

Kære forældre

Vi har i dag afholdt workshoppen "Tal om det" i dit barns klasse.

Vi ved at børn der lever i familier hvor voksne har det svært, ofte har bekymringer og vanskeligheder som andre børn ikke har. De kan føle sig helt alene med problemerne og kan få tanker om at det måske er deres ansvar at mor og far ikke er glade. De kan komme til at tænke, at de er de eneste der vokser op i en familie, hvor ikke alle er i trivsel.

Mistrivsel kan ramme i alle familier:

- **Hvert tiende barn i Danmark har en forælder med et problematisk forbrug af alkohol!**
- **Hver tredje dansker rammes på et tidspunkt i livet af en psykisk lidelse!**

Vi håber, at I vil bakke op om en åben dialog og at I også derhjemme vil tale med jeres børn og deres kammerater, om det der er svært. Omsorgsfuld interesse fra andre kan være afgørende for et barns trivsel.

Børnene har i klassen tænkt over, hvilke voksne fra deres netværk, de kan tale med om svære ting. De har også fået links til chat- og telefonlinjer, der er specialiserede i at rådgive børn, og som børn selv kan kontakte.

### **Aarhus Kommune har tilbud til børn der er pårørende**

- [Samtalegrupper for børn- når mor eller far har en psykisk sygdom](#)
- [Individuelle- familie- og gruppesamtaler for børn – når alkohol er et problem i familien](#)

### **Der er også rådgivningsmuligheder for voksne**

- [Åben, anonym rådgivning til familier med børn](#)
- [Rusmiddelcenter Aarhus, alkoholbehandlingen](#)
- [Folkesundhed Aarhus](#)
- [Landsforeningen SIND](#)
- [Alkolinjen, Alkohol og samfund](#)

Bedste hilsner Ane Landgren Vinther

Workshoppen "Tal om det"

[anela@aarhus.dk](mailto:anela@aarhus.dk)

*Workshoppen er en del af Aarhus Kommunes fokus på alkohol i børnefamilier samt unges alkoholforbrug. Det er et helhedsorienteret fokus, som omfatter 3. 5. og 8. klassetrin samt udskoling i hele Aarhus Kommune.*

