



BARN SOM KAN PRATA OM KÄNSLOR MÅR BÄTTRE.

Livsviktiga snack – rusta ditt barn för livet!

Välkommen på digital 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 kostnadsfri och cirka 80 minuter lång, inklusive efterföljande frågestund.

Inga förkunskaper krävs.

Välj mellan två tillfällen:

- Den 9 september kl 12.00-13.20 [Anmälningsslänk](#)
- Den 10 oktober kl 12.00-13.20 [Anmälningsslänk](#)

Arrangör är Region Sörmland, Läns gemensamt regionalt stöd – socialtjänst och vård samt länets nio kommuner. Kontaktpersoner är: marie.wallin@regionsormland.se Läns gemensamt regionalt stöd samt sabrin@granath@regionsormland.se Suicidpreventiv samordnare, Region Sörmland

Suicide Zero anordnar även en egen kvällsföreläsning i Livsviktiga snack den 8 november 18.00-19.20, anmälan <https://lightpink-night-f35d5a.confetti.events/>

LIVS-
VIKTIGA
SNACK

LÄNSGEMENSAMT
REGIONALT STÖD
socialtjänst & vård i Sörmland



SUICIDE
ZERO

