

## Mer information

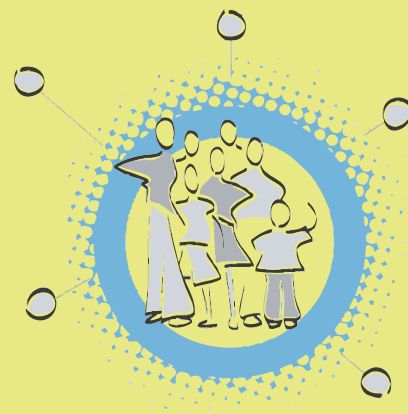
Folkhälsoteamet norra Örebro län

### Susann Cederlund

Tel: 0587-811 64

Mobil: 070-219 39 50

E-post: susann.cederlund@nora.se



## Kontaktuppgifter till samverkanspartners i Föräldrar emellan

### Lindesbergs kommun

#### Elevhälsan

Christian Kokvik

0581-810 38

christian.kokvik@lindesberg.se

Ann-Marie Naulin-Lundin

0581-813 49

ann-marie.naulin-lundin

@lindesberg.se

#### Individ och familjeomsorg

Inger Österberg

0581-812 17

inger.osterberg@lindesberg.se

### Svenska kyrkan

Katrin Holmstrand

0581-888 38

katrin.holmstrand@svenskakyrkan.se

Katarina Wester

0581-88841

katarina.wester@svenskakyrkan.se

### Sensus studieförbund

Liv Andersen

019-19 27 56

liv.andersen@sensus.se

### Studieförbundet

Lisa Karlsson

lisa.karlsson@

studieforamjandet.nu

### Rädda Barnen

Hans Andersson

0730-86 29 24

haan.49@hotmail.com

### Örebro läns idrottsförbund & SISU idrottsutbildarna

Jonas Karlsson

019-17 55 04

jonas.karlsson@olif.se

### Region Örebro län

BVC sköterska

Jessica Andersson

0581-855 57

# Föräldrar emellan

– konsten att vara förälder

## Föreläsningar i Lindesberg våren och hösten 2018

*”En samverkan mellan Lindesbergs kommun och andra aktörer med syfte att stärka och ge trygghet i föräldrarollen”*



Bergslagens Sparbank



Region Örebro län



Svenska kyrkan  
LINDE BERGSLAGS FÖRSAMLING



LINDESBERGS  
KOMMUN

Måndag 5 mars | 18.30–20.30  
Församlingshemmet, Lindesberg

### **Mia Börjesson**

**”Hur blir jag den förälder jag önskar att vara och hur bygger vi självförtroende hos oss själva och våra barn?”**

Ett föredrag om friskfaktorer och möjligheter att lösa de problem som uppstår. Om självbilder och hur vi kan skapa en god självkänsla, om vänskap och fritidsaktiviteternas stora betydelse för hälsan och om ett föräldraskap som skapar glädje och livlust.



*Mia Börjesson är socionom, författare och föredrags-hållare med mångårig erfarenhet av att arbeta med barn och deras närstående.*

Torsdag 3 maj | 18.30–20.30  
Församlingshemmet, Lindesberg

### **Fred Nyberg**

**”Cannabis – en lycksalig väg till fördumning”**

En källa till oro är att tonåringar är extra utsatta för cannabis skadeverkningar. Innan hjärnan är fullt utvecklad vid 25 års ålder är den extra sårbar för påverkan från droger. Vid tidig debut ökar risken för beroende och psykosociala samt psykiatriska bieffekter.



*Fred Nyberg är professor i biologisk beroendeforskning vid Uppsala universitet.*

• Vid varje föreläsning bjuds på fika från kl 18 och då, samt efter föreläsningen finns möjlighet att mingla och träffa olika företrädare för verksamheter med koppling i varje föreläsning.

• Kostnadsfri barnaktivitet erbjuds i angränsande lokal för ditt/dina barn som är mellan 3-12 år. Endas föränmälan; uppge namn, ålder på barn samt vårdnadshavares namn och telefonnummer. **Maila anmälan senast en vecka i förväg till:** katarina.wester@svenskakyrkan.se

**Ingen föränmälan krävs till föreläsningarna, fri entré!**

Tisdag 4 september | 18.30–20.30  
Församlingshemmet, Lindesberg

### **Ullakarin Nyberg**

**”Konsten att rädda liv”**

Många som mår psykiskt dåligt skäms, säger Ullakarin. Men det är inte mer skamligt att drabbas av depression än av diabetes. Båda är sjukdomar som man kan behandla.



Vi har många ord för fysiska plågor, men vi saknar ett språk för det psykiska lidandet. När man inte kan prata om det som händer inombords, låter man också bli att söka hjälp. Jag möter så många som bär sitt lidande alldeles ensamma, utan att säga ett enda ord.

*Ullakarin Nyberg är överläkare vid norra Stockholms psykiatri samt forskare vid Centrum för Psykiatriforskning, Karolinska Institutet. Även författare och medverkar ofta som expert i media kring psykisk ohälsa och suicid.*

Onsdag 7 november | 18.30–20.30  
Församlingshemmet, Lindesberg

### **Lars Dagsson**

**”Barnläkarråd kring vanliga småbarnsbesvär”**

Vi går igenom några vanliga småbarnsproblem och försöker ge svar på frågorna: Vad kan jag göra själv? När ska jag söka hjälp? Vad ska jag vara uppmärksam på? Var får jag rätt hjälp? Vi tar bland annat upp frågor kring feber, andningsbesvär, eksem, allergier, kolik, magbesvär/förstoppning, fetma och vaccinationer. Tid finns för frågor och diskussion.



*Lars Dagsson är barnläkare på barn- och ungdomsmedicinska mottagningen på Lindesbergs lasarett. Lars uppdrag innefattar arbete på barnavårdscentral. Lars har också arbetat som barnläkare i Afrika under olika perioder.*