



Trygghet til å utforske

Trygghets sirkelen (COS) er en modell som hjelper deg i å se og forstå barnets behov og signaler. På den måten kan du bli tryggere på hvordan du kan møte barnet ditt i hele spekteret av følelser og behov. Programmet bygger på forskningsbasert kunnskap om hvordan trygge foreldre-barn relasjoner kan støttes og styrkes.

Kursene er for foreldre til barn 0-5 år, men dere må gjerne også ha eldre barn. Det er fint om både mor og far kan delta på kurset. Det er begrenset antall plasser. Kurset er gratis og går over 7 ganger på rad med samme dag og tidspunkt. Det blir ikke COS kurs i vinterferien.

Kommunegården Sandvika: Oppstart mandag 22.01.24 kl. 08:30-10:00.

Kursleder Benedicte Myklestad og Inger Hartwig påmelding til inger.hartwig@baerum.kommune.no

[Dette kurset er kun med foreldre.](#)

Kommunegården Sandvika: Oppstart onsdag 24.01.24 kl. 14:00-15:30.

Kursleder Birgitte V. Grønlie og Christina Glomsaker påmelding til christina.glomsaker@baerum.kommune.no

[Dette kurset er kun med foreldre.](#)