



Gleding®

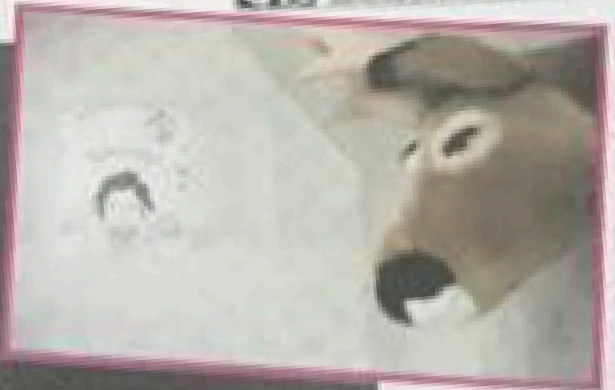
**Det krever ambisjoner
og langsiktighet
å bygge landsbyen**

Gleding®

SØNDAG Kropp & sjel



Fra mobbeoffer til gledesspredere



GLEDING: Det er svært å være mobbeoffer eller mobber, og det er også vanskelig å bli. De fleste barn som mobber eller blir mobbet, opplever det som svært vanskelig. Men det er også mange som opplever det som en fantastisk opplevelse.

GLEDING I PRAKSIS

Etter legger du et rulle på kjempebarn. Mange har fått kjempebarn i skolen.

- De fokus på språket** og hvilke ord som er viktigste. Mange barn som har vært på skole med et kjempebarn, sier at de har lært mye av det. Det er viktig å ha et godt forhold til barnet som har kjempebarn. Det er også viktig å ha et godt forhold til de andre barna i klassen.
- De skal med barna og gleden** og glemmer en stund alle de andre tingene som er i verden. Det er viktig å ha et godt forhold til barnet som har kjempebarn. Det er også viktig å ha et godt forhold til de andre barna i klassen.
- De spiller med egne leker.** Hvordan spiller de selv, som voksne, om det som skjer i skolen, på skoleplassen og i hjemmet? Hva er det som er viktigst for barnet som har kjempebarn? Hva er det som er viktigst for de andre barna i klassen? Hva er det som er viktigst for de voksne i skolen? Hva er det som er viktigst for de andre voksne i skolen? Hva er det som er viktigst for de andre voksne i skolen?
- På skolen har barna utfordringer** der de skal gjøre når mobbing oppstår. Det betyr ikke at barna rett og slett er en mobber eller et offer for mobbing, men at de har utfordringer som de skal løse. Det er viktig å ha et godt forhold til barnet som har kjempebarn. Det er også viktig å ha et godt forhold til de andre barna i klassen.

Siri Folkvord Abrahamson (30) ble selv mobbet og ekskludert på barne- og ungdomsskolen. Nå vil trebarnsmoren øke trivselen i norske klasserom, ved å endre fokuset fra mobbing til det hun kaller gledning.

«Det er bra å vite at det er mange andre som har opplevd det samme som jeg. Det er ikke bare jeg som er alene om dette.»

Kjempebarn fra Skoleklassen er et av de mest populære og mest populære i Norge. Det er et av de mest populære og mest populære i Norge. Det er et av de mest populære og mest populære i Norge.

Sønnens påfunn

Det er et av de mest populære og mest populære i Norge. Det er et av de mest populære og mest populære i Norge. Det er et av de mest populære og mest populære i Norge.

En superkraft

Det er et av de mest populære og mest populære i Norge. Det er et av de mest populære og mest populære i Norge. Det er et av de mest populære og mest populære i Norge.

– Stor makt i språket

Det er et av de mest populære og mest populære i Norge. Det er et av de mest populære og mest populære i Norge. Det er et av de mest populære og mest populære i Norge.

– Skolere lærerne

Det er et av de mest populære og mest populære i Norge. Det er et av de mest populære og mest populære i Norge. Det er et av de mest populære og mest populære i Norge.

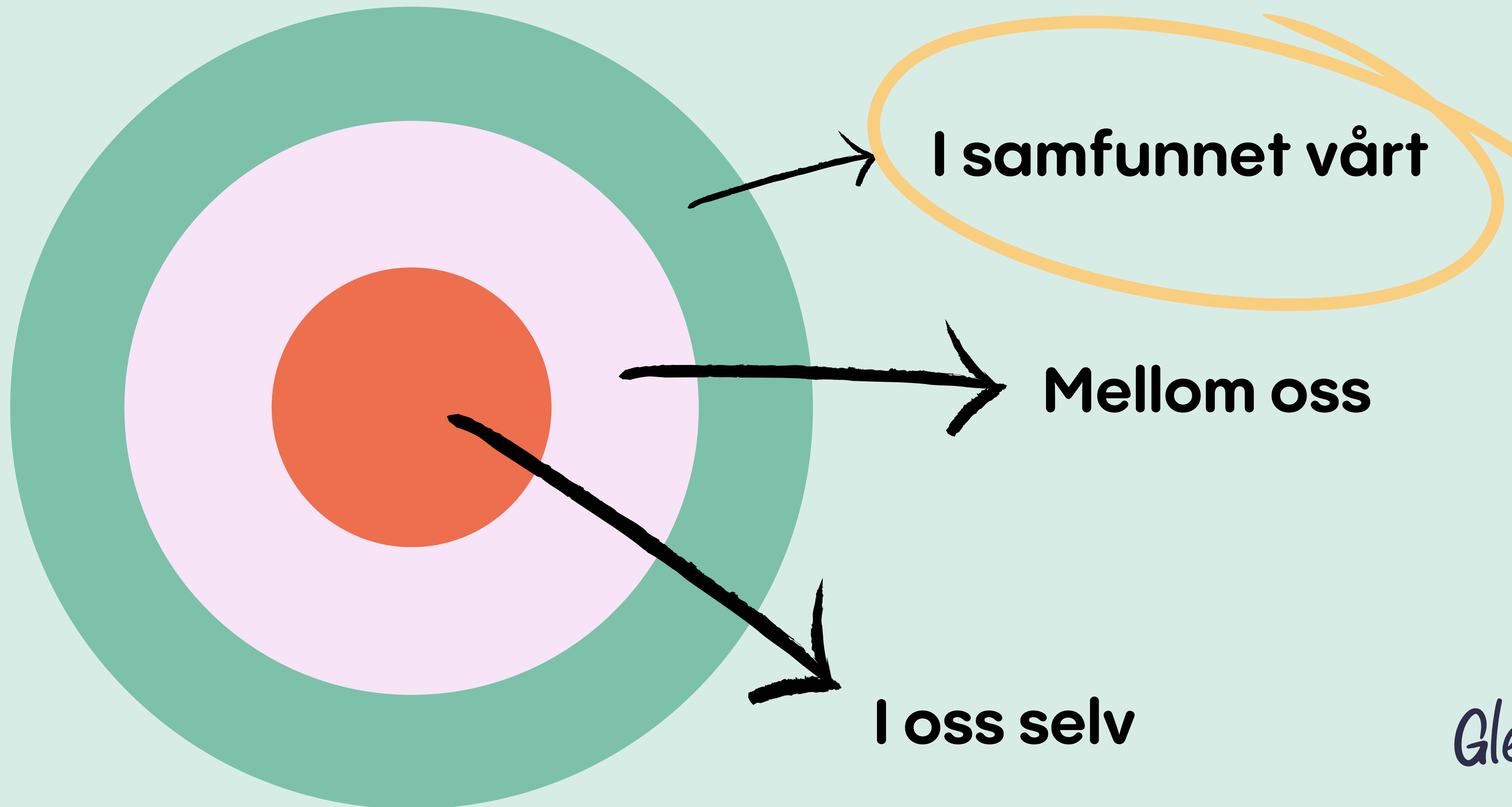
– Tema på lekseplanen

Det er et av de mest populære og mest populære i Norge. Det er et av de mest populære og mest populære i Norge. Det er et av de mest populære og mest populære i Norge.

Det er et av de mest populære og mest populære i Norge. Det er et av de mest populære og mest populære i Norge. Det er et av de mest populære og mest populære i Norge.

Det er et av de mest populære og mest populære i Norge. Det er et av de mest populære og mest populære i Norge. Det er et av de mest populære og mest populære i Norge.

Langsiktighet og ambisjoner



Oljefondets markedsverdi

19 393 699 277 416 NOK

For deg og fremtidige generasjoner



Gleding®

Prioriter de brede befolkningsrettete tiltakene!

Sats på tiltak rettet mot hele befolkningen, uavhengig av risiko. Hva? Skal vi satse pengene våre på dem som ikke har noen risiko for å bli syke nå da? Ja, vi må lytte til de store forebyggingsguruene. Britiske

Geoffrey Rose viste oss at når en tilstand er svært utbredt i befolkningen, lønner det seg å satse på tiltak rettet mot hele befolkningen eller deler av den, f. eks. alle nyfødte, alle barnehagebarn eller alle skolebarn, uavhengig av risiko, fremfor å satse bare på den lille gruppen som har høy risiko. Slik er det, sa

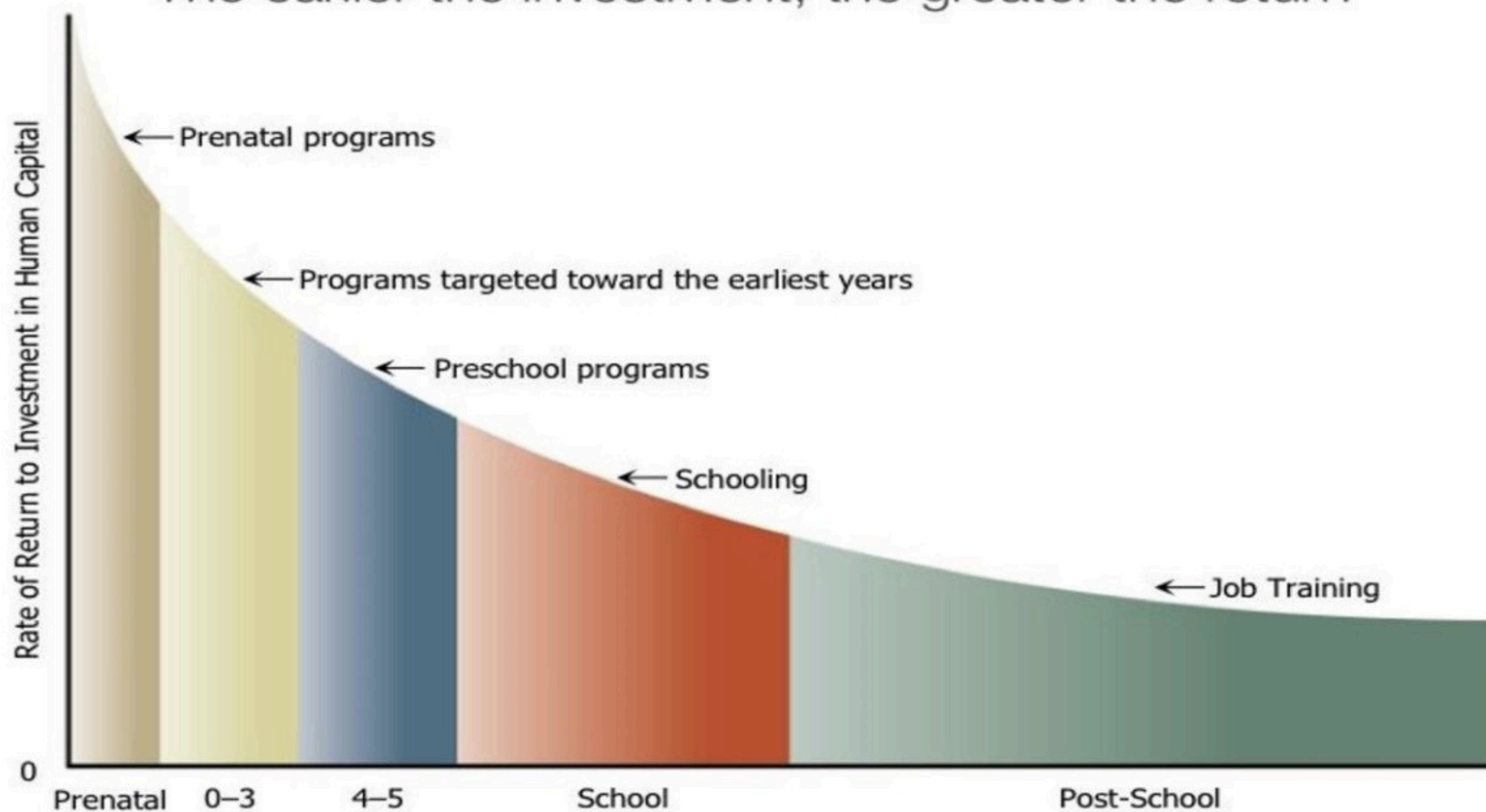
Geoffrey Rose, fordi: Når noe er veldig utbredt, som ved psykiske helseplager blant barn og unge, så vil det store antallet med middels og lav risiko produsere flere sykdomstilfeller enn det den lille gruppen med høy risiko vil gjøre. Derfor må vi rette initiativene inn mot alle barn,

uavhengig av risiko (Rose, 1992).

-Arne Holte (2018)

EARLY CHILDHOOD DEVELOPMENT IS A SMART INVESTMENT

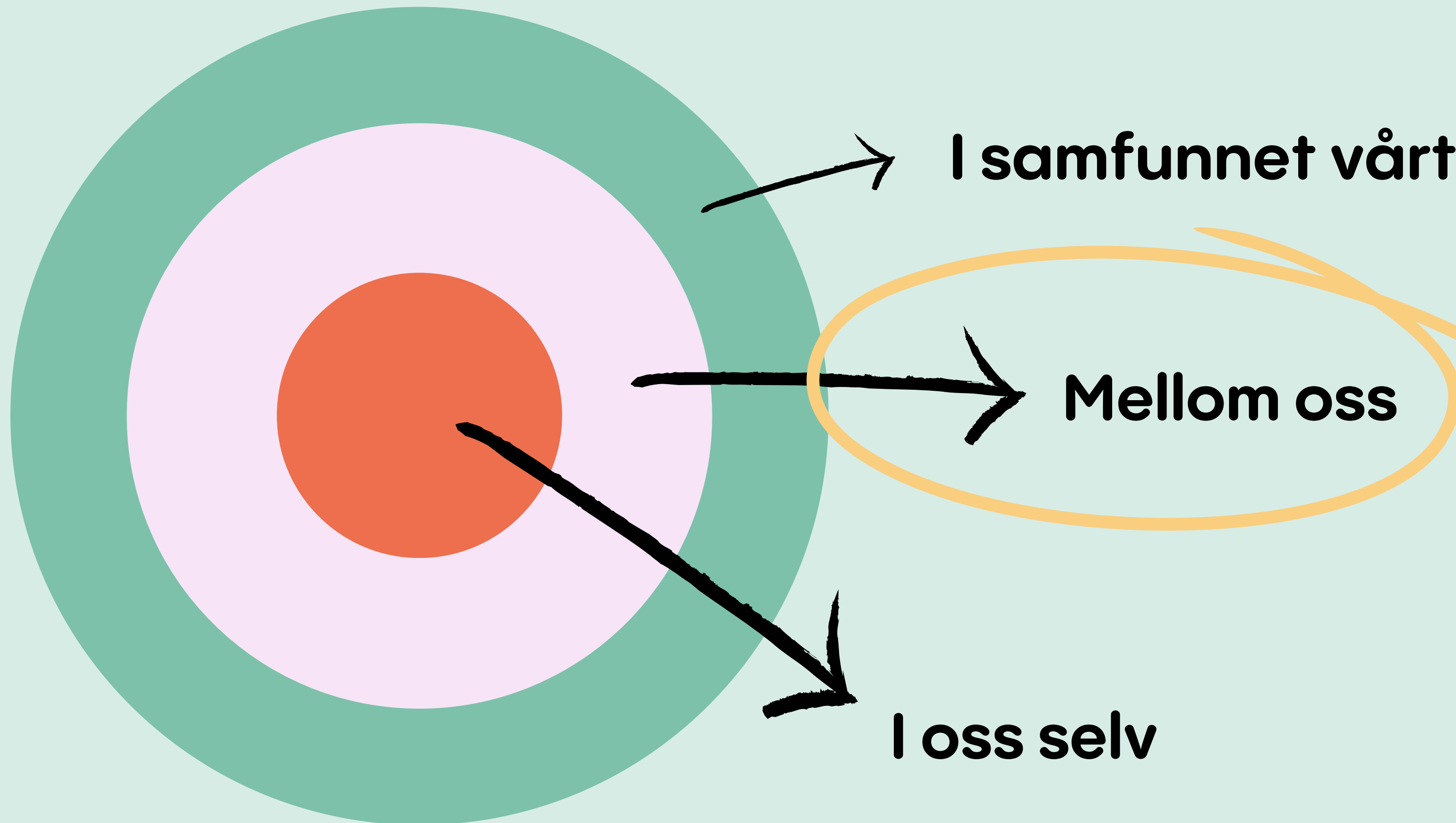
The earlier the investment, the greater the return



