

vi på **Tjörn** Nr 1/2024

DISTRIBUERAS KOSTNADSFRITT TILL SAMTLIGA HUSHÅLL PÅ TJÖRN

**Tema:
Barn och unga**

Åtta områden
för Tjörns barn och unga
sidan 4

Fjärdeklassare lär sig
hantera känslor
sidan 5



Sundsby säteri – Tjörnbarnas besöksmål

Tillhör du dem som tar med dina gäster till Sundsby när du får besök? För att du vill visa upp det bästa Tjörn har? För visst är det så att det är när vi får besökarens ögon på en plats, som vi själva förstår vilka värdefulla tillgångar vi har runt knuten?

På Sundsby finns vandringslederna, parken, köksträdgården, lekskogen, grillplatserna, utsiktspunkterna, måltiderna, kulturarvet och inte minst den rika historien runt Margareta Huitfeldt.

Vandringsleder för stor och liten

Från Solklinten kan du beundra utsikten över Stigfjorden och har du lite större barn med dig är det spännande att utforska grotterna. För de yngre barnen finns Ivers skogspromenad, en 1,3 kilometer lång slinga med både klätterträd och stationer som berättar om hur det var att vara barn på säteriet under 1600-talet.

Köksträdgården och parken

Som en trädgårdens arkeolog jobbar trädgårdsmästaren Joakim

Wenner med att både upptäcka vad som växte här för längesedan och att nyodla gamla kultursorter som är på väg att försvinna. Så fråga gärna och bli inspirerad!

Du kanske också hittar grönsakerna från trädgården på tallriken när du lunchar i restaurangen. Margaretas kök & skafferier har öppet året om, under sommarmånaderna till kl 20.

Sundsby's mesta kändis

Säteriets mest kända historiska person är **Margareta Huitfeldt**, en av Bohusläns mäktigaste kvinnor, som levde här på 1600-talet. Om du vill lära dig mer om Sundsby's historia rekommenderar vi en guidad historisk vandring (se tider här intill).

Kommande evenemang på Sundsby

- Blåsmusikens dag 25/5
- Sommarteater: Vårdshuset Torken 31/5, 1/6, 2/6
- Öppen ateljé 3/6–8/9
- Sommarutställning om trädgård och biologisk mångfald 19/5–31/8
- Margaretadagen 20/7
- Guidade historiska vandringar 20/7, 9/8, 7/9, 3/11
- Trädgårdsvisningar 4/7, 11/7, 18/7
- Skördemarknad i september
- Julmarknad 16–17/11

NYHET!

Nu kan du prenumerera på ett nyhetsbrev med ett urval av månadens evenemang. Som vanligt hittar du samtliga evenemang på tjorn.se/evenemang

Scanna qr-koden för att anmäla dig till nyhetsbrevet.



Omslagsbilden

Det här numret av Vi på Tjörn har Barn och unga som tema. *Delta* är Tjörns kommuns nationellt prisade barn- och ungdomsverksamhet. Här ingår kulturskolan och kultur- och fritidscentra. Hela 30 procent av Tjörns unga deltar i någon av kulturskolans kurser. En av dem är Pascal Abenius, 15 år, som tagit den fina omslagsbilden. Varje onsdag deltar han i kulturskolans fotografkurs.

Berätta om bilden!

– Jag tycker om att fota djur och växter och följa hur de förändras. Vitsippor finns bara en kort tid på våren och sedan kommer nya förändringar i naturen.



Pascal Abenius

Vi på Tjörn

Utgivning: maj 2024

Utgivare:

TJÖRNS KOMMUN
Krokodalsvägen 1, 471 80 Skärhamn
0304-60 10 00
kommun@tjorn.se
www.tjorn.se

Bilder om inte annat anges,
Anna-Lena Bjarneberg

Tryck: Linderoths Tryckeri AB
Upplaga: 8 500 exemplar

En tidning för Tjörns unga

Den här tidningen har fokus på Tjörns barn och unga och olika åtgärder som kommunen gör – både förebyggande (till exempel föräldrautbildningar) och åtgärder för unga som riskerar hamna i utanförskap (till exempel samarbete mellan polisen och kommunen).

Allt arbete som görs för unga på Tjörn får förstås inte plats i en tunn tidning. Jag tänker också på alla de idrottsanläggningar som helt eller delvis nu är färdigbyggda och som gör det möjligt för de största föreningarna att utveckla sin verksamhet och låta fler barn och unga utöva idrott. Vi vet att en meningsfull fritid är viktig på flera sätt – för både fysisk och psykisk hälsa och för känslan av sammanhang. Och vem vet, det där fritidsintresset kanske leder till ett yrke så småningom, eller i många fall till en väldigt givande hobby.

Att få möjligheten att prova på många uttryck är något vi jobbat med i kommunen i många år. Det följer också barnkonventionen att barn har rätt till vila och fritid, lek och rekreation och rätt att fritt delta i det kulturella och konstnärliga livet.

Alla barn och ungdomar på Tjörn omfattas av en kulturgaranti, som ger möjligheter att både skapa och ta del av olika konstnärliga uttryck varje år från förskolan upp till årskurs nio. Flera gånger under skoltiden besöker klasserna Nordiska Akvarellmuseet för att både uppleva och skapa konst, alla fjärdeklassare besöker Sundsby för att ta del av kulturarvet och alla femteklassare får göra film. För att nämna några.

På sidan 7 kan du också läsa om hur ungdomar som av olika anledningar inte kan vara heltid i skolan har möjlighet att komma till Egnahemsfabriken ett par dagar i veckan. Här får de jobba med händerna och bygga, skapa och sköta djur. Det är ytterligare ett sätt att hitta meningsfullhet.



Evike Sandor,
kommundirektör

Och visst är det där vi hittar kärnan i ett gott liv, att det är meningsfullt? Jag hoppas inte det är en utopi att vi alla tillsammans kan hjälpa våra ungdomar att hitta just meningsfullhet.

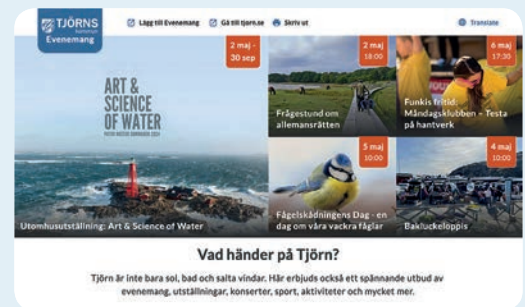
Med önskan om god läsning och en fin sommar.

Tjörn – Möjligheternas ö
hela året och för hela livet

tjorn.se
Redaktionen
tipsar



Du hittar ännu mer information om vad som görs i Tjörns kommun på vår webbplats tjorn.se. Här är några favoriter just nu:



Tjorn.se/evenemang

Sillens dag, Träbåtsfestivalen, utställningar, konserter, teater ... Här hittar du information om allt som händer på Tjörn.



EU-valet

Snart är det val till EU-parlamentet. På tjorn.se hittar du all information du behöver om hur det går till att rösta.



Bleketskolan får nya byggnader

Läs mer om det nya förslaget för Bleketskolan på tjorn.se.

Foto: Privat



Jessica Dahlström

Åtta områden för Tjörns barn och unga

Det här numret av Vi på Tjörn handlar om kommunens arbete med barn och unga utifrån åtta områden: psykisk hälsa, fysisk hälsa, ungas delaktighet, trygghet, fullföljda studier, socioekonomi, föräldraskap och ANDTS (alkohol, narkotika, dopning, tobak, spel om pengar).

Dessa områden hänger ihop och påverkar varandra. Till exempel har ett barn som växer upp i ett tryggt hem större chans att klara studierna bra och ha en bättre hälsa. Men det kan också vara tvärtom. Om en ung person har ett problem i till exempel skolan är risken större att hamna i utanförskap.

– Vi vet ju att tidiga insatser är viktigt. Som att snabbt fånga upp elever med hög skolfrånvaro eller att hitta ungdomar i riskzonen för kriminalitet och missbruk, säger Jessica Dahlström, processledare för barn och unga.

Framför allt gäller det att arbeta förebyggande med insatser som hjälper alla barn, unga och deras föräldrar. Att helt enkelt jobba för

att de åtta områdena som vi fokuserar på i den här tidningen blir skyddsfaktorer i stället för riskfaktorer. Därför har till exempel alla föräldrar på Tjörn möjligheten att gå kostnadsfria föräldrautbildningar och alla fjärdeklassare får utbildning i att hantera sina känslor.

Jessica Dahlström leder den strategiska samverkansgruppen (SOS-gruppen) som jobbar både förebyggande och uppföljande för att motverka att barn och unga hamnar i ett utanförskap.

Här finns representanter för alla som möter barn och unga på Tjörn – barn och utbildning, socialförvaltningen, kultur och fritid, föreningslivet, bostadsbolaget och folkhälsan.

Vilka är de största utmaningarna för barn och unga på Tjörn just nu?

– Att den psykiska ohälsan ökar, särskilt bland tjejer. En annan utmaning är att inte alla ungdomar fullföljer sina studier i grundskolan eller gymnasiet, säger Jessica Dahlström.

I den här tidningen kan du läsa mer om hur Tjörns kommun arbetar förebyggande och möter dessa utmaningar.

Fysisk hälsa • Psykisk hälsa
Fullföljda studier
Trygghet • Socioekonomi
ANDTS • Ungas delaktighet
Föräldraskap

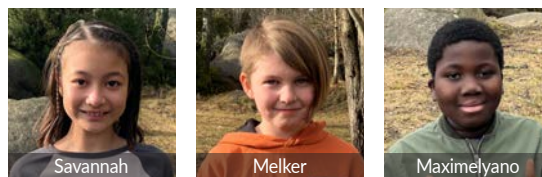
FYSISK HÄLSA

Fysisk aktivitet påverkar minne och koncentration och främjar psykisk hälsa. Rörelse i unga år främjar också goda levnadsvanor senare i livet. Tjörn har ett rikt föreningsliv med stora möjligheter till rörelse. Det är ändå många barn och unga som inte tillräckligt fysiskt aktiva. I kommunen görs olika initiativ för ökad fysisk aktivitet, exempelvis ser trivselledarna på Tjörns skolor till att det finns fysiska aktiviteter på rasterna.

Trivselledare på alla skolor

Trivselprogrammet är en satsning både på rörelse, trygghet och psykisk hälsa. Över 90 elever har nu utbildats för att lära sig mer om ledarskap, hur de kan göra för att få med sig barn i leken och hur de kan öka trivseln. De lär sig också många olika lekar som passar för större grupper. Vi träffade tre av trivselledarna i Källekärrs skola.

Hur är det att vara trivselledare?



Savannah

Melker

Maximelyano

Savannah Hansson, åk 4 – Det är roligt att hjälpa andra att ha något att göra och att komma till en lek på rasten. Och att man bjuder in till lek om man ser någon som är ensam.

Melker Ingvarson, åk 4 – Det är roligt att se många barn ha kul tillsammans, att se till att alla har något att göra. Jag tycker om att vara trivselledare tillsammans med min kompis.

Maximelyano Dikko Collins, åk 3 – Alla barn ska ha någon att leka med på rasten. Det är roligt att hjälpa till med att få alla barn glada och att alla får möjlighet till en bra rast.

Rikt föreningsliv

Det finns ett rikt föreningsliv med stort engagemang på Tjörn. Kommunen stöttar föreningslivet på många sätt, bland annat genom att hjälpa till att lotsa in unga till att prova nya aktiviteter.

Många föreningar arbetar medvetet med att göra det enklare för alla att vara med.

PSYKISK HÄLSA

God psykisk hälsa är grundläggande för att människor ska kunna förverkliga sina möjligheter, hantera livets svårigheter och bidra till samhället. Unga människor mår allt sämre, särskilt unga tjejer, både på Tjörn och i hela landet. Flera olika insatser görs i kommunen, inte minst för att förebygga. Alla fjärdeklassare får till exempel en särskild utbildning i impuls kontroll och alla elever i nian lär sig en metod för att bättre kunna möta livets svårigheter.

Fjärdeklassare lär sig hantera känslor

Vi på Tjörn var med i klass 4 på Källekärrens skola när de hade avslutning i det tio lektioner långa programmet Repulse, en metod som går ut på att träna sig i vad man tänker och känner.



Katarina Karlson peppar klassen att vara nöjda med sig själva när de klarat av en situation. Klassens lärare Emma Lundskog har också deltagit i utbildningen tillsammans med sina elever. (Katarina Karlson har lett utbildningen tillsammans med skolkurator Sanna Nordström, som inte var på plats vid detta tillfälle)

Specialpedagogen Katarina Karlson börjar lektionen med en avslappningsövning. Sedan blir det en snabbgenomgång över vad eleverna lärt sig under utbildningen. Som hur tanke, känsla och handling hänger ihop.

– Man kan ha en känsla och vilja göra något direkt, men då kan det vara bra att hinna tänka först, säger en elev.

Klassen pratar om olika konsekvenser ens handlande kan få, som att man i stunden kanske inte vill gå upp ur sängen på morgonen men att det får konsekvensen av att man missar en hel skoldag. De har också lärt sig hur man ska uppmuntra varandra när någon gjort något bra och hur viktigt det är att vara snäll mot sig själv om det inte går som man tänkt.

– Ingen gör rätt från början. Vi har övat och provat oss fram för att till exempel lära oss gå, säger Katarina Karlson.

När kursen är slut får fjärdeklassarna ett diplom och en inplastad bild på en fjärrkontroll som ska hjälpa dem minnas alla verktyg de lärt sig använda för att styra över sig själva.

Utvärderingen efter avslutad kurs säger att 80 procent av eleverna använt sig av det de lärt sig.

