



KRIMINALOMSORGEN

# KRUS-katalog 2010

**Nettutgaven er sist oppdatert:  
fredag, 21. mai 2010**

Kriminalomsorgens utdanningscenter KRUS

## Innhold

Innhold .....	2
Forord .....	5
Om KRUS .....	7
Kurssenteret.....	8
Mat og miljø.....	8
Bruk av kurssenteret.....	8
Om KRUS-katalogen .....	9
Målgrupper .....	9
Søknadsprosedyrer .....	9
Søknadsskjema .....	9
Søknadsfrister.....	9
Kurssted og kostnader .....	10
Overnatting.....	10
Avmelding.....	10
KURSKALENDER 2010.....	11
GRUNNKURS .....	14
Motiverende samtale (MI).....	15
Motiverende samtale (MI) – Trinn 2.....	15
Motiverende samtale (MI) - Utdanning av kursholdere.....	16
Motiverende samtale (MI) – Erfaringssamling for kursholdere.....	17
Spesialkurs i MI for rusmestringsenhetene .....	18
Bygging av mestringstillit hos domfelte (BaM).....	19
Gruppeprosess .....	20
Rusproblematikk og tegn og symptomer .....	21
Kartlegging.....	22
Kognitivt endringsarbeid.....	23
Kriser: Reaksjoner og oppfølging - Grunnmodul .....	24
Kurs i presentasjonsteknikk .....	25
HOVEDMODULER .....	27
Tilbakeføring – hovedmodul 1 .....	28
Sikkerhet – hovedmodul 2.....	29
Grunnutdanning pasifiseringsinstruktører – Modul 1 .....	30
Videreutdanning pasifiseringsinstruktører – Modul 2 .....	31
Fagsamling for pasifiseringsinstruktører.....	32
Sikkerhetsarbeid – Opplæring av øvelsesledere.....	33
Grunnopplæring av SIF- tilretteleggere .....	34
Sikkerhet i kriminalomsorgen (SIK) - Erfaringssamling .....	35
Fagsamling om ruskontroll og rusbekjempelse.....	36
Utdanning av instruktører i teleskopbatong .....	37

Regodkjenning av instruktører i teleskopbatong.....	38
Konflikthåndtering – Modul 1.....	39
Konflikthåndtering – Modul 2.....	40
Endringsarbeid – hovedmodul 3 .....	41
Foreldre i fengsel.....	42
Pappa i fengsel (PIF).....	43
Foreldre i fengsel – Erfaringssamling .....	44
En-til-en – Grunnopplæring fase 2.....	45
En-til-en – Erfaringssamling .....	46
Russamtalen .....	47
Russamtalen .....	47
Russamtalen – Erfaringssamling.....	48
Russamtalen for instruktører (15 studiepoeng) .....	49
Ruspåvirket kjøring .....	51
Brotts-Brytet.....	52
Brotts-Brytet – Videreutdanningskurs 3 .....	52
Brotts-Brytet – Videreutdanningskurs 1 .....	53
Brotts-Brytet – Erfaringssamlinger .....	54
Brotts-Brytet – Nordisk fagsamling for seniorinstruktører.....	55
NSAP - Grunnopplæring.....	56
NSAP – Erfaringssamling .....	57
VINN – Samtale og motivasjonsprogram for kvinner – Grunnopplæring.....	58
VINN – Erfaringssamling .....	59
TNT for seniorprogramledere i VINN .....	60
TNT for seniorprogramledere i VINN – Erfaringssamling.....	61
Sinnemestring – Opplæring av programinstruktører.....	62
Stressmestring – Opplæring av programinstruktører .....	63
Motivator – Opplæring av instruktører .....	64
Alternativ til vold (ATV) .....	65
Søknadsfrist: 8. aprilATV - Oppfølgingskurs .....	66
ATV - Oppfølgingskurs .....	67
ATV - Erfaringssamling.....	68
Studiegruppe i vold – Grunnkurs i nytt voldsprogram.....	69
Miljøarbeid.....	70
<b>KONFERANSER.....</b>	<b>71</b>
Faget i fokus.....	71
Konferanse om kvinners situasjon under og etter straffegjennomføring .....	72
Konferanse om forvaltningssamarbeid.....	73
Konferanse om samarbeid med frivillige organisasjoner.....	74
Konferanse om unge lovbrytere .....	75
Nordisk-russisk konferanse om rus.....	76
Kulturkonferanse.....	77
MI – Stordag.....	78

DIVERSE SAMLINGER.....	79
Utdanning av KOMPIS-instruktører .....	79
Aspirantveilederopplæring .....	80
Internkontroll – Opplæring i nytt system .....	81
KOMPETANSELØFT FOR TILSATTE I KRIMINALOMSORGEN.....	82
LEDELSE I KRIMINALOMSORGEN.....	83
Konflikthåndtering og ledelse .....	83
Kriseledelse .....	84
Ledelse av møter og kreative prosesser.....	85
JUS for ledere.....	86
Økonomistyring for ledere .....	87
Faglig forum for ledere – Nettverksbygging for nye ledere.....	88
VBU - VERKSBJENTUTDANNING .....	89
Stipend.....	90
KRUS biblioteket .....	91
Desentraliserte tilbud.....	92
Utveksling av tilsatte i kriminalomsorgen – Nordisk tjenestemannsutveksling ..	93
<a href="http://www.krus.no">www.krus.no</a> .....	94
Kart for å finne frem til KRUS.....	95
Offentlig transport: .....	95
Parkering: .....	95

## Forord

Kjære kolleger og samarbeidspartnere!

KRUS etter- og videreutdanningstilbud har som mål å møte etatens behov for kompetanse og kunnskap.

Tilbudet som presenteres i årets KRUS-katalog er utviklet i samarbeid med regionene, organisasjonene og Kriminalomsorgens sentrale forvaltning (KSF). Som vanlig er også tilbakemeldingene vi fortløpende får fra våre kursdeltakere med på å forme og videreutvikle kurstilbudet.

Vi har fått mange signaler om at de fleste kurstilbudene i dag er gode og relevante og må opprettholdes. Dette er selvsagt et gledelig faktum for oss og gir inspirasjon til videre arbeid med katalogen.

*Stortingsmelding nr. 37 (2007-2008)* gir føringer for hva som vil være kompetansebehovet i kriminalomsorgen de neste årene, noe som gjenspeiles i flere av årets kurstilbud og konferanser.

KRUS er også i en prosess hvor vi søker NOKUT godkjenning slik at Fengselsskolen vil kunne gi studiepoeng. Denne prosessen og medfølgende endringer i undervisningsopplegget, vil den fremtidige struktur og kompetansefokus.

Årets katalog er bygget opp på en ny måte der kurs og programmer er lagt inn under tre forskjellige hovedmoduler: **Tilbakeføring, Endringsarbeid og Sikkerhet**. Modulene er valgt både fordi de har en tydelig fellesnevner og fordi de reflekterer hvilke tema som vil være sentrale i kriminalomsorgen fremover. Denne inndelingen vil også lettere knytte grunnutdanningen og etter- og videreutdanningstilbudet sammen på en mer sømløs måte.

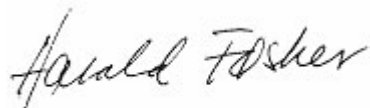
Vi har i år flere spennende konferanser på tapetet. Foruten vår tradisjonelle konferanse "Faget i Fokus", vil du finne tema om forvaltningssamarbeid, rus, unge lovbrytere og kvinner – for å nevne noen.

Hovedmodulen Tilbakeføring vil i år inneholde et kurs som spesialtilpasses de nye løslatelses- koordinatorene. Dette er et kurs for en stillingsgruppe som er viktig i videreutvikling av forvaltningssamarbeidet.

"Russamtalen" startet opp høsten 2008, og alle regioner har nå tilsatte som kan tilby russamtaler som alternativ til straff etter straffegjennomføringslovens § 40. I år vil det tilbys en instruktøropplæring, som vil gi studiepoeng gjennom et samarbeid med Høgskolen i Lillehammer.

Vi håper du finner veien til etatens eget kompetansesenter i løpet av året!

Med vennlig hilsen



Harald Føsker

## Om KRUS



Kriminalomsorgens utdanningscenter er kurs- og kompetansesenter for nærmere 3400 tilsatte i kriminalomsorgen. Oppgavene våre er å gi etatsutdanning for fengsels- og verksbetjenter, tilby etter- og videreutdanning for kriminalomsorgens tilsatte samt å drive forskning og utviklingsarbeid. Tilbudene er åpne for alle tilsatte i kriminalomsorgen. Foruten kompetansebygging og kompetanseformidling, har KRUS ansvar for den grunnleggende toårige etatsutdanningen av fengselsbetjenter. Det å tilby en etter- og videreutdanning som ivaretar og viderefører den kunnskapen som er formidlet i grunnutdanningen og samtidig gir tilsatte oppdatert faglig kunnskap, er en utfordring og et mål. I tillegg tilbys etatsspesifikke tema som er relevante for tilsatte i friomsorg og fengsel. Tilsatte i fengsel, friomsorg, verksbetjenter, kriminalomsorgens eksterne samarbeidspartnere fra justissektoren, skole-, sosial- og helseetaten samt bibliotekene og kirken, inviteres også til seminar og samlinger på KRUS.

## Kurssenteret



KRUS kurssenter ligger i nye og trivelige lokaler i *Ulvenveien 111*. Disse lokalene er velegnet både til gruppearbeid og større samlinger.

Det er kun 7 minutter å gå fra KRUS sine etablerte lokaler i *Teisenveien 5* hvor kurshotellet holder til.

Hotellet har 25 hotellrom med kjøleskap, TV og bad. Det er også dagligstue med TV og musikkanlegg. Det er god anledning til fysisk aktivitet både ute og inne. Gymsal og treningsstudio kan benyttes etter avtale. Her finnes også badstue til bruk for kursdeltakerne.

- Innsjekking: kl. 14.00 – 15.00
- Utsjekking: kl. 08.00 – 09.00

### Mat og miljø

Frokost og middag serveres i kantinen på KRUS i *Teisenveien 5*. Sted for servering av lunsj er *Ulvenveien 111*.

- Frokost: kl. 07.45 – 09.00
- Lunsj: kl. 12.00 – 13.00
- Middag: kl. 17.00

### Bruk av kurssenteret

Ved ledig kapasitet kan kurssenteret benyttes gratis av enheter i etaten til kurs- og personalseminarer. Lunsj, kaffe m.m. må betales av brukerne.

Kontakt resepsjonen for bestilling på telefonnr. 23 06 71 00.

## Om KRUS-katalogen

I tillegg til den trykte utgaven av katalogen finnes den også på KRUS sine nettsider [www.krus.no/no/kurs/](http://www.krus.no/no/kurs/) og på kriminalomsorgens intranett. Kursoversikten på nett blir oppdatert med endringer og nye tilbud som kommer til i løpet av året.

### **Målgrupper**

Målgruppen fremgår av hver enkelt kursbeskrivelse. Der ikke annet er nevnt, kan alle kategorier tilsatte søke om kursdeltakelse. Eksterne samarbeidspartnere kan også søke om å delta på kurs på KRUS.

### **Søknadsprosedyrer**

For interne søkere forutsettes det en anbefaling fra nærmeste overordnede som omfatter permisjon med lønn. Anbefalingen fra overordnet innebærer i tillegg at:

- Arbeidsstedet har behov for at søkeren gjennomfører det aktuelle kurset.
- Søkeren vil få tjenestefri for å gjennomføre kurset.
- Reiseutgifter vil bli dekket av tjenestestedet.

### **Søknadsskjema**

Søknadsskjema ligger elektronisk på Internett:  
[www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

Søknaden skal være godkjent tjenestevei via regionene.

### **Søknadsfrister**

Søknadsfrist er oppgitt under hver enkelt kursbeskrivelse. Søknaden bør være klarert med regionen i god tid før søknadsfristen går ut. Vær oppmerksom på tidlige søknadsfrister for enkelte av kursene. Søknader som mottas etter fristen eller som ikke er avklart gjennom vanlig tjenestevei, vil ikke bli vurdert.

Alle kurs har en faglig ansvarlig på KRUS. Denne kan du ta kontakt med hvis du lurer på noe i forbindelse med kursets innhold. På [www.krus.no/forskning](http://www.krus.no/forskning) finnes det en kompetanseoversikt over de faglige ansvarlige samt de tilsatte ved FoU-avdelingen på KRUS. En del kurs blir gjennomført i samarbeid med bestemte bidragsyttere. Dette er angitt i kursbeskrivelsen.

### ***Kurssted og kostnader***

Når ikke annet er nevnt, holdes alle kurs i KRUS sine kurslokaler i Ulvenveien 111. Kostnader til kurs og opphold dekkes av KRUS.

### ***Overnatting***

Kurshotellet er åpent fra mandag til fredag. I visse tilfeller benyttes Helsefyr hotell. Deltakerne er velkomne til å benytte dagligstua i 3. etasje på KRUS om kvelden.

### ***Avmelding***

Dersom en søker som er kommet med på et kurs må melde avbud, skal dette skje skriftlig og via tjenestevei.

