



# 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. 80 minuter lång inklusive efterföljande frågestund.

Ingen förkunskap krävs. Alla som är intresserade är välkomna!

**Datum och tid:** måndag 5 december 2022 alternativt torsdag 26 januari 2023  
Tid; 18.00-19.30

Anmälan:

[Klicka här för att ansluta till mötet](#)

Ladda ned Teams- | [Anslut på webben](#)) Mötes-ID: 397 693 276 380 Lösenord: AwY7E7

LIVS-  
VIKTIGA  
SNACK



SUICIDE  
ZERO

