

# TECH & TRIVSEL



Århus Universitet  
DDC

Børns Vilkår Ringsted Kommune

Dansk Design Center

Region Syd Røde Kors

European Federation of  
Pharmaceutical Industries  
and Associations

UC SYD

Den Sociale Kapitalfond

Center for digital  
psykiatri

Nationalt Sorgcenter KL

Kombit Grinder

Lundbeck Daman A/S

10 jyske kommuner

Social Space

Khora

RUC

Videolink.dk

JS InnoVision HK Enversion

Parazute

Københavns  
Kommune


Dansk IT

Health Tech Hub CPB

Timestory VR

KEA

Dansk Design Center

 Danish  
Life Science  
Cluster

Fonden  
Mødrehjælpen

RegionH Trifork Tryg

DigitalLead.



TEKNOLOGISK  
INSTITUT



# Partnerskaber er nøglen



**Danish Life Science Cluster** er Danmarks nationale life science klynge, som arbejder for at udvikle partnerskaber og innovationssamarbejder på tværs af sundhedsvæsenet i hele landet.



Målet er at udvikle løsninger, som matcher sundhedsvæsenets udfordringer, særligt inden for personlig sundhed, ulighed og bæredygtighed.

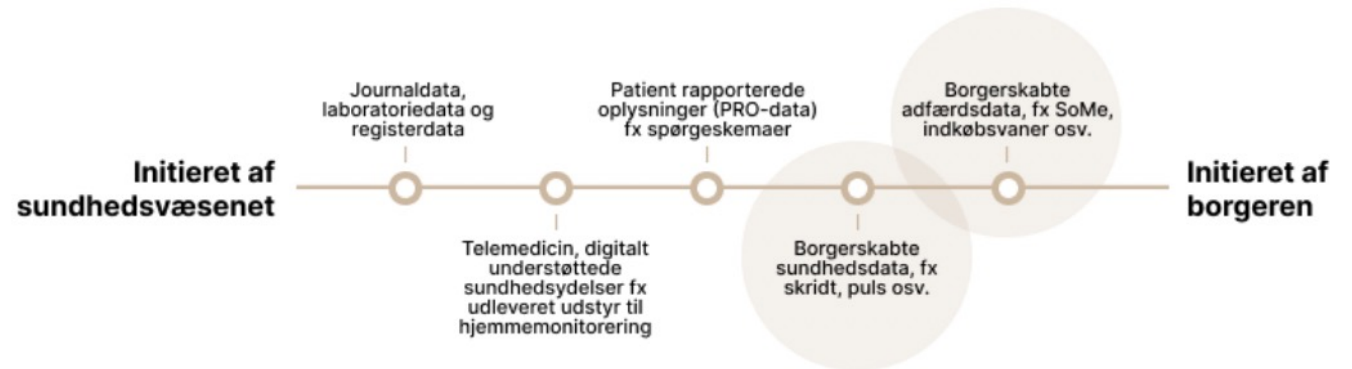


**DigitalLead** er Danmark's nationale klynge for digitale teknologier og fungerer som samlingspunkt for digital innovation – både for virksomheder, der udvikler digitale løsninger, samt for andre sektorer, der har brug for innovative digitale løsninger. Særligt fokus på teknologiudvikling inden for cyber, klima, industri 4.0.

Opbygger det danske GovTech økosystem

# Borgerskabte (sundheds)data

## Digital transformation handler om liv



Figur 1. Væsentlige datatyper i sundhedsvæsenet

# Programmet

13.05- 13.15 Enversion får ordet

13.15 – 13.35: Hvilke udfordringer står vi overfor?

Mary Fonden og v. *Mikkel Lynggaard, analyseansvarlig hos Mary Fonden*

13.35 – 15.00: Eksempler:

- **Aarhus Kommune:** Arbejdet med unges mentale sundhed
- **Center for Digital Psykiatri:** CoolMinds

KORT PAUSE

- **Khora Exposure:** Interaktive redskaber til eksponeringsterapi/behandling af bl.a. angst og sociale forbiere
- **Det Nationale Sorgcenter:** Udvikling af digitale services til forebyggelse af komplicerede sorgreaktioner
- **Social space:** Fællesskab for etablerede rådgivningstilbud i forhold til mistrivsel blandt børn og unge gennem digital vejviser

15.00 – 15.15: Opsamling

15.15 – 16.00: Uformel networking



**DigitalLead.**



**ENVERSION BYDER VELKOMMEN**

**VIVE**

enversion

# Tech & Trivsel: Netværksmøde

21. juni 2023





# Om Enversion

Enversion er en sundhedsteknologisk virksomhed, som arbejder for at løfte sundhedsvæsenet ved at inkorporere intuitive løsninger og at gøre livet lettere for både patienter og sundhedspersonale.

Enversion har mere end 10 års erfaring med sundhedsøkonomi, dataanalyse og AI.

Enversion har godt 30 medarbejdere på kontorer i Aarhus, København og Aalborg.



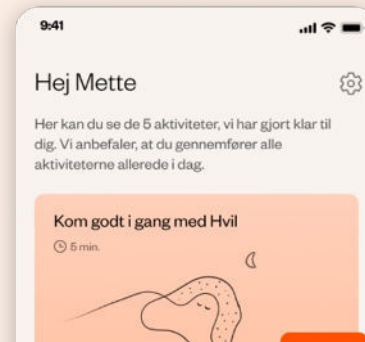
## enversion

Moderne infrastruktur der forløser potentialet i sundhedsdata



## Journl

Bedre patientforløb  
- også for klinikere



## hvil®

Hjælp borgere til fysisk og mental sundhed gennem bedre søvn

# Udvalgte referencer

## DATAINTEGRATION I KRITISK INFRASTRUKTUR



Vi er den eneste nordiske teknologipartner til **ServiceNow**, som bygger kritisk integrationsinfrastruktur (Spokes<sup>1</sup>) mod eksterne systemer.



Vi er teknologipartner til **UiPath**, hvor vi leverer hyper automation services på deres platform.

## FORSTÅELSE AF SUNDHEDSDATA



REGION NORDJYLLAND

Vi har igennem +10 år samarbejdet med **Region Nordjyllands** BI-afdeling og løbende udskiftet deres kildesystem.



Vi har i samarbejde med Sundhedsdatastyrelsen skabt datafundamentet til servicering af forskerservice mm.



Samarbejde med en række forskere og afdelinger på **Rigshospitalet** omkring bl.a. AMD, hæmofili og cancer.



Vi er hovedarkitekter til **Region Midtjyllands** datainfrastruktur, og uddanner løbende store dele af regionens dataanalytikere.



Vi var med til at skabe datafundamentet til Magistratens afdeling for sundhed og omsorg i Aarhus, som i daglig tale bliver kaldt Faktacenter.



Analyse og rapport for **Sundhedsministeriet** og **Erhvervsministeriet** om bedre brug af borgerskabte sundhedsdata i samarbejde med **Danish Life Science Cluster** og **Deloitte**.

## FREMTIDENS HEALTH DATA INFRASTRUKTUR



Vi er den private part, der sammen med Regionshospitalet Horsens skabte **TVÆRSPOR**, en af verdens største sundhedsdata-kohorter<sup>2</sup>.

[www.tvaerspor.dk](http://www.tvaerspor.dk)



**OSCARs** vision er at skabe en sikker virtuel platform for indsamling og sammenkædning af anonymiserede og krypterede sundhedsdata til brug for industrien. Vi er dataintegrationsparten i projektet. [www.oscar-project.com](http://www.oscar-project.com)



**CLICs** vision er at accelerere udviklingen og implementeringen af billedbaserede AI-løsninger i den danske sundhedssektor til gavn for patienterne. Vi har ansvaret for "data laken" i projektet. [www.clic-project.org](http://www.clic-project.org)

1) <https://docs.servicenow.com/bundle/tokyo-application-development/page/administer/flow-designer/concept/spokes.html>  
2) <https://bmjopen.bmj.com/content/10/10/e039996>



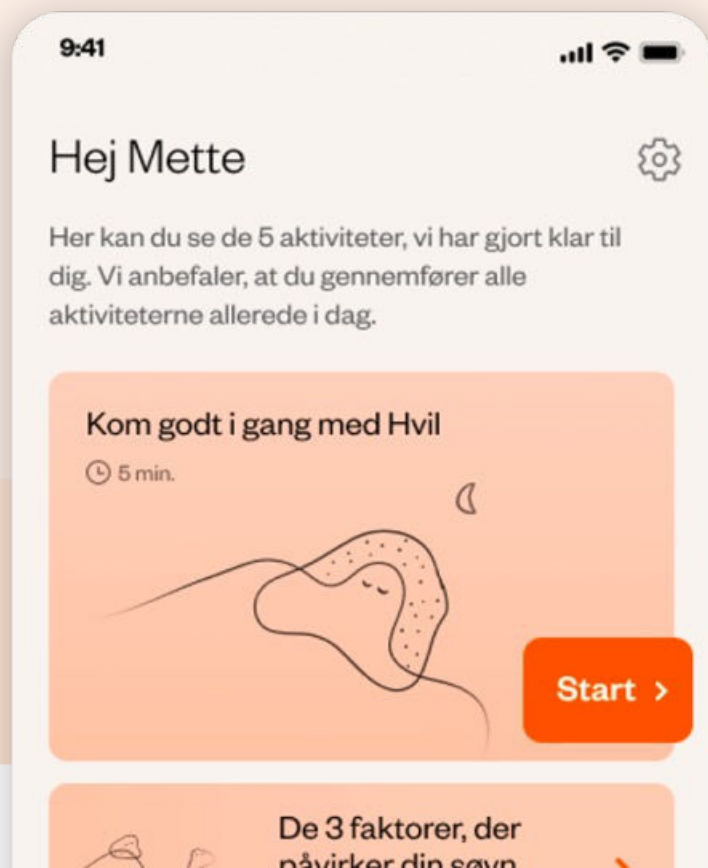
# hvil®

## Hjælp borgere til fysisk og mental sundhed gennem bedre søvn

Sammen med førende søvnforskere fra Aarhus Universitet og Trygfonden, har Enversion udviklet Hvil® - en digital søvncoach. Hvil kan tilbyde digitale og omkostningseffektive søvnforløb.

Brugere af Hvil® oplever i gennemsnit en stigning på +50% i søvnkvalitet, hvilket er på niveau eller over effekten af ikke-digital søvnterapi.

Foruden forløb, indholder Hvil undervisning til unge, som kan hjælpe dem til sunde søvnvaner.



# Unge, trivsel og søvn

Hjælp Jeres unge til mere og bedre søvn via nyt digitalt **Hvil Ungeforløb**

- Ca. **25% i alderen 15-25 år har problemer med søvn** på daglig eller ugentlig basis. Og nutidens unge sover generelt mindre end tidligere generationer.
- Forskning fastslår en **klar sammenhæng mellem unges søvn, trivsel og sundhed**.
- **Nyt Hvil Ungeforløb** gør det muligt at arbejde kvalificeret med søvn, trivsel og sundhed i en helt ny skala – på tværs af klasser, skoler og uddannelsesinstitutioner.
- Forløbet giver de deltagende unge **viden, forståelse og værktøjer** ift. egen søvn og sunde søvnvaner, mens skole/kommune opnår unik viden om målgruppens faktiske søvnadfærd og -udvikling.
- Effekt og viden opnås i kombinationen af **en individuel søvndagbog, og daglige aktiviteter**, som indeholder viden om søvn, øvelser og quizer – formidlet gennem en blanding af let læselig tekst, grafik og lydøvelser.
- Løsningen er i form og indhold specialdesignet til målgruppen (13 til 19-årige), så den er **intuitiv og let at anvende**.
- Hvil Ungeforløbet varer som standard 4 uger, og fungerer både som et selvstændigt tilbud eller i samklang med øvrige/eksisterende søvn- og trivselsindsatser.

For yderligere info se [www.hvil.dk](http://www.hvil.dk) eller kontakt os!





# MARYFONDEN

# Fællesskabsmålingen 2022

## Tech & Trivsel – Netværksmøde om mental sundhed

Mikkel Lynggaard

21. juni, 2023

**VIVE**

 Mary Fonden  
H.K.H. KRONPRINSESSE MARYS FOND



# Baggrund: Fællesskabsmålingen 2017

- Spørgeskemaundersøgelse i et repræsentativt udsnit af befolkningen (dataindsamling i 2016)
- Måling af livsvilkår og tegn på social eksklusion på en række dimensioner

Viste, at befolkningen kunne inddeles i 3 grupper:

- Majoritetsgruppen (78 %): Få sociale og helbredsmæssige problemer. Høj grad af social deltagelse, meget lav grad af eksklusion.
- Risikogruppen (18 %) Udfordringer og tegn på eksklusion på nogle livsområder.
- Eksklusionsgruppen (4 %): Komplekse sociale og helbredsmæssige problemer. Tegn på eksklusion på mange livsområder.



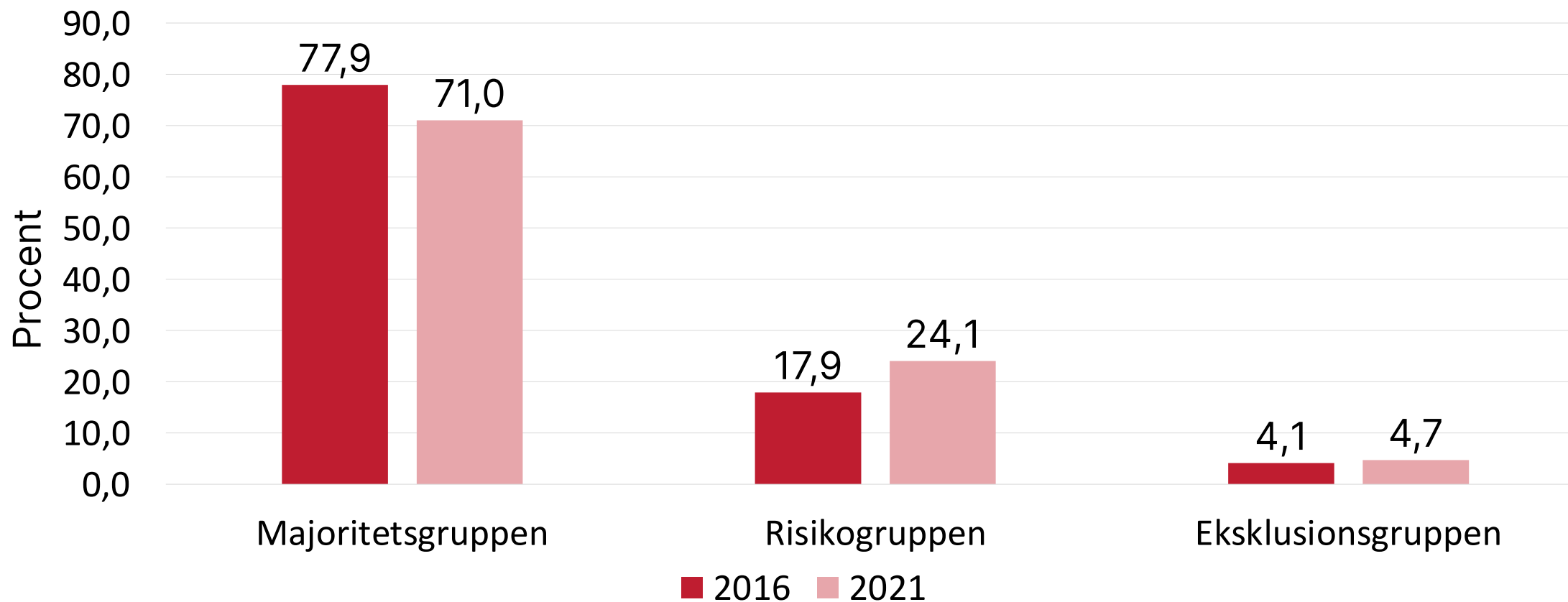
# Formålet med Fællesskabsmålingen 2022

- Er der sket ændringer i danskernes livsvilkår, –tilfredshed og den sociale eksklusion i løbet af de seneste fem år?
- Hvad kendetegner udviklingen på forskellige livsområder – fx helbred, socialt netværk, arbejde, økonomi, deltagelse i civilsamfundsaktiviteter osv.
- Hvad kendetegner de individuelle bevægelser over tid? Hvor mange bevæger sig mellem grupperne? Hvor mange kommer ud i eksklusion, og hvor mange bevæger sig fra en ekskluderet position og tættere på fællesskabet igen?

