

LYSSNA FÖR LIVET!

HÖSTEN 2016

För dig som är förälder, jobbar med barn
och ungdomar eller är allmänt intresserad av
relationer, familjeliv, skola och utveckling.

LYSSNA FÖR LIVET!

HÖSTEN 2016

För dig som är förälder, jobbar med barn
och ungdomar eller är allmänt intresserad av
relationer, familjeliv, skola och utveckling.

23
NOVEMBER

ARBETE PÅGÅR!

– om värdet av att vårda sin parrelation

Det är lätt att ta varandra för självklart och för givet, men en relation
kräver underhåll. Därför kan det vara värt att investera i friskvård
för sin relation.

Föreläsningen ger verktyg att stärka och utveckla förhållandet och
ge enkla och effektiva redskap för bättre kommunikation.
Du och din partner får insikter som för er närmare varandra.

Kom och låt er inspireras att hålla kärleken levande!



SIMONE GYNNEMO brinner för att ge människor
redskap att leva de liv de vill leva och bor sedan drygt tio
år på Gotland tillsammans med sin man och två katter.
Simone är utbildad pedagog, diakon och frilansar.

DATUM: 23 november

TID: 19.00–20.30

PLATS: Nacka kyrka

Föreläsningen är kostnadsfri,
ingen anmälan krävs!

HAR DU FRÅGOR?

Nina M Granath
070-431 93 98

Annika Hellman
073-461 30 99

Varmt välkommen!



UNGAS LIV PÅ NÄTET

– en guide för föräldrar och andra
viktiga vuxna

MED **MARIA DUFVA**

28 SEPTEMBER

JAG TÖRS INTE MEN GÖR DET ÄNDÅ

– om barns välmående och
självkänsla

MED **MARTIN FORSTER**

19 OKTOBER



ARBETE PÅGÅR!

– om värdet av att vårda sin
parrelation

MED **SIMONE GYNNEMO**

23 NOVEMBER

**AKTIVITETER
FÖR
BARNEN**

Barnen
erbjuds
aktivitet
parallellt

med föreläsningarna.
Barn 5–12 år, lämnas
senast klockan 18.45
på församlingshemmets
nedre plan. Barnen får
frukt under kvällen.
Barnledare från
församlingen står för
verksamheten.

**FÖRELÄSNINGAR
DIREKT
PÅ MEJLEN!**

Gå in på
[www.nacka.se/
foraldrforelasningar](http://www.nacka.se/foraldrforelasningar)
och registrera dig.

LYSSNA FÖR LIVET!

HÖSTEN 2016

För dig som är förälder, jobbar med barn och ungdomar eller är allmänt intresserad av relationer, familjeliv, skola och utveckling.

LYSSNA FÖR LIVET!

HÖSTEN 2016

För dig som är förälder, jobbar med barn och ungdomar eller är allmänt intresserad av relationer, familjeliv, skola och utveckling.

28
SEPTEMBER

UNGAS LIV PÅ NÄTET

– en guide för föräldrar och andra viktiga vuxna

Marias föreläsning ger mer kännedom om vad barnen och ungdomarna gör alla timmar de hänger med sina skärmar. Vuxenvärlden behöver ha koll på vad som händer; vad barn kan bli utsatta för och vad de kan utsätta andra för. De flesta 10-åringar i Sverige 2016 har fått förfrågningar av sexuell art – vi kan inte låta dessa arenor vara föräldrafria! Så kom och lär dig mer!



MARIA DUFVA är kriminolog och har i 12 års tid arbetat med brottsutsatta barn och ungdomar på stödcentrum för unga brottsutsatta. Maria är ute på skolor för att prata med ungdomar om att de måste vara smarta och noggranna när de rör sig på dessa hittills ganska nya arenor. Maria uppmanar ungdomar att involvera en vuxen i det som händer och då behöver vuxna vara rustade och förstå och förstå vad barnet/ungdomen pratar om.

DATUM: 28 september
TID: 19.00–20.30
PLATS: Nacka kyrka

Föreläsningen är kostnadsfri, ingen anmälan krävs!

HAR DU FRÅGOR?

Nina M Granath
070-431 93 98
Annika Hellman
073-461 30 99

Varmt välkommen!

19
OKTOBER

JAG TÖRS INTE MEN GÖR DET ÄNDÅ

– om barns välmående och självkänsla

Hur kan man hjälpa barn som inte vågar anta utmaningar, som inte vill prova nya aktiviteter, eller som känner sig otrygga i samspelet med kamrater? Många skulle ge rådet att försöka stärka deras självkänsla. Strävan efter självkänsla betonas emellertid ofta för starkt, vilket ibland till och med kan stjälpa mer än hjälpa. Martin Forster pratar om vägar till trygghet och glädje hos barn och hur vuxna kan förebygga problem och stärka barns välmående i allmänhet.



MARTIN FORSTER är legitimerad psykolog och doktor i psykologi. Han har arbetat i många år med utveckling och forskning om insatser för barn och unga. Martin arbetar idag med forskning och undervisning på psykologprogrammet på Karolinska institutet och svarar på läsarfrågor i Dagens Nyheter. Martin har skrivit boken Fem gånger mer kärlek och Jag törs inte men gör det ändå: om barns välmående och självkänsla.

DATUM: 19 oktober
TID: 19.00–20.30
PLATS: Nacka kyrka

Föreläsningen är kostnadsfri, ingen anmälan krävs!

HAR DU FRÅGOR?

Nina M Granath
070-431 93 98
Annika Hellman
073-461 30 99

Varmt välkommen!