



Oversikt over foreldrekurs i Nes kommune, 2020

2020	Kurs	Tidspunkt
Januar	Foreldreforberedende kurs Trygghetssirkelen – Foreldrekurs (COS-P)	Dagtid Kveldstid
Februar	Barnas tanker og følelser Fortsatt foreldre	Kveldstid Ved forespørsel*
Mars	Foreldreforberedende kurs Trygghetssirkelen – Foreldrekurs (COS-P)	Dagtid Dagtid
April		
Mai	Foreldreforberedende kurs	Dagtid
Juni		
Juli		
August	Foreldreforberedende kurs Trygghetssirkelen – Foreldrekurs (COS-P)	Dagtid Kveldstid
September	Barnas tanker og følelser	Ved forespørsel*
Oktober	Foreldreforberedende kurs Trygghetssirkelen – Foreldrekurs (COS-P)	Dagtid Dagtid
November	Foreldreforberedende kurs Fortsatt foreldre	Dagtid Ved forespørsel*
Desember		

**Ved forespørsel: Tidspunkt er fleksibelt. Avhenger av ønsket til påmeldte deltakere.*

Utfyllende informasjon om kursene finnes på kommunens nettsider.

Kursene er gratis.

Velkommen til oss!



Kursnavn: Foreldreforberedende kurs

For hvem: Foreldre som venter barn

Hensikt/Tema: Forberedelse på hva som venter blivende foreldre: Fødsel, amming og samspill med barnet

Antall ganger: 3 samlinger

Tidspunkt: Fredager 13.30-15.00

Hvor: Familiens Hus

Kursholdere:



Rona Bach-Gransmo
Jordmor



Line-Therese Kristoffersen
Familiekonsulent



Wibeke Arnesen
Jordmor

**Påmeldings-
informasjon:** Henvendelse til Familiens Hus: 66 10 45 00



Kursnavn: Trygghetssirkelen - Foreldrekurs (COS-P)

For hvem: Foreldre/foresatte med barn i førskolealder (0-6 år)

- Hensikt/Tema:**
- Lære å se barnets behov, forstå barnets signaler og hvordan dekke behovene på en god måte.
 - Lære hvordan gjøre barnet trygt og godt rustet til å møte livets utfordringer
 - Bedre samspillet mellom barn og foresatte

Antall ganger: 8 samlinger á 1,5 timer

Tidspunkt: Oppstart i august, oktober, januar og mars.

Hvor: Familiens Hus

Kursholdere:



Mona K. Åsberg
Barnehagelærer



Line-Therese Kristoffersen
Familiekonsulent



Ellen B. Johnsen
Helsesykepleier



Vibeke L. Rosland
Helsesykepleier



Marit Schau
Helsesykepleier

**Påmeldings-
informasjon:**

Henvendelse til Familiens Hus: 66 10 45 00



Kursnavn:

Fortsatt foreldre

For hvem: Foreldre som har vært gjennom samlivsbrudd

Hensikt/Tema:

- Å skape et godt nok samarbeid med ekspartner som er til det beste for barna
- Få tips om hva som fungerer godt og mindre godt i et fortsatt foreldresamarbeid.

Antall ganger: 4 samlinger á 2,5 timer**Tidspunkt:** Oppstart i oktober og februar**Hvor:** Familiens Hus**Kursholdere:**

Odd-Arild Aas
Familiekonsulent



Mona K. Åsberg
Barnehagelærer

**Påmeldings-
informasjon:**

Henvendelse til Familiens Hus: 66 10 45 00



Kursnavn:

Barnas tanker og følelser

For hvem: Foreldre til barn mellom 4-12 år**Hensikt/Tema:**

- Hva er følelser og hvilke følelser er det greit at barna våre viser?
- Hvordan møte sterke følelser hos barnet?
- Barnas indre samtaler. Selvsnakk og røde og grønne tanker.
- Tanker og følelser henger sammen. Hjelpehånda som verktøy i hverdagen

Gjennom tre samlinger med film, foredrag og oppgaver jobber vi med hvordan du kan støtte barn til å bli trygge på egne følelser. Du lærer om ulike måter å møte barns følelsesuttrykk på og hvordan man kan hjelpe barn til å bli kjent med egne tankemønstre. Du blir også kjent med verktøyet «Grønne barn – glade tanker» og «Psykologisk førstehjelp» som barna møter i barnehagen og i skolen.

Antall ganger: 3 samlinger á 1,5 timer**Tidspunkt:** Oppstart i månedsskiftet januar/februar og september**Hvor:** Familiens Hus**Kursholdere:**

Jeanette Sjaaeng
Psykologspesialist



Mona K. Åsberg
Barnehagelærer

**Påmeldings-
informasjon:**

Henvendelse på mail: Psykologisk.Forstehjelp@nes-ak.kommune.no



Kursnavn: ICDP (International Child Development Programme)

For hvem: Foreldre som ønsker å bedre relasjonen til barnet sitt og som opplever vanlige utfordringer i barneoppdragelsen. Kurset er også nyttig for foreldre som opplever mer omfattende utfordringer i barneoppdragelsen.

Hensikt/Tema: Du lærer enkle teknikker som bedrer samspillet med barnet ditt. Det arbeides med 8 tema for godt samspill gjennom eksempler, øvelser og drøftinger.

Antall ganger: 8 samlinger á 1,5 timer

Tidspunkt: Ta kontakt for informasjon om oppstart.

Hvor: Pedagogisk tjeneste

Påmeldingsinformasjon: Henvendelse til Pedagogisk Tjeneste
v/ Lise Pochon-Guerin: 63 91 11 14

