Inklusionsstrategier for mennesker med sindslidelse

Tværfagligt Netværk Socialpsykiatri

„Funktionsnedsættelser er en del af den menneskelige mangfoldighed. Alle mennesker har lige ret til at deltage i samfundet, derfor handler det om at ændre de samfundsmæssige strukturer, så de ikke er diskriminerende og ekskluderende over for bestemte befolkningsgrupper."

Maria Ventegodt Liisberg,
Institut for Menneskerettigheder

Forord

En forbedret indsats i socialpsykiatrien har længe været et fokusområde for både politikere, interesseorganisationer og arbejdsmarkedets parter. Vi er i dag mere opmærksomme på det enkelte individs behov, mål og kompetencer, ikke mindst i forhold til at være aktive deltagere i samfundet.

Tværfagligt Netværk Socialpsykiatri vil gerne bidrage til at udvikle en national strategi for inklusion af mennesker med sindslidelse i samfundslivet.

I juni 2006 holdt Tværfaglig Netværk Socialpsykiatri et seminar med fokus på udvikling af en national strategi for inklusion på arbejdsmarkedet, i uddannelsessystemet og i det almindelige fritids- og foreningsliv. Formålet med seminariet var at diskutere konkrete forslag til inklusionsstrategier, først og fremmest for de tre nævnte områder.

Deltagerne var repræsentanter fra Tværfagligt Netværk Socialpsykiatri, politikere fra de seks organisationer i netværket samt Videnscenter for Socialpsykiatri VISP. Hver organisation kunne desuden invitere to fagpersoner med bredt kendskab til området.

De væsentligste diskussionspunkter fra seminaret er samlet i dette hæfte. Vi vil gerne inspirere og lægge op til en kvalificeret debat om, hvordan vi udvikler handlingsforslag og metoder til inklusion af mennesker med sindslidelse i samfundet, særligt med henblik på arbejde, uddannelse og fritidsliv. Målgruppen for denne debat er som udgangspunkt medarbejdere, ledere, brugerorganisationer og politikere.

Vi er naturligvis opmærksomme på, at også andre faktorer har indflydelse på inklusion og deltagelse i samfundslivet, blandt andet relationer og samvær til familie, venner og øvrige netværk.

Tak til alle deltagerne, der har medvirket til produktionen af publikationen. Hæftet bygger således udelukkende på drøftelser fra seminaret.

Tværfaglig Netværk Socialpsykiatri

Tværfagligt Netværk Socialpsykiatri er et samarbejde mellem seks faglige organisationer:

Dansk Psykolog Forening
Dansk Socialrådgiverforening
Dansk Sygeplejeråd
Ergoterapeutforeningen
FOA – Fag og Arbejde
Socialpædagogernes Landsforbund.

Socialt Udviklingscenter SUS fungerer som sekretariat.

Formålet med netværket er at være med til at udvikle og kvalificere den socialpsykiatriske debat og de socialpsykiatriske tilbud samt tilføre socialfaglige bidrag og overvejelser. Netværket ønsker at være med til at påvirke udviklingen inden for socialpsykiatrien, da netværket, på samme måde som brugere, interesseorganisationer og kommunale organisationer, har en interesse i, at der udvikles og udføres fagligt arbejde inden for området.

Inklusion er at høre til

En psykiatrisk diagnose kan bevirke, at et menneskes selvopfattelse, selvtilllid og håb om fremtid forsvinder. Hverdagen ændrer sig ofte radikalt, når man udvikler en sindslidelse. Det at skulle omgås andre i sociale fællesskaber, på en arbejdsplads, et uddannelsessted og i fritiden, kan være svært og for nogle virke helt uoverskueligt. Nogle mister også kontakten til familie og venner, når de bliver sindslidende. For mange bliver tidligere selvfølgeligheder en stor udfordring.

Mennesker med sindslidelse har ofte svært ved at fastholde en tilknytning til arbejdsmarkedet, og for en del resulterer det i, at de får tilkendt førtidspension. Mange mennesker med sindslidelse får ikke en uddannelse, ligesom de måske heller ikke benytter de almindelige fritidstilbud.

Omgivelserne mangler ofte viden og information om mennesker med sindslidelser. De er usikre på, hvad det vil sige at have en sindslidelse, og kan derfor være med til at isolere mennesker med sindslidelse.

