

2026/27

F^{MED}OREDRA KIM DANIEL JONASSEN

Forebyggende foredrag
innen psykisk helse



Instagram Facebook
@kimdaniel @Indrehelse



Nettside
www.kimdaniel.no



Livshistorien som ble livsformålet

En november natt i 2017 sto Kim Daniel på kanten av livet og gjorde sitt siste hopp ut i den iskalde sjøen. Etter en livslang kamp mot traumer og utenforskap så han selvmord som den eneste utveien. I dag står han støtt og bestemt i arbeidet som foredragsholder og sosial entreprenør, der historien hans har fått en sentral rolle i forebyggingen av psykisk uhelse og selvmord i samfunnet.

En synlig stemme

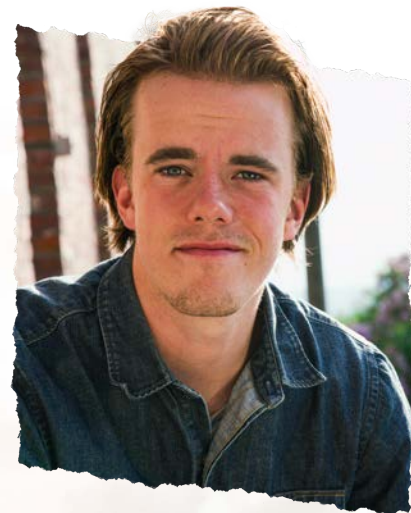
Gjennom mer enn tolv år har Kim Daniel vært en synlig stemme i norsk offentlighet rundt psykisk helse – gjennom foredrag, litteratur, TV- og radiosendinger, dokumentarfilmer og samarbeid med profiler som Maud Angelica Behn. Han har gjort sin personlige historie til en kraftfull stemme i samfunnsdebatten, og til et engasjement som når både unge og voksne.



Bakgrunnen

Hans bakgrunn vitner om en oppvekst preget av rus og vold i hjemmet, og en skolehverdag med mobbing. Selvmordstanker meldte seg tidlig, og som 15-åring tok han saken i egne hender og varslet barnevernet. Til stor fortvilelse uteble hjelpen om en tryggere hverdag – bortsett fra én ting.

Kim Daniel ble sendt på sommerleir for vanskeligstilte barn og unge. Ett møte, én samtale skulle vise seg å bli avgjørende byggestener for livet hans videre. For første gang opplevde han rom og trygghet til å dele alt han bar på med en voksen. Han var ikke lengre alene.



Da han var 17 år flyktet han til fjellheimen, i håp om en ny start, finne mening og gleden ved å leve. **Utenfor så alt ut til å gå fremover, men på innsiden raste en stille kamp.**

Det som krevde aller mest styrke, var ikke selve opplevelsene eller flukten. Å bygge livet bit for bit, mens selvmordstankene stadig hamret på innsiden, skulle vise seg å bli den aller største prøvelsen.

Det var først etter selvmordsforsøket i hjembyen, da han var 24 år, at han følte seg møtt og tatt på alvor av hjelpeapparatet for aller første gang. Likevel er det ikke hjelp fra det offentlige som har vært avgjørende.

Erfaringer som drivkraft

I dag står Kim Daniel med en lang reise bak seg og erfaringer han aktivt bruker i sitt arbeid. Han har gjort det til sin livsoppgave å forebygge faktorer som bidrar til psykisk uhelse og selvmord. Fra han var 18 år engasjerte han seg som frivillig for vanskeligstilte barn og unge i Ventilene, ved Kirkens Bymisjon – leiren han selv var deltaker i. Siden har han startet og drevet flere virksomheter som på ulike måter har bidratt til økt samhold, mestring og livskvalitet for unge.

Hans filosofi bygger på troen på at mennesker kan reparere det som er ødelagt i oss, og bli sterkere gjennom fellesskap. Nærhet, åpenhet og samhold er bærende verdier i alt han formidler. Det som en gang var en hensynsløs storm, er i dag blitt ressurser, hjertevarme og lidenskap – i arbeidet som foredragsholder og sosial entreprenør.



Foredrag som berører

Kim Daniel gir stemme, innsikt og forståelse til noen av vår tids viktigste samfunnsutfordringer. Med en sjelden evne til å formidle om tematikken gjør han det personlige allment – og setter psykisk helse på dagsordenen. Publikum beskriver ham som «vandrende håp» og fremhever en formidling som både berører dypt og inspirerer til refleksjon og handling.

Foredragene hans tilbys for **skoler og samfunn** samt **arbeidsliv**, og tilpasses alltid målgruppen. Se oversikt over de ulike foredragene på neste side.



Foredrag

For Skoler & Samfunn

Det Stopper Hos Meg

- Et foredrag om å vende motgang og stoppe arven av livssmerte



Dette er Kim Daniels mest komplette foredrag. En sterk fortelling om oppvekst med rus, vold og mobbing. Om kampen mot selvmordstanker, flukten til fjellet og årene med transformasjon som fulgte. Et foredrag om fellesskap, åpenhet, å bryte mønstre, forstå psykisk helse – og om å ta eierskap til livet.

Foredraget tilpasses målgruppen, og kan gå dypere i utvalgte temaer ved ønske.

Temaer i foredraget

Rus og vold i nære relasjoner, mobbing, psykisk helse, selvmord, håp, fellesskap, transformasjon, resiliens, forebygging, åpenhet.

Vekst i Motgang

- Et foredrag om reisen fra sorg og motgang, til håp og helhet



Et sterkt og nært foredrag av Maud Angelica Behn og Kim Daniel Jonassen. Med hver sine perspektiver – som etterlatt og som overlever – deler de ærlige historier om sorg, håp og livskraft. Et foredrag som berører, styrker og åpner for viktige samtaler om psykisk helse.

Temaer i foredraget

Selvmondsforebygging, sorg, motgang, oppvekst, psykisk uhelse, resiliens, transformasjon, håp, fellesskap, åpenhet.

Foredrag

For Arbeidsliv

Psykisk Helse i Arbeidsmiljøet

- Et foredrag om når hverdagen som brister – og fellesskapet som bærer



Et foredrag som utforsker hvordan psykisk helse, arbeidsmiljø og menneskelighet veves sammen i hverdagen. Med utgangspunkt i egen livshistorie og erfaringer fra arbeidslivet deler Kim Daniel innsikt i hvordan psykisk uhelse kan se ut bak fasaden – og hvilken forskjell ledelse, kollegial trygghet og gode møteøyeblikk kan gjøre, uansett bransje.

Foredragene skreddersys etter bransje. Det er allerede utviklet egne versjoner for bygg- og anleggsbransjen (Mellom slagene) og for NAV (Mellom System og Menneske). Se mer info via QR-koden.

Temaer i foredraget

Arbeidshverdag og menneskelighet, psykisk helse og usynlige belastninger, åpenhet og trygghet i arbeidsmiljøet, fellesskapets betydning, motstandskraft og mestring, forebygging i praksis.

Dette sier publikummet

Se utvalg av tilbakemeldinger fra både oppdragsgivere og publikummere på neste side. For oversikt over alle tilbakemeldinger, se www.kimdaniel.no/tilbakemeldinger eller scan QR-koden.



Eli Stålesen
Leder



Studentsamskipnaden i Agder, avdeling helse, har samarbeidet med Kim Daniel om tre foredrag. To av dem var knyttet opp mot verdensdagen for selvmordsforebygging. Dette er en fagdag som arrangeres i samarbeid med universitetet i Agder.

Tilbakemeldingene fra våre studenter har vært overveldende. Kim Daniel treffer menneskene rett i hjerte med sin åpenhet og sin tro på at det er gjennom formidling av et vanskelig og sårbart tema at vi kan skape endring.

Vi ønsker Kim Daniel lykke til videre i hans utrettelige tro på at det er mulig å skape en bedre og mer inkluderende verden for dem som sliter med livets sårbarhet.

Janni L. Severinsen
HR og administrasjon



Tusen takk for et sterkt og meningsfullt foredrag. Din historie berørte virkelig, og du formidlet den med en åpenhet og ærlighet som gjorde inntrykk på oss alle. Du klarer på en imponerende måte å sette fokus på hvor viktig én person kan være for noen som har det vanskelig – og hvor mye det betyr å bli sett og hørt.

Vi har fått mange gode tilbakemeldinger fra våre ansatte, som opplevde foredraget som både sterkt og inspirerende. I tillegg har vi også merket en økt åpenhet blant enkelte arbeidstakere, noe vi ser på som svært positivt. Det viser at ditt budskap har truffet og gjort en forskjell.

Takk for at du delte din historie med oss.

Bård Tobiassen
Leder HMS



Kim Daniel sin gripende historie fra egen oppvekst og levd liv gjør sterke inntrykk, balansen mellom det horrible og humoristiske er godt komponert. Man sitter igjen med mange tanker til refleksjon rundt psykisk helse og hvor enkelt det kan være å redde et liv, men også hvor vanskelig eller umulig det kan virke å få øye på de som virkelig trenger hjelp.

Det kommer godt frem hvor viktig en enkelt samtale kan være, at noen bryr seg og tar seg litt tid. Denne samtalen som kan utgjøre den store forskjellen, kan virke ubetydelig for den som gir litt av sin tid, men betyr all verden for den som trenger å få tilbake et snev av tro på seg selv.

Anbefales på det varmeste.

Julie F. Andreassen
Prosjektleder |
Forebyggingsforum



Tusen takk for at du delte din historie med oss. Det var sterkt, modig og ekte.

Din åpenhet om selvmordstanker og håp gjorde dypt inntrykk og skapte rom for refleksjon – både faglig og personlig.

Du minnet oss på betydningen av varme, forståelse og fellesskap, og ga oss noe viktig å ta med videre i vårt arbeid.

Samarbeidet med deg har vært en glede – preget av trygghet, raushet og et felles engasjement.

Deltaker | Konferanse
Samling for fosterforeldre



Kim Daniel. Jeg deltok på samling for fosterforeldre på Sola sist helg og ble så grepet av din historie, og ikke minst, - måten du formidlet den på. Takk for at du deler og gir oss et lite innblikk i hvordan du har hatt det i oppveksten. Du er modig, og sier du deler fordi du vil gjøre en forskjell for andre barn og unge. Respekt.

Du lar oss få høre en sterk historie om den lille, redde gutten. Vi ser en flott ung mann, reflektert, god med ord og en spesielt god formidler. Du griper oss, og det er helt stille i salen. Tårer. Sterkt.

Jeg ønsker deg det beste for årene fremover, og gir deg en varm klem.

Masterstudent
Psykososial helse | UiA



Du gjorde virkelig en imponerende jobb med foredraget ditt! Måten du delte din historie på var utrolig rørende og gripende. Ditt engasjement og kroppsspråk gjorde det så levende, det var helt enestående. Bildene og videoene du brukte tilføyde virkelig dybde til budskapet ditt. Jeg ble virkelig berørt av det du delte, det var utrolig ekte.

Jeg har vært på mange foredrag tidligere, men ditt er det beste jeg har opplevd. Takk for at du delte så åpent og ærlig. Det ville vært flott om historien din fikk nå ut til skoler, barnevernet, og politiet også. Det er virkelig mye vi alle kan lære av det du har delt. Du har virkelig en unik evne til å formidle viktige budskap.

Lykke til videre!

Masterstudent
Barnevern | UiA



Tusen takk for et rørende og fint foredrag! Du gjør virkelig en viktig jobb for alle barn og unge. Din åpenhet og refleksjon rundt oppveksten din kan bidra til at andre barn i vanskelige situasjoner kan tørre å søke hjelp! Samtidig kan det åpne for at barn og unge tør å åpne seg og snakke om sitt liv.

Du er virkelig en inspirasjon og utrolig viktig for samfunnet. Håper du vil fortsette å holde foredrag, både for studenter og andre relevante instanser.

Vi har mye å lære av deg. Fortsett med det gode arbeidet du gjør, jeg heier på deg!

Deltakere | Konferanse
Mot til å se - evne
til å handle

KØRUS
Stavanger

Aldri på de 4 storkursa jeg har vært på, har jeg opplevd stillheten som var når du stod på scenen. Ingen forlot salen. Du var utrolig!!

Barne- og ungdomsarbeider
Hå kommune

Rørende og svært tankevekkende.
Beste på hele seminaret!

Terningkast 6!

Psykisk helsevern fra 20 år
Hå kommune

Kontakt & Booking

Et inspirerende foredrag som berører, skaper refleksjon og gir varig verdi er bare en henvendelse unna. Ta kontakt for en samtale om behov, rammer og tilpasning. Sammen finner vi en løsning som passer deres arena og målgruppe.

Benytt gjerne skjemaet under, eller ta kontakt direkte på mail eller telefon.
kim.d.jonassen@gmail.com // +47 452 93 691 // www.kimdaniel.no

Uforpliktende forespørsel på foredrag

Send inn en enkel forespørsel, hvor du får raskt svar på for eksempel pris og dato.



Fornavn

Etternavn

E-post

Evt. firma eller organisasjon

Hvor skal foredraget holdes

Spørsmål eller kommentar

Scan QR-koden
for kontaktskjema