



## Hjelpetilbod frå Hardanger Barnevern

<b>Circle of Security, Parenting (COS-P)</b>	<b>Gjeld nivå: 2</b>
<b>Aktuell aldersgruppe: 0-12 år</b>	
<b>Omfang:</b> Kurset går over 8 kveldar, 2 timar kvar gong.	<b>Kontaktperson i tenesta:</b> Kari-Anne Kvestad, tlf: 97 55 86 61, e-post: <a href="mailto:kari-anne.kvestad@ullensvang.kommune.no">kari-anne.kvestad@ullensvang.kommune.no</a> , Anita Draugsvoll, tlf 97 55 86 71, e-post: <a href="mailto:anita.draugsvoll@ullensvang.kommune.no">anita.draugsvoll@ullensvang.kommune.no</a>
<b>Tiltaket:</b> Mange foreldre synes det er utfordrande å gi barna tryggleik og god oppvekst. Foreldrerettleiingskurset Circle of Security (COS), tryggleikssirkelen, skal gi foreldre verkty til å forstå betre kva behov barn har, kva signal dei gjer og kva vi kan gjere for å møte desse behova betre.  Målet er at barnet skal få hjelp til å kjenne seg trygg og på den måten stå sterkare rusta til å møte utfordringar i livet. Kurset kan og bidra til å betre samspelet mellom foreldre og barn.	



## Hjelpetilbod frå Hardanger Barnevern

<b>Emosjonsfokusert ferdighetstrening for foreldre (EFST)</b>	<b>Gjeld nivå: 2</b>
<b>Aktuell aldersgruppe:</b> 0-18 år	
<b>Omfang:</b> 2 dagars kurs	<b>Kontaktperson i tenesta:</b> Kari-Anne Kvestad, tlf 97 55 86 61, e-post: <a href="mailto:kari-anne.kvestad@ullensvang.kommune.no">kari-anne.kvestad@ullensvang.kommune.no</a> , Anita Draugsvoll, tlf 97 55 86 71, e-post: <a href="mailto:anita.draugsvoll@ullensvang.kommune.no">anita.draugsvoll@ullensvang.kommune.no</a>

**Tiltaket:** Kurs i emosjonsfokusert ferdighetstrening for foreldre er eit tilbod til alle foreldre som ynskjer å bli tryggare i si rolle som forelder og omsorgsgevar. Vi tilbyr og rettleiing til andre som arbeider med barn og ungdom og deira omsorgsgevarar, f.eks barnehagar, skular og barnevern.

Har du eit barn med psykisk uhelse eller atferdsforstyrningar, og du treng rettleiing på korleis du betre kan møte barnet ditt? Opplever du ofte situasjonar i møte med barnet kor du ikkje veit kva du skal gjere? Situasjonar kor tålmodet tar slutt, frustrasjonen tar overhånd og du kan kjeffe, rope eller kanskje ta tak i barnet ditt? Eller situasjonar kor du blir engsteleg og usikker, kor du kan føle deg lamslått eller trekk deg unna barnet ditt?

Foreldrerolla kan vere krevjande, og ingen foreldre er perfekte. Dei fleste foreldre har ofte det til felles at dei er programmert til å yte omsorg og beskytte barna sine. Nokre gonger kan det likevel oppstå hindringar som vanskeleggjer dette arbeidet, og kor vi som foreldre kan kjenne på avmakt. Då kan vi og risikere å opptre på måtar som skapar vonde følelsar både i barnet og i den vaksne.

Målet med metoden er å støtte foreldre og omsorgspersonar til å rettleie barna i forhold til å handtere stress, følelsar og emosjonell smerte. På denne måten blir målet å skape ein gjensidig tryggleik både hjå barnet og den vaksne.



## Hjelpetilbud frå Hardanger Barnevern

<b>Generell familieterapi</b>	<b>Gjeld nivå:2</b>
<b>Aktuell aldersgruppe: 0-23</b>	
<b>Omfang:</b> barn/ungdom og deira familiar	<b>Kontaktperson i tenesta:</b> Terje Solvi, <a href="mailto:terje.solvi@ullensvang.kommune.no">terje.solvi@ullensvang.kommune.no</a>
<b>Tiltaket:</b> Barn som veks opp i utrygge relasjonar har ein høgare risiko for å utvikle psykisk uhelse seinare i livet. Familieterapi tilbyr hjelp til å avdekke negative familiemønstre og til å endre desse. Terapeuten hjelper familien med å få fram alle stemmene i rommet, og målet er å leggje til rette for at dei som er nærast kvarandre, skal forstå kvarandre. Ofte får familien tilbod om både individuell familieterapi og kurs.	



