

FÖRÄLDRABOKEN



– en viktig bok

TRIADEN



triaden

Föräldraboken. Behövs den?

Barn är det mest underbara som finns!

Vi har en gång övervägt och tagit beslutet att skaffa barn. Ett barn att älska, vårda och hjälpa att växa upp till en hel, självständig och harmonisk individ.

Som föräldrar och vårdnadshavare har vi ett stort ansvar att lotsa våra barn rätt i livet. TRIADEN är ett trafik- värdegrundande och drogförebyggande utbildningspaket som vänder sig till samtliga elever i åk 4-5-6 i din kommun.

Triaden går i utbildningsform där varje klass bildar ett lag som i de olika ämnena tävlar mot de övriga klasserna/lagen. Utbildningen pågår under hela läsåret.

Vi vuxna kan också aktivt delta i dessa moment genom att fråga och prata med våra barn om de olika momenten de arbetar med i Triaden. Det finns ett talessätt som säger "alla måste göra sina egna misstag" men vår erfarenhet kan ge barnen ett nytt förhållningssätt och värderingar som de sedan tar med sig upp i tonåren. Vi kan också aktivt delta i Föräldrakampen.

Vi måste alltid komma ihåg att vi är våra barns förebilder. Låt oss därför göra vårt yttersta för att ge våra barn en trygg och säker uppväxt utan olyckor, brott och droger. Svaret på inledningen blir därför: Ja, Föräldraboken behövs!

För vidare information titta på vår hemsida www.triaden.eu.

Välkommen till TRIADEN

4-TRAMPFEN



4-trampen

– Cykehjälm är så töntiga o fula!

Trafiken är det som tyvärr skördar mest liv i Sverige. I åk 4 är det många barn som för första gången på egen hand skall ge sig ut i olika trafikmiljöer.

4-Trampen vänder sig därför till eleverna i åk 4. Under året skall de lära sig mer om trafikregler, hjälmanvändning, säker cykel, trafikmärken mm. En cykel är ett fordon precis som en bil och skall vara rätt utrustad och framföras på ett säkert sätt, precis som alla andra fordon.

Vi vuxna kan med vår trafikerfarenhet hjälpa våra barn att förstå bättre, kanske genom att cykla med ut och prata om olika trafiksituationer som uppstår längs vägen, lära dem trafikmärken och regler. Passa på att prata trafik när ni t ex är ute och åker bil.

Visste ni att nästan 50 % av alla åk 4-elever inte vet att Stoppskylten även gäller för cyklister! Se er omkring i trafiken så märker ni snart att även många vuxna borde gå fyrtrampen.

Framför allt, föregå med gott exempel. Barnen gör oftast som du gör!

Nu är det dags att vi tar vårt ansvar och lotsar våra barn rätt i den svåra och farliga trafiken.

” Ett olycksfritt liv - en självklarhet”



5-KAMPEN

5-kampen

Vilken förälder vill att deras barn skall utsättas för Våld eller Mobbing?

Vilken förälder vill att deras barn skall bli en mobbare?

Vilken förälder vill att deras barn skall ta sönder saker eller stjäla?

Vilken förälder vill att deras barn skall uppföra sig illa ute i samhället?

Vi vågar påstå att ingen förälder vill att det skall hända deras barn.

5-Kampen är en värdegrundade utbildning för samtliga elever i åk 5 där klassen gemensamt får arbeta med och bearbeta dessa viktiga frågor.

Vi garanterar att resultatet blir positivt när klasserna gemensamt sätter gränserna för vad som är tillåtet eller inte.

Vad kan då vi föräldrar göra eller hjälpa till med?

Vi finns inte på plats vid våra barns sida hela dygnet men genom att ge våra barn en bra och trygg värdegrund att stå på, tex genom att vara gemensamt restriktiva mot våldsfilmerna i hemmet, aldrig acceptera kränkande ordalag om andra medmänniskor. Ha en insyn i barnens SMS och datoranvändning, lär barnen vad som är ditt och mitt och varför de skall gå i skolan och hur de skall uppföra sig både i skola och övriga samhället.

Vi vuxna har erfarenheten och facit på vad som händer, det är vår skyldighet att överföra detta till våra barn.

” Ett liv fritt från kriminalitet - en självklarhet”

DROGGFIGHTTEN



drogfighten

– Lite snus är väl inte hela världen!

