

**25 mars kl. 18.30-21.00**  
**Lokal: Navet (Öckerö**  
**bibliotek)**  
**Sockenvägen 4**  
**Föreläsare: Mia Börjesson**

**FÖRÄLDRAR**  
**EMELLAN**  
& andra vuxna

## Hur vi bygger ett psykologiskt immunförsvar för våra unga

**Populära Mia Börjesson kommer återigen till Öckerö, denna gång för att prata om hur föräldrar och andra vuxna kan lära barn och unga om stresshantering. Varje gång Mia varit här har hon fått högsta poäng av publiken.**



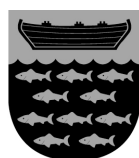
Hur kan vuxna skapa friskfaktorer, skyddsfaktorer och problemlösningssmodeller för våra unga?

Du som förälder eller annan viktig vuxen får under föreläsningen med dig kunskap om stress och återhämtning, modern hjärnforskning och kreativa verktyg för att hantera livsstress i olika situationer.

Varmt välkommen!

**Föranmäl dig:** [www.ockero.se/anmalanfe](http://www.ockero.se/anmalanfe)

*Samtliga föreläsningar inom Föräldrar Emellan & andra vuxna är kostnadsfria. Vi bjuder på frukt i pausen. För mer information om föreläsningen, kontakta Tora Wilhelmsson, 031- 97 64 67*



ÖCKERÖ KOMMUN



VÄSTRA  
GÖTALANDSREGIONEN



Studieförbundet  
Vuxenskolan