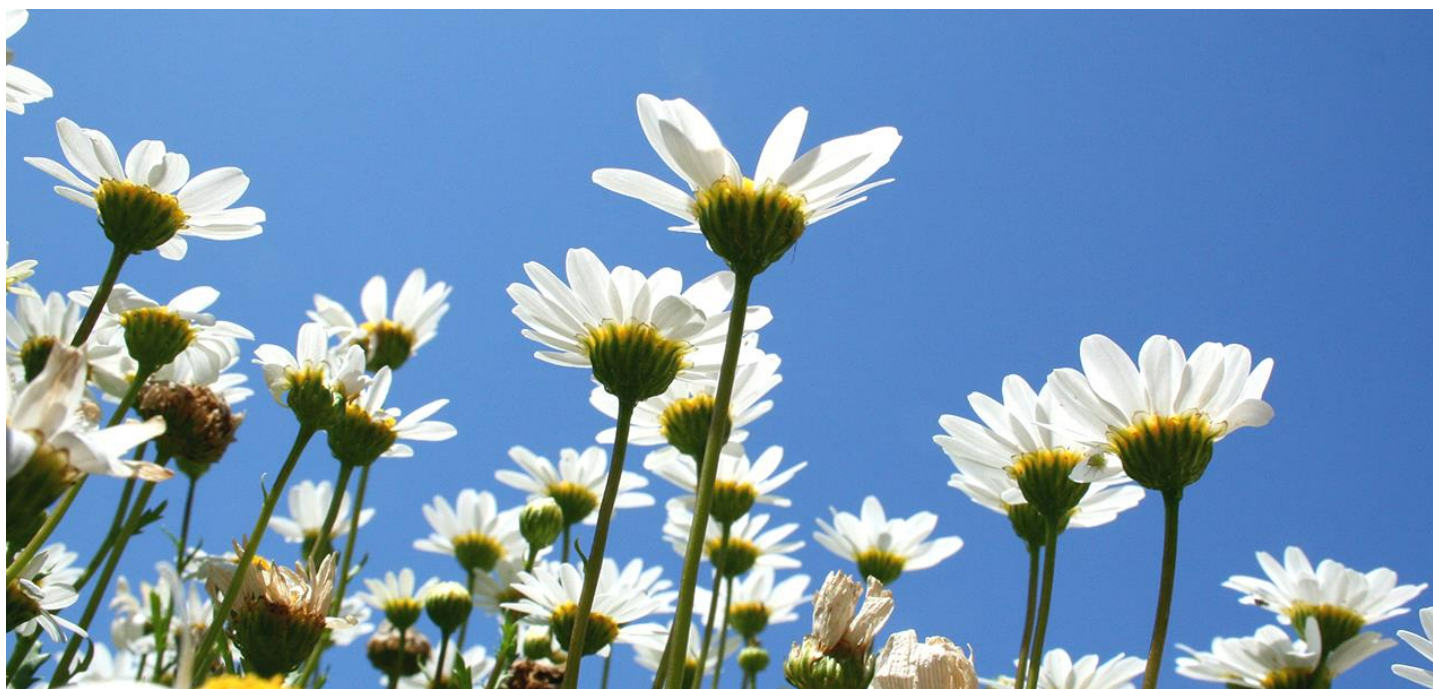


# Föräldrar gör skillnad!



# Uppdrag

## SYFTE

- Att med folkhälsopolicyn som bakgrund bidra till trygga uppväxtvillkor.



## Uppdrag till FHC beträffande Föräldrastöd

### Bakgrund

Diskussioner om länets föräldrastöd har pågått under en längre tid. Utifrån uppdrag som tidigare presenterats i Barnarenan tog Folkhälsocentrum (FHC) på sig att genom folkhälsoansvariga i länet be respektive organisation att utse en kontaktperson för föräldrastöd i organisationen. I oktober hölls en regional konferens kring Föräldrastöd – bland annat presenterades alla kontaktpersoner då. En första träff genomfördes på initiativ av FHC den 15 november då detta förslag på uppdrag diskuterades. Alla närvarande var överrens om innehållet i förslaget nedan.

**Syfte:** Att med utgångspunkt från länets folkhälsopolicy bidra till trygga uppväxtvillkor.

### Mål:

- Att alla kommuner, landstinget och regionförbundet utser en eller flera kontaktpersoner till nätverket för föräldrastöd i Jämtlands län.
- Att ge alla föräldrar information om och tillgänglighet till föräldrastödsgrupper.
- Att personal i kommuner och landsting skall ha kännedom om vart de kan hänvisa personer/föräldrar i behov av föräldrastöd.
- Att aktiva ledare ges tillgång till fortbildning för sina föräldrastödsuppdrag.

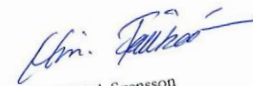
**Innehåll:** Att synliggöra "all" organiserat föräldrastöd i länet såväl generellt som speciellt.

**När det gäller det universella föräldrastödet gäller uppdraget även att:**

- stödja utövare/ledare i hela länet genom mötesplatser för erfarenhetsutbyte,
- bidra till kompetensutveckling samt löpande bistå med ny kunskap,
- bistå med metoder för utvärdering för det universella föräldrastödet.

Bilaga Utredning  
Bilaga Deltagarlista första träff kontaktpersoner föräldrastöd

I tjänstem



Nina Fällback Svensson  
Biträdande landstingsdirektör



# Uppdrag

## SYFTE

- Alla kommuner, landstinget och regionförbundet utser en eller flera kontaktpersoner till nätverket för föräldrastöd i Jämtlands län,
- Att ge alla föräldrar information om och tillgänglighet till föräldrastödsgrupper,
- Att personal i kommuner och landsting skall ha kännedom om vart de kan hänvisa personer/ föräldrar i behov av föräldrastöd,
- Att aktiva ledare ges tillgång till fortbildning för sina föräldrastödsuppdrag.





## Föräldraskapsstöd

Barns relationer till sina föräldrar har stor betydelse för både den psykiska och fysiska hälsan under hela livet. Ett gott och förtroendefullt förhållande mellan föräldrar och barn fungerar som en skyddsfaktor för barnen, medan brister i hemmiljön är en riskfaktor. Forskning visar att olika former av föräldrastöd är insatser som har betydelse för såväl enskilda barn som för samhället i stort.

### Publikationer som MFoF tagit över från Folkhälsomyndigheten

MFoF har tagit över två publikationer som tagits fram av Folkhälsomyndigheten inom ramen för den nationella strategin för ett utvecklat föräldrastöd.

### Vägledning i lokalt och regionalt föräldrastödsarbete. Föräldrar spelar roll.

Här ges en samlad bild av aktuell forskning om föräldraskap, olika former av föräldrastöd och hur man kommer igång med ett framgångsrikt föräldrastödsarbete. Syftet är att inspirera och ge stöd till beslutsfattare, tjänstemän och praktiker på lokal och regional nivå som vill påbörja eller vidareutveckla föräldrastödande arbete.



### Föräldrastöd - en lönsam satsning?

Ger satsade pengar på föräldrastöd utdelning i minskad ohälsa på kort och lång sikt? Denna hälsoekonomiska rapport ger svar på frågan. Insatserna avgränsades till att gälla ett tjugotal av de mest använda strukturerade föräldrastödsprogrammen i Sverige.

Uppdaterad: 2016-01-15

## Relaterat

- [Utbildning om föräldrastöd vid Örebro universitet](#)
- [Vägledning i lokalt och regionalt föräldrastödsarbete. Föräldrar spelar roll.](#)
- [Föräldrastöd - en lönsam satsning?](#)



# Uppdrag

- Att synliggöra allt föräldrastöd i länet såväl universellt som selektivt.



# Uppdrag

## UNIVERSELLT FÖRÄLDRASTÖD

- Stödja utövare/ ledare i hela länet genom mötesplatser för erfarenhetsutbyte,
- Bidra till kompetensutbildning samt löpande bistå med ny kunskap,
- Bistå med metoder för utvärdering för det universella föräldrastödet.



