



Livslotsen

Samlingsbroschyr över
stödverksamheter



Innehåll

Vårdcentraler	4
Psykisk ohälsa	6
Funktionsnedsättning	16
Taltjänst och personligt ombud	21
Familj	22
Barn och unga	28
Sexuella övergrepp	34
Ätstörningar	35
Suicid	38
Våld i nära relationer	42
Missbruk	47
Sexuellt överförbara sjukdomar	50
Kränkningar och hedersrelaterat våld	51
Brottsoffer	53
Rådgivning	54
Egna anteckningar	55

Vårdcentraler

Nödinge vårdcentral, Praktikertjänst

Klockarevägen 14, Nödinge

0303-977 70

Öppettider: mån–tors kl. 08.00–17.00, fre kl. 08.00–16.00

Öppen mottagning: mån-fre kl. 08.00-09.30, övriga tider tidsbokning

Barnvårdscentral

Telefontid: mån-tors kl. 08.00-09.00

0303-977 79

För mer information om Nödinge Vårdcentral besök hemsidan:
www.nodingevardcentral.se

Närhälsan Älvängen vårdcentral

Svenstorpsvägen 1, Älvängen

010-473 35 50

Öppettider: mån – fre kl. 08.00 - 17.00. Telefontid: mån - fre kl. 07.30–16.30

Drop-in för enklare akuta besvär: mån- fre kl. 08.00-10.00

Barnvårdscentral

Öppettider: mån–fre kl. 08.00-17.00, endast tidsbokning

010-473 35 71

010-473 35 72

010-473 35 73

Bohuspraktiken, Praktikertjänst

Göteborgsvägen 219, Bohus (centrum)

031-97 95 40

Öppettider: mån–fre kl. 08.00–17.00

Öppen mottagning för akuta läkarbesök: mån-fre kl. 08.00-10.00

Övriga tider tidsbokning.

Barnvårdscentral

Öppettider: kl. 08.00-16.30

031-97 95 53

För mer information om Bohuspraktiken besök hemsidan:
www.bohuspraktiken.se

Adina Hälsan Nol

Noltorget 12, Nol

031-383 04 20

Öppettider: mån-fre kl. 08.00–17.00

- Drop-in mottagning till läkare vid akuta besvär
- Telefonrådgivning
- Tidsbokning via webb

Barnvårdscentral

031-383 04 22

För mer information om Adina Hälsan besök hemsidan:

www.adinahalsan.se/nol/

Närhälsan Ale Barnmorskemottagning

Centrumhuset, Bobus

010-473 45 50

Öppettider: mån-fre kl. 08.00-16.00, telefontid: mån-fre kl. 08.45-10.00

Tidsbeställd mottagning för gravida. Tidsbeställd preventivmedelsmottagning.

Gynekologiska hälsokontroller.

Muslimska sjukhuskoordinatörer – Göteborgs Moské

Det finns i dagsläget sju personer arbetar med att förstärka samarbetet mellan sjukhusen och de muslimska föreningarna på olika orter i Sverige. Personerna kallas sjukhuskoordinatörer och är själva muslimer. Koordinatörernas uppdrag är att vara länken mellan sjukhusen i Sverige och de muslimska församlingarna. Det innebär att koordinatörerna skall skriva listor där det finns kontaktuppgifter till imamer och andra frivilliga från de muslimska församlingarna.

Vid behov kan dessa kontaktpersoner kallas in till sjukhusen. Kontaktpersonerna arbetar ideellt. Koordinatörerna har också uppgiften att informera sjukhuspersonalen om islam och de olika regler, ritualer och seder som finns och samråda om hur man på bästa sätt kan tillmötesgå patienternas behov.

Koordinatörerna ser till att det finns Koranböcker och andra nödvändiga material på sjukhuset. Koordinatörerna är bundna till tystnadsplikt i sin roll som sjukhuskoordinator.

Besök hemsidan för mer information:

<http://www.muslimsksjukhuskoordinator.se/>

Psykisk ohälsa

Psykiatrisk mottagning Ale, Älvängen

Hövågen 3A, Älvängen

0303-24 10 00

För personer från 18 år och uppåt med psykisk ohälsa.

Öppettider: mån kl 08.00-18.00, tis-tors kl 08.00-16.00, fre kl 08.00-14.00

Telefontid: mån-tis kl 10.00–11.00, mån–tors kl 13.30–14.30, ons-fre kl 08.00-11.00

E-post: psyk.aom.ksh@vgregion.se

Psykiatrisk mottagning, Kungälv's sjukhus

Lasarettgatsgatan, Kungälv

0303-989 58

Psykiatriska akutmottagning för sökande över 18 år med akuta psykiska besvär. Öppet alla dagar kl. 08.00–20.00

Nattöppen akutpsykiatrisk mottagning finns på Östra sjukhuset

Sjukvårdsupplysning

11 77

Dygnet runt

RSMH (Riksförbundet för social och mental hälsa)

RSMH Kungälv, lokal förening

0729-960 160

RSMH arbetar för att människor med psykisk ohälsa ska ges förutsättningar att komma tillbaka till ett gott liv. Många människor drabbas av psykisk ohälsa i någon form. RSMH arbetar ideellt för människor. De har egen erfarenhet av psykisk och social ohälsa.

Besök hemsidan för mer information om RSMH:s verksamhet: www.rsmh.se

BUP – Barn- och ungdomspsykiatrik

öppenvårdsmottagningen Ale, Kungälv

Rollsbövägen 58, 2:a vån, Kungälv

0303-24 13 00

Telefontid: mån–fre kl. 08.00–16.30

Öppettider: mån–fre kl. 08:00 - 16:30

MiniMili – öppen mottagning för unga med risk/missbruk

Göteborgsvägen 66, Surte (Stjärnhuset bakom Biblioteket)

0725-62 48 83

MiniMili är en psykosocial medicinsk öppenmottagning som vänder sig till dig som är upp till 25 år samt till dina närstående i Ale kommun. Mottagningen arbetar med dig som riskerar hamna i eller redan missbrukar alkohol, narkotika eller andra droger. De erbjuder information, rådgivning, behandling samt praktisk hjälp med t.ex. val av utbildning och arbetsmarknadsfrågor.

SHEDO

0738-90 55 28

SHEDO är en religiöst och partipolitiskt obunden förening som jobbar utifrån tre syften: Att sprida kunskap om självskadebeteende och ätstörningar (genom t.ex. föreläsningar, hemsida och trycksaker), att ge stöd åt drabbade och anhöriga (genom t.ex. jourmail, stödforum, färdighetslista) men också med att arbeta för en bättre vård för dessa grupper (genom t.ex. brukarråd, samverkan med psykiatri och att skapa opinion).

Till SHEDO:s jourmail kan du skriva om du behöver prata med någon eller om du har funderingar kring psykisk ohälsa. Det spelar ingen roll om du är eller har varit drabbad, är anhörig eller om du arbetar med frågan. Alla är välkomna att höra av sig. De som svarar på mailen har egna erfarenheter av ätstörningar och självskadebeteende, men mår bra idag.

Jourmail: jour@shedo.se

Email: info@shedo.se

Besök deras hemsida för att läsa mer om deras verksamhet och få hjälp och stöd: <http://shedo.se/>

Nationella hjälplinjen

Telefontid: alla dagar kl. 13.00–22.00

020-22 00 60

Hit kan du ringa om du själv mår dåligt eller om du är orolig för någon annan som behöver råd och stöd. Samtalet är anonymt, kostnadsfritt och syns inte på telefonräkningen.

Besök hemsidan för mer information om Nationella hjälplinjen:

www.hjalplinjen.se

Röda korsets telefonjour

Öppettider för samtal på svenska: sön - tors kl. 15.00–21.00 0771-900 800

Öppettider för samtal på arabiska: ons kl. 10.00–14.00

I livet kan man hamna i situationer där man tappar fotfästet, känner sig ledsen eller orolig och känner att man behöver prata med någon. Hit ringer man tryggt och anonymt till utbildad personal som har tystnadsplikt.

Besök hemsidan för mer information om Röda korsets olika verksamheter:

www.redcross.se

Svenska kyrkan

Skepplanda-Hålanda församling

Diakon:

0303-44 25 04

Starrkärr-Kilanda församling kyrka

Diakon: (via samtalsmottagningen)

0303-44 40 09

www.mittiale.se

Älvängens distrikt

Diakon: (Starrkärr- Kilanda)

0303-44 40 22

Nödinge församling

Diakon:

0303-97 237

Ibland finns det tillfällen i livet då det kan vara skönt att tala med någon utanför dennärmaste bekantskapskretsen, som innehar tystnadsplikt.

Jourtelefon öppen kl.06.00-24.00

031-80 06 50

Muslimska sjukhuskoordinatorer – Göteborgs Moské

Det finns i dagsläget sju personer arbetar med att förstärka samarbetet mellan sjukhusen och de muslimska föreningarna på olika orter i Sverige. Personerna kallas sjukhuskoordinatorer och är själva muslimer.

Koordinatorernas uppdrag är att vara länken mellan sjukhusen i Sverige och de muslimska församlingarna. Det innebär att koordinatorerna skall skriva listor där det finns kontaktuppgifter till imamer och andra frivilliga från de muslimska församlingarna.

Vid behov kan dessa kontaktpersoner kallas in till sjukhusen.

Kontaktpersonerna arbetar ideellt. Koordinatorerna har också uppgiften att informera sjukhuspersonalen om islam och de olika regler, ritualer och seder som finns och samråda om hur man på bästa sätt kan tillmötesgå patienternas behov. Koordinatorerna ser till att det finns Koranböcker och andra nödvändiga material på sjukhuset. Koordinatorerna är bundna till tystnadsplikt i sin roll som sjukhuskoordinator.

Besök hemsidan för mer information om muslimska sjukhuskoordinatorer:

<http://www.muslimsksjukhuskoordinator.se/>

Besök Göteborgs Moskés hemsida för mer allmän information om Göteborgs moské:

<http://www.goteborgsmoske.se>

Självordslinjen, Mind

Självordslinjen: Öppen dygnet runt 90 101

Sveriges första suicidpreventiva stöddlinje, som ska förebygga självmord och hjälpa människor som mår psykiskt dåligt. Självordslinjen drivs av den oberoende ideella föreningen Mind. Du kan chatta med volontärer och även ringa, dygnet runt, alla dagar i veckan.

Läs mer om Mind och deras verksamhet på hemsidan: www.mind.se

Hbt-jouren

Telefontider: mån, ons och sön. kl. 19.00–22.00

0771-66 67 68

Hbt-jouren vänder sig till hela landet. Vill du tala med någon som kan lyssna och förstå? Ring då och tala med hbt-jouren om allt från funderingar kring sexuell tillhörighet till samlevnadsproblem eller ensamhet. Är du anhörig eller vän till en HBT-person, är du också välkommen att ringa. Ibland hänvisar de vidare till andra föreningar/grupper eller tipsar om olika ställen att träffas på. Du är helt anonym.

