

# Grupp- verksamhet på svenska för familjer inom VARHA



De här grupperna startar inom januari.

## Kurser online:

- Babydax, Folkhälsans familjeförberedelsekurs med start 7.1.  
[folkhalsan.fi](http://folkhalsan.fi) → Kurser
- Kortkurs för föräldrar till tonåringar i åldern 12–18 år, träffar 27.1 och 3.2, kl.17-19. Under kursen behandlar vi olika metoder som du som förälder kan använda för att undvika onödiga konflikter och förbättra kontakten och samspelet med ditt tonåriga barn.  
[bvif.fi](http://bvif.fi) → Händelsekalender
- Chatgrupp för separerade, 12.1–23.3. En grupp för föräldrar som skilt sig, för att bearbeta sin separation. I gruppen är man anonym och träffas via en livechat en gång i veckan online.  
[bvif.fi](http://bvif.fi) → Händelsekalender

## Kurser på plats:

- Väntans café i Åbo, start 23.1. Ska du bli förälder eller har du en nyfödd? Är du nyfiken på hur andra blivande familjer tänker kring frågor om graviditet och bebisvardag. På träffarna får du diskutera och träffa andra i liknande livssituation. [folkhalsan.fi](http://folkhalsan.fi) → Kurser

# Gruppverksamhet på svenska för familjer inom VARHA



De här grupperna startar inom februari.

## Kurser online:

- Babyberöring: 24.2–24.3 kl. 11-12. Under våra träffar övar vi på olika beröringsstrykningar och en rörelselek. Efteråt samtalar vi kring olika teman om föräldraskapet.

[folkhalsan.fi](http://folkhalsan.fi) → Kurser

## Kurser på plats:

- Babydax föräldraträffar i Pargas, start 3.2. Kom med och träffa andra blivande föräldrar! Vi bjuder på fika, umgås och diskuterar frågor som berör föräldraskap och familjeliv. **F**

[folkhalsan.fi](http://folkhalsan.fi) → Kurser

- Babydax föräldraträffar i Åbo, start 5.2 Kom med och träffa andra blivande föräldrar! Vi bjuder på fika, umgås och diskuterar frågor som berör föräldraskap och familjeliv

[folkhalsan.fi](http://folkhalsan.fi) → Kurser

- Föräldragrupp med parallellt program för barnen. 9.2. kl. 18-19:30. Stöd och verktyg för vardagen samt info om aktuellt inom funktionshinderservice, i Pargas. Datum och plats publiceras inom kort på vår hemsida

[fduv.fi/kalender](http://fduv.fi/kalender)

# Gruppverksamhet på svenska för familjer inom VARHA



De här grupperna startar inom mars.

## Kurser online:

- Mitt barn går inte till skola, 2.3–30.3. Diskussionsgrupp. [bvif.fi](https://bvif.fi) → [Händelsekalender](#)
- Familjeskolan POP för föräldrar: 3.3–5.5 kl. 14–16. Familjeskolan ger dig verktyg för att på ett positivt sätt förstå och bemöta barn med utmanande beteende. [bvif.fi](https://bvif.fi) → [Händelsekalender](#)
- ICDP (vägledande samspel) 4.3–8.4, varje vecka kl. 14–16. ICDP är ett hälsofrämjande relations- och empatibaserat föräldrastödsprogram, som fokuserar på att stärka den emotionella dialogen och relationen mellan barn och förälder. [folkhalsan.fi](https://folkhalsan.fi) → [Kurser](#)
- Stödgrupp för föräldrar till barn och unga som blivit utsatta för mobbning: 5.3, 12.3, 19.3, 26.3, 31.3 [folkhalsan.fi](https://folkhalsan.fi) → [Kurser](#)
- Stödgrupp: Gå vidare efter separation, 10.3–12.5. [bvif.fi](https://bvif.fi) → [Händelsekalender](#)
- Balans i vardagen – föräldraburnout och hoppfullhet, träffar: 11.3, 25.3, 8.4, 15.4. En grupp för föräldrar som känner att det finns en risk att drabbas av burnout i föräldraskapet. [folkhalsan.fi](https://folkhalsan.fi) → [Kurser](#)

## Kurser på plats:

- Diskussionsgrupp för nyblivna föräldrar. Fem träffar, 3.3-31.3.2026. I diskussionsgruppen får du träffa andra nyblivna föräldrar. Över en kopp kaffe bekantar vi oss med olika teman som berör föräldraskap och vardagen med en bebis, Pargas. [bvif.fi](https://bvif.fi) → [Händelsekalender](#)
- Stödgrupp för barn med skilda föräldrar, 10.3–14.4, Pargas. [bvif.fi](https://bvif.fi) → [Händelsekalender](#)
- Familjekurs för barnfamiljer på Hotell Sjundeå 20–22.3. För familjer som har barn eller unga med en sällsynt diagnos och intellektuell funktionsnedsättning. För mera info, [fduv.fi/kalender](https://fduv.fi/kalender)