

KONTAKTVÄGAR VID PSYKISK OHÄLSA

Vid AKUT nödläge - ring 112

HJÄLP, RÅD OCH STÖD	
Sjukvårdsrådgivning	1177 www.1177.se (här finns även kontaktuppgifter till den egna vårdcentralen)
Vuxenpsykiatriska mottagningen	0660-897 26 (mottagning/besök 8:00-17:00 helgfri vardag) Jour 060-18 18 71
Stödteam (psykosocialt, uppsökande)	0660-885 98 Biståndshandläggare: 0660-888 14, 0660-885 81
BUP (barn- och ungdomspsykiatri)	0660-894 40 (mån-fre 8:00-12:00 + 13:00-16:00)
Elevhälsovård	På kommunens hemsida, www.ornskoldsvik.se , finns kontaktuppgifter till alla skolors elevhälsovård. Går även att ringa till kommunens växel 0660-880 00.
Samtalsbyrån för unga vuxna (16-30 år) Avgiftsfria besök	0660-887 95, även röstbrevlåda e-post: samtalsbyran@ornskoldsvik.se www.ornskoldsvik.se/samtalsbyran
Ungdomsmottagningen	0660-891 05, www.umo.se samt www.1177.se för att webboka tid själv med personlig inloggning.
BRIS (barnens rätt i samhället)	116 111 (alla under 18 år, mån-fre 15:00-21:00 lör-sön 15:00-18:00) www.bris.se/
BRIS Vuxentelefon (för vuxna om barn)	077-150 50 50 (vardagar mån-fre 10:00-13:00, normal taxa)
Kommunens föräldrastödstelefon	0660-885 85 (tisdagar 09:00-11:00)
Nationell föräldrastödstelefon	020-852 000 (vardagar 10:00-15:00) (En del av Föreningen Psykisk Hälsa)
Familjerådgivningen	Familjerådgivare: 0660-886 89 eller 0660-886 87
Barn till föräldrar med psykisk ohälsa (nätverk)	Samordnare: 0660-894 40
Välfärdsförvaltningen, mottagningsgruppen	0660-888 07 (måndag, tisdag, torsdag, fredag 10:00-11:30 och 13:00-15:00, onsdagar 10:00-11:30) E-post: vfmottagningsgruppen@ornskoldsvik.se

Attention Örnsköldsvik	070-665 85 52 (ordförande i föreningen) attention.ovik@gmail.com www.attention-ovik.se/
Anhörigföreningen SPES	08-345 873 (varje kväll 19:00-22:00) www.spes.se/
Kommunens äldre- och anhörigstöd	över 65 år tel: 0660-881 98, under 65 år tel: 0660-883 14
Nationell äldretelefon	020-222 233 (vardagar 10:00-15:00)
Demenssjuksköterska (kommun)	Demenssjuksköterska, 0660-26 51 14 måndag-fredag 08:00-11:00. linda.backman@ornskoldsvik.se
Demenssköterska (landsting, geriatrisk mottagning)	0660-896 43 (udda veckor kl 08.00-15.00). Mottagningsköterska 0660-879 45 geriatriken.ornskoldsvik@lvn.se
Jourhavande medmänniska	08-702 16 80 (varje dag 21:00-06:00)
Jourhavande präst	112 (akutjour 21:00-06:00)
Röda korsets jourhavande kompis	020-22 24 44 (varje dag 14:00-22:00)
Självordslinjen (hos MIND) www.mind.se	För den som går i tankar på att ta sitt liv. Ring, mejla eller chatta anonymt med volontär-er. Tel 90101 eller https://mind.se/sjalvmordslinjen/chatt Öppet dygnet runt.
Tjejjour	https://tjejjouren.se
Kvinnojouren	0660-841 97 070-270 00 66 Rådgivning i kvinnofridsfrågor 0660-882 25 Terrafem (flerspråkig jour) 020-52 10 10 Kvinnofridslinjen 020-50 50 50 (gratis, samtal syns inte på räkningen)
Brottsofferjour	Brottsofferstöd: 0660-846 06 Vittnesstöd: 070-539 27 34
Behandlingsteamet (erbjuder behandling för alkohol, droger och spel samt stöd till anhöriga)	076-142 82 67 behandlingsteamet@ornskoldsvik.se
Alkohollinjen	020-84 44 48
Stödlinjen för spel	020-81 91 00
Rådgivning HBTQ-frågor "HBTQ-kojan"	www.hbtqkojan.se
Personligt ombud (för personer från 18år)	0660-886 49, 0660-886 49, 070-225 44 34, 070-224 11 82 Besöksadress: Lasarettsgatan 14, 891 33 Örnsköldsvik