Tværfagligt Netværk Socialpsykiatri vil arbejde for, at der kommer øget opmærksomhed på at udvikle konkrete strategier for inklusion, så mennesker med sindslidelse får bedre betingelser for at blive inkluderet i samfundslivet.

Inklusion er at „høre til“ og være del af samfundet. Det handler om at indgå i forpligtende fællesskaber, hvor andre mennesker regner med en – og skal forstås som en gensidig proces med muligheder for samspil. Inklusionen foregår mange steder – i familien, blandt venner, på aftenskolen, i foreninger, i sportsklubben og på arbejdspladsen.

Inklusion på arbejdsmarkedet

Mennesker med sindslidelse stiller i stigende grad krav om at bidrage som aktive deltagere på arbejdsmarkedet. Samtidig er samfundsudviklingen meget gunstig, der er stigende efterspørgsel efter arbejdskraft. Der burde altså være gode muligheder for at inkludere flere mennesker med sindslidelse i arbejdslivet.

5 bud

på, hvordan socialpsykiatrien i højere grad kan medvirke til inklusion af mennesker med sindslidelse på arbejdsmarkedet:

- Mangfoldig er at anerkende alle borgeres ret til lige muligheder. Kommunerne bør derfor arbejde på at få flere virksomheder til at ansætte mennesker med sindslidelse.
- Der skal arbejdes med at udvikle mentorordninger på de enkelte virksomheder. Mentoren er en af de ansatte i virksomheden, som står til rådighed med støtte og vejledning i forhold til medarbejdere med sindslidelse.
- Det er nødvendigt med særligt fokus på at fremme unges tilknytning til arbejdsmarkedet.
- Der bør være mere fokus på job med løntilskud til førtidspensionister, så flere får mulighed for at bevare en tilknytning til arbejdsmarkedet.
- Den kommunale socialpsykiatri bør bidrage til at styrke samarbejdet med jobcentrene.

Uddybning

Der er stor usikkerhed på arbejdsmarkedet i forhold til at ansætte medarbejdere med sindslidelse. Det skyldes både manglende viden om sindslidelser, manglede ressourcer og manglende tradition i Danmark for at ansætte mennesker med sindslidelse. Kollegerne er måske nervøse for en anspændt atmosfære og frygter, at arbejdsbyrden vokser, hvis den nye medarbejder ikke er i stand til at klare opgaverne på jobbet. Det er blandt andet disse barrierer, den socialpsykiatriske indsats skal medvirke til at nedbryde. Fordelene ved at være en mangfoldig virksomhed med plads til forskellige mennesker skal i højere grad kommunikeres ud til både ledelse og medarbejdere.

Mangfoldighed på arbejdspladsen

Mangfoldighed er et af de begreber, som fylder mere og mere i den offentlige debat og i faglige diskussioner rundt om på landets arbejdspladser. Mangfoldighed handler blandt andet om at anerkende alle borgeres ret til lige muligheder.

Mangfoldighed på arbejdspladsen omfatter både minoriteten og majoriteten. Det betyder, at udfordringen ikke kun ligger på minoritetens skuldre – hos dem, der skal inkluderes, men også majoriteten, der skal inkludere. Inklusion er en gensidig proces, der især handler om at respektere forskellighed, fokusere på ressourcer og se muligheder for samspil og synergi.

„Mangfoldighed er forskellighed, og dermed er målet ikke enshed, hvilket også betyder, at alle mennesker ikke i udgangspunkt har lige mulighed for at deltage i samfundet. Det handler om at erkende forskellene og tale om dem på en måde, så det får os til at se positivt på dem.“[1]

Der skal være fokus på den enkeltes kompetencer, derfor må virksomheder og faglige organisationer være med til at tage ansvar og tilpasse sig den enkeltes behov.

Mentorordninger

En mentor på arbejdspladsen kan være en person, der allerede er uddannet til

1. „Mangfoldighed i arbejdslivet – når vi er lige, men ikke ens“, Nour og Thisted (red.), Institut for Menneskerettigheder, 2005.

at bidrage til det psykiske arbejdsmiljø. Mentorens opgave er at hjælpe medarbejdere med sindslidelse til rette, så der skabes et godt arbejdsmiljø. På den måde skabes de bedste forudsætninger for at ansatte med sindslidelse kan blive en ligeværdig del af arbejdsprocessen og i samarbejdet med de øvrige ansatte.

En intern mentor er en kollega fra arbejdspladsen til forskel fra en ekstern støtteperson.[2] Den interne mentors force er netop, at vedkommende er velkendt i virksomheden og kan være foregangsmand for sine kolleger, så der tales åbent om eventuelle fordomme og usikkerhed i relation til den ansatte med sindslidelse. Erfaringer viser, at gevinsten for den enkelte virksomhed kan betyde et bedre psykisk arbejdsmiljø og en øget forståelse for, hvad det indebærer at have en sindslidelse – og hvilke begrænsninger det kan medføre, så der kan kompenseres herfor.

Fokus på unge

Unge med sindslidelse har i særlig grad været i fokus i de seneste år. I juni 2006 vedtog Folketinget et beslutningsforslag, der giver unge med psykiske lidelser under 25 år på nedsat kontanthjælpsydelse et økonomisk tillæg. Dermed får de samme ydelse som kontanthjælpsmodtagere over 25 år. Dette blev iværksat blandt andet for ikke at „tabe" de unge, som kommer tilbage fra psykiatrisk hospital til hverdagen og skal have lejlighed, uddannelse m.m.

Men der er stadig brug for øget fokus på unge med sindslidelse i relation til inklusion på arbejdsmarkedet. De unge har i mange tilfælde kun i begrænset omfang været en del af arbejdsmarkedet.

Arbejdsgiverne skal tydeliggøre, hvilke muligheder de unge har – og både virksomhederne og kommunerne skal i højere grad synliggøre disse muligheder. Politisk skal der skabes omstillingsparathed og fleksibilitet på arbejdsmarkedet, så det til enhver tid er muligt at udvikle mulighederne i forhold til de ændrede behov, der måtte opstå. Mentorordninger på arbejdspladserne spiller også en vigtig rolle i forbindelse med unge. De unge skal hjælpes på vej og motiveres til at blive en aktiv del af arbejdsmarkedet.

Løntilskudsjob til førtidspensionister

Der er stigende efterspørgsel på arbejdskraft, og derfor er der netop nu øget mulighed for at mennesker med sindslidelse kan blive tilknyttet det almindelige arbejdsmarked på særlige vilkår – såfremt de har lyst og ressourcer. Der bør også gøres en øget indsats for at skaffe flere job med løntilskud til førtidspensionister. Det er således også vigtigt at finde arbejdspladser, hvor en ansættelse på særlige vilkår kan kombineres med restarbejdsevne, for eksempel i form af ansættelse et begrænset antal timer om ugen. Rapporten „Førtidspensionister i løntilskudsjob"[3] viser, at et job med løntilskud ofte giver førtidspensionisten øget trivsel og identitet. Førtidspensionister skal informeres mere grundigt om jobcentrene i deres bopælskommune om de forskellige muligheder, da alt for få førtidspensionister i dag tilbydes arbejde.

Samarbejde med jobcentrene

Derfor er det vigtigt, at socialpsykiatrien etablerer et samarbejde med de nye jobcentre i kommunerne. Jobcentrene får en væsentlig betydning for, at mennesker med sindslidelse kan komme tilbage på eller blive knyttet til arbejdsmarkedet. Ligeledes bør der udarbejdes en beskæftigelsesplan, som tager højde for, at mennesker med sindslidelse tilbydes rådgivning, vejledning og støtte til komme ud på arbejdsmarkedet.

Læs mere

- Hillerød Kommunes revalideringscenter REVA – Trollesbro har udviklet en særlig indsats for beskæftigelse af mennesker med sindslidelse, til glæde for både medarbejdere og virksomheder. www.trollesbro.dk

- Væksthuset i København er en erhvervsdrivende fond, der samarbejder med ledige om at bane vej til en plads på arbejdsmarkedet. www.vaeksthus.dk

- Nettet i Lyngby er en selvejende institution inden for socialpsykiatrien. Nettet har blandt andet etableret Projekt Arbejdssjak, et beskæftigelsestilbud for mennesker med sindslidelse, som ansættes i beskyttet beskæftigelse. Nettet har også et projekt for medarbejdere med brugerbaggrund. Medarbejderne her har en social- og sundhedsfaglig eller pædagogisk uddannelse og har eller har haft en sindslidelse. www.nettetlyngby.dk

2. En ekstern støtteperson medvirker til samarbejde mellem virksomheden og den ansatte med sindslidelse, så den ansatte trives og udfører sit arbejde som aftalt.
3. Udarbejdet af DISCUS A/S, 2006.