## KURSKALENDER 2010

Dato	Kurs	Frist
<b>JANUAR</b>		
18.-21.	Aspirantveilederopplæring – grunnmodul	4/1
25.-27.	Russamtalen	6/1
26.-27.	Bygging av mestringstillit hos domfelte (BaM)	6/1
<b>FEBRUAR</b>		
1.-5.	Verksbetjentutdanningen	14/12
8.-9.	Fagsamling for pasifiseringsinstruktører	Innkalling
9.-10.	Fagsamling om ruskontroll og rusbekjempelse	5/1
11.-12.	Fagsamling for pasifiseringsinstruktører	Innkalling
15.-17.	Russamtalen	6/1
16.-17.	Mestringstillit hos domfelte (BaM)	6/1
22.-23.	Russamtalen - erfaringssamling	11/1
22.-26.	Pasifiseringsinstruktør - modul 1	10/1
<b>MARS</b>		
1.-3.	Russamtalen	6/1
2.-3.	Mestringstillit hos domfelte (BaM)	6/1
2.-5.	Rusproblematikk tegn og symptomer	15/1
3.-5.	VINN grunnopplæring - Trinn 1	22/1
8.-9.	Motiverende samtale (MI) – trinn 2	1/2
10.-11.	KOMPIS – instruktør BASIS (fengsel)	1/2
15.-19.	Pasifiseringsinstruktør - modul 2	Innkalling
15.-19.	En-til-en – grunnopplæring fase 2	Innkalling
16.-19.	Gruppeprosess	1/2
22.-25.	Konflikthåndtering - modul 1	9/2
23.-24.	Kognitivt endringsarbeid	19/2
24.-26.	NSAP – erfaringssamling	9/2
<b>APRIL</b>		
7.-9.	Brotts-Brytet – erfaringssamling Region nord	15/2
12.-14.	Miljøarbeid - 1.samling	1/3
14.-15.	En-til-en - erfaringssamling	1/3
14.-16.	"TNT" – for seniorprogramledere for "VINN" – samtale og motivasjonsprogram for kvinner	25/1

Dato	Kurs	Frist
19.-21.	LUP - Ledelse av møter og kreative prosesser	8/3
20.-22.	Brotts-Brytet – erfaringsamling Region sør - øst	15/2
26.-27.	LUP - Jus for ledere	15/3
26.-28.	ATV – grunnkurs	8/4
28.	Konferanse om Forvaltningssamarbeid	12/3
<b>MAI</b>		
3.-6.	Kurs i presentasjonsteknikk	15/3
10.-12.	Kurs for nytilsatte	16/4
10.-11.	Foreldre i fengsel – erfaringsamling	22/3
18.-21.	Ruspåvirket kjøring	7/4
19.-21.	Brotts-Brytet – videreutdanning 3	Innkalling
25.-26.	Konferanse om samarbeid med frivillige organisasjoner	Avlyst
26.-27.	LUP - Økonomistyring for ledere	7/4
<b>JUNI</b>		
2.-3.	Kriser: reaksjoner og oppfølging - grunnmodul	16/4
9.-10.	Faget i fokus	Invitasjon
15.-17.	Opplæring av SIK tilretteleggere	31/5
14.-18.	Verksbetjentutdanningen	Innkalling
<b>AUGUST</b>		
30.- 3.	Motiverende samtale (MI) – utdanning av kursholdere	1/7
<b>SEPTEMBER</b>		
6.-17.	NSAP - grunnopplæring	1/7
13.-15.	LUP Konflikthåndtering og ledelse	1/8
20.-21.	Motiverende samtale (MI) – trinn 2	6/8
27.-30.	Gruppeprosess	13/8
27.-1.	Pappa i fengsel – grunnopplæring	9/8
<b>OKTOBER</b>		
4.-5.	Miljøarbeid - 2.samling	1/3
5.-8.	Russamtalen	1/9
5.-6.	Sikkerhetsarbeid: Opplæring av øvelsesledere	16/8
7.-8.	Nordisk-russisk konferanse om rus	16/8

Dato	Kurs	Frist
11.-12.	LUP - Kriseledelse	1/9
12.-14.	Brotts-Brytet - Nordisk fagsamling seniorinstruktører	Invitasjon
13.-14.	ATV – erfaringsamling	1/9
18.-21.	Russamtalen	1/9
18.-19.	SIK - erfaringsamling	1/9
20.-22.	Konflikthåndtering - modul 2	7/9
25.-26.	Kognitivt endringsarbeid	10/9
25.-29.	Motivator	10/9
28.	Kulturkonferanse	10/9
<b>NOVEMBER</b>		
2.-4.	Brotts-Brytet – videreutdanning 1	Innkalling
8.-12.	ATV - studiegruppe i vold: grunnkurs i nytt "voldsprogram"	27/9
9.	TNT - erfaringsamling	16/4
10.-11.	Konferanse om kvinner	24/9
15.-16.	Motiverende samtale (MI) – erfaringsamling for kursholdere	1/10
15.-18.	Sinnemestring	1/10
16.-19.	Russamtalen	1/9
23.-24.	VINN - erfaringsamling	25/9
23.-25.	Stressmestring	8/10
29.	Motiverende samtale (MI) – stordag	11/10
30.	LUP - faglig forum	15/10
<b>DESEMBER</b>		
1.	Konferanse om unge lovbrytere	15/10
7.-8.	Instruktører i teleskopbatong	20/10
9.	Regodkjenning av instruktører i teleskopbatong	Innkalling
9.-10.	KOMPIS – instruktør KIA (friomsorg)	1/11
6.-9.	Verksbetjentutdanningen	Innkalling

## GRUNNKURS

Grunnkursene inneholder kompetanse og kunnskap som er sentralt å ha med seg videre inn i alle kursene vi tilbyr på KRUS. Samtidig er innholdet i grunnkursene også viktig selv om man ikke skal gå videre med andre kurs i etterkant. Det handler om evne til å kommunisere, til å drive grupper, ruskunnskap og kunnskap om kognitiv teori. Flere av disse temaene finner vi igjen i dagens fengselsutdanning. Med grunnkursene ønsker vi å gi et tilbud til alle tilsatte i kriminalomsorgen og spesielt til dem som ønsker å følge opp senere med fordypning innenfor sentrale punkter i kriminalomsorgens innholdsarbeid.

## Motiverende samtale (MI)

"Motiverende samtale" er en samtalemotodikk som har som mål å fremme indre motivasjon for endring. Gjennom samtaler gis domfelte mulighet til å reflektere over egen situasjon og bygge motivasjon til å endre uhensiktsmessig atferd.

### Motiverende samtale (MI) – Trinn 2

"MI – Trinn 2" skal videreutvikle tilsattes kunnskaper og ferdigheter i bruk av "Motiverende samtale".

#### Målgruppe:

Tilsatte i kriminalomsorgen som har gjennomgått "MI - Trinn 1" (min. to dager), fortrinnsvis de som jobber målrettet og direkte med innsatte og domfelte. Det er en fordel om flere fra samme arbeidsplass deltar.

#### Forberedelser:

Det anbefales at kursdeltakere har lest:

- Miller & Rollnick (2002). *Motivationssamtalen*. København: Hans Reitzels forlag.
- Barth & Näsholm (2007). *Motiverende Samtale (MI) – endring på egne vilkår*. Bergen: Fagbokforlaget.

#### Innhold:

- Kommunikasjonsferdigheter.
- Forståelse for endringsprosesser.
- Endringsfokuserede utsagn.
- Skalering og ambivalensutforskning.
- Håndtering av motstand.
- Informasjonsutveksling og det å sette dagsorden.

#### Undervisningsform:

Forelesninger, øvelser, demonstrasjoner og diskusjoner.

**Tid:** Det tilbys to kurs i 2010: 8.-9. mars og 20.-21. september

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Vidar Kessel og Kjersti Fjærestad

**Søknadsfrist:** 1. februar (marskurset) og 6. august (septemberkurset)

## Motiverende samtale (MI) - Utdanning av kursholdere

Utdanningen består av en ukes kurs, veiledning (regionalt) samt erfaringssamling. Dette er et 5 dagers intensivt kurs hvor deltakere sertifiseres til å bli kursholdere. Dette skjer regionalt med veiledning fra KRUS. Den regionale sertifiseringen vil gi grunnlag for å kunne søke om deltakelse på en internasjonal eller nordisk TNT ("Training New Trainers") med mulighet for internasjonal sertifisering. Det er også tilknyttet veiledning til TNT-kurset.

### Målgruppe:

Tilsatte i kriminalomsorgen som har "MI - Trinn 2" og som har brukt metoden i direkte arbeid med innsatte og/eller domfelte.

### Forberedelser: Alle skal ha lest:

- Barth, Børtveit & Prescott (2001). *Endringsfokuset rådgivning*. Oslo: Gyldendal. eller:
- Miller & Rollnick (2002). *Motivasjonssamtalen*. København: Hans Reitzels forlag.
- Det vil bli gitt arbeidsoppgaver i forkant av kurset til de som ønsker å delta.

### Innhold:

- Sentrale begreper og metoder i "Motiverende samtale".
- Pedagogiske virkemidler.
- Utforming av kursprogram for Trinn 1.

### Undervisningsform:

Teoriforelesninger, smågrupper, øvelser, egen formidling, diskusjon og demonstrasjoner.

### Veiledning:

Veiledningen vil foregå på regionalt nivå for instruktører i den aktuelle regionen, både i forkant og etterkant av avholdte kurs. Ved opplevde dilemmaer vil fagansvarlig være tilgjengelig for kursdeltakerne over telefon.

**Tid:** 30. august-3. september

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Kjersti Fjærestad og Vidar Kessel

**Søknadsfrist:** 1.juli

## **Motiverende samtale (MI)** **– Erfaringssamling for kursholdere**

I årets erfaringssamling vil fokuset være på oppfølging og veiledning av kursdeltakere. I tillegg ønsker vi å bruke tiden på å lære mer om MI, utveksle erfaringer og øve på å formidle stoffet og MI-ferdigheter.

### **Målgruppe:**

Tilsatte i kriminalomsorgen som tidligere har utdannet seg til kursholdere i MI.

### **Forberedelser:**

- Skrive ned det som fungerer godt i forbindelse med kursgjennomføring, og det som fungerer mindre godt i forbindelse med kursgjennomføring.
- Forberede to presentasjoner: En som fungerer godt for deg som kursholder, og en som oppleves som utfordrende for deg som kursholder.

### **Undervisningsform:**

Presentasjon i grupper, teoriforelesninger, smågrupper, øvelser, egen formidling, diskusjon og demonstrasjoner.

**Tid:** 15.-16. november

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Vidar Kessel og Kjersti Fjærestad

**Søknadsfrist:** 1. oktober

## Spesialkurs i MI for rusmestringsenhetene

I forbindelse med etablering av rusmestringsenhetene ønsker vi å tilby et todagers spesialtilpasset MI-kurs for tilsatte ved enhetene. I tillegg til et spesialkurs for å styrke kompetanse og trygghet i arbeidet med MI, ønsker KRUS å knytte enhetene opp mot veiledning lokalt.

### Målgruppe:

Tilsatte på rusmestringsenhetene. Kurset er også åpent for andre som bruker MI i sin arbeidshverdag.

### Innhold:

- Styrking av motivasjon.
- Ambivalens i flere former.
- Forandringsprat.
- Motstand.
- MI i grupper.
- Øvelser på russamtaler.

### Undervisningsform:

Undervisning, gruppearbeid, øvelser.

**Tid:** Deltakerne innkalles

**Sted:** Bastøy og Ullersmo på KRUS, Ravneberget, Indre Østfold og Halden på KRUS, Bodø og Trondheim lokalt, Bergen og Hustad lokalt, Stavanger og Evje lokalt

**Faglig ansvarlig:** Kjersti Fjærestad

## **Bygging av mestringstillit hos domfelte (BaM)**

Metoden "Bygging av Mestringstillit" innebærer at tilsatte sammen med domfelte reflekterer over valg og mestring i konkrete situasjoner. Situasjonene som analyseres er enten hendelser som representerer lovbrudd eller hendelser som kunne ha ført til lovbrudd, men hvor personen klarte å stoppe seg selv fra å begå lovbrudd. Målet er at BaM skal bidra til at domfelte kan stoppe opp i risikosituasjoner for lovbrudd, gripe inn og foreta ønskede valg.

Mestringstillit er en betegnelse på en persons tro på sin egen evne til å mestre vanskelige situasjoner. Opplevelse av mestring er avgjørende for at domfelte skal finne frem til alternativer til kriminelle handlinger. Deltakerne på kurset skal få kunnskaper og ferdigheter i å analysere valgøyeblikk sammen med innsatte. Analysen av situasjonen gir den domfelte anledning til å lete og finne ut av motivasjon for - eller opprettholdende årsaker til – atferden han/hun er dømt for. Dette kan bidra til at den domfelte opparbeider en tillit til eller tro på egen evne til å kontrollere situasjoner som inneholder risiko for lovbrudd.

### **Målgruppe:**

Tilsatte i kriminalomsorgen. Obligatorisk del av kurs i russamtalen.

### **Innhold:**

- Domfeltets perspektiv: Innføring i FAK (Foranledning - Atferd - Konsekvens og Foranledning - Alternativ handling - Konsekvens).
- Domfeltets opplevelse av egen valgfrihet; sentrale begreper er 'sannhetens øyeblikk', 'selvinstruksjoner', 'kontrollfunksjoner' og 'sterke øyeblikk'.

### **Undervisningsform:**

Forelesninger, gruppearbeid, drøftinger, praktiske demonstrasjoner og øvelser i bruk av FAK-skjemaet.

**Tid:** Det tilbys tre kurs i 2010: 26.-27. januar, 16.-17. februar og 2.-3. mars

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Fagansvarlig:** Torunn Højdahl

**Påmeldingsfrist:** 6.januar

## Gruppeprosess

Kurset setter fokus på bruk av samtalegrupper og strukturerte grupper i kriminalomsorgen. Emner som sammensetting og ulike arbeidsmåter i grupper, hvordan en kan fremme konstruktivt samspill samt gruppeledelse er sentralt.

En viktig del av kurset er å se på "Motiverende samtale" (MI) som samtalemetodikk, en metode som har som mål å fremme indre motivasjon for endring. MI brukes aktivt i grupper for å øke domfeltes motivasjon, både til økt innsikt i egen situasjon og endring.

Fokus i kurset vil være hvordan en gruppeleder kan ivareta, styrke og styre den positive prosessen i gruppa ved å ha kunnskap om og forståelse av gruppeprosess, gi økt trygghet i arbeidet som gruppeleder, og å bruke MI.

**Målgruppe:** Tilsatte i kriminalomsorgen som jobber med grupper.

**Forberedelser:** Vi anbefaler at deltakerne har gjennomgått MI Trinn 2. Det anbefales også at kursdeltakere har lest:

- Miller & Rollnick (2002). *Motivasjonssamtalen*. København: Hans Reitzels forlag.
- Heap (2005) *Gruppeteori for sosial- og helsearbeidere* (siste utgave). Oslo: Gyldendal akademisk.

### Innhold:

- Forstå gruppeprosessen bedre som gruppeleder.
- Ulike teknikker til bruk i gruppeprosessen.
- Muligheter og utfordringer ved samledelse.
- Gi ferdigheter i bruk av MI i gruppe.
- Økt kunnskap om de holdninger og verdier som ligger til grunn for MI.

**Undervisningsform:** Forelesninger, øvelser, demonstrasjoner og gruppeprosessen.

**Tid:** Det tilbys to kurs i 2010: 16.-19. mars, 27.-30. september

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Kjersti Fjærestad og Vidar Kessel

**Søknadsfrist:** 1. februar (marskurset), 13. august (septemberkurset)

## **Rusproblematikk og tegn og symptomer**

Tilsatte kommer ofte i kontakt med innsatte med rusproblemer, og det er viktig at alle tilsatte har grunnleggende kunnskaper om misbruk av rusmidler, og hvordan det kan forstås og møtes. Kurset i rusproblematikk ønsker å gi et helhetlig perspektiv på kriminalomsorgens arbeid med rus, og innføring i tegn og symptomer inngår som en del av dette. Det er sentralt at sikkerhet og rehabilitering sees i sammenheng.

### **Målgruppe:**

Tilsatte i fengsel og friomsorg som arbeider direkte med varetektsinnsatte og domfelte.

### **Forberedelser:**

Det anbefales at kursdeltakerne har lest:

- Brumoen. (2000). *Bygging av mestringstillit*. Oslo: Gyldendal forlag.

### **Innhold:**

- Kriminalomsorgens strategier og retningslinjer for arbeid med rusavhengige.
- Regler og rutiner for visitasjons- og kontrolltiltak i fengsel og friomsorg.
- Tegn og symptomer på rusmiddelbruk.
- Kunnskap om de ulike rusmidlenes kort- og langtidsvirkninger.
- Etske dilemmaer knyttet til kontroll- og hjelperrollen.
- Endringsfaser, motivasjon og mestringstillit.

