

Når ting er vanskelige...

Det er vanlig at foreldre er slitne og frustrerte i perioder, spesielt dersom babyen er utrøstelig og gråter lenge. Dersom du føler at hun holder på å miste kontrollen, er det viktig at du legger babyen fra deg på et trygt sted og tar en liten pause. Be om hjelp.

- ✓ Fillerist aldri barnet ditt! Det å miste kontrollen, bare for et øyeblikk kan forårsake store skader og død. (Vi anbefaler informasjonshefte og DVD som deles ut på sykehuset.)
- ✓ Barn tar skade av å bli direkte utsatt for vold f.eks. filleristing og slag. Det er like skadelig dersom barnet er vitne til eller på annen måte merker at det skjer vold i hjemmet f.eks. skriking, knusing og slag. Til og med små barn får ofte med seg mer enn du tror!
- ✓ Barn som på en eller annen måte opplever vold, kan få skader i hjernen som gjør det vanskelig å huske og lære. De får ofte problemer i kontakten med andre barn og voksne.
- ✓ Dersom du eller andre trenger hjelp til å snakke med noen om vold, kan du ta kontakt med:

Helsestasjonen: 51720288

Barneverntjenesten: 51414100/51414220

Politiet: 51723369/02800

Ved akutthjelp, ring 113 (ambulanse) eller 112 (politi).

Ønsker du veiledning ift. foreldrerollen, barneoppdragelse m.m. , har helsesøster kompetanse til å tilby veiledning.

Kompetanseteam i Rennesøy kommune

Da barns problem ofte er sammensatte, er det noen ganger nødvendig med kompetanse fra mange fagfelt for å kunne hjelpe barnet. Rennesøy kommune har opprettet kompetanseteam for å kunne ta seg av slike saker.

Teamet består av følgende personer: Foreldre, helsesøster, PPT, barnevern, kommunepsykolog og evt. skolelege/helsestasjonslege og representanter fra skole/barnehage. På møtet diskuteres status, utfordringer og mulige tiltak. Alle som er med i teamet har taushetsplikt. Det kreves samtykke fra foreldre før enkeltsaker kan tas opp.

VELKOMMEN TIL RENNESØY HELSESTASJON



Åpningstider: 0800-1500

Tlf: 51720288

Adresse: Seljebakken 4, 4150 Rennesøy
(Vikevåg helsesenter)

Program	Alder	Innhold
Hjemmebesøk av helsesøster eller jordmor	0-2 uker	Fødselsopplevelse, amming/ernæring, samspills betydning for barn, råd og veiledning etter behov, helseundersøkelse, helseopplysning.
Gruppekonsultasjon med helsesøster	2-4 uker	Vi blir kjent med gruppen. Info om nærmiljø. Helseopplysning, helseundersøkelse. Amming/ernæring og samspill.
Gruppekonsultasjon/ individuell konsultasjon med helsesøster og lege.	6 uker	Helseundersøkelse, helseopplysning, samspill og amming/ernæring. Info om vaksiner. Rotavirusvaksine (Rotarix), drikkevaksine.
Gruppekonsultasjon / individuell konsultasjon med helsesøster	3 mnd	Samspill, bevegelse og motorikk. Vaksiner: Rotavirus (Rotarix), drikkevaksine. DTP-polio, Hib og hep. B Hexyon(KOM09) Pneumokokk (Prevenar13-PNE13)
Gruppekonsultasjon med helsesøster og fysioterapeut	4 mnd	Vurdering av motorikk av fysioterapeut, veiledning i tilrettelegging av motorisk aktivitet. Samspill
Gruppekonsultasjon / individuell konsultasjon med helsesøster	5 mnd	Amming/ernæring, introduksjon av smaksprøver. Samspill, bevegelse og utvikling. Vaksiner: DTP-polio, Hib, hepB (Hexyon KOM09) Pneumokokk (Prevenar13-PNE13)
Gruppekonsultasjon / individuell konsultasjon med helsesøster og lege	6 mnd	Helseundersøkelse av lege. Samspill, ernæring/ammig, oppstart av fast føde, motorikk, helseopplysning.
Gruppekonsultasjon / individuell konsultasjon med helsesøster	8 mnd	Helseundersøkelse og helseopplysning Samspill og ernæring, utvikling.
Gruppekonsultasjon / individuell konsultasjon med helsesøster	10 mnd	Helseundersøkelse og helseopplysning Samspill og ernæring, søvn, språk, utvikling.
Gruppekonsultasjon / individuell konsultasjon med helsesøster og lege	12 mnd	Helseundersøkelse av lege. Samspill, ernæring, tannhelse, motorikk. Vaksinasjon: DTP-polio,hib, HepB (Hexyon KOM09) Pneumokokk (Prevenar13-PNE13)
Gruppekonsultasjon / individuell konsultasjon med helsesøster	15 mnd	Barneoppdragelse, barns selvhevdelse og selvstendighetstrang. Kosthold, utvikling. Vaksine: MMR (meslinger, røde hunder og kusma)
Gruppekonsultasjon / individuell konsultasjon med helsesøster	18 mnd	Barneoppdragelse, aktivitet, kosthold, utvikling.
Individuelle konsultasjon med helsesøster og lege	2 år	Helseundersøkelse av lege. Fokus på språk, selvbilde og selvstendighet.
Individuell konsultasjon med helsesøster	4 år	Helseundersøkelse, syn, språk, sosialt, kosthold, motorikk.
Individuell konsultasjon med skolehelsesøster	5-6 år	Helseundersøkelse av lege. Syn, hørsel, motorikk, sosialt, overgang til skole.

God tilknytning er bra for barns utvikling

Foreldre er de viktigste i barnets liv. Alle må knytte seg til foreldrene. Måten du møter barnet ditt på får store konsekvenser for barnets følelsesmessig utvikling, selvbilde og evne til å lære.

Det aller viktigste å huske på:

Fysisk nærhet: kroppskontakt og å holde inntil.

Turtaking: Snakk sammen og vent på tur. Ha fokus på barnet og gi barnet tid til å svare med lyder, blick og bevegelse. Tiden på stellebordet er god til samtaler.

Øyekontakt: Barn trenger levende og varme blick.

Snakk med: Snakk mye med barnet, sett ord på følelser og hverdagslige ting. La barnet slippe til med sitt språk.

Smil – dele glede: Små barn – store gleder ☺ Bruk tid sammen med barnet, lek sammen, vis og fortell hvor glad du er i barnet ditt.



Mitt Barn
Rennesøy

Abonner på kommunens nettportal: www.mittbarnrennesoy.no for mer informasjon om normalutvikling og utfordringer. Her vil det også ligge informasjon om temakvelder for foreldre som holdes i kommunen.