

Emne: Skolebestyrelsesmøde

Mødedato D. 9. dec. 2025	Mødested/lokale Vingsted Kursuscenter	Mødetidspunkt kl. 16.00	Sluttidspunkt kl. 18.00
Deltagere: Nya, Helene, Belma, Britt, Maria, Gitte, Hanne, Helle, Hjalte og Ingfred			
Evt. afbud bedes meddelt Jannie, Katrine og Morten	Direkte telefonnr. 76814000 / 28221688	Ordstyrer: Helene Referent: Nya	

Referat

Bestyrelsen har besluttet, at bestyrelsesmødet i november ikke afholdes, da bestyrelsen i stedet har valgt at deltage i et oplæg på Vingsted Kursuscenter d. 9.12.2025 om "Skærmbrug og digital sundhed". Referatet er derfor et kort resume af oplægget, bestyrelsen har hørt.

Oplægget handlede om, hvordan skærmene påvirker børns trivsel, og hvordan vi sammen finder en sundere balance. Det er Børn & Unge, der har inviteret til temaoplægget. Oplægget blev holdt af:

Imran Rashid, speciallæge, der fortalte om, hvordan børn, unge og forældres brug af teknologi kan finde plads, som en positiv del af livet.

David Madsen, autoriseret psykolog, fokuserede på, hvordan hjernen påvirkes af skærme og SoMe. Han fortalte om, hvordan vi kan hjælpe børn, unge og os selv til at være mindre optaget af skærmene og have mere tid og overskud til alt det, vi også gerne vil.

Marie Brixtofte, autoriseret psykolog, var særligt optaget af, hvad kroppen og sindet har brug for, og hvordan skærmene kan påvirke vores søvn, vores tilknytning, vores evne til empati, vores koncentration og vores nærvær.

De tre oplægsholdere delte viden og erfaringer om, hvordan skærmbrug påvirker børns udvikling, relationer og trivsel – og hvordan vi kan arbejde med emnet på en nysgerrig og balanceret måde.

Bestyrelsen valgte at deltage i oplægget som samlet gruppe, da vi er optaget af at få input til det foredrag, vi skal have for forældre d. 19. januar på Højen Skole. Bestyrelsen ønskede også at få mere viden om, hvordan vi bedst understøtter børn og unge i en digital virkelighed – med blik for både muligheder og udfordringer.

Det er muligt for alle forældre at se oplægget via dette link. [Vejle Kommune](#)