



TRONDHEIM KOMMUNE

Årsplan Ferista friluftsbarnehage 2022/2023



“Frihet og gode naturopplevelser - uteliv på barnas premisser”

Årsplanen er basert på Lov om barnehager, Rammeplan for barnehager og enhetsavtalen for de kommunale barnehagene i Trondheim.

Om barnehagen vår

I skog og mark er det godt å være for både små og store! Ferista ligger i umiddelbar nærhet til Bymarka og vi bruker marka som lekeplass gjennom hele året. Vår visjon er "frihet og gode naturopplevelser - uteliv på barnas premisser". Aktivitetene vil variere ut fra barnas alder og forutsetninger. Gjest i naturen og sporløs ferdsel er en viktig del av vårt holdningsskapende arbeid. Vi skal være oppmerksomme på hva som finnes av plante og dyreliv der vi ferdes, og ha innsikt i hvordan vi kan unngå unødig slitasje på de ulike områdene. Vi setter ikke opp faste installasjoner i skog og mark. Utstyr tas med tilbake til barnehagen etter bruk.

Lek er en viktig del av barnas hverdag og vi ønsker å legge til rette for aktiv og kreativ lek både inne og ute. Det skal være godt å komme i barnehagen. Der møter man venner og trygge omsorgsfulle voksne. Det skal være god stemning og rom for mye humor og glede.

Vi har samisk barnehagetilbud på Ferista, les mer om dette i neste delkapittel. Det å ha et samisk tilbud i vår barnehage beriker alle barna i barnehagen, dette gir barna innsikt i samisk språk, historie og kultur. Vi har lært og lærer fortsatt om kompleksiteten, mangfoldet og hvordan det er å være samisk i dag. I arbeidet med å utvikle det samiske tilbudet vil Ferista synliggjøre samisk kultur og bidra til at barna kan utvikle respekt og fellesskapsfølelse for det samiske mangfoldet.



Belnie saemien maanajgiertedåehkie

Høsten 2017 startet Trondheim kommune sitt første samiske barnehagetilbud. Dette er et tilbud for samiske barn og familier, der barna får tilegne seg samiskspråklig kompetanse, styrke sin identitet, videreføre og få tilhørighet til samisk kultur. På Ferista er vi stolte av å ha et godt samisk barnehagetilbud med både nordsamisk barnehagelærer og en sørsamisk språkarbeider.

Gjennom tett samarbeid med foreldre, ønsker vi å tilby samiske barn et godt utgangspunkt i livet. Trondheim er et historisk samisk området og arbeidet med det samiske barnehagetilbudet har vært et viktig ledd i prosessen med å revitalisere det samiske og utgjør en hjørnestein for et levende bysamisk miljø i Trondheim og omegn. Tilbudet har som hensikt å bringe samiske barn og familier sammen for å lære språk og kultur i fellesskap.

Ansatte i Ferista barnehage har særlig kompetanse på samisk språk, kultur og identitet. Det er flere fra barnehagen vår som har tatt sørsamisk språkkurs. Fra 2018 har vi en knutepunktfunksjon overfor andre barnehager i Trondheim kommune. Dette innebærer: veiledning, informasjon og kulturformidling til barnehager i byen generelt og til barnehager med samiske barn spesielt.

Arbeidet med det samiske tilbudet skjer i samarbeid med Sametinget, Fylkesmannen i Trøndelag, Senter for samisk i opplæringa, Cizáš samiske barnehage i Oslo, sørsamisk barnehagenettverk sammen med Røros og Snåsa kommune og samiske organisasjoner i det samiske miljøet.



Stein-saks-papir

En strategi for å bygge sterke barnefellesskap

Denne strategien er kunnskapsgrunnlaget for alle tjenester innenfor oppvekst og utdanning i Trondheim kommune. Barn og unge lever sine liv i relasjoner på ulike arenaer. For å forstå barn må vi derfor se og forstå barnet i kontekst, i den sammenheng og i den tiden de lever i. Fokuset skal være på den enkeltes styrker. På barn, unge, familiers og lokalmiljøets muligheter fremfor vansker og symptomer.

Samarbeid mellom foreldre og personal er avgjørende for å bygge helhet i tilværelsen for barnet. Å oppleve gode og nære relasjoner har stor betydning for barns utvikling av trygghet og tilknytning. Dette innebærer at vi har ekstra fokus på samspill mellom barn og mellom barn og voksne.

Ved å etablere et nært samarbeid mellom foreldre, barnehage og de kommunale tjenestene ønsker vi å styrke kvaliteten på arbeidet i barnehagen og gi foreldrene økt trygghet på at barnet vil utvikle seg godt.

Veiledningsteam

Barnehagen har et internt veiledningsteam for å sikre god oppfølging av barn med ulike behov. Vi ønsker at hvert enkelt barn skal ha det best mulig i barnehagen vår. Av og til står vi som personalet overfor små eller store utfordringer som vi ikke klarer å løse på egen hånd. Da er det fint å kunne få veiledning og råd i fra andre pedagoger i barnehagen som står litt utenfor og som kan være med på å finne gode løsninger i hverdagen.

For å jobbe for barnets beste må vi tenke helhetlig. Barnehagen er en liten del av barnets liv, og for oss er det viktig med et godt samarbeid med foreldrene. Barne- og familietjenesten tilbyr barnehagene veiledning gjennom Fagteam, der kan vi møte sammen med foreldrene og få veiledning på utfordringer vi står i. Fagteam er også en støtte for oss når vi vurderer om vi trenger hjelp fra andre instanser.

Handlingsplan mot mobbing

Vi har utarbeidet vår egen handlingsplan mot mobbing. Den skal være et verktøy til å identifisere, forebygge og stoppe mobbeatferd.

[Innenforskap - sterkere sammen](#)

Lek og vennskap

Gode venner er gull verdt og en god barndom varer livet ut!

De siste årene har vi jobbet med et prosjekt vi har kalt "Lek og vennskap som forebyggende tiltak i barnehagen". Leken har en sentral plass i barnas hverdag. Barna utvikler seg på alle områder gjennom leken, og der legges grunnlaget for sosiale ferdigheter, vennskap, språkutvikling og læring. Gjennom leken prøver barna ut ulike roller, de blir kjent med seg selv og samtidig oppdager de verden. For barna har leken også en egenverdi, og den er en viktig kilde til glede, humor og trivsel i barnehagen.

Vennskap og tilrettelegging for gode relasjoner i barnehagen er en forutsetning for god læring og opplevelse av glede og mestring. Barnehagen arbeider kontinuerlig med å støtte og fremme enkeltbarns og barnegruppens sosiale ferdigheter. Vi ønsker at alle barna skal oppleve å ha en minst en venn, og ikke minst lære hvordan man er en god venn for andre. Vennskap bidrar til en følelse av tilhørighet og fellesskap som igjen er viktig for barnets selvfølelse. Å tilhøre en gruppe gir barna trygghet og sosial tilknytning. Å etablere vennskap og opprettholde dem er en viktig faktor i sosialiseringprosessen og en forebyggende faktor mot uheldig og negativ utvikling.

For oss er det viktig at ALLE barn uavhengig av utfordringer, ferdigheter og utvikling inkluderes i fellesskapet og utvikler vennskap i barnehagen. I prosjektet har vi satt fokus

på dette og utarbeidet gode tiltak som ivaretar alle barna.

Samarbeidet barnehage – hjem er viktig og vi vil jobbe for felles forståelse av betydningen av barns lek og vennskap og hvordan vi som voksne kan støtte, veilede og utvikle dette hos barna. Som voksne har vi et felles ansvar for barns trivsel, dette prosjektet vil også være forebyggende mot mobbing.



Språk i barnehagen – mye mer enn prat

Det foregår mye kommunikasjon i barnehagen, både verbal og non-verbal. Barn møtes og deltar i et sosialt fellesskap, de deler blikk, lyder, bevegelser og etter hvert avtaler de å leke sammen, de kommuniserer om innholdet i leken, de diskuterer, argumenterer, er uenige og finner løsninger. I barnehagen får barna felles opplevelser som de kan snakke om og leke ut.

Barns språklige ferdigheter har stor betydning for relasjonen mellom barn og i barns etablering av vennskap. Å støtte barns tilegnelse av språk er derfor en av barnehagens kjerneoppgaver. Barnehagen skal tilby alle barn et godt språkmiljø og bidra til utviklingen av positive språkholdninger. Kompetanse og bevisstgjøring blant personalet er viktig. Vi har et godt samarbeid med biblioteket, og har bøker tilgjengelig for barna både ute og inne.

