Kartläggning föräldrastödjande verksamheter, kontaktlista Hudiksvall - Hälso- och sjukvård Region Gävleborg

Innehåll

Barn som far illa 1
Ekonomisk utsatthet....2
Nedstämdhet, oro & stress hos förälder....4
Föräldraskapsstöd....6
Missbruk/beroende....8
Spelberoende....9
Relationsproblem 10
Våld i nära relation 11
Rökning 12
Brand....13
Giftinformation....13
Aktiviteter för barn 13
Öppna förskolor....14

Barn som far illa

Rutin vid misstanke om barn som far illa, Region Gävleborg

I rutinen finns länkar till blankett för orosanmälan och checklista.

Orosanmälan till socialtjänst vid misstanke om att barn far illa - Hälso- och sjukvård, Region Gävleborg - rutin (pdf)

Social- och omsorgsförvaltningen, Hudiksvalls kommun

Växel: 0650-190 00
social.omsorg@hudiksvall.se
824 80 Hudiksvall

Socialjour då ordinarie mottagningsenhet inte är öppen 026-10 02 25 (länsövergripande).
Måndag-torsdag kl 17.00 - 23.00
Fredag kl 17.00 - 02.00
Lördag kl 16.00 - 02.00
Söndag kl 16.00 - 23.00
Övriga tider ring 112 för att bli kopplad till socialjourens beredskap.
För mer info se hemsida

Ekonomisk utsatthet

Försörjningsstödsenheten Hudiksvalls kommun

Socialtjänstens uppgift är att förstärka och komplettera människors egna resurser, och biståndet från socialtjänsten ska stärka den enskildes resurser att leva ett självständigt liv. Det innebär att om du inte kan försörja dig, har du rätt att ansöka till kommunen om försörjningsstöd.
Epost: social.omsorg@hudiksvall.se
Telefon: 0650-195 50, telefontider finns på hemsidan.
Besöksadress: Västra Tullgatan 8, Hudiksvall
För mer info se hemsida

Budget- och skuldrådgivning

Behöver du hjälp för att få koll på din ekonomi? Klarar du inte av dina skulder? Har du kontakt med Kronofogden? Vänd dig till kommunens budget- och skuldrådgivare för att få råd och stöd.
Epost: servicecenter@hudiksvall.se
Växel: 0650-190 00
Adress: Trädgårdsgatan 4, 824 80 Hudiksvall
Besöksadresser: Hudiksvall - Trädgårdsgatan 4. Delsbo - Finngatan 2D

För mer info se hemsida

Konsumentverket, Hallå konsument!

Information om dina rättigheter som konsument inför, under och efter ett köp.

0771-525 525, https://www.hallakonsument.se/

info@hallakonsument.se

Postadress: Konsumentverket/KO
Box 41
651 02 Karlstad

Migrationsverket asylsökande

0771-235 235
För mer info se hemsida

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

Resursen Second-hand

Telefon: 0650-38406

Köpmanbergsvägen 2, 82450 Hudiksvall

För mer info se hemsida

Fritidsbanken

Låna sport- och friluftsutrustning

Köpmanbergsvägen 1, 82450 Hudiksvall

Telefon: 070-2595211

För mer info se hemsida

Röda Korset Second hand Hudiksvall

Trädgårdsgatan 12, Telefon: 076-0754136

För mer info se hemsida

Röda Korset Second hand Forsa

Lundvägen 34, Telefon: 0650-23931

för mer info se hemsida

Mitt Secondhand Hudiksvall

Hyggesvägen 1, Hudiksvall

För mer info se hemsida

Hjälp till Liv Second hand, Hudiksvall

Granebovägen 3, Telefon: 0650-560100

För mer info se hemsida

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

Dakapo Återbruk och bistånd

Forssåvägen 6 Näsviken, Telefon: 0650-30348

För mer info se hemsida

Majblomman

Ekonomiskt stöd till barn i familjer där pengarna inte räcker till

För mer info se hemsida

Kopian gäller ej utskrivna handlingar endast utskriftsdatumet

Nedstämdhet, oro & stress hos förälder

1177 på telefon och webb

Hemsida: 1177 - Psykisk hälsa
Telefon: 1177, öppet dygnet runt

Hälsocentral, familjeläkarjour eller akutmottagning

Du kan ta kontakt med din hälsocentral, familjeläkarjour eller akutmottagning beroende på allvarlighetsgrad vid nedstämdhet, oro eller stress. Du hittar alla mottagningar på 1177 - Hitta vård

