



# TRIVSELSGUIDE

Denne guiden er laget av Korsvoll FAU med tips, informasjon og inspirasjon til hvordan vi foresatte kan engasjere oss og bidra til et godt klasse- og skolemiljø for barna.

Korsvoll FAU, digital utgave 2026



Korsvoll FAU jobber, sammen med skolen, for at Korsvoll skole skal være trygg og god for alle.



Det sosiale fellesskapet er viktig, og de foresatte er avgjørende for å få til dette – på alle trinn.



FAU har noen forslag til hvordan vi foreldre kan bidra til godt klassemiljø, og tips til aktiviteter og tiltak som foreldregruppen kan gjennomføre basert på tidligere erfaringer.



Engasjerte foreldre som er med på å bygge fellesskap og sørger for inkludering bidrar til å skape et godt, trygt og sosialt skolemiljø for alle!

# KOMMUNIKASJON & TREFFPUNKT



Lag en **felles kommunikasjonskanal** der alle foresatte er med (Spond, WhatsApp, Facebook-gruppe, Signal e.l.).



**Møt opp på foreldremøtene** – og bruk dem! De er en viktig arena for dialog mellom foresatte og et sentralt møtepunkt med skolen.



Arranger sosiale treff for **de voksne**. Når vi kjenner hverandre, blir terskelen lavere for kontakt og samarbeid.

**Tips!** Foreldrefest/sykliade, foreldrekafe, mammatreff og pappatreff.

# SKJERM

Det digitale er en naturlig del av barnas hverdag – på godt og vondt. Valgene vi tar for egne barn påvirker også andre, og det som skjer på fritiden påvirker også skolemiljøet.

Snakk sammen om skjermbruk. Åpen og god dialog mellom foresatte gir tryggere rammer for barna.

Start tidlig. FAU anbefaler at tema som mobilbruk, gaming, nettvett og aldersgrenser tas opp allerede på første foreldremøte i 1. klasse.

## MOBILBRUK

- **Mobilfri skole.** Mobiler og smartklokker skal være hjemme, eller ligge avslått/i skolemodus i sekken.
- **Snakk sammen om første mobil.** Mange foreldre ved Korsvoll skole er engasjert i Smarttelefonfri barndom. FAU anbefaler at foreldregruppen diskuterer når barna skal få sin første telefon – tidlig og gjerne allerede på første foreldremøte i 1. klasse. Samtalen bør være respektfull for ulike behov. Mange klasser har valgt å vente til ungdomsskolen.
- **Mobilfrie fellesarrangementer.** FAU anbefaler at bursdager, sosiale treff, skoleavslutninger m.m er mobilfrie – og at dette minnes om i forkant.
- **Unngå meldingsgrupper blant barna på alle trinn.** Slike grupper kan føre til utenforskap og er vanskelige å følge opp.
- **Bli enige om kveldsro.** Foresatte oppfordres til å sørge for at barna ikke ringer eller sender meldinger etter et felles avtalt tidspunkt i klassen eller på trinnet.
- **Respekter aldersgrenser.** FAU oppfordrer alle til å følge aldersgrenser for spill, film og sosiale medier.

# SMARTTELEFONFRI BARNDOM

## VEDTAK

*FAU ved Korsvoll skole ønsker å legge til rette for en **smarttelefonfri** barndom for elevene på barneskolen. Vedtaket har som mål å **redusere** gruppepress, **støtte** felles grensesetting rundt anskaffelse av smarttelefon og fremme mer **lek** og mindre skjerm. FAU vil bidra til dialog og støtte mellom foresatte, slik at det blir enklere å ta felles valg til det beste for barna.*

*Deltakelse i dette samarbeidet er frivillig, og med respekt for ulike behov.*

# FØLGEGRUPPER

## **HVA:**

Foresatte anbefales å gå sammen ( gjerne på tvers av klassene) for å avtale følgegrupper med andre barn og foresatte i nabolaget. I første klasse kan foresatte bytte på å følge til skolen, senere kan elevene gå alene.

## **HVORFOR:**

Følgegrupper bidrar til å skape sosiale bånd på tvers av de elevene knytter på skolen. Det er også en fin mulighet for foresatte å bli kjent!

# VENNEGRUPPER

**HVA:** 4-6 elever, som settes opp av kontaktlærer, for et år av gangen for treff etter skoletid. Møtes ca. en gang i måneden, gjerne etter skolen. Barna er med hjem til hverandre på omgang.

Inviter gjerne på foreldrekaffe den siste halvtimen før barna skal hentes, slik at dere blir bedre kjent. Avtal på forhånd når du vil at barna skal hentes

FAU har gode erfaringer med at vennegrupper arrangeres gjennom hele barneskolen.

**HVORFOR:** Vennegrupper er ment som en hyggelig aktivitet der barna og foreldrene blir bedre kjent med hverandre på tvers av hvem som er mest sammen til vanlig.

Vennegrupper er fin måte å unngå konflikt, samtidig som man blir kjent med andre foreldre. Det er også viktig for forebygging av konflikt.

## **HVA KAN DERE GJØRE:**

Enkelt og hverdagslig – middag og lek.

**Noen forslag til aktiviteter:** Kortspill, brettspill , halloween, jule- eller påskeverksted med en enkel aktivitet, aking på Grinda, fotball på Havnajordet

# ÅRSTIDSGRUPPER

Vennegruppene får ansvar for å arrangere hver sin aktivitet for hele klassen.

Husk gratisprinsippet – det skal være lav terskel å arrangere og å delta, og man kan gjerne oppfordre til å ha med egen mat og drikke.

## HVA KAN DERE GJØRE:

- Skogstur med grilling
- Treff på Grinda med aking
- Bading/skøyting på Sognsvann
- Halloween-fest i klasserommet før elevene går knask eller knep i vennegruppene (for høstgruppa).
- Juleavslutning i samarbeid med kontaktlærer (for julegruppa)
- Sommeravslutning i samarbeid med kontaktlærer (for sommergruppa).
- Trinndisco fra og med 4. trinn (for vinter- eller vårgruppa).



**TIPS!** Ha et uformelt treff for foreldre og barn i løpet av de første ukene i 1. klasse, for eksempel i Hansemyrparken eller på en av AKS-basene. Dette kan også arrangeres etter sommeren for de eldre barna.

# HALLOWEEN

## **KNASK ELLER KNEP:**

Det anbefales at hele klassen inviteres til en felles feiring som høstgruppa har ansvar for – dette er en fin måte å sørge for at alle får være med!

Det er mulig å låne klasserom på skolen, epost kan sendes til [maria.henie@osloskolen.no](mailto:maria.henie@osloskolen.no) for å avtale.

Det er også fint å gå knask eller knep i vennegruppene – så har alle noen å gå sammen med!

# 17. MAI

**Korsvoll FAU arrangerer hvert år en gøy 17. mai-feiring i skolegården!**

3. og 4. trinn har ansvar for gjennomføringen av arrangementet etter at skolen har gått i tog. Skolen går annen hvert år i toget i byen og i et lokalt tog på Korsvoll.

FAU har samlet erfaringer, instruksjoner og opplegg som deles med 3. og 4. trinn. Arrangementet ledes av en komite med to foreldre fra hver klasse på begge trinn.

2. trinn har ansvar for å levere kaker og premier til 17. mai.

**GRATIS BONGER DELES UT TIL FAMILIER MED BEHOV.**

# BURSDAGSFEIRING

Skolen og FAU oppfordrer til inkluderende bursdagsfeiringer – inviter enten hele klassen, alle guttene eller alle jentene.

Vi oppfordrer til å invitere alle i klassen om man har mulighet til dette. Det er mulig å leie rom i Korsvollhallen eller Hansemyrparken om man ikke har plass hjemme.

Snakk om bursdager på foreldremøtene om hvordan dere vil løse det med gaver i deres klasse.

