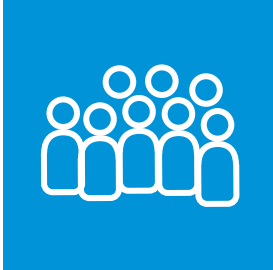




# Föräldraguide 0–18 år

Älvsjö stadsdelsförvaltning





**Förord**

2

**Samverket**

3

**Mötesplatser**

4

**Idrott & Motion**

9

**Kultur**

11

**Föräldrastöd**

13

**Föreningar & Organisationer**

23

**Övrigt**

29

# FÖRORD

Den viktigaste skyddsfaktorn i ett barns liv och utveckling är föräldrarna. Föräldrar som bryr sig, lyssnar och vågar vara vuxna förebilder är det som betyder mest för barns hälsa och välfärd.

En bra och trygg förskola och skola tillsammans med en meningsfull och aktiv fritid är andra viktiga faktorer som bidrar till att barn utvecklas på ett tryggt och positivt sätt.

Men barn och unga behöver också andra människor för att må bra och utvecklas. Under barnens uppväxtår är det inte ovanligt att man som förälder ibland känner sig ensam, rådvill eller till och med hjälplös.

Förhoppningsvis har man som förälder en nära vän, släkting eller andra föräldrar som man litar på och kan prata med om frågor och problem man ställs inför. Det kan också vara barnvårdscentralen eller barnläkare man kontaktar eller så kan man ta upp frågor i föräldragrupper på öppna förskolan, i skolan eller i föräldraföreningar.

Vi som arbetar med familjer i Älvsjö har stadsdelens barn och ungdomars bästa i fokus och vi vill vara med och bidra till att ge alla en så bra uppväxt som möjligt. Målet är att finnas med på resan och skapa förutsättningar så att alla ska kunna växa och vara trygga.

Vi vill också fortsätta arbeta för att utveckla nätverk bland föräldrar i Älvsjö genom regelbundna föreläsningar för föräldrar.

För att underlätta för dig som förälder har vi försökt samla all viktig och relevant information om det stöd och den hjälp som finns, inte bara i stadsdelen utan också i hela staden. Det är denna **Föräldraguide** du nu håller i din hand och vi hoppas att du kommer att ha mycket användning av den!

Tipsa gärna andra föräldrar i Älvsjö om vår **Föräldraguide**. Ni hittar även Föräldraguiden på [www.stockholm.se/alvsjo](http://www.stockholm.se/alvsjo)

För ytterligare information se [www.stockholm.se/jamfor](http://www.stockholm.se/jamfor)

Älvsjö augusti 2015



Per Kjellander, stadsdelsdirektör

# SAMVERKET

## — stadsdelsförvaltningens preventionsarbete

Samverket har som mål att genom lättillgänglig information om risk- och skyddsfaktorer samt förebyggande cannabisfaktorer, skapa dialog och nätverk med tonårsföräldrar samt med personal som arbetar med barn och ungdom. Eftersom föräldramedverkan är en av de viktigaste skyddsfaktorena är det av stor prioritet att bygga upp en struktur av regelbundna informations- och dialogmöten. Målet är att få fler föräldrar engagerade för Älvsjös barn och ungdomar. Samverket är ett projekt som drivs av medel från Stockholms stad centralt.

### Målgrupper

- Föräldrar och vårdnadshavare, boende i Älvsjö stadsdel eller med barn i Älvsjös olika verksamheter
- Personal som arbetar inom olika verksamheter för barn och ungdom upp till 20 år
- Barn och ungdomar

### Metoder

Öka kunskapen bland personal och vårdnadshavare om de risk- och skyddsfaktorer som påverkar om barn och ungdom kommer att använda alkohol och droger eller hamna i kriminalitet.

### Akviteter

- Regelbundna träffar, minst fyra gånger per år med berörd personal, organisationer och föreningar som arbetar med barn upp till 20 år.
- Fyra föräldraträffar per år för föräldrar och vårdnadshavare i stadsdelen och/eller föräldrar som har barn i Älvsjös verksamheter.
- Gemensamma temadagar två gånger om året för ungdomar på högstadierna i Älvsjö.
- Tillhandahålla uppdaterad föräldraguide till boende och verksamheter i Älvsjö.

#### SAMVERKET

##### Preventionsamordnare

Nicoline Isacson

☎ 08-508 21 304

nicoline.isacson@stockholm.se

##### Enhetschef för fritiden

Torbjörn Ljungblom

☎ 08-508 21 696

torbjorn.ljungblom@stockholm.se

# MÖTESPLATSER

## Fritiden i Älvsjö

Fritiden i Älvsjö är öppen verksamhet för barn och ungdomar i alla åldrar. Vi har fokus på aktiviteter, verksamhet, skapande och möten. Fritiden har sin utgångspunkt i ”för, av och med”-tanken där vi arbetar mycket med barn och ungdomars delaktighet och inflytande med utgångspunkt i Barnkonventionen.

## Ungdomens Hus / 5:e Elementet i Älvsjö

Ungdomens Hus är en öppen verksamhet för alla mellan 15 och 20 år, men från 12 år är du välkommen i våra ledarledda verksamheter.

Vi arbetar med utgångspunkt i ungdomarnas egna initiativ och inflytande ”för, av och med ungdomar”. Målet är att våra ungdomar ska gå från att vara passiva konsumenter till aktiva och kreativa producenter. Vi tror att alla har kraft att förändra och förverkliga allt man tar sig an.

Ungdomens Hus har en tydlig värdegrund och ett värdegrundsbaserat ledarskap som genomsyrar all vår verksamhet. Alla är välkomna och alla ska känna sig trygga.

Våra verksamheter:

- Kultur – dans, film/foto, musik/replokal, studio, designverkstad och workshops
- Träning/Hälsa – gym, cirkelträning, boxning, fotboll, föreläsningar och workshops
- Evenemangsgrupp (ungdomsinflytande) och gruppverksamheter.

Ungdomens Hus driver tillsammans med Johan Skytteskolan även en mötesplats för ungdomar i åldern 12–15 år som är öppen två kvällar i veckan. Mötesplatsen är knuten till skolans rastverksamhet.

### UNGDOMENS HUS/5:E ELEMENTET

☎ 08-08 21 699  
Solberga Hagväg 3  
www.5elementet.se

**Enhetschef** Tobbe Ljungblom  
☎ 08-508 21 696  
torbjorn.ljungblom@stockhom.se



### Parkleken Kristallen

Parkleken Kristallen är en ”klassisk” Parklek med ett djur- och naturtema och har även fasta aktiviteter för barn och unga. Parkleken är en viktig samlings- och mötesplats för alla åldrar, barnfamiljer och boende i Solberga.

I Parkhuset som går att hyra finns kök/café, aktivitetsrum och pysselrum samt toalett med skötbord.

Parkleken har en stor lekplats med en plaskdamm och ligger i kanten av Solbergaskogen. Här finns också ett litet djurstall med kaniner och höns. Bergknallar och gräsytor inramar lekplatsen.

#### PARKLEKEN KRISTALLEN

☎ 08-508 21 695

Fritiden Älvsjö

Sulvägen 20, Solberga

leif-gunnar.petersson@stockholm.se





## Älvsjö öppna förskola

Öppna förskolan är en öppen mötesplats för föräldrar och små barn, 0–5 år. Ingen föranmälan krävs och det kostar inget att besöka den öppna förskolan. Vi som arbetar här är pedagoger.

Här utforskar vi världen, knyter nya sociala kontakter och har roligt ihop. Du kan också leka, måla, läsa sagor för ditt barn eller bara vara tillsammans i trivsamma lokaler för barn och vuxna.

Här har du också möjlighet att få stöd i föräldraskapet och råd om barns utveckling i samvaro med andra föräldrar och personal. Det finns alltid någon att tala med, utbyta erfarenheter och tankar med.

