



foreningen
**spiseforstyrrelser
& selvskade**

Årsmagasin **2022**



Fortsat meget at kæmpe for

Af Anette Laigaard, formand

På årets første dag i 2022 fik vi en ny officiel spiseforstyrrelse i Danmark. Endelig blev tvangsoverspisning – også kaldet binge eating disorder (BED) – en diagnose i Danmark, og nu har mennesker med BED ret til behandling.

Virkeligheden er dog, at regionerne og kommunerne ikke er klar til at tage imod de op mod 50.000, der lider af sygdommen. Derfor har vi i vores politiske arbejde et stort fokus på at sikre, at der udvikles relevante tilbud, og at der følger finansiering med.

Folketingets længe ventede 10-årsplan for psykiatrien har selvsagt også optaget os i 2022. Vi har mødtes med psykiatri- og sundhedsordførere og deltaget i den offentlige debat i medierne, og endelig kom den på plads i september.

Selvom 10-årsplanen ikke lever op til alle vores ønsker, indeholder den flere elementer, vi kan glæde os over.

Så længe den følges op af tilstrækkelige midler i alle ti år, kan den være med til at skabe reelle forbedringer for mennesker med mistrivsel og psykiske diagnoser.

Når vi ser på os selv, er der også sket store ændringer det seneste år. For et år siden besluttede generalforsamlingen, at vi skulle have et nyt navn. Vi har fået nyt logo, og siden august har vi heddet Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade. Det gør os lettere at genkende, huske og finde for de mange, der har brug for vores hjælp.

Foreningen vokser, der er brug for os – og jeg vil gerne takke alle, der har hjulpet os i året, der er gået. Donationer, frivillige, bestyrelse og medarbejdere. Uden jer ingen os.

Vi siger fra på vegne af mennesker med spiseforstyrrelser og selvskade

Flere behandlingstilbud til mennesker med tvangsoverspisning og stærkere samarbejder mellem kommuner og regioner er to af vores vigtigste politiske kampe i 2023.

Af Laila Walther, direktør

En ung kvinde med anoreksi udskrives, fordi hun ikke længere har en faretruende lav vægt. Hun kontakter kommunen, for hun har brug for hjælp til den fortsatte kamp mod spiseforstyrrelsen. En måned senere er kommunen klar med et tilbud. På den måned når hun at tage 10 kilo og bliver akut genindlagt.

Vi hører ofte fra unge og voksne, der efterlades alene, når de ikke længere er syge nok til psykiatrien, men ikke raske nok til at klare sig selv. Tættere samarbejder mellem kommuner og regioner står derfor øverst på vores politiske ønskeseddel i år.

Et flertal i Folketinget erkender i den 10-årsplan for psykiatrien, som blev vedtaget i 2022, at der er behov for mere sammenhængende patientforløb på tværs af sektorer, men vi mangler stadig konkrete løsninger. Vi peger på, at psykiatrien ikke skal kunne slippe en patient, før kommunen har en plan. Vi opfordrer samtidig regioner og kommuner til at ansætte psykiatrikoordinatorer, der kan følge de enkelte patienter.

Samtidig kæmper vi for, at langt flere mennesker med tvangsoverspisning kan få behandling. Regionerne og kommunerne er ikke klar med tilbud til de op mod 50.000, der har brug for hjælp. Et forsigtigt bud er, at 1.000 mennesker kan få behandling hen over de kommende tre år i de tilbud, der findes i dag. Hos os er ventelisterne lange, og det er de også andre steder i landet.

På vegne af mennesker med spiseforstyrrelser og selvskade og deres pårørende taler vi med politikere i Folketinget, regionsråd og kommunalbestyrelser, vi mødes med medarbejdere i psykiatrien og i kommunerne, og vi udtaler os til journalister og deltager i debatter.

Hver dag arbejder vi for at forebygge spiseforstyrrelser og selvskade og forbedre vilkårene for alle ramte og deres pårørende.



Fremhævede mediehistorier



Politiken skrev en reportage fra en af vores terapigrupper for tvangsoverspisning kun med mandlige deltagere



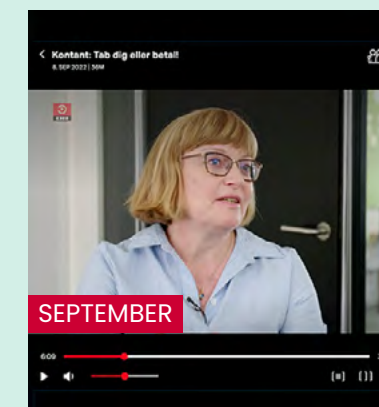
Nina, som er frivillig i Odense, fortalte i Fyens Stiftstidende og Fyns Amts Avis om sin egen vej ud af en spiseforstyrrelse.



Kristeligt Dagblad skrev om vores forskning af patienters motiver for at takke nej til behandling for spiseforstyrrelser.



Sammen med Anti Doping Danmark skrev vi Avisen Danmark en kronik om forældrenes ansvar for at give børn sunde kropsidealer.



Direktør Laila Walther advarede mod risikoen for spiseforstyrrelser i DR Kontant, som kunne afsløre en vægttabscoachs kritisable og farlige metoder.



Vi opfordrede i en kronik i Avisen Danmark folketingskandidaterne til at tage ansvar for at bekæmpe børns og unges mistrivsel.



