

Stärk ditt föräldraskap

– gå en kostnadsfri utbildning

Oavsett om du har en trotsig fyraåring, en fundersam tioåring eller en tonåring som testar gränser, finns det en föräldrautbildning som kan stötta dig i vardagen.

Det finns flera kostnadsfria föräldrautbildningar för dig med barn i åldern 0–18 år. Allt från kurser för småbarnsföräldrar och tonårsföräldrar till stöd vid separationer eller i nya kulturella sammanhang.

Utbildningen ger dig

- Konkreta verktyg för vardagssituationer
- Tryggt stöd av utbildade ledare
- Möjlighet att dela erfarenheter med andra föräldrar



Läs mer och anmäl dig på
[upsala.se/foraldrautbildningar](https://www.uppsala.se/foraldrautbildningar)