# Hovedresultater

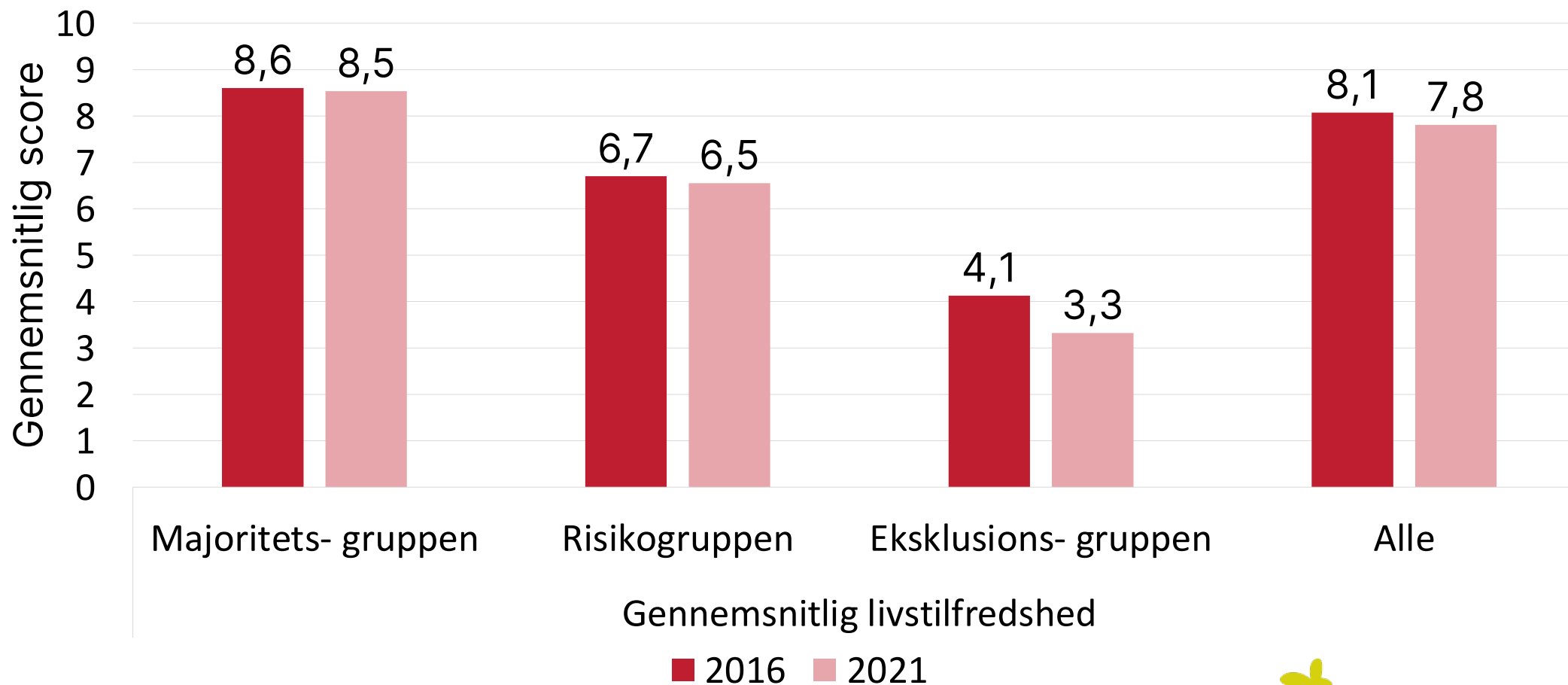
Livskvalitet og subjektivt velvære

# Risikogruppen er vokset fra 2016 til 2021

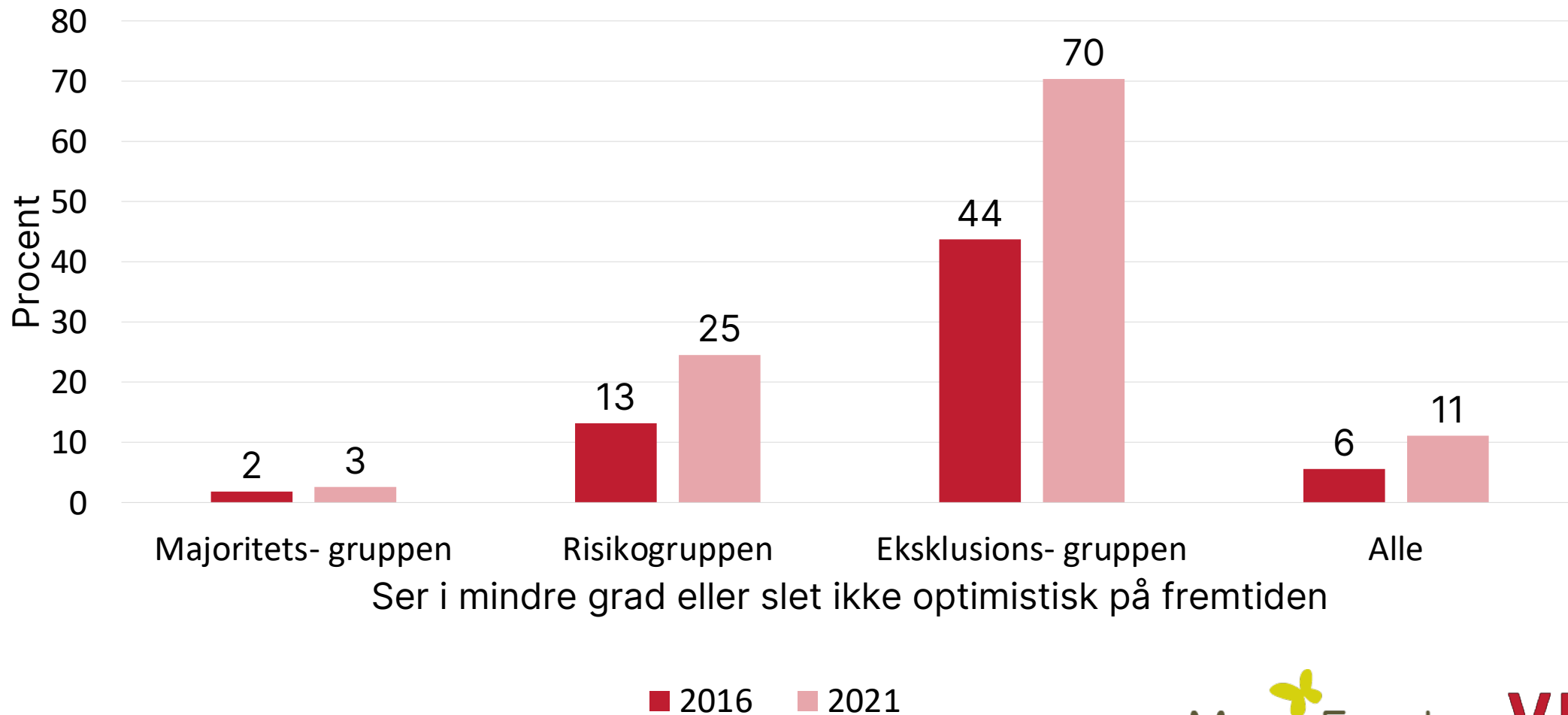




# Fald i livstilfredshed i eksklusionsgruppen



# Flere ser ikke optimistisk på fremtiden



Ser i mindre grad eller slet ikke optimistisk på fremtiden

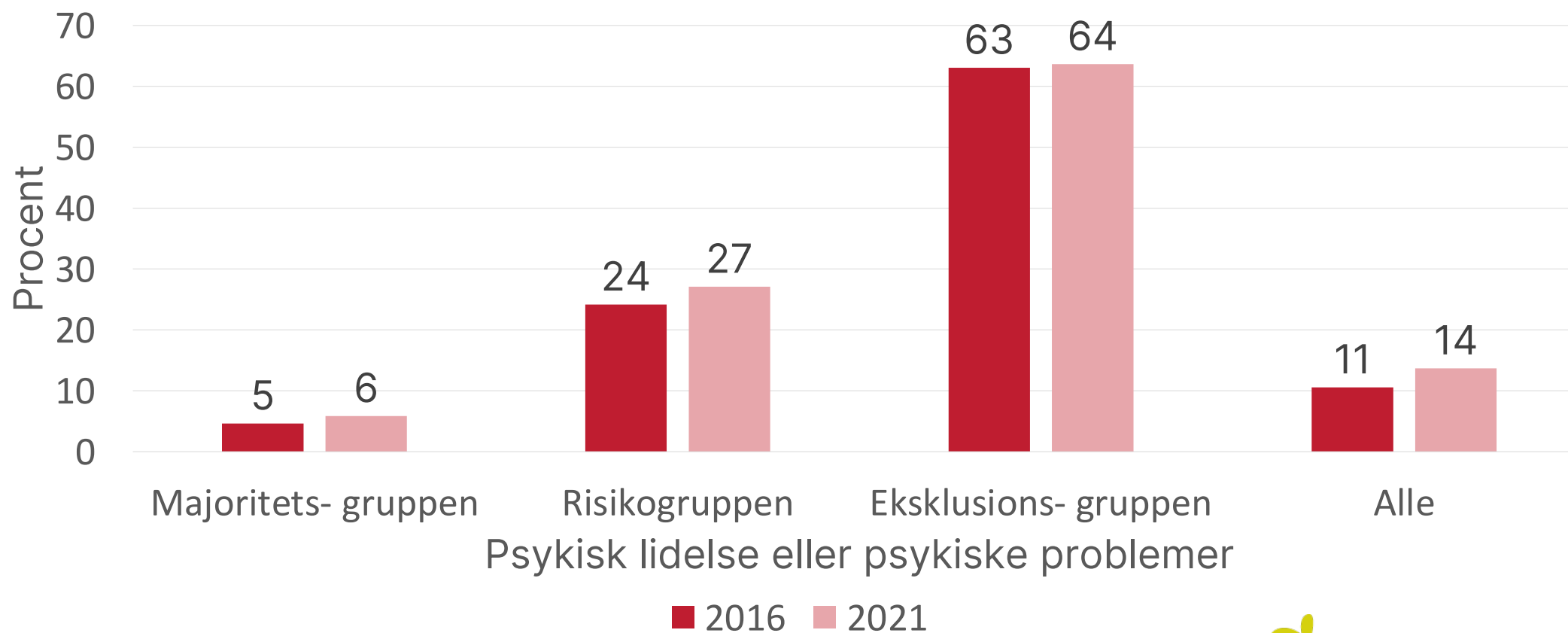
■ 2016 ■ 2021

# Hovedresultater

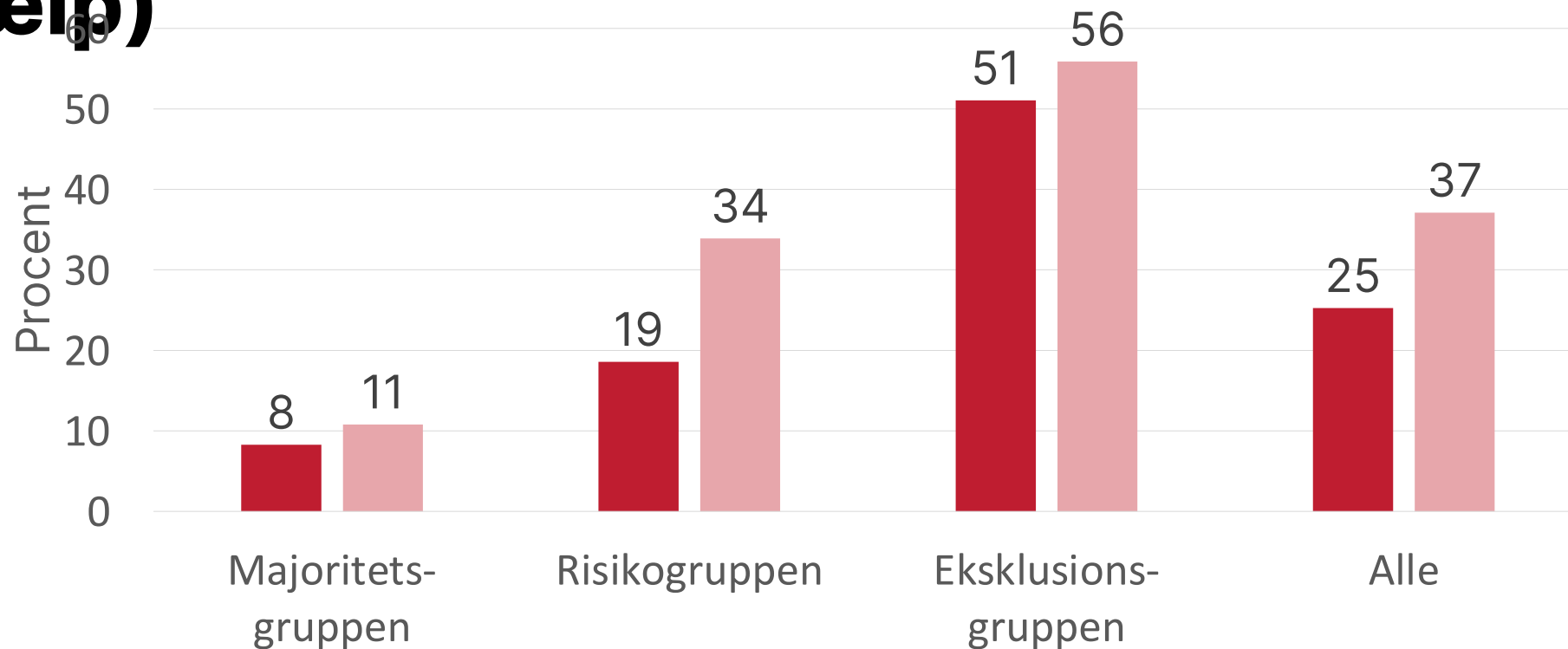
Psykisk helbred



# Mange i eksklusionsgruppen og en del i risikogruppen har psykiske lidelser



# Mange får ikke dækket behov for hjælp til en psykisk lidelse (af dem med behov for hjælp)



Får ikke den hjælp man har behov for i forhold til psykiske lidelser eller andre psykiske problemer

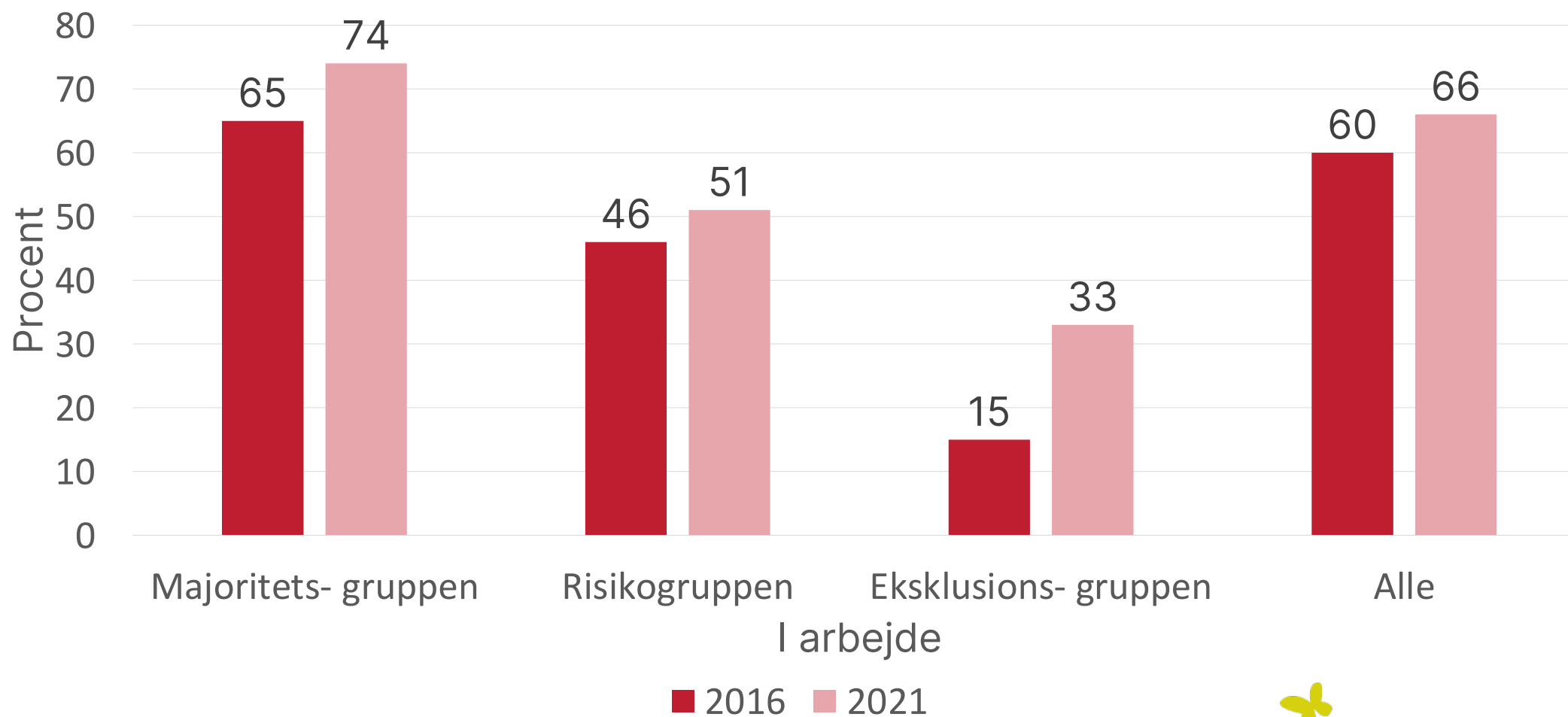
■ 2016 ■ 2021

# Hovedresultater

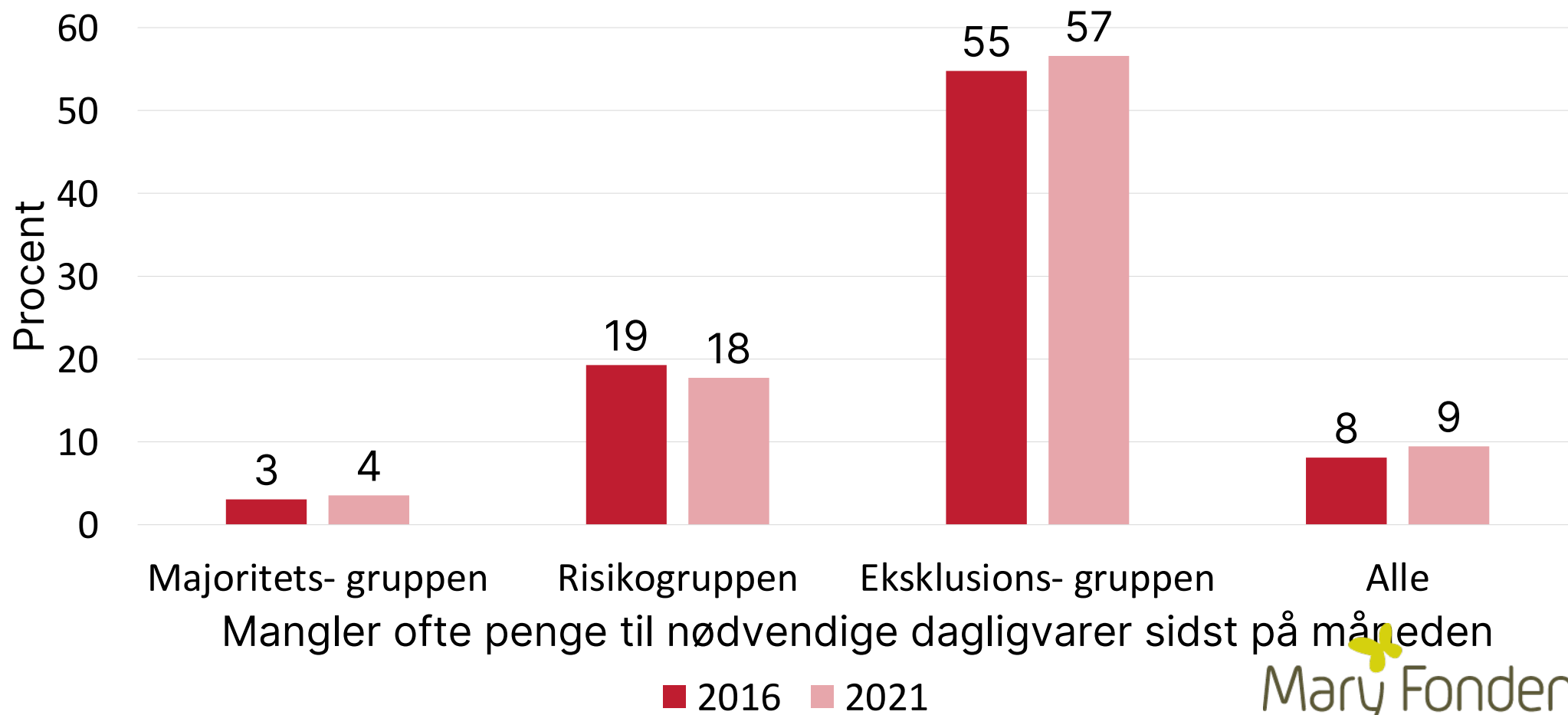
Arbejdsmarked og økonomi



# Flere er kommet i arbejde



# Mange har svært ved at få økonomien til at hænge sammen



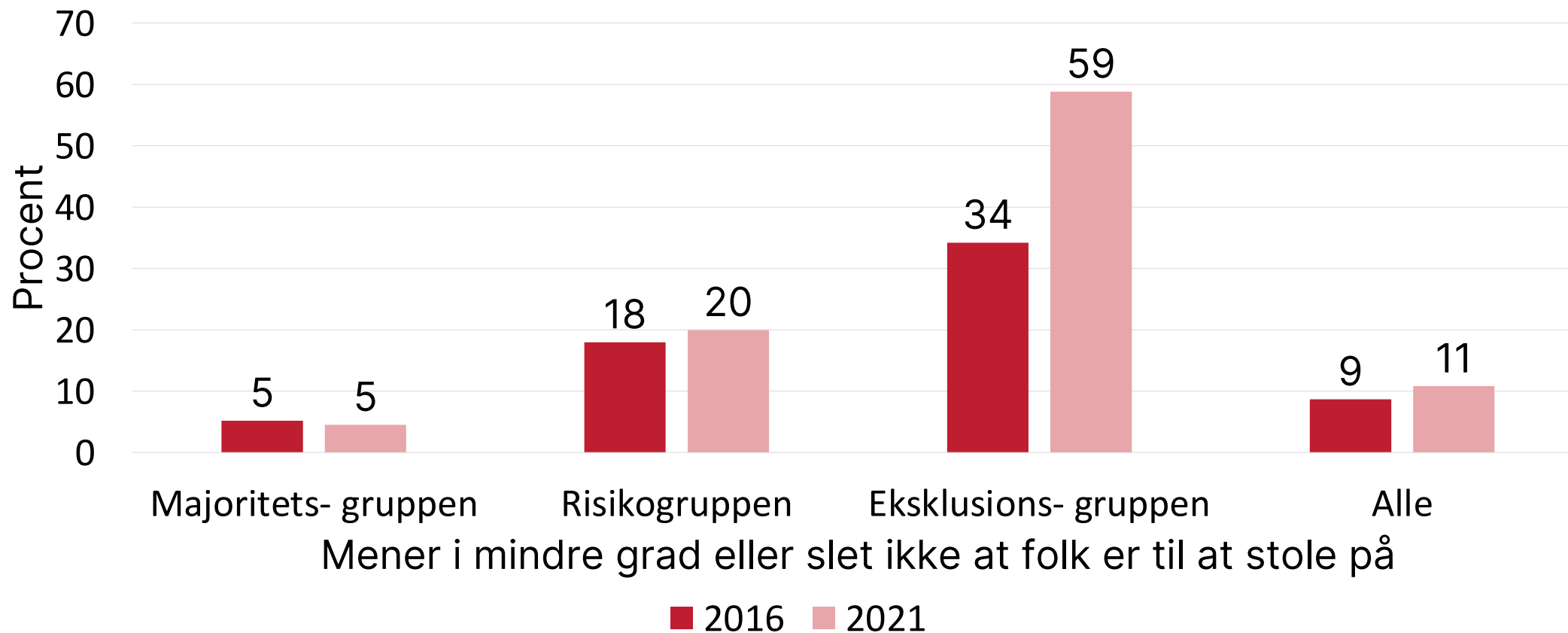
Mangler ofte penge til nødvendige dagligvarer sidst på måneden

■ 2016 ■ 2021

# Hovedresultater

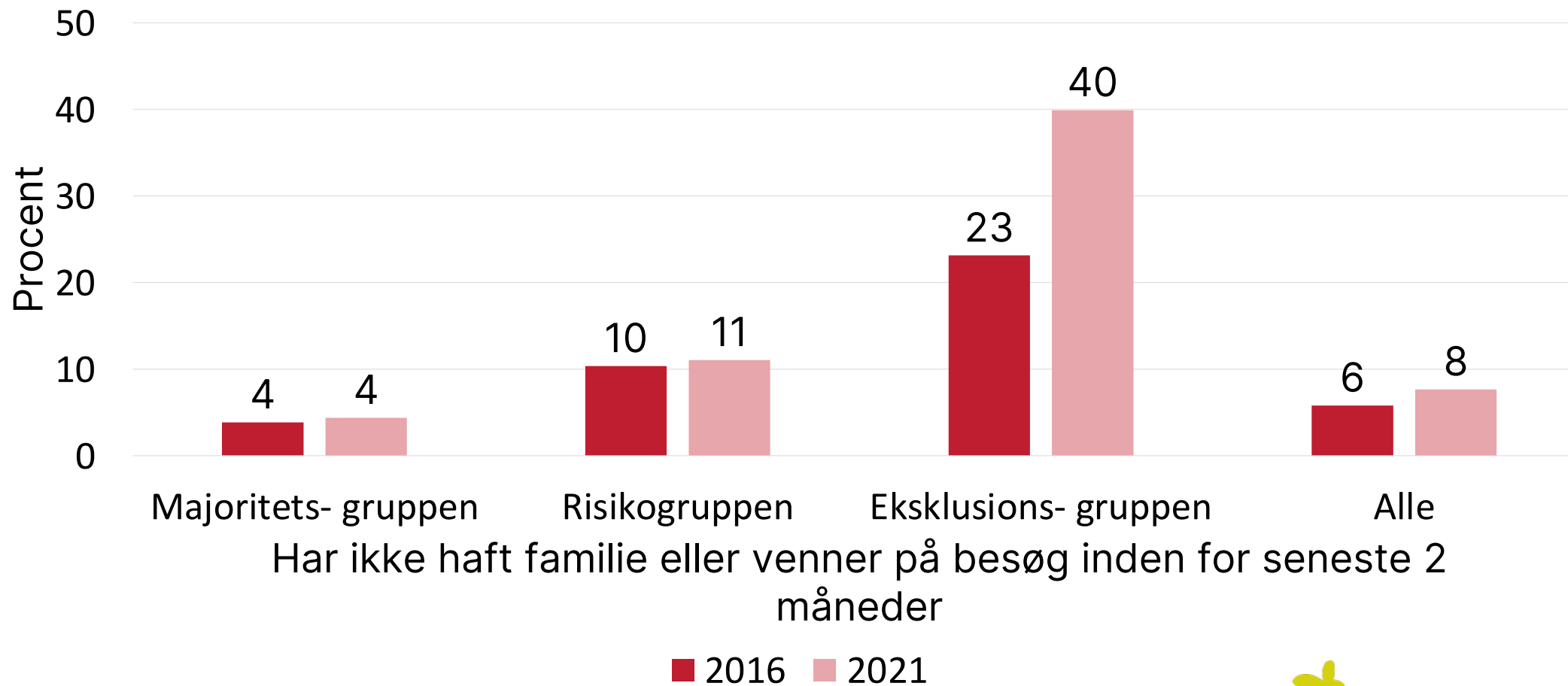
Socialt netværk og kontakt

# Flere har ikke tillid til andre mennesker

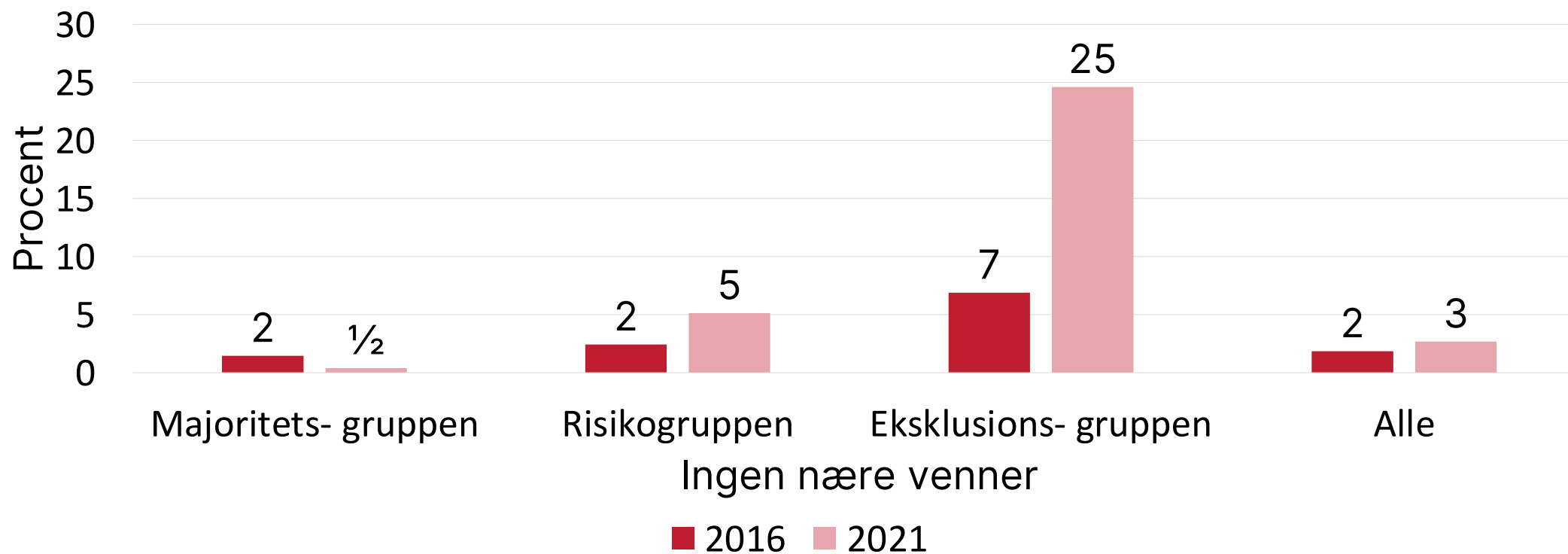




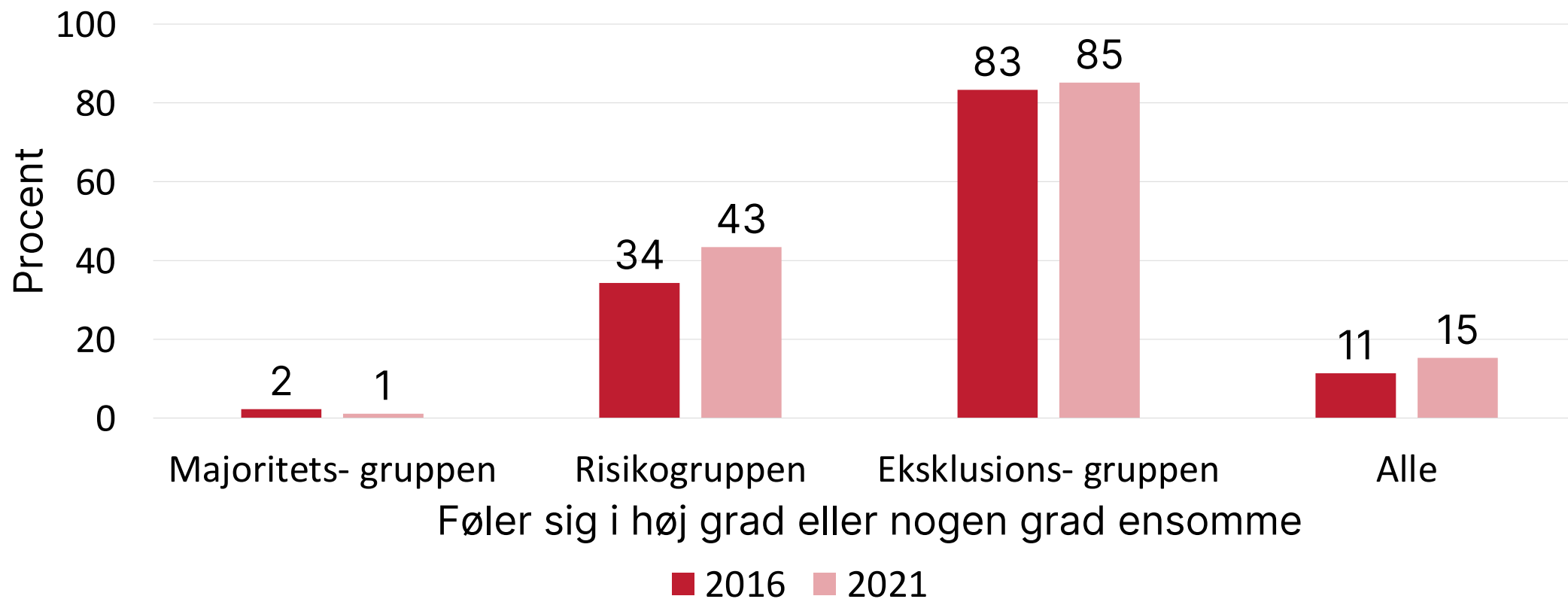
# Flere med sociale afsavn



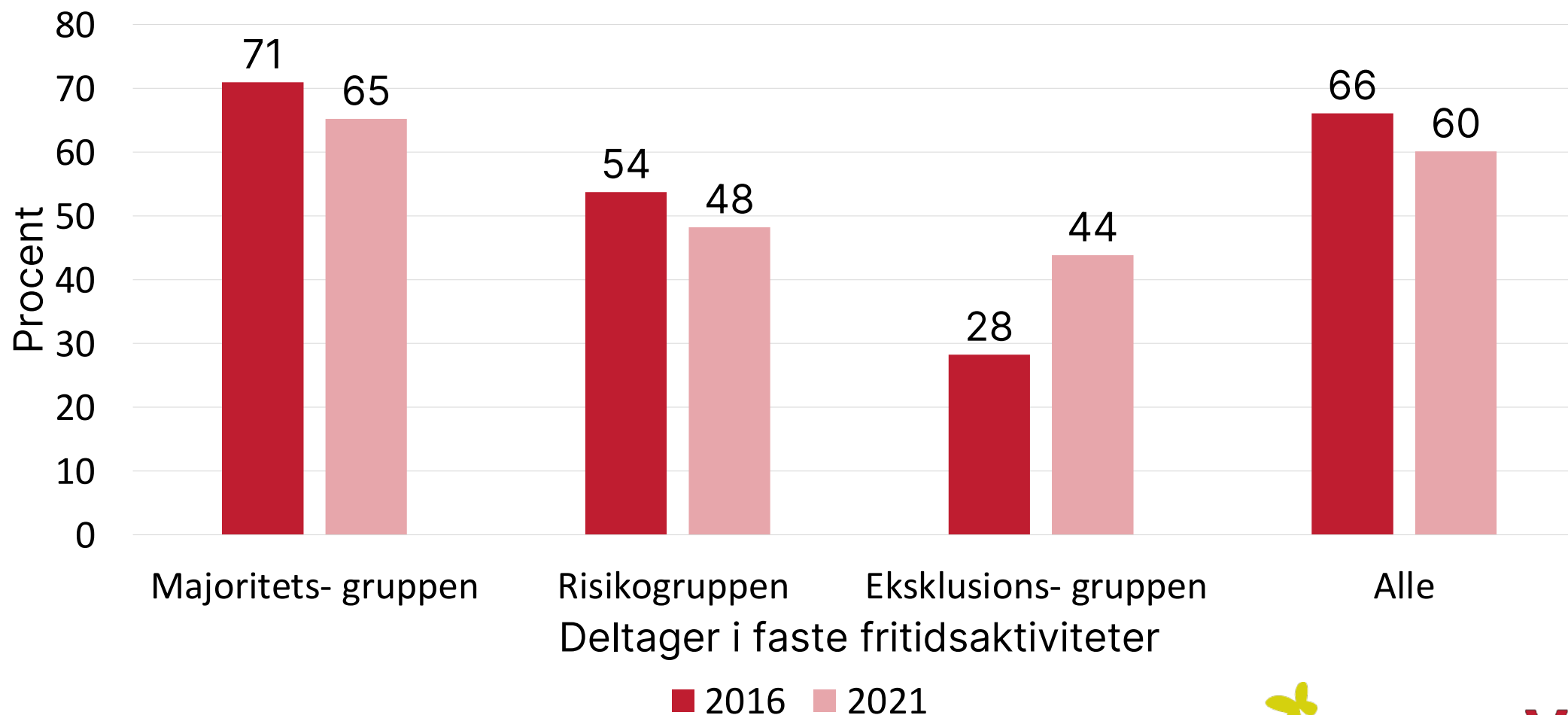
# Flere i eksklusionsgruppen har ingen nære venner



# Flere i risikogruppen føler sig ensomme



# Flere i eksklusionsgruppen deltager i faste fritidsaktiviteter





# Opsummering

- Risikogruppen er vokset fra 18 % i 2016 til 24 % i 2021
- Majoritetsgruppen er faldet tilsvarende, mens eksklusionsgruppen er nogenlunde uændret i omfang
- Covid-19-pandemien kan influere på mønstret men resultaterne kan også afspejle en stigende ulighed og polarisering i samfundet i mere generel forstand
- Der er mange – særligt i eksklusionsgruppen og til dels også i risikogruppen, der har udækkede behov for hjælp og støtte på forskellige områder
- Betydeligt potentiale i forhold til at forebygge og afhjælpe eksklusion → behov for en tværsektoriel indsats, der hjælper borgerne på forskellige livsområder på én gang?

# Århus Kommune

Arbejdet med unges mentale sundhed som et af kommunens 7 vilde problemer

redygtighed

Det

Unges mentale su

Sundhed ind i alt

# Unges mentale sundhed og trivsel

Tech og trivsel d. 21. juni 2023 v. Marie Rørdam Fenger



st

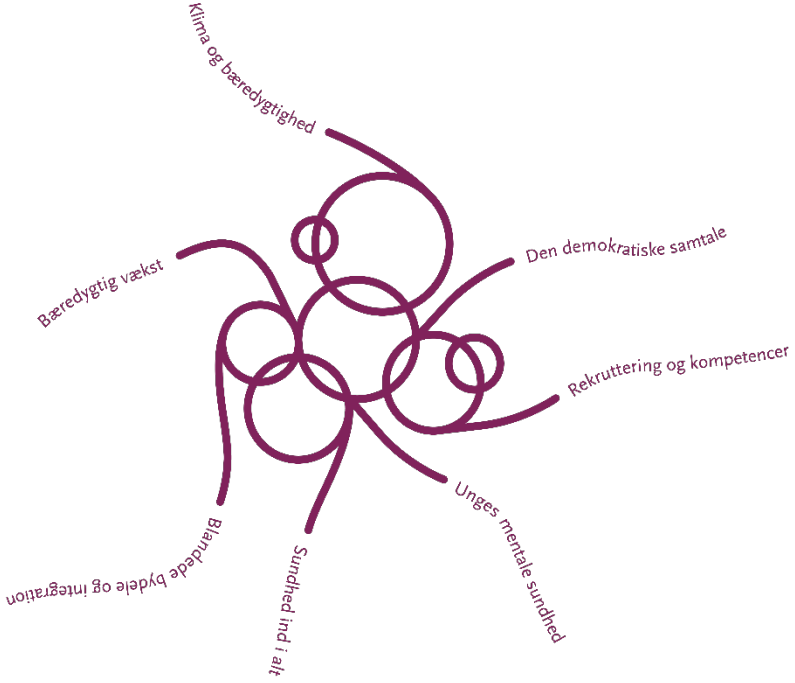
byde

# Hvorfor arbejde med vilde problemer?



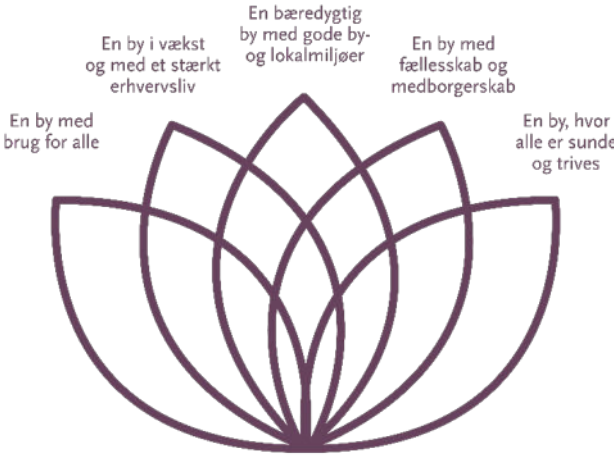
- +  
SYSTEM BORGER

Det, vi står på



Det, der står i vejen

AARHUS EN GOD BY FOR ALLE



Det, vi sigter efter



# MEKANISMER, DER DRIVER OG VEDLIGEHOLDER PROBLEMET

Der findes ikke enkle forklaringer på, hvorfor vi ser stigende mistrivsel blandt unge. Acceleration, præstation og psykologisering er ifølge CeFU tre mekanismer, der er med til drive problemet, og i overmål kan de forstærke hinanden og føre til overbelastning og mistrivsel. De tre mekanismer skal ses i sammenhæng med den generelle samfundsudvikling, hvor mental sundhed har fået et stadigt større fokus (Hald Andersen et. Al:2020).



## ACCELERATION

– HASTIGHED, FRYGT  
FOR AT BLIVE HÆGTET  
AF OG DE MANGE VALG



## PSYKOLOGISERING

– SELVBEBREJDELSE OG  
TVIVL OM, HVORNÅR  
MAN HAR BRUG FOR  
HJÆLP



## PRÆSTATION

– FAGLIGT, SOCIALT  
OG PERSONLIGT





# MULIGHEDSRUM: HVORDAN ER DET AT VÆRE UNG I FREMTIDENS AARHUS?

Lige nu ser vi tre spor, som vi ønsker at udforske sammen med en bred aktørkreds for at kvalificere og konkretisere dem i egentlige prøvehandlinger. De tre spor skal være med til at skubbe til de mekanismer, der driver og vedligeholder problemet, og vi ser dem som nødvendige skift i vores tilgang til at påvirke problemet i den rette retning. De tre spor er blevet kvalificeret gennem workshops med unge, forældre, lærere, pædagoger, repræsentanter fra kulturlivet og folkesundhed, virksomheder og foreningsliv.



## **SPOR 1**

DE UNGE  
MESTRER LIVET



## **SPOR 2**

UNGES MENTALE  
TRIVSEL OG SUNDHED  
SOM ET FÆLLES  
ANLIGGENDE



## **SPOR 3**

TRIVSEL  
I SKOLE OG  
UDDANNELSE





## Hvis du vil vide mere..

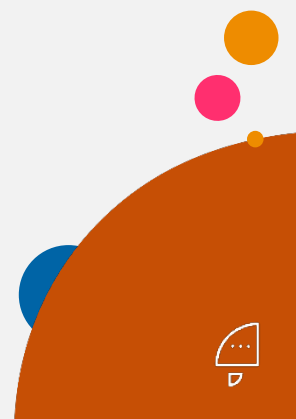
- Læs mere her om arbejdet med de 7 vilde problemer: [7 vilde problemer \(aarhus.dk\)](https://www.aarhus.dk/7vildeproblemer)
- Læs mere her om arbejdet med 'Unge mentale sundhed og trivsel': [Unge mentale sundhed og trivsel \(aarhus.dk\)](https://www.aarhus.dk/ungementalesundhedogtrivsel)
- I er velkomne til at kontakte Marie Herborg Krogh på [khma@aarhus.dk](mailto:khma@aarhus.dk)



# Center for Digital Psykiatri - CoolMinds



**CoolMinds: Internetbaseret behandling til unge med angst**





# Angst hos unge



- Omkring 5 til 12% af unge har en angstdiagnose
- Få unge får professionel hjælp for deres angst
- Der er flere barrierer for unge til at søge om hjælp

Center for  
**Digital Psykiatri**

Hjem Om os Kontakt os

## CoolMinds: Internetbaseret behandling til unge med angst

Deltag i afprøvningen af et nyt digitalt behandlingstilbud til unge med angst.







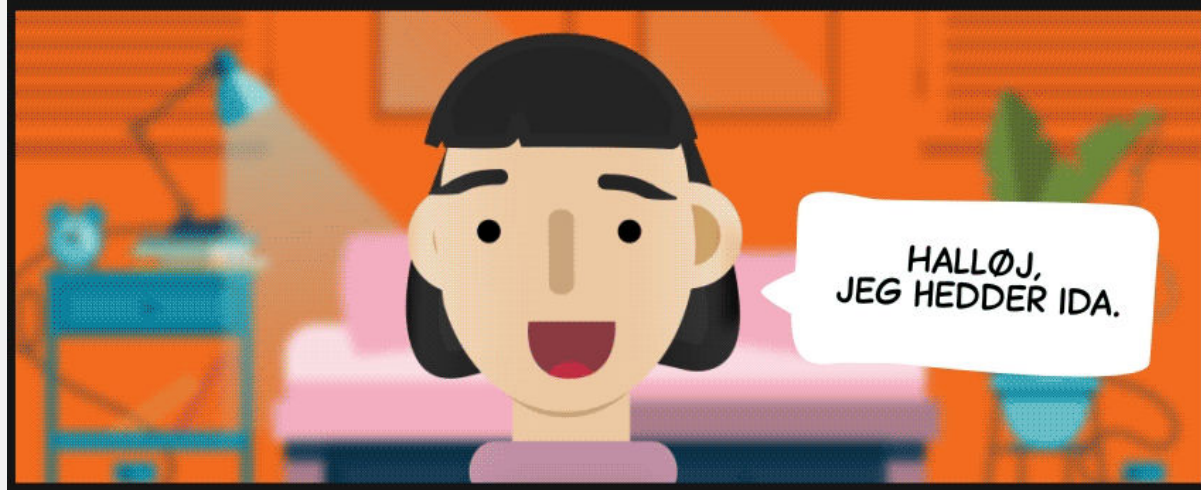
# CoolMinds

- iKAT-programmet CoolMinds er et angstbehandlingsprogram for unge mellem 12 og 17 år.
- 14 ugers behandling
- 11 sessioner for den unge og 10 sessioner til forældrene



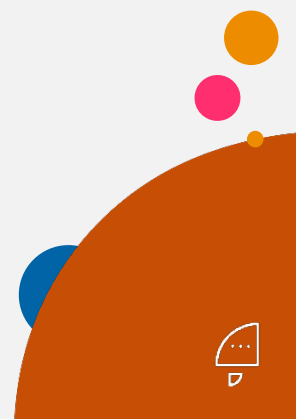


# Iguides





# Terapeutstøtte





Unge med separationsangst bekymrer sig om, at der vil ske noget slemt med dem selv eller med deres forældre, når de er væk fra hinanden. Derfor vil man typisk nægte at tage med på en lejr tur eller overnatte hos en ven eller veninde. For nogle kan det også være svært at tage i skole. Det kan betyde, at man kommer til at isolere sig fra sine venner eller får højt skolefravær.

Unge med separationsangst kan have svært ved at være alene hjemme. Her kan angsten f.eks. vise sig ved, at man har behov for at tjekke SMS eller lave opkald til sine forældre.

Psykoedukation

## SEPERATIONSANGST



Måske oplever du et stort behov for at ringe eller sms'e til din mor eller far, for at sikre dig, at der ikke er sket dem noget? Eller måske undgår du at have aftaler med venner eller veninder efter skole? Det gjorde Amanda. Hør lydfilen, hvor hun fortæller om sine erfaringer med separationsangst.



Vær opmærksom på, at historierne er fortalt af rigtige unge, men er indspillet af en skuespiller.

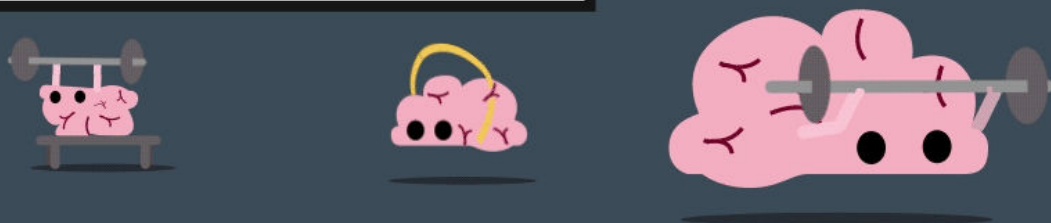




# Realistisk tænkning



REALISTISK TÆNKNING ER EN MEGET EFFEKTIV STRATEGI TIL AT HÅNDTERE DIN ANGST, OG KRÆVER DERFOR EN DEL TRÆNING.



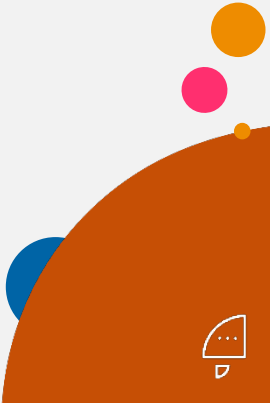
## KATASTROFETÆNKNING

JEG KOMMER TIL AT GLEMME ALT. HELE KLASSEN VIL GRINE AF MIG. JEG DUMPER SIKKERT NU.



HUSK, AT NÅR DISSE SLAGS TANKEFÆLDER BEGYNDER AT BEVÆGE SIG RUNDT I HOVEDET, SÅ KAN DU TAGE KONTROL OVER DEM. DET GØR DU VED AT STILLE DIG SELV TO VIGTIGE DETEKTIV-SPØRGSMÅL:

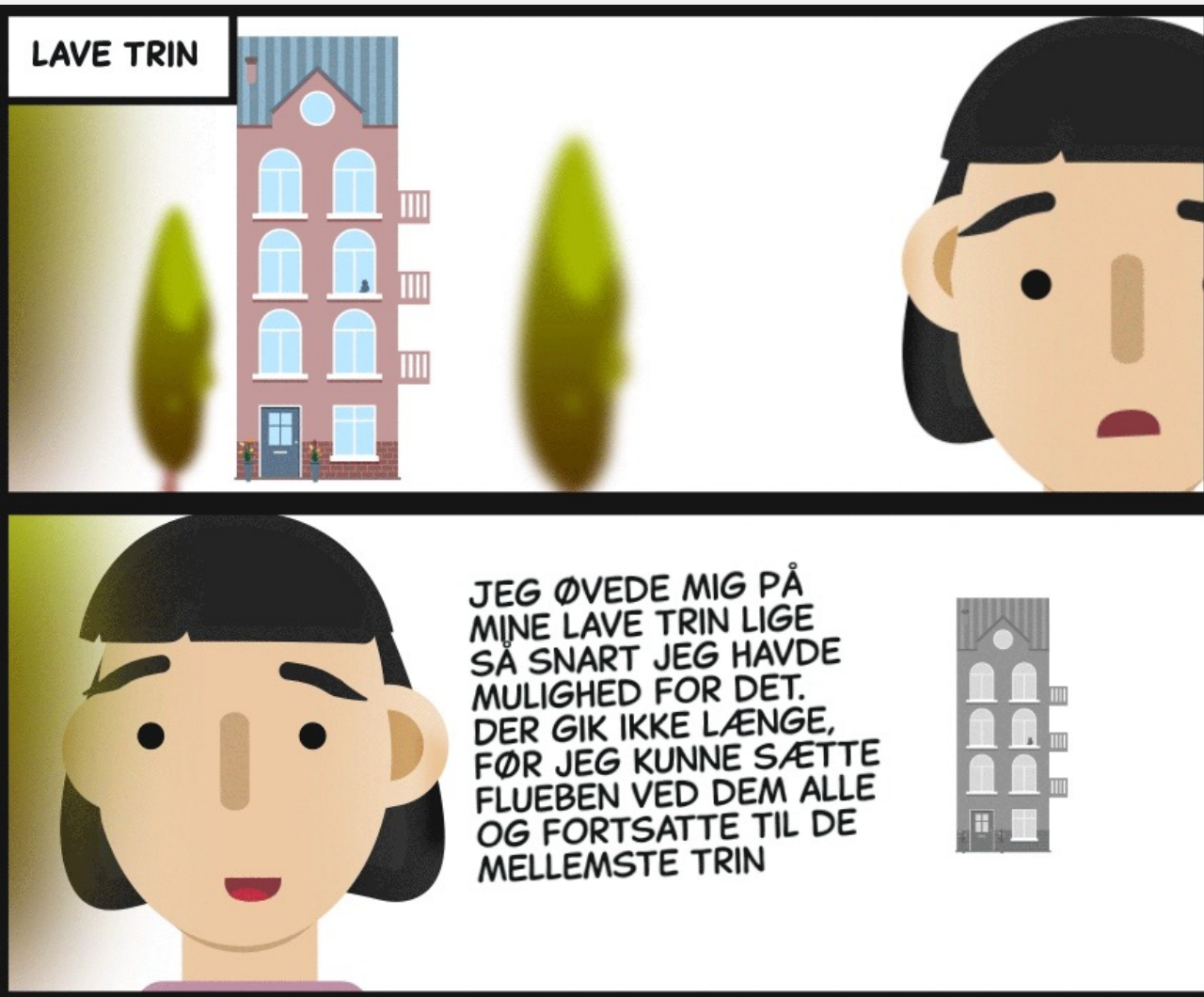
- 1) HVILKE BEVISER ER DER FOR MINE TANKER?
- 2) HVAD ER FAKTA I DEN HER SITUATION?







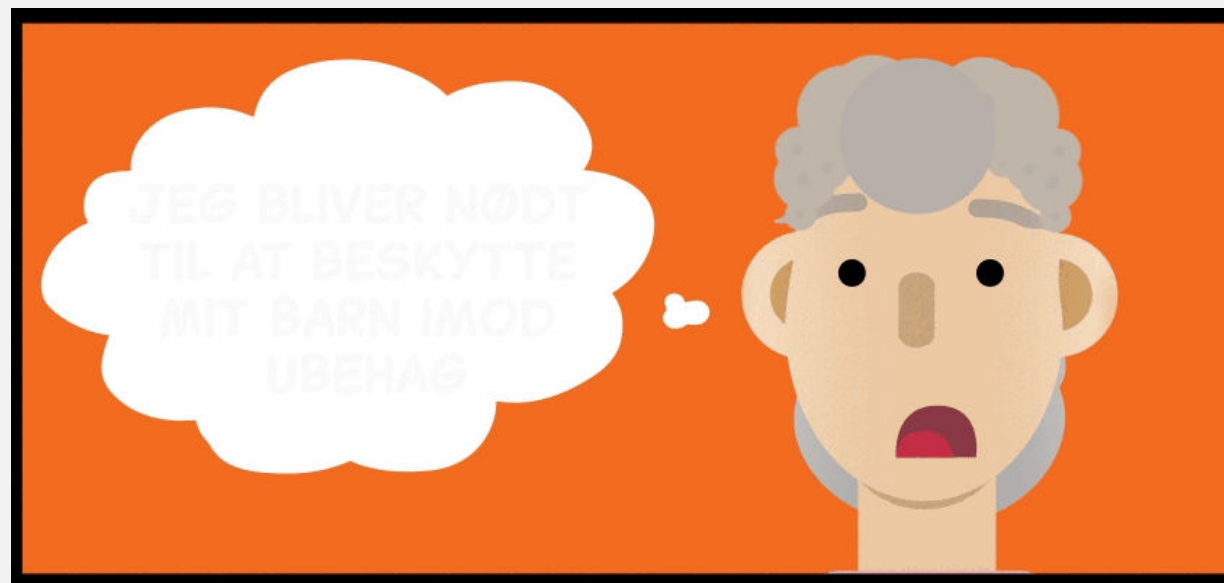
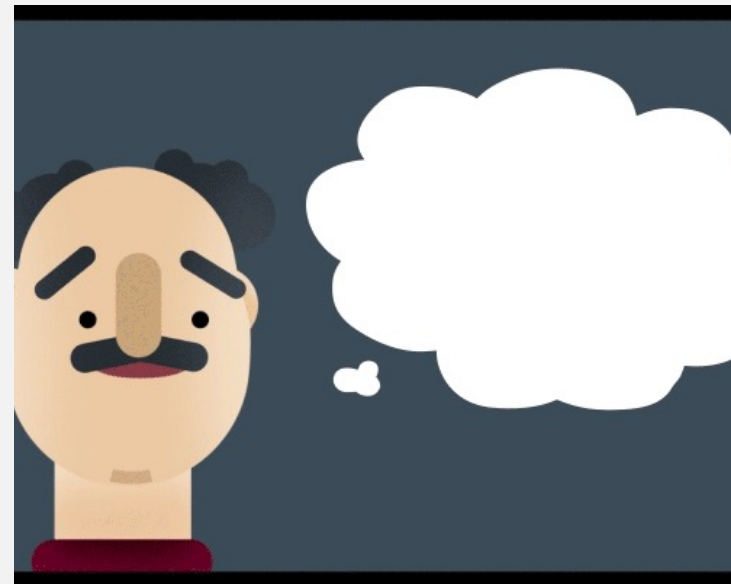
# Eksposering





# Forældreprogrammet

- Psykoedukation
- Forældreadfærd
- Skole
- Tilbagefaldsforebyggelse



# KHORA

- Interaktive redskaber til eksponeringsterapi og behandling af bl.a. angst og sociale forbier





**KHORA**  
VIRTUAL REALITY

Danish<sup>22</sup>  
Digital  
Award  
DANISH DIGITAL AWARD

DANISH DESIGN  
AWARD

THE CHALLENGE PROJECT  
THERAPY APPLICATION  
**GOLD**  
HALO AWARDS  
2020

 KHORA

# Agenda

- Introduktion til VR i det i kommuner & regioner , **Mads Nathaniel Lopes**
- Arbejdet med borgeren og teknologien, **Michael Berdiin Hansen** og **Anne Aldahl** Skanderborg kommune
- Q&A



*en del af*





# VR & AR PRODUKTIONSHUS

360° video & 3D applikationer

Kunst

Arkitektur

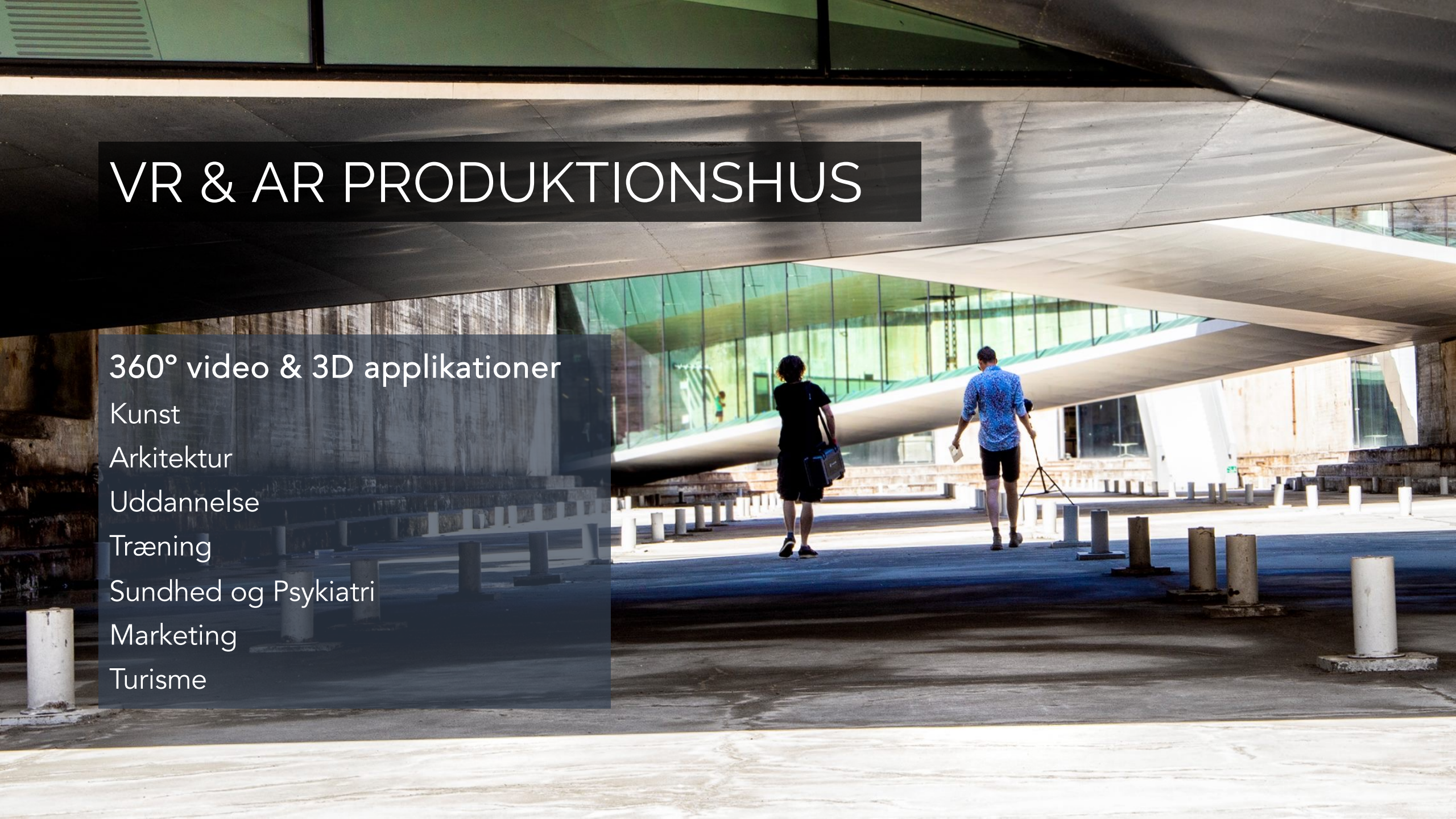
Uddannelse

Træning

Sundhed og Psykiatri

Marketing

Turisme





PRESENCE

TRANSPORTATION

IMMERSION

EMPATHY

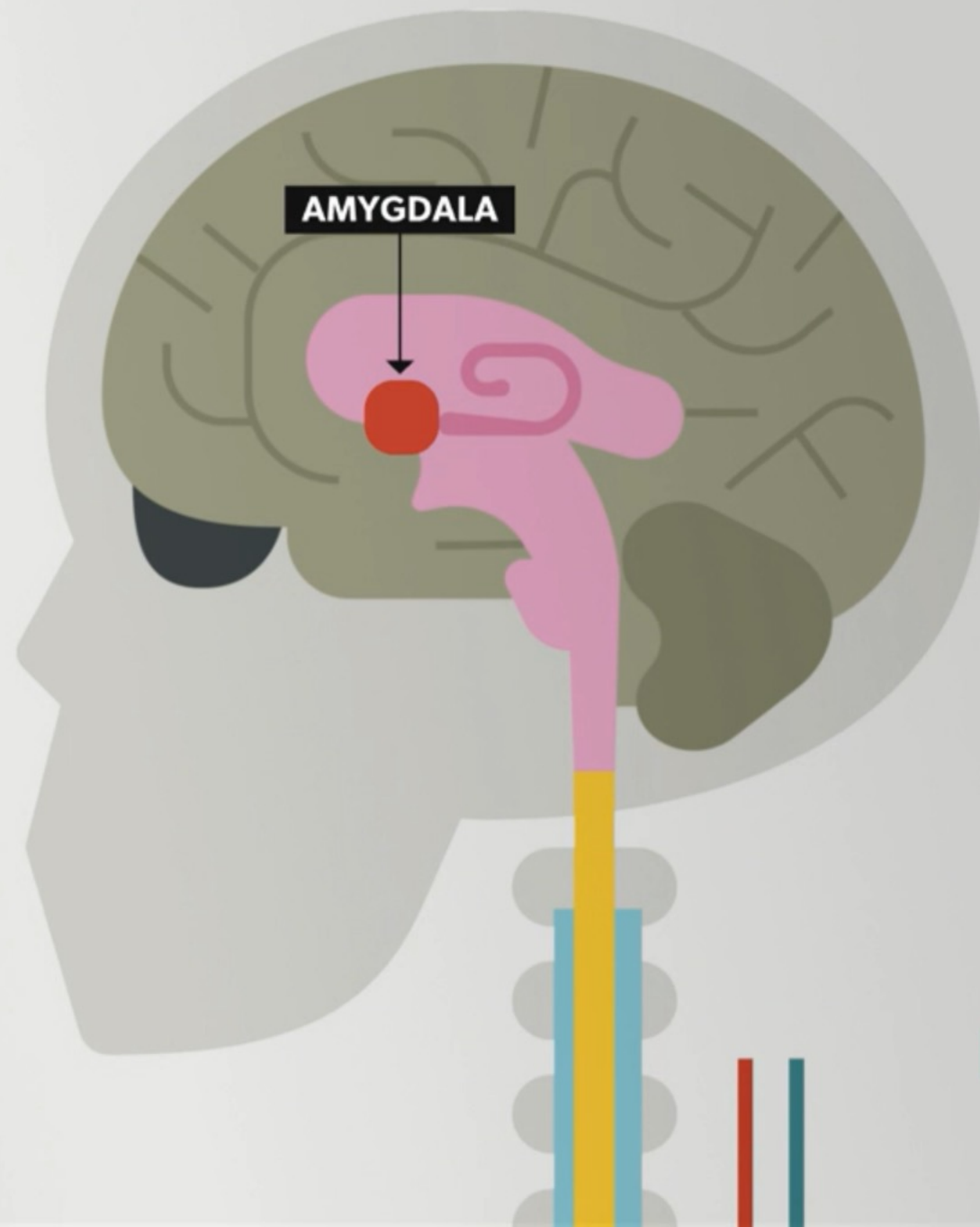
COMMUNICATION

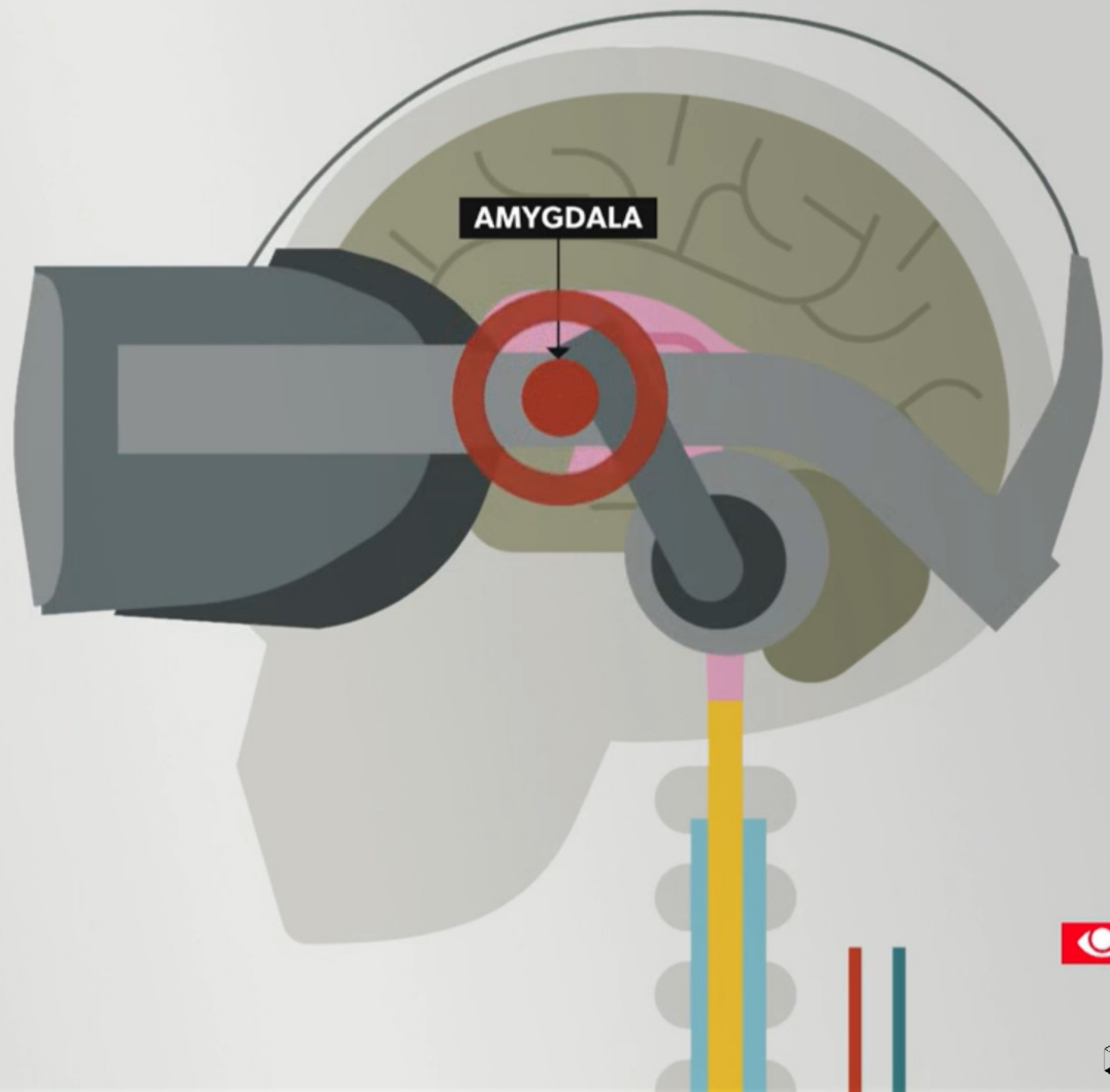
EMOTION



Frygt- og  
forsvarsmekanismer

Sætter kroppen  
i alarmberedskab





AMYGDALA



# Forskningsprojekter i VR

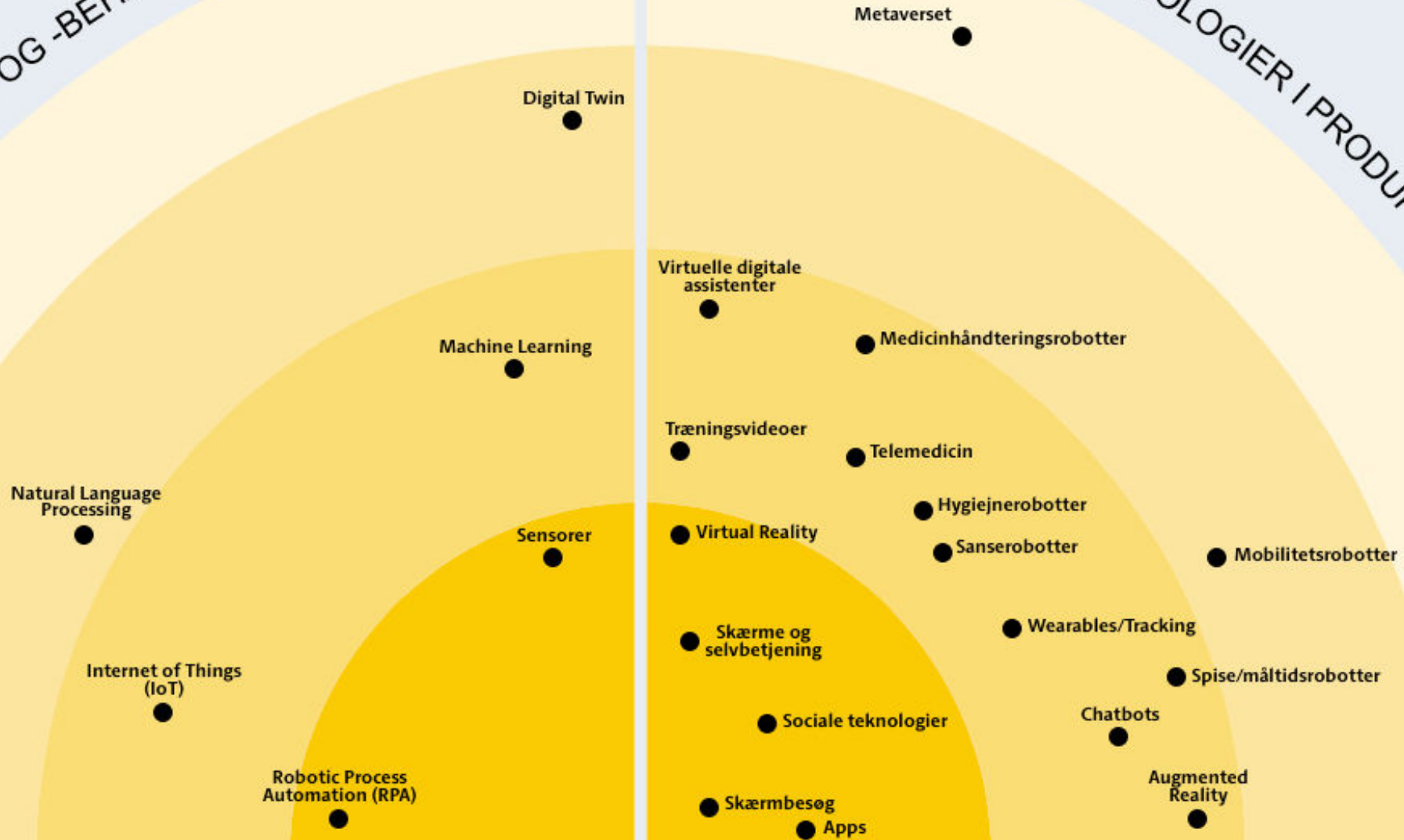
- Skizofreni
- Social Angst
- Fødselsdepression
- Smertedistraktion
- Mindfulness
- Cerebral parese
- Følelsesregulering
- Spiseforstyrrelse
- Simulationstræning i VR for akut syge børn
- Screening af patienter for psykisk sygdom vha. Bio-tracking.



# SOCIALOMRÅDET

TEKNOLOGIER TIL DATAINDSAMLING OG -BEHANDLING

TEKNOLOGIER I PRODUKTER OG SERVICES



AFVENT

HOLD ØJE

AFPRØV

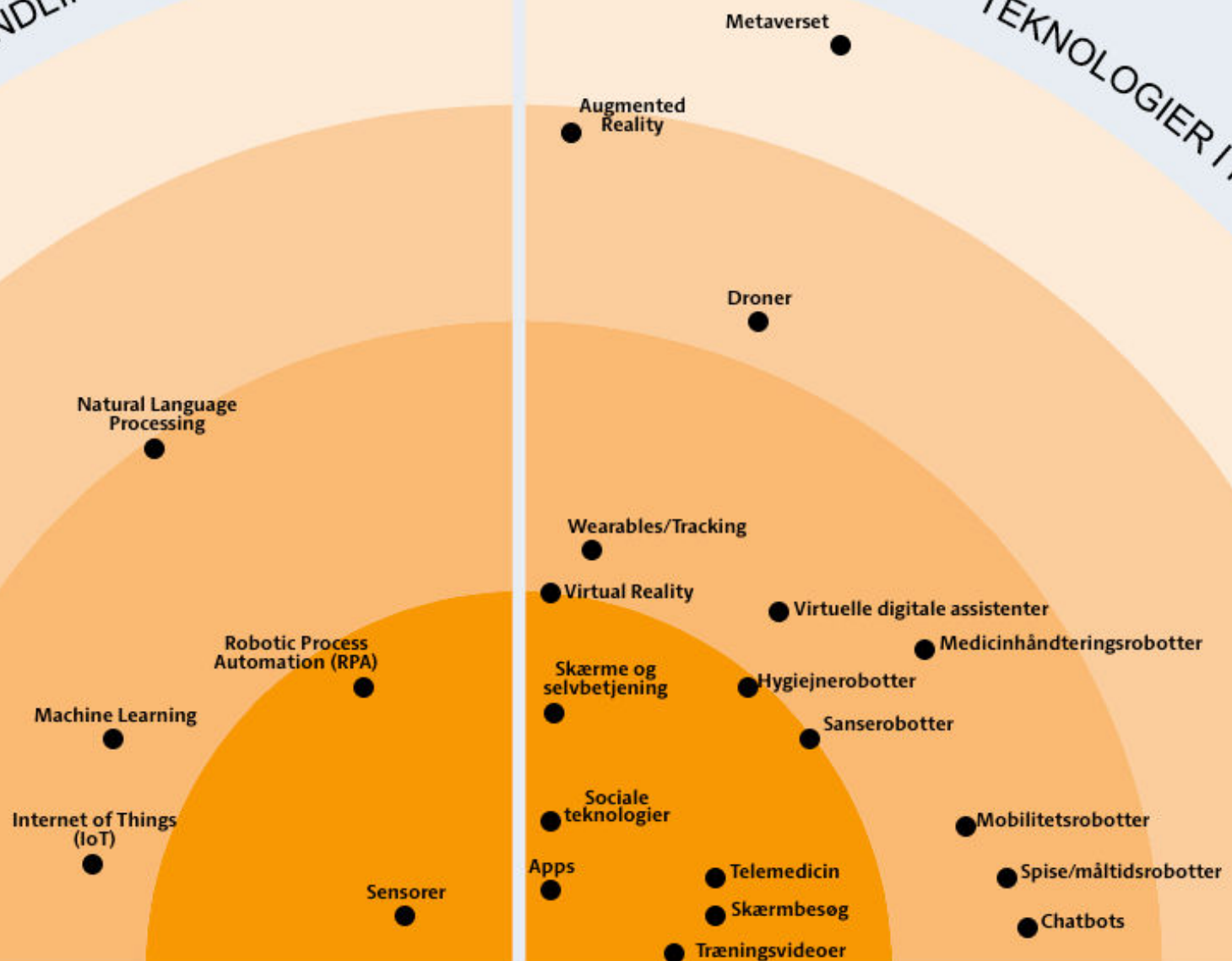
KLAR



# SUNDHED OG ÆLDRE

TEKNOLOGIER TIL DATAINDSAMLING OG -BEHANDLING

TEKNOLOGIER I PRODUKTER OG SERVICES



AFVENT HOLD ØJE

AFPRØV

KLAR



**Psykiatri**



en del af



Skanderborg  
Kommune



Region Syddanmark



Sønderborg



HILLERØD  
KOMMUNE



Middelfart  
KOMMUNE



AARHUS  
KOMMUNE



SOLRØD

Aabenraa  
Kommune



**midt**  
regionmidtjylland



THISTED KOMMUNE



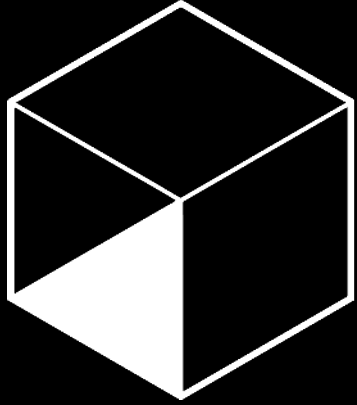
SLAGELSE  
KOMMUNE



HELSINGØR  
KOMMUNE







# KHORA EXPOSURE

- Khora Exposure er en VR-plattform, der anvendes som et værktøj af fagfolk inden for kommuner, regioner, rehabilitering, beskæftigelse og behandlingsorienterede interventioner.
- Platformen anvendes til
  - eksponering for angst og rehabilitering,
  - mindfulness,
  - beskæftigelse
  - underholdning.

Der er en stor bibliotek, der kontinuerligt udvikles og valideres i tæt samarbejde med brugere, kommuner og regioner.



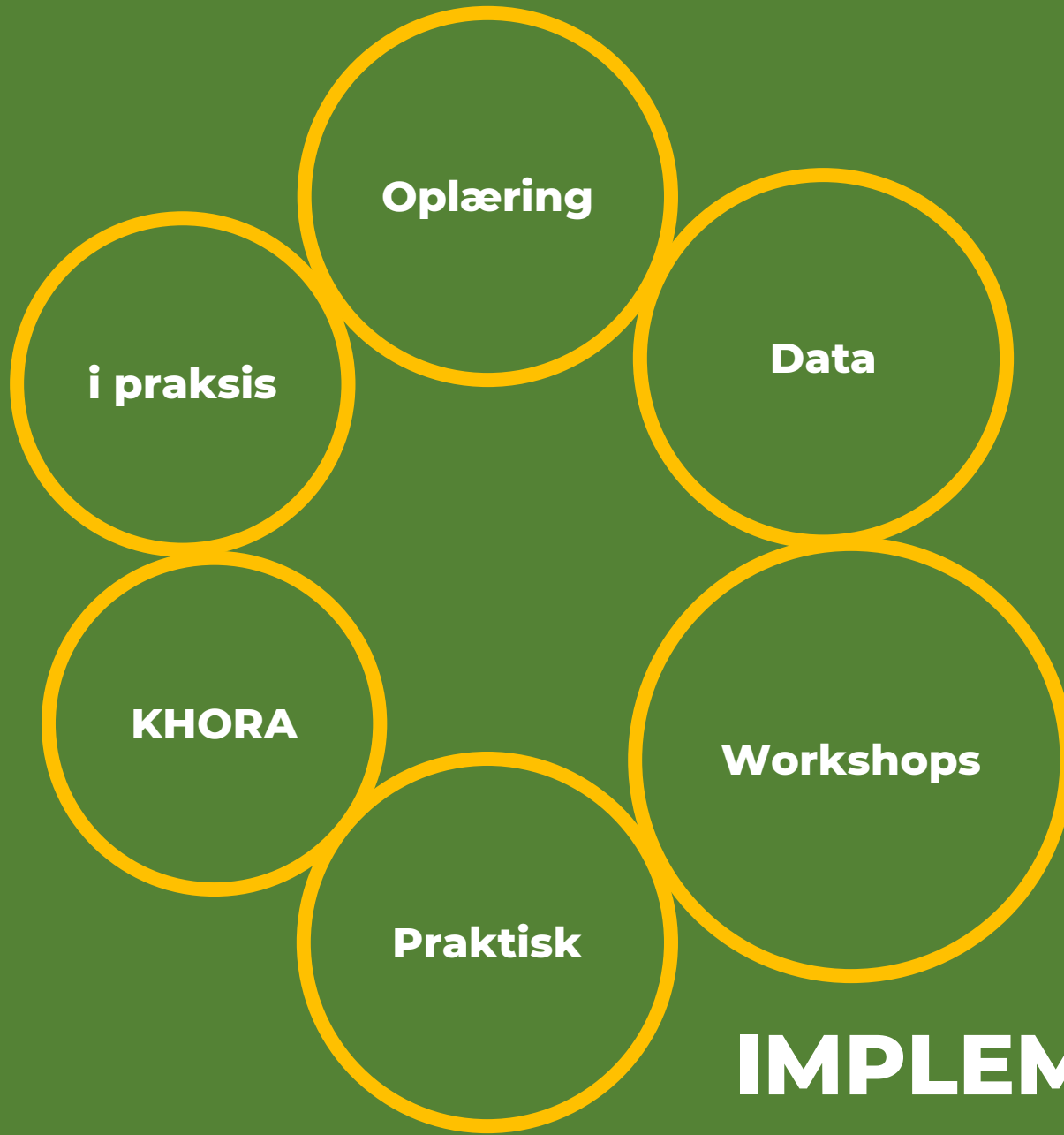
A stylized globe with red orbital lines and a red background with a grid pattern. The globe is rendered with a grid of white and grey lines, and is surrounded by several red, curved lines that suggest orbital paths. The background is a solid red color with a faint grid pattern. The text 'TV2 NY' is overlaid on the globe.

**TV2 NY**

**VIRTUAL REALITY**  
**|**  
**HVERDAGSPRAKSIS**

**HVORFOR  
VÆLGE  
VR?**

- Understøtter vores kerneopgave**
- Kontrolleret og virkelighedsnært miljø**
- Stor medindflydelse**
- Situationer der trigger udfordringer**
- Springbræt til at mestre udfordringer**



# IMPLEMENTERING



# HVORDAN GØR VI?

Den professionelle tilgang til VR



FØR

UNDER

EFTER

## FØR

Guides til  
udstyr

Rum og  
rammer

Tegn og  
signaler

## UNDER

Transparens

Dialog

Italesætte  
observationer

Mestringsstrategier

## EFTER

Evaluering af  
VR session

Proces og  
progression



”

Når du er ude at handle, så giver det, du har oplevet gennem VR, en **mindre følelse af angst**, fordi din hjerne er bevidst om, at du har været i en **lignende situation**, hvor du har været tryk. Hey, det her har vi prøvet før, nu prøver vi det her igen.

”

**DRØMME OM  
VIRTUAL REALITY**

# Det Nationale Sorgcenter



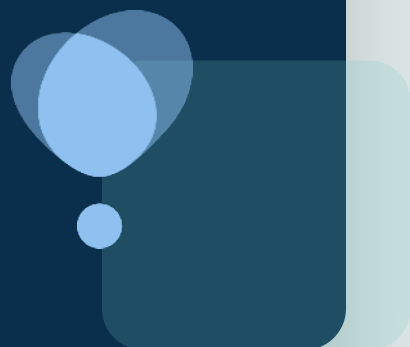
# DIGITAL FOREBYGGELSE OG BEHANDLING AF KOMPLICEREDE SORGREAKTIONER HOS UNGE EFTERLADTE

Vicedirektør Karina Madsen, Det Nationale Sorgcenter  
[kma@sorgcenter.dk](mailto:kma@sorgcenter.dk)



# Agenda

- **Det Nationale Sorgcenter**
- **Webterapi til unge efterladte**
- **Digital forebyggelse - samarbejde med Teknologisk Institut**
- **Muligheder og udfordringer ved digitale løsninger**





Vi arbejder for, at ingen pårørende eller efterladte skal have deres liv ødelagt af sorg. Vi tilbyder specialiseret behandling og støtte til pårørende og efterladte. Vi uddanner fagpersoner til at støtte mennesker i sorg og indsamler og producerer nyeste viden på området. Vi engagerer os personligt i dem, vi møder, og du kender os på vores dedikation og høje faglighed.



### VI BEHANDLER

**Børn, Unge & Sorg** tilbyder landsdækkende psykologisk behandling til de børn og unge, der har brug for hjælp til at fungere i en ændret hverdag som pårørende til en alvorligt syg forælder eller søskende.

**Børn, Unge & Sorg** tilbyder landsdækkende specialiseret psykologisk behandling og støtte til efterladte børn og deres familier samt unge, så de kan leve med sorgen som en naturlig del af deres liv.

**Ældre & Sorg** tilbyder specialiseret psykologisk behandling til ældre efterladte, så de kan leve med sorgen som en naturlig del af deres liv.

SAMMEN  
ARBEJDER VI FOR, AT  
SORG  
IKKE ØDELÆGGER LIVET

### VI INDSAMLER OG PRODUCERER VIDEN

Vores **videnscenter** indsamler, producerer og formidler viden om pårørende og efterladte. Det sker bl.a. for at fremme forebyggelse, identifikation og behandling af komplicerede sorgreaktioner i Danmark og internationalt.

### VI UDDANNER

Vores **kompetencecenter** arbejder for, at viden om sorg er en del af de fagprofessionelles kompetencer, og at viden om pårørende og efterladte implementeres i praksis – i Danmark og internationalt.

### VI STØTTER

Vores **frivillige**, som selv har mistet, tilbyder støtte til pårørende og efterladte med naturlige sorgreaktioner for at give genkendelse og håb.

### VI SÆTTER SORG PÅ DAGSORDENEN

Vi bidrager til den offentlige samtale omkring sygdom, død og sorg for at skabe opbakning til vores vision om at mindske tabuisering og sikre bedre behandling og støtte til pårørende og efterladte.



