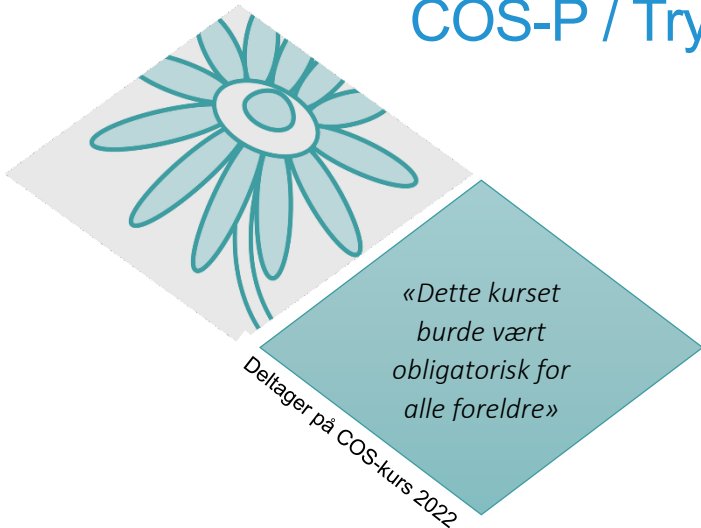


Velkommen til foreldrekurs

COS-P / Trygghetssirkelen



- COS-P står for Circle of Security Parenting, eller Trygghetssirkelen på norsk.
- Trygghetssirkelen er et verktøy til å forstå signaler og møte barnets følelser og behov.
- Målet er å gi dere foreldre støtte til å være tydelige og trygge voksne og få til et godt samspill med barnet.

Nå inviterer Helsestasjonen alle foreldre med barn i 8-måneders alder til COS-kurs

- Kurset blir gjennomført i gymsalen i 2. etasje på Helsehuset (Bjørkelangen)
- Kurset går over 6 møter som varer ca. 2 timer hver gang
- Kurset er gratis, og dere er påmeldt via helsestasjonen
- På kurset møter du andre foreldre med barn i samme alder
- Gruppen blir ledet av to sertifiserte veiledere som jobber med barn i Aurskog-Høland kommune
- I kurset bruker vi filmer, bilder og andre eksempler for å vise samspill og snakke om det å være en trygg forelder.
- Vi oppfordrer begge foreldre til å delta, og barnet kan selvsagt være med.

Ved spørsmål ta kontakt med helsestasjonen:
Telefon: 63852692 e-post: kontakt.helsestasjonen@ahk.no

Dersom tilbudet ikke passer for dere, kan dere avlyse «timeavtalen» via barnet i Helsenorge.

