



FOREBYGGELSESTEAMET

FORSKELLIGE
I FÆLLESSKAB



FOREBYGGELSESTEAMETS

TILBUD TIL GRUNDSKOLER

2025/2026



VIBORG
KOMMUNE

Velkommen til Forebyggelsesteamets katalog

Kære lærer og ledelse på Viborg Kommunes grundskoler

I sidder med en invitation i hånden. En invitation til at åbne døren ind til en verden af meningsfulde, praksisnære og engagerende tilbud, som er skabt til at styrke børn og unges trivsel, og til at understøtte jer i det vigtige arbejde, I gør hver dag.

Vi ved, at arbejdet i skolen til tider er komplekst. I møder børn og unge med vidt forskellige baggrunde, behov og potentialer. I mærker samfundets skiftende tendenser og oplever, hvordan trivsel, fællesskab og udvikling kræver opmærksomhed, handling og samarbejde. Og netop her står Forebyggelsesteamet klar som en aktiv og engageret medspiller.

Forebyggelsesteamet er en del af Viborg Ungdomsskole og består af fagpersoner med viden om trivsel, relationer, fællesskaber, SSP-samarbejde og fritidsliv. Vi arbejder med alt fra digitale elevambassadører og rusmiddelforebyggelse til brobygning til foreninger og frivillighed – og vi gør det i tæt samarbejde med jer. Vi arbejder for en fælles vision: Alle børn og unge i Viborg Kommune skal have lys i øjnene og mestre eget liv. Det er vores ledestjerne, vores eksistensberettigelse og vores daglige drive.

Kataloget I nu åbner, giver jer indblik i de muligheder, vi tilbyder, og som vi håber, I vil opleve som relevante, inspirerende og let tilgængelige. Bag hvert enkelt tilbud står en intention om at gøre en forskel sammen med jer og jeres kollegaer. Derfor er vores arbejde også altid bygget på relation, dialog og respekt for den praksis, I kender bedst.

Tak, fordi I er nysgerrige på vores arbejde. Vi glæder os til samarbejdet – og til sammen at tænde lys i øjnene på de børn og unge, vi er fælles om at løfte.



Afdelingsleder
Søren Mønsted Krog



Find os på hjemmesiden

Indhold

Funders Verden	s 04
Få besøg af fritidsvejlederne	s 06
ABC for mental sundhed	s 08
Få besøg af fritidsjobvejlederen	s 10
Digitale Elevambassadører	s 12
Mit bedste råd ...	s 14
Stå stærkt i ungelivet	s 16
Trivselsseminar	s 18
Pakke til skolebestyrelser	s 20
Forebyggelsesteamet er også en del af ...	s 22
Kontaktside	s 23





Funders verden

Funders Verden er et inspirationsværktøj designet til at gøre det let, sjovt og inspirerende for jer som undervisere at integrere Det Fælles Fundament i indskolingen.

Bamsen Funder flytter ind i klassen med sin skoletaske og alle gode intentioner om at lære, hvad et fællesskab mon er, og hvad det kan. Sammen med børnene går han på opdagelse i alverdens nye fællesskaber. Frivillige, tvungne, digitale, lystbetonede og praktiske. Undervejs kommer I til at arbejde med fællesskaber inden for både kulturliv, erhvervsliv og fritidsliv – og måske kigge lidt på jeres eget klassefællesskab.

Funders Verden er et fleksibelt univers med ni forløb fordelt på tre kategorier. I kan frit fordele forløbene imellem jer på tværs af årgangene, og I kan vælge at køre flere forløb på et år, eller blot vælge et enkelt.

Også de enkelte underforløb er der elastik i, så I kan vælge, at det skal fylde en hel uge – eller blot en enkelt formiddag. Et forløb, der som en rød tråd kan løbe gennem alle fire indskolingsår, men mindre kan også gøre det. I kan tilpasse det, som det passer jer bedst.

