

Hej Vårdnadshavare!

Ert barn börjar närma sig vuxenlivet med allt vad det innebär. Det är en av anledningen till att jag under de närmaste veckorna kommer att gå ut i årskurserna 4 och 5 och prata om pubertet och menstruation med flickorna, vad som händer i kroppen både fysiskt och psykiskt.

8 av 10 flickor upplever det som negativt att nå puberteten men genom information och öppna samtal hoppas jag kunna ändra något på den inställningen. Du som vårdnadshavare kan också göra skillnad genom att vara öppen och nyfiken.

Jag kommer att utgå från den information om pubertet som finns på hemsidan www.umo.se och prata vidare kring den. Som förälder kan du gärna gå in och se vilken information som finns om du är intresserad. Kanske ni även kan titta tillsammans?

Puberteten är en tid av utveckling från barn till vuxen och de flesta blir mer nyfikna på sin egen kropp och andras. De fysiska förändringarna är bara en del av puberteten- flera psykiska förändringar sker också. Dessa kan leda till att man söker information via nätet och tyvärr ibland på fel ställen på nätet. Vi kommer att prata en del även om det.

Hör gärna av dig om du har några frågor.

Med vänlig hälsning

Skolsköterska

Carin Ahl

0582-685409