

COPE - Community Parent Education Program

för föräldrar med barn i tonåren

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 tonåren. 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 tisdagen den 24.9 2019 kl. 18-20.00. Sedan fortsätter träffarna en gång i veckan t.o.m. 19.11 (paus vecka 42). Det är viktigt att man kan komma vid alla tillfällen, då programmet byggs på och man missar mycket om man är borta.

VAR: Matsalen i Folkhälsans allaktivitetshus, Skeppargatan 11, 22 100 Mariehamn.

HUR: Anmäl er på <https://kurser.folkhalsan.fi/kurser> **senast 17.9 2019.**

FRÅGOR? tfn 527035 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!**

