



Indhold (kort nyhedsbrev på 4 sider med links til relevante eksterne sider)

Afholdte temadage:

- 1) Børn, unge & skærmtid; mistrivsel og diagnoser (se oplæg på hjemmesiden)

Kommende temadage:

- 2) Anbefalinger til trivsel 16.9.2025 (med tilmelding)
- 3) Hvordan har skolebørn det i dag? 22.10.2025 (indbydelse udsendes senere)
- 4) Traumer og senfølger (dato kommer snarest)
- 5) Temadage på vej

Andet:

- 6) Nyt om Livsmod og tovholdere
- 7) Behandlingskæder

Afholdte temadage

1) Børn, unge & skærmtid; mistrivsel og diagnoser

Livsmod var så heldig at have besøg af psykolog, lektor og forsker i børn og skærme, Aida Bikic, fra Syddansk Universitet (Institut for Regional Sundhedsforskning, SDU og Psykiatrien i Region Syddanmarks afdeling i Aabenraa). Hendes forskning drejer sig især om skærme og computerens betydning for børn, og herunder særligt børn med ADHD.

Vi fik et grundigt og anvendeligt indblik i den nyeste viden på området samt de anbefalinger, der i dag burde være gældende for alle børn og unges skærmb brug.



Du kan se en artikel om og med Aida Bikic [HER](#).

Tematimerne fandt sted onsdag den 14. maj 2025 i Hillerød. Du kan se dagens oplæg [HER](#).

Kommende temadage

2) Børn, unge og trivsel - Trivselskommissionens anbefalinger

Vi bør have en ny måde at tale om trivsel på. Børns smartphonedebut udskydes til de er 13 år, og telefonerne skal helt ud af grundskolen. Vi skal



BØRNE- OG
UNDERVISNINGSMINISTERIET



styrke børn og unges tro på egne evner, ansvarsfølelse og vedholdenhed. Alle børn og unge bør have en fritidsaktivitet sammen med andre.

Det er blot nogle af de anbefalinger, som Trivselskommissionen kom med i sin afrapportering tidligere i år. Se rapporten [HER](#).

Livsmod præsenterer derfor nogle tematimer, der kan sætte konkrete ord på kommissionens anbefalinger og forslag til initiativer i forhold til børn og unges trivsel.

Når der samtidig er kommet flere børn og unge i gruppen, der er i dårligst trivsel og færre, i gruppen, der trives bedst - så kalder det samtidig på handling (økonomiminister Stephanie Lose).

Fagpersoner efterspørger netop ofte et overblik over de meget forskellige udfordringer og handlemuligheder, når de møder med børn, unge og forældre - pædagogisk, psykologisk og praktisk - ift. børn og unges trivsel.

Dagens oplægsholder er fra Dansk Ungdoms Fællesråd

Til at give Livsmods fagpersoner et kvalificeret overblik over det brogede trivselsområde har vi inviteret forkvinde i Dansk Ungdoms Fællesråd, Christine Ravn Lund, som har bidraget til arbejdet i og anbefalingerne fra Trivselskommissionen.



Med afsæt i trivselskommissionens arbejde, overvejelser og anbefalinger vil Christine i tematimerne understrege både den anvendelig viden og de nye perspektiver i fagpersoners daglige arbejde med trivsel hos børn og unge.

Trivselskommissionen bestod af eksperter, forskere, fagpersoner og interesseorganisationer (se dem [HER](#)). Se mere om Dansk Ungdoms Fællesråd [HER](#).

**Tematimerne finder sted tirsdag den 16. september 2025 kl. 13-14.45 i Hillerød.
Du kan tilmelde dig [HER](#).**

3) Hvordan har skolebørn det i dag? Skolebørnsundersøgelsen.



Med afsæt i den store **Skolebørnsundersøgelse** vil en af hovedforfatterne, seniorforsker Katrine Rich Madsen, give en status på, hvordan skolebørn egentlig har det i dag.

