**Velkomen til temakveld i barnehagen!**

*- Legg inn kvar og når møtet skal vere her -*

****Denne kvelden skal vi bruke eit opplegg laga av [Livet og sånn (livetogsann.no)](https://www.livetogsann.no/). Dei lagar gratis materiell som skolar og barnehagar kan bruke for å ha fokus på folkehelse og livsmeistring. Målet er både at barn og unge skal få grunnleggande kunnskap om livsmeistring, om følelsar og tema som er viktige for dei, - og at vi vaksne som har ansvar for barn og unge får kunnskap som kan hjelpe oss å vere deira gode, trygge vaksne. Håpet er at dette skal bidra positivt i utviklinga av folkehelsa.

Denne kvelden handlar om *følelsar i kvardagen, om korleis vi kan møte dei hos oss sjølv og barna, og korleis dei nokre gongar kan forvirre oss.* Vi skal sjå to filmar saman, og jobbe i små grupper med oppgåver til desse filmane. Det er ikkje meininga at nokon skal utlevere seg sjølve eller eigne barn i desse oppgåvene. Det er forma slik at ein kan snakke generelt.

Før vi møtast er det fint om du ser denne filmen: [God vaksen for barn - YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=trkpHWElmcA)



**Sei frå om du/de kan kome slik at vi veit kor mange vi skal gjere klart for!**