



NORSJÖ  
kommun

# Stöd och hjälp vid psykisk ohälsa

# Stöd och hjälp om du eller någon du känner drabbas av psykisk ohälsa

I denna guide kan du hitta information om verksamheter i Norsjö kommun som stödjer, hjälper och underlättar för den som drabbas av psykisk ohälsa.

Här finns telefonnummer, adresser och hemsidor som kan vara bra att ha när man behöver stöd.

Har du drabbats av psykisk ohälsa är det viktigt att du tar de kontakter som är nödvändiga. Du kan få stöd och hjälp i olika former för akut lindring, återhämtning och rehabilitering.

Denna guide riktar sig främst till vuxna som drabbats av psykisk ohälsa, men kan också vara till hjälp för anhöriga, närstående och andra som söker information.

Guiden finns tillgänglig på internet på Norsjö kommuns hemsida [www.norsjo.se](http://www.norsjo.se)

Denna guide uppdateras vartannat år och ansvarig för detta är Norsjö kommuns psykiatrisamordnare som kan nås via kommunens växel på 0918-140 00.

Guiden presenterades första gången februari 2016.  
Har du synpunkter eller har upptäckt några fel i informationsguiden så mejla gärna till [info@norsjo.se](mailto:info@norsjo.se) eller ring 0918-140 00.

# Innehållsförteckning

Jortelefoner - någon att prata med	4
Hälso- och sjukvård	7
Vuxenpsykiatri	9
Missbruk	10
Stöd i din vardag	11
Rådgivning och personligt stöd	13
Ekonomi	15
Arbete och sysselsättning	17
Utbildning	18
För barn och ungdomar	19
Om du är missnöjd med vården	21
Intresseföreningar	23
Länkar till hemsidor	25
Mina viktiga telefonnummer	26

# Jourtelefoner – någon att prata med

## Nationella Hjälpplinjjen

När du ringer till Nationella hjälpplinjjen får du tala med socionomer eller mentalskötare. Hos oss får du stöd och råd om hur du kan hantera din situation. Vi ger dig även hänvisning vart du kan vända dig.

Telefon: 020-22 00 60

Telefontid: alla dagar 13:00-22:00

Hemsida: [www.nationellahjalplinjen.se](http://www.nationellahjalplinjen.se)

## Jourhavande präst

Om du i ett akut skede känner att du behöver prata med en präst. På dagtid ringer du din lokala församling.

### Jourhavande präst

Telefon: 112

Telefontid: 21:00-06:00 varje natt

### Lokal församling, Norsjö församling

Telefon: 0918-100 09

I församlingen finns tre kyrkor: Norsjö, Bastuträsk och Petiknäs samt tre frikyrkor: Pingstkyrkan, Missionskyrkan och Åskyrkan.

## Samiska krisnätverket

Telefon: 063-10 12 30

Telefontid: 20:00-24:00 fredag och söndag

## SPES telefonjour

En jourtelefon för att förebygga självmord, och ett stöd till närstående när någon tagit sitt liv.

Telefon: 08-34 58 73

Telefontid: 19:00-22:00 varje kväll

Hemsida: [www.spes.se](http://www.spes.se)

## Jourhavande Medmänniska

Jourhavande medmänniska är vanliga medmänniskor som vill dela med sig av sin tid och sitt engagemang till dem som ringer och behöver stöd.

Telefon: 08-702 16 80

Telefontid: 21:00-06:00 varje natt

Hemsida: [www.jourhavande-medmanniska.com](http://www.jourhavande-medmanniska.com)

## Röda Korsets telefonjour

Till Röda Korsets telefonjour kan du ringa när du är ledsen eller orolig och behöver någon att prata med. Där finns utbildade frivilliga som tar emot ditt samtal.

Telefon: 0771-900 800

Telefontid: 14:00-22:00 varje dag

Hemsida: [www.redcross.se](http://www.redcross.se)

## Brottsofferjouren

För stöd och hjälp om du drabbats av brott, är vittne eller om du är anhörig till någon drabbad.

Telefon: 0200-21 20 19

Telefontid: 08:00-17:00 vardagar

Hemsida: [www.boj.se](http://www.boj.se)

## Kvinnojourens kvinnofridslinje

Kvinnjouren är en nationell stödtelefon för dig som utsatts för hot, våld eller sexuella övergrepp.

