**Stödsamtal**

Äldrelinjen 020-22 22 23. För alla över 65 år. Kl 10-15 vardagar. Mer info på [www.mind.se](http://www.mind.se/)

Föräldratelefonen 020-85 20 00. Kl 10-15 vardagar samt 19-21 torsdagar. Mer info på [www.mind.se](http://www.mind.se/)

Självmordlinjen Tel 90 101 alt chatt på [www.mind.se](http://www.mind.se/)

SPES, för anhöriga till människor som tagit sitt liv. 08-34 58 73. Mer info [www.spes.se](http://www.spes.se/)

Jourhavande medmänniska 08-702 16 80 mer info [www.jourhavandemedmanniska.se](http://www.jourhavandemedmanniska.se/)

Alkoholhjälpen tel 020-84 44 48

Orostelefonen om radikalisering 020-100 200 mån-fre 9-12. Drivs av Rädda barnen.

Bris vuxentelefon 077-150 50 50

Jourhavande präst nås genom 112

Kvinnofridslinjen 020-50 50 50 dygnet runt

Terrafem 020-52 10 10 Nätverk för kvinnors rätt mot mäns våld. 70 olika språk inkl juridisk rådgivning

Attention – stöd för dig som lever med eller nära någon med neuropsykiatrisk diagnos. Se hemsida

Frisk och Fri – stödförening för personer med ätstörningar  Du som själv behöver stöd, ring **020-20 80 18**  
Du som är närstående, ring **0200-12 50 85**

**Kyrkans SOS – prata om det du behöver stöd i oavsett vad du har för tro eller läggning. Telefon: 0771- 800 650**

**Lifeline -**Lifeline är en kristen jourlinje där du kan prata om dina tankar, känslor och funderingar om livet och dess mening med en medmänniska som lyssnar. De som svarar har fått utbildning i samtalsstöd. **Telefon: 010-498 10 10**

Schizofreniförbundet - Stöd på telefon för dig som har schizofreni eller är närstående till någon som har schizofreni. **Telefon: 08-580 000 34**

Spelfriheten - Här kan du som har problem med spel om pengar få stöd och hjälp av andra med egen erfarenhet. Även närstående kan få hjälp. Stöd ges på telefon, chatt eller video. De som svarar är spelberoende men lever i dag ett spelfritt liv. **Telefon: 08-37 43 00**

Stödlinjen- hjälp vid spelproblem -Stödlinjen ger råd och stöd om du har problem med spel om pengar. Den ger även råd och stöd till dig som är orolig för någon annan som spelar om pengar. Du kan ringa, chatta eller mejla. **Telefon: 020-81 91 00**

På 1177.se/Vastmanland/liv--halsa/psykisk-halsa/att-soka-stod-och-hjalp/patientforeningar-och-narstaendeforeningar-vid-psykisk-ohalsa-och-beroende/ finns en lång lista på olika patient och närståendeföreningar som kan ge bra information och stöd.