

### Nyttige nettsider for foreldre og barn:

[nord-aurdal.kommune.no](http://nord-aurdal.kommune.no) [barnevakten.no](http://barnevakten.no)  
[ammehjelpen.no](http://ammehjelpen.no) [vfb.no](http://vfb.no) (voksne for barn)  
[helsestasjon0-5.no](http://helsestasjon0-5.no) <http://sanitetskvinnene.no/ma>  
[helsenorge.no](http://helsenorge.no) [mma-mia](http://mma-mia)  
[tryggtrafikk.no](http://tryggtrafikk.no) <https://www.landsforeningen1001dager.no/>  
[matportalen.no](http://matportalen.no) <https://www.stinesofiesstiftelse.no/foreldrepakke>  
[melk.no](http://melk.no) [helseoversikt.no](http://helseoversikt.no)  
[fhi.no](http://fhi.no)  
[folkOm.no](http://folkOm.no)  
[foreldrehverdag.no](http://foreldrehverdag.no)



Nord-Aurdal kommune  
Regionsenteret i Valdres

# Velkommen til helsestasjonen

## Kontaktinformasjon:

Nord- Aurdal helsestasjon  
Tveitavegen 11  
2900 Fagernes  
Tlf: 61359300

Ledende helsesykepleier: Hanne Alstergren, 97546167  
Helsesykepleier: Mona Håvelsrud Svarre, 46950719  
Helsesykepleier: Hanne Norunn Enger, 91822414  
Helsestasjonslege: Monica Voytovich  
Fysioterapeut: Anna Eide/vikar: Torunn Skammestein, 94152516

Vi svarer også på mail:

[Hanne.Alstergren@nord-aurdal.kommune.no](mailto:Hanne.Alstergren@nord-aurdal.kommune.no)  
[Mona.Havelsrud.Svarre@nord-aurdal.kommune.no](mailto:Mona.Havelsrud.Svarre@nord-aurdal.kommune.no)  
[Hanne-Norunn.Enger@nord-aurdal.kommune.no](mailto:Hanne-Norunn.Enger@nord-aurdal.kommune.no)



## Kort om helsestasjonen

- Helsestasjonen er et gratis lavterskeltilbud.
- Tjenestens mål er å forebygge sykdom og skade blant barn, og fremme barns helse og trivsel, samt være til støtte for foreldre i foreldrerollen.
- Alle barn i Norge har etter pasientrettighetsloven § 6-1 rett til helsekontroll, og foresatte/ foreldre plikter til å medvirke at barnet får denne.
- I kommunen samarbeider vi med jordmor, lege, fysioterapeut, frisklivsveileder, folkehelsekoordinator, barnevern, PPT, barnehagene, skolene, psykisk helsearbeid og tannlege.
- Foreldrekurs i Trygghetssirkelen: Alle foreldre er velkommen til å delta på foreldrekurs i Trygghetssirkelen. Ta kontakt med helsestasjonen om dere er interessert.



### Viktig informasjon

Dersom barnet deres er sykt og kan smitte andre, ber vi dere om å ikke møte på helsestasjonen!

Et helsestasjonsbesøk kan være en god time ☺

Etter vaksinasjon skal dere være på helsestasjonen i minst 20 minutter.

## Barneprogrammet 0-5 år

Hjemmebesøk etter fødsel	Helsesykepleier
2-4 uker	Helsesykepleier/gruppe
6 uker	Helsesykepleier, lege, vaksinasjon
8 uker	Helsesykepleier, EPDS samtale
3 måneder	Helsesykepleier, vaksinasjon
4 måneder	Fysioterapeut, gruppe/individuell
5 måneder	Helsesykepleier, vaksinasjon
6 måneder	Helsesykepleier og lege
7-8 måneder	Helsesykepleier
10 måneder	Helsesykepleier
12 måneder	Helsesykepleier og lege, vaksinasjon
15 måneder	Helsesykepleier, vaksinasjon
18 måneder	Helsesykepleier
2 år	Helsesykepleier og lege, språkkartlegging
4 år	Helsesykepleier, språkkartlegging, synstest, hørselstest
5-6 år	Skolestartundersøkelse med helsesykepleier og lege, hørselstest

Ved ønske og behov er det mulig å ha flere konsultasjoner enn de vi har satt opp her.