RFSL, Göteborg - Råd, kris- och stödsamtal

031-788 25 14

RFSL Göteborg erbjuder samtalsstöd hos kurator.

E-post: linda.gustafsson@goteborg.rfsl.se

WeMind – för psykisk hälsa, Göteborg

Västra hamngatan 13A Göteborg

031-774 27 00

Telefontider: kl. 08:00-12:00 & kl. 13:00-17:00

Öppetider: mån kl. 08.00-17.00, tis-ons kl. 08.00-19.00, tors-fre kl. 08.00-17.00

WeMind erbjuder dig som privatperson KBT-behandling och/eller medicinering vid psykiatriska problem. Vänder sig även till dig som anhörig.

De behandlar:

- Depression
- Ångest, exempelvis social ångest, panikångest, generaliserad ångest (GAD), tvångssyndrom, fobier och PTSD
- ADHD/ ADD
- Sömnstörningar
- Stress
- Ätstörningar - bulimi

De genomför också utredningar för diagnostisering av ADHD/ADD, Asperger och autismspektrumtillstånd.

E-post: gbgadmin@wemind.se

Besök hemsidan för att läsa mer om WeMind: www.wemind.se/goteborg

Suicidprevention i Väst

Suicidprevention i Väst är en religiöst och politiskt obunden organisation som arbetar för att öka kunskapen om hur man kan förebygga suicid, suicidförsök och förhållanden som kan leda till sådana handlingar. Organisationen önskar att samla alla goda krafter för att utveckla en aktiv suicidprevention, till exempel inom regioner och landsting, kommuner, räddningstjänsten, polisen, trafikverket, kyrkan och frivilligorganisationer. De är ett av sex ideella nätverk för suicidprevention i Sverige och samarbetar med ett antal partners (finns nämnda på hemsidan).

Besök deras hemsida för ytterligare information om verksamheten:
<http://www.suicidprev.com/>

SPES - Riksförbundet för SuicidPrevention och Efterlevandes Stöd

SPES är en rikstäckande ideell organisation som är partipolitiskt och religiöst obunden och som är till för alla som mist en familjemedlem, släkting, partner eller god vän genom suicid. SPES, som betyder hopp på latin, har medlemmar spridda över hela landet. Den lokala föreningsverksamheten är fördelad på i dagsläget 13 kretsar. På flera orter där det inte finns en lokalförening (krets) finns det kontaktpersoner. SPES erbjuder stöd och hjälp till efterlevande. Organisationen utbildar kontaktpersoner, har en telefonjour som är öppen dagligen samt erbjuder träffar och självhjälpgrupper för efterlevande. SPES har också en ungdomssektion med egna kontaktpersoner och egen verksamhet i olika delar av landet. De har två grupper på Facebook. Den ena är sluten där efterlevande kan stötta varandra i en tryggare miljö. Den andra är en öppen grupp där vem som helst kan läsa och skriva. Facebookgrupperna fungerar också som viktiga informationsforum. En annan viktig del av verksamheten är deras intressepolitiska arbete. De vill öka kunskapen om suicid som ett samhälls- och folkhälsoproblem samt motverka fördomar. Organisationens vision är ett suicidfritt Sverige.

SPES telefonjour: 08-34 58 73. Öppen alla dagar kl. 19.00 – 22.00

Besök deras hemsida för ytterligare information om verksamheten:
<http://spes.se/>

Svenska Ångestsyndromsällskapet (ÅSS)

Svenska Ångestsyndromsällskapet är en ideell förening som är politiskt och religiöst neutral. Föreningen verkar i hela landet och utgör ett stöd för personer som drabbats av olika ångestsjukdomar. De sprider kunskap om ångestsyndrom och informerar om vilka former av behandling som finns att tillgå.

Verksamheten kan sammanfattas i följande mål:

- Bryta de drabbades isolering, främst genom stödgruppsverksamhet
- Erbjuda olika stödformer och hjälp till drabbade och anhöriga
- Bedriva "öppet hus"-verksamhet lokalt för alla medlemmar
- Verka intressepolitiskt och sprida information i samhället om ångestsjukdomar
- Ha telefonjour och ge samtalsstöd för medlemmar
- Anordna informationsträffar och föreläsningar
- Öka förståelsen för ångestproblematiken i sjukvården

På ÅSS hemsida kan du läsa mer om föreningens arbete och verksamhet:

<http://www.angest.se/riks/>

ÅSS har en lokalförening i Göteborg.

Svenska Ångestsyndromsällskapet (ÅSS)

ÅSS Göteborg, Järntorget 7, 3 tr 413 04 Göteborg

031-13 70 91

Öppettider: mån - fre: kl. 13.00 - 15.00. När telefonjouren är avstängd kan du lämna ett meddelande på telefonsvararen, så ringer de så fort de får möjlighet.

E-post: info@angestgoteborg.se

Besök föreningens hemsida för mer information om dess verksamhet:

<http://www.angestgoteborg.se>

IBIS - Intresseföreningen bipolär sjukdom

Gyllenkroken, Garverigatan 2 (Svingelns hållplats) Göteborg

031-774 12 00

Kontorets öppettider:

Öppettider: mån - fre kl. 09:30 - 16:00

Lunchstängt: kl. 12.00–13.00

Telefontid: kl. 10.00–12.00 och 13.00–15:30 IBIS är en demokratiskt uppbyggd ideell förening, som bildades år 2003. Verksamheten finns i Stiftelsen Gyllenkrokens lokaler i Göteborg. IBIS är i första hand en patient, anhörig- och närståendeförening, men de välkomnar också läkare, annan vårdpersonal och övriga intresserade som vill fördjupa sina kunskaper om bipolär sjukdom och byta erfarenheter med föreningen. IBIS vill påverka samhällets institutioner genom att visa på vilken typ av stöd som behövs för att människor med bipolär sjukdom ska kunna fungera som jämlika, ekonomiskt produktiva och socialt aktiva medborgare. IBIS har ett nära samarbete med bipolärmottagningen, i Göteborg, som är en specialismottagning för patienter över 18 år med bipolär sjukdom I och II.

E-post: info@ibisbg.se (de svarar på e-mail under sommaren)

Besök IBIS hemsida för att läsa mer om verksamheten:

<http://www.bipolarsjuk.se/>

Jourhavande Medmänniska

JM är en ideell organisation som är politiskt och religiöst obunden.

Tystnadsplikt och anonymitet är absoluta villkor. Föreningen är medlem i TES (Telephone Emergency Services in Sweden), en sammanslutning av ideella telefonjourer i Sverige. TES ingår i den internationella federationen IFOTES.

De får även ekonomiskt bidrag av Svenska Kyrkan, Stockholms stift.

Föreningen har idag runt 100 medmänniskor. Varje natt sitter minst tre av dessa i jouten. År 2014 svarade de på sammanlagt ca 9500 samtal. Alla medlemmar i JM har genomgått en grundutbildning.

Telefonjouren: 08-702 16 80. Öppen varje natt mellan kl. 21.00 - 06.00, året om.

Besök hemsidan för mer information om Jourhavande Medmänniska:

<http://www.jourhavande-medmanniska.com/>

Dags att prata om sexuella övergrepp mot barn

Denna webbplats är skapad av Stiftelsen Allmänna Barnhuset. Barnhuset är en statlig stiftelse med uppdrag att stödja metod- och kunskapsutveckling i arbetet med utsatta barn. De vill öka kunskapen om sexuella övergrepp mot barn. Målet är att barn ska få bättre skydd mot sexuella övergrepp och att fler utsatta barn ska berätta och få hjälp. Det är alldeles för många barn och unga i Sverige som är med om övergrepp. Det är Sveriges regering som gett pengar så att det blivit möjligt. Bidraget till Barnhuset ingår i regeringens handlingsplan mot människohandel av barn, sexuell exploatering av barn och sexuella övergrepp mot barn, som en av åtgärderna för att genom ökad kunskap förebygga, reducera och minska riskerna för att barn faller offer för sexuella övergrepp. Den här webbplatsen är skapad tillsammans med barn och unga. Här kan du ta del av hur de vill få information om sexuella övergrepp, hur de vill bli bemötta och vad de har för råd att ge till vuxna och till jämnåriga.

Gå in på deras hemsida för att läsa mer och titta exempelvis på deras informationsfilmer: <http://www.dagsattprataom.se/>

Kuling.nu

Kuling.nu är en mötesplats och en informationssida för dig som har en förälder med psykisk ohälsa. Här kan du hämta information om vad psykisk sjukdom är, vad det kan bero på, behandling och hur det kan vara att leva med en mamma/pappa som är psykiskt sjuk. Texterna är lättlästa och skrivna för barn och ungdomar. Om du vill, kan du diskutera med andra i samma situation. Det gör du i Kulings **forum** och i deras **chatt**. Behöver du få hjälp och stöd eller vill träffa andra som kanske har det som du, så finns det samlad information om vart du kan vända dig på Kulings hemsida. Även "vuxna barn" är välkomna till sidan. Har Du växt upp med en förälder med psykisk sjukdom kan du kanske också som vuxen behöva stöd och Kuling tar tacksamt emot om du vill dela med dig av dina erfarenheter till andra barn. Chatten är dock främst till för unga barn, alltså för er under tjugo år.

Skicka din mailadress till kuling@regionorebrolan.se om du vill vara med i chatten. Någon från Kuling är alltid med under kvällen! Du är helt anonym. De mailar sedan tillbaka till dig när de har tillräckligt stort intresse för att öppna chatten.

VIMIL – Vi som mist någon mitt i livet

VIMIL– Vi som mist någon mitt i livet - är ett nätverk för de som mist någon mitt i livet.

I VIMIL har alla det gemensamt att de förlorat någon som var - och är mycket viktig - och att man därför förlorat fotfästet i tillvaron. VIMIL:s önskan med denna hemsida är att kunna ge stöd åt drabbade människor. Vi är medmänniskorna som utgör nätverket VIMIL och vet själva hur det är.

Nätverket är religiöst, kommersiellt och politiskt obundet. VIMIL:s ändamål är att fungera som stödgrupp, kunskapsbank och påtryckningsgrupp i samhället. VIMIL samlar information, erfarenheter och kunskap som behövs och som är svår att få tag på. Knyter experter och specialkompetens till organisationen såsom advokater, läkare, psykologer, präster etc. VIMIL har en chatt och gästbok. VIMIL håller även fysiska möten och anordnar sommarläger för de som har minderåriga barn.

Läs mer på deras hemsida om verksamheten, olika inplanerade aktiviteter samt för att delta i chatten: <http://www.vimil.se/>

En bra plats

En bra plats är ett anhängstöd via nätet. Som anhäng finns ett behov av att få råd och stöd, samt att nätverka med andra i liknande situation. Genom En bra plats öppnas en ny möjlighet för dig som anhäng att få tillgång till detta, på villkor som passar dig.