Fler insatser som görs för att främja psykisk hälsa bland barn och unga på Tjörn

YAM (Youth Aware of Mental health) är en metod som alla elever i årskurs nio får lära sig. Den går ut på att utveckla färdigheter för att möta livets svårigheter.

MHFA står för Mental Health First Aid, på svenska Första hjälpen till psykisk hälsa. De som arbetar med barn, unga och äldre får utbildning för att kunna möta och se tecken på psykisk ohälsa i tid.

Livbojen. Stödgrupper för barn och unga mellan 7 och 20 år som har det trassligt hemma med föräldrar eller andra i närheten som dricker för mycket, har psykisk ohälsa eller använder våld. Här finns också gruppen Skilda världar för barn och unga med separerade föräldrar.

FULLFÖLJDA STUDIER

Forskning visar att fullföljda studier är en skyddsfaktor mot psykisk ohälsa, våld, kriminalitet, bristande tillit och social oro bland unga. Jämfört med andra kommuner i Västra Götaland ligger Tjörn bra till vad gäller elever som har behörighet till gymnasiet. Men på Tjörn och i hela landet syns en oroande ökning av skolfrånvaron.

Närvaroteamet hjälper elever som inte går till skolan

På Tjörn finns ett tjugotal elever som av olika anledningar har hög frånvaro i skolan. För deras skull finns specialläraren Anki Olsson och kuratorn Jannike Dufva.

– Alla vill verkligen lyckas i skolan, men av olika anledningar fungerar inte skolgången, säger Jannike Dufva.

Närvaroteamet (Anki och Jannike) jobbar också förebyggande för att främja närvaron i skolan. De deltar på föräldramöten och träffar lärare ute på skolorna för att prata om vikten av fullföljda studier. Att fånga upp tidiga signaler för oroande frånvaro är förstås viktigt så att åtgärder kan sättas in snabbt.

– Det är fantastiskt när någon som varit hemma länge på heltid klarar av att börja i skolan igen, säger Anki Olsson.

Åtgärderna varierar beroende på vilka svårigheter eleverna har. Någon elev kanske behöver hemundervisning för att så småningom slussas in i skolan igen. Någon annan kan behöva en anpassad skolgång med någon annan aktivitet några dagar i veckan. För en tredje elev kanske det räcker att bli

skjutsad till eller från skolan för att komma över tröskeln att ta sig dit.

– Vi börjar alltid med en kartläggning för att se vilka insatser som behövs. Jag har många motiverande samtal och Anki tar mer hand om det pedagogiska. Ibland behövs extra insatser från BUP eller andra instanser, säger Jannike Dufva.

Foto: Privat



Roboten står på Selmas bänk i skolan. På så vis kan hon följa undervisningen nästan som om hon vore där.



Selma följer undervisningen via en robot

Eftersom Selma av medicinska skäl inte kan gå i skolan under en period, får hon i stället följa sin klass via en robot i klassrummet. Hon har också stöd av specialläraren Anki Olsson som åker hem till Selma och har lektion två gånger i veckan.

Selma Hansson, som går i femman i Källekärrens skola, tycker om att gå i skolan. När detta skrivs orkar hon vara med på en lektion i veckan på plats och följa resten av undervisningen hemifrån.

Vi på Tjörn besöker henne i hemmet när hon precis haft lektioner i matematik och svenska med läraren Anki Olsson (se artikel ovan). Övrig tid följer hon sin klass med hjälp av en surfplatta, varifrån hon styr roboten som befinner sig i klassrummet.

– Mina kompisar tar också med roboten ut på rasten ibland. Häromdagen lekte vi kurragömma och då ställde de mig på en hylla och täckte över mig, säger Selma.

Men inget går upp emot att vara i skolan och i takt med att Selma blir piggare vill hon trappa upp antalet lektioner.

– Jag saknar mina kompisar och hoppas jag kan komma tillbaka snart, säger hon.

På Fabriken får ungdomar växa

Alla ungdomar klarar inte av att gå i skolan på heltid. På Fabriken finns möjligheten att få praktik ett par dagar i veckan.

– Här får man odla, vara med djur, snickra, slöjda och samtidigt få en fin gemenskap, säger Anna Berglund, projektledare.

Fabriken (eller Unga omställningsakademien) är en verksamhet för unga personer mellan 12 och 20 år som står utanför studier eller arbete. Hit kommer ungdomar som av olika anledningar behöver hitta en plats där de får må bra. Kärnan i verksamheten är olika former av praktiskt görande inom bygg, konst och djur, i gemenskap med andra.

– Vi är en rätt yvig plats som utgår från de ungas intressen, någonstans mellan idrottsföreningar och kulturskolan, säger Anna Berglund som tillägger att Fabriken också fungerar som länk till kommunens fritidsaktiviteter.