Unge skærer, slår og brænder sig selv. Vi hjælper dem

Mindre risiko for depression, bedre impuls kontrol og mindre selvskade. Størstedelen af de 88 unge, der har været igennem vores samtaleforløb, trives bedre og er gladere for deres liv efter forløbet.

“Jeg har lært mig selv og mine tanke-mønstre at kende, og kan derfor bedre tackle de svære følelser og lysten til selvskade.”

Sådan lyder det fra en af de 88 unge, som har gennemført et samtaleforløb i Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade med støtte fra Det Obelske Familiefond.

Langt de fleste unge fremhæver, at de har fået større indsigt i egne følelser og tankemønstre. De beskriver, at de har fået redskaber til at dæmpe selvskadetrang og håndtere svære tanker, følelser og

situationer uden brug af selvskade. Flere nævner også, at de oplever bedre sociale relationer og større selvaccept.

Før- og eftermålinger viser, at de unge har oplevet en bedre trivsel og livstilfredshed. Før forløbet var 70 % af de unge i risikozonen for depression og stressbelastning. Efter forløbet drejer det sig om 44 %. De unge er især blevet bedre til følelsesregulering, impuls kontrol og følelsesmæssig klarhed. Evalueringen viser også, at 72 % af de unge har færre selvskadeepisoder efter forløbet.

Selvskade er ikke en selvstændig diagnose i Danmark. Unge med selvskade modtager derfor kun behandling i psykiatrien, hvis de har en psykiatrisk diagnose. Samtidig er der stor variation i de kommunale tilbud til målgruppen. Det har derfor været vigtigt for os at kunne give de unge et konkret tilbud. Vi er derfor meget glade for, at vi har fået mulighed for at fortsætte og udvide indsatsen med økonomisk støtte fra Sundhedsstyrelsen samt Det Obelske Familiefond, så vi nu kan tilbyde samtaleforløb frem til og med 2025.

Grupper giver unge rum til at tale om det, der er svært

Med støtte fra Sundhedsstyrelsen afprøver Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade et gruppetilbud til unge med selvskade. Forsøget er sat i gang, efter at flere unge har efterspurgt et gruppeorienteret tilbud, hvor de kan møde ligesindede.

“Et af de tiltag, vi arbejder med i grupperne, er at lave forskellige kreative opgaver, som vi tager udgangspunkt i, når vi taler om selvskaden og de ting, der er svære i deres liv. Det har gjort det nemmere at tale om følsomme emner,” fortæller Heidi Jönsson, der er fagansvarlig for foreningens arbejde med selvskade.

“De unge har gjort nogle af de bekymringer til skamme, som vi havde i starten, om hvorvidt de unge ville påvirke hinanden negativt. Jeg oplever at de unge er meget omsorgsfulde over for hinanden, og at de taler mere om det, som er svært, end om selve selvskaden”.

Foreløbig har vi afholdt gruppeforløb i Århus og København, med i alt 12 deltagere, der har mødtes 9 gange. De første erfaringer viser, at deltagerne er glade for at opleve, at de ikke er alene med deres problemer. De har lært at forstå sig selv bedre og fået bedre strategier, de kan anvende, når selvskaden trænger sig på.

Vi lancerer ny taskforce for skoler



En bevilling på godt 6 mio. kr. fra Det Obelske Familiefond har blandt andet gjort det muligt for os at etablere en selvskadetaskforce i løbet af 2023. Taskforcen skal sikre hurtig og fagligt specialiseret støtte til især efterskoler og ungdomsuddannelser, der har en elev, der skader sig selv.

Det kan give anledning til stor usikkerhed, når en skole oplever elever med selvskade. Der opstår frygt for, at selvskaden skal sprede sig til de andre elever, og lærerne og skoleledelsen er ofte i tvivl om, hvordan de bedst håndterer selvskaden,” siger Laila Walther, direktør for Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade.

Taskforcen vil klæde skolerne på til at tage hånd om den selvskadende elev, inddrage forældre og øvrige elever og sikre, at skolen får en handlingsplan på plads til næste gang, en elev skader sig selv.

Første nationale konference om selvskade blev en stor succes

Mere end 450 deltagere fra blandt andet sundhedsvæsenet, kommuner og styrelser var med til Danmarks første nationale konference om selvskade i maj 2022. Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade stod bag konferencen sammen med Team for selvskade i Region Hovedstadens Psykiatri. På programmet var blandt andet oplæg af professorer, førstehandsberetninger fra patienter med selvskade og en paneldebat med kommuner, der har særlige tilbud til selvskadende patienter.



Udvidelse af rådgivningstilbud og flere frivillige kræfter

2022 blev et år, hvor vi igen oplevede et stort behov for hjælp til både børn, unge og voksne, der er berørt af spiseforstyrrelse og selvskade.

Kernen i Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade er vores landsdækkende rådgivning. Takket være et fantastisk hold frivillige og en stor bevilling fra Ole Kirk's Fond har børn, unge og voksne over hele landet mulighed for at få gratis rådgivning via både telefon, chat, SMS, brevkasse eller video – og de kan også komme forbi til en personlig samtale.



Det hjalp at få lettet tankerne og få løftet den byrde, jeg har gået rundt med alene

Bruger af chat-rådgivningen

Det er i rådgivningen, de fleste har deres første kontakt med os, og det er ofte her, vores brugere bliver henvist til vores specialiserede tilbud og behandlingsforløb.

Også i 2022 har et stigende antal børn, unge og voksne kontaktet os for at få støtte og rådgivning. I alt har vi registreret en stigning på 16 % flere henvendelser i rådgivningen sammenlignet med 2021. Blandt dem, der henvendte sig, var 56 % personligt berørt af spiseforstyrrelse eller selvskade, mens 35 % var pårørende.

Stadig flest henvender sig til os via telefonrådgivningen, men rådgiverne oplever også en markant stigning i henvendelser på chatten. Stigningen kan blandt andet ses som en konsekvens af, at andelen af unge mellem 10-15 år, der kontakter os, fylder mere og mere. Vi ved, at netop de unge oplever den anonyme chat som en tryk og naturlig måde at række ud til os på.

Frivillige i fokus

Størstedelen af de rådgivende aktiviteter varetages af vores omtrent 200 frivillige, som lægger kræfter og hjerte i at støtte og hjælpe de mange, der dagligt kontakter os. De er rollemodeller, som brugerne kan spejle sig i, og de kan være det "vikarierende håb", når spiseforstyrrelsen eller selvskaden føles uovervindelig.

Vores frivillige kommer med mange forskellige baggrunde. Mange har en uddannelse eller er ved at tage en uddannelse inden for fx psykologi, psykoterapi eller pædagogik. En del har selv personlig erfaring med spiseforstyrrelse eller selvskade.

For at kunne sikre hjælp til endnu flere, der er berørt af spiseforstyrrelse og selvskade, arbejder vi fortsat målrettet for at styrke og udvikle foreningens rådgivning gennem rekruttering og uddannelse af flere frivillige.

Lancering af digital brevkasse

Med støtte fra Ole Kirk's Fond kunne vi i august 2022 åbne op for et helt nyt tilbud i vores rådgivning: En digital brevkasse. Brevkassen henvender sig til børn, unge og voksne – herunder pårørende – der har spørgsmål om spiseforstyrrelser og selvskade. Alle får svar, og de svar, andre kan få glæde af, bliver offentliggjort i anonymiseret form i brevkassen på vores hjemmeside.

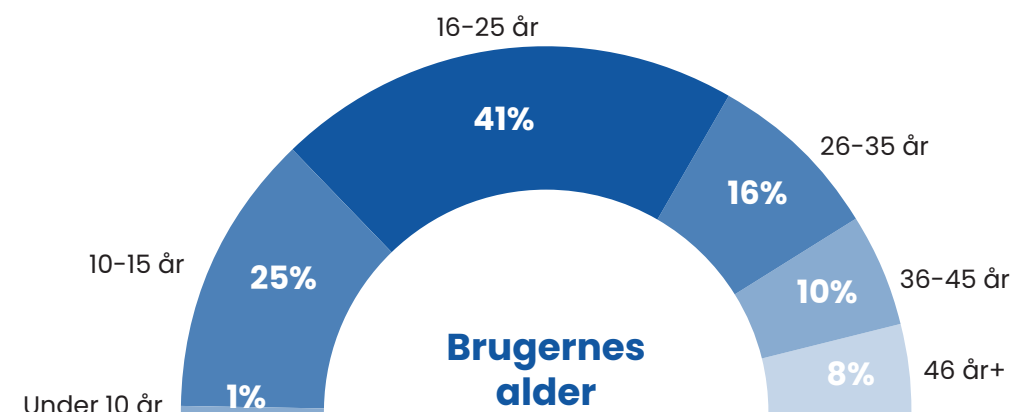
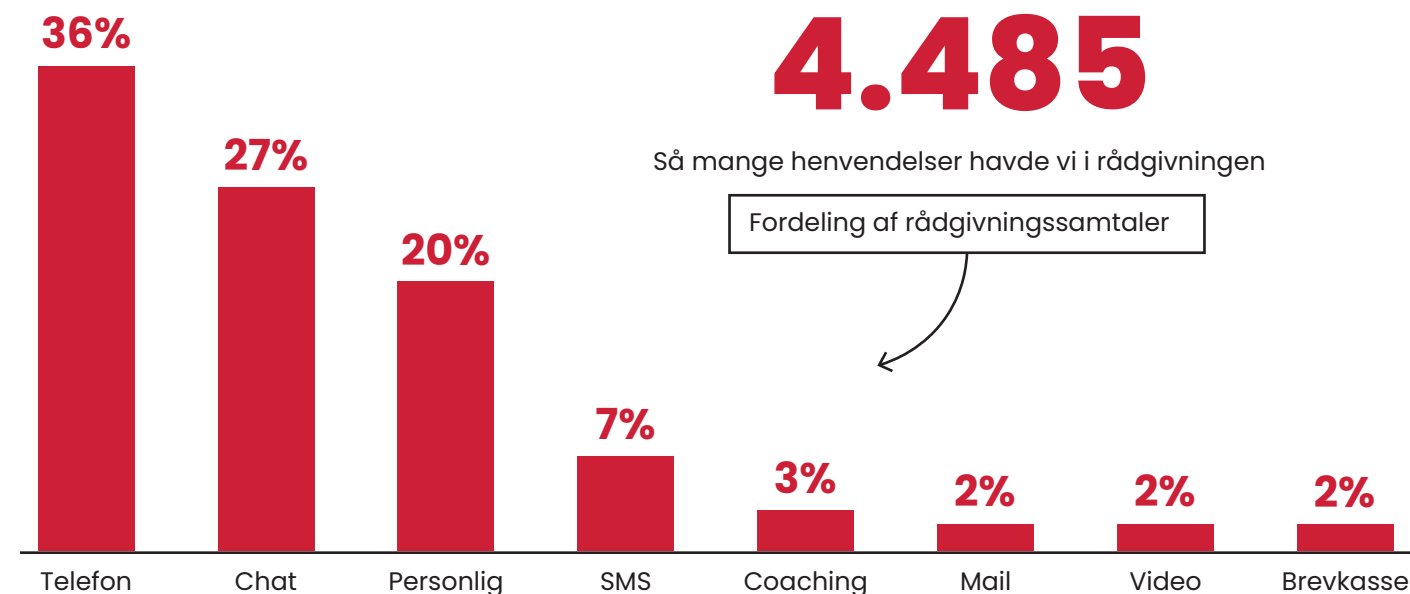
"Spiseforstyrrelser og selvskade er stadig tabu, og det er derfor svært for mange at søge hjælp. Her kan en anonym online brevkasse virke mindre grænseoverskridende end at ringe ind og tale med en rådgiver. En anden fordel er, at man kan sende os spørgsmål på alle timer af døgnet. Man behøver ikke vente på, at rådgivningen åbner", fortæller Laila Walther, direktør for Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade.