Besök deras hemsida för mer information om verksamheten:
<http://enbraplats.se/>

Funktionsnedsättning

Arbete, trygghet och omsorg - Funktionsnedsättning

Du som har en funktionsnedsättning har rätt att få stöd och service för att kunna leva som andra och aktivt ta del i samhället. På Ale kommuns hemsida kan du läsa om det stöd och den service kommunen kan ge. Du kan också läsa om hur du går tillväga när du ansöker om hjälp.

Ansvaret för funktionshinderenheten regleras främst i lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade men även i socialtjänstlagen och hälso- och sjukvårdslagen. Kommunens insatser ska präglas av respekt för den enskilde och bygga på inflytande och delaktighet.

E-post: oan@ale.se

Besök kommunens hemsida för att läsa vidare om stöd och service vid funktionsnedsättning:

www.ale.se/omsorg--hjalp/funktionsnedsattning

RBU – Riksförbundet för Rörelsehindrade Barn och Ungdomar

08-677 73 00

I RBU samlas barn och unga med rörelsehinder och deras föräldrar, syskon, och alla andra som vill vara medlemmar. RBU företräder familjer som har barn och unga med olika typer av rörelsehinder, och i förbundet finns en rad olika diagnoser och diagnosgrupper, bland annat cerebral pares (cp), adhd, ryggmärgsbråck, hydrocefalus, medfödd benskörhet (oi), muskelsjukdomar, Prader-Willis syndrom, kortväxthet, plexus brachialis-skada och flerfunktionshinder.

RBU arbetar aktivt för att förändra attityderna i samhället och skapa bättre förutsättningar för barn med funktionsnedsättningar och deras familjer. De uppvaktar politiker, driver kampanjer, ger ut rapporter och informationsmaterial, arrangerar kurser och konferenser.

E-post: info@rbu.se

Besök RBU:s hemsida för mer information om deras verksamhet: www.rbu.se

FUB – För barn, unga och vuxna med utvecklingsstörning

FUB är en intresseorganisation som arbetar för att barn, ungdomar och vuxna med utvecklingsstörning ska kunna leva ett gott liv. Riksförbundet FUB arbetar med intressepolitiskt påverkansarbete, dels med kunskapsspridning internt och externt. De genomför kampanjer, närvarar i media, har riktade skrivelser till myndigheter, remissvar, politikeruppvaktningsrapporter och deltagande i en mängd olika referensgrupper hos myndigheter. För att sprida kunskap anordnar de utbildningar, konferenser och mötesplatser samt ger ut en egen tidning UNIK 6 ggr/år. FUB har drygt 25 000 medlemmar i cirka 150 lokalföreningar runt om i landet, en av dessa lokalföreningar finns i Ale.

Kontaktuppgifter till lokalföreningen i Ale:

Kontaktperson: Karl Heinz Schneider

E-post: karl-heinz.schneider@educ.goteborg.se

Telefonnummer: 0303-74 10 66, 070-634 06 68

Lokalföreningens hemsida: <http://www.ale.fub.se>

Besök FUB:s hemsida för mer information om deras verksamhet:

<http://www.fub.se/>

Handikappförbunden

Handikappförbundens vision är ett samhälle för alla. De arbetar för att människor med funktionsnedsättningar ska kunna vara delaktiga i samhället på lika villkor.

Läs mer om deras arbete på hemsidan: www.hso.se

Riksförbundet Attention

Riksförbundet Attention är en intresseorganisation för personer med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF) så som ADHD, Aspergers syndrom/Autismspektrumtillstånd (AST) och Tourettes syndrom. De arbetar för att personer med NPF ska bli bemötta med respekt och få det stöd de behöver i skolan, på arbetsmarknaden och på fritiden. Organisationen arbetar också för att anhöriga ska få ökat inflytande och avlastning.

På hemsidan kan du läsa mer om Riksförbundets verksamhet: www.attention-riks.se

Lokalföreningen Attention Göteborg

031-788 08 36

E-post: attention@vgl.se Besök hemsidan för mer information om Attention Göteborg: www.attention.vgl.se

FQ, Forum – Kvinnor och funktionshinder

0704-56 87 28

FQ arbetar för att motverka alla former av diskriminering, hot och våld mot kvinnor och flickor med funktionsnedsättning. FQ ska genom information, attitydpåverkan och samverkan med myndigheter och andra organisationer verka för kvinnor med funktionsnedsättning, deras rätt till makten över sina egna liv och inflytande i samhället.

E-post: info@kvinnor-funktionshinder.se

Besök föreningens hemsida för att läsa vidare: www.kvinnor-funktionshinder.se

Dyslexiförbundet FMLS

Dyslexiförbundet FMLS är ett funktionshindersförbund som samlar personer med läs- och skrivsvårigheter/dyslexi, personer med matematiksvårigheter /dyskalkyli, deras anhöriga, föräldrar och andra intresserade. Dyslexiförbundet FMLS arbetar med rådgivning och stöd, har en omfattande informationsverksamhet, bedriver intressepolitik och påverkansarbete, ordnar utbildning, möten, föreläsningar och lägerverksamhet. På vissa håll i landet finns även ungdomsverksamhet.

Kontaktuppgifter lokalförening Göteborg:

Adress: *Kruthusgatan 17, Göteborg*

031-154585

E-post: dysgbg@gmail.com

Läs mer om verksamheten på Dyslexiförbundet FMLS hemsida:

<http://www.dyslexi.org/>

Svenska OCD-förbundet

Svenska OCD-förbundet är en rikstäckande ideell förening som grundades 1989 med uppgift att stödja människor med tvångssyndrom (OCD) och närliggande diagnoser som Tourettes syndrom, trichotillomani (tvångsmässigt håravryckande), hoarding (tvångsmässigt samlande) och dysmorfofobi (BDD) och deras anhöriga. De vill öka kunskapen om tvångssyndrom, som inkluderar både tvångshandlingar och tvångstankar, till allmänheten, men också till personer inom vården.

Svenska OCD-förbundet har en lokalförening i Göteborg:

Kontaktperson: Marika Hulthe-Svensson

0320-80 607

(Kl. 18-21)

E-post: marikahulthesvensson@tele2.se

Lokalföreningens hemsida: www.ocdforbundet.se/goteborg

På riksförbundets hemsida kan ni läsa mer om verksamheten:

<http://www.ocdforbundet.se/>

Autism- och Aspergerförbundet

Autism- och Aspergerförbundet arbetar för att skapa bättre villkor för barn, ungdomar och vuxna med autism, Aspergers syndrom och andra autismliknande tillstånd. Autism- och Aspergerförbundet arbetar på många olika sätt för att förbättra villkoren för dessa grupper. Framför allt arbetar förbundet genom att:

- sprida kunskap om funktionsnedsättningen för att öka förståelsen för de svårigheter de innebär
- verka för anpassad undervisning, boende och sysselsättning
- skapa kontakt mellan personer med egen funktionsnedsättning, närstående och personal
- delta i det internationella arbetet
- följa och ge uppslag till forskning inom området

Lokalföreningen i Göteborgs hemsida: www.autism.se/goteborg

Besöksadress: *Lindhultsgatan 23, Göteborg*

Läs mer om riksförbundets verksamhet på hemsidan: <http://www.autism.se/>

Taltjänst och personligt ombud

Taltjänst

0771-700 900

Taltjänst verkar för att underlätta för personer med röst-, tal- eller språksvårigheter (som primärt inte beror på hörselskada) i kontakten med andra personer vid till exempel läkar-besök, bankärenden och föreningsaktiviteter. Kontakt med taltjänst kan tas när som helst under dygnet och tjänsten är kostnadsfri

Texttelefon

För samtal mellan texttelefon och vanlig telefon tar man hjälp av förmedlingstjänst

Ring via förmedlingstjänst

0771-700 901

E-post: taltjanst.gbg@vregion.se

Personligt ombud Kungälv, Ale, Stenungssund

Personligt ombud

0303-37 11 34

Du som är över 18 år med psykiska funktionshinder och i behov av hjälp med att se över insatser som ökar din livskvalitet. Ett personligt ombud kan bl.a. hjälpa dig med stöd och råd vid myndighetskontakter och se till att dina behov och rättigheter tillgodoses. Personligt ombud är ett kostnadsfritt och frivilligt stöd. Hos oss gäller tystnadsplikt.

Här kan du också lämna ett meddelande på vår telefonsvarare om vi inte svarar.

Du kan också försöka nå oss via våra mobiler:

0706-18 11 43

0706-18 11 44

0706-18 11 45

E-post: personligtombud_bengt@hotmail.com

Besök hemsidan för mer information om Personligt ombud:
www.personligtombud.info

Familj

Föräldrar och parrelationer

Familjehuset/Föräldrarådgivning

0303-33 07 53

Ibland behöver du som föräldrar någon att prata med, någon som lyssnar och ger stöd. Det kan vara små eller stora problem, till exempel att du känner oro för ditt barn. Hos oss kan du få stöd i att förändra din familjesituation och stärka relationerna inom familjen.

Rädda barnens föräldratelefon & mejl

020 786 786

Att vara förälder kan vara svårt och utmanande, det kan då vara skönt att ha någon att ringa till för att få råd och stöd. Hit kan du ringa då du behöver någon som lyssnar, om du behöver stöd eller hjälp att sortera dina tankar och känslor. Samtalet kostar bara en markering.

Föräldr mejl: foraldrar@rb.se

Besök hemsidan för mer information om Rädda barnens verksamhet: www.rb.se

Föräldratelefonen föreningen MIND

Öppettider: mån-fre kl. 10.00–15.00

020 85 20 00

Är du förälder, eller annan vuxen, och har bekymmer eller frågor om barn i din närhet? Har du fundering på din roll som förälder? Inga frågor är för stora eller för små. Du är anonym och samtalet är konfidentiellt. Vi som svarar är utbildade psykologer och/eller socionomer med lång yrkeserfarenhet. Samtalet kostar bara en markering.

Besök hemsidan för mer information om MIND: www.mind.se

BRIS vuxentelefon

Telefontid: mån-fre kl. 09.00-12.00

077 150 50 50

BRIS tar emot samtal från vuxna som behöver någon att prata med kring frågor och oro som rör barn och unga upp till 18 år. Det kan vara allt från svåra till mer vardagliga frågor. Du kan ringa oavsett om det gäller dina egna eller andras barn och få stöd samt information om var du kan vända dig för att få ytterligare hjälp. Varje samtal besvaras av en erfaren kurator på BRIS och du kan självklart vara anonym. Samtalet kostar som ett vanligt telefonsamtal.

Besök hemsidan för mer information om BRIS: www.bris.se

Amningshjälpen

Amningshjälpens verksamhet är ideell och bygger på att våra hjälpammor/hjälppappor har amningsrådgivning, främst via telefonsamtal och mail, se kontaktuppgifter under fliken ”Hitta hjälpammor” i menyn till vänster på hemsidan.