Inklusion på uddannelsessteder

Unge og voksne med sindslidelse ønsker som mange andre at uddanne eller videreuddanne sig. Men desværre er der alt for mange, som aldrig får tilbudt en uddannelse.

5 bud

på, hvordan socialpsykiatrien i højre grad kan medvirke til inklusion af mennesker med sindslidelse i uddannelsessystemet.

- Uddannelsessteder bør være opmærksomme på at opbygge en kultur, der er åben over for mangfoldighed, så mennesker med sindslidelse har bedre muligheder for at få en uddannelse.
- Reglerne om revalideringsydelse til en uddannelse bør ændres, så perioden kan forlænges ud over fem år. Mennesker med sindslidelser bør have mulighed for længere tid til uddannelsen.
- Bedre adgang til rådgivning og studievejledning skal fremme, at mennesker med sindslidelse får den bedst mulige støtte til at vælge den rigtige uddannelse.
- Sagsbehandlere og uddannelsessteder skal samarbejde om at kvalificere de allerede eksisterende tiltag for at skabe et godt studiemiljø, for eksempel ved at etablere en fælles specialpædagogisk referenceramme mellem undervisningsmiljøer og lærere, som underviser mennesker med sindslidelse.
- Uddannelsesstederne skal udvikle mentorordninger. Mentoren er en af de studerende på stedet, som står til rådighed med støtte og vejledning.

Uddybning

Mange unge med sindslidelse får aldrig tilbudt en uddannelse, men får i stedet tilkendt en førtidspension. Disse unge bør have samme muligheder som andre unge for at uddanne sig[4]. Uddannelse er ofte nøglen til arbejdsmarkedet og således også et forsørgelsesgrundlag. Ligeledes er uddannelse en stor del af hverdagen. Det giver identitet, man er en del af et fællesskab, og man gør noget for samfundet ved at uddanne sig.

Mangfoldighed på uddannelsesstederne

Uddannelsesstederne må opbygge en kultur, som vægter mangfoldighed og forskellighed. De bør opfordres til at udvikle politikker om mangfoldighed, som også handler om at skabe plads til mennesker med sindslidelse og handicap. Der skal tilbydes information og undervisning om sindslidelse, så det bliver mere naturligt at tale åbent om det at have en sindslidelse.

Mennesker med sindslidelse kan i perioder have svært ved at føle sig til rette med andre studerende – især når sindslidelsen giver tilbagefald. Som andre steder i samfundet, er det selvfølgelig vigtigt at der er åbenhed om disse vilkår, så studerende med sindslidelse kan få hjælp og støtte til at overvinde krisen i vanskelige perioder.

Revalidering

Reglerne om revalidering er en barriere for nogle. Som reglerne er nu, skal man færdiggøre sin uddannelse på 5 år, hvis man er på revalidering. Mennesker, der har haft en sindslidelse eller kæmper med andre former for vanskeligheder, skal have tid til at tage deres uddannelse og ikke føle sig presset. Ellers kan det bevirke, at nogle unge måske opgiver overhovedet at begynde på en uddannelse. Det er vigtigt at kunne forlænge revalideringsperioden, når der skønnes at være behov for det.

Bedre adgang til rådgivning og vejledning

Sagsbehandlerne bør gøre en aktiv indsats for at få unge med sindslidelse i uddannelse, hvis den unge selv ønsker det. Den unge skal have mulighed for vejledning og støtte fra en studievejleder. Her er det vigtigt at slå fast, at mennesker med sindslidelse har samme behov og ønsker til uddannelse og arbejde som andre. Det er vigtigt at fokusere på, hvilke muligheder og ønsker den enkelte har. Og det er vigtigt at drøfte de begrænsninger, sindslidelsen kan give, og hvordan man kan kompensere for det.

Et godt studiemiljø

Uddannelsesstederne bør vægte rådgivning og vejledning gennem bevidste holdninger, pædagogiske strategier og samarbejde eventuelt med støtte/kontaktperson, som kan medvirke til, at mennesker med sindslidelse kan færdiggøre deres uddannelse samt blive fagligt og socialt kompetente. „De gode historier“ om, når det lykkes, skal kommunikeres ud til andre uddannelser. Undervisere skal generelt opkvalificeres og videreuddannes i forhold til at sikre, at de studerende får gode rammer for at kunne gennemføre deres uddannelse.

