



- Venter dere barn eller er nylig blitt foreldre?
- Er forventninger blandet med usikkerhet i forhold til foreldrerollen?
- Er dere berørt av utfordringer knyttet til rusmiddelbruk og/eller psykisk helse?

Velkommen til **Barneblikk** familieteam

KRISTIANSUND

DU KAN KONTAKTE OSS DIREKTE PÅ TELEFON **476 25 087**

Svangerskap og småbarnsperiode kan by på glede og forventning, men også på utrygghet og usikkerhet. Særlig når en har eller har hatt livsutfordringer.

HVEM ER TILBUDET FOR?

Barneblikk familieteam er et tilbud til dere som venter barn eller har spe- og småbarn, og som er berørt av egne eller andres utfordringer knyttet til rusmiddel og/eller psykisk helse.

Når noen i en familie strever, påvirker det alle familiemedlemmene. Derfor ønsker vi å være en støtte for hele familien din; både barnet, foreldre, søsken, og andre som er viktige for dere.

Det er lurt å be om hjelp tidlig i svangerskapet!



HVA KAN VI TILBY?

I samarbeid med dere ønsker vi å bidra til at barnet deres får en best mulig start i livet. Da er det viktig at dere foreldre kan oppleve mestring av foreldrerollen, familielivet og egne liv.

- Det kan være godt å ha noen å snakke med om svangerskapet, barnet eller eget liv
- Det kan være godt å få hjelp til å rydde i «floker» i familien
- Det kan være godt å få tips om hvor dere kan henvende dere for hjelp
- Det kan være godt med hjelp til å ta kontakt med ulike tjenester og følge til avtaler
- Det kan være godt å vite at dere har noen å ringe til når det trengs
- Det kan vært godt å ha noen å dele gleder og opturer med

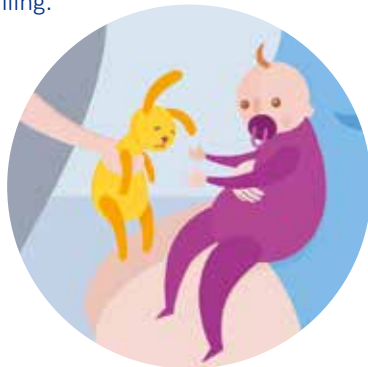
Vi vil gjerne bli kjent med dere som familie allerede mens barnet er i magen eller er i sitt første leveår, og vi kan følge dere frem til barnet når skolealder. Vi kan tilby hjelp med barnets utvikling, foreldrerollen, familiesamspill, psykisk helse og rusmiddelvaner.

Dersom familien din har behov for det, samarbeider vi med andre dere er i kontakt med.

Vi kan møtes hjemme hos dere, i våre lokaler eller på helsestasjonen.

Vi har ikke krav om henvisning/søknad eller timebestilling.

Tilbudet er gratis.



HVEM ER VI?

Barneblikk familieteam består av fagpersoner fra kommunen og fra spesialisthelsetjenesten.

Fra venstre: Randi, Anne Brit, Wenche, Elisabeth



HVORDAN KOMME I KONTAKT MED OSS?

Ring eller send SMS til telefon **476 25 087**.

Eller ring Sentrum helsestasjon sin ekspedisjon **71 57 49 00**.

Barneblikk familieteam holder til på Sentrum helsestasjon, Kongens plass 1, 6509 Kristiansund.

Jordmor, helsesykepleier, fastlege eller andre dere er i kontakt med, kan også formidle kontakt.

Første møte er en uforpliktende samtale med en av oss i Barneblikk familieteam. Om det fortsatt er aktuelt med et tilbud fra oss, avklarer vi videre kontakt sammen.

BARNEBLIKK HJEMMESIDEN:

www.helse-mr.no/barneblikk-kristiansund

VELKOMMEN TIL OSS!



Kristiansund kommune
I medvind uansett vær

 **HELSE MØRE OG ROMSDAL**