

Velkomen til ICDP-foreldregruppe

Ynskjer du å bli ein endå betre omsorgsgjevar for din ungdom?



Vi ynskjer å invitere deg/dykk til å delta på ICDP-foreldregruppe ved Stryn helsestasjon.

Som foreldre har alle mange gleder og naturleg nok også utfordringar. I ein travel kvardag kan det vere lite tid til å tenkje over korleis vi er som foreldre og ikkje minst kor viktige vi er for ungdomen vår.

Kva er ICDP-foreldregruppe?

Gjennom ICDP foreldregrupper kan du møte andre foreldre for å utveksle erfaringar om forholdet til ungdomen. Målsettinga er at den enkelte mor eller far skal bli trygge foreldre, ved å bli bevisste på kva dei gjer som er bra for barna sine. Du får ingen ferdig oppskrift, men hjelp til å finne eigne løysingar for deg og din ungdom. Samtalane i foreldregruppene tek utgangspunkt i dine og dei andre deltakarane sine erfaringar frå kvardagen. Fokuset er på korleis foreldre oppfattar barnet sitt og korleis ein samspelar i kvardagen. Gjennom arbeid med 8 tema for godt samspel vil du kunne «sjå» og forstå ungdomen din på ein ny måte.

Kven er tilbodet for?

Program for foreldrerettleiing (ICDP) har eit førebyggjande perspektiv og er eit tilbod for alle foreldre med barn opp til 18 år.

Praktisk informasjon om ICDP-foreldregruppe

- Foreldregruppene er eit gratis lavterskeltilbod som alle foreldre kan være med på
- Gruppene går over sju-åtte samlingar på ca. 1,5 t. per samling
- Foreldregruppa er på inntil 8 personar
- Læringa føregår gjennom ein kombinasjon av samtalar og erfaringsutveksling, oppgåver og refleksjon
- Ein vel sjølv kor mykje ein ynskjer å dele i gruppa

Tidspunkt: Torsdagar kl. 14.00 – 15.30

Stad: Stryn helsestasjon

Opstart: Torsdag 29. oktober

ICDP-foreldregruppa vert leia av Hilde Nordnes og Tine Camilla Rosenvinge.

Ynskjer du å delta i ICDP-foreldregruppe?

Ta kontakt med Stryn helsestasjon (57 87 69 99) for påmelding eller ved spørsmål.

Frist for påmelding fredag 23. oktober