

**DET ER OKAY
IKKE AT
VÆRE OKAY!**

**HJØRNE
ESTEN**



ET GODT UNGDOMSLIV

HJØRNESTEN - ET GODT UNGDOMSLIV

Formålet med Hjørnesten er at tilbyde en tidlig og forebyggende indsats til unge med psykisk sårbarhed. De unge skal kunne få hjælp på den mindst indgribende måde og i et sammenhængende forløb, med henblik på at de og deres familier bevarer tilknytningen til f.eks. skole, fritidsinteresser, familie, uddannelse og arbejde.

ÅBEN ANONYM RÅDGIVNING, INDIVIDUELLE SAMTALER OG GRUPPEFORLØB

Hjørnesten tilbyder anonym rådgivning, individuelle samtaler og gruppeforløb til unge i målgruppen. Forældre til unge med psykisk sårbarhed tilbydes anonyme rådgivningssamtaler og netværksgrupper.

Det er vigtigt for os, at man kan komme i gang med det samme, når man henvender sig til os. Og efter et afsluttet forløb gør vi vores bedste for at hjælpe den unge godt videre. Vi kontakter også den unge og følger op på, hvordan det går, efter forløbet hos os er afsluttet.

MÅLGRUPPE

Målgruppen er unge med psykisk sårbarhed i alderen 13-25 år samt forældre til unge med psykisk sårbarhed, der kan have gavn af et forebyggende tilbud. Psykisk sårbarhed dækker over et bredt spektrum af tilstande fra varierende grader af stress, tristhed og søvnproblemer til lettere depressioner og spiseforstyrrelser, angst og lignende.

Unge med psykiatriske diagnoser og problemstillinger, som enten modtager eller afventer behandling i psykiatrien, er ikke omfattet af målgruppen. Forældrene i målgruppen kan både være forældre til unge, som modtager hjælp i det forebyggende kommunale tilbud og forældre til psykisk sårbare unge, som ikke modtager hjælp i tilbuddet.

VIDEREFORMIDLING TIL UNGE OG FORÆLDRE

Hjælp os med at viderefordre vores tilbud til unge og forældre i målgruppen. I er altid velkomne til at kontakte projektleder, Maja, for mere information: hjornesten@glostrup.dk/tlf. 20 15 30 92. Del gerne vores folder til forældre eller postkort til de unge. For mere information, se glostrup.dk/ung.

**DET ER OKAY
IKKE AT
VÆRE OKAY!**



**“DET ER DEN
DER FØLELSE,
HVOR MAN
BARE KAN
MÆRKE DEN
DER KNUDE
I MAVEN
SOM BARE
ER DER..”**

- LUCAS, 21 ÅR

BAGGRUND FOR PROJEKTET

I de senere år har flere undersøgelser påvist en markant stigning i antallet af børn og unge med psykiske problemer. Tal fra Den Nationale Sundhedsprofil viser, at næsten hver fjerde unge kvinde mellem 16 og 24 år (23,8 pct.) har det mentalt dårligt, hvilket svarer til en stigning på 50 pct. siden 2010.

I satspuljeaftalen for 2019-2022 er der afsat midler til initiativet

”Udvikling af forebyggende kommunale tilbud til psykisk sårbare unge”, og Glostrup er blandt de 9 kommuner, der har modtaget midler til at udvikle en forebyggende indsats.

Som barn eller forældre kan det være svært at vide, hvor man skal søge hjælp, når problemerne melder sig. Samtidig oplever mange, at der er lange ventelister, og at en stor gruppe af unge er for raske til psykiatrien, men at de samtidig mistrives i en sådan grad, at de har brug for hjælp.

FORVENTET UDBYTTTE FOR DE UNGE, DER DELTAGER I PROJEKTET

- Får øget livskvalitet og trivsel
- Får en bedre indsigt i og håndtering af egne udfordringer
- Bevarer tilknytningen til skole, fritidsinteresser, familie, uddannelse og arbejde eller får mod på at komme i uddannelse og beskæftigelse, hvis de ikke allerede er i gang
- Oplever, at kommunernes åbne tilbud er relevante og hjælpsomme
- Oplever et sammenhængende forløb på tværs af relevante tilbud og forvaltninger

FORVENTET UDBYTTTE FOR DE FORÆLDRE, DER DELTAGER I PROJEKTET

- Får øget deres viden, redskaber og forståelse for deres barns vanskeligheder og situation
- Styrkes i at håndtere de problemstillinger, som den unges vanskeligheder kan medføre for såvel den unge, forældrene, eventuelle søskende og for familien som helhed
- Får en bedre relation til den unge med psykisk sårbarhed

**DET ER
OKAY AT FÅ
HJÆLP!**

INDGANGE TIL PROJEKT HJØRNESTEN



Den unge møder
op i Unge- og
Uddannelsesen-
heden

Den unge kontakter
en ungerådgiver

Forældre kontakter
en ungerådgiver

Henvendelse
fra fagperson

Andet



**DEN ANONYME
RÅDGIVNING**
1-5 samtaler



Afsluttes eller hjælpes
videre til andet tilbud



**NETVÆRKSGRUPPE
FOR FORÆLDRE**
Efter behov



**GRUPPEFORLØB
FOR UNGE**
10 sessioner



**INDIVIDUELT
SAMTALEFORLØB
FOR UNGE**
Op til 12 samtaler



AFRUNDINGSSAMTALE
Opfølgning 1
Opfølgning 2