Upprättare: Carina E Jervström

Fastställare: Sophie Ryd

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

Innehåll

Barn som far illa 2
Ekonomisk utsatthet....2
Nedstämdhet, oro & stress hos förälder....3
Föräldraskapsstöd....5
Missbruk/beroende....7
Spelberoende....8
Våld i nära relation 9
Rökning 11
Brand....12
Giftinformation....12
Aktiviteter för barn 12
Öppna förskolor....13

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)

Socialförvaltningen, Ockelbo kommun

Kontakta socialtjänsten via kommunens växel eller vår reception. Du kan också göra en orosanmälan via e-post, men tänk på att du då inte är anonym.
Socialkontoret reception: 0297-555 67, Ockelbo kommun växel:0297-555 00

socialforvaltningen@ockelbo.se

Socialförvaltningen, Torggatan 7, 1 tr, 816 80 Ockelbo, Öppettider: Måndag-fredag 08:00-15:00 Lunchstängt 12:00-13:00

För mer info se hemsida

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 114 14 för att bli kopplad till socialjourens beredskap.

Vid akut anmälan när både socialtjänsten och socialjouren är stängs ring 112

Ekonomisk utsatthet

Ekonomiskt bistånd

Du som bor eller vistas i kommunen och har ekonomiska problem och inte kan försörja dig själv kan ansöka om socialbidrag/ekonomiskt bistånd.

0297-55567. Telefontider handläggare måndag-onsdag-fredag 8.30 - 9.30

För mer info se hemsida

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

Budget- och skuldrådgivning

Konsument Gästrikland tar emot besök som rör konsumentfrågor på stadsbiblioteket i Gävle. Drop in tisdagar och torsdagar kl. 9.00 -12.00.
Telefonnummer 026-17 50 50.

Budget- och skuldrådgivningens telefonnummer är 026 -175050.

Endast bokade besök.

För mer info se hemsida

Konsumentverket, Hallå konsument!

0771-525 525, för mer info se hemsida

info@hallakonsument.se

Postadress: Konsumentverket/KO
Box 41
651 02 Karlstad

Migrationsverket asylsökande

0771-235 235
För mer info se hemsida

Majblomman

Majblomman delar ut ekonomiskt stöd till barn i familjer där pengarna inte räcker till. Det kan handla om ett par fotbollsskor, ett barnkalas, avgiften till fritidsaktiviteter eller en jacka. Hur många barn som kan få hjälp beror på hur många majblommor som sålts. Arbetet med att fatta beslut om ansökningar görs av volontärer som är engagerade i Majblomman på sin fritid.

För mer info se hemsida

Kvaranteras endast utskriftsdatumet

Nedstämdhet, oro & stress hos förälder

1177 på telefon och webb

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

Diakoni Svenska kyrkan, Ockelbo församling

Vår uppgift är att ha tid och finnas till hands. Inga frågor eller tankar är för obetydliga eller dumma.

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

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

Dokumentets giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

Föräldraskapsstöd

Individ- och familjeomsorgen, Ockelbo kommun

För mer info se hemsida

Receptionen Socialförvaltningen
socialforvaltningen@ockelbo.se
Besöksadress: Torggatan 7
816 80 Ockelbo
0297-555 67

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

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

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 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 personer med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF) som adhd, autismspektrumtillstånd (AST), språkstörning och Tourettes syndrom.
Vi arbetar för att personer med NPF ska bli bemötta med respekt och få det stöd de behöver i skolan, på arbetsmarknaden och på fritiden. Vi arbetar också för att anhöriga ska få inflytande och avlastning.

Det finns 50 lokalorganisationer och mycket information på hemsidan som du hittar här:
https://attention.se/

Formens giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

Missbruk/beroende

Riskbruk och beroende, Ockelbo kommun

Har du eller någon i din närhet bekymmer med alkohol, droger eller spel om pengar? Socialtjänsten ansvarar för att kommunens invånare ska ha tillgång till såväl förebyggande insatser som annat stöd och behandling.

för mer info se hemsida

Alkoholhjälpen

Funderar du över dina eller någon annans alkoholvanor? Vill du göra en förändring? På Alkoholvanor kan du prata anonymt med professionella rådgivare och använda det stöd vi erbjuder på vår webbsida. I vårt forum kan du möta andra i liknande situation.

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 på i vilket sällskap du berusar dig

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

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

Spelberoende

Har du eller någon i din närhet bekymmer med alkohol, droger eller spel om pengar? Socialtjänsten ansvarar för att kommunens invånare ska ha tillgång till såväl förebyggande insatser som annat stöd och behandling.

Riskbruk & beroende - Ockelbo kommun

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

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

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, Gävle kommun

Ni som är vuxna och har problem i parrelationen kan vända er till oss. Familjerådgivningen arbetar även med relationsproblem mellan föräldrar och vuxna barn samt mellan vuxna syskon. Separerade par som vill samtala om sin relation är också välkomna hit. Handlar det om oenighet gällande vårdnad, boende eller umgänge hänvisar vi till Familjerättsenheten. Det kostar 100 kr/besökstid för er som bor i Gävle kommun, Ockelbo kommun, Älvkarleby kommun och Hofors kommun. Det kostar 200 kr/besökstid för er som bor i Sandvikens kommun.

Du kan boka en tid via telefon eller genom att lämna in uppgifter via e-tjänst. Telefon: 026-17 90 50, telefontid mån-fre 9.00 -9:30.

För mer info se hemsida

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

Våld i nära relation

Polisen

Telefon: 114 14 eller 112 dygnet runt

Ockelbo kommun

Våld i nära relation

Tveka inte att kontakta oss på Individ- och familjeomsorgen om du upplever våld eller om du utsätter andra för våld. Det finns hjälp att få.

Utsätter du någon? Är du rädd för att du ska gå över gränsen eller känner att du har svårt att behärska din ilska? Ett kontrollerande eller våldsamt beteende går att förändra.

Vi erbjuder individuellt utformat stöd oavsett kön och stödet kan rikta sig både till den som blivit våldsutsatt samt den som utövar våld.

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.
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

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatum

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

Stödlinjen 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

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

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, mån-tors 9-19, fre 9-16.
För mer info se hemsida
YRKESVERKSAMMA kan skicka hänvisningsblankett så tar Sluta röka-linjen kontakt med patienten: För yrkesverksamma

---

1177 hjälp att sluta röka

1177 - Hjälp att sluta röka

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

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.

Mer information om biblioteken i länet hittar du här

Evenemangskalender där du själv kan välja ort

Ockelbo simhall och friskvårdscenter

Simhall. För mer info se hemsida

Barn- och familjeverksamhet, Svenska kyrkan

Svenska kyrkan erbjuder en mängd olika mötesplatser för barn, unga och föräldrar.
I Ockelbo finns t.ex. Musiklek, Babyöppet och Kyrkis.

För mer info se hemsida

Familjecentralen, Ockelbo

Familjecentralen i Ockelbo var en av de första i västra Gästrikland. Den drivs i samarbete med Ockelbo kommun och Region Gävleborg. Familjecentralen arbetar med förebyggande friskvård. Vi träffas redan när ni väntar barn, sedan fortsätter vi att träffas tills ert barn börjar skolan. Vi vill att du och din familj ska känna er trygga och väl omhändertagna hos oss.

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet

För mer info se hemsida

Öppna förskolor

Familjecentralen, Ockelbo

Den öppna förskolan är familjecentralens hjärta och centrum. Hit kan ni komma för att leka, lära, få stöd i föräldraskapet och lära känna andra familjer i området. Ni kommer och går som det passar er under öppettiderna, ingen anmälan behövs. Här arbetar förskollärare och ibland finns det planerade aktiviteter som är frivilliga att delta i, exempelvis sångstunder. Du har själv ansvar för barnet när ni är här. På öppna förskolan kan du även träffa de andra som arbetar på familjecentralen. Då kan du passa på att ställa frågor om det är något som du undrar över.

Öppna förskolan ligger i familjecentralens lokaler på;
Sjöängsvägen 26 i Ockelbo

För mer info se hemsida

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet