

## Kartläggning föräldrastödjande verksamheter, kontaktlista Hofors - Hälso- och sjukvård Region Gävleborg

### Innehåll

Barn som far illa .....	2
Ekonomisk utsatthet.....	2
Nedstämdhet, oro & stress hos förälder.....	3
Föräldraskapsstöd.....	4
Missbruk/beroende.....	5
Spelberoende.....	6
Relationsproblem .....	7
Våld i nära relation .....	8
Rökning .....	9
Brand.....	9
Giftinformation .....	9
Aktiviteter för barn .....	10
Öppna förskolor.....	10

## 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)

---

### Socialtjänsten

Vid misstanke om att barn eller ungdom 0 – 18 år far illa.

Vänd dig till: IFO Familjeenheten

Postadress: Hofors Kommun, Granvägen 8, 813 81 Hofors

Telefon: 0290-290 00 (växel)

[För mer info se hemsida](#)

### Vid akuta problem efter kontorstid

#### Utanför socialtjänstens ordinarie öppettider

Råkar du ut för akuta problem efter kontorstid som inte kan vänta till [socialtjänstens ordinarie öppettider](#) kan du kontakta Socialjouren på telefonnummer **026-10 02 25**.

[För mer info](#)

## Ekonomisk utsatthet

---

### Ekonomiskt bistånd

När du som bor eller vistas i Hofors kommun och dina inkomster inte räcker till för att försörja dig och din familj, så har du möjlighet att få din rätt till bistånd/försörjningsstöd från kommunen prövad.

[För mer info se hemsida](#)

---

### Budget- och skuldrådgivning

**Välkommen till konsument Gästrikland.** Konsumentvägledning samt budget- och skuldrådgivning för bosatta i Gävle, Hofors, Ockelbo, Sandviken och Älvkarleby kommun.

[För mer info se hemsida](#)

---

**Konsumentverket, Hallå konsument!**

0771-525 525, [för mer info se hemsida](#)

[info@hallakonsument.se](mailto:info@hallakonsument.se)

---

**Migrationsverket asylsökande**

0771-235 235

[För mer info se hemsida](#)

---

**Svenska kyrkan Hofors församling**

Ekonomiskt bistånd & Akut diakoni

Församlingen har begränsade resurser att stödja ekonomiskt men Bergströmska fonden finns att ansöka ur för barnfamiljer och genom Akut diakoni finns möjlighet att ansöka om en "matkasse".

[För mer info se hemsida](#)

---

**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](#)

---

**Allmänpsykiatrisk mottagning Gävle**

Lasarettsvägen 1, Gävle

Telefonnummer: [026-15 46 01](#), se [HÄR](#) för telefontider

[1177 - Psykisk hälsa](#)

---

---

**Jourhavande präst, Svenska kyrkan**

Ring 112 vid brådskande ärenden. Chattforum finns på [denna länk](#)

---

**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](#)

---

**Svenska kyrkan Hofors församling**

I Svenska kyrkan vill vi finnas och stödja i livets svåra stunder. Kanske behöver du samtala i enskildhet med en präst som har tystnadsplikt.

[För mer info se hemsida](#)

---

**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](#)

---

**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](#)

---

## Individ- och familjeomsorg, Hofors kommun

### Familjeenheten

Familjeenhetens verksamhet består av:

- Barn och unga
- Familehemssekreterare
- Familjebehandlare
- Familjerättssekreterare

[För mer info se hemsida](#)

**Familjebehandling** – att tillsammans hitta utvägar.

Öppenvården Individ- och familjeomsorgen [För mer info](#)

---

### 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.

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 föräldrar. Vi arbetar förebyggande för vårdnadsfred och en god kommunikation mellan föräldrar och barn.

[För mer info se hemsida](#)

---

## Attention

Attention är ett förbund som sprider kunskap om neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF), påverkar beslutsfattare och erbjuder gemenskap.

[för mer info se hemsida](#)

Våra lokalföreningar hittar du [Här](#)

---

## Missbruk/beroende

1177

[1177 - alkoholberoende](#)

---

### Hofors kommun – Missbruk och beroende

Har du eller någon du känner problem med missbruk i form av alkohol, droger eller spel om pengar? Då kan du vända dig till kommunens Missbruksenhet som arbetar med missbruk och beroendefrågor.

[För mer info se hemsida](#)

---

### Anhörigstöd Hofors kommun

Till dig som är närstående.

Övriga familjemedlemmar tar ibland alltför stort ansvar för den som har ett beroende. Hela familjen drabbas när någon i familjen har problem med exempelvis alkohol.

[För mer info se hemsida](#)

---

### Alkoholhjälpen

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

[För mer info se hemsida](#)

---

### Hälsotorget

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](#)

---

### 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](mailto: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](#)

---

## Spelberoende

---

### Hofors kommun – Missbruk och beroende

Har du eller någon du känner problem med missbruk i form av alkohol, droger eller spel om pengar? Då kan du vända dig till kommunens Missbruksenhet som arbetar med missbruk och beroendefrågor.

[För mer info se hemsida](#)

---

### Stödlinjen

Första hjälpen vid spelproblem. Speltest, självhjälp och stödlinje via telefon. Info till yrkesverksamma.

Telefon: 020-819 100, öppettider 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 kontakter 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](mailto: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

Du som är vuxen och har problem i relationen med din partner, eller problem inom familjen, kan vända dig till Familjerådgivningen. Fokus är på relationen - både par, separerade par och familjer är välkomna.

Hur ni kommer i kontakt med Familjerådgivningen

Familjerådgivningen nås via [Gävle kommun](#).

## Våld i nära relation

---

### Polisen

Telefon: 114 14 eller 112 dygnet runt

### Hofors kommun

Socialtjänsten kan hjälpa den som behöver stöd att förändra sin situation. Du kan t ex få hjälp med råd och stödsamtal, hjälp att kontakta polis, sjukvård m flera. Hjälp i den akuta boendesituationen och ekonomiskt stöd.

[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](tel:010-4711099)

E-post: [info@kvinnojourenstottan.se](mailto: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.

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, öppettider 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, öppettider 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](#)

---

## Rökning

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

Du hittar din hälsocentral här: [1177 - Hitta vård](#)

---

### 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: [Här](#)

---

**1177 hjälp att sluta röka**

[1177](#)

## Brand

---

**Myndigheten för samhällsskydd och beredskap (MSB)**

[Myndigheten för samhällsskydd och beredskap](#)

## Giftinformation

---

**Giftinformationscentralen OM AKUT 112**

Telefon: 010-456 67 00, dygnet runt

Hemsida: [Giftinformation](#)

## Aktiviteter för barn

---

**Baby/barnrytmik och öppen förskola, Svenska kyrkan**

[Mer info](#) om Svenska kyrkans barnaktiviteter i Hofors.

---

**Hoforshallen, simhall**

[För mer info se hemsida](#)

---

**Bibliotek, Hofors och Torsåker**

Hofors bibliotek

Skolgatan11, Hofors

0290-77 15 40

Mail: [biblioteket@hofors.se](mailto:biblioteket@hofors.se)

Torsåkers bibliotek

Ligger i samma byggnad som Solberga skola

0290-77 15 88

Mail: [biblioteket@hofors.se](mailto:biblioteket@hofors.se)

[Mer information om biblioteken i länet hittar du här:](#)

[Evenemangskalender där du själv kan välja ort](#)

## Öppna förskolor

---

### Öppna förskolan, Hofors församling, Svenska kyrkan

Vi träffas en trappa ned i församlingshemmet. Barn 0-6 år med vuxens sällskap. Ingen anmälan! Vi träffas pratar, sjunger, leker och har trevligt tillsammans. Fika finns till självkostnadspris. Vi följer skolans lov.

[För mer info se hemsida](#)

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet