



Snart är det jullov!

Jullovet är ofta ett tillfälle att umgås mer med nära och kära, men i år ser det annorlunda ut. Håll i och håll ut i dessa speciella tider, och försök att hitta på aktiviteter tillsammans. I staden finns till exempel många fina parker och naturområden att besöka.

Det finns mycket forskning som visar hur viktig du som förälder är för ditt barn. Här kommer tre praktiska tips till dig:

- Tid tillsammans är grunden för en god relation. Försök att hitta en stund varje dag där du ger ditt barn din fulla uppmärksamhet.
- Tjat och bråk minskar när föräldrar uppmärksammar och uppmuntrar sådant som fungerar bra, istället för tvärtom.
- Barn mår bra av tydliga regler och föräldrar som vet vad barnet gör på fritiden. Ha gärna kontakt med föräldrarna till ditt barns kompisar och kom överens om gemensamma regler vid behov.

Mer information och fler tips finns i boken "Fem gånger mer kärlek" av Martin Forster, som du kan låna på stadens bibliotek.

Vi som arbetar förebyggande inom staden önskar dig en God Jul och ett Gott Nytt År!

I samarbete med: