

# ÅRSBERETNING 2018

Psykiatrifonden er en sygdomsbekæmpende organisation, der arbejder for at fremme psykisk sundhed, så alle får mulighed for at leve et godt liv, uanset om de er psykisk sårbare, har en diagnose eller oplever en midlertidig krise. Vi arbejder målrettet på at sikre et godt liv til flere. Det skal være lige så naturligt at tale om eller lide af psykisk sygdom som fysisk sygdom. Og vi mener, at psykisk sundhed skal prioriteres lige så højt som fysisk sundhed.

”

Tak fordi jeg er her. Det lyder måske egoistisk. Men det er jeres skyld. Systemet gav op. Min familie gav op. Mine venner gav op. Da jeg sad alene tilbage så var I der. Og I gav ikke op. Da jeg troede selvmord var det eneste alternativ fandt jeg jeres rådgivning. Det skulle vise sig at være det **BEDSTE** alternativ. Jeg fik kontakt til en rådgiver, der tog sig tid, virkelig forstod mig og mødte mig i øjenhøjde. I dag er venner, familie og ja selv systemet tilbage. Mit liv er tilbage. Det er jeres skyld. Et kæmpe tak - I har givet mig livet tilbage!

*En taknemmelig mail til Psykiatrifondens frivillige rådgivere*

”

Nogle gange græder min mor. Så siger jeg: ”Mor, ikke græde. Græder du, så græder jeg!

*Sagt af en 9-årig dreng, der var på weekendophold i projektet Tag Med for traumatiserede flygtningefamilier, som Psykiatrifonden skabte sammen med OASIS, Naturbureauet og Red Barnet Ungdom*

”

I gruppen har vi talt om det uden at folk dømmes mig.

*Sagt af en dreng på 15 år, der går i en af Psykiatrifondens samtalegrupper for unge med en far eller mor med psykisk sygdom*

# LEDELSENS BERETNING

Psykiatrifonden er godt på vej ind i 2019 med en mere fokuseret strategi. Vi intensiverer og styrker dels vores arbejde for forebyggelse blandt de børn og unge, der lever med en højere risiko for at udvikle psykisk sygdom end andre, dels stiller vi endnu skarpere på vores arbejde med at udvikle tiltag og viden, der forbedrer mulighederne for, at mennesker med psykisk sygdom får en plads i de arbejdsfællesskaber, vi ved er så vigtige for recovery og et godt liv.

Men først lidt mere om, hvordan vi har koncentreret vores kræfter i det forgange år, 2018: Vi lever i et samfund, der hylder de stærke, succesrige, og er man ikke en af dem – eller føler man det ikke sådan – så kan livet blive svært. Ikke mindst, hvis man er ung. Det ved vi fra medier, fra sociale medier, og nu ved vi det også fra den undersøgelse, Psykiatrifonden offentliggjorde i foråret.

Undersøgelsen viste, at mange unge mellem 16 og 24 år er meget optagede af at leve op til andres og ikke mindst deres egne krav om top præstationer. 40% af dem, vi spurgte, er kun tilfredse med deres resultater på en uddannelse, hvis de får 10 eller 12 i karakter. Næsten halvdelen, altså endnu flere, føler sig udelukkende gode nok, når de har succes hele vejen rundt i deres liv. Hver fjerde fortæller desuden, at de hverken taler med forældrene eller deres venner om sorger og nederlag.

## SIG DET HØJT

Vi har arbejdet med de unges mistrivsel i en række år, men undersøgelsen gjorde det klart for os, hvor stort behovet for indsatser er. Derfor søgte og fik vi midler fra Det Obelske Familiefond og Lemvig-Müller Fonden til vores indsats på gymnasier, ”Sig det højt”. Frem til 2020 vil vores korps af unge, der selv har oplevet psykisk sårbarhed og angst, tage ud på gymnasier og holde workshops og give de unge modet til at tale om det, der er svært.

## HVORFOR ACCEPTERER VI 600 ÅRLIGE SELVMORD?

Hvert år tager 600 mennesker i Danmark deres eget liv, og i cirka hvert andet tilfælde spiller psykisk sygdom en stor rolle. ”Hvorfor accepterer vi de selvmord?”, spurgte vi i forbindelse med vores store indsats for selvmordsforebyggelse. Vi er blandt andet med i Partnerskabet for Selvmordsforebyggelse, der hører under Sundhedsstyrelsen, og i 2018 fik indsatsen ekstra luft under vingerne via et samarbejde med mange andre organisationer. Det betød blandt andet, at DR producerede en række udsendelser om selvmord, som virkelig satte emnet på dagsordenen.

## STYRKET ARBEJDE FOR BØRN SOM PÅRØRENDE

Lighed i behandling og prioritering af psykisk og fysisk sygdom har været et helt afgørende emne for Psykiatrifonden i mange år. I 2018 troede vi, vi var kommet tættere på, da regeringen lancerede sin psykiatриhandlingsplan med 43 forskellige tiltag. Planen havde 2,1 milliarder kroner med sig over fire år, som kan lyde flot, men hvis de skal smøres ud over så mange forskellige tiltag, rækker de

ikke langt. Det gjorde vi og mange andre organisationer politikerne opmærksomme på gennem interviews og debatindlæg. Da finansloven blev vedtaget, var en række af planens initiativer med i den via satspuljeforliget, og der er særligt et, vi ser frem til:

I løbet af 2019 får Danmark et kompetencecenter for børn og unge, der vokser op med en mor eller en far med psykisk sygdom. Netop den gruppe børn og unge er højt prioriterede i Psykiatrifondens arbejde, for vi ved, at deres risiko for selv at udvikle psykisk sygdom, er højere end andres. Det kræver en særlig hjælp og støtte, som vi har arbejdet med i mange år i form af vores samtalegrupper, udvikling af værktøjer til ansatte på psykiatriske sengeafsnit, der skal holde familiesamtaler, og i 2018 ikke mindst vores nye initiativ, som TrygFonden har bevilget penge til: Samtalegrupper for unge pårørende, så vi kunne udvide vores målgruppe af børn og unge, så den går op til og med 17 år.

## MILEPÆL FOR MIND MY MIND

1-2 børn i hver skoleklasse har det så svært pga. symptomer på angst, depression eller adfærdsvanskeligheder, at de ikke kommer i skole i perioder, at deres naturlige udvikling bliver forstyrret og at de går glip af det gode børneliv – og senere måske også af det gode voksenliv.

Til dem har Psykiatrifonden sammen med TrygFonden udviklet forskningsprojektet Mind My Mind. Mind My Mind er et program, som består af en række træningssessioner, barnet kommer til hos en PPR-psykolog. Vi mener, det er helt oplagt, at PPR ikke alene rådgiver skolerne om børn med psykiske vanskeligheder, men at PPR også selv kan give lettere behandling.

I år rekrutterede vi og de fire kommuner, der er med i Mind My Mind, de sidste 400 børn til forskningsprojektet, og i løbet af det kommende år begynder vi at kunne se på data fra programmet, om træningen har den effekt, vi håber, den har – at Mind My Mind vil vise sig at være et rigtig godt tilbud om hjælp til de mange, mange børn, der har det svært.

## DET RUMMELIGE ARBEJDSMARKED

En anden væsentlig indsats i 2018 har været vores arbejde med at skabe rum for mennesker med psykisk sygdom i arbejdsfællesskaber. Det arbejder vi dels med i vores socialøkonomiske virksomhed, hvor vi arbejder med job- og ressourceafklaring for sygemeldte med psykisk sygdom, dels i vores politiske arbejde. Psykiatrifonden mener, at det danske arbejdsmarked skal kunne lægge hus til mennesker med psykisk sygdom eller sårbarhed. At være en del af et arbejdsfællesskab er en stor kvalitet i et menneskes liv, og vi kommer til at arbejde intensivt de kommende år med at udvikle indsatser, der giver viden og muligheder til virksomheder, til medarbejdere og kolleger og til dem, der gerne vil ind på arbejdsmarkedet, selv om de har psykisk sygdom eller sårbarhed i bagagen.

## TAK

Intet af vores arbejde var muligt, hvis vi ikke søgte og fik midler fra de mange fonde, som støtter os og samarbejder med os. Vi skylder også vores erhvervsmedlemmer en stor tak for deres opbakning, og så vil vi gerne særligt takke vores 15.000 private støttemedlemmer. Uden jeres støtte og opbakning kunne vi ikke gøre det arbejde, vi gør. Tak!

Venlig hilsen

Marianne Skjold,  
direktør

Anne Lindhardt,  
formand



# PSYKIATRIFONDEN 2018 I TAL OG FAKTA

## TAK FOR BESØGET - KOM IGEN

Interessen for Psykiatrifondens hjemmeside er støt stigende. Vi havde **3.500.000** sessioner i 2018 fordelt på **2.000.000** besøgende. Det er næsten en million flere end sidste år. Vores sider blev besøgt næsten **5.000.000** gange.



## FACEBOOK: GODT PÅ VEJ

Psykiatrifonden er meget aktiv på Facebook med film, opslag, debatoplæg og meget andet. **74.000** følger os nu på Facebook. Det er **10.000** flere end i 2017. Vores opslag når ugentligt ud til næsten **200.000** personer.



## PSYKIATRIFONDEN I PRESSEN

**1399** gange blev

Psykiatrifonden nævnt i pressen i 2018. Det er godt 200 gange mere end året før. Vi offentliggjorde en undersøgelse af unge menneskers psykiske sundhed. I den forbindelse udtalte vi os især om det pres og de krav, unge mennesker føler sig underlagt og som de får det psykisk dårligt af. Psykiatrifonden nedsatte desuden et advisory board, der udviklede en række ideer til at skabe bedre sammenhængende patientforløb i psykiatrien, som vi udtalte os en del om i pressen. Dertil kommer, at Psykiatrifonden hver dag får henvendelser fra pressen, der ønsker ekspertudtalelser og politiske udmeldinger om psykisk sygdom og sundhedspolitik, som vi selvfølgelig altid besvarer.



