

10 september – internationella suicidpreventiva dagen

Aldrig släppa taget - Med Frida & Tilda Boisen

Om psykisk ohälsa, familjekris och vägen vidare

Frida och Tilda Boisen tar med publiken på en djupt personlig och samhällsrelevant resa.

Med ärlighet och närvaro skildrar de hur psykisk ohälsa drabbar familjer och vad som krävs för att hitta tillbaka. Föreläsningen är en väckarklocka men också ett hoppfullt bevis på vad som är möjligt. Den ger röst åt unga som lider och föräldrar som kämpar, men också åt kärleken som aldrig släpper taget.

Föreläsningen bygger på boken *Aldrig släppa taget* som är en berättelse på liv och död. Med obevlig ärlighet berättar Frida och Tilda om en familjekris som kunde ha slutat i tragedi. Deras gemensamma röst lyfter skam, skuld och frustration över ett system i kris. Samtidigt visar de att det finns en väg tillbaka genom kärlek, förståelse och kampvilja.

En föreläsning som skapar hopp och förändring

Föreläsningen berör, väcker känslor och öppnar upp för viktiga samtal. Det är en berättelse om mod att berätta det svåraste, men också om kraften i att aldrig ge upp. Genom att blanda personliga erfarenheter med samhällsanalys ger Frida och Tilda en röst åt de som sällan får höras. Resultatet är en stark, verklighetsförankrad föreläsning som gör skillnad.

Frida och Tilda berättar personligt om psykisk ohälsa, självmordsförsök och hur man kan ta sig vidare som familj. De ger röst åt unga i kris och visar vad som händer när hjälpen från samhället uteblir. Föreläsningen belyser tabun, brister och möjligheter med fokus på hopp, samtal och livsviktig förändring.

Om Frida och Tilda Boisen

Frida Boisen är journalist, författare och föreläsare. Hon har varit chefredaktör, programledare och krönikör i Aftonbladet och Expressen. Hon har gett ut de självbiografiska böckerna *Berätta aldrig det här* och *Du är inte längre min dotter* och blev utsedd till Årets berättare 2023.

Tilda Boisen är författare och föreläsare. Hon har skrivit boken *Aldrig släppa taget* tillsammans med sin mamma Frida. De driver också podden *Berätta alltid det här*, där de lyfter ämnen om psykisk ohälsa och tabu.



Torsdag 10 september 2026

kl. 14.00-15.30 Föreläsning för medarbetare inom Härryda kommun

kl. 18.00- 19.30 Kostnadsfri föreläsning för allmänhet

Plats: Mölnlycke kulturhus, stora salen

Mer information och information om anmälan kommer under våren.

Kontakt ulrika.aebeloe@harryda.se