### **Undervisningsform:**

Forelesning, diskusjon og refleksjon i plenum og praktiske øvelser.

**Tid:** 2.-5. mars

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Vidar Kessel

**Søknadsfrister:** 15. Januar

## **Kartlegging**

Hensiktsmessig kunnskap om den straffedømte er helt sentralt for å kunne jobbe med redusering av tilbakefall, human straffegjennomføring og for at løslatelsen skal være planlagt og forutsigbar. Kriminalomsorgen har behov for et kartleggingsverktøy for å kunne skaffe denne kunnskapen. Derfor er det startet et pilotprosjekt som skal utvikle og prøve ut et forsvarlig kartleggingssystem. Systemet skal sikre systematisk kunnskap om domfeltes behov under straffegjennomføring, om innholdsarbeidet har effekt og gi kunnskap knyttet til sikkerhet.

### **Målgruppe:**

Kartleggingsverktøyet for kriminalomsorgen skal være utviklet og tilpasset og tas i bruk i Halden fengsel og Østfold friomsorgskontor innen 1. mai 2010. Kurset i det nye kartleggingsverktøyet vil tilbys dem som har en rolle i denne prosessen, og disse vil bli innkalt.

**Tid:** Deltakere innkalles. Kurstilbudet vil utvides i 2011 i takt med opplæringsbehovet.

**Faglig ansvarlige:** Janne Helgesen og Tore Rokkan

## **Kognitivt endringsarbeid**

Mange av kriminalomsorgens tiltak handler om å støtte den innsatte/domfelte frem til selv å bli en aktiv deltaker i sitt endringsarbeid. Denne type tiltak bygger på den kognitive atferdsterapien og de teorier som ligger til grunn for denne. Kurset "Kognitivt endringsarbeid" tilbyr en mer grunnleggende forståelse for og kunnskaper om kognitive metoder. Målet er å gi økt kunnskap om kognitiv teori og kognitiv atferdsterapi, og sette deltakerne i stand til å kunne bruke denne kunnskapen i sitt arbeide.

### **Målgruppe:**

Alle tilsatte som arbeider i kriminalomsorgen. Spesielt viktig for tilsatte med tilknytning til programvirksomhet eller annet endringsarbeid.

### **Forberedelse:**

Det er en fordel om deltakerne har erfaring fra å jobbe med målrettet endringsarbeid i form av programmer eller på annen måte. Det anbefales at kursdeltakerne har lest:

- Berge & Repål. (2004). *Den indre samtalen*. Oslo: Gyldendal Akademisk

### **Innhold:**

- Kognitiv psykologi.
- Sentral læringsteori.
- Kognitiv atferdsterapi.
- Sokratiske dialog.

### **Undervisningsform:**

Foresning, refleksjoner og øvelser.

**Tid:** Det tilbys to kurs i 2010: 23.-24. mars, 25.-26. oktober

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Vidar Kessel

**Søknadsfrister:** 19. februar (aprilkurset),  
10. september (oktoberkurset)

## **Kriser: Reaksjoner og oppfølging - Grunnmodul**

Tilsatte i kriminalomsorgen forholder seg til mennesker som befinner seg i en ekstremt belastende situasjon. De innsattes bakgrunn og den belastningen fengselsoppholdet medfører, krever at tilsatte må ha kunnskap om kriser og krisehåndtering. Slik kunnskap er viktig både for arbeidet med *innsatte*, og for ivaretagelse av *tilsatte* som har opplevd kriser på arbeidsplassen.

Kurset skal gjøre tilsatte bedre i stand til å oppdage krisereaksjoner og behov for psykisk hjelp hos innsatte og kolleger. Deltakerne skal lære om de vanligste krisereaksjonene, metoder for etterarbeid og få trene på gjennomføring av samtaler med mennesker som har opplevd kriser og belastende hendelser.

### **Målgruppe:**

Alle tilsatte. Kurset vil være særlig relevant for betjenter og friomsorgstilsatte som møter innsatte tidlig i soningsforløpet, for eksempel varetekt.

Kurset anbefales for dem som skal bli instruktører i stressmestringskurset.

### **Innhold**

- Hva kjennetegner kriser?
- Kriminalomsorgen og krisesituasjoner.
- Menneskelige reaksjoner.
- Sårbarhet, robusthet og mestring.
- Metodikk for etterarbeid.
- Samtaletrening og veiledning.

### **Undervisningsform:**

Presentasjon, demonstrasjon, øvelser, diskusjon.

**Tid:** 2.-3. juni

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ida Stendahl

**Søknadsfrist:** 16. april

## **Kurs i presentasjonsteknikk**

Målsettingen med kurset i presentasjonsteknikk er å gi teknikkene, ferdighetene og den personlige trivsel når man skal presentere et budskap til andre. Mange i kriminalomsorgen har arbeidsoppgaver som krever gode kommunikasjonsevner, både i møte med forskjellige grupper eller i en opplærings situasjon. Kurset vil fokusere på hvordan man kan være trygg og få frem et tydelig budskap på en overbevisende måte i ulike presentasjonsroller.

### **Målgruppe:**

Alle som har ansvar for kommunikasjon i grupper, for eksempel i programvirksomhet, medarbeidergrupper og ledergrupper. Egner seg også for andre tilsatte med formidlingsoppgaver.

### **Innhold:**

- Forstå hva kommunikasjon er og hvordan den virker på andre mennesker.
- Hvordan du bygger opp et budskap.
- Hvordan når du frem til en målgruppe?
- Stemmebruk og kroppsspråk.
- Takle og overvinne nervøsiteten, samt uventede situasjoner og spørsmål.
- Praktisk fremstilling av powerpoint-presentasjoner.

### **Undervisningsform:**

Forelesning, teori og praktisk trening. Egne presentasjoner legges frem med instruksjon og tilbakemeldinger fra kursinstruktør og kursdeltakere. Video som hjelpemiddel i treningen.

**Tid:** 3.-6. mai

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Elisabeth Letén

**Søknadsfrist:** 15. mars

## **Kurs for nytilsatte i kriminalomsorgen**

Nytilsatte i kriminalomsorgen uten fengselsbetjentutdanning har behov for å få en innføring i kriminalomsorgens oppbygging og oppgaver. En slik innføring er med på å gi et felles kunnskapsgrunnlag for alle som jobber i kriminalomsorgen, noe som er viktig for å bygge en felles etatsfølelse. Kurs for nytilsatte har i noen år ligget på regionalt nivå, men på bakgrunn av etterspørsel fra tillitsvalgte og regionene, har KRUS besluttet å tilby denne opplæringen sentralt. Kurskonseptet tilpasses målgruppen og utarbeides av KRUS.

### **Innhold:**

- Oppgaver, lover, reglement og arbeidsmetoder i kriminalomsorgen.
- Strafferettskjeden.
- Kriminalpolitikk.
- Etikk og menneskesyn.
- Ekskursjon.
- Etatsspesifikke utfordringer.

### **Undervisningsform:**

Forelesninger, diskusjoner, gruppearbeid og ekskursjon.

**Tid:** 10.-12. mai

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Janne Helgesen

**Søknadsfrist:** 16. april

## HOVEDMODULER

KRUS har fra 2010 valgt å organisere store deler av vårt kurstilbud innenfor tre hovedmoduler. Disse er Tilbakeføring, Sikkerhet og Endringsarbeid. Hovedmodulene er valgt på bakgrunn av *Stortingsmelding nr. 37 (2007-2008)*. Hovedmodulene peker også på kriminalomsorgens kompetansebehov fremover. De gjenspeiler sentrale temaer i dagens fengselsbetjentutdanning, og allerede eksisterende etter- og videreutdanningstilbud.

På sikt ønsker KRUS å videreutvikle innholdet i disse hovedmodulene og at de kan gi en fordyping og spesialisering innenfor hvert felt.

## **Tilbakeføring – hovedmodul 1**

I *Stortingsmelding nr. 37 (2007-2008)* signaliseres et felles løft for tilbakeføringsarbeidet.

For at fengselsstraffen skal virke må tilbakeføringsarbeidet være planlagt og ivaretas på en god måte. Det som skjer etter løslatelsen er avgjørende for hvordan det går med den straffedømte, og dette arbeidet må forbedres i forhold til i dag. Regjeringens tilbakeføringsgaranti innebærer at kriminalomsorgen skal sikre at domfeltes behov og rettigheter kartlegges så snart dommen er mottatt. Informasjon om domfeltes behov skal videreformidles til den etat som yter tjenesten. Dette må skje så tidlig at etaten har mulighet for å tilrettelegge tilbud til domfelte i god tid før løslatelse. Tilbakeføringsarbeidet har på denne måten tre hovedaktører; den straffedømte selv, kriminalomsorgen og samarbeidende etater.

Tilbakeføring som egen hovedmodul i KRUS-katalogen er i årene som kommer ment å legge vekt på ulike sider av kriminalomsorgens satsning på tilbakeføringsarbeid.

### **Målgruppe:**

I 2010 vil det arrangeres et kurs for tilsatte i kriminalomsorgen som er sentrale i tilbakeføringsarbeidet knyttet til samarbeid.

### **Innhold:**

- Velferdsrett – samfunnet rundt oss.
- Prosess – forløp gjennom straffegjennomføringen.
- Myndiggjøring – samarbeid og egeninnsats.
- Etisk ansvar – brukerperspektiv i straffegjennomføringen.

**Tid:** Deltakerne innkalles.

## **Sikkerhet – hovedmodul 2**

Alle tilsatte i kriminalomsorgen må forholde seg til sikkerhet og risiko i arbeidshverdagen.

I noen situasjoner er sikkerhetsperspektivet særlig synlig.

Risikovurderinger før permisjoner eller celleaksjoner er eksempler på dette. Andre ganger ligger det mer implisitt, som for eksempel i en samtale med en domfelt i friomsorgen. I kriminalomsorgen er vi opptatt av å ha en bred forståelse av hva sikkerhet handler om, ikke minst hvordan mennesker påvirker og skaper sikkerhet og trygghet i arbeidshverdagen.

Sikkerhet handler om å forbygge uønskede hendelser i det daglige arbeidet. Godt sikkerhetsarbeid dreier seg om å kunne håndtere og gripe inn når kritiske situasjoner oppstår, og om etterarbeid og ivaretagelse etter hendelser. Årets kurstilbud synliggjør denne bredden.

## **Grunnutdanning pasifiseringsinstruktører – Modul 1**

Grunnutdanningen for instruktører i pasifisering ønsker å tilføre kursdeltakerne nødvendige kunnskaper, ferdigheter og holdninger som trengs for å kunne planlegge, gjennomføre og evaluere undervisning innenfor emnet "Pasifisering og konflikthåndtering" ved praksisfengsler og andre enheter i kriminalomsorgen. Kurset skal gi deltakerne innføring i sentrale områder innenfor emnet "Pasifisering og konflikthåndtering", og vil kvalifisere deltakerne til å lede opplæringsprogrammer ved enhetene i kriminalomsorgen.

### **Målgruppe:**

Det er behov for instruktører ved flere av KRUS sine praksisfengsler, og søkere fra disse fengslene vil bli prioritert. Kurset er fysisk krevende og forutsetter også noe bakgrunn innenfor pasifisering.

### **Innhold:**

- Planlegging, gjennomføring og evaluering av undervisning.
- Innføring i ulike øvelsesformer. Trening på individuelle teknikker og samhandlingsøvelser etter fagplan for KRUS.
- Arbeid med det særlige hjemmelsgrunnlaget som foreligger innenfor området pasifisering.

### **Undervisningsform:**

Forelesninger, fysisk trening, arbeid med egne instruksjonsoppgaver.

**Tid:** 22. -26. februar

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ellen Ekhaugen og Lillis Rabbing

**Søknadsfrist:** 10. januar

## **Videreutdanning pasifiseringsinstruktører – Modul 2**

Grunnutdanningen for instruktører i pasifisering skal gi deltakerne de nødvendige kunnskaper, ferdigheter og holdninger som kreves for å planlegge, gjennomføre og evaluere undervisning innenfor emnet "Pasifisering og konflikthåndtering" ved praksisfengsler og andre enheter i Kriminalomsorgen. Kurset skal videreutvikle deltakernes instruktørkompetanse innenfor emnet "Pasifisering og konflikthåndtering". Det skal videreføres emner fra modul 1 og gis en innføring i aksjonsformer med bruk av flere tjenestemenn.

### **Målgruppe:**

Deltakere som tidligere har gjennomført "Grunnutdanning for pasifiseringsinstruktører – Modul 1".

### **Innhold:**

- Repetisjon av sentrale momenter fra "Grunnutdanning for pasifiseringsinstruktører – Modul 1".
- Innføring i ulike aksjonsformer hvor flere tjenestemenn deltar; samhandlingsøvelser, aksjon mot celle og andre områder med bruk av grunnformasjonene 3-1, 4-1 og massetjeneste.

### **Undervisningsform:**

Styrt erfaringsutveksling, forelesninger, fysisk trening, arbeid med egne instruksjonsoppgaver, arbeid med ulike case.

**Tid:** 15.-19. mars

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ellen Ekhaugen og Lillis Rabbing

**Søknadsfrist:** Deltakerne innkalles

## ***Fagsamling for pasifiseringsinstruktører***

Dette er en årlig samling som retter seg mot instruktører for aspirantene i praksisfengslene. Hensikten er å styrke en felles undervisningsplattform, samt dele kunnskap og erfaringer. Fagsamlingen skal øke instruktørenes kompetanse innen planlegging, gjennomføring og evaluering av opplæringsvirksomhet.

### **Målgruppe:**

Instruktører i pasifisering som arbeider med opplæring av aspiranter.

### **Innhold:**

Pensum i "Pasifisering og konflikthåndtering" for praksisåret og teoriåret på grunnutdanningen.

**Tid:** 8.-9.februar, 11.-12.februar

**Sted:** KRUS

**Faglig ansvarlig:** Ellen Ekhaugen og Vidar Skogvoll

**Søknadsfrist:** Deltakerne innkalles.

## **Sikkerhetsarbeid – Opplæring av øvelsesledere**

Godt sikkerhetsarbeid er blant annet å gjennomføre regelmessige øvelser. For å planlegge gode øvelser som fører til læring og bedre sikkerhet, er det nødvendig med kompetanse i ulike øvelsesmetodikker. Gjennom programmet "Sikkerhet i kriminalomsorgen" (SIK) vektlegges øvelser som et viktig element i å bygge sikkerhetskultur og kvalitetsarbeid i forhold til sikkerhet lokalt.

Dette kurset skal bidra til et større mangfold av øvelsestyper og bedre bruk av metodikk i øvelser. Å gjennomføre en øvelse kan gjøres med enkle midler på noen minutter eller i full skala, og krever god planlegging og et godt etterarbeid for å bidra til læring. Kurset har også som mål å øke frekvensen og kvaliteten på øvelser.

### **Målgruppe:**

Tilsatte som har ansvar for å gjennomføre øvelser, SIK tilretteleggere.

