



Foto: Rune Hagen/Håvard Myklebust/TING

# Foreldremøte 15.4.2026

Temamøte



Møre og Romsdal  
fylkeskommune

- NB: Denne presentasjonen inneheld materiale dels utarbeidd til dette spesifikke møtet, og dels materiale nytta i dei opplæringssekvensane vi hadde med elevane.
- Her finn du i rekkefølge informasjon frå skulen, leiar i russestyret, Volda kommune og Politiet.
- Ta kontakt med skulen v/ rektor dersom det er spørsmål til denne presentasjonen.



# Overordna del av læreplan – «gagns menneske»

- **Kritisk tenkning og etisk bevissthet**

*Etisk bevissthet er å veie ulike hensyn mot hverandre og er nødvendig for å være et reflektert og ansvarlig menneske.*

*Opplæringen skal utvikle elevenes evne til å foreta etiske vurderinger og gjøre dem fortrolige med etiske problemstillinger.*

*Kritisk tenkning og etisk bevissthet er både en forutsetning for og en del av det å lære i mange ulike sammenhenger, og bidrar til at elevene utvikler god dømmekraft.*

- **Sosial læring og utvikling**

*God dømmekraft hos den enkelte er nødvendig for å ivareta personvern og respekt for privatlivet. Respektløse og hatefulle ytringer skal ikke aksepteres i skolen. Elevene må øves i å opptre hensynsfullt og utvikle bevissthet om egne holdninger.*

*Ulike kommunikasjonsformer og bruk av teknologi både beriker og utfordrer det sosiale miljøet. Elevene må lære seg å opptre ansvarlig i alle sammenhenger i og utenfor skolen.*

# Nivådelte opplæring: vg1-vg2-vg3

## Skulen

### Vg1:

#### Skulens fokus ved skulestart:

##### Ordensreglement

- Rusfri skule
- Ikkje lov å oppbevare rusmidlar
- mobbing

##### IKT-reglement

- Nettvett
- Russefeiring
- Inkludering

#### I dette arrangementet:

Innleier, introduserer, rundar av

Helsesjukepleiarane og PPT held innlegg og presenterer seg

### Vg2:

#### Skulens fokus ved skulestart:

##### Russefeiring og inkludering

Kort repetisjon mobbing og nettvett

##### Russefeiring

- Inkludering

#### I dette arrangementet:

Innleier, introduserer, rundar av

### Vg3:

#### Skulens fokus ved skulestart:

##### Mobbing og nettvett

##### Russefeiring og inkludering

#### I dette arrangementet:

Innleier, introduserer, rundar av +

Skissa for den nasjonale russefeiringa 2026.

Val av russestyre, instruks/støtte ved val og ev. andre arrangement (innsamling, arrangement)

Ønske til samansetjing av russestyret: leiar og minst 2 som har fokus på inkludering

# Reglement som påverkar i skuletida: «skolereglar» og «IKT-reglement».

## Eksempel på kva som ikkje er god oppførsel er å:

- Forstyrre undervisninga
  - Banne eller bruke anna grovt språk
  - Mobbe eller på andre måtar krenke andre fysisk, verbalt eller digitalt
  - Vere valdeleg eller kome med truslar
  - Røyke, snuse eller vere påverka av rusmiddel
  - Ha med farlege gjenstandar eller våpen på skolen sitt område
  - Fuske eller forsøke å fuske i vurderingssituasjonar
- Du har ikkje lov til å
    - framsette truslar og hets, utøve mobbing, diskriminering eller opptre på rasistisk vis, jf. § 5.1 i skolereglane. Dette gjeld både publikasjon/kommunikasjon på nettstader og sending av tekst, bilder eller film på mobiltelefon/nettbrett.
    - gjennomføre tiltak for å skjule identiteten din når du brukar IKT-infrastrukturen eller dei digitale ressursane.