### **Kvinnojourens kvinnofridslinje**

Telefon: 020-50 50 50      Telefontid: dygnet runt, alla dagar

Hemsida: [www.kvinnofridslinjen.se](http://www.kvinnofridslinjen.se)

### **Guldstadens kvinnojour i Skellefteå**

Telefon: 070-355 79 64

Hemsida: [www.guldstadenskvinnojour.se](http://www.guldstadenskvinnojour.se)

## Mansjouren i Västerbotten

Mansjouren i Västerbotten riktar sig till såväl män som kvinnor och består av män som arbetar på ideell basis.

Telefon: 090-17 80 50      Telefontid: tisdag och onsdag 18:00-21:00

Telefon övrig tid: 070-257 43 13

E-postadress: [info@mansjouren.ac.se](mailto:info@mansjouren.ac.se)

Hemsida: [www.mansjouren.ac.se](http://www.mansjouren.ac.se)

# Hälso- och sjukvård

## Norsjö hälsocentral

Om du behöver hjälp med din fysiska och/eller psykiska ohälsa ska du i första hand kontakta hälsocentralen för att få en läkarkontakt. På hälsocentralen kan man även få kontakt med distriktssjuksköterska, diabetessköterska, sjukgymnast, kurator, arbetsterapeut eller psykiatrisjuksköterska.

Tidsbeställning: 090-785 91 16 (återuppringning)

SOS Alarm, telefon: 112

Barnmorskemottagning: 0918-312 12      Telefontid: 08:15-09:00

Kurator: 0953-142 16 (röstbrevlåda)

Arbetsterapeut: 0918-142 46      Telefontid: 08:15-08:45

Sjukgymnastik: 0918-312 15      Telefontid: 08:15-09:00

Akut telefon: 0918-253 70, vid akuta sjukdomsfall och övriga brådskande ärenden.

Adress: Storgatan 33, 935 32 Norsjö

E-postadress: norsjohalsocentral@vll.se      Hemsida: [www.vll.se/vc/norsjo](http://www.vll.se/vc/norsjo)

## Sjukvårdsrådgivningen i Västerbotten

När du är sjuk eller behöver ett medicinskt råd kan du ringa sjukvårdsrådgivningen. Då får du prata med en sjuksköterska som ger dig råd och gör en bedömning om du behöver uppsöka sjukvården för behandling.

Telefon: 1177 dygnet runt, alla dagar

Hemsida: [www.1177.se](http://www.1177.se)

## Reseservice – sjukresor

Reseservice kan du kontakta om du behöver hjälp med att ordna resan till sjukhuset eller till hälsocentralen.

Telefon: 0771-25 10 20

## Folktandvården Norsjö

Folktandvården utför barn- och vuxentandvård, och utför all slags tandbehandling av tänder och bett samt behandlingar med tandimplantat. Folktandvården hjälper patienter med tandvårdsrädsla och kan även erbjuda ett individuellt stöd om någon vill sluta snusa eller röka.

Telefon: 0918-312 30

Öppettid: måndag-torsdag 07:15-16:30 och fredag 07:15-12:15

Besöksdress: Storgatan 33, 935 32 Norsjö

Kontakt via webben: 1177 Vårdguidens e-tjänster / folktandvarden.norsjo@vll.se

## Har du en sjukdom eller funktionsnedsättning som påverkar dina tänder?

Hjälpen består av två delar:

Särskilt tandvårdsbidrag (STB) - för dig som på grund av sjukdom eller funktionsnedsättning har ett ökat behov av tandvård.

Tandvård vid långvarig sjukdom eller funktionsnedsättning - för dig som har stora svårigheter att sköta din munhygien eller genomgå tandvårdsbehandling.

Läs mer på [1177/se/tander](https://www.1177.se/tander)

Be sedan om hjälp med bedömning och intyg av din tandläkare eller läkare.

Sjukvårdsrådgivningen Västerbotten

Hemsida: [www.1177.se/tander](https://www.1177.se/tander)



# Vuxenpsykiatri

Vuxenpsykiatri i Norsjö är en del av Psykiatriska kliniken vid Skellefteå lasarett. Vuxenpsykiatrien vänder sig till personer som är över 18 år och träffar enskilda, par och familjer både på mottagningen och i hemmamiljö.