Wiktoria Bergström går i åttan och tycker både om att vara med och bygga och sköta om fåren, här tillsammans med projektledaren Anna Berglund. Tack vare gemenskapen på Fabriken tycker hon att skolan går bättre också.

Två dagar i veckan

Ungdomarna som kommer till Fabriken slussas hit via till exempel Närvaroteamet eller KAA (se artikel och notis intill). De är i Fabriken två dagar i veckan med möjlighet att vara med även på de så kallade byggonsdagarna (som också är öppna för allmänheten).

– Jag kan se hur mycket det ger dem som får vara här, att de känner sig sedda, kompetenta och omtyckta, säger Anna Berglund.

Wiktoria Bergström går i åttan och började på Fabriken i höstas.

– Nu tycker jag skolan går mycket lättare när jag får vara på Fabriken de andra dagarna. Här har jag hittat en gemenskap och det har gjort att jag mår bättre i skolan också, säger Wiktoria.

Projektet Unga omställningsakademien (Fabriken)

är finansierat av Allmänna Arvsfonden och drivs av Egnahemsfabriken i Svanvik tillsammans med Tjörns kommun och är nu inne på andra året av tre.

Egnahemsfabriken är en ekonomisk förening som startade 2017 som en småskalig husfabrik och en stödstruktur för självbyggare.

Med tiden har Egnahemsfabriken också blivit en mötesplats kring bland annat omställning, hantverk, odling och lokal samhällsutveckling.

Kommunalt aktivitetsansvar (KAA)

Alla kommuner i Sverige är skyldiga att erbjuda insatser för ungdomar 16–20 år som inte går i skolan eller jobbar.

Det innebär att kommunen följer upp och håller kontakt med alla i den här gruppen tills de fyllt 20 år, även om de får ett jobb under tiden.

På Tjörn får ungdomarna olika typer av hjälp

– till exempel kontakt med kurator, studie- och yrkesvägledare och arbetsmarknadsenheten.



TRYGGHET

Barn och unga ska växa upp och känna sig trygga, utan att bli utsatta för eller själva begå brott. Att främja trygghet handlar till exempel om att jobba med goda normer och värderingar men även att erbjuda en meningsfull fritid. Trygghetsteamerna på skolorna är ett exempel, men Deltas och föreningslivets fritidsaktiviteter.

Alla barn på Tjörn ska känna sig trygga i skolan

Alla förskolor och skolor på Tjörn jobbar aktivt med att barnen och eleverna ska känna sig trygga. På varje skola finns ett särskilt trygghetsteam med uppgift att förhindra att barn kränks eller mobbas. Men allra viktigast är det förebyggande trygghetsarbetet – där allt börjar med ett "hej"!

När Vi på Tjörn träffar trygghetsteamet på Kållekärrs skola berättar de om hur trygghetsarbetet börjar i klassrummet och på rasterna. Om hur viktiga relationerna är, mellan barn och mellan barn och vuxna. Och om förhållningssättet som genomsyrar hela skolan.



Trygghetsteamet i Kållekärrs skola: Kerstin Samsson (lärare), Sanna Nordström (skolkurator), Steiney Kristinsdottir (idrottslärare), Camilla Färdigh (lärare) och Katarina Ekelund (rektor)

Varje höst börjar med artighet

För att alla i skolan ska bli påmind om hur viktigt det är med goda relationer, lärande och hälsa börjar varje läsår med en uppstartsvecka. Varje dag får eleverna ett nytt tema att jobba med. Dessa temadagar tar i tur och ordning upp artighet, regler, lika-olika, lärande, motivation samt hälsa och rörelse.

– Första dagen har tema artighet och börjar med "hej" och övningar som att göra snälla saker med sin kompis, säger Kerstin Samsson, förstelärare och en del av trygghetsteamet.

Förebygger kränkningar

För att förebygga kränkningar har skolan fler verktyg. Det är till exempel noll-tolerans mot skojbråk sedan fyra år tillbaka, en åtgärd som halverade antalet kränkningsärenden redan första året. Alla lärare frågar också eleverna inför varje rast om de har någon att vara med och påminner om vilka aktiviteter som finns att göra. Efter rasten frågar de hur rasten varit. Under rasterna ordnar trivselledare (elever som fått särskild utbildning) lekar och personal från fritidshemmet är rastpedagoger.

När kränkningar uppstår

Om inte konflikter kan lösas direkt av rastpedagoger eller av klasslärare och det går så långt att det leder till kränkningar, är det skolans rektor Katarina Ekelund som kontaktar trygghetsteamet.

– När vi får ett uppdrag har vi samtal med både eleven som är utsatt och den eller de elever som utsätter sin skolkamrat för kränkningar. Vi kopplar också in föräldrarna och är väldigt tydliga med att kränkningen måste sluta direkt! säger Katarina Ekelund.

Fler trygghetsskapande insatser för unga

Trivselledare på alla skolor (se sid 4)

Unga ledare. Att fånga upp ungas intressen är en viktig pusselbit för att skapa ett tryggare Tjörn. På Deltas kultur- och fritidscentra har Tjörns unga alla tänkbara möjligheter att utveckla sina intressen. Unga ledare är ungdomar som fått en utbildning i ledarskap och fungerar som en extra trygghet i gruppen.

SSPF. Samarbete mellan skola, socialtjänst, polis och fritid. Läs mer på sid. 10.

Medborgarlöfte. Ett åtagande om trygghet från polisen och kommunerna Tjörn, Orust och Stenungsund. Ett löfte handlar till exempel om att intensifiera arbetet mot droger, kränkningar och våld i områden där barn och unga vistas.

Vecka fri från våld. Våld i nära relationer uppmärksammas på olika sätt, bland annat genom rastaktiviteter på högstadieskolorna, aktiviteter på Delta och föreläsningar.

SOCIOEKONOMI

Låg socioekonomi kan vara en riskfaktor under barns uppväxt och kan leda till både fysisk och psykisk ohälsa, påverka skolresultat med mera. Kommunen arbetar kontinuerligt för att skapa en god hälsa för alla barn och unga.

Grötfrukost ger bra start på skoldagen

Varje morgon har eleverna på Häggvallskolan möjlighet att få en enkel grötfrukost. Alla kanske inte hinner äta frukost hemma och andra kanske behöver lite extra påfyllning.



– Jag tycker jag får en bättre start på dagen när jag äter här först. Jag ser bara fördelar, säger en av eleverna vi träffar.

Det är tidig morgon i Höviksnäs. I matsalen på Häggvallskolan är belysningen dämpad och lugn musik strömmar ur högtalarna. Eleverna som kommer in för att äta frukost pratar lågmält med varandra medan de tar för sig av havregrynsgröten.

Grötfrukosten på Häggvallskolan är ett hälsoprojekt finansierat av folkhälsomedel.

Syftet är att belysa vikten av att äta frukost samtidigt som den lugna starten kan bidra till välbefinnande och trygghet, vilket i sin tur ger ökad studiero och kanske till och med bättre studieresultat.

– Det är också ett sätt att främja likvärdiga matvanor. Dessutom kan frukosten förebygga så att eleverna inte går iväg och köper godis och annat för att de är hungriga, säger Johanna Bothén, måltidsutvecklare.

Varje dag räknas gröttallrikarna och vanligtvis är det runt 35-40 stycken. Sedan tillkommer de som bara tar något att dricka eller följer med en hungrig kompis som sällskap. Gröten som blir över används i brödbaket som blir till mackor för de elever som går till läxhjälpen två dagar i veckan.

Initiativet kommer från en gemensam idé om att skolmåltiden är en viktig del av skoldagen och elevernas utbildning. Måltiden hjälper också till att skapa goda relationer. Rektor Kajsa Karlsson Fröman och måltidsutvecklare Johanna Bothén leder projektet. Frukostsatsningen sträcker sig över hela vårterminen och ska därefter utvärderas.

Kulturplanet

Kulturplanet är ett sommarläger för barn och unga som annars har svårt att komma iväg på någon aktivitet under sommaren.

Tjörns kommun har drivit denna lovverksamhet sedan 2013 tillsammans med lokala föreningar och organisationer – i år i samverkan med Nordiska Akvarellmuseet, Egnahemsfabriken Tjörn, Lions och Rädda barnen.

Det blir tre olika läger för olika åldersgrupper den här sommaren.

Feriepraktik

Alla ungdomar som går ut årskurs 9 eller årskurs 1 på gymnasiet, har möjlighet att söka feriepraktik i Tjörns kommun under en treveckorsperiod.



Guldbiljetten

Ibland kan en fritidssysselsättning vara det som ett barn eller ungdom behöver för att bryta ett mönster eller få en bättre hälsa.

Guldbiljetten kan antingen vara en ekonomisk hjälp för att helt enkelt ha råd att prova på en aktivitet, eller en extra puff där vuxna finns med som stöd för att hitta en meningsfull fritid.

ANDTS står för Alkohol, Narkotika, Dopning, Tobak och Spel

Tillgängligheten till droger har ökat i samhället och det anses inte speciellt svårt att få tag på varken alkohol, tobak eller narkotika. Detta gäller också på Tjörn. Arbetet mot ANDTS hänger förstås ihop med det trygghetsskapande arbetet (se sid 8). Inom båda dessa områden är det extra viktigt att alla som jobbar nära barn och unga samverkar – som barn och utbildning, kultur och fritid, socialförvaltningen och polisen.

Polisen Ulrika arbetar för ett tryggare Tjörn

Som områdespolis vill Ulrika Eliasson att ungdomar ska känna att hon finns till för dem, för att skapa trygghet och för att uppmärksamma om det håller på att gå snett för någon.

– Om vi så bara kan rädda en individ från missbruk eller kriminalitet är det värt allt!

En gång i månaden träffar Ulrika andra som arbetar nära ungdomar i Tjörns kommun. Gruppen heter SSPF och står för skola, socialförvaltning, polis och fritid. Syftet är att upptäcka ungdomar som är i riskzonen för kriminalitet eller missbruk och sätta in insatser för att få till en vändning.

– Vi rör oss ju alla i olika miljöer men tillsammans har vi bättre förutsättningar att hjälpa ungdomar som riskerar att hamna snett, säger Ulrika Eliasson.

En områdespolis jobbar både trygghetsskapande och brottsförebyggande. Ulrika och hennes kollegor besöker ofta de kultur- och fritidscentra som finns på Tjörn för att prata med ungdomar och skapa förtroende.

– Vi vill att det ska vara naturligt för dem att prata med polisen. Om någon sedan blir utsatt för brott kanske de vågar berätta för oss.

Polisen och kommunen (SSPF) arbetar inte bara med enskilda ungdomar, utan också förebyggande. Ett exempel är att inför skolavslutningar informera föräldrar om risker och se till att det rör sig många vuxna runt ungdomarna – som poliser, ungdomsamordnare och trygghetsvandrare.



Foto: Privat

Ulrika Eliasson

Andra åtgärder mot ANDTS

Information till vårdnadshavare.

Vid föräldramöten på högstadiet presenteras den lokala drogvaneundersökningen tillsammans med tips på hur man som förälder kan prata med sina barn om ANDTS.

Broschyrer riktade till vårdnadshavare om olika preparat.

Föreläsningar. Tjörns kommun erbjuder (tillsammans med Stenungsunds och Orusts kommuner) digitala föreläsningar där ANDTS är ett av flera teman. Här brukar polisen bli inbjuden.

Kommunens samverkansgrupp mot ANDTS. Samverkan mellan ungdomssamordnare, MiniMia, folkhälsostateg med flera där syftet är att stötta och hjälpa varandra i arbetet med att förebygga ANDTS.

UNGAS INFLYTANDE OCH DELAKTIGHET

I Sverige har unga ett stort intresse för politik och samhällsfrågor. Däremot är det färre som tror att de har möjligheter att påverka politiken, vilket visar sig i att till exempel de politiska ungdomsförbunden har svårt att rekrytera ungdomar. Detta inflytandegap behöver minskas.

Några av de möjligheter som finns på Tjörn för unga att engagera sig:

- **Elevråd** finns på alla skolor
- **Ungdomsdialog** ("pizza, prat och politik")
 - en kanal mellan ungdomar och politiker
- **Kulturråd.** Ett ungdomsråd för kulturfrågor. Tjörnungdomar har till exempel varit med på en konferens om kommande Agenda 2050 och hur de vill att samhället ska se ut när de är vuxna.
- **Vi unga.** En ungdomsdriven förening som riktar sig till alla ungdomar. De jobbar med allt från Öppen scen till kaféer på olika evenemang. De är också tillgängliga som remissgrupp för politiker och har som mål att öka det politiska intresset bland ungdomar.
- **At school.** Deltas ungdomskonsulenter finns ute på högstadieskolorna på dagtid vissa dagar i veckan för att fånga upp ungdomars intressen.
- **Deltas projektkontor.** Alla ungdomar som har en idé, allt från att baka en morotskaka till nästa gamingträff till att starta en helt ny klubb, har möjlighet att förverkliga sina idéer. Gamingen är från början ett sådant ungdomsinitiativ.
- **Tjörnpengen.** Det finns sammanlagt 50 000 kronor per år att söka för unga som vill skapa egna aktiviteter eller projekt – till exempel läger, konserter, föreläsningar eller sportevent.
- **Unga ledare.** Ungdomar inom Deltas verksamheter som får möjligheten att växa med uppgiften att leda sina kompisar tillsammans med vuxna. Unga ledare får också en skraddarsydd ledarskapsutbildning.

