



BARN SOM KAN PRATA OM KÄNSLOR MÅR BÄTTRE.

Livsviktiga snack – rusta ditt barn för livet!

Välkommen på föreläsning i samarbete med Suicide Zero! Här får du som förälder eller annan vuxen med en 9–12 åring i din närhet kunskap om hur du kan prata med barn och unga om deras mående. Forskningen visar nämligen att förmågan att uttrycka hur man mår och känner, tillsammans med en god relation till en förälder eller annan närstående vuxen, är en av de viktigaste skyddsfaktorerna som finns i livet.

Föreläsningen innehåller bland annat information om skyddsfaktorer, psykiska besvär, barns utveckling, verktyg för samtal med barn samt praktiska övningar.

Materialet är helt baserat på boken *Livsviktiga snack*, som tagits fram i samarbete med psykologer, psykiatrer, kuratorer, läkare och forskare.

Föreläsningen är cirka 80 minuter lång inklusive efterföljande frågestund.

Ingen förkunskap krävs.

Datum och tid

26 oktober och 30 november, klockan 18:30-20:00

Plats

Digitalt via Teams

Länk till sändningarna

[Länk till föreläsningen den 26 oktober](#)

Mötes-ID: 347 356 489 620 045
Lösenord: pd6zG3cx

[Länk till föreläsningen den 30 november](#)

Mötes-ID: 358 827 719 615 285
Lösenord: om3ZQ7zX

LIVS-
VIKTIGA
SNACK



I Västernorrland driver kommunerna tillsammans med Region Västernorrland ett suicidpreventivt arbete, där olika suicidpreventiva frågor behandlas. Syftet är att tillsammans stärka det suicidpreventiva arbetet i länet – genom kunskap, samverkan och gemensamma insatser.



SUICIDE
ZERO

