

## Program for Forældrekursus den 21. – 22. marts 2015

**Sted:** Brogaarden, Abelonelundvej 40, 5500 Middelfart

### Lørdag:

**Kl. 9.00-10.00** Ankomst og indkvartering

**Kl. 10.00-10.15** Velkomst og intro ved formand for Landsforeningen Downs Syndrom, Thomas Hamann

**Kl. 10.15-11.45** Fællesoplæg "Leg, læring og kreativitet – hvorfor glade børn lære mere"

Oplæg ved Hans Henrik Knoop, Lektor på DPU og leder af forskningsenhed for positiv psykologi

**Kl. 12.45-16.15** Faglige oplæg/workshops, forældrene kan vælge mellem 3 nedenstående oplæg/workshops:

#### **1) Særligt for småbørnsforældre: mestring og relationer.**

Hvordan kan forældrene holde fast i ressourceorienteret syn på barn med Downs Syndrom og støtte op om at barnet får mestringsoplevelser og danner positive relationer?

Oplæg ved Trish Nymark, sygeplejerske, psykoterapeut og konsulent.

#### **2) Downs - børn og unge - krop, seksualitet og kærester.**

Når jeres børn viser tegn på interesse for kroppen og seksualitet som små og senere i puberteten, kan man som forælder være i tvivl om, hvordan man skal tackle det. Seksualitet er stadig et tabuemne mange steder og Rikke Thor vil fortælle om det naturlige i mindre børns kropslege, og hvordan jeres børn med Downs syndrom kan opleve pubertet og seksualitet. Både i forhold til deres egen krop og onani og også i forhold til andre. Hvordan taler I bedst med jeres børn om seksualitet og kærester, hvordan agerer I bedst? hvilken støtte kan I give dem? og hvilke præventionsformer kan være velegnet til jeres unge? Disse spørgsmål og mange andre vil der være plads til at få svar på.

Oplæg ved Rikke Thor, sygeplejerske, sexolog og sexualunderviser

Læs mere om Rikke her [www.rikkethor.dk](http://www.rikkethor.dk). I er også velkomne til at skrive spørgsmål til Rikke inden kurset på mail [rt@rikkethor.dk](mailto:rt@rikkethor.dk).

#### **3) Søskenderelationer.**

Personlig beretning om at være søskende til et barn med Downs Syndrom og inspiration til hvordan der skabes plads til søskende i familien.

Oplæg ved Clara Ottingnon

**Kl. 16.30-17.30** Forældrecafé med erfaringsudveksling, netværksdannelse mv.

**Kl. 18.00** Middag med efterfølgende erfaringsudveksling og netværksdannelse

**Søndag:**

**Kl. 8.00-9.00** Morgenmad

**Kl. 9.00-12.00** Faglige oplæg/workshops. Forældrene kan vælge mellem 4 nedenstående workshops:

**1) Kommunikation og Karlstadmodellen**

Karlstadmodellen en vejledningsmodel for sprogstimulering.

Sprogleg og sprogtræning med Karlstadmodellen.

Oplæg ved Hanne List, certificeret vejleder.

**2) Parforhold – hvordan holder vi liv i gnisten?**

Og hvad betyder et godt parforhold for familiens trivsel?

Oplæg ved Claudia og John Larsen, forældre til en pige på 18 år med handicap. Claudia er lærer på specialskolen Skrillingskolen.

**3) Sansestimulering af småbørn med Downs Syndrom**

Oplæg ved Mette Degn, Djurs Fysioterapi.

Mette er uddannet fysioterapeut og har taget ekstra uddannelse i bl.a. sanseintegrationsterapi.

Læs mere om Mette her [www.djursfys.dk](http://www.djursfys.dk)

**4) Neuropædagogik**

Neuropædagogik på et lavpraktisk og brugbart niveau! Få en bedre forståelse for, hvorfor dit barn kan have svært ved at lære af sine erfaringer og huske handlingsrækkefølge fra gang til gang.

Oplæg ved Mette Glud, der har diplomuddannelse i Neuropædagogik.

**Kl. 12.00-13.00** Frokost

**13.00-14.30 Fællesoplæg: Spis godt – læring kræver næring – hele livet!**

Hvordan hænger mad sammen med trivsel og evnen til at lære?

Hvad sker der, når vi får for meget sukker? Og for lidt af de sunde fedtsyrer? Hvordan ændrer vi madvaner? Hvordan hænger mad og sanser sammen? Hvad sætter vi i stedet, når vi tager noget væk? Hvad stiller vi op med kræsenhed? Og dem, der har svært ved at spise? Hvordan kommer der gang i at spise morgenmad, hvis det er det, der er en udfordring.

Få viden og inspiration til mad, måltider og spisning m.m.

Oplæg ved Birgitte Flensholt, kostkonsulent, ernærings- og husholdningsøkonom samt bachelor i psykologi.

**14.30-15.00** Evaluering, afrunding og tak for nu.