



Til foresatte i 8.trinn

I 8.trinn vil vi ha en **helsesamtale** med din ungdom og på forhånd vil de svare på et lite helseskjema før de kommer til oss. Vi ønsker å bli kjent med eleven og ungdommen skal få kjennskap til oss.

I samtalen ønsker vi å snakke om blant annet helse og trivsel, kosthold og aktivitet/søvn, alkohol og tobakk. Vi ønsker å bidra med hvordan de kan ta gode valg for egen helse.

**Vi vil ikke gjennomføre rutinemessig måling av vekt og høyde i 8.trinn av elevene. Elev og foreldre kan ta kontakt med helsesøster dersom det er ønske om oppfølging knyttet til vekst og trivsel.**

I løpet av 8.trinn vil vi gi 2 timers undervisning om psykisk helse. Vi vil undervise i førstehjelp i forbindelse med Sikkerhetsuka.

Skolehelsetjenesten kan henvise til og samarbeide med andre tjenester i samråd med ungdommen og foreldre. Det er særlig aktuelt å samarbeide med skolens personale slik at skolehverdagen for ungdommen blir så god som mulig.

Dere er velkommen til å ta kontakt med oss i skolehelsetjenesten!

Vi har åpen dør og ønsker at elevene skal bruk oss. Vi har taushetsplikt.

*Med vennlig hilsen*

*Helsesøster*

*Heidi Storm Olsen*

*Tlf: 99 21 52 75*

*E-mail: [heidistorm.olsen@ski.kommune.no](mailto:heidistorm.olsen@ski.kommune.no)*