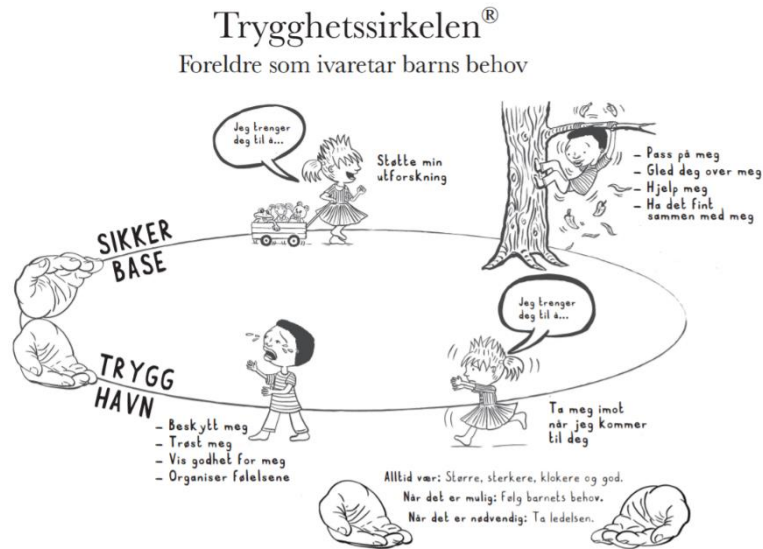




Familiens hus ønsker velkommen til COS kurs – foreldre til barn 0-6 år:



Alle foreldre opplever at foreldrerollen kan være vanskelig noen ganger. Enten du har en liten baby, en bestemt tre-åring eller en ti-åring på full fart inn i puberteten. Vi ønsker å gi foreldre verktøy som er til hjelp i hverdagen, et «veikart» som gir retning. I trygghetssirkel-kurset får du hjelp til å vite hvordan du kan håndtere vanskelige situasjoner, og råd om hvordan du kan hjelpe barnet ditt med følelser eller situasjoner det strever med. Det legges vekt på:

- Hvordan man kan tolke barnets behov
- Regulering og forståelse av barnets følelser
- Takle egen frustrasjon når barnet oppfører seg utfordrende

Vi tenker ikke at dette er et kurs bare for de foreldrene som opplever å ha krevende barn, men et kurs som er nyttig for alle småbarnsforeldre. Velkommen til kurs!

For hvem: For alle foreldre til barn i **alderen 0-6 år**

Vi anbefaler at begge foreldrene deltar, men det er ikke en forutsetning.

Når: Hver **mandag** i 6 uker fra og med **9. oktober; kl 16.30-18.30 hver gang**
Er det vanskelig for dere å få barnevakt? Ta kontakt med oss, så prøver vi å finne en god løsning!

Hvor: **Familiens hus**

Det blir kurs hvis nok påmeldte.

Det er en fordel at man har mulighet til å møte på alle kursdagene, fordi temaene bygger på hverandre.

Kurset er gratis.

Påmeldingsfrist: Innen 29. september

Påmelding sendes til: line.larsen@froland.kommune.no