



LVS Lotsen

2016

*En sammanställning över
vart du kan vända dig
för råd och stöd.*

I denna broschyr har vi sammanställt resurser som finns för dig som bor i Härryda kommun. Livslotsen är inte heltäckande, men förhoppningen är att den ska vara en lots till råd och stöd när du eller någon i din närhet behöver det.

Innehåll

För dig som har funderingar kring din fysiska hälsa.	2
För dig som har funderingar kring din psykiska hälsa.	2
För dig som behöver hjälp att göra din röst hörd...	3
För dig som är barn eller ungdom.....	4
För er som är par.....	6
För dig som är förälder.....	6
För dig som är kvinna.....	7
För dig som är brottsutsatt.....	8
För dig som upplever våld och hot i nära relationer.....	8
För dig som har funderingar kring sexualitet.....	9
För dig som har funderingar kring alkohol, narkotika och spel.....	10
För dig som har funderingar kring ätstörningar.....	11
För dig som behöver hjälp i din vardag.....	11
För dig som är äldre.....	12
För dig som har tröttnat på livet.....	12
För dig som vårdar en anhörig.....	12
För dig som mist en närstående.....	13
För dig som behöver ekonomisk/juridisk rådgivning.....	14
För dig som är nyanländ.....	14
För dig som är hemlös.....	14

* = Organiserar av Härryda kommun



–Livskraften–

Vill du ha inspiration kring hälsa?
Genom Livskraften erbjuds massor
av aktiviteter och gemenskap.
harryda.se/livskraften • 031-724 84 18

För dig som har funderingar kring din fysiska hälsa

Akut vård.....112

1177 Vårdguiden

Råd om vård och hälsa dygnet runt.....1177
Webb: 1177.se

Vårdcentraler

Genom vårdcentralen kan du få hjälp med de vanligaste sjukdomarna. Vårdcentralen erbjuder även hälsosamtal kring ex. alkohol, tobak, kost och motion. Du kan själv välja vilken vårdcentral du vill vara listad på.

Närhälsan Hindås..... 010-473 38 90
Närhälsan Landvetter..... 010-473 37 00
Närhälsan Mölnlycke..... 010-473 36 10
Crama vårdcentral..... 031-68 14 00
Hälsans Hus vårdcentral..... 031-91 90 50
Rävlanda vårdcentral.....0301-452 55
Primärvårdsakuten, Mölndals sjukhus.
Mån-fre 17-22, lör-sön 9-15.....031-343 10 75

Västra Götalandsregionen

På Västra Götalandsregionens webbplats under rubriken Vård och hälsa finns information om olika typer av vård.
Webb: vgregion.se

För dig som har funderingar kring din psykiska hälsa

Vuxenpsykiatriska öppenvårdsenheten

Specialistmottagning för dig 18-67 år med uttalade psykiska besvär som inte kan behandlas inom primärvård och som inte behöver sjukhusvård. Endast tidsbeställda besök, företrädesvis via remiss från ex. vårdcentral.
Kontaktpunkt psykiatri telefontid mån-fre 7.30-17.
.....031-343 63 00

Socialtjänstens kontaktcenter*

Ansvarar för att informera om det stöd och service som personer med psykiska funktionshinder har rätt till genom kommunens omsorg.....031-724 62 00

Nationella hjälplinjen

Erbjuder kris- och stödsamtal. Du kan ringa för egen del eller som närstående. Samtalet kan hjälpa dig att sortera tankar och känslor. Du kan vara anonym. Kostnadsfritt. Alla dagar 13-22.....020-22 00 60
Webb: 1177.se/hjalplinjen

Röda Korsets telefonjour

I ett pressat läge behöver man ibland få prata med en förstående medmänniska och kanske få några ord på vägen. Sön-tor 15-21..... 0771-900 800

Svenska kyrkan

Behöver du prata med någon? I kyrkorna finns personer som har detta som sin speciella uppgift. Du kan vända dig till diakoner och präster för samtal om frågor i livets olika skeden. De har tystnadsplikt.

