

DIN HELSE , DIN MENING

Viktig budskap til barn fra Europarådets veileder om barns rett til å være med å ta valg om egen helse.



HEI DU!

Helsen din er viktig.

Når du er barn kan du ikke alltid bestemme over helsen din alene. Men du har rett til å få informasjon og si hva du mener. Leger, helsesykepleiere, sykepleiere, psykologer og andre som har med din helse å gjøre har plikt til å høre på deg. Jo eldre du blir, jo mer skal de ta hensyn til hva du mener.

Det er vanlig at flere voksne er involvert når det skal tas valg om din helse:

Du



Foreldrene dine

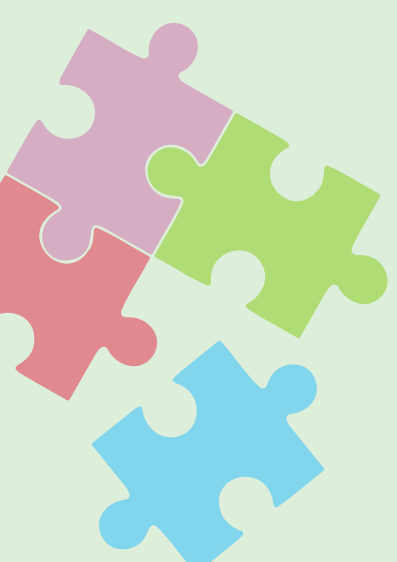
De er de viktigste personene som tar vare på deg. Noen ganger er det en annen voksen som tar vare på deg i stedet, for eksempel fosterforeldre eller en annen nær omsorgsperson.

Helsepersonell

Dette er personer som kan hjelpe deg med helsen din. Det kan være leger, sykepleiere, tannleger eller psykologer. Helsen din handler om både kroppen og sinnet ditt.

Her kan du få informasjon om hvordan du kan være med å ta valg knyttet til din helse og hvordan de som behandler deg som leger, sykepleier eller andre voksne kan involvere deg i valg knyttet til din helse. Den gir forslag til hvordan de voksne kan gjøre at det blir tatt gode valg.

Du kan lese og lære om viktige punkter i en beslutningsprosess, inkludert:



DIN RETT TIL Å BLI HØRT

INFORMASJON ER NØKKELEN

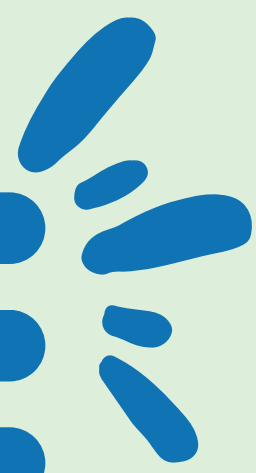
SI HVA DU MENER

ÅPEN OG TRYGG KOMMUNIKASJON

FORELDRE/OMSORGSPERSONER SIN ROLLE

TA VALG

UENIGHETER



På slutten av dokumentet finner du **mer informasjon** om dine rettigheter og **nyttige definisjoner**, dersom du ønsker å vite mer.



DU HAR RETT TIL Å BLI HØRT

Når du går til legen, tar en blodprøve, en synstest eller trenger behandling eller operasjon på sykehuset, blir det tatt mange små og store valg med deg og for deg.

Du har rett til å dele dine tanker og følelser om helsen din. Du kan si hva du vil eller ikke vil. Det finnes ingen nedre aldersgrense – alle barn har rett til å si sin mening, om du er liten eller har en funksjonsnedsettelse kan du si hva du vil og ønsker.

Det er bra å øve på å si din mening. Voksne, inkludert leger og sykepleiere, bør hjelpe deg med å øve på dette.

Her er noen eksempler:



RETT TIL INFORMASJON

Informasjon er nøkkelen ! Det er veldig viktig at du forstår situasjonen din så godt som mulig før du kan bestemme hva du tenker om helsen din.