HJÄLPMAMMOR/HJÄLPPAPPOR (amningsrådgivare):

- Har en gedigen kunskap och erfarenhet om amning
- Stöttar ditt eget beslut, även dig som vill sluta amma
- Är vanliga mammor/pappor med erfarenhet och stort intresse för amningsfrågor

Amningsrådgivarna svarar inte på medicinska frågor. En del hjälpammor/hjälppappor kan i egenskap av sitt yrke (t.ex. barnmorska, barnsjuksköterska) svara på sådana frågor.

Amningshjälpen har valt att tillämpa tystnadsplikt.

Besök Amningshjälpens hemsida för mer information om amning, hitta kontaktuppgifter till hjälpammor/hjälppappor och mycket mer:

www.amningsjalpen.se

Familjerätt och familjehem

0303-33 03 79

För barn med ogifta föräldrar fastställer familjerätten faderskapet. Hit kan man vända sig när man har vill ha råd och information om familjefrågor, exempelvis vårdnads-, boende- och umgängesfrågor. Familjerätten utreder även vid adoptionsfrågor. Samarbetssamtal erbjuds till föräldrar som har svårt att komma överens eller som genom samarbetssamtal kommer överens, kan få hjälp med att skriva avtal om vårdnad, boende och umgänge. Avtalet gäller på samma sätt som ett beslut i domstol.

Älvbarnens Familjecentral

Göteborgsvägen 219, Bohus

Öppna Förskolan

0704 32 05 90

Familjebehandlaren

0303-37 12 50

BVC-sköterskan

031-97 95 53

Barnmorskemottagningen

010-473 45 50

Öppettider:

mån. kl. 10.00–14.00 Öppen Förskola

tors. kl. 10.00–12.00 Babycafé, för barn 0-1 år

tors. kl. 12.00–15.30 Öppen Förskola

Alla föräldrar med barn upp till sex år är välkomna till aktiviteterna. Familjecentralen arbetar hälsofrämjande, tidigt förebyggande och stödjande för både föräldrar och barn. Här finns mödrahälsovård, barnhälsovård, öppen förskola och förebyggande individ och familjeomsorg. På Familjecentralen arbetar flera olika yrkeskategorier som barnmorska, sjuksköterska, förskollärare och familjebehandlare.

Besök Facebooksidan för mer information om Familjecentralens verksamhet:

www.facebook.com/Älvbarnens-Familjecentral

Föräldraföreningen mot narkotika (FMN)

Nordhemsgatan 41, Göteborg

031 12 89 01

Ger råd och stöd till familjer som misstänker eller har konstaterat missbruk bland barn och/eller andra anhöriga. Här kan man möta föräldrar som upplevt detsamma.

FMN erbjuder:

- Rådgivning
- Stödsamtal
- Självhjälpsgrupper
- Föreläsningar
- Familjelivskurser
- Drogtester
- Motivationssamtal.

Öppettider: Mån. kl. 09.00-16.00, Tis. 09.00-18.00, Ons. stängt för provtagning, Tors. kl. 09.00-16.00, Fre. kl. 09.00-13.00

Besök hemsidan för mer information om FMN: www.fmngoteborg.com

E-post: info@fmngoteborg.com

Familjerådgivningen Ale/Kungälv

Uddenvallavägen 1, Kungälv (mitt emot bussterminalen)

0303 23 91 00

Telefontid: mån. kl. 09.00 - 10.00, ons. kl. 13.00 - 14.00, tors-fre. kl. 10.30 - 11.30

Om du och din partner har problem i er relation kan Familjerådgivningen erbjuda stöd genom samtal. Samtalen bygger på frivillighet och inriktar sig på er relation. Tillsammans med familjerådgivaren bestämmer ni hur samtalen ska läggas upp. Familjerådgivaren lyssnar aktivt på er, men tar inte ställning för eller emot någon, utan fungerar som en vägledare som hjälper dig och din partner att hitta möjligheter till förändring. Familjerådgivaren är socionom, utbildad i psykoterapi och specialiserad på parrelationer. Familjerådgivningen har en sträng, lagstadgad tystnadsplikt. Inga journaler förs och du får vara anonym om du vill. Varje besök kostar 150 kr.

Råd från Imamen – Göteborgs Moské

Göteborgs Moské Myntgatan 4, Göteborg

Ni är välkomna att kontakta eller besöka imamen Abdul Rashid gällande råd kring familjefrågor. Imamen träffas efter fredagsbönen till kl. 16.00 samt bokade besök på torsdagar mellan kl. 11.00–16.00.

Imamens kontaktuppgifter:

Abdul Rashid Mohammed

031- 22 29 33

E-post: abdulrashid.mohammed@goteborgsmoske.se

Besök Göteborgs Moskés hemsida för mer information:

<http://www.goteborgsmoske.se>

Barnperspektivet.se

På Barnperspektivet.se kan föräldrar och andra vuxna få råd och stöd i frågor som rör barn, samt stöd i hur man kan samtala med barn, oavsett det gäller egna barn, eller andra.

Barnperspektivet.se innehåller bland annat olika teman som utgår ifrån vanliga frågeställningar som vuxna har om barn med information och texter som ger råd och stöd, ur ett barnperspektiv. Här finns även information om vilka myndigheter man kan vända sig till om ett barn behöver hjälp, och vilket stöd myndigheterna kan ge. Barnperspektivet.se har även ett forum där vuxna kan diskutera och dela erfarenheter med varandra kring frågor som rör barn och unga.

Besök hemsidan för mer information om Barnperspektivet:

www.barnperspektivet.se

SPES - Riksförbundet för SuicidPrevention och Efterlevandes Stöd

SPES är en rikstäckande ideell organisation som är partipolitiskt och religiöst obunden och som är till för alla som mist en familjemedlem, släkting, partner eller god vän genom suicid. SPES, som betyder hopp på latin, har medlemmar

spridda över hela landet. Den lokala föreningsverksamheten är fördelad på i dagsläget 13 kretsar. På flera orter där det inte finns en lokalförening (krets) finns det kontaktpersoner. SPES erbjuder stöd och hjälp till efterlevande. Organisationen utbildar kontaktpersoner, har en telefonjour som är öppen dagligen samt erbjuder träffar och självhjälpgrupper för efterlevande. SPES har också en ungdomssektion med egna kontaktpersoner och egen verksamhet i olika delar av landet. De har två grupper på Facebook. Den ena är sluten där efterlevande kan stötta varandra i en tryggare miljö. Den andra är en öppen grupp där vem som helst kan läsa och skriva. Facebookgrupperna fungerar också som viktiga informationsforum. En annan viktig del av verksamheten är deras intressepolitiska arbete. De vill öka kunskapen om suicid som ett samhälls- och folkhälsoproblem samt motverka fördomar. Organisationens vision är ett suicidfritt Sverige.

SPES telefonjour: 08-34 58 73. Öppen alla dagar kl. 19.00 – 22.00

Besök deras hemsida för ytterligare information om verksamheten:

<http://spes.se/>

VIMIL – Vi som mist någon mitt i livet

VIMIL– Vi som mist någon mitt i livet - är ett nätverk för de som mist någon mitt i livet.

I VIMIL har alla det gemensamt att de förlorat någon som var - och är mycket viktig - och att man därför förlorat fotfästet i tillvaron. VIMIL:s önskan med denna hemsida är att kunna ge stöd åt drabbade människor. Vi är medmänniskorna som utgör nätverket VIMIL och vet själva hur det är.

Nätverket är religiöst, kommersiellt och politiskt obundet. VIMIL:s ändamål är att fungera som stödgrupp, kunskapsbank och påtryckningsgrupp i samhället. VIMIL samlar information, erfarenheter och kunskap som behövs och som är svår att få tag på. Knyter experter och specialkompetens till organisationen såsom advokater, läkare, psykologer, präster etc. VIMIL har en chatt och gästbok. VIMIL håller även fysiska möten och anordnar sommarläger för de som har minderåriga barn.

Läs mer på deras hemsida om verksamheten, olika inplanerade aktiviteter samt för att delta i chatten: <http://www.vimil.se/>

En bra plats

En bra plats är ett anhängigstöd via nätet. Som anhörig finns ett behov av att få råd och stöd, samt att nätverka med andra i liknande situation. Genom En bra plats öppnas en ny möjlighet för dig som anhörig att få tillgång till detta, på villkor som passar dig.

Besök deras hemsida för mer information om verksamheten:

<http://enbraplats.se/>

Barn och unga

BUP – Barn- och ungdomspsykiatrisk öppenvårdsmottagningen Ale, Kungälv

Rollsbovägen 58, 2:a vån, Kungälv

0303-24 13 00

Öppettider: mån-fre kl. 08:00 - 16:30

Telefontid: mån-fre kl. 08.00–16.30

Barn- och ungdomsenheten, individ- och familjeomsorgen

0303-33 03 79

Öppettider: mån, ons, tors kl. 08.00-16.30, tis kl. 08.00 – 18.00,
fre kl. 08.00 - 15.00

Barn- och ungdomsenheten är en del av Ale kommuns individ- och familjeomsorg. Verksamheten riktar sig till barn 0–20 år och deras familjer. Till oss kan du vända dig bland annat om du behöver stöd i din föräldraroll, om du som barn upplever allvarliga familjeproblem eller om du är orolig för hur ett barn har det. Du kan även göra en anmälan om barn som far illa.

När kontoret är stängt ringer du Socialjouren i Göteborg på: 031-365 87 00

Ungdomsmottagningen

Södra Klöverstigen 2, Nödlinge

010-473 30 90

Kurator

010-473 30 91

Barnmorska

101-473 30 90

Telefontid: kl 13.00-14.00

Drop in: Tis kl 14.00-17.30

Ungdomsmottagningen är öppen för alla 13–24 år och är gratis. På mottagningen arbetar barnmorska, kurator och gynekolog. Personalen har tystnadsplikt, oavsett din ålder, antingen du är myndig eller omyndig. Till ungdomsmottagningen kan du gå, tjej som kille, om du vill prata om kärlek, relationer, ätstörningar, sexualitet, preventivmedel, abort, sexuellt överförbara sjukdomar, missbruk med mera. Mottagningen är HBTQ-diplomerad.

Besök hemsidan www.umo.se för mer information

Jourhavande kompis

Öppettider: mån-fre kl. 18.00–22.00, lör-sön kl. 14.00–18.00

Röda korsets ungdomsförbund har en chattjour där du som ungdom kan chatta/prata anonymt med en jourhavande kompis. Chatten bemannas av frivilliga upp till 25 år. Genom jouden kan du prata om sorg, sex, ensamhet, oro, ätstörningar - eller kanske behövs bara en tröstande röst, du bestämmer vad ni ska prata om. Alla som svarar är unga, och du kan vara helt anonym.

Chatt: www.jourhavandekompis.se

Besök även hemsidan: www.ungdomar.se - informationssajt om internetbaserad ungdomsmottagning, öppen 24 tim./dygn där du med hjälp av en expertpanel kan få svar på allt du undrar.

BRIS – barnens hjälptelefon & chatt

Öppettider: mån-sön kl. 14.00 – 21.00 (ons kl. 17.00 – 21.00)

116 111

Alla under 18 år kan ringa och prata med en vuxen om vad som helst. Samtalet är gratis och det syns inte på telefonräkningen att man har ringt. Om du behöver mer hjälp kan du be om att få tala med ett BRIS-ombud, chatta, maila eller diskutera på BRIS hemsida: www.bris.se

Familjehuset

Fjärilen

0303-33 07 53

Fjärilen erbjuder kunskap och stöd till barn och föräldrar i familjen där någon är beroende av alkohol, narkotika eller tabletter och/eller är psykiskt sjuk (depression, fobier, panikångest, manodepressivitet, psykos, etc.).

Trappan

0303-33 07 53

Erbjuder krissamtal för barn och unga som bevittnat våld i nära relationer. En samtalsserie om cirka 6-10 samtal uppdelade på tre steg, kontakt, rekonstruktion och kunskap.

Skilda världar

0303-33 07 53

Barngruppsverksamhet som riktar sig till barn mellan 8 och 12 som har föräldrar som bor på skilda håll. Gruppen träffas 9 gånger under vårterminen med start vecka 8.

Stödsamtal för unga brottsutsatta

0303-33 07 53

För dig som varit utsatt för eller bevittnat brottslighet och vill ha någon att prata med om det som hänt

MiniMili – öppen mottagning för unga med risk/missbruk

Göteborgsvägen 66, Surte. (Stjärnhuset bakom Biblioteket)

0725-62 48 83

MiniMili är en psykosocial medicinsk öppenmottagning som vänder sig till dig som är upp till 25 år samt till dina närstående i Ale kommun. Mottagningen arbetar med dig som riskerar hamna i eller redan missbrukar alkohol, narkotika eller andra droger. De erbjuder information, rådgivning, behandling samt praktisk hjälp med t.ex. val av utbildning och arbetsmarknadsfrågor.

Kuling.nu

Kuling.nu är en mötesplats och en informationssida för dig som har en förälder med psykisk ohälsa. Här kan du hämta information om vad psykisk sjukdom är, vad det kan bero på, behandling och hur det kan vara att leva med en mamma/pappa som är psykiskt sjuk. Texterna är lättlästa och skrivna för barn och ungdomar. Om du vill, kan du diskutera med andra i samma situation. Det gör du i Kulings **forum** och i deras **chatt**. Behöver du få hjälp och stöd eller vill träffa andra som kanske har det som du, så finns det samlad information om vart du kan vända dig på Kulings hemsida. Även "vuxna barn" är välkomna till sidan. Har Du växt upp med en förälder med psykisk sjukdom kan du kanske också som vuxen behöva stöd och Kuling tar tacksamt emot om du vill dela med dig av dina erfarenheter till andra barn. Chatten är dock främst till för unga barn, alltså för er under tjugo år.

Skicka din mailadress till kuling@regionorebrolan.se om du vill vara med i chatten. Någon från Kuling är alltid med under kvällen! Du är helt anonym. De mailar sedan tillbaka till dig när de har tillräckligt stort intresse för att öppna chatten.

Rädda barnen, Centrum för barn och ungdomar

08 698 90 00

Ger särskild uppmärksamhet till barn som utsatts för våld och övergrepp, flyktingbarn och deras familjer samt barn och ungdomar som av olika skäl lider av psykisk ohälsa. I Göteborg finns en mottagning.

Gå även in på Rädda barnens hemsida: www.raddabarnen.se och klicka vidare till *Centrum för barn och ungdomar* för att läsa mer. Om du behöver stöd eller vill veta mer, går det bra att ringa eller mejla till e-post: centrum@rb.se

Tjejjouren Väst

Tjejjouren Väst finns för alla som identifierar sig som tjej i åldern 10-20 år. Har du problem med vänner eller partner, känner du dig ensam eller blir du utsatt för någon typ av våld. Inga frågor är dumma och inga problem är för små - kontakta Tjejjouren!

Öppettider för chatten: tors kl. 20.00–22.00, sönd kl. 20.00–22.00

Läs mer om Tjejjouren Väst och deras verksamhet och chatta på:
www.tjejjourenvast.se

Självordslinjen, Mind

Självordslinjen: Öppen dygnet runt 90 101
Sveriges första suicidpreventiva stöddlinje, som ska förebygga självmord och hjälpa människor som mår psykiskt dåligt. Självordslinjen drivs av den oberoende ideella föreningen Mind. Du kan chatta med volontärer och även ringa, dygnet runt, alla dagar i veckan.
Läs mer om Mind och deras verksamhet på hemsidan: www.mind.se

UMO - Ätstörningar

Om du tänker väldigt mycket på mat och vad du äter kan det bero på att du har en ätstörning. Det är vanligt att den som har en ätstörning tänker mycket på sin kropp och är sträng eller dömande mot sig själv. Det går att bli av med ätstörningar och det finns hjälp att få.

Besök UMO:s hemsida för att läsa vidare om ätstörningar och om var du kan vända dig för att få hjälp: www.umo.se/Att-ma-daligt/Atstorningar/

Ungdomsförbundet, RFSL Ungdom

Sveavägen 57-59, Stockholm

08-501 62 940

RFSL Ungdom är ungdomsförbundet för homosexuellas, bisexuellas och transpersoners rättigheter.

E-post: info@rfslungdom.se

Besök deras hemsida för mer information om verksamheten:
www.rfslungdom.se

Medling vid ungdomsbrott, Ale

Sektor arbete, trygghet och omsorg
Individ- och familjeomsorg

0303 33 0 00

Medlingens grundtanke är att en person som har begått ett brott och den som blivit utsatt för brottet ska få mötas och prata om det som hänt tillsammans med en medlare. Medling passar inte vid alla sorters brott.

Dags att prata om sexuella övergrepp mot barn

Denna webbplats är skapad av Stiftelsen Allmänna Barnhuset. Barnhuset är en statlig stiftelse med uppdrag att stödja metod- och kunskapsutveckling i arbetet med utsatta barn. De vill öka kunskapen om sexuella övergrepp mot barn. Målet är att barn ska få bättre skydd mot sexuella övergrepp och att fler utsatta barn ska berätta och få hjälp. Det är alldeles för många barn och unga i Sverige som är med om övergrepp. Det är Sveriges regering som gett pengar så att det blivit möjligt. Bidraget till Barnhuset ingår i regeringens handlingsplan mot människohandel av barn, sexuell exploatering av barn och sexuella övergrepp mot barn, som en av åtgärderna för att genom ökad kunskap förebygga, reducera och minska riskerna för att barn faller offer för sexuella övergrepp. Den här webbplatsen är skapad tillsammans med barn och unga. Här kan du ta del av hur de vill få information om sexuella övergrepp, hur de vill bli bemötta och vad de har för råd att ge till vuxna och till jämnåriga.

Gå in på deras hemsida för att läsa mer och titta exempelvis på deras informationsfilmer: <http://www.dagsattprataom.se/>

Sexuella övergrepp

Socialtjänsten, Individ- och familjeomsorgen

Södra Klöverstigen 1, Nödinge

0303-33 03 79

Växeln, öppettider: mån-tors kl. 08.00-16.30, fre kl. 08.00-16.00 0303 33 00 00

Vid akuta situationer utanför kontorets öppettid, kontakta Socialjouren i Göteborg 031 365 87 00

H

OPP, Riksorganisationen mot sexuella övergrepp

Jourtelefon (det går även att skicka sms): 076 19 99 343

Skriv till HOPP-malen för svar på frågor om sexuella övergrepp. Både pojkar och flickor drabbas oavsett ålder. HOPP ger dig, närstående och yrkesverksamma hjälp. Det finns en lokalförening i Göteborg. Ta kontakt med HOPP riks för mer information eller lokalföreningens ordförande Mikael Lundahl, 070-508 99 10, mikael@mindoff.se

E-post: info@hopp.org

Besök HOPP:s hemsida för mer information: www.hopp.org

RFSL:s brottsofferjour för hbtq-personer

020-34 13 16

Genom RFSL:s brottsofferjour kan du få stöd och hjälp med det våld du varit med om. Det kan till exempel handla om partnervåld (både i samkönade och olikkönade parrelationer), hatbrott eller hedersrelaterat våld. Våld mot homosexuella, bisexuella, transpersoner och queerpersoner kan ske på flera olika sätt. Läs mer om olika sorters våld på RFSL:s hemsida: www.rfsl.se/brottsoffer/

E-post: boj@rfsl.se

Ätstörningar

Frisk Fri Göteborg - Riksföreningen mot ätstörningar

Telefontid: Mån kl. 21.00–22.00

076-169 05 47

Erbjuder stöd och råd till drabbade av ätstörningar och anhöriga.

Lokalavdelningen i Göteborg erbjuder

- Stödgrupper för drabbade
- Mentorerna för drabbade
- Stödgrupper för närstående
- Mentorerna för närstående
- Föreläsningar och infoträffar enligt önskemål
- Uppdrag: Självkänsla

E-post: goteborg@friskfri.se

Besök även Riksföreningens hemsida för mer information: www.friskfri.se

WeMind – för psykisk hälsa, Göteborg

Västra hamngatan 13A Göteborg

031-774 27 00

Telefontider: kl. 08:00-12:00 & kl. 13:00-17:00

Öppettider: mån kl. 08.00-17.00, tis-ons kl. 08.00-19.00, tors-fre kl. 08.00-17.00

För mer information se under rubriken **Psykisk ohälsa**.

E-post: gbgadmin@wemind.se

Besök hemsidan för att läsa mer om WeMind: www.wemind.se/goteborg

Tjejjonen - Ätstörningszonen

Chatten har öppet varje sön - tors, kl. 20.00 – 22.00

Hit kan du vända dig för att prata om det som känns viktigt för dig, stort som smått och du kan ställa vilka frågor du vill. Dela med dig av dina problem, känslor och funderingar om exempelvis mat, vikt, kropp, kontroll eller ätstörningar. De som besvarar chatten är kvinnliga volontärer som har avgett ett tystnadslofte och du kan vara helt anonym om du vill. Behöver du annan hjälp kan de hjälpa dig genom att hänvisa dig vidare. Tjejjonen erbjuder även olika sorters stödgrupper.

E-post: atstorningszonen@tjejjonen.se

Besök deras hemsida för mer information om Tjejjonens olika verksamheter:
www.tjejjonen.se

Avdelning 618 anorexi och bulimi – Högsbo Sjukhus (Sahlgrenska Universitetssjukhus)

Tunnlandsgatan 2 A, Hus B4, plan 2, Högsbo sjukhus Västra Frölunda

Ring växel: 031 – 342 10 00

Avdelning 618 är en ny specialiserad vårdavdelning för patienter som fyllt 18 år och har anorexia nervosa och/eller bulimia nervosa. På vårdavdelningen arbetar specialistläkare, sjuksköterskor, mentalskötare, sjukgymnast, och psykolog. Vid behov finns tillgång till dietist.

