

 Sundhedsstyrelsen

TrygFonden

 PsykiatriNetværket

DANSKE  
REGIONER



PSYKIATRI  
FONDEN  
ET GODT LIV  
TIL FLERE



Socialstyrelsen



Landsindsatsen for afstigmatisering  
af psykisk sygdom.  
Se mere på [www.en-af-os.dk](http://www.en-af-os.dk)

## Kontakt

Hvis du har spørgsmål eller idéer, er du velkommen til at kontakte projektleder for indsatsen Johanne Bratbo på [jb@en-af-os.dk](mailto:jb@en-af-os.dk), projektkoordinator Anja Kare Vedelsby på [akv@en-af-os.dk](mailto:akv@en-af-os.dk) eller Lars Toft på [lto@en-af-os.dk](mailto:lto@en-af-os.dk). Du kan også ringe på tlf. 3045 0104. Neden for kan du se kontaktpersonen i dit område:

### Region Nordjylland

Dorthe Haslund Pape, tlf. 2557 9020,  
mail [dhp@rn.dk](mailto:dhp@rn.dk)

### Region Midtjylland

Sara Munk Nielsen, mobil 2164 1023,  
mail [samnie@rm.dk](mailto:samnie@rm.dk)

### Region Syddanmark

Ulla Lindgren, tlf. 9944 4546,  
mail [ulla.lindgren@rsyd.dk](mailto:ulla.lindgren@rsyd.dk)

### Odense Kommune

Else Kirk, tlf. 6375 0875,  
mail [elki@odense.dk](mailto:elki@odense.dk)

### Region Sjælland

Anne Mette Billekop, tlf. 7025 0260,  
mail [psykinfo@regionsjaelland.dk](mailto:psykinfo@regionsjaelland.dk)

### Region Hovedstaden

Caroline Osander, tlf. 3864 1300,  
mail [liv.rex.hansen@regionh.dk](mailto:liv.rex.hansen@regionh.dk)

Læs mere om projektet og følg indsatsen på [www.en-af-os.dk](http://www.en-af-os.dk) og mød os på Facebook EN AF OS.



Væk med tavshed, tvivl og  
tabu om psykisk sygdom.

### Sekretariatet EN AF OS – landsindsatsen for afstigmatisering

Carl Nielsens Allé 9D, underetagen  
DK-2100 København Ø  
Tlf.: +45 3045 0104  
[info@en-af-os.dk](mailto:info@en-af-os.dk)  
[www.en-af-os.dk](http://www.en-af-os.dk)

Landsindsatsen EN AF OS udfordrer fordomme om psykisk sygdom. Med oplysning, aktiviteter og debat vil EN AF OS fremme mere viden og større åbenhed over for mennesker, der har eller har haft psykisk sygdom. EN AF OS består af en lang række involverende aktiviteter – følg med på [www.en-af-os.dk](http://www.en-af-os.dk).



Væk med tavshed, tvivl og  
tabu om psykisk sygdom.

Landsindsatsen for afstigmatisering  
af psykisk sygdom.  
Se mere på [www.en-af-os.dk](http://www.en-af-os.dk)

## EN AF OS

Mindst en halv million danskere er lige nu ramt af en psykisk sygdom. For de fleste er det forbigående, og de kommer sig helt. For andre er der tale om mere langvarige forløb eller tilbagevendende problemer. Uanset hvad, så er de en af os.

Mange af os ved ikke nok om psykisk sygdom, og der hersker mange fordomme om mennesker, som rammes af psykisk sygdom. Vi kan hver især mere eller mindre bevidst komme til at udelukke dem, som har eller har haft en psykisk sygdom. Mangel på viden og gode råd til, hvordan vi skal forholde os til mødet med mennesker med psykisk sygdom, gør ofte ondt værre. Det er netop det, som Landsindsatsen EN AF OS skal være med til at forandre.

### Hvad er stigmatisering?

Stigma betyder „negativt kendetegn“, der hæftes på en person som et „socialt stempel“. Når vi stempler hinanden på grund af psykiske lidelser, har det alvorlige konsekvenser på mange måder. Smerten ved ikke at være en del af samfundet gør sårbarheden endnu større. Det gør det ekstra hårdt at være syg og kan spænde ben for at få et meningsfuldt liv, f.eks. at få tilknytning til arbejdsmarkedet. Det kan også forhindre, at mennesker kommer i behandling i tide. Det koster altså – for den enkelte og for samfundet.

## Formålet med EN AF OS

Landsindsatsen EN AF OS har til formål at afstigmatisere psykisk sygdom i Danmark – altså slut med diskrimination og udelukkelse af mennesker, der har eller har haft en psykisk sygdom. I indsatsen udtrykker vi det sådan: **Væk med tavshed, tvivl og tabu om psykisk sygdom.**

Konkret arbejder EN AF OS for at:

- Øge danskernes viden om psykisk sygdom
- Mindske den afstand, der fører til stigmatisering, fordomme og social udelukkelse
- Skabe større forståelse for psykisk sygdom i skoler, på arbejdspladser og alle andre steder, hvor hverdagslivet udfolder sig.

## Landsindsatsen EN AF OS

Landsindsatsen EN AF OS blev lanceret den 19. september 2011 og fortsætter til og med 2020. Indsatsen har både et nationalt, et regionalt og et lokalt niveau.

Landsindsatsen beskæftiger sig med fem overordnede indsatsområder, hvor målgrupperne er brugere og pårørende, unge (især under uddannelse), arbejdsmarkedet, personale i sundheds- og socialsektorerne, medierne og den brede befolkning.

## Bliv frivillig

En vigtig del af indsatsen udgøres af frivillige, som har eller har haft en psykisk sygdom, er pårørende, er aktiv i en bruger- og pårørende organisation, er chef, kollega, studerende, politiker eller noget helt andet. Der er nemlig brug for alle ressourcer til, at vi sammen kan gennemføre Landsindsatsen EN AF OS.

## Partnerne bag

Bag EN AF OS står et stærkt netværk, som blev nedsat i 2010 af partnerne: Sundhedsstyrelsen, PsykiatriNetværket, TrygFonden, Danske Regioner, Regionerne, Psykiatrifonden, Socialstyrelsen, KL og Komiteen for Sundhedsoplysning. Derudover er der nedsat ressourcegrupper under hvert af de fem indsatsområder med repræsentanter for bruger- og pårørende organisationer, faglige selskaber, fagpersoner og de regionale PsykInfo'er (psykiatriske informationscentre).

Indsatsen ledes nationalt af EN AF OS-sekretariatet, der har til huse i København. For at sikre lokal forankring er der nedsat regionale koordinationsgrupper.

Se kontaktoplysninger på bagsiden.

# EN AF OS