



# Kontaktkarta Borlänge kommun Barn 0-6 år, föräldrar och anhöriga

- Kontaktkartan är ett stöd för alla som finns runt barn i åldern 0–6 år – föräldrar, anhöriga och yrkesverksamma. Här hittar du tips på vart du kan vända dig för råd, stöd och hjälp när frågor eller behov uppstår.
- **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/familjen ska må bra?
2. Har jag den informationen jag behöver för att hjälpa barnet/familjen?
3. Vad kan jag göra nu för att hjälpa barnet/familjen?
4. Vad kan den verksamhet jag arbetar för göra för att hjälpa barnet/familjen?
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 socialjouren i Dalarna.
- 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.

## Barns utveckling och mående

- Föräldrastöd via din barnvårdscentral (se barnvårdscentraler under område Fysisk hälsa och ohälsa)
- En väg in – för barn och unga med psykisk ohälsa  
010-249 00 70  
Nås även via 1177 direkt eller 1177 e-tjänster
- Familjeterapienheten (när stödet från BVC inte räcker till)  
[Familjeterapienhet Barn- och ungdomspsykiatri Falun – 1177](#)  
023-49 12 34
- MBHV psykolog (bedömning av barns utveckling)  
TeleQ 0243-49 77 10  
[Familjecentral Sopranen Borlänge - 1177](#)

## Lindrig till måttlig psykisk ohälsa hos föräldrar och anhöriga (ångest, oro, stress, fobier, nedstämdhet, sömnproblem)

- 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](#)
- MBHV psykolog (psykisk ohälsa kopplad till graviditet eller föräldraskap)  
TeleQ 0243-49 77 10  
[Familjecentral Sopranen Borlänge - 1177](#)

## Svår psykisk ohälsa hos föräldrar och anhöriga

- 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](#)
- Akut psykiatrisk vuxenvård dygnet runt (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

- 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](#)
- Kyrkans SOS (varje dag, året om)  
0771-800 650  
[SOS-telefonen - Kyrkans SOS](#)

## Digitalt stöd vid psykisk ohälsa

- 1177 – Råd och stöd på mejl, chatt och telefon  
[Råd och stöd på mejl, chatt och telefon – 1177](#)
- 1177 – Depression i samband med att du får barn  
[Depression i samband med att du får barn - 1177](#)
- Självmordslinjen 901 01  
[Självmordslinjen – Mind](#)
- Regnbågslinjen  
För dig som definierar dig inom HBTQI-spektrumet och anhöriga.  
[Regnbågslinjen - Kyrkans SOS](#)  
0770-55 00 10
- Frisk och fri  
För dig som har en ätstörning eller är anhörig  
[friskfri.se/fa-stod/](#)  
020-20 80 18

#### Missbruk och riskbruk i familjen (alkohol, droger, spel)

- Öppenvården Svea (över 18 år och anhöriga)  
0243-662 07  
[Öppenvården Svea - Borlänge](#)

#### Anhörigstöd:

- Öppenvården (ex samtalsstöd familj, enskilt och i grupp)  
0243-739 98  
[Öppenvården - barn, unga och familj - Borlänge](#)

#### Ideella stödorganisationer

- [Ideella stödorganisationer - Borlänge](#)

#### Verdandi

[borlangukreten@verdandi.se](mailto:borlangukreten@verdandi.se)  
Vasagatan 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](#)

#### Relationsutmaningar

- Familjerådgivningen  
(relationsbehandling/parterapi över 18 år)  
0243-664 50  
[Familjerådgivning - Borlänge](#)

- Familjerätten (vårdnad, boende, umgänge m.m.)  
0243-74000  
[Familjerätt - Borlänge](#)

- Öppenvården familjehandlare  
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](#)

#### Digitalt stöd

- MFOF information för föräldrar som ska separera  
[Information för föräldrar \(mfof.se\)](#)

#### Frågor kopplat till föräldraskap

- Arenor för föräldraskapsstöd i Borlänge kommun  
[Arenor för föräldraskapsstöd - Borlänge](#)

- Gruppbaserat föräldraskapsstöd  
Cope (barn 3-12 år)  
[Kurs för alla föräldrar – Borlänge](#)  
Kulturanpassad Connect 8-18 år  
[Kulturanpassad kurs för föräldrar - Borlänge](#)

- ICDP vägledande samspel Förälder i nytt land (0-6 år)  
Mer info på Familjecentralen Sopranen  
Instagram: familjecentralensopranen

- MBHV psykolog (stödande samtal för dig som ska bli eller är förälder)  
TeleQ 0243-49 77 10  
[Familjecentral Sopranen Borlänge – 1177](#)

#### Digitalt stöd

- Mind föräldralinjen  
020-85 20 00  
[Föräldralinjen – Mind](#)

- Bris föräldrastöd  
0771-50 50 50  
[Kontakta oss | Bris - Barnens Rätt i Samhället](#)

#### Ekonomi

- Budget och skuldrådgivningen  
0243-74000 (växeln)  
Mail: [budget-skuldrad@borlange.se](mailto:budget-skuldrad@borlange.se)  
[Budget- och skuldrådgivning - Borlänge](#)

- Mottagningsenheten (försörjningsstöd)  
0243-74000 (växeln)

#### Digitalt stöd

- Konsumentverket  
[För konsument | Konsumentverket](#)

- Finansinspektionen Ditt barn och dina pengar  
[Ditt barn och dina pengar](#)

#### Ideella stödorganisationer

- Majblomman  
[Sök ekonomiskt stöd – Majblomman](#)

#### Våld i nära relation

- Kvinnofridsrådgivningen  
0243-66640  
[kvinnofrid@borlange.se](mailto:kvinnofrid@borlange.se)  
[valdinararelationer@borlange.se](mailto: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](#)

- Broschyr våld i nära relation  
[Broschyr våld i nära relationer stöd och hjälp.pdf](#)

#### Ideella stödorganisationer

- Kvinnojouren Borlänge  
0243-81401  
[Kvinnojouren Borlänge](#)

- 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](#)

- 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](#)

## Kriminalitet

- [Kriminalitet – Borlänge](#)
- Avhopparverksamhet  
010-567 47 47  
[Avhopparverksamhet Borlänge kommun – Borlänge](#)
- 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](mailto:info@mdalarna.boj.se)
- Lotsarna (förebyggande arbete kring socialt utanförskap, drogproblematik, normbrytande beteende och kriminalitet  
0243-748 70  
Sms: 072-573 29 14
- **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 | Bufff](#)
- Solrosen (för barn och unga med frihetsberövad familjemedlem)  
[Solrosens stöd till barn, unga och anhöriga | Räddningsmissionen](#)  
Mailadress:  
[solrosen@raddningsmissionen.se](mailto:solrosen@raddningsmissionen.se)

## 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](#)
- Personlig assistans  
[Personlig assistans – Borlänge](#)
- Korttidsvistelse  
[Korttidsstillsyn, korttidsvistelse – Borlänge](#)
- Avlösarservice insats  
[Avlösarservice i hemmet - Borlänge](#)
- Habiliteringen  
[Habiliteringen i Dalarna - 1177](#)  
TeleQ 010-249 90 75  
Mail  
[habiliteringen.dalarna@regiondalarna.se](mailto:habiliteringen.dalarna@regiondalarna.se)
- **Anhörigstöd**
- [Barn som närstående till en förälder med funktionsnedsättning](#)
- Habiliteringen  
[För barn och din familj - 1177](#)

## Fysisk hälsa och ohälsa

- Domnarvets vårdcentral  
0243-49 72 50  
[Vårdcentral Domnarvet – 1177](#)  
Barnmorskemottagning Domnarvet  
[Barnmorskemottagning Domnarvet – 1177](#)  
Barnavårdscentral Domnarvet  
[Barnavårdscentral Domnarvet - 1177](#)
- Jakobsårdarnas vårdcentral  
0243-49 77 00  
[Vårdcentral Jakobsårdarna – 1177](#)  
Familjecentralen Sopranen (barnmorskemottagning och barnavårdscentral)  
0243-49 77 10  
[Familjecentral Sopranen Borlänge - 1177](#)
- Kvarnsvedens vårdcentral  
0243-49 79 20  
[Vårdcentral Kvarnsveden – 1177](#)  
Barnavårdscentral Kvarnsveden  
[Barnavårdscentral Kvarnsveden - 1177](#)
- Läkarhuset (vårdcentral, barnmorskemottagning samt barnavårdscentral)  
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](#)
- Gynekologimottagningen Falun  
023-49 21 73  
[Gynekologimottagning Falun - 1177](#)

## Öppna förskolor och aktiviteter för barn och föräldrar

- Familjecentralen Sopranens öppna förskola  
0243-22 20 80  
Humanistgatan 4  
[Öppna förskolan – Borlänge](#)
- Svenska kyrkans öppna förskolor  
[Välkommen till våra öppna förskolor! - Svenska kyrkan i Borlänge](#)
- Borlänge bibliotek  
0243-743 88  
[Bibliotek – Borlänge](#)
- Fritidsbanken (gratis utlåning av friluftsutrustning)  
0243-648 29  
[Borlänge – Fritidsbanken](#)
- Trevligt lov  
[Trevligt lov – Borlänge](#)
- Verdandi  
[borlangekretsen@verdandi.se](mailto:borlangekretsen@verdandi.se)  
Vasagatan 29 B, Borlänge  
[Verdandi – Vi kämpar för social rättvisa och ett samhälle fritt från alkoholskador och droger.](#)

## Integration

- Flyktningmottagningen  
Reception: 0243-74858  
[Flyktningmottagning – Borlänge](#)  
Mailadress:  
[mottagningsenheten.nyanlanda@borlange.se](mailto: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](mailto:filippa.kans@borlange.se)

Isabell Erlandsson

[isabell.erlandsson@borlange.se](mailto:isabell.erlandsson@borlange.se)