



Oslo

Bydel Nordre Aker

# Bydel Nordre Aker stiller opp for barn, unge og deres foreldre

Med stengte skoler, barnehager og fritidstilbud er ikke hverdagen som før.

Mange barn synes dette er vanskelig, og mange foreldre opplever at det er krevende å håndtere hverdagen nå.

Vi i Bydel Nordre Aker ønsker å være der for dere.

## Foreldreveiledning

Foreldreveiledningstelefonen betjenes av erfarne fagfolk som ønsker å støtte foreldre gjennom råd og veiledning. Ta kontakt med oss for å drøfte små og store spørsmål og utfordringer.

- **Telefonnummer 477 82 463 (hverdager kl 10- 15.00)**

## Barn og unge

Barn og unge som lurer på noe eller har det vanskelig kan ta direkte kontakt med våre miljøterapeuter:

- **Fernando Alcala, tlf. 977 70 533**
- **Emilie Braarud, tlf. 957 27 760**
- **Truls Haugen, tlf. 984 15 877**

Du kan også kontakte helsesykepleier på din skole. Telefonnummer finnes på skolens nettsider.

*Tilbudet er gratis*

