

# Forstå din Teenager Efterår 2019



Er du/I den heldige ejer af en teenager, og synes du/I nogle gange, det kan være svært at håndtere denne udfordring?

Så er dette et godt tilbud. Et lille aftenkursus hvor du, sammen med andre forældre og nogle af kommunens kompetente medarbejdere på området, kan diskutere og få sidste ny viden om teenageperioden og hvordan du/I kan håndtere det at være teenageforælder.

Kurset er et tilbud til forældre i **hele** Svendborg kommune.

**Tirsdag den 17. september kl. 19-21: Trivsel og gang i den (kost, søvn, fester, alkohol m.m.) Hvordan finder vi balancen ?** Sundhedsplejen ved Sundhedsplejerske Camilla Friis og Helle Bau.

**Tirsdag den 24. september 2019 kl. 19-21: Rusmidler og det gode liv – hvad gør vi?** Behandlingscenter Svendborg ved rusmiddelkonsulent Karin Hviid Steensberg.

**Tirsdag den 1. oktober 2019 kl. 19-21: Unge og seksualitet (nøgen på nettet, 1. gang m.m.) Taler vi om det?** Sund Sex Skolen ved sexolog Rikke Thor.

**Tirsdag den 8. oktober 2019 kl. 19-21: Nærvær og dialog – hvordan har du mødt din teenager i dag ?** SSP konsulent Marianne Grønbech, Natteravnene evt. ungerådgiver.

**Sted:** Ungdomsskolen, Abildvej 2, 5700 Svendborg.

**Pris:** Kr. 50,00 for kurset. Betales kontant første aften.

**Tilmelding**( først til mølleprincippet. Max 30 deltagere) senest den 9. september 2019 til:

[sundhedsplejen@svendborg.dk](mailto:sundhedsplejen@svendborg.dk) eller tlf. 6223 4070 kl. 9-13 (opgiv navn, tlf. nr. og dit barns skole)

**Såfremt du/I er forhindret i at deltage i kurset bedes I hurtigst muligt give besked til vores sekretær. Vores erfaring er at der er stor efterspørgsel på kurset.**