



# INVITASJON

til deg som foresatt til elev på 9. trinn

Foreldretreff med Håvard Høyland om  
psykisk helse



Å ha ei god psykisk helse er viktig for å beskytte mot rusproblem. Korleis kan vi foreldre vere gode samtalepartnarar for ungdommane våre og støtte dei i livets opp- og nedturar?

Målet med dette føredraget er:

- At du skal kjenne til kva Ungdataundersøkinga seier oss om ungdoms livskvalitet i ditt lokalsamfunn
- At du skal få nokre konkrete råd og tips til korleis ein kan snakke med ungdom om psykisk helse
- At de skal få reflektere saman over kva som formar og påverkar ungdomstida anno 2026

**Håvard Høyland** er ein erfaren formidlar i Sterk & Klar. Han har vore tilknytt politiet gjennom store delar av yrkeskarrieren sin, der arbeidsoppgåvene i hovudsak har vore knytte til førebygging av ungdomskriminalitet. Han har òg vore leiar for Sola ungdomsteam, der relasjonsbygging og samarbeid med barn, ungdom og foreldre har vore eit hovudfokus. Han formidlar med stort engasjement og gjer teori og forskning om til praktiske, og ofte humoristiske, døme frå sitt eige liv som ektemann og far til to vaksne barn.

Alle føresette bør få med seg dette føredraget i Sterk&Klar. Dette er ein god anledning til å bli kjend med dei andre foreldra og prate om grensesetjing, klasse- og oppvekstmiljø. Tydelege vaksne gjev tryggare ungdom.

**FRØYLAND UNGDOMSSKULE – TIRSDAG 8. SEPTEMBER KL. 18.40**

**TREFFET VERT ARRANGERT AV SKULEN OG FAU I SAMARBEID MED STERK&KLAR**

Meld deg på treffet her: [Foreldretreff Frøyland ungdomsskule 9. trinn - Sterk & Klar - IOGT](#)

Velkomen!