I år har vi ekstra fokus på musikk, sang, rytme, rim og regler som innfallsport til språklig utvikling og bygging av fellesskap.

Vi tilbyr skrivedans til førskolebarna. Skrivedans er et samspill mellom lek, musikk og bevegelse. Det handler om innlæring av forberedende bevegelser til skrivning, der en går fra frie bevegelser til konkrete linjer.

Pedagogisk dokumentasjon og vurdering

Dokumentasjon av pedagogisk virksomhet er spennende og lærerikt, og det gir oss god anledning til å reflektere rundt det pedagogiske arbeidet vi gjør. Vi tar film, bilder, skriver praksisfortellinger og tar vare på barnas egne uttrykk. Mye av denne dokumentasjonen blir synliggjort inne eller ute for barn og foreldre på de ulike basene. Vi vurderer vår egen

virksomhet to ganger i året. Da setter vi av uker hvor vi observerer og har samtaler med barn og foreldre. I tillegg har vi evaluering av planer på planleggingsdager og på foreldremøter. Trondheim kommune gjennomfører annethvert år en brukerundersøkelse som vi følger opp i etterkant. Vi er også blitt aktive på sosiale medier med en egen offentlig åpen facebook og instagram profil ([@feristafriluftsbarnehage](#)), der vi promoterer vår egen virksomhet. Følg oss gjerne!

Overgang barnehage - skole

Vi følger Trondheim kommunes rutiner for overgangen mellom barnehage og skole. Vi avtaler møter med skolen og foreldrene der vi ser det er behov for tilrettelagt overgang til skole.

Året rundt i naturen og de 8 samiske årstider

Som friluftsbarnehage er skogen vår viktigste leke og læringsarena. Vi gir barna gode og mangfoldige naturoplevelser hvor de får mulighet til å utvikle glede ved å ferdes i naturen og en forståelse for naturens verdi. Vi ønsker at barna skal bli nysgjerrige og utforskende på naturvitenskapelige fenomener, samt få erfaring med bruk av teknologi og ulike redskaper.

Vi følger naturens skiftninger gjennom årstidene og barna opplever naturen i all slags vær og til alle årstider. De får god kjennskap til hvordan alt i naturen henger sammen, hvordan alle livsformer er avhengige av hverandre, og hvordan vi som mennesker er en del av denne sammenhengen. Vi ønsker at barna skal få en begynnende forståelse av betydningen bærekraftig utvikling. Vi tror at barn som får være mye ute i naturen blir glad i den, de lærer seg å ta ansvar for naturen og får et ønske om å ta vare på jorda vi lever på.

For oss er sporløs ferdsel viktig, vi er svært bevisst på å etterlate naturen med minst mulig spor etter oss. «**Gjest i naturen**» er en del av vårt holdningsskapende arbeid, og det er vår måte å formidle Miljødirektoratets prinsipp om «sporløs ferdsel» på og de rettigheter og plikter som følger av friluftsløven.

Vår nærhet og tilknytning til naturen, samt vår måte å følge naturens skiftninger gjennom årstidene kan sees i sammenheng med samenes åtte årstider, hvor naturens syklus gjennom året henger nøye sammen med naturens råvarer til matlaging, duodji (håndverk) tradisjoner og dyreliv. De tradisjonelle aktivitetene, tilgjengelige naturressurser i de ulike årstidene og endringer i dyre- og plantelivet gjennom hele året gjenspeiles i årstids kalenderen, og er utgangspunkt for barnehagens virksomhet.



Barnehagen jobber også aktivt med miljøarbeid. Ferista fikk Grønt Flagg i 2008. Grønt Flagg er en internasjonal miljøsertifisering. Enheten har arbeidet med flere Grønt Flagg-tema som; avfall, kompost, kjøkkenhage, kosthold/matglede, humla. Barnehagen har utarbeidet et årshjul for arbeidet med Grønt Flagg som dere finner på enhetens hjemmeside.

Barnehagens syv fagområder og progresjonsplan

Vi ønsker å skape en naturlig progresjon for innholdet i barnehagen og legger til rette for opplevelser, lek og læring ut fra modning, alder og barnas medvirkning. Vi legger repetisjonsprinsippet til grunn for arbeidet vårt, og vi bygger videre på det som allerede er kjent. Ved å bygge på tidligere erfaringer og kunnskap ønsker vi at barna skal oppleve mestring, god selvfølelse og gleden ved å utvikle seg.

