

«TRYGG OG TILSTEDE» foreldrekurs

Trygg og tilstede foreldrekurs er for deg som har barn mellom 4 og 12 år, og som ønsker et trygt og godt forhold til barnet ditt. Her vil du kunne få en økt forståelse, utvidet kunnskap og konkrete tips til hvordan du kan være trygg og tilstede for barnet ditt. På kurset får du muligheten til å reflektere og dele erfaringer med andre foreldre.

Kurset er 4 samlinger à 1.5 time pr gang og kurset foregår på dagtid (14:30 – 16:00) i Mysen, Ordfører Voldens vei 1 (Hegglin 1)

I tillegg til de fire samlingene har vi et tilbud for deg som har barn med funksjonsnedsettelse og/eller spesielle behov. Samlingen tar sikte på å gi informasjon om rettigheter og tilbud i kommunen (14:30 – 16:30 i Mysen).

Du kan delta på de fire første, alle fem eller kun den siste samlingen. Alle samlingene er i regi av Familieteamet i Indre Østfold kommune.

Når:	Tema:	Innhold:
Samling 1 Dato:02.09.25 Kl:14.30-16	Foreldrerollen- hva er viktig for deg?	Mål og forventinger Foreldrestiler Mønstre i omsorgsgivningen Hvordan henger ting sammen?
Samling 2 Dato:09.09.25 Kl:14.30-16	Foreldre virker	Egenomsorg i tidsklemma Følelseskompasset Hvordan forstå egne og barnets følelser
Samling 3 Dato:16.09.25 Kl:14.30-16	Foreldre virker	Ledelse i foreldrerollen - når barneuttrykket blir utfordrende. Problemløsning Skjerm og digital hverdag
Samling 4 Dato:23.09.25 Kl:14.30-16	Trygge barn Fremtidsplan- Hva blir viktig for dere fremover	Selvtillit og selvfølelse Nettverk- ressurser for meg og for barnet mitt
Samling 5 Dato:07.10.25 K.l:14.30-16:30	Barn med funksjonsnedsettelse og/eller spesielle behov.	Utredning Behandling Rettigheter

De fire første kursdagene holdes av Morten Branes, Stine B.Windt og Monica Hektoen.

Dag fem blir holdt av Nina Sundstrøm