Diakon i Björketorps församling
(Rävlanda, Hällingsjö, Hindås).....0301-442 71
Diakon i Landvetter församling.....031-97 71 13/14
Diakon i Råda församling.....031-338 21 14

Jourhavande präst 112

Öppen för dig som behöver någon att prata med. De som svarar är präster från Svenska kyrkan som har tystnadsplikt. Du behöver inte tillhöra Svenska kyrkan för att ringa. Varje dag 21-06..... 112
Chatt: mån-tor 20-24
svenskakyrkan.se/jourhavandeprest/chatta

Jourhavande medmänniska

För dig som skulle behöva någon att tala med – någon som lyssnar. Du kanske har något problem som bekymrar dig, eller så kanske du bara vill höra en röst innan du går och lägger dig. Alla dagar 21-06.
.....08-702 16 80

NSPHiG Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa i Göteborg

Har du eller någon närstående psykisk ohälsa eller en psykiatrisk diagnos och vill få stöd av andra i samma situation? NSPHiG är ett nätverk för 19 patient- brukar- och anhörigorganisationer inom det psykiatriska området.
Webb: nsphig.se

För dig som behöver hjälp att göra din röst hörd

Taltjänst

Tolkservice för personer med funktionsnedsättning som rör röst, tal eller språk. Erbjuder tal-, läs- och skrivstöd.
Taltelefon:0771-700 900
Texttelefon:0771-700 901

Samverkan, Föreningar, Funktionsnedsättning (SFF)

Samverkansorganisation för föreningar i Härryda kommun inom områdena hörsel, syn, rörelsehinder, psykiska funktionsnedsättningar, svårigheter att ta till sig information och allergier/överkänslighet.
.....031-338 53 75, 0738-00 72 12

Se även Socialtjänstens kontaktcenter på s. 2.

För dig som är barn eller ungdom

Barnavårdscentralen (BVC)

Här får du råd och hjälp i frågor kring ditt barns hälsa och utveckling. Vi tar emot friska barn men rådfråga oss gärna per telefon när ditt barn är sjukt.

Närhälsan Hindås..... 010-473 38 90
Närhälsan Landvetter..... 010-473 37 30/31/32
Närhälsan Mölnlycke.....010-473 36 15/16/17/18
Crama vårdcentral (Mölnlycke).....031-68 14 00
Hälsans Hus (Landvetter).....031-91 90 50
Rävlanda vårdcentral..... 0301-452 55

Elevhälsan*

Du som går i skolan och har frågor som rör dig själv, kompisar eller din familj kan alltid vända dig till elevhälsans skolsköterska, kurator, ungdomsarbetare, psykolog eller socialpedagog. Telefonnummer till kommunens skolor finns på harryda.se eller via växel.....031-724 61 00

Socialtjänstens kontaktcenter*

Ger allmän information om stöd och hjälp till dig som är barn eller ungdom. Hit kan du även vända dig om du far illa.....031-724 62 00

Ungdomsmottagningen Mölnlycke

Hit kan du som är upp till 25 år komma för att prata om relationer, självkänsla, livsstil, sexualitet, preventivmedel mm. Drop-in ons 15-18. I övrigt mottagning efter tidsbeställning. Telefontid mån-fre 11-12.....010-473 36 02

UMO

Här kan du som är 13-25 år hitta svar på funderingar kring sex, hälsa och relationer.
Webb: umo.se

Barn- och ungdomsmedicinsk mottagning (BUM)

Utredar, diagnostiserar och behandlar fysisk sjukdom hos dig som är upp till 18 år.....010-473 36 70

Barn- och ungdomspsykiatrisk mottagning (BUP)

Utredar, diagnostiserar och behandlar psykisk sjukdom hos dig upp till 18 år..... 031-343 93 21

Kraftkällan*

Vänder sig till dig mellan 6-20 år som har en nära anhörig som har eller har haft alkohol- eller andra drogproblem eller psykisk ohälsa. Även för dig som har skilda föräldrar med samarbetssvårigheter eller upplever våld i din närmiljö..... 031-724 85 07
Mail: kraftkallan@harryda.se

BRIS - Barnens Hjälptelefon

Du som är upp till 18 år kan anonymt ringa om vad som helst, om du råkar ut för något, oroar dig över något eller känner dig ensam. Det syns inte på din telefonräkning att du ringt. Tor-tis 14-21, ons 17-21.

..... || 6 || |

Webb med chatt: bris.se

Jourhavande kompis

Röda korsets chattjour för dig upp till 25 år.

De som sitter i jouden är själva unga och inga experter. De vill vara ett stöd, en första kontakt och en hjälp till självhjälp. Du kan vara anonym.

Mån-fre 18-22, lör-sön 14-18.

Webb med chatt: jourhavandekompis.se

Rädda Barnens centrum för barn och ungdomar

Erbjuder terapisaftal för dig som är barn eller ungdom och som:

- kommit ensam eller med din familj till Sverige, med eller utan uppehållstillstånd.
 - har föräldrar som är i konflikt om vårdnad, boende och umgänge.
 - är utsatt direkt eller indirekt av våld och övergrepp och har svårt att få hjälp.....08-698 90 00
- Mail: centrum@rb.se

Maskrosbarn

Riktat sig till dig som är ung och som växer upp med missbrukande eller psykiskt sjuka föräldrar.

Erbjuder bland annat chatt.

Webb: maskrosbarn.org

Kuling

Mötesplats med information, chatt och forum för dig som lever med en förälder med psykisk sjukdom.

Webb: kuling.nu

Tjejzonen

För dig som är tjej mellan 10 och 25 år. Chatta med äldre tjejer om vad som helst, du får prata om det som känns viktigt för dig och du kan ställa precis vilka frågor du vill.

Webb: tjejzonen.se

Killfrågor

Här kan du som ser dig som kille och är 10-18 år chatta med en vuxen volontär om vad du vill. Kanske är du glad, arg eller orolig för något? Du kan vara anonym.

Webb: killfragor.se



För er som är par

PREP - friskvård för parrelationen*

Kurs för er som vill stärka och bevara det positiva i er parrelation, utveckla förhållandet och få enkla redskap för en bättre kommunikation och förståelse för varandra.....031-724 84 18

Familjerådgivning*

Vänder sig till par, familjer och enskilda som har relationsproblem och är i behov av professionell hjälp för att reda ut sina svårigheter (utförs av KBT-gruppen i Göteborg på uppdrag av Härryda kommun).....031-15 00 80

För dig som är förälder

Familjecentral*/Öppen förskola

Familjecentraler/öppna förskolor är mötesplatser för familjer med barn 0-6 år. Här finns personer med olika kompetens och syftet är att erbjuda stöd för småbarnsfamiljer.

Familjecentralen Eken, Mölnlycke.....031-724 82 59

Familjecentralen Knuten, Landvetter...031-724 86 38

Öppna förskolan i Hindås..... 0301-212 01

Öppna förskolan i Rävlanda.....0732-70 52 70

Öppen förskola inom församlingar:

Härryda församlingshem.....031-977 113

Landvetter församlingshem.....031-977 113

Råda församlingshem.....031-338 21 19

Rävlanda församlingshem..... 0301-444 37

Folkhälsoenheten*

Viktiga Vuxna är samlingsnamnet för olika former av inspiration för dig som är förälder eller annan viktig vuxen, bland annat erbjuds föreläsningar och utbildningar i Aktivt Föräldraskap..... 031-724 83 97

Familjestödsenheten*

Erbjuder bland annat samtalsstöd i föräldrarollen enskilt, i par eller med hela familjen. Samlar vid behov viktiga personer runt familjen i ett nätverksmöte.....031-724 62 00

Socialtjänstens kontaktcenter*

Kan ge allmän information om stöd och hjälp till dig som är förälder.....031-724 62 00

Familjerätten*

Här kan du få information och rådgivning i frågor som rör skilsmässa, vårdnad, boende och umgänge kring barnen. Samarbetssamtal erbjuds till föräldrar som är oense om frågor kring de gemensamma barnen.....031-724 62 00

BRIS Vuxentelefon - om barn

Till vuxentelefonen kan du ringa när du behöver någon att prata med kring frågor och oro som rör barn. Du kan vara anonym..... 077-150 50 50
Webb: bris.se

Rädda Barnens föräldratelefon

Hit kan du vända dig med alla frågor som rör barn och föräldraskap och få stöd och hjälp med att sortera tankar och känslor.
Mån-fre 8-21, lör 13-16..... 020-786 786
Mail: foraldrar@rb.se

