

**För barn**

<https://www.bris.se/>

Ring, maila eller chatta anonymt med BRIS. Öppet dygnet runt.

Telefonnr: 116 111

Chatt och mailfunktion nås via hemsidan.

**Du som vuxen och har frågor, eller känner oro för ett barn:**

Bris vuxentelefon 077-1505050 vardagar 9-12

Idrottsledare: ring 077-4400042 vardagar 9-12

För dig finns Bris stödlinje för idrottsledare, där ges det råd och vägledning till dig som känner oro för ett barn i din förening. Samtalet kan handla om allt från allvarliga situationer till mer vardagliga dilemman. dom som svarar är erfarna kuratorer som ger dig stöd, vägledning om hur du kan bidra till att förändra ett barns situation till det bättre. Särskild kompetens finns också för att ge stöd till de som möter barn med trauma eller erfarenhet av flykt. De har alltid ett tydligt fokus på barnets perspektiv och rättigheter i samtalen. Samtalet kostar som ett vanligt telefonsamtal och du kan självklart vara anonym.

Stöd på arabiska: tisdagar – torsdag 9-12 telefon: 077-4480900



Att tipsa en ungdom om, om hen berättar för dig om psykisk sjukdom eller missbruk i hemmet!

https://maskrosbarn.org/

Är du ungdom och har det jobbigt hemma? chatta anonymt med maskrosbarn!

öppettider i chatten är:

Måndag-torsdag kl. 20-22
Söndag kl. 20-22

**Region Gävleborg**

**Att tipsa en orolig förälder om, om de efterfrågar kontakt och behov av hjälp av regionen och vården.**

**”en väg in” telefonnummer r : 0771-44 55 00**

Som ung (13–17 år) och inte mår bra psykiskt eller om vårdnadshavare till ett barn (0–17 år) inte mår bra psykiskt kan man kontakta En väg in. Det gäller även nybliven förälder (med barn 0–3 år) och inte själv mår bra psykiskt. Via 0771-44 55 00 guidas man som vårdsökande direkt i telefon till rätt vårdnivå och får vid behov tid för besök.

**En sammankopplad tjänst mellan**

**Barn och familjehälsan BFH**

**Ungdomsmottagningen UM**

**Barn och ungdomspsykiatrin BUP**

**Barn och ungdomshabiliteringen BUH**

**Länsenhet för ätstörningar – barn & ungdomspsykiatri**

**Vid akuta fall tex suicidförsök eller en svårbedömd panikångest attack. Ring alltid 112.**

**Hofors Kommun**

**Skolkuratorer**

**Petreskolan 7-9 Jessica Engholm Tiderman 070 0860210** jessica.engholm.tiderman@utb.hofors.se

**Petreskolan 4-6 Sara Löfstrand 070 1670803** sara.lofstrand@utb.hofors.se

**Lillåskolan & värnaskolan: Annika Borgström 070 0860271** annika.borgstrom@utb.hofors.se

**Solbergaskolan & Björkhagskolan: Malin Ask 079 0729000** malin.ask@utb.hofors.se

**Socialtjänsten:**

**0290-771720 måndag-fredag kl 08.00-12:00**

**Vid akuta problem efter kontorstid ring socialjouren på telefon 026-100225**

**Måndag-torsdag 17:00-23.00**

**Fredag 17:00-02.00**

**Lördag 16:00-02.00**

**Söndag 16:00-23.00**

**Hemsidor att besöka för mer information om ungdomars psykiska mående.**

[www.suicidezero.se](http://www.suicidezero.se)

[www.mind.se](http://www.mind.se)

[www.umo.se](http://www.umo.se)

**https://machofabriken.se/**

<https://mfj.se/> **(organisationen MÄN, förebygger våld, bryter normer, främjar jämställdhet, stöttar killar.)**