

2024

# ÅRSBERETNING FOR UNIK - BØRN & UNGES TRIVSEL



**ADMINISTRERENDE DIREKTØR**

HEIDIE GRAVERSEN

---

# INDHOLD

Forpersonens forord: UNIK- Børn og Unges Trivsel	3
Vi hedder nu UNIK!	4
Fast på finansloven – plads til at styrke brobygningen	4
OPUS Young – Et pionerarbejde i 2024	4
300 m2 i hjertet af København - vi flytter på Nørrebro	5
Empowerment og støtte: To nye grupper for unge og deres pårørende	5
Nyt samarbejde med Lind Foundation	6
Samarbejde med Jascha Fonden, Trygfonden og Ole Kirk's Fond	7
UNIK og ESG: Naturens Kraft for Ung Trivsel	8
Familietryghed 2.0: Krifa & UNIK Skaber Bæredygtig Forandring	9
Netværkets Kraft: Viden, Innovation og Global Inspiration	10
UNIK Pro – Systematik i Forebyggelsen	10



# FORPERSONENS FORORD: UNIK- BØRN OG UNGES TRIVSEL

Det er med stor stolthed, at jeg som forperson kan præsentere en årsberetning, der vidner om en sund og innovativ organisation i fortsat udvikling.

I en tid, hvor vi ser en alarmerende stigning i mistrivsel blandt børn og unge – særligt blandt dem med psykiske diagnoser – er UNIK mere relevant end nogensinde før. Som civilsamfundsorganisation er vi stolte af at bidrage aktivt til den store samfundsdagsorden: at sikre børns og unges trivsel og mentale sundhed.

Derfor glæder det mig især at kunne dele, at vi i 2024 har indgået et tæt samarbejde og skabt brobygning mellem civilsamfundet og psykiatrien – konkret gennem et nyt partnerskab med OPUS Young i børne- og ungdomspsykiatrien. Dette banebrydende samarbejde sikrer, at unge efter endt klinisk OPUS-forløb nu kan få adgang til et recovery-orienteret fællesskab i UNIK-regi, hvor de mødes med håb, stabilitet og ligeværdige relationer.

UNIK går forrest som en landsdækkende organisation med en tidlig og fremskudt indsats, der støtter psykisk sårbare børn og unge i efterværn og giver adgang til gratis online psykologhjælp. Vores indsats bygger på nærvær, fællesskab og en stærk tro på, at alle unge fortjener en ny chance og nogen, der tror på dem.

2024 har været et år med fremgang, hvor vi har styrket indsatsen yderligere i både storbyer og lokalsamfund – og det glæder os at se, hvordan vores aktiviteter, peer-to-peer-fællesskaber og online tilbud når ud til flere unge og deres familier.

Tak til alle bestyrelsesmedlemmer, de mange engagerede kernefrivillige og hele teamet i UNIK – uden jeres indsats ville det ikke være muligt at støtte så mange unge i de svære overgange og på vej ind i fællesskabet. Værdien af jeres arbejde kan ikke måles – men det kan mærkes.

Tak også til politikere på Christiansborg, embedsværket i Sundhedsministeriet og de 29 kommuner og samarbejdspartnere, vi bygger bro og udvikler løsninger sammen med. En særlig tak går til de private aktører og udlejere, som giver UNIK plads og opbakning – og til de fonde, som også i år har valgt at støtte vores arbejde for anbragte og psykisk sårbare børn og unge.

Afslutningsvis ser jeg – med stor optimisme og på vegne af hele organisationen – frem mod at modne vores nuværende projekter yderligere og arbejde hen imod, at UNIK-indsatsen konsolideres og skaleres med UNIK-centre i alle regioner i Danmark.

Fordi ingen børn og unge skal stå alene.

De bedste hilsner

Forperson Bettina Bruun



*Bettina Bruun*

## VI HEDDER NU UNIK!

I næsten 10 år har vi heddet Børn & Unges Trivsel, men vores indsats UNIK har i stigende grad været det, folk kendte os på. UNIK kom os ganske enkelt i forkøbet – og det har vi lyttet til.

