

ÅPENT KURS

Førstehjelp ved selvmordsfare



Dato: 22. og 23. september 2026 Kl. 08.30 - 16.00 begge dager

Adresse: Hornemannsgården, Kongens gate 7, 7004 Trondheim

Selv mord er et komplekst samfunnsproblem. Mange kan lære å gi førstehjelp ved selvmordsfare. Kurset gir handlingskompetanse som kan bidra til å redde liv.

Om Førstehjelp ved selvmordsfare

På kurset får du mulighet til å bli mer bevisst dine egne holdninger til selvmord. Kurslederne gjennomgår kunnskap om selvmordsatferd og viser en modell for intervensjon ved selvmordsfare. Vi øver på å bruke modellen.

- Du lærer å:
 - oppdage mennesker som har det vanskelig og kan være i selvmordsfare
 - stille direkte spørsmål om selvmordstanker
 - hjelp personen i selvmordsfare til å snakke om det som er vanskelig
 - arbeide med usikkerhet om å leve eller dø
 - lage og iverksette en plan med vedkommende, hvor målet er å berge liv
 - bruke hjelperessurser i lokalsamfunnet

Kurset bruker ulike læringsmetoder som forelesning, film, diskusjon, erfaringsutveksling, praktiske øvelser og arbeid i grupper. **Kurset er prosessorientert og har en faglig og pedagogisk oppbygning som krever full deltakelse begge kursdagene.**

Førstehjelp ved selvmordsfare undervises av godkjente kursledere. Vivat har ansvar for utdanning av kursledere og kvalitetssikring av kurset. Kurset er utviklet av LivingWorks i Canada og brukes internasjonalt under betegnelsen ASIST, Applied Suicide Intervention Skills Training.

LEVE Sør-Trøndelag arrangerer kurset som del av sitt selvmordsforebyggende arbeid. Det er gratis å delta, men bindende påmelding. Spørsmål: Eva Steinkjer 48029612

[Påmelding her.](#)

Velkommen på kurs!

Selv mordstemaet 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.

Mer info. om kurset og Vivat finnes på
<http://www.vivatselvmondsforebygging.net/>

Vivat selvmordsforebygging
Universitetssykehuset Nord-Norge
P.b. 6124, 9291 Tromsø
vivat@unn.no
www.vivatselvmondsforebygging.net

