

Her finner du oss:

UHU

Ørneheimens lokaler i Sandvika

[ungdomsleder@lenvik.kommune.no](mailto:ungdomsleder@lenvik.kommune.no)

Ungdomsrådet

[ungdomsradet@lenvik.kommune.no](mailto:ungdomsradet@lenvik.kommune.no)

Utekontakten

Fredheimgården, 2.etg., Finnsnes

[utekontakten@lenvik.kommune.no](mailto:utekontakten@lenvik.kommune.no)

Helsestasjon for ungdom / Helsesøster

Kvistadbygget, 3.etg., Finnsnes

Tlf. 77 87 18 40

Barneverntjenesten

Kvistadbygget, 3.etg., Finnsnes

Tlf. 77 87 18 40

Landsdekkende gratis alarmtelefon for barn/unge 116 111

# LURT Å VITE



# FOR UNGDOM I LENVIK

## Hva gjør ungdomsrådet?

Ungdomsrådet består av ungdommer fra alle ungdoms- og videregående skolene i Lenvik. De kan ta opp viktige tema, delta i prosjekt og påvirke saker som betyr noe for ungdom. Ungdommer kan sjøl melde aktuelle saker til ungdomsrådet.

## Hva gjør helsesøster?

Dersom du ønsker en voksen å snakke med, kan du kontakte helsesøster. Du kan ta opp ting du er bekymret for, enten det gjelder deg selv eller andre. Helsesøster kan gi råd og veiledning i forhold til bl.a. pubertet, forelskelse, ulike sykdommer, spiseforstyrrelser, rus og psykiske vansker. Helsesøster har kontordag på alle skolene i Lenvik. Du kan også treffe helsesøster på Helsestasjon for ungdom, mandag og torsdag ettermiddag, i 3.etg. i Kvistadbygget, og på UHU hver mandag kveld.

## Hva gjør barnevernstjenesten?

Barnevernstjenesten har ansvar for at alle barn får den omsorg og trygghet som de trenger. De kan gi foreldre støtte og veiledning, så de blir bedre i stand til å ta seg av barna sine. De kan også bidra med støtte og hjelp til barna / ungdommene. Barnevernet skal beskytte barn mot omsorgssvikt, og motvirke at barn blir utsatt for psykiske og fysiske overgrep.

Barnevernet har kontor i 3.etg. i Kvistadbygget.

## Hva er UHU?

UHU er ungdommens hus i Sandvika. Her kan ungdom utfolde seg og bruke sine kreative evner. Her finner du bl.a. diskotek, øvingsrom som ungdomsband kan leie, tegne- og malegruppe, mediarom med play station, turneringer i ulike spill, internett, og filmkvelder. Et klubbstyre med både ungdom og voksne er med på å bestemme aktiviteter og opplegg. UHU har åpent hver dag fra kl 14:30 -17:30. Mandag og fredag kveld til kl. 22.00/23.00, er det åpent for ungdom 13 - 18 år. Annenhver tirsdag er det junior UHU fra kl 17:30-21:00, for alderen 5.klasse til 7.klasse.

Mandager kl.18:00-20:00 kan du treffe helsesøster her.

## Hva gjør utekontakten?

Dersom du trenger en voksen å snakke med, kan du kontakte utekontakten. Du kan ta opp noe du er bekymret for, eller noe du lurer på. Utekontakten kan gi råd og veiledning om ulike vansker som rus, psykiske problemer, mobbing, konflikter og fritid. Utekontakten er ansvarlig for gruppa ”Idrett og utfordring”, som møtes 1 g pr. uke og gjør forskjellige aktiviteter.

Utekontakten er ofte ute på gata, kjøpesenteret eller skolene. Hun har kontor i Fredheimgården, 2.etg.