

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

Innehåll

Barn som far illa	2
Ekonomisk utsatthet	2
Nedstämdhet, oro & stress hos förälder	3
Hälsotorget	4
Föräldraskapsstöd	5
Missbruk/beroende	6
Hälsotorget	7
Spelberoende	7
Relationsproblem	8
Våld i nära relation	9
Rökning	10
Brand	10
Giftinformation	10
Aktiviteter för barn	11

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, Ovanåkers kommun

Du kan ringa socialsekreterarna genom kommunens växel, 0271-570 00.

Du kan även skicka [e-post](#). En anmälan via post skickas till:

Ovanåkers kommun

Socialtjänsten

828 80 Edsbyn

[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 112 för att bli kopplad till socialjourens beredskap.

Hemsida: [Bollnäs kommun-kontakt för akut hjälp](#)

Ekonomisk utsatthet

Försörjningsstöd, Ovanåkers kommun

Du ansöker om ekonomiskt bistånd genom att själv ta kontakt med försörjningsstödsenheten. Detta gör du genom att ringa.

Socialsekreterarna Tfn 0271-570 00 växel.

E-post socialtjansten@ovanaker.se

[För mer info se hemsida](#)

Budget- och skuldrådgivning

För frågor eller tidsbokning

Budget- och skuldrådgivare

Tfn 0271-570 00 vx

Telefontid: Måndag, onsdag-fredag kl. 08:30-09:30

Besöksadress: Västra Centralgatan 15 A, 828 80 Edsbyn

[För mer info se hemsida](#)

Konsumentverket, Hallå konsument!

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](#)

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](#)

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

Bollnäs, Heden 110, 821 31 Bollnäs

Telefonnummer: 0278-383 68, för öppettider och mer info [se 1177.se](https://se.1177.se)

Diakoni, Svenska kyrkan

Vi har ett gott samarbete med kommunen i olika projekt. Vi har även genom EDA (Edsbyns diakonala arbete) ett samarbete med andra kyrkor i bygden.

Vi som arbetar inom diakoni har tystnadsplikt och vi för inga journaler. Diakonerna finns till hands för enskilda samtal under tystnadsplikt i andliga och sociala frågor.

[Mer info och kontaktuppgifter](#)

Jourhavande präst, Svenska kyrkan

Ring 112 vid brådskande ärenden, chattforum finns söndag till torsdag kl. 20-24 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](#)

Hälsotorget

Hälsotorget finns till för dig som invånare i Gävleborgs län. Hälsotorget har sina

verksamheter vid sjukhusets huvudentréer i Gävle och i Hudiksvall samt på Tullhuset i

Gävle. Hälsotorget är en central servicefunktion med hälsan i fokus.

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

Ovanåkers kommun

[Här kan du se vilket stöd Ovanåkers kommun har att erbjuda](#)

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](#)

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

Riksförbundet Attention är en 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 ökat inflytande och avlastning. I vårt [intressepolitiska program , skolplattform och arbetsmarknadsplattform](#) kan du läsa mer om de frågor som vi driver. En stor del av vårt arbete bedrivs i projekt.

<https://attention.se/>

Det finns 60 lokalorganisationer som du hittar här:

[Gävleborgs län - Riksförbundet Attention](#)

Missbruk/beroende

Anhörigstödet Ovanåkers kommun

Anhörigstödet i Ovanåkers kommun finns till för att underlätta för dig som stödjer, hjälper eller vårdar en närstående. Som anhörig är du ovärderlig men ibland behöver också du få stöd. Anhörigstöd kan ges både tillfälligt och mer regelbundet. Anhörigstödet är individanpassat. Anhörigstödet omfattar alla åldersgrupper och verksamheter inom socialtjänsten. Det kostar ingenting att prata med oss eller besöka oss. Du kan vara anonym och vi har tystnadsplikt.

Anhörigsamordnare:

Tfn 0271-571 01, måndag-fredag kl. 08.00–16.00

E-post anhorigstod@ovanaker.se

Anhörigstödjare: 0271-571 05

Besöksadress: Gyllengården, Gyllenvägen 26, 828 33 Edsbyn

[Mer info finns på hemsidan.](#)

Alkohollinjen

Erbjuder stöd till förändring, till dig som funderar över dina egna alkoholvanor eller som påverkas av någon annans alkoholvanor.

Telefon: 08-84 44 48, mån-tors 11-19, fre 11-16.

[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

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](#)

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 Ovanåkers kommun

Familjerådgivningen vänder sig till par, föräldrar och familjer som behöver hjälp i olika samlevnadsfrågor. Vår främsta uppgift är att bedriva samtal med vuxna.

För att komma till familjerådgivningen behöver du boka tid.

Telefon [0278-255 00](tel:0278-25500).

Om vi inte svarar lämna ett meddelande i vår röstbrevlåda så ringer vi upp dig.

Adress: Collinigatan 2, Bollnäs

[För mer info se hemsida](#)

Våld i nära relation

Polisen

Telefon: 114 14 eller 112 dygnet runt

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

[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

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](#)

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 vårdgivare](#)

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 finns här](#)

Alfta sim- och sporthall

Simhallen i Alfta är en mindre, centralt placerad anläggning med två bassänger och bastu.

Långgatan 67

822 30 Alfta

Tfn: 0271-572 79

[Mer info och öppettider](#)

Edsbyns simhall

Simhallen i Edsbyn är en centralt placerad anläggning med en stor 25 meters bassäng samt en mindre barnbassäng.

Sporthallsvägen 9

828 33 Edsbyn

[För mer info se hemsida](#)

Barngrupper, Svenska kyrkan

Svenska kyrkan i Alfta-Ovanåkers församling erbjuder aktiviteter för barn, bland annat barntimme och kyrkis med baby/barnsång.

[För mer info se hemsida](#)

Information

12(12)

Dokumentnamn: Kartläggning föräldrastödjande verksamheter, kontaktlista Ovanåker - Hälso- och sjukvård Region Gävleborg

Dokument ID: 06-470082

Giltigt t.o.m.: 2025-10-13

Revisionsnr: 6

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdatumet