

BARN SOM KAN PRATA OM KÄNSLOR MÅR BÄTTRE.

Livsviktiga snack, en föreläsning i samarbete med Suicide Zero.

Räddningstjänsten Höga Kusten-Ådalen i samarbete med Kramfors kommun och Sollefteå kommun bjuder in till digital föreläsning - Livsviktiga snack

Föreläsningen innehåller information om

- barnets utveckling
- hur kan vuxna stötta barn som mår dåligt
- copingstrategier - så funkar de och så tränar vi på dem
- hur mår våra barn egentligen
- depression, ångest och npf - vilka tecken finns och var finns hjälp att få
- tips på praktiska övningar att göra tillsammans

Datum: Torsdag 16 maj

Tid: kl. 18.00-19.30

Ingen anmälan krävs

[Klicka här för att delta](#)

Målgrupp för föreläsning

I första hand vårdnadshavare till barn i åldern 9-12 år. Även för dig som vill lära sig mer om hur man stödjer barn att uttrycka hur de mår.

Kontakt:

Nellie.forsvilminko@hka.se

Boken Livsviktiga Snack når snart din brevlåda om det finns ett barn som fyller 9 år i ditt hushåll.