Psykiatrien erbjuder krisomhändertagande, psykoterapi, läkemedelsbehandling och utredningar samt hjälp vid rehabilitering för arbetsliv och vardagsliv. Det finns också barnombud på mottagningen. Har du drabbats av psykisk ohälsa är det viktigt att du tar de kontakter som är nödvändiga. Du kan få stöd och hjälp i olika former för akut lindring, återhämtning och rehabilitering.

Lätta psykiska problem: Vid psykiska problem som sömnsvårigheter, ångest, lättare depressioner eller sorgereaktioner ska man vända sig till sin hälsocentral. Är det på jourtid kan man vända sig till sjukvårdsrådgivningen för att få råd om egenvård. Rådgivningen har öppet dygnet runt, året runt och kostar som ett vanligt lokalsamtal. (Se kontaktuppgifter i rutan nedanför.)

Allvarliga eller akuta psykiska problem: Vid allvarligare psykiska problem, exempelvis psykos, djupa depressioner och självmordstankar kan man få vård och behandling vid en psykiatrisk klinik. Den som har allvarliga besvär kan direkt kontakta närmaste mottagning. Även anhöriga kan kontakta mottagningen. Det krävs ingen remiss. (Se kontaktuppgifter i rutan nedanför.)

## **Psykiatriska kliniken Skellefteå lasarett**

Växel: 0910-77 10 00

Receptionens öppettider: Måndag-torsdag 08:00-17:00, fredag 08:00-16:00

Rådgivning: 0910-77 19 00 Vardagar 13:00-15:00

Jourtelefon: 0910-77 19 19 Telefontid: 08:00-21:00

Efter kl. 21:00 kan du ringa 1177. Sjuksköterskorna på 1177 Vårdguiden bedömer ditt behov av vård, ger dig råd och vägleder till rätt vårdmottagning när så behövs.

Adress: Klockarbergsvägen 20, 931 86 Skellefteå

Ej patientrelaterade ärenden, e-post: psykiatriskelleftea@vll.se, psykiatri.kkbc@vll.se

Du kan också kontakta kliniken när det passar dig genom att använda 1177 Vårdguidens e-tjänster.

# Missbruk

## Norsjö kommuns socialtjänst och Rådgivningen Oden

Om alkohol eller droger blivit ett bekymmer för dig eller någon du känner kan du kontakta socialtjänsten för rådgivning. Du kan även kontakta Rådgivningen Oden i Skellefteå.

Det finns även en stödgrupp för barn och unga till föräldrar med missbruk.

På kommunens hemsida finns externa länkar till: Alkoholprofilen, Anonyma Alkoholister, Anonyma Narkomaner, AI-Anon (för anhöriga), Drogoportalen, Spelberoendets riksförbund.

### **Norsjö kommuns socialtjänst**

Telefon: 0918-140 00, växel

Besöksadress: Norsjö kommun, Storgatan 67, 935 81 Norsjö

Postadress: Norsjö kommun, 935 81 Norsjö

E-post: [info@norsjo.se](mailto:info@norsjo.se)

### **Rådgivningen Oden**

Telefon: 0910-73 65 54

E-post: [oden@skelleftea.se](mailto:oden@skelleftea.se)

# Stöd i din vardag

## Socialtjänsten

På kommunens socialkontor kan du få information om samhällets möjligheter till stöd. Du kan få hjälp att göra en planering av vilka stödinsatser som är lämpliga för dig.

Telefon: 0918-140 00, växel

Besöksadress: Norsjö kommun, Storgatan 67, 935 81 Norsjö

Postadress: Norsjö kommun, 935 81 Norsjö

E-post: info@norsjo.se

## Boendestöd

Du som bor i egen bostad kan få stöd och hjälp med boendestöd i ditt hem. Det kan till exempel vara stöd att klara hemsysslor och att utträta ärenden.

Om du ringer till socialkontoret får du prata med en handläggare som kan berätta mera om boendestöd och om socialtjänstens övriga stödinsatser.

Telefon: 0918-140 00, växel

Malin Berglund: 0918-141 28

Besöksadress: Norsjö kommun, Storgatan 67, 935 81 Norsjö

Postadress: Norsjö kommun, 935 81 Norsjö

E-post: info@norsjo.se

## Psykiatrisamordnare Norsjö kommun

Psykiatrisamordnaren är kommunens kontaktperson i frågeställningar som rör människor med psykiska funktionshinder, och kan svara på frågor och hänvisa till rätt person.

