



# Föreläsning: Mia Börjesson

Mia är utbildad socionom, har examen i Handledning i psykosocialt arbete vid Göteborgs Universitet samt en master i socialt arbete, med mångårig erfarenhet av att arbeta med tonåringar och deras närstående enskilt och i grupp. I tjugo år arbetade hon som klinisk socionom inom kommunal verksamhet, bland annat som ungdomssekreterare och kurator på ungdomsmottagning

Kan vi "vaccinera" våra barn/tonåringar mot psykisk ohälsa och går det att bygga ett psykologiskt immunförsvar?

Föreläsningen innehåller kunskap om känslor och hur vi kan hantera starka känslor om hur vi kan skapa förutsättningar för psykisk hälsa om hur viktig vänskap och gemenskap är för hälsan

Målgrupp: Ridlärare på Nordhallands ridklubb och föräldrar med ungdomar i föreningen.

**Max 35 personer, först till kvarn!**

**Lördag den 18/11**

**Tid: Kl.14-16**

**Plats: Teorisaalen  
på NHRK**

**► Anmäl dig här senast 10/11**

**Om det inte går att anmäla på  
länken maila**



**Kontaktperson**

Lisa Fallhagen, [lisa.fallhagen@rfsisu.se](mailto:lisa.fallhagen@rfsisu.se)



**Halland**