FÖRÄLDRASKAP

En god och bra relation mellan förälder och barn fungerar som en skyddsfaktor för barnen och har en stor påverkan på både den psykiska och fysiska ohälsan genom hela livet. Att vara förälder är inte alltid enkelt och många efterfrågar stöd i föräldraskapet. Därför finns föräldrakurser för olika åldrar och målgrupper. På föräldrakurserna får föräldrar olika redskap för att bli starkare och säkrare i sin föräldraroll.



Det tredje kurstillfället har temat Förebyggande förhållningssätt. Kursen leds av Karin Olsson, specialpedagog, och Camilla Hulling, kurator.

De stärker sin roll som föräldrar

Utbildningen Aktivt föräldraskap vill vara en inspirationskälla till föräldrar. Det handlar om att hitta sitt eget sätt att vara som förälder och inte minst att utbyta erfarenheter med andra.

Vi på Tjörn var med när en grupp föräldrar till barn mellan ett och ett halvt och fem år hade sitt tredje tillfälle i kursen Aktivt föräldraskap. Här är några röster från föräldrarna som går kursen:

- Ett tips som jag fick var att bara släppa allt en stund och helt ägna mig åt Ludvig i en lek. Jag lade ifrån mig mobilen, väntade med matlagningen och tvätten och lät inget störa. Det blir mycket bättre om man leker med större närvaro - alla mår bättre av det.

- Vi har uppmuntrat vår son att hämta saker och ta på sig kläder själv. Han blir så glad när han lyckas.

- Nu håller min två och ett halvt-åring upp mjölk till sig själv från en liten kanna och kan ta tandkräm själv på tandborsten. Det är så tydligt att hon vuxit med uppgiften.

- Hittills har det gått väldigt bra att vara förälder, men det här hjälper oss att tänka på hur vi kan agera om en viss situation uppstår. Jag hade också en bild av att jag skulle vara ganska bestämd som förälder, men det har jag ändrat nu efter vad jag lärt mig.

Aktivt föräldraskap (1-11 år)

Just den här kursen (se texten) har anpassats efter föräldrar till mindre barn.

Exempel på innehåll:

- Hur man stärker barns mod, självkänsla och ansvarskänsla
- Verktyg för att få en mer hanterbar vardag
- Hur man stärker relationer
- Att jobba med sitt eget förhållningssätt

Fler föräldrakurser

Tjörns kommun ger olika kurser i föräldraskap med olika teman och för olika åldrar. Kurserna är kostnadsfria.

Läs mer om kurserna på tjorn.se/foralder



Tjörns kundcenter

Kundtjänst Bibliotek Turistbyrå



Måndag-torsdag	08-19
Fredag	08-17
Lördag	11-15
Söndag	11-15 (t om 29 september)

Avvikande öppettider, se tjorn.se/kontakt

Kontakta Tjörns kundcenter

Tjörns kommun, 471 80 Skärhamn
Besöksadress: Kroksdalsvägen 1
Tfn 0304-60 10 10
tjorns.kundcenter@tjorn.se
Växel Tjörns kommun: tfn 0304-60 10 00

Digitala tjänster

- Lämna synpunkt och förslag på tjorn.se Fråga, tyck till & felanmäl
- App för måltider och aktiviteter i äldreomsorgen: omsorgen.se
- Tjänster för vårdnadshavare: tjorn.se/skolabarn
- E-tjänst för bygglov: bygg.tjorn.se
- Facebook, Twitter, Instagram och LinkedIn

Tjörns Turistbyrå



Tfn 0304-60 10 16 eller turistbyran@tjorn.se

Biblioteket

Tfn 0304-60 11 60, bibliotek@tjorn.se
tjorn.se/bibliotek

Tjänsteperson i beredskap (TiB)

TiB tar hand om sådana frågor som inte kan vänta till nästa dag, tfn 0304-60 12 12 eller 60 12 18.

Kundtjänst renhållning, slam och VA

Kundtjänst Avfall

0304-60 14 00, avfall@tjorn.se
vardagar 8-17

Kundtjänst Slam

0304-67 17 25, kundservice@renova.se
vardagar 8-16.30

Kundtjänst VA

0304-60 10 10, tjorns.kundcenter@tjorn.se

Tjörns återvinningscentral

Måndag, tisdag och torsdag	11-19
Onsdag	13-19
Fredag	11-16
Lördag jämna veckor	10-14

Avvikande öppettider se tjorn.se/tavb

Återvinningsstationer

På sopor.nu kan du göra felanmälan och få annan information som rör återvinningsstationerna.

Kundtjänst Avfall: 0304-60 14 00

Felanmälan lägenheter

Tjörns Bostads AB, vardagar kl 10-12,
tfn 0304-60 16 90, tbab@tjorn.se
tjorn.se/tbab