## FORSLAG TIL «GAVEREGLER»:

Ta praten på første foreldremøte i 1. klasse og bli enige om:

- Et moderat økonomisk tak på gaver for eksempel 50-100 kr.
- Fellessgaver, det vil si at hver familie kjøper en gave fra klassen til eget barn og at elevene gir hjemmelaget bursdagskort til bursdagsbarnet.
- Fokuser heller på at barna lager kort til hverandre med fine ord, enn hva de får i gave.



**TIPS!** Man kan også arrangere bursdagsfeiring sammen med andre barn i klassen.

# KLASSETURER

På Korsvoll arrangeres det leirskole i regi av skolen i 7. klasse. I tillegg er det mange klasser som på eget initiativ organiserer overnattingsturer for elever og foresatte – dette er et veldig fint tiltak for klassemiljøet!

- Planlegg og inviter god tid i forveien
- Opprett en turgruppe med engasjerte foreldre, fordel oppgaver
- Forsøk å arrangere en tur som flest mulig har råd til å være med på. Arranger kakesalg eller tilsvarende for å samle inn penger til turkasse.

## TIPS TIL STEDER:

- Korsvollhytta
- Sæteren gård
- Håøya
- Strandheim Leirskole
- Ommen
- Lysern leirsted
- Nordalshytta og Fjellvang i Lillomarka
- Nordmarkskapellet
- Spontantur med hengekøye
- <https://kmspeider.no/kontakt-oss/nordtangen/>

# SKOLEDISCO

FAU ønsker å etablere en tradisjon for trinndisco på Korsvoll. Vi testet med et trinn i 2024, noe som var veldig vellykket!

Discoen er for 4.-7. trinn, og vi håper dette er noe de yngre kommer til å glede seg til!

Skolen låner gjerne ut gymsalen eller AKS-baser: epost kan sendes til [maria.henie@osloskolen.no](mailto:maria.henie@osloskolen.no)

## OPPLEGG FOR SKOLEDISCO:

- En gang i året.
- Det etableres en arrangementskomite av foreldrene i vinter- eller vårgruppene på hvert trinn.
- FAU har utarbeidet et rigg med forslag til opplegg i et Excell-skjema (opplegget er lavterskel og lett å gjennomføre).
- FAU kan bistå med å betale for servering, send en epost med søknad om å få refundert utlegg til [fau.korsvoll.skole@gmail.com](mailto:fau.korsvoll.skole@gmail.com) (saft, servietter, popcorn eller lignende).
- Det kan lånes popcornmaskin av FAU.
- Mobilfritt! Telefoner og smartklokker blir igjen hjemme.

**FAU-representant:**

Som FAU-representant får du god innsikt i skolens arbeid, blir kjent med ledelsen og møter andre engasjerte foresatte. Du får også mulighet til å påvirke og bidra til en bedre skolehverdag for elevene.

Representanter velges vanligvis på foreldremøtet om våren, og vi anbefaler en periode på to år.

**Klassekontakt:**

Klassekontakten er bindeleddet mellom foreldre og kontaktlærere, bidrar til gode foreldremøter og styrker det sosiale fellesskapet i klassen, blant annet ved å ta godt imot nye foreldre.

Klassekontakten har også litt ekstra ansvar for felleskommunikasjon foresatte imellom,

har ansvar for klassekassen\* og organiserer gaver til lærerne, gjerne sammen med de andre klassekontaktene på trinnet.

\* Klassekasse – samle inn et beløp og avtaler hva skal det dekke. F.eks 200,- pr. elev til pizza og servering på et arrangement & gave til lærere jul/sommer.

I tillegg har Korsvoll skole et Driftstyre (DS), hvor to representanter fra FAU stiller:

Driftstyret er et besluttsende organ, og kan sammenlignes med et styre for en bedrift.

→ [Her er en nyttig artikkel om klassekontaktens rolle](#)

→ [Og her kan du lese mer FAU-arbeid](#)

→ [Les om skole-hjem-samarbeidet her](#)

→ <https://korsvoll.osloskolen.no/om-skolen/rad-og-utvalg/fau/>



# VELKOMMEN TIL KORSVOLL SKOLE!

Korsvoll FAU, digital utgave 2026