**34.000 UNGE HAR MISTET EN FORÆLDER**



**6800 (OPTIL 20 %) UDVIKLER BEHANDLINGSKRÆVENDE SORG**



**27.200 (80%) UNGE KAN LÆRE AT LEVE MED SORGEN MED RÅD, HJÆLP OG VEJLEDNING**



# Et mere digitaliseret Sorgcenter – to digitale indsatser



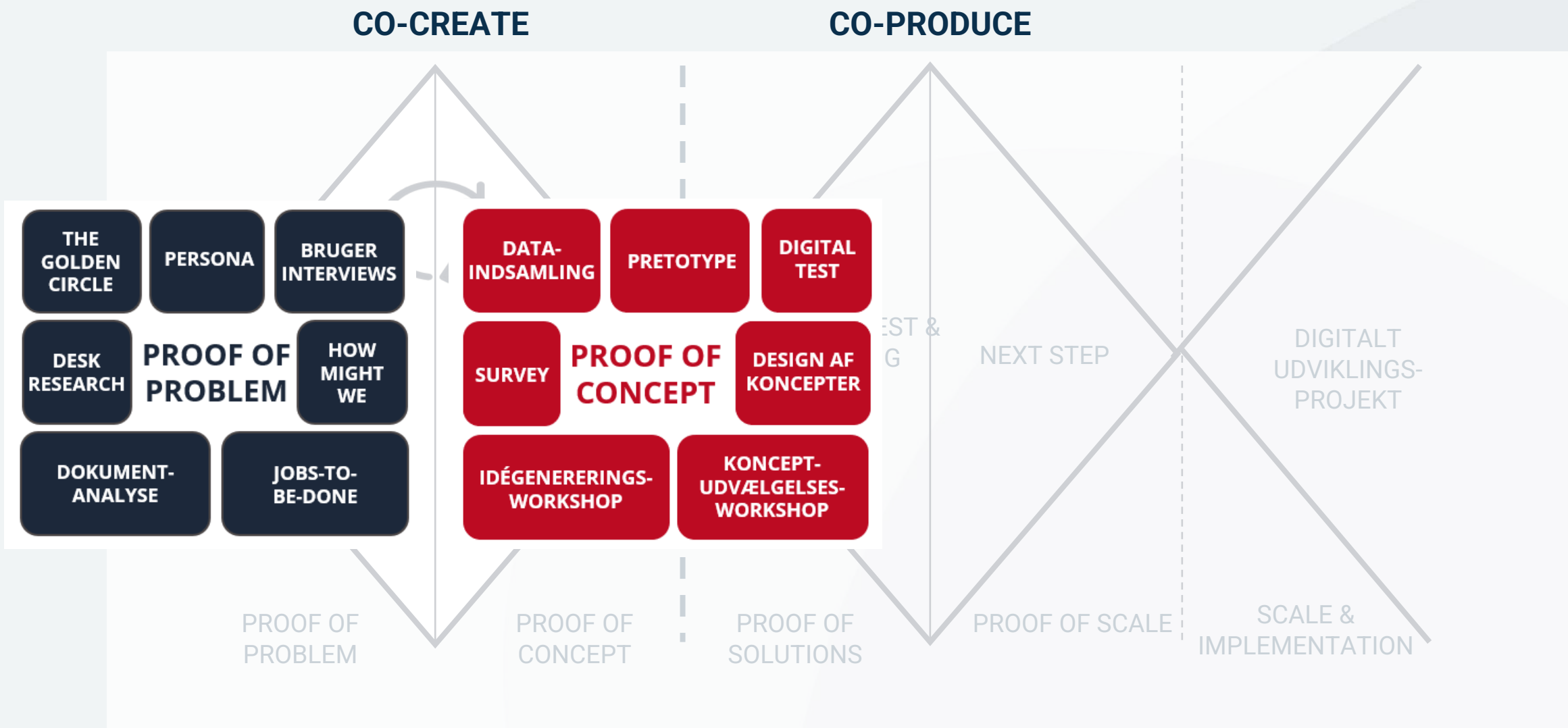
## Forebyggelsesunivers – (udvikling og afprøvning)

Udvikling og afprøvning af et digitalt forebyggelsesunivers, der kan understøtte den naturlige sorgproces ved, at facilitere forskellige slags samtaler om sorgen med andre efterladte, og hvor den enkelte kan få hjælp og støtte til at regulere sine følelser og tanker forbundet med sorgen. Et samarbejde med Teknologiske Institut.

## Webterapi (udvikling og afprøvning)

Med afsæt i erfaringerne fra Corona-nedlukningen, udvikle og afprøve specialiseret webbaseret psykoterapi til unge med komplicerede sorgreaktioner.

# Et digitalt forebyggelses tilbud – samarbejde med TI



NAVN: Mike



ALDER: 25 år

BOPÆL: Provinsby f.eks. Holbæk

TABSTYPE: Mor, sygdom (Hjertekar), for 2 måneder siden.

NÆRE RELATIONER: Få venner, anden efterladte forældre, bedsteforældre.

NAVN: Kristoffer



ALDER: 28 år

BOPÆL: Storkøbenhavn

TABSTYPE: Far, sygdom (Kræft), for 5 måneder siden.

NÆRE RELATIONER: En del tætte venner, efterladte forældre og papforældre.

NAVN: Camilla



ALDER: 21 år

BOPÆL: Vestegnen

TABSTYPE: Far, sygdom (kræft over 2 år), for 5 måneder siden.

NÆRE RELATIONER: Roomie, søster og mor.

Sådan ser min hverdag ud...

Udfordringer i min hverdag...

Mit forhold til min identitet ...

Mine behov i sorgprocessen...

Jeg vender sorgen med...

Hvad jeg savner ved afdøde...



# 10 digitale koncepter

## SORGSTØTTE

Gennem videoer/artikler/citater får brugerne indsigt og handlingsanvisninger til at bearbejde de svære følelser i sorgen.

## SPEJLRUDEN

Spejle sig gennem rollemodeller og opnå følelsen af ikke at være alene. Dele svære situationer og få fif til at komme igennem dem.

## SORGTJEK

Daglige "vejrmeldinger" med henblik på at opdage uheldige sorgmønstre.

## HÅNDTERING AF SORG

Øjeblikkelig hjælp til at håndtere sorgbølger i form af fx åndedrætsøvelser, mulighed for at kunne parkere tanker til senere, direkte kontakt til en fra Sorglinjen

## SORGEN VI DELER

Matchmaking-løsning der sætter to efterladte sammen og giver adgang til forskellige fora, baseret på tabstype, relation, tid siden tab mm.

## HUSKEBOGEN

Få fokus på de gode minder og oplevelser med den afdøde i et nuanceret billede. Dele mellem privat, relationer eller offentligt.

## PÅRØRENDES SORGGUIDE

Gode råd til hvad man kan gøre og sige som pårørende, for at kunne hjælpe en sørgende bedst muligt. Muligheden for at nå de efterladte gennem deres pårørende.

## PSYKOEDUKATION SORG

Informations- og uddannelsesplatform der tilbyder uddannelse om sorg og dens påvirkning samt gode råd til, hvordan man kan lære at leve med sorgen fx gennem tjeklister.

## SAMMEN OM SORGEN

Skabe dialog/debat/sprog mellem efterladte og accept af forskellige måder at håndtere sorgen på.

## MIN SORG

Guide til hvad de efterladte skal være opmærksomme på i forskellige perioder af sorgen. Både ift. det praktiske, emotionelle og sociale relationer.

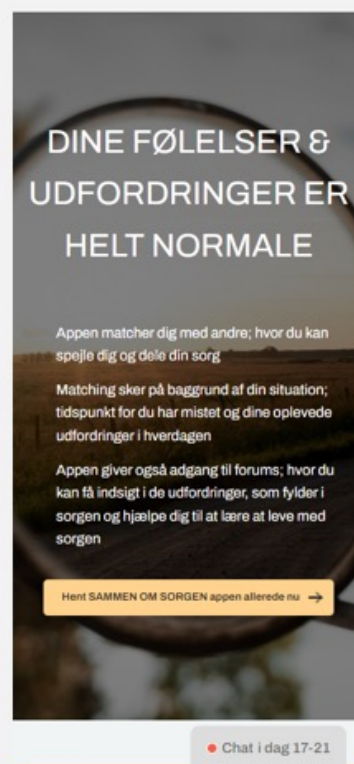


# Test og markedsvalidering

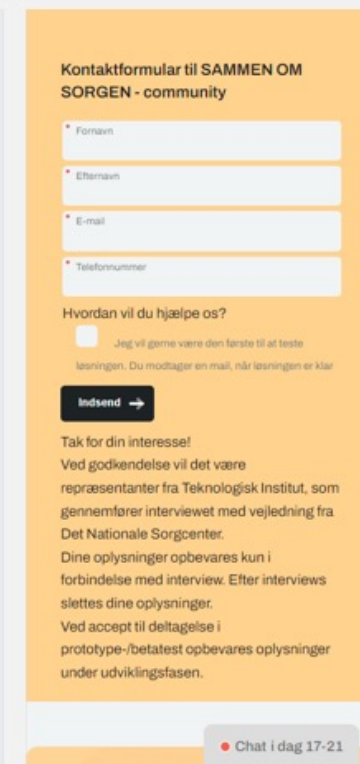
## ANNONCER



## LANDING-PAGE



## KONTAKTFORMULAR



# Resultater i 2022 – skal afprøves som prototyper i 2023



DigitalLead.



Det Nationale Sorgcenter

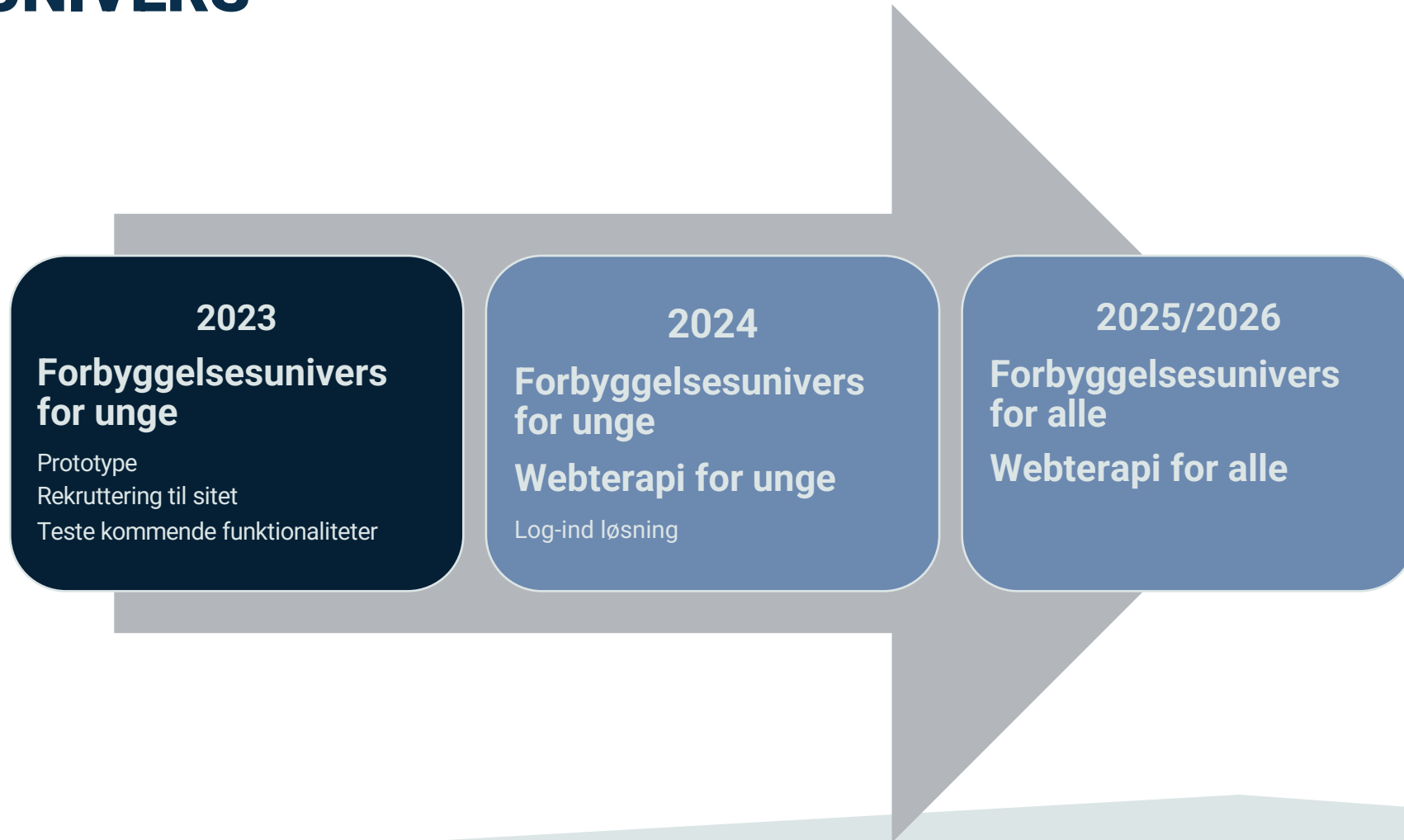
**ANNONCER: 668.763  
EKSPONERINGER**

**LANDINGPAGE: 836  
BESØGENDE**

**SIGN UP'S (INTERESSE):  
314 (37 %)**

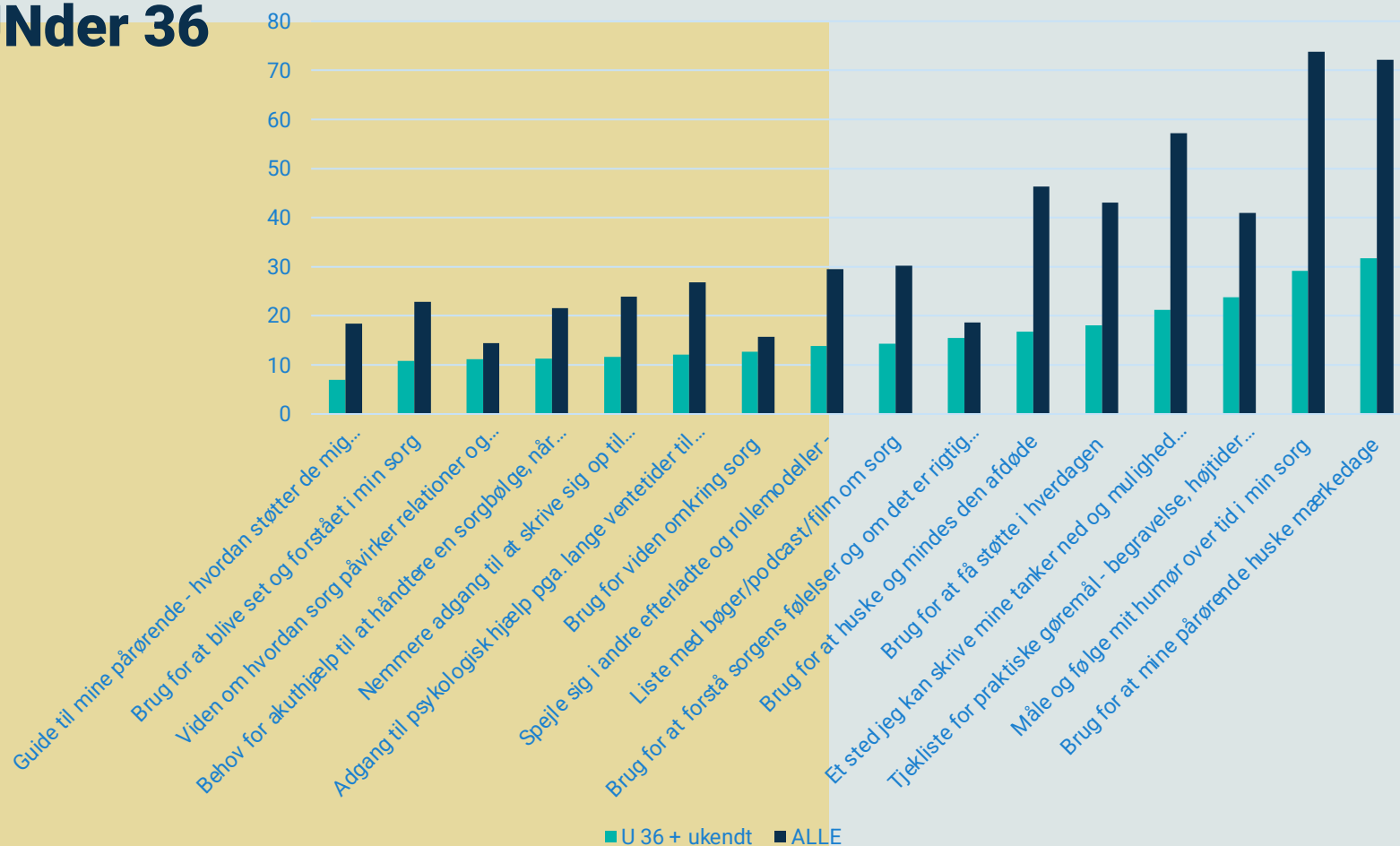
**SIGN UP'S (TEST): 33 (10,5  
%)**

# DIGITAL UNIVERS



# KOMBI Behovsrangering filter UNder 36

TOP 8 højt ønskede



Laveste score = relevant for brugerne

(30 % af besvarelserne u. 36)



TEKNOLOGISK  
INSTITUT

# Undersøge muligheder

## Højest rangeret:

- Pårørende og relationer
- Viden omkring sorg og følelser
- Akuthjælp til sorgbølger

## Mellem rangeret:

- Nemmere adgang til at skrive sig op til sorggrupper
- Adgang til psykologisk hjælp

## Lavere rangeret:

- Liste med bøger/podcast/film om sorg
- Brug for at mindes den afdøde
- Brug for støtte i hverdagen





