

# Har du ungdom i huset?

## Gratis foreldrekurs

Familiesenteret tilbyr kurs der du kan dele erfaringer, få råd og tips fra andre foreldre og veiledere. Foreldrekurset er basert på ICDP – International Child Development Programme, og har fokus på blant annet utvikling av ungdomshjernen, hvordan forstå ungdommen, skjermbruk, venner, regler og grensesetting.

Kurset tar utgangspunkt i de hverdagsutfordringene som deltagerne på kurset er opptatt av.

Varighet: 8 uker, 2 timer hver gang.  
Holmlia senter vei 9, 5.etg

**Uforpliktende informasjonsmøte tirsdag 27.8 kl. 18.00**  
**Kursoppstart tirsdag 3. september kl. 18.00-20.00**



Har du lyst til å delta, eller får mer informasjon?

**kontakt Familiesenteret v/ Ann Christin Larsen (954 38 069)**

[ann.christin.larsen@bsn.oslo.kommune.no](mailto:ann.christin.larsen@bsn.oslo.kommune.no)