



Ársskýrsla 2025



Svava Arnardóttir, formaður

Hugleiðingar formanns

Síðastliðið ár hefur verið viðburðaríkt, fullt af mikilvægum verkefnum, samtölum og mannréttindabaráttu. Leiðarljós okkar í Geðhjálpar er hlutverk landssamtakanna; ***að standa vörð um og rækta geðheilsu Íslendinga.***

Á nýliðnu ári héldum við ráðstefnuna Þörf fyrir samfélagsbreytingar í annað sinn. Þangað komu saman fólk með persónulega reynslu af andlegum áskorunum, aðstandendur, fagfólk, aðgerðasinnar á sviði mannréttinda og önnur sem sjá ástæðu til að kynna sér fjölbreyttar leiðir til að takast á við rætur vandans. Við teljum andlega vanlíðan vera birtingarmynd flókans samspils einstaklings, umhverfis í viðum skilningi, menningar og alls þess sem á daga okkar hefur drifið. Þar má meðal annars nefna áhrif áfalla, langvarandi álags, ofbeldis, eineltis, jaðarsetningar, fátæktar og margþættrar mismununar. Vandinn er ekki bundinn við einstaklinginn og það er ólíðandi að helstu inngríp snúi að því að við þurfum að breyta hegðun og læra nýjar leiðir til að þrauka við annars óbreyttar aðstæður.

Við höfum skrifað fjölmargar umsagnir, verið álitsgjafar og tekið virkan þátt í ýmis konar nefndarvinnu sem snýr að málefnum fólks með persónulega reynslu af andlegum áskorunum. Eitt af verkefnum ársins var samstarf Geðhjálpar við ÖBÍ, Landssamtökin Þroskahjálpar og Umhyggju við skuggaskýrsluvinnu tengt innleiðingu og framkvæmd á samningi Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks. Það er mikilvægt að láta rödd okkar heyrast, og ekki síður nýta sameiginlega krafta okkar til að ná fram breytingum til hins betra.

Fjöldi fólks styður Geðhjálpar fjárhagslega og gerir okkur kleift að fjármagna hugsjónastarfið. Án þessa hefðum við ekki getað farið hringferð um landið (Geðlestin), haldið ráðstefnuna sem ég nefndi hér í upphafi, fjármagnað rannsókn sem metur fordóma Íslendinga er snúa að andlegum áskorunum, né boðið upp á 13 daga námskeið í gagnlegum aðferðum sem snúa að röddum, sýnum og öðrum óhefðbundnum upplifunum, svo fátt eitt sé nefnt. Stuðningur ykkar er ómetanlegur liður í því að rækta og standa vörð um geðheilsu landsmanna.

Stjórn sameinaðist um eitt yfirmarkmið í stefnu og markmiðasetningu sinni: að undirbúa og stofna skjólshús. Skjólshús er athvarf fyrir fólk í tilfinningalegri krísu vegna andlegra áskorana. Þar verður hægt að dvelja í allt að tvær vikur án endurgjalds, og allt starfsfólk hússins verða þjálfaðir jafningjar með persónulega reynslu af andlegum áskorunum. Undir lok árs 2025 tókst okkur að undirrita samning Geðhjálpar við félags- og húsnæðismálaráðuneyti og heilbrigðisráðuneyti um að setja á legg skjólshús sem tilraunaverkefni til þriggja ára. Þvílíkur áfangasigur og langþráður draumur margra okkar!

Mig langar að þakka stjórn og starfsfólki Geðhjálpar fyrir samstarfið, stuðninginn og hugsjónina. Ég þakka jafnframt öllum liðsherjum og stuðningsfólki Geðhjálpar - án ykkar væri þetta ekki hægt. Við höldum ótraud áfram, í þágu okkar allra og fyrir tilstilli ykkar.

Svava Arnardóttir, formaður



Landssamtökin Geðhjálp 2025

Geðhjálpar eru frjáls félagasamtök fólks sem býr við geðrænar áskoranir, aðstandenda þeirra, fagfólks og áhugafólks um bættan hag fólks með geðraskanir og geðfötlun. Markmið samtakanna er að stuðla að umbótum í geðheilbrigðisþjónustu og vinna að bættum hag fólks með geðrænar áskoranir, barna, fullorðinna, og aðstandenda þeirra. Stofnfundur Geðhjálpar var haldinn þann 9. október árið 1979 og var því árið 2025 fertugasta og sjötta starfsár samtakanna.

Um starfsemi Geðhjálpar fer samkvæmt lögum samtakanna, t.a.m. um árlegan aðalfund, hlutverk stjórnar og framkvæmdastjóra. Félagar í Geðhjálpar eru tæplega 8.000 talsins, um 600 hefðbundnir félagar og 7.400 mánaðarlegir styrktarfélagar með full félagaréttindi. Aðalfundur Geðhjálpar var haldinn samkvæmt hefðbundinni aðalfundardagskrá þann 21. mars 2025. Eftirfarandi sex fulltrúar auk formanns og tveggja varamanna skipuðu aðalstjórn samtakanna eftir fundinn:



Stjórn Geðhjálpar 2025 til 2026

Svava Arnardóttir, formaður

Elín Ebba Ásmundsdóttir, varaformaður

Sigmar Þór Ármannsson, gjaldkeri

Sigurborg Sveinsdóttir, ritari

Birgir Páll Hjartarson

Guðrún Þórsdóttir

Jón Ari Arason

Í varastjórn

Sigrún Sigurðardóttir

Hallgrímur Hrafnsson

Starfsfólk samtakanna

Svava Arnardóttir, formaður

Grímur Atlason, framkvæmdastjóri

Guðný Guðmundsdóttir, markaðs- og kynningarmál

Helga Arnardóttir, ráðgjafi

Kremena Demireva, ræstingar

Erla Rut Mathiesen, verkefnastjóri frá 1. janúar til 30. maí

Stefna Geðhjálpar 2025 til 2026

Á vormánuðum 2019 leitaði þáverandi stjórn Geðhjálpar til Capacent í tengslum við stefnumótun fyrir 2020 til 2022. Horft var til þessara verkefna þegar verkefni voru valin og miðað að því að fylgja henni í daglegum verkefnum samtakanna. Í kjölfar aðalfundar 2025 var stefnan endurskoðuð og er í gildi.

Hlutverk

Að standa vörð um rækta geðheilsu Íslendinga.

Gildi

Mannvirðing Samtökin standa með notendum og aðstandendum, þeim sé ávallt sýnd virðing og séu hvorki beittir nauðung né ofbeldi.

Hugrekki Samtökin taka forystu í umfjöllun um geðheilbrigðismál og í umræðum um erfið og viðkvæm málefni.

Samhygð Samtökin setja sig í spor ólíkra einstaklinga í þágu almannaheilla.

Framtíðarsýn

Með því að stuðla að mannréttindum, efla fræðslu og veita vandaða ráðgjöf af virðingu höfum við ræktað geðheilsu Íslendinga.

Árið 2025 í starfi Geðhjálpar

Árið var eins og flest önnur ár í starfsemi samtakanna einkar viðburðarríkt og fjölmargt á dagskrá. Kjarnastarfsemi Geðhjálpar er á sviði ráðgjafar, hagsmunagæslu, fræðslu- og þekkingaruppbyggingar og síðast en ekki síst innra starfs. Hér á eftir verður gerð frekari grein fyrir starfsemi hvers meginviðs.

Ráðgjöf

Helga Arnardóttir sinnti ráðgjöf á skrifstofu samtakanna. Auk þess var veitt lögfræðiráðgjöf í nokkrum erindum og var leitað til Odds Ástráðssonar lögmanns hjá Rétti mállutningi og ráðgjöf með þau verkefni. Jafnframt veitti starfsfólk einstaklingum, fyrirtækjum og stofnunum ráðgjöf á árinu. Einnig var boðið upp á fjarfundarsamtöl og margir nýttu sér þann möguleika.

Samtals komu 249 einstaklingar í ráðgjöf til ráðgjafa Geðhjálpar árið 2025. Auk þess leituðu 74 einstaklingar til framkvæmdastjóra og annarra starfsmanna í ráðgjöf. Samtals leituðu því 323 einstaklingar eftir ráðgjöf á skrifstofu samtakanna. Af þeim sem leituðu eftir ráðgjöf voru 66% konur, 33% karlar og 0,7% annað. Flest sem leituðu til samtakanna voru í aldurshópnum 40 til 49 ára eða um 27%, því næst 30 til 39 ára 18%, 18 til 29 ára voru um 17% þeirra sem komu og 50 til 59 ára 14%. Um 40% þeirra sem komu voru aðstandendur einstaklinga með geðrænan vanda og vildu þau oftast fá upplýsingar um hvaða úrræði væru í boði fyrir þeirra aðstandendur og fá ráð um hvernig hægt væri að styðja sem best við ástvin með geðrænan vanda. 60% þeirra sem komu í ráðgjöf voru sjálf að glíma við vanlíðan og/eða geðrænan vanda og vildu fá ráðgjöf um úrræði og leiðir til að vinna í eigin bata.

Flest sem koma mæta í eitt viðtal en það er þó nokkur hópur sem mætir oft en einu sinni og oft en tvisvar. Það er vert að taka það fram að ekki er um hefðbundna meðferð að ræða heldur ráðgjöf.

Starfsfólk Geðhjálpar tók að auki á móti fjölmörgum símtölum í hverri viku þar sem einstaklingar, fyrirtæki og stofnanir voru að óska eftir ráðgjöf og/eða leita eftir upplýsingum um margskonar mál.

Hagsmunagæsla

Frá stofnun Geðhjálpar hefur hagsmunagæsla verið einn af hornsteinum starfseminnar. Hún skiptist í hagsmunagæslu einstaklinga annars vegar og almenna hagsmunagæslu hins vegar. Talsvert af þeim erindum sem til samtakanna berast er vegna einstaklinga sem eru að leita réttar síns gagnvart opinberum aðilum og/eða einka- og félagageiranum. Almenn hagsmunagæsla snýr að umsögnum um lagafrumvörp og þingsályktunartillögur, opinberri stefnumótun, skýrslugjöf og frumkvæði að og þátttöku í opinberri umræðu. Fulltrúar Geðhjálpar sitja á hverjum tíma í vinnuhópum og samráðshópum á vegum hins opinbera. Þessum hópum fjölgaði talsvert á árinu og sátu fulltrúar samtakanna í um 20 hópum og nefndum á vegum hins opinbera.

Geðhjálp sendi frá sér umsagnir um nokkur lagafrumvörp og þingsályktunartillögur til stjórnvalda. Auk þess var skrifuðu samtökin nokkur bréf til stjórnvalda og stofnanna.

Hér á eftir er birtur úrdráttur úr því helsta sem Geðhjálpar sendi frá sér á árinu í tímaröð:

4. mars

Umsögn Landssamtakanna Geðhjálpar um drög að aðgerðaáætlun til að fækka sjálfsvígum á Íslandi fyrir árin 2025

Landssamtökin Geðhjálpar fagna því að ráðist hafi verið í gerð þessarar áætlunar og bjóða fram áframhaldandi krafta samtakanna og samstarf við frekari útfærslur og innleiðingu. Það er mikilvægt taka það fram að aðgerðaráætlanir í geðheilbrigðismálum hafa sl. ár verið með þeim hætti að aðeins um 10% þeirra aðgerða sem þar hafa verið settar fram hafa verið fjármagnaðar. Síðasta aðgerðaráætlun til að draga úr sjálfsvígum er þar ekki undanskilin.

Geðhjálpar tekur líka undir umsögn Píetasamtakanna þar sem segir að ekki leiti öll til heilbrigðisstofnana eftir sjálfsvígstilraun og því er vandséð hvernig eigi að halda utan um tölfræðina þessu tengt ef eingöngu er horft til gagna heilbrigðisstofnana.

Að lokum minnir Geðhjálpar á 9 aðgerðir til að setja geðheilbrigðismál í forgang (www.39.is) og horfa til þess að vera fyrir ofan flossinn í stað þess að fást nær eingöngu við einkenni en ekki orsakir þegar kemur að geðheilbrigðismálum.

7. apríl

Efla á forvarnir og setja börn í öndvegi með 5,7 milljarða niðurskurði

Það hefur legið fyrir í áraraddir að heilbrigðiskerfið á Íslandi hefur verið vanfjármagnað og geðheilbrigðiskerfið alveg sérstaklega. Þessi staða er ekki vegna óheppni eða tilviljunar. Þetta er ákvörðun okkar sem samfélags. Afleiðingarnar af fjársveldi geðheilbrigðiskerfisins blasa við. Viðvörðunarljósín hafa blikkað í mörg ár. Skortur á fagmenntuðu starfsfólki, langir biðlistar, skortur á úrræðum, takmörkuð 1. stigs þjónusta (samfélagsgeðþjónusta) og einsleit 3. stigs þjónusta (spítali), skortur á þjónustu við börn, áhugaleysi fagmenntaðs fólks á að sérhæfa sig á sviðinu, mönnunarvandi, þjónustuskortur heilt yfir, fjöldi alvarlegra atvika, skortur á framþróun og aukin geðlyfjanotkun allra aldurshópa og þá sérstaklega meðal barna og ungs fólks. Fjármálaáætlun til ársins 2030 er ekki svarið sem vanfjármagnað geðheilbrigðiskerfið þurfti. Það þarf að skrifa þessa áætlun aftur og forgangsraða upp á nýtt.

14. apríl

Geðheilbrigðisþjónusta og fiskur — er einhver tenging?

Hefðbundin geðheilbrigðisþjónusta hefur um áratuga skeið aðeins nýtt fiskiflökin. Einstaklingar með reynslu, sem ekki hafa verið sátt við hefðbundnar aðferðir, hafa þurft að leita annað. Þeir hafa nú margir hverjir menntað sig í nálgun jafningastuðnings og hafa reynst öðrum, sem standa í sömu sporum og þeir gerðu, betur en hin hefðbundna hugsun kerfisins til þessa hefur boðið upp á.

Þeir eru farnir að vinna roðið, þeir eru farnir að bjóða upp á grillaðan humar — þeir eru verðmætin sem eru beint fyrir framan nefið á okkur!

7. maí

Meistaragráða í lífsreynslu

Fólk með geðrænar áskoranir, fíknivanda og/eða þeir sem hafa afplánað dóm o.m.fl. eyja nú von um að taka þátt á vinnumarkaði þar sem lífsreynsla þeirra er verðmætið. Fjölga þarf svo um munar jafningjastarfsmönnum í félags- og heilbrigðisgeiranum sem hafa t.d. þekkingu á því hvar brotalamirnar eru í kerfinu til að fyrirbyggja að vandinn verði þannig að dýra sérfræðiþjónusta þurfi til. Nú er spurning hver næstu skrefin verða varðandi menntunar- og atvinnutækifæri hér á landi til að hlúa að þessari nýju starfsstétt. Er vinnumarkaðurinn, bæði hinn opinberi og einkageirinn, reiðubúinn til að taka fagnandi á móti reynsluríku fólki í hlutastörf? Góð áform renna út í sandinn ef þeim verður ekki fylgt eftir.

19. maí

Að vera manneskja

Ert þú í tengingu við hvað skiptir þig máli í lífinu? Færð þú svigrúm til að vera – skynja, upplifa, tengjast og tilheyra sem mannvera? Þetta er lykilatriði fyrir okkur öll sem einstaklingar. Ég vona að skrifin verði okkur hvatning til að veita þessum atriðum meiri athygli í eigin lífi.

Það er þó ekki nóg að beina ábyrgðinni áfram á einstaklinginn til að huga að sinni geðheilsu. Ráðstefnan var skýrt ákall um samfélagsbreytingar sem myndu gera okkur öllum frekar kleift að lifa og dafna við góða geðheilsu. Við þurfum fjölbreytt úrræði sem henta ólíku fólki, mannúðlega, virðingarríka nálgun og opna umræðu um rætur vandans.

10. júní

Umsögn Geðhjálpur við Allsherjarúttekt á stöðu mannréttindamála

Allt eru þetta góð fyrirheit en því miður fylgja þessum áherslum afar takmarkaðir fjármunir og í raun niðurskurður. Það er ljóst að áralöng vanræksla málaflokksins verður ekki leiðrétt á nokkrum mánuðum enda innviðaskuldin mjög stór en málaflokkurinn hefði þurft miklu afgerandi viðbragð frá stjórnvöldum. Raunveruleiki næstu ára hvað varðar aðgerðir tengdum geðheilsu barna fylgir ekki hinum fögru fyrirheitum. Hvað varðar að efla aðgengi barna og ungmenna að íþróttum, listum og frístundastarfi að þá er dregið úr framlögum til málaflokksins um 3,5 ma.kr. á tímabilinu. Sóknin í málefnum barna og áherslan á bætt umhverfi í þeirra er verðlögð með sparnaði upp á 1,5 ma.kr. Það á einnig að efla forvarnir með því að draga úr framlögum til málaflokksins um 700 m.kr. á tímabilinu. Það segir sig sjálft að aðgengi verður ekki aukið, umhverfi barna verður ekki bætt og forvarnir ekki efldar með tæplega 10% niðurskurði fjármagns.

Vissulega er það jákvætt og til eftirbreytni að Ísland kjósi að svara langflestum þeirra tilmæla sem stjórnvöldum berast. Gera verður þá kröfu að svörin séu í samræmi við raunverulega stöðu en ekki lýsing á einhverju sem ekki er á döfinni.

26. júní

Börn eru hvorki veiðigjöld né öryggis- og varnarmál

Við getum ekki lengur reynt að lyfja okkur frá þessum vanda eða sópa honum undir teppið með því t.d. að senda börn á einkareknar stofnanir sem fá falleinkunn þá sjaldan eftirliti er sinnt. Með því erum við í besta falli að fresta vanda en líklega að auka hann verulega með tilheyrandi harmi og gríðarlegu fjárhagslegu tjóni fyrir samfélagið. Föllum því fyrir ofan fossinn í stað þess að halda áfram á þessari leið. Einbeitum okkur að orsökunum – við gætum t.d. byrjað á þessu:

- Setjumst niður og gerum sáttmála um það að leiðrétta innviðaskuld okkar við börn og velferðarkerfið almennt.
- Styðjum verðandi foreldra og fræðum alla meðgönguna. Styðjum þau áfram eftir fæðingu barns.
- Gerum foreldrum efnahagslega kleift að vera með barni sínu fyrstu tvö árin.
- Afstofnanavæðum æskuna og setjum þarfir fjölskyldna í öndvegi í stað atvinnulífsins.
- Stokkum upp öll skólastig barna- og ungmenna með áherslu á þarfir barna og þroska.
- Endurskoðum hlutverk skóla, færum ábyrgð á uppeldi aftur til foreldra og drögum þannig úr útivistun æskunnar og uppeldis barna.
- Hverfum frá sjónarmiðum einstaklingshyggju þegar kemur að búsetu og setjum áherslu á samveru með t.d. kynslóðabúsetukostum.
- Stokkum upp í félags- og heilbrigðiskerfinu þannig að batamiðuðum úrræðum fjölgi en óskilvirkar og einkennamiðaðar lausnir verði lagðar á hilluna.
- Endurskoðum verðmætamat samfélagsins og áttum okkur á því að hagvöxtur er vondur mælikvarði á velgengni okkar.
- Gerum nýja fjármálaáætlun þar sem það verður heilög skylda okkar að vernda börn.

10. júlí

Í 1.129 daga hefur Alþingi hunsað jaðarsettasta hóp samfélagsins

Forsætisráðherra fól velferðarnefnd þá um sumarið að ljúka málinu og leggja fyrir þingið til samþykktar. Síðan eru liðnir 1.129 dagar og þetta mál hefur enn ekki fengið afgreiðslu úr velferðarnefnd. Landssamtökin Geðhjálp og Þroskahjálp hafa ítrekað sent inn fyrirspurnir á forsætisráðuneytið, velferðarnefnd og þingflokksformenn allra flokka þingsins til að reka á eftir málinu en ekkert hefur til rannsóknarnefndarinnar spurst.

20. ágúst

Umsögn Landssamtakanna Geðhjalpar og Þroskahjalpar: Áform um lagabreytingu til laga um öryggisráðstafanir samkvæmt dómsúrlausn

Við erum öll með geðheilsu rétt eins og við erum með hjarta. Setjum geðheilsu í forgang og réttum af kúrsinn. Umfang geðheilsutengdra verkefna innan heilbrigðiskerfisins er um 25-30% en fjármagnið sem rennur til þessara verkefna er samkvæmt úttekt Ríkisendurskoðunar um 4,7%. Með því að fjársvelta kerfið erum við að brjóta á mannréttindum fólks og draga úr möguleikum þess til að lifa góðu og innihaldsríku lífi. Það er kominn tími til að við tökum af skarið og stígum inni í 21. öldina.

11. september

Ísland verður að tryggja mannréttindi fatlaðs fólks

Samtökin telja mikilvægt að samningur Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks verði lögfestur. Jafnframt telja samtökin að fullgilda eigi valfrjálsa bókun við samninginn sem er mikilvægt til að tryggja rétta framkvæmd á honum.

Samningur Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks snýst um mannréttindi. Um sjálfstæði, jafnrétti og virðingu. Nú er kominn tími til að Ísland standi við skuldbindingar sínar í verki og tryggi réttindi fatlaðs fólks.

14. september

Raddir, sýnir og aðrar óhefðbundnar skynjanir

Alþjóðlegur dagur raddheyrara og allra þeirra sem eiga óhefðbundnar upplifanir er dagur vitundarvakningu þar sem við heyrum frá fólki með lifaða reynslu af málefnum. Við skorum á fordóma, reynum að auka skilning almennings og fögnum fjölbreytileikanum. Við viljum geta talað um óhefðbundnar upplifanir án þess að vera þvinguð, dæmd, skammast okkar eða óttast viðbrögð annarra. Opnum umræðuna, verum óhrædd við að sýna áhuga og leitumst við að skilja hvert annað. Nálgumst þessar óhefðbundnu upplifanir af opnum hug og af einskærri forvitni.

19. september

Geðheilbrigði er mannréttindamál

Geðheilbrigði snýst um mannréttindi. Góð geð heilsa er hluti af réttinum til heilsu almennt. Fólk sem tekst á við andlegar áskoranir á rétt á vernd gegn mismunun, nauðung, þvingun og annarri vanvirðandi “meðferð”. Sameinuðu þjóðirnar og Mannréttindaráð SP hafa ítrekað bent á að geðheilbrigðisþjónusta eigi að byggjast á mannréttindalegum grunni. Hún stuðlar að betri og árangursríkari geðheilbrigðisþjónustu. Það þarf að hlusta á raddir einstaklinga með persónulega reynslu af áskorunum. Við erum margbreytilegur hópur með ólíkar þarfir. Við þurfum marga valmöguleika, upplýsingar og krefjumst mannvirðingar.

20. september

Völd og bati í íslenska geðheilbrigðiskerfinu

Raunverulega batahvetjandi geðheilbrigðisþjónusta rúmar fjölmarga val möguleika, nægan tíma til sjálfsvinnu, einstaklingsbundna og heilðræna nálgun þar sem unnið er með ólíka þætti í samspili við umhverfi og menningu. Slík geðheilbrigðisþjónusta væri mun vænlegri kostur en núverandi þjónusta svo að fleiri nái bata. Fjöldi valmöguleika býðst til að jafna valdahlutföllin milli fagaðila og einstaklinga en notkun þeirra krefst talsverðrar hugarfarsbreytingar. Upphaf þessa er að horfa gagnrýnum augum á núverandi kerfi og leyfa okkur að skora viðteknar venjur og ríkjandi menningu á hölm í geðheilbrigðiskerfinu.

1. október

Umsögn um fjárlagafrumvarp 2026

Í maí sl. kynnti ríkisstjórn Danmerkur og allir flokkar á danska þinginu sameiginlega fullfjármagnaða 10 ára áætlun í geðheilbrigðismálum. Áætlunin er niðurstaða ítarlegrar greiningarvinnu á öllu kerfinu og þjónustu við alla aldurshópa á öllum stjórnsýslustigum. Ólíkt íslenskum aðgerðaráætlunum í geðheilbrigðismálum, sem Alþingi samþykkir reglulega hvar aðeins 10% aðgerða eru fjármagnaðar, fylgir fjármagn þessari dönsku áætlun. Framlög til geðheilbrigðismála í Danmörku munu aukast árlega um 19,2 milljarða eða um 35%. Í ár gera Danir ráð fyrir að setja 278 milljarða í málaflokkinn, sem heimfært á fólksfjölda á Íslandi, er rétt um 19 milljarðar. Til samanburðar, sýna tölur fengnar í skýrslu Ríkisendurskoðunar 2022, að áætla má að framlög til geðheilbrigðismála verði um 12,7 milljarðar á Íslandi í ár. Þetta þýðir að í ár eru framlög til málaflokksins 54% hærri í Danmörku en hér og verða 79% hærri árið 2030 ef Ísland heldur áfram hækka framlög til málaflokksins aðeins um hluta hækkunar vísitölu neysluverðs. Miðað við smæð Íslands ættu framlög til geðheilbrigðismála í rauninni að vera 15% hærri en í Danmörku þar sem stærðarhagkvæmnin er okkur ekki í hag.

3. október

752 dánir vegna geðheilsuvanda — enginn vegna fjölþáttaógnar

Frá lokum seinni heimstyrjaldarinnar til ársins 1991 voru Sovétríkin ógn okkar á Vesturlöndum. Þegar kaldastríðinu lauk þurftum við nýja ógn og hana fundum við í hryðjuverkum og Osama Bin Laden. Þegar búið var að ráðast inn í fjölmörg ríki og lýsa yfir sigri í „stríðinu gegn hryðjuverkum“ þurfti að finna nýja ógn. Hún er nú fundin og kallast: fjölþáttaógn. Og peningarnir streyma í þessa vá – rétt eins þeir streymdu í aðrar vindmyllur alheimsógnar vopnaframleiðenda. Þjóðaröryggisráðið ítrekað kallað saman og brúnaþungir ráðamenn eru ómyrkir í máli.

Á 10 árum dóu 177 á aldrinum 10 til 29 ára vegna geðheilsuþrests. Það þýðir 17,7 að meðaltali á ári bara í þessum aldursflokki. Þetta er hin raunverulega ógn sem steðjar að okkar samfélagi. Það hefur hins vegar enginn farið í málþóf eða kallað eftir neyðarfundi í þjóðaröryggisráði vegna þessarar banvænu ógnar. Á henni er ekki tekið í fjárlagafrumvarpi ársins 2026 – hvorki í umfjöllun eða aðgerðum. Orðið geð, sem orð eða hluti af orði, kemur 12 sinnum fyrir í fjárlagafrumvarpinu. Orðin öryggi og varnar, sem heil orð eða hluti af öðrum, koma hins vegar fyrir 69 sinnum í sama frumvarpi. Þá er búið að draga frá öryggisvistun og öryggisúrræði sem tengjast fangelsis og geðheilbrigðismálum. Hver er hin raunverulega ógn sem steðjar að íslensku samfélagi?

22. október

Umsögn um breytingu á deiliskipulagi við Landspítalann í Fossvogi

Við höfum einstakt tækifæri til þess að skipuleggja og byggja nýja geðdeild á Íslandi sem verði í fremstu röð. Þjóðirnar í kringum okkur hafa hannað og byggt geðdeildir á sl. 15 árum og reynsla þeirra og mistök liggja fyrir. Við getum forðast mistök sem búið er að gera og það er algjör óþarfi að endurtaka þau. Þetta eru þau lykilatriði, sem við hjá Geðhjálp höfum lært, þegar kemur skipulagi og byggingu nýrra geðdeilda:

1. Hugmyndafræði, sem byggir á þörfum og hagsmunum notenda, þarf að ráða för.
2. Legudeildir eiga án undantekninga að vera á jarðhæð þar sem alltaf er hægt að ganga beint út á útivistarsvæði.
3. Geðdeildin á að vera í umhverfi þar sem er friðsælt og það þarf að vera náttúruútsýni og gott rými í kringum byggingar.
4. Útgangspunkturinn þarf að vera: þessi geðdeild er bygging framtíðar en ekki bygging síðasta eða þarsíðasta árs.

23. október

Umsögn Landssamtakanna Geðhjálpar um frumvarp til laga um breytingu á lögum um réttindi sjúklinga

Landssamtökin Geðhjálpar geta því með engu móti gefið frumvarpi, þar sem heimild er gefin til að beita fólk nauðung, jákvæða umsögn. Það segir sig sjálft að í núverandi lagaumhverfi er nauðung bönnuð, eins og umboðsmaður Alþingis hefur bent á, en þrátt fyrir það er henni beitt daglega. Það er engin miðlæg skráning til yfir beitingu nauðungar sem er algjör lykil forsenda innra og ytra eftirlits með starfsemi heilbrigðisstofnanna.

Frumvarpið tryggir á engan hátt styrkingu eftirlits með stofnunum og starfsemi þeirra og það býður hættunni heim að heimila beitingu nauðungar í kerfi þar sem eftirlitið er jafn takmarkað.

11. nóvember

85.270 bensínlítrar fram á veginn

Það að fjárfesta í geðheilsu er fjármunum vel varið, og stuðlar að betra lífi og framtíð fyrir okkur öll. Við þurfum umbreytingu í hvernig við nálgumst og vinnum að geðheilsu. Við þurfum aukna áherslu á heilsueflingu og forvarnir. Umbreytt geðheilbrigðisnálgun snýst í auknum mæli um samfélagsbundna þjónustu og stuðning fyrir öll sem þurfa á slíku að halda (WHO, 2022).

Í leiðbeinandi riti Alþjóða heilbrigðismálastofnunar, sem kom út fyrr á árinu, er kallað eftir geðheilbrigðisþjónustu sem styður við lögræði, felur ekki í sér þvingun heldur virkri þátttöku og hlutdeild í samfélaginu. Þörf sé á að vinna með félagslega og kerfisbundna þætti á borð við fátækt, ótryggt húsnæði, atvinnuleysi og mismunun – til að stuðla að bættri geðheilsu okkar allra (WHO, 2025).

27. nóvember

Umsögn Geðhjálpar um drög að frumvarpi til laga um barnavernd

Nær öll nálgun geðheilbrigðiskerfisins, en stór hluti barnaverndar snýr að þáttum er varðar geðheilbrigðisvanda, er á meðferðarenda þess. Mjög lítill gaumur er gefinn forvarnarhlutanum og afleiðingar þess má sjá innan skólakerfisins og meðal fullorðinna út lífið. Þetta er það sem Geðhjálpar kallar að vera fyrir neðan fossinn í stað þess að vera fyrir ofan hann. Áhersla barnaverndar á Íslandi hefur allt of lítið verið á meðgöngu og fyrstu mánuðina eftir fæðingu barns. Inngripin koma of seint og skila oft ekki ásættanlegum árangri.

Geðlest að hausti

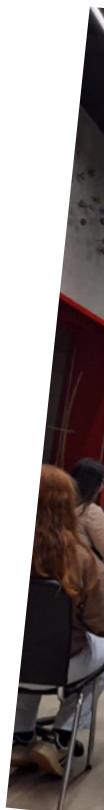
Geðlest að hausti í Gulum september var endurtekin en farið var í fyrstu ferðina haustið 2024. Reynt var að nýta tímann sem best með því að hitta sveitarstjórnir og stjórnendur sveitarfélaga og velferðarþjónustu í hádeginu og halda opna fundi á kvöldin. Með því var hægt að heimsækja tvö sveitarfélög á hverjum degi. Á fyrri fundinum var farið yfir ýmsa geðheilsuvísu með það að markmiði að ná fram umræðu og hvetja sveitarstjórnirnar til að setja geðrækt og geðheilbrigðismál ofar á forgangslistann. Kvöldfundirnir voru með léttara yfirbragði og var þeim ætlað að ná til almennings, draga úr fordómum og setja geðheilbrigðismál á dagskrá.

Geðlestin sem fór í skóla var notuð sem fyrirmynd og var dagskrá kvöldfundanna skipulögð eins og Geðlestin hafði verið sett upp. Dagskráin hvers fundar hófst með stuttri kynningu á Geðhjálpi, geðrækt og almennt farið yfir geðheilbrigði og rætt um fordóma, en síðan sagði einstaklingur með lifaða reynslu frá sögu sinni. Eftir það voru umræður og í lokin voru örtónleikar með Emmsjé Gauta og Þormóði Eiríkssyni.



