme lejlighed aftalt med den afgående næstformand, at der ikke skulle refereres fra debatten.

Af respekt for denne aftale kan der ikke berettes yderligere vedrørende skiftet på posten som 2. næstformand.

### Udvalg og arbejdsgrupper

SIND har i landsmødeperioden haft fire udvalg:

- Brugerudvalget
  - Pårørendevalget
  - PR-udvalget
  - Uddannelses- og Frivilligudvalget
- I bilag 1 (se [www.sind.dk/lm2021](http://www.sind.dk/lm2021)) er der en kort beretning fra hvert af udvalgene.

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

Konferencen i 2021 måtte dog udskydes på grund af corona-restriktionerne.

I skrivende stund vides det ikke, om konferencen kan afholdes inden landsmødet.

I 2020 nedsatte HB en arbejdsgruppe, der skal varetage vores samarbejde med vores grønlandske søsterorganisation Sugisaaq.

### Organisatoriske handleplaner

Landsmødet i 2018 vedtog tre organisatoriske handleplaner:

1. Mere overblik over og understøttelse af landsdækkende, regionale og lokale SIND-projekter, som er finansieret af fundraisede økonomiske midler fra både offentlige og private bevillinger.
2. Stærkere SIND-regioner, både politisk og organisatorisk.
3. Flere lokalafdelinger og flere medlemmer i SIND.

Efter landsmødet blev der igangsat et stort arbejde med en implementeringsplan for de organisatoriske handleplaner.

Der blev i den forbindelse nedsat en række arbejdsgrupper.

Arbejdet med implementeringen af de organisatoriske handleplaner voksede og blev til sidst til et stort samlet styringsgrundlag for SIND.

Det blev vedtaget, at der skulle udarbejdes en samlet strategi for SIND til forelæggelse for landsmødet i 2021.

På HB-mødet i november 2019 blev det besluttet at revidere arbejdet med de organisatoriske handleplaner og udarbejde et nyt og mindre omfattende styringsgrundlag for landsforeningen.



**Mia Kristina Hansen har siden november 2019 været 2. næstformand i SIND**

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

Det blev samtidig besluttet at revurdere planen om at fremlægge en samlet strategi for landsmødet 2021.

Efterfølgende vedtog HB på mødet i juni 2020 en ny plan for implementering af de organisatoriske handleplaner.

Samtidig nedlagde HB seks af de otte arbejdsgrupper.

Samtidig blev det besluttet, at der skal udarbejdes et nyt retnings- og strategi-grundlag for SIND.

Dette grundlag har i perioden været drøftet flere gange i HB, og det er besluttet, at den endelige udformning skal afvente afholdelse af frivilligkonferencen, som i 2020 blev udsat, og udarbejdelsen af en ny frivilligpolitik.

Dette vil først kunne ske efter landsmødet i 2021.

I forhold til de tre organisatoriske handleplaner kan det konstateres, at resultatet er, at der er kommet et langt bedre overblik over de mange SIND-projekter, at der er kommet 9 pct. flere medlemmer, én ekstra lokalafdeling, og at der er sket en vis styrkelse af de SIND-regioner, der har fået støtte fra landsforeningen/sekretariatet.

Resultaterne er OK, men ikke prangende.

HB har besluttet ikke at udarbejde forslag til organisatoriske handleplaner til landsmødet i 2021.

Resultaterne retfærdigør ikke fuldtud de ressourcer, der har været anvendt.

#### **Sekretariatet**

Sekretariatet er fortsat lokaliseret i Handicaporganisationernes Hus i Taastrup.

På sekretariatet varetages følgende opgaver:

- Dagsordener, referater, vedtagelser og anden betjening af Hovedbestyrelsen (HB) og Daglig Ledelse (DL)

**SINDs formand deltager i en direkte TV-debat med Uddannelses- og forskningsminister Ane Halsboe-Jørgensen**

- Konsulentbistand til kredse og lokalforeninger
  - Markedsføring og fundraising
  - Medlemsregistrering, medlemsbetjening samt udsendelse af informationsmateriale og SIND-bladet
  - Vedligeholdelse af hjemmeside
- Staben består i dag af:
- Ole Riisgaard, direktør
  - Helene Kemp, udviklingskonsulent
  - Henrik Harring Jørgensen, kommunikationschef
  - Jimmi Brink Jensen, medlemssekretær og webmedarbejder
  - Ilse Helene Vinther, økonomiansvarlig
  - Emilie Østbjerg, organisationskonsulent
  - Diana Ziwes, bogholderiassistent
  - Jakob Clausen, receptionist og administrativ assistent
  - Sarah Ø. Bigum, organisationskonsulent
  - Lene Romby Nielsen, bogholderiassistent
- Hovedbestyrelsen benytter lejligheden til at takke medarbejderne for en stor indsats i landsmødeperioden.

#### **Presse og synlighed**

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.

I en analyse fra 2020 foretaget af medieovervågningsvirksomheden Infomedia for Landsindsatsen EN AF OS kan man se, at SIND er den mest citerede organisation for brugere og pårørende.

På top20-listen med samtlige psykiatrickilder i 2019 er SIND nummer fire. Kun kommuner og Kommunernes Landsforening samt regionerne og Danske Regioner og undervisningsinstitutioner omtales mere end SIND.

#### **SINDbladet**

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

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

#### **Hjemmeside og sociale medier**

SINDs tilstedeværelse på de sociale medier er vokset yderligere i landsmødeperioden.

Det er fortsat Facebook, der fylder mest, men vi er efterhånden også godt med, når det gælder Twitter, Instagram og LinkedIn. I februar 2021 var vi oppe på 14.993 følgere på Facebook.

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





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

I landsmødeperioden er mange 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.

I overensstemmelse med en tidligere beslutning er hjemmesiden i landsmødeperiode flyttet til en ny og mere tidssvarende platform.

#### Informationsarbejdet i øvrigt

Også i denne landsmødeperiode har vi udbygget nettet af foredragsholdere.

Antallet af foredragsholdere er nu 20.

I den sidste del af landsmødeperioden har vi stoppet rekrutteringen for i stedet at arbejde med at skaffe opgaver til foredragsholderne.

Ordningen har som så meget andet ligget stille under corona-nedlukningen.

Vi oplever fortsat høj efterspørgsel på **foldere og brochurer**. Men også denne aktivi-

tet er næsten helt lukket ned under coronanedlukningen.

I 2019 var SIND tilstede og meget synlige på **Folkemødet** på Bornholm i juni. I 2020 blev Folkemødet aflyst.

I 2021 blev Folkemødet gennemført, men på en sådan måde, at vi valgte at aflyse vores deltagelse.

I alle årene har SIND været en aktiv deltager i psykiatriforeningernes fælles årlige **Psykiatritopmøde** den første lørdag i oktober måned. I 2020 gennemførtes topmødet elektronisk.

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 rigtig meget. Også Sindets Dag var i 2020 præget af aflysninger og ændringer som følge af coronarestriktioner.

I 2019 udkom "**Håndbog for psykiatribrugere og pårørende – Kend dine rettigheder**" i 5. reviderede udgave. Bogen er nu i alt trykt i 18.000 eksemplarer.

#### 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, der altså i 2020 kunne fejre fem års jubilæum som SIND-ambassadør.

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

#### Samarbejdet med andre

SIND indgår i mange partnerskaber lokalt, regionalt og på landsplan. Disse partnerskaber bidrager aktivt til at skabe forandring.

SINDs protektor HKH Kronprinsessen deltog i markeringen af Den Internationale Handicapdag i 2019



SIND skal på én og samme tid bevare egen identitet og indgå i samarbejde omkring fælles mål og initiativer.

I landsmødeperioden har hovedbestyrelsen flere gange drøftet mulighederne for/ønsket om et tættere og mere forpligtende samarbejde psykiatriforeningerne imellem.

Hovedbestyrelsen opfordrer landsmødet til – under beretningsdebatten – at drøfte SINDs samarbejde med andre psykiatriororganisationer.

En sådan debat kan danne udgangspunkt for en fortsat drøftelse af samarbejdet med de øvrige psykiatriforeninger.

Vi opfordrer til, at vores samarbejde med de andre psykiatriororganisationer indgår i beretningsdebatten

I landsmødeperioden har vi indgået i disse samarbejder:

#### 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.

#### PeerPartnerskabet

I 2019 stiftede SIND sammen med foreningen Det Sociale Netværk PeerPartnerskabet, der har til formål at fremme peer-tankegangen gennem iværksættelse af lokale peer-projekter.

