



ÅLESUND KOMMUNE

## **Kjære elevar, foreldre og føresette ved Haram vidaregåande skule**

### **Redusert aktivitet i skulehelsetenesta**

For å beskytte dei mest sårbare i befolkninga mot koronasmitte og for å bistå kommuna med andre oppgåver som følgje av pandemien, så har skulehelsetenesta redusert aktivitet inntil vidare.

**Helsesjukepleiar kan kun være tilgjengeleg på telefon. Ungdom eller foreldre/føresette som har behov for samtale, kan ta kontakt. Skriv ein sms om du ikkje får svar, du vil bli kontakta så snart som råd.**

Vi minner om følgende:

- ✓ Dette er ikkje tidspunktet for å samle grupper av ungdom. Følg anbefalingar til befolkninga:  
<https://helsenorge.no/koronavirus/barn-og-gravide>
- ✓ Dette er ikkje tidspunktet for å arrangere selskap:  
<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta/rad-og-informasjon-til-befolkningen-om-nytt-koronavirus-coronavirus-2019-nco/>
- ✓ Det er derimot i fin anledning til å kome seg ut i frisk luft i skog og mark 😊
- ✓ Hold minst 1 meters avstand til andre enn dei som inngår i din husstand.



Den situasjonen vi er inne i no kan opplevast vanskeleg for både ungdom og vaksen. Det å være heime saman døgnet rundt kan også vere ei utfordring.

Mental helses hjelpetelefon er døgnåpen <https://mentalhelse.no/fa-hjelp/hjelpetelefonen>

Nyttig informasjon om koronaviruset og kvifor det er viktig at vi følgjer råd fra myndighetene finn de på:  
[https://www.ung.no/korona/4497\\_Hvorfor\\_er\\_det\\_viktig\\_at\\_DU\\_f%C3%B8lger\\_korona-r%C3%A5dene.html](https://www.ung.no/korona/4497_Hvorfor_er_det_viktig_at_DU_f%C3%B8lger_korona-r%C3%A5dene.html)

Kjenner du nokon som har det litt tøft? Ta ein telefon, og spør korleis det går. Kanskje kan du være ein trygg person for eit barn, ein ungdom eller foreldre som har fullt opp med egne bekymringar. Vi må bry oss!

**På informasjonssida til kommuna kan de finne mange svar vedrørende koronavirus**

<https://alesund.kommune.no/helse-og-omsorg/korona/>

### **Monica Brungot Sandvik**

Helsesjukepleiar

Mob. 95 09 87 48 | 70 20 75 00 (sentralbord)

[monica.brungot.sandvik@alesund.kommune.no](mailto:monica.brungot.sandvik@alesund.kommune.no)



ÅLESUND  
KOMMUNE

[www.alesund.kommune.no](http://www.alesund.kommune.no)

[Følg oss på Facebook](#)

**OPEN – ENGASJERT - MODIG**



ÅLESUND KOMMUNE