



2018-12-21 13:35 CET

## **Nu släpper Rädda Barnen Safe Place – en flerspråkig app till barn och unga som upplevt trauma**

**Rädda Barnen är stolta över att presentera Safe Place, en app för barn och ungdomar som lider av konsekvenserna av traumatiska upplevelser.**

Safe Place är ett verktyg som kan användas för att lindra traumarelaterade svårigheter såsom stark stress, känslor av oro, ångest eller sömnsvårigheter. Den är skapad för alla unga som lider av konsekvenserna av trauma, med en särskild önskan om att nå ut till alla de barn och ungdomar som av olika anledningar har svårt att få tillgång till vård, till exempel ensamkommande och papperslösa.

Behovet av ett konkret verktyg för traumatiserade barn har uppmärksammats av många; personal på hvb-hem, skola, inom vården, den ideella sektorn samt hos barnen själva.

- Ofta möter vi frustration och en känsla av att inte räcka till hos de personer som finns och arbetar runt dessa målgrupper. Vi vill dock påpeka att appen inte ersätter, och är inte i sig självt en behandling, utan främst ett hjälpmedel, förklarar Sofia Bidö, chef för Rädda Barnens centrum för stöd och behandling.

I Safe Place finns tre konkreta övningar som kan lugna och hjälpa i stunden men också, vid regelbunden användning, på längre sikt. Safe Place innehåller även kunskap om traumarelaterade symptom och svårigheter, vilket är en viktig del i att hjälpa barn och unga att förstå sina reaktioner och sitt mående. Det finns också möjlighet att stötta andra användare och att känna gemenskap med andra som använder appen. Safe Place ges ut på fem språk: svenska, engelska, persiska, arabiska och somaliska.

- Det finns en förhoppning om att kunna bygga vidare på appen med nya övningar, fler funktioner och ytterligare språk, berättar Lina Cagérus Barucija, psykolog och projektledare.

Safe Place är skapad av psykologer och psykoterapeuter på Rädda Barnen i samarbete med ustwo digital product studio.

- Vi ser stora utvecklingsmöjligheter med appen. I framtiden hoppas vi kunna använda verktyget internationellt, t ex för vår verksamhet för barn på flykt, avslutar Sofia Bidö.

---

*[Rädda Barnen](#) är en politiskt och religiöst obunden folkrörelse med verksamhet både i Sverige och internationellt. Med Barnkonventionen som grund arbetar vi för att barn ska få det bättre och för att barns rättigheter ska respekteras.*

Följ oss på:

[Twitter](#)

## Kontaktpersoner



### **Rädda Barnens pressjour**

Presskontakt

Tillgänglig för journalister mellan klockan 08.00 och 20.00.

[press@rb.se](mailto:press@rb.se)

08-698 90 90



### **Anne Thorngren**

Presskontakt

Pressekreterare

Svenska frågor

[anne.thorngren@rb.se](mailto:anne.thorngren@rb.se)

0723-57 67 56



### **Åsa Runström Awad**

Presskontakt

Pressekreterare

Internationella frågor

[asa.runstrom.awad@rb.se](mailto:asa.runstrom.awad@rb.se)

0733-55 34 33



### **Oskar Kollberg**

Presskontakt

Pressekreterare

Internationella frågor

[oskar.kollberg@rb.se](mailto:oskar.kollberg@rb.se)

0733 55 34 15



### **Oscar Nelson**

Presskontakt

Pressekreterare

Presskontakt till generalsekreterare Åsa Regnér

[oscar.nelson@rb.se](mailto:oscar.nelson@rb.se)

072-454 54 85