

VI STÅR KLARE FOR Å HJELPE

BARN, UNGE OG FORELDRE SOM TRENGER NOEN Å SNAKKE MED

ALARMTELEFONEN FOR BARN OG UNGE

116 111

HER FÅR DU SNAKKE MED EN VOKSEN SOM ØNSKER Å HJELPE DEG. RING OSS HVIS DU ELLER EN DU KJENNER, TRENGER HJELP. VOKSNE SOM ER BEKYMRET FOR BARN OG UNGE KAN OGSÅ RINGE.

116 111
ALARMTELEFONEN
for barn og unge

KORS PÅ HALSEN

800 333 21

KORS PÅ HALSEN ER ET SAMTALETILBUD FOR BARN OG UNGE OPP TIL 18 ÅR. HER FÅR DU SNAKKE MED EN VOKSEN DU KAN STOLE PÅ, OG SOM IKKE KAN SE HVEM DU ER.

K O R S
P Å H A L S E N

 Røde Kors

MENTAL HELSES HJELPETELEFON

116 123

HJELPETELEFONEN ER MENTAL HELSES GRATIS, DØGNÅPNE TELEFON TJENESTE FOR ALLE SOM TRENGER NOEN Å SNAKKE MED. DU KAN VÆRE ANONYM, OG VI HAR TAUSHETSPLIKT.



MENTAL HELSES FORELDRESUPPORT

116 123

FORELDRESUPPORT ER EN DØGNÅPEN TJENESTE FOR OMSORGSPERSONER SOM TRENGER HJELP ELLER VEILEDNING.



BARNEVERNEN NESODDEN

476 95 693

HAR DU BEKYMNING FOR ET BARN, ELLER TRENGER DU NOEN Å SNAKKE MED? TA KONTAKT MED BARNEVERNSTJENESTEN I NESODDEN KOMMUNE.



BARNEVERNVAKTEN I FOLLO

917 19 615

TELEFONEN ER BETJENT MANDAG-FREDAG KL. 15.00-08.00. DØGNÅPENT I HELGER OG PÅ HELLIGDAGER.