

## I Oskarshamn finns det många olika stödfunktioner för barn/ungdomar och föräldrar:

### Barn- och utbildningsförvaltningen:

- Barnomsorg
- Resursteam
- Resursskolor
- Special & resurspedagoger
- Elevvårdsteam

De olika stödfunktionerna når du via kommunens växel 0491-88 000.

### Familjecenter i Oskarshamn:

- Mödravården  
0491-78 21 19
- Barnhälsovården  
0491-78 20 00 (vxl)
- Öppna Förskolan  
0491-76 49 33
- Socialtjänsten Råd & Stöd  
0491-76 46 50

[www.oskarshamn.se/socialtjanst](http://www.oskarshamn.se/socialtjanst)

Oskarshamns sjukhus/  
Barnmottagningen  
0491-78 20 00 (vxl)

Barn- och ungdomshabiliteringen  
0491-78 23 02

Ungdomsmottagningen  
0491-78 20 35

### Oskarshamns församling

0491-78 42 00  
[www.minkyrka.se/oskarshamn](http://www.minkyrka.se/oskarshamn)

### Döderhults församling

0491-105 79 (vxl)  
[www.svenskakyrkan.se/doderhult](http://www.svenskakyrkan.se/doderhult)

### Misterhults församling

0491-320 01 (vxl)  
[www.misterhult.se](http://www.misterhult.se)

### Shalom Fält

0491-770 90  
[www.shalommission.se](http://www.shalommission.se)

Barn- och ungdomspsykiatriska mot-  
tagningen/BUP Oskarshamn  
0491-78 20 60

MHV/BHV-psykolog  
Kontakt via BUP Oskarshamn

Spädbarnsverksamheten  
Grindstugan  
Kontakt via Familjecenter  
eller MHV/BHV-psykologen.

Familjerådgivningen  
0491-76 46 11

Projekt Värme & Ramar  
Oskarshamns Kommun  
Socialförvaltningen och Barn- och utbildningsförvaltningen  
Projektledare Eva-Lena Karlsson  
0491-889 03

Föräldrastöd



Föräldrastöd



Få saker är så viktiga under barnens uppväxt som en varm och kärleksfull relation mellan föräldrar och barn. I en varm familjerelation är det också möjligt för föräldrar att på ett respektfullt sätt ge barn tydliga gränser.

Här nedan kan du läsa om en del av de föräldragrupper och föräldrastöd som du som förälder i Oskarshamns kommun erbjuds att ta del av.

# Mödravården

Mödravårdens barnmorskor erbjuder plats i föräldragrupper under graviditeten. De blivande föräldrarna träffas fem-sex gånger. Då tar man upp ämnen som berör förlossning, smärtlindning, amning, anknytning, och föräldrarrelation. Ett viktigt inslag är att träffa andra blivande föräldrar.



# Barnhälsovården

Efter födseln tar barnhälsovården över föräldragrupperna. Föräldrarna träffas cirka åtta-nio gånger under det första året. Vid dessa tillfällen diskuteras amning, barnmat, barnsäkerhet, relationer samt barnomsorg. Alla erbjuds även kurs i spädbarnsmassage.



# Active Parenting

Oskarshamns kommun, Svenska kyrkan och Studieförbundet Vuxenskolan erbjuder alla föräldrar med småbarn, förskolebarn och skolbarn samt tonåringar, att gå en kurs i aktivt föräldraskap.



Active Parentings kurser syftar till att förmedla ett förhållningssätt som förebygger och gör det lättare att hantera problemen som uppkommer i relationen med ditt barn, samt i relationen till andra människor. Genom enkla och konkreta övningar får du de verktyg som kan hjälpa dig att växa och bli stärkt i din roll som förälder, samt öka självkänslan hos ditt barn. En god självkänsla är något som skapar goda förutsättningar för att leva ett bra liv, både som barn och vuxen.



ACTIVE PARENTING®



ÖREBRO PREVENTIONSPROGRAM

## 13-15 år

Information om Örebro Preventionssprogram ges under föräldramötet. Här ges föräldrarna fakta om vad som påverkar ungdomars alkoholvanor. Syftet är att skjuta upp eventuell debut samt minska alkoholdrickandet bland ungdomar.

