

Velkommen tilbage fra
frokost



PÅRØRENDE
I DANMARK

Vores far har demens!

Marie Lenstrup interviewer
Oline og Mathilde Aalund Holst

Tal om det

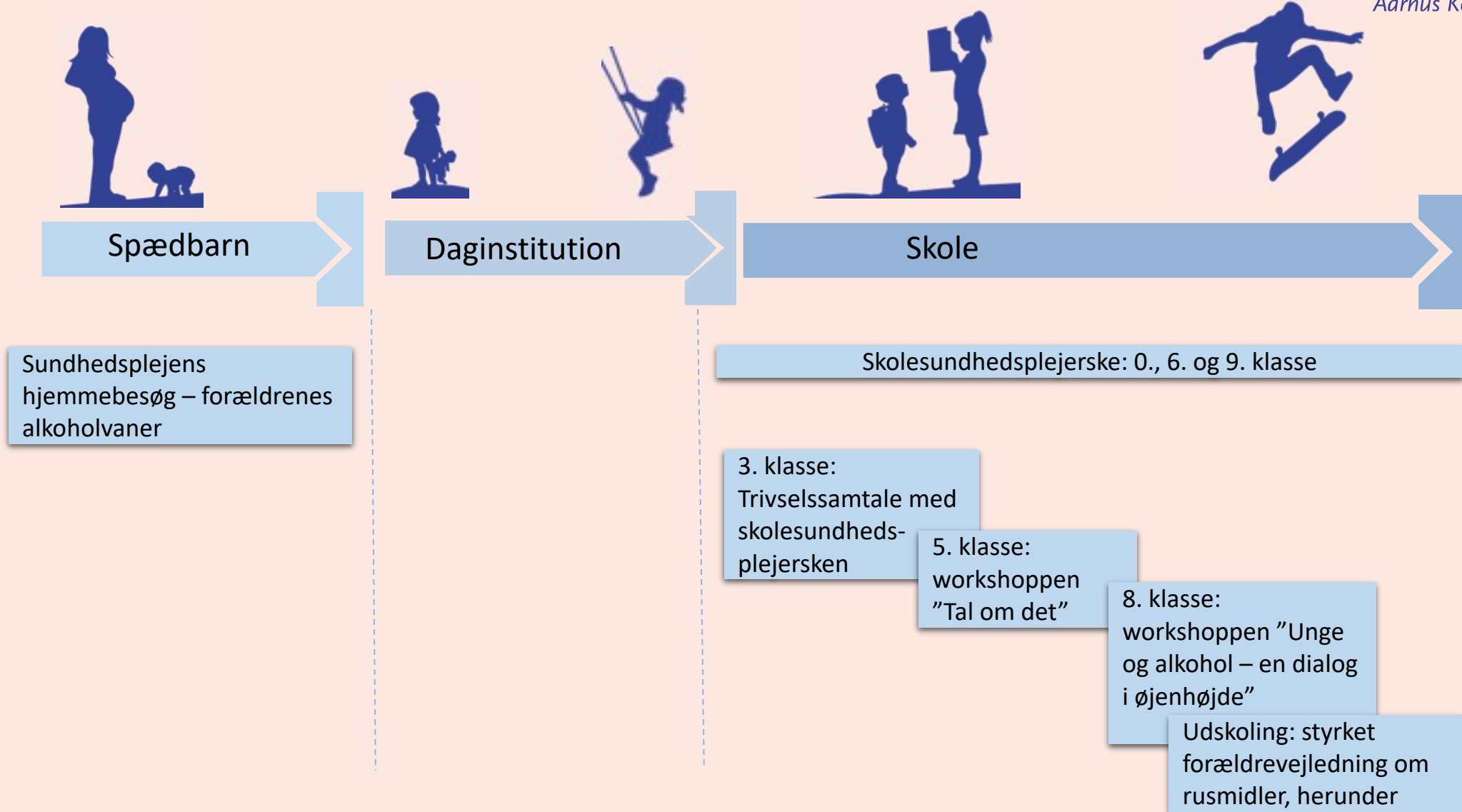
Ane Landgren Vinther og Anette Østergard
Århus Kommun Sundhedsplejen



Grundskolen som ramme for opsporing af børn som pårørende

Opsporing af børn med trivselsproblemer

- almenområdet i Børn og Unge



Sundhedsfremme og forebyggelse

Opmærksomhedspunkter

Helheds-
tankegang

Tvær-
tværfagligt

Tidlig indsats

Tvær-
magistratsligt

Samarbejde og
kommunikation
med skolerne

Samarbejde og
kommunikation
med forældrene



Indsats i 3. klasse



- Trivsel generelt, fx sygdom, dødsfald, skilsmisse, alkoholproblemer i familien, venskaber i skolen
- Informationsbrev til forældre inden samtalerne
- Informationsbrev til lærere inden samtalerne
- Gruppesamtaler og individuelle samtaler
- Metode, materiale: film, fortælling, små øvelser



Indsats i 3.klasse



Hvad fortæller børn mest om:

- Sygdom, fx syge søskende, forældre
- Dødsfald, fx bedsteforældre, kæledyr
- Skilsmisser
- Uvenskaber i klassen

Opsamling:

- Samarbejde med forældrene
- Samarbejde med klasselæreren/ pædagog



Fortælling

Mange børn kender nogle voksne, som græder meget, sover meget eller som skælder meget ud.

