



FriskOpp på Viken senter 18. oktober kl 09.00.15.00

FriskOpp er et dagskurs for tidligere deltakere på kurset Førstehjelp ved selvmordsfare. Målet med FriskOpp er vedlikehold og utvikling av kompetansen fra Førstehjelp ved selvmordsfare.

Hovedelementene i kurset er:

- Refleksjon over holdninger til selvmord
- Repetisjon av Førstehjelpsmodellen
- Refleksjon og deling av erfaringer med bruk av Førstehjelpsmodellen.
- Praktiske øvelser
- Erfaringer med samarbeid med ressurser i nettverket.

Kurset ledes av sertifiserte kursledere for Førstehjelp ved selvmordsfare som i tillegg er godkjente kursledere for FriskOpp.

Selvordstemaet berører, og kurset utfordrer på mange plan. Dersom du er i en livssituasjon hvor du selv har behov for hjelp med selvmordstanker, anbefaler VIVAT at du oppsøker hjelp og heller deltar på kurs ved en senere anledning.

Kursledere: Anneli Naukkarinen og Siw Rylander

Påmelding: kurs@vikensenter.no

Påmeldingsfrist: 10. oktober

Pris inkl. enkel lunsj og pausebevertning: kr 1500