

Årsberetning 2025

REGION SJÆLLAND
MIDT- OG VESTSJÆLLANDS HOSPITAL
- vi er til for dig



Indhold

Borgernære tilbud

Rådgivning 2

Vidensformidling 3

Udviklingsarbejde i Psykiatrien

Recovery 4

Afstigmatisering 6

Peerstøtte 7

Brugerinddragelse 8

Samarbejde på tværs af sektorer

Recovery Højskolen og
Mennesker har brug for Mennesker 9

Forord

PsykInfo står bag borgernære tilbud som anonym rådgivning, arrangementer og vidensformidling. Vi arbejder med udviklingsindsatser som recoverystrategi, peerstøtte, bruger- og pårørende-panel, feedbackmøder, frivilligprojekter og den nationale indsats for afstigmatisering, EN AF OS. I det tværsektorielle samarbejde bidrager vi med undervisning og med at udvikle partnerskaber såsom Recovery Højskolen og Mennesker har brug for Mennesker. Alt sammen for at skabe konkret værdi for brugere og pårørende.

Recovery er det samlede begreb for de områder, PsykInfo arbejder med. Vi arbejder på grundlag af forskning og vores specialviden med at styrke recoveryorientering, peerstøtte, afstigmatisering og brugerinddragelse. Efter års fokuseret arbejde med disse vidensområder skiftede vi i 2025 navn til PsykInfo - Kompetencecenter for Recovery, da alt vores arbejde understøtter recovery i praksis.

Nuancer og forståelse for forskellige perspektiver er afgørende for at styrke recoveryorientering. Derfor har PsykInfos 15 medarbejdere mangefacetterede tværfaglige kompetencer fordelt på 10 forskellige fagligheder - for nogle kombineret med levede erfaringer. Til daglig bruger vi vores spidskompetencer i at rådgive, undervise, facilitere, koordinere, formidle og omsætte brugerindsigt og forskning til konkrete indsatser.

I denne årsberetning får du indblik i de væsentligste opgaver PsykInfo har løst i 2025. Jeg håber, at det skaber inspiration og interesse.



Anne Mette Billekop
Leder af PsykInfo - Kompetencecenter for Recovery

Rådgivning

I PsykInfos rådgivning tilbyder vi et anonymt sparringsrum, hvor alle er velkomne til at henvende sig med spørgsmål om psykisk lidelse, psykiatri og recovery.

PsykInfos rådgivning understøtter den enkelte i at finde håb, retning og handlemuligheder i bedringsprocessen. Når man kontakter PsykInfos rådgivning, møder man sundhedsfaglige rådgivere, der har tid til at lytte til den enkeltes oplevelser og historie. Det er ønskerne hos den, der henvender sig, der er styrende for samtalen.

Rådgiverne har lang erfaring med, hvad Psykiatrien kan hjælpe med, og hvornår hjælpen skal findes et andet sted. En rådgivning hos PsykInfo kan give nye perspektiver på hvilke veje, man kan gå for at komme nærmere den hverdag, man ønsker sig. De fleste hjælpes videre med en enkelt samtale, mens få vender tilbage med behov for mere sparring.

PsykInfos
rådgivningstilbud er
åbent i dagtimerne
på alle hverdage
– i alt 28 timer om ugen

Man kan få rådgivning
telefonisk, virtuelt eller
i PsykInfos lokaler
i Roskilde og Næstved