Partnerskabet har modtaget en støtte på 11 mio. kr. fra Velux Fonden til projekt "Håb og selvbestemmelse i hverdagslivet."

6 I 2020 har SIND meldt sig ind i Folkebevægelsen mod ensomhed

#### **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.

SINDs anden næstformand repræsenterer SIND i netværket.

#### **PsykiatriAlliancen**

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

Alliancen består af 35 organisationer, der repræsenterer brugere, pårørende og fagfolk med relation til psykiatrien.

SINDs første næstformand er talsperson for alliancen.

#### **Folkebevægelsen mod ensomhed**

I 2020 har SIND meldt sig ind i Folkebevægelsen mod ensomhed.

Folkebevægelsen står bag en bred vifte af aktiviteter. Mest kendt er kampagnen "Danmark spiser sammen", der afholdes hvert år i uge 17 og 45.

#### **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.

#### **World Federation of Mental Health**

SIND er medlem af WFMH, som arbejder for at promovere psykisk sundhed på verdensplan. WFMH har bl.a. taget initiativ til Sindets Dag, som én gang årligt skal skabe offentlig opmærksomhed om psykisk sygdom og psykisk sundhed.

#### **SIND Mental Health**

SIND Mental Health er SINDs faste arbejdsgruppe vedrørende psykisk sundhed og forhold vedrørende psykiatri i lande i syd (det vi tidligere kaldte udviklingslande).

SIND Mental Health arbejder på internationalt plan for SINDs målsætning om at skabe forståelse og tolerance for mennesker med sindslidelse og deres pårørende.

SIND Mental Health fundraiser til og implementerer psykiatriprojekter i lande i syd. Dette sker ofte i samarbejde med andre

danske organisationer, ofte Danske Handicaporganisationer (DH), og lokale organisationer i hvert enkelt land.

#### **Corona/COVID-19**

Som nævnt mange gange i det foranstående, så har SIND – som resten af Danmark – i en stor del af landsmødeperioden været præget af restriktioner/nedlukninger som følge af Corona/COVID-19 pandemien.

I perioden siden 11. marts 2020 har mange af SINDs aktiviteter været begrænset eller helt lukket ned.

Samtidig har SIND formået at deltage som en tydelig stemme i debatten omkring nedlukning og genåbning af samfundet.

Vi har deltaget som medlem af Partnerskabet for Udsatte, og via DH har vi været med i Partnerskabet for Handicappede.

Vi har i løbet af perioden flere gange modtaget betydelige donationer, som vi har kunne bruge til at lette byrden for vores medlemmer og andre med psykiske udfordringer.

Vi har i alt modtaget 12,5 mio. kr. i løbet af 2020-2021 til corona-relaterede projekter.

#### **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.



**Poul Nyrup Rasmussen og Knud Kristensen underskriver aftalen om etablering af PeerPartnerskabet**

# Vil du opstille til valg på landsmødet?

I SIND-bladet, der udkom d. 1. februar 2021, blev der indkaldt til SINDs landsmøde.

Her er lidt mere information:

## Vil du opstille til valg på landsmødet?

På landsmødet skal der ske følgende personvalg, jf. vedtægterne §6 og §7:

- Valg af Daglig Ledelse (DL):
  - Valg af landsformand.
  - Valg af 1. næstformand.
  - Valg af 2. næstformand.
- Valg af 2 medlemmer af hovedbestyrelsen (HB), repræsenterende de landsdækkende SIND-aktiviteter (plus suppleanter).
- Valg af 5 øvrige HB-medlemmer (plus suppleanter).
- Valg af kritisk revisor (plus suppleant).
- (Ud over disse personer består HB også af 5 regionale HB-medlemmer, der er valgt før landsmødet)

## Daglig Ledelse (DL)

Formand, 1. næstformand og 2. næstformand vælges hver for sig, en ad gangen, i nævnte rækkefølge. DLs medlemmer er herefter fødte medlemmer af hovedbestyrelsen (HB). Hvis man vil opstille til en eller flere af posterne, så skal det, jf. vedtægterne §6, stk. 3, være indsendt til sekretariatet senest 21 dage før landsmødet, d.v.s. **senest lørdag d. 4. september 2021 kl. 13.00**. Send på [lm2021@sind.dk](mailto:lm2021@sind.dk) eller til sekretariatets adresse i Høje

Tåstrup. Det skal tydeligt fremgå, hvis man opstiller til formand, men også til en eller begge næstformandsposter, hvis man ikke bliver valgt til formand, eller om man opstiller til 1. næstformand, men også til 2. næstformand, hvis man ikke bliver valgt til 1. næstformand.

## To HB-medlemmer, som repræsenterer de landsdækkende SIND-aktiviteter

SIND har p.t. fem landsdækkende aktiviteter: Skizofreniforeningen, Foreningen Børn med Angst, Den Landsdækkende Telefonrådgivning (DLT), SINDs Pårørenderådgivning og SIND Erhverv samt SINDs medicinrådgivning. For at opstille som HB-kandidat for disse skal man have en underskrevet opstillingserklæring fra ledelsen i en af aktiviteterne. Man kan stille op helt hen til selve landsmødet.

## Fem øvrige HB-medlemmer

Man kan opstille til en af disse fem poster helt hen til landsmødet.

## Revisor

Man kan opstille til denne post helt hen til landsmødet.

## Opstillingsgrundlag

Kandidater til valg kan få et personligt opstillingsgrundlag med i landsmødemappen, hvis det er fremsendt til [lm2021@sind.dk](mailto:lm2021@sind.dk) eller sekretariatets adresse i Høje Tåstrup senest søndag d. 15. august 2021.

**OBS: Alle opstillingsgrundlag vil komme på [www.sind.dk/lm2021](http://www.sind.dk/lm2021), hvor enhver kan se dem.**

**OBS:** Et opstillingsgrundlag må ikke fylde mere end en A4-side. Indsendte opstillingsgrundlag anvendes, som de er fremsendt, der sker ikke renskrivning, korrekturlæsning eller layout. Derudover er der ikke nogen formkrav.

**BEMÆRK:** Personer, der er ansat i SIND mere end 10 timer pr. uge, kan ikke være medlem af hovedbestyrelsen (HB), jf. vedtægterne §7, stk.2.

Hvis du har spørgsmål til nogen af posterne, der er på valg, eller til valgproceduren, så er du velkommen til at kontakte SINDs direktør Ole Riisgaard ([ori@sind.dk](mailto:ori@sind.dk) og 35 24 07 55).

Du kan også skrive til [lm2021@sind.dk](mailto:lm2021@sind.dk)

Du kan også læse SINDs vedtægter på [www.sind.dk/vedtaegter](http://www.sind.dk/vedtaegter)

Hvem stiller op til valg af formand, næstformand og medlemmer af hovedbestyrelsen på SINDs landsmøde 25.-26. september 2021?

Hvad sker der ellers på SINDs landsmøde?

Se det på [www.sind.dk/lm2021](http://www.sind.dk/lm2021)

Se det på [www.sind.dk/lm2021/kandidater](http://www.sind.dk/lm2021/kandidater)

## 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 arbejdet i DH, Danske Handicaporganisationer.

Det er også vores frivillige, der – under professionel vejledning – står for arbejdet i vores rådgivninger, i SIND-nettet, bisidderfunktion og i vores net af foredragsholdere.





# Vil du være gæst på **SINDs landsmøde** 25-26. september 2021 i Horsens?

Der er åbent for tilmelding af gæster fra d. 10. august 2021. Gæster skal *som udgangspunkt* påregne selv at kunne skaffe sig overnatning i Horsens (med mindre de deler værelse med en delegeret).

**S**INDs landsmøde 2021 foregår på Scandic Bygholm, Schüttesvej 6, 9700 Horsens.

Selve landsmødet starter lørdag d. 25. september 2021 kl. 13.00, men der er indskrivning og frokost fra kl. 11.00. Søndag d. 26. september 2021 varer det til kl. 16.00.

Landsmødets ordinære 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 gæstempladser til medlemmer af SIND, der som gæster selv skal betale for deltagelse. Gæsterne skal også selv betale deres rejseudgifter. Der ydes ikke rejse-refusion til gæster.

Gæster har taleret på landsmødet, men ikke stemmeret.

De ordinære deltagere – de delegerede – overnatter på enkeltværelser på Scandic. SIND har kun ganske få værelser tilovers ud over værelserne til de delegerede. Derfor skal gæster som udgangspunkt påregne selv at skaffe overnatning i Horsens. Der er dog den

mulighed at dele værelse med en af de delegerede, hvis man har en aftale med en delegeret herom. Man kan fra d. 10. august 2021 forhøre sig i SINDs sekretariat, om der er ledige værelser tilovers. Man vil også kunne komme på en venteliste.

