

Foreldremøte Kf-skolen

# Skolehelsetjenesten i Stavanger Barnas egen helsetjeneste

Helsesykepleier

Ingrid Hindal



Stavanger  
kommune

# Velkommen til skolehelsetjenesten ved Kf-skolen

- Helsesykepleier: Ingrid Hindal
  - Trefftid: mandag (oddetallsuker) og torsdag
  - Telefon: 51508474 / 940 16 208
  - E-post: [ingrid.hindal@stavanger.kommune.no](mailto:ingrid.hindal@stavanger.kommune.no)
- 
- Skolehelsetjenesten er tverrfaglig (fysio, ergo, lege, familiesenteret, barnevernet, skolen, PPT osv.)
  - Abonner gjerne på nyheter på skolens hjemmeside. Fane "Nyttig informasjon"

# Skolehelsetjenesten

Skolehelsetjenesten arbeider helsefremmende og forebyggende, både med fysisk og psykisk helse og sosiale forhold.

- God helse – overskudd til dagliglivets krav, har en opplevelse av mestring.
- Vårt mandat er i stor grad sammenfallende med de overordnede tverrfaglige temaene i skolen - folkehelse og livsmestring, jf. Fagfornyelsen



## Skolehelsetjenesten ved

.....  
Helsesykepleier:  
Trefftider:

Kontaktinformasjon:  
Telefon:  
Mailadresse:

Unngå sensitive opplysninger i e-poster.  
Innkallinger vil fra høsten 2020 hovedsakelig bli sendt i elektronisk postboks. Informasjon om skolehelsetjenestens aktiviteter informeres hovedsakelig på skolens hjemmeside.

Les mer om:

- Skolehelsetjenesten på skolens hjemmeside.
- Barnevaksinasjonsprogrammet på [www.fhi.no/om-bvp](http://www.fhi.no/om-bvp)

Stavanger kommunes hjemmeside, [www.stavanger.kommune.no](http://www.stavanger.kommune.no), har informasjon om Helsestasjonens familiesenter (foreldreveiledning), Sorggrupper for barn, Barn som pårørende grupper og Livsstilskolen. Skriv hva du søker etter rett inn i hoved-søkefeltet.



# Skolehelsetjenesten 1. til 7. trinn

Barnas egen helsetjeneste

Noe du lurer på? Ta kontakt!



STAVANGER KOMMUNE

Utgave juni 2020  
Foto: flickr.com



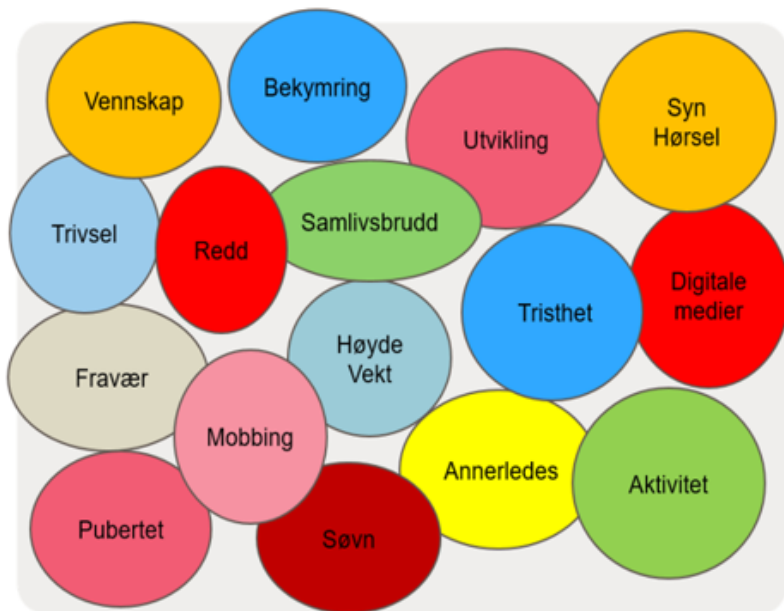
## Vi er her for deg

Vi skal være lett tilgjengelig for elever, foreldre/foresatte og skolens personale.

Vi arbeider for å hjelpe barn og unge til å ta vare på egen helse, og å klare utfordringer som hverdagen gir. Vi ønsker å bidra til at barn får hjelp når noe er vanskelig, og å være en støtte for barn og familier i sårbare faser i livet.

Vi tilbyr helsesamtaler, råd og veiledning og hjemmebesøk. Jo tidligere vi blir kjent med det som er vanskelig for barnet, jo lettere kan vi hjelpe.

## Du kan snakke om hva du vil



## Vi samarbeider med andre

Vi deltar i skolens ressursteam og på andre tverrfaglige møter på skolen. Vi kan hjelpe dere med å komme i kontakt med andre tjenester om nødvendig.

## Vi har taushetsplikt

Får vi informasjon om forhold som kan være til skade for barnet må vi allikevel bringe dette videre. Dette blir som regel gjort med barnets eller foreldre/foresattes samtykke. Helsesykepleier deltar i skolens samarbeidsteam, men gir ikke opplysninger om elever til skolen uten samtykke fra elev/foreldre



## Faste oppgaver til skolehelsetjenesten

- 1. trinn** Delta på foreldremøte med informasjon  
Bli kjent med klassen/presentasjon.  
Undervisning- forebygge vold og seksuelle overgrep  
Høyde og vektmåling  
Skolestartundersøkelse:
  - Konsultasjon med helsesykepleier og leger
- 2. trinn** Vaksine mot difteri, stivkrampe, kikhoste og polio
- 3. trinn** Delta på foreldremøte med informasjon  
Undervisning – forebygge vold og seksuelle overgrep  
Høyde- og vektmåling
- 6. trinn** Helseopplysning i grupper om pubertet; kropp, tanker, følelser og grenser  
Vaksine mot meslinger, røde hunder og kuma
- 7. trinn** Vaksine mot humant papillomavirus

# **FNs barnekonvensjon og skolehelsetjenesten**

## **Barn har rett til informasjon**

Barn skal ha kjennskap til skolehelsetjenesten og at de har rett på god helsehjelp

Barn har rett på helseundervisning

Barn har rett til å ha trygge oppvekstvilkår på skolen, i fritiden og hjemme

## **Barn har rett til privatliv**

Barn har bl.a. rett til å oppsøke og snakke med helsesykepleier uten at foreldre er gjort kjent med kontakten

Foreldre skal få informasjon som er nødvendig for å ivareta sitt foreldreansvar

## **Barn har rett til å uttale seg trygt**

Alle barn opplever til tider vanskelig ting

Det er viktig for barn å ha tillit til at man kan snakke med voksne, både foreldre, ansatte på skole/, PPT, barnevern og helsetjenesten

Det er viktig for barn at foreldre støtter barnet i å snakke fritt med hvem han/ hun ønsker

# Skolestartundersøkelsen

Alle barn får tilbud om en undersøkelse i løpet av første skoleår.  
Denne undersøkelsen omfatter:

- Helseesykepleier **besøker klassene** for å presentere seg og sine arbeidsoppgaver.
- Helseesykepleier har **undervisning** i klassen om vold og seksuelle overgrep i løpet av skoleåret.
- Elevene kommer til helseesykepleier en og en for å sjekke **høyde og vekt**.
- Elevene med foresatt inviteres til **helsesamtale** på helseesykepleiers kontor. Samtale om livsmestring og levevaner, samt om forhold elev foreldre ønsker å ta opp.
- **Somatisk undersøkelse** hos lege (Sentrum helsestasjon).
- Innkalling til helsesamtale og legeundersøkelse sendes digitalt.




# Hvorfor undervise om vold og seksuelle overgrep?

## Mål med undervisningen:

- Barn skal vite hva som er lov og ikke lov å gjøre mot barn og hvem som kan hjelpe
- Vi skal støtte barn i å sette egne grenser og å si i fra når de opplever noe krenkende

## Hjerneforskning viser:

- Voldserfaring skader strukturer i hjernen hos barn og forstyrrer utviklingen
- Krenka barn blir syke voksne depresjon, angst, uro, konsentrasjonsvansker, rus m.m.
- Dersom det er noe vedrørende ditt barn eller familiesituasjon tilknyttet tematikken kan dere ta kontakt med helsesykepleier. For kontaktinfo, se skolens hjemmeside.
- **Vil du vite mer?**
- [5 foreldretips](#) for å snakke med barn om kropp, grenser og overgrep



# Hva er vold og overgrep?

«Hvis voksne slår, sparker, biter, tar kvelertak, klyper, lugger eller dytter, så heter det vold.»

«Det heter også vold hvis voksne sier vonde ting til barn så de blir lei seg, eller er slemme mot barn på andre måter.»

- Fysisk vold
- Psykisk vold
- Materiell vold
- Latent vold
- Seksuell vold

«Voksne som skremmer barn ved å kaste eller knuse ting så de blir redde...

...eller ved å slå veldig hardt i veggen eller bordet utøver også vold.»

# Hva gjør vold og overgrep med barn?

«Mange barn får vondt i magen eller hodet hvis voksne gjør vonde ting mot dem. Det kan være vanskelig å spise eller sove. Mange lurer på om det er deres feil at det vonde skjer.»

## **Budskap til barna:**

- Vold mot barn er aldri barnas skyld
- Viktig å si fra til en trygg voksen

«Mange barn gjør alt de kan for å være snille og gode mot de voksne og ta så liten plass som mulig for at det vonde ikke skal skje igjen.»

# Informasjon og innkallinger



SKOLENS HJEMMESIDE



INNKALLING VIA  
ELEKTRONISK POSTKASSE

Abonner på nyheter fra skolehelsetjenesten på skolens hjemmeside.  
Familien får innkalling via elektronisk postkasse (gi beskjed ved flytting).  
Dersom du ikke kan motta elektronisk post får du det i hjemsendt som brev.

# Gode rammer for barn er:



## TRYGGE RELASJONER

TRYGGE, KLOKE OG  
VARME VOKSNE.  
FRAVÆR AV VOLD



## ERNÆRING

NOK MAT OFTE NOK



## FYSISK AKTIVITET

GIR GLEDE,  
MESTRINGSOPPLEVELSE OG  
STYRKER VENNSKAP



## SØVN OG HVILE

VIKTIG FOR Å HA OVERSKUDD TIL  
LEK, LÆRING SAMT EVNE TIL Å  
REGULERE FØLELSER

# Barn er sårbare og barn er hardføre

Foreldrene er de viktigste i barnets liv og de nærmeste til å støtte barnet i å mestre livets medgang og motgang



# Kilder

- [Jeg vet](#)
- [Forandringsfabrikken](#) fremhever noen rettigheter i Barnekonvensjonen som er særlig viktige for alle barn. I Stavanger kommune vil vi arbeide for å sikre disse rettighetene. **Det er også viktig at dere som foreldre kjenner til at barn har disse grunnleggende rettighetene.** Vi ønsker å sikre disse rettighetene, fordi vi er opptatt av **det beste for ditt barn.**
- [Forandringsfabrikken- mitt liv psykisk helse](#)
- [Barnekonvensjonen](#)
- [Barns miljø og sikkerhet- skolestart](#)
- [Helsenorge.no - skolehelsetjeneste](#)