



VALDRES

Kommunene i Valdres gir tilbud til foreldre fra programmet «Tidlig Innsats for Barn i Risiko» - **TIBIR**.

Du kan finne mer informasjon om TIBIR på pmt.no.

På baksiden av brosjyren ser du kontakt-informasjon til noen av oss som jobber med dette.



Kan dette være et tilbud for deg?

Ta kontakt for en uforpliktende samtale:

TIBIR-foreldrerådgivere:

Etnedal kommune, helsestasjon:

Wenche Kristianslund 97961991
wenche.kristianslund@etnedal.kommune.no

Sør-Aurdal kommune, helsestasjon:

Marit Sundvold Brustad 48253745
marit.Sundvold.Brustad@sor-aurdal.kommune.no
Liv Sonja Solbrekken 90164265
l.solbrekken@sor-aurdal.kommune.no

Nord-Aurdal kommune, helsestasjon:

Hanne-Norunn Enger 91822414
hanne-Norunn.Enger@nord-aurdal.kommune.no
Mona Svarre 92417928
mona.hovelsrud.svarre@nord-aurdal.kommune.no

Øystre-Slidre kommune, helsestasjon:

Mimmi Rudi 91324079
mimmi.rudi@oystre-slidre.kommune.no

Vang kommune, helsestasjon:

Seija Kumpula 90362507
seija.Johanna.Kompula@vang.kommune.no

Vestre-Slidre kommune, helsestasjon:

Kristin Kværna 95887594
kristin.kvarna@vestre-slidre.kommune.no

PMTO-terapeuter:

Olga Nyhus 97 49 22 77
olga.nyhus@nord-aurdal.kommune.no



VALDRES

Tilbud som kan fremme trivsel og samarbeid i familier med barn i alderen 3 - 12 år



TIBIR-tilbud i kommunene i Valdres

”Jeg er så lei av å kjeftte og mase om at

- barnet ikke vil sove og vi er så slitne at vi er nesten desperate»*
- 4-åringen nok en gang har slått seg vrang under handleturen»*
- barnet forhandler i det uendelige, lenge etter at tålmodigheten vår er slutt»*
- vi har vært gjennom nok en dag med brutte avtaler»*
- enda en ettermiddag med søskenkrangling»*

Høres dette kjent ut? Alle barn oppfører seg slik fra tid til annen. Noen ganger ender det med at vi som foreldre handler spontant med frustrasjon, sinne og oppgitthet.

Når denne væremåten blir et mønster som gjentar seg over tid kan foreldre trenge noen å rådføre seg med.

Vi tilbyr målrettet veiledning hvor vi trener på alternative måter å møte barnet på.

Eksempler på hva vi trener på:

- Bedre samarbeid og gode beskjeder
- Læring av nye ferdigheter gjennom systematisk bruk av ros og oppmuntring
- Grensesetting og regler
- Tilsyn og oppfølging
- Problemløsning knyttet til dagligdagse utfordringer i familien

Begge tilbudene på neste side innebærer ukentlig møter á én time. Timene vil inneholde drøftinger og praktiske øvelser der vi trener på å finne gode løsninger på hvordan dere kan styrke samspillet i familien. Tilbudene er gratis og finnes på alle helsestasjonene i Valdres, psykisk helsetjenesta i Vang, Interkommunal barneverntjeneste i Valdres og barneverntenesta i Vang og Vestre Slidre kommune.



TIBIR-foreldrerådgivning

Tilbudet tar sikte på å hjelpe familien så tidlig som mulig. Rådgivningen er et korttidsstilbud som strekker seg over 4-6 møter.



PMTO-behandling

Retter seg mot familier med mer fastlåste samarbeidsutfordringer. PMTO er et tilbud som strekker seg over lengre tid, og minimum et halvt år.