Figur 11

Heckman, 2006

Langsiktighet og ambisjoner





Hva er det motsatte av mobbing?



Siri Abrahamsen

11 Aug 2015 · 👥

Kveldsmat med to hyggelige karer på 7,5 og 9 år.. Snakker om skolestart igjen og jeg spør hva er det motsatte av mobbing?

- sønn 1 sier; å glede andre selvfølgelig!

Ja, så bra sier jeg.. Hvordan gjør du det da?

- Sønn 2; for eksempel ved å bruke den gyldne regel.

- sønn 1, ja kanskje- men vi er jo ikke like, så det er jo ikke sikkert d som gjør deg glad gjør den andre glad..

Så ble vi enige om noen felles ting som de fleste blir glade for. Så sier den ene sønnen: kult da kan vi slutte å spør om folk mobber og heller spør om folk driver med GLEDING!

26.02.2016



Gleding®

Prosjekt Gleding på skuleplanen

Flogstad skule har eit nytt prosjekt som heiter Gleding. Prosjektet har foregått i nokre veker og elevane er storfornøgd.

ODA BJØNNES HANSLIEN

Då Ryfylke besøkte Flogstad skule på fredagen for vinterferien, hadde sjuande klasse nett opp overraska tredje klasse med dans og lovnad om kake og quiz. Dei siste vekene har elevane på skulen gleda kvarandre med forskjellige overraskingar.

— Det var veldig kjekt å sjå at dei i tredje klasse blei glade. Det kjekkaste med prosjektet har vore å gleda andre for, då blir også eg glad, seier sjundeklassingen Sumayo Ahmed Abdi.

Prosjektet Gleding handlar om å snakke fram det positive i staden for det negative.

— Me pratar heller om gleding enn mobbing, seier rektor på Flogstad skule, Ellen M. Tveit Tangeraas.

Auke motivasjon

Tveit Tangeraas var på leit etter eit prosjekt for å dyrke fellesskapsfølelsen på skulen, då ho fann Gleding. Ho bestilte inn «gledingskalender» som gir eit nytt tema for kvar månad, der målet er å bygge robuste barn.

— Me har nettopp starta prosjektet som skal vere intensivt over seks veker. Så skal me bruke det som ein overordna paraply for heile året.

Kvart år har alle skular i Norge trivselsundersøkingar der barn svarer på blant anna kor mykje dei får vere med å bestemme i eiga læring.

— Me skåra dårleg på motivasjon og elevinnvirkning, så me har ein baktanke med prosjektet. Det er å motivere elevane til å vere meir aktive. Me har sett ein effekt alt no, men håpar på sikt at dette vil gi ein større effekt for oss, seier Tveit Tangeraas.

Elevane i femte klasse kunne fortelle at dei hadde vore meir aktive i prosjektperioden enn før.

— Me fekk bestemme kven me skulle glede og kva me ville glede dei med, seier Adrian Dolmen Andersen.

Eit prosjekt om følelsar

Nettsidene til Gleding seier at prosjektet vil formidle kompetanse som handlar om å forstå seg sjølv og andre betre. På Flogstad skule har elevane jobba



Lykke Emilie Aartun, Linnea M. Bokn Montoya, Nuur Ahmed Abdi, Adrian Dolmen Andersen og Even Brose Øverland i femte klasse viser fram gledingplakatar som heng rundt omkring på skulen. Alle foto: Oda Bjønnes Hanslien.



Mina Vindedal Hansen, Solveig Faldahl og Tuva Wiik Hagen (5. klasse) var og ga hjarter til forskjellige butikkar i sentrum på fredag. Her får Linn Adelsten Handeland på Vaiana ein gleding.



Håkon Lunde, Eira Solbrekk Klungtveit (begge 3. klasse), Angelina Espeland og Sumayo Ahmed Abdi (7. klasse) viser fram gledingplakatar som heng rundt omkring på skulen. Alle foto: Oda Bjønnes Hanslien.

Flekkefjord-barnehage vant «Gledingspatruljen 2021»: - Vi kaller oss for hverdagshelter og har superkraften «Gleding»

Fredag 24. desember 2021

AVISEN AGDER



GLEDER ANDRE: Forbryngene Frida, Ellinor og Nora er klare for å spre gleding rundt i byen.



TEKNOLOGI: Gledingspatruljen synger for dem på aktivitetssenteret på Tjørvågheimen ved hjelp av videomarkale.

Rauli barnehage ble nylig kåret til vinnere i «Gledingspatruljen 2021». I tre år har barnehagen vært med i det nasjonale konpedagogisk leder Lisa Stangborli merker at det gjør noe med barna.



«Gledingspatrulje» noe de gjør, men hvem de er. De har virkelig stått på for å oppmuntre store deler av lokalsamfunnet. Barna har fått bidra med å samle inn pakker til barnehjemsbarn i Russland, sette lykter på trappene, oppmuntre til beredskaps-sentralen og lyse opp hverdagen på eldrementret, skriver de på nettsiden sin.

«Gledingspatruljen» fra Rauli barnehage har besøkt mange mennesker de siste årene. Stangborli forteller at de under panikken tok i bruk teknologi for å dele de eldre på Tjørvågheimen sammen med frivillighetsgruppen og aktiviteten dag-til-dag. Hun kan sende bilder og tekster til en skjerm som de viser på Tjørvågheimen kan følge med på. Der legger vi ut noen bilder fra hverdagslivet. Vi kan også ha med dem også ha med dem gjerne. Det er fint å dele ut Elementinet til barna synges på.

"«Ja, gleding ja! Vi får sånn gledingsbok, og der får vi oppdrag. Vi skriv om kva som er godt og gale, snilt og slemt og sånt. Og om korleis vi kan bli glade sjølv. Når vi veit det, er det jo lettare å gleda andre og sånt kan det faktisk bli fred på jorda av. Gleding er friminutt for hjernen. Det er godt å vera meg i lag med dei andre då.»"

Elev
Fusa skule

Gleding®



Ein liten stopp for å ønske god jul i Lienkrysset. Foto: Sindre Thoresen Lønnes

Gleding: Kalde dagar, men varme hjarte



gront_flagg Vanse skole i Farsund har laget en gledingssti hvor de lærer om natur og biologisk mangfold, men også sprer glede og omsorg for alle 🍀 Som skolen selv sier: Stien fokuserer på å glede naturen og hverandre. Noen skriver oppmuntringsord på stener og lignende. Dette er laget for å glede folk i nærmiljøet også 🌱

Stien er tilgjengelig for alle og tilrettelagt for barnevogn og rullestol.



