



# 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.

**Datum och tid:** torsdagen den 23 mars kl. 18.00 - 19.30

[Anmälan sker via denna länk](#)

Föreläsningen ges digitalt. Länk skickas ut till anmälda några dagar innan.

Med stöd från



LYSEKILS  
KOMMUN



**SUICIDE  
ZERO**

LIVS-  
VIKTIGA  
SNACK

