



# PSYKISK LIVRÄDDNING

*Grundutbildning i suicidprevention för arbetsplatsen*

Om någon drabbas av hjärtstopp finns hjärt-lungräddning, men hur gör vi för att hjälpa när någon mår psykiskt dåligt på arbetsplatsen?

## **Psykisk Livräddning Arbetsplats**

2 timmar

Denna föreläsning riktar sig till arbetsplatser som vill inkludera suicidprevention i sitt systematiska arbetsmiljöarbete.

### **Delar av innehållet:**

- Vad suicidalitet är och hur kan det förklaras.
- Hur man kan fråga om självmordstankar och ta hand om svaret.
- Strategier för att kunna trygga, trösta och återupprätta sig själv.
- Var stöd och hjälp finns att få.

Vi erbjuder också ett upplägg på 3-4 timmar som ger mer tid för diskussion och där vi går igenom rutiner vid suicidalitet på arbetsplatsen.

**Kostnad:** Från 7000 kr/timme  
momsfritt.

**För frågor, offert och bokning:**  
[info@suicidprev.se](mailto:info@suicidprev.se)

SPIV är en religiöst och politiskt obunden förening som sedan 1997 arbetar för att minska antalet självmord i Sverige.

Vi har sedan 2008 erbjudit utbildning inom området suicidprevention. Med vårt kurskoncept Psykisk Livräddning (PLR) utbildar vi cirka 6000 personer varje år.

**Läs mer:** [suicidprev.se](http://suicidprev.se)