Arbeidet med de syv fagområdene som står i Rammeplanen gjøres både i planlagte og ikke planlagte læringssituasjoner sammen med barna. Hvordan vi jobber mer spesifikt med disse områdene står beskrevet i barnehagens progresjonsplan som dere finner på barnehagens hjemmeside. På hjemmesiden er det også lenke til Rammeplanen.

Foreldremedvirkning

Foreldrenes arbeidsutvalg, FAU, er foreldrenes eget organ. Hver gruppe har en foreldrerepresentant i FAU. FAU tar initiativ til foreldrestyrte tiltak og arrangement, f.eks. juletreff, sommerfest og skirenn. Enheten har utarbeidet et årshjul for foreldresamarbeid, dette finner dere på barnehagens hjemmeside.

Representantene i FAU velges i begynnelsen av hvert barnehageår. Noen av foreldrerepresentantene møtes i barnehagens brukerråd.

Brukerråd

Brukerrådet består av representanter valgt av foreldrene på Ferista. Enhetsleder er sekretær i Brukerråd. Brukerrådet skal ivareta barnas og foreldrenes interesser når det gjelder å sikre barna gode utviklings- og aktivitetsmuligheter i barnehagen. Brukerrådet skal i aktuelle saker gi råd til barnehagens leder.

Samarbeidspartnere

Et godt samarbeid mellom hjem og barnehage er viktig for barnets trivsel og utvikling. Foreldre og foresatte er derfor våre viktigste samarbeidspartnere. Barnets beste er vårt felles mål. Tillit, gjensidig respekt og tydelig kommunikasjon er grunnleggende for et godt samarbeid.

Ut over samarbeidet med foreldrene, samarbeider barnehagen med ulike instanser. Både barnehage og foreldre kan søke bistand fra barne- og familietjenesten. Barne- og familietjenesten skal bistå barnehager, skoler og familier med veiledning og oppfølging av tiltak slik at alle barn og unge får ta del i gode utviklings- og læringsprosesser. Under barne- og familietjenesten ligger blant annet PP-tjeneste, helsestasjon, logoped, fysioterapi, ergoterapi og barnevern.

Barnehagen er praksisbarnehage for Byåsen vgs (helse- og oppvekstfag) og Dronning Mauds Minne (høgskole for barnehagelærerutdanning). I perioder av året vil dere møte elever og studenter i barnehagen. Ferista er en lærlingbedrift. Vi tar i mot lærlinger i barne-

og ungdomsarbeiderfaget. Vi samarbeider også med NAV og tar imot utplasserte i arbeidspraksis.

Trondheim kommune tilbyr kulturopplevelser gjennom den kulturelle barnehagesekken. Vi har tradisjon for å delta på noe av det som tilbys der. Vi benytter oss også av tilbudene ved Sverresborg folkemuseum, Vitenskapsmuseet, Vitensenteret og Trondheim folkebibliotek

Praktisk informasjon

Planleggingsdager: 19.aug., 13. og 14. okt., 27. jan. og 23. juni.

Høytider: Barnehagen er stengt onsdag før skjærtorsdag, julaften og nyttårsaften.

Sommerferie: Barnehagen er stengt 3 uker i fellesferien. I 2023 stenger vi i uke 28, 29 og 30.

For mer informasjon om barnehagen, se våre nettsider

<https://www.trondheim.kommune.no/org/oppvekst/barnehager/ferista-fbhg>



Trygghet og tilknytning

Høst-sommer, august og september

Tjaktje-giesie, mietske j̄ih skierede,

Čakča-geassi, borgemánnu ja čakčamánnu

Trygghet og tilknytning til nære voksenpersoner er viktig for barns trivsel og utvikling. De voksne i barnehagen er ansvarlig for å skape denne trygge relasjonen. Trygghet og glede gir stort rom for lek, utvikling og vennskap.

