

Program for folkehelsearbeid Midtre Gauldal kommune 2025-2027

Oppsummering:

Folkehelsearbeid i Midtre Gauldal kommune

Midtre Gauldal kommune deltar i en nasjonal satsing for å styrke folkehelsearbeidet, med særlig fokus på barn og unges psykiske helse og rusforebygging.

Folkehelseprosjekt 1.0 (2019–2023):

Målet var å endre holdninger til ungdom og rus. Tiltaket «Utsett!» ble brukt på foreldremøter for 8. og 9. trinn, og er nå implementert i kommunen.

Folkehelseprosjekt 2.0 (2025–2027):

Målet er at barn og unge skal oppleve livsmestring og trivsel gjennom trygge og støttende omsorgspersoner. Ved å bruke foreldremøter som en arena for foreldrestøtte ønsker vi å skape et fellesskap der foreldre får mulighet til å reflektere sammen. Med ICDP som verktøy bygger vi bro mellom kunnskap og hjerte, og styrker foreldrerollen.

Om ICDP:

Et foreldreveiledningsprogram for alle med barn 0–18 år. Det styrker omsorgsgiveres trygghet og kompetanse gjennom refleksjon og erfaringsdeling i grupper. Målet er å fremme godt samspill og barnets utvikling.

Det er utfyllende informasjon under, om du ønsker å lese mer



Kontakt og innspill

Har du spørsmål, innspill eller kommentarer til Folkehelseprosjekt 2.0?

Prosjektet er nå i oppstartsfasen, og vi ønsker innspill fra dere foreldre. Du kan velge å være anonym dersom du ønsker det.



Om du ønsker mer informasjon angående folkehelsearbeid i kommunen eller om dette prosjektet, ta kontakt med Linn M. Bolland på mobil 47646978 eller e-post liboll@mgk.no, eller Kristin Myklevoll på mobil 991 57 992 eller e-post krimyk@mgk.no

Bakgrunn for folkehelsearbeidet i kommunen:

I 2017 startet en tiårig satsing (2017–2027) på kommunalt folkehelsearbeid, som resultat av et forslag fremmet gjennom Folkehelsemeldingen av 2015. Midtre Gauldal kommune ble med i 2019.

- Satsingen skal bidra til en langsiktig styrking av befolkningens helse og livskvalitet.
- Barn og unge er programmets prioriterte målgruppe.
- Tema for programmet er psykisk helse og rusforebygging blant barn og unge.
- Programmet skal bidra til kvalitetsløft i kommunene og til at kommunene oppfyller kravene i folkehelseloven.
- Kommuner utvikler selv lokale tiltak som kan styrke barn og unges psykiske helse og godt rusforebyggende arbeid.
- Helsedirektoratet, KS og Folkehelseinstituttet har nasjonalt ansvar for gjennomføringen og evaluering av folkehelseprogrammet.

Folkehelseprosjekt 1.0

I perioden 2019-2023 hadde folkehelseprosjektet i Midtre Gauldal kommune som hovedmålsetting å «*Endre holdninger og sosial aksept blant foresatte og ungdom i forbindelse med ungdoms bruk av rus i Midtre Gauldal kommune*».

Ett av tiltakene er *Utsett!*. Dette er et foreldremøtekonsept som presenteres for alle 8. og 9. trinn foreldre. Det er utviklet av Korus (kompetansesenter for rusfeltet) og som en foreldrerettet aktivitet i kommunens rusforebyggende arbeid. Formålene med tiltaket er:

- Utsatt alkoholdebut.
- Hindre omfattende drikking og bruk av illegale rusmidler blant ungdom.
- Forebygge uønskede og skadelige konsekvenser knyttet til ungdom og rusmiddelbruk.
- Fremme betydningen av foreldrerollen og foreldresamarbeid i det rusforebyggende arbeidet.

Det er også tiltak på foreldremøter for 6. trinn elever.

FULL av kunnskap
og
gode holdninger
– et prosjekt om ungdom og alkohol
i Midtre Gauldal



Folkehelseprosjekt 2.0



I folkehelseprosjektet del 2 (2025-2027), som starter nå i Midtre Gauldal kommune, er målet at gjennom omsorgsgivers kunnskapsheving skal flest mulig av barn og unge i Midtre Gauldal føle generell livsmestring og ha en opplevelse av å ha et godt liv.

Som tiltak under dette ønsker Midtre Gauldal kommune blant annet å se på innholdet på foreldremøtene ved alle barnehager og skoler, og bruke denne arenaen til foreldrestøtte for foreldre. Skape arenaer for omsorgsgivere der de kan reflektere over egen praksis og utveksle erfaringer- knyttet til bestemte tema. Ved å befeste en strukturert plan for foreldremøter for alle skoler og barnehager, vil man uansett hvor man bor i kommunen, møte det samme tilbudet.

I den strukturerte planen for foreldremøte vil ICDP (International Child Development Programme) være et viktig supplement.

Hva er ICDP?

ICDP er et enkelt, helsefremmende program og tilbud til ALLE foreldre med barn i alderen 0-18 år. ICDP er et gruppebasert program og er et landsomfattende forebyggende foreldreveiledningsprogram, hvor formålet er å forebygge psykososiale vansker blant barn og unge gjennom å støtte og stryke omsorgsgivere i deres omsorgsrolle. Målet med ICDP er at omsorgsgivere skal bli trygge i rollen ved å bli bevisste på hva de gjør som er bra for barna. Dette programmet har en bevisstgjørende metodikk som setter ord på hva som er godt samspill – det er ressursorientert og ønsker å myndiggjøre omsorgsgivere, som igjen fremmer en positiv og utviklingsfremmende oppfatning av barnet. Forskning viser at barnets samspill med sine nærmeste omsorgsgivere er en viktig faktor for barnets helhetlige utvikling. Du får ingen ferdig oppskrift, men hjelp til å finne egne løsninger for deg og barnet. Grunnen til at ICDP har vist såpass stor anvendelighet, er at innholdet i dette programmet representerer hovedpilarene i all medmenneskelig omsorg fra spedbarnsalder til alderdom – nemlig emosjonell nærhet og anerkjennelse, understøtting og utdyping av ens meningsfulle opplevelse av verden, og hjelp til selvkontroll og regulering av ens liv.

Ved at omsorgsgivere får små drypp fra ICDP og dermed får mer kjennskap til programmet, så vil dette også kunne bidra til at foresatte melder seg på fullverdige ICDP- foreldregrupper.

Hvordan foregår ei ICDP foreldregruppe:

Vanligvis møtes en gruppe på 6-10 personer ukentlig over en periode på 8 uker. Samtalene i gruppen fokuseres på åtte temaer for godt samspill («*ICDP huset*», se bilde under), som tar utgangspunkt i konkrete erfaringer fra hverdagen. Deltakerne reflekterer over egne erfaringer og opplevelser i samspillet med barna, og hvordan de kan møte barnas behov. To veiledere leder gruppen og legger til rette for samtaler og erfaringsutveksling. De kan også bruke videoklipp, sanger, bilder osv. for å fremme refleksjon. Det legges vekt på å anerkjenne og bekrefte det som er bra i samspillet med barna, og å finne løsninger som passer for den enkelte forelder. ICDP tar hensyn til at ulike kulturer kan ha ulike syn på omsorg og oppdragelse. Målet er å styrke foreldrenes trygghet og kompetanse, og å fremme en god og utviklende oppvekst for barn

