

Telefonnummer vid behov av hjälp

(med reservation för ändringar)

Vid olycka, sjukdom, brott		
Nödnummer	112	Används vid akuta nödsituationer då det är fara för liv, egendom eller miljö. En nödsituation är när du snabbt behöver hjälp från ambulans, räddningstjänst, polis, flyg-, sjö-, fjällräddning, jourhavande präst eller giftinformation.
Nationellt informationsnummer	113 13	Hit kan du vända dig för att ge och få information om större olyckor och kriser eller om du har generella frågor kring coronaviruset som inte handlar om sjukdomssymptom.
Polisen	114 14	Polisens nummer för alla ärenden som inte handlar om pågående eller nyligen inträffade brott och händelser.
Sjukvårdsupplysning	1177	Om du eller någon anhörig blivit sjuk och behöver rådgöra med en sjuksköterska eller om du vill få hjälp med att hitta rätt i vården.
Psykisk ohälsa, ensamhet		
Mind Självmordslinjen	90101	Självmordslinjen är till för dig som har tankar på att ta ditt liv eller har en närstående med sådana tankar. Öppet dygnet runt, varje dag. Vid akut självmordsrisk bör du ringa 112.
Livlinan Suicidprevention i Väst	0705-14 00 92	Är du på väg att tappa greppet om livet och känns allt hopplöst? Eller upptas dina tankar av svåra etiska dilemman? Då behöver du en annan människa. Tillgängliga tisdagar kl 13-16 och onsdagar kl 9-12.
Jourhavande medmänniska	08-702 16 80	Finns till för dig som behöver någon att tala med, någon som lyssnar under den tid på dygnet när många inte är vakna. Tar emot samtal alla dagar mellan kl 21-06.
Svenska Kyrkans SOS-telefon	0771-800 650	När du behöver dela det svåra i tillvaron med någon. SOS-telefonen är öppen vardagar kl 13-21 och lör-sön-helgdag kl 16-21 varje dag, året om.
För barn och unga		
Bris	116 111	Du som är under 18 år kan ringa för att få prata med en kurator om det du funderar mycket på eller det du behöver hjälp med. Telefonen är öppen dygnet runt.
Barn- och ungdomslinjen IVO	020-120 06 06	Du som har kontakt med socialtjänst eller sjukvård, eller bor på elevhem, har rätt att kontakta oss för att få information om dina rättigheter. Vardagar klockan 9-17. Övrig tid kan du lämna ett meddelande.

Inom funktionshinderområdet		
Förbundskansliet i Stockholm	08-420 030 50	Om du vill nå någon på Autism- och Aspergerförbundets kansli i Stockholm kan du ringa mån-tor kl 9-12.
Autismkonsulter Utbildningscenter Autism	08-420 030 50	Förbundet erbjuder alla medlemmar som har frågor kring autism extra stöd genom Utbildningscenter Autisms konsulter. Ni ges möjlighet att prata med en erfaren konsult som har autismspecifik kompetens. Telefontider (gäller ej helgdagar): Tisdag och torsdag kl 18.00 - 20.00
LaSse Brukarstödcenter	031-84 18 50	Finns till för alla som söker kunskap, information eller råd om livsvillkor och samhällsinsatser för personer med funktionsnedsättning. Kan bistå med är stöd vid ansökningar, överklaganden, kontakter med myndigheter eller assistansutförare. Öppet Måndag-fredag kl. 9-15. Lunchstängt kl. 12-13
Lots för barn och vuxna med funktionsnedsättning	031-367 98 08	Hos oss får du information och får svar på frågor om olika insatser inom funktionshinderområdet. Vi guidar dig till rätt verksamhet. Var än du bor i staden kan du vända dig till oss du kan ringa eller boka besök och behöver du tolk så bokar vi det. Måndag-fredag kl 8-16.30.
Individstöd Funktionsrätt Göteborg	031-24 03 18	Hos Funktionsrätt Göteborgs Individstöd kan du som bor i Göteborg få råd, stöd och vägledning i frågor som rör funktionshinder.
Övrigt		
Anhöriglinjen	0200-239 500	Behöver du råd och stöd i din situation som anhörig? Har du frågor om dina rättigheter? Vill du prata med en medmänniska? Telefontid: Mån-tis, tors-fre kl 10-15 Onsdag kl 18-21
Bris Vuxentelefon	077 - 150 50 50	Öppettider: vardagar kl 9-12. Vi som svarar är erfarna kuratorer som dagligen stöttar barn och unga som kontaktar Bris. Av oss får du stöd och vägledning om hur du kan förändra ett barns situation till det bättre.
Brottsofferjouren	0200-21 20 19	Alla brottsoffer, deras anhöriga och vittnen får stöd, råd och hjälp – om så önskas blir den hjälpsökande kontaktad av den lokala jourens stödpersoner för vidare personlig hjälp.
Giftinformation	010-456 67 00	Svarar på frågor om mindre akuta förgiftningar dygnet runt, året runt. Vid akuta fall, ring 112.
Kvinnofridslinjen	020-50 50 50	Kvinnofridslinjen är en nationell stödtelefon för dig som utsatts för fysiskt, psykiskt eller sexuellt våld. Deras uppgift är att lyssna, ge dig professionellt stöd och upplysa om var du kan få hjälp. De har tystnadsplikt och du kan välja att vara anonym.
Mind Föräldralinjen	020-85 20 00	Stödtelefon för dig som vill reflektera över din roll som förälder, är orolig för ditt barn eller ett barn i din närhet. Vardagar kl 10-15 samt torsdagkvällar kl 19-21.
Mind Äldrelinjen	020-22 22 33	Riktat sig till dig som mår psykiskt dåligt eller som längtar efter någon att prata med. Vardagar kl 8-19 och helger kl 10-16.