



Helsesøster på Drottningborg ungdomsskole

Helsesøster er et lavterskeltilbud, det betyr det er gratis, at det skal være lett tilgjengelig og at det skal være kort ventetid.

«Åpen dør»

Du finner meg i klasserommet innerst i gangen ved siden av kunst og håndverk-rommet.

Helsesøster har «åpen dør». Du trenger altså ikke bestille time, det er bare å stikke innom. Er det kø, kan du prøve litt senere eller sende sms, så tar jeg kontakt senere. Du kan også ta kontakt via foreldre/venner, rådgiver, lærer og andre.

Du får med lapp ved behov for gyldig fravær.

Alene eller sammen med en venn..

Du kan selv velge om du vil komme sammen eller sammen med en venn. Vil du /dere ha informasjon i grupper om ulike tema, kan vi også avtale det.

Hva kan jeg snakke med helsesøster om?

Helsesøster jobber med helse fysisk og psykisk.

Stikkord for aktuelle tema kan være: Trivsel, mat/spiseproblemer, søvn, prevensjon, seksualitet, spørsmål rundt graviditet, identitet, konflikter, hjemmesituasjon, selvfølelse/selvtillit, venner, ensomhet, selvskading, rus osv.

En helsesøster og en psykiatrisk sykepleier har også tilbud om SMIL-gruppe for alle ungdommer i Grimstad som har foreldre som strever pga psykisk sykdom, rus eller annet (dette tilbudet er etter skoletid).

Foreldre /foresatte og andre er også velkommen til å ta kontakt omkring bekymring for eleven.

Av og til kan det være godt å snakke med noen.

Helsesøster har taushetsplikt.

Velkommen innom!