HJELP, JEG SKAL SAMARBEIDE MED UNGDOMSRÅD



Håndbok for de som jobber med ungdomsråd eller skal samarbeide med ungdomsråd

VESTERÅLEN
KULTURSAMARBEIDET

INNHOLDSFORTEGNELSE

OM UNGDOMSRÅD OG MEDVIRKNING

Hva er et ungdomsråd? 3
Hvorfor ungdomsmedvirkning? 4
Når bør ungdom involveres? 6
God og dårlig medvirkning 7
Ungdommens egne tips 8
Metoder for medvirkning 10

SAMARBEID MED KOMMUNEN

Ungdomsrådets og kommunens oppgaver 11
Den kommunale prosessen 12
Hvem skal gjøre hva? 13
Ungdomsvennlig saksfremlegg 14

FOR DEG SOM ER KOORDINATOR

Rollen som ungdomskoordinator 15
Før, under og etter møtet 16
Sakslisten 17
Valg i ungdomsrådet 18
Tips til et godt valg 19
Mangfold i valgprosessen..... 20
Eksempel på valgprosess 21

VESTERÅLEN
KULTURSAMARBEIDET

HJELP, HVA ER ET UNGDOMSRÅD?

Et ungdomsråd representerer ungdom i saker som er viktige for unge og gir råd til kommunen.

Gjennom ungdomsrådet kan ungdom være med og påvirke beslutninger som handler om unges hverdag, som skole, fritid og lokalmiljø. Ungdomsrådet kan og ta initiativ til å lage aktiviteter og arrangementer for ungdom.



Om håndboken

Håndboken er laget for alle som samarbeider med ungdomsråd. Den gir kunnskap, verktøy og praktiske råd for å sikre reell ungdomsmedvirkning og godt samarbeid med kommunen. Håndboken bygger videre på «Hold styr på styret!», som er håndboken til ungdomsrådene i Vesterålen.

HVORFOR ER UNGDOMSMEDVIRKNING VIKTIG?

Ungdomsmedvirkning handler om å gi unge mulighet til å påvirke saker som angår dem. Når ungdom blir hørt og tatt på alvor, styrkes både engasjementet og lokaldemokratiet.

Ungdom sitter på erfaringer og perspektiver som voksne ikke alltid ser, og deres innspill kan bidra til bedre beslutninger, nye ideer og et mer inkluderende lokalsamfunn.

«Det sies ofte at ungdom er fremtiden, men sannheten er at ungdom er nåtiden også»

–Astri M. Høve, leder Sortland ungdomsråd 2026



HVILKE SAKER ØNSKER UNGDOM Å BLI INVOLVERT I?

Basert på en undersøkelse gjennomført for ungdomsrådene i Vesterålen 2025, fikk disse sakene høyest prioritet:

- Skole
- Psykisk helse
- Samferdsel
- Fritidstilbud og møteplasser
- Idrett, kultur og friluftsliv

Ungdom kan også være interesserte i andre saker og det blir derfor opp til deg å finne ut hva de er interessert i!



NÅR BØR UNGDOM INVOLVERES?

Ungdom bør involveres når kommunen arbeider med saker som påvirker deres hverdag, framtid eller muligheter i lokalsamfunnet. Jo tidligere ungdom blir involvert, desto større mulighet har de til å påvirke resultatet.

Før en sak behandles, kan kommunen stille seg følgende spørsmål:

1. Påvirker saken ungdoms hverdag?
2. Handler saken om skole, fritid, helse, kultur, transport eller nærmiljø?
3. Skal ungdom leve med konsekvensen av beslutningen?

Hvis svaret er JA på ett eller flere av spørsmålene, bør ungdomsrådet vurderes involvert.

VIKTIG

Innspill fra ungdom skal følges opp med tilbakemelding om **begrunnelse** og **resultat!** Mange ungdom opplever å komme med innspill, men aldri få tilbakemelding på hva innspillene ble brukt til!

Gi tilbakemelding som kommer frem til ungdomsrådet!

