



**ÅRSBERETNING 2023**  
GIRLTALK ♥ DK

”

Fællesskabet med de andre gjorde, at jeg opdagede, at jeg overhovedet ikke var alene om de tanker, jeg gik med, og det var rigtig rart

- Matilde, tidligere deltager i et af GirlTalks fællesskaber

# VI SKAL ÆNDRE FORTÆLLINGEN OM, HVAD DER ER GODT NOK

I GirlTalk har vi i 2023 mødt flere piger end nogensinde før. Den voksende efterspørgsel betød, at vi i år udvidede kapaciteten i vores ungerådgivning, hvor vi i år har haft 7500 samtaler. I år åbnede vi også endnu en lokalafdeling – denne gang i Odense – og vi kan nu også tilbyde gruppeforløb for unge kvinder i den ældste del af vores målgruppe. Det er alt sammen udvikling og indsatser, der ikke kunne lade sig gøre uden vores mere end 400 frivillige ildsjæle, uvurderlig støtte fra fonde, virksomheder og alle vores mange samarbejdspartnere både lokalt og nationalt, samt de mange aktører, der bakker op om vores arbejde med at styrke unges trivsel. Men 2023 blev også året, hvor vi igen så piger og unge kvinders trivsel falde. Det står efterhånden lysende klart, at alt for mange af vores piger og unge kvinder har det svært. Undersøgelser taler deres tydelige sprog, men de kommer ikke med forklaringer på, hvorfor udviklingen ser ud som den gør. I GirlTalk møder vi pigerne bag statistikkerne på daglig basis, og for os at se er en væsentlig del af forklaringen det forventningspres, som piger føler sig tynget af. Vi møder jævnligt piger, der giver udtryk for, at de skal være dygtige, smukke, sjove og attraktive for andre, uanset om de er i skole, derhjemme, sammen med deres venner, på sociale medier eller til fritidsaktiviteter. Pigerne oplever alt for ofte, at deres eksistensberettigelse ene og alene er defineret af at lykkes i andres øjne.

Vi undrer os over, at unge ikke trives, men det er ikke så mærkeligt, når man tænker på, at de er opflasket i et system, hvor de er blevet målt og vejlet, siden de var små. Vi har opstillet læringsmål, lagt elevplaner og inddelt dem i uddannelsesparate og ikke-uddannelsesparate.

Vi har reduceret læring til at være eksamensforberedelse og givet feedback i form af et enkelt tal på en håbløs skala. Vi har villet det godt, men vi har fejlet stort. Ungdomslivet i dag er blevet et liv, hvor man skal undgå at begå fejl, men hvor man aldrig kan gøre noget helt rigtigt. Præstation kommer for mange hele tiden før personen, som mere eller mindre blot er blevet et middel til at kunne levere i en verden, hvor godt aldrig er godt nok, fordi det altid kan blive bedre.

Mistrivslen blandt de unge vedkommer os alle. Problemet er fælles, og det samme bør løsningen være. Vi er fælles om ikke at have formået at give de unge tilliden til, at de kan læne sig op ad andre og det vigtige i at tage livtag med tilværelsen med nogen i hånden. For en del af løsningen på mistrivselproblemet er at lade mindre være op til den enkelte og mere op til fællesskabet. Sammen kan vi ændre fortællingen om, hvad der er godt nok, og vi kan brede det, der fungerer, ud, så det kommer til at handle om mere end at præstere. Vi skal stå sammen om at styrke trivslen og vende de triste statistikker, og vi er mange, der med fordel kan gå forrest. Det ser vi som GirlTalks vigtigste opgave lige nu – at være med til at bane vejen. Sådan kan vi nemlig vise de unge, at de ikke står alene med ansvaret for, at forandringerne kommer til at ske.

Rigtig god læselyst!



Anna Bjerre,  
Direktør i GirlTalk



Pia Allerslev,  
Bestyrelsesformand i GirlTalk

# GIRLTALK OVER HELE LANDET

GirlTalk er til stede i hele Danmark, når vi med vores tre lokalafdelinger dækker størstedelen af landet med vores tilbud og indsatser for at styrke trivsel blandt piger og unge kvinder. Vi har i år etableret solide samarbejder på tværs af sektorer og kommunegrænser, og vi er begejstrede for den massive opbakning, vi møder i hele landet.

Efterspørgslen på GirlTalks tilbud er stor. Skolebørnsundersøgelsen viste igen i år, at flere børn og unge i 7. og 9. klasse har det dårligt mentalt og fysisk. Særligt blandt pigerne i 9. klasse er helbredsproblemerne udtalte. Mere end halvdelen af pigerne i 9. klasse har hovedpine ugentligt eller oftere, og 50% giver udtryk for at have lavt selvværd. Mere end hver femte pige i 9. klasse oplever alvorlig stress, og lige så mange har en lav livstilfredshed.

Derfor er det vigtigt, at vi er til stede, og at GirlTalk fortsætter med at gøre en forskel. Det kan vi kun, fordi så mange bakker op om vores arbejde, og fordi frivillige i hele landet engagerer sig og ser det værdifulde i at være noget vigtigt for andre unge.

**+7500**

**SAMTALER I VORES  
RÅDGIVNING FOR UNGE**

**35**

**GRUPPEFORLØB FOR  
PIGER OG UNGE  
KVINDER**

**+400**

**FRIVILLIGE ENGAGERET I  
AT STYRKE TRIVSLEN  
BLANDT UNGE**





**3**

AFDELINGER FORDELT  
OVER KØBENHAVN,  
AALBORG OG ODENSE

**150**

FOREDRAG OVER  
HELE LANDET

**+100.000**

AFSPILNINGER AF  
GIRLTALKS PODCAST  
FOR UNGE



”

Det har virkelig hjulpet mig meget at forstå, at andre måske ikke er helt så perfekte, som jeg tror, de er

- Matilde, tidligere deltager i Sisterhood

## FÆLLESSKABER MOD MISTRIVSEL

I 2023 har GirlTalk arbejdet for at mindske mistrivsel blandt piger og unge kvinder over hele landet ved at styrke rummelige og trygge fællesskaber.

I år har vi udvidet vores gruppetilbud, så vi nu kan tilbyde fællesskaber til piger og unge kvinder i endnu flere kommuner over hele landet, og som aldersmæssigt favner hele vores målgruppe af piger mellem 12 og 24 år.

I fællesskaberne finder de unge et frirum, hvor de kan åbne op og dele de ting, der er svære. Fællesskaberne er med til at styrke relationer, de unges mod på at indgå i sociale sammenhænge og tro på, at der er plads til dem andre steder i samfundet.

Evalueringerne af forløbene viser også, at GirlTalks fællesskaber kan være et værn mod frafald på ungdomsuddannelser og er med til at styrke deltagernes skoleglæde og uddannelsesmotivation.

## GIRLTALKS FÆLLESSKAB FIK MIG TIL AT FØLE MIG GOD NOK



Matilde fik større selvværd, skoleglæde og mod på at være en del af fællesskaber af at deltage i gruppeforløbet Sisterhood.

En af de unge kvinder, der har oplevet, at GirlTalks Sisterhood-fællesskab havde betydning for hendes mentale trivsel, er Matilde. Som elev på Frisøruddannelsen NEXT i København, fortæller Matilde, hvordan Sisterhood hjalp hende til at blive en del af et fællesskab, som hun ikke havde følt sig som en del af før:

"Jeg har aldrig været særlig glad for skolen, og jeg har aldrig rigtig følt, at jeg har passet ind i de fællesskaber, der har været. Når man møder hinanden i nye klasser, så er der altid nogen, der finder hinanden og falder ind i de her grupper virkelig hurtigt, og det har jeg aldrig været en del af. Jeg har aldrig kunne finde nogen, så jeg har altid følt mig lidt malplaceret og har passet mig selv," fortæller Matilde.

Hun fortæller, at hun først var skeptisk over for at deltage i Sisterhood-forløbet, men efter den første gang i gruppen, kunne hun tydeligt mærke, at det var et godt fællesskab for hende.

"I gruppen opdagede jeg, at alle egentlig gik og følte mange af de samme ting som mig, og at alle mennesker egentlig - ligegyldigt hvordan de ser ud, eller hvordan de opfører sig - går og er lidt bange for de samme ting. Det har virkelig hjulpet mig meget at forstå, og det er noget, jeg stadigvæk bruger i min hverdag, når jeg lige stopper op og tænker, at andre måske ikke er helt så perfekte, som jeg går og tror de er", fortæller Matilde.



## **OM GIRLTALKS FÆLLESSKABER**

GirlTalks fællesskaber er indsatser, der forebygger og afhjælper mistrivsel hos piger og unge kvinder. Vi har i dag forløb for piger i alderen 13-16 år, forløb på udvalgte ungdomsuddannelser og forløb for de 16 til 24-årige. I vores fællesskaber bliver deltagerne en del af et identitetsopbyggende gruppeforløb, hvor de igennem samtale og øvelser med andre piger og unge kvinder taler om det, der er svært og spejler sig i hinanden. Alle grupper faciliteres af frivillige fra GirlTalk. Vi har på nuværende tidspunkt 50 aktive gruppeledere tilknyttet vores fællesskabstilbud.

## **DET FORTÆLLER DELTAGERNE OM AT VÆRE MED I SISTERHOOD**

96 % af deltagerne oplever, at de ikke skal være perfekte i Sisterhood

23-44 % oplever færre angstsymptomer, depressive tanker, selvmordstanker eller selvdestruktive tanker eller adfærd

63 % af dem, som før kan have haft svært ved at komme til timerne på uddannelsen, kommer til flere timer.

Evalueringen er baseret på en anonym spørgeskemaundersøgelse bestående af i alt 24 besvarelser fra piger, som deltog i Sisterhood i andet halvår af 2022.

”

Store problemer kræver stærkt samarbejde

-Anna Bjerre, Psykolog og Direktør i GirlTalk

## VI ARBEJDER PÅ TVÆRS FOR AT FOREBYGGE SOLIDT

Det er vigtigt, at vi tænker langsigtet og samarbejder på tværs, når vi vil styrke trivslen i det lange løb. Det mener vi hos GirlTalk, og derfor er et helhedsorienteret forankringsfokus også i centrum for os - særligt i arbejdet med vores fællesskabsindsatser.

Vores fokus på forankring har til formål at bygge bro, så vores indsatser kan fortsætte og leve videre efter at forløbene er afsluttede.

Vi ved, at der er flere ting, der skal lykkes, for at kommuner har mulighed for at forankre vores indsatser, og derfor er det vigtigt at tænke samarbejde, aktører, sektorer og civilsamfundet ind fra projektets start. På den måde kan vores tilbud nemlig blive bæredygtige indsatser, der ikke kun hjælper her og nu, men som også forebygger solidt på længere sigt.

### Forebyggelsespotentialer på flere planer

GirlTalks tilbud om fællesskaber rummer et stort forebyggelsespotentialer både for den enkelte og i et samfundsøkonomisk perspektiv.

Evalueringerne af vores indsatser viser blandt andet, at vores fællesskaber styrker deltagerens engagement i skolesammenhænge, fællesskabet i skolen, og giver deltagerne større mod på at tage en ungdomsuddannelse efter endt folkeskole.

Det er forebyggende effekter, som potentielt også kan resultere i store samfundsbesparelser. Der er altså flere gode grunde til at sætte ind tidligt og forebygge før mistrivslen bliver langvarig og omkostningsfuld på flere niveauer.



# I GIRLTALKS RÅDGIVNING FOR UNGE, ER DER ALTID NOGEN DER LYTTER

I GirlTalks rådgivning for unge sidder der frivillige ungerådgivere klar til at skrive med de mange piger, der hver dag rækker ud efter hjælp. Rådgivningen er anonym, og vi rådgiver over chat, på sms og i vores brevkasse, Pigetanker.

Hver aften sidder et hold af GirlTalks i alt godt 225 ungerådgivere klar til at tage samtaler og gribe de mange piger, der mangler en at tale med. Samtalerne i ungerådgivningen kan være med til at afhjælpe mistrivsel hos den unge, og kan for nogen også være det første skridt ud af selvskade eller ensomhed. Hvad end samtalen handler om kærlighed, selvmordstanker eller venskab, bliver pigerne mødt af rådgivere, der er klædt på til at lytte, anerkende og vejlede dem fra det udgangspunkt, den unge kommer med.

Alle GirlTalks rådgivere er selv unge kvinder, der modtager grundig oplæring, løbende uddannelse, og som vi møder gennem sparring og supervision. Med vores rådgivningstilbud viser vi de unge, at de ikke er alene, og at det er godt at række ud efter støtte, når livet er svært.



# HVILKE EMNER FYLDER I SAMTALERNE?

Med 7500 samtaler i 2023 har vi talt med rigtig mange piger om vidt forskellige tematikker. Herunder er de 5 hyppigste samtaleemner fra årets rådgivningssamtaler fordelt på pigernes alder.

## 10 TIL 14 ÅR

Venskaber og mobning  
Angst og ensomhed  
Selvskade og selvmordstanker  
Forelskelse og kærestesorg  
Krop og pubertet

## 15 TIL 19 ÅR

Angst og ensomhed  
Selvskade og selvmordstanker  
Venskaber og mobning  
Spiseforstyrrelse og kropsutilfredshed  
Psykiske diagnoser

## 20 TIL 24 ÅR

Forelskelse og sex  
Angst og selvværd  
Venskaber og ensomhed  
Spiseforstyrrelse  
Selvskade og selvmordstanker



”

Jeg havde stort brug for et pusterum, hvor jeg bare kunne komme ud med alt. Det var der mulighed for her. Jeg følte mig set og forstået.

Tak for det <3

- Anonym pige efter chat i rådgivningen



## **VI STYRKER TRIVSLEN VED AT TÆNKE FORÆLDRENE IND**

I år har vi gentænkt vores digitale forældreunivers for at sætte endnu mere fokus på vores gratis tilbud om forældrerådgivning. I vores univers findes der blandt andet vidensartikler, der er målrettet forældre og andre nære voksne, og som behandler temaer som gruppedynamikker, forældreinvolvering og hvordan man som voksen kan støtte op om den unges selvværd og skabe sunde relationer. Formålet med vores forældreindsats er at tænke hele vejen rundt om de unge. Vi ved nemlig, at vi bedst styrker trivslen blandt de 12 til 24-årige piger, hvis vi også hjælper med at klæde de nære voksne omkring dem bedst muligt på.

# FORÆLDREINVOLVERING: GIRLTALK RÅDGIVER OM OVERGANGEN FRA BARN TIL VOKSEN

I vores vidensunivers for forældre giver vi gode råd og sparring til forældre om de emner, der relaterer sig til at have større børn.

Forældreskab kan være komplekst og føles som en balancegang for mange. Som forælder til en ung kan det især være vanskeligt at finde ud af, hvor meget man skal involvere sig, og hvor meget man skal give slip.

Vi er som forældre generation langt mere i øjenhøjde med vores børn end tidligere. Vores relation til dem er ofte stærk og typisk også langt mere ligeværdig, end hvad vi selv er opdraget med. Det er en positiv udvikling, men det er også en udvikling der rummer nye faldgruber.

Når vi som forældre sætter vores børns og unges indre i centrum, risikerer de unge at fare vild, hvis de udelukkende navigerer med deres følelsesliv og subjektivitet som kompas. Her har vi som forældre en opgave i at være et kompas til den ydre verden, som de unge kan læne sig op ad og navigere efter. På den måde kan vi hjælpe dem til at finde vej, uden at de står med ansvaret alene.

## Den naturlige løsrivelse

I mange familier stiller den unges naturlige løsrivelsesproces fra familien ofte nye krav til forældreskabet. Overgangen fra barn til voksen kræver eksempelvis en anderledes og ofte mindre grad af forældreinvolvering end tidligere.

Processen kan være forbundet med en masse bekymring fra forældrenes side. Det er helt naturligt at bekymre sig for sine børn, men hvis det bliver et opmærksomhedsfokus for forældrene at undgå, at deres børn møder modstand, så kan den unge få en oplevelse af, at det er forkert og farligt, når det sker.

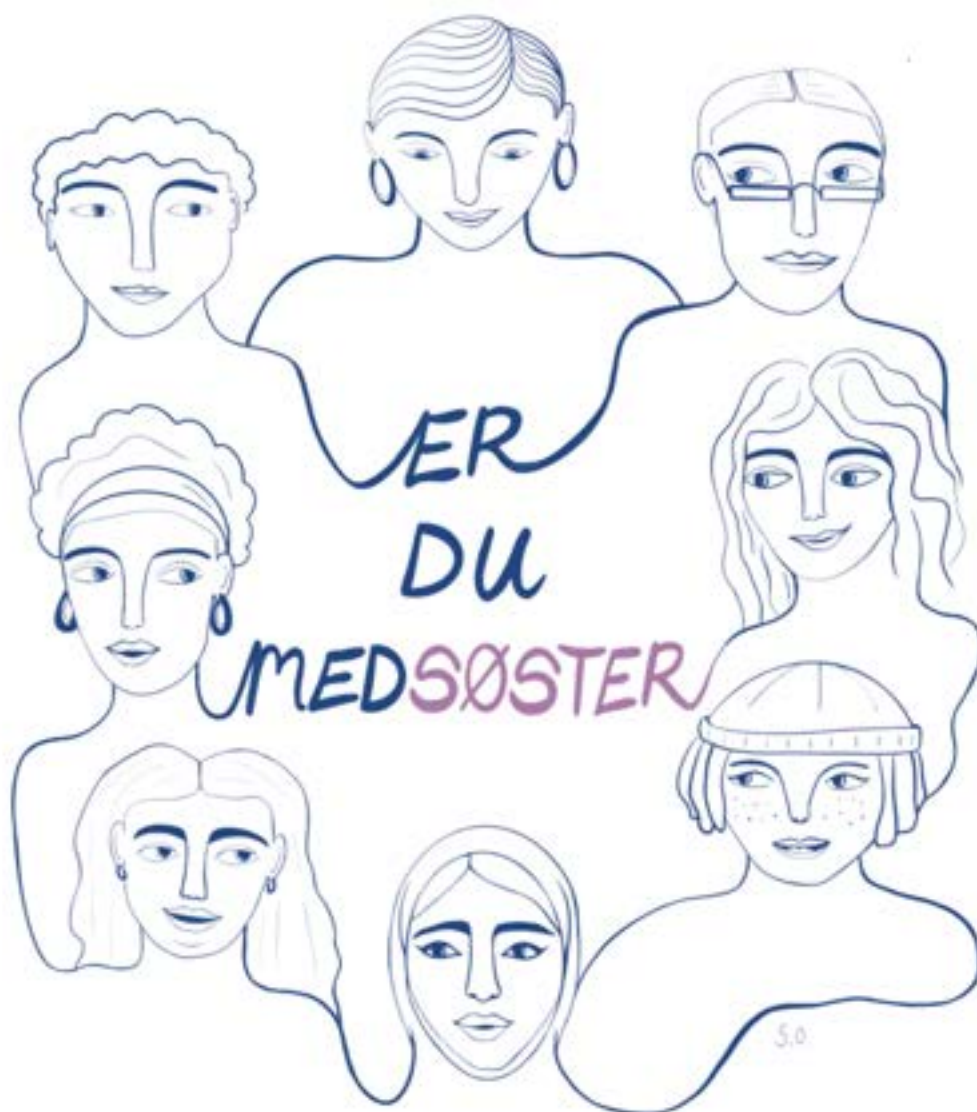
Som nær voksen til en ung er det vigtigt at kunne udholde at være til stede i det svære sammen med den unge. Ungdomslivet er nemlig fyldt med naturlig modstand som kærestesorger og skuffelser. Ved at være til stede med dem igennem det svære viser vi dem, at modgang ikke er farligt eller skal undgås. Omvendt støtter vi dem i at få erfaring med, at de selv er i stand til at overkomme udfordringer og komme igennem dem.



# GIRLTALKS MEDSØSTRE

I GirlTalk arbejder vi med sisterhood som en af vores grundlæggende værdier. Derfor var det også naturligt at kalde de mange danskere, der hver måned støtter vores arbejde for medsøstre. For som organisation er vi dybt afhængige af den støtte, vi får fra fonde, virksomheder og private, og som medsøster hos GirlTalk bidrager man til, at vi fortsat kan tilbyde gratis rådgivning, sociale fællesskaber og sætte unges mistrivsel på den politiske dagsorden.

Med vores medsøstre i ryggen står vi langt stærkere, når vi hver dag arbejder for at nedbryde tabuer, styrke piger og unge kvinders selvværd og gøre op med den perfektionskultur, der gennemsyrrer alt for mange unges liv.



”

Man ved, at alle frivillige er her uden at være fordømmende. Vi har alle en fælles dagsorden om at hjælpe de piger, der skriver til os

- Pernille, frivillig i GirlTalk Odense

## **TAG MED PÅ AFTENVAGT – MØD TRE FRIVILLIGE UNGERÅDGIVERE FRA FYN**

Klokken nærmer sig 18:30, og de frivillige ungerådgivere hiver computerne frem. I foråret slog GirlTalk dørene op til helt nye lokaler i den fynske lokalafdeling, som ligger i Havnegade i Odense. Marlina, Line og Pernille er alle tre frivillige i GirlTalks ungerådgivning i Odense. I chat- og SMS-samtaler er ungerådgiverne uddannet til at lytte og skabe plads, så de unge kan fortælle om lige præcis det, der fylder hos dem.

På hvert vagthold er der altid mindst én holdleder og en håndfuld andre rådgivere. Det er med til at skabe et særligt rum, hvor rådgiverne føler sig trygge ved at håndtere rådgivningsopgaven, fortæller Pernille, der er frivillig ungerådgiver i Odense. "Man ved, at alle frivillige er her uden at være fordømmende. Vi har alle en fælles dagsorden om at hjælpe de piger, der skriver til os," forklarer hun.

Og følelsen af fællesskab er afgørende for kulturen i rådgivningsrummet. Pernille fortæller, at der hersker en tryk kultur, hvor rådgiverne har tillid til hinanden, og hvor man støtter og løfter hinanden op, når man har haft en svær samtale.

### Godt klædt på og aldrig alene

En vagt i ungerådgivningen varer typisk 2,5 time. Herunder er der både afsat tid til indcheckning og til debriefing, hvor man som rådgiver kan sætte ord på, hvordan man har det både inden og efter en vagt. "Har man haft en hård samtale, så har man mulighed for at drøfte det med sit hold. Og samtidig har man også mulighed for at lægge det fra sig igen, inden man går herfra", fortæller Marlena.

For GirlTalk er det nemlig vigtigt, at rådgiverne ikke selv skal bære rundt på de samtaler og oplevelser, de har som frivillige. Derfor kommer man som frivillig i ungerådgivningen også igennem GirlTalks uddannelsesforløb, hvor man i løbet af et år bliver klædt på til at kunne besvare henvendelser om alt lige fra menstruation og venskaber til familiekonflikter, angst og selvmordstanker.

Pernille fortæller, at selvom de som rådgivere har til formål at hjælpe andre unge, så oplever hun, at uddannelsesforløbet og den måde, der bliver taget hånd om de frivillige på, giver hende en følelse af, at hun også bliver hjulpet. "Vi bliver hele tiden taget i hånden, og man ved, at der sidder nogen bagved, som man kan gå til, hvis der opstår noget, eller hvis man vil drøfte en samtale."

I rådgivningsrummene er der hyggeligt. Der brænder levende lys, der står snacks på bordene, og samtalen mellem rådgiverne er personlig og bærer præg af, at de alle kender hinanden godt. Og det er helt bevidst, at rammerne for de frivillige rådgivere giver plads til hygge.

Fællesskabet mellem de frivillige er afgørende for GirlTalk, for når man træder ind som frivillig ungerådgiver, bliver man både en del af en vigtig sag og et helt særligt fællesskab. Det er et fællesskab, hvor man kan tale om svære ting i livet og løse udfordringer sammen med omsorg for hinanden.



# GIRL TALK

I GirlTalks populære podcast taler vi om alt det, der kan være svært at snakke om. Med ærlige og modige gæster i studiet har vores podcast igen i år været med til at starte samtaler om alt fra at miste og slå op med venner, psykiske diagnoser, til hvordan ensomhed kan føles forskelligt, og hvorfor vi tit er utilfredse med vores kroppe.

Podcasten henvender sig til 16 til 24-årige. Med udgangspunkt i personlige fortællinger viser vi de unge, at de altid er gode nok, men at vi er her, når de bliver i tvivl.

Podcastafsnittene er i 2023 blevet lyttet til mere end 100.000 gange, og de videoer vi har delt med vores modige gæster på TikTok og Instagram er blevet set mere end 1 million gange.

Vi har ligget i top 50 over de mest lyttede podcasts på Spotify med næsten alle podcastafsnit og sneget os op i top 20 med to af dem.



# RÅD OG VEJLEDNING TIL UNGE INFLUENTER



Mange unge søger svar hos deres yndlingsinfluencer, når de oplever udfordringer, de ikke ved, hvordan de skal løse. Men influencer er sjældent rustet til at håndtere de udfordringer, de som rollemodeller for unge følgere støder på. Det var baggrunden for, at GirlTalk i 2022 søsatte indsatsen 'Girls Empower Girls', som i 2023 blev evalueret med flotte resultater og relevante indsigter til GirlTalks videre arbejde med indsatsen.

Med rollen som influencer følger ikke nogen manual, som kan klæde influenten på til det ansvar, det indebærer, at have flere tusinde unge følgere. Det betyder, at mange influencer oplever at havne i situationer, som de ikke havde forudset, og som de heller ikke altid ved, hvordan de skal håndtere.

Med projektet 'Girls Empower Girls' har GirlTalk i samarbejde med 29 unge influencer sat fokus på mental trivsel og på, hvordan man psykisk og fagligt kan forvalte influencerrollen forsvarligt.

Projektansvarlig i 'Girls Empower Girls', Amalie Stender, fortæller: "Vi har blandt andet hørt eksempler på henvendelser, hvor helt unge piger sender billeder af sig selv og beder influencer om at vurdere, om de er for tykke, beder om råd til, hvordan de kan stoppe med at selvskade, eller blot for at ventilere deres følelser. Det kan være svært at håndtere, når man som influent bare er en helt almindelig kvinde uden nogen faglige forudsætninger for at hjælpe".

## Mindre perfekt, mere modvægt

Med indsatsen har det været GirlTalks ambition at skabe en modvægt til perfektionskulturen på de sociale medier og skabe plads til at vise det hele, ægte menneske med alle de usikkerheder, uperfektheder og udfordringer, der følger med.

Siden projektets start er der blevet sat fokus på temaer som venskab, kropstilfredshed, selvkritik samt på, hvordan man passer på sit mentale helbred på sociale medier. Det er blandt andet sket i form af indhold, som influencerne har lavet i samarbejde med GirlTalk, eller som er udsprunget af den undervisning, de har modtaget som en del af projektet.

## Større kendskab og positive perspektiver

Evalueringen af indsatsen blev afsluttet i 2023, og den taler sit tydelige sprog. GirlTalks tilstedeværelse og rækkevidde på de sociale medier er vokset igennem projektet, ligesom der er sket en stigning af besøgende på GirlTalks hjemmeside. Samtidig er der kommet flere henvendelser i GirlTalks ungerådgivning i forbindelse med indsatsen.

