



## Hjälp i Lund

Denna sida innehåller kontaktuppgifter och telefonnummer till en mängd olika verksamheter inom kommunen. Det finns mycket professionell hjälp att få på nära håll i Lunds kommun. Några nationella hjälplinjer finns också med. Förteckningen ska i första hand ses som en hjälp till en första kontakt.

---

## STÖD TILL BARN & UNGA

### Alkoholmottagningen för ungdomar, BRUS

Helgeandsgatan 16, 223 54 Lund

Tel: 046 - 275 18 90

Telefontid: mån och tis 13.15-14.00, fre 8.30-9.15.

Övriga tider finns telefonsvarare.

Man vänder sig till ungdomar upp till 23 år och deras anhöriga. Man erbjuder rådgivning och behandling för ungdomar med bekymmer som rör alkohol.

Besöken är sekretesskyddade och gratis.

### Barn- och ungdomspsykiatri, BUP

Akut- och behandlingsvård.

Tel: 046 - 17 44 44

Erbjuder både akutsjukvård och sluten vård.



## Flaskposten

Box 1255, 221 05 Lund  
Tel: 046 - 35 55 11, e-post: [flaskposten@lund.se](mailto:flaskposten@lund.se)

Flaskposten vänder sig till dig som är barn eller tonåring och har en förälder som är beroende av alkohol eller andra droger. Vi erbjuder dig att vara med i grupp och träffa jämnåriga i liknande situation, dela erfarenheter, få kunskap och ha roligt tillsammans. Flaskposten drivs i samverkan mellan Svenska Kyrkan och Socialförvaltningen.

## Gungbrädan

Telefon: 046 35 56 56, 0706-700 650  
E-post: [gungbradan@lund.se](mailto:gungbradan@lund.se)

Gruppverksamhet för barn/tonåringar som har skilda föräldrar. Det kan vara svårt att berätta om sina tankar och känslor om föräldrarnas skilsmässa och många väljer att hålla det inom sig. Det kan kännas bra att träffa och prata med någon annan vuxen och med jämnåriga i liknande situation.

## IMBUS

Rigmor Westman Tel 046 - 35 74 21  
E-post: [rigmor.westman@lund.se](mailto:rigmor.westman@lund.se)

Karin Hendar Tel 046 - 35 50 00  
E-post: [karin.hendar@lund.se](mailto:karin.hendar@lund.se)

Man bedriver bl a grupper för barn och ungdomar som har föräldrar med psykisk ohälsa, där man träffar andra unga som också har erfarenhet av detta. IMBUS har även vuxengrupper för de över 19 år. IMBUS är ett samarbete mellan biståndsorganisationen Individuell Människohjälp (IM) och Lunds kommun.

Se även: [Rådgivningsbyrån i Narkotikafrågor](#) sidan 4.

## Skolhälsovården

Kontakta gärna skolhälsovården och **skolsköterskan** på din skola. Besöken är sekretesskyddade och gratis. Erbjuder rådgivning och stöd och deltar i skolans drogförebyggande arbete. Vid frågor eller ytterligare information kontakta samordnande skolhälsovården [veronica.demmer.selstam@lund.se](mailto:veronica.demmer.selstam@lund.se) eller [ingrid.plantin@lund.se](mailto:ingrid.plantin@lund.se) Tel: 046-35 70 37. För dig som går på gymnasiet går det bra att kontakta **skolkuratorn**. På de flesta skolor finns dessutom **skolpsykologer**.

## Socialförvaltningen BARN & FÖRÄLDER

Box 1255, 221 05 Lund  
Tel: 046 - 35 57 39

Riktat sig till barn, ungdomar och föräldrar som behöver hjälp och stöd av olika slag.

- **Förebyggandeenhet** 0-16 år, Tel: 046-35 54 75, [kerstin.karlsson@lund.se](mailto:kerstin.karlsson@lund.se)
- **Erbjudandeenhet** med familjerätt/samarbetsamtal, Tel: 046-35 54 26, [staffan.persson@lund.se](mailto:staffan.persson@lund.se)
- **Utredningsenhet Barn** 0-12 år, Tel: 046-35 54 66, [nina.bergfors@lund.se](mailto:nina.bergfors@lund.se)
- **Utredningsenhet Ungdom** 13-21 år, Tel: 046-35 6627, [karin.thornquist@lund.se](mailto:karin.thornquist@lund.se)
- **Familjeenhet**, Tel: 046-35 57 20, [gunilla.tykesson@lund.se](mailto:gunilla.tykesson@lund.se)
- **Öppenvårdsenhet**, Tel: 046-35 59 97, [nisse.wessberg@lund.se](mailto:nisse.wessberg@lund.se)
- **Tonårsboende**, Tel: 046-35 55 31, [bengt.selander@lund.se](mailto:bengt.selander@lund.se)

## Ungdomsmottagningen

Stora Södergatan 47, 222 23 Lund  
Tel: 046 – 275 24 20

Telefontider: Hela dagarna förutom kl 12-15, i mån av tid.

Öppettider: mån och tors kl 8-18, tis och ons kl 8-16.30 , fre 8-15  
Drop-in: varje eftermiddag kl 13-14

Ungdomsmottagningen finns för dig som ännu inte fyllt 20 år. Hit kan man komma om man behöver någon att prata med, för att testa sig, fråga kring sex och samlevnad, om man vill ha preventivmedel, har problem med föräldrar eller andra relationsproblem.

Besöken är gratis och personalen har tystnadsplikt.

Läs mer på [www.skane.se/templates/Page.aspx?id=12094](http://www.skane.se/templates/Page.aspx?id=12094)

---

## **STÖD TILL VUXNA**

### **Familjerådgivningen**

Bankgatan 4  
046-356968

### **Alkoholmottagningen Södertull**

Helgeandsgatan 16, 223 54 Lund  
Tel: 046 - 275 18 79 eller 046 - 275 18 80

Erbjuder rådgivning och behandling av alkoholproblem.  
Besöken är sekretesskyddade och gratis.

### **Rådgivningsbyrån i Narkotikafrågor**

Kioskgatan 17 på Lasarettområdet i Lund  
Tel: 046 - 17 89 30

Riktat sig till alla, oavsett ålder; som har missbruksproblem eller som har anhöriga eller vänner med missbruksproblem. Rådgivningsbyrån erbjuder bland annat förebyggande arbete genom undervisning, studiebesök och handledning. Även rådgivning per telefon eller personligt besök och eftervård. Läs mer på [www.droginfo.com](http://www.droginfo.com)

### **Hälsoenheten, USIL**

Hjärt- och lungdivisionen  
Barngatan 2  
Universitetssjukhuset  
221 05 Lund  
Tel: 046 - 17 73 71

Vi hjälper dig att sluta röka. En genomsnittlig behandling för tobaksberoende är vanligen 6 till 8 veckor och inleds alltid med ett individuellt samtal där vi går igenom Dina tobaksvanor och Din motivation till att sluta.  
Besöken är kostnadsfria.

## **Socialförvaltningen VUXENSTÖD**

Box 1255, 221 05 Lund  
Tel: 046 - 35 54 71

Riktas sig till vuxna med missbruksproblem och/eller andra sociala problem.

- **Utrednings- och uppföljningsenheten**, Tel: 046 - 35 54 93, [gunnar.nordberg@lund.se](mailto:gunnar.nordberg@lund.se)
- **Insatsenheten**, Tel: 046 - 35 65 35, [inger.thome@lund.se](mailto:inger.thome@lund.se)

**Se även: [Socialförvaltningen BARN & FÖRÄLDER](#) sidan 3.**

## **Studenthälsan - Lunds Universitet**

Gerdagatan 7 A, Lund  
Tel: 046 - 222 43 77

Receptionens öppettider:

- Måndag - onsdag: 08.30 - 12.00, 13.00 - 15.00
- Torsdag: 11.00 - 12.00
- Fredag: 08.30 - 12.00, 13.00 - 14.00

Studenthälsan riktar sig till dig som är student vid Lunds universitet, vilket inkluderar universitetets utbildningar i Malmö samt Campus Helsingborg. På Studenthälsan finns kuratorer, sjuksköterskor, psykolog, psykiater, allmän-läkare, sjukgymnast och läkarsekreterare. Alla besök tidsbeställs men du kan också få telefonrådgivning i olika frågor. Besöken kostar 60 kr.

Självklart har vi tystnadsplikt. Om ditt problem faller utanför Studenthälsans verksamhetsområde får du alltid råd om vart du ska vända dig i stället. Läs mer på [www3.lu.se/stu/studenthalsan](http://www3.lu.se/stu/studenthalsan)

---

## **KRIS & JOUR**

### **Kriscentrum för barn - Lysmasken**

Prennegatan 9, 223 53 Lund  
Tel: 046 - 35 68 87 (säkrast måndagar och torsdagar 10-11)  
E-post: [lysmasken@lund.se](mailto:lysmasken@lund.se)

Lysmasken riktar sig till barn och tonåringar som har upplevt våld hot och/eller bråk i familjen. Här finns det möjlighet att prata med vuxna om vad man har varit med om. Och man kan också träffa jämnåriga som har samma erfarenheter.

### **Kriscentrum för kvinnor**

Prennegatan 9, 223 53 Lund  
Tel: 046 - 35 50 71  
E-post: [kriscentrum.kvinnor@lund.se](mailto:kriscentrum.kvinnor@lund.se)

På telefon når du oss säkrast måndag, onsdag, torsdag och fredag kl 13-14 samt tisdag 8-9.

Man riktar sig till kvinnor som lever eller har levt i en destruktiv situation. Kanske blivit fysiskt eller psykiskt misshandlad, eller känt sig hotad, förtryckt eller sexuellt utnyttjad.

Kriscentrum för kvinnor drivs gemensamt av Lund, Staffanstorp, Kävlinge, Eslöv, Lomma, Höör och Hörby kommuner samt Svenska Kyrkan och Individuell Människohjälp, IM.

### **Kriscentrum för män**

Bangatan 10 B, 222 21 Lund (endast efter tidsbeställning)  
För information och tidsbeställning: 046-14 39 72  
E-post: [kriscentrum.man@lund.se](mailto:kriscentrum.man@lund.se)

Detta är en professionell verksamhet som riktar sig till män som t ex upplever svårigheter i samband med skilsmässa och separationer. Eller som har problem med kontakten med sina barn, svårigheter att kontrollera sin ilska eller befinner sig i någon form av livskris.

Kriscentrum för män drivs gemensamt av kommunerna Lund, Staffanstorp, Kävlinge, Eslöv, Lomma, Höör och Hörby samt Svenska Kyrkan.

## **Sociala Jouren**

Tel: 046 - 12 12 99

Öppettider: Fredag 16.00 - 01.00, lördag 17.00 - 01.00 och söndag 17.00 - 22.00

Sociala jouren hanterar akuta sociala problem när övriga socialtjänsten inte finns tillgänglig under veckoslut och helger. Sociala jouren samarbetar i akuta lägen främst med polisen, hälso- och sjukvårdens akutmottagningar samt med Krisjour för Kvinnor i Lund.

---

## FRIVILLIGORGANISATIONER

### **BRIS, Barnens rätt i samhället**

Karlavägen 121, 115 26 Stockholm  
Tel: 08 - 598 888 00  
Hjälptelefon: 0200 - 230 230

BRIS vänder sig till barn och ungdomar upp till 18 år som far illa. Samtalen är gratis och man är anonym när man tar kontakt med BRIS. Syftet med BRIS är att stärka barns och ungdomars rättigheter och förbättra deras levnadsvillkor. Läs mer på [www.bris.se](http://www.bris.se)

### **Brottsofferjouren Mellersta Skåne, BOJ**

Sunnanv 18 H Tel: 046 - 32 32 98, e-post: [info@mskane.boj.se](mailto:info@mskane.boj.se)

Brottsofferjourernas Telefoncentral 0200-212019 är brottsofferjourernas nationella hjälptelefon dit man kan ringa kontorstid. Ring 08-642 00 44 för hjälp på eget språk; arabiska, persiska, bosniska/kroatiska/serbiska, ryska, spanska, franska, sydkurdiska samt ungerska.

Ger kostnadsfri hjälp och stöd till den som har utsatts för brott, t ex med att kontakta myndigheter och stöd före och under rättegång. Läs mer på [www.boj.se](http://www.boj.se)

### **Hassela Skåne**

Spolegatan  
Tel: 046-184380

Läs mer på [www.hasselaskane.se](http://www.hasselaskane.se)

### **Diakonicentralen**

Råbygatan 18, 223 61 Lund  
Tel: 046 - 35 87 65

Man bedriver social verksamhet oavsett problematik och religiös tillhörighet, och medverkar bland annat i Flaskposten och Utposten, som är gruppverksamheter för barn till missbrukare.

## **Kvinnojouren i Lund**

Box 1663, 221 01 LUND

Tel: 046 - 12 19 60

E-post: [kvinnjourenlund@telia.com](mailto:kvinnjourenlund@telia.com)

Jourtid måndagar och onsdagar 19.00-21.00

Bemannat ibland måndag till fredag, 9.00-13.00. Telefonsvarare dygnet runt.

De som arbetar på Kvinnojouren har tystnadsplikt och består av kvinnor i olika åldrar, med olika bakgrund och erfarenhet. Kvinnojouren är en ideell organisation som är fristående från myndigheter. Målsättningen är att stödja och hjälpa kvinnor som har utsatts fysiskt eller psykiskt våld, hot och sexuella övergrepp.