



Stockholm

Välkommen till föreläsning om psykisk ohälsa hos barn och unga

Stigmat kring psykisk ohälsa är på väg att sakta suddas ut. Psykisk hälsa och ohälsa bland idrottare är en fråga som fått allt mer uppmärksamhet, inte minst i media. Trots detta fortsätter den psykiska ohälsan att öka, och vi vet att det finns perioder i livet som kan vara särskilt tuffa. Inte minst tonårstiden.

Vi på MSOK Friidrott bjuder därför i samarbete med RF-SISU Stockholm och föreningen SHEDO in till en föreläsning om psykisk ohälsa hos barn och unga. Även om ditt barn inte är så gammalt idag att ämnet är relevant nu så kan kunskaperna komma att vara betydelsefulla längre fram.

Tid och plats

Onsdag 28:e september 18:30-20:00 via Zoom.

Om föreläsningen

Träffen är för alla föräldrar och ledare som har aktiva i Mälarö SOK - oavsett sektion. Samt alla aktiva som fyllt eller fyller 13 år i år.

Vi kommer få information om hur vi som anhöriga, ledare eller kompis kan stötta någon som inte mår bra.

Föreläsare är Cassandra Lawrence från föreningen SHEDO som kommer dela med sig av sina erfarenheter av psykisk ohälsa, återhämtning och vägar vidare. Föreläsningen innehåller även faktadelar som framtagits i samarbete med psykologiska institutionen vid Lunds universitet.

Anmälan

Via mail till: friidrott@malarosok.se Senast 26:e september.