

## HJELPETELEFON/NØDNUMMER

Det tas forbehold om eventuelle endringer/feil på listen

<b>BARN OG UNGE</b>			
<b>Alarmtelefonen for Barn og Unge</b> - for barn som er utsatt for vold, overgrep eller i hjem der voksne ruser seg	116 111 Utlandet: 004795411755	<a href="http://www.116111.no">www.116111.no</a>	
<b>Anonyme foreldre av mobbeofre</b> - bistå mobbeofre og deres foreldre i skolesammenheng	93 08 15 04	<a href="http://www.afam.no">www.afam.no</a>	
<b>Barneombudet</b> - følger opp lovgivning som verner om barns rettigheter	22 99 39 50	<a href="http://www.barneombudet.no">www.barneombudet.no</a>	
<b>DIXI</b> - Ressurscenter for voldtatte gutter og jenter og deres pårørende	22 44 40 50	<a href="http://www.dixi.no">www.dixi.no</a>	
<b>Hjelpetelefon for barn og unge</b> - Barn i familier med rusmisbruk	800trygg (800 87944)	<a href="http://www.blakors.no">www.blakors.no</a> eller <a href="http://www.800trygg.no">www.800trygg.no</a>	
<b>Homofiles Ungdomstelefon</b> -ungdom som har behov for å snakke om legning, seksualitet, identitet etc	810 00 277	<a href="http://www.ungdomstelefonen.no">www.ungdomstelefonen.no</a>	
<b>Incesttelefon</b> -for incest og seksuelt misbrukte	800 57 000	<a href="http://www.incest80057000.no">www.incest80057000.no</a>	

## HJELPETELEFON/NØDNUMMER

Det tas forbehold om eventuelle endringer/feil på listen

<b>Jentevakta</b> - for jenter som har behov for å snakke om selvskadning, vold, spiseforstyrrelser, familieproblemer, mobbing, sex, voldtekt etc	73 52 10 00	<a href="http://www.jentevakta.com">www.jentevakta.com</a>	
<b>Kors på Halsen</b> - for barn mellom 6-18 som trenger en voksen å prate med	800 333 21	<a href="http://www.korspahalsen.no">www.korspahalsen.no</a>	
<b>Seksuelle overgrep mot barn</b> - Kripos tipstelefon	Politiet: 02800 Ved behov for akutt inngripen i overgrepssaker: 112	<a href="http://www.tips.kripos.no">www.tips.kripos.no</a>	
<b>Støttesenter mot incest</b> - for utsatte, brukere, pårørende og fagfolk	23 31 46 50	<a href="http://www.sentermotincest.no">www.sentermotincest.no</a>	
<b>Stine Sofies stiftelse</b> – for barns rettigheter	37 29 40 90	<a href="http://www.barnereett.com">www.barnereett.com</a>	
<b>Støttesenter mot seksuelle overgrep – Agder</b> - for ungdom over 16 år og voksne	38 07 11 11	<a href="http://www.smso-agder.no">www.smso-agder.no</a>	
<b>SUSS-telefonen</b> - Senteret for ungdom, samliv og seksualitet	800 33 866	<a href="https://www.suss.no/suss2008/Default.aspx">https://www.suss.no/suss2008/Default.aspx</a>	

## HJELPETELEFON/NØDNUMMER

Det tas forbehold om eventuelle endringer/feil på listen

<b>FAMILIE</b>			
<b>Aleneforeldreforeningen</b> - arbeider for barn og aleneforeldres rettigheter	22 35 01 27	<a href="http://www.aleneforeldreforeningen.no">www.aleneforeldreforeningen.no</a>	
<b>Anonyme foreldre av mobbeofre</b> - bistå mobbeofre og deres foreldre i skolesammenheng	93 08 15 04	<a href="http://www.afam.no">www.afam.no</a>	
<b>Arbeidslivstelefonen</b> - for arbeidstakere og arbeidsgivere. Problemstillinger i daglige arbeid	815 44 544	<a href="http://www.arbeidslivstelefonen.no">www.arbeidslivstelefonen.no</a>	
<b>Bekymringstelefonen for Foreldre</b> - rådgivningstelefon for foresatte med spørsmål om barn og ungdom	810 03 940	<a href="http://www.vfb.no">www.vfb.no</a>	
<b>Forening for Fangers Pårørende</b> - støtte og råd til familie og venner av innsatte i fengsel	22 11 41 30	<a href="http://www.ffp.no">www.ffp.no</a>	
<b>Foreningen 2 Foreldre</b> - rådgivning rundt samlivsbrudd - for foreldre, besteforeldre, steforeldre og næringslivet	880 08 845	<a href="http://www.f2f.no">www.f2f.no</a>	
<b>Giftinformasjonssentralen</b> - hjelp og råd ved forgiftning og forgiftningsfare	22 59 13 00	<a href="http://www.helsedirektoratet.no/giftinfo">www.helsedirektoratet.no/giftinfo</a>	

