

**Ljusnarsbergs kommun**  
Samordnare Barn & Unga 0–20 år  
Sofia Bergman 070-422-8976  
[Sofia.bergman@ljusnarsberg.se](mailto:Sofia.bergman@ljusnarsberg.se)

**Ljusnarsbergs församling**  
Pedagog  
Doris Sundqvist 0580- 66 12 11  
[doris.jansson@svenskakyrkan.se](mailto:doris.jansson@svenskakyrkan.se)

**Barnhälsovård (BVC)**  
Vi följer barnens hälsa och tillväxt och erbjuder rådgivning och stöd.  
Kontakt: 0580–88702 Knappval: tryck 4  
Är ditt barn sjukt, välj rådgivning av sjuksköterska Knappval: tryck 8

**Barnmorskemottagning (BMM)**  
Vi erbjuder besök under graviditet, preventivmedelsrådgivning och gynekologisk cellprovtagning.  
Kontakt: 0580–88702 Knappval: tryck 5

**Socialtjänst – Förebyggande och stöd**  
Vi erbjuder föräldrar stöd och rådgivning i frågor som rör barn, ungdomar och familj.  
Kontakt: 0580–80500

Familjebehandlare, telefontid tisdagar 12.30-13.30  
Kontakt: 0580-805 89

**Förskola**  
Kontakt: 0580–80416

**Datum under våren som Fröet 0–5 år har stängt:**  
Fredag 23/2 (Sportlov)  
Fredag 29/3 (Långfredagen)  
Måndag 1/4 (Annandag påsk)

# VÄLKOMNA TILL FRÖET

En öppen barn- och familjeverksamhet  
riktat till föräldrar och barn 0–5 år  
**VÅR 2024**

Öppettider:  
Måndagar kl. 9.00-12.00  
Fredagar kl. 9.00-12.00

Besöksadress:  
Församlingshemmet  
Laxbrogatan 18, Kopparberg



## Fröet

Är en öppen barn- och familjeverksamhet grundad på en samverkan mellan Ljusnarsbergs kommun, Region Örebro län och Ljusnarsbergs församling. Vi vill tillsammans ge föräldrar och barn 0–5 år möjlighet till en mötesplats med lättillgängligt stöd. Där det finns tillgång till olika tjänster och aktiviteter som kan vara av betydelse för dig som förälder och ditt/dina barns hälsa och välbefinnande.

Verksamheten grundar sig på föräldrar och barns behov samt de lokala förhållandena. Kom gärna med förslag på hur vi tillsammans med er kan utveckla verksamheten.



Vid Fröet 0–5 år skapar vi tillsammans en trivsamt miljö för möten. Hos oss får du och ditt/dina barn leka, fika och delta i gruppverksamheter som sångsamling, skapande verksamhet och kunskapsträffar. Verksamheten är helt kostnadsfri och du som vuxen ansvarar själv för ditt/dina barn. Hos oss får du råd och tips kring livet med barn samt stöd och uppmuntran i föräldraskapet. Till Fröet kommer också olika professioner inom relevanta verksamheterna riktat till målgruppen på besök för att fånga upp förslag och svara på frågor.

### **15/1 - Välkomna**

#### **9/2 - Folktandvården kommer på besök**

Tandhygienist Ingrid Persson besöker Fröet för att berätta om och svara på frågor gällande barns tandhälsa samt kost och dryck relaterat till barnens ålder.

#### **19/2 - Rörelse i Fokus**

Sportlov och då står naturligtvis rörelse i fokus! Kaci Abel som leder barngymnastik besöker Fröet och erbjuder rörelseaktiviteter i stora salen mellan kl. 10.30-12.00.

#### **26/2 - Polisen kommer på besök**

Polisen besöker Fröet en stund för att se och uppleva verksamheten samt svara på barnens frågor och funderingar. *OBS! Detta besök kan ställas in beroende på polisens arbetsprioriteringar för dagen, vid inställt besök bokas ett nytt datum under våren in.*

#### **8/3 - Biblioteket kommer på besök**

Personal från biblioteket besöker Fröet för att berätta om deras verksamhet och aktiviteter de erbjuder. Ni får också möjlighet att tillsammans med era barn delta på sagostund.

#### **25/3 - Musiker Gammals Mats kommer på besök**

Musiken Gammals Mats besöker Fröet för att spela piano, sjunga och genomföra en sångsamling tillsammans med oss i stora salen.

#### **3/6 – Terminsavslutning**

Vi avslutar terminen tillsammans med lek, sång och fika.

### **Aktiviteter och studiebesök**

Vid de tillfällen vi gör studiebesök är också Fröets ordinarie verksamhet öppen för besök kl. 9.00-12.00.

#### **22/4 kl. 17.30-18.30 HLR- och Luftvägsstopp Barn/Spädbarn**

Carina Romlin kommer till Tingshuset för att beskriva, visa och gå igenom hjärt- och lungräddning och luftvägsstopp riktat till spädbarn 0–1 år och barn 2–18 år. Här får ni tillgång till viktig kunskap så bjud gärna med era nära och kära. Ni bjuds på lättare kvällsfika under aktiviteten.

#### **Studiebesök vid kommunala förskolorna**

Är ni nyfikna på vad förskolorna Skogsglantan, Garhyttan och Åstugan har att erbjuda? Då är ni välkomna att följa med på studiebesök till dessa. Ni får under besöken information om förskolans uppdrag, tillsammans med era barn möjlighet att utforska miljöerna samt leka och fika tillsammans. Ni ansvarar själva för transporten och vi möts upp utanför respektive förskola kl. 9.00.

Måndag 29/4 kl. 9.00-10.30 - Skogsglantan, Kopparberg

Måndag 13/5 kl. 9.00-10.30 - Garhyttan, Kopparberg

Fredag 31/5 kl. 9.00-10.30 - Åstugan, Ställdalen

#### **6/5 kl. 9.30-11.30 Studiebesök vid bondgården i Svepartorp**

Välkomna att följa med på ett besök till Fredrik Hedborg som visar upp och berättar om sin bondgård. Ni får möjlighet att träffa kossorna, deras kalvar samt möjlighet att fika och njuta av miljön tillsammans. Ni ansvarar själva för transporten, för er som vill åka gemensamt samlas vi vid Fröet kl. 9.00 och beräknas vara på plats i Svepartorp kl. 9.30.



Marknadsföring och information om föräldraträffar för ABC - Alla Barn i Centrum 3–12 år samt andra aktiviteter som kan komma erbjudas under vårterminen hittar ni på [www.ljusnarsberg.se/oppnaforskolan](http://www.ljusnarsberg.se/oppnaforskolan)