Minds föräldratelefon

Erbjuder hjälp och stöd i stora och små frågor när du som förälder känner dig villrådig, osäker, uppgiven eller frustrerad. Föräldratelefonen ger dig möjlighet att tänka tillsammans med någon. Du får vara anonym. Mån-fre 10-15.....020-85 20 00

1177 Vårdguiden

Här finns fakta, råd och stöd kring barns hälsa, utveckling, rättigheter, sjukdomar och vård. Sök på det som du är intresserad av att veta mer om.
Webb: 1177.se

För dig som är kvinna

Närhälsan Barnmorskemottagning

Hit vänder du dig för mödravård, preventivmedelsrådgivning, testa dig för könssjukdomar och för att ta cellprov. Finns i Mölnlycke och Landvetter.
.....010-47 33 609

Närhälsan Mölndal gynekologmottagning

Här arbetar specialister inom gynekologi tillsammans med barnmorskor och undersköterskor. Hit kan du komma för barnlöshet, inkontinensbesvär, klimakterierådgivning och andra gynekologiska besvär.
.....010-473 30 70

Kvinnojouren Fridborg

Erbjuder råd- och stödsamtal och skyddat boende för kvinnor och barn som upplever våld i en nära relation. Finns i Mölndal.....031-27 10 89

Terrafems Kvinnojour

Nationell jourtelefon för kvinnor och flickor med invandrabakgrund som är utsatta för våld i hemmet. Erbjuder stöd på många olika språk Du kan vara anonym..... 020-52 10 10
Webb: terrafem.org
Mail: infogoteborg@terrafem.org

Se även Våld i nära relationer på s. 8.

För dig som är brottsutsatt

Polisen

Ring Polisen om du är utsatt för brott eller ser ett pågående brott som till exempel misstänkt rattfylleri, inbrott eller misshandel..... 112

Brottsofferjouren Mölndal Härryda

För dig som har blivit utsatt för en kränkande handling mot person eller egendom eller annat brott. Genom BOJ kan du få någon att tala med, få råd och stöd, få hjälp i kontakten med myndigheter och försäkringsbolag, få hjälp med skadestandsfrågor och få stöd i samband med rättegång.
Lokalt..... 031-27 02 21
Nationellt.....0200-21 20 19

RFSL's Brottsofferjour

Telefonjour och stöd för hbtq-personer som utsatts för kränkningar, sexuellt våld, partnervåld, hot, trakasserier eller hatbrott. Anonymt och kostnadsfritt. Se webb för tel.tider.....020-34 13 16
Webb: rfsl.se/brottsoffer
Mail: boj@rfsl.se

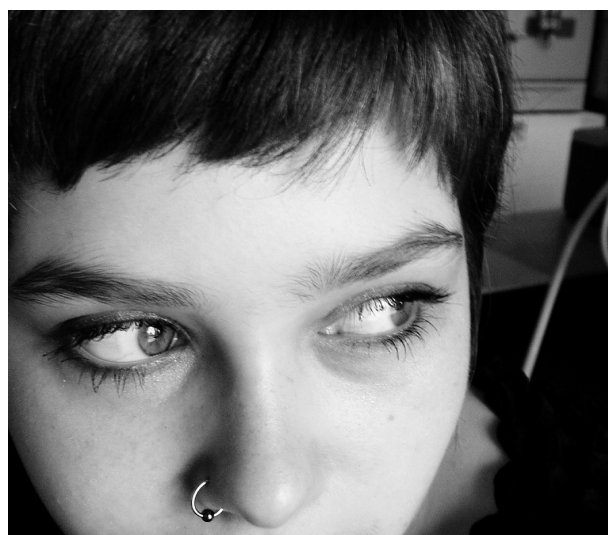
För dig som upplever våld och hot i nära relationer

Socialtjänstens kontaktcenter*

Känner du dig kontrollerad, isolerad eller kränkt i din relation? Hotar någon dig? Blir du slagen av någon i din familj? Då kan du få hjälp.
.....031-724 62 00

Socialjouren i Göteborg

Socialjouren ger dig akut hjälp på kvällar, nätter och helger. Vänd dig till socialjouren om du är utsatt för våld och behöver hjälp med råd och stöd eller skyddat boende..... 031-365 87 00



För dig som har funderingar kring sexualitet, könsidentitet, sexuellt överförbara infektioner och sexuella övergrepp

Se även Ungdomsmottagningen Mölnlycke och UMO på s 4.

