



Sterk & Klar

Forebyggingsprogrammet som bygger nettverk mellom foreldre

Barnetrinnet

Ungdomstrinnet

Videregående skole



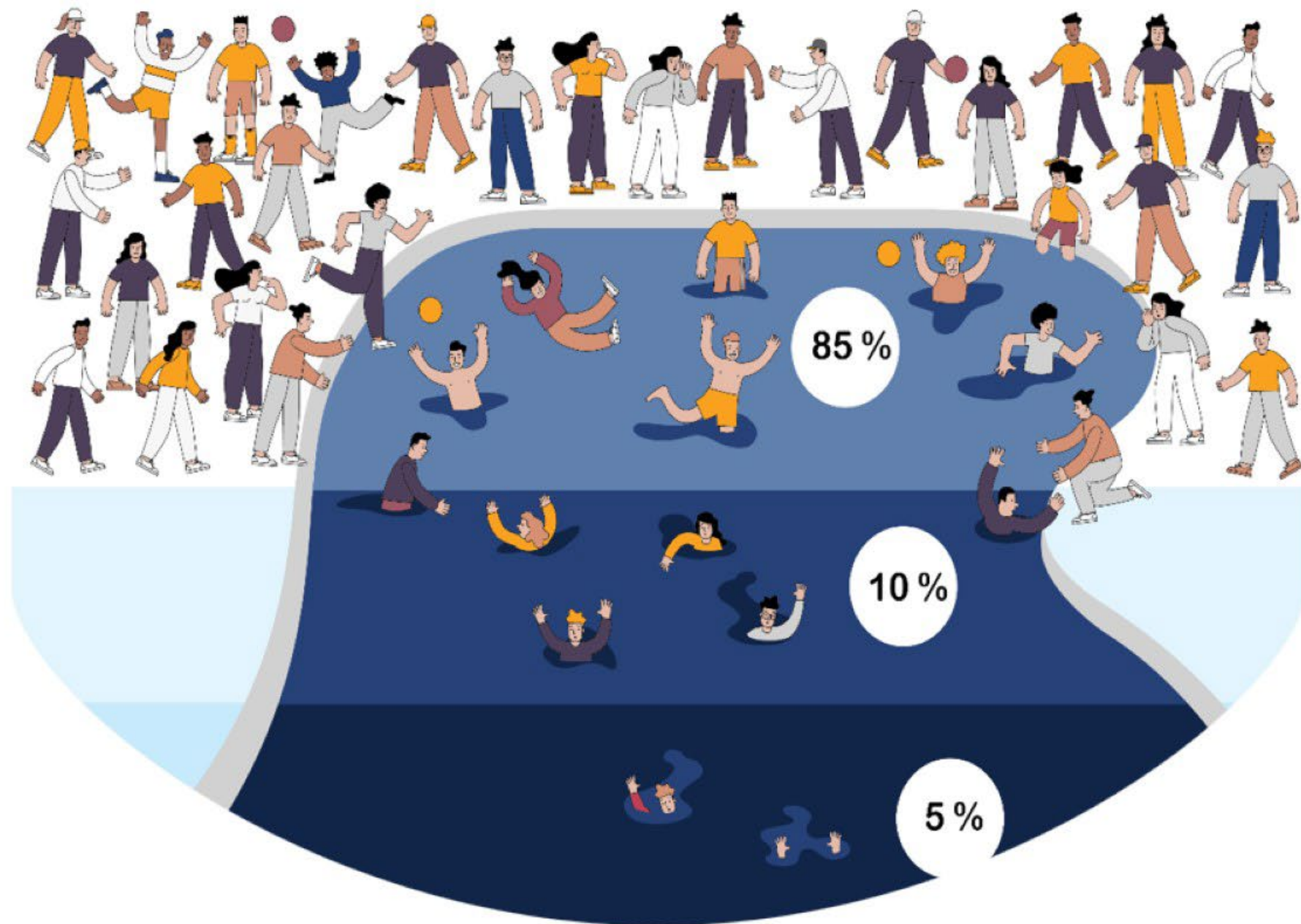
Ungdomsskoletiden

- Overgang for både ungdommer og foreldre
- I en periode som er sårbar i seg selv
- Naturlig å utforske grenser – noe som gir viktig kompetanse
- Viktig at foreldre da er ekstra oppmerksomme og til stede



Hva er Sterk&Klar?

- Et prosjekt under IOGT Norge støttet av Helsedirektoratet.
- Målgruppen er foreldre i ungdomsskolen.
- Et indirekte forebyggingsprogram.
- Gi foreldre kunnskap og verktøy til å kunne støtte og veilede sine barn.
- Nettverket mellom foreldre og kontakten mellom foreldre og barn er i fokus.
- Programmet gjennomføres i samarbeid med FAU og skolen i form av foreldremøter.



