



**PERHEKESKUS**

Mukana elämässä.

## Meneekö hermot?

Oletko huolissasi lapsesi kiukkuisuudesta, itsehillinnän puutteesta, uhmakkuudesta, riitelystä, sosiaalisten suhteiden vaikeudesta? Menetätkö malttisi lapsen kanssa? Onko arki raskasta ja ilo kateissa?



## IHMEELLISET VUODET VANHEMMUUSRYHMÄ

Ihmeelliset vuodet -ohjelma on osoittautunut tehokkaaksi keinoksi vähentää lasten uhmakkuutta, kiukkuisuutta ja käyttäytymispulmia sekä lisäämään lasten sosiaalisia taitoja ja kykyä kanssakäymiseen kotona, päiväkodissa, koulussa ja kaverisuhteissa. Ihmeelliset vuodet -ohjelmaa on tutkittu ja tulokset ovat olleet yhtäläisiä – noin 70 % lapsista on hyötynyt merkittävästi menetelmästä. Lisäksi vanhemmat ovat kokeneet saaneensa runsaasti tukea, helpotusta sekä käytännöllisiä uusia taitoja ja keinoja vanhemmuuteen ja omaan jaksamiseen. Lisätietoja sivuilta [www.incredibleyears.com](http://www.incredibleyears.com)

Järvi-Pohjanmaan perhepalvelut kokoaa Ihmeelliset vuodet -ohjelman mukaisen vanhempien ryhmän jo kuudetta kertaa

- mukaan mahtuu noin 8-10 vanhempaa pohtimaan yhdessä, miten voisivat auttaa lastaan käytöshaasteissa vanhemmuuden taitoja lisäämällä
- Syksyn 2021 ryhmä suunnataan alle kouluikäisten lasten vanhemmille Järvi-Pohjanmaan alueella (lapsen ikä noin 3-6 vuotta)
- **Ryhmä alkaa 27.9.2021, kokoontumiset kerran viikossa, maanantaisin** (kellonaika sovitaan ryhmän toiveet huomioiden)
- Yhteensä ryhmä kokoontuu 14 kertaa, syyslomaviikolla ja jouluna tauot
- Ryhmä kokoontuu perhekeskuksen kohtaamispaikka Pähkinässä, os. Tulisalontie 1, 62900 Alajärvi
- Ryhmässä tarjotaan vanhemmille kahvit ja välipalaa
- Ryhmään osallistuminen on maksutonta
- Lastenhoito järjestetään tarvittaessa Pähkinässä

### Lisätietoja ja syyskuussa 2021 alkavaan ryhmän ilmoittautumiset elokuussa:

Teija Tuomela, perheohjaaja, 0400 782 201, teija.tuomela@jarvi-pohjanmaa.fi

Marjo Alanen, perheohjaaja, 040 661 0207, marjo.alanen@jarvi-pohjanmaa.fi



**ALAJÄRVEN KAUPUNKI**  
**JÄRVI-POHJANMAAN PERUSTURVA**  
Alajärvi – Lappajärvi – Vimpeli

