



# Shirley Schools



## Weekly Communication

Aby skontaktować się z którymkolwiek z pracowników, proszę wysłać e-mail [office@shirleyschools.co.uk](mailto:office@shirleyschools.co.uk) zaznaczony do wiadomości pracownika, a Twój e-mail zostanie przesłany

Piątek 20 stycznia 2023

Drodzy Rodzice i Opiekunowie,

### **PRZYPOMNIENIE O LEKACH**

Jeśli wysyłasz swoje dziecko do szkoły z jakimikolwiek lekami na ból głowy, kaszel, przeziębienie, niestrawność itp, upewnij się, że są one podpisane przez biuro szkolne.

**Na naszych stronach internetowych znajdują się linki do stron z listami:**

[Infant School Letters Link](#)

[Junior School Letters Link](#)

# Dates for your Diary

## Shirley Infant School

### STYCZEN

**Friday 27th** **INSET DAY - Szkoła zamknięta-**  
**Monday 30th** **INSET DAY - Szkoła zamknięta**  
Tuesday 31st Warsztaty dla rodziców na temat  
zachowania i Relacje w szkole - wydarzenie wirtualne  
**12:30-1:30pm**

### LUTY

Thursday 2nd Year 1 Uroczyste wydarzenie 2.45pm  
w klasie  
Friday 3rd Year 2 Home Learning due (Praca  
domowa oddac)  
Tuesday 7th Year 1 Fire Visit - on site  
Thursday 9th Year R Uroczyste wydarzenie 2.45pm  
w klasie  
**Friday 10th** **Szkoła jest zamknięta z powodu**  
**Half Term**  
**13th—17th** **HALF TERM**

**Monday 20th** **Szkoła zostaje ponownie otwarta**  
**dla SPRING 2**

Wednesday 22nd Year 2 Great Fire of London - na  
miejscu  
Thursday 23rd Year R Mill Cottage - na miejscu  
Thursday 23rd Year 1 Manor Farm - poza terenem

## Shirley Junior School

### STYCZEN

Monday 23rd Young Voices - poza terenem  
Thursday 26th Year 5 Pływanie Arctic Foxes  
**Friday 27th** **INSET DAY - Szkoła zamknięta**  
**Monday 30th** **INSET DAY - Szkoła zamknięta**

### LUTY

Thursday 2nd Podziel się moją nauką 8.45am & 3.20pm  
w klasie  
Thursday 2nd Year 5 Pływanie Arctic Foxes  
Thursday 2nd Year 4 Fishbourne Roman Palace - off site  
Friday 3rd PTA Quiz  
Thursday 9th Year 3 Sleep over and light party - on site  
Thursday 9th Year 5 Pływanie Arctic Foxes  
Friday 10th PTA Sprzedaż ciast  
**Friday 10th** **Szkoła jest zamknięta z powodu**  
**Half Term**

**13th—17th** **HALF TERM**

**Monday 20th** **Otwarcie Szkoły dla SPRING 2**

Thursday 23rd Year 5 Pływanie Siberian Husky

Share my leaning-Juniorzy

Od Spring 2 będziemy zmieniać dni w następujący sposób:

wtorek 21 marca

Czwartek 18 maja

Wtorek 11 lipca

W związku z zapowiedzią koronacji Jego Królewskiej Mości w sobotę 6 maja 2023 r. ogłoszono dodatkowy dzień wolny od pracy w poniedziałek 8 maja. Placówki, które normalnie są zamknięte w dniu święta bankowego, powinny być zamknięte w tym dniu. Obejmuje to szkoły i uczelnie.

## Już wkrótce

Terminy wieczorów dla rodziców - Spring 2 (wiosna)

Informacje o potencjalnych strajkach

Ograniczenie czasu ekranowego jest jednym z najczęstszych problemów, jakie słyszymy od rodziców. W rzeczywistości jedna uniwersalna wskazówka lub zasada dotycząca czasu ekranowego nie działa dla wszystkich.

Ten materiał od Smart Social zawiera 50+ wskazówek, które pomogą rodzinom znaleźć sposoby na ograniczenie czasu ekranowego. Przewiń wskazówki i jesteśmy pewni, że przynajmniej jedna z nich będzie związana z Twoimi celami i tym, czego Twoi uczniowie potrzebują w swoim życiu

[https://smartsocial.us3.list-manage.com/track/click?  
u=31eb4161cfb27071716e69a09&id=6ba11a054e&e=493e055c0a](https://smartsocial.us3.list-manage.com/track/click?u=31eb4161cfb27071716e69a09&id=6ba11a054e&e=493e055c0a)

# Zabezpieczenia

## **Porady dotyczące bezpieczeństwa w sieci**

Zrozumienie bezpieczeństwa w sieci jest trudne dla wszystkich grup wiekowych. Oto kilka porad, które pomogą wam nauczyć się bezpiecznego korzystania z Internetu w rodzinie

[https://www.nspcc.org.uk/keeping-children-safe/online-safety/.](https://www.nspcc.org.uk/keeping-children-safe/online-safety/)

<https://www.childline.org.uk/info-advice/bullying-abuse-safety/online-mobile-safety/staying-safe-online>

FOSIS/PTFA

## Community Informacje



Southampton Music Hub and Friends of the Southampton Youth Orchestras  
present their annual

# Pyramid Concert

Featuring Acorn Strings, Elgar Strings, Youth Strings, Youth  
Concert Sinfonia and Youth Orchestra

## Saturday 28 January

7.00pm

at Central Hall  
St Mary Street, Southampton, SO14 1NF

Tickets:  
£12 adults, £8 concessions, £2 under 16s  
£25 Family ticket – 2 adults and 2 children  
Box Office:  
Available on the door on the day



[southamptonmusicclub.org](http://southamptonmusicclub.org)  
[music@southampton.gov.uk](mailto:music@southampton.gov.uk)

023 8083 3648  
@musicclubsouth



SOUTHAMPTON  
CITY COUNCIL

Southampton Music Hub i Friends of Southampton Youth Orchestras organizują doroczny koncert Pyramid Orchestra, w którym wezmą udział dzieci z wielu szkół z całego miasta, będące członkami naszych grup Acorn, Elgar i Southampton Youth Strings oraz naszych orkiestr: SYCS i SYO. Koncert odbędzie się w Central Hall w sobotę 28 stycznia (w godzinach 19:00-9:15).

Ten koncert naprawdę pokazuje niesamowity talent naszych młodych muzyków w wieku od 1 roku w naszej grupie Acorn aż do młodych dorosłych graczy w naszej najlepszej orkiestrze, Southampton Youth Orchestra, gdzie młodszy członkowie, miejmy nadzieję, skończą jako gracze za kilka lat. Zespoły składają się z 182 graczy z całego Southampton.

## ŚWIATŁO W GÓRĘ

W związku ze zbliżającymi się dniami wstępnymi 27/1, chcieliśmy zaprosić rodziców obu szkół na pozaszkolny Light UP Inset Day. Wydarzenie odbędzie się w St. James Memorial w ich głównej sali, będzie otwarte dla dzieci z Shirley Infant i Junior, jak również dzieci z Wordsworth.

[This is a letter describing the event](#)

Miejsce dla swojego dziecka można zarezerwować tutaj:

<https://www.lightupdrama.org.uk/events/drama-inset-day-27-1>

Po dokonaniu rezerwacji otrzymają Państwo potwierdzenie z dalszymi informacjami na temat wydarzenia.

 **LIGHT UP**

LEARNING TO SHINE ON AND OFF THE STAGE

**SPRING TERM  
BEGINS  
2/01/23**

- 1 hour classes
- 2 hour company
- Advanced classes & LAMDA exams



**SATURDAY  
MUSICAL THEATRE CLASSES**



**BOOKING OPEN**

 **PARTIES**

Leave the drama to us &  
we'll put you centre stage  
of your next party!

[www.lightupdrama.org.uk/parties](http://www.lightupdrama.org.uk/parties)

FIND US ON   

REGISTERED CHARITY NUMBER 1194787

### Light UP's Shirley Company przedstawi

#### The Lion, the Witch and the Wardrobe.

Mamy 6 uczniów z grupy Juniors w obsadzie, więc byłoby wspaniale, gdybyśmy otrzymali wsparcie społeczności szkolnej.

Przedstawienie odbędzie się w weekend 11/2-12/2 w Royal Victoria Country Park.



**LIGHT UP SHIRLEY COMPANY**  
IN CO-PRODUCTION WITH  
**MASKERS THEATRE COMPANY**

PRESENT  
THE **LION, THE WITCH,  
AND THE WARDROBE**

**NARNIA IS  
WAITING FOR  
YOU, BOOK NOW!**

THE LION, THE WITCH AND THE WARDROBE  
By C.S. LEWIS DRAMATISED BY ADRIAN MITCHELL  
MUSIC BY SHAUN DAVEY

**11-12 FEBRUARY 2023**  
ROYAL VICTORIA COUNTRY PARK

This amateur production of THE LION, THE WITCH AND THE WARDROBE is presented by arrangement with Concord Theatricals Ltd. [www.concordtheatricals.co.uk](http://www.concordtheatricals.co.uk)





## Need support and advice during the cost of living crisis?

**SO:Linked and Southampton City Council are holding a series of drop-in community events across Southampton which offer advice and guidance for people alongside a community market place of local organisations which can offer support.**

**Come and meet us**

**Monday 16th Jan from 11am - 2pm**

Central Library, Civic Centre, Southampton SO14 7LW

**Monday 23rd Jan from 11am - 2pm**

Woolston Library, Centenary Quay, Victoria Rd, Woolston, SO19 9EF

**Monday 30th Jan from 11am - 2pm**

Shirley Library, Shirley Precinct, Shirley, Southampton SO15 5LL

For more information about our community drop-in events visit

[www.solinked.org.uk](http://www.solinked.org.uk), call us on **023 8021 6050** or email [soccg.solinked@nhs.net](mailto:soccg.solinked@nhs.net)





## Koszty życia

Wiele osób odczuwa skutki rosnących kosztów życia i może to być bardzo trudne, gdy nie czujesz się w kontroli nad swoimi pieniędzmi. Kryzys dotyka wszystkich, ale niektórzy zmagają się z nim znacznie bardziej niż inni.

Proszę skorzystać z tego linku, aby uzyskać więcej informacji - [Cost of living information](#)

# Boost your immunity this winter season against flu & COVID 19

Get your  
COVID19 jab



Check your eligibility and book an appointment  
[www.nhs.uk/wintervaccinations](http://www.nhs.uk/wintervaccinations)

Southampton Sporterium: Sportive i darmowa przejażdżka rodzinna

Jesteśmy podekscytowani, że w sobotę 1 kwietnia 2023 roku ponownie powitamy Southampton Sporterium, które obejmuje wyścig sportowy, darmową jazdę rodzinną i wydarzenia Spin City.

Sportive to wydarzenie kolarskie bez rywalizacji, składające się z dwóch dystansów: 60k, który zabierze Cię z miasta przez okoliczne tereny wiejskie Fair Oak, Shawford, Braishfield i Romsey, i 100k, i idzie aż do New Alresford i Stockbridge. Możesz jeździć sam, z zespołem lub jeździć dla celów charytatywnych. Jest wiele dostępnych opcji, więc zarezerwuj swoje miejsce tutaj.

Obok głównego wydarzenia sportowego, znajdziesz również darmową zabawę rodzinną oraz Spin City. Przynies swój własny rower lub wypróbuj nowy zestaw kół; będziemy mieli wiele rowerów odpowiednich dla wszystkich grup wiekowych i umiejętności do wypróbowania na wolnej od ruchu ulicznego pętli, więc jeśli ty i twoja rodzina chcecie zacząć jeździć na

## Odwiedź Bike Doctor w Southampton

Zapraszamy do regularnych serwisów Bike Doctor w Bitterne Precinct i na Guildhall Square, które odbywają się odpowiednio w pierwszą środę i pierwszy czwartek miesiąca.