## HJELPETELEFON/NØDNUMMER

Det tas forbehold om eventuelle endringer/feil på listen

<b>Incesttelefon</b> - Incest og seksuelt misbrakte	800 57 000	<a href="http://www.incest80057000.no">www.incest80057000.no</a>	
<b>Kameratstøtte</b> – Hjelpetilbud til soldater, veteraner og deres familier	800 48 500	<a href="http://www.kameratstotte.no">www.kameratstotte.no</a>	
<b>Krise og hjelpetelefon for barn og familier i barnevernsaker</b>	67 58 01 70		
<b>Krise og rådgivningstelefon for menn</b> - bistå menn i ulike livsfaser og livssituasjoner	22 34 09 50 – dag 22 34 09 60 – kveld (Manntelefonen)	<a href="http://www.reform.no">www.reform.no</a>	
<b>PIO</b> - ressurscenter for psykisk helse innen psykisk helse og rus  - tilbyr rådgivning knyttet til den enkeltes situasjon og forholdet til behandlings og tjenesteapparatet.	22 49 19 22	<a href="http://www.piosenteret.no">www.piosenteret.no</a>	 PIO - ressurscenter for psykisk helse
<b>FORBRUKER</b>			
<b>Forbrukerombudet</b> - jobber for tryggere og enklere forbrukerverden	23 40 06 00	<a href="http://www.forbrukerombudet.no">www.forbrukerombudet.no</a>	
<b>Forbrukerrådet</b> - Spørsmål om kjøp av vare/tjenester fra næringsliv og privatpersoner	815 58 200	<a href="http://www.forbrukerportalen.no">www.forbrukerportalen.no</a>	
<b>Konkurransetilsynet</b> - brudd på konkurranseloven	55 59 75 00	<a href="http://www.konkurransetilsynet.no">www.konkurransetilsynet.no</a>	
<b>Konfliktrådet i Vest-Agder</b> Gratis meglertjeneste – løse tvister mellom parter	38 00 80 50	<a href="http://www.konfliktraadet.no">www.konfliktraadet.no</a>	

## HJELPETELEFON/NØDNUMMER

Det tas forbehold om eventuelle endringer/feil på listen

<b>Pasientreiser</b> - hjelp til reiseplanlegg, reiseregning, reiseoppgjør og bestilling av reiser	05515	<a href="http://www.pasientreiser.no">www.pasientreiser.no</a>	
<b>Statens forurensningstilsyn</b> - arbeider for forurensningsfri framtid	22 57 34 00	<a href="http://www.sft.no">www.sft.no</a>	
<b>HELSE</b>			
<b>Amathea</b> - alle forhold rundt graviditet	815 32 005	<a href="http://www.amathea.no">www.amathea.no</a>	
<b>Angstringen</b> - for personer som sliter med angst samt for pårørende og fagfolk	22 22 35 30	<a href="http://www.angstringen.no">www.angstringen.no</a>	
<b>Aurora</b> – støtteforening for mennesker med psykiske helseproblemer	22 20 99 83	<a href="http://www.aurora-stotteforening.no">www.aurora-stotteforening.no</a>	
<b>Dysleksiforbundet</b> - for alle med lese og skrivevansker	800 33 140	<a href="http://www.dysleksiforbundet.no">www.dysleksiforbundet.no</a>	
<b>Fritt sykehusvalg</b> - rådgivningstelefon ved valg av sykehus. Info om ventetid, pasientrettigheter, kvalitetsindikator etc	800 41 004	<a href="http://www.frittsykehusvalg.no">www.frittsykehusvalg.no</a>	
<b>Giftinformasjonssentralen</b> - hjelp og råd ved forgiftning og forgiftningsfare	22 59 13 00	<a href="http://www.helsedirektoratet.no/giftinfo">www.helsedirektoratet.no/giftinfo</a>	
<b>Hiv Norge</b> - sikre hiv-positives rettigheter og interesser i samfunnet. Bedre kunnskap og hindre spredning	21 31 45 80	<a href="http://www.hivnorge.no">www.hivnorge.no</a>	