Barn- och familjehälsan, Region Gävleborg

Du kontaktar *En väg in* för all kontakt med barn- och familjehälsan.
Telefonnummer: 0771-44 55 00.
För mer info se hemsida

Psykiatrisk mottagning

Hudiksvall, Kungsgatan 33, 824 43 Hudiksvall
Telefonnummer: 0650-924 72, för telefontider och mer info, se 1177.se

Jourhavande präst, Svenska kyrkan

Ring 112 vid brådskande ärenden, chattforum finns på denna länk

Svenska kyrkan, Hudiksvallsbygden diakoni

Det finns fyra diakoner som arbetar i församlingen. Dem kan du vända dig till om du mår dåligt, behöver någon att prata med, om du behöver hjälp att reda ut ekonomiska problem eller något annat.

För mer info se hemsida

Svenska kyrkan, Dellenbygden

Samtal och stöd – Själavård

För mer info se hemsida

Jourhavande medmänniska

Jourhavande medmänniska är en ideell förening som bedriver jourtelefon- och chattverksamhet för alla människor som önskar någon att tala med. Föreningen har idag ca 130 medlemmar.
Stöd finns att få både på telefon och chatt.

Telefonnummer:
08-702 16 80, telefontider 21-06 alla dagar.

På hemsidan finns en chattfunktion och mer information: Jourhavande medmänniska

Hälsotorget, Hjälp med levnadsvanor

På Hälsotorget kan alla besökare få inspiration och stöd till förbättrade levnadsvanor genom kortare enkla råd eller längre rådgivande samtal. Hälsotorget erbjuder dig samtal om levnadsvanor gällande tobak, sömn, stress, fysisk aktivitet, matvanor, alkohol och psykisk ohälsa. Det finns grupper för dig som vill ha bättre sömn, som vill sluta med tobak eller för dig som vill prova stavgång.

För mer info se hemsida

Kopia. Gäller endast utskriftsdatumet

Öppen samtalsgrupp för män

Nu startar Stickan en öppen samtalsgrupp i Hudiksvall som vänder sig till dig som är man.
Stickan driver under 2023 i samverkan med Region Gävleborg. Syftet är att motverka ensamhet och att främja psykisk hälsa hos män.

DAG: Tisdagar 18.30 - 20.30
med start tisdagen 21 mars 2023
PLATS: IOGT- huset
Trädgårdsgatan 16 i Hudiksvall
(mittemot Monitor ERP)
Att vara med är kostnadsfritt och kräver ingen föranmälan.
VÄLKOMMEN!
För mer info se hemsida

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

Föräldraskapsstöd

1177 – så växer och utvecklas barn

1177 - så växer och utvecklas barn

Barn- och familjehälsan, Region Gävleborg

Du kontaktar *En väg in* för all kontakt med barn- och familjehälsan.
Telefonnummer: 0771-44 55 00.
För mer info se hemsida

Hudiksvalls kommun

På hemsidan hittar du vilket stöd Hudiksvalls kommun har att erbjuda.

Här kan du läsa mer specifikt om vilket stöd Socialtjänsten på Hudiksvalls kommun har att erbjuda, bland annat Barn- och ungdomsteamet.

Skilda världar En stödgrupp för barn och ungdomar till separerade föräldrar

BIFF Barn i föräldrars fokus, en utbildning och samtalsgrupp för dig som är förälder och har separerat.

ABC Alla barn i centrum. Gruppträffar om hur du kan stärka relationerna i familjen och förebygga stress och konflikter i vardagssituationer.

