

Stöd och hjälp vid psykisk ohälsa

En informationsguide
för dig i Sorsele Kommun

Stöd och hjälp om du eller någon annan drabbas av psykisk ohälsa.

I denna guide kan du hitta information om verksamheter i Sorsele som stödjer, hjälper och underlättar för den som drabbats 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 Sorsele kommuns hemsida www.sorsele.se och kan även nås via landstingets hemsida www.vll.se

Denna guide uppdateras vartannat år och ansvarig för detta är Sorsele kommuns psykiatrisamordnare som kan nås via kommunens växel på 0952-14 000
Guiden presenterades första gången i maj 2010

INNEHÅLL

Jourtelefonnummer - någon att prata med	4 - 6
Hälso- och sjukvård	7 - 8
Vuxenpsykiatri	9
Stöd i vardagen	10
Missbruk	11
Rådgivning - personligt stöd	12 - 13
Ekonomi	14 - 16
Arbete och sysselsättning	17
Utbildning	18 - 19
Tandvård	20
För barn och ungdomar	21 - 22
Om du är missnöjd med vården	23
Intresseföreningar	24 - 28
Länkar till hemsidor	29
Mina viktiga telefonnummer	30

JOURTELEFONER - NÅGON ATT PRATA MED

Nationella Hjälpelinjen

När du ringer till Nationella hjälpelinjen 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 till vart du kan vända dig.

Telefon:	020-22 00 60
Telefontid:	måndag -torsdag kl. 13:00 - 22:00 fredag - söndag kl. 13:00 - 24:00
Hemsida:	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.

Telefon:	112
Telefontid:	21:00 - 06:00, varje natt
Svenska Kyrkan i Sorsele:	
Telefon:	0952-100 11

Samiska krisnätverket

Telefon:	063-10 12 30
Telefontid:	fredag o söndag kl 20.00 - 24.00

JOURTELEFONER - fortsättning

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.nu

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

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

JOURTELEFONER - fortsättning

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

Kvinnojourens kvinnofridslinje

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

Telefon:	020-50 50 50
Telefontid:	dygnet runt, alla dagar
Kvinnojouren i Storuman:	
Jourtelefon:	070-567 67 99
E-postadress:	info@kjour.se
Hemsida:	www.kjour.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
	tisdag o onsdag kl. 18:00 - 21:00
Telefon övrig tid:	070-257 43 13
E-postadress:	info@mansjouren.ac.se
Hemsida:	www.mansjouren.ac.se

HÄLSO- OCH SJUKVÅRD

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
Telefontid:	dygnet runt, alla dagar
Hemsida:	www.1177.se

Sorsele sjukstuga

Om du behöver hjälp med din fysiska och/eller psykiska ohälsa ska du i första hand kontakta sjukstugan.

På sjukstugan finns läkare, distriktssköterska, diabetessköterska, sjukgymnast, arbetsterapeut, psykolog och psykiatrisjuksköterska.

Vid akuta sjukdomsfall eller behov av vård när mottagningarna är stängda, finns jourverksamhet på Sorsele sjukstuga i samverkan med Malå sjukstuga.

Rådgivning, tidsbeställning, recept:	
Telefon:	090-785 91 71
Öppettider:	måndag - torsdag kl. 08:00-16:30 fredag kl. 08:00-15:00
Akuttelefon:	112 eller 0952-141 87
Reception:	0952-141 00
Besöksadress:	Burevägen 13, Sorsele
E-postadress:	sjukstuga.sorsele@vll.se
Hemsida:	www.vll.se/vc/sorsele

HÄLSO- OCH SJUKVÅRD – fortsättning

Akutmottagningen - Sorsele sjukstuga

Vid akuta sjukdomsfall eller behov av vård när psykiatriska mottagningen och vårdcentralen är stängd finns akutmottagningen på Sorsele eller Malå sjukstuga.

På akutmottagningen finns jourhavande läkare när psykiatriska mottagningen är stängd.