EKSEMPLER PÅ GOD OG DÅRLIG MEDVIRKNING

Dårlig medvirkning	God medvirkning
Ungdom blir spurt etter at beslutningen allerede er tatt.	Ungdom blir involvert tidlig i prosessen, før viktige valg og beslutninger tas.
Ungdom får kompliserte sakspapirer uten forklaring.	Saker forklares på en enkel og forståelig måte.
Ungdom blir bedt om å uttale seg, men får for liten tid til å komme med innspill.	Ungdom får nok tid og mulighet til å diskutere saken og komme med egne innspill.
Bidrar med innspill, men får aldri tilbakemelding	Bidrar med innspill og får tilbakemelding!



Husk: Medvirkning handler ikke om at ungdom alltid får viljen sin, men at de får mulighet til å påvirke og at meningene deres blir tatt på alvor!

UNGDOMMENS EGNE TIPS TIL DEG!



-Vesterålen ungdomsråd 2026



Kommunens arbeid er viktig, men kan også være veldig kjedelig for ungdom

Prøv derfor å gjør sakene interessante!

METODER

Ungdomsråd liker å jobbe kreativt og aktivt. Det kan fort bli kjedelig å sitte lenge og bare høre på at andre snakker. Ungdom ønsker heller dialog, oppgaver og muligheten til å delta underveis. Å skrive og tegne på ark, bruke post-it-lapper, lage plakater og jobbe sammen gjør det lettere å engasjere seg.

Workshops er ungdomsrådets foretrukne arbeidsmetode!

Metoder til inspirasjon:

Drømmekommunen

Tegn eller beskriv hvordan den perfekte kommunen for ungdom ser ut. Hvor møtes ungdom? Hva finnes av tilbud? Hvordan er skolen og fritiden? Gruppene presenterer til slutt sine viktigste ideer.

Pengesekken

Gruppa får en tenkt pengesekk som skal fordeles på for eksempel skole, psykisk helse, møteplasser, kultur, idrett og transport. Diskuter hva dere vil bruke mest penger på – og hvorfor.

Kartlegging

Bruk et kart og marker steder ungdom liker, steder de unngår og steder som bør bli bedre. Skriv gjerne på hva som mangler eller bør endres.

Blink og verdilinje

Bruk en blink for å vise hvor fornøyd eller enig du er i ulike tema. Du kan også bruke en verdilinje fra «helt enig» til «helt uenig» for å diskutere utvalgte påstander.

UNGDOMSRÅDETS OG KOMMUNENS OPPGAVER

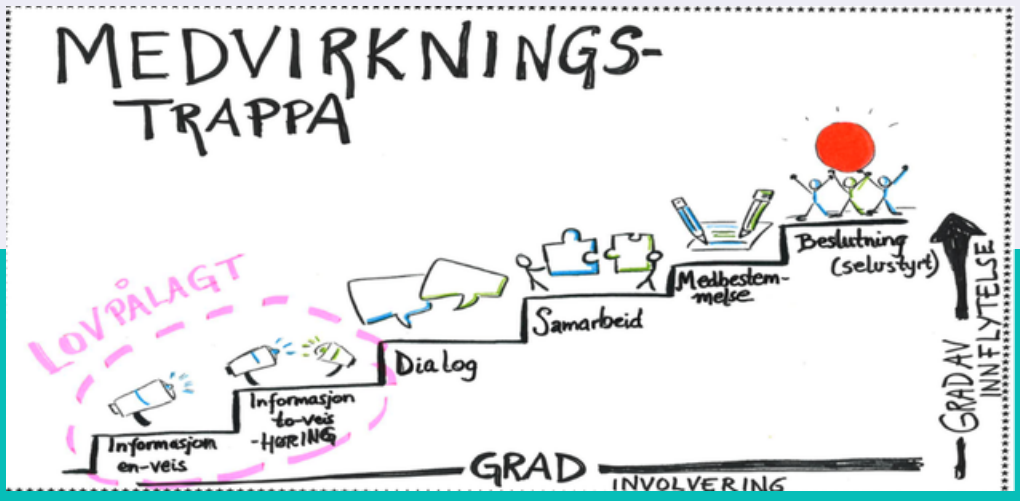
Godt samarbeid mellom ungdomsrådet og kommunen er en forutsetning for reell medvirkning.

Når ungdom får mulighet til å påvirke, og kommunen følger opp innspillene, styrkes både lokaldemokratiet og kvaliteten på beslutningene som tas.



HJELP, DEN KOMMUNALE PROSESSEN

Innbygger	En idé eller et innspill starter saken.
Ansatte	Utreder saken og vurderer løsninger.
Kommunedirektør	Gir en anbefaling til politikerne.
Politisk utvalg	Diskuterer saken og gir råd.
Formannskap	Behandler viktige saker før kommunestyret.
Kommunestyre	Diskuterer, stemmer og tar den endelige beslutningen.
Vedtak	Administrasjonen gjennomfører det som er bestemt.



Medvirkningstrappa viser ulike nivåer av hvor mye man får være med og påvirke. Nederst i trappa er det lite medvirkning, mens øverst betyr at ungdom har stor innflytelse og blir tatt på alvor. Målet er at ungdom skal medvirke på trinn 3 og oppover i medvirkningstrappa for å sikre reell medvirkning

HJELP, HVEM SKAL HVA?

Ungdomsrådet skal:

- Gi innspill i saker som berører barn og unge.
- Fremme saker og forslag på vegne av ungdom.
- Delta i høringer og medvirkningsprosesser.
- Samarbeide med politikere, administrasjon og andre aktører.

Kommunen skal:

- Sørge for at ungdomsrådet får saker til behandling tidlig nok til å kunne påvirke.
- Legge fram saker på en forståelig måte.
- Gi ungdomsrådet nødvendig støtte og veiledning gjennom sekretariat- og koordinatorfunksjon.
- Ta ungdomsrådets uttalelser på alvor i politiske prosesser.



Håndbok for ungdomsråd

Håndboken "Hold styr på styret!" gir en enkel innføring i hvordan det er å være medlem av ett ungdomsråd.

HJELP, JEG SKAL LAGE ET UNGDOMSVENNLIG SAKSFREMLEGG

Saksfremlegg

Et saksfremlegg for ungdom bør være kort, tydelig og lett å forstå.

- Hva handler saken om?
- Hvorfor er dette viktig?
- Hva skal ungdomsrådet ta stilling til?

Eksempel: Ny folkehelseplan

Hva handler saken om?
Kommunen skal lage en ny folkehelseplan og ønsker innspill fra ungdomsrådet om hva som er viktig for barn og unge.

Hvorfor er dette viktig?
Folkehelse handler blant annet om trivsel, fysisk og psykisk helse, fritid, møteplasser og det å føle seg inkludert.

Hva skal vi ta stilling til?
Hva mener ungdomsrådet er viktig å ha med i den nye folkehelseplanen? Hva kan kommunen gjøre for at barn og unge skal ha det bedre?



Har du ett langt og kjedelig saksfremlegg som skal oversettes til ungdom? **Bruk KI**

Legg gjerne ved mer info, vedlegg, powerpoint etc. til de som er interesserte i mer info om saken.



HJELP, JEG ER KOORDINATOR



Foto: Fanny Overgaard

Rollen som ungdomskoordinator

Ungdomskoordinatoren har en viktig rolle i å legge til rette for et velfungerende ungdomsråd. Koordinatoren skal støtte ungdommene, sørge for gode arbeidsforhold og være bindeleddet mellom ungdomsrådet og kommunen.

Koordinators viktigste oppgaver

- Planlegge og forberede møter.
- Følge opp medlemmer og bidra til et godt arbeidsmiljø.
- Være kontaktpunkt mellom ungdomsrådet, administrasjonen og politikerne.
- Sikre at ungdom får reelle muligheter til medvirkning.
- Gi opplæring og bidra til kompetanseutvikling i ungdomsrådet.

HJELP, HVA GJØR KOORDINATOREN?

Før møtet

- Overordnet ansvar for saksliste og forbered aktuelle saker.
- Sørg for at saksframlegg er skrevet i et enkelt språk som er forståelig for ungdom.
- Gå gjennom sakslisten med leder av ungdomsrådet før møtet.
- Ansvar for at saksliste og saksdokumenter sendes ut minst én uke før møtet.
- Bestill mat eller snacks.

Under møtet

- Ungdomsrådets leder styrer møtet.
- Koordinatoren bidrar med orienteringer, informasjon og veiledning ved behov.
- Koordinatoren sørger for at det blir skrevet protokoll/referat.
- Bruk gjerne enkle metoder og gruppearbeid for å aktivisere medlemmene.
- Vær oppmerksom på at nye medlemmer kan trenge ekstra støtte.

Etter møtet

- Ferdigstill referat eller protokoll.
- Referat/protokoll gjennomgås av to medlemmer i rådet eller leder før utsending.
- Send referat/protokoll til medlemmene så raskt som mulig etter møtet.
- Følg opp saker og oppgaver som ble avtalt.
- Gi tilbakemelding når ungdomsrådets innspill har blitt behandlet videre i kommunen.

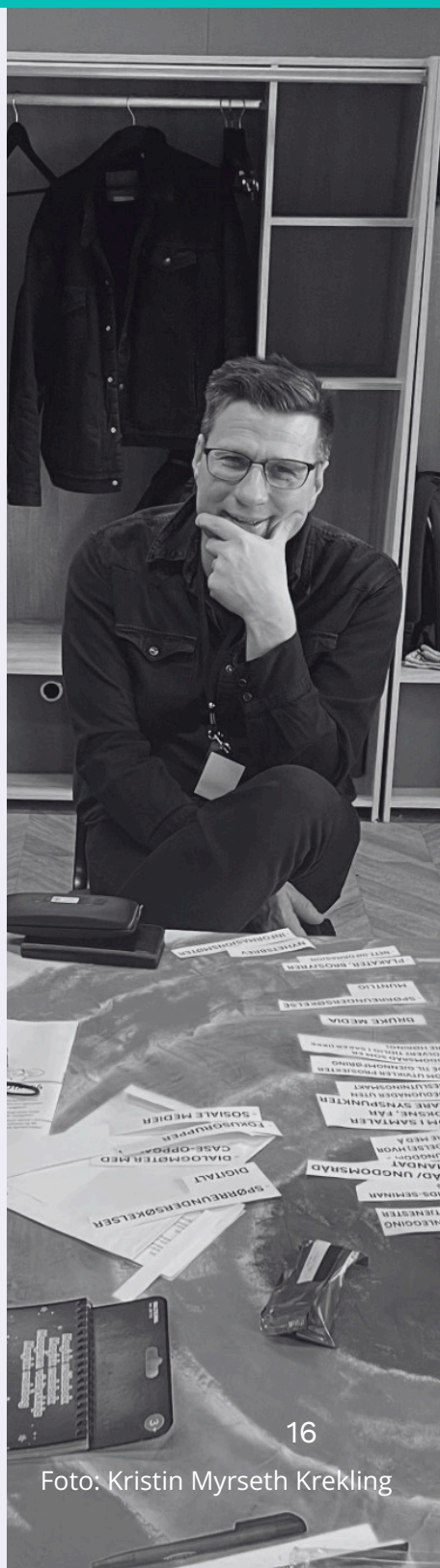


Foto: Kristin Myrseth Krekling

SAKSLISTEN

Sakslisten gir medlemmene oversikt over hva som skal behandles i møtet og skal sendes ut sammen med sakspapirene minst én uke før møtet.

En saksliste bør som minimum inneholde:

- Godkjenning av innkalling og saksliste.
- Godkjenning av referat/protokoll fra forrige møte.
- Saker som skal behandles i neste kommunestyre eller politiske utvalg.
- Saker kommunen arbeider med som er relevante for ungdom.
- Oppfølging av saker fra tidligere møter.

Det er viktig å sjekke at saker som ungdomsrådet tidligere har behandlet blir fulgt opp. På den måten sikrer man at innspill og vedtak tas videre i kommunen, og at ungdomsrådet ser resultater av arbeidet sitt.



VALG I UNGDOMSRÅDET

På høsten velges et nytt ungdomsråd. Representanter i ungdomsrådet velges for to år og gjelder fra det tidspunkt medlemmene er valgt av kommunestyret.

Ungdomsrådet bistår i organiseringen av valget, mens ungdomskoordinator har det overordnede ansvaret. Mot slutten av året velger kommunestyret hvem som skal sitte i ungdomsrådet.

Før valget opprettes en valgkomité som foreslår kandidater til ungdomsrådet. Valgkomiteen bør bestå av ungdomskoordinator og 2-3 representanter fra ungdomsrådet.

Alle ungdommer bosatt i kommunen som er minst 13 år og ikke har fylt 19 år kan bli medlem i ungdomsrådet.

Begge kjønn skal være representert med minst 40%



TIPS TIL ET GODT VALG

1. **Planlegg i god tid**

Lag en enkel tidsplan for informasjon, kandidater, valgkomite og selve valget. Samarbeid gjerne med skoler, elevråd og andre arenaer der ungdom møtes.

2. **Nå ut til alle**

Bruk flere kanaler for å spre informasjon om ungdomsrådet. Kombiner gjerne besøk på skoler, møteplasser og andre digitale kanaler.

3. **Fra kandidat til valg**

Ungdom kan selv melde interesse eller sende inn søknad. Valgkomiteen vurderer disse sammen med andre aktuelle kandidater, og innstiller kandidater til kommunestyret. Kommunestyret foretar det endelige valget.



MANGFOLD I VALGPROSESSEN

Mangfold i valgprosessen er viktig for å skape et ungdomsråd som representerer flere ungdommer. I valgprosessen er det derfor viktig å jobbe for å nå ut til alle ungdom!

- [ ] Grunnskole, VGS, lærling
- [ ] Hvor du bor
- [ ] Interesser
- [ ] Nasjonalitet, etnisitet
- [ ] Funksjonsevne
- [ ] **Noe annet viktig?**

HVORDAN KAN VALGPROSESSEN SE UT?

Aktivitet	Tidspunkt	Ansvarlig
Planleggingsmøte	September	Koordinator + leder av UR
Informasjonskampanje	September	UR-medlemmer + koordinator
Nominasjon	Oktober	Valgkomite + koordinator
Ungdomsrådet presenteres og velges av kommunestyret	Desember	Valgkomite + koordinator



Nå er du forhåpentligvis litt klokere på hvordan du kan involvere ungdom og samarbeide med ungdomsrådet.

Resten lærer du underveis – aller helst sammen med ungdommene.

Lykke til!

OM HÅNDBOKEN

Håndboken er utarbeidet av **Kultursamarbeidet i Vesterålen** på oppdrag av Vesterålsrådet, som en del av prosjektet Ung i Vesterålen.

Arbeidet er gjennomført i samarbeid med prosjekt **Ung medvirkning med mening i Sortland kommune**, som har bidratt med faglig støtte og erfaringer knyttet til ungdomsmedvirkning.

I arbeidet med håndboken har vi tatt inspirasjon fra *Ungdomsråd – ein rettleiar* fra Bufdir.

Målet med håndboken er å samle kunnskap om ungdomsråd, og bidra til at flere ungdommer blir hørt og kan påvirke saker som angår dem.

Håndboken er finansiert av av kommunene i Vesterålen, Statsforvalteren i Nordland og Nordland fylkeskommune.

Takk til alle involverte!

Jørgen Nilssen, Kristin Myrseth Krekling
30.10.26

Foto: Therese Joanna Hansen

Vesterålen Ungdomsråd

vestreg.no

VESTERÅLEN
KULTURSAMARBEIDET

VESTERÅLEN

KULTURSAMARBEIDET

Sortland kommune

BØ KOMMUNE
Det gode liv i Bø

Hadsel kommune
Et hav av muligheter

Andøy kommune

Øksnes kommune