



Indhold

Afholdte temadage:

- ✓ Angst 4.4.2022
- ✓ Mental sundhed og mistrivsel 6.5.2022

Kommende temadage:

- ✓ Autisme 27.5.2022
- ✓ Misbrug i familier 10.6.2022
- ✓ Sociale medier 25.8.2022
- ✓ Mistrivsel i det brede perspektiv 8.9.2022
- ✓ Mindfulness og compassion 7.10.2022
- ✓ Sammenbragte familier 4.11.2022
- ✓ Skyggebørn; mindre børn og sorg 24.11.2022
- ✓ Emner på vej i 2023
- ✓ **Andre emner:**
- ✓ National konference om selvskader i maj
- ✓ Europæisk konference i København i august
- ✓ Guide til tilmeldinger

Afholdte temadage

1) Angst

Livsmod havde i april besøg af psykolog Marie Louise Reinholdt-Dunne, der er Ph.d., lektor og forsker på KU. Hun er certificeret i metakognitiv psykologi.

Da angst er den hyppigste psykiske lidelse blandt børn og unge, er det vigtigt at fagpersoner kender til de forskellige angstlidelser og deres udtryk, og er bekendt med, hvordan man udreder for angst hos børn og unge. Vi fik da også en meget kompetent rundtur i de forskellige angstlidelser og deres specifikke karakteristika og kliniske fremtrædelsesformer.

Tematimerne fandt sted mandag den 4. april 2022.
Det informative oplæg fra dagen kan ses på hjemmesiden [HER](#).

2) Mistrivsel & mental sundhed

Livsmod havde besøg af Katrine Rich Madsen, der er postdoc ved Statens Institut for Folkesundhed. Katrine har blandt andet arbejdet med børn og unges trivsel, ensomhed, etnicitet og mental sundhed i en årrække.





Dagens emne henvender sig til alle, der på arbejder med børn og unges trivsel og mistrivsel, herunder med deres mental sundhedsfremme.

**Tematimerne fandt sted fredag den 6. maj 2022.
Det fine oplæg kan ses på hjemmesiden [HER](#).**

Kommende temadage

3) Autisme



Livsmod får besøg af formanden for Landsforeningen Autisme, Kathe Johansen, som vil præsentere foreningens arbejde og hvilke områder, som fagpersoner kan få hjælp til via rådgivning på Autismefeltet. Vi vil også få indsigt i nyeste anvendelige viden, som f.eks. fagpersoner i kommunerne vil kunne drage nytte af.

Viden om Autisme, besøg Videnscenter Autisme [her](#).
Det Nationale Autismeinstitut, se [her](#).

Selvom der er tilmeldt godt over 100 tilmeldte, er der stadig nogle ledige pladser.

**Tematimerne finder sted 27. maj 2022 kl. 12-14 i Hillerød.
Indbydelsen er udsendt. Du kan tilmelde dig [HER](#).**

4) Alkohol- og stofmisbrug i familien

Blandt børn og unge med forskellige former for mistrivsel og psykiske udfordringer spiller misbrug af alkohol eller andet i familien ofte en eller anden form for negativ og definerende rolle.



Livsmod sætter dette omfattende emne på programmet i juni 2022, og har derfor inviteret Ung Revers til at stå for timernes indhold. Ung Revers er et finanslovssikret og gratis samtalebehandlingstilbud til børn og unge op til 25 år, der vokser op i familier med alkohol- og / eller stofproblemer. Behandlerne er sundhedsfagligt uddannede med en terapeutisk overbygning.



Timerne handler om de belastninger og mulige konsekvenser, der ofte viser sig i børnenes og de unges følelsesmæssige og sociale udvikling.

Vi indføres i, hvordan Ung Revers forstår dynamikken i familierne og hvordan vi behandlingsmæssigt kan arbejde med mindre børn og deres forældre og med de unge selv.

**Tematimerne finder sted fredag den 10. juni 2022 kl. 12-14 i Hillerød.
Indbydelsen er udsendt - og du kan tilmelde dig [HER](#).**

5) Børn og unges udfordringer på de sociale medier

Som opfølgning på sidste års temadag om digitale krænkelser har Livsmod landet en aftale med Red Barnet, der intenst har beskæftiget sig med emnet, herunder hvad der kan gøres i den forebyggende indsats.

Vi får præsenteret Red Barnets indsats 'SletDet Rådgivningen', der handler om digitale krænkelser og de konsekvenser, som de kan medføre.

SletDet hjælper børn og unge, forældre, pårørende og fagpersoner med at håndtere ubehagelige oplevelser og krænkelser på nettet. Det kan f.eks. være grænseoverskridende eller krænkende billeder bliver delt uden samtykke eller andet, som mobning, hacking eller stalking.



