

FAMILJESTÖDSENHETEN I GÖTEBORGSKOMMUN

Vi vänder oss till familjer med barn, tonåringar och unga vuxna som har svårigheter med koncentration och uppmärksamhet, t ex ADHD och autism, eller har svårigheter med inläring och att hantera sitt beteende. Diagnos är inget krav för att kontakta oss.

Vårt syfte är att sprida kunskap om neuropsykiatriska funktionsnedsättningar och dess konsekvenser genom föräldrakurser, telefonrådgivning, stödgrupper, stödsamtal och föreläsningar.

Observera att vi har begränsad telefonrådgivning, du når oss därför säkrast genom att skicka ett mail familjestodsenheten@agrenska.se

Annika Bengtner, pedagog, KBT-terapeut, 0709-346 940
Karin Lilja, socionom, 0708-225 096



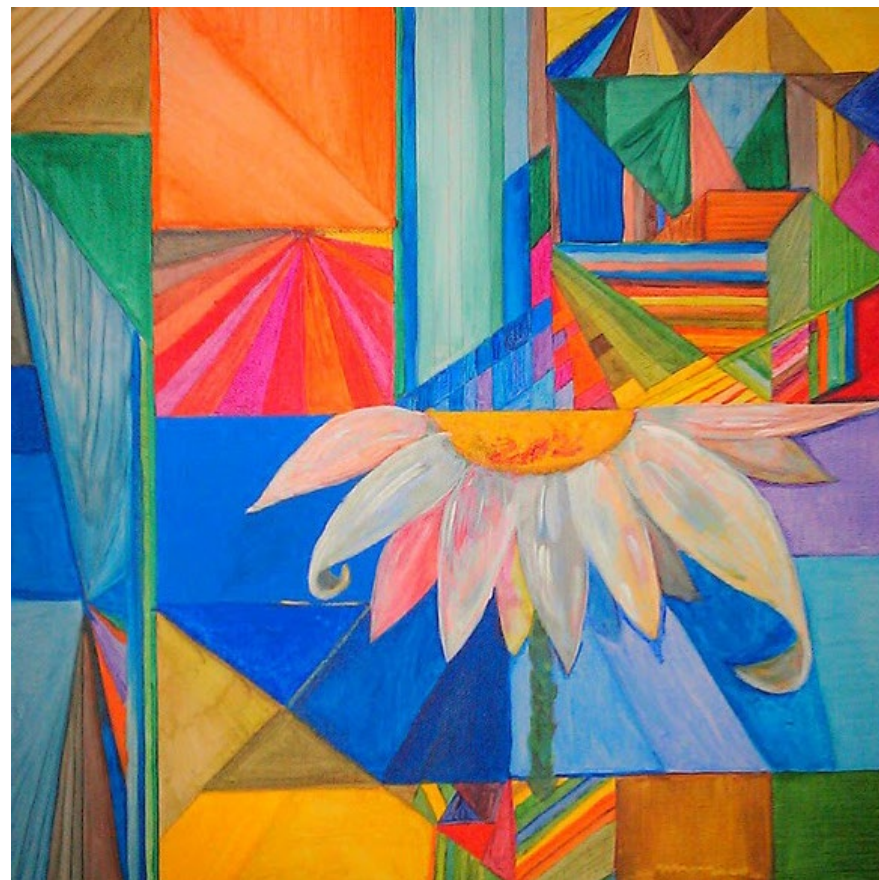
ÅGRENSKA

Familjestödsenheten
Järnbrotts Prästväg 2
421 47 Västra Frölunda
familjestodsenheten@agrenska.se

FAMILJESTÖDSENHETEN

Våren 2019

Kurser och gruppverksamhet



Målad av Carina Ikonen Nilsson - författare till boken "Jag föredrar att kalla mig impulsiv"

KURSER VÅREN 2019

ANMÄLAN KRÄVS

Föräldrakurs barn i åldern 5-12 år

Onsdag och torsdag 3-4 april – heldagar

Tid: 09.30-15.30. Pris: 300kr.

Priset inkluderar för- eftermiddagskaffe och lunch.

Föräldrakurs tonår barn i åldern 13-18 år

Tisdag och onsdag 9-10 april – heldagar

Tid: 09.30-15.30. Pris: 300kr.

Priset inkluderar för- eftermiddagskaffe och lunch.

Föräldrakurs "Barn som inte går i skolan"

Torsdag den 25 april

Tid: 10.00-15.00. Pris: 100kr.

Priset inkluderar lunch och eftermiddagskaffe.

Syftet med kurserna är att föräldrar ska få:

- ökad förståelse och kunskap om barnets funktionsnedsättning och hur den påverkar familj, skola och fritid.
- lära sig strategier och få verktyg för att kunna hantera konflikter och utbrott i vardagen.
- lösa problem gemensamt, delge varandra tips och idéer om konkreta strategier och hur man kan hantera konflikter.
- möjlighet att dela erfarenheter med andra föräldrar i liknande situation.
- lyfta fram barnets och familjernas styrkor och positiva egenskaper.
- information om skolan och samhällets stöd.

Tips på kurs/utbildningar inom adhd och autism

På Ågrenska, Lilla Amundön, Lillövägen, Hovås

27/2, Adhd och autism i vardagen, del 1

13/3, Adhd och autism i vardagen, del 2

21/5, Vem äger bilden av adhd? En dag som fokuserar på tjejerna med adhd

12/6, Häng med ut! Om att väcka intresse för aktiviteter för unga med NPF

På Familjestödsenheten Järnbrotts Prästväg 2, Västra Frölunda

28/3, Adhd och autism i hemmet, en föreläsningkväll med möjlighet att träffa andra föräldrar till barn med NPF

Mer information och anmälan till samtliga kurser sker på Ågrenskas hemsida

Kurs "Strategier i att hantera stress i vardagen"

Torsdag 21 februari kl.10-12 - fem tillfällen

Följande datum: 21 februari, 28 februari, 7 mars, 14 mars, 21 mars.

Pris: Kostnadsfritt

För föräldrar som har barn och ungdomar med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar.

Vi kommer att jobba med boken "Tid att leva", Livheim, Ek och Hedensjö.

Kurs "Medkänsla/självmedkänsla/Compassion"

Tisdag den 26 februari kl.10-12 - fem tillfällen

Följande datum: 26 februari, 5 mars, 12 mars, 19 mars, 26 mars

Pris: Kostnadsfritt

Vi tränar tillsammans i grupp i att vara vänliga och omhändertagande mot oss själva och minska på självkritik och stress.

Träningsprogram för personer med ADHD och/eller autism

Tisdag den 7 maj kl.10-12 - sex tillfällen

Följande datum: 7 maj, 14 maj, 23 maj, 28 maj, 4 juni, 11 juni

Pris: Kostnadsfritt

Nytt träningsprogram i att hantera stress och få ökad livskvalité. Vi tränar olika tekniker i att möta situationer som man tycker är jobbiga och tidigare undvikit. Träningsprogrammet NeuroAct har utvärderats av Karolinska Institutet.

"Stärk din självkänsla med KBT"

Kursen är dagtid på nio tillfällen ca 2 timmar/tillfälle.

Kursen blir av om vi får tillräckligt med deltagare.

För unga/vuxna med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar.

Kurs i att stärka din självkänsla med KBT-tekniker.

Alla kurser äger rum på

Familjestödsenheten, Järnbrotts Prästväg 2, Västra Frölunda,

familjestodsensheten@agrenska.se

Intresseanmälan till samtliga kurser och träningsprogram

sker via Ågrenskas hemsida, www.agrenska.se/familjestodsensheten