UMO - Ätstörningar

Om du tänker väldigt mycket på mat och vad du äter kan det bero på att du har en ätstörning. Det är vanligt att den som har en ätstörning tänker mycket på sin kropp och är sträng eller dömande mot sig själv. Det går att bli av med ätstörningar och det finns hjälp att få.

Besök UMO:s hemsida för att läsa vidare om ätstörningar och om var du kan vända dig för att få hjälp: www.umo.se/Att-ma-daligt/Atstorningar/

KÄTS – Kunskapscentrum för Ätstörningar

KÄTS ska bland annat bidra till kunskapsspridning om ätstörningar, diagnostik och behandling genom generella informationsinsatser riktade till allmänheten. Hemsidan innehåller aktuell information om ätstörningar samt har en rådgivande funktion avseende befintliga vårdresurser både regionalt och nationellt.

Besök deras hemsida för mer information: www.atstorning.se

SHEDO

0738 90 55 28

SHEDO är en religiöst och partipolitiskt obunden förening som jobbar utifrån tre syften: Att sprida kunskap om självskadebeteende och ätstörningar (genom t.ex. föreläsningar, hemsida och trycksaker), att ge stöd åt drabbade och anhöriga (genom t.ex. jourmail, stödforum, färdighetslista) men också med att arbeta för en bättre vård för dessa grupper (genom t.ex. brukarråd, samverkan med psykiatri och att skapa opinion).

Till SHEDO:s jourmail kan du skriva om du behöver prata med någon eller om du har funderingar kring psykisk ohälsa. Det spelar ingen roll om du är eller har varit drabbad, är anhörig eller om du arbetar med frågan. Alla är välkomna att höra av sig. De som svarar på mailen har egna erfarenheter av ätstörningar och självskadebeteende, men mår bra idag.

Jourmail: jour@shedo.se

Email: info@shedo.se

Besök deras hemsida för att läsa mer om deras verksamhet och få hjälp och stöd: <http://shedo.se/>

Dags att prata om sexuella övergrepp mot barn

Denna webbplats är skapad av Stiftelsen Allmänna Barnhuset. Barnhuset är en statlig stiftelse med uppdrag att stödja metod- och kunskapsutveckling i arbetet med utsatta barn. De vill öka kunskapen om sexuella övergrepp mot barn. Målet är att barn ska få bättre skydd mot sexuella övergrepp och att fler utsatta barn ska berätta och få hjälp. Det är alldeles för många barn och unga i Sverige som är med om övergrepp. Det är Sveriges regering som gett pengar så att det blivit möjligt. Bidraget till Barnhuset ingår i regeringens handlingsplan mot människohandel av barn, sexuell exploatering av barn och sexuella övergrepp mot barn, som en av åtgärderna för att genom ökad kunskap förebygga, reducera och minska riskerna för att barn faller offer för sexuella övergrepp. Den här webbplatsen är skapad tillsammans med barn och unga. Här kan du ta del av hur de vill få information om sexuella övergrepp, hur de vill bli bemötta och vad de har för råd att ge till vuxna och till jämnåriga.

Gå in på deras hemsida för att läsa mer och titta exempelvis på deras informationsfilmer: <http://www.dagsattprataom.se/>

Suicid

Psykiatrisk mottagning Ale, Älvängen

Hövågen 3A, Älvängen

0303-24 10 00

För personer från 18 år och uppåt med psykisk ohälsa.

Öppettider: mån kl 08.00-18.00, tis-tors kl 08.00-16.00, fre kl 08.00-14.00

Telefontid: mån-tis kl 10.00–11.00, mån–tors kl 13.30–14.30, ons-fre kl 08.00-11.00

E-post: psyk.aom.ksh@vgregion.se

Psykiatrisk mottagning, Kungälv

Lasarettsgatan, Kungälv

0303-989 58

Psykiatriska akutmottagning för sökande över 18 år med akuta psykiska besvär. Öppet alla dagar kl. 08.00–20.00
Nattöppen akutpsykiatrisk mottagning finns på Östra sjukhuset

BUP – Barn- och ungdomspsykiatrisk öppenvårds- mottagningen Ale, Kungälv

Rollsbövägen 58, 2:a vån, Kungälv

0303-24 13
00

Telefontid: mån–fre kl. 08.00–16.30
Öppettider: mån–fre kl. 08:00 - 16:30

Sjukvårdsupplysning

Dygnet runt

11 77

Nationella hjälplinjen

Telefontid: alla dagar kl. 13.00–22.00

020-22 00 60

Hit kan du ringa om du själv mår dåligt eller om du är orolig för någon annan som behöver råd och stöd. Samtalet är anonymt, kostnadsfritt och syns inte på telefonräkningen.

Besök hemsidan för mer information om Nationella hjälplinjen:
www.hjalplinjen.se

Självordslinjen, Mind

Självordslinjen: Öppen dygnet runt 90 101
Sveriges första suicidpreventiva stöddlinje, som ska förebygga självmord och hjälpa människor som mår psykiskt dåligt. Självordslinjen drivs av den oberoende ideella föreningen Mind. Du kan chatta med volontärer och även ringa, dygnet runt, alla dagar i veckan.
Läs mer om Mind och deras verksamhet på hemsidan: www.mind.se

Suicidprevention i Väst

Suicidprevention i Väst är en religiöst och politiskt obunden organisation som arbetar för att öka kunskapen om hur man kan förebygga suicid, suicidförsök och förhållanden som kan leda till sådana handlingar. Organisationen önskar att samla alla goda krafter för att utveckla en aktiv suicidprevention, till exempel inom regioner och landsting, kommuner, räddningstjänsten, polisen, trafikverket, kyrkan och frivilligorganisationer. De är ett av sex ideella nätverk för suicidprevention i Sverige och samarbetar med ett antal partners (finns nämnda på hemsidan).

Besök deras hemsida för ytterligare information om verksamheten:
<http://www.suicidprev.com/>

SPES - Riksförbundet för SuicidPrevention och Efterlevandes Stöd

SPES telefonjour Öppen alla dagar kl. 19.00 – 22.00: 08-34 58 73

SPES är en rikstäckande ideell organisation som är partipolitiskt och religiöst obunden och som är till för alla som mist en familjemedlem, släkting, partner eller god vän genom suicid. SPES, som betyder hopp på latin, har medlemmar spridda över hela landet. Den lokala föreningsverksamheten är fördelad på i dagsläget 13 kretsar. På flera orter där det inte finns en lokalförening (krets) finns det kontaktpersoner. SPES erbjuder stöd och hjälp till efterlevande. Organisationen utbildar kontaktpersoner, har en telefonjour som är öppen dagligen samt erbjuder träffar och självhjälpgrupper för efterlevande. SPES har

också en ungdomssektion med egna kontaktpersoner och egen verksamhet i olika delar av landet. De har två grupper på Facebook. Den ena är sluten där efterlevande kan stötta varandra i en tryggare miljö. Den andra är en öppen grupp där vem som helst kan läsa och skriva. Facebookgrupperna fungerar också som viktiga informationsforum. En annan viktig del av verksamheten är deras intressepolitiska arbete. De vill öka kunskapen om suicid som ett samhälls- och folkhälsoproblem samt motverka fördomar. Organisationens vision är ett suicidfritt Sverige.

Besök deras hemsida för ytterligare information om verksamheten:
<http://spes.se/>

VIMIL – Vi som mist någon mitt i livet

VIMIL– Vi som mist någon mitt i livet - är ett nätverk för de som mist någon mitt i livet. I VIMIL har alla det gemensamt att de förlorat någon som var - och är mycket viktig - och att man därför förlorat fotfästet i tillvaron. VIMIL:s önskan med denna hemsida är att kunna ge stöd åt drabbade människor. Vi är medmänni-skorna som utgör nätverket VIMIL och vet själva hur det är. Nätverket är religiöst, kommersiellt och politiskt obundet. VIMIL:s ändamål är att fungera som stödgrupp, kunskapsbank och påtryckningsgrupp i samhället. VIMIL samlar information, erfarenheter och kunskap som behövs och som är svår att få tag på. Knyter experter och specialkompetens till organisationen såsom advokater, läkare, psykologer, präster etc. VIMIL har en chatt och gästbok. VIMIL håller även fysiska möten och anordnar sommarläger för de som har minderåriga barn.

Läs mer på deras hemsida om verksamheten, olika inplanerade aktiviteter samt för att delta i chatten: <http://www.vimil.se/>

En bra plats

En bra plats är ett anhängigstöd via nätet. Som anhängig finns ett behov av att få råd och stöd, samt att nätverka med andra i liknande situation. Genom En bra plats öppnas en ny möjlighet för dig som anhängig att få tillgång till detta, på villkor som passar dig.

Besök deras hemsida för mer information om verksamheten:
<http://enbraplats.se/>

Våld i nära relationer

Hjälp till män

Krismottagning, våld i nära relationer

Uddevallavägen 1, Kungälv

0303 23 90 70

Krismottagningen vänder sig till personer i Ale och Kungälvs kommun som behöver hjälp att komma vidare ur svårigheter som berör de nära relationerna. Vid förändringar och kriser i livets olika skeden kan man behöva professionell hjälp. Det kan handla om konflikter inom familjen, svårigheter i föräldrarollen, separation eller otrohet. Yttre påfrestningar som arbetslöshet eller sjukdom kan också påverka relationerna med andra. Långvariga olösta konflikter mellan de vuxna skapar otrygghet hos barn.

Våld i nära relationer

Om du har problem med aggressivitet, har använt eller använder våld, eller själv blivit utsatt för våld av något slag, är det extra viktigt att söka hjälp. Allt våld skrämmer och skadar den som blir utsatt – särskilt barn – men våldet skadar också den som använder det. Våld är allt användande av fysiskt, materiellt, ekonomiskt, psykiskt och sexuellt tvång som skadar eller skrämmer någon annan.

På Krismottagningen är barnens behov i fokus. Barn som bevittnar våld är utsatta för våld. Barn har också möjlighet att få egen hjälp genom Trappansamtal. Samtalen är kostnadsfria.

Män för jämställdhet

Män för Jämställdhet är en ideell, feministisk organisation som verkar för jämställdhet och mot mäns våld. De vill bryta kopplingen mellan manlighet och våld och förändra rådande normer kring maskulinitet. De arbetar bland annat med att förebygga våld bland barn och unga och våld i nära relationer. De arbetar även med jämställt föräldraskap och föräldrastöd för män, både i Sverige och världen.

Läs mer om deras verksamhet på hemsidan: www.mfj.se

Socialjouren

Socialjouren, Stora Badbusgatan 14, Göteborg

031 365 87 00

Öppettider för besök: mån-fre kl. 08.00-03.30, lör-sön kl. 09.00-03.30.

Vi svarar i telefon dygnet runt.

