



KOSTNADSFRI FÖRÄLDRAFÖRELÄSNING OM UNGAS SEXUELLA HÄLSA

Vad ska man säga? När ska man börja? Vilken kunskap är viktigast?

Tonårstiden är en händelserik och omvälvande period för våra barn, men också för föräldrar. Många vuxna som har tonårsbarn efterfrågar stöd i föräldraskapet. Dessutom känner många vuxna en osäkerhet kring hur man kan stötta sitt barn rörande teman om kroppen, sexualitet och relationer.

Smittskydd Sörmland och RFSU Stockholm har under 2025 ett samarbete som syftar till att ge kunskap samt vägledning åt föräldrar och andra viktiga vuxna i frågor som rör ungdomar och sexualitet. Insatsen består av kostnadsfria föreläsningar för föräldrar på skolor eller andra organisationer i Sörmland.

Teman som föreläsningarna innehåller är:

- Ungas sexualitet och hälsa
- Säkrare sex och hiv/STI
- Samtycke och ömsesidighet
- Hur ungas sexuella hälsa främjas genom förtroendefulla samtal i familjen

I forskning om ungdomars hälsa är det en sak som är tydlig: goda relationer till stöttande vuxna har stor betydelse för hur barn och unga mår och utvecklas. Föräldrar kan bidra till att tonåringen får en bra start på sin väg in i sexualiteten och vuxenlivet genom att finnas där för att ge kunskap och stöd.

PRAKTISK INFO

De teman och förslag som vi tar upp under föreläsningen baserar sig på RFSU:s många år av möten med unga och föräldrar samt forskning och rapporter från myndigheter och civilsamhället.

Föreläsningen är 2 timmar lång och leds av två föreläsare. Vi håller gärna till i era lokaler och behöver tillgång till projektor med ljud för att kunna visa powerpoint och ett par korta filmer. Föreläsningen ges på kvällstid.

En kontaktperson behöver hjälpa till att sprida information om föreläsningen till föräldrar och viktiga vuxna samt ta emot anmälningar.

Det behöver vara minst 15 anmälda deltagare för att föreläsningen ska genomföras. Skolor/organisationer får gärna samarbeta och erbjuda föreläsningen tillsammans.

Följande datum är tillgängliga för bokning av föräldraföreläsningen under 2025 (vid önskemål om andra datum kontakta oss, genomförs i mån av tid):

Maj: 12, 13, 19, 22

Juni: 2, 3, 5

September - december: ange valfritt önskat datum

Deltagarna på föreläsningarna kommer att få ett materialpaket med informationsbroschyrer, litteratur, hänvisningar till vård och andra stödfunktioner, mm.

Föreläsningarna och materialet är kostnadsfritt tack vare stöd från Myndigheten för familjerätt och föräldraskapsstöd (MFoF).

KONTAKT

Vill du boka en föreläsning för föräldrar och viktiga vuxna? Anmäl ditt intresse här: <https://forms.gle/DEDji7E9jY5KJyFx6> eller hör av dig till ellen.nordlund@rfsu.se

FÖRÄLDRARS ORD OM FÖRELÄSNINGARNA

“Mkt bra input hur man ska inleda samtal om sex, relation och samtycke. Jag hoppas skolan bokar er för workshop framöver. Ni var bra på detta. Ni gav kraft i viktiga frågor. Jag som förälder blev också mer lugn att bli påmind om att våra unga är kloka.”

“Bra filmer, bra att se ungdomar, bra presenterat”

“Att det verkar enklare att prata med barnet än jag trott”

OM PROJEKTET

Föreläsningen är ett samarbete mellan RFSU Stockholm och Smittskydd Sörmland.

Läs gärna mer om RFSU:s föräldraskapsstödjande insatser: www.rfsu.se/foralder. Där kan ni även ta del av ett film- och poddmaterial med ungdomar som reflekterar kring hur de vill att föräldrar och andra anhöriga ska närma sig och prata om frågor som rör sexualitet, kroppen och relationer med dem.



Här hittar du podden som ungdomarna (15-18 år) har spelat in.

Här hittar du filmer som barnen och ungdomarna har skapat.

OM RFSU

Riksförbundet för sexuell upplysning, RFSU, är en ideell organisation för sexualupplysning och sexualpolitik, som har funnits sedan 1933. Genom kunskap, engagemang och påverkan bidrar RFSU till en värld där alla människor är fria att bestämma över och njuta av sin kropp och sin sexualitet.