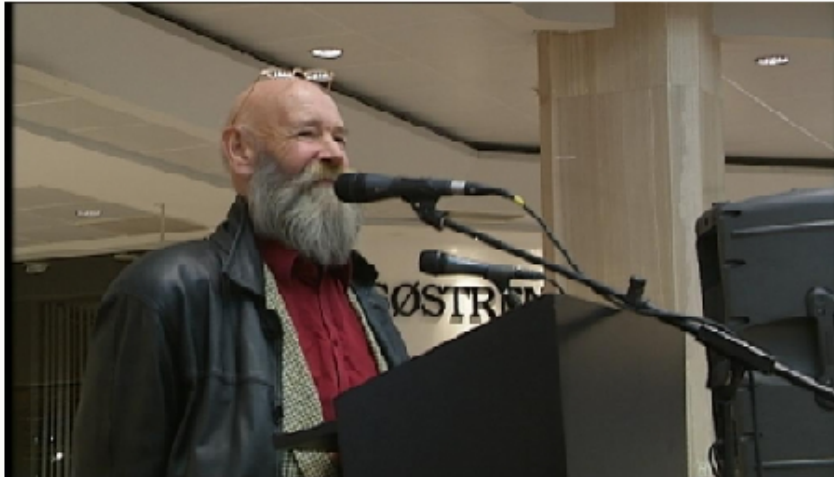


## Fáum fólk úr skugganum og inn í ljósið



Það verða engin venjuleg ræðuhöld í Kringlunni í dag. Í morgun hófst svokallað geðmaraþon í tilefni af 35 ára afmæli Geðhjálp. Anna Gunnhildur Ólafsdóttir framkvæmdastjóri Geðhjálp segir mikilvægt að draga fólk úr skugganum og inn í ljósið. Það verði að eyða fordómum.

### Fjölmargir ræðumenn taka til máls

Í tilefni afmælisins verður haldið svokallað geðmaraþon þar sem stíga á stökk ræðumenn úr ýmsum áttum, bæði fólk með geðraskanir, fagfólk og aðstandendur geðveikra og fjölmargir aðrir. Alls er gert ráð fyrir að hátt í 50 manns taki til máls. Eyjólfu P Kolbeins var fyrsti ræðumaður. Hann rifjaði upp reynslu sína af baráttunni við þunglyndi eitt haustið.

*"Og það var farið að hausta, það var komið fram í ágúst en ég var lærður smiður og með hjálp fagfólksins þá náði ég góðum bata og fór aftur út á almennan vinnumarkað og var að vinna í Húsamiðjunni, í trésmiðjunni í Húsasmiðjunni og það gekk alveg rosalega vel. Þeir gerðu alveg rosalega vel við mig."*

### Hversvegna Kringlan?

Hversvegna velja skipuleggjendur að halda geðmaraþonið í Kringlunni? Anna Gunnhildur framkvæmdastjóri segir að markmiðið sé að efla samtalið í samfélaginu um geðheilbrigðismál.

*"Af því að markmiðið okkar er að ná þessu samtali, markmiðið okkar er að minnka fordóma og það gerum við með því að leiða fólk saman eins og við erum að gera í Kringlunni í dag. Við viljum leiða þennan hóp út úr skugganum og inn í ljósið. Þetta er hópur sem á undir högg að sækja og þetta er hópur sem verður fyrir hvað mestum fordómum í samfélaginu og mismunun. Og þessu viljum við breyta."*

### Geðveiki er ekkert öðruvísi en aðrir sjúkdómar

*"Fólk kannski áttar sig ekki á því að 40% allra öryrkja eru öryrkjar vegna geðrænna erfiðleika að hluta til. Og 25% af öllu fólki á Vesturlöndum hefur einhvertímann upplifað þessa tilfinningu að vera með geðröskun. Þá er ég að tala um fæðingarþunglyndi, fólk missir vinnuna eða jafnvel aðstandanda. En fólk kemst upp úr því og það veit hvernig tilfinning það er. Við viljum fá þetta fólk til að hjálpa þessum hópi og sjálfu sér og samfélaginu því það sem mestu máli skiptir er að virkja fólk þannig að allir fái að njóta sín og blómstra. Þannig verðum við miklu skemmtilegra og sterkara samfélag." Segir Anna Gunnhildur.*

Þess má geta að klukkan fimm verður á boðstólum risastór afmælisterta og tónlistaratriði þar sem Ellen Kristjánsdóttir syngur.