Innholdet i Sterk&Klar

- Foreldretreff på skolen fire ganger i løpet av ungdomsskoleårene
- Ungdomskontrakten «Rusfri deal» – ungdommer og foreldre avtaler at ungdommen er rusfri i ungdomsskoleårene
- Støtte til arrangementer for foreldre og ungdommer sammen
- Åpne fagdager (som denne)



Foreldretreffene

Foreldrerollen og foreldrenes betydning



8. trinn
høst

Rusforebygging, alkohol og cannabis



8. trinn
vår

Foreldrerollen og psykisk helse



9. trinn
høst

Rusmidler, russetid og overgangen til videregående skole



10. trinn
vår

«Det krever en landsby for å oppdra et barn.»

Hvordan kan vi sammen skape gode landsbyer?

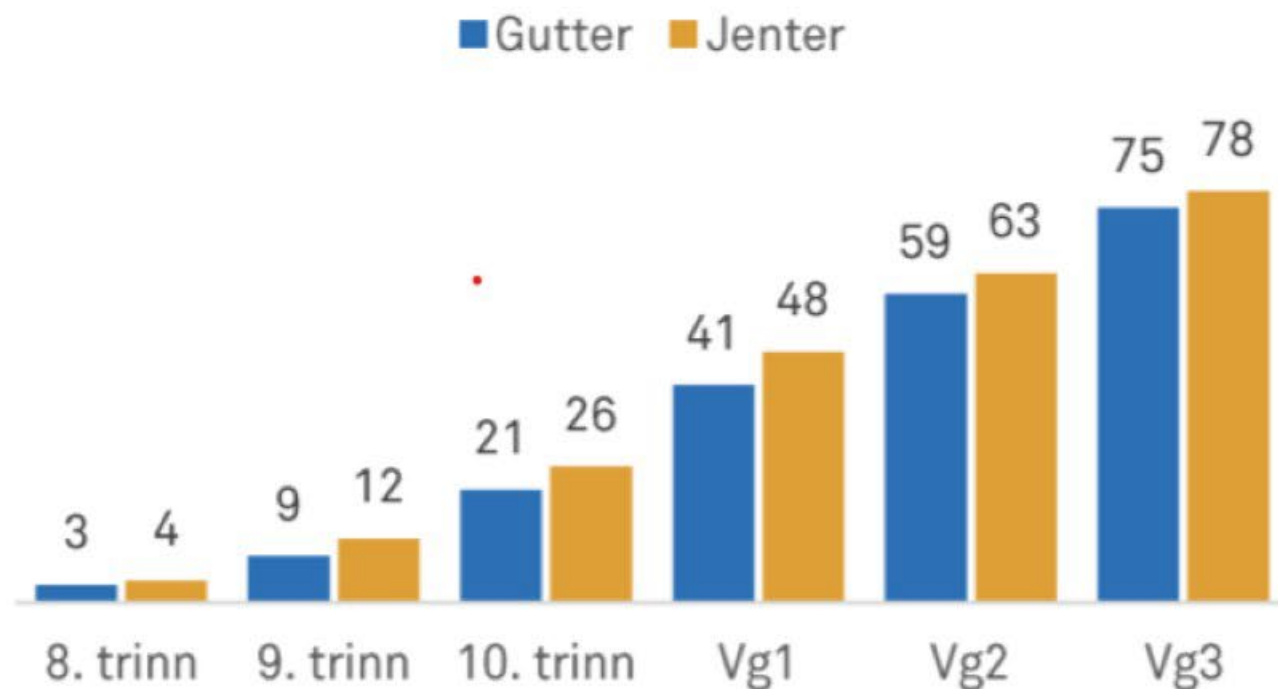


Nettverk mellom foreldre

- Bry seg om andres barn.
- Bli kjent med hverandre.
- Lavere terskel for å ta kontakt hvis noe blir vanskelig.
- Drøfte problemstillinger.
- Finne felles løsninger og regler.
- Skape et inkluderende samfunn.