Öppna förskolan ligger vid Älvsjö buss- och pendeltågstation i medborgarkontorets lokaler, röd tegelbyggnad, entrén till vänster, en trappa upp.

### ÄLVSJÖ ÖPPNA FÖRSKOLA

☎ 08-508 21 303  
Älvsjö Stationsgata 21

#### Vi som arbetar här:

Christina Graveley  
☎ 076-12 21 114  
christina.graveley@stockholm.se  
Helene Westin  
☎ 076-12 21 113  
helene.westin@stockholm.se



## Lekplatser/Parklekar

I Älvsjö stadsdelsområde finns det många lekplatser. Här nedan är en lista över parker med större lekplatser. Dessutom finns det många mindre lekplatser.

### Solberga

Kristallens Parklek  
Sulvägen 22

Lekparken Apelsinen  
Kängvägen

Sjörövarparken  
Solberga Hagväg

### Långbro

Långbroparkens lekplats  
Stora Mans väg

Vivelparken  
Vivelvägen 40

### Herrängen

Lekparken Storhagen  
Herrängsvägen 76

### Långsjö

Bergtorpskärrret  
Långbrodalsvägen 85

### Örby Slott

Äppelängen  
Täckhammarsvägen 19



## Bad och plaskdammar

### Långsjöbadet

Allmänt bad som sköts av Stockholms stad. Badet ligger vid Strandängsstigen i stadsdelen Långsjö och har en barnvänlig sandstrand samt stora gräsytor. Här finns också uppbyggda grillplatser, samt toaletter och kiosk.

### Älvsjöbadet

Älvsjöbadet har lek- och plaskbassäng för de minsta, grillar, boulebana, klätterställning, gungor, sandlåda.

- Stora bassängen: 25 meter lång, 120–200 cm djup, sluttande botten
- Lilla bassängen: 20 meter lång, 70–90 cm djup, sluttande botten

Älvsjöbadet har under sommaren öppet måndag-söndag 10.00–18.00. Runt omkring bassängområdet är det stora öppna gräsytor. Här hittar du en bra plats för din filt och vad du nu har tagit med dig. Vill du grilla går det bra om du gör detta på grillplatsen. Det fina promenadstråk att vandra eller så rullar du ut en boll och bjuder in till en fotbollsmatch.

**Parkleken Kristallen** ligger i Solberga, Sulvägen, intill Solbergaskogen. Sommartid finns tillgång till plaskdamm med dusch.

**Vid Örby slott** ligger en stor plaskdamm som är vattenfylld för lek under sommarmånaderna. Plaskdammen ligger vackert intill Örby slott och en vacker park.

#### BAD OCH PLASKDAMMAR

Mer info se jämförservice på  
[www.stockholm.se](http://www.stockholm.se)

## Långbrohallen

Här har vi en stor motionssimningsbassäng 25 m lång, 7,5 m bred och 80–150 cm djup. Bassängen håller 27–28 °C.

Det hålls kurser för barn från 3 års ålder och uppåt, såsom simlekis 3–5 år och simgrupper från 4 år. På simlekis och i simgrupperna ska det alltid finnas en medföljande delaktig förälder i vattnet.

Det finns simskolor från 5 år, med eller utan förälder i vattnet. Simskolan finns i följande steg: nybörjare, fortsättning 1 och 2 samt tekniksimskola.

- Två stora omklädningsrum med bastu, damer och herrar var för sig
- Automat för kaffe och godis i foajén
- Stor och gratis parkering utanför badet.

### LÅNGBROHALLEN

Stora Kvinns väg 93  
(Långbro sjukhusområde i Älvsjö)





## Älvsjöskogens motionsspår

Motionsspåren är 3,8 km och 1,8 km långa och båda har belysning. Lämplig start är i slutet av Herr Göstas väg vid Älvsjö gamla bollplan. Rastplatser finns utefter spåren. På vintern görs spåren i ordning för skidåkning.

## Olympens idrottshall

En stor idrottshall med möjlighet att dela upp (ingen vägg emellan) på två planer med mått 38 x 20 m och 34 x 18 m som lämpar sig för innebandy, fotboll och handboll. Obs! Klister/vax ej tillåtet. I anläggningen finns också en bokningsbar squashbana.

## Föreningar

### ÄLVSJÖ AIK FOTBOLL

☎ 08 749 19 20  
(Måndag–fredag 9.00–15.00)  
info@alvsjoaik.se  
www.alvsjoaik.se

### SOLBERGA BK

☎ 073 461 25 09  
info@solbergabk.se  
www.solbergabk.se

### ÄLVSJÖ AIK – INNEBANDY, SIMNING OCH GYMPA OCH HÄLSA

☎ 070 666 92 42 (gympa/hälsa)  
☎ 08 88 11 00 (innebandy/simning)  
langbrohallen@telia.se  
www.langbrohallen.se

För mer info om föreningar i Älvsjö titta in på [www.stockholm.se](http://www.stockholm.se)

## Älvsjö Bibliotek

Biblioteket ligger centralt vid pendeltågsstationen och busstorget i Älvsjö i samma byggnad som Älvsjö medborgarkontor.

Här kan du slå dig ner och bläddra i en tidning, ta en kopp kaffe, eller surfa på någon av våra datorer med internetuppkoppling. Du kan i lugn och ro botanisera bland litteratur, fackböcker, musik och annat roligt för alla åldrar. Har vi inte vad du söker, så kan vi ofta hitta det någon annanstans. Här kan du låna datorer, studierum och få hjälp med att söka på nätet.

Varje termin har vi även olika aktiviteter för barn och föräldrar.



### ÄLVSJÖ BIBLIOTEK

☎ 08-508 307 80/82  
Älvsjö Stationsgata 21, Älvsjö  
malin.brandt@stockholm.se  
www.stockholm.se  
För mer info se hemsidan.



## Kulturskolan Stockholm

På Kulturskolan ger vi dig möjlighet till eget konstnärligt skapande, nya intressen och många möten. Hos oss kan du välja mellan 70 olika ämnen och hundratals kurser inom musik, teater, dans, cirkus, konst och media.

Vi har korta kurser eller kurser som sträcker sig över en hel termin.

Kulturskolan bedriver verksamhet inom det konstnärliga området för barn och ungdomar mellan 6 och 22 år som bor i Stockholms stad, på deras fritid. Kulturskolan Stockholm har verksamhet i Stockholms stads alla stadsdelar.

## Fritidsnätet

Aktiviteter för dig som behöver extra stöd.

Här kan du söka efter verksamheter som varje kommun erbjuder dig som behöver extra stöd. Verksamheter arrangeras av till exempel föreningar, fritidsgårdar, studieförbund och simhallar.



### KULTURSKOLAN STOCKHOLM

☎ 08-508 31 870

[www.stockholm.se/kulturskolan](http://www.stockholm.se/kulturskolan)

### FRITIDSNÄTET

[www.fritidsnatet.se](http://www.fritidsnatet.se)

# FÖRÄLDRASTÖD

## BVC

På Barnavårdcentralen är vi fem BVC-sjuksköterskor. Barnavårdcentralen finns i samma byggnad som vårdcentralen på Solberga Hagväg 5. Vi arbetar enligt barnhälsovårdens riktlinjer och vårt mål är att tillsammans med föräldrar främja barnets hälsa, trygghet och utveckling.

### BVC

☎ 08-12 33 61 80  
Solberga Hagväg 2, Älvsjö

### Öppettider:

Måndag– torsdag 7.30–17.00  
Fredag 7.30–14.30

### Kontakt:

Sabina Bladström  
Samordnare/BVC-SSK Älvsjö BVC  
☎ 08-12 33 61 82  
[www.slso.sll.se](http://www.slso.sll.se) / Älvsjö Vårdcentral

## Pappagrupp på BVC

Att bli förälder är en stor och livsavgörande händelse. Att bli pappa är ett livslångt åtagande som kräver engagemang och initiativförmåga. Det kräver att du tar ansvar och vill vara delaktig.

### KONTAKT PAPPAGRUPP

Sven-Åke Alveving  
☎ 076-31 65 957  
[s.alveving@gmail.com](mailto:s.alveving@gmail.com)

## Barn och unga med funktionsnedsättning – LSS

På din stadsdelsförvaltning finns biståndshandläggare som hjälper personer med funktionsnedsättning att hitta rätt form av stöd och omsorg som kan behövas för att kunna bo, arbeta, studera eller delta i fritidsaktiviteter.

### BISTÅNDSHANDLÄGGARE

☎ vx 08-508 21 000 (be att få prata med en biståndshandläggare)  
Älvsjö stadsdelsförvaltning

### Tips på webbsidor:

[stockholm.se/fritidforalla](http://stockholm.se/fritidforalla)  
[fritidsnatet.se](http://fritidsnatet.se)

## Familjerådgivningen Stockholms Stad

Alla kan någon gång få det svårt i en parrelation. Familjerådgivning är en möjlighet för par med problem i sin relation, att tillsammans med en professionell rådgivare/terapeut arbeta med svårigheterna i syfte att komma vidare på ett konstruktivt sätt. Familjerådgivningen erbjuder också hjälp att finna former för ett fortsatt samarbete kring barnen efter en separation, ett så kallat samarbetsamtal.

Familjerådgivningen vänder sig till par, föräldrar och familjer som behöver hjälp i olika samlevnadsfrågor. Samtalstiden är på 90 minuter.

Stockholms stad har kundval för familjerådgivning. Det innebär att du som vill ha familjerådgivning och bor i Stockholm kan välja mellan ett antal godkända utförare, både stadens egen familjerådgivning och privata utförare, till samma avgift.

### FAMILJERÅDGIVNING

Ni hittar all info om och bokar familjerådgivning via:  
[www.stockholm.se/familjeradgivning](http://www.stockholm.se/familjeradgivning)

## Familjerätten

Familjerätten kan ge information och rådgivning i frågor om adoption. Vid skilsmässa kan du vända dig till familjerätten för att skriva avtal om vårdnad, boende och umgänge.

Familjerätten erbjuder även samarbetsamtal.

### FAMILJERÄTTEN

☎ vx 08-508 23 000  
☎ 08-508 22 314 (telefonmottagning)  
Telefonvägen 30, Hägersten  
(besök enligt överenskommelse)

#### Telefontider:

Jämna måndagar 14.00–16.00  
Ojämna måndagar 9.00–11.00  
Tisdag, torsdag, fredag 9.00–11.00  
Onsdag 13.00–15.00





## Barn- och ungdomspsykiatrimottagning BUP

BUP Skärholmen är en specialistverksamhet inom landstinget för barn och unga i åldrarna nyfödda till och med sju ton år, som mår psykiskt dåligt.

Vi arbetar i nära dialog med föräldrarna och vid behov med nätverket kring barnet/ungdomen såsom BVC, förskola/skola, socialtjänst, habilitering m.m.

Vi erbjuder barn- och ungdomspsykiatriska bedömningar/utredningar och olika former av stöd och behandlingsinsatser.

Du kan också själv välja vilken BUP-mottagning du vill i staden.

### **BUP SKÄRHOLMEN**

☎ 08-514 52 950  
Storholmsgatan 11, Skärholmen

#### **Tidsbeställning:**

Mån–onsdag, fredag 10.00–11.00  
Torsdag 15.00–16.00  
[www.bup.se](http://www.bup.se)

## Psykolog för barn och ungdom på Älvsjö Vårdcentral

På Älvsjö vårdcentral erbjuds kontakt med legitimerad psykolog för rådgivning, kartläggning, bedömning och kortare behandling av psykisk ohälsa riktat till barn och ungdomar 0–17 år samt deras föräldrar.

Det kan t.ex. handla om nedstämdhet, oro, kriser, svårigheter i kamratrelationerna eller i skolan, eller återkommande konflikter inom familjen.

Till vårdcentralen kan man vända sig dit med bekymmer som ännu inte vuxit sig så pass stora att man är i behov av psykiatrisk specialistvård.

Där erbjuds rådgivning och vidare remittering. För att kunna påbörja psykologisk behandling ska vårdnadshavare ha gett sitt samtycke.

Vården är avgiftsfri. Det krävs ingen remiss och du kan söka oavsett var i Stockholm du bor eller på vilken vårdcentral du är listad.

### **PSYKOLOG FÖR BARN OCH UNGDOM**

☎ 08-123 361 00  
För information och tidsbokning.  
Du kan även prata med din husläkare.

## Älvsjö Hägerstens ungdomsmottagning

Ungdomsmottagningen arbetar med sex- och samlevnadsfrågor, psykisk hälsa, frågor om kroppen och närrelationer. Det kan också handla om dina funderingar om dig själv och din framtid.

Vi erbjuder:

- preventivmedel
- graviditetstest
- korta eller långa samtalskontakter utifrån dina egna behov
- dagen-efter-piller
- undersökning
- testning av könsjukdomar.

*Besöken på mottagningen är gratis och personalen har tystnadsplikt.*

### UNGDOMSMOTTAGNING

☎ 08-508 22 341

Lötmogatan 1,

T-banestation Midsommarkransen

#### Öppettider:

Dagtid vardagar, helgdagar stängt

Telefontid, se [www.umo.se](http://www.umo.se)

[ungdomsmottagningen.hagersten-](mailto:ungdomsmottagningen.hagersten-liljeholmen@stockholm.se)

[liljeholmen@stockholm.se](mailto:liljeholmen@stockholm.se)

[www.stockholm.se/](http://www.stockholm.se/)

[ungdomsmottagningen](http://ungdomsmottagningen)

## ABC – alla barn i centrum

Få saker är viktigare än relationen med våra barn. Idag vet vi att starka band mellan barn och föräldrar är den bästa grunden för en harmonisk uppväxt till trygga och självständiga individer som vuxna. Det är det ABC:s gruppträffar handlar om.

ABC består av fyra träffar a 2,5 timme och vänder sig till alla föräldrar med barn i åldrarna 3–12 år. Innehållet bygger på forskning kring föräldraskap och barns utveckling.

Rubrikerna för träffarna är: Visa kärlek, Vara med, Visa vägen och Välja strider.

Syftet med träffarna är att stärka relationen mellan dig som förälder och ditt barn.

### ABC

Vi erbjuder ABC-träffar på kvällstid

Anmälan: [www.plusportalen.se](http://www.plusportalen.se)

#### Vill du veta mer om ABC gruppträffar?

☎ 08-508 21 304

[www.allabarnicentrum.se](http://www.allabarnicentrum.se)



## Komet

### Arbetar för att förbättra kommunikationen mellan föräldrar och barn

Bråk mellan föräldrar och barn är helt naturligt, men mycket bråk kan leda till en negativ spiral som är svår att ta sig ur. På en Kometträff får du lära dig nya sätt att samspela med ditt barn, för en bättre relation med mindre bråk. Kometträffarna är till dig som förälder som behöver mer stöd i din föräldraroll än vad ABC erbjuder.

I Älvsjö kan vi erbjuda Komet till föräldrar som har barn i åldern 12–18 år och som upplever att det är mycket bråk och tjat hemma.

I Kometgruppen träffas föräldrar tillsammans med gruppledare en gång i veckan, två och en halv timme varje gång. Antalet träffar är nio. Olika teman tas upp vid varje träff. Träffarna är på kvällstid.

#### KOMET

**Anmälan:** [www.plusportalen.se](http://www.plusportalen.se)  
[www.kometprogrammet.se](http://www.kometprogrammet.se)

## Telefonjouer för samtal och stöd i föräldrarollen

*Att vara förälder är ofta härligt men det kan också vara svårt. Ibland är det inte självklart vad som är rätt och vad som är fel.*

### BRIS Vuxentelefon – om barn

Samtalet kostar som ett vanligt telefonsamtal.

### Rädda Barnens Föräldratelefon

Vi som svarar är själva föräldrar och medmänniskor runtom i Sverige. Vi lyssnar, ger stöd och hjälp med att sortera i tankar och känslor. Ringer du till oss kostar det bara en markering och du kan vara anonym. Ibland är det lättare att skriva än att prata i telefon. Du kan självklart vara anonym här också men du måste uppge en e-postadress dit vi kan mejla svaret. Vi svarar så fort vi hinner men det kan ta några dagar innan du hör något från oss.

### Föräldratelefon

Svenska föreningen för psykisk hälsa. Psykologer och socionomer ger stöd och råd i föräldrarollen.

### Maria ungdoms rådgivningstelefon

Maria Ungdom är specialister på att hjälpa föräldrar som är oroliga för sina ungdomars problem kopplade till alkohol och droger. Är du en ung person som har sådana problem kan du också vända dig till oss för att få hjälp och stöd. Det finns inga dumma frågor.

### Polisens föräldrastöd

Polismyndigheten i Stockholms län erbjuder en tjänst där de svarar på frågor kring ungdomar och brott. Syftet är att hjälpa föräldrar och andra anhöriga till egna åtgärder som kan stödja ungdomar.

#### BRIS

☎ 077-150 50 50  
Måndag, tisdag 13.00–16.00  
Onsdag, torsdag, fredag 9.00–12.00

#### RÄDDA BARNEN, FÖRÄLDRAR

☎ 020-786 786  
Måndag till fredag 18.00–21.00  
Lördag 13.00–16.00  
foraldrar@rb.se

#### FÖRÄLDRATELEFON

☎ 020-85 20 00  
Vardagar 10.00–15.00

#### MARIA UNGDOM

☎ 08-123 47 410 för råd, stöd och akuta frågor. Öppet dygnet runt.

#### POLISENS FÖRÄLDRASTÖD

☎ 020-217 000  
Tisdag, onsdag, torsdag 9.00–16.00

## Fältassistenter

Fältassistenterna arbetar uppsökande bland ungdomar på gator och torg, skolor, fritidsgårdar och på internet. Vi rör oss bland ungdomarna på kvällar, helger, och även dagtid, för att skapa en relation som bygger på frivillighet, tillit och respekt för ungdomarnas integritet. Är du orolig eller har du funderingar för vad som sker med din tonåring får du gärna ringa och rådgöra med oss.

Vi tar även uppdrag direkt från föräldrar och ungdomar, man behöver alltså inte gå via socialtjänsten.

Fältassistenterna samverkar med ungdomar och föräldrar. Även med socialtjänsten, preventionssamordnaren, skolorna, fritidsverksamheten, polisen, andra fältgrupper och frivilliga organisationer.

### KONTAKT FÄLTASSISTENTER

#### Kent Lindahl

☎ 08-508 21 305  
kent.ragnar.lindahl@stockholm.se

#### David Lindgren Chin

☎ 08-508 21 057  
david.chin.lindgren@stockholm.se

#### John Brayley

☎ 08-508 21 056  
john.brayley@stockholm.se



## Kommunala aktivitetsansvaret (KAA) i Älvsjö

### För ungdomar 16–19 år

Stockholms stad ska hålla sig informerad om de ungdomar som är mellan 16 och 19 år och som inte studerar och inte arbetar för att kunna erbjuda åtgärder. Detta kallas att staden har ett kommunalt aktivitetsansvar.

KAA erbjuder samtal och vägledning till ungdomarna. Tillsammans gör vi en individuell handlingsplan för hur ungdomen ska ta nästa steg och nå målet som kan vara ett arbete, en praktikplats eller studier.

#### KAA

##### Hanna Andersson

☎ 08-508 35 861

SMS 076-12 35 861

[hanna.x.andersson@stockholm.se](mailto:hanna.x.andersson@stockholm.se)

##### Veronica Laurén

☎ 08-508 35 744

SMS 076-12 37 844

[veronica.lauren@stockholm.se](mailto:veronica.lauren@stockholm.se)

Ekholmsvägen 34, Skärholmen

[www.stockholm.se/16-19](http://www.stockholm.se/16-19)

[www.facebook.com/16till19](https://www.facebook.com/16till19)

## Spelberoende

Har du eller någon i din familj problem med spelande? Stockholms stad erbjuder par- eller familjesamtal tillsammans med legitimerade psykoterapeuter med utbildning och erfarenheter av spelberoendeproblem.

#### SPELBEROENDE

☎ 020-81 91 00 (Hjälplinjen)

08-741 26 94 (kansliet)

Vardagar 9.00–17.00

[sbf.stockholm@telia.com](mailto:sbf.stockholm@telia.com)

[www.stockholm.se](http://www.stockholm.se)

Gå in på Familj och Omsorg – Socialt och ekonomiskt stöd – Missbruk och beroende – Spelberoende.

## Mottagningsgruppen

Vi tar emot alla personer och familjer som vänder sig till Älvsjö stadsdelsförvaltning för stöd och hjälp. När du känner oro för ett barn/familj eller vuxen är det till Mottagningsgruppen du skall vända dig med din anmälan. Du kan även ringa och ställa frågor.

#### MOTTAGNINGSGRUPPEN

☎ 08-508 21 000 (Jourtelefon på kontorstid)

☎ 08-508 21 000 (ansökningar/frågor om ekonomiskt bistånd)

Tisdag, torsdag 9.00–10.00

## Budget- och skuldrådgivning

Bor du i stadsdelen, har rörig ekonomi och/ eller stora skulder, så har du möjlighet att få stöd av vår budget- och skuldrådgivare. Det är aldrig för sent att ordna upp en skuldsituation eller tilltrasslad ekonomi. Du får praktiska råd och hjälp med att göra beräkningar.

OBS! Den första kontakten sker alltid via s.k. Öppen mottagning. På onsdagar varje vecka erbjuder Älvsjö Stadsdelsförvaltning 2 st. ”drop in”-besökstider: **kl. 9.00 och 10.00**.

Varje besök tar cirka 45 minuter.

Den Öppna mottagningen ska hjälpa dig att få svar på enklare frågor och ta reda på om det finns behov av ytterligare rådgivning.

Du får också råd om vad du kan göra för att lösa problemet själv eller vad du kan göra i avvaktan på fortsatt budget- och skuldrådgivning.

### BUDGET- OCH SKULDRÅDGIVNING

Medborgarkontoret/Älvsjö Stationsgata 11. Ingen förbokning krävs men princip ”först till kvarn gäller”. Anmälan görs i receptionen

#### Kontakt:

Elisabeth Olszowka  
☎ 08-508 21 328.  
elzbieta.olszowka@stockholm.se

#### Mer info om verksamheten:

<https://service.stockholm.se/Open/GuidingRoom/Pages/guidingroom.aspx?page=/Budget--Skuldradgivningen/Klickguide/>

## Socialjouren

Socialjouren ansvarar för stadens socialtjänst efter kontorstid, 17.00–8.00. Under kontorstid kontaktar du socialtjänsten i din stadsdel. Kvällar, nätter och helger kan du kontakta socialjouren om du behöver akut hjälp vid till exempel familj- och relationsproblem, våld i familjen.

### SOCIALJUREN

☎ 08-508 40 000  
Brännkyrkagatan 123  
(T-bana Zinkensdamm eller buss 4 till Ansgariegatan)  
Ingång från baksidan av Hornsg. 124  
socialjouren@stockholm.se

#### Öppettider:

Kvällar, helger och nätter  
17.00–08.00



## Socialrådgivning på nätet

För alla stockholmare – barn, ungdomar och vuxna – som vill ha råd och stöd från socialtjänsten. Under vissa tider kan du chatta med socialtjänsten. Du kan även skicka in frågor via ett webbformulär. Vi som svarar är socionomer. Du kan vara anonym. Dina frågor kan handla om barn och ungdomsfrågor, jobbiga familjerelationer eller funderingar kring din ekonomi. Du kan också ställa frågor om psykisk ohälsa och funktionsnedsättning eller riskbruk och missbruk.

### **SOCIALRÅDGIVNING**

#### **Chatten har öppet**

Vardagar kl.15.00–22.00

Lördagar kl.15.00–21.00

Söndagar kl.13.00–17.00

Frågor kan skickas in till socialrådgivningen via webbformuläret närsom helst under dygnet.

[www.stockholm.se/socialradgivning](http://www.stockholm.se/socialradgivning)



# FÖRENINGAR & ORGANISATIONER

## Stockholms Tjejjour

Stockholms Tjejjour startades 1996 och är därmed Sveriges första och äldsta, tjejjour. Idag är vi även en av Sveriges största och mest aktiva tjejjourer. Vi är en feministisk ideell förening som är partipolitisk och religiöst obunden.


Stockholms Tjejjour erbjuder stöd och hjälp till tjejer som utsatts eller utsätts för fysiskt, psykiskt eller sexuellt våld. Föreningen har även en opinionsbildande verksamhet utifrån vilken vi driver en hel del projekt. Ofta tar projekten avstamp ur det tjejer lyfter i samtal med oss eller utifrån de brister tjejerna påtalar finns i vårt samhälle.

Vår målgrupp är bred men i huvudsak vänder vi oss till tjejer mellan 12–25 år. På Stockholms tjejjour har vi tystnadsplikt och tjejen kan vara helt anonym i sin kontakt med oss.

Eftersom tjejerna alltid har möjlighet att vara anonyma så fungerar tjejjouren som ett viktigt steg i att prova att berätta om det en bär på eller utsatts för.

Med vår hjälp får tjejerna när de själva anser sig vara redo, stöd i att våga berätta för sociala myndigheter och/eller sin omgivning i bästa fall. Är du anhörig eller vän till en tjej som mår dåligt eller är utsatt så är du också välkommen att höra av dig till oss.

### STOCKHOLMS TJEJJOUR

 08-644 40 45 (telefonsvarare dygnet runt)

#### Du når oss via chatt /telefon:

Måndagar 17.00–21.00

Onsdagar 16.00–20.00.

Vår chatt loggar du in på via vår hemsida

[kontakt@stockholmstjejjour.nu](mailto:kontakt@stockholmstjejjour.nu)

[www.stockholm.tjejjouren.nu](http://www.stockholm.tjejjouren.nu)

#### Samordnare och projektledare:

[malin.jenstav@stockholmstjejjour.nu](mailto:malin.jenstav@stockholmstjejjour.nu)

#### Facebook:

<https://www.facebook.com/stockholms.tjejjour>

## Barn till Ensamma Mammor

[www.ensammamammor.fryshuset.se](http://www.ensammamammor.fryshuset.se) (gå in under fliken Stockholm)

Vi arbetar för att stödja barn som lever med sin ensamstående mamma under ekonomisk eller annan utsatthet. Vi gör det utifrån ett hälsofrämjande perspektiv med fokus på barnens och mammornas vardags-situation.

## Makalösa föräldrar

[www.makalosa.org](http://www.makalosa.org)

Makalösa föräldrars vision är att ensamföräldern och dess barn skall ha samma förutsättningar som föräldrar och barn i den traditionella kärnfamiljen.

## Surfa lugnt

[www.surfalugnt.se](http://www.surfalugnt.se)

Samordnar ett nationellt initiativ för att höja vuxnas kunskaper om barns och ungas vardag på Internet





## Hit kan du också vända dig

*Tusentals i Sverige lever med hot och våld i hemmet. Hot och våld är alltid ett brott. Det finns hjälp att få. Här nedan finns olika telefonnummer du kan ringa. Du får vara anonym och det är gratis.*

### Kvinnofridslinjen

 **020-50 50 50**

Samtalet kostar ingenting och syns inte på telefonräkningen

### Alla Kvinnors Hus

 **08-644 09 20**

### Systerjouren Somaya

 **020-81 82 83**

### Terrafem

 **020-52 10 10**

### BRIS – Barnens rätt i samhället

#### Barnens hjälptelefon

 **0200-230 230**

Barn och ungdomar kan ringa till BRIS. Samtalet kostar ingenting och syns inte på telefonräkningen.

## Alla som utsatts för brott kan också ringa


### Brottsofferjouren

 **0200-21 201**

### RFSL Brottsofferjouren HBT

 **020-34 13 16**

### Origo

 **020-253 000**

Om hedersrelaterat förtryck och våld, för dig mellan 13 och 26 år. Samtalet kostar ingenting och syns inte på telefonräkningen.

### Jourtelefon med juridisk rådgivning dygnet runt för våldtäktsoffer och andra brottsoffer

 **08-121 501 12**

### Är det akut?

#### Polis

 **112**

#### Socialjouren

 **08-508 40 000**

## För föräldrar och unga som önskar råd och stöd

### AMD Anhöriga mot droger

☎ 021-12 12 01

[www.anhorigamotdroger.se](http://www.anhorigamotdroger.se)

Här finns hjälp att få om du misstänker att någon du bryr dig om använder droger.

### Anhörigskolan

☎ 0704-84 25 82

[unda.lonnqvist@sll.se](mailto:unda.lonnqvist@sll.se)

[www.stad.org](http://www.stad.org)

För dig som är bekymrad över någons alkohol- eller tablettberoende. Utbildning i grupp vid fem tillfällen.

### Barnahus Stockholm

☎ 08-508 25 700 eller

☎ 08-508 25 280

Här samarbetar olika myndigheter kring barn som misstänks vara utsatta för brott.

### Barnombudsmannen

[www.barnombudsmannen.se](http://www.barnombudsmannen.se)

### BRIS – Barnens rätt i samhället

☎ 11611

[www.bris.se](http://www.bris.se)

En ideell organisation som arbetar med att stödja unga. Hit kan du anonymt kostnadsfritt ringa, mejla, och chatta med en vuxen. Du kan också dela erfarenhet med jämnåriga på BRIS forum.

### BUP Barn och Ungdomspsykiatri

[www.bup.nu](http://www.bup.nu)

Hit kan du både ringa själv eller få en remis till. Som första kontakt kan du också mejla. På hemsidan för BUP i Stockholm kan du också ställa frågor till behandlare.

### BUP traumaenhet

☎ 08-514 53 100

Har specialiserat sig på psykoterapeutisk behandling av barn och ungdomar som utsatts för sexuella övergrepp.

### BUSTA

☎ 020-356356

[www.busta.tjejouren.se](http://www.busta.tjejouren.se)

Stöd till sexuellt utsatta unga.

### Egalia

☎ 08-501 62 951

[egalia@stockholm.rfsl.se](mailto:egalia@stockholm.rfsl.se)

[www.egaliaung.se](http://www.egaliaung.se)

Ett "fritidshäng" för hbtq-ungdomar mellan 13 och 20 år.

### Föreningen Mind

☎ 020-85 20 00

[www.mind.se](http://www.mind.se)

F.d. Föreningen Psykisk hälsa som också har en föräldratelefon. De som svarar är psykologer och socionomer och du kan självklart vara anonym.

## Inte till salu

**www.intetillsalu.se**

Webbplats för unga som gör sig själva illa med sex, unga som känner skam och skuld för att de tar ut sin smärta genom att utsätta sig själva för farliga situationer.