Bag tastene sidder en gruppe frivillige rådgivere klar til at svare på brugernes spørgsmål og bekymringer.



I telefonsamtaler eller chats føler jeg, at jeg skal komme med et eller andet, jeg gerne vil have hjælp til. Men her er der en, der kan høre min historie og følelser i en lang besked. Og så kan jeg vende tilbage til den, når jeg får det ubehageligt, og det hjælper i hvert fald på mig at læse, at der er nogen, der bekymrer sig

Bruger af brevkassen



Bedre støtte til LGBT+personer med spiseforstyrrelser eller selvskade

Ensomhed, mistrivsel og en følelse af at være forskert præger ofte unge, der bryder med normerne for køn eller seksualitet. For mange unge LGBT+personer fører mistrivsel til spiseforstyrrelser eller selvskade. LGBT+ Danmark og Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade er derfor gået sammen for at udvikle tilbud målrettet unge LGBT+personer, der kæmper med spiseforstyrrelser eller selvskade. Samtidig vil de to organisationer klæde hinandens

ansatte og frivillige rådgivere på for at sikre kvalificeret rådgivning i krydsfeltet mellem at være udfordret på sin identitet og at være selvskadende eller have en spiseforstyrrelse – uanset hvilken af de to organisationer, den unge henvender sig til. Indsatsen er støttet af Dronning Margrethes og Prins Henriks Fond, Jascha Fonden og Aase og Ejnar Danielsens Fond.



En frivillig fortæller

Marlene er 28 år og har været frivillig peer-støtte i foreningen i et halvt år. Til dagligt læser hun til psykoterapeut og driver ved siden af studierne sin egen klinik, hvor hun hjælper unge piger, der har det svært.

Da jeg var 18 år, tog min mor mig med til et gruppeforløb i Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade. På det tidspunkt havde jeg haft en blanding af anoreksi og BED i et par år. I nogle perioder spiste jeg ikke ret meget, i andre perioder spiste jeg nærmest alting. Det var ude af kontrol.

Gruppeforløbet sammen med andre piger, der også havde det rigtig svært, blev en kæmpe øjenåbner for mig. Det kickstartede en drivkraft. Spiseforstyrrelsen skulle ikke blive mit liv. Det blev starten på min vej ud af spiseforstyrrelsen og samtidig min vej ind i det frivillige arbejde i foreningen.

Vi bekræfter hinanden i, at vi er gode nok, som vi er
Da jeg hørte om peer-støtte-programmet, tænkte jeg: Hvor ville jeg gerne have haft den mulighed, da jeg selv var syg! Jeg kunne godt have brugt en fortrolig, jeg kunne læsse af på – en, jeg kunne spejle mig i.

Derfor føles det fantastisk, at jeg nu selv kan støtte én i samme svære situation.

Det er både smukt og givende at være peer-støtte. Det er selvfølgelig en hård situation for den, jeg taler med. Vi har hårde snakke, hvor vi begge bliver berørt, men der er også momenter, hvor vi griner af og med hinanden. Der opstår et særligt rum af medforståelse og samhørighed, når vi taler sammen. Det er uvurderligt.



Jeg vil gerne hjælpe andre piger, som har stået i samme situation som mig. Jeg har mærket på egen krop, hvor dybt forføreligt det er, når livet ikke længere giver mening

De frivillige peer-støtter er udvalgt og uddannet af foreningen og har arbejdet med at omsætte egne erfaringer med spiseforstyrrelse og recovery til at støtte andre. Alle peer-støtter modtager faglig sparring og supervision. Projektet er støttet af Trygfonden.

Den rette hjælp til unge med BED

Op mod 50.000 mennesker i Danmark menes at have tvangsoverspisning – også kaldet binge eating disorder (BED). Ofte bliver borgere med BED overset eller fejlbehandlet, da der er fokus på deres overvægt frem for de psykiske symptomer. De sendes på kur eller i tilbud med fokus på en livsstilsændring, men det hjælper ikke på spiseforstyrrelsen.

Med støtte fra Sundhedsstyrelsen udvikler vi et redskab til at opspore unge med BED og gennemfører en opkvalificerende undervisningsindsats i kommuner over hele landet. 81 deltog i undervisningen i 2022.

820 fagpersoner klædt på til at genkende tegn på spiseforstyrrelse og selvskade

Jo tidligere de unge får hjælp, jo større er chancen for at de kommer helt ud af deres spiseforstyrrelse eller selvskade. Desværre søger mange først hjælp, når problemet har udviklet sig til en alvorlig lidelse, som kræver behandling i psykiatrien. Derfor er det vigtigt, at de personer, som er i kontakt med børn og unge, har kompetencerne til at genkende risikoadfærd og tidlige symptomer på en spiseforstyrrelse eller selvskade.

Derfor underviser Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade blandt andet sundhedsplejersker, folkeskolelærere, AKT-vejledere, socialrådgivere, PPR-psykologer og tandplejere i at genkende risikoadfærd og tidlige symptomer og til at tage den svære samtale med den unge.

Novo Nordisk Fonden har bevilget godt 6 mio. kr. til indsatsen.

Tidlig hjælp til mennesker med spiseforstyrrelser virker

”Det har været sidste skub for mig til at leve uden den spiseforstyrrelse, jeg ellers har levet med hele mit ungdoms- og voksenliv.”

Sådan lyder det fra en af de deltagere, der har været i tidlig behandling hos Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade. 50 mennesker med milde til moderate symptomer på spiseforstyrrelser var fra 2020 til 2022 gennem et behandlingsforløb hos os, og de gik alle fra forløbet med en målbar reduktion af deres symptomer.

”Den største forskel for deltagerne er, at de i langt mindre grad laver regler for, hvad de må spise, og de bekymrer sig mindre om det at spise. Deltagerne får det så meget bedre, at færre er i risiko for at udvikle stress og depression. Det bekræfter os i, at der i alle kommuner bør være behandlingstilbud for mennesker med milde til moderate symptomer på spiseforstyrrelser,” siger Laila Walther, direktør i Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade.

Behandlingsforløbene er støttet af Sundhedsstyrelsen.



BED

Succesfuld behandling for tvangsoverspisning fortsætter

Siden efteråret 2022 har vi igen kunnet tilbyde behandling til mennesker med BED. Ni ud af ti lider ikke af tvangsoverspisning, når behandlingen afsluttes.

1. januar 2022 blev tvangsoverspisning en anerkendt diagnose i Danmark, og alle med lidelsen fik dermed ret til behandling. Men kun få kender lidelsen, og endnu færre har erfaring med at behandle den. Folketinget besluttede derfor at sætte 49 mio. kr. af til at fortsætte de få behandlingstilbud, der de senere år har været til mennesker med BED.

Med en samlet bevilling på 8,3 mio. kr. fra Sundhedsstyrelsen kunne vi i efteråret 2022 starte nye behandlingsgrupper for mennesker med tvangsoverspisning.

”Bevillingen kommer til at gøre en kæmpe forskel for de mennesker, der får behandling, for vi kan se, at behandlingen virker. I vores behandlingsforløb forbedres deltageres trivsel markant, og langt størstedelen kommer helt af med lidelsen. Derfor burde alle, der lider af tvangsoverspisning, tilbydes behandling,” siger direktør i Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade Laila Walther.

Vi forventer at kunne behandle mere end 200 voksne med mild til moderat BED inden udgangen af 2025.

”

Det er mig, der styrer nu. Det er ikke min spiseforstyrrelse, der styrer det mere. Jeg har taget over.

”

Det, jeg har fået ud af behandlingen, er en større accept af mig selv, min overvægt og årsager dertil. Jeg er ikke selv skyld i min overvægt på grund af slaphed og mangel på karakterstyrke.

Børn med høj vægt screenes for tvangsoverspisning

Typisk vil børn med en høj vægt blive sendt til diætist, så de kan tabe sig. Men for et barn med tvangsoverspisning vil en indsats med fokus på vægt og motion i bedste fald ikke have nogen effekt og i værste fald forværre spiseforstyrrelsen. Alligevel findes der i dag ikke nogen offentlige tilbud til børn med tvangsoverspisning.

Det vil vi ændre på sammen med Københavns Kommune. Med støtte fra VELUX FONDEN vil vi i fællesskab udvikle et screeningsværktøj og en behandlingsmetode, der kan hjælpe børn med tvangsoverspisning. Samtidig vil voksne omkring børnene få støtte og vejledning, så de kan hjælpe børnene med at forebygge tilbagefald.

De første børn vil blive tilbudt behandling i efteråret 2023.

Kampagnefilm prikker til forældres usunde kropsbilleder

I tre kampagnefilm kaster vi sammen med Anti Doping Danmark lys på forældres og andre voksnes ansvar for børn og unges urealistiske kropsidealer. I projektet Spejlven besøgte vi i 2022 mere end 70 6. klasser rundt om i landet for at give eleverne et mere positivt blik på deres egne kroppe.

Det kan vi kun, hvis de voksne omkring børnene bakker op. Filmene viser, hvorfor det er vigtigt, at voksne taler pænt om deres egne kroppe, undlader at stemple madvarer som farlige eller forbudte og sørger for at skabe en kultur i skolen og i idrætsforeningerne, hvor børnene går i bad sammen.

Kampagnefilmene er blevet set, delt og debatteret på Facebook, Instagram og LinkedIn. De kan også ses på spejlven.dk.

Som et led i projektet har vi også lanceret et e-læringsmateriale, der klæder trænere og idrætsslærere på til at spotte børn og unge, der viser tegn på et usundt forhold til krop og mad.

Projektet gennemføres med støtte fra Nordea-fonden og Sundhedsdonationer fra Sygeforsikringen "danmark".



Se kampagnefilmene her:

youtube.com/@spiseforstyrrelserogselvskade



- Men jeg vil også gerne kunne passe bukser i morgen, ikk!

Den svære snak med børn om vægt

Vi hører fra børn og skolelærere, at vejning i forbindelse med skolens sundhedstjek fylder meget. Børnene taler om det i klassen, både før og efter de skal til sundhedsplejersken. For børnene bliver vægten endnu en karakter, de skal forholde sig til.

Men også for sundhedsplejersken kan det være en vanskelig situation.

on. For hvordan håndterer man vejesituationen på en hensigtsmæssig måde, der vurderer barnets somatiske sundhed, men uden at skubbe barnet ud i selvkritiske overvejelser, og uden at barnet skal føle sig uden for normen?

Det vil vi med støtte fra Novo Nordisk Fonden og som led i alliancen Børnevægt i Balance finde svaret

på. Vi vil udarbejde en vejledning til vejesituationen og redskaber til at tage den svære samtale med barnet. Begge dele skal passe ind i sundhedsplejerskernes hverdag og retningslinjerne for deres arbejde. Vi samarbejder derfor med sundhedsplejersker, når vi udarbejder vejledningen og redskaberne.



En forskel, der kan mærkes

Af H.K.H. Prinsesse Benedikte, protektor

Spiseforstyrrelser og selvskade kan ramme os alle, og derfor fortjener området stor opmærksomhed. Vi er mange, som har kendskab til personer med en spiseforstyrrelse, som berører os dybt i hjertet.

Derfor kan jeg med stolthed som protektor for foreningen se tilbage på et år, hvor op mod 5.000 mennesker har fået støtte, rådgivning og behandling.

Aldrig har så mange fået hjælp i rådgivningen, som i år blev udvidet med en digital brevkasse. Unge og forældre med svære problemer skriver hver uge for at få hjælp.

Mennesker med tvangsoverspisning, bulimi, anoreksi, træningsafhængighed og atypisk spiseforstyrrelse er kommet til gruppebehandling i vores lokaler i Aar-

hus og København, mens deltagere fra resten af landet har deltaget i grupper online. Pårørende er blevet klædt på til deres svære rolle i vores pårørendeseminarer. Vores frivillige peer-støtter er i tæt kontakt med unge, der er på vej ud af spiseforstyrrelsesbehandling.

De senere år har foreningen styrket indsatsen på selvskade væsentligt, så unge i hele landet tilbydes samtaleforløb og gruppeforløb, der kan hjælpe dem ud af selvskaden.

Desværre er det alt sammen nødvendigt, for alt for mange børn, unge og voksne kæmper med mistrivsel. Heldigvis gør foreningens ansatte og frivillige en kæmpe forskel for de mange, der søger hjælp.

Tak til alle fonde og vores donorer

Tak til alle fonde og donorer, der støttede os økonomisk i 2022. Med jeres hjælp kan vi hjælpe signifikant flere berørte og pårørende, end det ellers havde været muligt. I gør en verden til forskel.



DRONNING MARGRETHES OG PRINS HENRIKS FOND



- Axel Muusfeldts Fond
- Civilingeniør H.C. Bechgaard og hustru Ella Mary Bechgaards Fond
- Edel og Wilhelm Daubenmerkl's Almenvælgørende Fond
- Enid Ingemanns Fond
- Familien Hede Nielsens Fond
- Frimodt-Heineke Fonden
- Gladsaxe Kommune
- Glostrup Kommune
- Greve Kommune
- Gribskov Kommune
- Henrik Henriksens Fond
- Johan Schrøders Fond
- Kalundborg Kommune
- Kirsten og Hans Rasmussens Legat
- Købmand Inger Bonnens Fond
- Louis Petersens Legat
- Mads Clausens Fond
- Metro-Schrøder Fonden
- Næstved Kommune
- Odense Kommune
- Oswald Christensens Mindefond
- Ragnhild Bruuns Fond
- Personaleforeningen i Den Sociale Udviklingsfond
- Rotary Skovshoved
- Spejdernes Genbrug i Farum
- Steen Daugaards Fond
- Vallensbæk Kommune
- VKRs Familiefond
- Aalborg Kommune
- Aarhus Kommune
- Aase og Ejnar Danielsens Fond

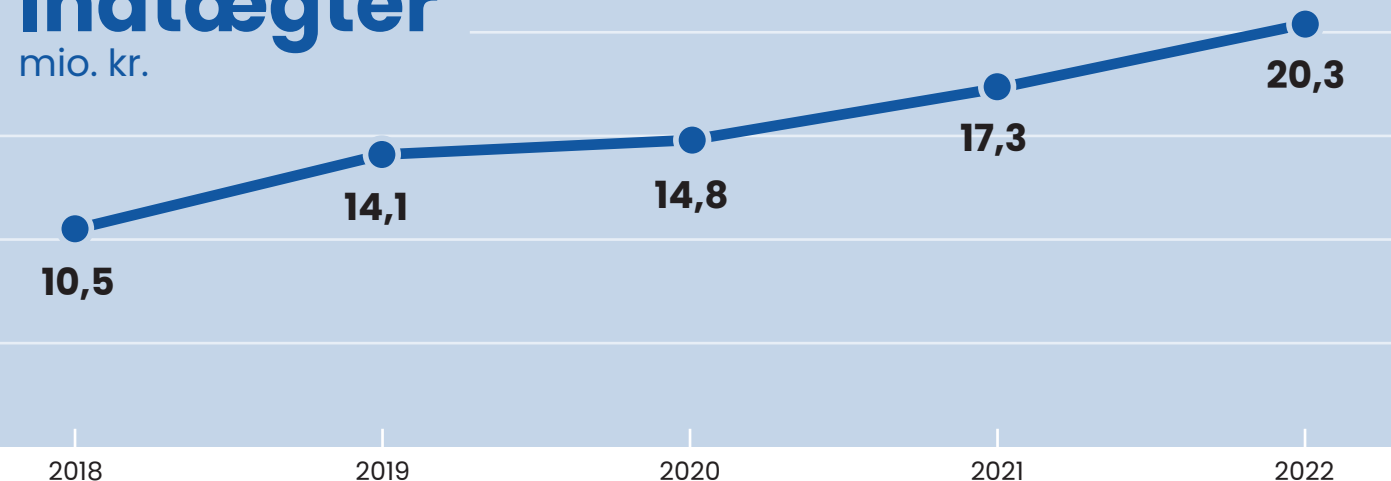
Vores økonomi

I 2022 har vi haft den højeste indtægt i foreningens historie, primært takket være støtte fra private fonde. Vores samlede indtægter i 2022 var **20,3 mio. kr.** Sammenlignet med 2021 er det en stigning på **17,9 %**. Årets resultat er et overskud på **36.334 kr.**

Medlemmer og støtter
Vi havde 1.269 medlemmer og 742 faste støtter ved udgangen af 2022.

Indtægter

mio. kr.



Udgifter

Gruppeterapi til spiseforstyrrelser	5.106.253
Forebyggelse	4.638.283
Rådgivningen	3.129.582
Kommunikation og fundraising	2.754.978
Administration	1.502.825
Støtte til unge med selvskade	1.042.276
Forskning og viden	945.592
Personaleudgifter	817.698
Andre aktiviteter	304.079
Totalt	20.241.566

Kolofon

Redaktør: Janne Bruvoll

Layout: Michael Werge

Forsidebillede: Mathias Rasmussen

Fotos: Mathias Rasmussen (side 4 og 9)

Christoffer Regild (side 2 og 3)

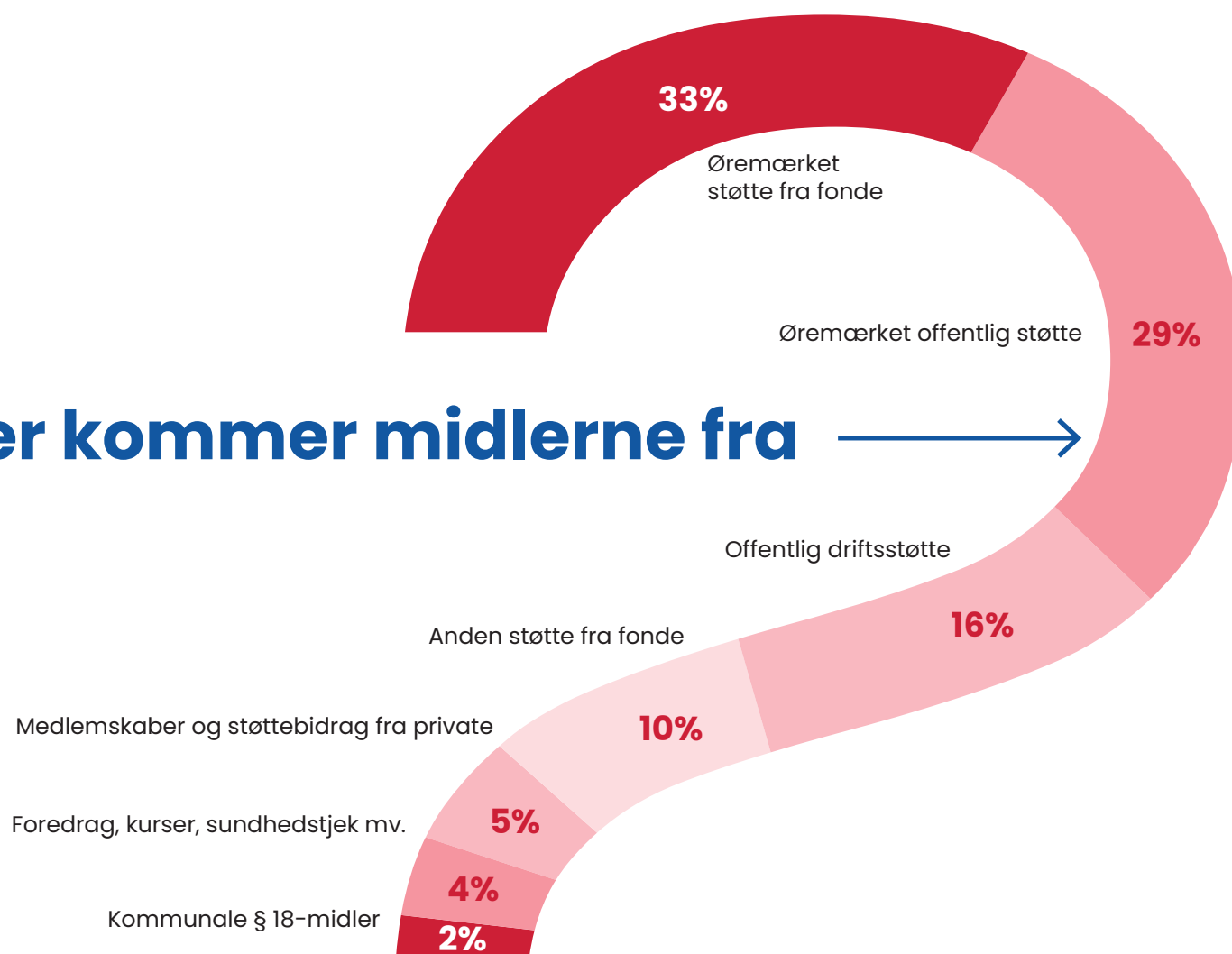
Allan Bjerreskov Jensen (side 5)

Privatfoto (side 8)

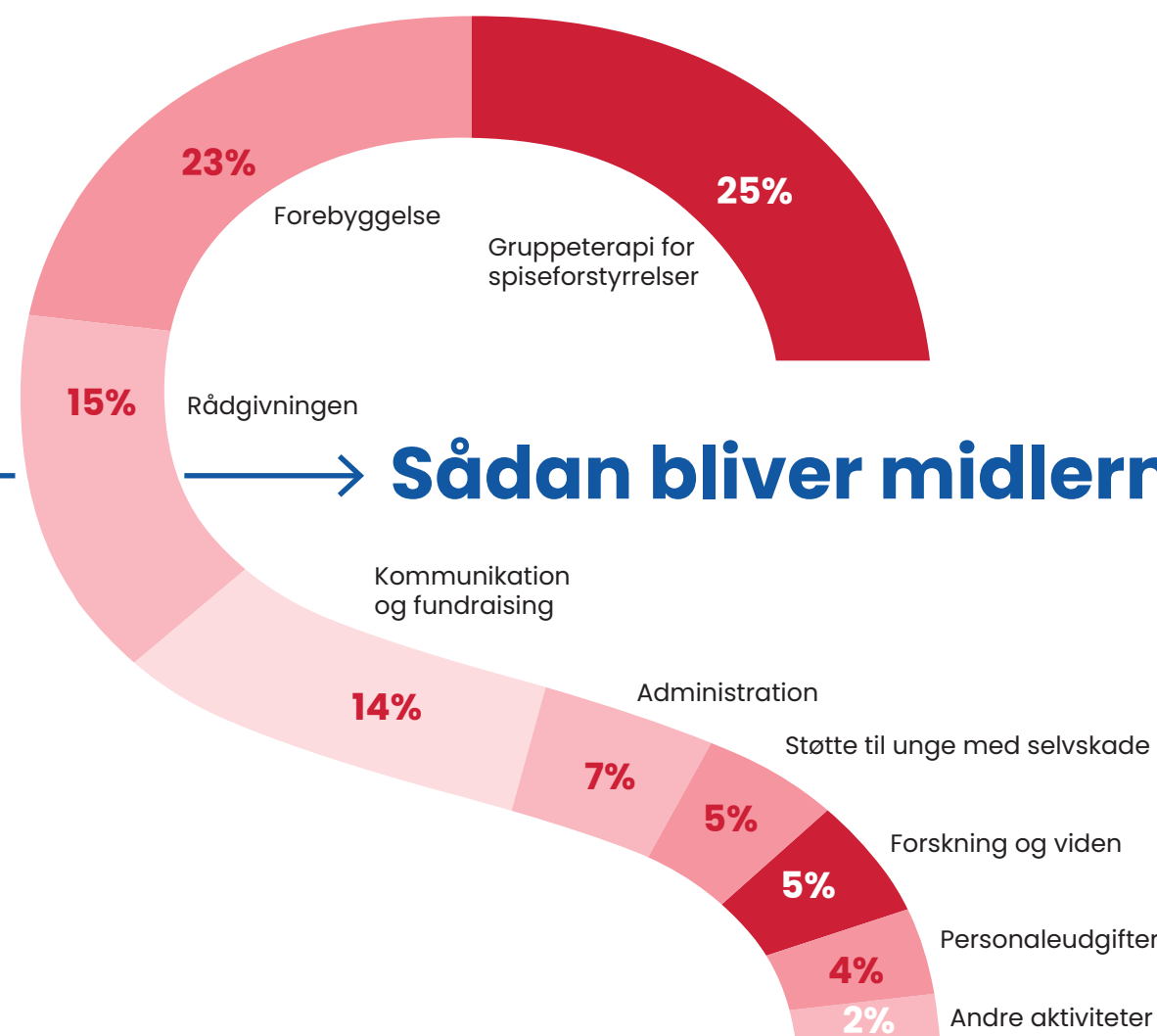
Kongehuset (side 12)

© 2023 Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade

Her kommer midlerne fra



Sådan bliver midlerne brugt





foreningen
**spiseforstyrrelser
&selvskade**



spiseforstyrrelse.dk



[@spiseforstyrrelserogselvskade](https://www.facebook.com/spiseforstyrrelserogselvskade)



[@spiseforstyrrelserogselvskade](https://www.instagram.com/spiseforstyrrelserogselvskade)



[linkedin.com/company/spiseforstyrrelserogselvskade/](https://www.linkedin.com/company/spiseforstyrrelserogselvskade/)



info@spiseforstyrrelse.dk