### **Innhold:**

- Øvelser og sikkerhetskultur.
- Ulike former for øvelser.
- Metodikk.
- Tilrettelegging, planlegging, etterarbeid.
- Trening i grupper.

### **Undervisningsform:**

Presentasjon, diskusjon og trening.

**Tid:** 5.-6. oktober

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ole Stageberg og Ida Stendahl

**Søknadsfrist:** 16. august

## **Grunnopplæring av SIF- tilretteleggere**

“Sikkerhet i kriminalomsorgen” (SIK) er et program som legger vekt på de menneskelige ressursene i sikkerhetsarbeidet. Målet er å bidra til en god sikkerhetskultur i kriminalomsorgen. “Sikkerhet i fengsel” ble påbegynt i 2002 med en omfattende opplæring av tilretteleggere i alle fengsel.

Årets grunnopplæring er et tilbud til de fengslene som har behov for nye tilretteleggere. Målet med kurset er å gi deltakerne ferdigheter og kunnskap som setter dem i stand til å drive, legge til rette og gjennomføre SIF aktiviteter som øvelser, seminar, analyse av feil og risiko samt opplæring innen sikkerhet i fengselet.

### **Målgruppe:**

Tilsatte i fengsel.

### **Innhold:**

SIK teori:

- Den menneskelige faktor og analyse av uønskede hendelser.
- Teamarbeid og sikker jobbatferd.
- Sikkerhetsfaglige temaer som situasjonsoppfatning, beslutningstaking og sikkerhetskultur.

SIK i praksis:

- Hvordan legge til rette for SIF aktiviteter i fengsel.
- Pedagogikk for tilretteleggere.

### **Undervisningsform:**

Presentasjon av teori, diskusjon, øvelser, gruppeoppgaver.

**Tid:** 15.-17. juni

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ole Stageberg

**Søknadsfrist:** 31. mai

## **Sikkerhet i kriminalomsorgen (SIK) - Erfaringssamling**

Programmet "Sikkerhet i kriminalomsorgen" (SIK) består av to grener: En rettet mot fengsel (SIF), og en rettet mot friomsorg (SIFO).

Til årets erfaringsamling inviteres ledere og tilretteleggere fra både friomsorg og fengsel til felles erfaringsdeling. Erfaringssamlingen skal fokusere på utvikling av sikkerhetskultur på tvers av enhetene, slik at fokus på sikkerhetsrelevante temaer og problemstillinger i kriminalomsorgen videreføres. Samlingen skal bidra til dette.

### **Målgruppe:**

Ledere og tilretteleggere fra alle regioner, og representanter fra regionskontorene.

### **Innhold:**

- Erfaringsutveksling.
- Faglig påfyll innenfor relevante temaer som planlegges i dialog mellom KRUS, regionene og målgruppen i god tid før samlingen.

### **Undervisningsform:**

Presentasjon, diskusjon og gruppearbeid.

**Tid:** 18.-19. oktober

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ole Stageberg og Ida Stendahl

**Søknadsfrist:** 1. september

## ***Fagsamling om ruskontroll og rusbekjempelse***

Dette er en årlig samling for tilsatte som arbeider heltid med ruskontroll og rusbekjempelse i kriminalomsorgen. Samlingen bidrar til en faglig oppdatering på feltet og har fokus på undervisning innen tematikken.

### **Målgruppe:**

Ansvarlige innenfor narkotikakontrollfeltet regionalt og hundeførere.

### **Innhold:**

- Nye tiltak innen rusbekjempelse.
- Erfaringsutveksling m.m.

### **Undervisningsform:**

Forelesning, gruppearbeid og diskusjoner i plenum.

**Tid:** 9.-10. februar

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ellen Ekhaugen

**Søknadsfrist:** 5. januar

## **Utdanning av instruktører i teleskopbatong**

Alle tilsatte som skal benytte batong må ha bestått godkjent opplæring. Regodkjenningssprøve må bestås minst hvert femte år. Fengslene skal til enhver tid ha oversikt over hvem som har godkjent opplæring. For å drifte denne opplæringen er det satt krav til at regionene skal ha tilstrekkelig antall godkjente instruktører/opplæringsansvarlige som kan gi opplæringen i fengslene. KRUS skal bistå regionene med opplæring av instruktører, og har ansvar for godkjenningss- og regodkjenningssordningen for disse instruktørene. For instruktører må regodkjenningssprøve for instruktører bestås minst hvert tredje år (KSF 1/2004).

Utdanningen av instruktører skal kvalifisere dem til å kunne planlegge, gjennomføre og evaluere opplæringsprogrammer innenfor emnet teleskopbatong i kriminalomsorgens enheter.

### **Målgruppe:**

Deltakere velges ut i samarbeid med regionalt nivå. Spørsmål om deltakelse rettes regionalt. Instruktørutdanningen må sees i sammenheng med den generelle instruktørutdanningen i henholdsvis pasifisering og konflikthåndtering som tilbys gjennom KRUS. Instruktører med bakgrunn innenfor instruksjon generelt og pasifisering spesielt, har størst faglig utbytte av kurset.

### **Innhold:**

- Planlegging, gjennomføring og evaluering av undervisning.
- Innføring i ulike øvelsesformer særlig tilpasset instruksjon i teleskopbatong.
- Arbeid med det særlige hjemmelsgrunnlag innenfor området pasifisering.
- Ferdighetstester for godkjenning som instruktør i teleskopbatong.

### **Undervisningsform:**

Forelesninger, fysisk trening, arbeid med egne instruksjonsoppgaver.

**Tid:** 7.-8. desember

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ellen Ekhaugen og Lillis Rabbing

**Søknadsfrist:** 20. oktober

## **Regodkjenning av instruktører i teleskopbatong**

Alle tilsatte som skal benytte batong, må ha bestått godkjent opplæring. Regodkjenningsprøve må bestås minst hvert femte år. Fengslene skal til enhver tid ha oversikt over hvem som har godkjent opplæring. For å drifte denne opplæringen er det satt krav til at regionene skal ha tilstrekkelig antall godkjente instruktører/opplæringsansvarlige som kan forestå opplæringen i fengslene. KRUS skal bistå regionene med opplæring av instruktører, og har ansvar for godkjennings- og regodkjenningsordninger for disse instruktørene. Regodkjenningsprøve for instruktører må bestås minst hvert tredje år (KSF 1/2004).

Kurset skal videreutvikle de kvalifikasjonene instruktørene i teleskopbatong har gjennom instruktørutdanning og erfaringer fra egen undervisningspraksis.

### **Målgruppe:**

Instruktører i teleskopbatong som har gjennomført instruktørkurs ved KRUS i 2007. Deltakere velges ut i samarbeid med regionene.

### **Innhold:**

- Erfaringsutveksling med fokus på kvalitetssikring av opplæringsprogrammer.
- Ferdighetstester.

### **Undervisningsform:**

Erfaringsutveksling, fysisk trening, arbeid med egne instruksjonsoppgaver.

**Tid:** 9. desember

**Sted:** KRUS eller etter nærmere avtale med den enkelte region.

**Faglig ansvarlig:** Ellen Ekhaugen og Lillis Rabbing

**Søknadsfrist:** Deltakere velges ut i samarbeid med regionene.

## **Konflikthåndtering – Modul 1**

Modul I i kurset "Konflikthåndtering" omhandler konfliktløsning på flere nivåer, både for tilsatte og ledelse. Kurset skal gi deltakerne økt forståelse for og verktøy til å forebygge og håndtere konflikter og vanskelige situasjoner.

### **Målgruppe:**

Tilsatte i kriminalomsorgen. Flere søkere fra samme enhet er ønskelig, og vil bli prioritert.

### **Innhold:**

- Verktøy for konfliktløsning.
- Kommunikasjonsformer.
- Forebygging og inngripen.

### **Undervisningsform:**

Forelesning, gruppearbeid og praktiske øvelser.

**Tid:** 22.-25. mars

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ole Stageberg

**Søknadsfrist:** 9. februar

## **Konflikthåndtering – Modul 2**

Modul 2 i "Konflikthåndtering" ønsker å gi økt forståelse for og flere verktøy til forebygging, håndtering og bearbeidelse av alvorlige konflikter og kriser. Modulen er spesielt lagt opp for tilsatte i fengslene.

### **Målgruppe:**

Tilsatte som har gjennomført "Konflikthåndtering – Modul 1". Kurset er spesielt lagt opp for tilsatte i fengslene.

### **Innhold:**

- Krisehåndtering.
- Kriseforståelse.
- Operativ innsats.
- Forhandling.
- Debriefing/defusing.
- Stressmestring.

### **Undervisningsform:**

Forelesning, gruppearbeid og øvelser i celleavdeling. Det vil bli lagt vekt på praktiske øvelser.

**Tid:** 20.-22. oktober

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ole Stageberg

**Søknadsfrist:** 7. september

### ***Endringsarbeid – hovedmodul 3***

Kriminalomsorgen jobber kontinuerlig med å motivere mennesker til endring på mange ulike områder, og etter forskjellige metoder. Kursene som er samlet under hovedmodulen "endringsarbeid" i KRUS-katalogen handler først og fremst om endring av atferd hos den enkelte, men også om strukturelle endringsprosesser som i kurset Miljøarbeid.

## **Foreldre i fengsel**

Kriminalomsorgen har et mål om å kunne tilby veiledning eller samtalegrupper til alle innsatte og domfelte som er foreldre. I *Stortingsmelding nr. 37 (2007-2008)* legges det spesielt vekt på viktigheten av kontakt med familie og nære pårørende, og at alle innsatte med barn bør gis tilbud om veiledning i rollen som foreldre. Slik kan innsatte og domfelte med barn opprettholde og styrke forholdet til barna sine. I tillegg kan deres rolle som foreldre også i forhold til samfunnet rundt styrkes og utvikles.

Kriminalomsorgen har to programmer som jobber med foreldre - barn relasjonen: "Foreldreveiledning" (International Child Development Program ICDP) og "Pappa i fengsel" (PIF). Programmene har likheter og ulikheter både i form og innhold, men først og fremst utfyller de hverandre ved å gå inn i problemstillingen fra ulike perspektiver.

"Pappa i fengsel" og "Foreldreveiledningsprogrammet ICDP" vil bli tilbudt som kurs fra KURS annet hvert år. I 2010 tilbys "Pappa i fengsel", 2011 tilbys "Foreldreveiledning".

## **Pappa i fengsel (PIF)**

Programmet Pappa i fengsel fokuserer på de innsattes rolle som far, og som en del av et nettverk. Ved å knytte tettere bånd til familie og samfunnet rundt øker muligheten for ikke å få tilbakefall, samtidig som det ivaretar de pårørende på en bedre måte. Foreldrerollen knyttes til samfunnet rundt, og fedrene bruker mye tid til erfaringsutveksling og det å lære av hverandre. Programmet fokuserer også på forvaltningssamarbeid ved å invitere til møter med blant annet helsestasjon og barnevern.

### **Innhold:**

- Nettverk rundt papparollen.
- Barns behov og utvikling.
- Mestring av egne følelser
- Møte med samarbeidspartnere/ forvaltning
- Teknisk og praktisk innføring i programmet.

### **Undervisningsform:**

Gruppeundervisning og øvelser

**Tid:** 27. september -1. oktober

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Christine Sørøy

**Søknadsfrist:** 9. august

## Foreldre i fengsel – Erfaringssamling

Erfaringssamlingen er et tilbud til instruktørene i begge foreldreprogrammene, både "Pappa i fengsel" og "Foreldreveiledning". Ved å dele forskjellige erfaringer, vil man kunne få et bredere kunnskapsgrunnlag.

### Målgruppe:

Alle som driver med foreldreveiledning eller pappagrupper.

### Forberedelser:

Erfaring fra foreldreveiledningsgrupper.

### Innhold:

- Faglig påfyll.
- Utveksling av erfaringer.

### Undervisningsform:

Gruppeundervisning, diskusjoner og øvelser.

**Tid:** 10.-11. mai

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Christine Sørøy

**Søknadsfrist:** 22. mars

## En-til-en – Grunnopplæring fase 2

Dette er andre del av grunnopplæringen i "En-til-en". Kurset skal gi deltakerne kunnskaper og ferdigheter som setter dem i stand til å lede programmet "En-til-en".

### Målgruppe:

Saksbehandlere i friomsorgen og fengselstilsatte som har gjennomført fase 1 høsten 2009.

### Innhold:

- Gjennomgang av alle leksjonene i programmet.
- Innføring i kognitiv teori og metode.
- Samtaleteknikk.

### Undervisningsform:

Forelesning, demonstrasjon av gjennomføring og praktiske øvelser knyttet til alle leksjonene. Kveldsarbeid må påregnes.

**Tid:** 15.-19. mars

**Sted:** KRUS

**Faglig ansvarlig:** Ingri Litleskare

**Søknadsfrist:** Deltakerne kalles inn.

## En-til-en – Erfaringsamling

På erfaringsamlingen skal deltakerne få muligheten til å dele erfaringer fra arbeidet med "En-til-en", i tillegg til å videreutvikle nødvendig instruktørkompetanse.

### Målgruppe:

Instruktører i "En-til-en".

### Innhold:

- Problemstillinger deltakerne arbeider med.
- Erfaringsutveksling.
- Faglig påfyll.

### Undervisningsform:

Gruppearbeid og forelesning.

**Tid:** 14.-15. april

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ingri Litleskare

**Søknadsfrist:** 1. mars

## Russamtalen

”Russamtalen” er et rehabiliterende rustiltak i kriminalomsorgen og skal benyttes som alternativ til reaksjon etter Straffegjennomføringslovens § 40 dersom domfelte/innsatte avlegger positiv urinprøve. ”Russamtalen” er også et tilbud til domfelte/innsatte som ønsker en samtale om sitt rusproblem. ”Russamtalen” består av tre samtaler som er basert på metodikkene ”Motiverende samtale” (MI) og ”Bygging av mestringstillit” (BaM). Fokus er på å bygge troen på seg selv, egen evne til mestring og å skape motivasjon for endring av rusvaner.

Kurset går over fire dager, og de to siste dagene er et grunnkurs i BaM. Det er obligatorisk å være med på alle tre dagene, med mindre man har BaM kurs fra før og har noe erfaring med å bruke det i praksis.

### Målgruppe:

Betjenter som skal gjennomføre ”Russamtalen” som alternativ reaksjonsform og ledere som skal ha operativt ansvar for implementering av tiltaket.

### Forberedelser:

Det forutsettes at deltakerne har vært gjennom ”MI – Trinn 1”.

### Innhold:

- Orientering om Russamtale, bakgrunn og teoretisk fundament.
- . Bruk av ”Motiverende samtale” (MI).
- . Bruk av metodikken ”Bygging av mestringstillit” (BaM).
- Ferdighetstrening i bruk av ”Russamtalen”.

### Undervisningsform:

Forelesning, gruppearbeid og praktiske øvelser.