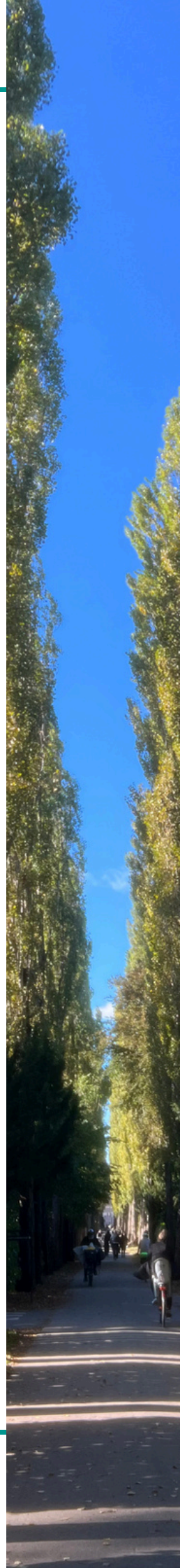
Derfor tog vi i 2024 skridtet fuldt ud og skiftede officielt navn til UNIK. I samme ombæring lancerede vi nye brandfarver, opdaterede vores visuelle identitet, gik i luften med [unikdk.dk](https://unikdk.dk) og gav vores sociale medier et løft. Børn & Unges Trivsel består fortsat som navnet på vores forening, men vi er stolte af at træde frem med navnet UNIK – da det i højere grad afspejler, hvem vi er i dag: En tværfaglig og udvidet recovery orienteret efterbehandling - uden afslutning

## FAST PÅ FINANSLOVEN – PLADS TIL AT STYRKE BROBYGNINGEN

Vi er enormt stolte over at være blevet fast forankret på finansloven under Sundhedsministeriet. Som en lille organisation har vi, i tæt samarbejde med OPUS-centrene i Ballerup og Glostrup, med stor succes hjulpet mange unge gennem vores håndholdte brobygningsmodel. Den faste bevilling har gjort det muligt for os at udvide vores forebyggende indsats i Lersø Park Allé i København, så vi i dag er tilknyttet seks psykiatriske centre i Region Hovedstadens Psykiatri. Denne fremskudte indsats og tætte samarbejde med psykiatrien sikrer en glidende overgang fra et klinisk OPUS-forløb til et selvstændigt liv og forebygger, at de unge tabes, og at vi undgår genindlæggelser, der koster samfundet.

## OPUS YOUNG – ET PIONERARBEJDE I 2024

I 2024 modtog vi også støtte fra Velux Fonden og lancerede en banebrydende brobygning, der forbandt klinisk behandling med et let tilgængeligt tilbud til unge fra 14-17 år, samt deres pårørende. Gennem inspirerende samskabelsesworkshops afholdt hver tredje måned, blev det tydeligt, at der var et behov for, at vores tværfaglige og udvidede recovery orienterede efterbehandling er af fremskudt karakter. Derfor er vi nu også fysisk tilstede på gangen i OPUS Young, så vi tidligere får kontakt til de unge og pårørende og kan sikre den håndholdte overgang fra klinisk forløb til UNIK yderligere og de pårørende kan få støtte i vores drop-in café. Partnerskabet med OY, kommuner, Velux, Implement og Forebyggelses-laboratoriet har sikret en gnidningsfri proces, der understøtter både primærbehandlere og de unges individuelle behov. Projektet i Region Hovedstadens Psykiatri er et klart bevis på, at et tæt samarbejde mellem civilsamfundet, regioner, kommuner og pårørende kan skabe bæredygtige løsninger – og har lagt grundlaget for en udvidelse af indsatsen til hele landet.