Ákveðið var að reyna að heimsækja staði sem ekki væru endilega á dagskrá í sambærilegum hringferðum. Við sóttum því smærri staði en kannski hefðbundið er að gera en það var líka markmiðið. Kvöldfundir voru haldnir á eftirfarandi stöðum: Hvolsvelli, Ísafirði, Sauðárkróki, Akureyri og Neskaupsstað. Hádegisfundir voru haldnir í Reykjanesbæ, Selfossi, Hólmavík, Fjallabyggð og Fjarðabyggð.

Geðlest í þessu formi er afar mikilvægt framtak og brýnt að endurtaka og fara á enn fleiri staði. Að eiga samtal um geðheilbrigðismál og mikilvægi geðræktar við almenning út um allt land skiptir máli.



GEÐRÆKT

Í GULUM

SEPTEMBER

geðtles tjinn

Emmsjé
Gauti
x
Þormóður



Fræðsla og samtal um geðheilbrigðismál
í bland við góða tónlist



Aðrir viðburðir á árinu

20. maí

Þriðjudaginn 20. maí fór fram fundur í Hlutverkasetri á vegum Geðhjálp og Umhyggju þar sem markmiðið var að skapa vettvang fyrir foreldra barna sem glíma við geðrænar áskoranir. Foreldrahópur innan Geðhjálp hafði þegar verið stofnaður en markmiðið með fundinum var að ræða hvernig hægt væri að stækka hópinn og koma reglulegum fundum á laggirnar.

15. október

Þann 15. október í tilefni af viku einmanaleikans stóð Geðhjálp ásamt Qair fyrir Tengslabingó á Háskólatorgi þar sem boðið var upp á veitingar og tengslabingó. Gestum og gangandi gafst þar tækifæri til þess að fræðast um skjólshús, geðheilbrigði, bata og orðabók geðheilsu í samtölum við starfsfólk Geðhjálp.





31. október

Geðhjálp tók þátt í Þjóðarspeglinum þann 31. október. Þar fóru prófessorarnir Sigrún Ólafsdóttir, Jón Gunnar Bernburg og Kári Kristinsson yfir glænýjar niðurstöður úr fordómarannsókni sem Geðhjálp hefur fjármagnað í tvígang.

10. desember

Í tilefni af alþjóðlega mannréttindadeginum þann 10. desember stóð Geðhjálp fyrir opnu samtali um mannréttindi í geðheilbrigðiskerfinu við Odd Ástráðsson lögmann. Viðburðurinn fór fram á Facebook-síðu samtakanna en fólki gafst þar tækifæri að spyrja Odd spurninga í beinni útsendingu.


GEÐHJÁLP

10. desember frá kl. 12 til 13

Réttindi þín

MANNRÉTTINDI Í GEÐHEILBRIGÐISÞJÓNUSTU

Opið samtal um mannréttindi í geðheilbrigðiskerfinu
við Odd Ástráðsson lögmann á Facebook síðu Geðhjálpar

Geðhjálpblaðið og önnur verkefni

Geðhjálp tekur á hverju ári á móti ýmsum hópum og einstaklingum, bæði innlendum og erlendum, sem vilja fræðast um samtökin og starfsemina. Þannig komu fjölmargir aðilar bæði innlendir og erlendir í heimsókn á skrifstofuna til þess að fræðast um samtökin.

Samtökin gáfu í september út árlegt blað sitt og í ár var það helgað baráttunni fyrir betri fjármögnun geðheilbrigðiskerfisins og breyttri hugmyndafræði.

SKOÐAÐU
BLAÐIÐ HÉR

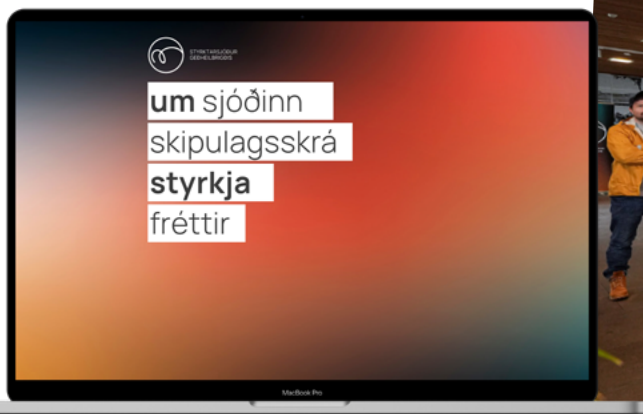


Styrktarsjóður geðheilbrigðis

Styrktarsjóður geðheilbrigðis úthlutaði í fimmta sinn 10. nóvember 2025. Úthlutað var samtals 25 m.kr. til 19 verkefna en metfjöldi umsókna barst eða samtals 85. Sérstök áhersla var lögð á geðheilbrigði barna- og ungmenni þetta árið og það sést vel á þeim verkefnum sem sjóðurinn styrkir. Sjóðnum barst rausnarleg gjöf í apríl sl. en þá færði Skúli Helgason sjóðnum 3,4 m.kr. sem eyrnamerkar voru verkefnum tengdum börnum. Skúli varð sextugur í ár og hélt sérstaka styrktartónleika fyrir sjóðinn af því tilefni.

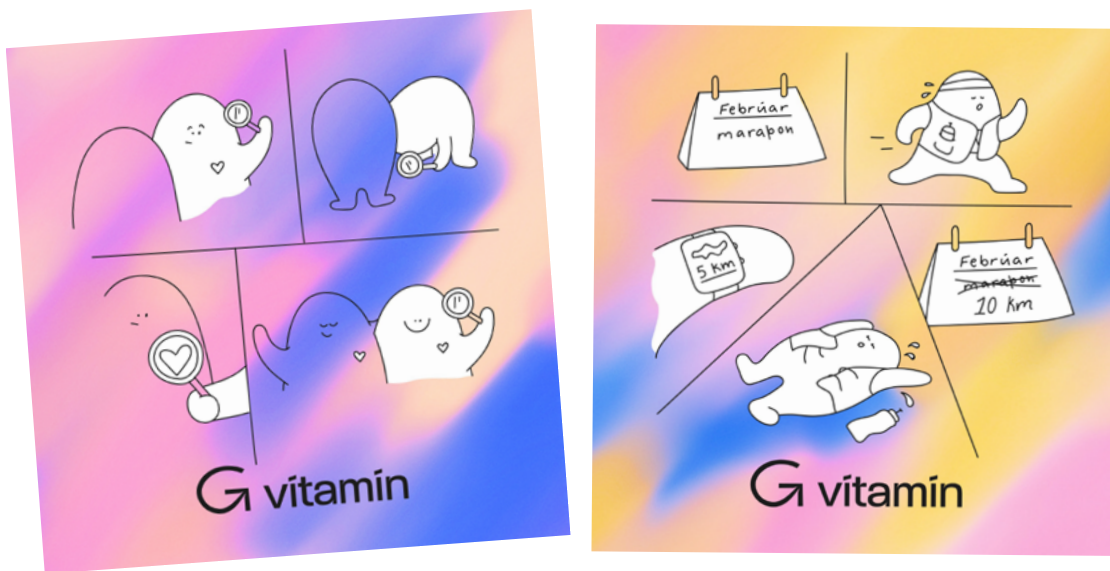
Geðhjálp hefur lagt sjóðnum til rétt um 320 m.kr. frá stofnun og sjóðurinn hefur styrkt verkefni fyrir alls 86 m.kr. á þeim tíma. Fimm manna fagráð, skipað þeim Helgu Sif Friðjónsdóttur, en hún er formaður, Hrannari Jónssyni, Salbjörgu Bjarnadóttur, Páli Biering og Þórði Jónínusyni, fór yfir umsóknirnar og lagði til við stjórn að 19 verkefni hlytu styrk í ár. Stjórn sjóðsins skipa þau: Svava Arnardóttir, formaður, Héðinn Unnsteinsson og Haraldur Flosi Tryggvason.

