

På bølgelengde med barnet

(Tuning in to Kids/Tuning in to Teens)

Kurs om emosjonsveiledende foreldrestil

Et foreldreveiledningskurs som går over 6 ganger for foresatte til barn (6-12 år) eller ungdom

Vil du lære mer om hvordan du kan:

- Bli bedre til å snakke med barnet ditt?
- Bli bedre til å forstå barnet ditt?
- hjelpe barnet ditt til å håndtere følelser?
- Bidra til å forebygge atferdsproblemer hos barnet ditt?
- Lære barnet ditt å håndtere konflikt?

På bølgelengde med barnet viser deg hvordan du kan hjelpe barnet ditt med å utvikle emosjonell kompetanse. Barn med høyere emosjonell kompetanse:

- Er ofte bedre på å få og beholde venner
- Har bedre konsentrasjon på skolen
- Er bedre på å roe seg ned når de er urolige eller sinte
- Har ofte færre sykdommer

Kurs denne våren

Kurs 1 – Tuning in to Kids

Mandager fra 27. januar kl. 18.00 – 20.00

Oppmøte på helsestasjonen (3. etasje)

Kurset har pause i uke 7 og 8, og avsluttes 17.mars.

Kurs 2 – Tuning in to Kids

Tirsdager fra 4. februar kl. 18.00 - 20.00

Oppmøte i 3. etasje på helsehuset

Kurset har pause i vinterferien (uke 8) og avsluttes 18. mars

Kurs 3 – Tuning in to Teens

Tirsdager fra 11. februar kl. 17.30 – 19.30

Oppmøte i 3. etasje på helsehuset

Kurset har pause i vinterferieuka og avsluttes 25. mars

Hvor: Kursene holdes på **Helsehuset i Bjørkelangen**

Kursholderne er helsesykepleiere, spesialpedagoger og familieveiledere i kommunen

Påmelding: via hjemmesiden til Aurskog-Høland kommune (Tilbud til barn, unge og familier), eller via denne linken: <https://forms.office.com/e/jgyi3gy6fM>

Kontakt for spørsmål: Hilde Høgne (hilde.hogne@ahk.no eller tel. 940 11 373)





**Aurskog-Høland
kommune**

Muligheter, miljø og mangfold

Tuning in to
Kids 

Påmelding til TIK/TINT-kurs vår 2025

