



Tuning in to Kids

Foreldreveiledningsprogram

Kurset går over 6 tirsdager med oppstart 14. oktober 2025:

14. oktober kl. 13.45-16.00

21. oktober kl. 13.45-16.00

28. oktober kl. 13.45-16.00

4. november kl. 13.45-16.00

11. november kl. 13.45-16.00

18. november kl. 13.45-16.00

Har du barn mellom 6-9 år (1.-4. klasse) og ønsker å lære hvordan du:

- Blir bedre til å snakke med barnet ditt?
- Blir bedre til å forstå barnet ditt?
- Hjelper barnet ditt til å håndtere sine egne følelser?

Det å ha barn kan være utfordrende, både for barna selv og for foreldrene. Tuning in to Kids er et foreldrekurs hvor vi jobber med utfordrende situasjoner som kan oppstå, og gir foreldre verktøy til å forstå barnets følelser. Kurset er åpent for foreldre med ulike behov. Alt fra at man ønsker å bli bedre kjent med barnet sitt til et ønske om å komme ut av noen vonde mønstre.

Kurset går over 6 tirsdager kl. 13.45-16.00 og holdes i Nydalsveien 21. Mellom kursdagene legges det opp til at foreldrene praktiserer det vi lærer, og det gis noen hjemmeoppgaver. Kurset er åpent for foreldre til barn med alder 6-9 år i bydel Nordre Aker, og både foreldrepar og enkeltforeldre kan komme. Kurset arrangeres av skolehelsetjenesten i bydelen, og er gratis.

Påmelding: sendes på mail til kurs@bna.oslo.kommune.no Det er viktig at du skriver hvilket klassetrinn og hvilken skole barnet går på, og om det er en eller to foreldre som ønsker å delta på kurset.