KONTAKT

Gitte Daugbjerg Andersen
Mail: gda@viborg.dk
Mobil: 2130 5139



TILBUDSTYPE: UNDERVISNINGSMATERIALE

Indskoling				Melletrin			Udskoling		
0. klasse	1. klasse	2. klasse	3. klasse	4. klasse	5. klasse	6. klasse	7. klasse	8. klasse	9. klasse
✓	✓	✓	✓	✗	✗	✗	✗	✗	✗

Få besøg af fritidsvejlederne

Fritidsvejlederne besøger klassen og taler med eleverne om, hvad et aktivt fritidsliv og deltagelse i et fællesskab kan betyde for deres trivsel.

Vi går i dialog med eleverne om, hvilke muligheder de har og præsenterer dem for nogle af alle de aktiviteter, man kan gå til i Viborg Kommune. Undervejs i dialogen kommer vi ind på fritidslivets betydning. I samarbejde med eleverne kortlægger vi de aktiviteter, der er i lokalområdet, og laver en workshop om, hvilke muligheder der findes i forvejen, og hvilke gode idéer og ønsker de har til nye fritidsaktiviteter.

Mange af de erfaringer og oplevelser, man får til sin fritidsaktivitet, kan bruges som løftestang i andre af livets arenaer. Forskningen siger, at der på mellemtrinnet er en tendens til, at flere børn helt stopper med at gå til noget i deres fritid. Derfor vil vi som fritidsvejledere øge deres opmærksomhed på, hvad et aktivt fritidsliv kan gøre for dem, så flere børn får lys i øjnene.

Der er nemlig god grund til at fastholde børn og unge i et aktivt fritidsliv. Forskningen viser, at det kan være med til at:

- forbedre deres skolepræstationer
- øge deres selvtillid og selvværd
- styrke deres netværk
- øge deres trivsel og forebygge stresssymptomer
- styrke deres sproglige udvikling og udvide forståelsen for samfundets normer og uskrevede spilleregler

KONTAKT

Fritidsvejleder Martin Elgaard
Mail: mame@viborg.dk
Mobil: 4193 3412

Fritidsvejleder Chandra Anna Larsen
Mail: cl1@viborg.dk
Mobil: 4193 3411



TILBUDSTYPE: OPLÆG/WORKSHOP

Indskoling				Mellemtrin			Udskoling		
0. klasse	1. klasse	2. klasse	3. klasse	4. klasse	5. klasse	6. klasse	7. klasse	8. klasse	9. klasse
✗	✗	✗	✗	✓	✓	✓	✓	✓	✗

Alle børn i Viborg Kommune skal
have mulighed for at blive en del
af et sundt fritidsfællesskab.





ABC for mental sundhed

Denne workshop er en forskningsbaseret indsats, der fremmer mental sundhed gennem tre hovedbudskaber:

A) Gør noget aktivt

B) Gør noget sammen

C) Gør noget meningsfuldt

Workshoppen giver eleverne praktiske værktøjer til at forbedre deres mentale sundhed ved at engagere dem i aktiviteter, der styrker deres trivsel. Vi skal arbejde med mikro-handlinger, frivillighed og empowerment.

Mental sundhed er afgørende for elevernes trivsel og læring. Gennem ABC-modellen kan vi hjælpe eleverne med at håndtere hverdagens stress og udfordringer ved at arbejde med deres mindset. Det kan føre til bedre koncentration, øget selvværd og en mere positiv skoleoplevelse.

Modellen understøtter skolernes arbejde med trivsel og fællesskaber, som ligger i tråd med folkeskolens overordnede mål om at skabe et trygt og inkluderende læringsmiljø.

KONTAKT

Gitte Daugbjerg Andersen

Mail: gda@viborg.dk

Mobil: 2130 5139

TILBUDSType: WORKSHOP

Indskoling				Melletrin			Udskoling		
0. klasse	1. klasse	2. klasse	3. klasse	4. klasse	5. klasse	6. klasse	7. klasse	8. klasse	9. klasse
X	X	X	X	X	X	X	✓	✓	✓

Få besøg af fritidsjobvejlederen

Som lærer kan du vælge at få enten et 30 minutters kollektivt oplæg om fritidsjobbets betydning eller en ansøgningsworkshop af 75 minutters varighed, hvor eleverne selv udformer en ansøgning eller et CV.