---

# 300 M<sup>2</sup> I HJERTET AF KØBENHAVN - VI FLYTTER PÅ NØRREBRO

I marts 2024 flyttede vi ind i AskovFondens hus på Kapelvej, et centralt og inspirerende sted midt på Nørrebro. Med hele 300 m<sup>2</sup> dedikeret til UNIK udvider vi løbende vores kapacitet til at yde støtte til unge og deres pårørende. De nye lokaler har givet os mulighed for flere gruppeterapi-tilbud, afholde weekend-events og udbygge vores helhedsorienterede indsats med fællesskabs-café, krop, sind og naturterapi. Københavner-basen fungerer som et centralt samlingspunkt for vores recovery-indsats, hvor de unge kan få et solidt fodfæste og adgang til meningsfulde fællesskaber, samt helhedsorienterede tilbud. Huset er delt op i forhus/baghus med 5 terapilokaler, grupperum, møderum, stort spisekøkken, samt krea-, yogalokale og gårdhave.



## EMPOWERMENT OG STØTTE: TO NYE GRUPPER FOR UNGE OG DERES PÅRØRENDE

I 2024 sikrede vi os en pulje fra Socialstyrelsen, der gjorde det muligt at lancere et spændende initiativ for unge, der har oplevet vold i hjemmet. Gennem dybdegående gruppeforløb skabte vi et trygt og inspirerende rum, hvor unge kvinder ikke blot fik redskaber til at bryde negative mønstre, men også kunne dele og bearbejde deres historier. I samarbejde med Rikke Ludvigsen ser vi med stor forventning frem til den afsluttende rapport i midten af 2025, som understøtter vores fortsatte arbejde med empowerment og forebyggelse.

I 2024 udvidede vi samtidig vores indsats med en drop-in café for pårørende til OPUS og OPUS Young: et initiativ, der sikrer vedvarende støtte, både når de pårørende til den unge er i forløb, men også efter. Med denne sammenhængende og langvarige tilgang er vi stolte over at være det eneste tilbud i Danmark, der forener støtte til både de unge og pårørende i en tid, hvor behovet er større end nogensinde.

# PARTNERSKAB MED LIND FOUNDATION

”I Lind Foundation har vi en tro på, at alle har potentiale og drømme — og evnen til at realisere dem, hvis de gives de rette betingelser. Vi arbejder i tætte partnerskaber med de organisationer vi involverer os i, og har fokus på stærke kerneindsatser, som hjælper mennesker med at lede deres egen forandring uanset forskelle og udgangspunkter. Netop derfor er vi glade for partnerskabet med UNIK, som arbejder fokuseret, struktureret og data-drevet på at skabe positive forandringer for unge mennesker og få fundet fodfæste i overgangen til voksenlivet.”

Jens Bruun, CEO, Lind Foundation



I 2024 indgik vi et inspirerende partnerskab med Lind Foundation, med fokus på at dokumentere vores indsats med data og SROI. Siden 2015 har vi samlet data på, hvad der virker, og med Lind Foundation får vi nu endnu bedre muligheder for at vise både den menneskelige og samfundsøkonomiske gevinst af vores arbejde. Partnerskabet inkluderer fællesmøder og netværk med andre organisationer, hvilket styrker vores indsats yderligere. Samtidig baner samarbejdet vejen for at udvide UNIK-tilbuddet til Aarhus og Region Midtjylland, der vil sørge for, at der ikke er ulighed i sundhed, og vi kan skalere vores fremskudte indsats og tætte samarbejde med psykiatrien.



---

# JASCHA FONDEN

Vores stærke partnerskab med Jascha Fonden er et bevis på, at selv en mindre organisation, med begrænsede midler, kan skabe innovative tiltag til at støtte de unge. Fonden har vist sig at have et skarpt øje for potentielle løsninger og har derfor støttet vores indsats, så vi fik mulighed for at udvide fra Herlev til også at omfatte København og Glostrup Psykiatriske Center.

Jascha Fonden værdsætter datadrevne resultater, men også det helhedsorienterede menneskesyn – værdier, som vi i høj grad deler. Vores tilgang, der kombinerer terapeutiske tilbud med naturbaserede aktiviteter, fællesskab og sanseoplevelser, giver de unge et bæredygtigt fundament, der hjælper til at forebygge og fremme deres mentale sundhed og trivsel.

