

## NYHEDER

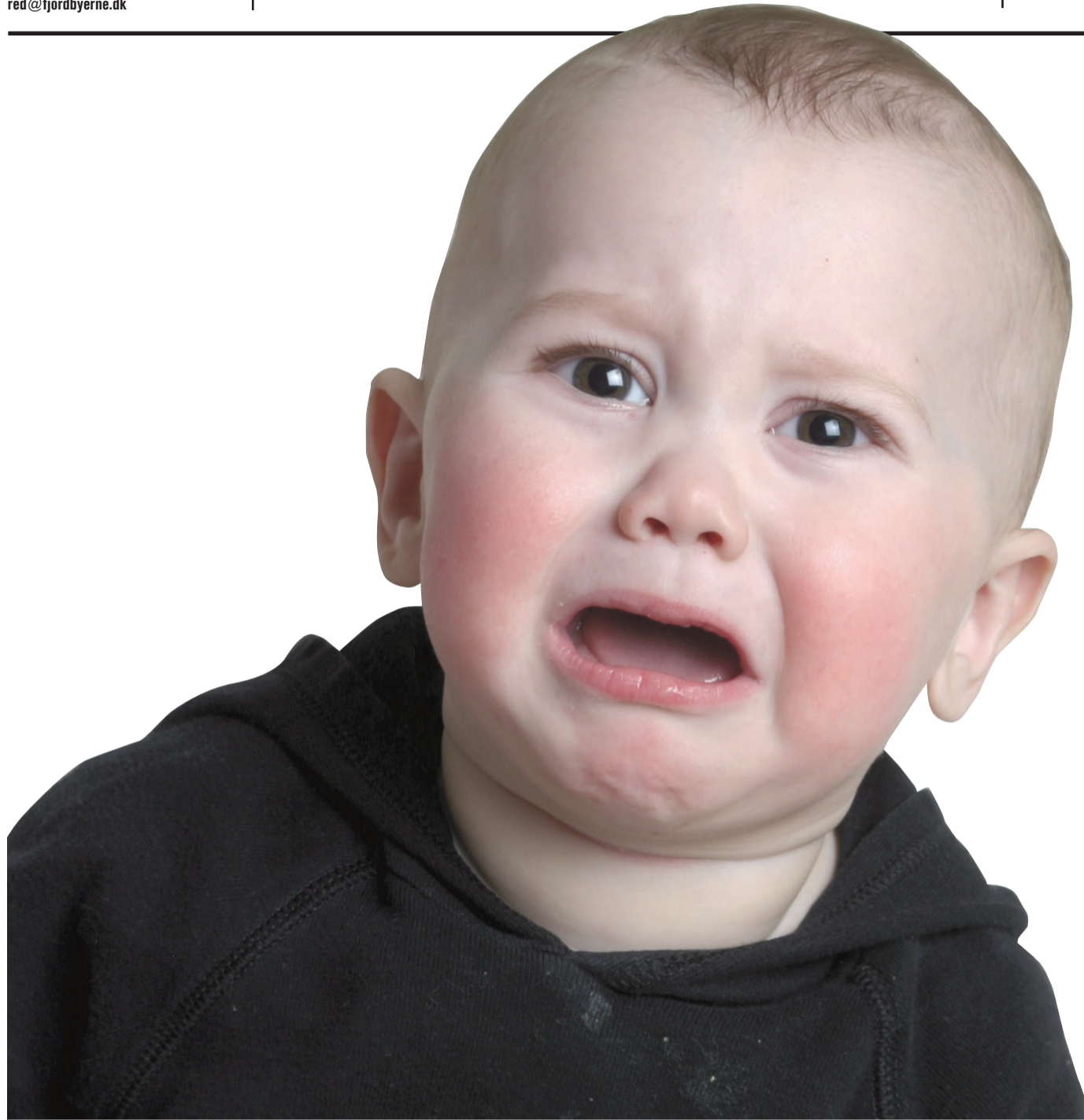
Send dine nyheder til  
red@fjordbyerne.dk

### Færdselsuheld ved Q8

Fredag morgen ved ottetiden skete et trafikuheld på Darupvej. Det skete, da en 19-årig kvinde fra Kirke-Hyllinge kørte på Darupvej mod Vilvorde og skulle på motorvejen. På tilkørselsbanen overså hun en 45-årig mand, som var på vej ind på Q8. Bilerne tørnede sammen, men der skete heldigvis ingen personskaade.

### 3 polske spritbilister anholdt

I sidste uge blev tre polske mænd tirsdag anholdt på Osvej i Jyllinge for spritkørsel. Mændene var henholdsvis 49 år, 52 år og 54 år. De kørte i en personbil på p-pladsen ved Super Best, men vidner hjalp med at tilbageholde dem. Den 49-årige chauffør påkørte to parkerede biler og en 31-årig kvinde fra Jyllinge.



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.

# Sent i butikker med børn

**KONFLIKT** Du skal købe en gave i en legetøjsbutik og har dit barn med. Det er efter job, og blodsukkeret er en smule i bund. Det her er et af de indkøb, der skal overstås. »Hvorfor gjorde jeg det ikke forleden, da jeg havde god tid?«, tænker du.

Somme tider kunne det være bedre for alle, hvis du nogen gang købte ind først og hentede i institution bagefter. Eller tog hele familien med ud og storhandlede en dag, hvor I havde god tid, eller selv købte ind meget sent. Det kan være meget lærerigt for børn at komme med på indkøb - bare ikke når de er trætte og sultne.

Et øjeblik kan du glemme, at dit barn også har været af sted hele dagen. Det er fyldt med indtryk og har ofte brug for nærvær og tid sammen med dig eller alene. Det har måske brug for ro og lidt mad. Det helt modsatte af, hvad I er gang med. Derfor kan det blive en udfordring.

Nu kan vi jo ikke kun gå i butikker med børn, når vi har meget tid og overskud. Konfliktniveauet ville ellers helt sikkert falde, hvis vi valgte det. Man kan derimod godt gøre sig nogle forberedelser for at mindske udfordringen.

For det første kan man gøre det helt klart

for barnet, hvad formålet er med turen. Det er selvfølgelig varierende efter barnets alder. Vil man ikke købe noget til sit barn i butikken, kan du sige; I dag skal vi købe gave til niecen og kun den ene ting. Jeg vil gerne være med til at se på alle de sjove ting i butikken, selvom vi kun skal købe en ting.

Hvis man alligevel får en diskussion, kan begrebet »Time Out« bruges. Det betyder, at den voksne - på sigt kan barnet også bruge det - siger: »jeg har brug for en pause i denne her snak, jeg går lidt væk.« I kan også prøve at gå ud af butikken.

I pausen kan begge trække vejret, tænke

over situationen og så vende tilbage på en ny måde. Når man har forskellige synspunkter og er styret af sine impulser, vrede eller helt andre følelser, forstærkes magtkampen ofte. Konflikterne bliver ikke løst. Ingen kan træffe valg. Barnet lukker ørerne, og den voksne kommer muligvis til at sige noget nedværdigende til barnet. Bliver det hele for meget for dig, kan du prøve at holde en pause og reflektere over situationen. Det giver et andet overblik, og du kan vende tilbage med mere overskud til diskussionen.

Så god tur til butikken næste gang.

## Få et varmt tilbud til en kold tid! Stærke priser på olie og træpiller!

Danish Agro leverer fyringsolie og træpiller af høj kvalitet og til meget konkurrencedygtige priser - uden fordyrende mellemlid!

Ring nu og hør nærmere hos vores afdeling i Gadstrup,  
Salløvvej 8: Tlf. 82 10 98 17

Læs mere på [www.danishagro.dk](http://www.danishagro.dk)

Ved tårøb af olie kontakt  
døgnvagt tlf. 40 44 30 72



**Danish Agro**