

# Föräldrar emellan

## Våren 2017

Inspiration och utbildningar för dig som förälder eller annan vuxen som lever nära barn och tonåringar.

### Inspirationskväll

#### Gränssättning för dig och din familj

Kom och lyssna på när Annika Svengren och André Bagein på ett humoristiskt sätt föreläser om hur du sätter gränser för dig själv och i din familj, ur ett Jesper Juul perspektiv



- **Onsdag den 1 mars kl. 18.00-19.00.**  
**Gamla Torget 43 i lokal Rut Adler**  
**Fri entré, föranmälan på [www.sv.se/molndal](http://www.sv.se/molndal) eller ring 031-87 47 46**

#### Det sötaste vi har - om kroppen och växande kroppar

Länge har vi tänkt på sötsaker som kanske lite onödiga, men egentligen ofarliga för kroppen. Vetenskapsjournalisten Ann Fernholm berättar om varför vi behöver tänka om. Forskare börjar få en ny bild av socker, som visar att godis, kakor, bullar, läsk, saft och andra sötsaker kan orsaka fettlever, bukfetma och typ 2-diabetes. Vårt blod blir också allt sötare, vilket i sin tur driver hjärt-kärlsjukdom, cancer och demens.



Ann Fernholm har disputerat i molekylär bioteknik och arbetar som vetenskapsjournalist. I den uppmärksammade boken "Ett sötare blod" från 2012 granskade hon rådet om en lågfettdiet. Uppföljaren "Det sötaste vi har" handlar om barnen. Ann Fernholm blev 2010 utsett till årets vetenskapsjournalist i Sverige."

- **Torsdagen den 11 maj kl. 18.00**  
**Gamla Torget 43**  
**Fri entré, ingen föranmälan**

### Föräldrahandledning

För dig som vill bolla tankar kring ditt föräldraskap och vill få individuellt stöd.

Kontakt: Annika Svengren 070 984 60 45  
mail: [info@gretasdotter.se](mailto:info@gretasdotter.se) Arr: Gretasdotter

Då inget annat anges är Mölndals stad arrangör. Nytt program kommer hösten 2017 se [molndal.se](http://molndal.se), sök *föräldrastöd*.

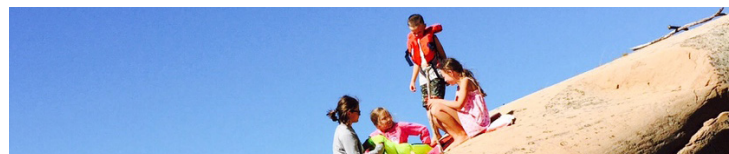
### Kurser och handledning

#### Temacirkel- Ditt kompetenta barn

**Tid: Tisdagar kl. 18.00-19.30: 28/2, 7/3, 14/3, 21/3, 28/3**  
**Plats: Studieförbundet Vuxenskolan, Gamla Torget 43**  
Föräldrträffarna bygger på Jesper Juuls bok "Ditt kompetenta barn" Jesper Juuls teorier handlar om relationer och hur de påverkar hela familjen. Föräldrträffarna är på 5 tillfällen och vänder sig till er som har barn runt 2-10 år.  
Anmälan: [www.sv.se/molndal](http://www.sv.se/molndal), sök temakurs eller ring 031-87 47 46 **Pris: 500 kr**

#### Fortsättningskurs på ditt kompetenta barn

**Tid: Tisdagar kl. 18.00-19.30: 4/4, 11/4, 18/4, 25/4, 5/5**  
**Plats: Studieförbundet Vuxenskolan, Gamla Torget 43**



#### De otroliga åren

Utbildning för dig med barn mellan 3-8 år som upplever att situationen i familjen är besvärlig.  
Kontakt: 031-315 11 43

#### Prep - friskvård för parrelationen

Våra parrelationer är bland de viktigaste relationerna vi har. Ofta tar vi dem kanske för givet. Här får ni verktyg för att främja en god kommunikation.

**Plats: Lindome församlingscentrum**  
**Kontakt: 031-99 68 63.**

Arr: Lindome Församling.

**Plats: Familjerådgivningen, Södra Ågatan 4B**  
**Kontakt: 031-27 60 95, [familjeradgivningen@molndal.se](mailto:familjeradgivningen@molndal.se)**

#### Barn i föräldrars fokus

Barn i föräldrars fokus, BiFF, är en föräldracirkel där du som separerat får möjlighet att lära dig mer om ditt barns behov och situation i en familjerättslig konflikt. Under utbildningen får du hjälp med att svara på frågan: Vad kan jag som förälder göra för att underlätta för mitt barn?

**Kontakt: Kicki Thelberg 031-315 11 43**

#### Skilda världar

Stödgrupp för barn till separerade föräldrar. Syftet med gruppen är att barnen ska kunna känna att de inte är ensamma om sina upplevelser och att de ska få möjlighet att prata om sina erfarenheter eller bara lyssna.

**Kontakt: Lisa Larsson Heurlin 070- 467 78 00**