



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 ca. 60 minuter.

Ingen förkunskap eller anmälan krävs. Klicka enbart på länken till det föreläsningstillfälle ni väljer att delta vid.

Datum, tid och plats:

Anslut via dator eller läsplatta fungerar både via webbläsare och Teams skrivbordsapp, anslutning via mobiltelefon kräver Teams-appen.

Tillfälle 1: 20/9 11.30-12.30 [Livsviktiga snack 20/9 kl. 11.30-12.30](#)

Tillfälle 2: 5/10 20-21 [Livsviktiga snack 5/10 kl. 20-21](#)

Tillfälle 3: 31/10 19-20 [Livsviktiga snack 31/10 kl. 19-20](#)

Tillfälle 4: 22/11 11.30-12.30 [Livsviktiga snack 22/11 kl. 11.30-12.30](#)

LIVSVIKTIGA
SNACK

 Region
Västernorrland

**SUICIDE
ZERO**

