

Skolehelsetjenesten



Brannfjell skole
Nordstrand Bydel

Hva er skolehelsetjenesten?

I skolehelsetjenesten ved Brannfjell skole arbeider helsesykepleier Anna-Lena Norum. Helsesykepleier er sykepleier med spesialutdannelse i forebyggende arbeid, som deltar regelmessig med helseveiledning, individuelle samtaler eller i grupper. Psykolog Thea Leidenfelt er til stede ved skolehelsetjenesten mandager og torsdager.

Skolehelsetjenesten gir veiledning og råd om alt som har med helse å gjøre. Trenger du hjelp til å ta kontakt med andre hjelpeinstanser kan vi bistå. Vi samarbeider med skolen hvis det er ønskelig.

Målsettingen med skolehelsetjenesten:

- ✚ Fremme helse og trivsel
- ✚ Å gi elever kunnskap om fysisk og psykisk helse
- ✚ Forebygge problemer og helseskader
- ✚ Gi elever hjelp og støtte til å mestre utfordringer i ungdomstiden
- ✚ Forebygge smittsomme sykdommer ved hjelp av vaksiner

Du kan snakke med helsesøster og psykolog om ulike temaer:

- Om det å begynne på ungdomsskolen
- Om fysiske plager som hodepine, magesmerter
- Problemer med å sove
- Bekymringer for søsken, foreldre, venner eller kjæreste
- Om tristhet, sorg, depresjon, selvmordstanker
- Om tvangstanker og angst
- Konsentrasjonsvansker
- Hvis du skader deg selv
- Problemer med mat, kropp og vekt
- Rusproblemer, eller kjenner noen som har det
- Spørsmål knyttet til identitet
- Samliv, seksualitet, prevensjon, kjønnsykdommer og abort
- Vaksiner

Vi har taushetsplikt (jfr. Lov om helsepersonell)

Skolehelsetjenestens faste program:

8. Trinn:

Presentasjon i klassene med informasjon om skolehelsetjenesten og tilbud om individuelle og/eller samtaler i grupper. Vekt og høydemåling. Målrettede samtaler

9.trinn:

Helseopplysning om vennskap, forelskelse, grensesetting, rus, seksualitet og prevensjon. Målrettede samtaler

10. klasse:

Målrettede samtaler
Tilbud om vaksine mot Difteri, stivkrampe, kikhoste og polio.

8. – 10. trinn:

Skolehelsetjenesten samarbeider med skolens ledelse og lærere ved behov, bl.a. om nettbruk.

Utenom programmet kan elever komme til samtaler alene eller i grupper på bakgrunn av ønske/behov, opplysninger og observasjoner.

Ta kontakt med oss

Helsesøster er til stede på skolen
mandag, onsdag, torsdag og fredag
08.30-1500
tirsdag 08.30-13.00

Psykolog er til stede på skolen
mandag og torsdag 08.30-15.00

Vi oppfordrer også foreldre og lærere til å ta kontakt!

Tlf: 22747157 Mobil: 91756894

eller via e-post:

anna-lena.norum@bns.oslo.kommune.no

Det opplyses at helsesykepleier enkelte ganger ikke er tilgjengelig pga møter eller kurs.

Henvendelse kan da rettes til skolens administrasjon eller Karlsrud helsestasjon tlf: 23 49 50 60 sjekk telefonlist

VELKOMMEN TIL OSS! Helsestasjon for ungdom

Helsestasjon for ungdom er et tilbud til ungdom i alderen 13 – 23 år. Tilbudet er gratis. Det er ingen timebestilling. Her kan du komme for en prat.

Det er lege, helsesykepleier, psykolog, lege, jordmor og sekretær til stede hver uke.

Følg Helsestasjonen på facebook:

<https://www.facebook.com/helsestasjonforungdom/?fref=ts>

Åpningstid:

Hver mandag og tirsdag kl. 15.30-18.00

Husk timebestilling!

Velkommen til helsestasjon for ungdom!