### Tid: Det skal avholdes tre kurs:

5. – 8. oktober

18. – 21. oktober

16. – 19. november

### Sted: KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Søknadsfrist:** 1. september

## Russamtalen – Erfaringssamling

Samlingen er et tilbud til dem som har vært gjennom kurs i bruk av "Russamtalen" og har gjennomført "Russamtalen" minimum en gang. Målet med erfaringssamlingen er å utveksle erfaringer med andre som bruker "Russamtalen".

**Målgruppe:** Tilsatte som bruker "Russamtalen".

**Innhold:**

- Erfaringsutveksling.
- Status.
- Innspill og diskusjon til forbedringer.

**Undervisningsform:**

Presentasjoner og erfaringsutveksling.

**Tid:** 22.-23. februar

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Hege Lauritzen

**Påmeldingsfrist:** 11. januar

## **Russamtalen for instruktører (15 studiepoeng)**

Dersom det i dag oppdages at en domfelt ruser seg under soning, blir han/hun vanligvis utsatt for en sanksjon (jf. Straffegjennomføringsloven § 40), som tap av goder som å se på TV eller tap av fellesskap. I kriminalomsorgens russtrategi og i *Stortingsmelding nr. 37 (2007-2008)* anmodes det i stedet om å benytte alternative reaksjonsformer som "Russamtalen".

"Russamtalen" er et rehabiliterende rustiltak i kriminalomsorgen. Den består av tre samtaler som bygger på metodikkene "Motiverende samtale" (MI) og "Bygging av mestringsstillit" (BaM). Fokus er på å bygge troen på seg selv og egen evne til mestrings. I tillegg er Russamtalen ment for å skape motivasjon for endring av rusvaner.

KRUS skal i samarbeid med en høgskole tilby studieemnet "Russamtalen" for instruktører som gir 15 studiepoeng.

### **Mål:**

- Å gi studentene praktiske verktøy i å kunne gjennomføre samtaler om rus, enten som en alternativ reaksjon ved positiv urinprøve, eller som et tilbud til domfelte som ønsker å snakke om sitt rusmiddelproblem.
- At studentene skal kunne lære opp andre tilsatte i bruk av "Russamtalen".

### **Målgruppe og opptakskrav:**

- Tilsatte i kriminalomsorgen som av region/enhet er utpekt til å ha et opplærings-/oppfølgingsansvar for gjennomføring av "Russamtalen" i egen enhet.
- Det kreves studiekompetanse.
- Deltakerne må ha gjennomført kurset "Russamtalen", "MI – Trinn 1" og BaM.

### **Innhold:**

- Sentrale elementer i kognitiv endringsmetodikk (allianse, innsikt, endring) og hvordan man systematisk kan samtale om situasjoner, tanker og følelser og oppnå endring.
- Prinsipper og samtaleteknikk i motivasjonsmetoden "Bygging av mestringsstillit" (BaM).
- Prinsipper og lytteteknikker i "Motiverende samtale" (MI)
- "Russamtalen" i tråd med manualens hensikt og mål.
- Evne til å videreformidle kunnskap, og gi tilsatte opplæring i bruk av "Russamtalen".

**Arbeidskrav:**

- Fagartikkel, 10 sider.
- Muntlig fremlegg av artikkel, der erfaringene problematiseres i forhold til teori og anvendbarhet.

**Organisering og omfang:**

- Studiet gir 15 studiepoeng.
- Organiseres i bolker i samarbeid med en høyskole.
- Studiet kan inngå i en bachelor-grad.
- Studiet kan inngå i en mastergrad, med utvidet pensum og en artikkel på 20 sider.

**Tid:** Dato fastsettes senere.

**Sted:** KRUS

**Faglig ansvarlig:** Hege Lauritzen

**Søknadsfrist:** Deltakerne innkalles.

## ***Ruspåvirket kjøring***

Dagens promilleprogram for friomsorgen skal utvides, og forskrift og retningslinjer er under revisjon. Målgruppen vil etter utvidelsen omfatte førere med alle typer rus-, alkohol- og medikamentpåvirkning, og programmet "Ruspåvirket kjøring" vil erstatte dagens promilleprogram. KRUS har hatt ansvar for å revidere den eksisterende programhåndboka.

Kurset Ruspåvirket kjøring er et ledd i implementeringen av det nye regelverket. Det skal sikre informasjon til tilsatte som blir berørt av lovendringen. Kurset skal også gjennomgå de nasjonale krav til programvirksomheten, og bidra til en mer enhetlig praksis i deler av programmet.

### **Målgruppe:**

Målgruppe for kurset er nye og rutinerne programinstruktører, samt eventuelt andre ledere som deltar aktivt i gjennomføring av programmet.

### **Innhold:**

- Grunnopplæring i det nye regelverket og den reviderte programhåndboka.
- Praktiske konsekvenser av endringene.

### **Undervisningsform:**

Forelesning, diskusjoner og erfaringsutvekslinger i plenum og grupper. Mulighet for praktisk ferdighetstrening for nye gruppeledere.

**Tid:** 18.-21. mai

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Tore Rokkan

**Søknadsfrist:** 7. april

## **Brotts-Brytet**

Brotts-Brytet er et akkreditert program som er utviklet i Sverige. Det er et kognitivt program som retter seg mot generell kriminalitetsforebygging.

Deltakerne på grunnopplæringen må forplikte seg til å delta på tre videreutdanningskurs, samt gjennomføre videoopptak av minimum to programgjennomføringer for å bli godkjent som programinstruktører. For nye avdelinger/enheter som ønsker å starte med Brotts-Brytet, er det en forutsetning at minimum to fra hver arbeidsplass deltar, og at enheten har en plan for programvirksomheten hvor det bl.a. fremgår når de nyutdannede programinstruktørene skal gjennomføre første program.

### **Brotts-Brytet – Videreutdanningskurs 3**

Videreutdanningskurs med fokus på tilbakefall er et av de obligatoriske kursene for å bli sertifisert Brotts-Brytet instruktør. Deltakerne skal få økt kunnskap og ferdigheter på veien mot sertifisering.

#### **Målgruppe:**

Tilsatte ved enheter som har gjennomført grunnopplæring i Brotts-Brytet.

#### **Innhold:**

- Gjennomgang av leksjonene i programmet.
- Tilbakefall.
- Nyheter i manualen.

#### **Undervisningsform:**

Deltakernes egen aktivitet, forelesning.

**Tid:** 2.-4. november

**Sted:** KRUS

**Faglig ansvarlig:** Kristin Opaas Haugli

**Søknadsfrist:** Deltakerne innkalles.

## **Brotts-Brytet – Videreutdanningskurs 1**

Videreutdanningskurs med fokus på kognitiv teori – kognitiv atferdsteori er et av de obligatoriske kursene for å bli sertifisert Brotts-Brytet instruktør. Målet er å gi deltakerne økte kunnskaper og ferdigheter på veien mot sertifisering.

### **Målgruppe:**

Tilsatte ved enheter som har gjennomført grunnopplæring i Brotts-Brytet.

### **Innhold:**

- Gjennomgang av leksjonene i programmet.
- Kognitiv teori – kognitiv atferdsterapi.
- Nyheter i manualen.

### **Undervisningsform:**

Deltakernes egen aktivitet, forelesning.

**Tid:** 19.-21. mai

**Sted:** KRUS

**Faglig ansvarlig:** Kristin Opaas Haugli

**Søknadsfrist:** Deltakerne innkalles.

## **Brotts-Brytet – Erfaringssamlinger**

Samlingene er ikke obligatoriske, men et tilbud til dem som har gjennomført grunnopplæring og for programansvarlige både lokalt og regionalt. Målet er å gi deltakerne mulighet for erfaringsutveksling og faglig påfyll i arbeidet med Brott-Brytet.

### **Målgruppe:**

Tilsatte som jobber aktivt med programmet samt programansvarlige lokalt og regionalt.

### **Innhold:**

- Gjennomgang av leksjoner i programmet etter ønske fra deltakerne.
- Eventuelle nyheter i manualen.
- Det er ønskelig med innspill til tema i god tid før samlingene.

### **Undervisningsform:**

Egenaktivitet, forelesning og praktiske øvelser.

**Tid:** Region nord: 7-9. april, Øvrige regioner: 20-22. april

**Sted:** Region nord: Tromsø, Øvrige regioner: KRUS

**Faglig ansvarlig:** Kristin Opaas Haugli

**Søknadsfrist:** 15. februar

## **Brotts-Brytet – Nordisk fagsamling for seniorinstruktører**

Dette er en samling for de som jobber med å utdanne nye programinstruktører for Brotts-Brytet i Sverige, Danmark og Norge. Det er viktig at disse har en felles forståelse av programmet, samt kunnskap om den faglige utviklingen på området og aktuell forskning.

Det er til sammen 12-14 personer som jobber med dette i de tre landene og det er viktig å ha en bredere faglig plattform enn det som er i hvert enkelt av landene hver for seg. Fagsamlingen går på omgang mellom de tre landene og det er i 2010 KRUS som vil ha gleden av å kunne stå som vertskap for samlingen.

### **Målgruppe:**

Seniorinstruktører i Brotts-Brytet fra Sverige, Danmark og Norge.

### **Innhold:**

- Erfaringsutveksling.
- Presentasjon av nyheter i programmet.
- Presentasjon av forskning.
- Nye faglige utfordringer innen programvirksomheten.
- Ekskursjoner.

**Tid:** 12.-14. oktober

**Sted:** KRUS

**Faglig ansvarlig:** Vidar Kessel og Kristin Opaas Haugli

**Søknadsfrist:** Deltakerne inviteres

## NSAP - Grunnopplæring

"National Substance Abuse Program" (NSAP) er et Canadisk program rettet mot rusmisbrukere. Målet er å gi deltakerne kunnskaper og ferdigheter som setter dem i stand til å lede programmet. Manualer, før- og ettertester er oversatt og kvalitetssikret. Pilotperioden (2007-2009) er nå over og programmet vil bli søkt akkreditert i 2010. De som melder seg på, må i tillegg til grunnopplæringen forplikte seg til å delta på videreutdanningskurs, samt gjennomføre videoopptak av minimum to programgjennomføringer for å bli godkjent som programinstruktører. For nye avdelinger/enheter, er det en forutsetning at minimum to fra hver arbeidsplass deltar, og at enheten har en plan for programvirksomheten hvor det bl.a. fremgår når de nyutdannede programledere skal gjennomføre første program.

**Målgruppe:** Tilsatte ved enheter som allerede har NSAP i sitt programtilbud, samt tilsatte i enheter som ønsker å starte med NSAP.

### Forberedelser:

Det anbefales at deltakerne har kjennskap til følgende litteratur:

- Barth & Näsholm. (2007). *Motiverende samtale – endring på egne vilkår*.
- Berge & Repål (2004). *Den indre samtalen*. Oslo: Gyldendal akademisk.

### Innhold:

- Gjennomgang av leksjoner.
- Kognitiv teori og metode.
- Samtalemotodikk fra "Motiverende samtale".
- Gruppemetode.

### Undervisningsform:

Egen aktivitet, forelesning, øvelser, arbeidsoppgaver og rollespill. Kveldsarbeid må påregnes.

**Tid:** 6.-17. september

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Kristin Opaas Haugli

**Søknadsfrist:** 1. juli

## **NSAP – Erfaringssamling**

Samlingen er ikke obligatorisk, men det er ønskelig at flest mulig programinstruktører som har vært aktive i pilotperioden deltar. I tillegg er det ønskelig med deltakelse fra ledere og programansvarlige, både lokalt og regionalt. Målet er å gi deltakerne mulighet for erfaringsutveksling og faglig påfyll i arbeidet med NSAP.

### **Målgruppe:**

Tilsatte som jobber aktivt med NSAP, samt programansvarlige lokalt og regionalt.

### **Innhold:**

- Gjennomgang av erfaringer med programmet i pilotperioden.
- Det er ønskelig med innspill til tema i god tid før samlingen.

### **Undervisningsform:**

Forelesning, egenaktivitet og praktiske øvelser.

**Tid:** 24.-26. november

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Kristin Opaas Haugli

**Søknadsfrist:** 8. oktober

## **VINN – Samtale og motivasjonsprogram for kvinner – Grunnopplæring**

VINN er et akkreditert og fleksibelt motivasjonsprogram, og har en temasammensetting spesielt tilpasset kvinners behov, individuelt og i gruppe. I 2010 arrangeres en felles nordisk grunnopplæring i VINN ved norske, svenske og russiske fengsler, og ved noen friomsorgskontor i Norge og Sverige.

Pedagogisk bygger VINN på tenkningen i den motiverende samtale (MI) og teori om stadier i endringsprosesser (endrings sirkelen). Viktige temaer er identitet, lovbrudd, endring, valg, rus, nettverk m.m. Målet med kurset er å styrke kunnskaps- og ferdighetsnivået for gruppeledere som jobber med VINN. Kursdeltakerne skal få forståelse for hvordan motiverende samtale og kognitiv endringsmetodikk kan benyttes i arbeid med kvinner.

### **Målgruppe:**

Tilsatte i kriminalomsorgen.

### **Forberedelser:**

Deltakerne må ha lest:

- Miller & Rollnick (2002). *Motivasjonssamtalen*. København: Hans Reitzels forlag.
- VINN-manualene.

### **Innhold:**

- Gjennomgang av temaer i manualene.
- Teori.
- Trening på å være gruppeleder.

### **Undervisningsform:**

Gruppearbeid, trening, presentasjoner.

**Tid:** Trinn 1: 3.-5. mars, trinn 2: 20.-22. september

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Torunn Højdahl

**Søknadsfrist:** 22. januar

## VINN – Erfaringssamling

Erfaringssamlingen har som mål å styrke kunnskaps- og ferdighetsnivået for gruppeledere som jobber med VINN. Samlingen skal gi kursdeltakerne forståelse for hvordan de best mulig kan benytte de nye manualene og diskutere gjennomføring av programmet.

### Målgruppe:

Tilsatte i kriminalomsorgen.

### Innhold:

- Fordypning i utvalgte emner.
- Erfaringsutveksling.

### Undervisningsform:

Gruppearbeid, trening og presentasjoner.

**Tid:** 23.-24. november.

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Torunn Højdahl

**Søknadsfrist:** 5. september

## TNT for seniorprogramledere i VINN

KRUS arrangerer TNT ("Trening for Nye Trenere") for seniorprogramledere som er sertifiserte, eller blir sertifisert, våren 2010. Hensikten er at seniorprogramledere skal bli gode kursholdere, og kan tilpasse et undervisningsopplegg på en pedagogisk måte. Utgangspunktet er at de fleste kan få ny innsikt, kunnskap og forståelse hvis et kurs er tilrettelagt slik at deltakerne både deltar aktivt og formidler egne holdninger, tanker og følelser omkring et tema.

### Målgruppe:

Tilsatte i kriminalomsorgen som har kursbevis eller er sertifisert som seniorprogramledere.

### Forberedelser:

Gjennomføre kurs i formidling og kommunikasjon. Lese om pedagogisk tilrettelegging.

