

DET HANDLAR OM LIVET

9
september

09.00
- 15.00
(Fika från
08.30)

Läns-
sjukhuset
Ryhov
Jönköping

Live-
sändning

Anmäl dig
[HÄR](#)
(deltagande
på plats)



Välkommen till konferensen Det handlar om livet – en dag om psykisk hälsa och suicidprevention

Fokus kommer att vara på den nya nationella strategin **Det handlar om livet**. Under dagen lyfts viktiga insatser och ny kunskap inom området psykisk hälsa och suicidprevention. Du får ta del av hur olika aktörer kan bidra till att främja psykiskt välbefinnande, förebygga suicid och ge stöd till både drabbade och närstående.

Dagen riktar sig till dig som i ditt arbete möter människor – inom hälso- och sjukvård, socialtjänst, skola, fritid eller i din roll som chef eller politiker.

Konferensen arrangeras både fysiskt och digitalt och är kostnadsfri. Konferensen är en del av Suicidpreventiva veckan.

- **Plats:** Länssjukhuset Ryhov i Jönköping, konferensrum Aula, plan 4. [Anmälan](#) senast den **2 september 2025**.
- [Länk livesändning](#) (ingen anmälan)

Föreläsare:



Karin Schulz, regeringens nationella samordnare för suicidprevention

Suicidprevention behöver ske överallt

Karin presenterar den nya nationella strategin *Det handlar om livet* och hur

hela samhället – från skola till vård – behöver samverka för att främja psykisk hälsa och förebygga suicid.



Håkan Karlsson, folkhälsoutvecklare, Region Jönköpings län

Hbtqi, normer och bemötande

Hur påverkar normer vår psykiska hälsa? Håkan talar om diskrimineringens

konsekvenser för hbtqi-personer – och hur vi tillsammans skapar tryggare miljöer för alla.



Anders Håkansson, professor i beroendemedicin, Lunds universitet

Hur spelande med och utan pengar orsakar beroende

Spel om pengar och dataspel ur ett barn- och ungdomsperspektiv. Hur kan skola, vård och samhälle agera för att förebygga spelberoende och psykiska besvär hos unga?



Elin Fröding, fil.dr, psykiater och chefläkare

Prata om suicidalitet

Hur kan vi tala om suicidalitet och hjälpa den suicidnära personen att hantera sin situation? Elin delar med sig av en samtalsmodell för att möta, förstå och stödja på ett respektfullt och effektivt sätt.



Zacharias ambassadör för Hjärnkoll

Från självhat till självkärlek

Zacharias berättar om sin livsresa genom könsdysfori och borderline/EIPS. En gripande berättelse om att våga vara sig själv trots fördomar och samhällets osynliga krav.



Thomas Westerberg, doktorand i psykologi, Göteborgs universitet

Varför spelar vissa människor för mycket?

Föreläsningen belyser spelsug (craving) och dess koppling till spelproblem, psykisk ohälsa och personlighet. Vad påverkar mest och kan craving förutse problematiskt spelande?

DET HANDLAR OM LIVET



Schema för dagen

8:30-9:00 Fika

9:00-9:45

Suicidprevention behöver ske överallt

Karin Schulz, regeringens nationella samordnare för suicidprevention

9:55-10:40

Prata om suicidalitet

Elin Fröding, fil.dr, psykiater och chefläkare

Pausaktivitet

10:50-12:15

Hbtqi, normer och bemötande

Håkan Karlsson, folkhälsoutvecklare, Region Jönköpings län

Kort paus

Från självhat till självkärlek

Zacharias ambassadör för Hjärnkoll

12:15-13:15 Lunch ordnar du själv

13:15-14:30

Hur spelande med och utan pengar orsakar beroende

Anders Håkansson, professor i beroendemedicin, Lunds universitet

Kort paus

Varför spelar vissa människor för mycket?

Thomas Westerberg, doktorand i psykologi, Göteborgs universitet

14:45 Avslutning

Kontakt:

Eva-Lena Julin Rydbo, Länsstyrelsen Jönköping, eva-lena.rydbo@lansstyrelsen.se

Jackline Edén, Kommunal utveckling, jackline.eden@rjl.se

VÄLKOMMEN!