

# Hjelpetilbud for ungdom



**Alarmtelefon for barn og unge** tlf. 116 111.  
Gratis anonymt heldøgns tilbud.



**Helsestasjon for ungdom.** Jobber med ungdomshelse psykisk, fysisk og seksuell helse. Kan henvise videre til andre instanser. 16–21 år. Kontakt tlf: 900 93 544

**Skolehelsetjenesten.** Se skolens hjemmeside under: For elever- hjelp og rådgivning – skolehelsetjenesten. Hjelp ift fysisk, psykisk og seksuell helse og kan bidra i kontakt med andre hjelpeinstanser.

**Livskrisehjelpen** på legevakten Jan Liland (psykiatrisk sykepleier) kan kontaktes via nummeret til legevakten. Tlf: 116 117

**Distriktpsikiatriske senter (DPS).** Krever henvisning fra lege. Må bli henvist via fastlegen.

**Akutt ambulant team (AAT).** Lavterskel tilbud for ungdom over 18 år. Tilbyr vurderinger av pasientens psykiske helse i krise og akutte situasjoner. Ambulant akutt team i Stavanger: 51 91 00 84 / 957 45 203 (tefontid alle dager 9–21)

**Akutt ambulant ungdomsteam.** Rask og intensiv behandling til ungdom 13–18 år i akutte, alvorlige, psykiske kriser. Tlf: 906 59 810 Telfontid mandag til fredag 8.00–15.30

**PPT** (pedagogisk psykologisk tjeneste)  
Tlf: 51 92 17 00

**Mobbeombudet** i Rogaland fylkeskommune  
Ellen Fjermestad Tlf 916 73 343



**Overgrepsmottaket** Telefon: 902 40 200 (døgnåpent), evt 116117. (legevakten og spør etter overgrepsmottaket)

**Nok sørvest.** (tidligere smiso). Lavterskel hjelpetilbud for seksuelle overgrep. (holder til i Sandnes). Telefon: 51 97 19 00



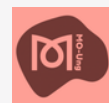
**ROS** (Rådgivning for spiseforstyrrelser) Et hjelpetilbud der tanker om mat og kropp tar for stor plass i livet eller man står nær noen med en spiseforstyrrelse. Telefon: 94817818



**Transkulturelt senter.** Et hjelpetilbud for flyktninger og asylsøkere som har opplevd traumer. Telefon: 51 51 40 17 Mobil: 41 59 91 46



**MO-ung.** Et tilbud til unge mellom 15–25 med rusproblemer med eller uten psykiske vansker og deres familier. Tilbudet er gratis. Telefon 969 43 218.



**Kompasset.** Terapi og rådgivning til unge mellom 14–35 år som har vokst opp i et hjem med alkohol eller andre rusproblemer. Telefon : 995 66 222 (avdelingsleder Håkon Hauge Johnsen)

**Uteseksjonen Stavanger.** Oppsøkende team som jobber med ulike tema ungdom ønsker å prate om, psykisk helse, skole, mobbing, alkohol og andre rusmidler, selvbilde og selvfølelse, hjemmeforhold, foreldre- og vennekonflikter, utfordringer i ungdomstiden og lignende. Telefon: 910 07 168



**Pårørendesenteret.** Et tilbud til barn og voksne som står nær en som er fysisk eller psykisk syk, har funksjonsnedsettelse eller et alkohol/rusmisbruk. Tlf: 51 53 11 11. Tilbudet er gratis og trenger ikke henvisning.



**Helsestasjonens familiesenter.** Lavterskel tilbud for barn, unge og foresatte som sliter i voksenrollen og/eller der ungdommen sliter med psykiske utfordringer Tlf: 51 50 80 98 og 952 75 211

**Innsatsteam for ungdom i Stavanger-** rask psykisk helsehjelp for ungdom 12–18 år. Jobber ambulerende. Kan også jobbe med hele familien. Vakt tlf: 457 38 538, som er bemannet fra kl. 08 – 20 mandag til torsdag, og fra kl. 08 – 15.30 på fredager

**Familievernkontoret.** Jobber med utfordringer og konflikter innad i familien og megler ved samlivsbrudd. Tlf: 51 53 81 50, åpent for alle, gratis.

**Krisesenteret.** Et tilbud for mennesker som er utsatt for vold i nære relasjoner  
Telefon: 51 53 06 23 (døgnåpent)

**Alternativ til vold.** Tilbud om behandling til alle medlemmer av familien; både utøvere av vold, voldsutsatte voksne og barn, og ungdommer med volds- og aggresjonsproblemer. Telefon: 51 93 43 43.

**ALTERNATIV TIL VOLD**

**Konfliktrådet:** Meklere i konfliktrådet legger til rette for at partene i en konflikt kan komme i dialog. Hensikten er at partene gjennom dialog kan finne fram til gode løsninger enten det gjelder å gjøre opp for konkrete lovbrudd, eller gjenopprette mellommenneskelige relasjoner. Metoden som brukes, kalles gjenopprettende prosess. Telefon: 53 01 43 79.



**Fellesverket.** Møteplass for unge 13–25 år med aktiviteter, leksehjelp, gratis middag, arbeidstrening og gatemekling.



**TIPS.** Tidlig oppdagelse av psykose. Rettet mot unge mennesker som er i ferd med å utvikle en alvorlig psykisk lidelse. Telefon: 51 51 59 59. Under tips ligger foreningen Velg å leve, som jobber med selvmordsforebygging.

