



221206

Psykisk ohälsa

Inom Skoghalls Innebandy skall alla känna sig välkomna. Vi vill verka för en trygg miljö för aktiva, ledare och publik.

För att leva upp till målet att erbjuda trygg idrottsmiljö finns ibland behov av information, utbildning och reflektion.

Vi möter alla situationer där vi behöver hantera psykisk ohälsa. För att på bästa möjliga sätt kunna hantera dessa situationer arbetar vi för ökad kunskap och hänvisar till Folkhälsomyndighetens utbildning Ledare som lyssnar.

Ledare som lyssnar

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/ledaresomlyssnar/till-utbildningen/>

Den består av fyra delar om vardera 15-20 minuter och är väldigt lämplig att använda som studiecirkelmateriel, de fyra delarna handlar om:

- Vad är psykisk hälsa
- Hur kan du stärka psykisk hälsa
- Hur kan du upptäcka att någon mår dåligt
- Hur du lyssnar och ger stöd

Ett eller flera ledarteam kan arrangera egna studiecirkelar inom ramen för arbetet med Trygg idrottsmiljö.

Kontaktpersoner:

Klubbchef, Markus Linryd, markus@skoghallsinnebandy.se. 070-4821852.

Ordförande, Martin Olander, ordforande@skoghallsinnebandy.se. 070-6215505.

Man kan även vända sig till ungdomsgruppen gällande frågor om ungdomsverksamheten.

Ungdomsgruppen: ungdom@skoghallsinnebandy.se