MC folket Midt-Troms For Gleding

Public group · 252 members

Join Group

Gleding[®]

Offentlige idealister og private gullgravere?

► Entusiasme og engasjement er en skummel greie. Hvis du ikke tjener penger, er det kanskje ok. Penger er for slemminger.

Jeg gjør oppmerksom på at dette inneholder mye ironi og med hensikt er satt på spissen.

Er du ansatt i det offentlige, betyr det sannsynligvis at du er en miljøbevisst, raus type, du elsker å dele og gi. Du har så gode intensjoner med ditt arbeid at din indre motivasjon renner over i et engasjement og en entusiasme som skaper innovasjon og en «brukerservice» som er enestående.

I privat sektor er det bare kapitalister. Folk som vil tjene penger. Masse penger. Rikinger som vil dra til Cannes og nyte drinker med Gucci-solhaten på snei.

Jeg er så glad i sånne forenklinger, de gjør det så lett å være meg, for så å

helt avhengig av begge parter. Det finnes mange holdninger jeg ser på som hemmende for innovasjon, skapervilje og samfunnsutvikling.

► Hva er egentlig idealisme og hvor finnes idealistene?

► Hva betyr «kommersielle interesser»?

► Hvordan kan samfunnet (privat og offentlig sektor) bidra til at flere vil skape nye arbeidsplasser og komme med ideer?

► Hvor kommer pengene som offentlig sektor forvalter fra?

For gründere og private ansatte er rike? Hvis ja, da har de fått til noe. Sannsynligvis tatt risiko og fått det til. Det kan vi jo ikke like. Hvis du i tillegg

vat sektor med mennesker, er du hos mange «skyldig» til det motsatte er bevist. Skyldig i hovedsakelig å være ute etter å tjene penger på å hjelpe og bidra. Det syns vi nordmenn er litt spesielt. Vi hjelper jo gjerne til gratis og på dugnad, men på jobb? Profesjonelt? Nei, nei, nei! Vi skal da ikke tjene penger på folk.

Tenk så dumt om du bruker de pengene til å skape mer verdier, tenk så dumt om du til og med klarer å utgjøre en positiv forskjell. De ordentlige folkene med de beste verdiene finnes kun i etatene, skolene, sykehjemmene og barnehagene.

Jeg lurar på hvor mange bedrifter som er skapt kun ut fra et ønske om å tjene penger? Det engasjementet og lidenskapen som trengs for å skape noe kan umulig kun komme utelukkende fra et profittønske, eller?

Tips oss

Stavanger Aftenblad



Foreldrene må tettere på for å skape skoletrivsel for alle

DEBATT: Elevundersøkelsen viser økning i unge som opplever mobbing. Jeg er nysgjerrig på hva Tonje Brenna og co. mener er veien å gå for å skape bedre dager? Her er noen tips fra meg.



Fikk sin første venn først som 17-åring

5. oktober Kl. 09.40 Songens første livesending i Idol - Vi sjekker hvordan finalistene har det akkurat nå.

Fikk sin første venn først som 17-åring

Teamet tillitsfulle foreldre er viktigere enn kravstore foreldre

DEBATT: Jeg mener at vi må skille mellom merkelige krav fra foreldrene og krav om tillit. At foreldre blander seg i skolelagsposisjoner og hvem som sitter hvor i klasserommet høres helt merkelig ut. Her må virkelig foreldre tenke seg om – og ikke misbruke den dyrebare tiden til lærerne.



Gleding®

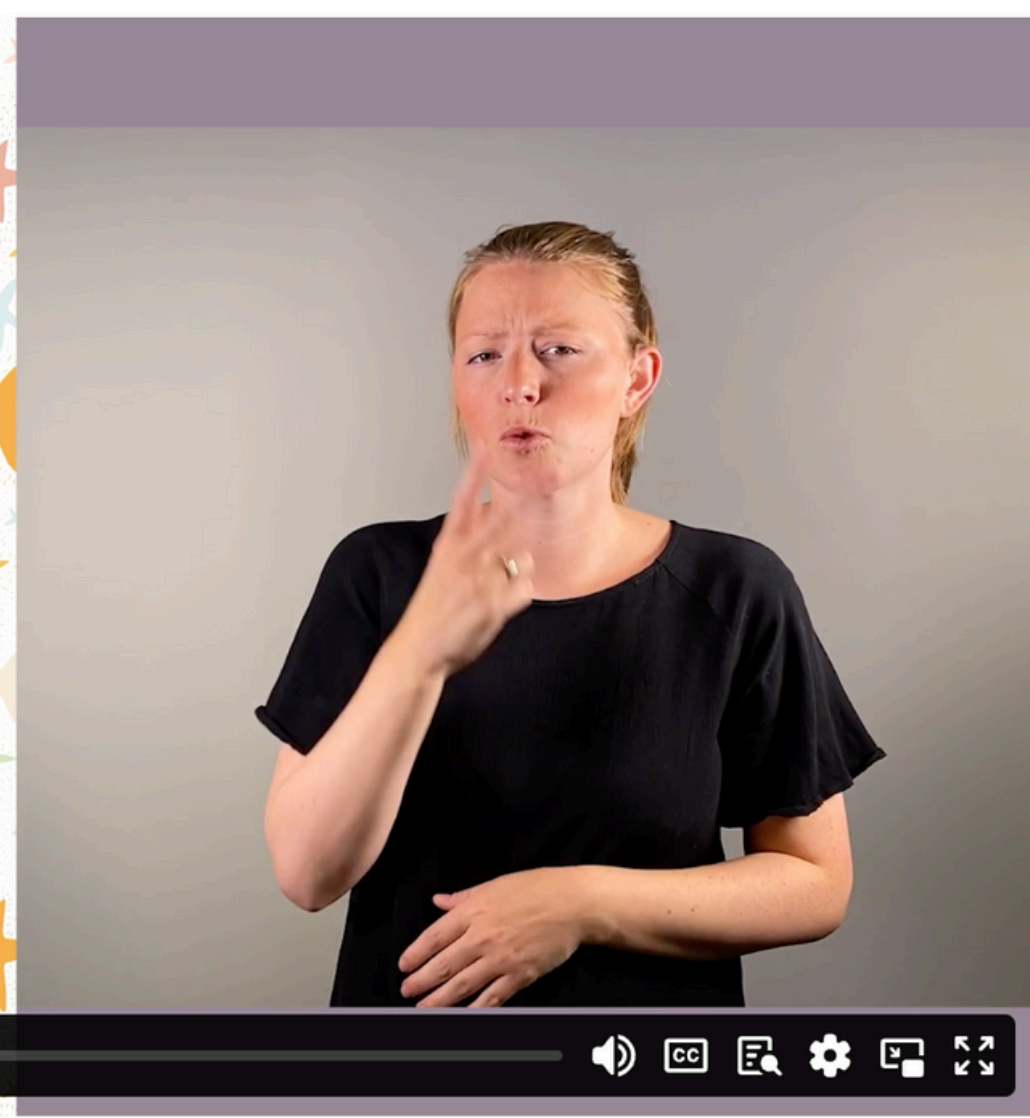


Får drahjelp fra uventet hold: Gründer, Siri Abrahamsen, blir heiet frem av melkedrikkene.

31.8.2020 09:33:39 CEST | Q-Meieriene



På melkekartongen i høst deler Q-Meieriene historier fra gründere og virksomheter sitt møte med en krevende korona-hverdag. Sammen med melkedrikkene har Q-sjefen valgt ut fire kandidater som har fått en plass på Q-melken.





Barnehage

Gledning®

En barndom for livet!



Skole



Hjemme



Lokalsamfunn



<p>Tren på sosiale ferdigheter</p> 	<p>Spørsmål og svar om barn</p> 
<p>Gjør noe sammen</p> 	<p>Årshjul</p> 

GET IT ON
 **Google Play**

Download on the
 **App Store**

Gleding  Min side

Gjør noe sammen
 Hvem vil du finne på noe med i dag?

