



Vi er der for dig

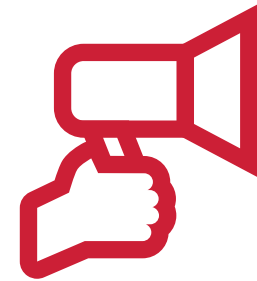
# Vi er der for dig



Vi er der, når du  
har brug for os



Vi samler og  
skaber ny viden



Vi bruger  
vores stemme

# Vi er der, når du har brug for os



Når spiseforstyrrelsen og/eller selvskaden rammer, står vi klar til at hjælpe med gratis og vidensbaseret støtte, rådgivning og behandling.

Uanset hvor i landet, du er, så er vi her for dig. Vores gratis og anonyme rådgivning kan nås via telefon, sms, chat og videosamtaler, i de tidsrum hvor de fleste har brug for os. Samtidig er vi fysisk til stede med rådgivninger i København og Aarhus. Vi har også en brevkasse, som man kan skrive til døgnet rundt.

Vi udvikler kontinuerligt nye tilbud til gavn for dig og andre mennesker med spiseforstyrrelser og/eller selvskade og pårørende. Når vi udvikler nye tilbud, tager vi altid udgangspunkt i de behov, som du og dine pårørende oplever.

Vi er der, hvor det offentlige ikke slår til.

# Her gør vi en forskel for dig



# Vi samler og skaber ny viden



Vores arbejde er altid baseret på viden og fakta, så vi ved, at vi gør en positiv forskel for mennesker med spiseforstyrrelser og/eller selvskade.

Vi følger med i den nyeste viden, der skabes i Danmark og resten af verden, og vi bidrager selv med ny viden om spiseforstyrrelser og selvskade, rådgivning og behandling. Vi formidler viden til ramte, pårørende, medier, fagpersoner og politikere, og vi samarbejder med forskere.

Vi indsamler viden og erfaringer fra mennesker med spiseforstyrrelser og/eller selvskade og deres pårørende, så vores og andres arbejde bygger på et reelt oplevet behov hos de mennesker, de skal hjælpe.

Vi evaluerer alle vores indsatser og deler ud af vores erfaringer for at inspirere andre.

# Vi bruger vores stemme



Vi taler på vegne af mennesker med spiseforstyrrelser og/eller selvskade, og deres pårørende.

I den offentlige debat bidrager vi med viden, praktiske løsninger og velbegrundede holdninger. Vi udtaler os altid på baggrund af den nyeste viden og vores indgående kendskab til spiseforstyrrelser eller selvskade, og vi giver mennesker med erfaring med spiseforstyrrelser og/eller selvskade og pårørende en platform til at fortælle deres historier.

Vi søger politisk indflydelse for at skabe varige forbedringer i den støtte, mennesker med spiseforstyrrelser og/eller selvskade og deres pårørende oplever at få i det offentlige. Vi går konstruktivt til de ansvarlige, og vi bidrager gerne til løsningerne.

Vi skaber opbakning ved at engagere stadig flere i vores sag, og vi arbejder for en afstigmatisering af og et opgør med tabuer omkring mennesker med spiseforstyrrelser og/eller selvskade.

# Somenta

- ♥ Vi arbejder for et samfund, der lytter til og støtter alle med spiseforstyrrelser eller selvskade og deres pårørende.
- ♥ Vores arbejde bygger på et fundament af mange års erfaring som patient- og pårørendeforening, vores solide faglighed og vores konstante fokus på at opsamle og skabe ny viden. Vi ved, at spiseforstyrrelser og selvskade ofte er et tegn på mistrivsel og metoder til at håndtere svære livsbetingelser på. Det er udgangspunktet for vores arbejde.
- ♥ Vi udvikler og tilbyder specialiseret og vidensbaseret støtte, rådgivning og behandling til mennesker ramt af spiseforstyrrelser eller selvskade og deres pårørende. Vi gør en dyd ud af at have en tæt og ligeværdig dialog med de mennesker, som har behov for vores støtte.
- ♥ Vi skaber og formidler viden af høj kvalitet om spiseforstyrrelser og selvskade, som danner grundlag for at udvikle nye og styrke eksisterende indsatser.
- ♥ Vi dokumenterer udfordringer og peger på politiske og praktiske løsninger, der vil forbedre den støtte og hjælp, mennesker med spiseforstyrrelser eller selvskade og deres pårørende tilbydes i vores samfund.

