

Kontaktuppgifter för stöd under covid-19



För dig som känner dig ensam, har frågor om corona/covid-19 eller behov av att prata med någon finns det flera organisationer som erbjuder stöd via telefon eller chatt. Här finns en lista på olika organisationer du kan kontakta. Notera att öppettiderna kan förändras.

Röda Korsets Stödtelefon

Är du orolig för dig själv eller någon i din närhet och behöver prata med någon? Du kan dela dina tankar och få stöd att hantera situationen. De som svarar har utbildning i psykologisk första hjälpen och följer löpande utvecklingen av covid-19.
Telefon: 0771-900 800
Måndag till fredag: 12.00-16.00
(samt helgdagar som infaller måndag-fredag)

Äldrelinjen

Du som är 65 år och äldre och behöver medmänskligt stöd kan ringa till Äldrelinjen, som har utökade öppettider på grund av utbrottet av covid-19. Äldrelinjen drivs av den ideella föreningen Mind och de som svarar är utbildade och erfarna volontärer som fått särskild utbildning för uppdraget.
Telefon: 020-22 22 33
Måndag till fredag: 08.00-19.00
Helger: 10.00-16.00

Jourhavande präst

Prästerna har absolut tystnadsplikt och stor erfarenhet av att möta människors oro och livsfrågor. Övrig tid, kontakta din församling.
Nås på larmnumret: 112
Alla dagar: 18.00-06.00
Chatt, alla dagar: 18.00-00.00
<https://www.svenskakyrkan.se/jourhavandeprast/chatta>

Sjukvårdsrådgivningen, 1177

Sjukvårdsrådgivning finns på telefon dygnet runt.
Vissa funktioner och information finns på andra språk än svenska.
Telefon: 1177
Öppet dygnet runt, alla dagar.

Anhöriglinjen, Anhörigas riksförbund

Behöver du råd och stöd i din situation som anhörig? Har du frågor om dina rättigheter? Vill du prata med en medmänniska? Anhörigas Riksförbunds Anhöriglinje finns till för dig. Anhöriglinjen är en nationell stödtelefon och bemannas av anhöriga med stor erfarenhet.
Telefon: 0200-239 500
Måndag-tisdag och torsdag-fredag: 10.00-12.00, 13.30-15.00
Onsdag: 19.00-21.00

Kyrkans SOS

Kyrkans SOS är Svenska Kyrkans ideella samtalsjour; tillgänglig genom att ringa eller skriva. Vi finns för att lindra ensamhet och psykisk ohälsa, och för att förebygga självmord. Kyrkans SOS bemannas av utbildade volontärer med tystnadsplikt.
Du vara helt anonym i kontakt med oss.
Telefon: 0771-800 650
Vardagar: 13.00-21.00
Helgdagar: 16.00-21.00
<https://www.svenskakyrkan.se/kyrkans-sos>

Jourhavande medmänniska

Behöver du någon att prata med? Telefonjouren är öppen för samtal alla kvällar och nätter och chatten är för närvarande öppen på söndagar kl. 21.00-00.00. Samtalen tas emot anonymt.
Telefon: 08-702 16 80
Alla dagar: 21.00-06.00
Chatt, söndagar: 21.00-00.00
www.jourhavande-medmanniska.se/chatt/