

### Våre åpningstider:

Helsestasjonen er åpen alle dager. Tirsdag er fortrinnsvis møtedag.  
Telefontid man, ons, tor og fre. kl. 08:15-11:30 og 12:30- 14:30.  
Vi tilbyr timebestilling, avbestilling og digitale henvendelser via Helsenorge.

### Åpen helsestasjon:

- Vi har åpen helsestasjon på **FREDAGER kl 09.30-11.00.**
- Da trenger du ikke timeavtale. Det er muligheter for å veie barnet, og helsesykepleier er til stede for å svare på korte spørsmål og gi råd og veiledning etter behov.

**A**v hensyn til smitterisiko for utsatte grupper ønsker vi at barnet er friskt når det kommer til helsestasjonen, det samme gjelder søsken og foresatte. Ved sykdom hos barnet kontaktes fastlege.

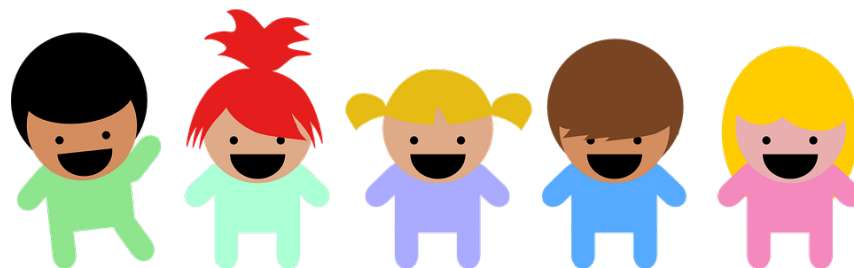
**Vennligst gi tilbakemelding til helsestasjonen så raskt som mulig hvis tildelte timer ikke passer via Helsenorge eller på tlf. 63 85 26 92**



**Aurskog-Høland Helsestasjon  
Parkveien 2, 1940 Bjørkelangen.  
Tlf. 63 85 26 92.**

**Du finner oss på Facebook!**

# Velkommen til Aurskog-Høland Helsestasjon



**H**elsestasjonen er et tilbud til alle foreldre og barn som bor i kommunen.

På helsestasjonen treffer du helsesykepleier, jordmor, lege, fysioterapeut og sekretær.

**V**årt mål er sammen med foreldrene å ivareta sped- og småbarns fysiske, psykiske og sosiale helse. Det omfatter tiltak som kan fremme helse og forebygge sykdom og skade.

**H**elsestasjonen ønsker ut fra foreldrenes behov å gi støtte, råd og veiledning rundt temaer som for eksempel samspill, tilknytning, ernæring, søvn, utvikling og stimulering. Vårt mål er å tilby hjemmebesøk til alle nyfødte.

### Helsestasjonen tilbyr:

- Svangerskapsomsorg
- Hjemmebesøk
- Åpen helsestasjon
- Helseundersøkelser
- Barnevaksinasjoner
- Opplysningsvirksomhet
- Gruppesammenkomster
- Foreldreveiledning
- Vi samarbeider også med barnehage, Familie og Nettverk, fastlege, psykiatritjenesten, PPT, barnevern og spesialisthelsetjenesten
- Samarbeid om habilitering av barn med spesielle behov

### Konsultasjoner:

- 0-2 uker: hjemmebesøk/førstegangskonsultasjon
- Ca. 4 uker: barselgruppe m/helsesykepleier og fysio
- 6 uker: konsultasjon m/ helsesykepleier og lege. Vaksine
- 3 mnd. konsultasjon m/helsesykepleier. Vaksiner
- 4 mnd barselgruppe m/helsesykepleier og fysio
- 5 mnd. konsultasjon m/helsesykepleier. Vaksiner
- 6 mnd. konsultasjon m/helsesykepleier og lege
- 8 mnd gruppe COS-P
- 10 mnd konsultasjon m/helsesykepleier
- 12 mnd.: konsultasjon m/helsesykepleier og lege. Vaksiner
- 15 mnd. konsultasjon m/helsesykepleier. Vaksine.
- 18 mnd. Konsultasjon m/helsesykepleier ved behov.
- 2 år: konsultasjon m/helsesykepleier og lege. Språkoobservasjon.
- 4 år: konsultasjon m/helsesykepleier. Syns- og hørselstest, språkoobservasjon.



### Gruppevirksomhet/Barselgrupper:

**H**elsestasjonens mål med grupper er at foreldre med barn på samme alder etablerer kontakt som kan fortsette som selvstyrte nettverksgrupper. Barselgruppene ledes av helsesykepleier og fysioterapeut. Begge foreldrene er velkomne til å delta.