<p>Deg selv</p> 	<p>Med en partner</p> 
<p>Med barna</p> 	<p>I familien</p> 
<p>Med andre voksne</p> 	<p>Aktiviteter</p> 

Hjem  Trenning  Spørsmål & svar  Gjør noe sammen  Årshjul 

Gleding  Min side

Årshjulet
 Går barna i en Gledingbarnehage eller en Gledingskole vil du kjenne igjen disse temaene. De er uansett nyttige tips til dere som er foreldre og foresatte!

Innhold tilpasset Skolealder

September
Kommunikasjon og gode samtaler 

Oktober
Frykt og tanker 

November
Takknemmelighet og tilstedeværelse 

Desember
Empati og undring 

Januar
Selvfølelse og behov 

Februar
Gleding og anerkjennelse 

Mars
Mestring og feiling 

April
Bærekraft og ansvar 

Mai
Vennskap og tilhørighet 

Juni
Balanse og variasjon 

Juli
Sommerferie 

August
Glede og interesse 

Bonus
Lek og kreativitet 

Hjem  Trenning  Spørsmål & svar  Gjør noe sammen  Årshjul 

September

Kommunikasjon og gode samtaler

Oktober

Frykt og tanker

November

Takknemmelighet og tilstedeværelse

Desember

Empati og undring

Januar

Selvfølelse og behov

Februar

Gleding og anerkjennelse

Mars

Mestring og feiling

April

Bærekraft og ansvar

Mai

Vennskap og tilhørighet

Juni

Balanse og variasjon

Juli

Sommerferie

August

Glede og interesse

Bonus

Lek og kreativitet



Presentasjon med intro

Siri og Wilmer snakker om tema, tips til samtaler med barna, gjevt følelsen-lek med bilder, lekekrok med Wilmer og flere tips til aktiviteter med ulike aldersgrupper.

Podkast

Siri snakker om temaet kommunikasjon og hvordan vi kan få til de gode samtalene.



Tips til samlinger

- «Øv på å snakke om noe du interesserer deg for» – fokus kroppsspråk & lytting – utfordre seg selv
- Lek dere med forskjellige kroppsspråk
- Undre dere sammen om hvordan vi skal være i kroppsspråk og samtale med hverandre
- Bruk utskriftene og oppleggene i barnehagepakken september

Til utskrift og deling

- Pakke med opplegg for september (pdf)
- Dialogisk lesehefte til «Gleding»-boken
- Samtalespillet (pdf)
- Wilmer's Gledingbingo (pdf)



August
Glede og interesse

Oktober
Frykt og tanker

Gleding



Støtteinnhold



Planleggingsdag august/september - tips til innhold og opplegg →

Gleding handler om å gjøre hverandre godt og gode - og å forsterke det som er bra. Med Gleding som verktøy kan vi gå fra å vite hva som er viktig til å faktisk vite hvordan vi kan gjøre mer av det som er bra.

Tips til foreldresamarbeidet →

De viktigste voksne i barnas liv er foreldrene og de voksne i barnehage og skole. Her får du tips og ideer til hvordan få til et godt samarbeid, skape gode relasjoner med foreldre og foresatte og hvordan vi kan løse begynnende konflikter når det knytter seg til.



Tips til samarbeidsutvalget (SU) og Foreldrerådets arbeidsutvalg (FAU) →

Hvordan engasjere og inspirere til samhold og fellesskap i barnehagen vår? Engasjerte foreldre gjør en stor forskjell, og her får du noen konkrete tips til arbeidet i SU og FAU.

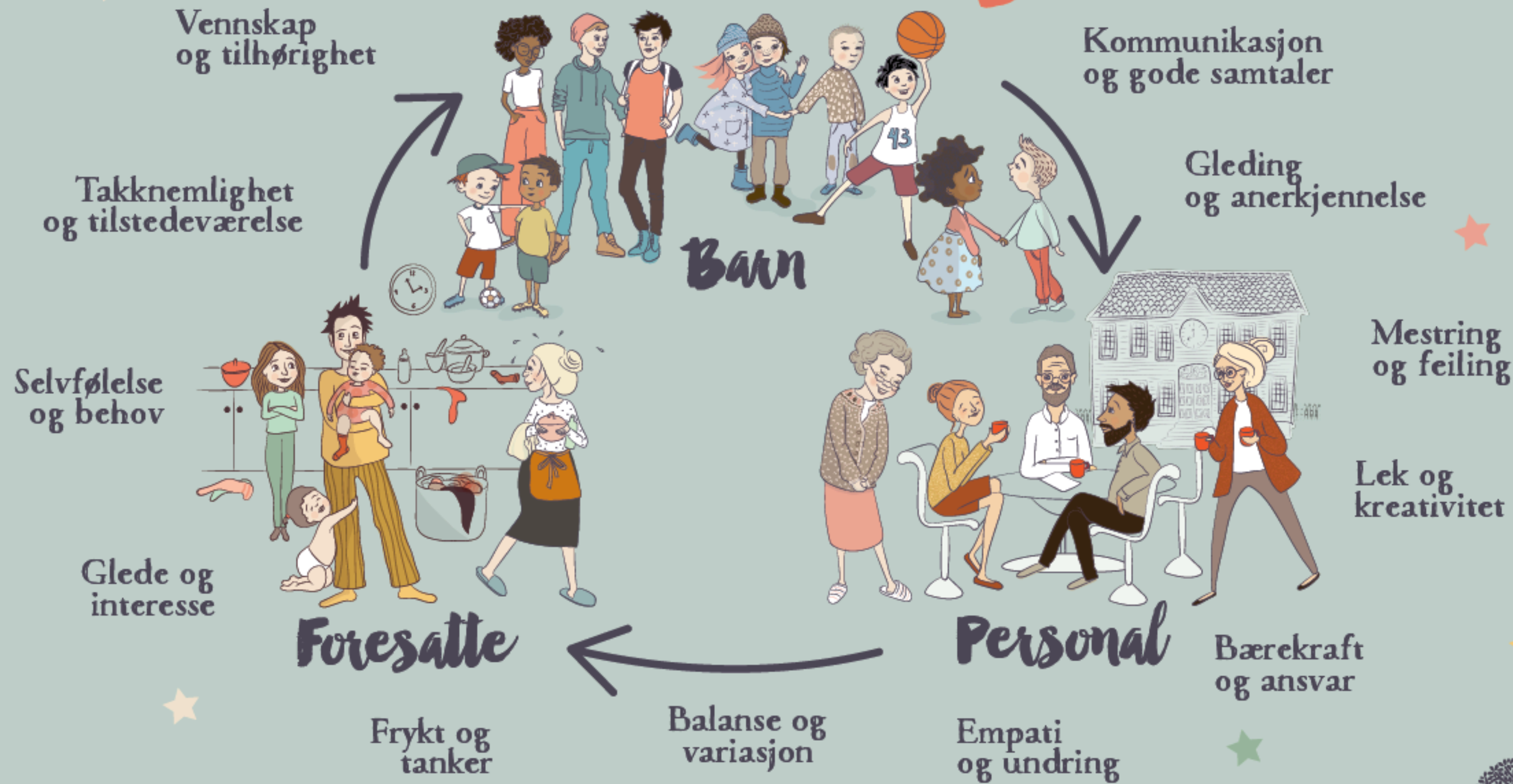
Ideer til et helt år med Gledingspatrulje →

Vi lærer best av å trene og erfare at Gleding virker! Mange barnehager har opprettet det de kaller Gledingspatrulje, og her får du tips til aktiviteter.