Du ska i första hand vända dig till socialkontoret i din stadsdel, men om du är i behov av akut hjälp efter kontorstid kan du kontakta socialjouren. Socialjouren ger dig akut hjälp på kvällar, nätter och helger. Det kan handla om våld, missbruk, boende eller om du misstänker att någon far illa. Socialjouren kan även hjälp dig som är på tillfälligt besök i Göteborg från en annan kommun eller ett annat land.

Vänd dig till socialjouren om du;

- misstänker att barn eller ungdomar far illa
- är utsatt för våld och behöver hjälp med råd och stöd eller skyddat boende
- har problem med missbruk eller är anhörig till någon med missbruk
- är i akut behov av boende med stöd
- är i akut behov av ekonomiskt stöd

Polisen

Hos polisen gör du anmälan om brott.

114 14

RFSL:s brottsofferjour för hbtq-personer

020-34 13 16

Genom RFSL:s brottsofferjour kan du få stöd och hjälp med det våld du varit med om. Det kan till exempel handla om partnervåld (både i samkönade och olikkönade parrelationer), hatbrott eller hedersrelaterat våld. Våld mot homosexuella, bisexuella, transpersoner och queerpersoner kan ske på flera olika sätt. Läs mer om olika sorters våld på RFSL:s hemsida: www.rfsl.se/brottsoffer/

E-post: boj@rfsl.se

Hjälp till kvinnor

Krismottagning, våld i nära relationer

Uddevallavägen 1, Kungälv

0303 23 90 70

Krismottagningen vänder sig till personer i Ale och Kungälv kommun som behöver hjälp att komma vidare ur svårigheter som berör de nära relationerna. Vid förändringar och kriser i livets olika skeden kan man behöva professionell hjälp. Det kan handla om konflikter inom familjen, svårigheter i föräldrarollen, separation eller otrohet. Yttre påfrestningar som arbetslöshet eller sjukdom kan också påverka relationerna med andra. Långvariga olösta konflikter mellan de vuxna skapar otrygghet hos barn.

Våld i nära relationer

Om du har problem med aggressivitet, har använt eller använder våld, eller själv blivit utsatt för våld av något slag, är det extra viktigt att söka hjälp. Allt våld skrämmer och skadar den som blir utsatt – särskilt barn – men våldet skadar också den som använder det. Våld är allt användande av fysiskt, materiellt, ekonomiskt, psykiskt och sexuellt tvång som skadar eller skrämmer någon annan.

På Krismottagningen är barnens behov i fokus. Barn som bevittnar våld är utsatta för våld. Barn har också möjlighet att få egen hjälp genom Trappansamtal.

Samtalen är kostnadsfria.

Våld i nära relationer

De som utsätts för våld utan barn kan ringa kurator på Brattåsvillan som nås via kontaktcenter i Ale kommun på telnr: 0303-33 00 00

De som utsätts för våld med barn är välkomna att kontakta Barn- och ungdomsenheten, individ- och familjeomsorgen på telnr: 0303 33 03 79 i Ale Kommun. De hjälper till att lotsa vidare, om så behövs, till passande verksamhet. För exempelvis krissamtal för barn och ungdomar som bevittnat våld i nära relationer. Du är välkommen att höra av dig för mer information.

Kvinnojouren Vändpunkten för Ale och Kungälv

Telefontider: mån-tis kl. 09.00-15.00, ons kl. 13.00-19.00, 0303 24 92 50
tor-fre kl. 09.00-15.00

Kvinnojouren är en politisk och religiöst obunden förening som hjälper kvinnor som blivit utsatta för fysiskt, psykiskt eller sexuellt våld. De erbjuder anonymitet och har ingen uppgiftsskyldighet mot myndigheter. Telefonsamtal är gratis och syns inte på telefonräkningen. Kvinnor och medföljande barn får ett skyddat boende, stödsamtal, rådgivning, hjälp till självhjälp och stöd vid kontakter med myndigheter.

E-post: kvinnojouren.kungalv-ale@tele2.se

Läs mer om Kvinnojourens verksamhet på hemsidan: www.kjvandpunkten.se

Terrafem – telefonjour på 62 olika språk

Telefontider: mån-fre kl. 08.00-17.00 020 52 10 10

Nätverk för kvinnors rätt mot mäns våld. Stöd vid övergrepp, sexuellt våld, misshandel, begränsning i tillvaron etc. Har även juristjour och skyddshem.

Läs mer om Terrafems verksamhet på deras hemsida: www.terrafem.org

Socialjouren

Se info föregående sida. 031 365 87 00

Polisen

Hos polisen gör du anmälan om brott 114 14

Nationellt centrum för kvinnofrid

Nationellt centrum för kvinnofrid, NCK, är ett kunskaps- och resurscentrum vid Uppsala universitet. NCK arbetar på regeringens uppdrag med att höja kunskapen på nationell nivå om mäns våld mot kvinnor och utveckla metoder för omhändertagande av våldsutsatta kvinnor.

Läs mer om NCK:s arbete på hemsidan: www.nck.uu.se

Kvinno- och Tjejjouren ADA

Juridikjouren: tors kl. 18.00–20.00

031-13 35 96

Kvinnojourn:

031-13 11 66

Tjejjourn:

031-13 35 55

Kvinno- och tjejjouren ADA är en feministisk ideell förening som driver ett skyddat boende för kvinnor, tjejer och barn som behöver fly sina hem på grund av våld och hot. ADA har tre jourtelefoner: en kvinnojourn, en tjejjourn och en juridikjourn. De erbjuder stödsamtal enligt principen hjälp till självhjälp. ADA kan följa med dig till exempel när du gör en polisanmälan och vid besök hos socialtjänsten. De kan hjälpa dig i dina kontakter med myndigheter och informerar dig om vad du har för rättigheter som brottsoffer. ADA har även självhjälpsgrupper.

Läs mer om ADA:s verksamhet på deras hemsida: www.kvinnojouren-ada.nu

E-post: info@kvinnojouren-ada.nu juridikjouren@kvinnojouren.ada.nu

Nationell stödtelefon Kvinnofridslinjen

020 50 50 50

Kvinnofridslinjen är en nationell stödtelefon för dig som utsatts för hot och våld. Du som är anhörig eller vän är också välkommen att ringa oss. De har öppet dygnet runt och du ringer oss gratis, oavsett var i Sverige du bor. Ditt samtal syns inte på telefonräkningen.

Läs mer om Kvinnofridslinjen på hemsidan: www.kvinnofridslinjen.se

RFSL:s brottsofferjour för hbtq-personer

020-34 13 16

Genom RFSL:s brottsofferjour kan du få stöd och hjälp med det våld du varit med om. Det kan till exempel handla om partnervåld (både i samkönade och olikkönade parrelationer), hatbrott eller hedersrelaterat våld. Våld mot homosexuella, bisexuella, transpersoner och queerpersoner kan ske på flera olika sätt. Läs mer om olika sorters våld på RFSL:s hemsida:

www.rfsl.se/brottsoffer/

E-post: boj@rfsl.se

Missbruk

VAKNA! Tillsammans mot droger

Här finns information om droger och drogförebyggande aktiviteter. Hemsidan har även en frågespalt "Våga fråga" där man anonymt kan få svar på sina frågor.

Besök hemsidan för mer information om VAKNA: www.vakna.ale.se

MiniMili – öppen mottagning för unga med risk/missbruk

Göteborgsvägen 66, Surte (Stjärnhuset bakom Biblioteket)

0725-62 48 83

MiniMili är en psykosocial medicinsk öppenmottagning som vänder sig till dig som är upp till 25 år samt till dina närstående i Ale kommun. Mottagningen arbetar med dig som riskerar hamna i eller redan missbrukar alkohol, narkotika eller andra droger. De erbjuder information, rådgivning, behandling samt praktisk hjälp med t.ex. val av utbildning och arbetsmarknadsfrågor.

Vuxnenheten, Individ- och familjeomsorgen

Södra Klöverstigen 1, Nödinge

0303 33 03 79

Telefontider: mån, ons, tor, kl. 08.00-17.00, tis kl. 08.00–18.00, fre kl. 08.00-15.00

Kurator

Telefontid för kurator: ons kl. 09.00-10.30

0303-37 12 84

Ale kommuns Vuxnenhet vänder sig till vuxna personer med missbruks- och beroendeproblematik. Socialsekreterarna arbetar med att handlägga och fatta beslut om ansökningar/anmälningar av vård och behandling enligt Socialtjänstlagen (SoL) och enligt Lagen om vård av missbrukare i vissa fall (LVM). Dit kan du också vända dig för att få kuratorssamtal som rör beroendeproblematik och drogtest. Du kan även kontakta kurator för råd och stöd. Dit kan du även vända dig anonymt om du är orolig för någon närstående person och behöver ha någon att rådgöra med.

För att få hjälp med missbruks- beroenderelaterade frågor om du är under 20 år

så vänder du dig till Barn- och ungdomsenheten. När Individ- och familjeomsorgen är stängd tar Socialjouren i Göteborg över: 031 365 87 00.

Anonyma alkoholister, telefonjour

08 720 38 42

Öppettider: alla dagar året runt kl. 11.00–13.00 och kl.18.00–20.00

Ring telefonjouren och tala med en nykter alkoholist. För den med alkoholproblem eller närstående. Läs mer om Anonyma alkoholisters verksamhet på: www.aa.se

Föräldraföreningen motnarkotika (FMN)

Nordbemsgratan 41, Göteborg

031 12 89 01

Ger råd och stöd till familjer som misstänker eller har konstaterat missbruk bland barn och/eller andra anhöriga. Här kan man möta föräldrar som upplevt detsamma.

FMN erbjuder:

- Rådgivning
- Stödsamtal
- Självhjälpsgrupper
- Föreläsningar
- Familjelivskurser
- Drogtester
- Motivationssamtal.

Öppettider: Mån. kl. 09.00-16.00, Tis. 09.00-18.00, Ons. stängt för provtagning, Tors. kl. 09.00-16.00, Fre. kl. 09.00-13.00

Besök hemsidan för mer information om FMN: www.fmngoteborg.com
E-post: info@fmngoteborg.com

Spelberoendes Förening Göteborg

Spelberoendes Förening, *Masthuggsliden 4, Göteborg*

Pengospel:

031 - 704 14 41

Dataspel:

031 - 704 14 47

Spelberoende och deras anhöriga träffas och stödjer varandra i självhjälpgrupper som leds av resurspersoner med egen erfarenhet av spelmissbruk. Föreningen erbjuder även enskilda samtal, föreläsningar och stöd via jourtelefon.

PENGASPEL:

Öppna möten för spelare och anhöriga:

Måndagar 18:30 - 20:30 (öppet för alla spelare och anhöriga)

Torsdagar 18:30 - 20:30 (öppet för alla spelare och anhöriga)

Första måndagen i månaden sitter anhöriga och spelare i skilda grupper.

