



Välkommen på föreläsning i samarbete med Suicide Zero!

Att prata om hur vi mår är det mest förebyggande vi kan göra – det kan rädda liv. Samtidigt är det inte så lätt att veta vad man ska säga och fråga i mötet med någon som mår dåligt. I föreläsningen **Våga fråga** får du lära dig hur du kan agera när du misstänker att någon i din närhet har det svårt.

Våga fråga går igenom aktuella fakta om självmord, vilka varningstecken man ska vara uppmärksam på, utmanar gamla sanningar och myter samt ger praktiska råd om hur man får till ett bra samtal med någon som inte mår bra. Att prata om hur vi mår är det mest förebyggande vi kan göra – det kan rädda liv.

Materialet har tagits fram i samarbete med psykologer, psykiatrer, läkare och forskare.

Ingen förkunskap krävs och vänder sig till alla över 18 år.

Datum och tid: 11 september, klockan 18:00 – 19:30

Anmälan: [Suicide Zeros föreläsning Våga fråga \(anmälan sker till Strömstads kommun\)](#)

Plats: Digitalt via teams. Länk skickas ut efter anmälan.

Kontaktpersoner: Linn Karlsson, Folkhälsostrateg, Munkedals kommun, linn.karlsson@munkedal.se, 0524-181 71 eller Lillan Fahlstedt, Folkhälsostrateg, Tanums kommun, lillan.fahlstedt@tanum.se, 0525-185 13

Arrangörer: Strömstads kommun, Lysekils kommun, Munkedals kommun, Orust kommun, Tanums kommun, Sotenäs kommun, Trollhättan stad, Vänersborgs kommun, Uddevalla kommun, Melleruds kommun, Åmåls kommun, Dals-Eds kommun, Färgelanda kommun och Bengtsfors kommun, i samverkan med Suicide Zero.

**SUICIDE
ZERO**