Familjecentral På familjecentralen erbjuds stöd för blivande föräldrar, barn och deras föräldrar.

Mottagningsteamet Är du orolig för någon eller är själv i behov av stöd? Mottagningsteamet lotsar dig rätt.

Vårdnad. boende och umgänge Familjerätten kan hjälpa dig som förälder med frågor om ditt barns vårdnad, boende och umgänge. Du som förälder kan få rådgivning och hjälp vid separation samt erbjudas möjlighet att komma på samarbetssamtal.

Föräldraskap i Sverige. Samhällsinformation i grupp för utrikesfödda föräldrar.

Anna Eriksson Tomassone, kurator familjecentralen 070 -172580

Susanne Ångström, familjeteamet 072-2394273

BRIS vuxentelefon om barn

Erfarna kuratorer som svarar där du kan prata om oro kring egna eller annans barn 0-18 år. Syftet är att du som vuxen ska få stöd, vägledning och information om hur du kan bidra till att förändra ett barns situation till det bättre.
Telefon: 0771-50 50 50, mån-fre 9-12.
För mer info se hemsida

MIND Föräldralinjen

Föräldralinjen är till för dig som är orolig för ditt barn eller ett barn i din närhet.
Telefonnummer: 020-85 20 00, telefontider finns på hemsidan.
Du är anonym och Mind står för samtalskostnaderna.
För mer info se hemsida

Föreningen Vårdnad Boende Umgänge i Sverige (VBU)

Vi stödjer föräldrar och nära anhöriga som berörs av en vårdnadstvist. Är du mitt uppe i den, har du precis avslutat en eller var det flera år sedan du träffade dina barn? Förening för pappor, mammor och anhöriga.
Stödtelefonen är öppen för nya och befintliga medlemmar, helgfria tisdagar kl. 19.00–21.00, på telefonnummer 010-188 49 20.
För mer info se hemsida

Makalösa Föräldrar

Det övergripande målet för Sveriges Makalösa Föräldrar är att särlevande föräldrar och deras barn ska ha goda förutsättningar i samhället och att barnen har rätt till sina

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

föräldrar. Vi arbetar förebyggande för vårdnadsfred och en god kommunikation mellan föräldrar och barn.
För mer info se hemsida

Riksförbundet Attention

Attention är en rikstäckande intresseorganisation för alla med intresse av neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF), både med och utan diagnos.

Kontakt:
Attention Hudiksvall
attention.hudiksvall@gmail.com

Det finns 60 lokalorganisationer och mycket information på hemsidan som du hittar här:
https://attention.se/

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

Missbruk/beroende

Beroendecentrum, Region Gävleborg och Hudiksvalls kommun

Vi vänder oss till dig som har frågor eller känner oro och vill ha hjälp för ditt bruk av alkohol, läkemedel eller narkotika. Vi vänder oss även till dig som har någon i din närhet som har problem med missbruk eller beroende.

På Beroendecentrum samverkar Hudiksvalls kommun och Region Gävleborg. Här finns läkare, sjuksköterskor, socialsekreterare och behandlingsassistent.

Kålhagsgatan 20, Telefon: 0650-290 35

Mer info: Hudiksvalls kommun-Beroendecentrum

Alkoholhjälpen

Funderar du över dina eller någon annans alkoholvanor? Vill du göra en förändring?

För mer info se hemsida

1177

1177 - alkoholberoende

Alkoholprofilen

Alkoholtest och information
För mer info se hemsida

AA – anonyma alkoholister

Behöver du eller en vän hjälp? Ring eller skicka mail till jouren 11-13 och 18-20.
Telefon: 08-720 38 42
Mail: help@aa.se
För mer info se hemsida På hemsidan kan du hitta lokala AA-möten på den ort du bor.

