



Forælder-café i Kirsebærgården



Forælder-café er et forum uden børn og uden personale, hvor Kirsebærgårdens forældre kan få viden om og praktiske råd til at tackle hverdagens udfordringer i en moderne familie

Forælder-café tager hver gang et emne op, som er relevant for familier med børn i alderen 0-7 år. Emnet belyses kort med aktuel børneforskning og Rudolf Steiners forståelse af barnet. Og der vil være praktiske erfaringer og gode råd til, hvordan man så lige gør i praksis, når det kære barn ikke vil...

Oplægsholdere

- **Gitte Drewes**, Familieterapeut og Rudolf Steiner-pædagog. Arbejder som selvstændig familieterapeut og børnehavekonsulent med børn og børnemiljøer (familier, børnehaver).
- **Heidi Hansen**, Antroposofisk terapeut (Heilpraktiker) og cand. merc. Arbejder som selvstændig terapeut, underviser og virksomhedsrådgiver. Se www.helsepraksis.dk.
- **Githa Liat Mølgård Kristensen**, Helseeurytmist. Arbejder som helseeurytmist på Vidarskolen og med eurytmi i Rudolf Steiner børnehaver. Tilbyder kropsterapeutisk behandling for børn og voksne.

Datoer og emner - møderne foregår i Kirsebærgården i salen

Temaaften om søvn

Tirsdag den 16. september kl. 19 - ca. 21

- Hvilken betydning har søvn for barnets udvikling i perioden 0-7 år?
- Hvordan får jeg mit barn i seng, til at falde i søvn og til at sove nok?
- Hvorfor har nogle børn meget svært ved at finde ind i en søvnrytme?

Temaaften om spisevaner

Onsdag den 5. november kl. 19 - ca. 21

- Hvilken betydning har ernæring og måltidet for børn i alderen 0-7 år?
- Hvorfor er nogle børn meget kræsne og småtspisende?
- Hvordan skaber jeg gode rammer for mit barns spisevaner og for fælles måltider i familien?

Temaaften om eurytmi

Mandag d. 19. januar 2015 kl. 19- ca 21

- Hvad var Rudolf Steiners idé med at finde på en kunstnerisk og terapeutisk bevægelsesform, og kalde den for eurytmi?
- Hvorfor laver vi eurytmi med børnene i Kirsebærgården – hvad gør det for fællesskabet?
- Vi prøver at nogle af de øvelser, som børnene også udfører.



Tilmelding direkte til Githa på 26 21 36 86

Temaaften om leg og fantasi

Torsdag den 5. marts 2015 kl. 19 - ca. 21

- Hvilken betydning har den fri leg for barnets udvikling i alderen 0-7 år?
- Hvad fremmer og hvad hæmmer barnets frie leg og fantasi?
- Hvordan kan der findes en god balance mellem den frie leg og teknologisk legetøj?



Temaaften om grænser og rammer

Mandag den 4. maj 2015 kl. 19 - ca. 21

- Hvorfor er det vigtigt at sætte grænser og rammer for barnet?
- Hvilke konsekvenser har det, når der ikke bliver sat grænser for barnet?
- Hvordan kan jeg sætte rammer for mit barn på en ordentlig måde?

Tilmelding

Send senest samme dag kl. 12.00:

- SMS til Gitte på telefon 30 68 72 85
- eller mail til: heidi@helsepraksis.dk

Pris

Det er gratis at deltage for forældre til børn i Kirsebærgården.

Forældre på venteliste og andre gæster har mulighed for at deltage for 100 kr. pr. mand – betaling ved indgangen.