



**Ávarp
forseta Íslands
Guðna Th. Jóhannessonar
á Alþjóða geðheilbrigðisdeginum
Reykjavík
10. október 2017**

(flutt af forsetafrú Elizu Reid)

Kæru vinir!

Ég þakka konunni minni fyrir að færa ykkur þessa kveðju mína á Alþjóða geðheilbrigðisdeginum í ár. Því miður hafði ég ekki tök á að vera með ykkur í dag en vil fyrir alla muni leggja þessum þarfa viðburði lið. Ég bið líka kærlega að heilsa Þorsteini Guðmundssyni, skólastjóra Bataskólans og kynni við þessa dagskrá. Gaman var að vera við opnun skólans fyrr í haust og fræðast um hið gagnlega starf sem þar fer fram. Í Bataskólann geta þeir farið sem eru 18 ára og eldri og glíma við geðrænar áskoranir. Þar ríkir góður andi og gagnkvæm virðing.

Ég minnst líka skemmtilegrar heimsóknar í Klúbbinn Geysi í sumar. Þar getur fólk með geðrænan vanda fengið aðstoð til að vera virkir þátttakendur í samfélaginu, finna húsnaði eða atvinnu, og finna líka sjálfstraustið sem býr innra með okkur en getur stundum farið í felur. Ég leyfi mér að vitna hér í einn þeirra sem fékk hjálp til að fóta sig í lífinu, tók meirapróf og fékk vinnu við að aka með ferðamenn. „Það er eins og þetta væri það sem ég þyrfti,“ sagði hann: „Meiri ábyrgð og fleiri verkefni. ... Þessi nýja reynsla hefur styrkt mig í þeirri trú að það sé lausn á öllum málum og öllum erfiðleikum. Má þar með segja að ökuleiðsögn sé eins og lífið sjálft: Lausn á hverri þraut.“

Kæru vinir: Við eigum að hjálpast að. Við eigum að styðja þá sem þurfa stuðning, ekki aðeins vegna þess að þeir þurfa á því að halda, heldur líka vegna þess að fólk sem hjálpar öðrum bætir sjálft sig um leið, og reyndar samfélagið allt. Sam-félag, þetta er í raun svo fallett orð, sem segir svo margt. Já, við eigum að hjálpast að, vinna saman.

Í gærkvöldi höfðum við Íslendingar svo sannarlega ástæðu til að gleðjast og fagna. Strákarnir okkar tryggðu sér sæti í úrslitakeppni heimsmeistaramótsins í knattspyrnu sem haldið verður í Rússlandi næsta sumar. Þetta er einstakt afrek sem verður lengi í minnum haft, og samstaðan sem býr í liðinu mætti vera okkur öllum til eftirbreytni. En landsliðsmennirnir vita líka manna best að í knattspyrnu eins og öðrum íþróttum geta skipst á skin og skúrir. Og í mótlæti er mikilvægast að geta reitt sig á stuðning annarra.

Gleymum því ekki heldur að fólk á öllum sviðum samfélagsins getur þurft að glíma við geðraskanir – og þá eru íþróttirnar ekki undanskildar. Síðastliðin ár hefur einmitt verið rætt nokkuð um geðheilbrigði íþróttamanna. Einn þeirra sem hefur tekið þátt í þeirri umræðu – efnilegur knattspyrnumaður – lýsti andlegum veikindum sínum af því hispursleysi sem þarf, og talaði líka til þeirra sem hafa sokkið djúpt í heim kvíða, þunglyndis og vonleysis. „Ég er með þér í liði,“ sagði hann: „Ég dæmi þig ekki í eina sekúndu. Ég bakka þig upp, alla leið. Ef þú bakkar mig upp. Við eigum líka miklu fleiri liðsfélaga en okkur óraði nokkurn tímann fyrir. ... Við verðum að berjast hvor fyrir annan. Ef þú berst fyrir mig, þá berst ég fyrir þig. Ég tóri fyrir þig, ef þú tórir fyrir mig. Við erum merktir sama liðinu, við erum allir liðsfélagar, og hvað sem bjátar á, þá skulum við standa uppi sem sigurvegarar.“

Já, kærú gestir, svona skulum við standa saman. Ég þakka öllum sem koma að alþjóða geðheilbrigðisdeginum fyrir þeirra góða framlag. Fræðumst saman um geðrækt og geðsjúkdóma, og sporum við fordómum í garð þeirra sem eiga við geðræn veikindi að stríða. Við erum öll í sama liði.