# Samverkan som begrepp och process

## Samhandling

Agerar som en gemensam aktör

## Samverkan

Man samverkar i specifika och konkreta frågor  
Tydligt vad man har att vinna på samverkan  
Man känner förtroende för varandra  
Man tycker att den andra parten bjuder in till samverkan

## Samsyn

Det finns en gemensam målbild  
Det finns samsyn kring viktiga utvecklingsområden  
Det finns utrymme kring att diskutera olika handlingsalternativ


## Samtal

Det finns ett samtalsforum/arena  
Samtalen har ett intressant innehåll  
Samtalen utgår ifrån aktörernas behov av utveckling





# Hur fungerar nätverket?

- 4-5 träffar per år + arbetsgruppsträffar däremellan
- Alla bidrar med kunskap och erfarenhet till mötet från sin egen organisation och tillbaka.
- Gemensamma frågor – lösningar.
- Ledarutbildningar, ABC
- 2015 kommunikationsplanering – vad är länsgemensamt?
- Presentationer
- Föräldrar på distans – pilot – Länsstyrelsen o Härjedalen (Åre)
- Bjuder in aktörer – tex studieförbundet Bilda 
- Inbjudna till familjecentralskonferens
- FoU – uppföljning av Bryggan föräldrastöd



# Kontaktpersoner i länet

Berg	Kajsa Kårwik
Bräcke	Maria Kumpula
Krokom	Rolf Pehrsson
Härjedalen	Agneta Roberts
Ragunda	Margaretha Leandersson
Strömsund	Birgitta Moen
Åre	Malin Bergqvist
Östersund	Robert Ingvarsson, Annica Edström
Region JH	Pia Collberg FBH, Anna Lundmark BHV, Magdalena Risselborn Reg utv
Länsstyrelsen	Jenny Einebrandt



# Föräldrar gör skillnad!

## KOMMUNIKATIONSPLANERING

Mål:

Att synliggöra föräldrastöd länsgemensamt.

Kommunikationsplanering

- ~~Hiss presentation~~
- ~~Ppt~~
- 1177, kräver att alla följer "1177-mallen"



# Ppt: Föräldrar gör skillnad

- Barn och unga behöver trygga uppväxtvillkor – föräldrar kan påverka det!
- Föräldrarnas närvaro i barns och ungas liv är avgörande för barnens och ungdomarnas mående.
- Föräldrar som är trygga och glada i sina föräldraroller ger barn och ungdomar bättre förutsättningar i livet.
- Pedagoger och aktörer kan bidra till och stötta detta genom att erbjuda föräldrakurser och annat föräldrastöd.



# Ppt: Att delta är att ta ansvar!

- Att delta i föräldragrupper är att ta ansvar och vilja ge barnet eller ungdomen bra förutsättningar, styrka och trygghet.
- Det är betydelsefullt att träffa andra föräldrar, få stöd, ta del av andras erfarenheter och inspirera varandra.
- Föräldrarnas roll är lika viktig för spädbarn som för ungdomar.



# Ppt: Vilket utbud finns det i Jämtlands län?

- På respektive kommuns webbplats finns mer information för:
  - Föräldrar – om föreläsningar, bra böcker och diskussionsgrupper för föräldrar
  - Aktörer – fortbildningar, samverkansmöjligheter

Det går också att vända sig till.....respektive kontaktperson



Startsidan / [Omsorg och stöd](#) / Barn, ungdom och familj / Stöd till föräldrar/vårdnadshavare

Omsorg och stöd



Akut hjälp

Anhöriga och frivilliga

Avgifter och taxor

Barn, ungdom och familj

Ensamkommande barn och ungdomar

Faderskap

Familjecentralen/Öppen förskola

Familjehem

Familjerådgivning i Jämtlands län

Hjälp till barn och unga

Kontaktfamilj/Kontaktperson

**Stöd till föräldrar/vårdnadshavare**

Underhållsskyldighet

Borgerlig vigsel

Dödsfall och begravning

Ekonomisk hjälp och stöd

Funktionsnedsättning

Färdtjänst

God man, förvaltare, förmyndare

## För dig som förälder/vårdnadshavare

**Att vara förälder är precis som i Askungen alldeles, alldeles underbart, men också påfrestande, stressande och osäkert emellanåt - och du är långt ifrån ensam att känna så! Att som förälder känna sig trygg och tro på sig själv är viktigt, liksom att känna gemenskap med andra föräldrar och kunna prata om uppfostran och annat.**

Kommunen har tillsammans med andra aktörer satt samman en folder kring var du som förälder, barn eller del i en familj kan vända dig för hjälp eller aktiviteter i kommunen, foldern återfinns [här](#)>>

### Kommunen erbjuder

## Alla barn i centrum;

**en kurs på totalt 10 timmar för dig som är förälder med ett eller flera barn mellan 3-12 år.** I gruppen träffas föräldrar tillsammans med våra gruppledare Margaretha Leandersson och Susanne Engström totalt 4 gånger. Varje träff har ett eget tema (se nedan). På träffarna tar vi del av både varandras erfarenhet och forskning och tar bland annat upp hur vi påverkar varandra i det dagliga samspelet, hur man kan förebygga konflikter, tillämpa ett lugnt föräldraskap samt hur stress kan hanteras. Lärdomar och insikter tar vi sedan med oss och praktiserar hemma mellan träffarna. Deltagande är gratis och vi bjuder på fika eller något lite matigare tilltugg vid alla träffar!

### Anmäl intressen till kommande cirklar:

(Du är välkommen att delta i vilken ort du vill, oavsett var i kommunen du bor)

**Stugun:** cirkeln startar på Hansåkerskolan 2 september (övriga datum 23 sept, 7 okt, 21 okt). Max antal deltagare/grupp är 10 men om intresse finns kan två grupper köras under samma dagar kl 12-14 30 och 15 30-18 (meddela i anmälan vilken tid som passar dig bäst)



EKONOMI &amp; STÖD &gt;

FAMILJ, BARN &amp; UNGDOM &gt;

FUNKTIONSNEDSÄTTNING &gt;

GIFTA SIG

HEMVÅRD &gt;

INTEGRATION &gt;

KONSUMENTVÅGLEDNING

PSYKISK OHÄLSA &gt;

SÄKERHET &amp; KRIS &gt;

TRYGG I ÅRE ▾

Centrala Åre by

Drog- och brottsförebyggande

Familjecentral &amp; föräldrastöd

Trygg trafik

Ungdomar &amp; narkotika

Utvärdering &amp; uppföljning

ÖVERFÖRMYNDARE &gt;

Startsida | Omsorg &amp; hjälp | Trygg i Åre | Familjecentral &amp; föräldrastöd

## Föräldrastöd

Föräldrastöd är ett samlingsbegrepp för utbildningar och ledarledda diskussionsgrupper där aktuella frågor om föräldraskap tas upp. Det kan handla om allt från mat- och sovsituationen för mindre barn till hur man kan bemöta en arg, tyst, ledsen tonåring. Föräldrastöd är en förebyggande insats som rekommenderas av forskningen eftersom den har goda förebyggande effekter på kriminalitet, missbruk och annat utanförskap i samhället. Föräldrar är helt enkelt viktiga för hur vårt framtida samhälle kommer att se ut.

Det föräldrastöd som finns i Åre kommun idag består av:

- Föräldragrupper till föräldrar med nyfödda barn i Åre kommun, anordnas av BVC.
- Föräldrautbildningen/föreläsningsserien Ömsesidig Respekt som riktar sig till både förstagångs- och flerbarnsföräldrar inom kommunen. Erbjuds genom Åre Primärvård i samarbete med Åre kommun. Läs mer om [Ömsesidig respekt](#).
- Föräldrastödsprogrammet Effekt för att minska alkoholanvändandet hos ungdomar. Erbjuds på föräldramöten i årskurs 7-9.
- "Föräldrar på distans" riktar sig till föräldrar som har barn som går gymnasiet på annan ort. Åre kommun i samarbete med ABF arrangerar dessa träffar.

Det finns en långsiktig plan att utöka föräldrastödet från 0-18 år. Kommunstyrelsen har beslutat att börja med att starta upp en familjecentral och därefter fylla på med föräldrastödsprogram.

Familjecentralen ska starta i Mörsil under 2015 och innehålla öppen förskola, socialtjänst och MVC/BVC-mottagning. Den kommer rikta sig till föräldrar med barn i åldrarna 0-5 år. Alla är välkomna! Målet är att skapa en mötesplats med aktiviteter för båda barn och föräldrar. Föräldrar och barns behov och önskemål ska styra aktiviteterna på familjecentralen.