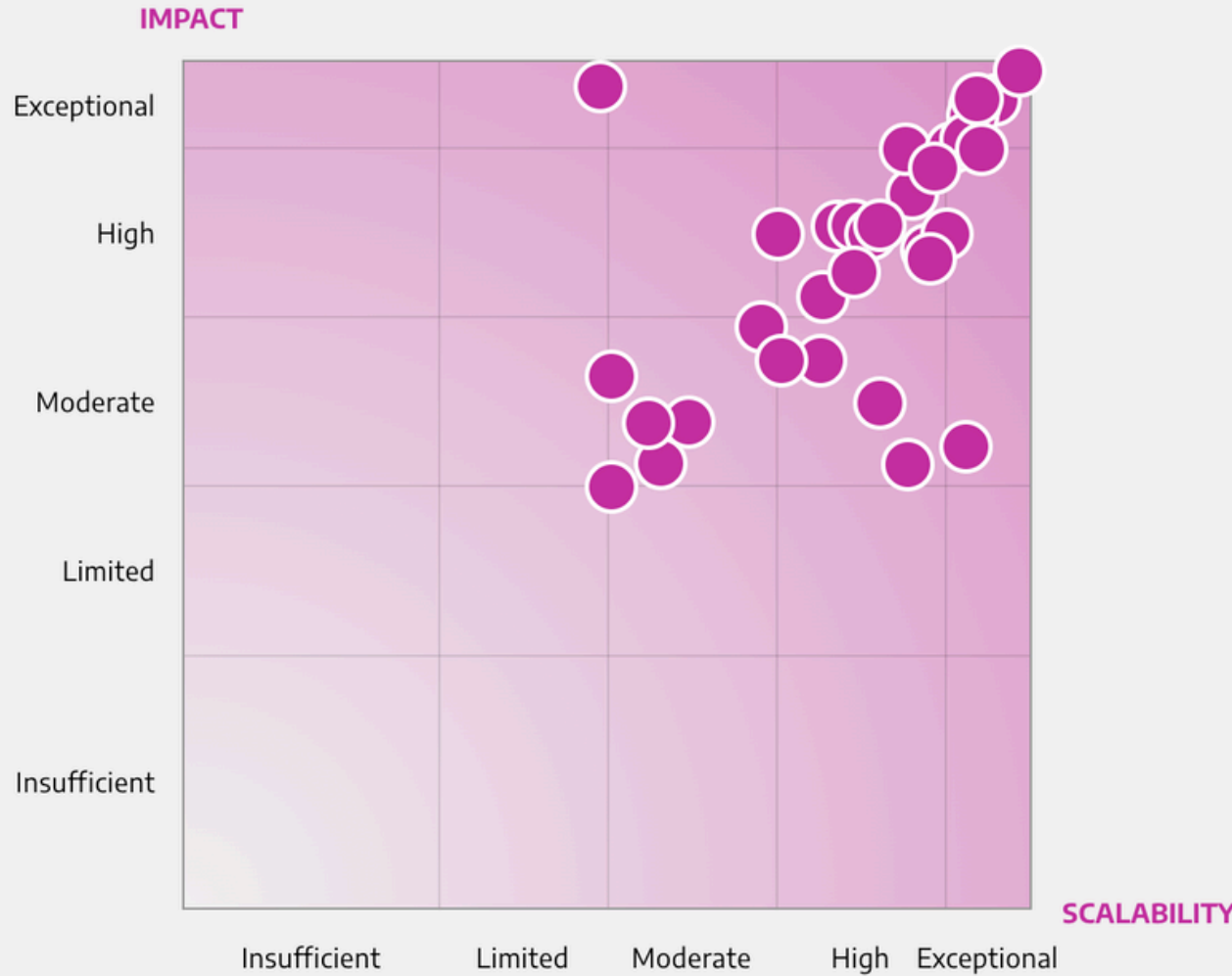
Gleding

Gledning™



Impact & Scalability

Academy review results



HundrED Academy Reviews

“ The program can have an enormous impact at schools, in the family, in the neighbourhood, and community- for the healthy development of children throughout the program area. The project addresses the overlooked aspect of developmental psychology. ”

“ The innovation is scalable by bringing parents, professionals, caretakers and children around a shared platform containing socio-emotional learning tools to develop empathy and human skills. The materials can be translated in different languages. ”



Selected for the **hundrED** Global Collection 2024



Hvorfor har vi jobbet med dette?

Vi har hatt et ønske om å gjøre verden litt bedre hver dag i møte med barn, deres foreldre og vårt nærmiljø. Med mye gleding i hverdagen tror vi at barna har en større mulighet for å danne grunnlag for livsmestring.

Hvilke erfaringer har vi gjort oss?

Vi har erfart gjennom prosjektet at barna har blitt mer rausere og tolerante ovenfor hverandre. Vi har sett at de har hatt en verdifull opplevelse av å glede andre, og vennskap har blitt etablert, samt at barna har blitt tryggere på hverandre.

En positiv og synlig tilbakemelding vi har fått er fra skolen: - skolestarterne de mottok i høst er ekstra rausere ovenfor andre barn, gode på relasjoner og godtar at barn er forskjellige. Dette er vi utrolig stolte av! Da har vi oppnådd resultater med temaet vårt, GLEDING!

Alt avsluttes med Gleding-festivalen vår!

Mandag: Rigging på uteområdet sammen med barna på barnehagen.
Tirsdag: besøk av de andre barnehagene i kommunen.
Onsdag: besøk fra sykehjemmet og Livsglede for eldre.
Torsdag: familiedag med foreldre og søsken.
Fredag: Generasjonsdag.



Gleding®

Bilder på trossingen



HVERDAGSHELTER I SIRA BARNEHAGE HAR VÆRT PÅ OPPDRAG!

Når vi får meldinger som dette - da blir vi varme i hjertet og rett og slett litt blanke i øynene! For noen fantastiske GLEDING ambassadører! Hurra! ✨❤

"I forbindelse med mediestormen om sykehuset vårt har Gledingspatruljen fra Sira barnehage vært nede og spredd glede hos de ansatte ❤️ Vi pakket med oss sangstemmer og vennskapsarmbånd og dro ned til Flekkefjord. Der ble vi tatt imot i akuttmottaket av superheltene som jobber i ambulansen og på sykehuset 😊 Vi sang, delte ut vennskapsarmbånd og takket dem for den fantastiske jobben de gjør ❤️"



For et flott prosjekt Rauli barnehage holder på med. Når jeg har vinduet oppe og hører intensiteten, livslysten og energien fra leken i barnehagen, gir det meg en god følelse. Gleding smitter. Flekkefjord blir en enda varmere og bedre by å være i med et slikt engasjement og gleding i praksis. Ikke farlig å bli eldre i denne byen.



ANTIMOBING: SKAL GJØRE HVERANDRE GODE

Bort med mobbing – inn med gleding

Denne uken har det vært vennskapsuke på Maura skole. Da sto blant annet en hel dag med fokus på det motsatte av mobbing, nemlig gleding, på programmet.

MAURA

Magnar Haraldsen
900 68 990 / magnar@eub.no

– Det er vennskapsuke på Maura skole og hva er vel bedre enn å vie en hel dag til gleding, sier Rita Andersson Omvik, nestleder i FAU ved Maura skole.

Alle elever har fått høre om betydningen av ordet gleding og hva det innebærer i hverdagen.



OMVENDT: Som et ledd i arbeidet mot mobbing arrangerte Maura skole Gleding. Her er glade barn fra klasse 3B, Malin Strømdal, Malin, Kaafi Omar, Helge, Tobias, L. og Endal, Lea, R. og B. Andersson Omvik. Foto: Privat

” Jeg tenker på at dette skal få meg til å bli et bedre menneske og få meg til gi andre et bedre liv.

KAAFI OMAR, KLASSE 3B

viser at vi tar mobbing på alvor. Stort engasjement vises gjennom at flere hundre foreldre møtte opp for å høre budskapet fra Siri. Det forteller at dette engasjerer, sier Bendz.

Han påpeker at prosjekt Gleding bare er starten på en fantastisk reise, hvor skole og hjem, barn og voksne skal gjøre hverandre gode.