Telefon: 0918-140 00, växel

Anette Johansson: 070-526 54 69

Besöksadress: Norsjö kommun, Storgatan 67, 935 81 Norsjö

Postadress: Norsjö kommun, 935 81 Norsjö

E-post: info@norsjo.se

# Hemtjänst/matdistribution/trygghetslarm/boende

## **Hemtjänst**

Du som behöver stöd i hemmet på grund av sjukdom eller funktionshinder kan ansöka om hemtjänst till service och/eller personlig omvårdnad.

Ansökan gör du hos kommunens biståndsavdelning.

Biståndshandläggare: 0918-141 27      Telefontid: 09:15-10:00

Enhetschef för hemtjänst: 0918-141 10

## **Mat**

Om du inte kan laga din mat hemma kan du få mat distribuerad till hemmet om du bor i närheten av Norsjö eller Bastuträsk samhälle.

Biståndshandläggare: 0918-141 27      Telefontid: 09:15-10:00

## **Trygghetslarm**

Trygghetslarm kan göra att du känner dig säkrare i ditt hem. Du kan då komma i kontakt med personal i oförutsedda situationer.

Biståndshandläggare: 0918-141 27      Telefontid: 09:15-10:00

## **Boende**

Om du har omfattande behov av vård och omsorg och inte längre kan bo kvar hemma kan du ansöka om boende.

Biståndshandläggare: 0918-141 27      Telefontid: 09:15-10:00

# Rådgivning och personligt stöd

## Personligt ombud (PO)

Personligt ombud är ett kostnadsfritt stöd i kontakter med olika myndigheter för att den enskilde ska få den vård och service hen behöver och har rätt till.

Ett personligt ombud arbetar på uppdrag av den enskilde och är fristående från myndigheter. Det behövs inga remisser för att få ett personligt ombud.

Personligt ombud: Christel Eriksson      Telefon: 076-770 19 18

Besöksadress: Norsjö kommun, Storgatan 67, 935 81 Norsjö

Postadress: Norsjö kommun, 935 81 Norsjö

E-post: [christel.eriksson@norsjo.se](mailto:christel.eriksson@norsjo.se)      Hemsida: [www.poac.se](http://www.poac.se)

## Familjerådgivningen

Familjerådgivningen hjälper makar, sambor och familjer som har problem/svårigheter i sina parförhållanden eller andra nära relationer och funderar på att skiljas/gå skilda vägar. Ta gärna kontakt med familjerådgivningen i Skellefteå kommun.

### **Skellefteå kommun**

Telefon: 0910-73 50 00

Telefontid: vardagar 07:00-17:00

E-post: [familjeradgivningen@skelleftea.se](mailto:familjeradgivningen@skelleftea.se)

Besöksadress: Stadshuset, Trädgårdsgatan 6, Skellefteå

## Individ- och familjeomsorgen

Om du har frågor som handlar om möjligheten för föräldrar och barn att få hjälp när man har svårt att samarbeta om barnen kan kontakt tas med individ- och familjeomsorgen.

Telefon: 0918-140 00 (växel)

Telefontid: 09:15-10:00

## Anhörigstöd

Du som anhörig kan ibland behöva stöd, hjälp och tid för dig själv.

Telefon: 0918-142 97 eller 070-383 21 90

Ansökan görs via kommunens biståndshandläggare, växel: 0918-140 00

## Lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade (LSS)

Om du har ett stort och varaktigt funktionshinder så kan du söka rådgivning och annat personligt stöd enligt LSS, Lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade. Insatsen ska underlätta för dig med funktionshinder att leva ett gott och självständigt liv.

Det är du som behöver stöd och service som kan ansöka om insatsen.

### **Särskilt stöd och habilitering**

Skellefteå lasarett

931 86 Skellefteå

Telefon: 0910-77 10 00, växel

Assistent: 0910-77 49 30

Kontakt via e-tjänster på [1177.se](http://1177.se)

LSS-handläggare Norsjö kommun

Telefon: 0918-140 00, växel

Malin Berglund: 0918-141 28

Besöksadress: Norsjö kommun, Storgatan 67, 935 81 Norsjö

Postadress: Norsjö kommun, 935 81 Norsjö

E-post: [info@norsjo.se](mailto:info@norsjo.se)

# Ekonomi

## Ekonomiskt bistånd, försörjningsstöd och rådgivning

Har du svårt att klara din ekonomi och inte kan betala dina räkningar så kan du ansöka om försörjningsstöd eller ekonomiskt bistånd hos socialtjänsten. Du ansöker hos en socialsekreterare och biståndet är behovsprövat. Här kan du också få hjälp att komma i kontakt med budget- och skuldrådgivningen i Skellefteå.

Telefon: 0918-140 00 växel

Besöksadress: Norsjö kommun, Storgatan 67, 935 81 Norsjö

Postadress: Norsjö kommun, 935 81 Norsjö

E-post: [info@norsjo.se](mailto:info@norsjo.se)

## Konsumentvägledning

Norsjö samarbetar med Skellefteå kommun när det gäller konsumentvägledning. Det betyder att du som konsument kan kontakta konsumentvägledningen i Skellefteå när du behöver råd och stöd.

Vill du veta mer inför ditt inköp kan du även gå in på konsumentverkets hemsida [www.konsumentverket.se](http://www.konsumentverket.se)

Telefon: 0910-73 50 00, växel

E-post: [kundtjanst@skelleftea.se](mailto:kundtjanst@skelleftea.se)

Telefontid: vardagar 08:00-17:00

Hemsida: [www.konsumentverket.se](http://www.konsumentverket.se)

## Försäkringskassan

Försäkringskassan sköter de försäkringar och bidrag som ingår i socialförsäkringen. Försäkringskassan ger bland annat stöd till sjuka och funktionshindrade. Man kan till exempel söka sjukersättning, handikappersättning och bostadsbidrag/tillägg. Försäkringskassan kan också ge stöd vid rehabilitering för att man ska komma tillbaka till ett arbete. Kontakta Försäkringskassan för att då reda på vad som är möjligt för dig.

Det finns inget lokalt kontor i Norsjö kommun.

Kundcenter: 0771-524 524

Hemsida: [www.forsakringskassan.se](http://www.forsakringskassan.se)

## Skuldsanering

Med skuldsanering menas att en svårt skuldsatt person under vissa förutsättningar helt eller delvis kan befrias från skyldigheten att betala sina skulder. Ta kontakt med skuldrådgivare i Skellefteå om du vill veta mer om skuldsanering.

Telefon: 0910-73 50 00, växel

E-post: kundtjanst@skelleftea.se

## God man eller förvaltare

God man eller förvaltare kan utses av tingsrätten om någon på grund av sjukdom, psykisk ohälsa, eller liknande förhållande behöver hjälp med att sköta sin ekonomi och om det behövs kontakta myndigheter för att se till att man får det stöd man behöver. För att ansöka om god man eller förvaltare vänder man sig till kommunens överförmyndare.

### Överförmyndare

Telefon: 0918-141 70

## Kronofogdemyndigheten

Har du obetalda skulder eller om någon har en obetald skuld till dig kan du vända dig till Kronofogdemyndigheten. Där får du information och svar på dina frågor. Där kan du även få information om skuldsanering.

Telefon: 0771-73 73 00

Vardagar 08:00-18:00

Hemsida: [www.kronofogden.se](http://www.kronofogden.se)

## Insolvens

Insolvens är en förening som vänder sig till dig som är överskuldsatt eller till dig som sympatiserar med de svårigheter överskuldsatta möter i sin vardag. Med överskuldsatt menar vi de som över en längre tid har problem att betala alla sina räkningar och de som är på väg att hamna i en sådan situation.

Telefon: 054-250 11 80

Hemsida: [www.insolvens.se](http://www.insolvens.se)



# Arbete och sysselsättning

## Arbetsmarknadsenheten

Arbetsmarknadsenhetens ansvar är att samordna kommunens arbetsmarknadsåtgärder i nära samarbete med bland annat Arbetsförmedlingen, Förskringskassan och socialförvaltningen.

Du som är arbetssökande och inskriven på Arbetsförmedlingen eller någon annan myndighet kan få praktik och arbetsträning via arbetsmarknadsenheten.

Arbetsmarknadsenheten samordar även feriepraktik under sommaren för de elever som går ut årskurs 9.

Fredrik Eriksson, arbetsmarknadshandläggare

Telefon: 0918-140 80

Besöksadress: Storgatan 67, Norsjö

E-post: fredrik.eriksson@norsjo.se

## Knut'n

Knut'n är en kommunal verksamhet som vill främja människors psykiska och fysiska hälsa. Förutom att det är en mötesplats är det en secondhand-affär.

På Knut'n anpassas sysselsättningen/arbetet individuellt. Vill du få mer information är du välkommen in på ett besök eller kontakta oss via telefon.