## «NOK»

*«Nok-sentrene er et gratis hjelpetilbud til utsatte for seksuelle overgrep og voldtekt, og til deres pårørende».*

Følgjande emne berørt via dialog, presentasjon og informasjonsfilmar

**Tidsramme 35 min.**

- Informasjon om oss og vårt tilbud
- Seksualitet
- Grenser
- Porno
- Kunnskap om ulike former for seksuelle overgrep, hva er egentlig ulovlig?
- Hvem kan hjelpe

# Avgangsmarkering og russefeiring

- **Avgangsmarkering:**

- Alle avgangselevar samlast på skulen til formell markering ein av dei siste skuledagane.
- I festsalen og kantina, diplom, lunsj og klasse- og skulebilete (avgangskullet).
- Avsluttar på utestad i privat regi.


- **Russefeiring:**






- Frå det enkle og spontane til det meir avanserte og kostbare.
- Varierer frå år til år kor mange som er russ.
- I år legg UDIR klåre føringar for feiringa gjennom eksamensordninga.

# Tilråding frå sentrale styresmakter.

## Anbefalte rammer for eksamensavvikling for VG3 våren 2026

*En felles innstilling med støtte fra samtlige fylker*

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag	
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14 Kr. Himmelfartsdag	15	16	17 	Mai
18	19	20	21	22	23	24	
25 2. pinsedag	25	27	28	29	30	31	
1	2	3	4	5	6	7	
8	9	10	11	12	13	14	Juni
15	16	17	18	19	20	21	

-  Skriftlig sentralgitt eksamen
-  Eksamens- og vurderingsfri
-  Undervisning\*
-  Muntlig lokalgitt eksamen
-  Avslutningsseremoni

\*Utdanningsdirektoratet foreslår at standpunktkarakter fastsettes i forkant av muntlig eksamen – endelig avklaring høsten 2025

# Leiar i russestyret – Alva Louise Bolseth Skjørshammer

I år 17 russegrupper, nesten alle er russ

Feiringa er flytta til perioden 13. mai-17. juni (etter skriftleg eks.)

Felles skulegenser, inkludering

Arrangement: dåp, bryllup, rebus, fotball, grilling m.m.

Samarbeid med politi og skule

Kreftaksjonen (innsamling) 40 000 i år.

# Kva er erfaringane våre med denne nivådelte opplæringa:

- «Alle veit det same»:
  - Kva som er lov og ikkje lov. (rusmidlar, seksualitet, publisering av bilete og film)
  - Kva som kan skje og/eller vil skje (overdose, ureint stoff, anklage om overgrep, spreiding eller oppbevaring/spreiding av bilete/film eller anna)
  - Kva vi kan/bør og skal gjere (ved overdose, forgifting, ved mistanke om overgrep/ved behov for sikring av bevismateriale ved ev. overgrep)
- Vi har alltid arbeidd med/informert om desse emna tidlegare og har heldigvis hatt få saker. No har vi endå færre!