Hæstu styrkina árið 2025 hlutu eftirfarandi verkefni: Okkar heimur 3.500.000 kr. fyrir verkefnið Námskeið fyrir börn á aldrinum 10-15 ára sem eiga foreldra sem glíma við geðræn veikindi. Áróra Huld Bjarnadóttir hlaut 3.000.000 kr. fyrir verkefnið Foreldrastuðningur sem er 10 vikna námskeið fyrir foreldra með geðrænar áskoranir. Framfarahugur hlaut 2.500.000 kr. fyrir verkefnið MANA en það er fræðslu- og velsældarvefsíða sem styður börn og ungmenni af erlendum uppruna, einkum flóttabörn. Traustur kjarni hlaut 2.500.000 kr. fyrir verkefnið IPS námsskrá. Verkefninu miðar að því að þróa og samþætta Intentional Peer Support (IPS) í framhalds- og fullorðinsfræðslu með viðurkenndri námsskrá. Andrea Diljá Ólafsdóttir hlaut 2.000.000 kr. fyrir verkefnið Með tengsl við tauminn. Um er að ræða valdeflandi úrræði sem býður börnum með félagslegar, tilfinningalegar eða námslegar áskoranir tækifæri til að styrkja geðheilsu sína í öruggu og náttúrutengdu umhverfi með hestinum í lykilhlutverki.



G vítamín

G-vítamín á þorranum var endurtekið en með aðeins öðru sniði en árið á undan. Í stað ilmdropanna sem höfðu verið notaðir árin tvö á undan var útbúið dagatal með g-vítamínum. Dagatalið var hægt að kaupa í verslunum Krónunnar og á skrifstofu Geðhjálp. Verkefnið tókst vel og eins og áður þá mældi Gallup þátttöku almennings í verkefninu og voru niðurstöðurnar í grunninn sambærilegar og árin á undan – almenningur tekur þátt og tekur eftir áttakinu. Markmið verkefnisins er að gera geðrækt almennari í samfélaginu og að huga að geðheilsu sinni verði eðlilegur hluti daglegra athafna almennings



Bataskólinn

Bataskóli Íslands er samstarfsverkefni Geðhjálp og Reykjavíkurborgar og fjármagnað af Reykjavíkurborg. Grímur Atlason sat í framkvæmdastjórn skólans fyrir hönd samtakanna á árinu. Guðný Guðmundsdóttir var verkefnastjóri skólans út árið. Markmið Bataskóla Íslands er að styðja við einstaklinga sem glíma við geðrænar áskoranir með því að bjóða upp á fjölbreytt námskeið sem öll fjalla um geðheilsu, bata og leiðir til að efla lífsgæðin.

Í janúar var haldinn stefnumótunardagur í Bataskólanum þar sem hagaðilar fóru yfir styrkleika og veikleika skólans og þess fyrirkomulags sem er á starfi skólans. Niðurstöður voru þær að leita leiða til að koma skólanum í fastari skorður og leita nýrra samstarfsaðila sem gætu tekið reksturinn yfir. Var leitað eftir samstarfi við Framvegis – miðstöð símenntunnar um að taka yfir reksturinn og gera hann að hluta starfsemi miðstöðvarinnar. Eftir nokkra mánaða undirbúningsvinnu og með samþykki Reykjavíkurborgar, helsta bakhjarls Bataskólans, var ákveðið að skólinn færi yfir til Framvegis þann 1. janúar 2026.

Pörf fyrir samfélagsbreytingar. Ráðstefna 15. og 16. maí

Geðhjálp stóð dagana 15. og 16. maí nk. fyrir ráðstefnunni: Þörf fyrir samfélagsbreytingar 2025 – Nýjar leiðir í geðheilbrigðismálum á Hilton Nordica hótelinu í Reykjavík. Fyrri daginn voru 10 fjölbreyttar vinnustofur og þann síðari ráðstefna með fimm erlendum gestafyrirlesurum. Gestafyrirlesararnir voru þau: Fritzi Horstman stofnandi og framkvæmdastjóri Compassion Prison Project (CPP), Dr. Elisabet Lahti stofnandi Sisu Lab, Will Hall aðgerðarsinni o.m.fl., Caroline Mazel-Carlton forstöðumaður námstækifæra fyrir Wildflower Alliance og Trevor Eyles sjálfstætt starfandi ráðgjafi varðandi raddir og óhefðbundna skynjun.

Þessa daga var gestum boðið að kynna sér önnur sjónarmið en þau sem hafa verið ríkjandi í geðheilbrigðismálum. Fyrirlesarar voru aðilar sem hafa beitt sér á alþjóðavettvangi fyrir breyttri nálgun í geðheilbrigðismálum – nálgun sem skilað hefur árangri, framþróun í málaflokknum og auknum lífsgæðum. Vinnustofurnar voru leiddar af fólki með lífaða reynslu.

Ráðstefnan tókst einkar vel og mættu tæplega 200 manns á vinnustofurnar og yfir 300 á ráðstefnuhlutann. Nánar má lesa um ráðstefnuna á heimasíðu hennar www.socialchange.is. Stefnt er að því að endurtaka leikinn árið 2027 en ráðstefnan var fyrst haldin árið 2023.



Þjálfun í gagnlegum aðferðum í tengslum við raddir og aðra óhefðbundna skynjun

Geðhjálp stóð fyrir 13 daga þjálfun, sem skipt var í þrjá hluta, í gagnlegum aðferðum í tengslum við raddir og aðra óhefðbundna skynjun. Nálgunin sem þar var kynnt og einstaklingar þjálfaðir í er ný á nálinni en hefur verið að ryðja sér til rúms víða sl. ár. Þessi nýja nálgun gengur í stuttu máli út á að skilja, vinna með og eiga samvinnu við raddheyrendur og raddir þeirra. Nálgunin er samtalsmiðuð, áfallamiðuð og styðjandi. Hátt í 40 manns sóttu þjálfunina sem ætluð var starfsfólki í geðheilbrigðis- og félagsþjónustu, raddheyrendum, aðstandendum og öllum þeim sem höfðu áhuga á að læra nýjar leiðir.

Vinnustofurnar voru að langmestu leyti leiddar af fólki með lífaða reynslu. Þetta voru þau **Nina Falkenløve Lauridsen, Anders Schakow, Michael Cidlik og Maria Winther Osmundsen.**



Innra starf

Skrifstofa Geðhjálp er opin alla virka daga frá kl. 9 til 15, utan föstudaga til kl. 12, og er svarað í síma á sama tíma. Ráðgjöfin fer fram á sama tíma en auk þess reyna starfsmenn samtakanna að taka móti öllum sem leita á skrifstofuna og bjóða þeim í kaffi og stutt spjall. Félagar í Geðhjálp fá reglulega upplýsingapósta um starfsemi samtakanna í gegnum póstsendingar og fréttir á neti og samfélagsmiðlum. Samtökin gefa auk þess út Geðhjálpblaðið á hverju ári í tengslum við afmæli samtakanna þann 9. október og alþjóða geðheilbrigðisdaginn þann 10. október.

Fjárhagur

Rekstrarreikningur 2025

Rekstrartekjur	2025	2024
Framlög og aðrar tekjur	181.777.250	237.563.278
Rekstrartekjur alls	<u>181.777.250</u>	<u>237.563.278</u>
Rekstrargjöld		
Laun og annar starfsmannakostnaður	41.009.475	37.379.817
Skrifstofu- og stjórnunarkostnaður	11.569.532	10.707.828
Verkefni	119.059.656	127.955.525
Annar rekstrarkostnaður	11.959.847	13.396.924
Rekstrargjöld alls	<u>183.598.510</u>	<u>189.440.094</u>
Hagnaður fyrir fjármunatekjur og fjármagnsgjöld	-1.821.260	48.123.184
Fjármunatekjur og fjármagnsgjöld:		
Vaxtatekjur	8.642.990	6.265.059
Vaxtagjöld	-324.168	-72.024
Fjármunatekjur og fjármagnsgjöld alls	8.318.822	6.193.035
Hagnaður af reglulegri starfsemi	6.497.562	54.316.219
Rekstrarafkoma ársins	<u>6.497.562</u>	<u>54.316.219</u>