Telefon: 0918-100 03

Besöksadress: Industrivägen 1, 935 32 Norsjö

E-post: knutennorsj@yahoo.se

# Utbildning

## Lärcentrum

Lärcentrum finns i alla länets kommuner och är också en plattform för samverkan mellan länets kommuner då det gäller det vuxna lärandet. Lärcentra verkar för att du som vuxenstuderande ska få ett så brett och varierat utbud som möjligt. Kunskap och utbildning är inte bara en nyckel till arbetsmarknaden utan också en viktig del i vår personliga utveckling.

Norsjö lärcentra finns i reducerad skala i samma lokaler som biblioteket och gymnasiet och kan erbjuda svenska för invandrare (SFI), grundläggande vuxenutbildning, kommunal vuxenutbildning (KomVux), yrkesvux samt lärlingsutbildning för vuxna.

Telefon: 0918-142 70 eller 072-510 29 05 (expedition)

Rektor för gymnasieutbildningen: 0918-142 75

Studie- och yrkesvägledare: 0918-141 83

Besöksadress: Skolgatan 26, 935 32 Norsjö

## Studieförbund

Norsjö kommun är en kommun med ett aktivt föreningsliv. Det finns flera studieförbund som håller i en mängd olika cirklar, utbildningar och träffar.

### **ABF Mitt i Lappland**

Telefon: 0918-107 55

E-post:

Besöksadress: Storgatan 49 935 32 Norsjö

ABFs studiecirklar och kulturarrangemang ska vara tillgängliga för alla. Du som har funktionshinder och behöver extra hjälp vid ABFs arrangemang, kontakta oss. Vi hjälper exempelvis till ekonomiskt om du behöver färdtjänst. ABF säljer HRFs batterier och slang till hörapparater.

### **Studieförbundet Vuxenskolan**

Telefon: 0918-108 96, 070-619 30 74 E-post: norsjo@sv.se

Besöksadress: Storgatan 50, 935 31 Norsjö

### **NBV**

Telefon: 070-654 28 70

# För barn och ungdomar

## Socialtjänsten i Norsjö

Man kan vända sig till kommunens socialtjänst för att få råd, stöd och hjälp i svåra situationer. Arbetet styrs av socialtjänstlagen och handlar om att stödja barn och ungdomar.

Telefon: 0918-140 00

Telefontid: 09:15-10:00

Besöksadress: Norsjö kommun, Storgatan 67, 935 81 Norsjö

Postadress: Norsjö kommun, 935 81 Norsjö

E-post: [info@norsjo.se](mailto:info@norsjo.se)

## Barn- och ungdomspsykiatriska mottagningen – BUP

Barn- och ungdomspsykiatrin vänder sig till barn och ungdomar i åldrarna upp till 18 år och deras familj. Verksamheten erbjuder bedömning, utredning och behandling för barn och ungdomar som har eller löper risk att utveckla allvarlig psykisk ohälsa. För att komma till mottagningen behövs remiss från hälsocentralen, barnhälsovården, ungdomshälsan eller skolan elevhälsa.

Telefon: 0910-77 19 20, följ instruktionerna

Telefontid: vardagar 08:00-17:00 Receptionen öppen 08:00-16:00

Besöksadress: Skellefteå lasarett 931 86 Skellefteå

## Skolhälsovården – barn- och elevhälsa

När det gäller barn i grundskolan kan man vända sig till kurator eller skolsköterska inom barn och elevhälsan på Norsjöskolan.

Skolsköterska, telefon: 0918-141 82, 076-141 27 18

## Jourhavande kompis

För dig som är ung och behöver någon att prata med finns jourhavande kompis.

Telefon: 020-22 24 44

Telefontid: måndag-fredag 18:00-22:00

Chatta på internet: [http://ungdomar.se/jourhavande\\_kompis.php](http://ungdomar.se/jourhavande_kompis.php)

Öppet: måndag-fredag 18:00-22:00, lördag och söndag kl. 14:00-18:00

## BRIS – Barnens rätt i samhället

Med BRIS kan du ringa, maila och chatta om vad som helst, ingenting är för stort eller för litet, för konstigt eller för vanligt. En vuxen på BRIS svarar i telefon, på ditt mail, eller chattar och du är alltid anonym.

Telefon: 116 111

Hemsida: [www.bris.se](http://www.bris.se)

## Svenska kyrkan och frikyrkorna i Norsjö kommun

Även du som ung kan i en svår livssituation ringa till Svenska Kyrkan.

