



Ålesund
kommune

Nyttige hjelpetelefonar lokalt og sentralt

Ålesund kommune
Innbyggartorg/sentralbord
tlf.: 70 16 20 00

NØDNUMMER

AMK	113
Legevakt/ovegrepsmottak	116 117
Brann	110
Politi, nødnummer	112
Politi, ditt lokale politi	02800

HJELPARAR I DITT LOKALSAMFUNN ÅLESUND

Ålesund innbyggartorg kl. 08.00 – 15.00	70 16 20 00
Innbyggartorg Brattvåg	70 20 75 00
Innbyggartorg Sjøholt	70 16 59 00
Innbyggartorg Steinshamn	70 16 57 00
Innbyggartorg Skodje	70 24 40 00
Verksemd for koordingering og tildeling kl. 09.00 – 15.00	70 16 22 00
Kreftkoordinator Ålesund kommune	409 24 712
Pårørandekoordinator Ålesund kommune	480 91 554
Rask psykisk helsehjelp frå 16 år- tirsdag og torsdag kl. 13.00-14.30. Kontaktskjema www.alesund.kommune.no/rph	481 97 826
Verksemd psykisk helse og rus kl. 08.00 – 15.30	70 16 51 60
Akutt hjemmebehandlingsteam - Psykisk helsevern Helse Møre og Romsdal (Tilvising via fastlege/ Psykisk helseteam/Ambulanse)	70 10 50 00
LPP - Landsforeningen for pårørende innen psykisk helse Ålesund og omegn	962 29 688
Mental helse, Ålesund	962 29 688
Mental helse, Haram	995 13 408
Mental helse, Skodje/Ørskog	984 07 114
Norges Blindforbund. Rehabiliteringskontakt på dagtid	70 12 84 79
Kirkens Bymisjon Møre, Bymisjonssenteret i Ålesund	907 46 081
Krisesenteret for kvinner i Ålesund og omegn. Døgnoppe	70 16 33 33
Krisesenteret for menn i Ålesund og omegn. Døgnoppe	907 07 433

Kriseteamet i Ålesund kommune via Servicetorget	70 16 20 00
Pusterommet for pårørende (LPP og Mental helse)	962 29 688
Frelsesarmeen «Varmestua»	970 93 547
Geriatriske sykepleiere (Heimebesøk, råd/veiledning)	70 16 30 51
Demensteam Ålesund	70 16 30 51
Demensteam Sandøy og Nordøyane	992 86 748
Demensteam Skodje og Ørskog	905 83 849
Demensteam Haram	482 71 140
Barnevernet Sentrum	70 16 43 40
Barnevernet Brattvåg	70 20 75 00
Barnevernsvakta døgnopen	91 57 60 20
BUP Poliklinikk	70 16 72 00
Døgnseksjon Psykisk helsevern Barn og Unge	70 16 67 00
Familievernkontoret i Ålesund (BUF Etat)	466 17 390
Helsestasjon Sentrum	70 16 43 20
Helsestasjon Moa	70 16 45 40
Helsestasjon for ungdom (onsdag og torsdag 14.30-19.00)	408 23 517
Helsestasjon Blindheim	70 16 40 20
Helsestasjon Skodje	915 87 437 476 27 943
Helsestasjon Brattvåg/Vatne	469 17 518
Helsestasjon for ungdom (torsdag 15.00-19.00)	478 65 304 950 98 748
Helsestasjon Haramsøy/Lepsøy	478 65 304
Helsestasjon Harøya	480 91 888
Helsestasjon Ørskog	70 16 59 90
Barneblikk familieteam	477 55 879
Familiestøttande tiltak 08.00-15.30	70 16 45 50
PPT (Pedagogisk-psykologisk tjeneste i grunnskolen)	70 16 25 00
NOK.-Hjelpetilbud til utsatte for seksuelle overgrep og deres pårørende	71 11 51 55

LANDSDEKKANDE HJELPETELEFONAR

AL-Anon (Pårørende til alkoholikere)	48 30 59 99
Angstringen informasjonstelefon	22 22 35 30
Anonyme Alkoholikere, Opplysningstelefon	91 17 77 70
Anonyme Narkomane	90 52 93 59
RUSinfo	915 08 588
Forsvarets krisetelefon, Grønn linje - døgnopen	800 30 445
Kameratstøtte for soldater veteraner og deres familie - døgnopen	800 48 500
Hjelpelinjen for spilleavhengige	800 80 040
Spillavhengighet Norge	477 00 200
LEVE, Landsforeningen for etterlatte etter selvmord	22 36 17 00
LPP Rådgivningstelefonen for pårørende innen psykisk helse	22 49 19 22
LMS Pårørendetelefon kl. 09.00– 15.00 kvardagar	800 40 567
Kreftforeningens informasjonstelefon	21 49 49 21
Kirkens SOS. Døgnopen - Kirkens SOS chat - soschat.no	22 40 00 40
Mental helse Hjelpetelefonen - døgnopen	116 123
Hjertelinjen (Nasjonalforeningen)	23 12 00 50
Demenslinjen (Nasjonalforeningen)	23 12 00 40
LHL Likepersonslinjen (12.00-18.00 kvardagar)	22 79 90 90
Eldreombudet, eldreombudet.no	70 30 51 80
NAV Ålesund	55 55 33 33
Mannstelefonen, Reform - ressurscenter for menn	22 34 09 60
Medisinsk nødhjelp for døde	1412
Arbeidslivstelefonen	225 66 700
Hjelpetelefonen for incest & seksuelle overgrep-døgnopen	800 57 000
Dixi- Ressurscenter for voldtatte	22 44 40 50
Alarmtelefon for barn og unge - døgnopen	116 111
Mental helse Ungdom	09871
Røde kors for barn og ungdom- Kors på halsen	800 33 321
Rådgivningstelefonen ved spiseforstyrrelser	94 81 78 18
Selvsikading. Info for deg som skader deg med vilje - døgnopen	815 33 300
Homofiles ungdomstelefon	400 00 777
Barneombudet	22 99 39 50
Unghjelp Råd veiledning og historier. For unge - av unge	464 19 818
ung.no. Det offentlige informasjonskanal for ungdom	466 15 000
Foreldresupport (Stine Sofies Stiftelse)	116 123
Anonyme Foreldre av Mobbeofre	45 23 37 86