Ingen människa i hela Världen vill bli beroende av Tobak, Alkohol, Narkotika eller Doping. Trots detta så tycker många av oss vuxna att det inte är så farligt när vi upptäcker att våra barn börjat röka/snusa, smaka på alkohol etc. Varför är det så? Kan det kanske vara för att vi själva röker eller dricker då och då och blundar lite för faran av vilka signaler vi sänder till våra barn?

Drogfighten är en utbildning där samtliga elever i åk 6 under läsåret får full insikt i riskerna och faran med att använda droger. Under våren avslutas utbildningen med en stor final där eleverna tillsammans med föräldrar samlas för att ”göra upp” om en fantastisk vinstresa.

Här har vi som föräldrar en god chans att införa sunda tydliga regler och argument mot all användning av droger. Att aldrig tulla på dessa regler genom att bjuda eller köpa ut tex öl/ vin till våra barn. Att aldrig tillåta cigaretter eller snus.

Ett av det bästa motmedlen mot att barnen börjar med droger är att man har en sund kontroll på deras pengar. Att röka/snusa, dricka eller använda narkotika kostar som bekant mycket pengar.

Stötta och följ med era barn i Drogfighten genom att vara nyfiken, tala om era erfarenheter från folk som börjat med droger i unga år, och vad som hände många av dessa. Att man aldrig behöver försöka att sluta med droger om man aldrig börjar med detta gissel etc.

För vidare info www.triaden.eu

” Ett liv fritt från droger - en självklarhet”

FÖRÄLDRAKAMPEN



föräldrakampen

Namnet låter kanske dramatiskt?

Att vara förälder skall vara en glädje, inte en kamp.

I vårt sätt att se saken är ordet kamp liktydigt med den positiva upplevelsen att följa sitt barns utveckling och strävanden genom olika faser.

Med Föräldrakampen kan vi följa våra barns arbete i skolan gällande Triaden.

Med frågorna och de små tips vi får den 1:a varje månad i Föräldrakampen, får vi det diskussionsunderlag som vi kan använda när vi pratar allmänt med våra barn om dessa frågor. Det bästa motmedlet mot många kommande problem är just att prata, och att prata om saker på ett öppet och sunt sätt.

Som förälder/vårdnadshavare är du ditt barns största förebild, så ta chansen att hjälpa dem igenom alla de fällor som lurar i framtiden. Är du aktiv nu så kommer dina barn att tacka dig när de blir vuxna, var så säker.

För information om Föräldrakampen, www.triaden.eu

” Att hjälpa sina barn må bra - en självklarhet”

NYHET 2011



TRIADENAKUTEN[®], är som tidigare nämnt ett program där elever och lärare fullständigt anonymt kan få kontakt med olika experter inom områdena som Triaden tar upp i sina program.

Det är inte så lätt alla gånger att hitta just den här speciella personen du känner förtroende för och vill prata med, speciellt inte för barn och ungdomar. Då är vår tanke att Triadenakuten skall kunna fungera som första "säkerhetsventil" där man just vågar diskutera och söka hjälp med sina problem och få en medmänniska som lyssnar på dessa.

Efter den första kontakten kan sedan Triadenpersonal hjälpa till med de rätta kontakterna eller specialisterna om personen så önskar. Allt naturligtvis under sekretess.

NYHET 2012



REMEMBER[®], är ett program som vänder sig till elever i årskurserna 7, 8 och 9.

Högstadiet är för många ungdomar en svår tid, barn i vissa lägen och vuxna i vissa. Du blir konfronterad med alkohol och övriga droger på ett helt annat sätt än på mellanstadiet.

Remember baserar sig därför på de ämnen som ingår i Triaden för mellanstadiets elever och är ett internetbaserat program där eleverna hela tiden får en påminnelse om det de tidigare fått lära sig.

Programmet går i tävlingsform för att göra det hela mer spännande och därmed locka flera deltagande elever. Som namnet antyder handlar det både om att komma ihåg och påminnas om det man en gång har lärt sig och även återigen med lite ordlek bli en "återmedlem", en REmember.

www.triaden.eu

För att säkerställa kvalitén på samtliga program, kommer forskare från Örebro universitet att följa Triaden fram till 2017. Dessa kommer löpande att göra utvärderingar och ge synpunkter på eventuella förbättringar, allt för att uppnå en så hög förebyggande effekt som möjligt.

Detta arbete övervakas av Folkhälsoinstitutet i samarbete med Socialstyrelsen.