

NATIONELLA ORGANISATIONER:

Alkohollinjen Om du funderar över dina egna eller någon annans alkoholvanor. Telefon: 020-84 44 48, Mån-tor 11-19, fre 11-16. Mer information finns på www.alkohollinjen.se.

Alla kvinnors hus - stöd, rådgivning och skyddat boende till vuxna och barn som bevittnat eller upplevt våld. Telefon: 08-64 44 09 20 Mån-fre 9-16. Mer information finns på www.allakvinnorshus.org

Anhörigas riksförbund - stödjer anhöriga och anhörigvårdare oavsett ålder, kön eller diagnos.
Anhöriglinjen 0200-239 500 Mån, tis, tor, fre 10-12, 13.30-15. Ons19-21. www.anhorigasriksforbund.se

BRIS för barn Stödjer barn som far illa. Du kan ringa, mejla eller chatta. Telefon: 116 111, mån-fre 9-12 och 14-16, lör-sön 14-21. Mer information: www.bris.se.

BRIS för vuxna om barn -Du som är vuxen och orolig för ett barn i din närhet kan kontakta oss. Telefon 0771-50 50 50, vardagar 9-12. Mer information finns på bris.se/for-vuxna-om-barn.

Brottsofferjouren För dig som är utsatt för brott, är anhörig eller vittne till brott kan få stöd. Telefon: 0200-21 20 19, mån-fre 9-19. Mer information på www.brottsofferjouren.se.

Brottsofferjouren – Unga brottsoffer – Särskild verksamhet för unga mellan 12 och 25 år. Telefon: 0200-21 20 19, mån-fre 9-19. Mer information finns på www.ungaboj.se.

Brukarföreningen - stöd vid missbruk. www.svenskabrukarforeningen.se

Droghjälpen www.droghjalpen.se Telefon: 020-91 91 91, mån och tor 9-16.

Föräldratelefonen (Mind) -För vuxna som är oroliga för barn/ungdomar i sin närhet & drivs av föreningen Mind. De som svarar är utbildade psykologer eller socionomer med lång yrkeserfarenhet. Telefon: 020-85 20 00, vardagar 10-15 och torsdagar även 19-21. Mer information finns på www.mind.se.

Jourhavande kompis/Röda korset ungdomsförbundet –För barn och ungdomar upp till 25 år. Chatta anonymt om vad som helst vardagar 16-22 helgdagar 14-20. www.jourhavandekompis.se.

Jourhavande medmänniska -För dig som söker medmänskligt stöd på natten. Telefon: 08-702 16 80, alla dagar 21-06. Mer information på www.jourhavande-medmänniska.se.

Jourhavande präst –Öppen för alla som behöver medmänskligt stöd på natten. Ring 112 och be att få tala med jourhavande präst. Det går också att mejla eller chatta. www.svenska.kyrkan.se/jourhavandeprast

Killfrågor –För dig som känner dig som kille kan chatta anonymt när du behöver någon som lyssnar, stöttar och peppar. Chatten är öppen mån, tis, ons, tor, sön 19-21. Mer information på www.killfragor.se.

Kvinnofridslinjen -Stödtelefon för dig som utsatts för hot eller våld. Närstående är också välkomna. Telefon: 020-50 50 50, dygnet runt. Mer information på www.kvinnofridslinjen.se.

Kyrkans SOS - De som svarar är vanliga medmänniskor som har tystnadsplikt och är utbildade att ge känslomässigt stöd i svåra situationer. Telefon: 031-80 06 50, vardagar 13-21, helger 16-21. www.svenskakyrkan.se/kyrkans-sos

Mansjouren www.mansjouren.se Telefon: 08-30 30 20.

Kontaktuppgifter:

Region Dalarna
Avdelningen för Hälsa och Vårld
Besöksadress. Myntgatan 2, 791 51 Falun

E-post: halsa.valfard@ltdalarna.se
Hemsida: www.regiondalarna.se/halsaochvalfard

NATIONELLA ORGANISATIONER:

Maskrosbarn - För barn till föräldrar med missbruk eller psykisk sjukdom. www.maskrosbarn.org
Öppettider i chatten från och med 23e mars 2020: Söndag- torsdag kl 20-22 , Måndag-fredag kl 14-16

Mind självmordslinjen –Du som känner att du inte vill leva längre eller har någon närstående du är orolig för. De som svarar har fått utbildning & handledning för att ge medmänskligt stöd. Telefon: 901 01 06-24 www.mind.se.

PrevenTell – hjälp vid oönskad sexualitet. För dig som upplever att du tappat kontrollen över din sexualitet och känner oro för dina tankar och handlingar. Telefon: 020-66 77 88, vardagar 12-15. preventell.se

Rise - stöd åt incestdrabbade i barndomen. www.rise-sverige.se Telefon: 08-696 00 95 mån 20-21 tor 10-11
Epost: stod@rise-sverige.se

Roks - Riksorganisationen för kvinnojourer och tjejjourer i Sverige. www.roks.se

Rädda barnen www.raddabarnen.se

SHEDO –Stöd vid ätstörningar eller självskadebeteende, även för närstående. www.shedo.se.

Spelberoendegruppen - för personer med spelberoende, och närstående. www.spelberoendegruppen.com

SPES – Riksförbundet för suicidprevention och efterlevandes stöd. De som svarar har själva förlorat någon genom självmord. Telefon: 020 - 18 18 00, alla kvällar 19-22. Mer information finns på www.spes.se.

Stödlinjen – hjälp vid spelproblem. För råd och stöd för både drabbade och närstående. stodlinjen.se.
Telefon: 020-81 91 00, vardagar 9-21.

Sveriges Veteranförbund Fredsbaskrarna – Kamratstöd. För dig som har tjänstgjort i den militära utlandsstyrkan. De som svarar har egen erfarenhet. Telefon: 020-666 333, dagligen 18-21. www.sverigesveteranforbund.

Terrafem –För kvinnor och flickor med utländsk härkomst och som erbjuder stöd och råd på flera språk.
Jourtelefon 020-52 10 10. Mer information finns på www.terrafem.org

Tilia – Erbjuder stöd på chatt och mejl för dig som är under 30 år. De som svarar är själva unga. www.teamilia.se. Chatten öppet varje kväll 21-22.30 Extraöppet: tors 15-16 Epost: stod@teamilia.se

Trygga barnen - För barn och unga till närstående med psykisk ohälsa eller svårigheter med alkohol & droger. Chatt via Instagram eller Snapchat (tryggabarnen) mån, tis, ons, tor & varannan fre 20-22. tryggabarnen.org

Ungarelationer.se -För dig upp till 20 år och blir utsatt för våld i din relation. Chatten öppen varje kväll kl 20-22. www.ungarelationer.se

Välj att sluta-linjen. För dig som vill få hjälp att förändra ett kontrollerande eller våldsamt beteende.
Telefon: 020-555 666, mån, tis, tor, fre 8.30-16, ons 8.30-20. Mer information finns på www.valjattsluta.se.

ÅSS - Ångestförbundet - för personer med ångestsjukdomar och för deras närstående. www.angest.se.

Äldrelinjen (Mind) Föreningen Minds stödtelefon för dig som är äldre och mår psykiskt dåligt.
Telefon: 020-22 22 33, vardagar 10-15. Mer information finns på www.mind.se.

Kontaktuppgifter:

Region Dalarna
Avdelningen för Hälsa och Välfärd
Besöksadress. Myntgatan 2, 791 51 Falun

E-post: halsa.valfard@ltdalarna.se
Hemsida: www.regiondalarna.se/halsaochvalfard