

Se hit alla barn, tonåringar, unga vuxna och föräldrar som vill ha råd och stöd!

Socialförvaltningen i Lund har flera stödinsatser som du kan söka själv. Nästan alla dessa erbjudanden är gratis. Vi för inga journaler. Ring eller mejla så berättar vi mer! Du kan vara anonym.

FÖR BARN, TONÅRINGAR, UNGA VUXNA

Gungbrädan Har dina föräldrar separerat? Grupper där du träffar och pratar med jämnåriga som också har skilda föräldrar.
Kontakt: 046-359 56 56, soc.gungbradan@lund.se

Imbus Har du en förälder eller annan nära anhörig som mår psykiskt dåligt? Du är inte ensam. Grupper för dig i åldern 7-19 år.
Kontakt: 046-359 56 56, imbus@lund.se

Flaskposten Har du någon i familjen som missbrukar eller har missbrukat spel, alkohol, narkotika eller tabletter? Grupper för dig i åldern 7-19 år. Kontakt: 046-359 56 56, flaskposten@lund.se

Lysmasken Individuella samtal för dig som är barn eller ung och upplevt bråk och våld i familjen. Kontakt: 046-359 50 71, kriscentrum@lund.se (Se även Kriscentrum i nästa spalt.)

Unga vuxna En mottagning för dig i åldern 16-29 år som har börjat må dåligt, kanske inte vet varför, men som behöver stöd eller hjälp.
Kontakt: 046-359 80 93

ComUng En mötesplats med vägledning kring jobb eller studier för dig mellan 16-24 år. Kontakt: 046-359 45 81, comung@lund.se

Barn i start Är ni nya i Sverige? Välkomna! Grupper för flyktingfamiljer och grupper för ungdomar som kommit själva till Sverige.
Kontakt: 046-359 99 49, 046-359 41 47, barnistart@lund.se

Mariamottagning För dig som är under 24 år och har problem med alkohol eller droger. Vi finns även till för dig som är anhörig. Kontakt: 046-17 40 99.

FÖR FÖRÄLDRAR

Vägledningssamtal Alla vill vara bra föräldrar för sina barn men ibland är det svårt. Vi erbjuder enskilda samtal till föräldrar.
Kontakt: 046-359 59 37.

Komet En utbildning för dig som vill minska konflikterna hemma och få en bättre relation med ditt barn.
Kontakt: 046-359 59 37, komet@lund.se

Cope och **Cope tonår** En kurs för dig som behöver ett bättre sätt att hantera vardagssituationer och konflikter med ditt barn/tonåring.
Kontakt: 046-359 59 37, cope@lund.se

Barn i föräldrars fokus Vänder sig till dig som har en familjerättslig konflikt och vill underlätta situationen för ditt barn.
Kontakt: 046- 359 59 37, bif@lund.se

Familjerådgivning Om konsten att hålla ihop och leva tillsammans! Avgift står på lund.se/familjeradgivningen
Kontakt: 046-359 69 68, familjeradgivningen@lund.se

Kriscentrum För dig som blivit utsatt för, upplevt eller utövat våld i en nära relation. Du är välkommen oavsett kön.
Kontakt: 046-359 50 71, kriscentrum@lund.se

Budget- och skuldrådgivning Har du problem med din ekonomi eller skulder? Vi erbjuder gratis ekonomisk rådgivning.
Kontakt: 046-359 64 64, 046-359 67 68.

Som förälder sätts du ibland på verkliga prov och det kan finnas många anledningar till att du vill ha stöd.

FÖR FAMILJER

Barn i start Är ni nya i Sverige? Välkomna! Grupper för flyktingfamiljer och grupper för ungdomar som kommit själva till Sverige.
Kontakt: 046-359 99 49, 046-359 41 47, barnistart@lund.se

Stödcentrum Stöd och praktisk hjälp till unga i Lund som drabbats av eller blivit vittne till brott. Även närstående är välkomna.
Kontakt: 046-359 95 26, stodcentrum@lund.se

Marte Meo För dig som är adoptivförälder och vill stärka bandet till ditt barn.
Kontakt: 046-359 81 70

Samarbetsamtal För föräldrar som separerar. Behöver ni hjälp att komma överens om vårdnaden om barnen, umgänge och boende?
Kontakt: 046-359 35 00, familjeratten@lund.se

Kriscentrum För dig som blivit utsatt för, upplevt eller utövat våld i en nära relation. Du är välkommen oavsett kön.
Kontakt: 046-359 50 71, kriscentrum@lund.se



Om du inte redan har en kontakt på socialförvaltningen och är osäker på vem du bör vända dig till, kan du kontakta oss på mottagningsenheten.
Telefon: 046-359 70 10
E-post: mottagningsenheten@lund.se
Besöksadress: Kristallen, Brotorget 1 i Lund



Välkommen att läsa mer på lund.se



**LUNDS
KOMMUN**