Jascha Fonden støtter dette, og med dem som partner, kan vi sikre denne indsats og fortsætte med at udvikle og dele vores viden - til gavn for de unge og samfundet som helhed. Vi ser frem til at udbygge vores arbejde med Fonden og sammen udvikle flere innovative tiltag i de kommende år.

"Jascha Fonden har valgt at samarbejde med UNIK på grund af den helhedsorienterede tilgang til arbejdet med efterbehandling af psykisk udsatte unge, hvor fællesskab, krop, sind og natur spiller en stor rolle. Det stemmer godt overens med fondens fokus på bæredygtig sundhed, hvor natur og fællesskaber tænkes ind som vigtige midler til at skabe mental og fysisk sundhed."



---

## TRYG FONDEN

I 2024 fortsatte vi vores mangeårige samarbejde med TrygFonden, der støtter anbragte børn og unge gennem vores landsdækkende online tilbud. Deres støtte gør det muligt for unge mellem 15 og 30 år at få let tilgængelig psykologhjælp og praktisk støtte – uden ventelister eller bureaukratiske omveje. Over de sidste fire år nåede vi mere end 2.200 anbragte unge, der fik redskaber til at skabe et selvstændigt liv. Da bevillingen fra Socialministeriet blev sat på pause, trådte TrygFonden hurtigt til og sikrede, at vores åbne-dør-tilgang fortsatte både online og i vores fysiske centre. Denne støtte har både forebygget personlige kriser og reduceret samfundsøkonomiske omkostninger, og partnerskabet har været afgørende for at skabe varige, positive resultater.

---

## OLE KIRK'S FOND

Sidste år styrkede vi vores samarbejde med Herlev Kommune, hvor vi målrettet arbejder med tidlig forebyggelse for unge (14-18 år) med mistrivsel, diagnoser og skolevægring. Vores indsats sikrer, at de får adgang til støtte, der fastholder dem i fællesskabet og forbereder dem på voksenlivet – selv når kommunale ydelser ændres. Samarbejdet med sagsbehandlere, støttepersoner og PPR gør, at vores tilbud bliver en integreret del af den daglige praksis. Samtidig udvikler vi i fællesskab med Ole Kirk's Fond og en proceskonsulent en model, der kan udvides til andre kommuner, således at vi skaber optimale rammer for både unge og deres familier. Vi er stolte af at bidrage til en bæredygtig platform, der sikrer fortsat trivsel og en tryk fremtid for de unge.

---

# UNIK OG ESG: NATURENS KRAFT FOR UNG TRIVSEL



I 2024 tog vi et energisk skridt mod en dybere integration af ESG i vores arbejde med særligt fokus på det sociale aspekt (S) samt bæredygtighed udadtil og indadtil. Vi udvidede vores eksisterende arbejde med FN's verdensmål ved at kigge organisationen igennem for bæredygtige tiltag, men også ved at styrke partnerskaber inden for ESG yderligere. Dernæst har vi udvidet vores helhedsorienterede tilbud ved at inddrage naturterapi, der allerede omfatter yoga, mindfulness og kreative aktiviteter.

Forskning viser gang på gang, at naturen er en kraftfuld kilde til ro og fornyelse. Når unge tilbringer tid udendørs, falder stressniveauet, kreativiteten blomstrer, og de opnår en dybere forbindelse til både sig selv og verden omkring dem. Hos UNIK mener vi, at en bevidst anvendelse af naturen kan fremme mental sundhed, styrke trivsel og skabe en følelse af indre bæredygtighed. Dette spiller en stor rolle ift. at give de unge deres egne værktøjer efter endt psykiatrisk forløb og i overgangen til voksenlivet.

Denne holistiske tilgang, hvor vi kombinerer fysisk bevægelse, mental nærvær og kreative udfoldelser med udendørs aktiviteter, er altså en del af vores unikke helhedsorienterede indsats, der styrker de unges modstandskraft og fremtidige potentiale. Vi ønsker en bæredygtig og lys fremtid, hvor natur, trivsel og et stærkt socialt ansvar går hånd i hånd.

