

Kontaktkarta

Borlänge kommun

Barn och unga 7-25 år

- Kontaktkartan är ett stöd för ungdomar, föräldrar och andra viktiga vuxna samt för yrkesverksamma som möter barn och unga. Här finns tips på vart du kan vända dig för att få stöd, råd och vägledning utifrån barnets eller den unges behov.
- **För dig som arbetar med barn och familjer:** Innan du använder kontaktkartan, börja med att gå igenom de fem frågorna på sida 2. Du som har en relation till barnet och familjen är betydelsefull och kan bidra till trygghet och kontinuitet. Kontaktkartan kan hjälpa dig att lotsa vidare till fler stöd- och verksamhetskontakter vid behov.



5 frågor

- Frågorna är tänka att användas som stöd i arbetet för barn och ungas hälsa.
 - Frågorna kan användas som tankemodell innan samverkan, som ett eget analysverktyg men också i dialog med kollegor, vårdnadshavare och barn/ungdom utifrån ålder och mognad. De fem frågorna är enbart tänkta som ett stöd och det finns inget dokumentationskrav vid användandet.
 - Frågorna tydliggör bland annat om all viktig information kommit fram, vilka insatser som kan ges direkt och om det behövs samverkan med fler aktörer.
1. Vad står i vägen för att barnet/ungdomen ska må bra?
 2. Har jag den informationen jag behöver för att hjälpa barnet/ungdomen?
 3. Vad kan jag göra nu för att hjälpa barnet/ungdomen?
 4. Vad kan den verksamhet jag arbetar för göra för att hjälpa barnet/ungdomen?
 5. Vilken ytterligare hjälp kan behövas från andra verksamheter?

Akut situation eller oro

- Om du känner oro för att barn riskerar fara illa ska du vända dig till socialtjänstens mottagningsenhet via servicecenter telefon 0243-740 00.
Mottagningsenhetens telefontider:
Vardagar 10.00-14.00 (lunchstängt 12.00-13.00).
Orosanmälningar som kommer via e-tjänst hanteras mån-fre 8.00-16.00.
[Misstanke om barn som far illa – Borlänge](#)
- Vid akut situation utanför kontorstid når du socialjouren genom att ringa 112 och begära socialjour.
- Vid ett pågående övergrepp eller om ett barn är i akut fara, ring alltid 112.
- Vill du anmäla ett brott till polisen, ring 114 14 eller uppsök närmaste polisstation.
- Akut rådgivning vid psykisk ohälsa (se nummer under Svår psykisk ohälsa hos barn/ungdom på sida 4).

Främjande insatser kring psykisk hälsa

- Dans för hälsa
Kontaktperson Anna Björkman
anna.bjorkman@borlange.se
- HBTQI-grupper
Kontaktperson Lovisa Nordqvist
lovisa.nordqvist@regiondalarna.se
- Idrott för hälsa
Kontaktperson Erika Sandström
erika.sandstrom@borlange.se
- Tjej och killgrupper Rädda barnen
Ungdomar 13-18 år med fokus på normer, diskriminering, relationer och demokrati.
Kontaktperson Therese Haglund
therese.haglund@rb.se
- Fritidsgårdar
[Fritidsgårdar och andra mötesplatser - Borlänge](#)

Lindrig till måttlig psykisk ohälsa hos barn/ungdom (ångest, oro, stress, fobier, nedstämdhet, sömnproblem)

- Ungdomsmottagningen
Telefon 0243-49 77 23
[Ungdomsmottagning Borlänge – Umo](#)
- Appen Ung i Dalarna (Dalarnas digitala ungdomsmottagning)
[Ungdomsmottagning Dalarna online - 1177](#)
- En väg in – för barn och unga med psykisk ohälsa
010-249 00 70
Nås även via 1177 direkt eller 1177 e-tjänster
- Skolkurator
Se separat skola på [Barn och utbildning - Borlänge](#)
- Fältassistenter och trygghetsvårdar. Prata med din skola eller sök fältgruppen på [Fältgruppen i Borlänge - Borlänge](#)
- Lokala stödorganisationer**
- Tjejjourens chatt hittas på [TJEJJOUREN DALIA | Roks tjejjourer](#)

