



Familiesenteret



Sola
kommune

Hva er familiesenteret?

Familiesenteret er veiledningstilbud til foreldre, barn og ungdom. Vi har helsefaglig, pedagogisk og sosialfaglig bakgrunn. Du vil møte godt kvalifisert personale som tar deg på alvor.

Hvem kan få hjelp?

Tilbudet er for barn og ungdom i alderen 0-18 år bosatt i Sola, og deres nærmeste familie. Tilbudet er lavterskel, tverrfaglig og gratis.

Hvilke problemer kan du få hjelp med?

- Situasjoner hvor barn eller ungdom viser tegn på at de ikke har det bra. Slike tegn kan være tristhet, engstelse og sinne, stadige konflikter med voksne og andre barn/ungdom hjemme, på skolen eller i barnehagen.
- Situasjoner hvor foreldre strever med sykdom eller andre belastninger, og ønsker hjelp til å støtte barnet i denne situasjonen. For eksempel kan dette gjelde foreldre som opplever psykiske reaksjoner etter en fødsel.
- Vedvarende utfordringer knyttet til søvn, spising og måltid.
- Hvis du strever i foreldrerollen.

Hva tilbyr vi?

- Foreldreveiledning.
- "Tett på" veiledning i hjemmet.
- Foreldrekurs.
- Samtaler med barn og ungdom.
- Delta i samarbeid med foreldre og andre som følger opp barnet.
- Familiesamtaler.
- Konsultasjonsteam for spisevansker hos små barn.
- Terapi for traumeutsatte barn (TF-CBT).

Slik kontakter du oss

Du trenger ingen henvisning for å ta kontakt med oss. Ta kontakt via elektronisk henvendelsesskjema, telefon eller e-post.

Når du ringer oss, vil en veileder be deg beskrive hva du trenger hjelp til. Telefonen er ikke alltid betjent, men du vil bli oppringt innen to virkedager.

Av hensyn til personvern skal ikke personlige og sensitive opplysninger sendes på e-post. Bruk vårt henvendelsesskjema som du finner på sola.kommune.no.

ELEKTRONISK HENVENDELSESSKJEMA

sola.kommune.no/barnehage-skole-og-familie/Familiesenteret

E-POST

familiesenteret@sola.kommune.no

BESØK OSS

Sola rådhus, Rådhusvegen 21, 4050 Sola

TELEFON

409 21 003