### Innhold:

- Planlegge et kurs med mål og innhold.
- Planlegging og gjennomføring av læringsaktiviteter.
- Virkemidler, aktiviteter, modellføring, rollespill, trening med observasjon.
- Utarbeide lærings-, kunnskaps- og ferdighetsmål.
- Tilrettelegge for gode diskusjoner.
- Hvordan styrke egne presentasjonsferdigheter som kursholder.

### Undervisningsform:

Gruppearbeid, trening, presentasjoner.

**Tid:** 14.-16. april

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Torunn Højdahl

**Søknadsfrist:** 25. januar

## **TNT for seniorprogramledere i VINN – Erfaringssamling**

På erfaringssamlingen vil fokuset være på hvordan trenerne har praktisert egne formidlings-, veilednings- og kursholderoppgaver. I tillegg ønsker vi å bruke tiden på å lære mer om formidlingskunst og opplæring av programledere.

### **Målgruppe:**

Tilsatte i kriminalomsorgen som har kursbevis eller er sertifisert som seniorprogramleder.

### **Forberedelser:**

- Skrive ned det som fungerte godt i forbindelse med kursgjennomføring og egne forbedringsoppgaver.
- Forberede 1 presentasjon på 30 minutter.

### **Undervisningsform:**

Presentasjon av egne erfaringer, teori og diskusjon.

**Tid:** 9. november

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Torunn Højdahl

**Søknadsfrist:** 16. april

## **Sinnemestring – Opplæring av programinstruktører**

Programmet "Sinnemestring" er rettet mot innsatte og domfelte som har problemer med å kontrollere sinnet sitt. Programmet har åtte leksjoner på to timer og gjennomføres to-tre ganger i uken, i cirka en måned.

Programmet er ment som en bevisstgjøring av ulike stadier i sinne-, endrings- og tankeatferd, og sammenheng mellom følelser, tanker og atferd. Domfelte som deltar i programmet får presentert og trent på ulike teknikker som kan føre til bedre mestring av sinnet.

Det er også mulig å bruke sinnemestringsprogrammet i individuelle samtaler med innsatte og domfelte, enten som et supplement til programmet, eller som et selvstendig alternativ.

Deltakerne skal få innføring i programinstruktørrollen, og jobbe med ferdigheter og kunnskap som setter dem i stand til å gjennomføre sinnemestringsgrupper.

### **Målgruppe:**

Tilsatte i fengsel og friomsorg som ønsker å jobbe målrettet med innsatte og domfelte som har problemer med å kontrollere sinnet sitt.

### **Innhold:**

- Gjennomgang av leksjoner i programmet.
- Sinnedagbok.
- Ulike mestringsstrategier og teknikker.
- Metoder for gjennomføring i gruppe og en-til-en.

### **Undervisningsform:**

Fire dager med presentasjon av teori, demonstrasjon, øvelser med bruk av video for veiledning og diskusjon.

**Tid:** 15.-18. november

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ida Stendahl

**Søknadsfrist:** 1. oktober

## **Stressmestring – Opplæring av programinstruktører**

"Stressmestring" ble utviklet i Bergen fengsel i samarbeid med Sandviken sykehus, og er spesielt rettet mot innsatte som opplever psykiske belastninger og stress i forbindelse med fengselsoppholdet. Opplegget er utviklet med tanke på innsatte i varetektssituasjon, men kan også være hensiktsmessig for andre innsatte som opplever psykiske belastninger.

Deltakerne skal få innføring i instruktørrollen, og gis ferdigheter og kunnskap som setter dem i stand til å gjennomføre kurset "Stressmestring" for innsatte.

### **Målgruppe:**

Tilsatte i kriminalomsorgen.

### **Forberedelser:**

Det anbefales å ha gjennomført kurset "Kriser: Reaksjoner og oppfølging" før opplæring i "Stressmestring".

### **Innhold:**

- Gjennomgang av leksjonene i kurset.
- Forebygging av stress.
- Mestringsstrategier og øvelser.
- Avspenningsteknikker.
- Fysisk aktivitet.

### **Undervisningsform:**

Presentasjon, demonstrasjon, øvelser og diskusjon.

**Tid:** 23.-25. november

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ida Stendahl

**Søknadsfrist:** 8. oktober

## **Motivator – Opplæring av instruktører**

"Motivator" er et programtilbud til innsatte som tidligere har deltatt i andre kognitive programmer (eks. Brootts-Brytet, RiF/Mitt valg o.l.). Programmet ønsker å ta vare på den positive holdningen til endringsarbeidet som innsatte som har deltatt i andre kognitive programmer ofte har ved programmets slutt. Programmet kan benyttes både i fengsler og i friomsorgen.

Instruktørene i Motivator skal jobbe med ferdighetene som innsatte har tilegnet seg etter deltakelse i andre kognitive programmer, og endringsarbeidet skal implementeres i domfeltes dagligliv. "Motivator" skal være med på å integrere kontaktbetjentenes arbeid i programdriften.

KRUS vil i samarbeid med Ila fengsel, forvarings- og sikringsanstalt stå for opplæring av programinstruktørene. Motivatorinstruktøren vil deretter stå for gjennomføring av programmet, og drive opplæring og veiledning av tilsatte på sin enhet.

### **Målgruppe:**

Tilsatte med erfaring som programinstruktør, og som skal starte opplæring i programmet "Motivator".

### **Innhold:**

- Opplæring i metode og manual.
- Endringsarbeid.
- Hvordan drive opplæring og veiledning av tilsatte.

### **Undervisningsform:**

Innføring i metode, forelesninger og praktiske øvelser.

**Tid:** 25.-29. oktober

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ole Stageberg og Roar Thronæs

**Søknadsfrist:** 10. september

## ***Alternativ til vold (ATV)***

Samtalegrupper etter ATV-modellen er et av de prioriterte områdene for systematisk arbeid med domfelte under kriminalomsorgens kontroll. Målet for samtalegruppene er å lage en strukturert situasjon der mennesker sitter sammen og snakker om vold, eventuelt seksuell vold og overgrep. Samtalegruppene har også en målsetting om å bidra til å endre gruppedeltakernes forståelse av og holdninger til egen voldsbruk, og å gi inspirasjon til å jobbe aktivt videre med seg selv. Det teoretiske fundamentet for tiltaket har sitt utspring i en humanistisk klientsentrert tradisjon. Hovedtanken i denne tradisjonen er at hjelpere skal møte sine klienter med en grunnleggende omsorg, interesse, varme og engasjement.

**ATV – Grunnkurs**

Grunnkurset i samtalegrupper for voldsdømte er et egnet utgangspunkt for å forstå og tilegne seg kunnskap i å arbeide med voldsproblematikk. Det gir også en dypere forståelse av vold og voldens natur. Kurset skal sikre faglig kompetanse og trygghet i arbeid med voldsdømte. Det skal også gi teoretisk kunnskap og innsikt i hvordan man kan jobbe som gruppeleder og øke bevisstheten i forhold til volden og dens konsekvenser.

**Målgruppe:**

Tilsatte i fengsler og friomsorg som skal jobbe med voldsdømte, eller som ønsker å innføre samtalegrupper etter ATV-modellen.

**Innhold:**

- Vold, voldens natur, ansvar og årsaker.
- Seksuelle overgrep/misbruk.
- Vold og endring.
- Hvordan snakke om vold; fallgruver, etterreaksjoner.
- Grupper i praksis, første gruppemøte, videre progresjon, faser i gruppen, samarbeid.
- Særtema i grupper: rus og vold, seksualitet.

**Undervisningsform:**

Forelesning, gruppearbeid, øvelser

**Tid:** 26.-28. april

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Kjersti Fjærestad

**Søknadsfrist:** **8. april**

## ATV - Oppfølgingskurs

Oppfølgingskurset i ATV skal sikre faglig kompetanse og trygghet i arbeidet med program for voldsdømte, sedelighetsdømte eller drapdsdømte. Deltakerne skal få innføring i hvordan man kan jobbe som gruppeleder og øke bevisstheten i forhold til vold og konsekvenser av vold.

### Målgruppe:

Tilsatte i kriminalomsorgen som jobber etter ATV-modellen for voldsdømte, drapdsdømte eller sedelighetsdømte, og som har gjennomført grunnkurs i ATV-modellen.

### Forberedelser:

Man må ha fullført ATV-grunnkurs. Det kreves også at deltakerne driver samtalegruppe mens utdanningen pågår, og mottar systematisk veiledning i dette arbeidet.

### Innhold:

- Personlig prosess hos deltakerne.
- Teoriutvikling om vold og sedelighetsforbrytelser.
- Utvikling av eget arbeid hvor man tar med seg det løpende gruppearbeidet inn i gruppen.

### Undervisningsform:

Forelesning, gruppearbeid, øvelser og trening i grupper.

**Tid:** Fortsettelse av kull som startet opp i 2009

**Faglig ansvarlig:** Kjersti Fjærestad

## ATV - Erfaringsamling

Målet med samlingen er å utveksle erfaringer med andre som jobber med samtalegrupper.

### Målgruppe:

Tilsatte som jobber aktivt med programvirksomhet for voldsdømte, drapisdømte eller sedelighetsdømte, eller som jobber med volds- og rusgrupper.

### Innhold:

- Fokus på hvordan gruppearbeidet drives.
- Problemstillinger deltakerne jobber med.
- Erfaringsutveksling.
- Teori.

**Tid:** 13.-14. oktober

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Kjersti Fjærestad

**Søknadsfrist:** 1. september

## **Studiegruppe i vold – Grunnkurs i nytt voldsprogram**

ATV har i samarbeid med Ila fengsel, forvarings- og sikringsanstalt utviklet en ny metode for programarbeid i forhold til innsatte/ friomsorgsklienter med voldsdommer eller voldsproblematikk. Metoden er et gruppeprogram bestående av 15 semi-strukturerte bolker, der gruppedeltakerne selv studerer vold som problem – det vil si voldens årsaker, voldens funksjon, voldens konsekvenser osv. Metoden innebærer en aktiv bevisstgjøringsprosess rundt egen og andres vold, samt arbeid med å utvikle alternative tanker, holdninger og handlinger. Metoden er en videreføring av samtalegrupper etter ATV-modellen. ATV og KRUS arbeider med utgivelse av en ny håndbok i denne metoden.

Målet med kurset er at deltakerne skal kunne beherske den nye metoden og kunne igangsette en "Studiegruppe i vold".

### **Målgruppe:**

Tilsatte i kriminalomsorgen som tidligere har drevet samtalegrupper etter ATV-modellen, og som har gjennomgått ATV sin spesialutdanning for samtalegruppeledere.

### **Innhold:**

- Gjennomgang av teorigrunnlaget for studiegruppen.
- Grundig presentasjon av de 15 bolkene i programmet.

### **Undervisningsform:**

Forelesning og gjennomgang av programmets innhold, utprøving og trening i metoden og egenprosesser.

**Tid:** 8.-12. november

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Kjersti Fjærestad

**Søknadsfrist:** 27. september

## Miljøarbeid

Miljøarbeid i fengsel handler om å arbeide strukturert og målbevisst med miljøet som en arena for endring. Gode strukturer og troverdige relasjoner er viktige elementer for å få til et godt miljøarbeid i fengsel. KRUS har i 2009 avsluttet et pilotprosjekt der 6 avdelinger har fått opplæring og veiledning i implementering av miljøarbeid. Kunnskapen fra pilotprosjektet skal i 2010 videreføres til flere avdelinger. Kurset tar utgangspunkt i grunnprinsippene som er beskrevet i KRUS-rapport 2/2006 – Miljøarbeid i fengsel. Fokus i kurset er miljøarbeidsmetodikk og implementering av metode på den enkelte avdeling.

### Målgruppe:

Hvilke enheter som skal på kurs settes opp i samarbeid med hver region. Ettersom miljøarbeid skal være en felles metode brukt i miljøet, forventes det at alle fra samme arbeidsplass deltar.

### Forberedelser:

Det forutsettes at alle deltakere har gjennomført "MI – Trinn 1". Det anbefales at kursdeltakere har lest:

- *Miljøarbeid i fengsel*, KRUS-Rapport 2/2006
- Linde & Nordlund (2003). *Innføring i profesjonelt miljøarbeid. Systematikk, kvalitet og dokumentasjon*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Barth & Näsholm (2007). *Motiverende Samtale (MI)– endring på egne vilkår*. Bergen: Fagbokforlaget.

### Innhold:

- Miljøarbeidsteori og metode.
- Relasjonelle ferdigheter i arbeid med innsatte.
- Praktisk tilrettelegging av miljøarbeid på arbeidsplassen.

### Undervisningsform:

Forelesning, diskusjon, gruppearbeid og praktiske øvelser.

**Tid:** 1. samling: 12.-14. april, 2. samling: 4.-5. oktober

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Vidar Kessel

**Søknadsfrist:** 1. mars

# KONFERANSER

## *Faget i fokus*

Årets "Faget i fokus" er den 12. i rekken. Vi inviterer ledere og tilsatte i kriminalomsorgen, samt våre forvaltningssamarbeidspartnere og andre interesserte, til en konferanse hvor vi ser på hvordan vi sammen kan få til en kvalitativ bedre kriminalomsorg. Vi vil sette fokus på fagutvikling, programvirksomhet, kompetanse og samarbeid. Konferansen avholdes på KRUS, og vi gleder oss til to begivenhetsrike dager med gamle og nye deltakere.

### **Målgruppe:**

Ledere og tilsatte i kriminalomsorgen, våre samarbeidspartnere i forvaltningen og andre interesserte.

### **Undervisningsform:**

Forelesninger, parallellsesjoner, fagkafé.

**Tid:** 9.-10. juni

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** Program og invitasjon vil bli sendt ut.

**Faglig ansvarlig:** Harald Føsker og Janne Helgesen

## **Konferanse om kvinners situasjon under og etter straffegjennomføring**

I høst settes fokus på kvinner som gjennomfører straff og deres livssituasjon før og etter straffegjennomføring. Formålet med konferansen er å få kunnskap om og identifisere deres behov og muligheter, særlig i forbindelse med løslatelse.

Konferansen er internasjonal og arrangeres av KRUS, Kriminalomsorgens sentrale forvaltning (KSF), Den Russiske Føderasjons Justis Ministerium (FSIN) og region Øst.

### **Målgruppe:**

Tilsatte i kriminalomsorgen som jobber med eller har interesse for kvinner under straffegjennomføring.

### **Innhold:**

- Kunnskap og forskning om kvinner i fengsel og under alternativ straffegjennomføring.
- Internasjonale anbefalinger.
- Rehabilitering og resosialisering.
- Kvinners relasjonelle forhold og behov.
- Rus og avhengighet.
- Kvinner og vold.

**Tid:** 10.-11. november

**Sted:** Oslo

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Janne Helgesen, Torunn Højdahl og Marthe Hamran (KSF)

**Søknadsfrist:** 24. september

## **Konferanse om forvaltningssamarbeid**

Samarbeid omkring planlegging av løslatelse fra fengsel og arbeid med å skape optimale betingelser for domfelte underlagt andre straffegjennomføringsformer, bør ideelt sett begynne allerede idet straffegjennomføringen for den enkelte domfelte starter. For å kunne ivareta den innsattes/domfeltes behov og rettigheter, og for å gjennomføre en god tilbakeføring til samfunnet etter endt straffegjennomføring, kreves det at kriminalomsorgen har et godt samarbeid med sine forvaltningssamarbeidspartnere.

Målet med konferansen er å øke kunnskapen om hverandres fagområder, sette fokus på hvordan vi kan bedre dialogen, og arbeide med å finne egnede arenaer for planlegging og handling.

### **Målgruppe:**

Tilsatte i kriminalomsorgen og deres forvaltningssamarbeidspartnere

### **Innhold:**

Detaljert program settes opp senere.

**Tid:** 28. april

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Fagansvarlig:** Tore Rokkan

**Søknadsfrist:** 12. mars

## **Konferanse om samarbeid med frivillige organisasjoner**

Tilbakeføring er et offentlig ansvar, men de frivillige organisasjonenes innsats er også veldig viktig for mange domfelte når de skal finne tilbake til tilhørigheten i samfunnet. I *Stortingsmelding nr. 37 (2007-2008)* legges det spesielt vekt på de frivilliges rolle i tilbakeføringsgarantien, og derfor inviterer KRUS til en konferanse om samarbeidet mellom kriminalomsorgen og de frivillige organisasjonene. Konferansen vil fokusere på hvordan samarbeidet kan organiseres, og hvilket innhold det bør ha for å kunne gi et best mulig tilbud til de domfelte.

### **Målgruppe:**

Tilsatte i kriminalomsorgen som jobber med frivillighet og samarbeidspartnerne i de frivillige organisasjonene.

### **Innhold:**

- Hvordan åpne opp for gjensidig samarbeid – dialog.
- Hvordan skape kontinuitet i tilbudet til den enkelte domfelte
- Frivillighet som selvhjelp og som organisert aktivitet.
- Oppfølging av domfelte etter soning.
- Kommunikasjon, språk, tro, adgang, arenaer.
- Tilskudd og økonomi.

**Tid:** Konferansen i 2010 er avlyst

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Kjersti Fjærestad og Vidar Kessel

**Søknadsfrist:** -

## **Konferanse om unge lovbyggere**

Fengselsstraff har særlige negative virkninger for barn og unge under 18 år. Norge har klare forpliktelser etter FNs barnekonvensjon knyttet til bruk av fengsel for denne gruppen. Hvordan samfunnet skal eller bør møte barn under 18 år som begår alvorlig kriminalitet, vil være hovedtema for konferansen.

### **Målgruppe:**

Tilsatte i kriminalomsorgen som er engasjert i arbeid med unge lovbyggere, og aktuelle forvaltningssamarbeidspartnerne.

### **Innhold:**

- Hvordan sikre forutsigbar og rask oppfølging av den enkelte unge lovbygger gjennom forpliktende og strukturert samarbeid.
- Hvordan tilrettelegge for samordnet bruk av virkemidlene innenfor strafferetten og samfunnet for øvrig.

**Tid:** 1. desember

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Tore Rokkan

**Søknadsfrist:** 15. oktober

## **Nordisk-russisk konferanse om rus**

Mange innsatte og domfelte har rusproblemer, og mye av deres kriminalitet er knyttet til rusmisbruk. Det er viktig å ha et kontinuerlig fokus på rusproblematikken i kriminalomsorgen, og KRUS skal i år arrangere en nordisk konferanse hvor vi ser på ulike problemstillinger rundt rus og kriminalomsorg. Det skal være en to dagers konferanse med flere internasjonale bidragsytere, men navn og tema er ennå ikke klart.

### **Målgruppe:**

Representanter fra de nordiske landene og Russland, tilsatte og ledere i norsk kriminalomsorg, kriminalomsorgens samarbeidspartnere mv.

### **Innhold:**

- Ulike tiltak som gjennomføres i norsk og utenlandsk kriminalomsorg, blant annet "Narkotikaprogram med domstolkontroll" (ND), "Russamtalen" og samtalemotodikk og programmet "Ruspåvirket kjøring".
- Forskning og kunnskap fra praksis, erfaringer fra tiltak osv.

### **Undervisningsform:**

Forelesninger, forumsdebatter og workshops

**Tid:** 7.-8. oktober

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Janne Helgesen, Tore Rokkan og Hege Lauritzen.

**Søknadsfrist:** 16. august

## **Kulturkonferanse**

KRUS inviterer igjen til dagskonferanse om kultur i kriminalomsorgen. 2010 er lesningens år, og årets konferanse vil derfor rette seg mot litteratur og fortellerkunst. Fangenes litteraturpris skal deles ut. Biblioteket som kulturarena er stikkord for konferansen. Målet er å fokusere på kultur i kriminalomsorgen og et kreativt soningsmiljø.

### **Målgruppe:**

Ledere og ansatte i kriminalomsorgen. Samarbeidspartnere som er involvert i arbeid med kultur blant innsatte.

### **Innhold:**

- Erfaringsutveksling.
- Presentasjon av praktisk kulturarbeid.
- Biblioteket som kulturarena.
- Utdeling av *Fangenes litteraturpris*.

### **Undervisningsform:**

Seminar, diskusjon.

**Tid:** 28. oktober

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Janne Helgesen og KSF

**Søknadsfrist:** 10. september

## **MI – Stordag**

MI stordag skal være en forumsdag for alle tilsatte som ønsker å delta. Først og fremst skal det være en dag med faglig påfyll for alle som er instruktører i MI, eller som bruker MI i arbeidshverdagen. Målet er å opprette lokale MI-nettverk og studiesirkler.

### **Målgruppe:**

Tilsatte i kriminalomsorgen; MI-instruktører innkalles spesielt.

**Tid:** 29. november

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Kjersti Fjærestad

**Søknadsfrist:** 11. oktober

## DIVERSE SAMLINGER

### *Utdanning av KOMPIS-instruktører*

Kurset blir gjennomført i samarbeid med kriminalomsorgens IT-tjeneste (KITT). Kurset kvalifiserer til å kunne ha ansvaret for opplæring av brukere i fagsystemet KOMPIS. Kurset skal være en innføring i sentrale emner knyttet til planlegging, gjennomføring og evaluering av opplæringsprogrammer generelt, samt IKT-opplæring i KOMPIS spesielt.

**Målgruppe:**

Deltakere velges ut i samarbeid med regionene.

**Undervisningsform:**

Forelesninger, arbeid med egne instruksjonsoppgaver og veiledning.

**Tid:** 10.-11.mars (BASIS fengsel), 9.-10.desember (KIA friomsorg)

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ellen Ekhaugen

**Søknadsfrist:** 1.februar(BASIS fengsel), 1.november(KIA friomsorg)

## ***Aspirantveilederopplæring***

Grunnmodul i aspirantveilederopplæring er en blanding av veiledningsteori og praktiske øvelser i det å veilede aspiranter. Opplæringen tar utgangspunkt i deltakernes behov og bruker deres erfaringer i diskusjoner og øvelser.

### **Målgruppe:**

Nye aspirantveiledere, og evt. gamle som vil friske opp tidligere opplæring.

### **Innhold:**

- Utvikle en manual for praksisveiledere og vurderingsdelen av veilederrollen.
- Erfaringsutveksling fra tidligere samlinger og veilederkonferanser.

### **Undervisningsform:**

Forelesning i plenum og gruppearbeid.

**Tid:** 18.-21. januar

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ellen Ekhaugen

**Søknadsfrist:** 4. januar

## ***Internkontroll – Opplæring i nytt system***

I løpet av våren 2010 skal alle tilsatte i kriminalomsorgen få opplæring i nytt system for internkontroll. Opplæringen vil inneholde kurs i bruk av det nye IKT-systemet for internkontroll, avvikshåndtering, internkontrollmetodikk og faglig påfyll innenfor HMS og personvern.

Opplæringen vil skje trinnvis. Det vil være ulike behov for ulike grupper tilsatte, og opplæringstilbudene vil derfor variere. Regionale og lokale HMS koordinatorene og personvernansvarlige vil bli invitert til kurs i perioden januar-mars 2010. Disse skal så gjennomføre lokale opplæringsaktiviteter for samtlige tilsatte ved sine enheter. Opplæringen for HMS koordinatorene og personvernansvarlige vil derfor også inneholde pedagogikk og trening i å gjennomføre den lokale opplæringspakken. Ledere, avviksbehandlere og verneombud skal også delta på deler av opplæringen.

De ulike målgruppene innkalles.

## KOMPETANSELØFT FOR TILSATTE I KRIMINALOMSORGEN

Fra høsten 2010 tilbyr KRUS et generelt kurs for tilsatte i kriminalomsorgen der målet er at den enkelte skal få økt sin kompetanse og sine ferdigheter. Kurset er et bidrag i arbeidet med å opprettholde en kunnskapsbasert kriminalomsorg. Innholdet vil bestå av kriminalomsorgsfaglig teori og praksis; det vil og knyttes opp til hva grunnutdanningen tilbyr av faglig innhold i dag, i tillegg til å ta opp i seg *Stortingsmelding nr. 37 (2007-2008)* sine signaler. Kurset vil innebære både en samling på KRUS, samling regionalt og nettbasert undervisning.

### Målgruppe:

Tilsatte som har jobbet 5 år eller mer i kriminalomsorgen, og som ikke har lederansvar.

### Innhold:

Etterutdanningen består av flere fagmoduler. Du vil finne et detaljert program på våre nettsider [www.krus.no](http://www.krus.no) ca. to måneder før utdanningen starter. Sentrale områder vil være:

- Sikkerhet, makt og omsorg.
- Rolleforståelse og organisasjonsstruktur.
- Kommunikasjon og endringsarbeid.
- Oppdatering på nye oppgaver (nye straffereaksjoner etc.)
- Fagspesifikke tema.

### Undervisningsform:

Forelesninger, diskusjoner, gruppeoppgaver, individuelle innleveringer og øvelser.

**Tid:** Deltakerne innkalles.

**Sted:** KRUS og regionale samlinger.

**Fagansvarlig:** Christine Sørøy

# LEDELSE I KRIMINALOMSORGEN

## *Konflikthåndtering og ledelse*

Hvis du leder en personalgruppe vil du før eller siden måtte håndtere konflikter som oppstår. Kurset "Konflikthåndtering og ledelse" gir innsikt i sammenhengen mellom grunnleggende prinsipper for konstruktiv konflikthåndtering og god ledelse. Kurset vil gi økt forståelse for gevinster og krefter som utløses ved god konflikthåndtering, samt utvikle deltakernes ferdigheter i å forebygge konflikter gjennom coaching og samtale. Kurset vil gi økt bevissthet om egne holdninger og kompetanse når det gjelder å gripe inn i vanskelige situasjoner, samt innsikt i egne reaksjonsmønstre. Kurset vil bidra til økt forståelse for konflikthåndtering som en del av lederansvaret. Kursholder er Francine Boucher.

### **Målgruppe:**

Ledere på alle nivåer.

### **Innhold:**

- Lederansvar og relasjonsbygging.
- Egne personlige ressurser for konflikthåndtering.
- Konsekvenser av konfliktskyhet og beslutningsvegring hos leder.
- Verktøykasse med ulike teknikker for konflikthåndtering.
- De juridiske spilleregler i konflikter.

### **Undervisningsform:**

Gruppearbeid, egne cases, utveksling i plenum, forelesing og dialog, rollespill med konstruktiv tilbakemelding.

**Tid:** 13.-15. september

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ida Stendahl

**Søknadsfrist:** 1. august

## **Kriseledelse**

Ledere i Kriminalomsorgen vil av og til måtte utøve ledelse i ekstreme eller tilspissede situasjoner som kjennetegnes av sterkt press, høy risiko og fare, og mange usikkerhetsmomenter. Slike situasjoner oppleves som overveldende og vil stille særlig høye krav til leder. Dette kurset vil fokusere på hvordan du kan forberede deg og medarbeiderne dine på krisesituasjoner. I tillegg til forberedelse vil kurset også fokusere på ledelse *under* og *etter* en krisesituasjon. Kurset vil gjøre ledere bedre i stand til å forberede seg og sine medarbeidere på krisesituasjoner, håndtere krisesituasjoner og følge opp medarbeidere etter kriser.

### **Målgruppe:**

Ledere med stabsfunksjon og operativt ansvar.

### **Innhold:**

- Metodikk for regi og gjennomføring av øvelser.
- Gode planer og systemer for rollefordelig, koordinering og rutiner under en krisesituasjon.
- Lederens rolle etter en krise med særlig vekt på oppfølging av medarbeidere.

### **Undervisningsform:**

Presentasjon, dialog, trening og øvelser.

**Tid:** 11.-12. oktober

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ida Stendahl

**Søknadsfrist:** 1. september

## **Ledelse av møter og kreative prosesser**

Har du ledet et møte hvor du opplevde at medarbeiderne dine ikke var med deg i det hele tatt? Har du gått ut fra et møte og lurt på hva dere egentlig ble enige om? I dette kurset vil du få erfaring med metoder og verktøy som kan hjelpe deg i å engasjere og motivere medarbeiderne dine, oppmuntre til deltakelse og ikke minst skape entusiasme for nye mål og oppgaver. Ulike møter – som f.eks. morgenmøter, overlappingsmøter og avdelingsmøter – krever ulik ledelse.

Kurset vil gi deltakerne økt trygghet og kompetanse i å planlegge og gjennomføre ulike former for møter. Det vil også gi innsikt i hvordan selve gjennomføringen kan kreve ulike former for formidlings- og presentasjonsmidler. Kursdag 3 (valgfri) vil øke deltakernes kompetanse i å legge til rette for kreative mini-prosesser. Kursholderne er fra Læringsentreprenørene og KRUS.

### **Målgruppe:**

Ledere på alle nivåer.

### **Innhold:**

- Kjennskap til og erfaring med metodikk og verktøy for planlegging og gjennomføring av ulike former for møter.
- (Valgfri dag 3) Påfyll når det gjelder å legge til rette for "kreative mini-prosesser" der deltakelse og innspill fra medarbeiderne dine er særlig viktig.

### **Undervisningsform:**

Presentasjon, trening, gruppeøvelser, prosessledelse.

**Tid:** 19.-21. april

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ida Stendahl

**Søknadsfrist:** 8. mars

## **JUS for ledere**

En leder med personalansvar må ha god innsikt i det lov- og regelverk som regulerer forhold til de tilsatte. En leder i kriminalomsorgen vil i tillegg støte på ekstra utfordringer knyttet til det å drive på en måte som ivaretar den enkeltes råderett over egne personopplysninger. Kurset vil gi deg mulighet til å diskutere reelle problemstillinger fra din hverdag og dele erfaringer med andre. Dette kurset retter seg mot ledere som har behov for en grunnleggende innføring i personaljus og utfordringer knyttet til personvern.

Kurset skal gi økt innsikt i grunnleggende lov- og regelverk knyttet til personalledelse i staten og personvern.

