

## NYHEDER

Send dine nyheder til  
red@fjordbyerne.dk

### Koncert i Roskilde Domkirke

Ved sommerkoncerten i Roskilde Domkirke torsdag er det en af Italiens mest lovende organister, Luigi Panzeri, der sidder ved orglet. På programmet står musik af italienske og nordtyske barokkomponister. Koncerten starter klokken 20.

### Spil Nintendo Wii på biblioteket

Nu kan bogorme spille Nintendo Wii på Gundsømagle Bibliotek, oplyser biblioteket. Man kan bokse, bowle og spille baseball, golf og tennis på maskinen i åbningstiden. Fra 16. oktober flytter den til Ågerup Bibliotek.



# Dit barn er skoleklar - er du det også?

I har sikkert hørt og læst om, hvorvidt Jeres barn er klar til at starte i skolen. Hvad der skal til, og hvad der skal øves. Men er du som forælder klar? Som forældre kan I gøre rigtig meget for også at være skoleklar. Her er noget af det vigtigste, du skal være opmærksom på.

#### Være små hjemme

Det er af stor betydning at »følge« barnet i den store forandringsproces, det kan være at starte i skolen og SFO-en.

Forandringen er ligesom, når du selv skifter job. De fleste børn er stolte. Nogle børn bliver meget store og kan pludselig det hele.

Andre børn har brug for at være »små« hjemme, f.eks. putte mere med dig. Det er, fordi dit barn skal være den store ude. Lad dem være, hvor de er og giv dem plads til ikke at kunne alt det, de før bare mestrede. Det kommer igen og er bare et tegn på, at barnet er lidt overvældet over omvæltningen og har brug for hvile og oaser hjemme med afslapning.

Det er vigtigt at sørge for, at dit barn får god søvn, god kost og orden i skoletasken. Orden i tasken kan de selv hjælpe med, de andre ting er du ansvarlig for. Sørg for at få nogle gode grundlæggende rutiner, således at det bliver en del af barnets skoleliv – også fremover.

#### Tålmodighed en dyd

Dernæst er det godt at støtte dit barn i at have tålmodig-

hed i klassen. Mange ansatte i børnehaveklassen fortæller, at mange børn gerne vil »være på«, sige noget og deltage ivrigt og med megen nysgerrig energi, hvilket jo også er dejligt. Udfordringen kommer, når alle gør det samtidig.

Nogle børn kan have svært ved at vente eller give plads til de andre børn. Som personalet siger: Alle børn kan ikke få tid til at snakke hele tiden, eller være den første der henter mælk, eller får klassens bamse med hjem.

Som forældre kan du hjemme tale med barnet om, at det helt sikkert bliver dets tur - at læreren nok skal huske barnet. Det kan gøres sjovt ved f.eks. at spille nogle spil med barnet. Der er ofte regler og rammer som fællesskabet må følge – i de fleste spil skal man lytte og vente –

præcist som i klasseværelset.

Som forælder kan man vende det positivt, når barnet kommer og er ked af det ikke blev først, ved f.eks. at sige: »Jeg kan se du er ked af, at det blev Jonas, der fik lov til at hente mælk. Det må du gerne være. Hvor er det spændende at det snart bliver din tur til at hente mælk.«

Du kan som forælder godt være med til at støtte dit barns proces i at være i et struktureret fællesskab sammen med andre børn – med plads til alle børn.

Husk at omtale lærere og pædagoger positivt hjemme. Er du utilfreds, så tal med de voksne omkring barnet.

Som forælder kan du gøre rigtig meget for dit barns skoletid.

Glæd dig til skolen. Klar parat skolestart.

Lone Carmel er familierådgiver i Roskilde. Hun får i sin praksis, klinikken Relazion, besøg af mange meget forskellige familier med meget forskellige udfordringer.

For eksempel om uforløste relationer, skoletræthed, teenagere, opdragelse, skilsmisser, depression, sorg, stress og meget andet.

I denne spalte vil hun give gode råd om nogle af de udfordringer mange familier har. I denne uge handler det om, hvordan man får en god skolestart.

Hvis du har forslag til andre emner som Lone Carmel kan tage op, så skriv til:

lone@relazion.dk, gerne med »Råd om samliv« i emnefeltet.

## Alle familier er forskellige

Lone Carmel er familierådgiver og driver klinikken Relazion i Roskilde. Fremover kan du i Fjordbyerne Roskilde læse hendes gode råd til familierne, når den svære hverdag skal hænge sammen.

Hun møder mange forskellige familier i sit daglige arbejde. Og de har alle sammen forskellige problemer, der skal løses. Eller udfordringer, som det hedder på moderne dansk.

»Alle familier er forskellige med deres unikke særpræg,« fortæller Lone Carmel. »Hver familie har sine egne måder at handle på, egne ideer og egne holdninger,« Slår hun fast.

Alligevel vil hun forsøge at give Fjordbyernes læsere nogle råd, som de fleste forhåbentlig kan bruge. Hun siger selv om sine indlæg:

»De er ment som inspiration, refleksion og måder at overveje nye handlinger på. Måske kan man bruge dem til at revidere mønstre, kommunikation, handlinger eller samværsformer på. Artiklerne er ment som oplæg til diskussion og overvejelser om

det liv, man lever i.« Selv om Lone Carmel håber, at mange kan bruge hendes ord, advarer hun imod at gøre dem til det eneste rigtige:

»For mig findes der ikke noget der er entydigt sandt. Ingen mennesker bliver inspireret af, at møde nogen der fordømmer eller moraliserer. Nogle klumper vil virke generaliserende og hensigten er, at du kan tage det, der giver dig mening.«

Lone Carmel er 38 år gammel. Hun er uddannet familierådgiver og familierapeut fra Kemplerinstituttet samt Cand. Pæd. i Pæd. Psyk. Som familierådgiver arbejder hun med enkeltpersoner, familier og grupper, såvel i sin klinik i Roskilde som ude i virksomheder. Lone Carmels første artikel handler om at være klar til skolestarten.

