



BUK INFORMERER:



ENSOMHET:

Mange barn og unge opplever i dag å være ensomme. Å være ensom i et rom full av mennesker har blitt et begrep. Vi i BUK ønsker å sette ensomhet på dagsorden, og vil at vi barn og unge i Elverum skal jobbe for å ta vare på hverandre, inkludere alle og redusere ensomhet. Vi vil ha som mål at ingen føler seg ensom på våre skoler!

Vår oppfordring til våre klassekamerater:

- SI i fra hvis du har det vondt, eller føler deg ensom
- Vær flinke til å gi hverandre komplimenter
- Husk å invitere med ALLE i leken
- Si HEI og SMIL 😊
- Ikke vær redd for å snakke med nye mennesker
- Husk at du aldri er alene med problemene dine

Hvor kan du lese mer, eller få hjelp?

www.korspaahalsen.no

www.ung.no

www.mentalhelse.no

www.psykiskhelse.no

KOMMUNENS HELSESTASJON:

Åpningstider:

I skoleåret: Onsdag
kl. 14.00–17.00

I skolens ferier: Onsdag
kl. 12.00–15.00

Gutta helsestasjon: Tirsdag
kl 14:30- 16:00