## Hjelpetilbod frå Hardanger Barnevern

<b>Støttekontakt/besøksheim</b>	<b>Gjeld nivå:2</b>
<b>Aktuell aldersgruppe: 0-23</b>	
<b>Omfang:</b> barn/ungdom og deira familiar	<b>Kontaktperson i tenesta:</b> Terje Solvi, <a href="mailto:terje.solvi@ullensvang.kommune.no">terje.solvi@ullensvang.kommune.no</a>
<b>Tiltaket:</b> Barn og foreldre med lite nettverk, manglande sosialkompetanse/tryggleik, kan få styrka dette gjennom ein støttekontakt til barnet eller til foreldra.	



## Hjelpetilbod frå Hardanger Barnevern

<b>Avlastningsinstitusjon</b>	<b>Gjeld nivå: 2</b>
<b>Aktuell aldersgruppe: 0-18</b>	
<b>Omfang:</b> individuelt	<b>Kontaktperson i tenesta:</b> Terje Solvi, <a href="mailto:terje.solvi@ullensvang.kommune.no">terje.solvi@ullensvang.kommune.no</a>
<p><b>Tiltaket:</b> Avlastningstiltaket er for personar og familiar som har eit særskilt tungt omsorgsarbeid. Avlastning skal gjere det mogeleg å opprette gode familierelasjonar, ta vare på sosiale nettverk og hindre utmatting hjå omsorgsgjevaren. Avlastningsbustaden fungerer som ein vanleg heim med ulike familieaktivitetar for brukaren, og skal gje pårørende nødvendig og regelmessig fritid og ferie. Tilbodet vert tilrettelagt individuelt for den enkelte brukar og vert fulgt opp på ev opplærings- og/eller behandlingssopplegg. Brukarane tar del i huslege aktivitetar og det vert lagt til rette for ADL trening m.m.</p>	



## Hjelpetilbud frå Hardanger Barnevern

<b>To-base, utvida besøksheim</b>	<b>Gjeld nivå:2</b>
<b>Aktuell aldersgruppe: 0-23</b>	
<b>Omfang:</b> barn/ungdom og deira familiar	<b>Kontaktperson i tenesta:</b> Terje Solvi, <a href="mailto:terje.solvi@ullensvang.kommune.no">terje.solvi@ullensvang.kommune.no</a>
<b>Tiltaket:</b> Barn med store omsorgsbehov eller foreldre med særskilte behov, kan få tilbod om at barnet bur delvis i ein støttfamilie/omsorgsbase. Foreldra har framleis dagleg omsorg, men den fysiske belastninga blir mindre.	



## Hjelpetilbod frå Hardanger Barnevern

<b>Utgreiing/rettleiingsopphald på foreldre- og barn senter</b>	<b>Gjeld nivå:2-3</b>
<b>Aktuell aldersgruppe: 0-23</b>	
<b>Omfang:</b> barn/ungdom og deira familiar	<b>Kontaktperson i tenesta:</b> Terje Solvi, <a href="mailto:terje.solvi@ullensvang.kommune.no">terje.solvi@ullensvang.kommune.no</a>
<b>Tiltaket:</b> Dette er eit frivillig hjelpetiltak for gravide, einslege foreldre og par med eit eller fleire barn i ulik alder, kor det er bekymring for barnet sin omsorgssituasjon. Familien får tilbod om eit opphald frå 1-6 mnd, dei bur i eigen bustad på institusjonen og ivaretar sjølv omsorga for barnet i denne perioden. Under opphaldet får barn og foreldre eit intensivt og mangfoldig terapeutisk tilbod.	



## Hjelpetilbod frå Hardanger Barnevern

<b>Økonomisk støtte til fritidsaktivitet</b>	<b>Gjeld nivå: 2 og 3</b>
<b>Aktuell aldersgruppe: 0-23</b>	
<b>Omfang:</b> barn/ungdom og deira familiar	<b>Kontaktperson i tenesta:</b> Terje Solvi, <a href="mailto:terje.solvi@ullensvang.kommune.no">terje.solvi@ullensvang.kommune.no</a>
<b>Tiltaket:</b> Hardanger Barnevern kan dekke utgifter og hjelp til praktisk organisering ved deltaking på organiserte leirar/turar. Barnevernet kan og dekke utgifter til aktivitetar som barn har på fritida: medlemskontingent, utstyr mm.	