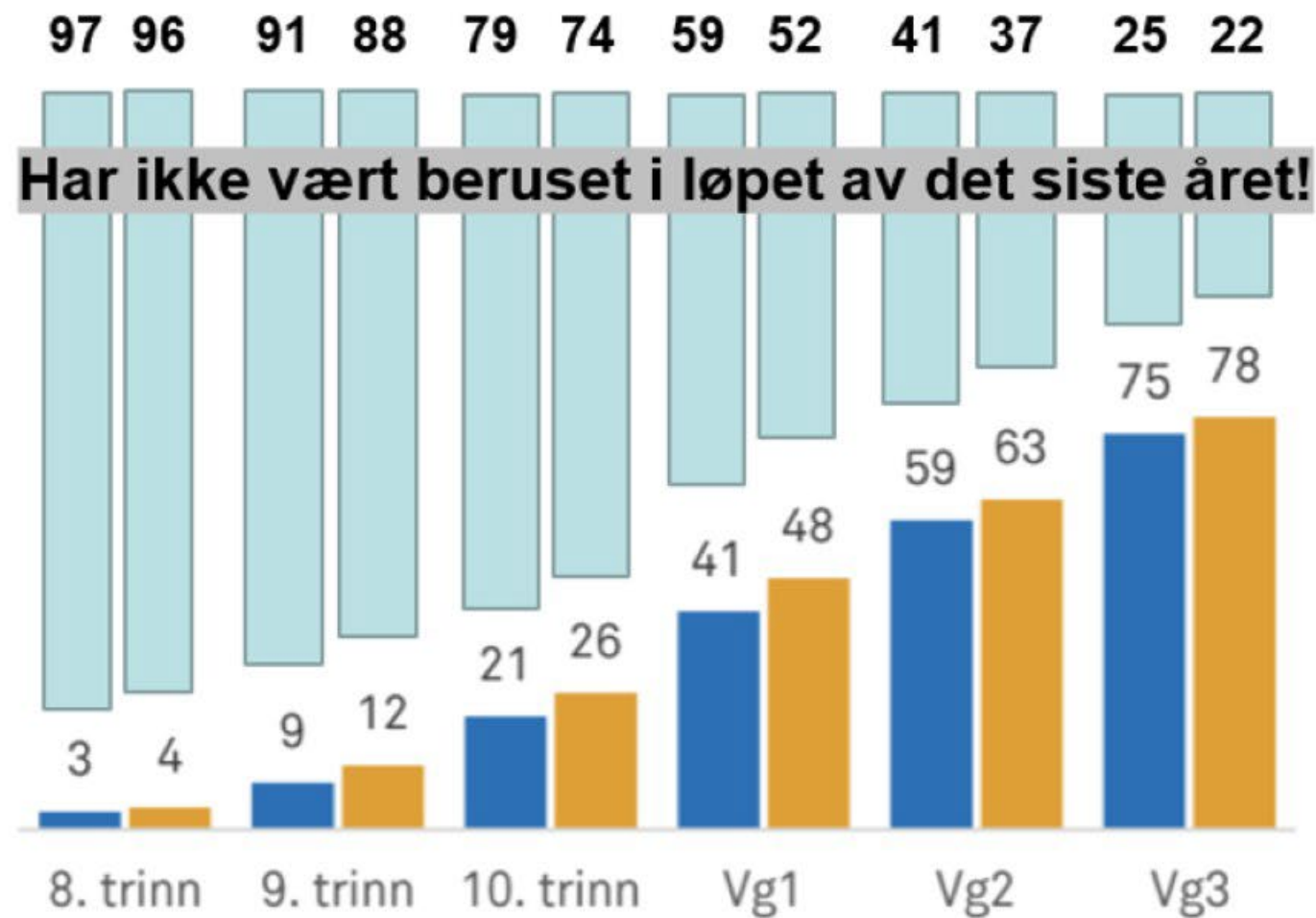
Vi bruker lokale ungdata-tall

Prosentandel som har vært beruset i løpet av det siste året. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Ungdata 2021, nasjonale tall