Kontakta gärna Sjukvårdsrådgivningen innan du kommer

Besöksadress:	Sorsele sjukstuga, Burevägen 13
---------------	---------------------------------

Reseservice - sjukresor

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

Telefon:	0771-25 10 20
----------	---------------

VUXENPSYKIATRI

Psykiatriska mottagningen i Storuman

Vuxenpsykiatrin vänder sig till personer som är över 18 år och träffar enskilda, par och familjer både på mottagningen och i hemmiljö.

Psykiatrin erbjuder krisomhändertagande, läkemedelsbehandling och utredningar samt rehabilitering för arbetsliv och vardagsliv. Det finns också ett anhörigombud på mottagningen.

Dagtid finns en psykiater och jourhavande behandlare tillgänglig. Vid behov av hjälp när mottagningen har stängt finns en jourhavande läkare på Lycksele lasarettets akutmottagning.

Vid behov av vård på psykiatrisk vårdavdelning finns vårdplatser inom psykiatrin på Skellefteå lasarett.

Telefon Storuman:	0951-267 40
Öppettider:	Vardagar kl. 08:00-16:00
Adress:	Psykiatriska öppenvården Stationsgatan 3 923 31 Storuman
Psykiatriska kliniken vid Lycksele lasarett:	
Telefon:	0950-392 70
E-postadress:	psykiatri.sl@vll.se
Hemsida:	www.vll.se
Vårdavdelning Skellefteå:	
Telefon:	0910-77 10 00, växel
Adress:	Klockarbergsvägen 931 86 Skellefteå

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.

Om du ringer till socialkontoret så får du prata med en handläggare som kan berätta mera om socialtjänstens olika stödinsatser.

Telefon:	0952-140 00, växel
Telefontid:	måndag – torsdag 08:30 – 09:30
Besöksadress:	Kommunhuset, Burevägen 4
Adress:	Socialtjänsten, Box 101 920 70 Sorsele
E-postadress:	omsorg@sorsele.se

Psykiatrisamordnare - Sorsele Kommun

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

Telefon:	0952-141 21
E-postadress:	omsorg@sorsele.se

Teletal

Personligt stöd vid telefonsamtal

Telefon:	020-22 11 44
Hemsida	www.teletal.se

STÖD I DIN VARDAG - fortsättning

Daglig verksamhet - Piraten

Piraten är en allaktivitetsverksamhet för människor med psykisk eller psykosocial ohälsa.

På Piraten kan du få hjälp med träning och sysselsättning som passar dig men du kan också vara med bara för att träffas och umgås med andra människor.

Om du ringer till Piraten så får du prata med en personal som kan berätta mer om verksamheten.

Telefon:	0952-552 60, Vardagar
Öppettider:	08:30-15:00
Adress:	Strandvägen 17

MISSBRUK

Socialtjänsten - Sorsele kommun

Om du har missbruksproblem och vill ha hjälp kan du vända dig till kommunens Socialtjänst.

Telefon:	0952-140 00, växel
Besöksadress:	Kommunhuset, Burevägen 4
E-postadress:	omsorg@sorsele.se

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 man 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 personligt ombud och det förs inga journaler.

Telefon:	070-253 79 57, 0951-140 27
Adress:	Blåvägen 242, 923 81 Storuman
E-postadress:	personligtombud@storuman.se
Hemsida:	www.poac.se

Familjerådgivningen

Om du har relationsproblem i din familj kan du få hjälp på familjerådgivningen. Du kan vara gift, sambo eller på väg att flytta ihop. Du kan vara på väg att skiljas eller redan frånskild.

Telefon:	0950-377 40
----------	-------------

Svenska Kyrkan i Sorsele

Om du behöver samtal och råd i en svår livssituation kan du ringa till en diakon eller präst i Svenska Kyrkan.

Telefon:	0952-100 11
E-postadress:	sorsele.forsamling@svenskakyrkan.se
Hemsida:	www.svenskakyrkan.se

RÅDGIVNING OCH PERSONLIGT STÖD – forts.

Särskilt stöd och habilitering för vuxna - rådgivning och annat personligt stöd enligt 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. Du kan också beviljas habilitering enligt HSL.

Stödet utformas utifrån de behov som du har. Exempel på områden där stöd kan ges är vardagsrutiner, relationer, fritid, ekonomi och kontakt med myndigheter.

Det är du som behöver stöd och service som kan ansöka om insatsen. Ansökningsblankett får du via LSS-sekreteraren på landstinget.

Telefon:	090-785 74 49
E-postadress:	stodochhab@vll.se
Hemsida:	www.vll.se

EKONOMI

Försörjningsstöd och rådgivning

Har du svårt att klara din ekonomi och inte kan betala dina räkningar så kan du ansöka om försörjningsstöd hos socialtjänsten.

Du ansöker hos en socialsekreterare och biståndet är behovsprövat. Här kan du också få råd och stöd när det gäller din ekonomi.

Konsumentvägledning

Behöver du rådgivning, stöd eller bara vill ställa en fråga om något inköp är du välkommen att kontakta kommunens konsumentvägledare.

Konsumentvägledaren ger dig råd om olika inköp och ger information om dina rättigheter och skyldigheter som konsument.

Vill du veta mer inför ditt inköp kan du även gå in på konsumentverkets hemsida.

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 kommunens skuldrådgivare om du vill veta mer om skuldsanering.

Telefon:	0952-140 00, växel
Telefontid:	måndag – torsdag 08:30 – 09:30
Besöksadress:	Kommunhuset, Burevägen 4
Adress:	Socialtjänsten, Box 101 920 70 Sorsele
E-postadress:	omsorg@sorsele.se
Konsumentverket:	www.konsumentverket.se

EKONOMI - fortsättning

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 eller till Tingsrätten.

Telefon:	0952-140 86
Telefontid:	måndag kl. 08.00 - 12.00 onsdag kl. 10.00 - 12.00
Lycksele Tingsrätt:	0950-237 00

Kronofogdemyndigheten

Har du obetalda skulder eller om någon har en obetald skuld till dig kan du vända dig till Kronofogdemyndigheten, där får du information om detta och svar på dina frågor.

Där kan du även få information om skuldsanering.

Telefon:	0771-73 73 00
Hemsida:	www.kronofogden.se

EKONOMI - fortsättning

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 få reda på vad som är möjligt för dig.

Kundcenter:	0771-524 524
Besöksadress:	Burevägen 3, Sorsele
Besökstid:	onsdag kl. 10:00 - 12:00 och kl. 13:00 - 15:00
E-postadress:	kundcenter@forsakringskassan.se
Hemsida:	www.forsakringskassan.se

ARBETE OCH SYSSELSÄTTNING

Arbetsförmedlingen

Arbetsförmedlingen ger service till dig som söker arbete. För arbetssökande med funktionshinder och nedsatt arbetsförmåga finns särskilda insatser.

Kontakta Arbetsförmedlingen för mer information.

Telefon Sorsele:	077-160 00 00
Besökstid:	måndag, torsdag kl. 10:00 - 12:00 och kl. 13:00 - 16:00
Besöksadress:	Burevägen 3, Sorsele
E-postadress:	sorsele@arbetsformedlingen.se
Telefon Kundtjänst:	0771-416 416
Hemsida:	www.arbetsformedlingen.se

Daglig verksamhet - Piraten

Piraten är en allaktivitetsverksamhet för människor med psykisk eller psykosocial ohälsa.

På Piraten kan du få hjälp med träning och sysselsättning som passar dig men du kan också vara med bara för att träffas och umgås med andra människor.

Om du ringer till Piraten så får du prata med en personal som kan berätta mer om verksamheten.

Telefon:	0952-552 60, Vardagar
Öppettider:	08:30-15:00
Adress:	Strandvägen 17, Sorsele

UTBILDNING

Umeå universitet

Umeå Universitet ger många utbildningar på distans och på olika studieorter. Studenter med funktionshinder kan efter ansökan få pedagogiskt stöd, till exempel anteckningshjälp, förlängd tid vid tentamen, stöd av mentor och teckenspråkstolk.

Funktionshindret skall vara varaktigt och kan till exempel vara dokumenterade läs- och skrivsvårigheter/dyslexi, neuropsykiatriska funktionshinder eller dokumenterade psykiska besvär.

Telefon:	090-786 50 00
E-postadress:	umea.universitet@umu.se
Hemsida:	www.umu.se

Studera med funktionshinder:
www.studeraimedfunktionshinder.nu

Sorsele Lärcentra - Kunskapscentrum Älvbrinken

En kommunal verksamhet som anordnar akademisk utbildning och kvalificerad yrkesutbildning i Sorsele.

Telefon:	0952-143 72
Adress:	Bankgatan 21, Sorsele
Hemsida:	www.akademinorr.se

UTBILDNING - fortsättning

Komvux - studie och yrkesvägledning

I Sorsele finns en kommunal vuxenutbildning. Den utgår från elevens behov och utbildningen utformas både med teoretisk och med praktisk inriktning.

Tillsammans med en studie- och yrkesvägledare planerar eleven sina studier och upprättar en individuell studieplan.

Telefon:	0952-142 01
Adress:	Storgatan 13, 920 70 Sorsele
E-postadress:	simon.dahlgren@sorsele.se
Hemsida:	www.sorsele.se

Studie och yrkesvägledning	
Telefon:	0952-142 05

Folkhögskolor

Folkhögskolan är till för alla vuxna, som vill studera. Skolorna vill att olika slags människor går på deras kurser och tänker särskilt på dem som har gått i skolan en kort tid och på människor med funktionshinder.

Närliggande folkhögskolor finns bland annat i Vindeln och Storuman.

Hemsida:	www.folkhogskola.nu
----------	--

TANDVÅRD

Folktandvården i Sorsele

Folktandvården utför barn och vuxentandvård, och utför all slags tandbehandling av tänder och bett samt behandlingar med tandimplantat.

Folktandvården hjälper patienter med tandvårdsrädsla och utför tandvård under narkos när det är nödvändigt.

Telefon:	0952-126 50
Öppettider:	måndag- torsdag kl. 07:00 - 12:00 och kl. 12:45 - 16:00 fredag kl. 07:00 - 12:00
Besöksadress:	Stationsgatan 4, Sorsele
E-postadress:	folktandvarden.sorsele@vll.se

Folktandvården - Lasarettskliniken i Lycksele

Lasarettsklinikens specialområden är behandling av tandvårdsrädda och andra patienter med speciella behov, tandbehandling under narkos samt operationer.

Telefon:	0950-393 72
Öppettid:	måndag-torsdag kl. 08:00 - 16:00 fredag kl. 08:00 - 12:00
Besöksadress:	Tandkliniken, Lycksele lasarett
E-postadress:	folktandvarden.lyckselelas@vll.se

FÖR BARN OCH UNGDOMAR

Socialtjänsten - Sorsele kommun

Man kan vända sig till kommunens socialtjänst för att få råd, stöd och hjälp i svåra situationer. Det gäller även barn och ungdomar.

Telefon:	0952-14 000, växel
E-postadress:	omsorg@sorsele.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.

Telefon:	0950-393 97
Telefontid:	måndag - fredag kl. 08.00 - 15:00
Adress:	Lycksele lasarett
E-postadress:	bup@vll.se

Ungdomsmottagningen på Internet

På Internet finns en ungdomsmottagning där du kan hitta svar på frågor och få råd i olika situationer.

Ungdomsmottagning på Internet:	www.umo.se
--------------------------------	--

FÖR BARN OCH UNGDOMAR - fortsättning

Skolhälsovården - barn och elevhälsa

När det gäller barn i grundskolan kan man vända sig till kurator eller skolsköterska inom barn och elevhälsan på den skola där barnet går.

Telefon:	0952-14 000, växel
----------	--------------------

Jourhavande kompis

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

Telefon:	020-22 24 44
Telefontid:	måndag - fredag kl. 18:00 - 22:00
Chatta på Internet:	www.ungdomar.se
	måndag - fredag kl. 18:00 - 22:00
	lördag - 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

OM DU ÄR MISSNÖJD MED VÅRDEN

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-postadress:	patientnamnden@vll.se
Hemsida:	www.vll.se/patientnamnden

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 inte själv 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-postadress:	registrator@kammarkollegiet.se
Hemsida:	www.kammarkollegiet.se/hsan

