Røða hjá Sirið Stenberg, landsstýriskvinna í almanna- og mentamálum helt, í sambandi við Altjóða sálarheilsudagin 10.10.2023

Gott kvøld øll somul

- ov nógvir valmøguleikar
- ov høgar væntanir
- avmarkingar í einum lítlum samfelagi

Hetta vóru høvuðsniðurstøðurnar í kvalitativa kanning, ið Fólkaheilsuráðið í vár legði fram og har evnið var sálarliga heilsan hjá ungum í Føroyum, sum vit nú í kvøld hava hoyrt nærri um.

Og hetta er somuleiðis evnið á hesum altjóða sálarheilsudegnum í dag.

Okkara ungu er okkara framtíð- og ikki minst okkara nútíð. Tí er tað eisini skyldan hjá okkum sum samfelag at vera um okkara ungu. Og at tit í dag varpa ljós á royndir úr Norðurlondum og hvussu sivilsamfelagið eisini er ein partur av hesum týdningarmikla arbeiðinum, er so sanniliga at ganga undan í arbeiðinum.

Seinni árini hevur stórt fokus verið á at javnseta likam og sál, og fokus á heila menniskja. At sálarligar avbjóðingar skuldu hava somu rættindi sum likamligar avbjóðingar. Tabu og stigmatiseringin er brotin, men enn eru vit ikki komin á hædd við hvussu vit viðgera og fyribyrgja. Sjálv haldi eg vit eiga at leggja nógv størri dent á at fremja sálarheilsu, sum vit øll hava, og at tað sjálvsagt má ganga hond í hond við góðum viðgerðartilboðum, har sum tað er neyðugt. Vit tosa um nógv fólk, sum eru rakt. Ja, so undarligt tað ljóðar so hevur sálarsjúka altíð verið Føroya størsta fólkasjúka. So tað er ikki heilt rætt tá ið vit eisini tosa um sálarheilsu ella óheilsu, sum nakað nýtt. Tó so, vánaligur trivnaður generelt sær út til at vaksa. Tíverri. Vit síggja eisini í kanningum millum skúlabørn at tað gongur skeivan vegin við trivnaðinum. Tað má takast í størsta álvara. Hetta er ikki bara um okkara leiðir, men eisini grannalondini uppliva vaksandi mistrivna millum ung. Og diagnosusamfelagið verður mangan neyðugt fyri at fáa hjálp, men vit mugu brúka granskingina hjá Heckman, sum tit eisini hava víst á her í kvøld, um at seta tíðliga inn.

WHO, heimsheilsustovnurin mælir øllum londum til at arbeiða miðvíst við at øll fólk í ymisku londinum fáa javnbjóðis atgongd til heilsutænastur. Skulu vit náa tað málið, og tað vilja vit, mugu vit gera nógv meira við at fremja sálarheilsuna.

Tit hava í dag víst á ráðgevandi tilboðið, Headspace, ið er størsta av sínum slagi. Vit hava fingið nærri innlit í royndir frá hesum tilboði úr bæði Íslandi, Noregi og Danmark.

Headspace er størsta fyribyrgjandi og sálarheilsufremjandi tilboðið til ung millum 12-25 ár, og sum uppliva avbjóðingar við sálarheilsuni.

Hugskotið um Headspace er sprottið úr júst sivilsamfelagnum, har sjálvbodnir ráðgevarar, ið hava fingið undirvísing á økinum, taka sær av samrøðuni. Við at seta røttu spurningarnar, verður farið fram við *hugsjónini um hjálp til sjálvhjálp*. At hava ein at tosa við, ein sum lurtar, eitt medmenniskja.

Tað er spennandi og viðkomandi at fáa innlit í hetta tilboðið, sum okkara grannalond longu hava fingið góðar royndir við. Og ikki minst, at tey nú eru farin undir samstarvið við Nordic Headspace, har londini saman skulu arbeiða fyri at basa mistrivnaði ímillum ung í øllum Norðurlondum.

Við hesum átaki síggja vit møguleikan fyri at skapa nýggjar loysnir í stríðnum í móti vánaligari sálarheilsu hjá okkara ungu.

Altjóða sálarheilsudagurin er vorðin eitt afturvendandi tiltak, sum Sinnisbati á hvørjum ári skipar fyri. Men tykkara arbeiðið fevnir rættuliga breitt við bæði átøkum, verkætlanum, ígjøgnum politiskt arbeiði, sosialar miðlar og lesarabrøv og í samstarvi við aðrar felagsskapir og stovnar.

Alt tað arbeiðið, ið tit í Sinnisbata standa á odda fyri, er gull vert fyri okkara samfelag. Tykkara áhaldandi arbeiði við upplýsing, fyribyrging og miðvísum átøkum við at vísa á tørvin á teirri neyðugu raðfestingini á sálarliga økinum, ger mun. Eg fari at takka tykkum fyri tykkar treiskni. Tað gevur úrslit.

So eri eg komin til stóru løtuna at handa **“Ársins Sálarheilsuvirðisløn 2023”.**

Hetta er 7. árið á rað, at Sinnisbati letur hesa virðisløn og í ár er tað eingin minni enn **Bernhard H. Petersen**, sum í ár fær heiðurin.

Sum orsøk til, at lata Bernhardi henda heiðurin, hevur nevndin millum annað sett sum grundgeving:

Bernhard hevur í mong ár verið virkin í Frelsunarherinum, har hann hevur gjørt eitt serliga gott arbeiði fyri heimleys í Føroyum. Hann var við í arbeiðinum, tá Frelsunarherurin fyri 25 árum síðani læt Herbergið upp.”

Hjartaliga hjartaliga til lukku, Bernhard! So væl uppiborið.

Og so vil eg fegin knýta afturat, at tá ið vit fyri stuttum stóðu í dýrastu neyð tí støðan var blivin so akutt hjá fleiri heimleysum fólkum, tá kom eitt boð í innbakkan hjá mær. Set teg í samband við Bernhard stóð tað. Eg veit at hann hjálpir. Vit so gjørdu og tað tók stutta tíð so høvdu vit gjørt eina avtalu um fleiri herbergspláss. Hetta var dømi um hjartaligheit, sum bleiv førd út í lívið. Hjartaliga tillukku Bernhard. Eg ásanni virðini, sum Tom Guldberg førdi fram her í kvøld. "*Vi har glemt at være medmennesker."* Tú hevur ikki gloymt tað Bernhard, og tí fært tú hendan uppiborna heiður.

Takk fyri!