

Lýðheilsuráð í samstarfi við Bókasafn Reykjanesbæjar bíður upp á fyrirlesturinn Hvernig get ég hjálpað barninu mínu? Viðburðurinn fer fram á Bókasafni Reykjanesbæjar þriðjudaginn 23. maí nk. kl. 19.30 – 21.30

Vilt þú skilja hver ástæðan getur verið á bak við erfiða hegðun?

Óskar þú eftir verkfærum til þess að hjálpa barninu þínu í slíkum aðstæðum, án þess að skerða sjálfsmýnd þess?

Vilt þú ráðleggingu um hvernig þú getur byggt upp tilfinningafærni og þrautsegju?

Með því að tvinna saman þekkingu um taugaskynjun og heilaproska með persónulegu ferðalagi inni eigin uppeldissögu og tilfinningar – er hægt að finna réttu brautina að kærleiksríkum lausnum fyrir börnin okkar sem upplifa heiminn sterkt á tíðum og geta því átt erfitt.

Fyrirlestrinum er ætlað að veita praktísk ráð og innblástur að kærleiksríkri tengslamyndun og betri leik/skóladegi.

Aðalheiður Sigurðardóttir er stofnandi verkefnis Ég er unik (www.egerunik.is) og hefur um árabíl starfað sem fyrirlesari og tengslaráðgjafi fyrir foreldra og fagfólk, með sérstaka áherslu á einhverfuróf, ADHD og kvíða. Hún er jafnframt menntaður Tengsla-þerapisti (EQ-terapeut frá Noregi). Hún er móðir tveggja, einstakra barna sem upplifa heiminn sterkt og hefur áralanga og persónulega reynslu af margskonar áskorunum og hefur á sínu ferðalagi byggt upp sérþekkingu á tengslamyndun.

Viðburðurinn er ókeypis og eru öll hjartanlega velkomin

Ég er unik



HEILSUEFLANDI SAMFÉLAG



HEILSUEFLANDI SAMFÉLAG

Reykjanesbær

velliðan fyrir alla