Børn tror ofte, at det er fordi, de har gjort noget forkert. Nogle gange tror børn også, at de voksne ikke kan lide dem, og at de er de eneste børn, der har det sådan. Så bliver børnene rigtig kede af det, og kan have svært ved at fortælle det til nogen.

Børn har brug for at snakke med nogen, der forstår dem, og som kan hjælpe dem med at forklare, hvorfor de voksne kan have det svært, for det er nemlig aldrig børnenes skyld.

Børn har også brug for at vide, at der er andre, der har det ligesom dem selv.





BØRN OG UNGE
Aarhus Kommune



Indsats i 5. klasse: Workshoppen ” Tal om det!”

BØRN OG UNGE
Aarhus Kommune



- 1½ times workshop i klassen
- Undervisning, øvelser, film og dialog om følelser og om hvordan voksnes trivsel kan påvirke børnene
- Ledes af en medarbejder fra BRUS i samarbejde med en ung med egen erfaring med forældre med alkoholproblemer
- Klassen primære lærer og skolens sundhedsplejerske deltager

Formål:

- **Almengørelse og tabubrydning i forhold til svære følelser, psykisk sygdom og alkoholproblemer**
- **At give børnene handlekompetence i form af viden om, hvor de kan søge hjælp og støtte**



Tal med én du kender

Hvem er god til at lytte?

Hvem kan jeg snakke med, hvis jeg har et problem i skolen?

Hvem kan jeg snakke med, hvis jeg har et problem derhjemme?

FOKUS PÅ
SUNDHED
OG TRIVSEL



TAL MED ANDRE VOKSNE

Hvis du har brug for at snakke med en voksen du ikke kender, kan du bruge en af de følgende muligheder. Kig på hjemmesiderne og se hvordan og hvornår du kan ringe, sende sms eller chatte:

Aarhus chatten

(find den via cyberhus.dk/ung i aarhus)

Hvis du vil chatte med en rådgiver, som kender Aarhus og gerne vil lytte til dig

Børnetelefonen 35 55 55 55

(bornetelefonen.dk)

Hvis du har brug for at snakke om noget der er svært

BRUS/Aarhus

(projektbrus.dk/aarhus)

Hvis andres alkoholforbrug påvirker din trivsel

Børneportalen

(boerneportalen.dk)

Hvis du vil finde links til mange andre steder der kan hjælpe

Indsats i 5. klasse

BØRN OG UNGE
Århus Kommune



Før workshoppen

- Information til læreren
- Brev til forældrene

Efter workshoppen

Brev til forældrene

Formål:

- **Almengørelse og tabubrydning i forhold til trivsel, psykisk sygdom og alkoholproblemer**
- **At give forældre handlekompetence i form af viden om, hvor de kan søge hjælp og støtte**



Uddrag fra forældrebreve efter workshoppen

Aarhus Kommune har tilbud til børn der er pårørende

- [Samtalegrupper for børn- når mor eller far har en psykisk sygdom](#)
- [Individuelle- familie- og gruppesamtaler for børn – når alkohol er et problem i familien](#)

Der er også rådgivningsmuligheder for voksne

- [Åben, anonym rådgivning til familier med børn](#)
- [Rusmiddelcenter Aarhus, alkoholbehandlingen](#)
- [Folkesundhed Aarhus](#)
- [Landsforeningen SIND](#)
- [Alkolinjen, Alkohol og samfund](#)

Workshoppen er en del af Aarhus Kommunes fokus på alkohol i børnefamilier samt unges alkoholforbrug. Det er et helhedsorienteret fokus, som omfatter 3. 5. og 8. klassesetrin samt udskoling i hele Aarhus Kommune.





I tvivl om du har brug for hjælp?

Vi lytter til alle. Også til dig.

Skriv til Brevkassen

Deltag i gruppechatten



MENU & SØG

SCROLL





MENU & SØG

Det er altid okay at bede om hjælp

Det kan være svært at vokse op i en familie med alkohol- eller stofproblemer. I BRUS ved vi, hvordan rusmidler påvirker en familie. Og det er altid okay at kontakte os.

Hvis du er voksen eller forælder, kan du læse mere på projektbrus.dk



Kontaktinformationer

- Anette Østergaard
Skolesundhedsplejerske og konsulent
anos@aarhus.dk
- Ane Landgren Vinther
BRUS/Aarhus
anela@aarhus.dk



Varmed op til debat



PÅRØRENDE
I DANMARK

PAUSE

Vi går i gang igen kl. 14.00



PÅRØRENDE
I DANMARK

Vision for børn og unge som pårørende inden 2025

I panelet

Tina Rathje, psykolog, Børn, Unge & Sorg

Pernille Grünberger, programleder, Børns Vilkår

Anni Sørensen, formand, LEV

Thomas Medom, rådman for børn og Unge, Århus Kommune

Ordstyrer

Marie Lenstrup, formand, Pårørende i Danmark



PÅRØRENDE
I DANMARK

Tak for i dag

Marie Lenstrup, formand
Pårørende i Danmark