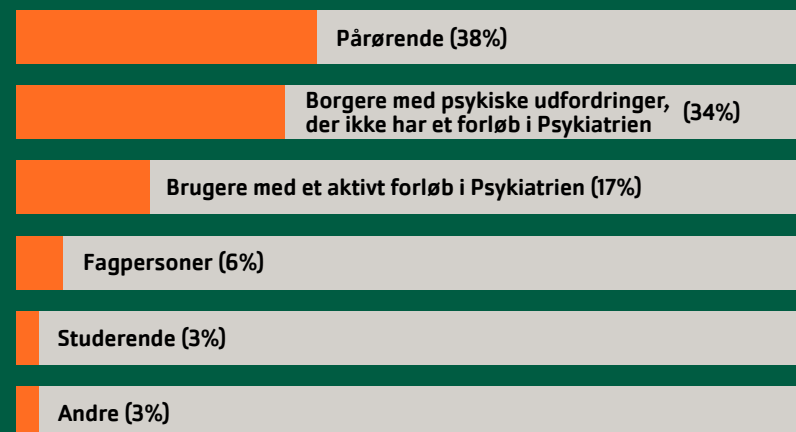


PsykInfos rådgivning i 2025

855 rådgivninger i 2025



Hvem har brugt rådgivningen?



Vidensformidling

Gennem borgernære, lettilgængelige tilbud formidler PsykInfo viden og erfaringer med psykisk lidelse, psykiatri og recovery for at skabe større åbenhed, understøtte håb og inspirere til den enkeltes recoveryproces.



Arrangementer

PsykInfo afholder gennem hele året arrangementer på biblioteker spredt udover hele regionen. Her kan alle deltage for at blive klogere på forskellige temaer formidlet af fagpersoner og mennesker med levede erfaringer. I 2025 afholdt vi **13 arrangementer**, hvor i alt **569 personer** deltog.

PsykInfo Talk

PsykInfo talks er 30 minutters samtaler med fagpersoner og EN AF OS ambassadører, der selv har oplevet at komme sig. Talks er tilgængelige for alle borgere på vores hjemmeside løbende gennem året. I 2025 sendte vi **11 talks**, som er blevet set af i alt **1032 personer**.



Podcast

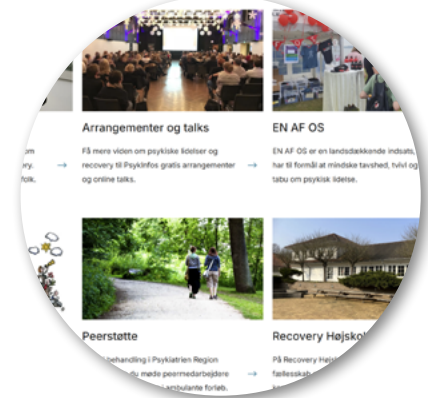
I 2025 havde PsykInfos podcast "Lad os tale om psykisk sygdom"

24.900 lyttere. Bag mikrofonen sidder mennesker, der har psykisk lidelse tæt inde på livet - nogle med egne erfaringer, andre som fagpersoner. Podcasten laves i samarbejde med PsykInfo Region Syddanmark – i år blev der udgivet 8 afsnit.



Hjemmeside

Vi har i 2025 haft fokus på at gøre PsykInfos hjemmeside til et vidensrum, hvor borgere kan få adgang til viden om psykisk lidelse og recovery gennem både tekst, video og lyd. I 2025 havde PsykInfos hjemmeside i alt **14.000 besøgende**.



Sociale medier

På Facebook orienterer vi løbende om PsykInfos tilbud og aktiviteter. I 2025 nåede vi op på **5.587 følgere** og vores indhold fik næsten **1 mio. visninger**. Fra i år kan man også følge PsykInfo på LinkedIn, hvor vi deler faglige indlæg om vores arbejde. Her har vi rundet vores første 200 følgere.



Recovery

Som Kompetencecenter for Recovery er PsykInfo med til at udvikle recoveryorienteret praksis i Psykiatrien.

PsykInfo bidrager til at realisere Psykiatriens recoverystrategi gennem undervisning og udvikling af konkrete redskaber, der kan styrke recoveryorientering i praksis, ligesom vi står bag evaluering, såsom Psykiatriens recoveryundersøgelse.

Kompetenceudvikling af Psykiatriens personale

I 2025 udviklede og opstartede PsykInfo et basiskursus i recoveryorientering i praksis og et recoverytrainerkursus, der bygger oven på basis. Kurserne er tilgængelige for alle medarbejdere og i år deltog i alt 121 medarbejdere på kurserne. Derudover underviste vi på Psykiatriens specialuddannelser.

