

När du som förälder behöver
stöd eller information
i Laholm



Föräldraskapsstöd

Föräldrautbildning ABC vänder sig till alla föräldrar med barn i åldrarna 3-12 år och syftar till att du som förälder ska blir stärkt i din föräldraroll, få möjlighet att träffa andra föräldrar och utbyta erfarenheter samt få konkreta tips att använda tillsammans med familjen. Vi erbjuder regelbundet nya grupper och utbildningen är kostnadsfri.

Kontakt: Läs mer på www.laholm.se/foraldraremellan där du också hittar kontaktuppgifter till samordnare.

Föreläsningar Föräldrar Emellan vänder sig till alla föräldrar och andra viktiga vuxna som finns runt omkring barn och unga i syfte att få kunskap, inspiration, konkreta verktyg och möjlighet till erfarenhetsutbyte. Föreläsningarna lyfter olika teman/ämnen kring föräldraskap med fokus på barn och ungas hälsa och positiva utveckling. Föreläsningarna är kostnadsfria.

Kontakt: Läs mer på www.laholm.se/foraldraremellan där du också hittar information om aktuella föreläsningar.

Familjecentralen är en mötesplats som samlar det mesta barn, föräldrar eller blivande föräldrar kan behöva. Här finns tillgång till kvinnohälsovård och barnavårdscentral via Region Halland samt öppen förskola och rådgivning/stöd från socialtjänsten i Laholms kommuns regi. Alla blivande föräldrar och familjer med barn 0 - 5 år är välkomna. Verksamheten är kostnadsfri.

Kontakt: Läs mer på <https://www.laholm.se/stod-och-omsorg/barn-unga-och-familj/familjecentralen/> där du hittar mer information om verksamheter, aktiviteter och kontaktuppgifter.

Familjerådgivningen vänder sig till par, du som är ensam eller familjer som behöver hjälp i olika samlevnadsfrågor. Vi kan alla få problem i relationen till andra och hos familjerådgivningen kan du/ni få möjlighet till samtal, hitta vägar ur låsta positioner, som leder till positiv förändring.

Det erbjuds också informationskvällar för blivande föräldrar.

Kontakt: Läs mer på <https://www.laholm.se/stod-och-omsorg/barn-unga-och-familj/familjeradgivning/> där du också hittar kontakt till våra familjerådgivare samt kostnad för besök.

Anhörigcentrum kan ge dig som anhörig stöd och hjälp att hantera olika situationer samt råd om vart du kan vända dig med olika frågor. Här finns bl.a. möjlighet att utbyta erfarenhet med andra i likande situation, få enskilda samtal, friskvårdsaktiviteter och föreläsningar. Det erbjuds stöd och grupper till föräldrar med barn i behov av särskilt stöd. Aktiviteter är kostnadsfria.

Kontakt: Läs mer på <https://www.laholm.se/stod-och-omsorg/barn-unga-och-familj/anhorigstod/> där du också hitta aktuellt program och kontaktuppgifter till personal.



Familjeenheten är kommunens behandlingsverksamhet för barn, unga (0-21 år) och föräldrar. Arbetet genomförs utifrån önskemål från familjen själv eller på uppdrag av socialkontoret. Här erbjuds bland annat samtal till föräldrar eller familjen och gruppverksamhet för barn och unga som kan ha upplevt missbruk, psykisk ohälsa eller våld i familjen. Det finns också grupper till barn och unga med skilda föräldrar.

Kontakt: Läs mer på <https://www.laholm.se/stod-och-omsorg/barn-unga-och-familj/> där du också hittar kontaktuppgifter till Mottagningen Barn, unga och vuxna.

Nätverkslaget är professionella mötesledare som hjälper dig att samla viktiga personer i ditt liv, t.ex. familj, släkt, vänner och professionella till ett och samma möte för att hitta lösningar och möjligheter som utgår från dig och dina behov. Nätverksledarna ansvarar för att mötet blir tryggt och konstruktivt. Ett gott socialt stöd kan vara ovärderligt när vi hamnar i svåra situationer och nätverksmöten kan vara en hjälp att samla ihop goda krafter eller få igång ett bättre samarbete.

Kontakt: Läs mer på <https://www.laholm.se/stod-och-omsorg/barn-unga-och-familj/natverksmote---ett-samlat-stod/> där du också hittar kontaktuppgifter till nätverkslaget.

Socialtjänsten

Socialtjänsten hjälper dig som är förälder när du, ditt barn och familjen har det svårt. Socialtjänsten kan ge dig råd och stödinsatser utifrån individuella behov. Du kontaktar enklast Socialkontorets mottagningsenhet för att få råd och stöd i din situation eller om du känner oro för någon annans barn.

Kontakt: För mer information om socialtjänstens stöd till barn, unga, familj samt kontaktuppgifter till socialkontorets mottagningsenhet på socialkontoret <https://www.laholm.se/stod-och-omsorg/barn-unga-och-familj/>
Du kan också läsa mer om socialtjänsten på <https://kollpasoc.se/>

Ekonomiskt stöd

Under kortare och längre perioder i livet kan det av olika anledningar vara svårt att få ekonomin att gå ihop. Det finns en tydlig koppling mellan ekonomi och familjens hälsa och välmående. Det är därför viktigt att du som förälder vid behov får råd och stöd i att se över din ekonomiska situation. All rådgivning är kostnadsfri.

Kontakt: Läs mer om Budget och skuldrådgivning på <https://www.laholm.se/stod-och-omsorg/ekonomiskt-stod/budget--och-skuldradgivning/> där du också hittar kontaktuppgifter till rådgivare.

Om du inte klarar din försörjning kan du ansöka om ekonomiskt bistånd <https://www.laholm.se/stod-och-omsorg/ekonomiskt-stod/ekonomiskt-bistand/>

Skola/förskola/elevhälsa

Elevhälsan är till för alla barn och unga som går i förskoleklass, grundskola och gymnasium. I skolans elevhälsoteam arbetar exempelvis specialpedagog, kurator, skolsköterska, läkare och psykolog. Tillsammans med personalen på förskolan/skolan arbetar de för att barn/elever ska få bästa möjligheter att lära, utvecklas och ha en bra hälsa. Du som förälder kan kontakta elevhälsan vid behov.

Kontakt: Läs mer om elevhälsan inom **förskolan** <https://www.laholm.se-barn-och-utbildning/forskola-1-5-ar/trygghet-och-halsa/> där du också hittar kontaktuppgifter.

Läs mer om elevhälsan inom **grundskolan** <https://www.laholm.se/barn-och-utbildning/grundskola-6-16-ar/elevhalsa/> där du också hittar kontaktuppgifter.

Läs mer om elevhälsan inom **gymnasieskolan** <https://www.laholm.se-barn-och-utbildning/gymnasieskola-1/osbecksgymnasiet/till-dig-som-gar-pa-osbeckk/elevhalsoteam/> där du också hittar kontaktuppgifter

Kränkande behandling och diskriminering i förskola och skola är enligt lag inte tillåtet och barn/elever ska skyddas från att utsättas. Personalen på förskola/skola har anmälningsplikt till rektor som därefter utreder vad som har hänt och varför.

Om du som förälder eller barn känner att förskolan/skolan inte gör tillräckligt ska du i första hand vända dig till huvudmannen som för kommunala förskolor/skolor är Barn och ungdomsverksamheten <https://www.laholm.se/barn-och-utbildning/>
För privata aktörer vänder du dig till ägare eller styrelse.

Övrig Kontakt: Får du inte tillräckligt stöd hos huvudman kan du anmäla till barn och elevombudet på Skolinspektionen <https://beo.skolinspektionen.se/>

Diskriminering och trakasserier anmäls till Diskrimineringsombudsmannen <https://www.do.se/>

Hälsa- och sjukvård

Region Hallands Barnavårdscentral i Laholm tillsammans med kvinnohälsövården är placerad på Familjecentralen som du kan läsa mer om ovan.

Region Hallands Vårdcentralen Centrum: <https://www.1177.se/Halland/hitta-vard/kontaktkort/Vardcentralen-Centrum-Laholm-Laholm/>

Ungdomsmottagningen i Laholm: <https://www.umo.se/hitta-mottagning/kontaktkort/Ungdomsmottagningen-Laholm-Laholm/>

Det finns också bra information och hjälp på Ungdomsmottagningens nationella hemsida: <https://www.umo.se/> och <https://www.umo.se/att-ta-hjalp/hit-kan-du-ringa-maila-eller-chatta/hjalp-om-du-mar-daligt/> eller på andra språk: <https://www.umo.se/om-oss/vara-varumarken-och-tjanster/om-youmo/>

Barn och ungdomspsykiatri i Laholm: <https://www.1177.se/Halland/hitta-vard/kontaktkort/BUP-mottagningen-Laholm-Laholm/>

Du kan också kontakta din privata vårdaktör i Laholm och nedan finns länkar för mer information och kontaktuppgifter.

Strandängshälsan Skummeslöv och Mellbystrand: <https://strandangshalsan.se/>

Tudorkliniken Skummeslöv: <https://tudorkliniken.se/mottagningar/skummeslovs-mottagning/>

Helsa Vårdcentral Glänninge: <http://www.helsa.se/vardcentraler/?location=halland>

Lagaholmskliniken: <http://www.ptj.se/lagaholmskliniken/Start/>

Laholmshälsan: <http://www.laholmshalsan.se/>

Närvård Knäred: <https://www.narvardknared.se/>


Övriga aktörer i Laholm

Laholms bibliotek erbjuder dig som förälder och dina barn möjligheten att kostnadsfritt låna böcker, ljudböcker, tidskrifter, talböcker, filmer och språkkurser. På barnavdelningen finns t ex föräldrahyllan, med olika böcker som kan vara till nytta i föräldraskapet.

Det finns möjlighet att låna språkväskor till barn 3-6 år, där du som förälder får tips om hur du och ditt barn kan leka och arbeta med språkutveckling. Här finns äppelhyllan, som vänder sig till dig som har barn med olika funktionsvariationer.

Biblioteket erbjuder också sagostunder till barn och föreläsningar till föräldrar, bl.a. via Måbra café som har fokus på att främja psykisk hälsa hos unga genom att lyfta viktiga ämnen och vara en mötesplats som belyser kulturens positiva inverkan på hälsa.

Kontakt: Läs mer om innehåll, kulturprogram, öppettider, filialbibliotek och kontaktuppgifter <https://www.laholm.se/bibliotek> eller besök biblioteket på Facebook <https://www.facebook.com/laholmsbibliotek>

Rädda Barnen är en global barnrättsorganisation som arbetar för barns rätt att överleva, utvecklas, och växa upp i trygghet.  **Rädda Barnen**

