

Oversikt

Tiltak

-barn, unge og gravide



HALLINGDAL



Hemsedal kommune
Natur, kultur og livskvalitet

Tiltak	Kva er dette?	For kven?	Når?	Kontaktinformasjon
Fødselsførebuande kurs	Kurs der ein forbereder seg fysisk og psykisk til fødsel og barseltid. Moglegheit for å bli kjent med andre som skal bli foreldre omtrent på same tid.	Gravide med eller utan partner.	Etter behov.	Helsestasjonen Tlf 31 40 88 18
EPDS	Kartlegging av depresjon hos gravide og etter fødsel, for å kunne tilby riktig oppfølging.	Gravide, og kvinner etter fødsel.	Under graviditet og etter fødsel,	Helsestasjonen Tlf 31 40 88 18
Barselgrupper	Eit nettverksskapande tilbod til dei som nyleg har vorte foreldre. Tilbod om at ulike tema vert tekne opp, til dømes amming, samspel, søvn og utvikling.	Føresette med barn frå 0-1 år.	Etter behov.	Helsestasjonen Tlf 31 40 88 18
ICDP	Foreldrerettleiing, individuelt eller i gruppe. Tema er godt samspill mellom føresette og barn. Gruppene er også med på å bygge nettverk blant føresette.	Føresette med barn i alder 0-18 år. Fast for føresette med barn på 6.trinn.	6.trinn og elles etter behov.	Familiekonsulent Tlf 31 40 88 18
Samlivskurs	Kurs for føresette, med fokus på kommunikasjon for eit godt samliv.	Føresette med barn frå 0-1 år.	Etter behov.	Helsestasjonen Tlf 31 40 88 18
Kjærlighet og grenser	Program som skal førebygge psykiske helseplager hos ungdom, og rettleie føresette i forkant av ungdomstida.	Elever på 8.trinn med føresette.	8.trinn.	Psykisk helse Tlf 31 40 88 67
Jentegrupper/ gutegrupper	Grupper for jenter/gutar med fokus på å ta egne val, og å skape og ta vare på gode venskap.	Skuleelevar.	Etter behov.	Helsestasjonen Tlf 31 40 88 18
Foreldrekveldar	Knytte nettverk etter skulebytte frå 4. til 5.trinn.	Føresette 5.trinn	3.kvelder 5.trinn.	Helsestasjonen Tlf 31 40 88 18
Tysdagstreff	Fysisk og sosialt aktivitetstreff.	Elever 5.-10.trinn HBU	Tysdagar i skuleåret.	Koordinerande eining Tlf 91 66 68 32
Folkehelsedag	Ein dag med undervisning om folkehelse på skulen.	Elever 9.trinn.	1 gang i året	Folkehelsekoordinator Tlf 97 49 89 19

LEK	Sosialt aktivitetstilbod.	Elever 1.-2.trinn.	Kvar andre veke.	Psykisk helse Tlf 31 40 88 67
Rettleiing til føresette av barn med psykiske vanskar.	Førebygge psykiske lidingar.	Føresette til barn med psykiske vanskar.	Ved behov.	Helsestasjon Tlf 31 40 88 18 Psykisk helse Tlf 31 40 88 67
Sommarmoro	Aktivitetstilbod til barn i ferien.	1.-10. trinn	Sommarferien	Psykisk helse Tlf 31 40 88 67
Ungdomslos	Interkommunalt tilbod til elevar i ungdomsskulen og VGS. Ungdomslosen skal bidra med å gi støtte til elevane på dei område det er behov for hjelp, og bistå i overgangsfasar mellom skulene.	Elevar på ungdomsskulen og VGS.	Ved behov	Hemsedal Barne- og ungdomsskule Tlf 31 40 89 05
Marte Meo	Hjelp til vaksne som trenger støtte til samspill med barn.	Føresette, personale.	Ved behov.	Oppvekstkantoret Tlf 31 40 88 25
Fleirfagleg team	Fange opp og samordne tiltak og tilbod til barn og unge. Sikre heilskap på individ og systemnivå.	Barn, ungdom og familiar.	Kvar 2.veke.	Koordinerande eining Tlf 91 66 68 32
Ressursteam	Samordne tiltak til ungdom utan VGS-tilbod. Samarbeid med NAV, OT og KE.	Ungdom 16-24 år	2 gonger/år	Koordinerande eining Tlf 91 66 68 32
Ansvarsgruppe	Bidra til samarbeid og heilskapleg tilbod til barn, unge og familiane.	Barn, ungdom, familie.	1-3 gonger/år	Ansvarleg er koordinator for ansvarsgruppe.
Individuell plan	Bidra til samarbeid og heilskapleg tilbod til barn, unge og familiane.	Barn, ungdom familie	Eit dynamisk dokument.	Koordinerande eining Tlf 91 66 68 32
Avlastning	Tilbod til føresette med særlig tyngande omsorgsbyrde.	Føresette.	Ved behov. Vedtaksfesta	Koordinerande eining Tlf 91 66 68 32
Omsorgsstønad	Tilbod til føresette med særlig tyngande omsorgsbyrde.	Føresette.	Ved behov. Vedtaksfesta	Koordinerande eining Tlf 91 66 68 32
Samarbeidsmøte	Bidra til samarbeid og heilskapleg tilbod til barn, unge og familiane. Møte rundt enkeltbarn.	Barn, ungdom, føresette. Fagpersonar representerer ulike etatar.	Ved behov. 4-6 gonger/år.	Den ansvarlege tenesten. Koordinerande eining Tlf 91 66 68 32

Følgjekort	Auke moglegheit for deltaking på aktivitetar.	Barn og ungdom som treng bistand på aktivitet.	Ved behov. Vedtaksfesta.	Koordinerande eining Tlf 91 66 68 32
Når mor og far ikkje bur saman	Gruppetilbod til barn med føresette som har skilt lag.	7.-10. trinn	Ved behov.	Helsestasjonen Tlf 31 40 88 18
Fedregruppe	Gruppe kvar ein saman med andre fedre kan reflektere over relasjon til egne barn, og om det å vere far.	Fedre som er separert/ skilt.	Ved behov.	Familievernkontoret Tlf 31 12 33 44
COS kurs	Foreldrerettleiing med fokus på tilknytning. Individuelt eller i gruppe.	Alle føresette.	Ved behov.	Helsestasjon Tlf 31 40 88 18
Aktivitetsgrupper	Aktivitet i skole og fritid.	Sårbare barn.	Ved behov.	Psykisk helse Tlf 31 40 88 67
Miljøarbeider	Tiltak med hensikt å få barn og unge til å trives gjennom aktivitet og inkludering. Individuelt tilrettelagt, eller gruppetilbod	Sårbare barn/grupper.	Ved behov.	Psykisk helse Tlf 31 40 88 67