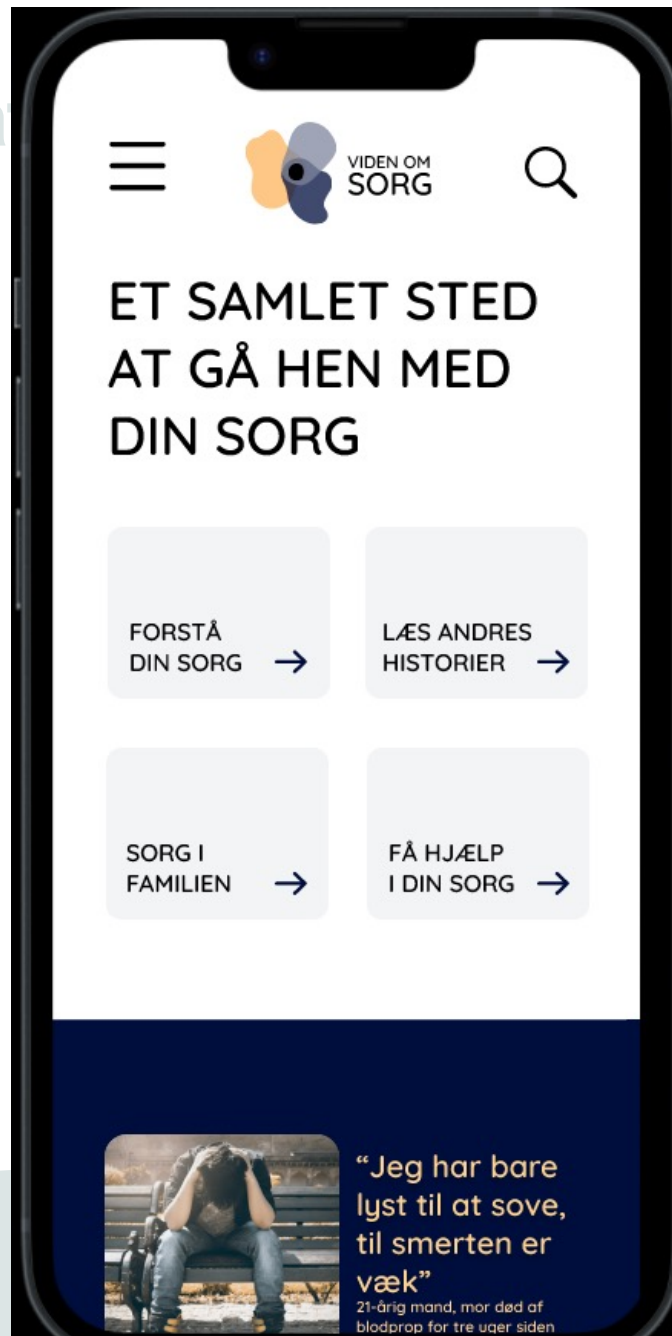
# BEHOV OG UNDERBEHOV

Blive mødt i sorgen

Lære at leve med sorgen



# Visualisering a



# Med digitale løsninger kan vi bidrage til at afhjælpe mistrivsel blandt unge



- Vi vil kunne tilbyde landsdækkende behandling – nå ud til dem som bor langt væk fra de store byer
- Tilbyde støtte til den store gruppe som har brug for let støtte
- Tilbyde støtte til dem som normalt ikke opsøger hjælp
- Vi skal gøre det sammen – med de unge, de stærke faglige kompetencer og de innovative miljøer

# Det Nationale Sorgcenter

**Programleder, psykolog Thomas Sønderby Boesen**



**Ledende psykolog Nikolai Cerisier Roitmann**



# Social Space



**Freja Sangild Boysen**

Medstifter og CEO i SocialSpace

Folkesundhedsvidenskab – Kandidat  
afhandling om unges perspektiver  
på mental sundhed

Mental sundhed i SAGA

Bestyrelsesmedlem i  
Specialisterne Foundation





**SOCIALSPACE**

# Målgruppen

- Børn og unge mellem 16-24 år
- .. som oplever sig selv som værende i mistrivsel, eller som af andre årsager har brug for en at tale med
- Indsatsen er for alle og bør favne den diversitet, der er i ungdommen
- Ligeledes bør indsatsen rumme de forskellige grader, der kan være af mistrivsel eller fravær af trivsel



**Udfordring**

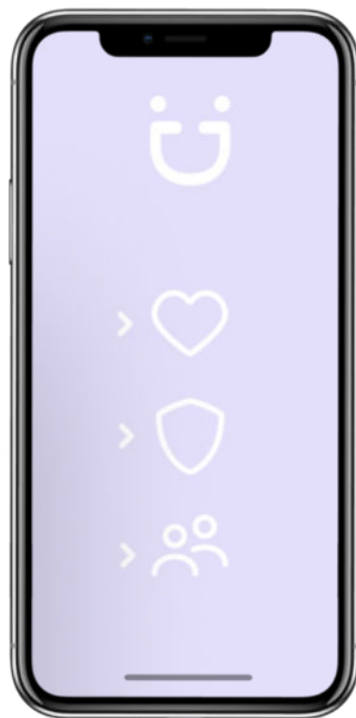
**Løsning**

**SOCIALSPACE**

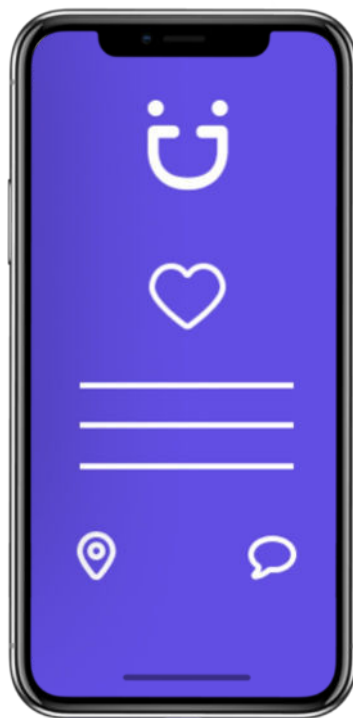
# DiTi appen – en samlet indgang



Anonym onboarding



Gennemse og filtrér muligheder for tilbud



Læs detaljer om tilbud



Få hjælp



# Digital indsats giver sociale indsigter

## Automatisk dataindsamling

## Social indsigt



**Antal og frekvens**



**Tid og sted**



**Tema/ problem**



**Demografi**

“67% af alle henvendelser om depression kommer fra piger i alderen 12-14 år”

“I Svendborg er 70% af henvendelserne fra drenge i alderen 12-14 år om ensomhed”

“Henvendelser om spiseforstyrrelser er steget med 20% i vejle”

“Henvendelser om selvskaade sker typisk mellem kl 21-22”

# Digital indsats giver sociale indsigter

## Social indsigt

## Anvendelse

"I Svendborg er 70% af henvendelserne fra drenge i alderen 12-14 år om ensomhed"



Svendborg kommune kan lave et fællesskabsorienteret tilbud til drenge i alderen 12-14 år

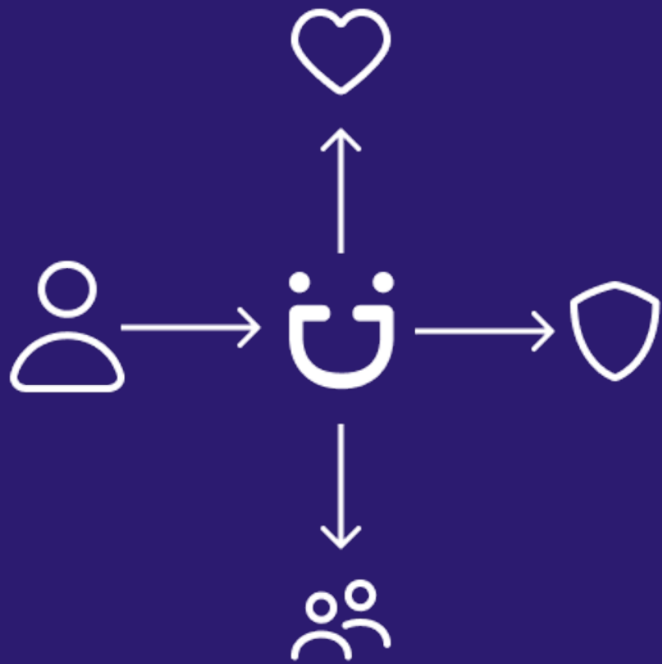
"Henvendelser om spiseforstyrrelser er steget med 20% i vejle"



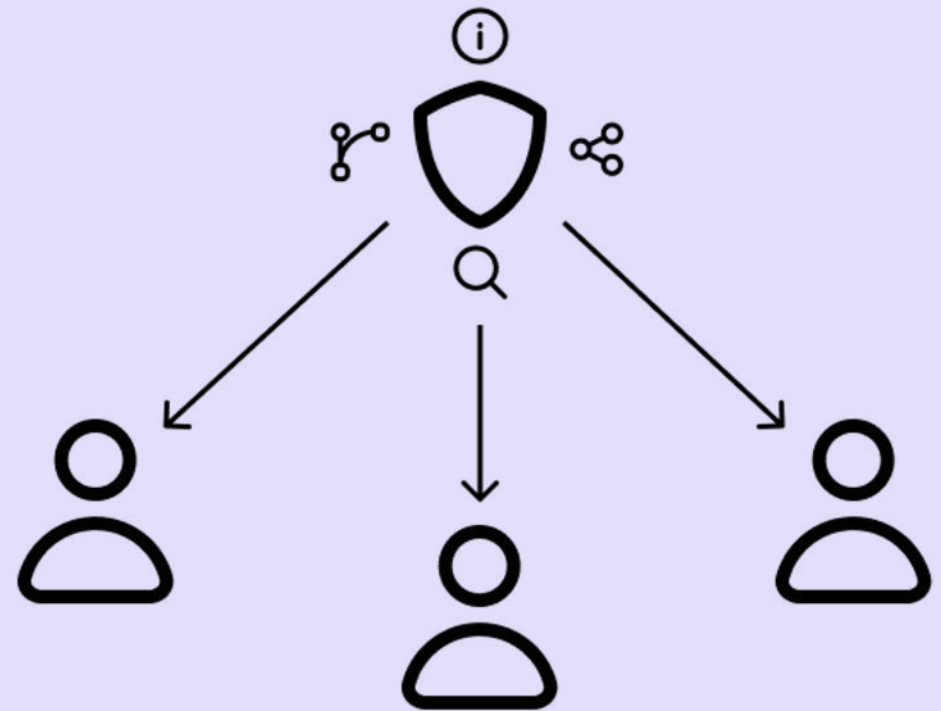
Foreningen for selvskade og spiseforstyrrelser ved nu, at det kan være en god idé at starte en afdeling i Vejle



**Reaktiv indsats:  
Lav ressource – Høj effekt**



**Proaktiv indsats:  
Intervention drevet af indsigt**



# Den videre indsats

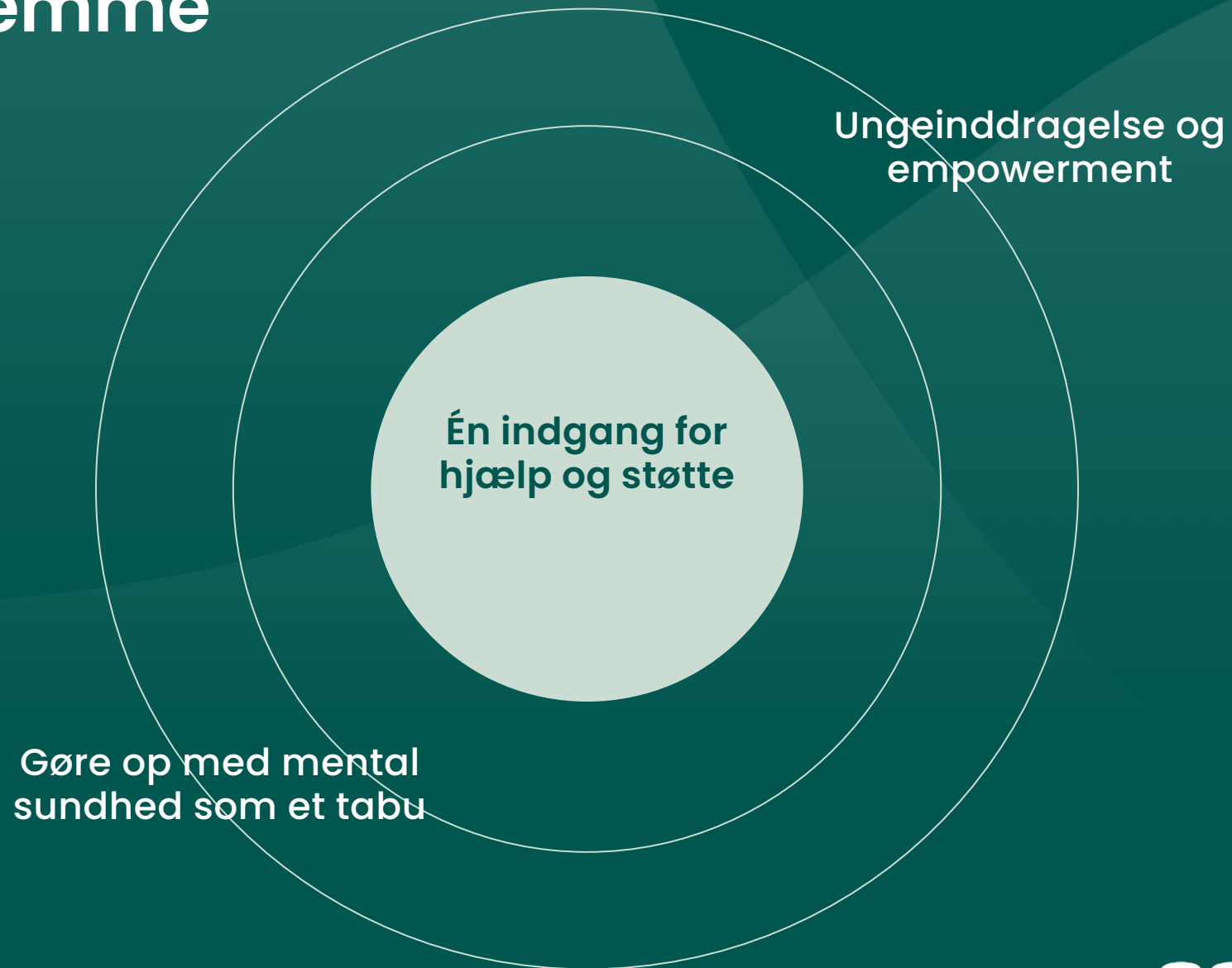
Ungeinddragelse – Design thinking

Kendskab

Udvikling

Vidensdeling

# De unges stemme



# De næste to år

- Børn og unge i hele landet har DiTi på deres telefon
- **Vi har målrettede indsatser på 200 skoler**
- **Vi har nået 100.000 studerende**
- Vi har fire udviklingscyklusser (nye features)
- **Vi har lavet seks kampagner om mental sundhed på baggrund af indsigter**
- DiTi har 50.000 downloads

Pris pr. ung vi hjælper = 70,4 kr.



**SOCIALSPACE**





# SOCIALSPACE

Sammen kan vi styrke mental sundhed  
og empowerment blandt børn og unge

# Erhvervsfyrtårn Life Science 2



Offentlig-privat partnerskab  
Fokus på **mental sundhed**

Tilsagn på 60 mio kr. fra Danmarks  
Erhvervsfremmebestyrelse

Følg med her:

[www.erhvervsfyrtårnlifescience.dk](http://www.erhvervsfyrtårnlifescience.dk)

**Nationalt Netværk  
for  
Borgerskabte data**



læs mere på  
[www.danishlifesciencecluster.dk](http://www.danishlifesciencecluster.dk)



# Kontakt os – partnerskaber er nøglen



PROJEKTLEDER

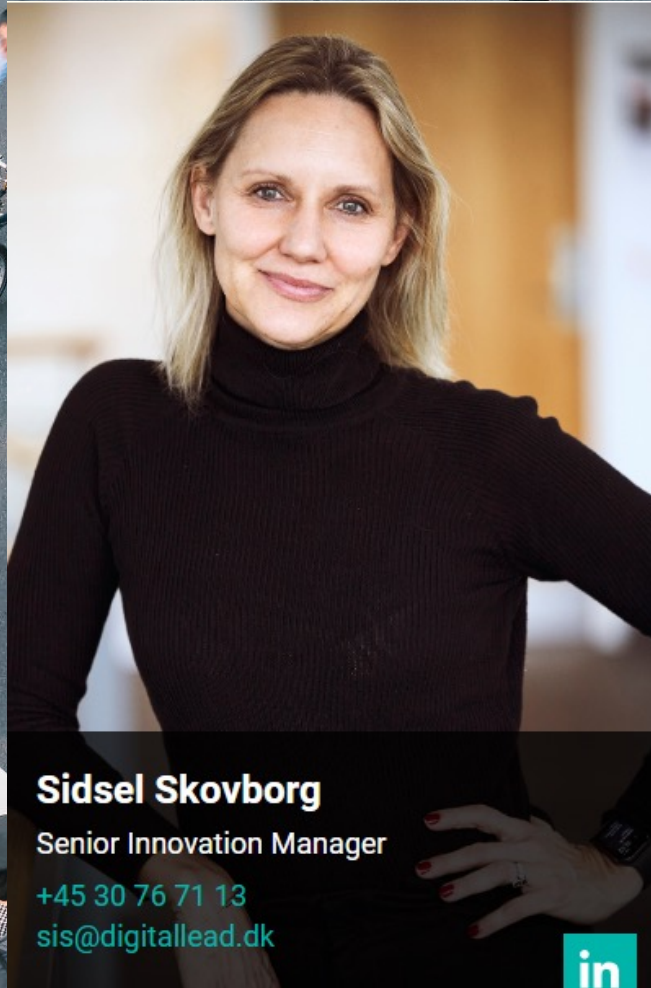
**Helene Boeck**

 HUB Hovedstaden

 +45 3012 4909

 [hb@danishlifesciencecluster.dk](mailto:hb@danishlifesciencecluster.dk)

 [LinkedIn](#)



**Sidsel Skovborg**

Senior Innovation Manager

+45 30 76 71 13

[sis@digitallead.dk](mailto:sis@digitallead.dk)



**Martin Grønbæk Jensen**

Forretningsleder

[MAGJ@teknologisk.dk](mailto:MAGJ@teknologisk.dk)

+45 7220 1775





**Skriv navn, organisation på post it**



**Sæt post it på væg**



**Jeg tror/tror ikke social tech bliver en del af fremtidens sundhedstilbud**



**Hvilket marked retter social tech sig mod. Forbruger, offentlig organisation eller private aktører**



**Dagens event har været relevant**



**Jeg kommer gerne igen til endnu et arrangement om emnet (Navn, organisation og mail)**

