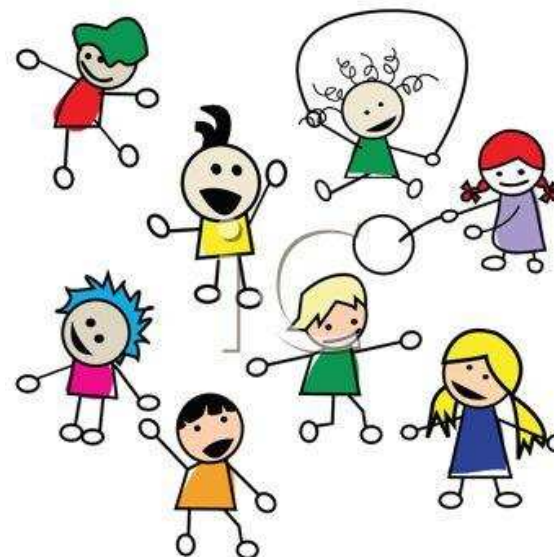


Oversikt

Trygg oppvekst

# Tiltak

-barn, unge og gravide



HALLINGDAL



**Ål kommune**

[www.aal.kommune.no](http://www.aal.kommune.no)

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.	Gravide med eller utan partner.	3 møter pr gruppe 2 gang pr år	Ål helsestasjon Tlf 32 08 52 90
EPDS	Kartlegging av nedstemthet og vold hos gravide og i barseltida for å kunne tilby riktig oppfølging	Gravide i uke 28, og barselkvinne i uke 6	Under graviditet og barseltid	Ål helsestasjon Tlf 32 08 52 90
Barselgruppe	Nettverkskapande tilbod til dei som nettopp har vorte foreldre saman med helsesøster/fysioterapeut.	Føresette for barn 0-6mnd.	3 gonger i barseltida.	Ål helsestasjon Tlf 32 08 52 90
Tematreff	Fagleg informasjon til føresette med barn 0-1 år.	Føresette med barn 0-1 år	1 gang pr mnd	Ål helsestasjon Tlf 32 08 52 90
ICDP	Foreldrerettleiing, individuelt eller i gruppe. Tema er godt samspill mellom føresette og barn. Gruppa er også med på å bygge nettverk blant føresette.	Føresette.	Ved behov	Ål helsestasjon Tlf 32 08 52 90 Psykisk helse
4 års konsultasjon	Deler av 4 års konsultasjonane går føre seg i barnehagen saman med ped.leder, fysioterapeut og helsesøster.	4 åringar	1-4 gonger per år i barnehagen, 1 gong pr barn.	Ål helsestasjon Tlf 32 08 52 90
"Vaksne skaper venskap saman"	Korleis foreldre saman kan hjelpe barn å skape venskap og godt samhald.	Føresette i 1.trinn	Haut	Ål helsestasjon Tlf 32 08 52 90 Psykisk helse
BUK	Tredagars sommarleir for barn i Ål kyrkje og kyrkjestugu.	Elevar på 1.-4.trinn. Juniorleiarar 5.-7.trinn.	Fyrste veka etter skuleslutt.	Johanne Marie Jordet Tlf 97 17 39 37
Aktiv ung	Aktivitetstilbod for dei som treng hjelp for å kome i gang med aktivitetar.	1.-10.trinn	1 gang pr uke og 1 uke i sommarferien.	Live Berg Tlf 95 98 04 95
Sommarcamp	Aktivitetsveke i sommarferien for dei barna som er med på aktiv ung.	1 uke i sommarferien		Live Berg Tlf 95 98 04 95

Leksehjelp på Ål Frivilligsentral	Leksehjelp og tilbud om mat (10kr).	Elevar på 5.-7.trinn.	Kvar onsdag 14-16.30	Ål Frivilligsentral Tlf 90 77 74 95
Jente-/guttegrupper	Grupper for jenter/gutar med fokus på å ta egne val, og å skape og ta vare på gode venskap, auke sosial kompetanse.	Elevar på 5.og 6. trinn. På ungdomsskulen ved behov.	5.og 6.trinn. Ved behov.	Ål helsestasjon Tlf 32 08 52 90 Ungdomskonsulent Tlf 99 79 90 34
Beetween	Samlingar for 10-13 åringar på Evjens Minne med avslutning i kyrkja.	Barn/ungdom 10-13år.	Ca 1 gong/mnd.	Marianne Laa Tlf 97 16 51 67
PIS	Gruppetilbod til barn der foreldra ikkje bur saman.	5.trinn og 9.trinn	Tilbod kvart år	Ål helsestasjon Tlf 32 08 52 90
Kjærlighet og grenser	Program som skal førebygge psykiske helseplager hos ungdom, og rettleie føresette i forkant av ungdomstida.	Elevar på 8.trinn med føresette.	8.trinn	Psykisk helse Tlf 97 42 53 20
MOT	Haldningsskapande program i ungdomsskulen. På 9.trinn er det også et dialogmøte for elevar og føresette saman.	Elevar 8., 9. og 10.trinn.	8., 9. og 10.trinn	MOT koordinator Anne Berit Tlf 99 79 90 34
Ungdomskonsulent	Tilbyr støttesamtaler, ulike gruppetilbod og foreldre- og kollegarettleing. Elevar, føresette og tilsette kan ta direkte kontakt.	Ungdom 13-23 år.	Er på ungdomsskulen måndag, tysdag, fredag, elles ved behov.	Anne Berit Tlf 99 79 90 34
Ungdomslos Ål og Gol VGS	Ungdomslosen skal hjelpe ungdommar mellom 15 og 20 år til å fullføra og bestå utdanning, kome i jobb, eller kome i aktivitet.	Ungdom 15-20 år	Ved behov.	Ungdomslos Psykisk helse Gol Tlf 91 67 39 49
HallUng	Ungdomsrom på Ål kulturhus med Playstation og bordtennis . Ein sosial møteplass etter skuletid, som også kan leies ved arrangement. Tilsett ein vaksenkontakt i haust, som planlegg vidare. Info kjem.	Ungdom frå 8.trinn til VG3.	Under planlegging.	Ål Frivilligsentral Martine Gurich Tlf 46 86 00 39

Støtteteam ungdomsskolen	Tverrfagleg faggruppe i ungdomsskolen, som samordnar tiltak og støtte for elevar og lærarar ved ungdomsskolen.	Ungdomsskolen.	Onsdagar 9-10.30	Rektor Ål ungdomsskule Tlf 91 87 70 55
Ansvarsgrupper	Bidra til samarbeid og heilskapleg tilbod til barn, unge og familiar med spesielle behov.	Barn, ungdom og deira familie.	1-4 gonger pr år	Ansvarleg koordinator
Samarbeidsmøter	Bidra til samarbeid og heilskapleg tilbod til barn, unge og familiar. Møte rundt einskilde barn og familien deira.	Barn, ungdom, familie, fagpersonar rundt barnet.	Ved behov	Ansvarleg teneste
Kjør for livet	Kjør for livet er eit tilpassa fritids- og aktivitetstilbod for barn og unge med mekking og motorsport som interessevekker.	Barn og unge (10-20år) som ikkje deltek i andre aktivitetstilbod.		Hallingdal barnevernteneste Tlf 32 08 53 10