Du kan få informasjon ved å snakke med foreldrene dine, sykepleier eller lege. Voksne, spesielt leger og sykepleiere, skal forklare hva som feiler deg, hvordan de kan hjelpe deg til å føle deg bedre, og hva som vil skje videre. De bør forklare det på en måte som gir mening for deg. Alle barn er forskjellige, så måten de forklarer ting på kan variere.

Voksne skal passe på at du har forstått ting godt. De bør forklare hvem de er og hva de skal gjøre– spesielt på et sykehus, hvor du kan møte mange forskjellige personer.



Spør om de kan vise deg en tegning eller en video!

Be dem forklare ord du ikke forstår eller bruke enklere ord.



Informasjon som kan være nyttig for deg før en behandling, undersøkelse, test eller operasjon:

Hvor lenge vil det vare?

Hvem skal være der?

Hvordan ser stedet ut?

Hvilket utstyr skal brukes?

Hva skjer - trinn for trinn?

Fordeler, risikoer, andre muligheter?

Hva er det mest sannsynlig at du kommer til å føle?

....

ÅPEN OG TRYGG KOMMUNIKASJON

For at du skal kunne ta et valg, ha en mening og si hva du ønsker, er det viktig at du får informasjon. Informasjon må deles på en måte som gjør at du føler deg rolig og trygg.

Voksne er der for å støtte deg og hjelpe deg med å fortelle om dine følelser og meninger, og gå gjennom ting og slik at du kan finne ut hva du mener og ønsker. Det finnes mange måter lege, sykepleier eller andre som jobber i helsetjenesten kan hjelpe deg til å føle deg trygg og oppmuntre deg til å delta i valgene. Her er noen eksempler:



Informasjonen om helsen din blir mellom deg, helsepersonellet som tar vare på deg, og foreldrene dine eller de som har omsorgen for deg.

De voksne skal alltid fortelle deg sannheten, selv om det noen ganger kan være vanskelig å høre og forstå den. Du skal bli forklart om mulige risikoer og om noe kan være ubehagelig eller vondt.



Barn kan forstå mye og ønsker ofte å vite så mye som mulig – det hjelper dem å være forberedt på det som skal skje.

FORELDRENES ROLLE

Foreldrene dine er viktige personer som kan støtte deg. Foreldrene dine eller de som tar vare på deg kjenner deg veldig godt og vil ofte vite hva de skal gjøre og hvordan de kan hjelpe deg når du skal til legen eller på sykehuset.

Det er viktig at du snakker med foreldrene dine og forteller dem hva du tenker og føler, slik at de kan støtte deg – og fordi det i mange tilfeller er de som tar det endelige valget om noe som gjelder deg.



Du har rett til å ha foreldrene dine med deg under besøk hos lege (kalt konsultasjoner), behandlinger eller når du må være på sykehuset. Hvis foreldrene dine eller omsorgspersonene ikke kan være til stede, kan du ha med en annen voksen du stoler på, som kan hjelpe deg.



GI UTTRYKK FOR DIN MENING

Du kan uttrykke meningene dine på ulike måter: du kan snakke, skrive, sende melding på telefonen eller til og med tegne. Noen ganger viser vi at vi er enige gjennom handlingene våre, uten å bruke ord. Når du strekker fram armen din for å få målt blodtrykket, viser du at det er greit. Derfor må helsepersonell være oppmerksomme på kroppsspråk, også hos barn som ikke kan snakke.



Noen ganger vil helsepersonell spørre deg om du er enig og godtar det som skal skje. Dette kalles å be om samtykke. At du gir samtykke, betyr at du er enig og godtar det. De vil skrive ned svaret ditt (i din journal).

I enkelte tilfeller kan det være nødvendig at du og/eller foreldrene dine skriver under på et spesielt skjema eller skriver ned hva du ønsker eller ikke ønsker på en mer formell måte.

Voksne er der for å hjelpe deg med å uttrykke meningen din. Men det er også helt greit å si at du ikke er sikker, eller at du ønsker at foreldrene dine bestemmer for deg.



Å TA VALG

Et godt valg betyr at valget er diskutert, at det er til barnets beste, og at det tas hensyn til det barnet ønsker.

Med andre ord: Når voksne tar et valg som gjelder deg, skal de legge vekt på hva du mener og ønsker. Det betyr at voksne må lytte til deg og ta deg på alvor. De bør tenke gjennom hvordan avgjørelsene deres vil påvirke deg, og gjøre det som er best for deg – både nå og for fremtiden.

Etter hvert som du blir eldre, forstår du mer og bedre, og kan være mer aktivt med i valg som handler om din helse, både psykisk og fysisk. Dette kan du lese mer om i siste del av dette dokumentet. Derfor vil meningene dine «veie» tyngre over tid. Men det betyr ikke at meningene til et lite barn ikke teller!



UENIGHET

Et godt valg eller en god løsning forutsetter at alle som er berørt, snakker sammen og lytter til hverandre for å finne den beste løsningen.

Likevel kan det oppstå situasjoner der personene som er involvert i å ta valg som gjelder et barn, er uenige. For eksempel kan du være uenig med foreldrene dine, eller foreldrene dine kan være uenige med helsepersonell.

Å ta meningen din på alvor betyr ikke alltid at du kan bestemme og få det akkurat slik du slik du vil. Noen ganger er ikke det mulig. Men, helsepersonell skal ha dine ønsker i tankene når de leter etter den best mulige løsningen for deg. Da vet de hva de absolutt må unngå, og vil gjøre sitt beste for å respektere og forsøke å oppfylle dine ønsker.

I alle tilfeller skal du få en tydelig forklaring på hva som er bestemt, hvorfor og hvordan din mening er vektlagt.



La oss se hva som kan gjøres for å hjelpe i vanskelige situasjoner der mennesker er uenige eller tenker forskjellig:



Vi snakker sammen om situasjonen, sammen med deg og foreldrene dine, flere ganger hvis det er nødvendig, for å finne en passende løsning.

I de fleste tilfeller er dette nok til å løse problemet.

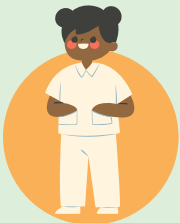


Hvis det er behov for det, kan en annen person, kalt en person du stoler på (en tillitsperson), bli bedt om å bidra med hjelp og råd.

Tillitspersonen hjelper alle involverte med å forstå de ulike synspunktene og med å finne en løsning sammen når det er en konflikt.



Noen sykehus har egne utvalg eller komiteer som kan gi råd når de som er involvert ikke klarer å bli enige.



I helt spesielle tilfeller kan en person med ansvar for å beskytte barnet (for eksempel en dommer) bli bedt om å ta en avgjørelse.



Alle disse personene vil alltid ha i tankene hva som er best for deg. Dette kalles barnets «beste».

VIKTIGE DOKUMENTER OM BARNS RETTIGHETER



Det finnes to viktige dokumenter som handler om barns rettigheter innen helse.

FNs barnekonvensjon forklarer alle barns rettigheter, slik at barn kan ha et godt liv der de bor, og være beskyttet mot fare.

Konvensjonen slår fast at barn har rett til å ha best mulig helsetilstand. Det betyr at barn skal få helsehjelp av god kvalitet, og den behandlingen som er best for dem.

Barnekonvensjonen sier også at barn har rett til å delta i beslutninger som angår dem, på ulike områder i livet. Det betyr at barn har rett til å uttrykke sin mening – også når det gjelder helse og trivsel – og at de har rett til å bli lyttet til og tatt på alvor.

Disse rettighetene gjelder alle barn, uavhengig av hvor de kommer fra, hvordan de ser ut, hvilket språk de snakker, hvem foreldrene deres er, eller om de har en funksjonsnedsettelse.

Europarådet har også en konvensjon som kalles **Oviedo konvensjonen**, som handler om helsehjelp og medisinske inngrep. Den gjelder både for voksne og barn.

Konvensjonen sier at personer som hovedregel må gi et fritt og informert samtykke til helsehjelpen/det medisinske inngrepet. Det betyr at personen skal få tilstrekkelig informasjon og si ja før helsehjelpen starter. Når det gjelder barn, sier konvensjonen at barnets mening skal tas med i vurderingen, i tråd med barnets alder og modenhet, også når loven i landet barnet bor i ikke gir barnet rett til å bestemme selv. I tillegg kan et medisinsk inngrep bare utføres dersom det er til barnets beste. Mer om reglene i Norge nedenfor.



ULIKE LAND, ULIKE REGLER?

Land har ulike lover, regler og kulturer*. I noen land må foreldrene gi samtykke så lenge barnet regnes som et barn. I andre land sier loven at eldre barn – for eksempel fra 15 eller 16 år, eller når de anses som modne nok – selv kan ta valg om egen helse selv: dette kalles «samtykkekompetanse».

Men husk: Uansett land og uansett regelverk skal et barn alltid få forklart hva som skal skje. Barnet skal også bli spurt om hva det mener!

Selv et barn eller en ungdom som har rett til å ta valg om egen helse, trenger fortsatt støtte og veiledning. Det betyr ikke at de blir stående alene.

*Du finner informasjon om reglene i Norge på de siste sidene.

Å PÅVIRKE POLITIKK OG LOVER

Informasjonen her er laget for å forklare hvordan du og andre barn har rett til å være med og påvirke valg som gjelder din/ deres helse.



Barn og grupper av barn kan også si sine meninger om lovene i landet der dere bor. Dere kan delta i planleggingen og utformingen av helsetjenester, og til og med være med på å utvikle og gjennomføre opplæring for helsepersonell.

Når barn blir hørt i forbindelse med lovforslag som gjelder helsetjenester og helsepolitikk, vil det føre til bedre avgjørelser til beste for alle!

NYTTIGE DEFINISJONER OG FORKLARINGER

Barn: en person som er under 18 år. Voksne er 18 år eller eldre.

Barnets beste: betyr at man alltid skal vurdere hvordan et valg vil påvirke et barn, og om den faktisk er det beste for barnet.

Barns medvirkning: sikrer at barn kan si sin mening når det tas valg som angår dem, enten individuelt eller som gruppe.

Barns rettigheter: er det alle barn har krav på eller skal kunne gjøre. Nesten alle land har blitt enige om at barn har egne rettigheter, og myndighetene har forpliktet seg til å sørge for at alle barn har det de trenger for å leve et trygt og godt liv.

Europarådet: en europeisk organisasjon med 46 medlemsland. Organisasjonen ble etablert for å sikre at menneskerettighetene ivaretas og beskyttes, inkludert barns rettigheter, blant annet ved å støtte barn og unge i å utvikle sitt fulle potensial og ved å forebygge skade og overgrep.

FNs konvensjon om barnets rettigheter (Barnekonvensjonen): et viktig internasjonalt dokument som lister opp og forklarer alle barns rettigheter, og beskriver statenes ansvar. Rettighetene henger sammen, er like viktige, og kan ikke tas fra barn.

Helsetjenester / helsehjelp: et samlebegrep for medisinsk behandling og oppfølging. Det kan blant annet omfatte legebesøk, behandlinger eller medisinske inngrep, samt opphold på sykehus.

Helsepersonell: alle som arbeider innen helsetjenesten, blant annet leger, sykepleiere, tannleger og psykologer.

Juridisk representant: en person som representerer et barn juridisk, vanligvis foreldre eller en verge dersom foreldrene ikke kan ivareta barnet.

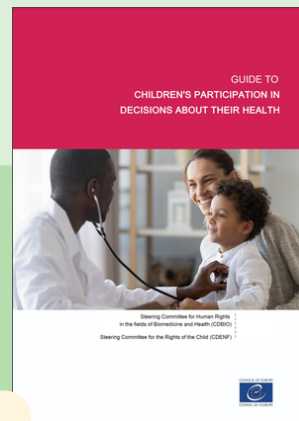
Myndigheter (regjering): de som styrer og lager regler for et land eller et samfunn, og som sørger for at reglene blir fulgt. På nasjonalt nivå kan dette være et omfattende system som inkluderer lovgivende organer (som vedtar lover), forvaltning (som sørger for tjenester og drift av samfunnet) og domstoler (der dommere avgjør konflikter, tolker loven og sikrer rettferdighet).

Samtykke: en formell godkjenning av helsehjelp. Denne gis av barnets foreldre eller omsorgspersoner, eller – dersom lovgivningen i landet tillater det – av barnet selv.

HVORFOR DENNE INFORMASJONEN?

I 2024 publiserte Europarådet en veileder om barns rett til å være med å ta valg om egen helse.

Veilederen ble laget for å hjelpe leger, sykepleiere og andre voksne med å ta de beste valgene om barns helse. Den viser hvordan barn kan inkluderes, og gir nyttige råd og eksempler.



Høsten 2024 jobbet en gruppe ungdommer fra ulike land – Denis, Throstur, Lana, Nick, Molly, Dion, Sara, Leonardo, Christina, Rayan, Elodie, Sarah og Jose – sammen for å lage dette sammendraget for deg og andre barn.

De ønsket å hjelpe barn med å forstå rettighetene sine og hvordan de kan være med og ta valg om egen helse. Organisasjonene Child Rights Connect og Europarådet støttet arbeidet deres.

Child Rights Connect er en uavhengig, ideell organisasjon som ble etablert i 1983, og som i dag er ett av de største internasjonale nettverkene for barns rettigheter, med mer enn 120 medlems- og observatørorganisasjoner.

Dette prosjektet ble ledet av Zsuzsanna Rutai, rådgiver for barns myndiggjøring og sikkerhet (Child Empowerment and Safeguarding Officer), og Imen Talhaoui, rådgiver for påvirkningsarbeid (Advocacy Officer), i 2024.

www.childrightsconnect.org



Europarådet er en europeisk organisasjon med 46 medlemsland. En av grunnene til at organisasjonen ble opprettet, er å sikre at alle disse landene beskytter menneskerettighetene, inkludert barns rettigheter, med mål om å støtte barn i å utvikle sitt fulle potensial og beskytte dem mot all form for skade.

www.coe.int



Synspunktene som kommer til uttrykk her, er forfatterens/forfatterenes ansvar og gjenspeiler ikke nødvendigvis den offisielle politikken til Europarådet eller Child Rights Connect.

Original tittel: *Your Health, Your Say! (English version)*

Teksten er utviklet av, og brukt med tillatelse fra, Europarådet og Child Rights Connect. Den norske oversettelsen er utarbeidet av Helsedirektoratet i samarbeid med Barne,-ungdoms og familiedirektoratet. Oversettelsen er publisert etter avtale med Europarådet og Child Rights Connect, men under oversetterens/publisistens fulle ansvar. Innholdet er tilpasset norske forhold.

Helsedirektoratet og Barne,-ungdoms og familiedirektoratet gir deg informasjonen om hvilke regler som gjelder i Norge.



FOR VOKSNE SOM BRUKER DETTE HEFTET SAMMEN MED BARN

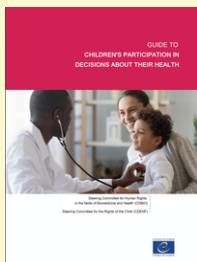
Disse merknadene er ment for voksne – inkludert foreldre, lærere, sosialarbeidere, familierapeuter, barnevernspedagoger og helsepersonell – som ønsker å bruke heftet sammen med barn for å snakke om barns medvirkning i helsebeslutninger som gjelder dem.

Heftet kan brukes uavhengig av om barna har et helseproblem eller trenger helsehjelp eller ikke – enten før eller etter et besøk hos lege eller på sykehus, eller når som helst for å bygge generell kunnskap om temaet.

Du kan velge å ta opp temaet med barn individuelt eller i gruppe. Heftet er skrevet for barn i alderen 9 til 15 år, men også eldre ungdommer kan ha nytte og interesse av innholdet.

Dersom du arbeider i et miljø der heftet kan gjøres tilgjengelig for barn, kan du oppmuntre dem til å ta med seg et eksemplar hjem og snakke videre om innholdet med deg eller andre voksne de har tillit til.

Informasjonen her er et sammendrag av Europarådets veileder om barns medvirkning i beslutninger om egen helse, som ble publisert i 2024. Målet med veilederen er å gi informasjon og råd – først og fremst til helsepersonell – om hvordan barn kan involveres i beslutninger som gjelder deres helse.



Veilederen starter med å presentere den teoretiske og juridiske rammen, før den beskriver viktige deler av beslutningsprosessen. Den hjelper helsepersonell med å forstå sin rolle i å støtte barn, familier og andre fagpersoner i å legge til rette for barns medvirkning i praksis. Sentrale begreper som samtykke, tilslutning og

barnets beste blir gjennomgått, i tillegg til vanlige situasjoner der medvirkning i beslutninger kan oppleves som særlig krevende. Gjennom hele veilederen gis det eksempler og henvisninger til god praksis.

HOVEDBUDSKAP

Nedenfor finner du de viktigste poengene i dokumentet. Når du snakker med barn, kan du velge å gå gjennom alle hovedbudskapene, eller fokusere på dem som er mest relevante ut fra barnets situasjon.

Barn har rett til å bli hørt

I tråd med artikkel 12 i FNs konvensjon om barnets rettigheter har barn rett til å delta i og påvirke beslutninger i alle saker som angår deres liv. Dette gjelder også helse. Denne retten sikrer at barnets beste alltid blir tatt i betraktning, og at barnet får best mulig helsehjelp.

Informasjon er avgjørende

Barn har rett til å få informasjon om egen helse på en måte de kan forstå. Informasjonen må være korrekt og tilstrekkelig, slik at barnet kan ta en informert beslutning.

Åpen og trygg kommunikasjon

Barn har rett til støtte slik at de kan danne seg egne meninger og til å føle seg trygge i møte med voksne. De har også rett til privatliv og konfidensialitet, noe som betyr at opplysninger om barnets helse ikke skal deles med andre, med mindre det er nødvendig av hensyn til barnets beste.

Foreldrenes rolle

Barn har rett til å ha foreldrene sine med seg når de mottar helsehjelp, og rett til å støtte seg på dem i beslutningsprosesser. I mange tilfeller er det foreldrene som formelt gir samtykke til et medisinsk inngrep.

I noen tilfeller ønsker barnet likevel å snakke om eller motta helsehjelp uten at foreldrene er til stede.

Barn har rett til å uttrykke sin mening

Barn har rett til å uttrykke seg og skal oppmuntres og støttes i dette, uavhengig av alder. Også ikke verbale uttrykk, som kroppsspråk, er viktige. Dette gjelder i alle situasjoner, uavhengig av hvilke regler som gjelder for samtykke.

Å ta beslutninger

Barns synspunkter skal tas med i vurderingen, i tråd med deres alder og utvikling. Dersom den endelige beslutningen ikke samsvarer med det barnet ønsket, skal barnet få en forklaring på hvorfor beslutningen ble tatt.

Uenighet

Det kan oppstå ulike meninger og uenighet mellom barnet, foreldrene eller helsepersonell. Slike situasjoner kan ofte løses gjennom videre dialog. I noen tilfeller kan det imidlertid oppstå konflikter der en ekstern person eller instans må involveres for å avgjøre hva som er til barnets beste.

Mer om barns rettigheter

Denne delen gir tilleggsinformasjon, særlig om relevante internasjonale lover og rettstekster. Den viser også at barn kan involveres i utvikling og revisjon av nasjonale lover og politiske tiltak.

NASJONAL KONTEKST

Temaene som tas opp i veilederen, er regulert gjennom nasjonal lovgivning og forskrifter. Det kan derfor være nødvendig å gjøre seg kjent med det juridiske rammeverket i ditt land, særlig når det gjelder helsesystemet, pasientrettigheter og barns rettigheter, slik at du kan svare på spørsmål på en god måte.



Det finnes lover om barns rettigheter som omtaler barns rett til medvirkning i helse spørsmål.



Det finnes en lov om pasientrettigheter i Norge. Den har regler om barns rett til å medvirke i beslutninger om egen helse, og rett til informasjon.



Barn har rett til å bestemme over egen helse fra de er 16 år. (Det er noen få unntak fra denne regelen, bl.a. for kosmetiske inngrep).

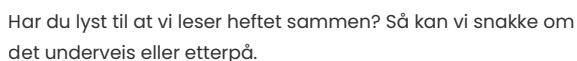
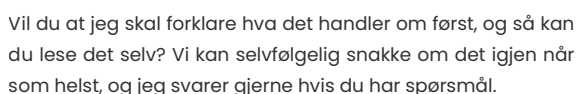


Det finnes menneskerettigheter for personer med funksjonsnedsettelse (CRPD). Barn med funksjonsnedsettelse er ekstra sårbare for at rettigheter blir tilsidesatt fordi de både er barn og har en funksjonsnedsettelse.



Det er derfor alltid viktig å følge opp slike situasjoner.

I en samtale én til én kan du, avhengig av situasjonen, forholdet ditt til barnet og barnets modenhet, velge å stille et av disse tre spørsmålene. Dersom du merker nøling, kan du prøve å tilby et annet alternativ:



Dette heftet kan brukes til å forberede en samling om barns medvirkning i helse-relaterte beslutninger, eller som et ressursmateriell som anbefales etter en slik samling. Nedenfor følger noen enkle aktiviteter, basert på uformelle metoder, som kan bidra til å formidle hovedbudskapene til gruppen.

Dersom du planlegger å arbeide med en gruppe, er det viktig å forberede og legge opp samlingen på en måte som er tilpasset deltakernes behov og rammene for aktiviteten.

Informasjonen kan brukes til å øke barns bevissthet og bygge kompetanse om temaet, og kan inngå som en del av opplæring i barns rettigheter, med særlig vekt på helse og retten til medvirkning.

I gruppesammenhenger kan man gjerne bruke ikke formelle pedagogiske metoder.

Ifølge Compass – håndbok for menneskerettighetsopplæring med unge, brukes "ikke formell opplæring" om planlagte og strukturerte programmer og prosesser for personlig og sosial læring for unge. Disse har som mål å styrke ulike ferdigheter og kompetanser, og foregår utenfor det formelle utdanningssystemets læreplaner.



Du kan lage en kort quiz enten for å introdusere temaet og starte en samtale, eller for å bruke den mot slutten for å sjekke om barna har forstått innholdet og om de har flere spørsmål. Du kan bruke hovedbudskapene som grunnlag når du lager quizen

Dersom du har en større gruppe barn, kan du dele dem inn i grupper på 4 til 5 personer. La dem først diskutere svarene sine i gruppene før dere samles igjen i plenum. Du kan også gi poeng eller tilby en liten premie til dem som svarer riktig!



Dersom dere har nok plass, eller har mulighet til å være utendørs, kan denne aktiviteten brukes for å få gruppen i bevegelse.

Du må på forhånd forberede påstander, scenarier eller spørsmål med fire svaralternativer, basert på hovedbudskapene. Deretter tildeler du hvert av rommets fire hjørner (eller fire ulike områder) ett alternativ: A, B, C og D.

Barna samles først i midten av rommet. Så leser du opp spørsmålene eller påstandene, ett om gangen. Hver gang velger barna det alternativet de mener er riktig, og går til det hjørnet eller området som tilsvarer dette valget. Når de har valgt plass, kan du spørre dem hvorfor de valgte akkurat det alternativet.

For eksempel; «På hvilke måter kan barn uttrykke sine ønsker når det skal tas en beslutning om helsen deres?

- A) De må si med ord hva de ønsker.
- B) De kan bruke bevegelser eller vise hva de ønsker.
- C) De må skrive et offisielt brev og signere det.
- D) Jeg har en annen idé!»

EGNE NOTATER:

[illegible]



Handwriting practice area with 20 sets of horizontal dotted lines for writing practice.

BARNs RETTIGHETER I NORGE



FREM TIL DU ER 12 ÅR:

- foreldrene dine bestemmer om du skal få hjelp hos lege, psykolog osv.
- foreldrene dine bestemmer om du skal få behandling, ta medisiner og få vaksiner.
- foreldrene dine, eller den som skal gi deg hjelp, skal forklare deg hva du skal få hjelp til og hvorfor du skal få hjelp. De skal forklare dette på en måte som du forstår.
- skal foreldrene dine, og de som jobber i helsetjenestene, lytte til hva du mener, ønsker eller tenker.
- har du rett til å bli lyttet til og si hva du mener, men det er foreldrene dine som bestemmer på vegne av deg

I noen veldig få tilfeller hvor det finnes sterke grunner til at foreldrene dine ikke skal få informasjon om at du får hjelp fra helsepersonell, så kan helsepersonell bestemme at du skal få noen typer enkel helsehjelp. Det skal veldig mye til for at de gir denne hjelpen uten at foreldrene dine vet det.

NÅR DU ER MELLOM 12-16 ÅR:

- er det foreldrene dine som bestemmer om du skal få hjelp hos lege, psykolog osv.
- er det foreldrene dine som bestemmer om du skal til behandling, ta medisiner og få vaksiner .
- skal foreldrene dine, eller helsepersonell, forklare deg hva du skal få hjelp til og hvorfor du skal få hjelp. De skal forklare dette på en måte som du forstår og de skal alltid tenke på hva som er barnet beste
- skal du få si din mening, og det skal legges stor vekt på hva du mener

I noen få tilfeller kan du likevel få hjelp av helsepersonell uten at foreldrene dine får informasjon om det. Det samme kan gjelde i noen få tilfeller hvor foreldrene dine mener du ikke skal få hjelp, men du mener du trenger det. Da vil typen hjelp du trenger avgjøre om det er noe du selv kan bestemme. Hvis du trenger mer informasjon om dette, kan du spørre sykepleier, lege eller en annen voksen.

Dersom du bor i fosterhjem eller på institusjon etter et vedtak om omsorgsovertakelse eller vedtak om flytteforbud, er det barnevernstjenesten og fosterforeldrene dine eller institusjon der du bor, som har rett til å samtykke til helsehjelp på dine vegne.

Barnevernstjenesten og fosterforeldrene dine eller institusjon der du bor, har rett til informasjon om din helse i tillegg til foreldrene dine, og de har rett til å klage på vedtak på dine vegne. Se her <https://www.ung.no/temaer/barnevern>

NÅR DU ER OVER 16 ÅR:

- kan du selv bestemme over egen helse. Da er du er helserettslig myndig. Samtykke fra dine foreldre er ikke nødvendig (noen få unntak, se nedenfor).
- kan du selv bestemme om du vil bytte fastlege eller psykolog.

Det finnes noen unntak. Selv om du er helserettslig myndig, kan du for eksempel ikke si nei til å få kreftbehandling eller blodoverføring. I slike tilfeller er det de som har foreldreansvaret for deg som bestemmer. Dette gjelder fram til du er 18 år.

Hvis du trenger mer informasjon om dette, kan du spørre helsepersonell.