Svår psykisk ohälsa hos barn/ungdom

- En väg in – för barn och unga med psykisk ohälsa
010-249 00 70
Nås även via 1177 direkt eller 1177 e-tjänster
- Psykiatrimottagning Borlänge (från 18 år)
0243-49 70 60
[Psykiatrimottagning Borlänge - 1177](#)
- Dala ABC ätstörningsenhet Dalarna (från 18 år)
023-49 13 70
[Ätstörningsenhet Dalarna - 1177](#)
- Ätstörningsenhet Tornet barn och ungdom Falun
023-49 23 32
[Ätstörningsenhet Tornet Barn- och ungdom Falun - 1177](#)
- Akut rådgivning på kvällar, nätter och helger, BUPs länsgemensamma enhet i Falun
023-49 20 70
- Akut psykiatrisk vuxenvård kvällar, nätter och helger (över 18 år)
0225-49 44 00
[Psykiatrisk Akutmottagning Säter, Skönvik – 1177](#)
- Traumacenter Dalarna (över 16 år)
Vid posttraumatisk stress
[Traumacenter Dalarna – 1177](#)
0243-49 76 31
- Vid livshotande faror ring alltid 112

Kris och sorg

- Team ungdom Borlänge, Svenska kyrkan
Telefonnummer till församlingspedagogerna i länk
[Team Ungdom - Svenska kyrkan i Borlänge](#)
- Samtalsakuten, Svenska kyrkan
0243-126 06 (dagtid)
[Samtalsakuten - Svenska kyrkan i Borlänge](#)
- Jourhavandepräst, Svenska kyrkan
112 fråga efter jourhavande präst (kvällar och nätter)
Chatta med jourhavande präst via länk nedan.
[Jourhavande präst - Svenska kyrkan](#)
- Digitalt stöd**
- 1177 Sorg hos barn och unga
Stödlinjer, telefonjourer och stödgrupper
[Sorg hos barn och unga - 1177](#)

Digitalt stöd vid psykisk ohälsa

- UMO – tips på stöd via telefon, chatt och mail
[Stöd på telefon, chatt och mejl – Umo](#)
- 1177 – Råd och stöd på mejl, chatt och telefon
[Råd och stöd på mejl, chatt och telefon – 1177](#)
- Självmordslinjen 901 01
[Självmordslinjen – Mind](#)
- Mansjouren (från 18 år)
[Startsida – Mansjouren](#) 08-30 30 20
- Regnbågslinjen
För dig som definierar dig inom HBTQI-spektrumet och anhöriga.
[Regnbågslinjen - Kyrkans SOS](#)
0770-55 00 10
- Bris (under 18 år)
[Bris - Barnens Rätt i Samhället](#)
116 111
- Ecpat (under 18 år)
För dig som utsatts för sexuella kränkningar, hot och övergrepp.
[Ditt ECPAT](#)
020-112 100
- Frisk och fri
För dig som har en ätstörning eller är anhörig
friskfri.se/fa-stod/
020-20 80 18
- Killar.se (10-25 år) Chatt sön-tors 19.00-21.00
[Chatta anonymt, gratis kurator - Killar.se](#)
- Kyrkans SOS (varje dag, året om)
0771-800 650
[SOS-telefonen - Kyrkans SOS](#)
Chatt
[Nätvandrarchatten - Kyrkans SOS](#)

Familjerelationer

- Familjerådgivningen (relationsbehandling/parterapi över 18 år)
0243-664 50
[Familjerådgivning - Borlänge](#)
- Familjerätten (vårdnad, boende, umgänge m.m.)
0243-74000
[Familjerätt - Borlänge](#)
- Öppenvården barn, unga, familj (samtalsstöd 0-20 år)
0243-739 98
[Öppenvården - barn, unga och familj - Borlänge](#)
- Grupp för separerade föräldrar
Barn i föräldrars fokus
Öppen vården 0243-739 98 eller Familjerätten via 0243-74 000
[Föräldrar i separation - Borlänge](#)
- Gruppbaserat föräldraskapsstöd
Cope 3-12 år
[Kurs för alla föräldrar – Borlänge](#)
Kulturanpassad Connect 8-18 år
[Kulturanpassad kurs för föräldrar – Borlänge](#)
- **Digitalt stöd**
- Apoteksgården genom MFOF (samtalsstöd för adopterade från 15 år och föräldrar)
070-981 20 10
[Adoptionsspecifikt Samtalsstöd | Samtalsstöd För Adopterade | Sverige](#)
- Bris online-gruppstöd för barn i familjehem
[Gruppstöd för barn som bor i familjehem | Bris](#)

Våld i nära relation

- Kvinnofridsrådgivningen
0243-66640
kvinnofrid@borlange.se
valdinararelationer@borlange.se
- Öppenvården 0243-739 98
Stöd till barn, anhöriga och våldsutövare
- Socialjouren (kvällar och helger)
112 fråga efter socialjouren
- Kvinnofridslinjen (nationell linje)
020-50 50 50
[Hem – Kvinnofridslinjen](#)
- **Ideella stödorganisationer**
- Kvinnojouren Borlänge
0243-81401
[Kvinnojouren Borlänge](#)
- Tjejjouren Dalia
[TJEJJOUREN DALIA | Roks tjejjourer](#)
- Terrafem
Stöd till utländska kvinnor och flickor som utsätts för hot, våld eller sexuella övergrepp
020-52 10 10 [Startsida - Terrafem](#)
- Rätt att välja (NCK)
Stöd för personer som utsatts för hedersrelaterat våld.
020-57 70 70 [Hem - Rätt att välja](#)
- Resurscentrum mot hedersrelaterat våld och förtryck (för yrkesverksamma)
0243-749 14 [Resurscentrum mot hedersrelaterat våld och förtryck - RCH - Borlänge](#)
- Unga relationer (under 20 år)
Chatt på www.ungarelationer.se
- Stödlinjen för män (från 18 år)
020-80 80 80 (öppet alla dagar 7.00-21.00)
[Hem - Stödlinjen för män](#)
- Stödlinjen för transpersoner (från 18 år)
020-55 00 00 (öppet alla dagar 11.00-19.00)
[Hem - Stödlinjen för transpersoner](#)

Missbruk och riskbruk (alkohol, droger, spel)

- Öppenvården Svea (över 18 år och anhöriga)
0243-662 07
[Skadligt bruk och beroende - Borlänge](#)
- Ex-it (13-21 år samt anhöriga)
0243-74 000 (växeln)
[Ex-it - Borlänge](#)
exit2.0@borlange.se
- **Anhörigstöd:**
- Öppenvården (ex samtalsstöd familj, enskilt och i grupp)
0243-739 98
[Öppenvården - barn, unga och familj - Borlänge](#)
- Linusgrupp (barn till förälder med missbruk eller psykisk ohälsa)
Öppenvården 0243-739 98
- **Lokala stödorganisationer**
- **Ideella stödorganisationer - Borlänge**
- Verdandi
borlangekreetsen@verdandi.se
Wasagatan 29 B, Borlänge
[Verdandi – Vi kämpar för social rättvisa och ett samhälle fritt från alkoholskador och droger.](#)
- **Digitalt stöd**
- 1177 Spel om pengar/spelberoende
Stödvägar
[Spel om pengar – spelberoende - 1177](#)

Kriminalitet

- **Kriminalitet – Borlänge**
- Avhopparverksamhet
010-567 47 47
[Avhopparverksamhet Borlänge kommun - Borlänge](#)
- Ex-it (13-21 år samt berörda anhöriga)
0243-74000
[Ex-it – Borlänge](#)
- Sociala insatsgruppen (13-25 år)
[Sociala insatsgrupper, SIG – Borlänge](#)
- Lotsarna (förebyggande arbete kring socialt utanförskap, drogproblematik, normbrytande beteende och kriminalitet)
0243-748 70
Sms: 072-573 29 14
- Brottsofferjouren
116 006 (nationell telefon, alla dagar 9.00-19.00)
[Brottsofferjouren – Stöd för brottsoffer, vittnen & anhöriga](#)
070-265 65 80 (Mellersta Dalarna)
info@mdalarna.boj.se
- **Anhörigstöd**
- Kriminalvården, för dig som har en anhörig i fängelset
[Till barn och unga - Insidan | Kriminalvården](#)
- BUFFF (för barn och unga med frihetsberövad familjemedlem)
020-200 330 (alla vardagar 09.00-17.00 samt söndagar 19.00-21.00.
Chatt tisdag, torsdag och söndag 19.00-21.00.
[Förälder, mamma eller pappa i fängelse & häkte | Buff](#)
- Solrosen (för barn och unga med frihetsberövad familjemedlem)
[Solrosens stöd till barn, unga och anhöriga | Räddningsmissionen](#)
Mailadress:
solrosen@raddningsmissionen.se

Ekonomi

- Budget och skuldrådgivningen
0243-74000 (växeln)
Mail: budget-skuldrad@borlange.se
[Budget- och skuldrådgivning - Borlänge](#)
- Mottagningsenheten (försörjningsstöd)
0243-74000 (växeln)
- Konsumentverket
[För konsument | Konsumentverket](#)
- Ideella stödorganisationer
- Majblomman
[Sök ekonomiskt stöd – Majblomman](#)

Sexuell hälsa

- Ungdomsmottagningen
0243-497723
www.umo.se
- Appen Ung i Dalarna (Dalarnas digitala ungdomsmottagning)
[För dig som är ung i Dalarna - 1177](#)
- Skolsköterska
Se separat skola på [Barn och utbildning - Borlänge](#)
- Gynekologimottagningen Falun
023-49 21 73
[Gynekologimottagning Falun – 1177](#)

Funktionsnedsättningar

- Ansökan om stöd via SOL (socialtjänstlagen)
0243-74000 (växeln)
[Ansökan om stöd enligt SoL – Borlänge](#)
- Ansökan om stöd via LSS (lagen om stöd och service)
0243-74000 (växeln)
[Ansöka om stöd enligt LSS - Borlänge](#)
- Rehabiliteringen
[Rehabiliteringen i Dalarna - 1177](#)
TeleQ 010-249 90 75
Mail
rehabiliteringen.dalarna@regiondalarna.se
- **Anhörigstöd**
 - [Barn som närstående till en förälder med funktionsnedsättning](#)
- Rehabiliteringen
[För barn och din familj - 1177](#)
- **Lokala stödorganisationer**
 - FUB (för personer med intellektuell funktionsnedsättning)
[FUB BORLÄNGE](#)

Fysisk ohälsa

- Domnarvets vårdcentral
0243-49 72 50
[Vårdcentral Domnarvet - 1177](#)
- Jakobsgårdarnas vårdcentral
0243-49 77 00
[Vårdcentral Jakobsgårdarna - 1177](#)
- Kvarnsvedens vårdcentral
0243-49 79 20
[Vårdcentral Kvarnsveden - 1177](#)
- Läkarhuset
0243-22 80 08
[Läkarhuset Borlänge | Prima Vård | Vi är det trygga valet för dig och din familj](#)
- Kuratorsenheten (patient eller närstående)
023-49 21 46
[Kuratorsenhet Falun – 1177](#)
- Region Dalarna växel
023-49 00 00
[Kontakta oss - Region Dalarna](#)

Studier, arbete och lärande

- Studie och yrkesvägledare
Se separat skola på [Gymnasium – Borlänge](#)
- Vägledningscentrum, studie och karriärvägledning (från 20 år)
[Vägledningscentrum - Borlänge](#)
- Kommunala aktivitetsansvaret (KAA) (unga som inte studerar eller arbetar, 15-20 år)
[För dig som är 15-20 år – Borlänge](#)
kaa@borlange.se
0243-74000 (växeln)
- Unga på väg (unga som inte studerar eller arbetar, stöd till unga och familj, 15-20 år)
[Unga på väg – Borlänge](#)
Jenny Hedback 0243-66271
Semir Skrijelj 0243-64752
- Insteget (behov av samordnat stöd från olika myndigheter, från 18 år)
[Insteget – Borlänge](#)
- Arbetsförmedlingen
[Arbetsförmedlingen.se](http://Arbetsformedlingen.se) – [Arbetsförmedlingen](#)
- MBU (människan bakom uniformen, 15-19 år)
Tobias Persson 070-275 74 06
[MBU - Människan bakom uniformen – Borlänge](#)
- Run for office, Rädda barnen (15-25 år)
Therese Haglund therese.haglund@rb.se
Instagram: [plv_borlange](#)

Integration

- Flyktningmottagningen
Reception: 0243-74858
[Flyktningmottagning – Borlänge](#)
Mailadress:
mottagningsenheten.nyanlanda@borlange.se
- Tolkförmedlingen
0243-74 900
[Tolkförmedling - Borlänge](#)
- Ekonomiskt stöd för asylsökande
[Ekonomiskt stöd – Migrationsverket](#)
- Information om Sverige
[Hem | Informationsverige.se](#)

Frågor eller förslag till kontaktkartan

- Har du upptäckt felaktiga uppgifter i kontaktkartan eller har tips om insatser/verksamheter som saknas?
- Kontakta

Filippa Kans

filippa.kans@borlange.se

Isabell Erlandsson

isabell.erlandsson@borlange.se