



# Sterk & Klar

**Forebyggingsprogrammet som bygger nettverk mellom foreldre**

Barnetrinnet

Ungdomstrinnet

Videregående skole



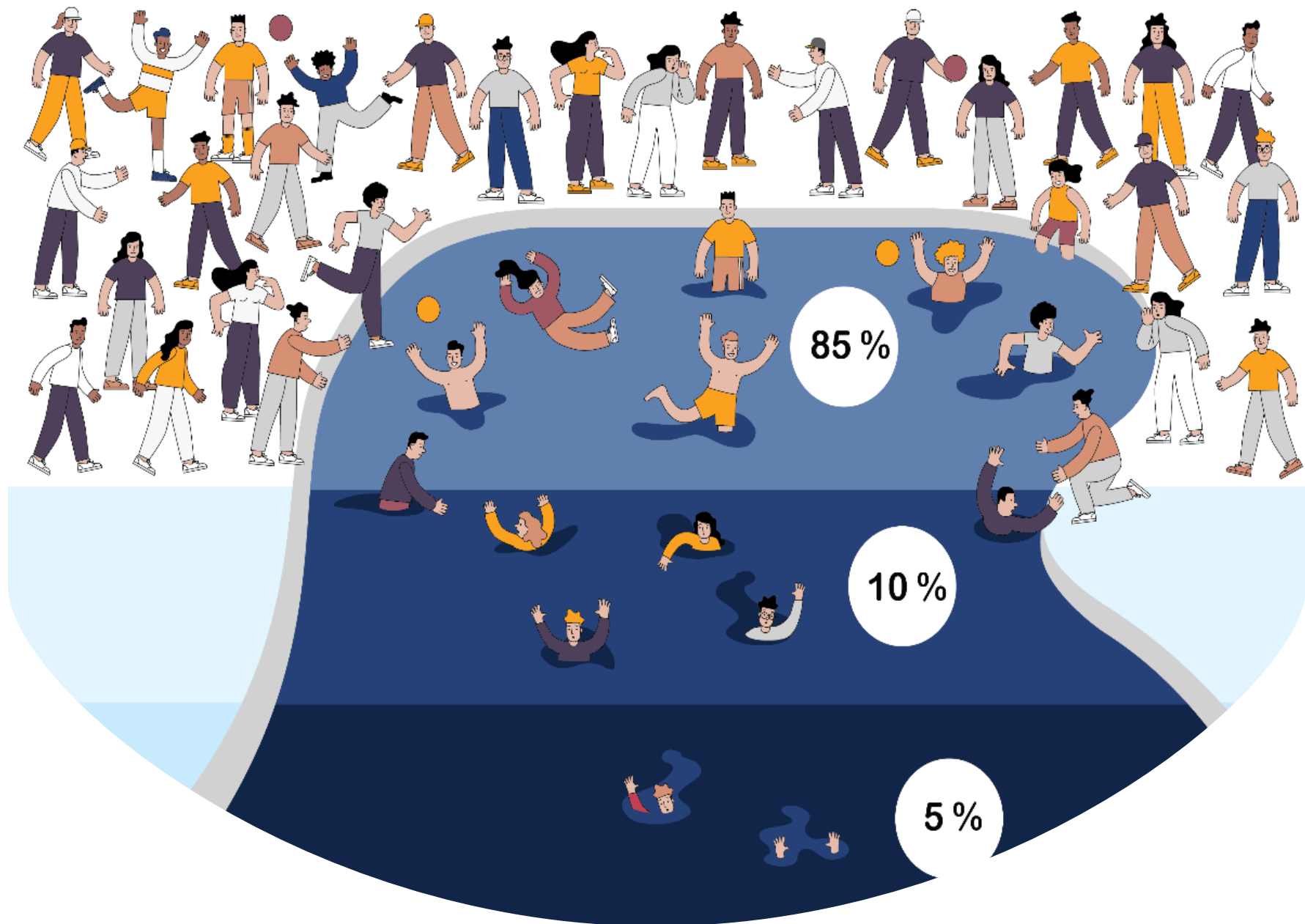
## Ungdomstiden

- 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 program 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

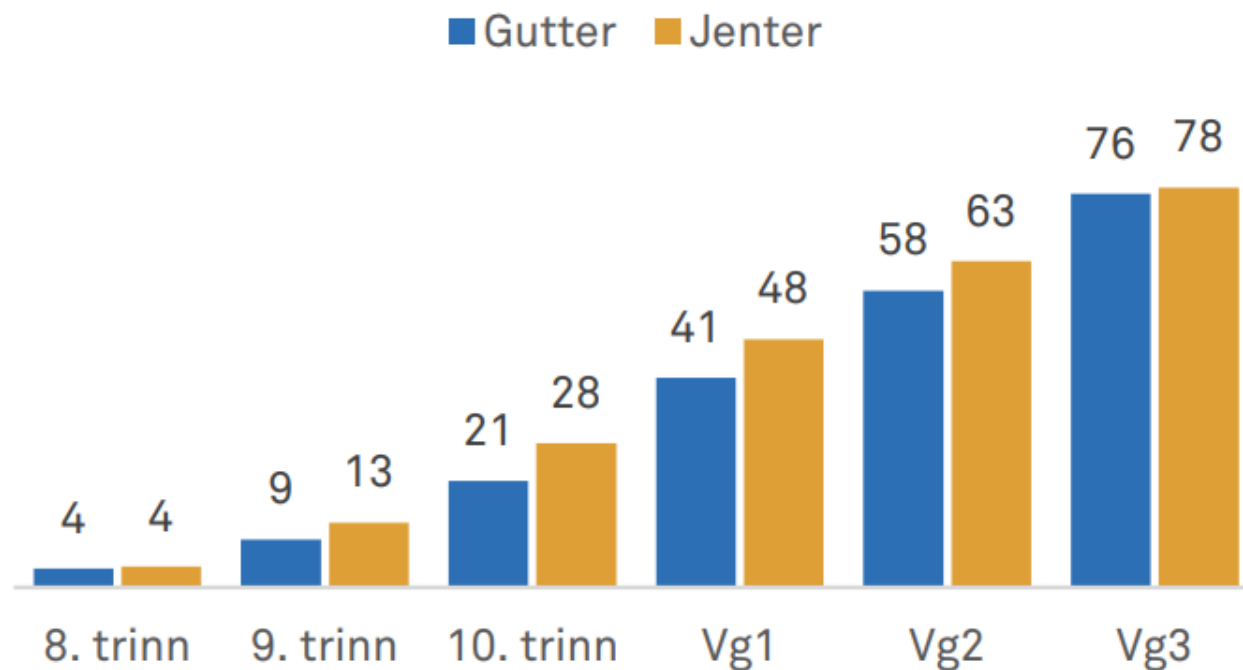
Rusmidler, russetid og overgangen til videregående skole



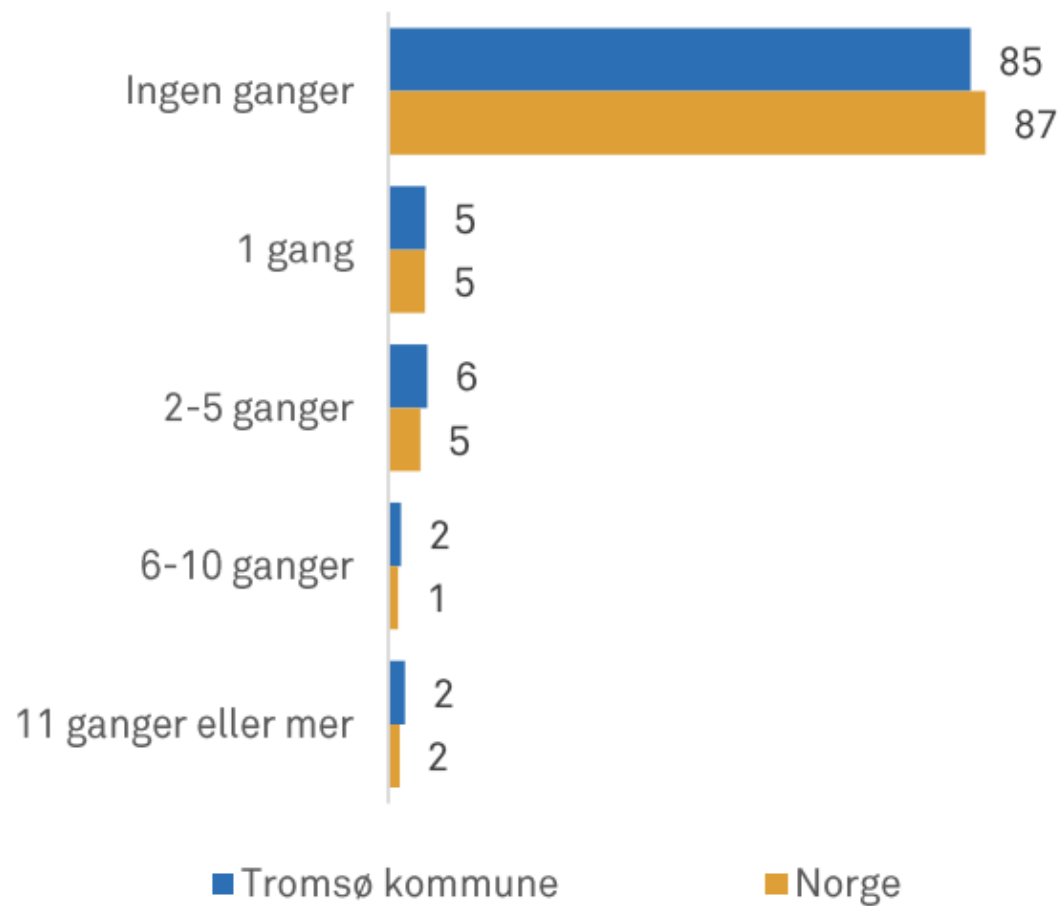
10. trinn  
vår

# Vi bruker lokale ungdata-tall

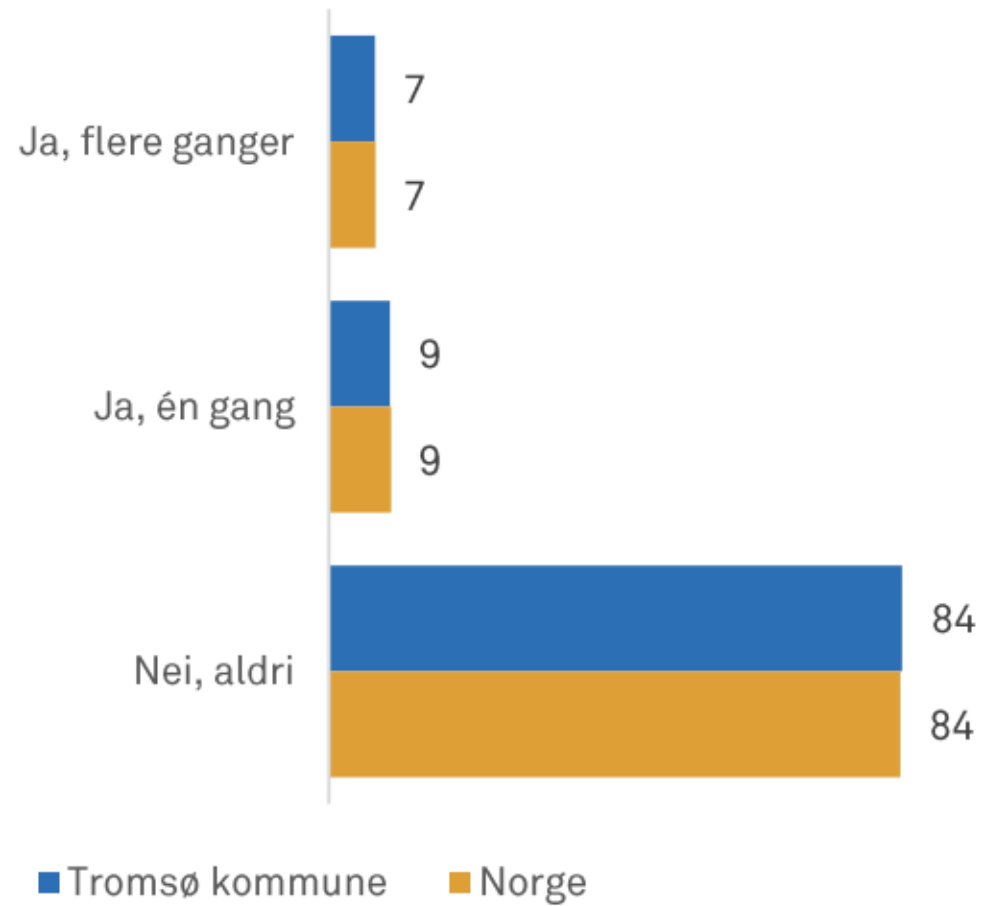
Prosentandel som har vært beruset i løpet av det siste året. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



## Hvor mange ganger i løpet av det siste året har du vært beruset på alkohol? Tromsø kommune og nasjonalt



## Har du i løpet av det siste året blitt tilbudt hasj eller marihuana? Tromsø kommune og nasjonalt





«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



# Sterk&Klar Intro

**Forebyggingsprogram for minoritetsforeldre**

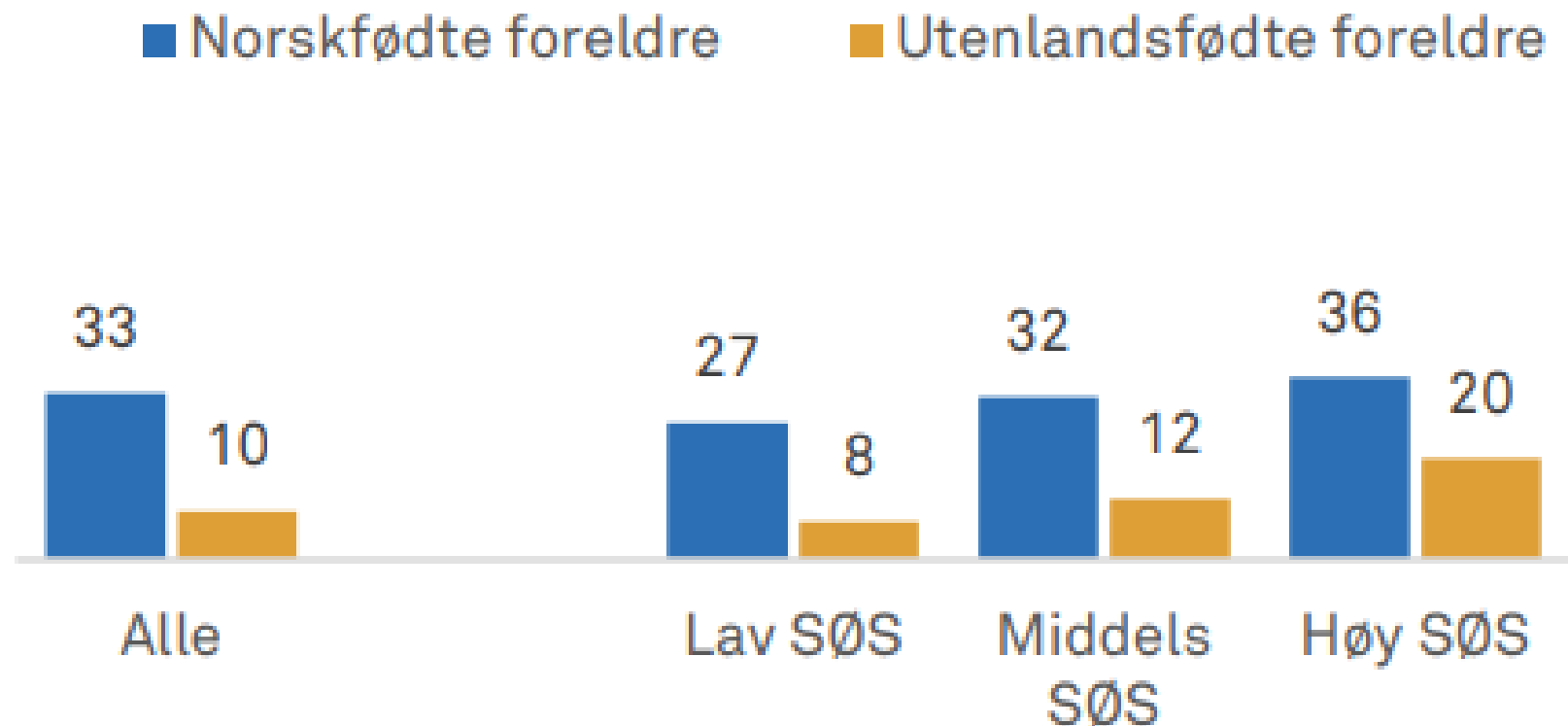
# Målsetninger

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



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

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



Ung i Oslo, 2023



# 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



## Gjennom Intro ønsker vi:

- Å støtte opp om den restriktive holdningen som finnes mot rus i mange innvandremiljøer
- 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



# Ønsker du mer informasjon?

Prosjektleder Sterk&Klar: Sigrun Stenersen Espe

Epost: [sigrun@iogt.no](mailto:sigrun@iogt.no)



Kursleder Sterk&Klar Intro: Jevi Majid

Epost: [jevi@iogt.no](mailto:jevi@iogt.no)





Join at [menti.com](https://menti.com) use code 6965 4453

 Mentimeter

# Hva tenker du er en utfordring med rusforebygging i din stilling/jobbb?

Waiting for responses ...



Join at [menti.com](https://menti.com) use code 6965 4453

 Mentimeter

# Hvilke ambisjoner bør ruspolitisk handlingsplan ha i Tromsø kommune?

Waiting for responses ...

