

VÅRE ÅPNINGSTIDER

Helsestasjonen er åpen alle dager unntatt tirsdag.

Åpningstid kl 08.30-15.00

Vi har også "drop-in" for vekt/vektkontroll og evt. andre spørsmål

- Mandag kl 12.30 – 15.00
- Fredag kl. 12.30 - 15.00

Ved behov for time utover faste/tildelte konsultasjonene, ta gjerne kontakt for timeavtale.

Av hensyn til smitte for utsatte grupper ønsker vi at barnet er frisk når det kommer til helsestasjonen.

Ved sykdom hos barnet kontaktes fastlege.

Vennligst gi tilbakemelding til helsestasjonen så raskt som mulig hvis tildelte timer ikke passer.

Tlf 63 85 26 92 / 63 85 25 00

**VELKOMMEN TIL
HELSESTASJONEN!**

Velkommen til Aurskog-Høland helsestasjon

Aurskog-Høland Helsestasjon
Rådhusveien 3, 1940 Bjørkelangen
Tlf 63 85 26 92

(Du finner oss på baksiden av Rådhuset)



Helsestasjonen er et tilbud til alle foreldre og barn som bor i kommunen.

Vårt mål er å ivareta sped- og småbarns fysiske, psykiske og sosiale helse. Det omfatter tiltak som kan fremme helse og forebygge sykdom og skade.

Helsestasjonen ønsker ut fra foreldrenes behov å gi støtte, råd og veiledning rundt temaer som for eksempel samspill, tilknytning, ernæring, søvn, utvikling og stimulering. Vi gir tilbud om hjemmebesøk til førstegangsførelde og til flergangsfødende ved behov.

HELSESTASJONEN TILBYR:

- Barnevaksinasjoner
- Helseundersøkelser
- Gruppesammenkomster
- Svangerskapsomsorg
- Opplysningsvirksomhet
- Hjemmebesøk
- Samarbeid med bla barnehage, forebyggende team, fastleger, psykiatritjenesten, PPT, barnevern og spesialisthelsetjenesten.
- Samarbeid om habilitering av barn og unge med spesielle behov.

FASTE KONSULTASJONER:

- 0-2 uker: hjemmebesøk / førstegangsbesøk av helsesøster
- 6 uker: m/helsesøster og lege
- 8 uker: helsesøster tilbyr individuell samtale med mor (EPDS)
- 3 mnd: vaksine/gruppekonsultasjon med helsesøster
- 4 mnd: gruppekonsultasjon med fysioterapeut og helsesøster
- 5 mnd: vaksine/gruppekonsultasjon med helsesøster
- 6 mnd: individuell konsultasjon m/helsesøster og lege
- 9 mnd: gruppekonsultasjon med helsesøster
- 12 mnd: vaksine, individuell konsultasjon med helsesøster og lege
- 15 mnd: vaksine, individuell konsultasjon med helsesøster
- 2 år: individuell konsultasjon med helsesøster og lege
- 4 år: individuell konsultasjon med helsesøster
- 6 år/skolestart: individuell konsultasjon med helsesøster og lege.

FORELDREVEILEDNING

Målet med foreldreveiledning er å støtte og styrke foreldre i rollen som omsorgspersoner for barnet. Tidlig hjelp kan hindre at problemer vokser seg for store.

GRUPPEVIRKSOMHET

Helsesøster ønsker å etablere kontakt mellom foreldre med barn på samme alder på samme bosted. Dette gir vi mulighet for i gruppekonsultasjonene. Helsestasjonens erfaringer med gruppene er at foreldre som deltar utveksler erfaringer, knytter kontakter og får et større nettverk.

”GODT SAMLIV”

”Godt samliv” er et gratis samlivskurs for nybakte foreldre som arrangeres over to kvelder på helsestasjonen.

Hensikten med kurset er å gi støtte og inspirasjon til nybakte foreldre i en periode med store forandringer og utfordringer i hverdagen og parforholdet.

Helsestasjonen tar imot påmelding fra par som ønsker å delta.

