



Nyt landsdækkende tilbud guider børn og unge gennem hårde tider

26-11-2018

Flere og flere børn og unge kæmper med psykiske problemer som stress, ensomhed eller angst. Derfor udbreder Danske Regioner nu et internetbaseret tilbud til børn og unge mellem 13 og 20 år, hvor de anonymt kan få viden og råd om mental sundhed fra professionelle fagfolk.

Alt for mange børn og unge mistrives i en dagligdag præget af stress, ensomhed eller angst. Derfor sætter Danske Regioner ind med det nye initiativ Mindhelper.dk, som er udviklet af Region Syddanmark. Her kan de unge få råd og redskaber til at styrke deres mentale sundhed med fx mindfulness øvelser. På hjemmesiden kan de unge også finde et rådgivningstilbud tæt på deres bopæl.



Vi skal hjælpe børn og unge i god tid, så vi kan nå at forebygge, at mistrivsel udvikler sig til større psykiske problemer, der vil følge dem resten af livet.

Sophie Hæstorp Andersen,
Formand, Psykiatri- og Socialudvalget



HJÆLP PÅ BØRN OG UNGES PRÆMISSER

Det hele foregår online, og det er derfor en effektiv hjælp til børn og unge, fordi det foregår på deres præmisser, siger formanden for Psykiatri- og socialudvalget i Danske Regioner, Sophie Hæstorp Andersen:

- Børn og unge skal kunne få let tilgængelig og anonym hjælp. Det er ikke altid nemt at indvie en forælder eller en læge i sine problemer, derfor kan de unge bruge det her tilbud og få gratis, anonyme råd på internettet.

TIDLIG INDSATS KAN FÅ DE UNGE PÅ RETTE SPOR

I psykiatrien er antallet af børn og unge, der søger behandling fordoblet siden 2007. Psykiske problemer er smertefulde at leve med, og for mange kan det give varige ar på sjælen. Det er derfor vigtigt at sætte ind tidligt med den rette hjælp, siger Sophie Hæstorp Andersen:

- Vi skal hjælpe børn og unge i god tid, så vi kan nå at forebygge, at mistrivsel udvikler sig til større psykiske problemer, der vil følge dem resten af livet. En god mental sundhed blandt børn og unge er afgørende for deres trivsel nu og i fremtiden.

GODE ERFARINGER

Mindhjælper.dk har siden lanceringen i 2016 haft over 800.000 besøgende. Ud af dem har mere end 3000 givet siden feedback, og her svarer 9 ud af 10, at indholdet er nyttigt. Resultaterne støttes af en ekstern effektevaluering fra 2017, der viser, at både unge og fagfolk i høj grad vurderer sitet positivt. Mindhjælper.dk skal være et fælles regionalt tilbud fra 1. januar 2019.

LÆS MERE

- Mindhjælper.dk

KONTAKT

Hvis du vil vide mere

Ida Agnete Dalsjö, konsulent
Center for Sundhed og Sociale Indsatser
T: 35298368
M: 25344040
E: iad@regioner.dk

Emma Skjold Lindegaard, pressekontakt
Kommunikation
M: 51914464
E: eli@regioner.dk

KONTAKT

Hvis du vil vide mere

Sophie Hæstorp Andersen,

Formand for Psykiatri og Socialudvalget,
regionsrådsformand

T 38 66 51 00

M 70 20 95 88

E formand@regionh.dk



LÆS MERE

Relaterede nyheder

Børn og unge kommer langt hurtigere til i psykiatrien

12-11-2018

Psykiatriske patienter får bedre hjælp til at undgå fysisk sygdom

02-09-2018

Danske Regioner vil løfte behandlingen til mennesker med svær psykisk sygdom

31-08-2018

Brugen af tvang i psykiatrien falder

14-06-2018

> [ALLE NYHEDER](#)

Følg os på:

[twitter](#)

[LinkedIn](#)

Danske Regioner

Dampfærgevej 22
2100 København Ø

T 3529 8100

E regioner@regioner.dk

Får du vores nyhedsmails?

Få nyhedsmails om præcis de emner, du interesserer dig mest for.
Du kan når som helst ændre eller framelde dit nyhedsabonnement.

Tilmeld nyhedsmails