Vi bruker positiv forsterkning





Sterk&Klar Intro

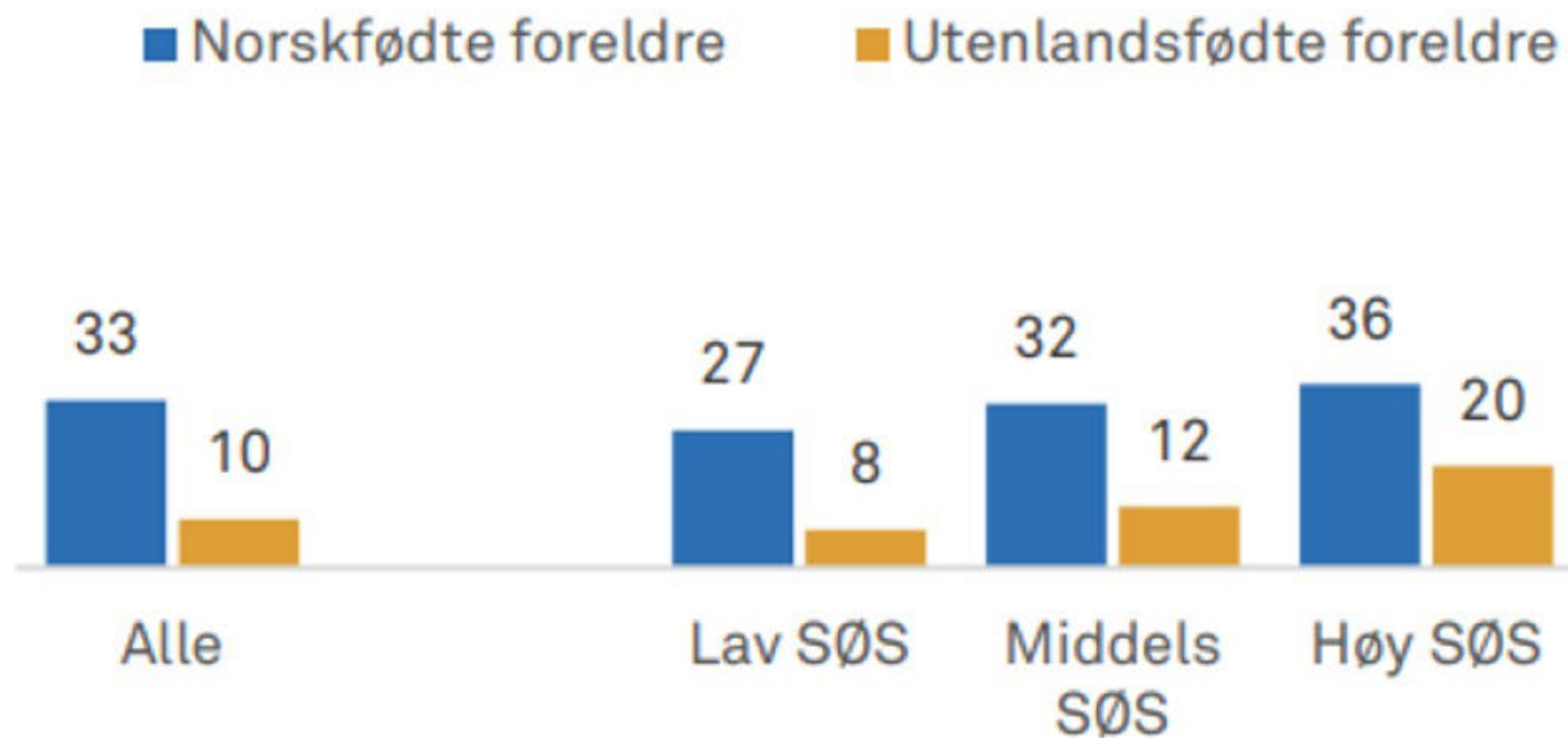
Forebyggingsprogram for minoritetsforeldre



Gjennom Intro ønsker vi:

- Å støtte opp om den restriktive holdningen som finnes mot rus i mange innvandrerfamiljer
- Å gi foreldre med minoritetsbakgrunn en økt forståelse for den norske alkoholkulturen
- Tilrettelegge for at foreldre kan drive aktiv rusforebygging i egen familie og sitt nærmiljø
- Å styrke kontakten mellom voksne og barn
- Å motivere til økt foreldreengasjement

Prosentandel som drikker alkohol jevnlig minst én gang i måneden – etter sosioøkonomisk status (SØS) og foreldres fødeland



Ung i Oslo, 2023

Målsetninger

- ❖ Vi ønsker at innvandrerbefolkningen får bedre kunnskap til norsk ruskultur
- ❖ Bedre integrering
- ❖ Restriktive holdninger til rus
- ❖ Styrke foreldre og barnsamarbeidet





Foreldrerollen som fokus

- Relasjonsbygging mellom foreldre og barn
- Foreldrene er de beste forebyggerne
- Bevisstgjøre minoritetsforeldre på ulike sider ved den norske alkoholkulturen
- Etniske norske foreldre generelt ønsker heller ikke at ungdommene deres skal bli beruset

- **Viktig med tilrettelagte foredrag**
- **Være obs på språkbarrierer**
- **Formidlere som snakker ulike språk og som selv har minoritetsbakgrunn**

Ønsker du mer informasjon?

Prosjektleder Sterk&Klar: Sigrun Stenersen Espe

Epost: sigrun@iogt.no



Kursleder Sterk&Klar Intro: Jevi Majid

Epost: jevi@iogt.no

