

Förebyggandeteamet

Föreläsningar och workshops



Om förebyggandeteamet

Förebyggandeteamet är en del av Barn- och ungdomshälsan i Region Kronoberg. Vårt mål är att öka kompetensen för att hantera psykisk ohälsa och att främja psykisk hälsa i barnens och ungdomarnas vardag. Vi är ett komplement till, och samverkar med, elevhälsan och primärvården.

Förebyggandeteamet erbjuder kostnadsfri konsultation, handledning och utbildning kring psykisk hälsa.

Föreläsningarna riktar sig främst till dig som jobbar med barn och ungdomar. Föreläsningarna är 1–1.5h långa. Workshoparna är mer interaktiva och riktar sig till dig som jobbar med barn och ungdomar. De är 2–3h långa, antingen vid ett eller flera tillfällen.

Kontakta förebyggandeteamet

Hör av dig till oss: forebyggandeteamet@kronoberg.se.

Du når oss också via telefon på 0470-582642 torsdagar och fredag mellan 8.30-16.00.

När du kontaktar oss kartlägger vi först era behov och önskemål samt tidigare insatser. Tillsammans hittar vi sedan det som passar bäst för just er. Vi ser fram emot att höra av er!

Med vänliga hälsningar
Förebyggandeteamet

Föreläsningar

Föreläsningarna riktar sig främst till den som jobbar med barn och ungdomar. Föreläsningarna varar 1–1,5 timmar.

”Vad är det för fel på mig?”

För dig som är nyfiken på psykisk ohälsa och hur du kan hantera livets utmaningar.

Målgrupp: Ungdomar 13–18 år

Tid: 1 timme

Vad är NPF?

En grundläggande utbildning om neuropsykiatriska funktionsnedsättningar, hur dom uttrycks och hur vi bäst bemöter barn med svårigheter.

Målgrupp: De som jobbar med barn

Tid: 1,5 timme

Psykisk hälsa – Back to basics: Föräldraföreläsning

Vi tittar på våra grundläggande behov som är viktiga förutsättningar för god hälsa.

Målgrupp: Föräldrar

Tid: 1 timme

Psykisk hälsa – Back to basics och vägen framåt

Vi tittar på våra grundläggande behov som är viktiga förutsättningar för god hälsa.

Målgrupp: De som jobbar med barn

Tid: 1.5 timme

Ät! – Hur svårt kan det va?

Lär dig mer om vad ätstörning är och hur vi i vuxenvärlden kan förebygga och upptäcka det i tid.

Målgrupp: Föräldrar och de som jobbar med barn

Tid: 1 timme

Att leva i den digitala världen

Hur påverkar den digitala världen vår hjärna och mående? Och hur hittar vi ett hälsosamt förhållningssätt?

Målgrupp: Föräldrar och de som jobbar med barn

Tid: 1.5 timme

Utveckling genom aktivitet och rörelse

En föreläsning om att förbereda våra barn på kommande utmaningar. Innehåller bland annat rörelseutveckling, stimulera i vardagen, motivation och nyfikenhet.

Målgrupp: Föräldrar och de som jobbar med barn

Tid: 1h

Långvarig, återkommande smärta hos barn och unga

Information om långvarig, återkommande smärta hos barn och unga och hur vi kan skapa förutsättningar för att klara vardagen och en aktiv fritid.

Målgrupp: De som jobbar med barn och unga

Tid: 1–1.5 timme

Interaktiva workshops

Workshoparna riktar sig till de som jobbar med barn och ungdomar. De varar 2-3 timmar, antingen vid ett eller flera tillfällen.

Motivation och målsättning

En interaktiv workshop om hur vi skapar motivation och målsättningsarbete för att främja utveckling och psykisk hälsa.

Målgrupp: De som jobbar med barn

Tid: 3 timmar x 2 tillfällen

Känslostarka barn

En kombinerad föreläsning och workshop med målet att förstå våra känslostarka barn. Detta för att kunna finna ett konstruktivt bemötande, som främjar barnens självbild, utveckling och hälsa.

Målgrupp: De som jobbar med barn

Tid: 2 timmar x 2 tillfällen

”Hur gör vi nu då?”

En workshop om hur ni tillsammans i arbetsgruppen kan främja barns inläring och psykiska hälsa.

Målgrupp: De som jobbar med barn

Tid: 3 timmar x 2 tillfällen

Kontakta förebyggandeteamet

Hör av dig till oss: forebyggandeteamet@kronoberg.se.

Du når oss också via telefon på 0470-582642 torsdagar och fredag mellan 8.30-16.00.

Förebyggandeteamet

Telefon: 0470-582642 (torsdag, fredag 8.30-16.00)

Epost: forebyggandeteamet@kronoberg.se