## Hjelpetilbod frå Hardanger Barnevern

<b>Ettermiddagstilbod ved OppMot læringscenter</b>	<b>Gjeld nivå: 2</b>
<b>Aktuell aldersgruppe: 6-16</b>	
<b>Omfang:</b> To ettermiddagar i veka	<b>Kontaktperson i tenesta:</b> Kari-Anne Kvestad, tlf 97 55 86 61, e-post: <a href="mailto:kari-anne.kvestad@ullensvang.kommune.no">kari-anne.kvestad@ullensvang.kommune.no</a> ,
<p><b>Tiltaket:</b> Etter skuletid tysdagar og torsdagar, har Hardanger barnevern og OppMot læringscenter, eit fritidstilbod for barn i grunnskulen. Oppmøte ved Odda barneskule. Barn i Tyssedal og på Odda ungdomsskule blir henta av tilsette ved OppMot. Deretter går turen vidare til Digranes og alle et middag i lag der. Barna er med på å lage og servere denne.</p> <p>Vinterstid er det fokus på aktivitetar i snøen. Håradalen og Korlevoll er flittig i bruk og det er heiskort tilgjengeleg for alle. Vår og haust er det turar i lokalområde til Digranes, fiske i Sørfjorden og tilbereding av fangsten. Turar til Tyssedal jakt og fiskelag si hytte i Skjeggedal (Smiåsen), padling med kano på Sandvinsvatnet og i storelva frå Hildal, med middag i felten. Er det dårleg vær vert Tyssohallen brukt flittig og der er klatreveggen populær.</p> <p>OppMot låner ut alpin- og langrennutstyr, samt skikort til skisenteret, til barn og ungdom ved Oppmot/barnevernet.</p>	



## Hjelpetilbod frå Hardanger Barnevern

<b>Frukost ved Odda ungdomsskule</b>	<b>Gjeld nivå: 2</b>
<b>Aktuell aldersgruppe: Ungdomsskulen</b>	
<b>Omfang:</b> Ein time før skulestart kvar morgon	<b>Kontaktperson i tenesta:</b> Kari-Anne Kvestad, tlf 97 55 86 61, e-post: <a href="mailto:kari-anne.kvestad@ullensvang.kommune.no">kari-anne.kvestad@ullensvang.kommune.no</a> ,  Odda ungdomsskule: Ann Elin Ramsdal, <a href="mailto:ann.e.ramsdal@ullensvang.kommune.no">ann.e.ramsdal@ullensvang.kommune.no</a>
<b>Tiltaket:</b> Elevar får tilbod om enkel frukost og varm drikke før skulestart. Ann Elin Ramsdal er kontaktperson ved Odda ungdomsskule.	



## Hjelpetilbod frå Hardanger Barnevern

<b>Sommarferietilbod</b>	<b>Gjeld nivå: 2</b>
<b>Aktuell aldersgruppe: 6-16</b>	
<b>Omfang:</b> 3 dagar	<b>Kontaktperson i tenesta:</b> Kari-Anne Kvestad, tlf 97 55 86 61, e-post: <a href="mailto:kari-anne.kvestad@ullensvang.kommune.no">kari-anne.kvestad@ullensvang.kommune.no</a> ,
<b>Tiltaket:</b> Hardanger barnevern er opptatt av at alle barn skal ha positive opplevingar å sjå tilbake på når skulen starter etter sommarferien. I fleire år har vi tatt med barn i ulike aldrar, på ferietur til Nordsjø ferieland i Gvarv, ein 10 minutters reise frå Bø Sommerland. I Nordsjø ferieland har dei ei av Europas beste kabelbanar for wakeboard, wakeskate og vannski. I tillegg er det trampoline både på land og i vatn. På turen har vi fokus på sunt og godt kosthald og at barna er med på å førebu alle måltida. Hyttene vi leiger, ligg ved vatnet og barna badar når dei måtte ønskje det. Barnevernet låner våtdrakter og bil frå Oppmot, så dårleg vær er ingen hindring! Vi tar og turen til Bø Sommerland, kor vi får prøve dei ulike attraksjonane, tilpassa den enkelte sitt behov for adrenalinkick.	