

Kære Sundhedsudvalg,

Jeg skriver til jer i håb om at rette jeres opmærksomhed mod et yderst vigtigt emne, der har potentiale til at forbedre mental trivsel markant blandt Danmarks børn og unge: **indførelse af forebyggende angstundervisning i folkeskolens ældste klasser.**

Jeg har vedhæftet et notat, der uddyber mit forslag. I notatet argumenterer jeg for, hvordan en tidlig forståelse af kroppens naturlige reaktioner på stress og ubehag, i stedet for en sygdomsorienteret tilgang, kan forebygge unødige angstdiagnoser og styrke unges mentale robusthed.

Min egen personlige erfaring med mange års unødigt angst, som kunne have været undgået med den rette information fra en ung alder, driver mit engagement i denne sag. Jeg er overbevist om, at vi som samfund har en unik mulighed for at klæde vores unge bedre på til livets udfordringer.

Jeg håber meget, at Sundhedsudvalget vil tage dette forslag seriøst og overveje de muligheder, det indebærer for at skabe et sundere og mere resilient ungdomsliv i Danmark.

Tak for jeres tid og overvejelse.

--

Med Venlig Hilsen

Thomas Fogh Vinter

Generation-anxiety.com

List-Unsubscribe: <mailto:account.dk@gmail.com>,