

Grupp- verksamhet på svenska för familjer inom huvudstadsregionen



De här grupperna startar inom januari och februari.

Kurser online:

- Babydax, Folkhälsans familjeförberedelsekurs med start 7.1. folkhalsan.fi → Kurser
- Kortkurs för föräldrar till tonåringar i åldern 12–18 år, träffar 27.1 och 3.2, kl.17-19. Vi behandlar olika metoder som du kan använda för att undvika onödiga konflikter och förbättra kontakten och samspelet med ditt tonåriga barn. 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 → Händelsekalender
- 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 → Kurser

Kurser på plats:

- Babyberöring: 13.1–10.2 kl. 12-13.30. Under träffarna samtalar vi om att vara förälder, övar på olika strykningar och fokuserar på samspelet mellan barnen och föräldern. Helsingfors folkhalsan.fi → Kurser
- Babydax föräldraträff, start 3.2. för blivande föräldrar. Vi umgås och diskuterar frågor som berör föräldraskap och familjeliv. Helsingfors. folkhalsan.fi → Kurser
- Föräldragrupp med parallellt program för barnen 5.2 kl. 17.30-19. Stöd och verktyg för vardagen samt info om aktuellt inom funktionshinder-service. Helsingfors, i Vega huset. Mera info på www.fduv/kalender
- Diskussions- och frågekväll för föräldrar vars barn eller unga nyligen fått diagnosen ADHD, 25.2, kl. 18-19.30, Helsingfors bvif.fi → Händelsekalender
- Babyberöring: 23.2–23.3 kl.12-13.30. Under träffarna samtalar vi om att vara förälder, övar på olika strykningar och fokuserar på samspelet mellan barnen och föräldern. Helsingfors folkhalsan.fi → Kurser

Grupp- verksamhet på svenska för familjer, huvudstadsregionen



De här grupperna startar inom mars.

Kurser online:

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

Kurser på plats:

- 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 www.fduv/kalender
- Explosiva barn, Vilse i skolan: 6–7.3 och 26.3, Helsingfors
folkhalsan.fi → [Kurser](#)