### **Norsjö församling**

Diakon, telefon: 0918-257 52

Präst, telefon: 0918-257 60

E-post: [norsjoforsamling@svenskakyrkan.se](mailto:norsjoforsamling@svenskakyrkan.se)

# Om du är missnöjd med vården/omsorgen

## Landstingets Patientnämnd – för patienter och anhöriga

Om man är missnöjd med den vård eller behandling man får eller har fått bör man först ta upp problemet med den personal som man har kontakt med. Löser sig inte problemet kan man vända sig till ansvarig överläkare, familjeläkare eller verksamhetschef.

Känns det svårt eller obehagligt att tala direkt med läkare eller övrig personal kan man vända sig till patientnämnden. Det gäller även kommunens hälso- och sjukvård.

Telefon: 090-785 70 00, växel

Postadress: Patientnämnden, 901 89 Umeå

E-post: [patientnämnden@vll.se](mailto:patientnämnden@vll.se)

Hemsida: [www.vll.se/patientnämnden](http://www.vll.se/patientnämnden)

## Hälso- och sjukvårdens ansvarsnämnd – HSAN

HSAN är en statlig domstolsliknande myndighet som prövar så kallade behörighetsfrågor avseende legitimerad hälso- och sjukvårdspersonal.

Den som är eller har varit patient får göra anmälan till HSAN. Om patienten själv inte kan göra anmälan får anmälan i stället göras av en närstående.

Telefon: 08-700 08 00, växel

Postadress: Birger Jarlsgatan 16, Box 2218, 103 15 Stockholm

E-post: [registrator@kammarkollegiet.se](mailto:registrator@kammarkollegiet.se)

Hemsida: [www.kammarkollegiet.se/hsan](http://www.kammarkollegiet.se/hsan)

## Socialstyrelsen

Telefon: 075-247 30 00, växel

Hemsida: [www.socialstyrelsen.se/klagapavarden](http://www.socialstyrelsen.se/klagapavarden)

## Synpunkter, beröm, idéer och missnöjen

Du kan lämna in synpunkter, beröm, idéer eller missnöjen på Norsjö kommuns verksamhet. Information finns på hemsidan. Du kan också kontakta kommunens reception.

Telefon: 0918-140 00 växel

Hemsida för synpunkter, beröm, idéer och missnöjen: [www.norsjo.se/synpunkter](http://www.norsjo.se/synpunkter)

## Överklaga biståndsbeslut

Du kan överklaga biståndsbeslut till förvaltningsrätten. Du ska i överklagan skriva varför beslutet ska ändras och vilken ändring du vill ha. Du skickar ärendet till socialtjänsten som fattar beslutet.

Privatpersoner som vill klaga på vård och omsorg kan lämna tips eller anmäla klagomålet till Inspektionen för vård och omsorg (IVO).

### **Socialtjänsten Norsjö kommun**

Telefon: 0918-140 00, växel

Besöksadress: Norsjö kommun, Storgatan 67, 935 81 Norsjö

Postadress: Norsjö kommun, 935 81 Norsjö      E-post: [info@norsjo.se](mailto:info@norsjo.se)

### **Inspektionen för vård och omsorg (IVO)**

Telefon: 010-788 50 00

Hemsida: [www.ivo.se](http://www.ivo.se)

# Intresseföreningar

## Attention – Västerbotten

Attention Västerbotten är en ideell förening för personer med neuropsykiatriska funktionshinder som t.ex. ADHD/DAMP, Tourettes syndrom, Aspergers syndrom, tal- och språkstörningar och tvångssyndrom.

Ett av syftena med föreningen är att skapa en gemenskap med nätverk och stödgrupper för personer med neuropsykiatriska funktionshinder och deras anhöriga. Ett annat syfte är att påverka samhället genom att sprida information så att dessa personer blir bemötta och behandlade på ett bra sätt.

Ordförande: Ann-Katrin Pettersson

Telefon: 070-597 54 92

E-post: [attentionvasterbotten@yahoo.se](mailto:attentionvasterbotten@yahoo.se)

Hemsida: [www.attention-riks.se](http://www.attention-riks.se)

## Föreningen Balans

Föreningen Balans är en patient-/anhörighetsförening för drabbade av förstämningssjukdomar. Föreningen vänder sig till personer som drabbats av olika former av depressioner eller omväxlande depressiva och maniska perioder. Närstående kan genom föreningen få information, råd, hjälp och stöd.