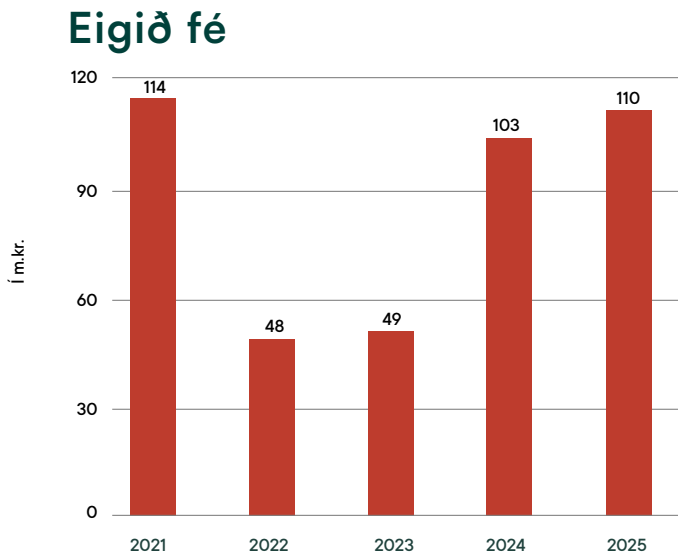
Efnahagsreikningur 2025

Eignir:	2025	2024
Fastafjármunir		
Fasteign	0	0
Innréttingar áhöld og tæki	0	0
	<u>0</u>	<u>0</u>
Veltufjármunir		
Viðskiptakröfur	440.000	1.324.359
Aðrar skammtímakröfur	0	1.686.714
Handbært fé	125.117.040	104.439.777
Veltufjármunir alls	125.557.040	107.450.850
Eignir samtals	<u>125.557.040</u>	<u>107.450.850</u>

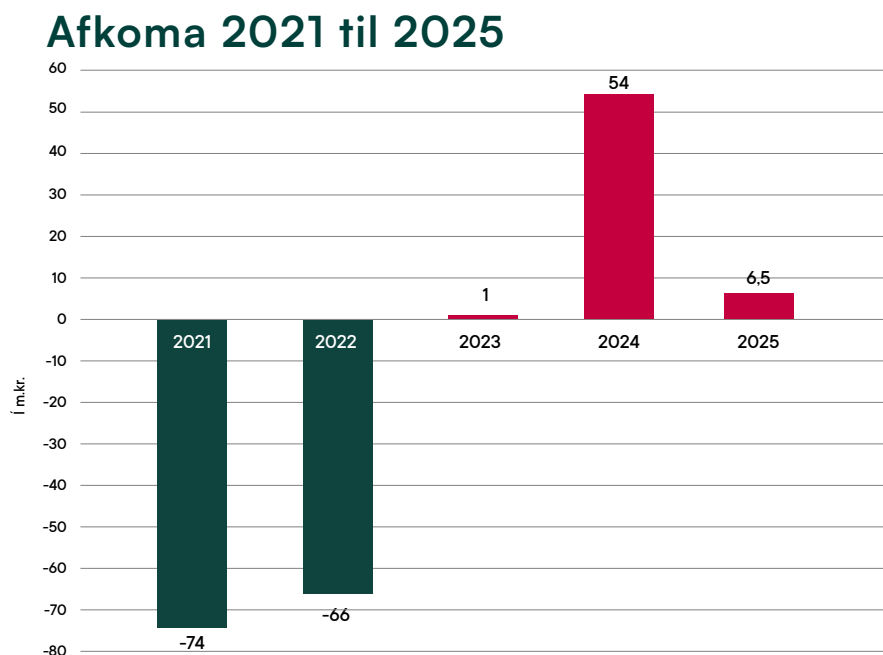
Skuldir og eigið fé

Eigið fé		
Eigið fé alls	109.961.920	103.464.358
Skammtímaskuldir		
Viðskiptaskuldir	13.854.516	2.675.512
Aðrar skammtímaskuldir	1.740.604	1.310.980
Skuldir samtals	15.595.120	3.986.492
Skuldir og eigið fé samtals	<u>125.557.040</u>	<u>107.450.850</u>

Árið 2025 var eins og undanfarin ár gott þegar kemur að rekstri Geðhjálpar. Eigið fé (heildareignir að frádregnum skuldum) var í lok árs var rétt tæpar 110 m.kr. samborið við 103,1 m.kr. í lok árs 2024. Til samanburðar var eigið fé samtakanna 187,8 m.kr. í lok árs 2020 en frá þeim tíma hafa samtökin eins og áður sagði lagt tæpar rúmlega 316 m.kr. í Styrktarsjóð geðheilbrigðis: 117 m.kr. árið 2021, 107 m.kr. árið 2022, 20 m.kr. árið 2023, 52 m.kr. árið 2024 og 20 m.kr. 2025.



Rekstrartekjur (að teknu tilliti til fjármagnsliða) ársins námu tæplega 182 m.kr. og rekstrargjöldin 183,6 m.kr. og vaxtatekjur 8,6 m.kr. Það þýðir að 6,5 m.kr. hagnaður varð á reglulegri starfsemi samtakanna. Til samanburðar var hagnaður Geðhjálpar 54 m.kr. árið 2024. Skýring á því hversu mikill munur er á þessum tveimur árum liggur í veglegri íbúðargjöf sem samtökin fengu árið 2024 og var söluhagnaðurinn rúmlega 41 m.kr. Það er stefna Geðhjálpar að eigið fé safnist ekki upp á meðan vel gengur í tekjuöflun og skila hagnaði í Styrktarsjóð geðheilbrigðis. Þumalfingursreglan er að samtökin geti greitt laun og leigu í u.þ.b. eitt ár ef tekjuflæði stöðvaðist. Ákvörðun um hvernig umframtekjum samtakanna er ráðstafað á hverjum tíma er hins vegar í höndum stjórnar.

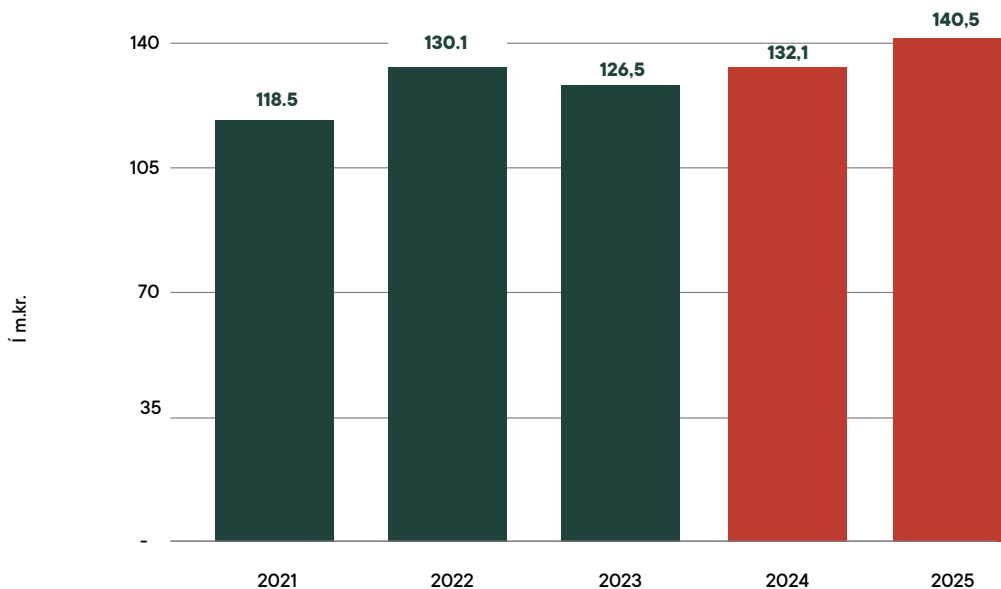


Hér á eftir eru skýringar á helstu breytingum á milli ára

Tekjur

Tekjur drógust saman um 57 m.kr. á milli ára og eru helstu ástæður þess áðurnefnd íbúðarsala, sem skilaði nettó tekjum árið 2024 upp á 41 m.kr., og síðan tekjur af söfnunarþætti í sjónvarpi í febrúar 2024 en þar söfnuðust rúmlega 27 m.kr. Aðrar breytingar í tekjum eru þessar helstar: Framlag ríkissjóðs stóð í stað milli ára en framlagið hefur dregist saman um rúmlega helming á núvirði frá árinu 2020. Styrktarfélagar greiddu Geðhjálpar samtals 140,5 m.kr. miðað við 132,1 m.kr. árið 2024 en það er 6,4% vöxtur á milli ára. Sögulega varð mikið stökk í söfnun Geðhjálpar á milli áruna 2020 til 2021. Þá fór árlegt söfnunarfé úr 33,6 m.kr. í 118,5 m.kr. og var vöxturinn 253%. Frá þeim tíma hefur vöxturinn verið hægari en eins og sjá má á meðfylgjandi mynd safna samtökin nú 18,6% hærra framlagi en árið 2021. Markmiðið í dag er að halda í horfinu og reyna að fylgja verðlagsþróun.