# Volda kommune: møte med foreldre

Volda vgs 15.04.26

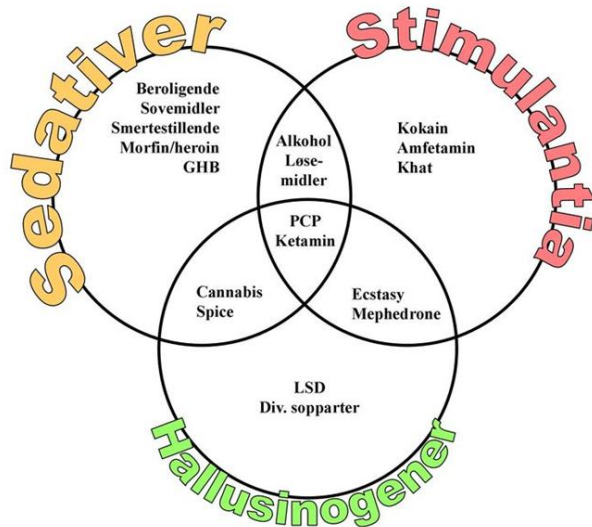
Planen

Litt om status

Hva har vi snakket med barna deres om

Noen ord på veien

# Oppvekstprofiler 2026



- Økt bruk av illegale rusmidler siste ti år, spesielt gutter vgs
  - Gjelder først og fremst andre illegale rusmidler enn cannabis
- Fleire jenter enn gutter har vært alkoholpåvirket siste året
- Økt bruk av nikotinprodukter - markant økning i vaping
- Rusprofiler blant unge
  - Avholdende 40 % (*stabil siste 10 år*)
  - Drikker av og til 35 %
  - Drikker seg ofte beruset 18 %
  - Drikker seg ofte beruset og bruker illegale rusmiddel 8 % (*dobling siste 10 år*)
- Sosiale medier og ungdoms forhold til rusmidler
  - Annen sosial infrastruktur (TikTok, SnapChat og Instagram)
  - Invitasjoner og planlegging av fester – kan bygge forventninger på andre måter
  - Bruk av sosiale medier under selve festen
  - Bidrar til å forme oppfatninger, holdninger og praksiser knyttet til bruk
  - Sosiale medier er med på å påvirke rusmiddelbruk gjennom:
    - Sosial infrastruktur og festorganisering
    - Eksponering for rusmiddelinnhold
    - Tilgang til rusmidler
    - Sosiale dynamikker under festen



## *Hva er rusens funksjon (for meg)?*

- *«Jeg bruker ikke noen rusmidler»*
- *«Fordi (jeg tror) nesten alle andre gjør det»*
- *«Fordi jeg opplever glede/har det gøy»*
- *«Fordi jeg opplever det som spennende»*
- *«Fordi jeg (tror jeg) vet at det er forventet at jeg skal bruke rusmiddel»*
- *«Fordi jeg trenger det for å være (mere) sosial»*
- *«Fordi jeg trenger det for å føle meg normal, eller som en av de andre»*
- *«Fordi jeg trenger det for å dempe uro, ubehag og vonde tanker»*

*Det har skjedd noe*

Jenter

Gutter

**89 %**

**96 %**

**4 %**

**27 %**

# Valg og vanskeligheter (?)

*Ungdom som får alkohol av foreldrene sine,  
drikker oftere og meir enn ungdom som ikke får det*

*Nesten halvparten av unge vaksne,  
synes det er ubehagelig å takke nei til alkohol*

*Hei!*

*Kjekt å se deg.*

*Jeg har denne til deg, jeg.*

*Vi snakkes senere i kveld!*

# Noen ord på veien

- **Snakk med barnet ditt (tenåringen)** - vær åpen, trygg og nysgjerrig ("husk å forhandle i fredstid")
- **Ikke gi barnet ditt alkohol** - tenk over hvor og hvordan du bruker og oppevarer alkohol hjemme
- **Vær tilgjengelig** - ta telefonen/svar på melding, ha mulgheten til å hente barnet ditt
- **Snakk med andre foreldre** - felles forståelse, mål og grenser gjør ofte dialogen enklere (for alle parter)
- **Sett grenser** - vær kjærlig og litt "kjiip", ungdom (7/10) ønsker tydelige grenser knytta til alkohol
- **Skap kultur for åpenhet** - gjør det du kan for at ungdom tør si i frå til venner og vaksne viss noe er vanskelig
- **Vær gode rollemodeller** - få (om noen) er større helter og forbilder enn dere foreldre

UNGTEAM



MØTAST DER DU ER



**Kontor adresse:** Barstadmarka 2

**Kontortid:** Måndag – Fredag 08:00- 16:00

Rita Kiperberg Tlf: 91241518 [rita.kiperberg@volda.kommune.no](mailto:rita.kiperberg@volda.kommune.no)

Cecilie Åmås Tlf: 90789960 [cecilie.amas@volda.kommune.no](mailto:cecilie.amas@volda.kommune.no)

# Informasjon frå politiet

Politioverbetjent Håvard Kristiansen  
Etterretning og forebygging  
Volda/Ørsta Politistasjon

[Delbart](#)



- Det sosiale livet foregår i større grad på nettet enn i det offentlige rom
- 95% av alle barn (9-18) bruker youtube, 80 % av alle barn (9-18) bruker snapchat (13 års aldersgrense) (medietilsynet).



**POLITIET**



kik.



