

*Det finnes ingen fasit* for hva som er riktig å gjøre i alle tilfeller. Ofte er den beste oppskriften på lykkelige barn, foreldre som er aktive og tilstede i barnas oppvekst.

Vi har laget en enkel veileder som du kan bruke for å sjekke om alt er bra med ditt barn.

*Målet er å fange opp personer i risikozonen så tidlig så mulig og møte dem med tiltak som virker.*



*Du kan få hjelp.* Ved å oppsøke hjelp kan du sikre en bedre framtid for ditt barn og din familie. Det er ikke farlig eller skamfullt å be om hjelp. Du er god mor eller far om du ber om hjelp. Vi kan alle trenge hjelp i blant.

*Ved bekymring kan du kontakte:*

Sosiallærer, kontaktlærer eller helsesøster på barnets skole

Marie Plathe familie og aktivitetssenter  
tlf. 920 34 629

Barnevernet i Bærum  
tlf. 67 50 68 00

Forebyggende koordinator i Politiet  
tlf. 67 57 69 12

SLT-koordinator i Bærum kommune  
tlf. 67 50 32 15

Utekontakten  
tlf. 67 55 10 20

Alarmtelefon for barn, unge og foreldre  
tlf. 116 111

*Dialog, råd, veiledning og oppfølgings-samtaler med den unge tilpasses utfordringene, situasjonen og relasjonene til den unge.*

© 2015 Innvandrersorganisasjonene i Bærum

## FORELDREVEILEDER

Laget av Innvandrersorganisasjonene i Bærum  
- av foreldre, for foreldre.



*Hva kan du som foresatt gjøre for å hindre at barna dine havner i negative miljøer?*

## GRØNN

Du kjenner skolen, leksene og de andre foreldrene. Du deltar på møter med skolen.

Du vet hvordan du kan styrke barnet ditt i skolefag.

Du kjenner vennene til barna dine og deres foreldre.

Barnet ditt har en aktiv fritid og skoleferie, som du er en del av.

Du bruker tid på å være mye sammen med barna og har det gøy sammen med dem.

Du vet hva barnet ditt gjør på nettet og på mobilen.

Du vet hva du skal gjøre hvis barnet ditt blir mobbet eller mobber andre.

Du vet hvor du kan få hjelp, hvis du har bekymringer i forhold til familien din.

**Ingen grunn til bekymring.**

## GUL

Du kjenner skolen, fagene og andre foreldre dårlig.

Du vet ikke hvor du kan få hjelp til å forbedre ditt barns karakterer.

Du kjenner ikke dine barns venner.

Du vet ikke hva ditt barn gjør på fritiden.

Du er lite sammen med barna på fritiden og i ferier.

Du vet ikke hva ditt barn gjør på nettet eller mobilen.

Du merker forandringer i ditt barns oppførsel, klesstil, og språk uten at du vet hvorfor.

Barnet ditt kommer ikke hjem til avtalt tid.

Barnet ditt har økt fravær på skolen.

Du merker at barnet ditt og du snakker lite sammen.

**Grunn til bekymring. Snakk med barnet ditt og søk råd og veiledning.**

## RØD

Du har ingen kontakt med skole, foreldre eller dine barns venner.

Barnet ditt unngår kontakt med deg og forteller deg ting som du tror er løgn.

Barnet ditt har ting som du ikke har gitt penger til.

Barnet ditt kommer ikke hjem til avtalt tid.

Barnet ditt har mye fravær på skolen.

Barnet ditt har endret oppførsel i løpet av en kort tid.

Barnet ditt er mye i Oslo uten at du vet hvorfor.

**Stor grunn til bekymring. Ikke vent med å søke hjelp og veiledning.**