

 Sundhedsstyrelsen

 Det Sociale Netværk  
af 2009

DANSKE  
REGIONER  


PSY  
KIA  
TRI  
FON  
DEN  


KL  


 SOCIALMINISTERIET

TrygFonden



Landskampagnen 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 kampagnen Johanne Bratbo på [jb@en-af-os.dk](mailto:jb@en-af-os.dk) eller projektkoordinator Anja Kare Vedelsby på [akv@en-af-os.dk](mailto:akv@en-af-os.dk). Du kan også ringe på tlf. 3547 5747.

Der er etableret en koordinationsgruppe i hver region. Neden for kan du se kontaktpersonen i dit område:

### Region Nordjylland

Inge Garde Andersen, tlf. 9631 1215, mail [iga@rn.dk](mailto:iga@rn.dk)

### Region Midtjylland

Helle Vestergaard Ibsen, tlf. 7847 0044,  
mail [helle.ibsen@ps.rm.dk](mailto:helle.ibsen@ps.rm.dk)

### Region Syddanmark

Ulla Lindgren, tlf. 7572 4090, mobil 2018 2196,  
mail [psykinfo@psyk.regionsyddanmark.dk](mailto:psykinfo@psyk.regionsyddanmark.dk)

### Region Sjælland

Anne Mette Billekop, tlf. 7025 0260, mobil 4036 5378,  
mail [ambi@regionsjaelland.dk](mailto:ambi@regionsjaelland.dk)

### Region Hovedstaden

Didde Welin Pilgaard, tlf. 4511 2082,  
mail [didde.welin.pilgaard@regionh.dk](mailto:didde.welin.pilgaard@regionh.dk)

Læs mere om projektet og følg kampagnen 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 – landskampagnen for afstigmatisering

c/o Komiteen for Sundhedsoplysning  
Classensgade 71, 5. sal  
DK-2100 København Ø  
Tlf.: +45 3547 5747  
[info@en-af-os.dk](mailto:info@en-af-os.dk)  
[www.en-af-os.dk](http://www.en-af-os.dk)

Landskampagnen EN AF OS, som varer fra 2011-2015, 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!**

**Landskampagnen 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 kampagnen 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

Landskampagnen 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 kampagnen udtrykker vi det sådan: **Væk med tavshed, tvivl og tabu om psykisk sygdom.**

Konkret vil kampagnen arbejde 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.

### Kampagnen EN AF OS

Landskampagnen EN AF OS lanceres officielt den 19. september 2011 og fortsætter frem til 2015. Indsatsen indledes med en national kampagne med målrettede regionale og lokale aktiviteter.

Kampagnen vil beskæftige sig med fem overordnede indsatsområder, hvor målgrupperne er brugere og pårørende, unge (især under uddannelse), arbejdsmarkedet, personale på sundheds- og det sociale område, medierne og den brede befolkning.

### Bliv frivillig

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

### Partnerne bag

Bag kampagnen står et stærkt netværk, nemlig Den Fælles Indsats, som blev nedsat i 2010 af partnerne: Det Sociale Netværk af 2009, Psykiatridfonden, TrygFonden, regionerne, Danske Regioner, KL, Socialministeriet og Sundhedsstyrelsen. Derudover er der nedsat en følgegruppe, som består af repræsentanter for bruger- og pårørendeorganisationer, faglige selskaber, fagpersoner og de regionale PsykInfo'er (psykiatriske informationscentre).

Kampagnen ledes nationalt af EN AF OS-sekretariatet, der har til huse i Komiteen for Sundhedsoplysning i København. For at sikre lokal forankring er der nedsat regionale koordinationsgrupper. Se kontaktoplysninger på bagsiden.

# EN AF OS