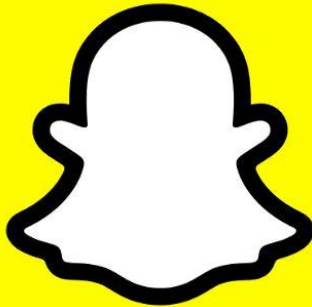
YOLO



 YouTube



 4chan





## SNAPCHAT ER DEN MEST BRUKTE PLATTFORMEN DER OVERGRIPERE KONTAKTER BARN

I løpet av seks måneder identifiserte Kripos nærmere 100 barn under 14 år som hadde blitt kontaktet av voksne på internett. Kontaktet ble først opprettet på plattformer som Snapchat, Tiktok, Roblox og Fortnite.

18.12.2024 | Av Kåre Mørthe | Sosial på nett, Nettovergrep

### RELATERTE ARTIKLER



**Digitale seksuelle overgrep mot barn lærer...**  
Rommestolen krever handling fra regjeringen.



**Sakseker Roblox for dårlig beskyttelse av barn**  
Den svenske staten Lotionia saksøker den populære...

DEB

## En av historiens største overgrepssaker ble avdekket via Vipps

En Vipps-overføring til ei 12 år gammel jente førte politiet til ei bygd i Nordland. Det var starten på en av Norgeshistoriens største overgrepssaker.



**Alexander Kjenne Karlson**  
Journalist

**Monica White Martinsen**  
Journalist

**Petter Strøm**  
Journalist

Vi rapporterer fra Bodo

Publisert 12. juni 2023 kl. 08:21

Oppdatert 2. okt. 2023 kl. 09:41

Artikkelen er mer enn ett år gammel.

MVEI Å GÅ GJENNOM: I dette rommet på politihuset i Bodo sitter Sida-teamet på politiet i Nordland. For tiden jobber de med en av tidens største overgrepssaker i Norge.  
FOTO: OLA HELNESS / NRK

## Omggle-saken: Ber om 20 års forvaring for nettovergrep mot 250 barn

Aktor ber om 20 års forvaring i det som er en av norgeshistoriens største overgrepssaker på nett



BER OM 13 ÅRS MINSTETID: Aktor mener mannen som er siktet for overgrep mot 250 barn på internett, er skyldig.

FOTO: ALEXANDER KJENSE KARLSEN / NRK



**Alexander Kjenne Karlson**

Journalist

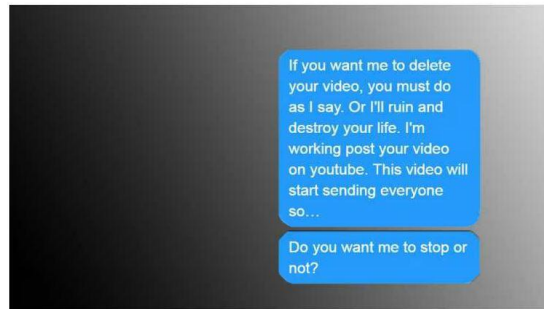
Publisert 6. juni 2024 kl. 11:03

Oppdatert 6. juni 2024 kl. 13:22

Artikkelen er mer enn ett år gammel.

## – Gjør som jeg sier, ellers ødelegger jeg livet ditt

Kripos iverksatte i høst Operasjon Malstrøm etter at en ung norsk mann tok sitt eget liv.



VIL DU JEG SKAL STOPPE?: En slik trussel mottok den unge mannen fra utpresseren på nettstedet Chatroulette. NRK har fått chatten gjengitt av Kripos.



**Mathias Ogre**

Journalist

Publisert 5. mars 2018 kl. 06:00

Oppdatert 5. mars 2018 kl. 08:21

Artikkelen er flere år gammel.

16:00:08 Trøndelag

Tips oss! Langlesing Midnytt Radio Sosiale medier

## Overgrepssiktet familiefar kan ha forgrepet seg mot 50 ofre

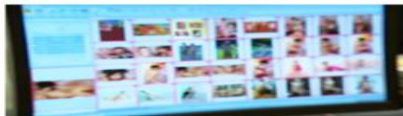
Overgrepssaken mot en mann i 40-årene fra Trondheim kan omfatte 50 mindreårige, opplyser politiet på en pressekonferanse. Mannen har selv barn og er tidligere dømt i tre saker.



SIKTELSEN UTVIDES: – Vi har avhørt 21 barn und... [Vis mer](#)

## Presser barn ned i 8-årsalderen til å kle av seg på nett

Kripes og Oslo-politiet drukner nærmest i saker der barn og unge blir presset og seksuelt misbrukt på nett. Det siste året har politiet mottatt flere anmeldelser enn i fjor.



Paul Wergeland  
Journalist

Anemarte Moland  
Journalist

• MER OM NDRIGE  
• MER OM OVERGREP MOT BARN



Sakene starter gjerne med at overgriperen tar kontakt via et spill eller en app på telefonen. Henvendelsen kan virke uskyldig, men hensiktene til overgriperen er langt fra uskyldige.



16:46 81%

www.nrk.no

NRK Troms

Se Nordnytt-TV Tips oss Send inn bilder NRK Kven: >

## Åtte ungdommer siktet for å ha spredt nakenbilder av 34 jenter

Åtte ungdommer i Harstad er siktet for å ha spredt videre 700 nakenbilder og filmer av 34 jenter.



Nakenbildene er systematisk samlet inn og delt... [Vis mer](#)

Inghild Eriksen Journalist  
Martin Mortensen Journalist  
Rune N. Andreassen Journalist

## Nokon laga falske nakenbilete av «Marie» (14): – Eit intenst stress

Kunstig intelligens har gjort det enkelt å lage falske nakenbilete av folk. Politiet har den siste tida fått inn fleire saker som omhandlar barn og unge.



Martin Torsvoll  
Journalist

Publisert 18. mars kl 19:04

## Vil advare foreldre

Hei [redacted] søker en sugergirl til spennende treff og delt hygge.Synes du var utrolig søt 😊 Du må være glad i sex 😊 Betaler bra 💰 Hvis dette er noe for deg?  
Jeg er en slank norsk mann på 39år. Jobber med finans.Så reiser litt i jobben min. Kanskje vi to kan ha hemmelige treff på fine hoteller. Snap meg på [redacted]  
God klem [redacted]

8:59 pm

Dette er vell ikke helt lovlig?

Noe for deg 😊 snap meg da sexy 😊 klem

BLE TILBUDT PENGER MOT SEX: For noen dager... [Vis mer](#)

Politiet ber om at foreldre følger med og snakker med barna sine om hva de gjør på nettet.



[Nasjonale nyheter](#)

### Politiet advarer mot ekstreme nettsamfunn

Publisert 2. september 2025 kl. 09:01 av Kripos

Politiet går nå ut med en advarsel om ekstreme, voldelige nettmiljøer som aktivt rekrutterer barn og unge. Disse miljøene opererer på sosiale medier, i spill og i åpne støttegrupper for psykisk helse.



Lise Matheson, Kripos  
Foto: Politiet





**POLITIET**



# DELBØRT?

OM ULOVLIG BILDEDELING BLANT UNGDOMMER



## Legemiddeloven

### § 24.

Det er forbudt uten lovlig adkomst å være i besittelse av eller å bruke narkotika og å skaffe seg adgang til å få kjøpt slike varer under falske opplysninger, f.eks. om navn, bosted, sykdom eller sykdomstegn.

Slike midler må ikke anvendes til annet formål enn de er utlevert til, og må ikke uten lovlig hjemmel overdras til eller erverves av andre enn den som resepten eller rekvisisjonen er utstedt til. Resept eller rekvisisjon må ikke overdras til eller erverves av andre enn den de er utstedt til.





***Rundt 40 prosent av alle anmeldte voldtekter skjer i forbindelse med fest.***

Har man vært utsatt for voldtekt, seksuelle overgrep eller mistenker at det har skjedd så skal man ta kontakt med nærmeste [overgrepsmottak](#) eller politi for hjelp og avklaring om hva du skal gjøre videre.



