Kontakttelefon for elever og foreldre påsken 2021

|  |
| --- |
| **Kjære elever og foreldre,****Vi er alle i en helt spesiell situasjon. På grunn av Covid-19 viruset har hverdagen vår det siste året endret seg drastisk. På skolen må elevene holde avstand til medelever i timer og friminutt. Mange skoler har hatt smitteutbrudd og klasser har måttet gå i karantene.** **Også denne påsken blir annerledes. Vi må unngå smitte av viruset, og kan derfor ikke bevege oss hvor vi vil. Vi kan heller ikke være sammen på den måten vi er vant til. Det krever mye av oss. Alle lever vi ulike liv og bor forskjellig. For noen kan denne perioden være vanskelig, noe som preger hverdagen og stemningen hjemme.** **Er du bekymret, redd eller ensom og trenger noen å snakke med?****Under «Les mer» finner du noen kontakter du kan ringe.**  ***Vi bryr oss - stavangerskolen*** |

**For barn og unge**



|  |
| --- |
| <https://www.116111.no/barn><https://www.116111.no/ungdom> |

 **Alarmtelefonen er åpen hele døgnet**

**** <https://korspaahalsen.rodekors.no/>

 **Telefon: 800 333 21**

**For foreldre**

**Mental helse har flere telefonnummer du kan ringe:**

1. Hjelpetelefonen: 116 123
2. Foreldresupport: 116 123 (tast 2)
3. Arbeidslivstelefonen: 225 66 700

 <https://mentalhelse.no/>

|  |
| --- |
| **Tjensvoll skole skole****Rektor****Anita Legland****Telefon 976 43 786****E-post: a**nita.legland@stavanger.kommune.no |