|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Konsultasjonar på helsestasjonen:** Heimebesøk av jordmor og helsesjukepleiar6 veker: Helsesjukepleiar/lege, vaksine7-8 veker: Trivselsamtale8 veker: Barselgruppe med fysioterapeut3 mnd: Helsesjukepleiar, vaksine4 mnd: Individuelt og barselgruppe m/ helsesjukepleiar5 mnd: Helsesjukepleiar, vaksine6 mnd: Helsesjukepleiar/lege7/8 mnd: Helsesjukepleiar8-10 mnd: Barselgruppe med tannpleiar 10 mnd: Helsesjukepleiar12 mnd: Helsesjukepleiar/lege, vaksine15 mnd: Helsesjukepleiar, vaksine17/18 mnd: Helsesjukepleiar2 år: Helsesjukepleiar/lege4 år: HelsesjukepleiarAvtalar utover dette etter behov.  | **Helsestasjon for barn 0-5 år**Ope måndag-fredag 08:30-15:00**Etne helsestasjon**Tlf: 53 75 81 08 / 913 44 955Stad: Holmavegen 24**Skånevik helsestasjon**Tlf: 53 75 85 02Stad: Doktorhagen / Skåneviksvegen 17Barn med feber bør haldast heime for å unngå smitte.Det er fint om de har med eit teppe til å svøpe barnet i når de kjem til avtalar på helsestasjonen.På kvar kontroll vil me sjå på utviklinga generelt: Lengde, vekt, hovudomkrins, søvn, ernæring, aktivitet, motorikk, familiesituasjon og nettverk.Me tilbyr fysioterapeut til spedbarn og barn ved behov. Ta kontakt via din helsesjukepleiar. | **Velkommen til helsestasjonen**  Helsestasjonen har fylgjande tilbod til barn og foreldre:**Spe- og småbarnskontrollar**Her vil du treffe helsesjukepleiar og lege som vil fylgje med utviklinga til barnet ditt og rettleie dykk som foreldre om barn, kost, søvn, familierutinar, helse og trivsel med meir.**Grupper**Me har gleda av å invitere til barseltreff på helsestasjonen. Me har tre barseltreff i løpet av første leveår. Der vil du treffe helsesjukepleiar, fysioterapeut og tannpleiar samt andre foreldre med nyfødde. Me samtalar om tema som samspel, ernæring, utvikling, trygghetssirkel m.m.**Vaksinasjon**Alle vaksinane i barnevaksinasjonsprogrammet vert tilbydd ved kontrollane. Barnet byrjar programmet ved 6 vekers alder. Meir informasjon kan de finne på [www.fhi.no](http://www.fhi.no/) |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Til foreldre/føresette** Det er ei stor hending å få barn. Gratulera! Den første tida treng de til å bli kjent med barnet dykkar. Me på helsestasjonen er tilgjengelege for dykk, og oppgåva vår er å bidra til:At foreldre opplever meistring i foreldrerolla Å bidra til godt samspel mellom foreldre og barn Å fremja fysisk, psykisk og sosial utvikling hos sped– og småbarn Å førebyggje, avverge og avdekke vald, overgrep og omsorgssvikt Å avdekke fysisk og psykisk utviklingsavvik tidleg Å bidra til at barn får oppfølging og blir henvist vidare ved behovMe legg vekt på ressursane i familien og i nærmiljøet. Me er særleg oppteken av den første tida til barnet og vil gjerne bistå med å styrke samspel og god tilknytning mellom foreldre og barn. Helsestasjonen er eit lågterskeltilbod der du kan ta direkte kontakt med oss. Personalet som er knytt til helsestasjonen er helsesjukepleiar, lege, jordmor og fysioterapeut. Helsestasjonen har utover dette eit tverretatleg samarbeid med fastlegar, barnehagar, skular, barnevernteneste, PPT (pedagogisk, psykologisk teneste), og psykisk helseteneste. Me har alle teieplikt. |  | **Nyttige nettstader:**[Foreldrehverdag | Bufdir](https://www.bufdir.no/foreldrehverdag/?utm_campaign=tema-domener&utm_medium=redirect&utm_source=foreldrehverdag.no&utm_content=foreldrehverdag.no)[Sikkerhet for nyfødte og spedbarn - Helsenorge](https://www.helsenorge.no/forstehjelp/sikkerhet-for-nyfodte-og-spedbarn/)[Helsenorge.no - etter fødsel](https://helsenorge.no/etter-fodsel)[Giftinformasjonen - helsenorge.no](https://helsenorge.no/Giftinformasjon)[TryggMammamedisin - Råd om trygg medisinbruk](https://tryggmammamedisin.no/)**Trygt sovemiljø:**<https://www.lub.no/product/trygt>[-sovemilj%C3%B8-spedbarnet](https://www.lub.no/product/trygt-sovemilj%C3%B8-spedbarnet)**Mat:**[Amming og spedbarnsernæring - Helsedirektoratet](https://www.helsedirektoratet.no/tema/amming-og-spedbarnernaring) [Amming og spedbarn | Mattilsynet](https://www.mattilsynet.no/mat-og-drikke/forbrukere/amming-og-spedbarn)**Søvn:** [www.sovno.no](http://www.sovno.no/)  | **Samspel og utvikling:** «I trygge hender» film [https://www.youtube.com/watch?v=uGZIzAOP](https://www.youtube.com/watch?v=uGZIzAOP36c&t=93s)[36c&t=93s](https://www.youtube.com/watch?v=uGZIzAOP36c&t=93s) «oppskrift for hjernens utvikling»: <https://www.youtube.com/watch?v=ap4iaxYa33o>Barns motoriske utvikling: https://www.youtube.com/watch?v=xgrtLo-pr64**Sjukdomane barnet ditt blir tilbydd vaksine mot:**Du kan lese meir her: [https://www.fhi.no/sv/vaksine/barnevaksinasjo](https://www.fhi.no/sv/vaksine/barnevaksinasjonsprogrammet/) [nsprogrammet/](https://www.fhi.no/sv/vaksine/barnevaksinasjonsprogrammet/)  |