## 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 SIND yder ikke rejse-refusion.

## Priserne er:

- Hvis du vil deltage i det hele, *men uden værelse*, fordi du finder overnatning et andet sted, koster det 1.387 kr. for tilstedeværelse og forplejning.
- Hvis du efter aftale skal *dele dobbeltværelse* med en delegeret, der i forvejen har fået et

værelse stillet til rådighed, skal du betale 1.587 kr. for overnatning, tilstedeværelse og forplejning.

Hvis det bliver muligt at få et værelse på Scandic, så vil priserne være 2.122 kr. for enkeltværelse og 1.855 kr. pr. person for dobbeltværelse.

Tilmelding skal ske efter d. 9. august 2021 på mail [lm2021@sind.dk](mailto:lm2021@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. Hvis din gæstedeltagelse bliver betalt af din SIND-lokalafdeling, så må du gerne gøre opmærksom på det ved tilmelding.

Hvis du har spørgsmål, er du velkommen til at kontakte sekretariatet på [lm2021@sind.dk](mailto:lm2021@sind.dk)

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

Skal du med til SINDs landsmøde d. 25.-26. 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.



Foto: SIND



Foto: SIND



Foto: SIND



Foto: SIND



# SIND og 76 andre organisationer kræver politisk handling: Tag ensomhed alvorligt

Alt for mange oplever ensomhed, og det er et stort problem – både for den enkelte og for vores samfund som helhed. Derfor er SIND gået sammen med 76 andre organisationer om at sætte ensomhed på den politiske dagsorden. Der er nemlig brug for politisk handling, hvis vi skal bekæmpe den stigende ensomhed

AF LAURA KRUSE-BLINKENBERG, SINDS SEKRETARIAT

**A**lle kan rammes af ensomhed, og ensomhed er en af de alvorligste udfordringer for vores velfærd i det danske samfund. Det skader nemlig både vores trivsel, sundhed og samfundsøkonomi.

Ofte bliver ensomhed betragtet som et personligt og individuelt problem, som hænger tæt sammen med det at være isoleret eller fysisk alene. Og som et problem, der primært skal løses hos den enkelte.

Men når 8 pct. af alle voksne danskere – og helt op til hver tredje person med psykiske vanskeligheder – lider af alvorlig ensomhed, er det ikke et individuelt problem. Det er et samfunds- og folkesundhedsproblem, som kræver politisk handling.

## Brug for national strategi mod ensomhed

Derfor har SIND været med til at udvikle et inspirationsoplæg til en national politisk strategi mod ensomhed, som er blevet sendt

til den danske regering og Folketingets politikere.

Oplægget er et opråb til politikerne om at tage ensomhed alvorligt og skabe en bred national strategi mod ensomhed. Der er nemlig behov for, at ensomhed tænkes ind i alle områder af vores samfund, hvis vi skal gøre noget ved det stigende problem.

Det gælder alt fra vores sundhedsvæsen, social- og ældreområde til vores skoler, uddannelser, boliger, infrastruktur og ikke mindst civilsamfund. Og det er netop det, som inspirationsoplægget lægger op til.

## Ensomhed er noget vi skal bekæmpe sammen

Håbet med oplægget er, at der bliver skabt en politisk strategi mod ensomhed, som tager fat i de underliggende årsager til ensomhed i samfundet, og ikke betragter ensomhed som et individuelt problem.

Derudover håber SIND og de 76 andre organisationer, at oplægget starter en nati-

onal samtale om ensomhed, så vi alle sammen bliver mere opmærksomme på den store udfordring, som ensomhed er. Når vi bekæmper ensomhed, skal vi nemlig gøre det sammen.

**P**å SINDs hjemmeside – menupunktet SIND mener – kan du læse hele inspirationsoplægget vedrørende en national ensomhedsstrategi.



## Støt os økonomisk

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

Vælger du at give en eller flere pengegaver til SIND, fx via [www.sind.dk](http://www.sind.dk), så kan du trække beløbet fra i skat.

I 2021 kan du højst få fradrag for 17.000 kr. årligt. (16.600 kr. i 2020). Ægtefæller kan hver især fratrække det nævnte beløb.



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.



## Skaf en gave

SIND er godkendt efter ligningslovens § 8 A. Det betyder, at gaver til SIND er fradragsberettiget for gaveren.

Der stilles en række krav for at opnå/bevare godkendelse efter ligningsloven. Bl.a. skal antallet af gavegivere overstige

## Betænk SIND i dit testamente

Ønsker du at betænke SIND i dit testamente, så se [www.sind.dk/](http://www.sind.dk/) testamente eller kontakt SINDs sekretariat.

# Sindets Dag: Globalt fokus på ulighed i sundhed

Vil du være med? Kloden rundt markeres den 10. oktober hvert år som Sindets Dag. Mærkedagen, som FNs sundhedsorganisation WHO står bag, zoomer i år ind på ulighed

AF HENRIK HARRING JØRGENSEN

FNs hovedkvarter i New York. Parlamenter i Afrika. Væresteder og medborgerhuse i Vestjylland. Over hele verden markerer man hvert år den 10. oktober som Sindets Dag. Også en lang række af SINDs 50 lokalafdelinger og flere end 80 lokale tilbud står bag aktiviteter på dagen, hvor du også selv som privatperson kan gøre en forskel. Fx med opslag på sociale medier.

Hvis du overvejer at arrangere eller deltage i aktiviteter på Sindets Dag, så er der god inspiration at hente i årets internationale tema: Ulighed i sundhed eller "Mental Health in an Unequal World".

## Stigmatisering

Organisationen World Federation for Mental Health (WFMH) peger i forbindelse med valget af årets tema på en lang række problemer, der ikke er blevet mindre efter den globale coronaepidemi. Fx rammes mange mennesker med psykiske udfordringer af fattigdom, stigmatisering og ringe muligheder for at komme uddannelsesmæssigt og økonomisk på fode igen efter sygdom. Et andet globalt problem er manglende eller ringe behandling. I lav- og mellemindkomstlande mangler mellem 75 og 96 pct. af borgerne adgang til behandling for psykisk sygdom. Ifølge WFMH er situationen ikke ret meget bedre i de rigeste lande. Organisationen opfordrer til handling hurtigst muligt.

## Danske udfordringer

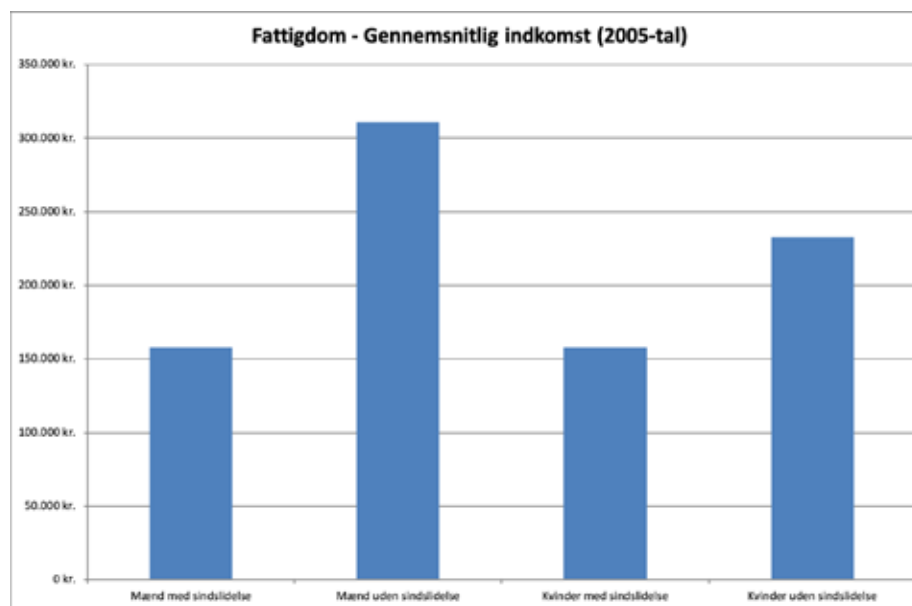
SIND-formand Knud Kristensen betegner ulighed som et af de væsentligste temaer i landsforeningens dialog med politikere – ikke mindst op til den kommende tiårsplan for psykiatrien.

"Mennesker med psykiske lidelser rammes mere af sygdom, bliver tidligere syge, mærker større konsekvenser af sygdommen – også økonomisk – bor oftere alene og dør tidligere," siger han.