RFSU - Riksförbundet för sexuell upplysning

Jobbar med sexualupplysning, utbildning och opinionsbildning kring sex och sexualitet.

På webbplatsen finns massor av information.

Webb: rfsu.se

Närhälsan Sexualmedicinskt centrum

Mottagning med fokus på sexuella frågeställningar utifrån medicinsk och psykioterapeutisk kompetens, för att främja sexuell hälsa.....031-346 06 80

RFSL's HBT-jour

Erbjuder råd och stöd om allt från funderingar kring sexuell tillhörighet till samlevnadsproblem eller ensamhet. Även du som är anhörig eller vän till en HBT-person är välkommen. Anonymt och kostnadsfritt. Mån, ons, sön 19-22.....0771-66 67 68
Webb: rfsl.se

Lokalavdelningen i Göteborg erbjuder kuratorsstöd031-788 25 14

Webb: rfsl.se/goteborg

Noaks ark direkt

Ger information och stöd till dig som har frågor som rör hiv eller andra sexuellt överförbara infektioner oavsett om du oroar dig för din egen skull eller för någon i din närhet. Anonymt och kostnadsfritt. Mån-fre 10-12..... 020-78 44 40
Webb: noaksark.org

KAST - köpare av sexuella tjänster

För dig som köper sexuella tjänster eller har funderingar kring sexköp. Även för dig som upplever att du har ett tvångsmässigt sexuellt beteende. Du som är anhörig är också välkommen att ringa. 031-367 91 95

HOPP - riksorganisationen mot sexuella övergrepp

För barn och vuxna som är eller har blivit utsatta för sexuella övergrepp. Även för dig som är anhörig och för dig som vill veta mer om sexuella övergrepp oavsett kön och ålder..... 0761-99 93 43
Mejl: info@hopp.org
Webb: hopp.org

För dig som har funderingar kring alkohol, narkotika och spel

Vuxnenheten*

Erbjuder hjälp och stöd till dig med missbruk och/eller beroende av alkohol och narkotika. Hjälpen kan vara vård- och behandlingsinsatser eller annat stöd. 031-724 84 30

Rådgivningsbyrå*

Erbjuder råd och samtalsbehandling till dig som dricker för mycket, missbrukar eller är beroende av alkohol. Är du anhörig till någon som har alkoholproblem kan du också få stöd och hjälp.031-724 67 41

Alkohollinjen

För dig som funderar över dina eller någon annans alkoholvanor. Rådgivning sker per telefon och är kostnadsfri. Du kan vara anonym.
Mån-tor 12-19, fre 12-17..... 020-84 44 48

Tänk Om

Webbsida för föräldrar med information om tonåringar och alkohol. Här hittar du fakta och tips.
Webb: tankom.nu

Drick sundare

Information om alkoholkonsumtion och hur kroppen påverkas finns på 1177.se, sök på "Drick sundare".

Cannabishjälpen

Webbplats som erbjuder stöd och hjälp till dig som berörs av cannabissmissbruk och dess effekter.
Webb: cannabisjalpen.se

Föräldraföreningen mot Narkotika (FMN)

Erbjuder råd och stöd till familjer som misstänker missbruk, eller där missbruk konstaterats bland barn och/eller andra anhöriga.
Lokalförening Göteborg.....031-12 89 01
Webb: fmn.se

Hassela Helpline

Jourtelefon för dig som oroar dig för att någon ungdom håller på att glida in i missbruk eller kriminalitet. Tar emot samtal på flera språk.
Mån-fre 10-16.....0200-220 555
Webb: hasselahelpline.se

Spelberoendes förening Göteborg

Erbjuder självhjälpgrupper och personlig rådgivning till dig som spelar om pengar eller har ett överdrivet dataspelande. Även för dig som är anhörig.