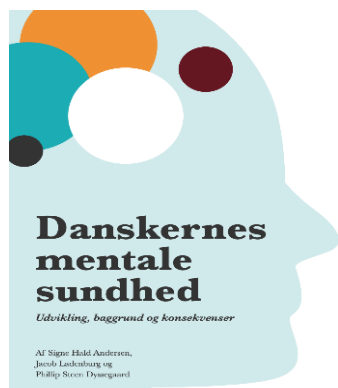
**Tematimerne finder sted
torsdag den 25. august 2022 kl. 13-15.30 i Hillerød.
Indbydelsen kommer ud inden længe.**

6) Mistrivsel og mental sundhed i det brede perspektiv

Livsmod har til denne dag inviteret Signe Hald Andersen, der er forskningsprofessor og souschef i Rockwool Fondens Forskningsenhed. Hendes forskningsområder favner anbringelser af børn uden for hjemmet, kriminalitet, arbejdsløshed, sociale og økonomiske processer i familier, mistrivsel og mental sundhed.



Tematimerne vil udvide vores forståelse af udviklingen i danskernes mentale sundhed over de seneste 10-20 år. Vi vil få et indblik i et bredt spænd af mental sundhed, fra udviklingen indenfor lettere dårlig mental sundhed, herunder subjektive eller selvrapporterede indikatorer for mistrivsel, til udviklingen i den alvorlige ende med langvarige indlæggelser i det psykiatriske sundhedssystem.



Se mere om Signe Hald Andersen, emnet og f.eks. rapporten Danskernes mentale sundhed [her](#).

Tematimerne finder sted torsdag den 8. september 2022 kl. 13-15.30 i Farum Kulturhus (Teatersalen). Indbydelsen kommer ud sommer 2022.

9) Mindfulness og compassion



Livsmod får besøg af Lone Overby Fjorback, der er Centerleder, overlæge, lektor og ph.d. på Dansk Center for Mindfulness, Institut for Klinisk Medicin ved Aarhus Universitet.

Hun har blandt andet publiceret bøgerne Mindfulness, PsykiatriFondens Forlag 2019 og Må jeg hjælpe dig, Gads Forlag 2015.

Timerne kommer omkring begreberne mindfulness og compassion. Fra ny dansk forskning ved vi, at træning i compassion kan hjælpe pårørende, børn og unge og forældre. Compassion er kort fortalt opmærksomheden på egen eller andres lidelse, smerte eller mistrivsel - og om at være motiveret til at støtte og lindre lidelse.

Tematimerne finder sted fredag d. 7. oktober 2022 kl. 12-14 i Birkerød (Store Sal). Indbydelsen kommer ud efter sommer 2022.

10) Sammenbragte familier

Disse tematimer er et led i Livsmods løbende fokus på skilsmissen og andre udfordringer i børnefamilier. Vi følger denne gang op på det brede emne 'Sammenbragte familier', som vi havde på programmet i januar 2020.

Livsmod får besøg af projektleder og familiekonsulent Søren Marcussen fra Center for Familieudvikling. Han har blandt andet været med til at udvikle PREP (et kommunikationskursus for par) og KIFF (et kursus i fælles forældreansvar for skilte forældre sammen).



Center for Familieudvikling ønsker at give familier en faglig og forskningsbaseret håndsrækning til trivsel og sunde relationer - og tilbyder PREP-kurser for par, KIFF-Kurser i fælles forældreansvar, parterapi, børnegrupper og uddannelse af fagpersoner. Se mere om centret [her](#).



CENTER FOR
FAMILIEUDVIKLING

Timerne 'sammenbragte familier' vil blandt andet indeholde nyeste viden om og forståelse for den sammenbragte families særlig vilkår, der f.eks. ikke er defineret som en kernefamilie.

Hvilke udfordringer stiller det klinikere, behandlere og rådgivere i - og hvordan kan vi blive endnu bedre til at hjælpe og støtte børn og unge, der 'kommer i klemme' i sammenbragte familier?

**Tematimerne finder sted fredag den 4. november 2022 kl. 12-14.
Indbydelsen kommer ud efter sommer 2022.**

11) Skyggebørn - mindre børn og sorg

Disse tematimer er en præsentation af foreningen Skyggebørn og den indsats, som foreningen yder i forhold til børn, der oplever sorg af forskellig art. Oplægsholder er psykolog Jes Dige.

Skyggebørn er stiftet af Jes Dige, som siden 1991 har været pioner i forhold til at arbejde med børn og unges sorg. Først i Kræftens Bekæmpelse (KB) og siden 2017 drivkraften bag Skyggebørn.

Jes Diges tidligere samarbejdspartner fra KB, Per Bøge, var forbi Livsmod for nogle år siden med et [oplæg](#) om materialet '[OmSorg](#)'.