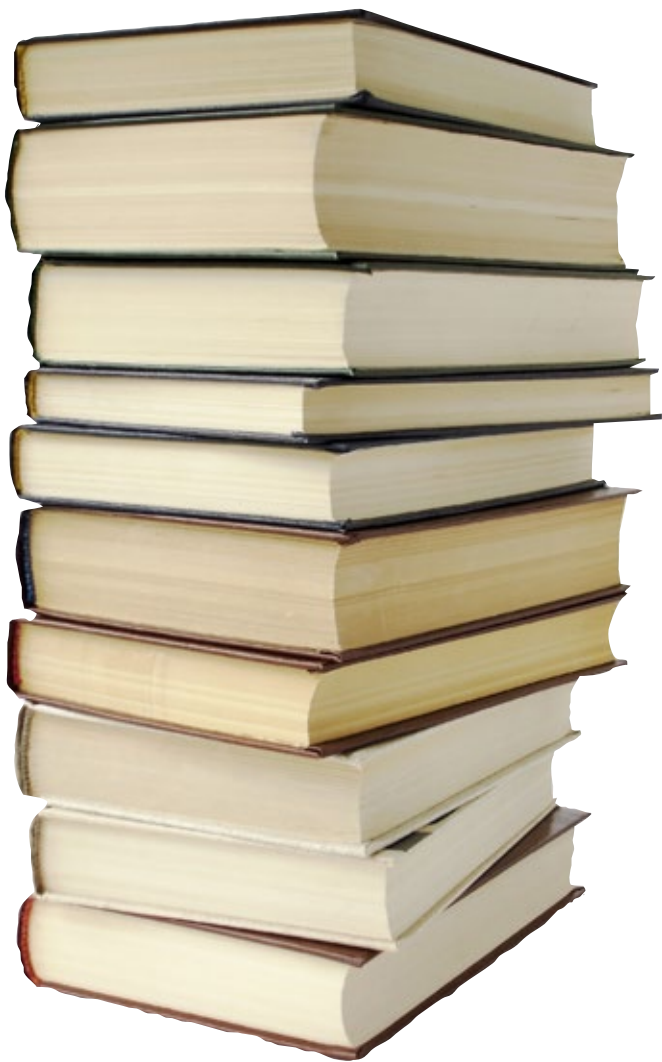
Kontakt: Läs mer om arbetet samt kontaktuppgifter till Rädda Barnen i Laholm <https://www.raddabarnen.se/medlem-och-volontar/lokalforening/vast/hallands-lan/laholm/>

Fritidsbanken är som ett bibliotek fast med utlåning av sport- och fritidsartiklar. Alla har möjlighet att låna utrustning i 14 dagar utan kostnad. Det finns också möjlighet att skänka utrustning till fritidsbanken.

Kontakt: Läs mer om arbetet och kontaktuppgifter till Fritidsbanken i Laholm <https://www.fritidsbanken.se/fritidsbank/laholm/>

Du som förälder kan också kontakta kommunens **Medborgarservice** om du behöver vägledning i kommunens serviceutbud.

Kontakt: Läs mer om medborgarservice tjänster och kontaktuppgifter <https://www.laholm.se/om-kommunen/medborgarkontoret/>



”Levla upp” en trappa ner!

Spela, plugga, läs och häng med kompisar
på stadsbibliotekets minuset_t_laholm!





Nationell stömlinje

BRIS (Barnens rätt i samhället) erbjuder stömlinje till både barn och vuxna. Här kan barn upp till 18 år prata med en kurator, eller prata med andra unga i Forum. Du kan också läsa, kolla in filmer och lyssna på poddar om viktiga ämnen. Du kan vara anonym och tjänsten är kostnadsfri.

Kontakt: Läs mer om BRIS arbete och kontaktuppgifter <https://www.bris.se/for-barn-och-unga/just-nu/>

Även vuxna kan vända sig till BRIS för att få information och stöd kring frågor som rör barn. Här kan du ställa frågor och prata om oro gällande dina egna eller någon annans barn, upp till 18 år.

Kontakt: För mer information och kontaktuppgifter <https://www.bris.se/for-vuxna-om-barn/just-nu/>

FÖRÄLDRAR EMELLAN I LAHOLM

Föräldrar Emellan i Laholm erbjuder föräldrar regelbundet och kostnadsfritt aktiviteter som syftar till att främja barn och ungas hälsa och positiva utveckling, under hela uppväxttiden.

Kontakt: Läs mer om Föräldrar emellan här <https://www.laholm.se/stod-och-omsorg/barn-unga-och-familj/foraldrar-emellan/>