"Underfinansieringen af psykiatrien betyder, at mange går for længe med deres psykiske sygdom. På det somatiske område bliver fysiske sygdomme alt for ofte overset eller underbehandlet. Den gennemsnitlige levetid er 15-20 år kortere end for resten af befolkningen."

## Skilsmisser og fattigdom

Knud henviser til flere forskningsresultater. Fx har Rockwool Fondens Forskningsfond tidli-



Kilde: Et liv i periferien – Rockwool Fonden

## Det mener SIND: Der skal rettes op på uligheden

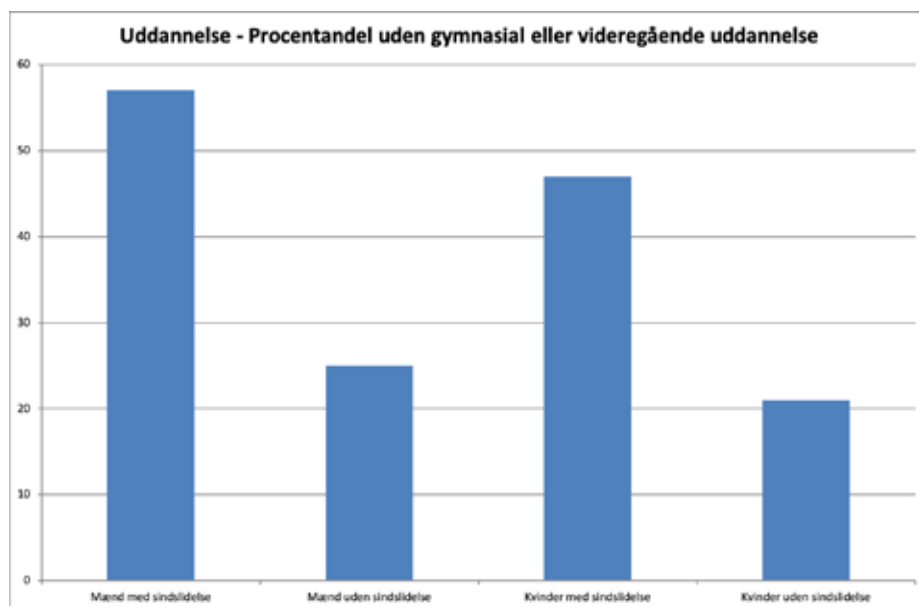
Ulighed er et væsentligt tema i SINDs dialog med politikerne, bl.a. om den kommende tiårsplan for psykiatrien. SIND ønsker fx at:

- Andelen af mennesker med psykiske lidelser, der føler sig ufrivilligt ensomme, skal reduceres.
- Andelen af mennesker med psykiske lidelser, der gennemfører en ungdomsuddannelse, skal forøges.
- Andelen af mennesker med en psykisk lidelse, der har en tilknytning til arbejdsmarkedet, skal forøges.
- Overdødeligheden blandt mennesker med en psykisk lidelse skal reduceres.
- Hjemløsheden blandt mennesker med en psykisk lidelse skal reduceres.
- Andelen af mennesker med en psykisk lidelse, der begår kriminalitet, skal reduceres.
- Andelen af mennesker med psykiske lidelser, der har en bruttoindkomst under gennemsnittet, skal reduceres.

Modelfoto: Coulorbox

6 Mennesker med psykiske lidelser rammes mere af sygdom, bliver tidligere syge, mærker større konsekvenser af sygdommen – også økonomisk – bor oftere alene og dør tidligere

Knud Kristensen, SIND-formand



Kilde: Et liv i periferien – Rockwool Fonden



gere kortlagt livet gennem 25 år for en stor gruppe mennesker med skizofreni. Forskerne sammenlignede udviklingen med eventuelle søskende og resten af befolkningen. Rapporten "et liv i periferien" viste bl.a. at indkomsten for mænd, der var eller havde været ramt af sygdom, lå på halvdelen af gennemsnittet for andre mænd. Flere end dobbelt så mange fik aldrig en gymnasial eller en videregående uddannelse. Sandsynligheden for at de boede alene eller havde oplevet en skilsmisse var halvdelen gang større end for resten af befolkningen.

"Uligheden betyder, at mange, der er eller har været ramt af sygdom, bliver dårligere stillet. Socialt og økonomisk. Flere er ensomme, bor ufrivilligt alene eller rammes af hjemløshed. Bliver man fx syg tidligt i livet, kan uddannelsen glippe. Der er bl.a. brug for mere støtte og for, at uddannelsessystemet gears til, at studerende kan bruge mere tid på at nå frem til eksamen," siger han.

Du kan læse mere om SINDs ønsker og mærkesager på hjemmesiden, menupunktet "SIND mener".

#### FAKTA

- FNs verdenssundhedsorganisation WHO og World Federation for Mental Health, som SIND er medlem af, tog i 1992 initiativ til den første World Mental Day (den første verdensomspændende Sindets Dag). Formålet var én gang årligt at skabe massiv offentlig opmærksomhed om psykisk sygdom og sundhed – herunder støtte til de mennesker, der måtte være berørte af en sindslidelse, og deres pårørende. Se mere på [www.wfmh.global](http://www.wfmh.global)
- De seneste år har temaerne fx været ressourcer, selvmordsforebyggelse, unge, psykisk førstehjælp og psykisk sundhed på arbejdspladsen.
- I aktivitetskalenderen på SINDs hjemmeside, på Facebook og i SINDbladet oktober kan du holde dig opdateret om kommende arrangementer.

## Privatliv: SIND har sagt nej til cookies på dine vegne

SINDs hjemmeside registrerer ikke længere dit besøg, og andre sider kan heller ikke spore, at du har været forbi [www.sind.dk](http://www.sind.dk). Som en af de første organisationer har SIND fjernet cookies fra systemet

AF HENRIK HARRING JØRGENSEN

**J**a eller nej til cookies? Alle kender spørgsmålet, når et website toner frem på skærmen. Som en af de første organisationer har SIND nu helt fjernet cookies fra [www.sind.dk](http://www.sind.dk).

Cookies er små filer, der fortæller om dig. Hvis du fx besøger en online tøjbutik, bliver du genkendt og husket efter dit seneste besøg. Tøjbutikken kan derfor fokusere på den stil og de størrelser, du tidligere har interesseret dig for. Hvis du klikker videre til onlineudgaven af et af de store dagblade, kan der pludselig dukke annoncer op for tøj. Årsagen er, at cookies viser nyhedsmediet, at du lige har kigget på tøj. Derfor kan man

målrette annoncer og budskaber til netop dig. Den mulighed har SIND nu helt fravalgt. Andre kan ikke længere via cookies se, om du har besøgt SINDs hjemmeside.

### Anonym

“Cookies giver mange muligheder for indblik i sidens besøgere. Men det vigtigste for os er de besøgendes privatliv. Vi har fravalgt cookies, så man trygt kan føle sig helt anonym og ikke behøver tage stilling til, hvilke informationer, man vil dele,” siger SIND-formand Knud Kristensen.

På hjemmesiden er eneste undtagelse enkelte sider med videoer fra fx YouTube.



Foto: Colourbox

SIND kan ikke slå cookies fra YouTube, der følger videoen, fra, hvilket besøgende på disse sider orienteres om.



## SIND Ungdom

På [www.sindungdom.dk](http://www.sindungdom.dk) kan du bl.a. læse mere om de foreløbig 13 forskellige klubfællesskaber. Det er en god idé at kontakte det klubfællesskab, du gerne vil besøge, så du ikke går forgæves, hvis de enten er på tur eller har lukket. Du kan finde klubbens mail på hjemmesiden eller kontakte sekretariatet: [info@sindungdom](mailto:info@sindungdom), 5376 7072.

## SINDs Medicinrådgivning

Se mere på [www.smr.dk](http://www.smr.dk)



## SIND Pårørenderådgivning

SIND Erhverv er en del af SIND Pårørenderådgivning. På [www.sinderhverv.dk](http://www.sinderhverv.dk) kan du bl.a. læse mere om projekt “Rampen til det gode arbejdsliv”, der i disse uger tager fart i Norddjurs og Silkeborg Kommuner.

Projektet hjælper personer, der er tilkendt fleksjob, ud i et arbejde, hvor der er plads til og forståelse for deres situation.



## Skizofreniforeningen

På [www.skizofreniforeningen.dk](http://www.skizofreniforeningen.dk) kan du bl.a. læse mere om foreningens generalforsamling i juni. Formanden Hans-Jørgen Dalager skriver bl.a. om foreningens indsats for at skabe fællesskaber og at udvikle bisidderordningen.