Flere end **12.000** følger os på det sociale medie LinkedIn. Det er en stigning fra **7.000** igennem 2018.

## **23.490** underskrifter for ret til hjælp

Mange mennesker er enige med Psykiatrifonden i, at børn, der vokser op med en mor eller far med psykisk sygdom, skal have ret til hjælp og støtte. Vi samlede 23.490 underskrifter ind for den sag og afleverede dem på Christiansborg.

## MANGE VÆLGER AT STØTTE PSYKIATRIFONDEN

**15.300**

støttemedlemmer



havde ved udgangen af 2018 valgt at støtte Psykiatrifonden med et fast beløb. Et støttemedlem bidrog i 2018 i gennemsnit med 606 kr. til vores arbejde. Vores 700 erhvervsmedlemmer bidrog i gennemsnit med 829 kr. Tak for det!

## NYHEDER *til dig fra os*

**148.982** personer modtog vores nyhedsbrev med nyheder, gode råd, test, tilbud om kurser og viden om psykisk sundhed.

Det er knap **11.600** flere end i 2017. Nyhedsbrevet kommer en gang om måneden, og du kan melde dig til vores nyhedsbreve på **psykiatrifonden.dk**

# SÅDAN BLEV PENGENE BRUGT I 2018

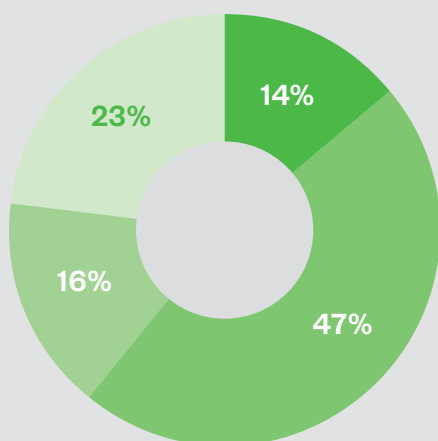
I 2018 fordelte Psykiatrifondens indtægter og omkostninger sig sådan, at vi fik 52,7 mio. kr. ind i form af indsamlede midler, bidrag fra støttemedlemmer, fondsmidler, offentlige midler og ved salg af kurser, uddannelser og andre ydelser. Vi brugte 49,7 mio. kr., og så gik 3,1 mio. kr. til at konsolidere egenkapitalen. I 2018 gik 71 % af midlerne til at opfylde Psykiatrifondens formål, som er at udvikle forebyggende indsatser, opkvalificere fagpersonale, yde rådgivning, drive oplysnings- og fortalervirksomhed og beskæftigelsesindsats.

## Tak for bidrag fra støttemedlemmer

I 2018 bidrog vores 15.295 støttemedlemmer og gaver fra private med i alt 8,5 mio. kr. Tak for den stærke opbakning!

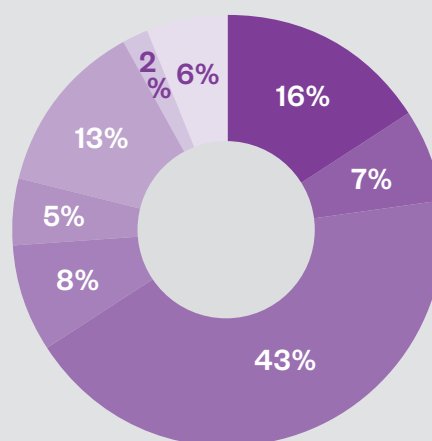
### Her kom pengene fra i 2018

- 14%** Offentlige midler
- 47%** Private midler
- 16%** Bidrag fra støttemedlemmer
- 23%** Indtægter ved salg af ydelser



### Sådan blev pengene brugt i 2018

- 16%** Marketing, fundraising og kontakt til bidragsydere
- 7%** Administrationsomkostninger
- 43%** Udvikling af forebyggende indsatser
- 8%** Opkvalificering af fagpersonale
- 5%** Beskæftigelsesindsats
- 13%** Oplysning og fortalervirksomhed
- 2%** Rådgivning
- 6%** Konsolidering



## FOKUSPUNKTER 2019

I 2019 vil Psykiatrifonden fortsætte kampen for psykisk sårbare børn og unge ved at:

- Stoppe stigmatisering og tabuisering af psykisk sygdom
- Sikre hjælp og støtte til børn, der vokser op med en mor eller far med psykisk sygdom
- Opspore og hjælpe børn, der mistrives, og sikre dem tidlig hjælp

Derudover vil Psykiatrifonden have et særligt fokus på, at flere mennesker med psykisk sygdom bliver en del af et arbejdsfællesskab.