



TYNSET KOMMUNE

HELSESTASJON OG SKOLEHELSETJENESTEN

Helsestasjonen ønsker velkommen til trygghetssirkel kurs:



Alle opplever i perioder at forelderrollen kan være vanskelig. Det gjelder enten du har en liten baby, en trassig 3-åring eller en 10 åring på full fart inn i puberteten. Vi ønsker å gi foreldre verktøy som kan være til hjelp i hverdagen. Det legges vekt på:

- Hvordan man kan tolke barnets behov
- Forstå barnets (store)følelser
- Takle egen frustrasjon når barnet oppfører seg utfordrende.

Helsestasjonen setter opp kurs i April 2021

For hvem:	Foreldre til barn i alderen 0-12 år Vi anbefaler at begge foreldre deltar, men det er ikke en forutsetning.
Når:	Mandager kl.19.00-20.30. 7 kurskvelder med oppstart 19.april- t.o.m 14.juni (mandag 17.5 og 24.5 utgår)
Sted:	Loftet (kulturhuset) Kurset er gratis. Max 10 personer.

Temaene i kurset bygger på hverandre, så det er viktig å prioritere alle kursdagene.

Påmeldingsfrist: innen 15.april 2021

Det er forbehold om at det er nok påmeldte for å starte opp kurset.

For påmelding – kontakt helsestasjon ved: Karin Brekken, sykepleier, tlf 47485107
karin.brekken@tynset.kommune.no