### **Målgruppe:**

Ledere med personalansvar

### **Innhold:**

- Grunninnføring i lov- og avtaleverk knyttet til personalledelse og personvern.
- Praktisk arbeid med utgangspunkt i reelle caser.
- Temaer som tilsetninger, tilrettelegging for arbeidstakere med redusert arbeidsevne, endringer i arbeidsforhold, konflikthåndtering, disiplinærsaker og den enkeltes rett til å hegne om sitt privatliv.

### **Undervisningsform:**

Presentasjon, forelesning, diskusjon, gruppeoppgaver.

**Tid:** 26.-27. april

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ida Stendahl

**Søknadsfrist:** 15. mars

## **Økonomistyring for ledere**

Kurset gir en innføring i statlig økonomistyring. Deltakerne vil få nærmere innsikt i temaer som budsjettprosess og regelverk på økonomifeltet. I tillegg vil det bli lagt opp til diskusjon rundt spesifikke problemstillinger og erfaringsutveksling.

Kurset retter seg mot ledere som har behov for en grunnleggende innføring i disse oppgavene – enten man nettopp har fått ansvar for slike oppgaver, eller ønsker en oppfriskning. Målet med kurset er å gi økt kunnskap og ferdigheter innenfor økonomistyring.

### **Målgruppe:**

Ledere med budsjettansvar.

### **Innhold:**

- Grunninnføring i økonomi i staten generelt og kriminalomsorgen spesielt.
- Gjennomgang av et budsjettår med oppstart i oktober og fjerde kvartal.
- Temaer som blir behandlet er blant annet behovsinnmelding, planlegging og budsjettering, utfordringer i selve driftsfasen samt rapportering og revidering.

### **Undervisningsform:**

Presentasjon, forelesning, diskusjon, gruppeoppgaver med utgangspunkt i budsjetter og casebeskrivelser.

**Tid:** 26.-27.mai

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ida Stendahl

**Søknadsfrist:** 7. april

## **Faglig forum for ledere – Nettverksbygging for nye ledere**

Det viktigste du lærer om ledelse skjer i hverdagen. For å få mest mulig ut av den læringen er det viktig å finne et rom i hverdagen hvor man kan reflektere og diskutere erfaringer med andre ledere.

Dagsforumet er ment å være et slikt rom hvor vi tar for oss sentrale, daglige læringssituasjoner. Vi ønsker å fokusere på ulike prosessmetodikk for å utløse læringspotensialet som ligger i hverdagen. I "Faglig forum" får du mulighet til å bruke en dag på å treffe ledere fra andre enheter i Kriminalomsorgen og få nye innspill, ideer og motivasjon.

Dette blir første gang vi tilbyr ledere å delta på en slik refleksjonsdag. Vi ønsker å invitere ulike ledergrupper til forumet for å øke nytten av erfaringsutvekslingen, treffe med relevante tema og problemstillinger og legge til rette for utvikling av ledernetverk.

### **Målgruppe:**

Tilsatte som akkurat er blitt leder for første gang og/eller er ny som leder i kriminalomsorgen.

### **Innhold:**

- Overgang fra fagperson til leder – innfasing i ny rolle.
  - Leder for første gang – hva trenger jeg av lederen min og av medarbeiderne mine?
  - Forumet drives som en deltakende prosess med refleksjon rundt eget lederskap, kollegaveiledning og erfaringsdeling i grupper.
- En mer detaljert beskrivelse legges ut på [www.krus.no](http://www.krus.no) i god tid før påmeldingsfristen.

### **Undervisningsform:**

Presentasjon, refleksjon, kollegaveiledning, erfaringsdeling i grupper.

**Tid:** 30. november

**Sted:** KRUS

**Påmelding:** [www.krus.no/soknadsskjema](http://www.krus.no/soknadsskjema)

**Faglig ansvarlig:** Ida Stendahl

**Søknadsfrist:** 15. oktober

## VBU - VERKSBJENTUTDANNING

Dette utdanningstilbudet er en kriminalomsorgsfaglig grunnutdanning for alle tilsatte i verksdriften. Den strekker seg over ca. ni måneder og inneholder tre samlinger på KRUS. Mellom samlingene skal det avsettes arbeidsdager til fjernundervisning. Disse er fordelt slik at det gjennomgående vil være en og en halv studiedag i hver toukers periode.

Fjernundervisningen er databasert, og gruppemøter vil foregå via Skype; det vil si at deltakerne er avhengig av tilgang til internett via bredbånd. Detaljert kjøreplan for utdanningstilbudet er klar i begynnelsen av desember og kan fås ved henvendelse til KRUS ved kurssekretær eller faglig ansvarlig.

Målet er å gi tilsatte i verksdriften en kriminalomsorgsfaglig grunnutdanning slik at de får en kompetanse for å nå de mål arbeidsdriften har i en helhetlig kriminalomsorg.

### **Målgruppe:**

Tilsatte i verksdriften uten kriminalomsorgsfaglig utdanning.

### **Innhold:**

- Gruppedynamikk og samarbeid, bruk av data, etikk og profesjonalitet
- Lover, forskrifter og retningslinjer, saksbehandling, rapportlære
- Rusproblematikk, kontaktbetjentarbeid og sikkerhet.
- Veiledning, instruksjon, ledelse, arbeidsmiljø og kultur.

### **Undervisningsform:**

Gruppearbeid, praktiske øvelser, seminar, ekskursjoner, forelesninger, individuelle oppgaver og diskusjoner.

**Tid:** Tre samlinger; februar, før sommerferien og i desember.

**Sted:** KRUS

**Faglig ansvarlig:** Geir Eskeland

**Søknadsfrist:** 14. desember

## Stipend

Stipendmidlene skal brukes til faglige studiereiser som fremmer internasjonalt samarbeid. Stipendet deles ut to ganger årlig, og søknad sendes via tjenestesvei, dvs. at enhetsleder og regionen skal anbefale søknaden til KRUS.

### **Søknaden må inneholde:**

Det må gå frem av søknaden hva som er målet med reisen og hvilke institusjoner/fengsler man tar sikte på å besøke. Det må oppgis hvor stort beløp det søkes om, og det må vedlegges et kostnadsoverslag over de samlede utgifter knyttet til reisen. Det må også oppgis hvor lang tjenestetid søkeren har i staten og på nåværende tjenestested. KRUS må ha påtegning om innvilgelse av permisjon med lønn, og om hvilken nytte etaten forventer å få av studiereisen. Innen tre måneder etter reisens avslutning må det sendes skriftlig rapport til KRUS om studieturen.

**Faglig ansvarlig:** Ellen Ekhaugen og Janne Helgesen

**Søknadsfrist:** 1. mars og 1. august

## KRUS biblioteket

Biblioteket er en sentral arena for læring og kunnskap på KRUS. Målet vårt er å bidra til utvikling av det faglige nivået i kriminalomsorgen, samt å spre informasjon om kriminalomsorg til andre deler av samfunnet. KRUS tar sikte på å ha landets beste spesialbibliotek på feltet, og vi er behjelpelige med å skaffe materiale fra andre bibliotek.

KRUS-biblioteket kan tilby brukerne en samling bestående av ca. 10.000 bøker, 80 ulike tidsskrifter (norske og utenlandske), offentlige publikasjoner, videoer og dvd-er, KRUS-publikasjoner og forskningsrapporter. Samlingen er konsentrert rundt emner innen kriminalomsorg og beslektede fagfelt med vekt på kriminologi, etikk, pedagogikk, psykologi, jus, sosialt arbeid, rusproblematikk, idrett og generell ledelse. Biblioteket tilbyr også noe lettere litteratur knyttet opp mot faget.

Bibliotekpersonalet tilbyr veiledning i bruk av biblioteket og søk på internett, formidler artikkelkopier og publikasjoner som finnes i opplag ved KRUS.

Det er mulig å søke i bibliotekets database på internett. Ved å gå inn på KRUS' nettside [www.krus.no/biblioteket](http://www.krus.no/biblioteket) og klikke seg inn på "søk i biblioteksamlingene", vil du kunne finne både vår og andre fagbiblioteks samlinger. Er du registrert som låner, har du mulighet til å bestille lån direkte fra oss via e-post eller telefon.

Biblioteket har en lesestol med aviser og tidsskrifter som kursdeltakere er velkomne til å benytte seg av. I tillegg fins en PC og muligheter for selvbetjent lån utenom åpningstid. Trådløst nettverk er naturligvis også tilgjengelig i biblioteket.

Velkommen!

## Desentraliserte tilbud

I 2009 tilbyr KRUS å stille med fagpersoner på kurs og seminarer som regionene eller enhetene arrangerer. KRUS kan bidra med foredragsholdere eller innledere på en rekke områder. På [www.kurs.no/forskning](http://www.kurs.no/forskning) finnes det en kompetanseoversikt over tilsatte ved KRUS.

**Kontaktperson:** Janne Helgesen

**Søknadsfrist:** Ta kontakt for individuell avtale.

## Utveksling av tilsatte i kriminalomsorgen – Nordisk tjenestemannsutveksling

I 2010 kan Norge utveksle tilsatte med Sverige. Fire norske tilsatte i kriminalomsorgen gis anledning til å besøke fengsler og institusjoner i en uke. Utvekslingen vil finne sted i løpet av 2010.

Det innvilges en godtgjøring per døgn til opphold og diett. Det forutsettes at reisen gjøres på billigst mulig måte. Etter endt utveksling sendes reiseregning med bilag til KRUS. KRUS er behjelpelig med bestilling av billetter og innkvartering. Reiseforskudd utbetales fra KRUS når endelig program for reisen foreligger.

De som deltar i utvekslingen skal skrive en rapport om innholdet og de erfaringer de har gjort under utvekslingen innen tre måneder etter hjemkomsten. Rapporten sendes KRUS og kan, hvis deltakerne ønsker det, være felles for de som har deltatt.

Tilsatte som ønsker å være med i tjenestemannsutvekslingen må sende søknad via tjenestesvei til KRUS (dvs. at enhetsleder og regionen skal anbefale søknaden til KRUS).

### **Søknaden må inneholde:**

Opplysninger om eventuell tidligere deltakelse i nordisk tjenestemannsutveksling. En kortfattet begrunnelse for reisen, hvor faglige mål og eventuelle ønsker om å besøke spesielle institusjoner oppgis.

**Faglig ansvarlig:** Ellen Ekhaugen

**Søknadsfrist: 30. Juni**

## [www.krus.no](http://www.krus.no)

På KRUS.no presenteres det ukentlig nyheter om hva som skjer både i Teisenveien og i Ulvenveien. Nettsidene gjennomgikk en større omlegging fra februar 2007, og fremstår i dag som brukervennlige og lette å finne frem i.

[www.krus.no](http://www.krus.no) tilbyr informativ og lettfattelig presentasjon av alle aktiviteter på KRUS, både om Fengselsskolens opptakskriterier, søknadsfrister, grunnutdanningsaktiviteter, kurs- og etterutdanningstilbud og forskning.

Alle KRUS-publikasjoner er omtalt og flere av dem kan lastes ned som PDF-dokumenter. Det samme gjelder presentasjoner fra konferanser og fagsamlinger.

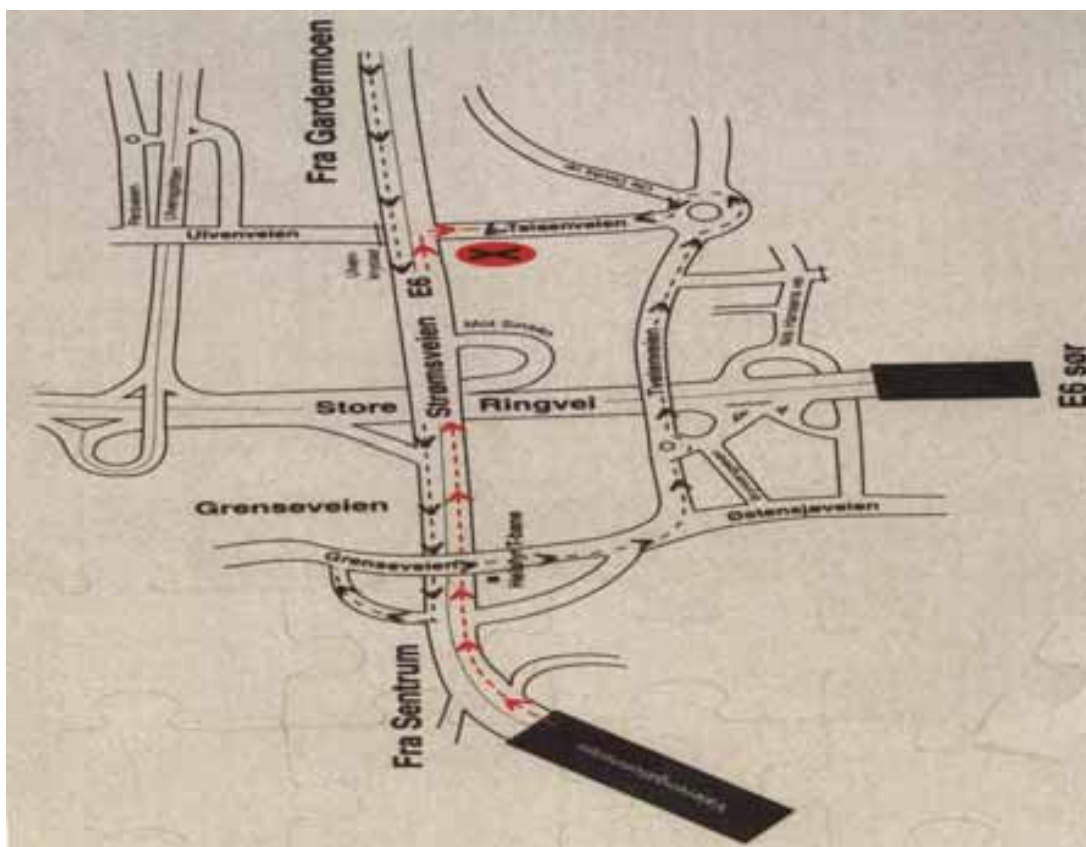
### **Engelskspråklig versjon:**

En del av det som omtales på nettsidene er oversatt til engelsk. Engelske sammendrag fra KRUS publikasjoner er også lagt ut.

### **Kontaktinformasjon:**

På [www.krus.no](http://www.krus.no) finner du også organisasjonskart og kontaktinformasjon til alle tilsatte på KRUS.

## Kart for å finne frem til KRUS



### Offentlig transport:

Fra Gardermoen: Flybussen til Ulvenkrysset.

Fra Sentrum: T-bane til Helsfyr, buss 76, 401 eller 411 til Ulvenkrysset eller buss 401 eller 411 fra Oslo Bussterminal til Ulvenkrysset.

### Parkering:

De beste parkeringsmulighetene er i Teisenveien 5, så de som kommer med bil bør parkere der og spasere over gangbrua hvis kurset er lagt til Ulvenveien 111 – det er omtrent 7 minutters spasertur.

Se også [www.krus.no/kart](http://www.krus.no/kart) og bruk reiseplanleggeren "Vis vei".

