Invitasjon til kurset

Førstehjelp ved selvmordsfare

Dato: 30 november og 1 desember 2026

Kl. 08.00 - 15.30 begge dager

Adresse: Kommunestyresalen, rådhuset, Onøy

Selvmord 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
- hjelpe 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.

Kurset er svært relevant for personer som gjennom jobb eller verv møter mennesker i sårbare livssituasjoner, **kurset er gratis.**

Mer info. om kurset og Vivat finnes på http://www.vivatselvmordsforebygging.net/

Påmelding innen 13/11 til: malin.nordaas@luroy.kommune.no

Det vil bli mulighet til å kjøpe lunsj.

Velkommen på kurs!

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

Selvmordstemaet 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.