Mentorordning

Ligesom på arbejdsmarkedet er det nødvendigt at etablere en form for mentorordning. Der bør være en kontaktperson, der hjælper den enkelte med det praktiske og det sociale på uddannelsesstedet. Som udgangspunkt kræver det at mentoren er frivillig, motiveret og kan varetage opgaven.

Læs mere

- Center for ligebehandling af handicappede.
  www.clh.dk

- Erfaringer med at integrere mennesker med handicap eller sindslidelse i uddannelsessystemet.
  www.tilgaengelighed.emu.dk

- Særlige SU-regler for mennesker med handicap eller sindslidelse.
  www.su.dk

- ASV Horsens tilbyder undervisning til unge og voksne med særlige behov, fx mennesker med sindslidelse.
  www.asv-horsens.dk

4. Projekt Unge med Sindslidelse – oplysning og samarbejde. Se www.socialpsykiatri.dk

Inklusion i fritids- og foreningslivet

Mennesker med sindslidelse har behov for at have et fritidsliv blandt andet for at komme ud og møde andre mennesker og have et almindeligt hverdagsliv.

5 bud

på, hvordan socialpsykiatrien i højere grad kan medvirke til inklusion af mennesker med sindslidelse i fritidslivet.

- Socialpsykiatrien skal være med til at udvikle samarbejdet med fritids- og foreningslivet.
- Den enkelte medarbejdere i socialpsykiatrien skal være med til at ruste det enkelte menneske med sindslidelse til at turde afprøve/komme i gang med fritidsaktiviteter.
- Kommunen skal sikre at mennesker med sindslidelse også har mulighed for et aktivt fritidsliv eventuelt med støtte fra socialpsykiatrien.
- Mennesker med sindslidelse er forskellige – og har derfor ønsker til og brug for forskellige fritidstilbud samt oplysning om disse.
- Mennesker med sindslidelse kan på grund af blandt medicinering opleve at tage på i vægt, ligesom de kan blive mindre aktive. Der er derfor behov for støttemuligheder for at mennesker med sindslidelse kan deltage i almindelige idrætsaktiviteter.

Uddybning

Socialpsykiatrien bør have mere fokus på fritids- og foreningslivet, fordi det har mange fordele både for samfundet og for den enkelte borger. Det kan bidrage til at skabe et positivt liv med kontakt til andre mennesker. Det har en betydning for helbredelse, at man har mulighed for at slappe af og have det sjovt – eventuelt indgå i et socialt fællesskab.

Samarbejde med fritidslivet

Derfor er det vigtigt, at socialpsykiatrien afsætter tid til og prioriterer fritidslivet på niveau med alt andet. Medarbejderne skal være med til at åbne døre for borgerne og gøre en aktiv indsats for, at den enkelte ser muligheder i fritidslivet. Ligeledes skal patienter, der er indlagt på psykiatrisk hospital have tilbud om fritidsaktiviteter, blandt andet mulighed for at dyrke idræt.

Fritidslivet bør være en del af den enkeltes handleplan, som medarbejderne i socialpsykiatrien sammen med kommunens sagsbehandler er med til at udarbejde. Det er essentielt, at handleplanen tager udgangspunkt i, hvad borgeren ønsker og kan magte. Medarbejderne skal fungere som kompetencefindere frem for kompetence-skabere. Ved hjælp af handleplanen bliver både medarbejdere og borgere bedre til at holdt fast i, at de i fællesskab har et mål, der skal nås. Det skal resultere i, at borgerne har mulighed for gå til forskellige aktiviteter i fritiden.

Bredden i fritidstilbuddene er vigtig. Nogle mennesker med sindslidelse har mod på at gå på aftenskole, andre har behov for at deltage i særlige tilbud for mennesker med sindslidelse.

Idrætstilbud

Mange mennesker med sindslidelse kæmper med vægten. Dels fordi medicinen ofte har den bivirkning, at de tager på i vægt, dels fordi mange bliver mindre aktive. Motion er sundt for alle, men især når man er under medicinsk behandling, hvor kroppen skal bygges op igen og genoprette sin balance. Erfaringerne viser, at motion kan virke mod depressioner og generelt dårligt helbred[5]. Det er vigtigt, at tilbud om motion og idræt ikke får karakter af en „moralisering“, men selvfølgelig skal tage udgangspunkt i borgerens ønsker og drømme for et godt liv på egne betingelser.

Det optimale vil være, at forenings- og fritidslivet ansætter særlige personer, der skal have fokus på inklusion af personer med sindslidelse, og være aktivt opsøgende. De kan for eksempel komme på psykiatriske hospitaler og i socialpsykiatrien og præsentere programmer og „succeshistorier“ om mennesker med sindslidelse i forenings- og fritidslivet. Der findes flere idrætsforeninger for mennesker med sindslidelse, og nogle kommuner forsøger at styrke samarbejdet med foreninger, for eksempel ved foredrag, åbent hus arrangementer.

Læs mere

Idræt for mennesker med sindslidelse:

- Dansk Arbejder Idræt har været med til at sætte idræt på dagsorden i foreningsregi for mennesker med sindslidelse.
  www.dai-sport.dk
- Idrætsforeningen Kæmperne af 1998 i Københavns Kommune.
  www.ifk98.dk
- Videncenter for handicapidræt.
  www.handivid.dk

5. Motion på recept – motion som behandling, Klarlund Pedersen, Nyt Nordisk Forlag, 2005.

Afrunding

Socialpsykiatrien må styrke afinstitutionaliseringen og anerkende det enkelte menneskes ret til at vælge mellem forskellige tilbud. I den sammenhæng skal der arbejdes for at inkludere den enkelte og undgå at fastholde borgerne i små enklaver. Det er vigtigt at arbejde for, at mennesker med sindslidelse får mulighed for at deltage i arbejde, uddannelse, fritids- og foreningsliv i lighed med andre borgere for at tilgodese muligheden for et hverdagsliv med selvbestemte kvaliteter.

Både på arbejdsmarkedet, på uddannelsessteder og i fritidslivet mangler der viden om mennesker med sindslidelse. Ofte fordi der mangler nærkontakt med og kendskab til personer, der har været i behandling af den ene eller anden art. Det er derfor vigtigt, at kommunerne går forrest i arbejdet med inklusion, så mennesker med sindslidelse bliver en del af hverdagslivet.

Det er vigtigt, at medarbejderne i socialpsykiatrien arbejder med at udvikle det enkelte menneske med sindslidelse til et liv i det almindelige samfund. Det kræver både personlige og faglige kompetencer af medarbejderne, for at kunne støtte op om, at mennesker med sindslidelse får kompetencer til at indgå de forskellige fællesskaber, herunder også at søge hjælp ved tilbagefald.

Socialpsykiatrien må være med til at afdramatisere det at have en sindslidelse, så mennesker med sindslidelser undgår at blive stigmatiseret i lokalsamfundet. Barrierer ude i det „virkelige liv“ skal fjernes, og det skal gøres til noget naturligt, at arbejdspladser, uddannelsessteder og foreninger viser mangfoldighed, så der er plads til alle.

Den største udfordring er at gøre det til en naturlig del af vores hverdag at være mangfoldige og rummelige og at acceptere, at vi alle har lige ret til samfundets tilbud. Det kræver en aktiv indsats fra alle. Det kræver holdningsændringer i samfundet, som skal komme gennem kommunerne via information og gode historier om, at det nytter.

Socialpsykiatrien har i vidt omfang tradition for at inddrage borgerne, så de deltager aktivt i eget liv. Det er uhyre sjældent, at man ikke kan få mennesker med sindslidelse med, hvis man tager dem alvorligt og lader dem komme til orde samt bygger på deres egne ressourcer til at skabe forandringer.

Inklusionsstrategier

SUS

Socialt Udviklingscenter SUS
Nørre Farimagsgade 13
1364 København K
Tlf. 3393 4450
sus@sus.dk
www.sus.dk

SUS

Mennesker med sindslidelse

Inklusionsstrategier
© Tværfagligt Netværk Socialpsykiatri & Socialt Udviklingscenter SUS, 2007. Tekst: Dorthe Perlt og Kristian Wedel Andersen (red.)
Grafisk tilrettelæggelse: Christian Schmidt & Zanna Lyck. Tryk: Christian Schmidt. Oplag: 1.000 ex. ISBN - 978-87-89814-90-2
Publikationen er gratis og kan bestilles hos SUS. Modtager betaler dog porto og administrationsgebyr.