Vi vil få et godt overblik over børn og unges konkrete helbred, trivsel og sundhedsadfærd fra 5. til 9. klassetrin, herunder også hvordan det står til med f.eks. den social ulighed i børns sundhed. Aldersperioden fra 11 til 15 år er en vigtig livsperiode set i et udviklings- og sundhedsperspektiv. I den periode bliver



børnene i gennemsnit 20 kg tungere og 20 cm højere. Perioden er en kritisk eller sensitiv periode for udvikling af fremtidens helbred, og det er en periode, hvor ophobning af belastninger kan få alvorlige konsekvenser for det fremtidige liv.

Katrine Rich Madsen besøgte også Livsmod for ca. 3 år siden, hvor hun blandt andet fortalte om den nyeste viden om børn og unges mentale sundhed. Se det [HER](#).

**Tematimerne finder sted onsdag den 22. oktober 2025 kl. 13-14.45 i Hillerød.
Indbydelsen udsendes senere.**

4) Traumer og senfølger

Livsmod har lavet en aftale med Landsforeningen Spor om et oplæg om emnet traumer og senfølger. Vi får sat tid og sted på oplægget inden så længe.

Landsforeningen Spor er en organisation med fokus på senfølger grundet seksuelle overgreb i barn- og ungdommen. Se mere om Spor [HER](#).



Dato & sted er endnu ikke fastlagt. Indbydelsen udsendes senere.

5) Temadage på vej

Livsmod har flere temadage på vej. Her er nogle af overskrifterne:

- ✓ Workshop for Livsmodsbehandlere
- ✓ Familieretshuse og de svære skilsmisser
- ✓ De forskellige former for ensomhed og sammenhæng med mistrivsel
- ✓ Spiseforstyrrelser, ADHD, Autisme, mentalisering mfl.

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

6) Nyt fra Livsmod & ny tovholder

Som mange sikkert har bemærket, så har tidligere medlem af Livsmods styregruppe, psykolog



Sine Widriksen, langsomt overtaget tovholderfunktionen i en glidende overgang, som vil fortsætte nogle måneder endnu.

Gert Jessen, der har været en del af Livsmod siden midten af 1990'erne, udtræder officielt af tovholderfunktionen hen over sommeren 2025, men han vil dog i en overgangsperiode gerne bidrage med en hjælpende hånd.



Hvilke mindre justeringer i Livsmods arbejde, der vil ske som resultat af skiftet, kommer naturligvis ud til alle, som i dag er en del af Livsmods netværk, efterhånden som de tager form.

Styregruppen har sammen med de to tovholdere drøftet en række nye muligheder og initiativer - det kunne f.eks. være nogle af tematimerne arrangeret som webinarer, optagelse af en eller flere kommuner i Livsmods netværk og andet, der kan gøre Livsmod endnu mere attraktiv.

7) Behandlingskæder - senere på året

Livsmod vil senere i 2025 igen afholde en minikonference om 'behandlingskæder i regionen', som opfølgning og udbygning af den konference, som vi gennemførte i starten af året 2023.

Programmet vil blandt andet indeholde indlæg fra flere kommuner med eksempler på indhold og struktur i behandlingskæder set fra kommunerne, indlæg set fra den psykiatriske del af behandlingskæderne samt fra somatikken (Børneafdelingen, Hillerød Hospital). Derudover vil der være indlæg fra KIT (Koordineret Indsats på Tværs) og andre.

Målet er både vidensformidling, gensidig inspiration, dialog om samarbejdsformer, belysning af procedurer og udvidelse af netværksdannelsen i relation til regionens behandlingskæder. Resultater, viden og anbefalinger ift. behandlingskæder kommer på hjemmesiden løbende. Her ligger allerede beskrivelser af de enkelte kommuners og afdelingers kædebeskrivelser, hvor I kan se procedurer og hvem og hvordan ift. næste led i kæden. Se dem alle [HER](#).

Næste Nyhedsbrev udsendes efterår 2025

Med venlig hilsen

Gert Jessen & Sine Widriksen
Tovholdere 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 bestod af en række eksternt finansierede projekter mellem 1994 & 2005. Livsmod var i 2006-8 støttet af Velfærdsministeriet og fra 2009 og frem af de deltagende partnerkommuner & Region Hovedstaden.