Evalueringen viser også overvældende positive tilbagemeldinger fra de deltagende influencer. Samtlige respondenter i evalueringen gav udtryk for, at de havde fået nye indsigter og perspektiver af at være med.

Evalueringen viser derudover, at både de deltagende influencer mener, at der er brug for en indsats som 'Girls Empower Girls', ligesom hele 93% af GirlTalks egne følgere på sociale medier tilkendegav, at de også mener, at der er behov for lignende indsatser i fremtiden.

”

Jeg har lært om fysisk og mental sundhed. Det er noget, jeg tænker over i mit content – især hvilke ting, man kan poste, som er mere skadelige end gavnlige, selvom hensigten var god

- Deltager i 'Girls Empower Girls'



### OM GIRLS EMPOWER GIRLS

29 unge influencer har deltaget i 'Girls Empower Girls'. Her har de løbende modtaget undervisning af GirlTalk i emner relateret til mental trivsel og digital ansvarlighed. Samtidig har de fået mulighed for sparring og supervision fra GirlTalks psykologer på de problematikker og udfordringer, de kan møde som influencer og rollemodeller for unge.

Gennem erfaringer og gode råd fra GirlTalk er influencerne blevet rustet til, hvordan de kan sætte fokus på nogle af de temaer, som ofte fylder i ungdomslivet, samtidig med at de har lært, hvordan de kan passe på dem selv imens.



### UDVALGTE RESULTATER

23 % flere henvendelser i vores ungerådgivning i projektperioden

92 % af vores følgere synes, at projektet er relevant

100 % af de medvirkende ambassadører har fået ny læring og nye indsigter

# PARTNERSKABER FOR TRIVSEL

Sammen med erhvervslivet arbejder vi for at øge kendskab, synlighed og sikre økonomi og ressourcer til, at vi kan være der for det stigende antal piger, der har brug for vores hjælp. Ved at forene kræfter på tværs af sektorer og organisationer kan vi løfte opgaven bedre, end vi kan hver for sig.

Vi tror på, at de bedste samarbejder er dem, der skaber gensidig værdi og positive resultater. Det skal både have værdi for vores samarbejdspartnere og for GirlTalk, men vigtigst for de piger og unge kvinder, som vi i fællesskab kan løfte og styrke.

Derfor indgår vi i mange former for virksomhedssamarbejder - fra langvarige strategiske partnerskaber til sponsorater, projekter, indsamlinger, kampagner og meget andet. I år har vi blandt andet samarbejdet med Libresse, Matas, Arbejdermuseet, Odense Håndbold, Aller Media, Starbucks og Haleon. Vores fokus på at skabe værdifulde samarbejder med private aktører er stigende, og vi er altid åbne for ideer til at forene kompetencer og skræddersy partnerskaber.

## Sammen om ansvaret

Social ansvarlighed og god forretning går hånd i hånd. Når vi afsøger og indgår virksomhedssamarbejder, har vi i GirlTalk derfor også øje for, at samarbejdet også kan styrke virksomhedens sociale forpligtigelser og profil på flere parametre.

Et samarbejde med GirlTalk kan blandt andet tælle med i virksomheders ESG-rapportering om sociale forhold og forpligtigelser. S'et dækker blandt andet over virksomhedens evne til at fastholde medarbejdere og skabe et godt psykisk arbejdsmiljø med højere trivsel, samt yde sponsorater og samarbejde med frivillige organisationer til gavn for lokalområdets udsatte.

Ved at investere i et samarbejde med GirlTalk kan virksomheder aktivt bidrage til at sikre indsats, der har vist positive resultater for nogle af lokalsamfundets udfordringer med unges trivsel og mentale sundhed - på og uden for arbejdspladsen. Det styrker ikke blot virksomheders sociale profil og ESG-dokumentation - det er en langsigtet investering i fremtidens arbejdsstyrke og det samfund, erhvervslivet gør forretning i, og er med til at påvirke. Det kan sætte virksomheder foran ved udbud, samt tiltrække kunder, investorer og ikke mindst dygtige og engagerede medarbejdere.

”

Jo større eksponering man har, jo større ansvar har man. I Matas har vi et ansvar for at facilitere en debat om unges selvværd og i særdeleshed med den udvikling vi ser i vores samfund, og her kan jeg ikke forestille mig at samarbejde med en bedre ekspert end GirlTalk

- Rikke Hyldsberg Søgaard,  
Head of Marketing, Brand and Content, Matas A/S

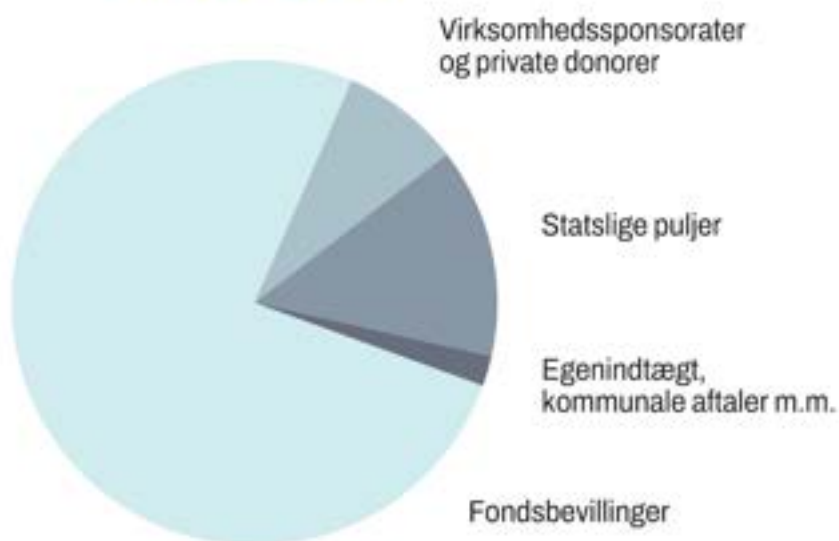




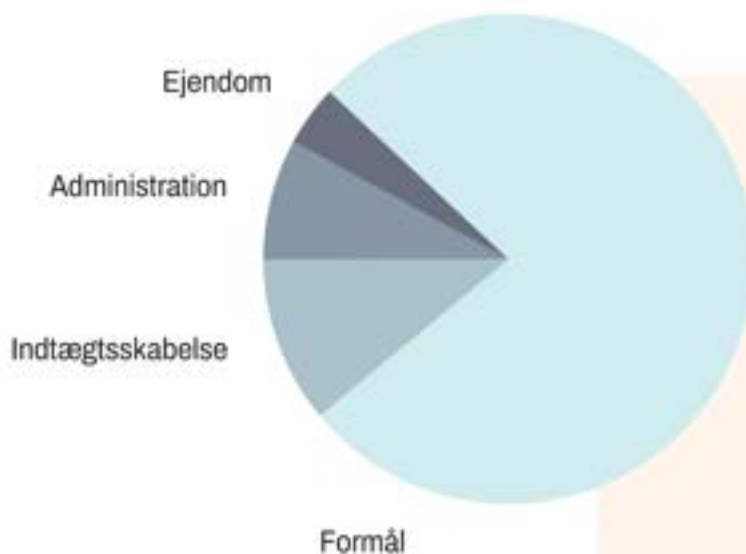
# GIRLTALKS ØKONOMI I 2023

GirlTalks indtægter anvendes med fokus på at opfylde vores formål. Midlerne skal sikre, at vi kan forebygge og afhjælpe mistrivsel blandt piger og unge kvinder – også på den lange bane. Ingen piger skal mistrives. Den vision er stor, og der er brug for GirlTalk mange år frem.

## INDTÆGTER



## UDGIFTER





Tak til alle fonde, private støtter, samarbejdspartnere og virksomheder, som gør vores arbejde muligt.

Den A.P. Møllerske Støttefond  
Samfonden  
Velux Fonden  
Ole Kirk's Fond  
Spar Nord Fonden  
Nordea-fonden  
Østifterne  
Melsen Fonden  
Det Obelske Familiefond  
Lauritzen Fonden  
Hempel Fonden  
Frederiksbergfonden  
The L'Oréal Fund for Women  
Færchfonden

#### Redaktion

Anna Bjerre  
Mathilde Kjær Hansen  
Nanna Bohmann

Grafik: Laura Mørk &  
Sophie Ohmsen

Fotograf: Amanda  
Rønde Storck &  
Sabrina May

#### Bestyrelsen

Pia Allerslev  
(formand)  
Heidi Krumhardt  
Mortensen  
(næstformand)  
Caleb Wilson  
Charlotte Dyhr  
Helle Rabøl Hansen  
Kenneth Øhrberg Krag  
Mette Ingeman Pedersen  
Ole Hessel  
Pernille Skipper

#### Advisory board

Lasse Rich Henningsen  
(formand)  
Bruno Christesen  
Casper Nørgaard  
Christopher Moyell Juul  
Claus Dyhr  
Jeanette Fangel Løgstrup  
Jens Moberg  
Jon Gerner  
Lars Ellehave-Andersen  
Lissen Kolthoff Hallager  
Mikkel Rørvig  
Ninna Stæhr-Petersen

#### Adresser

Martinsvej 7, 1  
1926 Frederiksberg C

Nytorv 3, 2.4  
9000 Aalborg

Havnegade 29  
5000 Odense C

info@girltalk.dk  
www.girltalk.dk



**GIRLTALK ♥ DK**