# FAMILIETRYGHED 2.0: KRIFA & UNIK SKABER BÆREDYGTIG FORANDRING



2024 styrkede vi vores ESG-indsats med et inspirerende partnerskab med Krifa. Gennem dette samarbejde tilbyder vi nu gratis rådgivning til Krifa-medlemmer, der har børn eller unge i mistrivsel. Vi ved, at børns udfordringer ofte påvirker hele familien – både mental sundhed og daglig trivsel. Derfor har vi gjort det nemt og simpelt: Med tre fortrolige telefoniske terapisaftaler får pårørende hurtig adgang til støtte, uden ventelister eller komplicerede procedurer.

Denne indsats er med til at lette presset, som mange pårørende oplever, og den afspejler vores dybe engagement i både social bæredygtighed og ESG. Samtidig understøtter partnerskabet vores mål om at skabe varig trivsel for pårørende – et vigtigt bidrag, når man ser, hvor mange, der er påvirket af den belastning, der følger med børns mistrivsel. Vi er stolte over at kunne tilbyde denne indsats, som både bidrager til den enkeltes velvære, familien og til en stærkere og mere bæredygtig samfundsudvikling.



"I Krifa møder vi mange forskellige mennesker. Alt for ofte møder vi forældre som er udfordrede af stress i arbejds- og privatlivet fordi lillebror eller storesøster mistrives i skole- eller ungdomslivet. For os er det en prioritet at have tilbud af høj kvalitet målrettet hele familien. Samarbejdet med "UNIK - Børn og Unges Trivsel" er særlig værdsat fordi vores medlemmer bliver mødt af et professionelt team der med empati rummer både det hele menneske og familien som helhed. Ift. ESG er der ingen tvivl om, at netop inklusion, stærke relationer og tætte fællesskaber rammer lige i hjertet af vores "S".

Jane Heitmann, Forperson, Krifa

**krifa**



---

# NETVÆRKETS KRAFT: VIDEN, INNOVATION OG GLOBAL INSPIRATION

I 2024 har vi deltaget i debatter og udvekslet ideer på tværs af grænser. På Folkemødet på Bornholm var vi i Krifa-teltets panel, hvor diskussionen om unge og mistrivsel satte gang i inspiration og idéudveksling om, hvordan vi sammen kan gøre en forskel. Vi deltog også i IDG-summit i Stockholm og dykkede ned i, hvordan vi kan styrke den indre bæredygtighed i vores NGO – både hos os selv, vores unge og i vores ESG-samarbejder.

Globale perspektiver fik yderligere fokus, da vi bød velkommen til kolleger fra Singapore, som var nysgerrige på at forstå vores model og potentialet i vores recovery orienterede efterbehandlings-model. Endelig mødtes vi med vores partnere til netværksmøder hos Lind Foundation i Aarhus, hvor ideer og erfaringer blev delt, og hvor vi sammen bidrog til at skabe stærkere, bæredygtige løsninger.

Disse events understreger vigtigheden af at dele viden, lære af hinanden og styrke vores samarbejder – så vi i fællesskab kan løfte unge og familier til nye højder

## UNIK PRO – SYSTEMATIK I FOREBYGGELSEN



I 2024 introducerede vi UNIK Pro, et digitalt værktøj, der sikrer, at vi både kan indsamle og analysere data om unges trivsel systematisk. Gennem regelmæssige målinger inden for angst, ensomhed og selvskade-/selvmordstanker kan vi hurtigt reagere, hvis der opstår behov for ekstra hjælp. Samtidig skaber værktøjet et solidt grundlag for SROI-rapporter, hvor både menneskelige og samfundsøkonomiske gevinster dokumenteres.

Med UNIK Pro minimerer vi fejl, skaber en ensartet, evidensbaseret tilgang og får mulighed for at gå mere i dybden med vores indsatser. For en civilsamfundsorganisation af vores størrelse er det et afgørende skridt, der forbedrer både vores interne processer og de resultater, de unge oplever.

[unikdk.dk](https://unikdk.dk)

tlf. 41 19 87 87

[info@bu-t.dk](mailto:info@bu-t.dk)

