



Temakvällar för föräldrar till ungdomar

**Nonstop-grupp för
föräldrar med tonårsbarn**

Vad är det riktigt som händer?

Många ungdomar stöter på konflikter och kan ha svårt att anpassa sig, men varje tonåring är unik och varje familj hanterar förändring på sitt sätt.

För det mesta löper vardagen smärtfritt. Konfliktsituationer kommer och går utan att lämna nämnvärda spår. Ibland kan det ändå vara skönt för en mamma eller pappa att få utbyta erfarenheter med föräldrar i samma situation.

Temakvällarna är riktade till alla föräldrar med tonåringar.

Varje träff består av ett kort temainlägg som utmynnar i fri diskussion. Gruppens syfte är att förstå och stödja varandra samt att få exempel på olika handlingsmodeller.

Ingen förhandsanmälan behövs –
Välkommen!

Tidpunkter och preliminära teman

14.1. Ångest hos unga, psykologerna Mira Öhman och Therese Kullberg

6.2. Rusmedelsanvändning ur olika synvinklar, panel discussion, Ankarhuset

26.2. Sömn, mentaltränare Christoph Treier
OBS! i Sarlinska skolan

31.3. Positiv psykologi i föräldraskapet, forskare, neuropsykolog, psykoterapeut Åse Fagerlund, i Stadshuset, Fullmäktigesalen

5.5. Kommunikation och samspel inom familjen, Barnavårdsföreningen i Finland, Ankarhuset

Alla kvällar är klockan 18-20

Kom med och lyssna, diskutera och dela!

För ytterligare information kontakta gärna:

Folkhälsan: Petra Boman, neuropsykolog, enhetschef Åbo och Pargas
tfn 044 757 8831, petra.boma@folkhalsan.fi

Pargas stad: Petra Henriksson, skolkurator
tfn 040 488 6050 petra.henriksson@pargas.fi