Tänk efter i vilket sällskap du berusar dig. Folder till nyblivna föräldrar (Folkhälsomyndigheten)

Folkhälsomyndigheten - Tänk efter i vilket sällskap du berusar dig

Hälsotorget

Hjälp med levnadsvanor

På Hälsotorget kan alla besökare få inspiration och stöd till förbättrade levnadsvanor genom kortare enkla råd eller längre rådgivande samtal. Hälsotorget erbjuder dig samtal om levnadsvanor gällande tobak, sömn, stress, fysisk aktivitet, matvanor, alkohol och psykisk ohälsa. Det finns grupper för dig som vill ha bättre sömn, som vill sluta med tobak eller för dig som vill prova stavgång.

För mer info se hemsida

Kopians giltighet garan… …skriftsdatumet

Spelberoende

Stödlinjen

Första hjälpen vid spelproblem. Speltest, självhjälp och stödlinje via telefon. Info till yrkesverksamma.
Telefon: 020-819 100, telefontider finns på hemsidan.
För mer info se hemsida

Spelfriheten

Information och stöd till spelberoende, anhöriga och yrkesverksamma.
Telefon: 08-37 43 00, dygnet runt, året om.
Chat via hemsida.
För mer info se hemsida

Spelberoendegruppen

Riksorganisationen för spelberoende och anhöriga. Lokalförening i Gävle och distanshjälp.

- Kontakt: 072 – 366 76 76 (Ej SMS) telefontider finns på hemsidan.
- SMS-telefon: 070- 3210 365 (EJ SAMTAL) Till detta nummer kan du skicka ett SMS till oss dygnet runt om steget att ringa oss känns för stort och vi besvarar snarast möjligt!
- Övrig tid kan du ringa vår röstbrevlåda och prata in ett meddelande. Vi kontaktar dig då så snart vi har möjlighet närmsta vardag. Röstbrevlåda: 073 – 408 90 34 (Ej SMS)
- Email för dig som söker hjälp: hjalp@spelberoendegruppen.com
  För mer info se hemsida

Spelberoendes riksförbund

Spelberoendes riksförbund är en partipolitisk och religiöst obunden sammanslutning av föreningar för spelberoende och anhöriga som vill verka för att förebygga och avhjälpa spelberoende.
För mer info se hemsida

Spelpaus

Spelinspektionens nationella självavstängningsregister. Här kan du stänga av dig själv från all form av spel under olika tidsperioder eller tills vidare.
För mer info se hemsida

Relationsproblem

Familjerådgivning, Hudiksvalls kommun

Alla människor kan någon gång få problem i sina nära relationer. Då kan familjerådgivning vara ett sätt att komma vidare. Familjerådgivningen hjälper makar, sambor och familjer som har problem och svårigheter i sina parförhållanden eller andra nära relationer.

För mer info se hemsida

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

Våld i nära relation

Polisen

Telefon: 114 14 eller 112 dygnet runt

Hudiksvalls kommun, våld i nära relationer

Vi på Centrum mot våld i nära relation vänder oss till dig som är bosatt i Hudiksvalls kommun och som:

- Lever eller har levt i relation där du har varit utsatt för olika former av våld
- Har någon i din närhet som är utsatt eller utövar våld i en nära relation. Det kan tillexempel vara som vän, arbetskamrat eller arbetsgivare
- Utövar eller har utövat våld i nära relation.

  För mer info se hemsida

Vändpunkten

Kvinno- och tjejjour i Hudiksvall och Nordanstig

För mer info se hemsida

Kvinnojouren Stöttan

Till oss på Kvinnojouren Stöttan kan du vända dig när du vill prata med någon, få råd och stöd. Hos oss möter du förståelse och hjälp till självhjälp. Det betyder att vi stödjer dig i dina egna beslut. Vi konfronteras dagligen i vårt arbete med våld i nära relationer. Vi har naturligtvis tysthetslöfte och du får vara anonym.
Telefon: 010-471 10 99
E-post: info@kvinnojourenstottan.se
För mer info se hemsida

Kvinnofridslinjen

Kvinnofridslinjen är en nationell stödtelefon för dig som utsatts för fysiskt, psykiskt och sexuellt våld. Du som är anhörig eller vän är också välkommen att ringa till oss. Vi har öppet dygnet runt och du kan ringa oss oavsett var du bor i Sverige. Ditt samtal kostar ingenting och syns inte på telefonräkningen.

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

Telefon: 020-50 50 50
För mer info se hemsida

Terrafem

Kvinnojour för utlandsfödda, 62 olika språk.
Telefon: 020-52 10 10, öppet dygnet runt, gratis och syns inte på telefonräkningen.
För mer info se hemsida

Somaya

Kvinno- och tjejjour. Hit kan du som är utsatt för våld få stöd, hjälp och vägledning på flera olika språk bland annat arabiska, engelska och persiska. Info till yrkesverksamma.
Telefon: 020-81 82 83, telefontider finns på hemsidan.
För mer info se hemsida

Jourtelefon för hedersförtryck (FÖR YRKESVERKSAMMA)

Telefon: 010-223 57 60, måndag till fredag, kl. 09:00-16:00.
För mer info se hemsida

Nationella manstelefonen

Mansjouren är ett forum för människor i behov av någon att tala med. Vår roll är att vara samtalsstöd åt i första hand män men vid behov även kvinnor.
Telefon: 08-30 30 20, telefontider finns på hemsidan.
För mer info se hemsida

Välj att sluta

Telefonlinjen för dig som riskerar att skada den du älskar
020-555 666, gratis, anonymt och syns inte på telefonräkningen. Telefontider finns på hemsidan.
För mer info se hemsida

Stödlinje för män

Försöker din partner kontrollera dig eller är du utsatt för hot och våld i din relation? Stödlinjen för män är öppen varje dag 7–21. Samtalet är gratis och du är anonym när du ringer. Ring 020-80 80 80.

För mer info se hemsida

Utskriftsdatumet garanterar ej att informationen är aktuell vid senare tillfälle än utskriftsdatumet

Rökning

Du kan vända dig till din hälsocentral för att få hjälp att sluta röka.

Du hittar din hälsocentral här: 1177 - Hitta vård

Hälsotorget Hudiksvall

Telefon: 0650-92479

För mer info se hemsida

Sluta röka-linjen

Stöd via telefon, chatt och hemsida
Telefon: 020-84 00 00, telefontider finns på hemsidan.
För mer info se hemsida
YRKESVERKSAMMA kan skicka hänvisningsblankett så tar Sluta röka-linjen kontakt med patienten: För vårdgivare

1177 hjälp att sluta röka

1177 - Hjälp att sluta röka

Brand

Myndigheten för samhällsskydd och beredskap (MSB)

Hemsida: Myndigheten för samhällsskydd och beredskap

Giftinformation

Giftinformationscentralen OM AKUT 112

Telefon: 010-456 67 00, dygnet runt
Hemsida: Giftinformation

Aktiviteter för barn

Helgebiblioteken. Evenemang och sagostunder för barn.

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

Mer information om biblioteken i länet hittar du här

Evenemangskalender där du själv kan välja ort

Direktlänk till barnsidan

Kalendarium barnaktiviteter i Hudiksvall

För mer info se hemsida

Barn 0-5 år med förälder, Svenska kyrkan Hudiksvall

Drop-in för föräldrar med barn. Sång, lek, pyssel och fika (till självkostnadspris). Vi avslutar med andakt. Ingen anmälan.
Mer info: För mer info se hemsida

Barnrytmik, Forsa kyrka

Ditt barn och du är varmt välkomna till rytmiken i Forsa-Högs församling. Vi har en samling där vi sjunger, spelar, dansar, vandrar, skakar och hoppar runt. Innan fikat tar vid avrundas det med en liten ljusstund med stillhet, tankar och böner.

För mer info se hemsida

Babysång, Kyrkis och Fredagsmys, Svenska kyrkan Dellenbygden

Öppet hus för barn och föräldrar. Alla är välkommen i gemenskapen.

För mer info se hemsida

Café Världen

En mötesplats för integration

För mer info se hemsida

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

Öppna förskolor

Familjecentralen i Hudiksvall
Öppna förskolan För mer info se hemsida

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet