



Øystre Slidre kommune

Foreldrekurs

Trygghetssirkelen (COS-P)

Vi tenker at alle foreldre ønsker å gi barna sine en trygghet og en god oppvekst. Samtidig opplever alle foreldre omsorgsrollen som utfordrende på ulike vis.

Trygghetssirkelen (COS-P—Cirkel of Security Parenting) er et foreldre-veiledningsprogram som gir dere foreldre et «veikart»/verktøy til bedre å forstå hvilken behov barn har, hvilken signaler de gir og hva som kan gjøres for å møte disse behovene.

Målet er at barnet ditt skal oppleve trygghet og at de utvikler seg på en positiv måte.

Barnet ditt vil på denne måten stå sterkere rustet til å møte livets utfordringer. Kurset vil også kunne bidra til et godt samspill mellom deg og barnet ditt.

Trygghetssirkelen er et foreldrekurs som går over 8 ganger og varer ca 1,5 time per gang. Kurset foregår i grupper og baserer seg på et ferdig DVD materiell. Deltakerne bestemmer selv hvor mye en vil dele av egne erfaringer.

Vi oppfordrer begge foreldrene til å delta, hvis mulig - da får dere mest-ut av kurset.

Ansvarlig kursholder er Stine Bjerke og Bente Margot Nøbben

tlf: 99398952 / 94851787

Har du lyst til å delta tar du kontakt via SMS/tlf/e-post innen

Tirsdag 7. oktober 2025

e-post: Stine.Bjerke@oystre-slidre.kommune.no

Bente.Margot.Nobben@oystre-slidre.kommune.no

Vel møtt til kurs!

Høsten 2025

Kursdager:

Tir. 14.oktober
(oppstart)

Tir. 21. oktober

Tir. 28. oktober

Tir. 4. november

Tir. 11. november

Tir. 18. november

Tir 25. november

Tir. 2. Desember
(avslutning)

Sted: Øystre Slidre

Tidspunkt: 14.30 - 16.00

Kurset er gratis og er for foreldre i Vang, Vestre Slidre og Øystre Slidre

