

### **Gruppledare:**

Caroline Magnusson  
Socialpedagog  
Kyrkbacksskolan

Timmy Forsberg  
Familjehemsförälder  
Ljusnarsbergs Kommun

### **Anmälan:**

Sofia Bergman  
Samordnare Barn & Unga 0–20 år  
Ljusnarsbergs kommun  
070–4228976  
[Sofia.bergman@ljusnarsberg.se](mailto:Sofia.bergman@ljusnarsberg.se)



# MÖTESPLATSER

*Till föräldrar med tonåringar 13–17 år*

Här får du eller ni tillsammans som tonårsföräldrar möjlighet att samtala och diskutera hur det är att vara förälder utifrån ett hälsofrämjande synsätt. Träffarna är tänkta att stärka och inspirera er, ge er möjlighet att diskutera med varandra, fika och bara vara.



### **Träff 1 - Hälsofrämjande Föräldraskap**

Samtal och diskussioner om hälsofrämjande föräldraskap, vad innebär det, hur och på vilket sätt använder sig föräldrar av detta.

### **Träff 2 - Friskfaktorer i familjelivet**

Vilka är faktorerna som gör att det fungera. Vilka faktorer tycker föräldrar är viktiga att förmedla till tonåringarna och förstärka hos dem.

### **Träff 3 – Hur tänker, känner och kommunicerar tonåringar**

Ni ges information om hur tonåringarnas hjärnor är utvecklade, vilka resurser har tonåringar, hur kan de tänka, agera och kommunicera. Samtal om hur föräldrar kan tänka, hantera och kommunicera med tonåringar utifrån detta.

### **Träff 4 – Framtidens flygplats**

Hur kan föräldrar tänka och agera då tiden är inne för att byta plats med tonåringen. Att gå från rollen att styra till att ta rollen som flygledare i flygplanet.

Metod och material till träffarna är framtaget utifrån boken *Mötesplatser för tonårsföräldrar, om hälsofrämjande föräldraskap* samt häftet *Framtidspiloter*.

Bok och häfte är skrivna av Mia Börjesson - socionom, handledare och inspiratör.

### **Vi träffas på tisdagar följande datum:**

11 oktober

25 oktober

8 november

22 november

Samt en uppföljningsträff den 17 januari 2023.

**Tid:** 18.00-20.00

**Lokal:** Tingshuset, Kopparberg

*”När du går och lägger dig ikväll och tänker tillbaka på dagen som varit säger du till dig själv, -idag har jag varit den förälder jag önskar att vara.”*

**Obs! Sista dag för anmälan att delta är 3/10 - 2022**

**Välkomna med er anmälan!**