# Vi er der for dig

## STRATEGISKE FOKUSOMRÅDER



### Vi er der, når du har brug for os

Når spiseforstyrrelsen og/eller selvskaden rammer, står vi klar til at hjælpe med gratis og vidensbaseret støtte, rådgivning og behandling.

Uanset hvor i landet, du er, så er vi her for dig. Vi udvikler kontinuerligt nye tilbud til gavn for dig og andre mennesker med spiseforstyrrelser og/eller selvskade og pårørende.

Vi er der, hvor det offentlige ikke slår til.



### Vi samler og skaber ny viden

Vores arbejde er altid baseret på viden og fakta, så vi ved, at vi gør en positiv forskel for mennesker med spiseforstyrrelser og/eller selvskade.

Vi følger med i den nyeste viden, der skabes i Danmark og resten af verden, og vi bidrager selv med ny viden om spiseforstyrrelser, selvskade, rådgivning og behandling.

Vi formidler viden til ramte, pårørende, medier, fagpersoner og politikere.



### Vi bruger vores stemme

Vi taler på vegne af mennesker med spiseforstyrrelser og/eller selvskade, og deres pårørende.

Vi udtaler os altid på baggrund af den nyeste viden og vi giver mennesker med erfaring med spiseforstyrrelser og/eller selvskade og pårørende en platform til at fortælle deres historier.

Vi søger politisk indflydelse, går konstruktivt til de ansvarlige, og vi bidrager gerne til løsningerne.

## STRATEGISKE FORUDSÆTNINGER



Medarbejdere i trivsel



Kompetente frivillige



Samarbejde med andre



Solid økonomi

## KERNEVÆRDIER

Faglighed

Mod

Nysgerrighed

Empati

# Strategiske forudsætninger



Vores medarbejdere er den vigtigste faktor for, at vi kan løfte strategien. Vi vil være en arbejdsplads med høj faglighed, samarbejde og trivsel. Her er rum til at udvikle sig, og vi lærer af vores fejl.



Det er af afgørende betydning for os, at vi altid har kompetente og motiverede frivillige, som er klar til at støtte mennesker med spiseforstyrrelser og/eller selvskade.



Vi ved, at vi ikke kan lykkes alene. Derfor søger vi aktivt samarbejder med andre. Vi opbygger netværk og alliancer med kommuner, regioner, ministerier, styrelser, fonde og andre relevante aktører.



En solid økonomi bygger på flere indtægtskilder, der øger vores robusthed overfor udsving i puljer og fondes projektfinansiering og styrker vores mulighed for at være der, hvor der er mest brug for os.

# Kerneværdier



## Faglighed

Vi sikrer høj faglighed i alle sammenhænge. Vores troværdighed er baseret på vores store viden og erfaring med spiseforstyrrelser og selvskaade.



## Mod

Vi har klare holdninger, og vi overkommer udfordringer og barrierer og tør gå nye veje til gavn for mennesker med spiseforstyrrelser og/eller selvskaade og deres pårørende.



## Nysgerrighed

Vi lytter til mennesker med spiseforstyrrelser og/eller selvskaade og deres pårørende, for de kender bedst deres udfordringer og behov. Vi er altid åbne for nye samarbejder med relevante aktører.



## Empati

Vi rummer svære følelser og personlige oplevelser i anerkendelse af, at mennesker med selvskaade og/eller spiseforstyrrelser og pårørende ofte befinder sig i en sårbar situation.