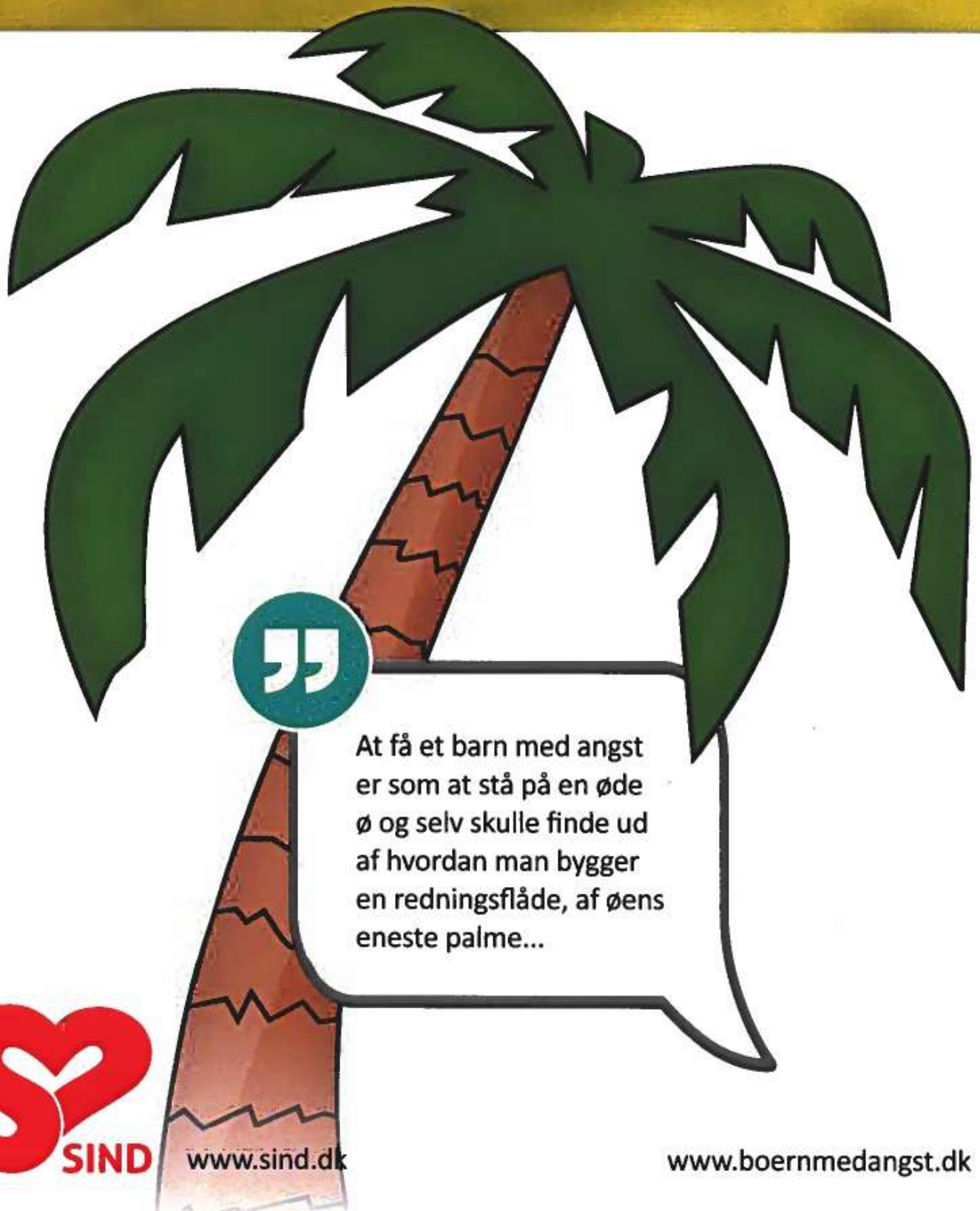




## BØRN MED ANGST



At få et barn med angst er som at stå på en øde ø og selv skulle finde ud af hvordan man bygger en redningsflåde, af øens eneste palme...



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

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

# Har dit barn angst?

Eller er du bange for, at dit barn er ved at udvikle angst? Så er du ikke alene...

I Danmark sidder der i gennemsnit to børn i hver folkeskoleklasse, som lider af angst og bekymring i så høj grad, at det påvirker deres hverdag.

Hos FORENINGEN FOR BØRN MED ANGST arbejder vi målrettet på at udbrede viden om angst. Vi har samlet en række gode råd på vores website [www.boernmedangst.dk](http://www.boernmedangst.dk), vi håber, det kan være med til at give dig og dit barn den rette hjælp.

Se alle vores videoer om angst hos børn på vores Youtube-kanal:  
**Foreningen for børn med angst**

Du kan løbende få information om foreningens arbejde på [facebook.com/boernmedangst](https://facebook.com/boernmedangst)

Du kan også blive medlem af foreningens facebook gruppe:  
**Børn med angst-forum for forældre**

**AMBASSADØR I  
BØRN MED ANGST**

**FARSHAD KHOLGHI  
SKUESPILLER OG KOMIKER**

*"Jeg har valgt at være ambassadør i Foreningen for børn med angst, fordi jeg gerne vil være med til at nedbryde tabuet omkring lidelsen. Det er utroligt vigtigt at sætte fokus på børn med angst, for hvis ikke man får gjort noget ved det i barndommen, så kan det udvikle sig til alvorlige problemer i voksenlivet. Jeg har selv haft angst, og jo mere man taler om det, jo bedre. Det handler om oplysning, oplysning, oplysning."*



**BØRN MED ANGST**

# Hjælp i børnehøjde...

AMBASSADØR I  
BØRN MED ANGST

RASMUS BJERG  
SKUESPILLER

Foreningen for børn med angst er en del af SIND - Landsforeningen for psykisk sundhed. Når du melder dig ind i Foreningen for børn med angst, bliver du samtidig medlem af SIND og kan gøre brug af SINDs medlemsfordele.

*"Jeg har sagt ja til at være ambassadør, fordi jeg som barn selv led og var slave af angst. En følgesvend jeg med tiden har lært at acceptere eksistensen af. Tidligere prøvede jeg flygte fra "ham"; nu har jeg taget ham i hånden, og denne fjende er efterhånden blevet min ven. Jeg synes, det er vigtigt at hjælpe børn med angst, fordi børn skal have lov at være børn med den frihed og ubekymrethed, der hører barndommen til."*

Bliv medlem på  
[www.boernmedangst.dk/bliv-medlem/](http://www.boernmedangst.dk/bliv-medlem/)



Angst er en helt naturlig følelse, som findes i os alle, og det er vigtigt, at dit barn ikke føler sig forkert eller alene med angsten. Derfor har vi lavet et websit specielt til børn med angst, hvor de kan se videoer om angst, høre andre børns historier og finde øvelser, som kan hjælpe dem til at bekæmpe angsten.

Besøg vores børneunivers på [tilbageiltrygheden.dk](http://tilbageiltrygheden.dk)

Vi opdaterer løbende vores websites med nye videoer, øvelser, behandlere og personlige historier fra børn og forældre.



**TILBAGE TIL TRYGHEDEN**



## TILBAGE TIL TRYGHEDEN

AMBASSADØR I  
BØRN MED ANGST

JACINTA MADSEN  
JOURNALIST OG TV-VÆRT  
PÅ DR RAMASJANG

*"Jeg er taknemmelig for, at jeg er blevet spurgt om at være ambassadør for Foreningen for børn med angst. Ingen familie bør stå alene med angst, og jeg håber som ambassadør at være med til at øge opmærksomheden om problemet og støtte de børn, der i dag lever med angst."*



- Vores søn har angst, og hans forløb har strakt sig over næsten fire år hvor skolevægring har været og er en stor del. Vi oplever at instanserne ikke kommunikerer nok, og samtidig har ingen af dem nok tid. Vi er ikke de eneste som har brug for hjælp. Aflysninger af møder, og mange, mange uger/måneder imellem. Skift af sagsbehandler, vi har nu fået nummer tre, og ingen af dem har endnu mødt vores søn.

- Vi forældre føler os overladt til et system, som på ingen måder har barnet i centrum. Alting afvejes efter love og retningslinjer og desværre passer vores dreng ikke ind og derfor kan han ikke hjælpes.

Har du spørgsmål, er du meget velkommen til at kontakte os på  
[mail@boernmedangst.dk](mailto:mail@boernmedangst.dk)