# Opbakning varmer

Efter en donation fra Glade Børn Fonden kan Foreningen for børn med angst til efteråret etablere et online fællesskab for børn og unge med angstproblematikker

AF MIA KRISTINA HANSEN, FORMAND FOR FORENINGEN FOR BØRN MED ANGST OG 2. NÆSTFORMAND I SIND

Foreningen for børn med angst bliver vi taknemmelige, hver gang vi modtager en donation. Uanset beløbet. Det er nemlig tanken bag donationen, der har betydning for os – at der er nogle mennesker, der ønsker at hjælpe os med at hjælpe børn og unge med angst og deres familier.

Derfor blev vi også glade, da vi fik besked om at, Glade Børn Fonden havde valgt os som nogle af dem, de ville tilgodese med kr. 10.000.

Pengene skal bruges til at oprette et online fælles-

skab for børn og unge med angstproblematikker.

## Bekymringstanker

Vi oplever, at det kan blive meget ensomt for den, der har angst, fordi barnet/den unge ofte isolerer sig fra andre mennesker og ender med kun at forlade sit værelse i begrænset omfang.

Det er ikke fordi barnet/den unge gerne vil være alene, men angstproblematikkerne gør det for svært at være sammen med andre. Det kan der være mange årsager til. En af årsagerne kan

være, at det er så udmattende hele tiden at have bekymrings-tanker, der farer igennem hovedet på en. Der kan også være mange fysiske gener – fx ondt i maven, kvalme, svimmelhed og træthed – som gør, at de ikke har kræfter til at være sociale.

## Et skridt på vejen

Ved at oprette et onlinefællesskab, kan barnet/den unge møde andre, der er i samme situation som dem selv, der har forståelse for de udfordringer, hverdagen bringer, når man er hæmmet af at

ens katastrofetanker og følelser. Vores håb er, at sådan et fællesskab kan bidrage til at børnene/de unge får mod på at mødes hinanden fysisk til en aktivitet, de selv vælger, og på den måde kan det blive et skridt på vejen til at få det bedre.

Vi er i gang med at udarbejde den præcise form for vores onlinefællesskab for børn og unge og regner med at starte det op sidst i efteråret 2021. Se mere på vores hjemmeside:

[www.boernmedangst.dk](http://www.boernmedangst.dk)

## FAKTA

# Glade Børn Fonden

- Glade Børn Fonden er et cykelfællesskab med mennesker, der ønsker at hjælpe udsatte børn.
- Organisationens formål er at hjælpe nogle af de børn og unge og deres familier, der trænger til lidt opmuntring og kolorit i hverdagen.
- Glade Børn Fonden er en non-profit organisation, der består 100 pct. af ulønnede frivillige.
- I år cykler de rundt i Danmark. Turen startede den 17. juli med retning mod Rømø.



Foto: Glade Børn Fonden

# 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
- Psykiatrihåndbogen, 770 sider, 5. udgave\* 100,-

## ANDET

- Logoclips, pose med 20 stk. 25,-

- Regnponcho til engangsbrug 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,-
- Pins, gylden 15,-
- Rygpose, sort med rødt logo 22,-
- Nøglering m. møntholder 10,-
- Hvid kuglepen 7,50
- Visitkort om SINDs landsdækkende telefonrådgivning Gratis
- Bogmærker Gratis
- Kaffekop med SIND logo 40,-
- Balloner, hvide 10 stk. 12,-
- SIND-blokke, A5, 20 sider. 5 stk. 50,-
- Antistressbold 15,-
- Sort A4-mappe med SIND logo 20,-
- SIND bolcher, 500 gr. 100,-

SINDblade til uddeling ved arrangementer.

Kontakt SINDs sekretariat.

Materialet er gratis, såfremt der ikke er angivet en pris. Materialet kan bestilles på [www.sind.dk/webshop](http://www.sind.dk/webshop)

Pjecer markeret med \* kan også downloades fra [www.sind.dk/brochurebibliotek](http://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 eller skriv til [bisidder@sind.dk](mailto:bisidder@sind.dk), hvis du har brug for en bisidder.



## 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 mennesker med sindslidelser, pårørende og de professionelle i psykiatrien.

# Planlagte SIND-generalforsamlinger

Her kan du se de generalforsamlinger, der var planlagt ved deadline på SINDbladet. Der kan ske ændringer – fx krav om coronapas – og aflysninger grundet coronarestriktioner. Hvis du vil deltage i en generalforsamling, anbefaler vi, at du – inden du tager hjemmefra – undersøger, om der er sket ændringer.

På [www.sind.dk/aktivitetskalender](http://www.sind.dk/aktivitetskalender) kan du se en opdateret oversigt over de kommende generalforsamlinger.

Bagerst i bladet og på [www.sind.dk/find-SIND](http://www.sind.dk/find-SIND) kan du se kontaktinformation for lokalafdelinger og regioner.

## SIND Hovedstaden

**SIND HOVEDSTADEN:** Afholder generalforsamling lørdag d. 28. august 2021 kl. 9.30-15.00. Sted: Handicaporganisationernes Hus, Blekinge Boulevard 2, 2630 Taastrup. Vi glæder os til at se dig. Alle SIND-medlemmer i Region Hovedstaden er velkomne. Generalforsamlingens dagsorden jf. vedtægterne §5. Vi vil få mulighed for en god dialog med SINDs Daglig Ledelse – og en bred drøftelse af landsmødets hovedtemaer. Vi ser frem til feedback fra lokalafdelingerne om regionskredsens arbejde nu og fremover. Vi skal også vælge ny bestyrelse. Vil du være kandidat, så kontakt Kim Kjelgaard på mail: [hovedstaden@sind.dk](mailto:hovedstaden@sind.dk). Lokalafdelingsformanden m/k bedes indsende navnene på lokalafdelingens delegerede inden søndag d. 1. august 2021. Frist for forslag til behandling på Regionskredsens generalforsamling er fredag d. 20. august 2021 til [hovedstaden@sind.dk](mailto:hovedstaden@sind.dk). Husk også: SINDs Landsmøde 25.-26. september 2021. SIND Hovedstadens Regionskreds har 25 delegerede. Regionskredsen har fordelt delegerede mellem de enkelte lokalafdelinger og regionskredsbestyrelsen.

**SIND Ballerup-Furesø-Herlev** afholder generalforsamling onsdag d. 18. august fra kl. 19.00 til 21.00.

Generalforsamlingen finder sted i Det Gamle Posthus på Banegårdspladsen 7 i Ballerup. Der er spisning fra kl. 18.00. Tilmelding til spisning foregår ved at skrive til [bfh@sind.dk](mailto:bfh@sind.dk) og oplyse om, hvor mange I bliver, senest onsdag d. 11. august.

**SIND Fredensborg-Hørsholm** afholder generalforsamling lørdag d. 4. september 2021 kl. 14.00 på Socialpsykiatrisk Center Åstedet, Glutfeldtsvej 2, 2970 Hørsholm.

**SIND Gribskov.** Udskudt på ubestemt tid.

**SIND Helsingør** afholder generalforsamling torsdag d. 19. august 2021 kl. 13.00 på Svingelport 8A, 3000 Helsingør. Forslag til behandling på generalforsamlingen sendes til formand Hanne Olsson-Drægø på [hanneolssondragoe@gmail.com](mailto:hanneolssondragoe@gmail.com).

Der skal fremvises gyldigt coronapas for at deltage, og tilmelding til generalforsamlingen skal ske inden d. 12. august 2021 ved at sende mail til [hanneolssondragoe@gmail.com](mailto:hanneolssondragoe@gmail.com). Grundet coronarestriktioner kan der komme ændringer, som vi lægger på SIND Helsingørs side på [www.sind.dk/helsingoer](http://www.sind.dk/helsingoer).

**SIND Halsnæs** afholder generalforsamling tirsdag d. 17. august fra 17.00 til 19.00 på Skjoldborg, Valseværksstræde 5A, 3300 Frederiksværk.

Hvis man ønsker at spise med efter generalforsamlingen, skal der meldes til hos Lene på 3063 4648. Tilmelding skal ske senest d. 10. august 2021.

**SIND Hillerød-Allerød** afholder generalforsamling mandag d. 23. august 2021 kl. 19.00 i SIND-huset på Milnersvej 13, 3400 Hillerød. Fra kl. 18.00 serveres der et gratis måltid mad til alle fremmødte.

**SIND Gladsaxe-Gentofte-Lyngby** afholder generalforsamling hvert andet år. Næste gang er i 2022.

## REGION SYDDANMARK

**SIND Vejle** afholder ekstraordinær generalforsamling torsdag d. 26. august kl. 19.00 i Foreningernes Hus, Vissingsgade 31, 1. (Se skærm for

**SIND Rudersdal** holder generalforsamling hvert andet år. Næste gang er i 2022.

**SIND Rødovre** afholder generalforsamling onsdag d. 11. august kl. 19.00 i Huset, Rødovrevej 114. Der er spisning fra kl. 18.00. Nærmere information sendes til alle medlemmer.

**SIND Frederikssund-Egedal.** Ordinær generalforsamling afholdes mandag d. 30. august 2021 kl. 19.00 i "Frivillighuset", Lundevej 7, 3600 Frederikssund. Vi gør status over det forløbne år. Dagsorden ifølge vedtægterne. Der bydes på kaffe/te/kage, smørrebrød, øl/vand samt måske et musik indslag. Arrangementet er gratis og kun for SIND-medlemmer. Husk: Tilmelding til Else Marie på telefonnummer 4717 5569/4197 55 69. Frist: d. 23. august 2021. Med forbehold for coronarestriktioner. Bemærk: Indkomne forslag skal være formanden i hænde senest 8 dage før. Referat fra generalforsamlingen vil forefindes på SINDs hjemmeside. OBS: Vi søger nye bestyrelsesmedlemmer.

## REGION SJÆLLAND

**SIND Næstved.** Lokalafdelingen skriver til medlemmerne.

**SIND Roskilde-Lejre.** Afholder ikke generalforsamling i 2021.

## REGION MIDTJYLLAND

**SIND Holstebro-Struer-Lemvig** afholder generalforsamling lørdag d. 4. september 2021 fra kl. 14.00 til 17.00. På grund af coronasituationen vil program og lokation først blive offentliggjort senere.

Dagsorden ifølge vedtægterne. Forslag, der ønskes behandlet på generalforsamlingen, skal være formanden i hænde senest otte dage inden afholdelsen af generalforsamlingen. Eventuelle materialer offentliggøres på [www.sind.dk/find-sind/sind-midtjylland/sind-holstebro-struer-lemvig](http://www.sind.dk/find-sind/sind-midtjylland/sind-holstebro-struer-lemvig)

Generalforsamlingen er offentlig, men kun medlemmer har stemmeret. Under generalforsamlingen er bestyrelsen vært ved spisning. Af hensyn til traktementet er det nødvendigt med tilmelding senest d. 1. september 2021. Tilmelding til spisning samt forslag sendes til lokalformand Jeanette Juul Quaade på mail: [jjq@vkurs.dk](mailto:jjq@vkurs.dk)

**SIND Horsens-Hedensted** afholder ordinær generalforsamling i var-mestuelokalet, Borgergade 8, 8700 Horsens tirsdag d. 7. september kl. 19.00. Dagsorden i følge vedtægterne.

Forslag til behandling på generalforsamlingen skal være formanden i hænde senest otte dage før generalforsamlingen afholdes. Forslag sendes på mail til [henning.hojberg@gmail.com](mailto:henning.hojberg@gmail.com). Aftenen begynder med fællesspisning kl. 18.00. Tilmelding er nødvendig. Hold øje med vores Facebookside for tilmelding.

mødelokale), 7100 Vejle. Fra kl. 18.00 vil der være smørrebrød og vand. Tilmelding til smørrebrød senest d. 23. august på sms til 2992 4775.

# Fra [www.sind.dk/aktivitetskalender](http://www.sind.dk/aktivitetskalender)

## **SIND Frederikshavn og Læsø: Sommerhygge \*)**

13. august kl. 10.30-13.00: "Sommer i Sindet" på parkeringspladsen ved Frivillighuset, Danmarksgade 12, 9900 Frederikshavn. Kom til hygge, gratis pølsevogn og musik. Se mere på hjemmesiden.

## **SIND Skanderborg: Bålaften og naturoplevelser \*)**

21. august: Vi mødes ved Medborghuset i Skanderborg kl. 15.00 og kører sammen til shelter ved Høgdal Museumsgård, hvor vi laver mad over bål. Retur kl. ca. 20. Man kan blive hentet og bragt ved egen dør. Arrangementet er gratis. Har du lyst til at deltage, så henvend dig til Ellen på 2876 7262.

Gåture i roligt tempo: Alle dage fra kl. 13-15. Kontakt Ellen på 2876 7262. Der er mulighed for at blive hentet ved sin dør. Mødesteder: 24. august, Skanderborg Medborgerhus med naturvejleder. 31. august, Ry Station. 14. september, Hørning Bibliotek. 21. september, Ry Station med naturvejleder. 28. september, Galten Bibliotek.

## **SIND Sønderborg: Besøg i Den Kongelige Køkkenhave med støtte fra "Pulje til 1.000 nye fællesskaber mod ensomhed" \*)**

3. august 2021, kl. 09.30-14.30: SIND Sønderborg inviterer SIND-medlemmer, pårørende, psykisk sårbare eller brugere af værestederne i Sønderborg Kommune til en tur i Den Kongelige Køkkenhave med ankomst kl. 11.00. Her vil lederen af Væksthuset vise os rundt og fortælle om havens udvikling. Mulighed for at deltage i fælles transport fra flere byer for 30 kr. Hør mere ved tilmelding, som er obligatorisk, til: [jenschristiankristensen@outlook.dk](mailto:jenschristiankristensen@outlook.dk) eller [Sind\\_Sonderborg@outlook.dk](mailto:Sind_Sonderborg@outlook.dk)

## **SIND Rudersdal: Sommerudflugt til Ragnarock-museet i Roskilde \*)**

15. august 2021, kl. 10.00-16.30: SIND Rudersdal inviterer til sommerflugt til Ragnarock-museet. Undervejs vil der være forplej-

ning i form af frokost, kaffe/te og kage. Læs mere på hjemmesiden. Tilmelding, som er obligatorisk, via hjemmesiden.

## **SIND Frederikssund-Egedal: Sejllads med skonnert \*)**

16. august 2021: Et arrangement på båden "Halmø", der sejler rundt i Øresund. Alt imens kan man snakke og hygge sammen. Der vil også være et musik indslag. For dem, der har lyst bagefter: Vi spiser en middag på en restaurant i København. Mulighed for at deltage i fælles transport. Læs mere på hjemmesiden. Deltagerbetaling: 200 kr. Tilmelding, som er obligatorisk, senest 31. juli til Else Marie på 4717 5569/4197 5569.

## **SIND Frederikssund-Egedal: Musicalen Spillemand på en Tagryg \*)**

23. september 2021, kl. 16.00-23.00: Oplev musicalen "Spillemand på en Tagryg" på Det Ny Teater. Inden forestillingen spiser vi på en restaurant. Læs mere på hjemmesiden. Deltagerbetaling: 200 kr. Tilmelding, som er obligatorisk, til Else Marie på 4717 5569/4197 5569.

## **SIND Helsingør: Cafémøde for medlemmer \*)**

Hvis restriktionerne tillader det, mødes vi i vores lokaler – Svingelport 8 A, 3000 Helsingør – kl. 12.00 på følgende datoer: torsdag d. 16. september, torsdag d. 21. oktober samt torsdag d. 18. november. For yderligere information kontakt Hanne Olsson Dragø: [haneolssondragoe@gmail.com](mailto:haneolssondragoe@gmail.com). Tilmelding er nødvendig af hensyn til mad. Tilmelding skal ske senest to dage før cafémødet til Doris Hansen på 2251 2919.

## **SIND-Hovedstadens Regionskreds kurser 2021 \*)**

Bliv inspireret eller udvid dine kompetencer. Vil du være repræsentant for SIND fx i de lokale Handicap- og Udsatteråd, DH-afdelinger og dialogfora i psykiatrien – eller er du allerede aktiv her?

Deltag i kurser med oplæg og dialog i mindre grupper, hvor alle kan være med.

## **Bliv klædt på som DH-repræsentant**

Fysisk kursus: lørdag d. 4. september 2021 kl. 10.00-16.00 – kaffe klar kl. 9.30

## **Udskrivelse fra psykiatrien – hvad så? Netværksmøder og fælles indsatsplan**

Fysisk kursus: torsdag d. 9. september 2021 kl. 17.00-21.00 – kaffe klar kl. 16.30

Tilmelding i samarbejde med SINDs Uddannelses- og Frivilligudvalg under [www.sind.dk/kurstilmelding](http://www.sind.dk/kurstilmelding) eller [landsforeningen@sind.dk](mailto:landsforeningen@sind.dk)

Se mere: [sind.dk/find-sind/aktivitetskalender](http://sind.dk/find-sind/aktivitetskalender) & [sind.dk/find-sind/sind-hovedstaden](http://sind.dk/find-sind/sind-hovedstaden)

\*) med forbehold for coronarestriktioner. Kontakt arrangøren, inden du tager hjemmefra.)

## SIND mener

På [www.sind.dk/sind-mener](http://www.sind.dk/sind-mener) finder du inspiration og information om nogle af SINDs mærkesager.

## Pins, pjecer og plakater

I vores webshop kan du støtte os ved at købe alt fra kuglepennene til rygposer. Ofte prydet med SINDs røde logo. Find udvalget på [www.sind.dk/webshop](http://www.sind.dk/webshop).



## SIND-Hovedstadens Regionskreds

### Frivilligt arbejde – hvad interesserer dig?

Vi har frivillige, der glæder sig til at byde dig velkommen

- Du kan gøre en positiv forskel for mennesker med psykisk sårbarhed – og dig selv
- Du får udbygget dit netværk og møder andre engagerede mennesker
- Du kan få styrket dine kompetencer og kvalifikationer

Her er nogle af de opgaver for frivillige, som vi tilbyder:

#### **SIND Hovedstadens Regionskreds har brug for frivillige til bestyrelsesarbejdet:**

**Vi skal vælge ny bestyrelse.** Fem er på valg, og vi har en ledig plads herudover.

Hvad interesserer dig? Vil du være medlem af Regionskredsens bestyrelse?

Vi glæder os til at byde dig velkommen. Vi har brug for et medlem, som er interesseret i at varetage nogle af bestyrelsens løbende opgaver bl.a.: Besvare eksterne henvendelser, udarbejde hørings svar, have oversigt over og støtte alle de aktive i DH-afdelinger, Handicap- og Udsatteråd og dialogfora i psykiatrien, annoncer i SINDbladet og ajourføre aktivitetskalender og kredsens side på sind.dk eller andet.

**Kontakt Kim Kjelgaard** på mail: [hovedstaden@sind.dk](mailto:hovedstaden@sind.dk) eller tlf. 3073 7277

#### **Bedre vilkår for psykisk sårbare borgere og deres pårørende. Frivillig i SINDs dialog med Region Hovedstadens Psykiatri. Frivillig SIND repræsentant i lokale Handicap- og Udsatteråd og DH-afdelinger.**

Kommunal- og Regionsrådsvalget 2021 banker på døren og efter-spørger dig til at være med.

Flere SIND-lokalafdelinger vil (gen)opstille gode og nye kandidater til de lokale DH-afdelinger, Handicapråd, Udsatteråd, samt til Region Hovedstadens Patientinddragelsesudvalg og lokale og centrale dialogfora i Region Hovedstadens Psykiatri.

Vi introducerer dig til arbejdet og tilbyder kurser om aktuelle problemstillinger fra Psykiatrien i Region Hovedstaden og de 29 kommuner. SIND er nu repræsenteret i 19 lokale DH-afdelinger og i 7 Handicapråd. SIND er repræsenteret i 5 ud af de 10 kommuner, der har et lokalt Udsatteråd.

**Efter kommunal- og regionsrådsvalget skal vi være med i endnu flere kommuner og dialogfora i psykiatrien!** Også i Allerød, Halsnæs, Gribskov, Frederikssund, Egedal, Brøndby, Glostrup, Dragør, Tårnby og København

**Kontakt din lokalafdeling, Merete Elleboe, [merete@sind.dk](mailto:merete@sind.dk) eller Kim Kjelgaard, [hovedstaden@sind.dk](mailto:hovedstaden@sind.dk)**

Announce:

## Foreningen Drivhusfonden af 22/8 2012 uddeler legater og donationer for 2021

**F**onden yder støtte til socialpsykiatriske tiltag og lignende i Odense ved uddelelse af legater og donationer én gang om året.

Der udloddes 300.000 kr. i alt i år. Mindste beløb til udlodning er 5.000 kr. Der udloddes pr. 1. januar 2022 og ansøgningsfristen er 1. oktober 2021.

#### **Der uddeles penge til:**

- Projekter, tiltag og lignende inden for socialpsykiatrien i Odense.
- Enkeltpersoner, som er socialpsykiatribrugere i Odense, og som har specielle behov fx for støtte til ferieophold, udvikling, kurser og lignende.

Ansøgningskema kan rekvireres hos formand for fonden: Helle Akselbo, Krengerup-

vænget 33, 5230 Odense M. [helle.akselbo@outlook.dk](mailto:helle.akselbo@outlook.dk). (Tlf: 3028 7673). Udfyldt ansøgningskema sendes til fondens formand på ovenstående postadresse eller mail. Der kan forventes svar på ansøgningen i januar 2022.

## SINDs historie

På [www.sind.dk/om-sind/sinds-historie](http://www.sind.dk/om-sind/sinds-historie) kan du dykke ned i SINDs historie. Læs fx, hvordan en kronik i Politiken blev startskuddet på Danmarks ældste landsdækkende organisation for psykisk sundhed.

## Abonner på SINDbladet

Vil du støtte SIND uden at melde dig ind, kan du via [www.sind.dk](http://www.sind.dk) tegne et abonnement på SINDbladet.





**REGIONSFORMAND:**

Kim Kjølgaard  
3073 7277  
hovedstaden@sind.dk

**Ballerup-Furesø-Herlev**

Randi Angelica Kristensen  
2672 3102  
bfh@sind.dk

**SIND Bornholm**

Bente Helms  
6122 3606  
bornholm@sind.dk

**SIND Fredensborg-Hørsholm**

Kim Wentzel Oxenlund  
4095 2320  
fredensborghoersholm@sind.dk

**SIND Frederiksberg**

frederiksberg@sind.dk  
Sven Heinemeier Rasmussen  
2055 8526  
svras1949@gmail.com

**SIND Frederikssund-Egedal**

Thomas Ulrik Wester  
4731 4030  
2814 4031  
thulwes@live.dk

**SIND Gladsaxe-Gentofte-Lyngby**

Rikke Bøhling  
2235 0515  
stenbuk66@msn.com

**SIND Gribskov**  
gribskov@sind.dk  
Kontaktperson:  
Kristina Vogelius Kreiner

**SIND Halsnæs**

halsnaes@sind.dk  
Linda Hansen  
2164 8868  
linvil@youmail.dk

**SIND Helsingør**

helsingoer@sind.dk  
Hanne Olsson-Dragø  
2250 0332  
hanneolssondragoe@gmail.com

**SIND Hillerød-Allerød**

Hanne Gravgaard  
hgrdk@yahoo.dk  
2138 3880

**SIND København**

Johannes Bertelsen  
2168 5462  
Johs.bertelsen@gmail.com

**SIND Rudersdal**

Merete Elleboe  
3060 0530  
merete@sind.dk

**SIND Rødovre**

roedovre@sind.dk  
Jan Eriksson  
2971 5707  
4lovejane@gmail.com

**SIND Vestegnen**

Helle Nees  
5356 4104  
hellenees@outlook.com



**REGIONSFORMAND:**

Per Harvøe  
4636 1339  
2139 6179  
perharvoe@webspeed.dk

**SIND Holbæk-Ods herred-Kalundborg**

sind-hok@sind.dk  
Birte Bonde Bendixen  
2033 2259  
birte@bondebendixen.dk

**SIND Køge Bugt**

Mette Sloth Larsen  
metteslothlarsen72@gmail.com

**SIND Næstved**

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

**SIND Ringsted-Sorø**

ringstedsoroee@sind.dk  
Henrik Darling Larsen  
2148 0901  
henrikdarling@hotmail.com

**SIND Roskilde-Lejre**

Leni Grundtvig Nielsen  
4241 0034  
lenigrund10b@gmail.com

**SIND Slagelse**

Katia Berg Henriksen  
slagelse@sind.dk

**SIND Storstrøm**

Mogens Nielsen  
2257 3785  
bimoni@mail.dk



**REGIONSFORMAND:**

Niels Christian Aagaard  
6061 3581  
sindnordformand@gmail.com

**SIND Brønderslev**

broenderslev@sind.dk  
John Ravn Johnsen  
2680 1011  
teamjohn@live.dk

**SIND Frederikshavn**

frederikshavn@sind.dk  
Morten Rasmussen  
bumle1310@yahoo.com

**SIND Hjørring**

Erik Christoffersen  
2926 2053  
erikchristof@has.dk

**SIND Morsø**

Mette Kirketerp-Møller  
Kontakt via SIND-husets leder:  
Betina Petersen  
sindhuset@c.dk  
6071 0626

**SIND Thy**

Kamma Grethe Holmgaard Nielsen  
thy@sind.dk

**SIND Aalborg**

aalborg@sind.dk  
Bente Fjordside  
bentefjordside@outlook.dk  
2145 8944



**REGIONSFORMAND:**

Leif Gjørtz Christensen  
2096 0339  
leifgjortz@yahoo.dk

**SIND Favrskov**

favrskov@sind.dk  
Søren Boelskifte  
2178 2942  
sb@boelplan.dk

**SIND Herning-Ikast-Brande**

Klaus Mejner Nielsen  
2173 8519  
tammelmask@hotmail.com

**SIND Horsens-Hedensted**

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

**SIND Nord- og Syddjurs**

Winnie Joan Åkesson  
3160 2441  
winijo@me.com

**SIND Odder**

Leif Gjörtz Christensen  
2096 0339  
leifgjortz@yahoo.dk

**SIND Randers**

Trine Juel  
8640 5489  
2072 3966  
Træffetid efter kl. 16  
trine.juel@elromail.dk

**SIND Ringkøbing-Skjern**  
ringkoebingskjern@sind.dk

**SINDS UDVALGSFORMÆND**

**FORMAND, BRUGERUDVALGET**

Kristian Bennedsen  
3171 6011  
kb@sind.dk

**FORMAND, PR-UDVALG**

Ingelise Svendsen  
2299 8956  
issv42@gmail.com

**FORMAND, PÅRØRENDEUDVALG**

Anne Margrethe Gad Jørgensen  
2121 7962  
amgj@sindspaa.dk

**FORMAND, UDDANNELSES- OG FRIVILLIGUDVALG**

Kim Kjølgaard  
3073 7277  
hovedstaden@sind.dk

**SIND-NETTETS KOORDINATORER**

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

**ALBERTSLUND-BALLERUP-HERLEV**

Julie Bock Andersen  
5360 2200  
sindnett@gmail.com

**SKANDERBORG**

Kirsten Bruun Løgstrup  
2270 5007  
kirsten.b.l@hotmail.dk

**AARHUS-SAMSØ**

Sofie Andersen  
soand@sind.dk  
2173 0473

**SVENDBORG**

Torben Haagerup Hansen  
6473 2812  
tohhgih@gmail.com

**SLAGELSE**

Sandra Kildevang Andersen  
besoegsven-slagelse@sind.dk

**FREDERIKSBERG-KØBENHAVN**

Sven Heinemeier Rasmussen  
2055 8526  
svras1949@gmail.com

**SILKEBORG**

Lisa Wendelin Lauridsen  
5337 2032  
wendelin.lauridsen@me.com

**AALBORG**

besoegsven-aalborg@sind.dk

**VEJLE**

judith.pedersen5@gmail.com  
2045 6703

**SIND Silkeborg**  
silkeborg@sind.dk  
Susan Steen  
8681 0434 / 2329 0434  
susanlethsteen@gmail.com

**SIND Skanderborg**  
skanderborg@sind.dk  
Ellen Odgaard  
2876 7262  
ellenodgaard@hotmail.com

**SIND Skive**  
Birgitte Larsen  
skive@sind.dk

**SIND Holstebro-Struer-Lemvig**  
Jeanette Juul Quaade  
5051 7224  
jjq@vkurs.dk

**SIND Viborg**  
Runa Dorph-Petersen  
viborg@sind.dkk

**SIND Aarhus-Samsø**  
Palle Eli Jensen  
4280 9412  
palle.eli@gmail.com

**REGIONSFORMAND:**

Anne Hvidberg Jørgensen  
2461 2009  
annehvidberg@mail.dk

**SIND Billund**  
Preben Valdemar Hansen  
7534 8398  
preben.hansen4@mvpb.net

**SIND Fredericia**  
fredericia@sind.dk

Bjørn Medom Nielsen  
medom@medom.dk  
2684 4703

**SIND Fyn**  
Bjarne Christensen  
2440 0411  
fyn@sind.dk

**SIND Haderslev**  
haderslev@sind.dk  
Per Vandsø Svendsen  
3134 5749  
perskatsvendsen@gmail.com

**SIND Kolding**  
kolding@sind.dk  
Lisbeth Bennedsen  
3162 4209  
lisbeth@bennedsen.dk

**SIND Syd-Vest**  
Niels Christian Petersen  
3124 5401  
ncp@sind.dk

**SIND Sønderborg**  
Jens Christian Jensen  
Kristensen  
2221 2449  
Sind\_Sonderborg@outlook.dk

**SIND Tønder**  
toender@sind.dk  
Anne Hvidberg Jørgensen  
2461 2009  
annehvidberg@mail.dk

**SIND Vejle**  
Fungerende formand  
Diana Bennedbæk  
2992 4775  
vejle@sind.dk

**SIND Aabenraa**  
Kontakt SINDs sekretariat  
landsforeningen@sind.dk

**LANDSDÆKKENDE AKTIVITETER****FORENINGEN FOR BØRN MED ANGST**

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

**SKIZOFRENIFORENINGEN**

info@skizofreniforeningen.dk  
Hans-Jørgen Ørgaard Dalager  
Formand, Skizofreniforeningen  
hjdalager@gmail.com  
2440 7682

**SIND UNGDOM**

info@sindungdom.dk  
4275 7207  
Theodor Gjerding  
3137 3275  
theodor@sindungdom.dk  
www.sindungdom.dk

**SINDS MEDICINRÅDGIVNING**

info@smr.dk  
7026 2510

**SINDS LANDSDÆKKENDE RÅDGIVNING OG BISIDDERE****RING 7023 2750**

Du kan du ringe gratis til SINDs landsdækkende telefonrådgivning, der også kan formidle kontakt til bisiddere.

Rådgivningerne kan være lukkede eller have ændrede åbningstider grundet indsatsen mod coronasmitte. Se [www.sind.dk](http://www.sind.dk)

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

**SINDS LOKALE RÅDGIVNINGER**

# Find mange flere tilbud på [www.sind.dk/faa-hjaelp](http://www.sind.dk/faa-hjaelp)

Information om SINDs lokale rådgivningsaktiviteter ligger nu på vores hjemmeside. Hvis du ikke har adgang til en computer, er du velkommen til at ringe til vores landsdækkende telefonrådgivning på 7023 2750. På [www.sind.dk/faa-hjaelp](http://www.sind.dk/faa-hjaelp) kan du også læse mere om vores andre tilbud om dialog og information. Fx guider menupunktet "SINDs tilbud" dig videre til flere end 80 SIND huse, skoler, caféer, netværksgrupper, klub-fællesskaber og meget mere.

Den Landsdækkende  
Telefonrådgivning

Lokale rådgivninger

For pårørende

BenzoRådgivningen

Få en besøgsven fra  
SIND-nettet

Få en SIND-bisidder

Foreningen for  
børn med angst

Skizofreniforeningen

Fakta om sinds-  
lidelser og psykiske  
diagnoser

Webshop med  
brochurer

Peer-støtte

# Meld dig ind i **SIND**

Vil du bakke op om SINDs arbejde til gavn for mennesker med psykisk sygdom og deres pårørende? Med et medlemskab i SIND for blot 200 kr. om året støtter du bl.a. indsatsen

for oplysning om psykisk sundhed og forebyggelse af psykiske sygdomme. Oveni får du fremover SINDbladet med posten hver anden måned.

Støt SIND med et årligt kontingent på 200 kr. sådan:



## Betalingskort

- Hvis du ønsker at betale med kreditkort, behøver du bare klikke ind på [www.sind.dk/medlem](http://www.sind.dk/medlem) og følge anvisningerne på siden.



## MobilePay

- Hvis du ønsker at betale med MobilePay, så er det også muligt på [www.sind.dk/medlem](http://www.sind.dk/medlem).



## Netbank

- Hvis du ønsker at betale via netbank, kan du bestille en opkrævning via hjemmesiden.

Som **SIND**-medlem støtter du vores arbejde for at skabe bedre forhold for personer med psykisk sårbarhed og deres pårørende. Helt konkret støtter du fx

- Samtalegrupper og gruppeterapi
- Vores psykologrådgivning
- Vores telefonrådgivninger
- Vores besøgsvenordning **SIND**-nettets
- Vores bisidderordning
- Vores lokalafdelinger
- Vores foredragsholdere