- Planleggingsdag
- Foreldretreff på kveldstid
- Relasjonsbygging

Høste, sanke og samle fra naturens skattekammer; blåbær, tyttebær, bringebær og sopp. Vi høster også grønnsaker fra egen kjøkkenhage. Skjære sennagress. Trekkfuglene begynner å trekke ut mot kysten og sørover. Humlene dør, bare de nye dronningene skal nå finne seg et sted å overvintre. Bladene på løvtrærne skifter farge og faller etterhvert av. Vi observerer forandringer i temperatur og at naturen forbereder seg på høst.

*"Barnehagen skal i samarbeid og forståelse med hjemmet ivareta barnas behov for omsorg og lek, og fremme læring og danning som grunnlag for allsidig utvikling".
Barnehageloven § 1*

"Alle barnehager skal ifølge rammeplanen synliggjøre samisk kultur og bidra til at barna kan utvikle respekt og fellesskapsfølelse for det samiske mangfoldet ". Rammeplan for barnehagen, 2017



"Vi lever ikke av naturen, men med naturen"

Samisk uttrykk

Vennskap og sosial kompetanse

Høst, september og oktober

Tjaktje, skierede j'ih golke

Čakča, čakčamánu ja golgotmánu

I et lekefellesskap legges grunnlaget for barns læring og sosial kompetanse. Å få delta i lek og få venner er grunnleggende for barns trivsel og meningskaping i barnehagen.

- Høstleir for storbarn
- Introdusere «Gjest i naturen» for barna
- Planleggingsdager i oktober
- Høsttakkefest
- Sikkerhetsuke

Vindens krefter blåser frø overalt. Snart er bladene borte fra trærne. Edderkoppene har sine siste store spindelvev, som vi ser godt når sola står lavt på himmelen. Dyrene forbereder seg for vinteren. Vi starter med vinterforing av fuglene.

"Barnehagen skal aktivt legge til rette for utvikling av vennskap og sosialt fellesskap. Barnas selvfølelse skal støttes, samtidig som de skal få hjelp til å mestre balansen mellom å ivareta egne behov og det å ta hensyn til andres behov". Rammeplan for barnehagen s. 23



Mørketid

Høst-vinter, november og desember

Tjaktje-daelvie, rahka jih goeve

Čakča-dálvi, skabmamánnu ja juovlamánnu

Det er mørkt når vi kommer i barnehagen og det er mørkt når vi drar hjem fra barnehagen, men på skyfrie morgener og ettermiddager kan vi se månen og stjernehimmelen helt klart.

Vi har en egen plan for advent og jul med blant annet: fokus på advent som ventetid, adventsamling på morgenerne, gamle juletradisjoner, bruk av naturmaterialer i forbindelse med juleverksted, juleverksted med forming og baking, adventsfrokost for barn og foreldre.

- Foreldresamtaler
- Samisk stjernehimmel
- Nordlys
- Førskolebarna går Luciatog i barnehagen
- Juleverksted
- Adventsfrokost

Naturen kjøles ned til vinter, kanskje kommer det snø og mange dyr går i dvale. De dyrene som ikke går i dvale, vil sette sine spor i snøen. Hvis det er snø kan vi gå på sporjakt og finne ut hvilke dyr som har gått forbi. Stjernehimmelen vil være svært klar på skyfrie morgener og ettermiddager. Det er mørketid/sjuevnjedstijje/skábmá.



Vinterglede

Vinter, desember-februar

Daelvie, goeve-goevte

Dálvi, juovlamánnu-guovvamánnu

Barnehagen tilrettelegger for ulike aktiviteter gjennom vinteren. Vi håper på snø for da er det mye å finne på. Vi leker på ski både i og utenfor barnehagen. Vi graver og bygger i snøen. I midten av februar feirer vi at sola er tilbake. Det er deilig å kjenne solstrålene varme igjen.

- Planleggingsdag i januar
- Solfest
- Skikurs på storbarn
- Nordlys

Vi klargjør fuglekassene som vi har i skogen. Det betyr at vi tar ut reiret som er der slik at neste fuglefamilie kan flytte inn og bygge nytt reir til våren. Dette arbeidet må gjøres når det er kaldt for da er det fritt for fuglelover.

I nord er det nå tid for å se nordlys/goeksegh/guovssahas på himmelen. Men også her kan vi være heldige og se nordlyset på stjerneklare kvelder med lite månelys. Det er et magisk og vakkert skue.

“Barnehagen skal bidra til at barna blir glade i naturen og får erfaringer med naturen som fremmer evnen til å orientere seg og oppholde seg i naturen til ulike årstider”. Rammeplan for barnehager s. 52



Vinterglede

Vår-vinter, februar og mars

Gijre-daelvie, goevte jih njoktje

Gidđa-dálvi, guovvamánnu ja njukčamánnu

Barnehagen legger til rette for at barna kan få et mangfold av naturopplevelser og vi bruker naturen aktivt også om vinteren. Aktivitetene er lekbaserte, barnas glede og trivsel rundt de vinterlige aktivitetene vektlegges, og vi tilrettelegger for mestring ut fra barnas kompetanse og utviklingsnivå.

- Vinterleir for storbarn
- Samenes nasjonaldag
- Påskeverksted

Vi går på sporjakt, Ekornet får sine unger i februar. De første spirene dukker frem fra snøen, og hestehoven er et sikkert vårtegn. Stæren vender tilbake, og de første trekkfuglene begynner å vise seg i slutten av mars. Det begynner å bli liv i skogen igjen.



Naturen våkner til liv

Vår, april og mai

Gijre, voerhtje jih suehpede

Gidða, cuoŋománnu ja miessemánnu

Med utgangspunkt i barnas nysgjerrighet, interesser og forutsetninger ønsker vi å stimulere barna til å oppleve med alle sansene, iaktta og undre seg over fenomener i naturen. Direkte erfaringer og opplevelser i naturen er en stor kilde til undring og læring for barna sammen med de voksne.

- Oppstart aktive familier
- Foreldresamtaler
- Rusken-aksjon
- Norges nasjonaldag
- Oppstart kjøkkenhagen
- Sykkelglede

*Vårblomstene begynner å spire, vi kan tappe sevje fra trær, plukke granskudd og geitrams-skudd og spise. Løvtrærne får blad igjen, og vi kan lage seljefløyte. Vi starter med kjøkkenhagen, så nye frø som skal bli gode grønnsaker. Det høres vakker fuglesang i skogen fra alle fuglene som har kommet tilbake fra sitt sydlige opphold. Froskene legger egg, og vi kan studere froskeegg. I mautuva er det et yrende liv når sola skinner. Mai måned er kalvingstid for reinen/**bovtse**/boazu, reinkalv/**miesie**/miessi.*

"Barnehagen skal møte barna med tillit og respekt, og anerkjenne barndommens egenverdi. Den skal bidra til trivsel og glede i lek og læring, og være et utfordrende og trygt sted for fellesskap og vennskap."
Barnehageloven § 1



Sommerbarnehage

Vår-sommer, mai og juni

Gjire-giesie, suehpede j'ih ruffie

Gidđa-geassi, miessemánnu ja geassemánnu

- Sommerleir på storbarn
- Midnattssol i nord
- Planleggingsdag
- Avslutninger
- Overgang fra småbarn til storbarn
- Overgang fra barnehage til skole

Det er et yrende liv i skogen. De fleste av dyrene har fått sine unger, og vi finner mange spennende insekter og småkryp. I skogen er det fullt av markblomster i alle slags farger og kanskje finner vi markjordbær. Blader vokser helt ut, og vi lærer å kjenne de aller vanligste markblomstene og tresortene. Det er lyse dager og kvelder, i nord er det midnattssol og lyst hele døgnet.



Sommerbarnehage

Sommer, juni-august

Giesie, ruffie-mietske

Geassi, geasseánnu-borgemánnu

Sommerbarnehage, vi samarbeider på basene slik at barna får gode dager i barnehagen. Ilvassdraget er en fin badeplass for oss på varme dager. Vi har også plaskebasseng i barnehagen for de minste.

- Fellesferie, barnehagen er stengt uke 28-29-30
- Oppstartsamtaler for nye barn
- Tilvenning for de som skal over på storbarn

"Barna skal få utfolde skaperglede, undring og utforskertrang. De skal lære å ta vare på seg selv, hverandre og naturen."
Barnehageloven § 1



Ferista friluftsbarnhage

Postadresse: Trondheim kommune,

Ferista friluftsbarnhage

Postboks 2300 Sluppen

7004 TRONDHEIM

Telefon: 46908567

Besøksadresse: Fjellseterveien 24

Åpningstider: 07:15 - 16:30

www.trondheim.kommune.no/ferista-fbhg