

## VÄGAR TILL HJÄLP

HJÄLP, RÅD OCH STÖD	
<b>Örnsköldsviks kommuns Mottagningsgrupp samt social beredskap</b>	0660-888 07 måndag, tisdag, torsdag, fredag 10-11:30 och 13-15. onsdagar 13:00-15:00 Vid akuta situationer, Social beredskap, utanför kontorstid
<b>Behandlingsteamet</b>	076-142 82 67 <a href="mailto:behandlingsteamet@ornskoldsvik.se">behandlingsteamet@ornskoldsvik.se</a> För anhöriga; <a href="http://www.medberoendeinfo.blogspot.se">www.medberoendeinfo.blogspot.se</a>
<b>Resurscentrum mot våld</b> Kommunen erbjuder råd, stöd och behandling för barn, unga och vuxna män och kvinnor som utsatts för och/eller utövat våld i nära relation/partnersvåld.	På kommunens hemsida, <a href="http://www.ornskoldsvik.se">www.ornskoldsvik.se</a> , finns mer information. Det går även att mejla funktionsbrevlådan <a href="mailto:rmv@ornskoldsvik.se">rmv@ornskoldsvik.se</a> eller ta kontakt med kommunens mottagningsgrupp 0660-888 07
<b>Elevhälsan, skolkuratorer/psykolog och skolsköterska</b>	På kommunens hemsida, <a href="http://www.ornskoldsvik.se">www.ornskoldsvik.se</a> , finns kontaktuppgifter till alla skolors elevhälsovård. Det går även att ringa till kommunens kontaktcenter 0660-880 00.
<b>Ungdomsmottagningen</b> För dig upp till 23 år	Telefon tidbokning: 0660-891 05 Telefontid tidbokning: Mån-tors kl. 8-16, Fredag kl. 7-14 <a href="http://www.umo.se">www.umo.se</a> <a href="http://www.1177.se/Hitta-vard/Vasternorrland/Kontakt/Ungdomsmottagningen-Ornskoldsvik-Primarvarden/">www.1177.se/Hitta- vard/Vasternorrland/Kontakt/Ungdomsmottagningen- Ornskoldsvik-Primarvarden/</a>
<b>Kommunens föräldrastödstelefon</b>	0660-885 85, tisdagar 9-11
<b>Nationell föräldrastelefon</b>	020-852 000, vardagar 10-15
<b>Självmoordslinjen</b>	90101, dygnet runt Chatt: <a href="http://chat.mind.se/">chat.mind.se/</a>
<b>Vuxenpsykiatriska mottagningen</b>	0660-897 26, måndag-fredag 07-14 (teleQ) Jour 060-18 18 71, dygnet runt
<b>BUP</b> (barn- och ungdomspsykiatri)	0660-894 40, måndag-fredag 07:30–13:30
<b>Familjerådgivningen</b>	Familjerådgivare, 0660-886 89 eller 0660-886 87
<b>Jourhavande medmänniska</b>	08-702 16 80, varje dag 21-6
<b>Jourhavande präst</b>	112, fråga efter jourhavande präst, finns tillgänglig 21-06 Chatt: <a href="http://www.svenskakyrkan.se/jourhavandeprast/chatta">www.svenskakyrkan.se/jourhavandeprast/chatta</a>
<b>Kyrkans sociala arbete: diakonin</b>	Ta kontakt med din församling.



