



Furesø Familieliv er et kursusforløb til alle førstegangsførelse i Furesø Kommune. Her får I information, råd og inspiration til en god start på livet som ny familie.

Kursusforløbet består af 14 moduler fra 36. uge af graviditeten og til jeres barn er ca. 2 år gammelt.

# FURESØ FAMILIELIV KURSUS- PROGRAM

## 1. GRAVIDITET & ØKONOMI

Velkomst og præsentation. Om netværk, babyudstyr, økonomi og orlovsmuligheder.

## 2. DEN FØRSTE TID SOM FAMILIE

Fødselsoplevelser og hverdagen med spædbarnet. Om søvn, samspil og barnets signaler.

## 3. BARNETS OG FAMILIENS UDVIKLING

Efterfødselsreaktioner og spædbarnets behov. Om forventninger, tillid og kvalitet i familielivet.

## 4. MOTORISK UDVIKLING

Hvordan stimulerer du dit barns udvikling? Om motorik, sanselege og sikkerhed i hjemmet.

## 5. MAD, SØVN & DØGNRYTME

Overgangskost og rutiner. Om måltider, mad og gode putteritualer.

## 6. PARFORHOLD

Hvordan holder vi liv i kærligheden? Om samliv, nærvær og tålmodighed.

## 7. SUNDHED & TÆNDER

Hvad gør jeg, når barnet får feber? Om symptomer, infektionssygdomme og barnets tænder.

## 8. FAMILIEJURA & HJÆLP

Familierådgivning - hvad er det? Om rådgivning, hjælp og de juridiske rammer for familien.

## 9. SPROGLIG UDVIKLING

Hvad er vigtigt for dit barns sproglige udvikling? Om rim og remser, dialogisk læsning og sproglig stimulation.

## 10. PÅ VEJ UD I DEN STORE VERDEN

Forældre på arbejde og barn i dagpleje eller vuggestue. Om separationsangst, søvn og overgange.

## 11. HVERDAGSLIVET I FAMILIEN

Kommunikation og samarbejde. Om hvordan alles behov tilgodeses mest muligt.

## 12. SYGDOMME, ULYKKER & FØRSTEHJÆLP

Hvornår bør jeg kontakte lægen? Om sygdom, forsikring og førstehjælp.

## 13. BARNETS SELVSTÆNDIGHED

Kan selv – vil selv. Om adskillelse, opdragelse og tydelige forældre.

## 14. HVOR GÅR VI HEN?

Hvilke værdier skal være grundlæggende for vores familie i fremtiden? Afrunding og afslutning.

