

# سلام مادر یا پدر!

بین سن ۳ تا ۱۲ سالگی اتفاقات زیادی می‌افتد، چه با فرزند شما و چه در رابطه شما با او. در جلسات ABC با مادران و پدران شما پشتیبانی و توصیه‌هایی برای توسعه مشترک و تقویت رابطه‌تان دریافت خواهید کرد.

از طریق گفتگوها و تمرین‌ها، تمرکز بر آنچه در زندگی روزمره کارآیی دارد را تمرین خواهید کرد. چند هفته پس از این جلسات، دوباره دیدار خواهیم کرد تا در مورد چگونگی استفاده از آموخته‌هایتان صحبت کنیم. ما چهار بار دیدار خواهیم کرد و روی موضوع‌های زیر کار خواهیم کرد:

« نشان دادن محبت

« مشارکت

« نشان دادن راه

« انتخاب میدان نبرد خود



QR را اسکن کنید تا یک جلسه دیدار با مادران و پدران در نزدیکی خود پیدا کنید. اطلاعات بیشتر درباره حمایت از مادران و پدران را می‌توانید در این نشانی بیابید: [goteborg.se/foraldrastod](http://goteborg.se/foraldrastod)

Alla Barn i Centrum (ABC) یک برنامه حمایت از مادران و پدران است که هدف آن تقویت رابطه میان فرزندان و والدین آنان از راه تشکیل جلسات گروهی با تمرکز بر روی تعامل، ارتباط و کارهای روزمره است. این جلسات رایگان هستند و برای مادران و پدران که فرزندان تا ۲ سال، ۳ ساله تا ۱۲ ساله و نوجوانان دارند، در دسترس است.

اینها سخنان مادران و پدران است که در جلسات ABC شرکت کرده‌اند:

«انجام کارها با هم، مانند نظافت با جارو برقی یا شستن، بسیار جذاب تر شده است.»

«من در یافتن راه‌حل‌ها خلاق‌تر شده‌ام.»

# به همراه فرزندان پیشرفت کنید

ABC Föräldraträffar

سال 12-3

زندگی با کودکان پر از شادی و در عین حال چالش است. به جلسات ABC با مادران و پدران کودکان ۳ تا ۱۲ سال خوش آمدید، جایی که ابزارها و توصیه‌های مشخصی دریافت می‌کنید که زندگی روزمره را آسان‌تر کرده و یادگیری و رشد فرزندان را تقویت خواهد کرد. در این جلسات، ما به صورت گروهی دیدار می‌کنیم تا شما بتوانید با دیگر مادران و پدران صحبت کنید، تجربیات خود را با آنان در میان بگذارید و با دیدگاه‌های تازه آشنا شوید.



ABC föräldraträffar  
[goteborg.se/abc](http://goteborg.se/abc)



Göteborgs  
Stad