Drobne zmiany, regulacje i wymiany są bezpłatne, a użytkownicy płacą tylko za części, np. za wymianę dętki lub klocków hamulcowych. Bike Doctor może również udzielić porady na temat konserwacji oraz w przypadku konieczności przeprowadzenia bardziej zaawansowanych prac.

### Nadchodzące daty:

\* Bitterne Precinct Bike Doctor: 1 lutego i 1 marca, 2023 10am to 2pm

\* Guildhall Bike Doctor: 2 lutego i 2 marca 2023 r., godz. 10.00-14.00

Wszystkie daty są na naszej stronie My Journey [events page](#) więc śledź stronę internetową i stronę na Facebooku, aby uzyskać wszystkie aktualizacje, w tym nadchodzące terminy Bike Doctor w innych lokalizacjach!

## Sesje "Cycle Confidence" w Southampton

Zawsze chciałeś jeździć na rowerze, ale nie masz pewności siebie, aby wyruszyć w drogę? Wraz z naszymi partnerami Monty's Bike Hub oferujemy 5 godzin darmowego szkolenia rowerowego dla mieszkańców Southampton. Proszę udać się do [My Journey website](#) aby uzyskać szczegóły dotyczące rejestracji. Jeśli nie masz obecnie roweru, nie ma problemu - upewnij się, że dajesz znać Monty's podczas składania wniosku, a oni mogą spróbować zorganizować dla Ciebie rower.

## Łatwy przejazd Southampton "Breeze through winter" 2023 r.

Jest zima i wiemy, że jesteś gotowy, aby wrócić na rower.

Grupa Southampton Breeze chce Ci w tym pomóc, organizując spokojną przejażdżkę w 2023 roku po cichych drogach i zielonych obszarach Southampton.

Spotkamy się na Common i stamtąd wyruszymy na krótką przejażdżkę po cichych drogach Southampton i ścieżkach rowerowych do miasta, a następnie wrócimy do miejsca startu, aby zakończyć. Idealny dla tych, którzy chcą wrócić do jazdy na rowerze lub jeździli już trochę wcześniej, ale chcą to zrobić w grupie wspierających się kobiet! Może jesteś w stanie pewnie obsługiwać rower, ale nie próbowałaś jeszcze jeździć po drogach; wtedy ta przejażdżka jest dla Ciebie!

Jest to jedna z serii przejażdżek, które mogą być dłuższe lub krótsze w zależności od warunków. Aby wziąć udział w przejażdżce, należy zarejestrować swój profil na stronie [Let's Ride website](#) i potwierdzić swoją obecność.

## Southampton Dial-a-ride

Czy korzystałeś z naszej usługi Dial-a-ride w Southampton?

Dial-a-ride to usługa "od drzwi do drzwi" z wykorzystaniem w pełni dostępnych pojazdów, które mogą przewozić zarówno pasażerów na wózkach inwalidzkich, jak i pasażerów siedzących.

Usługa Dial-a-ride jest dostępna dla każdego mieszkańca Southampton, który nie może korzystać z głównego transportu publicznego ze względu na niepełnosprawność i nie posiada własnego transportu. Usługa ta umożliwia dojazd do dowolnego miejsca w mieście Southampton, z wyjątkiem wizyt w szpitalu, ośrodków dziennych lub u lekarza pierwszego kontaktu. Członkostwo jest bezpłatne, pasażerowie płacą za przejazd. Zadzwoń pod numer 023 8022 2289, aby poprosić o formularz zgłoszeniowy lub wejdź na stronę [website](#).

## Oferty przejazdów autobusowych w Southampton

Wciąż jest czas, aby skorzystać z doskonałych ofert przejazdów autobusami w Southampton i okolicach. Zaplanuj swój dzień lub wieczór i wybierz bardziej ekologiczne opcje podróży, korzystając z jednej z poniższych zniżek:

£1 Podróż autobusem po godzinie 18:00

Nigdy nie było łatwiejszego i bardziej przystępnego cenowo czasu na powrót na pokład samolotu dzięki usłudze £1 po godzinie 18:00. [Bluestar](#) and [City Red](#) buses.

Ta niesamowita oferta jest dostępna na wszystkich trasach i we wszystkich strefach taryfowych, więc jest idealna do poruszania się po Southampton lub odwiedzania pobliskich miast i miasteczek. Nowy system "tap on tap off" działa w ramach tej ograniczonej czasowo oferty. Jeśli podróżujesz po godzinie 18:00, taryfa w wysokości zaledwie 1 GBP zostanie automatycznie uznana za pojedynczą podróż.

Oferta 5 za 5 funtów

Lokalni operatorzy autobusowi i Southampton City Council kontynuują ofertę 5 za 5 funtów w weekendy. Grupy do pięciu osób mogą nadal podróżować w weekendy na [Bluestar/Unilink](#) services and [City Red](#) autobusów i zapłacić tylko £5 za cały dzień. Nie ma też żadnych ograniczeń czasowych!

## Rada Miasta Southampton rozpoczyna prace drogowe na Bedford Place

Po konsultacjach społecznych i współpracy z lokalnymi przedsiębiorstwami Rada Miasta Southampton rozpoczyna prace mające na celu ulepszenie Bedford Place i Carlton Place. Prace pomogą podnieść charakter tego obszaru jako miejsca spotkań towarzyskich i zakupów, przy jednoczesnym zmniejszeniu prędkości ruchu i zwiększeniu bezpieczeństwa w tym obszarze.



Prace obejmują utworzenie dostępnej, otwartej dla pieszych przestrzeni publicznej w stylu piazza, która będzie zachęcać do spożywania posiłków na zewnątrz na Carlton Place, a także poszerzenie chodnika na skrzyżowaniu z Bedford Place. Ulepszenia będą również wspierać nowo ustanowione ograniczenie prędkości do 20mph w obszarze Polygon w mieście.

Prace się rozpoczęły i mają się zakończyć do 14 kwietnia 2023 roku. Więcej informacji na temat zmian oraz pełne dane dotyczące etapów prac można znaleźć na stronie [webpage](#). Możesz również być na bieżąco z robotami drogowymi w Southampton, śledząc [@scchighways](#) na Twitterze lub odwiedzając stronę [website](#).

Role Models

FREE PARENT WEBINAR

**'HOW TO DEVELOP CONFIDENCE IN CHILDREN'**

Delivered by the  
Role Models Education Team

TUESDAY 28TH FEBRUARY

7.30PM (UK TIME)

LAURA KAY

FRANCES WALLER

The poster features a dark blue background with a faint image of a child wearing glasses. On the right side, there are two circular portraits of women, Laura Kay and Frances Waller, set against a yellow, cloud-like shape. The text is in white and yellow, providing details about the webinar's title, date, time, and speakers.

[Webinar Registration - Zoom](#)

[Letting go of Perfection Webinar](#)  
[Letting go of Perfectionism - YouTube](#)

[Growth Mindset Animated Program for Kids & Teens - GoMindset! \(gozen.com\)](#)

**Biblioteka Centralna w Southampton organizuje BEZPŁATNE imprezy rzemieślnicze związane z Nowym Rokiem Księżycowym w ramach akcji #WarmWelcome**

**Czwartek 19 stycznia:** 2pm - 3:30pm. Wyziergaj swojego własnego królika.

Wszystkie poziomy umiejętności mile widziane, materiały zapewnione.

**Sobota 21 stycznia:** 10:30-12:30.

Przyłącz się do zabawy w bibliotece dziecięcej, aby wykonać papierowy lampion, smoka i komórkę dla całej rodziny.

Nie trzeba rezerwować miejsca, wystarczy przyjść i wykazać się kreatywnością!

W bibliotekach miejskich i gminnych czekają na Ciebie ciepłe powitania, programy bezpłatnych zajęć (z darmowym poczęstunkiem), a także dostęp do książek, gazet i czasopism, sprzętu komputerowego i wi-fi.

**Zapraszamy na wydarzenia organizowane przez lokalne grupy społecznościowe**

**Sobota 21 stycznia: Impreza z okazji Chińskiego Nowego Roku**

Organizowane przez Brytyjską Świątynię Shaolin.

MAST Mayflower Studios od 10 rano | Guildhall Square od 12 po południu

[Find out more about all the activities taking place at this event here.](#)

**Niedziela 22 stycznia: Impreza z okazji obchodów Chińskiego Nowego Roku**

Zorganizowane przez Stowarzyszenie Chińskie w Southampton.

Plac Guildhall o 10:30 i parada do Westquay Shopping Centre o 11:15 | Westquay Shopping Centre od 11:30.

[Find out more about all the activities taking place at this event here.](#)

**W sobotę 4 lutego: Festiwal Lampionów (Lantern Festival)**

Zorganizowany przez Brytyjską Świątynię Shaolin.

Guildhall Square od 15:30 | UK Shaolin Temple od 18:00

[Find out more about all the activities taking place at this event here.](#)

**Niedziela 5 lutego: Festiwal Lampionów (Lantern Festival)**

Zorganizowany przez Stowarzyszenie Chińskie w Southampton.

Plac Guildhall i Galeria John Hansard w godzinach 14:00 - 16:00



## ACES Recovery Toolkit for Adults, Children and young People



- A 10 week programme for Mothers/carers who have experienced unhealthy relationships.
- Covering impact of trauma, building resilience, attachment and parenting, support networks, managing stress, child development, emotions and healthy relationships.
- A separate 8 week programme for their children (10-16 years) delivered by a trained practitioner.
- Covering keeping safe, managing stress and emotions, support networks, coping strategies, self-esteem, self-care and setting goals.

We are now taking referrals for our next programme:

Venue: 30 Brookvale Road, SO17 1QR

Date: January 2023

Time: 10am-12pm every Thursday

Please refer via our website [www.yellowdoor.org.uk](http://www.yellowdoor.org.uk) or on, 02380 636312



**BRIGHT STARS GROUP**

Bright stars was created to help provide a safe space for young people who have witnessed or/and experienced domestic abuse.

Domestic abuse can have a huge impact on a young person's life in many different ways.

Bright stars gives them a chance to meet others affected by domestic abuse and create a sense of shared identity and togetherness.

**What happens in the group?** The group meets weekly for 1 1/2 hours during term time and use a range of creative and interactive activities to explore and work on themes such as:

- What impact has domestic abuse had on our life
- Looking at identifying and maintaining healthy relationships,
- Empathy, consent, communication
- self-esteem
- emotional coping skills
- How has domestic abuse affected our thoughts & feelings about ourselves and how we view our relationships.

To book a place on any of the courses on this page of the leaflet, please contact Yellow Door on 02380 636312 or send referrals via their website: [www.yellowdoor.org.uk](http://www.yellowdoor.org.uk)

### Gender Dysphoria Therapeutic Service

Service aiming to provide a safe and supported thinking space for Children, Young People and Families where a child or young person is experiencing confusion, distress or interpersonal difficulties related to gender.

For Southampton & Hampshire children aged 4-11 (School years R-6) Parents, carers and schools frequently and understandably struggle with how best to respond to a child presenting with gender distress. We provide between 1-6 therapeutic sessions (depending on need) where those involved can come together to consider how best the child can be supported with these difficulties.

For Southampton & Hampshire children aged 12-18 (School years 7 and up) We run a therapy group that meets on a Thursday 5.15-6.45pm during term time. Using our combined training in Art Therapy and talking therapies the two facilitators aim to engage young people in: -

- exploring gender identity / dysphoria - what it means and how it impacts
- exchanging ideas, opinions & experiences alongside others facing both similar and different challenges
- building communication skills & social confidence through getting support from and being helpful to others
- considering the many different ways of understanding & managing their difficulties - recognising unknowns, uncertainties and the potential for thoughts and feelings to change over time
- identifying, celebrating and building on their individual strengths



**Steps to Work Rota**

**17/01/2023 to 04/04/2023**



<b><u>Date</u></b>	<b><u>Time</u></b>	<b><u>Mark</u></b>	<b><u>Times</u></b>	<b><u>Jannette</u></b>
17/01/2023	9.30 – 12pm	Townhill Family Hub	9.30 – 12pm	Weston Family Hub
24/01/2023	9.30 – 12pm	Clovelly Family Hub	2.30 – 5pm	Ashby Family Hub
31/01/2023	9.30 – 12pm	Swaythling Family Hub	9.30- 12pm	Pickle Coppice Family Hub
07/02/2023	9.30 – 12pm	Townhill Family Hub	9.30 – 12pm	Weston Family Hub
14/02/2023	9.30 – 12pm	Clovelly Family Hub	2.30 – 5pm	Ashby Family Hub
21/02/2023	9.30 – 12pm	Swaythling Family Hub	9.30- 12pm	Pickle Coppice Family Hub
28/02/2023	9.30 – 12pm	Townhill Family Hub	9.30 – 12pm	Weston Family Hub
07/03/2023	9.30 – 12pm	Clovelly Family Hub	2.30 – 5pm	Ashby Family Hub
14/03/2023	9.30 – 12pm	Swaythling Family Hub	9.30- 12pm	Pickle Coppice Family Hub
21/03/2023	9.30 – 12pm	Townhill Family Hub	9.30 – 12pm	Weston Family Hub
28/03/2023	9.30 – 12pm	Clovelly Family Hub	2.30 – 5pm	Ashby Family Hub
04/04/2023	9.30 – 12pm	Swaythling Family Hub	9.30- 12pm	Pickle Coppice Family Hub

Key: Yellow – School Holiday



### Steps to Work:

Family Hubs are here to support families who would like advice and guidance on their current situation.

Book your 30 minute appointment with a Employment Advisor to discuss:

- ⇒ Employment & training
- ⇒ CV writing
- ⇒ Cost of living advice
- ⇒ NEET support for 16-19 year olds
- ⇒ Looking at childcare costs when returning back to work



Please note: This is a free and warm space to provide a safe, non-judgemental environment for parents and carers to discuss their current situation.



**Sure Start**  
Family Hub Southampton

**Where:** In our City Wide Family Hubs

**When:** Every Tuesday

**Starting on the 17th January**

**What time:** 9.30 - 12 noon or 2.30 - 5pm



**For more information & to book your place:**

**Email:** [familyhub@southampton.gov.uk](mailto:familyhub@southampton.gov.uk)

**Or call Caroline Hallett: 07818 588 480**

### Cooking on a Budget

4 week workshop to help with budgeting and will help support you with your child's learning. You will use a range of skills; budgeting, estimating & measuring.



**Please bring a baking tray with you !**



**Are running a cooking on a budget course @**

**Ashby Sure Start Family Hub**

**On Thursday's**

**19th Jan  
to 2nd Feb**

**10-12pm**

**For more information please contact:**

**[familyhub@southampton.gov.uk](mailto:familyhub@southampton.gov.uk)**

**Or Call Caroline Hallett on 07818 588 480**



**Sure Start**  
Family Hub Southampton



**To book your place**

**<https://www.southampton.gov.uk/familyhubs>**

# PARENTING CHILDREN WITH ADHD

(aged 3 to 11 yrs old)

**FREE!**

**A new 8-week online course for parents/carers of children with ADHD**

**8 sessions** designed to:

- understand more about ADHD
- channel your child's energy
- improve their self-esteem
- meet their emotional needs and coping with feelings
- boost your parent/child relationship
- use effective discipline
- tips for home, school and the wider family

Via ZOOM on Monday evenings  
From 23/01/23 to 20/03/22 - 7-9pm  
for **8 weekly** sessions (term-time only)

BOOK BY EMAILING US AT: [info@sftrust.org.uk](mailto:info@sftrust.org.uk)




## Are you dealing with child to parent violence?

Get help at

### Building Respectful Families

Where: 30 Brookvale Road, SO17 1QR

Dates: Tuesdays from 24<sup>th</sup> January 2023 until 28<sup>th</sup> March 2023 (excluding half term)

Time: 10am - 12pm

Drinks, snacks (and pizza for the kids) provided

Referrals can be made via Yellow Door - email [info@yellowdoor.org.uk](mailto:info@yellowdoor.org.uk) or call 02380 636312




For parents/carers and their children aged 10-14 years

A nine week group programme

Breaking behaviour patterns such as:

- physical violence
- damage within the home environment
- stealing from family members
- threatening behaviour in the home
- attempting to control

# PARENTING CHILDREN WITH ASD

(aged 3 to 11 yrs old)

**FREE!**



**A new 8-week online course for parents/carers of children with ASD**

**8 sessions** designed to:

- understanding more about ASD
- working with your child's unique personality and abilities
- helping your child with issues of communication and social interaction
- meeting the emotional needs of your child
- handling special interests and repetitive behaviour
- dealing with oppositional behaviour using practical strategies
- tips for home, school and the wider family

Via ZOOM on Wednesdays  
From 25/01/23 to 22/03/23 - 9.30-11.30am  
for **8 weekly** sessions (term-time only)

BOOK BY EMAILING US AT: [info@sftrust.org.uk](mailto:info@sftrust.org.uk)

## Strengthening Families

Supported by Children in Need

A **FREE** course for families  
Online via ZOOM

Mums, dads and carers participate together with one of their children who must be aged 10-14 years

Get some helpful tips to strengthen your relationship with your child!



Explore subjects together such as:

- Setting loving limits
- Making house rules
- Encouraging positive behaviour
- Using consequences
- Building bridges
- Communicating when you don't agree

Course materials and snacks will be sent to your home!

An 8 week course starting on 25th January 2023  
Wednesdays 6.30 – 8.30pm on Zoom

25th Jan and 1st, 8th, 22nd Feb and 1st, 8th, 15th & 22nd March

Book a place on the course by emailing us on [info@sftrust.org.uk](mailto:info@sftrust.org.uk)





YOUTH HUB, CIVIC CENTRE, SOUTHAMPTON. SO14 7LY  
HELP US STOP FEMALE GENITAL MUTILATION - FGM

**FGM ZERO**

**TOLERANCE DAY**

**MON 6 FEB 2023**  
**12.30 - 5PM**

**FREE COMMUNITY LUNCH 12.30 - 1.30PM. MUSIC, ART AND PERFORMANCES THROUGHOUT THE DAY.**



## The FAB Course: Feelings Affect Behaviour!

A free parenting course now on ZOOM

- Understand the link between feelings and behaviour
- Tools to deal with your child's anger
- Healthy ways to express emotions
- Celebrating the positive
- Improving self-esteem

**Fridays**  
**9.30AM TO 10.30AM**  
**24/02/2023 TO 31/03/2023**

For 6 weeks: a shorter introduction followed by 5 weekly ZOOM sessions and YouTube videos



To book a place or find out more contact us at:

info@sffrust.org.uk



### The Marketplace at Millbrook

The Marketplace at Millbrook is a new membership food project providing access to affordable, fresh, healthy food in a friendly and supportive environment.

For £5 per week, members can choose at least 15 items from a range of fresh, refrigerated, frozen and ambient goods. Membership is open to anyone with an SO16 9 or SO16 4 postcode.

**When:** Wednesdays 10am - 1pm

**Where:** All Saints Church, Kendal Avenue, SO16 9HJ

**Contact:** [marketplace@southamptoncitymission.co.uk](mailto:marketplace@southamptoncitymission.co.uk) to sign up to the waiting list, or for more info, or visit [southamptoncitymission.co.uk/marketplace](https://southamptoncitymission.co.uk/marketplace)