Pengaspel.....031-704 14 41
Dataspel..... 031-704 14 47

Spelberoendeteamet

Erbjuder KBT-behandling individuellt eller i grupp för dig som är över 18 år och har problem med spelande om pengar.....031-367 92 60

Stödlinjen för spelare och anhöriga

Erbjuder stöd och rådgivning via mail eller chatt för dig som har problem med spel om pengar och dig som är anhörig. Kostnadsfritt och anonymt.

Mån-fre 9-21 020-81 91 00
Webb med chatt: stodlinjen.se

För dig som har funderingar kring ätstörningar

Frisk & Fri

Riksföreningen mot ätstörningar

Erbjuder stöd till dig som lider av ätstörningar eller är närstående till någon som är sjuk. De som svarar har själva haft eller känner någon med ätstörningar. Se webbplats för tel.nr.

Webb med chatt: friskfri.se

Mail: goteborg@friskfri.se (lokalavdelning Gbg)

Anonyma överätare

För dig som äter tvångsmässigt, dvs är överätare, underätare, hetsätare, bulimiker mm. Tvångsmässigt kan man vara även om man är normalviktig, tycker att man "bara tröstäter" eller identifierar sig som anorektiker/lider av anorexia. Anordnar möten bla i Göteborg.

Webb: oasverige.org

För dig som behöver hjälp i din vardag

Socialtjänstens kontaktcenter*

Ger information om vilken hjälp som kommunen kan erbjuda eller ansökan om exempelvis hemtjänst.031-724 62 00

Fixartjänst*

För dig som fyllt 75 år och behöver hjälp med inomhusarbete, ex byte av glödlampor, byte av proppar, byta gardiner, sätta upp tavlor eller till exempel hjälp med återvinning av sopor. En riskbedömning görs för att förebygga fallolyckor i hemmet. Tjänsten är kostnadsfri. Mån-fre 8-9.031-724 67 47

Se även God man/förvaltare på s 14.

För dig som är äldre

Äldresköterska

Du som är 65+ är välkommen att kontakta distriktssköterskorna på Närhälsans vårdcentraler; som har speciell kunskap om äldres hälsa. Se kontaktuppgifter på s. 2.

Minds äldretelefon

Vänder sig till dig som är 60+ och som mår psykiskt dåligt, till dig som är anhörig och till dig som känner dig ensam och vill ha någon att prata med. Äldretelefonen bemannas av volontärer som har fått specialutbildning i att bemöta äldre med psykiska problem. Mån-fre 10-15.....020-22 22 33

Se även För dig som behöver hjälp i din vardag på s. 11.

För dig som har tröttnat på livet

OBS! Om du misstänker att någon är på väg att ta livet av sig, kan du alltid ringa larmcentralen. Dygnet runt alla dagar.... 112

Minds självmordsupplysning

Erbjuder stöd och vägledning till dig som har självmordstankar och för dig som är anhörig. De volontärer som svarar har utbildning i självmordsförebyggande arbete.....90101
Webb med chatt: mind.se

Suicide Rescue

Arbetar aktivt för att förhindra självmord. Fokus är på barn, ungdomar, unga vuxna och HBTQ, men stöttar alla som har självmordstankar. Du som misstänker att någon tänker begå självmord eller du som själv funderar på att ta ditt liv kan vända dig hit. Mail: hello@suiciderescue.se

Webb: suiciderescue.se

Se även För dig som har funderingar kring din psykiska hälsa på s 2 och 3.

För dig som vårdar en anhörig

Anhörigstöd*

Finns till för att underlätta för dig som vårdar en anhörig i hemmet eller har en anhörig på något av kommunens äldreboenden. Du kan till exempel få egen tid till aktiviteter och sysslor eller delta på de aktiviteter som anordnas..... 031-724 65 46

För dig som mist en närstående

Sorgegrupper/leva vidare-samtal

Om någon som stod dig nära har dött så kan ditt liv påverkas av nya känslor och tankar. Svenska kyrkan erbjuder sorgegrupper och leva vidare-samtal för vuxna och för barn och familj. Ring för information om tid och plats. Kostnadsfritt.

- Björketorps församling.....0301-442 71
- Landvetter-Härryda församlingar.....031- 97 71 00
- Råda församling.....031-338 21 14
- Härryda kommun.....031-724 65 46

SPES Riksorganisationen för suicidprevention och efterlevandes stöd

Erbjuder råd och stöd till dig som är anhörig eller närstående till någon som tagit sitt liv.

Alla dagar 19-22.....08-34 58 73
Webb: spes.se

VIMIL - vi som mist någon mitt i livet

Ideell förening för dig som mist en närstående mitt i livet. Anordnar bla. träffar i Göteborg.

Webb: vimil.se

Riksförbundet för änkor och änkemän

Arbetar för att stödja änkor och änkemän i sorg genom samtal och rådgivning..... 08 791 90 70
Webb: efterlevande.se

Randiga huset

Hjälper barn och undomar som har eller kommer att förlora en viktig person i dödsfall. 0774-40 00 05
Webb: randigahuset.se

Spädbarnsfonden

Förening som stödjer föräldrar och anhöriga som förlorat ett barn.....031-387 57 57
Webb: spadbarnsfonden.se

Bouppteckning

Snarast efter ett dödsfall ska en bouppteckning göras och lämnas till Skatteverket. Bouppteckningen beskriver dödsboets tillgångar och skulder så som det var på dödsdagen.....010-577 96 00

Dödsboanmälan*

Om den avlidne saknar tillgångar kan du vända dig till socialtjänsten för att få hjälp med en dödsboanmälan.....031-724 62 00

Begravning

Begravningsbyråer informerar om och hjälper till med både borgerlig och kyrklig begravning. Sök i telefonkatalogen eller på internet.

För dig som behöver ekonomisk/juridisk rådgivning

Konsumentvägledning*

Erbjuder information och råd i konsumentfrågor ex. före ett köp eller vid reklamation av en produkt eller tjänst. Kostnadsfritt.....031-724 61 80

Budget- och skuldrådgivning*

För dig som har problem med din ekonomi och/eller med åtaganden och skulder som gått överstyr. Erbjuder rådgivning för att du ska kunna få en bättre ekonomisk situation samt hjälper till med ansökan om skuldsanering utifrån gällande regler. Tystnadsplikt, kostnadsfritt.....031-724 63 01

Försörjningsstöd*

Erbjuder hjälp och stöd i frågor som rör den egna ekonomin.....031-724 62 00

God man/förvaltare*

Den som på grund av sjukdom, försvagat hälsotillstånd, psykisk störning eller liknande förhållande inte själv kan sköta sina ekonomiska, juridiska eller personliga angelägenheter, har möjlighet att få hjälp av en god man/förvaltare. Överförmyndare i samverkan, Härryda, Kungsbacka, Mölndal och Partille.....031-315 18 80

För dig som är nyanländ

Flyktingmottagningen*

Har i uppdrag att samordna mottagandet för flyktingar som har fått uppehållstillstånd. Kommunen ansvarar för att förmedla bostäder och vägleda den första tiden. Kommunen svarar även för undervisning i SFI och samhällsorientering, samt för skola och barnomsorg mm.....031-724 62 00

Se även Rädda barnens centrum för barn och ungdomar på s 5.

För dig som är hemlös

Närhälsan Vårdcentralen Hemlösa

Här kan du träffa läkare, tandläkare, sjuksköterska och foterapeut. Ligger vid Colin Campbells plats vid Partihallarna i Göteborg. Ingen listning. Kostnadsfritt.....010-473 39 40

Socialtjänstens kontaktcenter*

Ger råd till dig som är hemlös och saknar tak över huvudet.....031-724 62 00

Många kriser klarar man av själv, men ibland känner man sig ganska ensam med sin oro och sina frågor. Då är det skönt att kunna ringa och diskutera sina frågor och bekymmer med någon som lyssnar och förstår, någon som har erfarenhet och kunskap och kan ge råd och hänvisningar.

I Livslotsen kan du hitta telefonnummer och webbadresser till olika verksamheter i kommunen, organisationer och föreningar i regionen samt flera rikstäckande alternativ för vidare information.

Livslotsen finns även på harryda.se. Där hittar du även mer information kring många av de kommunala verksamheterna.

LIVS
Lotsen