Fritidsjob betyder noget. Det ved vi af erfaring gennem de seneste års arbejde med unge og fritidsjob i Viborg Kommune, og vi ved det på baggrund af flere undersøgelser, der alle peger i samme retning:

Fritidsjob kan øge unges selvstændighed, selvværd og ansvarsfølelse, og det kan udvikle deres sociale kompetencer og chancelighed. Blandt andet.

Derfor kan alle 8. klasseelever få viden om fritidsjob og praktisk erfaring med at lave en ansøgning. Det er fritidsjobvejlederen, der afholder både oplæg og ansøgningsworkshop.

KONTAKT

Fritidsjobvejleder Mona Fladstrand Sørensen

Mail: msoer@viborg.dk

Mobil: 2159 7992

TILBUDSTYPE: OPLÆG/WORKSHOP

[illegible]





Digitale elevambassadører

Digitale elevambassadører er SSP Viborgs skolekoncept, der har til formål at forebygge digitale krænkelse, fremme elevernes digitale dannelse og aktivere de voksne omkring dem. Konceptet er bygget op omkring ung-til-yngre-formidling og tidlig inddragelse af forældre i samarbejde med de deltagende skoler.

- Udvalgte 8. klasseelever uddannes som digitale elevambassadører 8. eller 9. oktober.
- 3. årgang får besøg af de digitale elevambassadører minimum to gange i tidsperioden november - februar
- Forældremøde på 3. årgang med SSP-konsulenten og et par digitale elevambassadører (aftales lokalt mellem skole og SSP)

8. klasseelever, som I udvælger, gennemfører en uddannelsesdag på Viborg Ungdomsskole. Her uddannes de i, hvilke rettigheder og bestemt adfærd, der gør sig gældende i den digitale verden, og hvordan det digitale liv kan se ud for en elev i 3. klasse. De vil udforske de tre tematikker: digitale fællesskaber, digital mobning og rettigheder online, og de bliver undervist i, hvordan de bedst muligt videreformidler disse tematikker til de yngre elever hjemme på egen skole.

I forbindelse med undervisningen i de mindre klasser tilbyder SSP et forældremøde til 3. årgangs forældre med deltagelse af en SSP-konsulent og et par af skolens digitale elevambassadører.

I finder hele informationsmaterialet for skoleåret 25/26 på Forebyggelsesteamets hjemmeside. (Følg QR-koden)

Man tilmelder sig forløbet samlet som skole, og både skoleledelsen og skolens SSP-kontaktperson i Forebyggelsesnetværket får tilsendt mere information om konceptet samt tilmelding.

Til skoler uden overbygning: Kontakt Louise for nærmere aftale om jeres muligheder i dette koncept – både i forhold til besøg af ældre elever og forældremøde på 3. årgang.

KONTAKT

SSP-konsulent Louise Ørum Skytt

Mail: looe@viborg.dk

Mobil: 9359 8054



TILBUDSTYPE: UNDERVISNINGSFORLØB

Indskoling				Melletrin			Udskoling		
0. klasse	1. klasse	2. klasse	3. klasse	4. klasse	5. klasse	6. klasse	7. klasse	8. klasse	9. klasse
✗	✗	✗	✓	✓	✗	✗	✗	✓	✗

Mit bedste råd ...

Et todages seminar med fokus på æstetiske læreprocesser og selvproduktion. Eleverne skal formidle deres bedste råd til andre børn og unge igennem et æstetisk produkt (film, maleri, digt etc.), som præsenteres på en fernisering for forældrene og andre inviterede. Processen afvikles og faciliteres af SSP i samarbejde med lærerne i klassen.

Børn og unge kan let blive oversete stemmer i trivselsdebatten. De rummer dog nogle essentielle perspektiver, som kan komme deres medmennesker, og dem selv, til gode. Målet er, at eleverne skal reflektere over deres egne ressourcer og potentialer, så de selv kan få øje på, hvordan de kan bidrage til deres omgivelser.

På baggrund af et oplæg fra SSP skal eleverne udforme et æstetisk produkt, hvori deres refleksioner kan komme til udtryk og præsenteres for deres forældre og de andre elever. På denne måde arbejder eleverne med deres egen og de andres trivsel gennem refleksion, formidling og praktiske færdigheder.

Forældrene inviteres til ferniseringen om aftenen. I forlængelse af ferniseringen vil SSP-konsulenten holde et kort forældreoplæg om ungeinddragelse og trivsel.

KONTAKT

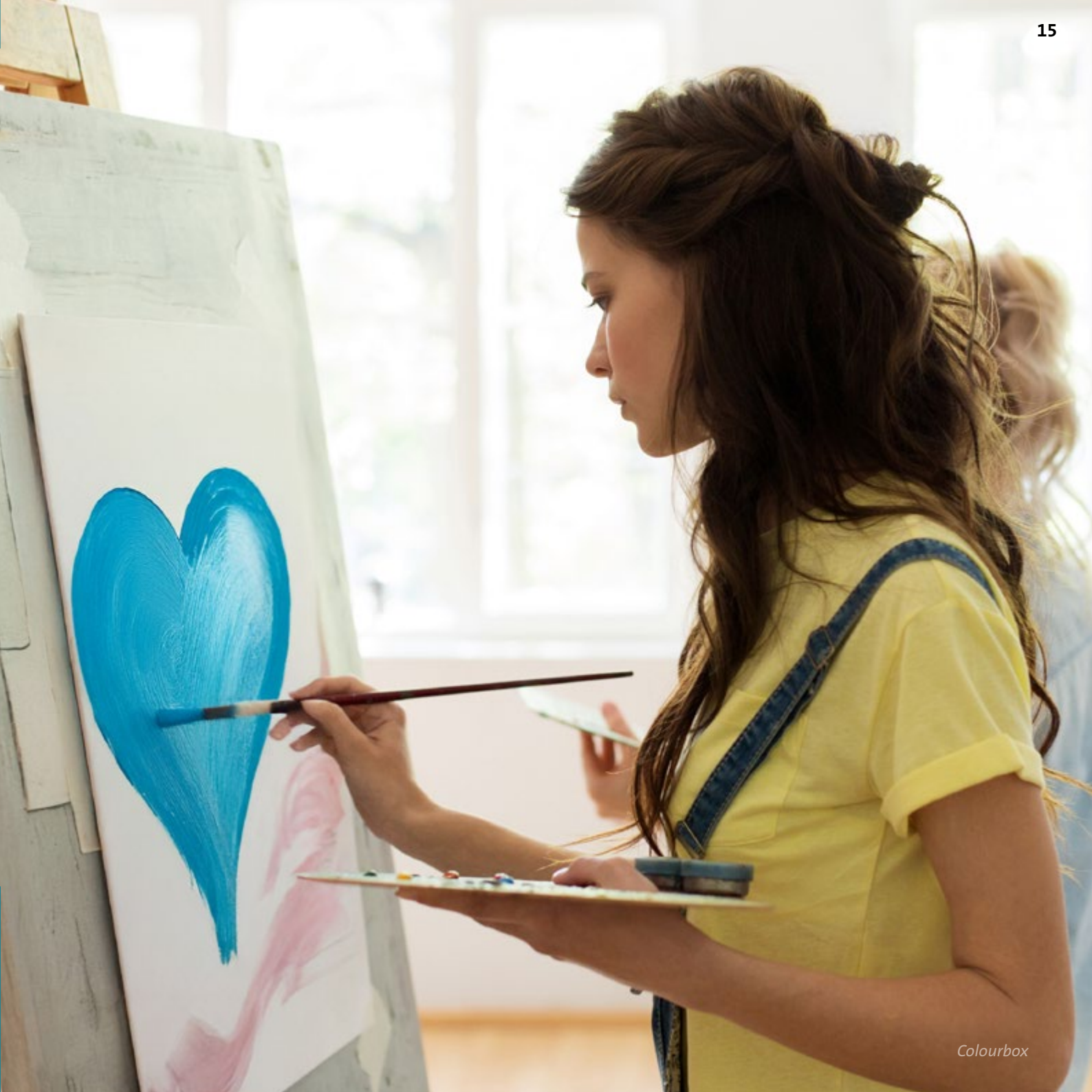
SSP-konsulent Christian H. Stenrøjl

Mail: chhs@viborg.dk

Mobil: 21394554

TILBUDSTYPE: SEMINAR/WORKSHOP

[illegible]





Stå stærkt i ungelivet

Et kriminalpræventivt oplæg fra SSP, som foregår over en enkelt eller to lektioner. Oplæggets indhold sammensætter vi på baggrund af en afstemmende forsamtale med jer. Så vidt muligt opfordrer vi til, at dagen afsluttes med et forældremøde med udgangspunkt i oplægget.

Overgangen til ungelivet kan synes akavet, uskøn og fyldt med svære valg. Der vil blive begået fejl og søgt grænser uanset hvad, så hvordan klæder vi vores elever bedst muligt på? Det virker måske nærliggende at informere om de ting, der er farlige eller kan gå galt, men forskningen viser faktisk, at det kan gøre mere skade end gavn. Med udgangspunkt i beskyttende faktorer kan SSP bidrage med et oplæg med et kriminalitetsforebyggende formål, der fokuserer på blandt andet modstandsdygtighed, selvværd og tro på egne evner.

I samarbejde med jer skræddersyer vi et oplæg, der tager udgangspunkt i de specifikke ressourcer og udfordringer, der er på spil i jeres klasse. Det er muligt at inddrage andre relevante fagpersoner fra Sundhedscentret, Familiecentret eller Politiet, som kan bidrage til oplægget sammen med SSP. Sammen sætter vi spot på de beskyttende faktorer, så vi kan forebygge risikoadfærd som anvendelse af rusmidler og tidlig alkoholdebut.

KONTAKT

SSP-konsulent Christian H. Stenrøjl

Mail: chhs@viborg.dk

Mobil: 21394554

TILBUDSTYPE: OPLÆG

[illegible]

Trivselsseminar

Et to- eller tredages seminar, hvor børn og unges trivsel sættes under lup. Med varieret og imødekommende undervisning præsenteres forskellige aspekter af trivselsdebatten, som eleverne skal forholde sig til og debattere.

Hvad taler vi overhovedet om, når vi snakker om trivsel? Betyder begrebet det samme for voksne, som det gør for børn og unge? Og hvordan kan vi finde et fælles fundament, når det samtidig er forskelligt fra person til person?

Det er nogle af de spørgsmål, som eleverne skal forholde sig til i dette seminar. Overordnet set præsenteres debatten om børn og unges trivsel gennem tre forskellige vinkler: individet, relationer og samfund - hver med deres egne fordele og ulemper. Formålet med seminaret er, at eleverne på egen krop oplever, at trivselsbegrebet indeholder mange nuancer, som hver især påvirker os i forskellig grad og på forskellig vis. Eleverne inddrages i form af både dialog, skriveøvelser og debat, således at de også bliver taget højde for rent didaktisk.

Seminaret afsluttes med et forældremøde, hvor forældrene inviteres med i en dialog om deres børns trivsel, på baggrund af et oplæg fra SSP.

KONTAKT

SSP-konsulent Christian H. Stenrøjl

Mail: chhs@viborg.dk

Mobil: 21394554

TILBUDSTYPE: SEMINAR

[illegible]



Hvorfor arbejde med det?

- Forudsætningen for alle fællesskaber. Uden det kan fællesskaber ikke skabes eller opretholdes
- Kommunikation er måden vi er i verden på
- Kommunikation er vores arbejdsredskab
- Er en kompetence på arbejdspladser
- Kommunikation er den måde vi lærer, lever, oplever, undersøger,



Pakke til skolebestyrelser

Et oplæg på et skolebestyrelsesmøde, som præsenterer samarbejdsmulighederne med Forebyggelsesteamet, heriblandt rammesætning af forældrerådsarbejde eller hjælp til samarbejde omkring specifikke indsatser.

Som et nyt tiltag kan Forebyggelsesteamet komme på besøg på et skolebestyrelsesmøde. Her vil en eller to repræsentanter fra Forebyggelsesteamet holde oplæg om teamets arbejde og samarbejdsmulighederne på bestyrelses- og ledelsesniveau.

Forud for oplægget vil vi holde en afdækkende samtale mellem Forebyggelsesteamet og formandsskabet, så oplægget kan tage udgangspunkt i det, som rører sig på netop jeres skole.

I denne kontekst kan Forebyggelsesteamet også hjælpe med at understøtte forældrerådsarbejdet.

KONTAKT

Alle fra Forebyggelsesteamet kan kontaktes i denne sammenhæng.
I kan finde os allesammen på side 23.



TILBUDSTYPE: OPLÆG

For ledelse, personale og forældre til børn på alle klassetrin.

0. klasse	1. klasse	2. klasse	3. klasse	4. klasse	5. klasse	6. klasse	7. klasse	8. klasse	9. klasse
									

Forebyggelsesteamet er også en del af:



SOMMERFERIEPASSET



SOCIALKOMPASSET



DIF GET2SPORT



PULSSKOLEN



PULSÅRET



FLERE SAMMEN OM FRITIDSJOB



CYBERHUS



§115-MØDER



SSP+



INFOHUS KOMMUNE



DEN GRØNNE BAZAR



ØNSKEHJERTET

Kontakt os



**SØREN
MØNSTED
KROG**

**AFDELINGS-
LEDER**

**SOKR@VIBORG.DK
2685 7141**



**CHANDRA
ANNA
LARSEN**

**FRITIDS-
VEJLEDER**

**CL1@VIBORG.DK
4193 3411**



**MARTIN
MALTHESEN
ELGAARD**

**FRITIDS-
VEJLEDER**

**MAME@VIBORG.DK
4193 3412**



**GITTE
DAUGBJERG
ANDERSEN**

**FRIVILLIGHED
TIDLIG FOREBYGGELSE**

**GDA@VIBORG.DK
2130 5139**



**MONA
FLADSTRAND
SØRENSEN**

**FRITIDSJOB-
VEJLEDER**

**MSOER@VIBORG.DK
2159 7992**



**CHRISTIAN
HORTY
STENRØJL**

**SSP-
KONSULENT**

**CHHS@VIBORG.DK
21394554**



**LOUISE
ØRUM
SKYTT**

**SSP-
KONSULENT**

**LOOE@VIBORG.DK
9359 8054**



Viborg Kommune arbejder for, at børn og unge skal have lys i øjnene og mestre eget liv. Det kræver en lang række indsatser, for alle børn og unge kommer med forskellige baggrunde og forudsætninger, og dertil kommer de udfordringer, der ligger i tidernes og samfundets skiftende tendenser. Der er mange faktorer at tage hensyn til, når vi som kommune skal støtte børn og unges udvikling, men det ændrer ikke på målsætningen.

I Forebyggelsesteamet arbejder vi tæt sammen om at samle og dele viden og iværksætte tiltag, der samlet set rammer trivselsfaktorer hele vejen rundt om børnene og de unge.

Vi samarbejder bredt med organisationen, med forældre, med skoler, institutioner og med fritidstilbud for at indsamle og fordele viden, søsætte og tage del i tiltag og projekter. På den måde sikrer vi, at alle har adgang til de kundskaber og tilbud, der er nødvendige for, at vi kan give vores børn og unge gode vilkår for trivsel og udvikling.

I er altid velkomne til at kontakte Forebyggelsesteamet, hvis I har spørgsmål, brug for sparring eller viden om et konkret tilbud inden for vores områder.

Vi glæder os til at samarbejde med jer.



Find os online

Forebyggelsesteamet

Viborg Ungdomsskole
Reberbanen 13
8800 Viborg



VIBORG
KOMMUNE