DATASPEL:

Öppna möten för dataspelare och anhöriga:

Onsdagar 18:30-20:30 (öppet för dataspelare och anhöriga)

Läs mer om verksamheten på hemsidan: www.spelberoende.se

Anhörigföreningen till alkohol och drogmissbruk

Majorsgatan 8, Göteborg

031 24 48 06

Du som är närstående till någon som är beroende av alkohol eller andra droger. Inom Anhörigföreningen kan du utan kostnad samtala enskilt med utbildad personal med egen erfarenhet. De erbjuder även anhörigrupper där du träffar och arbetar metodiskt med andra i liknande situationer. Du får vara anonym när du kontaktar föreningen och de har tystnadsplikt. Verksamhet är öppen för alla och är kostnadsfri.

E-post: info@anhorigforeningen.se

Läs mer om föreningen på deras hemsida: www.anhorigforening.se

Alkohollinjen

Alkohollinjen erbjuder stöd för personer som vill förändra sina alkoholvanor men också för anhöriga till personer med alkoholproblem. All kontakt med Alkohollinjen sker per telefon. Samtalen är kostnadsfria och det går att ringa från hela landet. Den som ringer kan välja att vara anonym. Alla rådgivare har utbildats för att arbeta med telefonrådgivning för personer med alkoholproblem och anhöriga till personer med alkoholproblem.

Alkohollinjen:

020-84 44 48.

Öppettider: helgfria vardagar måndag-torsdag kl. 12.00–19.00 och fredag kl. 12.00–17.00 Vid nödsituation ring 112!

Sexuellt överförbara sjukdomar

Ungdomsmottagningen

Södra Klöverstigen 2, Nödinge

010 473 30 90

Kurator

010-473 30 91

Barnmorska

010-473 30 90

Drop-in mottagning: tis. kl. 14.00–17.30

Är du 13-24 år? Har du frågor kring hur du mår, relationer, kroppen, sexualitet, preventivmedel eller könssjukdomar? Välkommen till din egen ungdomsmottagning! Här möter du kurator, barnmorska och läkare. Vi har tystnadsplikt. Mottagningen är HBTQ-certifierad.

Besök hemsidan för mer information: www.umo.se

Noaks ark Göteborg & Västra Götaland

Risåsgatan 16, Göteborg

031- 361 46 00

Noaks Ark finns till för alla som bor i Västra Götalands regionen, som lever med hiv eller är närstående. Målet med verksamheten är att skapa en plats där den som lever med hiv kan känna sig trygg, träffa andra i samma situation samt få stöd och information. Samtalet är anonymt, konfidentiellt och kostnadsfritt.

E-post: info.vastra@noaksark.org Läs mer om föreningen på deras hemsida: www.noaksark.org

RFSL, Göteborg - Råd, kris- och stödsamtal

031-788 25 14

RFSL Göteborg erbjuder samtalsstöd hos kurator.

E-post: linda.gustafsson@goteborg.rfsl.se

Rädda barnen

– Centrum för barn och ungdomar

08 698 90 00

Ger särskild uppmärksamhet till barn som utsatts för våld och övergrepp, flyktingbarn och deras familjer samt barn och ungdomar som av olika skäl lider av psykisk ohälsa. I Göteborg finns en mottagning.

Gå även in på Rädda barnens hemsida: www.raddabarnen.se och klicka vidare till Centrum för barn och ungdomar för att läsa mer. Om du behöver stöd eller vill veta mer, går det bra att ringa eller mejla till e-post: centrum@rb.se

Kränkningar och hedersrelaterat våld

Barn- och ungdomsenheten, individ- och familjeomsorgen

0303-33 03 79

Öppettider: mån, ons, tors kl. 08.00-16.30, tis kl. 08.00 – 18.00,
fre kl. 08.00 - 15.00

Barn- och ungdomsenheten är en del av Ale kommuns individ- och familjeomsorg. Verksamheten riktar sig till barn 0–20 år och deras familjer. Till oss kan du vända dig bland annat om du behöver stöd i din föräldraroll, om du som barn upplever allvarliga familjeproblem eller om du är orolig för hur ett barn har det. Du kan även göra en anmälan om barn som far illa.

När kontoret är stängt ringer du Socialjouren i Göteborg på: 031-365 87 00

Hedersrelaterat våld och förtryck

En hemsida i Länsstyrelsen regi där man kan få information om hedersförtryck och hedersrelaterat våld, och var man kan få stöd.

Läs mer och hitta rätt stöd på hemsidan: www.hedersfortryck.se

Elektra

Elektra är en organisation som arbetar med tjejer och killar som lever i hedersrelaterat förtryck och konflikter. Elektra erbjuder stödjande samtal via telefon och e-post. Både killar och tjejer kan vända sig hit. Elektra finns i Göteborg.

Läs mer på Elekras hemsida: elektra.fryshuset.se

GAPF – Riksföreningen Glöm aldrig Pela och Fadime

08-711 60 32, 070-441 10 75

GAPF är en sekulär och ideell förening som arbetar mot hedersvåld. GAPF vänder sig till både flickor/kvinnor och pojkar/män som på ett eller annat sätt är utsatta för- eller berörda av hedersrelaterat våld. Riksorganisationen GAPF har flera olika lokala verksamheter runtom i landet, det finns kontaktpersoner i Göteborg. Förutom att hjälpa de utsatta jobbar GAPF med informationsspridning och opinionsbildning.

E-post: kontakt@gapf.se , press@gapf.se

Läs mer om GAPF på hemsidan: www.gapf.se

TRIS – Tjejers Rätt I Samhället

Jourtelefonfonder: vardagar mellan kl. 08:00-18:00

0774-40 66 00

TRIS - tjejers rätt i samhället är en organisation som arbetar förebyggande mot hedersrelaterat förtryck och våld. De som arbetar på TRIS har flera års erfarenhet samt spetskompetens att arbeta med målgruppen unga med intellektuell funktionsnedsättning som utsätts för hedersrelaterat förtryck och våld. TRIS tar emot samtal från hjälpsökande ungdomar, kvinnor samt HBTQ personer. Jourverksamheten vänder sig till alla i landet; yrkessamma som enskilda individer som är i behov av råd och stöd.

TRIS har även ett tillfälligt boende/skyddat boende för kvinnor från 18 år med eller utan lindrig intellektuell funktionsnedsättning, par från 18 år samt medföljande barn som utsätts eller riskerar att utsättas för hedersrelaterat våld, hot och förtryck. TRIS har även möjlighet att ta emot HBTQ-personer som utsätts eller riskerar att utsättas för hedersrelaterat våld och förtryck. Vid placeringar kontakta TRIS på telefon eller e-post.

E-post: info@tris.se

Läs mer på deras hemsida: www.tris.se

Nationell stödtelefon Kvinnofridslinjen

020 50 50 50

Kvinnofridslinjen är en nationell stödtelefon för dig som utsätts för hot och våld. Du som är anhörig eller vän är också välkommen att ringa oss. De har öppet dygnet runt och du ringer oss gratis, oavsett var i Sverige du bor. Ditt samtal syns inte på telefonräkningen.

Läs mer om Kvinnofridslinjen på hemsidan: www.kvinnofridslinjen.se

Brottsoffer

Brottsofferjourernas telefoncentral

Telefontider: mån – tor kl. 09.00-20.00, fre kl. 09.00-16.00

0200 21 20 19

En nationell telefoncentral som tar emot akuta ärenden. De förmedlar dig till din lokala Brottsofferjour för kontakt och stöd.

För att få hjälp på eget språk maila på: kontakt@boj.se eller ring.

Besök hemsidan för mer information om BOJ: www.boj.se

Brottsofferjouren i Ale – BOJ

0303 33 06 44

Här kan du exempelvis få information om hur en polisanmälan går till, få stöd vid en eventuell rättegång och få information om hur det går till i rättsalen. Du kan även bli hänvisad till myndighetskontakter och få hjälp att ställa krav på skadestånd.

Läs mer om verksamheten på hemsidan: www.boj.se

E-post: info@ale.boj.se

Medling vid ungdomsbrott, Ale

Sektor arbete, trygghet och omsorg
Individ- och familjeomsorgen

0303 33 03 00

Medlingens grundtanke är att en person som har begått ett brott och den som blivit utsatt för brottet ska få mötas och prata om det som hänt tillsammans med en medlare. Medling passar inte vid alla sorters brott.

Stödcentrum för brottsutsatta

Smedjegatan 7

020-520 530

Stödcentrum för brottsutsatta finns till för dig som bor i Göteborg och har blivit utsatt för brott. Det kan vara rån, misshandel, våldtäkt, olaga hot, stöld eller ofredande. Det kostar inget att komma till oss och vi har tystnadsplikt. Vill du så får du vara anonym. Även du som är närstående till någon som har utsatts för brott eller du som har bevittnat brott kan vända dig till oss.

Öppettider: mån-fre kl. 08.00-16.30

E-post: brottsutsatta@socialresurs.goteborg.se

Besök hemsidan för mer information om verksamheten:

www.socialresursextranat.goteborg.se/ Klicka vidare på ”Utsatthet och våld”, sedan på ”Stödcentrum för brottsutsatta”

Rådgivning

Konsumentrådgivning

Ekelundsgatan 1, Göteborg.

031 368 08 00

Telefontid: mån–tors kl. 09.00–12.00

Som konsument kan du inte vara expert på allt. Därför finns konsumentrådgivning. Du får svar på frågor inför köp eller om du har klagomål på något som du redan köpt. Det kan gälla boende, internet-/teletjänster, bilköp, försäkringar, resor och reklam. Aleborna kan ta kontakt med Konsument Göteborg för rådgivning enligt ett samarbetsavtal mellan kommunerna.

E-post: konsument@kom.goteborg.se

För mer råd och tips gå in på www.goteborg.se och sök på konsument eller gå in på: www.konsumentfragor.goteborg.se

Energi- och klimatrådgivning

0303 33 03 33

Kontakta kommunens energi- och klimatrådgivare för kostnadsfri och opartisk rådgivning kring din energianvändning. Det kan exempelvis handla om uppvärmning, transporter, energispartips, energianvändningens klimatpåverkan med mera. Rådgivningen riktar sig till privatpersoner, små och medelstora företag och föreningar i kommunen.

E-post: caroline.rundlof@ale.se

Besök hemsidan för mer information: www.ale.se/energi

Budget- och skuldrådgivning, skuldsanering

0303 23 93 90

0303 23 91 24

Kommunens budget- och skuldrådgivare kan hjälpa till att göra en hushållsbudget, planera om budgeten för att söka lösningar på betalningsproblem, ge råd och stöd till den som är skuldsatt i kontakten med fordringsägare, ge råd och stöd i frågor kring skuldsaneringslagen. Ale kommun har budget- och skuldrådgivning via avtal med Kungälv kommun.

Du kan läsa mer om budget och skuldrådgivning på



För mer information om **Livslotsen**, kontakta Folkhälsoplanerare
Malin Sjöman, Ale Kommun.
E-post: malin.sjoman@ale.se
Telefon: 070-432 07 11