

BRA - Barns rätt som anhöriga

Rätt att veta

Du har rätt att ställa dina frågor. Du har rätt att få information om det som påverkar dig.

Rätt att få hjälp

Du har rätt att få hjälp om du behöver. Det kan vara att prata med någon, få information på nätet och att veta att det finns andra som är i samma situation.

Rätt att må bra

Du har rätt att må bra och känna dig trygg. Det är inte ditt ansvar att lösa problem som kan finnas i din familj.

Rätt till skola, fritid och vila

Du har rätt att fokusera på skolan och dina läxor. Du har rätt att träffa vänner och göra saker som du tycker är kul, eller bara ta det lugnt.

Rätt att säga vad du tycker och att bli lyssnad på

Föräldrar och andra vuxna ska lyssna på dig. Du har rätt att säga vad du tycker och hur du vill ha det.

Allt det här kan du prata mer om i ett BRA-samtal!



Stiftelsen
Allmänna Barnhuset



Region
Östergötland

Om BRA-samtal

För dig som är 7-18 år



Dina frågor

Ditt liv

Dina rättigheter

Hej!

BRA-samtal är för dig under 18 år med någon i din familj som har en fysisk sjukdom eller funktionsnedsättning.

I ett BRA-samtal får du möjlighet att prata med någon utanför familjen om dina frågor och hur du mår och har det.

BRA-samtal är till för att

- Du ska få information och svar på dina frågor
- Du ska kunna få den hjälp du behöver
- Vuxna ska lyssna på dig

Tips från andra barn och unga

"Gå inte och bär på något dåligt"

"Känn inte någon skuld"

"Du ska veta att det finns någon som också känner som du!"

"Våga ha hopp!"

"Ha någon att prata med!"

"Tveka inte att skaffa hjälp."

"Du ska ha kul!"

"Tyck inte att det är pinsamt."

"Var din egen vän."

Hur funkar det?

Först får du lite mer information om BRA-samtal, så att du kan bestämma själv om det är något du vill. Sen fortsätter samtalen - det kan bli ett eller flera.

Du bestämmer vad du vill prata om, och om du vill ha med någon på samtalen!

Vill du veta mer?

Hör av dig till:

Namn:

.....

Telefon/E-post:

.....

.....

Jobbar på:

.....

.....

Känner du till dina rättigheter?