## Oppsummering

- Vær forsiktige på nett
- Ikkje del seksualiserte bilder av deg sjølv eller andre
- Bruk og besittelse av narkotika er straffbart

# Russetid / Avgangstid





# POLITIET

FORHOLD	BØTESATS
Ordensforstyrrelse	8000-10 000
Ikke rette seg etter politiets pålegg	8000-13 000
Forulempe offentlig tjenesteperson ved skjellsord eller utilbørlig adferd	8000
Fysisk hindre politiet	10 000
Spytting på/mot offentlig tjenesteperson	Tiltale/12 000
Nekte å oppgi personalia til politiet, eller oppgi falsk personalia for seg selv eller andre	7 000
Drikking på offentlig sted	3000
Kjøp av alkohol til mindreårige	6000
Urinering på offentlig sted	6000
Kroppskrenkelse	10 000
Deling av krenkende bilder m.m	Tiltale
Skadeverk / forsøpling / flaskeknusing m.m	6000
Bruk eller oppbevaring av narkotika	3500-10 000
Ruspåvirket kjøring	5000-25 000
Trafikk annet - Unødig støy, tomgangskjøring m.m	6000-8000



## Arrangement/festar

### **§ 27. Meldeplikt for allment tilgjengelege arrangement utanfor offentleg stad m.m.**

Den som vil lage til eit arrangement som er allment tilgjengeleg, må senda melding i god tid til politiet. Dette skal gjerast sjølv om arrangementet ikkje går føre seg på offentleg stad, når det er truleg at det vert naudsynt med polititilsyn for å sikre ro og orden eller avvikling av trafikken på grunn av storleiken på eller karakteren av arrangementet.

Plikt til å melde frå gjeld óg samkome med dans eller anna tilstelning som i hovudsak er av selskapeleg eller underholdande art for medlemmer av ei foreining eller liknande samanslutning. Politilova § 11 gjeld tilsvarande.

### **§ 29. Forsøming av plikt**

Forsømer nokon å utføre det vedkomande har plikt til etter desse vedtektene eller etter pålegg gjeve med heimel i vedtektene, kan politiet på vegne av vedkomande setje dette i verk. Den som har forsømt pliktene må dekkje utgiftene.

# Nokon gode råd

1 

Å være overstadig beruset svekker dømmekraften til å ta gode valg

2 

Vit kva du får i deg. Ikkje innta noko du ikkje veit kva er

3 

Pass på så du ikke utsetter andre for drikkepress

4 

Ikke drikke mer enn du ønsker eller tåler. Det er helt greit å avstå helt fra rusmidler

5 

Narkotika – fortsatt straffbart

## Rullevevregler

1

Tenk alltid på egen og andres sikkerhet i trafikken

2

Sjåføren er edru, og kan kjøre uforstyrret

3

La russetiden være for russen – ikke ha med mindreårige på rulling

4

Ta hensyn til andre – unngå unødvendig støy



**POLITIET**

Det finnes mange useriøse aktører som  
ønsker å tjene penger på russen.

**Husk:**  
Er noe for godt til å være sant,  
så er det som regel det.

Ikke skriv under på noe før du har rådført deg med voksne du stoler på.  
Lurer du på noe rundt det økonomiske? Spør foresatte, ta det opp på skolen eller sjekk råd hos [Forbrukerrådet](#)





## Fire ting som er lurt å ta med seg vidare



Ta gode valg. Du er bare russ éin gong – sørg for at det blir eit fint minne



Ta vare på kvarandre



Respekter et **nei**



Respekter omgivelsane – vis hensyn

## Kven kan du snakke med?



**Instagram:** nettpatroljen\_mrpd

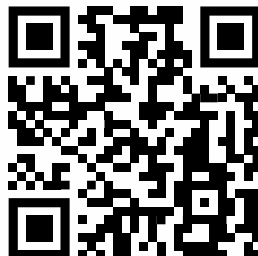
**Facebook:** Politiets Nettpatrolje

Møre og Romsdal

**Telefon:** 02800

**Akutt hjelp:** 112

*Finn hjelpetilbud ved  
seksuelle overgrep  
og voldtekt*



## Informasjon om rus og avhengighet

Helsenorge.no



RUSinfo.no