Telefon: 08-618 13 33

E-post: [info@foreningenbalans.se](mailto:info@foreningenbalans.se)

Hemsida: [www.foreningenbalans.se](http://www.foreningenbalans.se)

## OCD – föreningen Ananke

Ananke är en ideell förening som stödjer personer vars liv påverkas av tvångssyndrom, tvångstankar och tvångshandlingar – OCD (Obsessive Compulsive Disorder). Ananke förmedlar kontakt mellan medlemmar och anordnar medlemsträffar. Föreningen informerar och väcker förståelse för sjukdomen hos allmänheten.

Telefon: 090-442 56

E-post: [anankeume@hotmail.com](mailto:anankeume@hotmail.com)

Hemsida: [www.ocdforbundet.se](http://www.ocdforbundet.se)

## RFA – Riksföreningen Autism – Västerbotten

Riksföreningen Autism (RFA) är en intresseorganisation som arbetar för bättre villkor för barn, ungdomar och vuxna med autism. Aspergers syndrom och andra autismliknande tillstånd.

RFA arbetar för att sprida kännedom om och öka förståelsen för de svårigheter funktionsnedsättningen innebär för dig och din familj.

### **Föreningen Autism i Västerbotten (FA)**

Kontaktperson: Carina Holm (skolfrågor)

Telefon: 090-611 01

E-post: carina.haddingen@gmail.com

Kontaktperson: Maria Sandberg

E-post: marias.umea@gmail.com

Hemsida: [www.autism.se](http://www.autism.se), [www.autism.se/vasterbotten](http://www.autism.se/vasterbotten)

## Riksföreningen "Anorexi/bulimi-kontakt"

Anorexi/bulimi-kontakt är en ideell förening med syfte att sprida information och genomföra aktiviteter för att stödja personer med ätstörningar och deras anhöriga samt arbeta förebyggande och påverka för bättre vård.

Telefon: 08-20 72 14

E-post: [umea@abkontakt.se](mailto:umea@abkontakt.se)

Hemsida: [www.abkontakt.se](http://www.abkontakt.se)

## RSMH – Riksförbundet för social och mental hälsa

RSMH arbetar för att människor med psykisk ohälsa ska ges goda förutsättningar att komma tillbaka till ett gott liv.

För att öka kraften i kraven behövs stöd från alla som sympatiserar med RSMH:s arbete – även från dig som inte själv lider av psykisk ohälsa.



# Länkar till hemsidor

[www.rsmh.se](http://www.rsmh.se)

Riksföreningen för social och mental hälsa.

[www.schizofreniforbundet.se](http://www.schizofreniforbundet.se)

Schizofreniförbundet för personer med schizofreni och liknande psykoser.

[www.balansriks.se](http://www.balansriks.se)

Föreningen Balans är en förening för drabbade av förstämningssjukdomar.

[www.angest.se](http://www.angest.se)

Ångestsyndromsällskapet riktar sig till personer med olika ångestsjukdomar.

[www.ocdforbundet.se](http://www.ocdforbundet.se)

OCD-förbundet Ananke med uppgift att stödja personer med tvångssyndrom.

[www.spes.se](http://www.spes.se)

Föreningen för suicidprevention och efterlevandestöd.

[www.attention-riks.se](http://www.attention-riks.se)

Riksförbundet Attention, - för personer med neuropsykiatriska funktionshinder.

[www.friskfri.se](http://www.friskfri.se)

Riksföreningen mot ätstörningar.

[www.poac.se](http://www.poac.se)

Personliga ombudens hemsida i Västerbotten.

[www.nationellahjalplinjen.se](http://www.nationellahjalplinjen.se)

Den Nationella Hjälpplinjens hemsida

[www.socialpsykiatri.se](http://www.socialpsykiatri.se)

Socialpsykiatriskt Kunskapscentrum i Västerbotten.

[www.1177.se](http://www.1177.se)

Sjukvårdsupplysningen på Internet.

# **Mina viktiga telefonnummer**





**NORSJÖ**  
kommun

Besöksadress: Storgatan 67  
Postadress: 935 81, Norsjö  
Telefon: 0918-140 00  
E-post: [info@norsjo.se](mailto:info@norsjo.se)  
Hemsida: [www.norsjo.se](http://www.norsjo.se)