

COPE - Community Parent Education Program

för föräldrar med barn i åldern 3-12 år

är ett föräldrastödsprogram framtaget av professor Charles Cunningham från Kanada. Syftet med programmet är att;

- Ge föräldrar verktyg att förstå och bemöta sina barn
- Stärka de vuxna runt barnet i sitt föräldraskap
- Förbättra samspelet inom familjen
- Skapa ett nätverk mellan vuxna



Ta chansen att diskutera med andra föräldrar, dela erfarenheter och fundera kring hur man ska hantera olika vardagsproblem och konfliktsituationer som uppkommer i en familj.

FÖR VEM: Familjer med barn i åldern 3-12. COPE fungerar bäst om två vuxna från varje familj kan delta – men det går också väldigt bra att delta om man är själv!

NÄR: Kursen omfattar åtta tillfällen med start torsdagen den 26.9 2019 kl. 17.30-20.00. Övriga tillfällen är kl. 18.00-20.00. Kursen pågår till den 21.11 (paus v.42). Det är viktigt att man kan komma vid alla tillfällen, då programmet byggs på och man missar mycket om man är frånvarande. Barnpassning kan ordnas.

VAR: Matsalen i Folkhälsans Allaktivitetshus, Skeppargatan 11, Mariehamn.

HUR: Anmäl er på <https://kurser.folkhalsan.fi/kurser> **senast 19.9 2019.**

FRÅGOR? tfn 527 035 eller via e-post cope@folkhalsan.ax Information om COPE fås också från www.svenskacope.se.

PRIS: Kursen är **gratis**, och vi bjuder på fika! Observera att det bara finns ett begränsat antal platser!

VARMT VÄLKOMNA!



**Ålands hälso-
& sjukvård**