Sorg er et livsvilkår for de ramte børn og unge, der ikke kan sættes på formel. Skyggebørn er skabt for at give de ramte et gratis, åbent og tidsubegrænset rum, hvor der tales højt om de emner, der fylder. Her mødes ligesindede i grupper, som faciliteres af gruppeledere med børnefaglig baggrund eller egne oplevelser med sorg. Se mere om Skyggebørn [her](#).

**Tematimerne finder sted 24. november kl. 13-15 2022 i Farum Kulturhus (Teatersalen).
Indbydelsen kommer ud efter sommer 2022.**



Emner på vej i 2023

Livsmod har en række andre temadage, som lige nu er ved at blive aftalt til 2023 - her er nogle af overskrifterne:

- ✓ Psykisk syge forældre v/ professor Anne Thorup (opflg. på oplæg i 2020)
- ✓ Konfliktåndtering i 'Livsmodssager' v/ Center for Konfliktåndtering
- ✓ Selvmordsadfærd, udredning og indsatser v/ BUC
- ✓ Traumer og den brede traumeforståelse
- ✓ Personlighedsforstyrrelser og praktik ift. forældre/børn
- ✓ Selvskader, indsat og behandling v/ psykologerne Cecilie Semmling og Ida Jørgensen
- ✓ Mistrivsel og nyeste viden om forebyggelse v/ Vidensråd for Forebyggelse

Derudover har vi følgende emner på vej: Ensomhedsformer, svære skilsmisser, tilknytningsforstyrrelser, vold i familien, Mind My Mind, selvmordsadfærd mfl.

**Har I flere ønsker og idéer til temadage, emner eller oplægsholdere ...
så send meget gerne en mail til os på info@livsmod.net.**

Konference om selvskader i København 19. maj 2022

Torsdag den 19. maj afholdes en national konference om selvskader. Hvorfor skader flere og flere unge sig selv? Hvordan kan fagpersoner hjælpe et selvskadende ungt menneske? Hvad sker der, når selvskade foregår på sociale medier? Det er nogle af de spørgsmål, der bliver taget op på konferencen.

Team for selvskade i Region Hovedstaden og Landsforeningen mod spiseforstyrrelser og selvskade (LMS) er gået sammen om Danmarks første nationale konference om selvskade.

Konferencen er for dig, som møder selvskadende mennesker i arbejdet, som har ansvaret for behandling af selvskade eller som på andre måder arbejder professionelt med selvskade.

Se program og tilmelding [HER](#).

Europæisk konference i København 24. – 27. august 2022

The European Symposium for Suicide and Suicidal Behaviour (ESSSB) bliver afholdt hvert andet år et sted i Europa. Her præsenteres ny viden om selvmordsadfærd af forskere, behandlere og fagprofessionelle samt af pårørende og efterladte. Den 19. ESSSB-konference afholdes i København i dagene 24. til 27. august 2022.

Se mere om konferencen [HER](#).



Guide til tilmeldinger

Af hensyn til de mange nye medlemmer i Livsmod - og som opfriskning for alle de andre - kommer her (igen) en hurtig beskrivelse af, hvordan tilmelding / framelding til temadage foregår.

- ✓ Temadagen annonceres først i nyhedsbrevet, så der er god tid til at få datoen i kalenderen
- ✓ Indbydelsen mailes ud til alle, der er oprettet i Livsmod: **Derfor oprettelse før tilmelding**
- ✓ Indbydelsen udsendes i god tid inden temadagen
- ✓ Indbydelsen ligges samtidigt på hjemmesiden
- ✓ Det er ikke nødvendigt først at logge ind ved tilmeldinger
- ✓ I indbydelsen er et link, som fører til en tilmeldingsboks, hvor korrekt navn og e-mail indtastes
- ✓ Ved tilmelding ('Enter') modtages en bekræftelse direkte på skærmen
- ✓ Det er ikke nødvendigt at tjekke - **man er tilmeldt ved tryk på 'Enter'**
- ✓ Er der fyldt op på temadagen, fremgår det tydeligt (man kan ikke indtaste tilmeldingen)
- ✓ Før temadagen modtager alle deltagere en reminder på mail (forudsat korrekt e-mail)
- ✓ Er man forhindret i deltagelse, så send en mail til info@livsmod.net (pladsen kan gå til en anden)
- ✓ Oplæg fra dagen bliver altid lagt op på hjemmesiden hurtigst muligt under temadagen

Næste Nyhedsbrev udsendes sommer 2022.

Med venlig hilsen

Gert Jessen
Tovholder på Livsmod

Livsmod forankrer den forebyggende indsats overfor børn & unge i Nordsjælland.

Kontakt info@livsmod.net - www.livsmod.net

Hjemsted i Helsingør Kommune, Center for Børn, Unge & Familier

Livsmod var i 2006-8 støttet af Velfærdsministeriet. Fra 2009 og frem af de deltagende partnerkommuner & Region Hovedstaden