Gleding®



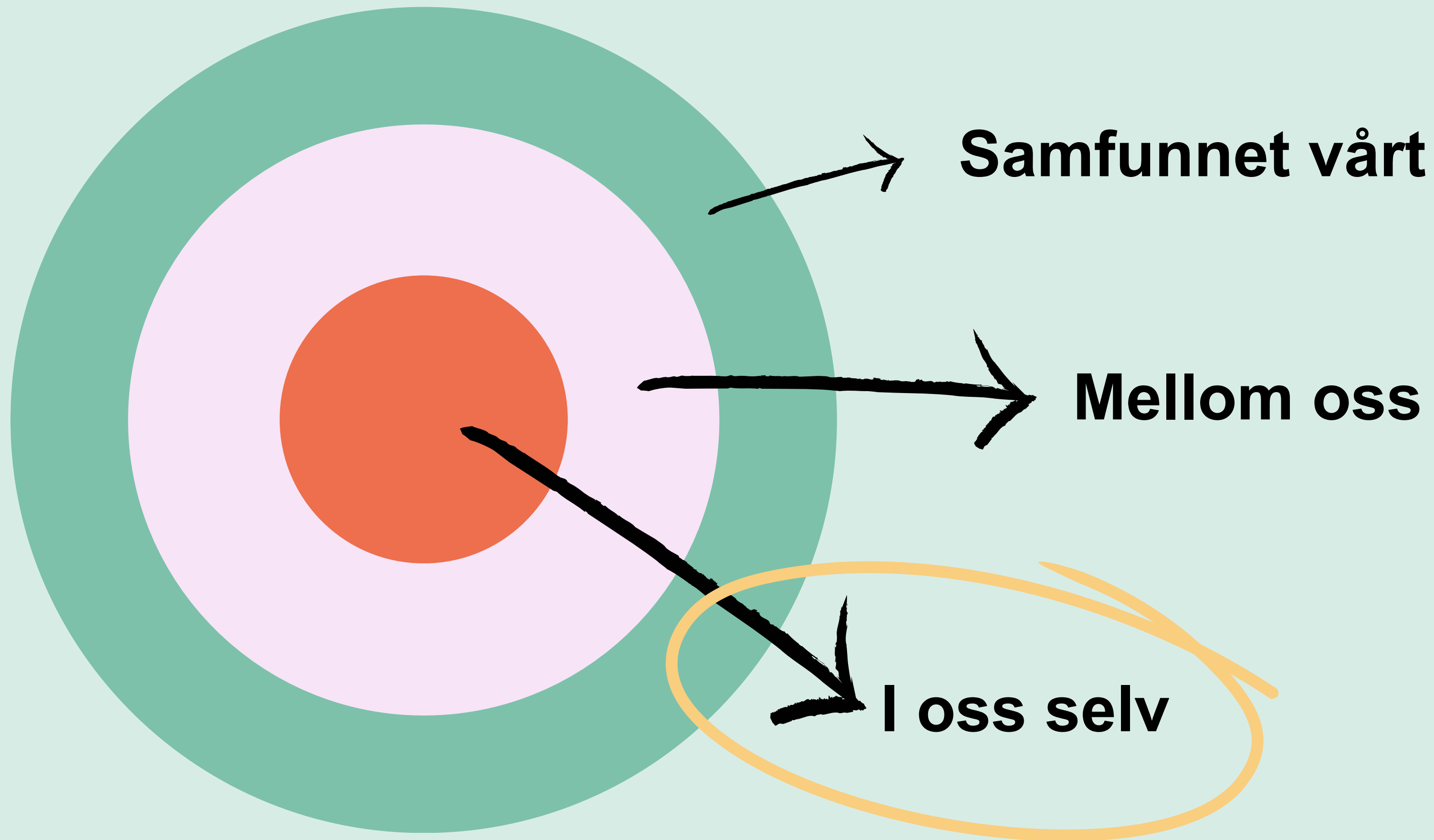
“Never doubt that a small group of thoughtful, committed, citizens can change the world. Indeed, it is the only thing that ever has.”

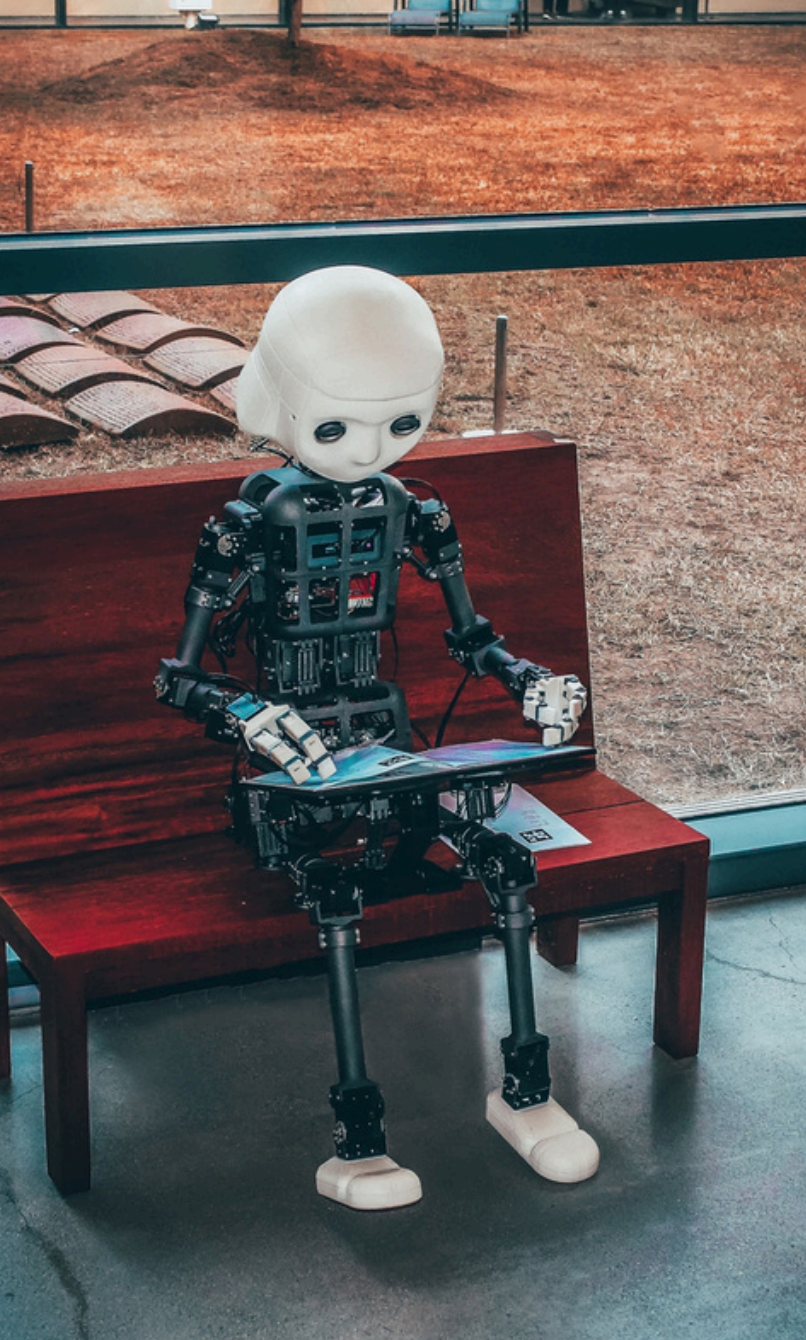
-Margaret Mead



Gleding[®]