Läs mer här:



Slutrapport familjecentral (453.67 kB)



Slutrapport föräldrastöd (1.03 MB)

## KONTAKT

Kundtjänst

Telefon: 0647-161 00

E-post: [kundtjanst@are.se](mailto:kundtjanst@are.se)

Fax: 0647-161 05

Öppet: Vardagar kl. 08.00 -16

Adress: Box 201, 830 05 Järp

Besöksadress: Norra vägen 2

Till kontaktsidan -



Följ oss på Face

## AKTUELLT

2015-10-13

**Informationsmöten kring asylboenden och integrat kommun**

Det är viktigt att ni som medb får information och en möjligg frågor. Kom ti

2015-10-12

**Åre kommuns arbete krin asylsituationen i kommu**

Åre kommuns arbete kring as i kommunen

2015-10-12

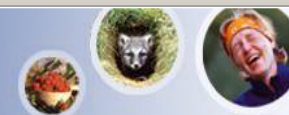
**Vi söker fler vägledare**

Johan arbetar som vägledare ensamkommande flyktingung kommun. Ett inspirerande arb

**Mer aktuellt -**







#### Folkhälsa

- Lokala folkhälsomål
- Regional folkhälsopolitik
- Nationella folkhälsomål
- Organisation
- Förebyggande för äldre
- Mobilisering mot alkohol och droger
- Prioriterade områden
  - Drogförebyggande arbete
  - Föräldrastöd
  - Jämställhetsarbete
- Valfärdredovisning

Startsida > Folkhälsa > Prioriterade områden > Föräldrastöd

## Föräldrastöd

Ett långsiktigt arbete för att förbättra situationen för barn och barnfamiljer i Strömsunds kommun pågår. Arbetet har bland annat mynnat ut i beslut om samordnat stöd till barn och barnfamiljer i form av Föräldrakraft och Familjecentral.

Ett sektorsövergripande arbete pågår bland förtroendevalda, tjänstemän och andra för att samordna stödet till barn och barnfamiljer. Arbetet har resulterat i följande:

### Föräldrakraft

Föräldrakraft innebär att alla föräldrar ska erbjudas en serie informations-, diskussions- och utbildningsträffar från det allra första mötet med mödravårdscentralen tills dess att barnet fyller 18 år. Stödet till föräldrar ska ske på ett likartat sätt i hela kommunen och följa teman som finns i de föräldrar som tagits fram. Målet är att växa – med barnet – som förälder.

[Läs mera i foldern Föräldrakraft](#)

### ABC – Föräldragrupp

ABC är till för alla föräldrar som vill utvecklas i sitt föräldraskap och det består av fyra träffar kring var sitt tema.

Du kan läsa mer om innehållet på webbplatsen [foralderjamt.se](http://foralderjamt.se)

### Familjecentral

som innebär att personal från kommunen och Region Jämtland Härjedalen finns i gemensamma lokaler för att erbjuda föräldrar stöd i föräldrarollen och främja barns hälsa och rätt till en positiv utveckling.

[Länk till familjecentralen](#)

### Lupp-undersökning

Hösten 2009 genomfördes en Lupp-undersökning och totalt 122 elever av 133 i årskurs åtta och 103 elever av 123 i andra året på gymnasiet svarade.

Lupp står för lokal uppföljning av ungdomspolitik och är en enkät utvecklad av Ungdomsstyrelsen, en statlig myndighet som arbetar för att öka ungas möjlighet att påverka sina levnadsvillkor och få tillgång till makt och välfärd.

[Läs mera om Lupp-undersökningen](#)

#### Relaterade länkar

Effekt  
Lupp-undersökning  
Ungdomskonvent

#### Externa länkar

Barnkonventionen  
Folkhälsocentrum Jämtland  
Folkhälsomyndigheten  
Mobilisering  
Socialstyrelsen  
Sveriges kommuner och landsting (SKL)

#### Kontakt

Wiveka Kjellgren  
0670-163 35

Välj språk

Drivs av Översätt

Sidan uppdaterad av [System](#) 2015-09-15

Skriv ut



arn/utbildning

öräldrastöd Östersund

tuellt

önmäl Dig här

rälder till en tonåring?

rser för föräldrar

nkarkiv

ra modeller för nya föräldrar

Lyssna

## Föräldrastöd Östersund

Genom Föräldrastöd Östersund får du möjlighet att utveckla din roll som förälder, lära dig nya färdigheter och dela erfarenheter med andra föräldrar.

## Föreläsningar, workshops, studiecirklar

Vi erbjuder regelbundet föreläsningar, workshops och studiecirklar utifrån olika aktuella ämnen. Samarbete sker med lokala studieförbund och andra aktörer.

## Föräldragrupper

Under hösten 2015 har vi flera föräldragrupper på gång, bland annat [Komet](#) 3-11 år kursstart 15/9, Komet 12-18 år 16/9 och [ABC](#) (kursstart Östersund 6/10, kursstart Brunflo 28 september).

Du kan redan nu göra **intresseanmälan till kommande grupper** under fliken [Anmäl Dig här](#)



Kundcenter

063 14 30 00

Skriv till oss

Kontakta direkt

[Robert Ingvarsson](#)

Tel 076-106 10 63

[Annica Edström](#)

Tel 073-273 24 10

Snabblänkar

[Rädda barnens föräldratelefon & e-post](#)

[Elevhälsan, Östersunds kommun](#)





Folkhälsa, sjuk- & tandvård | Politik & insyn | Jobb & utbildning | Kultur | Forskning & utveckling | Om oss

AA Anpassa @ Lyssna Skriv ut + Lägg till i "Mina favoriter" --- Vem är du? ---

Du är här: Startside | Folkhälsa, sjuk- och tandvård | Folkhälsa | Arbetar med ... | Föräldrastöd

**Innehåll**  
 Tillbaka till Arbetar med ...  
 Mina favoriter

## Föräldrastöd

Folkhälsocentrum har i uppdrag att ha en samordnande funktion i arbetet med att synliggöra "allt" organiserat föräldrastöd i länet såväl universellt som selektivt.

Utgångspunkten finns i länets folkhälsopolicy och arbetet med föräldrastöd ska bidra till trygga uppväxtvillkor. Ett nätverk har startats (december 2013) med representanter från alla kommuner i länet, Region Jämtland Härjedalen och Länsstyrelsen. Nätverket har 4-5 träffar per år.

### Mål med arbetet:

- Att alla kommuner och Region Jämtland Härjedalen utser en eller flera kontaktpersoner till nätverket för föräldrastöd i Jämtlands län.
- Att ge alla föräldrar information om och tillgänglighet till föräldrastödsgrupper.
- Att personal i kommuner och Region Jämtland Härjedalen skall ha kännedom om vart de kan hänvisa personer/föräldrar i behov av föräldrastöd.
- Att aktiva ledare ges tillgång till fortbildning för sina föräldrastödsuppdrag.

### När det gäller det universella föräldrastödet gäller uppdraget även att:

- Stödja utövare/ledare i hela länet genom mötesplatser för erfarenhetsutbyte
- Bidra till kompetensutveckling samt löpande bistå med ny kunskap
- Bistå med metoder för utvärdering för det universella föräldrastödet.

**Beslut uppdrag till FHC:** Se [HÄR](#) (pdf, 310.8 kB)

**Sidansvarig:** Anna Swanson Danielsson, tel: +4663147564, e-post: anna.swanson@regionjh.se.

Hittar du fel eller har synpunkter på innehållet, meddela [Anna Swanson Danielsson](#)

Senast uppdaterad 2015-04-29

### Kontaktinformation

#### Helene Olsson Sandal

Folkhälsosamordnare  
 Tel: 063-14 24 35  
 E-mail:  
[helene.olsson@regionjh.se](mailto:helene.olsson@regionjh.se)

**Kontaktpersoner i kommunerna och regionen.**  
 Se [HÄR](#) (pdf, 178.9 kB)

Ange sökord

### Gå direkt till...

- Hälsocentraler
- Tandvårdskliniker
- Ostersunds sjukhus

**Hitta rätt**

**Vägvisaren**

**Kontakta oss**

**Självservice**

**Press**

**Genvägar**

[Tillbaka till Arbetar med ...](#)

**Psykisk ohälsa hos barn och unga**

Läs mer om var du och din familj kan vända er för att få vård, stöd och hjälp.



# 2016

- En träff där ABF och Ömsesidig Respekt deltog
- 2 träffar till under våren varav en om och på Rädda barnen
- Följa upp kommunikationsplaneringen och särskilt möjligheterna med 1177
- Utbildningsinsatser – ABC erbjuds alla, egenavgift
- 2-3 träffar till hösten.



