

ENSOMHEDS- KONFERENCE

DEN 31. AUGUST 2023 I HERNING KONGRESCENTER



Mental
Talk*



Folkebevægelsen mod Ensomhed & Mental Talk præsenterer

ENSOMHED – hele vejen rundt

Vores konference er for dig, der er interesseret i trivsel, ensomhed, relationer og fællesskaber, og som gerne vil inspireres, opdateres og netværke. Vi ser på ensomhed fra alle vinkler.

Om formiddagen får vi først et filosofisk bud på, hvordan vores måde at drive samfund på udfordrer vores relationer, og dernæst hvordan trivsel er begyndt at udfordre økonomiske mål for fremskridt. Hvad køn betyder for vores arbejde, får vi indsigt i, og vi får en forståelse af, hvordan fællesskaber både kan gøre godt og gøre ondt.

Senere får vi gennem fire seminarer - hvoraf alle vælger to - indsigt i, hvordan vi opbygger relationskompetencer, fondenes interesse i måling af trivselsmæssige gevinster og livskvalitet, hvad vi kan tilbyde medborgere, hvor svaret på ensomhed ikke er et fællesskab og endelig virksomhedernes engagement i ensomhedsbekæmpelse.

Til slut ser vi nærmere på den helt nye nationale ensomhedsstrategi og handlingsplan, og hvordan den kan inspirere os alle i vores arbejde.

Vi glæder os til at se dig – og dine kollegaer.

TILMELD DIG HER



PRAKTISK INFORMATION

Tidspunkt	31. august 2023 Fra klokken 09:00/10:00 til 16:40
Sted	MCH Herning Kongrescenter Østergade 37, 7400 Herning
Tilgængelighed	MCH Herning Kongrescenter er tilgængeligt for alle.
Pris	800 kr. for medlemmer af Folkebevægelsen mod Ensomhed 1.200 kr. for alle andre
Tilmelding og frist	18. august 2023. "Først til mølle" princippet gælder Tilmeld på www.mentaltalk.dk
Spørgsmål	Om dagens program: Majken Lundberg, Koordinator folkebevaegelsen@modensomhed.dk eller 2974 7847. Om tilmelding og praktik: Klaus Mejner, Direktør, Mental Talk klaus@mentaltalk.dk

09.00-10.00

Indtjekning – kom i god tid
Let morgenmad

10.00-10.10

Velkomst
v. Folkebevægelsen mod Ensomhed og Mental Talk

10.10-10.40

Du og jeg, Alfred - En filosofisk prisme og perspektiv på ensomhed
v. forfatter og foredragsholder Jonas Norgaard Mortensen
Jonas har forsket i og er forfatter til en række bøger om et relationelt syn på menneske, dannelse og samfund.
Hvad er det ved vores måde at drive samfund på, der aktuelt udfordrer det relationelle menneske? Hvad gør, at så mange mennesker oplever en eksistentiel ensomhed på trods af, at vi er et af verdens lykkeligste lande? Det får vi med Jonas et samfundsfilosofisk bud på, når han taler om det moderne individs tab af livsbærende relationer, menneskesyn, systemer og samfundssyn.
Hør ham udfolde prismet og give sit bud på, hvad vi både sammen og strukturelt kan gøre for at modvirke ensomhed.

10.40-11.10

Værdien af vores trivselsarbejde – Hvordan får vi økonomer til at forstå den?
v. Senioranalytiker Michael Birkjær, Institut for Lykkeforskning
Samfundets succes måles oftest i penge. Vi skal have et voksende bruttonationalprodukt, overskud på de offentlige finanser, og sociale indsatser, som kan "tjene sig selv hjem" eller "sikre et afkast". Men er økonomisk vækst og rentable velfærdsinvesteringer ensbetydende med, at borgerne opnår højere livskvalitet?
Det mener man ikke i lande som f.eks. Island og New Zealand. Her er man begyndt at udvide kriterierne for succes ved at styre efter livskvalitetsmål, ved at erstatte finansloven med et "wellbeing budget", og ved at regne på de trivselsmæssige gevinster ved f.eks. at nedbringe ensomhed. Under navnet Wellbeing Economy forsøger regeringerne at gøre succes og værdi op i livskvalitet og ikke kun i pengestrømme.
Hvordan er de kommet dertil, hvilke redskaber bruger de, og hvad vil betydningen være af en Wellbeing Economy i Danmark?

11.10-11.30

PAUSE

11.30-11.45

Musiker og SIND-ambassadør, Mathilde Falch
Mathilde har i flere år været med til at sætte fokus på psykisk sårbarhed og misbrug gennem foredrag, sin musik og sit ambassadørskab for SIND

11.45-12.15

Køn og ensomhed – når alle skal med
v. chefpsykolog og formand for Forum for Mænds Sundhed, Svend Aage Madsen
Hvad betyder køn ift. ensomhed, relationer og dannelsen af fællesskaber? Hvordan afdækker vi bedst og spørger mest hensigtsmæssigt ind til kvinder og mænds ensomhedsfølelse. Hvordan henvender vi os og opreklamerer vores ensomhedsbekæmpende initiativer bedst, hvis vi vil have alle med? Kønsopdelte aktiviteter, er det en god ide eller skal man hellere gå efter en ligelig fordeling?

12.15-12.45

Fællesskaber i ungdomslivet – når de gør godt, og når de gør ondt
v. professor ved Center for Ungdomsforskning, Aalborg Universitet Niels Ulrik

Sørensen, medforfatter til bogen 'Fællesskaber i ungdomslivet – Når de gør godt, og når de gør ondt'

Fællesskaber forbindes stort set altid med noget godt. Det gælder også fællesskaberne i ungdomslivet, der ofte betragtes som et svar på de udfordringer og den mistrivsel, som har spredt sig i ungdomslivet. Men fællesskaber er langt fra altid gode.

I oplægget præsenteres nye forståelser af unges fællesskaber, der kan nuancere billedet af, hvad fællesskaber er for en størrelse, og hvilken betydning de har for nutidens unge.

12.45-12.55

Intro til frokost og eftermiddagens seminarer

12.55-13.50

FROKOST

13.50-14.35

Alle deltagere vælger 2 ud af de 4 seminarer, som de ønsker at deltage i.

1. runde
seminarer

Seminar 1:

Hvordan forebygger vi ensomhed gennem et tidligt, styrket fokus på relationskompetent praksis

v. Børne- og skoleforsker Louise Klinge

Børn og unge bruger meget tid i uddannelses- og fritidsinstitutioner og foreninger. Her grundlægges vores erfaringer med relationer og fællesskaber og dermed måden, vi er sammen på. Disse institutioner og aktører rummer således et stort potentiale ift. at forebygge ensomhed.

Nære sociale relationer og deltagelsesmuligheder er vigtige for børn og unges udvikling, trivsel, læring og helbred, og fraværet af dem kan føre til ensomhed og mistrivsel. Derfor er det vigtigt, at lærere, undervisere og pædagoger – såvel som ansatte og frivillige i foreningslivet - kan understøtte og styrke børn og unges relationer, så alle får mulighed for at deltage i fællesskaberne.

Louise Klinge giver et indblik i sin forskning i relationskompetent praksis og betydningen heraf for at mindske ensomhed. Det er relevant viden for alle, der tilbringer tid og arbejder med børn og unge. Samtidig vil hun pege på noget af det, der bidrager til ensomhed, nemlig skærme og skældud.

Seminar 2:

Profit med hjertet - Virksomheder til kamp mod ensomhed og mistrivsel

v. Peter Nørgaard, grundlægger af Creativ Company og stifter af "Code of Care"

Kommuner, organisationer og foreninger sætter ensomhed og mistrivsel på dagsordenen i disse år. Men hvad sker der i virksomhederne? Hvordan kommer de forskellige sektorer for alvor i gang med også at samarbejde omkring den sociale dagsorden? Hvordan kan det gøres attraktivt for erhvervsdrivende at bidrage til nedbringelse af ensomhed og mistrivsel?

Hør Peter Nørgaard fortælle hvordan han, sammen med andre erhvervsfolk, går forrest med hands-on initiativer og Task Force projekter, der skal inspirere og motivere lokale virksomheder til at tage et socialt ansvar og samtidig profitere af det. Sammen kan vi løfte mennesker ind i gode arbejdsfællesskaber og ud af bl.a. ensomhed og mistrivsel. Men det kræver fokus og en særlig indsats, når vi gerne vil have virksomhederne med. Hør hvilken...

Seminar 3:

Hvordan får vi mest livskvalitet for pengene - Hvad har fondene gang i?

v. Projektchef i Østifterne Camilla Dolberg og Senioranalytiker Michael Birkjær, Institut for Lykkeforskning

Den fondslignende forening Østifterne og Institut for Lykkeforskning udvikler sammen redskabet "Trivselsbanken", der vil gøre det muligt at værdisætte vores trivselsskabende arbejde med livskvalitet som valuta.

Få en introduktion til værktøjet og en række eksempler på, hvordan indsatsen kan værdisættes i livskvalitet. Hvad er metoden bag, og hvilke parametre lægges ind i "regnemaskinen"? Hvilke etiske dilemmaer rejser det? Hvad vil Østifterne med et værktøj som Trivselsbanken, og vil det påvirke deres uddelinger?

Seminar 4:

Terapeutisk støtte til medborgere der oplever ensomhed

v. Ditte Charles, selvstændig psykolog ved sundhedspsykologen.dk. Ditte arbejdede tidligere i psykiatrien, og ti år i Psykiatrifonden bl.a. som chefpsykolog. Ditte har gennem sit lange virke som psykolog haft et særskilt fokus på ensomhed og aftabuering heraf.

Hvad gør vi, når ensomhed ikke kun handler om at komme ud i et fællesskab? Hvilke muligheder er der ift. ensomhed ud fra et psykologisk perspektiv? Både individuelt, i grupper og i et større perspektiv?

Hvordan kan interventionen "psykoedukation", der tilsigter at give viden om ensomhed, se ud i praksis?

Hør Ditte Charles i et praksisnært og 'hands on' oplæg med udgangspunkt i sine erfaringer som terapeut, socialpsykolog og samfundsdebattør.

14.35-14.55

PAUSE/Alle går til deres andet seminar – og tager kaffe/te og kagen med

14:55-15:40

Anden runde af seminarer

15:40-15:50

Alle går til den store sal

15:50-16:30

Hvor skal vi hen nu?

Det nationale partnerskab mod ensomhed har lavet et bud på Danmarks første strategi mod ensomhed.

v. Røde Kors, Ældre Sagen, medlemmer af det nationale partnerskab mod ensomhed samt formandskabet for Folketingets tværpolitiske netværk mod ensomhed, Birgitte Vind (S) og Anni Matthiesen (V).

Det nationale partnerskab mod ensomhed giver et indblik i tankerne bag en national ensomhedsstrategi og handlingsplan.

Strategien er færdig - hvordan kan medarbejdere i kommuner, organisationer, foreninger og virksomheder bruge den i praksis?

Og hvordan kan arbejdet blive omsat til politik på Christiansborg?

16:30-16:40

Mental Talk og Folkebevægelsen mod Ensomhed siger TAK for i dag