



Sundhedstilbud og kontaktinfo, samt tidligere nyhedsbreve – klik [her](#)

Maj 2020 – nyhedsbrev

Styrket tværsektoriel indsats for børn og unges mentale sundhed (STIME) i Gladsaxe

STIME er et projektsamarbejde mellem syv kommuner (Bornholm, Frederiksberg, Gentofte, Gladsaxe, Høje-Taastrup, Lyngby-Taarbæk og København) samt Region Hovedstadens psykiatri (BUC). Projektet er støttet af satspuljemidler via Sundhedsstyrelsen, og løber i årene 2018-2021. I Gladsaxe Kommune er projektet forankret i Pædagogisk Psykologisk Rådgivning (PPR).

Formålet er at udvikle og afprøve en række lettere behandlingsforløb i kommunerne, som gerne skal bevirke, at færre børn og unge får behov for en indsats i psykiatrien. Baggrunden for projektet er, at man har set en stigning i psykisk mistrivsel hos børn og unge, samt at antallet af børn og unge med diagnoser også er steget ret markant i de senere år. Psykiatrien er overbelastet og har lange ventetider, og bl.a. derfor har der været et ønske om at få afprøvet nogle nye, forebyggende forløb i kommunerne.

Lettere behandlingsarbejde med barn/ung og forældre inden for fire spor

Det lettere behandlingsarbejde, som PPR via projekt STIME tilbyder, består af fire spor:

1. *Når bekymringer og tristhed fylder for meget (lettere angst og depressionsproblematikker)*
 - Der er to forskellige målgrupper: 1) Forældre til ængstelige børn i 0.-6. klasse (altså børn i alderen 6-12 år) og 2) Unge i alderen 13-17 år med emotionelle vanskeligheder
 - Metoden, som bruges ved den første målgruppe (forældre til børn i 0.-6. klasse), er Få styr på angsten: Et kursusforløb udviklet af Center for Angst, som består af tre workshops og manualbaseret hjemmearbejde.
 - Metoden, som bruges ved den anden målgruppe (13-17-årige), er en transdiagnostisk manual, som er udviklet af STIME-medarbejdere, og som består af syv individuelle samtaler med den unge og den unges forældre.
1. *Når uro, opmærksomhed og impulsivitet er en udfordring*
 - Forløbet er for børn i alderen 3-10 år og deres forældre
 - Metoden, som anvendes, hedder New Forest Parenting Program (NFPP) og består af otte sessioner med forældrene, og to-tre af sessionerne er inkl. barnet.
 - Der er pt. ved at blive udviklet et ekstra forløb, som skal være lettere og mere forebyggende end NFPP har vist sig at være. Det skal være kursusbaseret og minde om Få styr på angsten (tre workshops for en gruppe af forældre)
2. *Når tanker om krop og mad fylder for meget (lettere spiseforstyrrelser)*
 - Forløbet er for unge i alderen 13-17 år og deres forældre
 - Metoden er en familiebaseret indsats udviklet af STIME-medarbejderne bestående af fire sessioner med den unge og forældrene samt en "booster-session"
3. *Når svære følelser fører til selvskade (lettere selvskadeproblematikker)*
 - Forløbet er for unge i alderen 13-17 år og deres forældre
 - Metoden er en light-udgave af det svenske program ERITA (Emotion Regulation Individual Therapy for Adolescents) og består af fem sessioner med udgangspunkt i følelsesmæssig reguleringsterapi

Fælles for de fire spor er, at der er tale om børn/unge med *lettere problematikker*, dvs. at barnet/den unge ikke har behov for behandling i psykiatrien, da der er tale om en meget forebyggende indsats. Som udgangspunkt må barnet/den unge derfor heller ikke have en psykiatrisk diagnose, med mindre denne er velbehandlet. Hvis du er i tvivl, så kontakt os endelig.



Kontakt til STIME i Gladsaxe

Vejen ind i STIME går typisk via PPR – altså ved at en lærer fx kontakter skolens PPR-medarbejder, som dernæst indstiller barnet/den unge til STIME-visitationsudvalget. Herefter skal familien udfylde et spørgeskema, som bliver vurderet af STIME-visitationsudvalget en gang ugentligt.

Vi har dog for nylig oprettet en direkte telefonlinje til STIME, som både barn/ung, forældre og fagpersoner kan benytte. I kan derfor enten selv kontakte en STIME-medarbejder, eller I kan bede forældrene/den unge om at tage kontakt til os via telefon 39 57 56 65 mandag til torsdag i tidsrummet 11.00-12.00. Vi foreslår, at I beder forældrene/den unge om at tage kontakt til os direkte, da det vil være lettere at spørge ind til diverse problematikker ved direkte kontakt.

Vi er pt. ved at få udarbejdet nogle postkort, som I kan have liggende i jeres praksis og udlevere til familien, hvor kontaktoplysningerne også fremgår, men indtil de er klar, bedes I blot henvise til telefonnumret som beskrevet ovenfor.

Vil du vide mere? Fyraftensmøder i efteråret 2020

Vi afholder fire fyraftensmøder, hvor PPR-medarbejdere, som er uddannede i de forskellige metoder nævnt ovenfor, vil fortælle om tidlige tegn på mistrivsel inden for sporene, hvad man selv kan gøre som fagperson, og hvilke tilbud vi har. Fyraftensmøderne er for alle interesserede medarbejdere i Gladsaxe Kommune, herunder lærere, pædagoger, sundhedsplejersker og socialrådgivere, men vi inviterer også andre samarbejdspartnere som fx læger i kommunen.

Møderne afholdes i Rådhuskælderen (Gladsaxe Rådhus, Rådhus Allé 7, 2860 Søborg) på følgende datoer:

- **1. oktober kl. 16.00-17.00:** Når tristhed og bekymringer fylder for meget – Få styr på angsten (OBS: målgruppe 1, dvs. børn 6-12 år)
- **8. oktober kl. 16.00-17.30:** Når tanker om krop og mad fylder for meget og Når svære følelser fører til selvskade
- **22. oktober kl. 16.00-17.00:** Når uro, opmærksomhed og impulsivitet er en udfordring
- **29. oktober kl. 16.00-17.00:** Når tristhed og bekymringer fylder for meget – unge med emotionelle vanskeligheder (OBS: målgruppe 2, dvs. unge 13-17 år)

Spørgsmål

Hvis du har nogen spørgsmål omkring projektet, kan du kontakte projektleder Louise Lading Clausen på telefon 28 18 11 19 eller mail loacl@gladsaxe.dk

Beskyttelse af dine personlige oplysninger er vigtig for Gladsaxe Kommune. [Her](#) kan du se, hvordan vi behandler dine personoplysninger og læse mere om dine rettigheder.

Plejhjemslæge

Vi søger fortsat plejhjemslæger til dækning af Demens- og plejeboligerne i Gladsaxe.

Der er fortsat behov for fasttilknyttede læger på henholdsvis Bakkegården, Møllegården og Rosenlund. Send en mail til Sundhedschef Steen Rank Petersen: stepet@gladsaxe.dk