INTRESSEFÖRENINGAR

Attention - Västerbotten

Attention Västerbotten är en ideell förening för personer med neuropsykiatriska funktionshinder som t.ex. ADHD/DAMP, Tourettes syndrom, Asperger 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-postadress:	attentionvasterbotten@yahoo.se
Hemsida:	www.attention-riks.se

Föreningen Balans

Föreningen Balans är en patient/anhörigförening 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-postadress:	info@foreningenbalans.se
Hemsida:	www.foreningenbalans.se

INTRESSEFÖRENINGAR - fortsättning

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-postadress:	anankeume@hotmail.com
Hemsida:	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-postadress: carinah.haddingen@gmail.com

Maria Sandberg

E-postadress: marias.umea@gmail.com

Hemsida:

www.autism.se

www.autism.se/vasterbotten

INTRESSEFÖRENINGAR – fortsättning

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-postadress:	info@abkontakt.se
	umeå@abkontakt.se
Hemsida:	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.

RSMH i Storuman:	0951-143 46 (Vändpunkten)
Adress:	Centralgatan 7, 923 31 Storuman
E-postadress:	rsmh-storuman@hotmail.se
RSMH Västerbotten:	090-77 35 90
Hemsida:	www.rsmh.se

INTRESSEFÖRENINGAR - fortsättning

Schizofreniförbundet - ISPS Västerbotten

Intresseförbundet för personer med Schizofreni och andra liknande psykoser – ISPS.

Förbundet är en rikstäckande partipolitiskt och religiöst obunden intresse- och handikapporganisation som arbetar för att tillvarata intresset för dem som drabbats av schizofreni eller liknande psykossjukdomar, samt deras anhöriga.

Telefon:	0910-77 58 05, 070-321 84 47
E-postadress:	foreningen.isps@gmail.com
Hemsida:	www.schizofreniforbundet.se

SPES – Föreningen för suicidprevention och efterlevandestöd

SPES är en organisation som ger stöd till dem som förlorat en närstående som tagit sitt liv. Där möts man i gråt och glädje, värme och medkänsla.

SPES vill förebygga självmord och är verksam över hela landet med kontaktpersoner, samtalsgrupper, föreläsningar och utflykter. Samtalsgrupper finns i Skellefteå och Umeå och periodvis även i Lycksele.

Kontaktperson:	Ingrid Ögren
Telefon:	070-555 52 39
E-postadress:	ogren.ingrid@gmail.se
Telefon riksorg.:	08-34 58 73
Hemsida:	www.spes.se

INTRESSEFÖRENINGAR - fortsättning

ÅSS - Svenska Ångestsyndromsällskapet

Ångestsyndromsällskapet är en stödförening och kamratstödverksamhet som arbetar med stöd och hjälp för de som lever eller har levt med ångestsyndrom (panikångest, social fobi och generaliserad ångest).

Vår drivkraft är våra erfarenheter och insikter
Och med det som grund försöker vi hitta varje individs personliga mål för en förändrad livssituation.

Telefon:	031-13 81 20
E-postadress:	rikskanli@angest.se
Hemsida:	www.angest.se

LÄNKAR TILL HEMSIDOR

www.rsmh.se

Riksföreningen för social och mental hälsa.

www.schizofreniforbundet.se

Schizofreniförbundet för personer med schizofreni och liknande psykoser.

www.foreningenbalans.se

Föreningen Balans är en förening för drabbade av förstämningssjukdomar.

www.angests.se

Ångestsyndromsällskapet riktar sig till personer med olika ångestsjukdomar.

www.ocdforbundet.se

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

www.spes.se

Föreningen för suicidprevention och efterlevandestöd.

www.attention-riks.se

Riksförbundet Attention, - för personer med neuropsykiatriska funktionshinder.

www.abkontakt.se

Riksföreningen mot ätstörningar.

www.poac.se

Personliga ombudens hemsida i Västerbotten.

www.nationellahjalplinjen.se

Den Nationella Hjälpelinjens hemsida

www.socialpsykiatri.se

Socialpsykiatriskt Kunskapscentrum i Västerbotten.

www.1177.se

Sjukvårdsrådgivning på Internet.

