



each
is
of
solution

of us
part
the

Each of us

is part of the solution

Let's end mental health stigma together



www.eachofus.eu

#EACHOFUS

Mi a Mindannyan (angolul: Each of us) kampány?

A **Mindannyan** egy a stigma és a diszkrimináció megszüntetésére, a Mentális Egészség Európa (**Mental Health Europe**) által létrehozott kampány. A kampány fő célja, hogy felhívja a figyelmet a mentális egészséggel kapcsolatos problémákra, hogy megmutassa, ezek a betegségek sokkal gyakoribbak, mint gondolnánk, és hogy mindannyian részesei lehetünk a megoldásnak. Mindannyian részt tudunk venni a hozzáállás megváltoztatásában, a mentális betegségekkel és az azzal élő emberekkel kapcsolatos stigma és diszkrimináció leküzdésében.

- **Négyből egy** ember számíthat rá közülünk élete során, hogy valamilyen mentális problémával kell megküzdenie.
- **Ötből egy** fiatal érintett Európában valamilyen mentális betegséggel élete során.
- **Háromnegyede** az európai vállalatoknak jelentette, hogy minimum egy pszicho-szociális kockázat jelen van a munkahelyen.

A számok magukért beszélnek: a mentális egészség egy jelentős közegészségügyi, gazdasági és szociális probléma, amely több millió európaít érint életciklusa során.

Miért éppen egy stigma-ellenes kampány?

Ugyan a mentális egészséggel kapcsolatos figyelemfelhívás az elmúlt évtizedben sokat javult, a stigma és a diszkrimináció azok felé az emberek felé, akik mentális problémákkal küzdenek továbbra is elfogadhatatlanul magas. Ez főképp amiatt van, mert a mentális betegségeket még mindig dominánsan negatív sztereotípiák övezik. Az ismeretek és a tudatosság hiányában még mindig túlnyomó többségben vannak a tévhitek a mentális betegségekkel küzdő emberekkel kapcsolatban nem csupán a médiában, hanem a vállalati és iskolai közegben és az egészségügyi szektorban is.

Stigma-ellenes kampányok folytatása helyi, regionális és nemzeti szinten, különböző célcsoportok bevonásával, segíti az ismeretterjesztést és ezáltal a tévhitek és sztereotípiák leküzdését. Véget kell vetnünk a stigmának és a diszkriminációnak, mert a mentális betegséggel élő emberek napi szinten találkoznak diszkriminációval, megtagadnak tőlük bizonyos termékeket és szolgáltatásokat és igazságtalanul bánnak velük. Illetve a stigma a döntéshozókra is negatív hatással lehet, sokszor a mentális egészségre szánt összegek csökkenéséhez vezet.

Kinek szól ez?

Ez a kampány célcsoportjának tekinti a döntéshozókat, fiatalokat, munkavállalókat és a közvéleményt, annak érdekében, hogy felhívja a figyelmet a mentális egészség körüli stigmákra és leküzdje azokat.