## Jourhavande kompis


 **020-22 24 44**

## Kränk

**www.kränkt.se**

Datainspektionen ger råd om hur man gör om man blivit kränkt på nätet.

## Maria Ungdoms Ungdoms- och Akutmottagning

 **08-123 47 410** (rådgivning dygnet runt)

**www.mariaungdom.se**

Riktat sig mot ungdomar som har problem med alkohol och droger. Ibland i kombination med psykisk ohälsa.

## Maskrosbarn

**kontakt@maskrosbarn.org**

**www.facebook.com/organisationenmaskrosbarn**

**www.maskrosbarn.org**

En ideell förening som stödjer unga med föräldrar som mår psykiskt dåligt eller har missbruk.

## Mikamottagningen

 **08-508 25 501** eller

 **08-668 69 87**

Mottagning för personer som har sex mot ersättning och/eller skadar sig själva med sex.

## Novahuset

**novahuset@hotmail.com**

**www.novahuset.com**

Vänder sig till unga som utsatts för sexuella övergrepp, kränkningar, eller behöver någon att prata med. Erbjuder mailjour, stödsamtal och stöd i kontakten med myndigheter. Du kan vara anonym och de har tystnadsplikt.

## Origo

 **020-253000**

**origo@stockholm.se**

**www.origostockholm.se**

Erbjuder stöd och rådgivningssamtal till ungdomar och vuxna utsatta för hedersrelaterat våld. Nås både via nätet och i våra lokaler för de som vill komma på besök.

## PrevenTell

 **020-66 77 88**

**info@preventell.se**

**www.prevtell.se**

Hjälplinje vid oönskad sexualitet.

## RFSU-kliniken

 08-692 07 84

[www.rfsu.se/sv/RFSU-kliniken](http://www.rfsu.se/sv/RFSU-kliniken)

Tar emot dig som vill testa för köns-sjukdomar och kan också erbjuda psykoterapi för dig med sexuellt relaterade frågor eller problem.

## Rädda Barnen

 08-698 90 00

[www.rb.se](http://www.rb.se)

Rädda Barnens mottagning för barn och ungdomar i utsatta livssituationer.

## Talita

 08-39 50 42

[info@talita.se](mailto:info@talita.se)

[www.talita.se](http://www.talita.se)

Ideell förening som hjälper och stödjer kvinnor och barn som utnyttjas i prostitution och människohandel för sexuella ändamål.

## Tilia

[www.foreningentilia.se](http://www.foreningentilia.se)

Arbetar mot ungas psykisk ohälsa, på deras eget uppdrag med stort individfokus. Allt från inspiration till att välja ett friskt liv, genom att följa oss på vår blogg och i sociala medier, prenumerera på vår podcast ”Tilia-podden” via iTunes, att kunna prata med oss anonymt i vår chatt, samt att vi följer med dig om du behöver hjälp i kontakten med andra vuxna som känns svår att klara av själv.

## Tjejzonen

[www.tjejzonen.org](http://www.tjejzonen.org)

Sveriges största stödorganisation för tjejer mellan 12 och 25 år. Förbygger och lindrar psykisk ohälsa genom att ge stöd till tjejer via fysiska och virtuella möten.

## 1000 Möjligheter

**Chattjour:**

[www.1000mojligheter.se](http://www.1000mojligheter.se)

Tjej och killjour i Stockholm.

## Ungdomsjouren

 08-508 25 481 (Jourtelefon)

[ungdomsjouren@stockholm.se](mailto:ungdomsjouren@stockholm.se)

Uppsökande arbete för ungdomar i riskzon. Stöd och praktiskt hjälp till unga brottsutsatta, medling vid brott.

## Ungdomsmottagningen på Nätet

[www.umo.se](http://www.umo.se)

För unga mellan 12–25 år.

## Ungdomsmottagningen i Stockholms stad

[www.stockholm.se/familjomsorg/stodtillunga/ungdomsmottagningen](http://www.stockholm.se/familjomsorg/stodtillunga/ungdomsmottagningen)

Här kan du ställa frågor, göra tester eller undersökningar, eller prata om hur du mår.

## Medborgarförslag direkt till din stadsdelsnämnd

### Vad är ett medborgarförslag?

Medborgarförslag är ett förslag om att förändra någon verksamhet inom Stadsdelsnämndens ansvarsområde. Det kan handla om till exempel förskola, omsorg för äldre eller personer med funktionsnedsättning, socialtjänst, demokratifrågor eller vissa typer av upprustningar eller skötsel av parkmiljö.

### Hur skriver jag ett medborgarförslag?

- Du kan lämna förslag skriftligt via webben eller posta till registrator
- Det ska tydligt framgå att det är ett förslag till nämnden och vad saken gäller. Skriv gärna kort och enkelt
- Du måste lämna namn och adress, gärna också telefonnummer och eventuell e-postadress
- Skicka förslaget till den stadsdelsnämnd där du bor.

### Hur tas mitt medborgarförslag emot?

Via brev eller e-post får du en skriftlig bekräftelse på att förslaget tagits emot och ett besked om hur ditt medborgarförslag kommer att behandlas. Dessa handlingar kommer att diarieföras och besvaras av förvaltningen eller nämnden. Du bjuds sedan in till det möte där ditt förslag tas upp och där det bestäms om ditt förslag ska utredas.

#### **MEDBORGARFÖRSLAG**

Älvsjö stadsdelförvaltning  
Registrator, Box 48, 125 21 Älvsjö  
[www.insyn.stockholm.se](http://www.insyn.stockholm.se)

#### **Synpunkter och klagomål:**

Om du har synpunkter på något i våra verksamheter kan du ta direktkontakt med respektive verksamhet

## Medborgarkontoret i Älvsjö

### För dig som önskar ett personligt möte

Samhällsvägledarna ger dig information och vägledning om offentlig service. Du får svar direkt eller rätt hänvisning till den som ansvarar för frågan. Vi visar hur du använder e-tjänster, hur du överklagar beslut och hur du får kontakt med andra förvaltningar inom Stockholms stad, andra myndigheter och organisationer. Kom gärna på besök, mejla eller ring till oss.

### Dator finns att låna

För att använda våra datorer behöver du ett lånekort från Stockholms stads bibliotek. Det finns skrivare. Vi tar ut en mindre avgift för utskrivet material.

### På medborgarkontoret kan du också få konsumentupplysning.

Fråga efter konsumentrådgivningen i receptionen.

### Juridisk rådgivning

Advokatjouren på medborgarkontoret är en kostnadsfri mottagning där en advokat hjälper dig med en första genomgång av ditt problem. Under cirka 15 minuter får du råd och information om var du ska vända dig för att få eventuell fortsatt hjälp. Advokaten finns på medborgarkontoret varannan måndagskväll, ojämna veckor, mellan klockan 16.00–18.00. Kölappar lämnas ut på medborgarkontoret samma dag med start 15.30. Tid för besök kan inte bokas.

#### MEDBORGARKONTORET I ÄLVSJÖ

☎ 08-508 21 050

Älvsjö stationsgata 21, Älvsjö station  
medborgarkontoret.alvsjo@stockholm.se

[www.stockholm.se/alvsjo](http://www.stockholm.se/alvsjo)

#### Öppettider

Måndag, tisdag, torsdag 8.00–16.30

Onsdag 10.00–16:30, fredag  
8.00–16.00

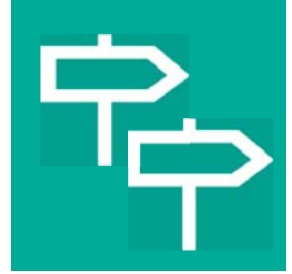
#### Öppettider maj–augusti:

Måndag, tisdag, torsdag 8.00–16.00

Onsdag 10.00–16.00

fredag 8.00–15.00





## Nattvandringarna i Älvsjö

### Nattvandring för ökad trygghet

Nattvandringarna i Älvsjö rör sig främst i stadsdelen Solberga och är anslutna till organisationen **[www.nattvandring.se](http://www.nattvandring.se)**.

