**Skolehelsetjenesten HTG-U**

Skolehelsetjenesten er et lovpålagt, gratis tilbud til alle elevene ved skolen. Helsesykepleier Jorunn Blø Fjell har kontortid på HTG-U, på rom 304 i 3 etg.:

**Tirsdag og torsdag: 08.00-15.30**

Telefon 416 168 78

E-post: jorun.blo.fjell@haugesund.kommune.no

Målet med skolehelsetjenesten i ungdomsskolen skoler er bl.a.:

* • Fremme psykisk og fysisk helse
* • Fremme gode sosiale og miljømessige forhold
* • Forebygge sykdommer og skader

For at du skal få riktig hjelp samarbeider helesykepleier med skolen, foresatte og andre instanser ved behov. Dette skjer i samarbeid med deg som elev.

Helsesykepleier kan bl.a. hjelpe deg med:

* Livsstil; søvn, fysisk aktivitet, kosthold, tobakk og rusmidler
* Kroppslige plager
* Psykiske vansker som depresjon, angst eller sinne
* Konsentrasjonsvansker, lærevansker
* Spørsmål om seksualitet
* Vektproblemer, vanskelig forhold til mat og spising
* Vanskelige hjemmeforhold, bekymring for noen i familien
* Rusmiddelbruk hos deg selv eller noen du kjenner
* Utsatt for (eller vitne til) vold eller overgrep

**HUSK INGEN SPØRSMÅL ER DUMME, OG ALLE RÅD ER GRATIS** 😊 Helsesykepleier har taushetsplikt.

Du kan også benytte deg av tilbudet ved

**Helsestasjon for ungdom** som er et tilbud for ungdom mellom 13- 19 år

Besøksadresse Skåregt.92 5528 Haugesund "Markedet", 4.etg

tlf.: 52 74 41 09 **Åpningstider:** Mandag kl. 15.00 - 17.00 Onsdag kl. 14.00 - 16.00 - GUTTEDAG Torsdag kl. 15.00 - 17.00

  