Invitasjon til kurset

**Oppmerksom på selvmordstanker, OPS!**

Kurset arrangeres i samarbeid mellom prosjektet «OPS! til elever i videregående skole» og

Guri Kunna videregående skole, skolested Frøya.

Vi kjører skoleåret 24/25 kurs for alle ansatte, foresatte og tilpassete elevkurs for vg2 og vg3-elever. Vi har gjennomførtkurset for alle ansatte, og inviterer nå alle foresatte. Denne invitasjonen gjelder for foresatte skolested Hitra. Vi kjører ett kurs på Hitra (14.01) og ett på Frøya (16.01) – dere kan møte der det er mest praktisk.

Dato: 14.01.24 - kantina

Tid: kl. 16.00 – 19.00

Adresse: Guri Kunna avd.Hitra - kantina

Mange kan bidra til å forebygge selvmord. Kurset gir økt oppmerksomhet på selvmordstanker og verktøy for hvordan du kan gi innledende hjelp.

**På kurset lærer du å:**

* oppdage mennesker med selvmordstanker
* bruke de fire trinnene: fortell, spør, lytt og sørg for sikkerhet til å hjelpe personen med selvmordstanker i kontakt med en som kan gi førstehjelp ved selvmordsfare/videre hjelp

Kurset bruker ulike læringsmetoder som forelesning, film, diskusjon og praktiske øvelser.

OPS! 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 safeTALK.

**Velkommen!**

*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.*