Styrktarsamfélag



Laun

Laun hækkuðu um tæplega 4 m.kr. á milli ára eða um 9,6%. Tvennt kemur helst til. Í fyrsta lagi var ákveðið að formaður samtakanna færi úr 20% starfshlutfalli í 50% og í öðru lagi er um samningsbundnar hækkningar samkvæmt kjarasamningum. Erla Rut Mathiesen starfaði hjá samtökunum sem verkefnastjóri í 50% starfshlutfalli fyrstu fimm mánuði ársins.

Skrifstofu- og stjórnunarkostnaður

Þessi liður lækkar lítilega á milli ára en meira ef tekið er tillit til verðlagsbreytinga.

Verkefni

Kostnaður við verkefni lækkaði um tæplega 8 m.kr. á milli ára. Það verður að skoða einstaka verkefni og tekjur á móti til að fá sem gleggsta mynd af stöðunni.

1. G vítamín hækkaði um tæpar 10 m.kr. frá síðasta ári sem skýrist af því að árið á undan voru endurnýtt myndbönd og dropar sem framleiddir voru árið 2023. Árið 2025 voru hins vegar framleidd dagatöl og því hækkar kostnaðurinn umtalsvert.
2. Fundir, ráðstefnur og námskeið. Geðhjálp hélt ráðstefnuna „Er þörf fyrir samfélagsbreytingar“ í maí og var framlag samtakanna til ráðstefnunnar um 7,7 m.kr. Í haust stóðu samtökin síðan fyrir þriggja vikna „þjálfun í gagnlegum aðferðum í tengslum við raddir og aðra óhefðbundna skynjun“. Framlag samtakanna til þess verkefnis var í kringum 4 m.kr. Tekjur samtakanna af þessum tveimur viðburðum voru rétt um 4 m.kr.
3. Fordómarannsókn. Geðhjálp fjármagnaði öðru sinni fordómarannsókn og nam kostnaður samtakanna 6,7 m.kr. árið 2025.
4. Aðkeypt vinna vegna styrktarfélagasafnana fór úr 49 m.kr. í 43 m.kr. sem að mestu leyti kemur til vegna öflunar nýrra félaga en sjálfur rekstur styrktarsamfélagsins var um 12 m.kr. á árinu.
5. Styrktarsjóður geðheilbrigðis fer úr 52,1 m.kr. í 20,3 m.kr. Þar munar mestu um 27 m.kr. söfnunarframlags vegna sjónvarpsþáttar vorið 2024 og fimm m.kr. viðbótarframlags sama árs.

Áætlun 2025

Það er markmið Geðhjálpar að rækta og viðhalda geðheilsu Íslendinga. Það gera samtökin með þeim verkefnum og aðgerðum sem sagt hefur verið frá hér á undan. Markmiðið er ekki að safna stórum sjóðum heldur reyna koma góðum verkefnum í gang og stuðla að nýsköpum í geðheilbrigðismálum. Myndalegur afgangur varð á rekstri samtakanna árið 2024 sem má að mestu leyti rekja til íbúðargjafar sem áður hefur verið minnst á. Árið 2025 var 6,5 m.kr. hagnaður eftir að greiddar höfðu verið rúmlega 20 m.kr. í geðsjóðinn.

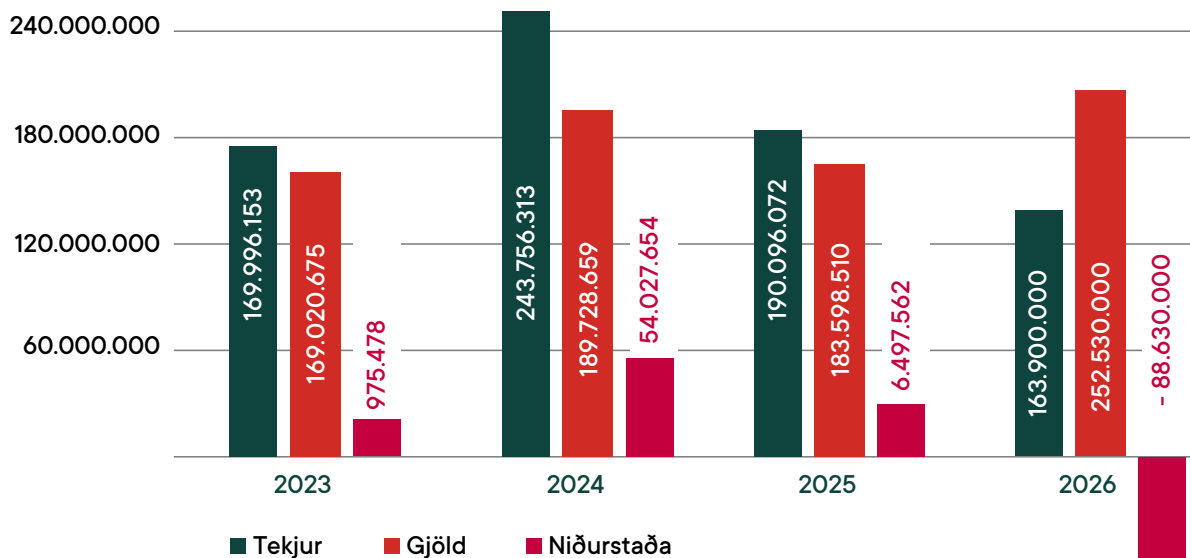
Áætlun ársins 2026 tekur mið af eftirfarandi forsendum: Launakostnaður hækki um 5% á milli ára og ekki er gert ráð fyrir fjölgun stöðugilda. Í samræmi við stefnu samtakanna verður áfram haldið að veita ráðgjöf og sinna hagsmunagæslu sem sambærilegum hætti og áður. Stærsta verkefni ársins 2026 er að koma skjólshúsi á laggirnar. Gert er ráð fyrir 122 m.kr. framlagi til verkefnisins og hefur stjórn samþykkt að stofna sér félag sem komi til með að halda utan um reksturinn.

Geðhjálparblaðið kemur út í september og einnig er gert ráð fyrir að fara í ferð um landið með haustinu eins og sl. ár. Í þessi verkefni er gert ráð fyrir að setja samtals um 9 m.kr.

Haldið verður áfram með G-vítamín á þorra en ekki gert ráð fyrir að ráðast í myndbandagerð eða nýrri framleiðslu. Í verkefnið fari því í kringum 8 m.kr.

Þegar niðurstöður áætlunarinnar eru skoðaðar og bornar saman við sl. þrjú ár þá verður að hafa í huga að 2024 var um margt óvenjulegt ár. Það ár var haldinn söfnunarþáttur í sjónvarpi sem skilaði samtökunum 27 m.kr. Samtökin fengu einnig íbúð að gjöf og var nettó peningalegur ávinningur 41 m.kr. Samtökin lögðu það ár 52 m.kr. í styrktarsjóð geðheilbrigðis. Önnur ár var framlagið 20 m.kr. í sjóðinn og gert er ráð fyrir sama framlagi í áætlun ársins.

Tekjur og gjöld 2023 til 2026



Eins og sjá má er gert ráð fyrir að halli á rekstrinum verði rúmar 88 m.kr. og verður hann fjármagnaður með peningalegum eignum samtakanna.

Þakkir

Á aðalfundinum nú hverfur Elín Ebba Ásmundsdóttir úr stjórn samtakanna en hún hefur verið stjórnarmaður sl. sex ár og varaformaður þorra þess tíma. Þökkum við henni fyrir óeigingjarnt og ómetanlegt starf fyrir samtökin og ötula baráttu fyrir bættum mannréttindum til handa fólks sem býr við geðrænar áskoranir.

Guðrún Þórsdóttir sagði sig frá setu í stjórn haustið 2025 en hún hafði þá setið í stjórn sem varamaður og aðalmaður í tvö ár. Þökkum við henni kærlega fyrir hennar framlag til samtakanna.

Formaður og stjórn þakka jafnframt starfsfólki Geðhjálpar vel unnin störf á liðnu ári.