Tværsæktoriel undervisning

PsykInfo tilbyder også undervisning i recovery og afstigmatisering på tværs af sektorer. Vi underviste i 2025 i somatikken, kommuner og på uddannelsesinstitutioner. Vores flerårige samarbejde med Forberedende Grunduddannelse om lærernes trivselsuddannelse blev afrundet i 2025.

Recoveryundersøgelsen 2025

Som en milepæl i evalueringsindsatsen i forhold til Psykiatriens Recoverystrategi blev årets Recoveryundersøgelse gennemført i uge 47. PsykInfo stod for distribution og indsamling af spørgeskemaer – primo 2026 har vi analyse af de indsamlede data klar.



Konkrete værktøjer i hverdagen

PsykInfo har i år hjulpet forskellige psykiatriske enheder med at udvikle konkrete redskaber, som fx magneter og puslespil, der kan understøtte det recoveryorienterede samarbejde med patienterne.



Patient- og pårørendemapper

I 2025 distribuerede PsykInfo 3660 patient- og pårørendemapper til de psykiatriske enheder med infomateriale og guides, der understøtter recovery.



Online univers om recovery til patienter og pårørende

Et af temaerne i Psykiatriens Recoverystrategi hedder ”Alle skal vide mere om recovery”. Derfor skabte PsykInfo i 2025 sammen med en arbejdsgruppe af klinikere og brugere et nyt online recovery-univers for patienter og pårørende på Psykiatriens hjemmeside.

På www.psykiatrienregsj.dk/recovery kan alle brugere nu gå på opdagelse i refleksions-øvelser, viden om CHIME og inspirerende personlige recoveryfortællinger.

Fra lanceringen i juli har siden haft **3.751 besøgende** i 2025.

CHIME beskriver fem elementer, der er vigtige for recovery.



PsykInfo bidrager til at skabe forskning

Ph.d.-studerende hos PsykInfo og SDU, Karina Stjernegaard, forsker i kliniske medarbejdere i psykiatrien, der selv har erfaringer med at være brugere af psykiatrien.

I 2025 fik Karina Stjernegaard udgivet den første videnskabelige artikel i ph.d. projektet, **“The Social Drama of Mental Health Professionals who are also Former Mental Health Service Users”**, ligesom hun i år bl.a. formidlede sin forskning i podcasten **“Velfærdsprofessionelle med brugererfaringer”**, på recovery-konferencen **“Refocus on Recovery”** i Nottingham, England og på konferencen **“7th Global Mental Health Summit”** i Cape Town, Sydafrika.



Afstigmatisering

PsyInfo driver det regionale arbejde med den landsdækkende indsats for afstigmatisering, EN AF OS. Også i 2025 har vi arbejdet på at nedbryde fordomme ved at formidle EN AF OS-ambassadørers personlige erfaringer med recovery og holde faglige oplæg om afstigmatisering.

EN AF OS-ambassadører er frivillige, der deler deres fortællinger om at komme sig fra psykisk lidelse. Formidlingen sker i oplæg, talks, podcasts, film og på åbne stande.

Ved udgangen af 2025 var der **41 EN AF OS-ambassadører** i Region Sjælland. Ambassadørerne var i år ude på **135 opgaver**, bl.a. med oplæg i Psykiatrien, somatikken, kommuner, hos politiet og på sundhedsfaglige uddannelser.



Fem nye ambassadører blev optaget og deltog i introkursus hos PsyInfo

Udvalgte EN AF OS-aktiviteter fra 2025



Årets EN AF OS-kalender havde fokus på håb



Nye film om brugererfaringer med psykisk lidelse og samtidigt forbrug af rusmidler



Deltagelse i Sundhedsstyrelsens indsatser, råd og følgegrupper på nationalt niveau



EN AF OS-stande på Folkemøde Møn, sundhedsdage m.fl.

Peerstøtte

PsykInfo understøtter peerstøtte i Psykiatrien med faglig viden, sparring, undervisning og udvikling af området.

Peermedarbejdere og pårørende-peermedarbejdere giver brugere og pårørende i Psykiatrien mulighed for at tale med en, der har bearbejdede erfaringer med at komme sig fra psykisk lidelse eller at være pårørende.

Peerevaluering offentliggjort

I 2025 offentliggjorde PsykInfo en omfattende evaluering af peerindsatsen i Psykiatrien Region Sjælland. Evalueringen peger på, at peerstøtte har stor værdi for både brugere og det tværfaglige samarbejde. Mere end 300 personer bidrog til evalueringen gennem interviews og spørgeskemaer, fordelt på brugere, kolleger, peermedarbejdere og ledere.

97% af brugerne

var **tilfredse eller meget tilfredse** med peersamtalen

77% af lederne og 68% af kolleger

oplevede i **høj eller meget høj grad**, at brugerne har gavn af peerstøtte



Find hele peer-evalueringen på:
www.psykiatrienregsj.dk/peers

Forbedringsarbejde i gang

Evalueringen peger også på, at der er forbedringspotentiale. Derfor udgav vi sammen med evalueringen en folder med forbedrings tiltag. I 2025 påbegyndte vi forbedringsarbejdet med fokus på styrkelse af peermedarbejdernes arbejdsvilkår, faglige udvikling, deltagelse i det tværfaglige samarbejde og udbredelse af viden om peerstøtte.

27 peermedarbejdere og 4 pårørende-peermedarbejdere er ansat til at støtte brugere og pårørende i Region Sjælland

Peerstøtte til børn og unge i Psykiatrien

I 2025 fik børn og unge udvalgte steder i Børne- og Ungdomspsykiatrien igen mulighed for at tale med en peermedarbejder med egne erfaringer fra psykiatrien. PsykInfo stod for et introduktionsforløb for de nye peermedarbejdere i Børne- og Ungdomspsykiatrien.

Podcast om peerstøtte

PsykInfo producerede podcasten **“Peerstøtte – Når erfaringer mødes”** i 2025, hvor kollegaerne Christina og Louise, der er hhv. peermedarbejder og klinisk sygeplejespecialist, sammen satte ord på, hvordan peerstøtte skaber værdi for både brugere og det tværfaglige samarbejde.



Brugerinddragelse

PsykInfo bidrager til at sikre, at inddragelse af brugere og pårørende er en naturlig del af udviklingsarbejdet i Psykiatrien.

PsykInfo er med til at drive Psykiatriens bruger- og pårørendepanel og faciliterer feedbackmøder mellem brugere og personale.

Bruger- og pårørendepanelet

I 2025 bestod panelet af 15 deltagere – 11 patienter og 4 pårørende. Hver deltager sidder max i en periode på tre år, og der afholdes fire faste møder om året. Herudover har deltagerne diverse ad-hoc opgaver. Deltagelsen er ulønnet.

Brugere og pårørendes erfaringer udgør vigtig viden, som kan kvalificere beslutningerne, der træffes i udviklingen af Psykiatrien. I 2025 kom bruger- og pårørendepanelet bl.a. med input til arbejdet med at nedbringe genindlæggelser, implementeringen af dobbelt-diagnosebehandlingen, etableringen af et kompetencecenter for selvmordsforebyggelse samt redskabet ”Fælles beslutningstagning” i Psykiatrien. I år har vi indført struktureret mødeforberedelse med faste formøder med brugerrepræsentanterne .



Illustration af Frits Ahlefeldt

Feedbackmøder

I 2025 blev 1-2 feedbackmøder afholdt i henholdsvis Psykiatrien Syd, Øst og Vest. Feedbackmødernes formål er at give plads til direkte feedback fra brugerne til personalet. De faciliteres af PsykInfo i samarbejde med lokale kvalitetsmedarbejdere.

Til feedbackmøderne deltager 4-6 brugere og omtrent lige så mange sundhedsprofessionelle.

I år tydeliggjorde feedbackmøderne bl.a. hvordan fællesskaber mellem patienterne kan have betydning, og hvor vigtigt det er at blive taget godt imod i en indlæggelse. Feedbackmøderne satte også gang i flere initiativer, hvor de deltagende enheder på forskellig vis vil arbejde med at dokumentere sammen med patienterne og med at øge tiden, der bruges sammen med patienterne.



Fotos og citater af
nuværende medlemmer af
bruger- og pårørendepanelet.
Materialet indgår i den
løbende indsats for at
rekruttere nye medlemmer
til panelet.

”Den viden jeg har fra at være patient, kan være med til at udvikle og forbedre Psykiatrien. Det betyder meget for mig.”

KOM MED I
BRUGER- OG PÅRØRENDEPANELET
OG GØR EN FORSKEL

LÆS MERE PÅ
WWW.REGIONSJÆLLAND.DK/BRUGERPANEL

”Som pårørende har jeg lært, at min stemme også er vigtig!”

KOM MED I
BRUGER- OG PÅRØRENDEPANELET
OG GØR EN FORSKEL

LÆS MERE PÅ
WWW.REGIONSJÆLLAND.DK/BRUGERPANEL

Samarbejde på tværs af sektorer

For at styrke recoveryprocesser hos mennesker med psykiske udfordringer, driver PsykInfo tilbud og udvikler projekter i brobyggende samarbejde med eksterne partnere på tværs af sektorer.

Recovery Højskolen

Recovery Højskolen er et tværsektorielt tilbud, hvor kommunerne sender grupper af borgere på fem dages højskoleophold om recovery tilrettelagt af PsykInfo. Efter opholdet fortsætter kommunerne grupperne, så vi sammen skaber et forløb, der understøtter borgernes recoveryproces.

Efter 10 år på Ubberup Højskole blev Recovery Højskolen i 2025 for første gang afholdt i nye rammer på Bosei Højskole. 100% tilfredshed i kursisternes evaluering viste, at Recovery Højskolen også virker i nye rammer.

Recovery Højskolen drives af en gruppe engagerede tutorer, der selv har bearbejdede erfaringer med recoveryprocesser, sammen med en tovholder og undervisere fra PsykInfo.

” Opholdet har virkelig givet mig en ny form for håb og drømme.

Citat fra en kursist
på Recovery Højskolen

Recovery Højskolen
blev afholdt
én gang i 2025
med i alt 32 borgere
fra 5 kommuner

Mennesker har brug for Mennesker

Gennem de seneste tre år har partnerskabet ”Mennesker har brug for Mennesker” udviklet en tværsektoriel ligeværdig samarbejdsmodel, der skaber håb, trivsel og recovery gennem adgang til meningsfulde havefællesskaber for mennesker med psykisk lidelse.

Partnerskabet underskrev i 2025 en aftale om at forankre samarbejdsmodellen i Sct. Hans Have i Roskilde i fremtiden. Parterne puljer deres ressourcer, så medarbejdere følger deltagere ud i haven året rundt og skaber tryghed i deres recoveryproces. Denne solide samarbejdsmodel spredes nu til andre haver. Partnerskabets projektleder er ansat hos PsykInfo og udviklingsfasen er finansieret af VELUX FONDEN.



Deltagere, frivillige og medarbejdere fra partnerskabet deltog i år i Folkemøde Bornholm for at fortælle om værdien af havefællesskaber udviklet gennem metoden Relationel Koordinering.

Haveaktivitet er også en del af behandlingen i Psykiatrien i Slagelse, hvor der er ansat en tværgående ’spirekonsulent’, der følger patienter ud i have- og naturaktivitet.

PSYKINFO

Kompetencecenter for Recovery

Farimagvej 40
4700 Næstved

Københavnsvej 26F, 1.
4000 Roskilde

Telefon

70 25 02 60

E-mail

psykinfo@regionsjaelland.dk

Web

www.regionsjaelland.dk/psykinfo

Facebook

www.facebook.com/psykinfosjaelland

LinkedIn

[www.linkedin.com/company/
psykinfo-kompetencecenter-recovery-regsj](http://www.linkedin.com/company/psykinfo-kompetencecenter-recovery-regsj)