Att nattvandring skapar en social trygghet i det samhälle vi idag lever i. Att som ansvarsfull medmänniska finnas ute i vår stadsdel minimerar risken för drogmissbruk, våld, skadegörelse och annan kriminalitet.

Vårt engagemang gör skillnad! Det är viktigt att man som medmänniska bryr sig och vågar ta steget till en tryggare tillvaro.

Nattvandringarna samverkar med andra organisationer som arbetar för ökad trygghet och gemenskap. Var med och skapa en trygg och säker stadsdel som präglas av trivsel och gemenskap du med!

*Skolorna organiserar också föräldravandring i sina områden. Tag kontakt med din föräldraförening!*

#### NATTVANDRINGARNA I ÄLVSJÖ

[alvsjo.nattvandring@gmail.com](mailto:alvsjo.nattvandring@gmail.com)

[www.nattvandring.se](http://www.nattvandring.se)

**Facebook:** Älvsjö Nattvandring

## Barnrättsbyrån

Barnrättsbyrån arbetar på uppdrag av barn och unga och erbjuder stöd, råd och praktisk hjälp i frågor som rör deras rättigheter. Barnrättsbyrån startades 2011 och är nu en fristående barnrättsorganisation.

Barnrättsbyrån är lättast att få tag på vardagar kl 10.00–16.00.

#### BARNRÄTTSBYRÅN

Besöksadress: Hornsgatan 83

[www.barnrattsbyran.se](http://www.barnrattsbyran.se)

#### Kontaktpersoner:

[elin@barnrattsbyran.se](mailto:elin@barnrattsbyran.se)

☎ 072-565 33 46

[maria@barnrattsbyran.se](mailto:maria@barnrattsbyran.se)

☎ 072-565 33 36

[ida@barnrattsbyran.se](mailto:ida@barnrattsbyran.se)

☎ 072-565 33 16

## Brännkyrka församling

### Öppen förskola

Brännkyrka församlingslokaler torsdagar och fredagar 9.00–12.00.

### Musiklek för barn 3–6 år

Se [www.brannkyrka.org](http://www.brannkyrka.org) för mer information och kontaktperson.

### Barnfilmsklubben

Varje lördag 15.00 Salomosalen i Brännkyrka församlingshus.

Filmprogrammet finns i våra lokaler och på vår hemsida.

Ingen föranmälan.

### Vår ungdomsverksamhet

Huvudsakligen förlagd till vårt andra församlingshus Vårfrukyrkan i Fruängen.


### Brännkyrka församlings familjerådgivning

När en relation inte riktigt fungerar kan det hjälpa att ta råd från någon utomstående.


Parrelationer liksom andra närelationer kan ibland behöva ”friskvård” eller akuthjälp. Första besöket är avgiftsfritt.

Du kan också skicka e-post till [familjeradgivning.brannkyrka@svenskakyrkan.se](mailto:familjeradgivning.brannkyrka@svenskakyrkan.se)


#### BRÄNNKYRKA KYRKA

 vx 08-447 1100  
Götalandsvägen 189-193, Älvsjö  
[www.brannkyrka.org](http://www.brannkyrka.org)  
[www.kyrklansorder.se](http://www.kyrklansorder.se)

#### Församlingspedagog:

Ingemar Cederlund  
 08-447 11 23 / 073 965 66 59

#### Kontaktperson Barnverksamheten:

Susanne Ahlsén-Lindman  
 08-447 11 31

## Älvsjökyrkan

Tillhör Equmeniakyrkan och är namnet på det nya kyrkosamfund som består av f.d. Svenska Missionskyrkan, Baptistsamfundet och Metodistkyrkan i Sverige. Älvsjökyrkan vill vara en kyrka för hela livet, till för både barn och vuxna.

Equmenia Älvsjö är namnet på vårt barn- och ungdomsarbete i Älvsjökyrkan. Vi firar gudstjänst i Älvsjökyrkan på söndagar 11.00, därefter kyrkkaffe. Gudstjänsterna är lite olika till sin karaktär, ibland med svängig gospel, ibland stillsamma. Alla är välkomna till gudstjänster och andakter, till studieverk-samhet och barn- och ungdomsgrupper. Hör också gärna av dig till pastor om dop, bröllop och begravning eller om du har behov av att samtala personligt med någon som har tystnadsplikt. I Älvsjökyrkan finns också två församlingar som firar gudstjänst på kurdiska respektive engelska.

### Övriga verksamheter inom Älvsjö kyrkan

- bordrollspelsgrupper
- konfirmationsläsning
- barnrytmik, rytmik och rörelse för barn med Downs syndrom torsdagar
- musiklördagar för hela familjen
- ÄlvCon, spelkonvent i Älvsjökyrkan
- soppa, livsnära samtal och andakt,
- Älvsjö Gospel, ungdoms- och barnkörer, scoutverksamhet
- verksamhet inriktat på tonåringar

#### ÄLVSJÖKYRKAN

[www.alvsjokyrrkan.se](http://www.alvsjokyrrkan.se)

**Kontaktperson:**

Pastor Maria Rönnedal

☎ 0704-71 15 35

[maria@alvsjokyrrkan.se](mailto:maria@alvsjokyrrkan.se)

Håll utkik efter folder och program-bok.

## Stadsmissionen Unga station

Unga station har en mängd olika verksamheter som riktar sig till barn och ungdom:

Öppen tjejverksamhet för 13–20 år, öppna torsdagskvällar för föräldrar, barn och unga mellan 0–20 år, utflykter på helger och lov för föräldrar och barn, öppen förskola för föräldrar under 23 år och deras barn, samt en mängd stödverksamheter.

#### STADSMISSIONEN UNGA STATION

[www.stadsmissionen.se/](http://www.stadsmissionen.se/)

Socialverksamhet/Barnochunga/  
Unga-Station/Enter/

**Verksamhetschef:**

Erica Sandin

☎ 08-68 42 3332

SMS: 070-425 65 72

## Stöd till Brottsoffer

### Kontakt Stödcentrum Söderort

Stödcentrum riktar sig till ungdomar upp till 21 år som bor i Stockholms stad och har blivit utsatta för personrån, misshandel, våldtäkt, olaga hot och ofredande. Vittnen till brott samt anhöriga kan också få stöd och hjälp.

Stödcentrum erbjuder stödsamtal, praktisk hjälp i kontakten med polis, åklagare och försäkringsbolag samt rådgivning. Inför och vid rättegång erbjuds stöd via någon av Stödcentrums volontärarbetande stödpersoner. Hjälpen är kostnadsfri och besökaren har rätt att vara anonym.

Vänd dig till Stödcentrum om du har frågor, vill ha rådgivning eller vill boka en tid.

#### SÖDERORT POLISMÄSTARDISTRIKT

☎ 08-508 48 010  
Arenavägen 63, vån 7, Johanneshov

#### CITY POLISMÄSTARDISTRIKT

☎ 08-508 48 005  
Torkei Knutssonsg. 20, Stockholm  
[www.stockholm.se/stodcentrum](http://www.stockholm.se/stodcentrum)

### Brottsofferjouren

Brottsofferjourens ändamål är att erbjuda och ge medmänskligt stöd, information och praktisk vägledning till brottsutsatta, vittnen och anhöriga. Brottsofferjourens insatser är ett komplement och ett alternativ till myndigheternas stöd. Den som drabbats av brott, exempelvis rån, misshandel, våldtäkt eller hot om våld behöver hjälp och tid att bearbeta vad som hänt.

Då kan det vara särskilt viktigt med en erfaren samtalspartner som kan ge råd och stöd. Stödpersonerna lyssnar och bekräftar den drabbade, har tystnadslofte och ställer upp med den diskretion som är tillrädig. Hjälp med praktiska göromål som kontakt med bland annat myndigheter, försäkringsbolag och stöd vid rättegångar erbjuds också.

Stödcentrum för unga brottsutsatta och medling Stödcentrum hjälper unga personer upp till 21 år som har blivit utsatta för brott eller är vittne till brott som till exempel misshandel, hot och våldtäkt (ej familjevåld). Vi arbetar med stödsamtal kring själva händelsen och erbjuder praktisk hjälp i kontakt med polisen och kan vara ett stöd genom rättsprocessen. Hos oss kan man vara anonym och man behöver inte anmäla brottet.

Vi har även föräldrastöd om ditt barn har blivit utsatt för brott.

#### BROTTSOFFERJUREN

☎ 08-708 95 80  
Bredängsvägen 260, Skärholmen  
Munkforsplan 45, Farsta  
[info@sodrastockholm.boj.se](mailto:info@sodrastockholm.boj.se)  
[www.boj.se](http://www.boj.se)

## Våld i nära relationer

Mottagning för våldsutsatta och våldsutövare inära relationer boende i Älvsjö

### Hit kan du vända dig om du är över 18 år och är:

- eller/har varit utsatt för fysiskt, psykiskt och/eller sexuellt våld av partner
- utsatt för hot eller kontroll från din familj eller släkt (hedersrelaterat våld)
- utsatt för våld inom en samkönad relation
- man/kvinna med vålds- och kontrollbeteende i nära relation.

### Vi kan hjälpa dig med:

- råd- och stödsamtal
- stöd att förändra vålds- och kontrollbeteende
- boende vid skyddsbehov
- stöd vid eventuell rättsprocess
- stöd i kontakt med annan myndighet
- om du har barn ser vi till att de får stöd.

#### MOTTAGNING FÖR VÅLD I NÄRA RELATIONER

☎ 08-508 21 000  
Älvsjö stadsdelsförvaltning  
Älvsjö stationsgata 21, Älvsjö

#### Öppettider:

Måndag-torsdag 8.00–16.50  
Fredag 8.00–16.15

#### Öppettider maj-augusti:

Måndag-torsdag 8.00–16.15  
Fredag 8.00–15.15)

## Akutmottagning för våldtagna kvinnor

### Finns på Södersjukhuset

Syftet med akutmottagningen för våldtagna kvinnor är att ge så bra bemötande, vård och uppföljning som möjligt. Kvinnorna erbjuds stödsamtal med kurator eller psykolog samt en rättsmedicinsk utredning för att säkra bevis. På mottagningen finns också bl.a. barnmorskor och läkare. Män kan inte erbjudas hjälp men hänvisas till rätt vårdinstans.

#### AKUTMOTTAGNING VÅLDTAGNA KVINNOR

☎ 08-616 46 70  
Sjukhusbacken 10, Stockholm  
[www.sodersjukhuset.se/avk](http://www.sodersjukhuset.se/avk)  
Mottagningen är bemannad dygnet runt.

För aktuell information, kolla på hemsidan  
**[www.stockholmsstad.se/alvsjo](http://www.stockholmsstad.se/alvsjo)**

### **Texter**

Nicoline Isacson och Torbjörn Ljungblom

### **Fotografer**

Magnus Glans, Svartpunkt AB (sid 17)

Yanan Li (sid 9, omslagets bakre insida)

Matton Images (sid 7)

Sara Mc Key (omslagets insida, baksida)

Lieselotte van der Meijs (sid 11, 19, 22)

Pär Olsson (sid 24)

Fredrik Persson (omslag)

Ungdomens Hus (sid 5, 12)

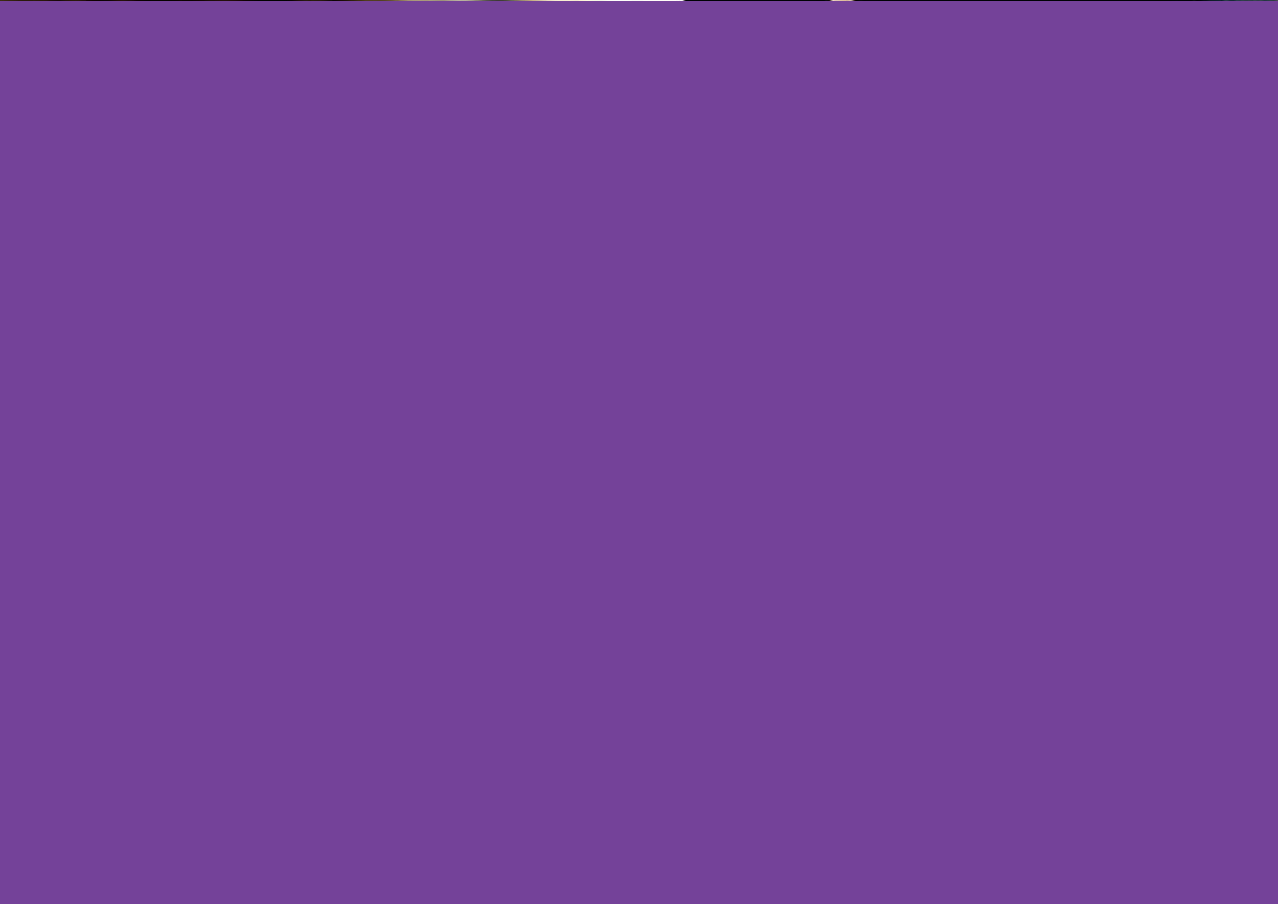
Öppna Förskolan (sid 6)

### **Grafisk form**

Cecilia Frank, Frank Etc. AB

### **Tryck**

Edita Bobergs AB, augusti 2015





Stockholms  
stad