<b>Röda korsets jourhavande kompis</b> För dig under 25 år	Chatt <a href="http://www.jourhavandekompis.se">www.jourhavandekompis.se</a> Vardagar 18-22 samt helger 14-18
<b>Orostelefonen</b> för tips och råd kring våldsbejakande extremistisk rörelse	020- 100 200 Vardagar 9-16 samt måndag, onsdag och fredag 18-22 Chatt: <a href="http://www.raddabarnen.se/vad-vi-gor/mer-om-vad-vi-gor/annu-mer/orostelevonen/oroschatten/">www.raddabarnen.se/vad-vi-gor/mer-om-vad-vi-gor/annu-mer/orostelevonen/oroschatten/</a>
<b>BRIS</b> (barnens rätt i samhället) För dig under 18 år	116 111, <a href="http://www.bris.se">www.bris.se</a> Telefon och chatt: Måndag-söndag 14-21
<b>BRIS Vuxentelefon</b> (för vuxna om barn)	077-150 50 50 Alla vardagar 9-12
<b>BRIS stödlinje för idrottsledare</b>	077-440 00 42 Alla vardagar 9-12
<b>Rädda Barnens Hjälptelefon</b> För nyanlända barn och unga Svar och stöd på minst tre olika språk.	0200-77 88 20 Alla dagar 15-18 <a href="http://www.raddabarnen.se/vad-vi-gor/mer-om-vad-vi-gor/annu-mer/radda-barnens-helpline/">www.raddabarnen.se/vad-vi-gor/mer-om-vad-vi-gor/annu-mer/radda-barnens-helpline/</a>
<b>Rädda Barnens Föräldratelefon/Föräldramail</b> För frågor som rör barn och föräldraskap.	Föräldratelefonen: 020-786 786, måndag-torsdag 18-21 Föräldramailen: <a href="mailto:foraldrar@rb.se">foraldrar@rb.se</a> (svar inom 72 timmar)
<b>Tjejjourer</b>	<a href="http://www.tjejjouren.se/">www.tjejjouren.se/</a>
<b>Kvinnojouren Örnsköldsvik</b>	0660-841 97 070-270 00 66
<b>Kvinnofridslinjen</b>	020-50 50 50, dygnet runt
<b>Terrafem</b> (flerspråkig jour) Stöd för kvinnors rätt mot mäns våld	020-52 10 10, vardagar 08-17
<b>Attention Örnsköldsvik</b> Förening för personer med neuropsykiatriska funktionshinder	070-665 85 52, 070 674 09 24 <a href="http://www.attention-ovik.se/">www.attention-ovik.se/</a>
<b>Brottsofferjouren</b>	Brottsofferstöd, 0660-846 06 Vittnesstöd, 070-539 27 34
<b>Rådgivning HBTQ-frågor</b>	<a href="http://www.hbtqkojan.se/">http://www.hbtqkojan.se/</a>
<b>STÖD TILL BARN OCH UNGA</b>	
Kommunen erbjuder individuellt behovsanpassade insatser till barn, unga och familjer.	På kommunens hemsida, <a href="http://www.ornskoldsvik.se">www.ornskoldsvik.se</a> , finns mer information. Det går även att ringa till kommunens mottagningsgrupp 0660-888 07.



WEBBASERADE FORUM	
<b>"Att må dåligt"</b> <b>- psykisk ohälsa hos barn och unga</b> Samlad sida med det stöd och hjälp som finns för barn och ungdomar mellan 0-25 år i Örnsköldsviks kommun, Landstinget, 1177 och andra länkar.	<a href="http://www.ornskoldsvik.se/psykbryt">www.ornskoldsvik.se/psykbryt</a>
<b>Alkoholhjälpen</b> (självhjälp)	<a href="http://www.alkoholhjalpen.se">www.alkoholhjalpen.se</a>
<b>Alkoholprofilen</b> (självttest)	<a href="http://www.alkoholprofilen.se">www.alkoholprofilen.se</a>
<b>Anonyma alkoholister</b>	<a href="http://www.aa.se">www.aa.se</a> Telefonjour 08-720 38 42, Mån-sön 11-13 samt 18-20
<b>Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning</b>	<a href="http://www.can.se">www.can.se</a>
<b>Drugnews</b> (nyhetsajt mot droger)	<a href="http://www.drugnews.se">www.drugnews.se</a>
<b>Drugsmart</b> (fokus på unga)	<a href="http://www.drugsmart.com">www.drugsmart.com</a>
<b>Föräldraförening mot narkotika</b>	<a href="http://www.fmn.se/lokalforeningar/ornskoldsvik-2/">www.fmn.se/lokalforeningar/ornskoldsvik-2/</a>
<b>Folkhälsomyndigheten</b>	<a href="http://www.folkhalsomyndigheten.se/">http://www.folkhalsomyndigheten.se/</a>
<b>Maskrosbarn</b> (unga som växer upp i missbruk)	<a href="http://www.maskrosbarn.org/">http://www.maskrosbarn.org/</a>