Langsiktighet og ambisjoner





THE LONELY CENTURY

How to Restore Human Connection in a World that's Pulling Apart

NOREENA HERTZ

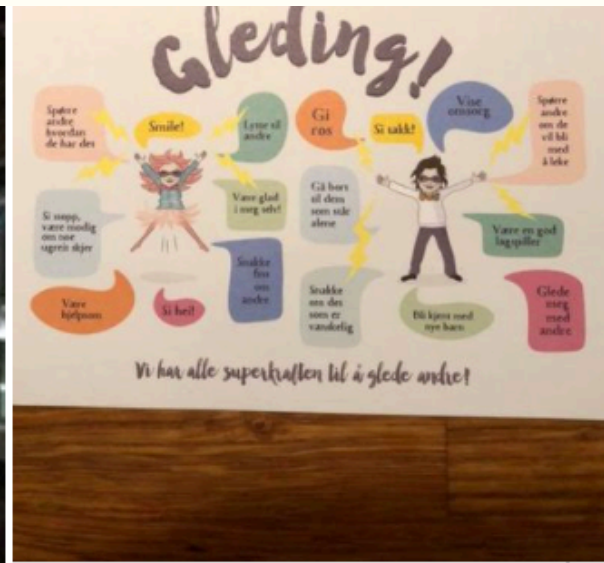
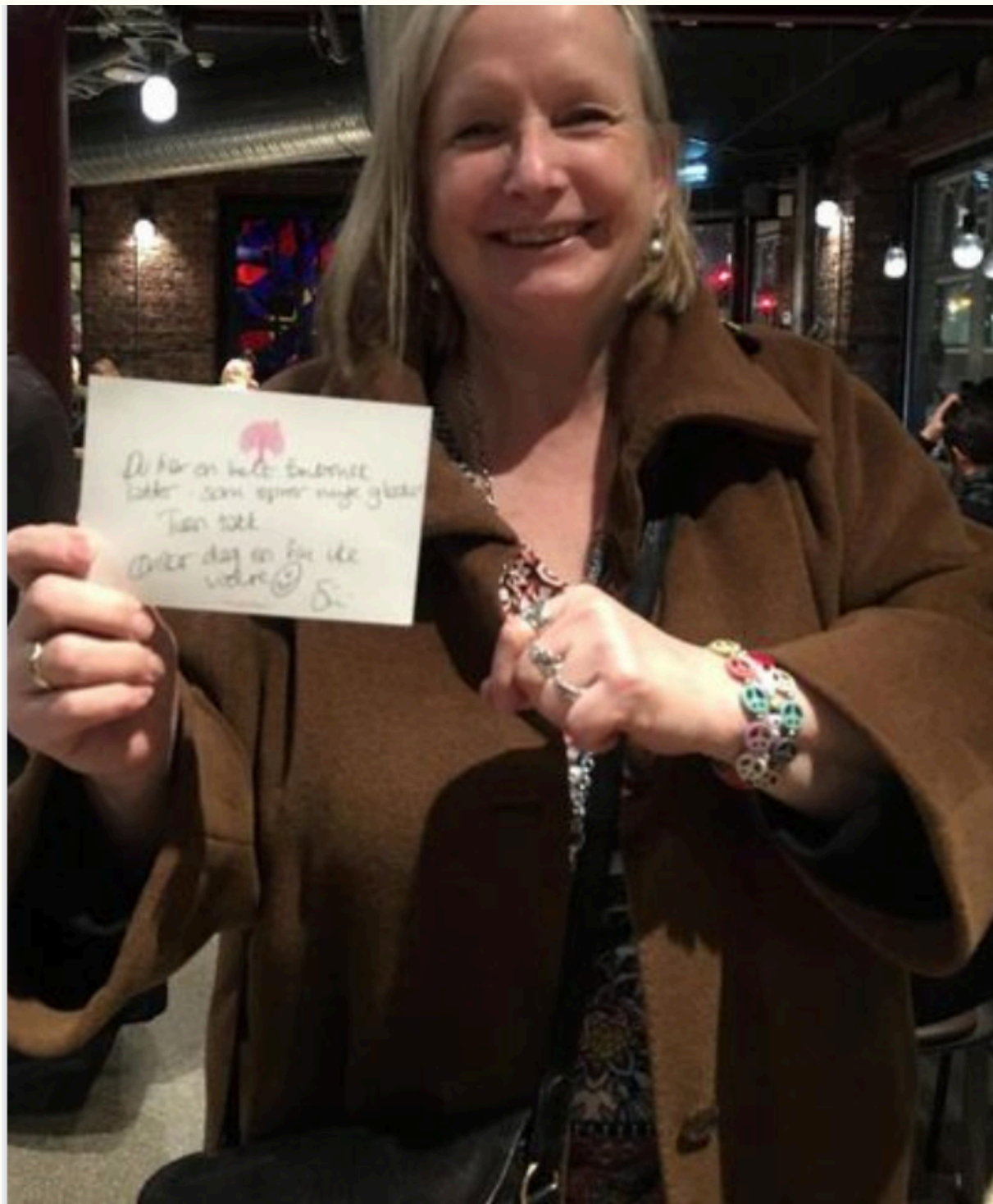




@siri.abrahamsen







Kari Felicia Nestande is at Sentralen.

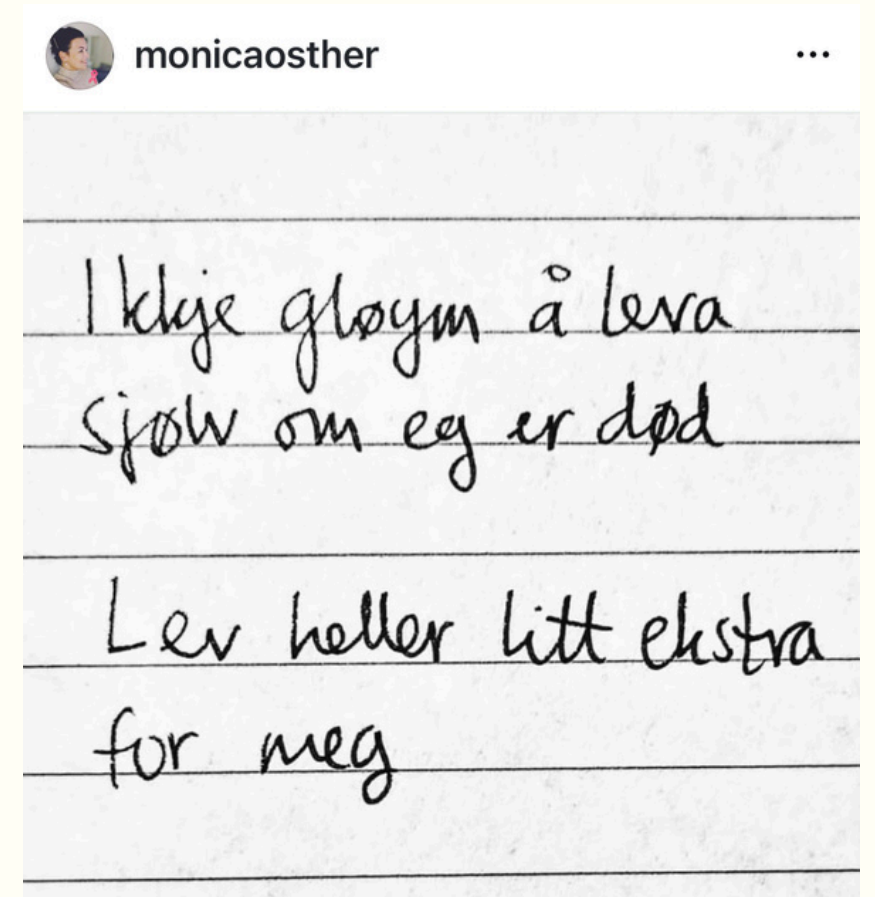
21 February 2019 · Oslo · 👤

Ganske glad og overrasket over å få dette kortet av en ukjent gjest på Sentralen i går. Hadde en kaffe og prat med Sami og da kan det lett bli litt latter. Sjekk www.gleding.no så lærer du mer om Siri som ga meg kortet. ❤️🙏❤️

Gleding®



Gleding®



Gleding®



**for at du er med og skaper
en barndom for livet!**

Gleding®

FOLLOW

@gleding.no @siri.abrahamsen

gleding.com

post@gleding.com