## HJELPETELEFON/NØDNUMMER

Det tas forbehold om eventuelle endringer/feil på listen

<b>IKS Interesse for kvinner med spiseforstyrrelser</b> -Anorexi og bulemi	22 94 00 10	<a href="http://www.iks.no">www.iks.no</a>	
<b>Kameratstøtte</b> – Hjelpetilbud til soldater, veteraner og deres familier	800 48 500	<a href="http://www.kameratstotte.no">www.kameratstotte.no</a>	
<b>Kirkens SOS</b> - personer i livskrise eller selvmordstanker	81 53 33 00	<a href="http://www.kirkens-sos.no">www.kirkens-sos.no</a>	
<b>Kreftlinjen</b> - for de som trenger støtte, rådgivning og hjelp	800 48 210 eller 800kreft	<a href="http://www.kreftforeningen.no/raad_og_veiledning/kreftlinjen">www.kreftforeningen.no/raad_og_veiledning/kreftlinjen</a>	
<b>Krise og rådgivningstelefon for menn</b> - bistå menn i ulike livsfaser og livssituasjoner	22 34 09 50 – dag 22 34 09 60 – kveld (Mannstelefonen)	<a href="http://www.reform.no">www.reform.no</a>	
<b>Nasjonalforenings demenslinje</b> - tilbud til alle med spørsmål om demens	815 33 032	<a href="http://www.nasjonalforeningen.no">www.nasjonalforeningen.no</a>	
<b>Nasjonalforeningens hjertelinje</b> - tilbud til hjertesyke, pårørende og andre	23 12 00 50	<a href="http://www.nasjonalforeningen.no">www.nasjonalforeningen.no</a>	
<b>OA – Overeaters Anonymous</b> - Hjelpetelefon for tvangsspisere	90 15 57 48	<a href="http://www.overeatersanonymous.no">www.overeatersanonymous.no</a>	
<b>OmsorgSenteret</b> – forebyggende arbeid mot selvmord	33 46 42 90		

## HJELPETELEFON/NØDNUMMER

Det tas forbehold om eventuelle endringer/feil på listen

<p><b>Pasient og brukerombudet i Vest-Agder</b> - ivareta pasientenes og brukeres behov, interesse og rettsikkerhet overfor helse- og sosialtjeneste</p>	38 17 69 20	<a href="http://www.pasientombudet.no">www.pasientombudet.no</a>	
<p><b>Pasientreiser</b> - hjelp til reisepanlegg, reiseregning, reiseoppgjør og bestilling av reiser</p>	05515	<a href="http://www.pasientreiser.no">www.pasientreiser.no</a>	
<p><b>PIO</b> - ressurscenter for psykisk helse innen psyksisk helse og rus  - tilbyr rådgivning knyttet til den enkeltes situasjon og forholdet til behandlings og tjenesteapparatet.</p>	22 49 19 22	<a href="http://www.piosenteret.no">www.piosenteret.no</a>	
<p><b>ProSenteret</b> – hjelpetiltak for kvinner og menn i prostitusjonen</p>	23 10 02 00	<a href="http://www.prosenteret.no">www.prosenteret.no</a>	
<p><b>ROS</b> – Rådgivning Om Spiseforstyrrelser</p>	94 81 78 18	<a href="http://www.nettros.no">www.nettros.no</a>	
<p><b>Røyketelefonen –</b> Rettledning om røykeavvenning</p>	800 40 085	<a href="http://www.helsedirektoratet.no/tobakk/r_ykeslutt/r_yketelefonen/">http://www.helsedirektoratet.no/tobakk/r_ykeslutt/r_yketelefonen/</a>	
<p><b>Senter for seksuelt misbrukte menn</b> - for menn utsatt for incest og seksuelt overgrep som barn og tenåring samt partnere og foresatt av overgrepsutsatt</p>	22 42 42 02	<a href="http://www.ssmm.no">www.ssmm.no</a>	
<p><b>Støttesenter mot incest</b> - for utsatte, brukere, pårørende og fagfolk</p>	23 31 46 50	<a href="http://www.sentermotincest.no">www.sentermotincest.no</a>	

## HJELPETELEFON/NØDNUMMER

Det tas forbehold om eventuelle endringer/feil på listen

<b>Støttesenter for kreftsykebarn</b> - hjelp og støtte for foreldre med kreftsykebarn	02099	<a href="http://www.kreftsyke-barn.no">www.kreftsyke-barn.no</a>	
<b>Støttesenter mot seksuelle overgrep – Agder</b> - for ungdom over 16 år og voksne	38 07 11 11	<a href="http://www.smsso-agder.no">www.smsso-agder.no</a>	
<b>Tinitus og menière-rammede</b> – informasjonstelefon for de med tinitus, menièressykdom og hyperakusis samt for pårørende	22 63 99 60	<a href="http://www.hlf.no">www.hlf.no</a>	
<b>Tvangsekteskap og kjønnslemlestelser</b> – råd og veiledning	815 55 201	<a href="http://www.rodekors.no/Distributt_hjemmesider/Oslo/Vare_aktiviteter/Rode_Kors_Telefonene/Rode_Kors_Telefonen_om_Tvangsekteskap_Forced_Marriages___Information_Telephone/">http://www.rodekors.no/Distributt_hjemmesider/Oslo/Vare_aktiviteter/Rode_Kors_Telefonene/Rode_Kors_Telefonen_om_Tvangsekteskap_Forced_Marriages___Information_Telephone/</a>	
<b>Vern om eldre</b> - råd, veiledning, hjelp for eldre og pårørende der eldre står i fare for eller er utsatt for vold	800 30 196	<a href="http://www.vernforeldre.no">www.vernforeldre.no</a>	
<b>Bekymringstelefonen for Foreldre</b> - rådgivningstelefon for foresatte med spørsmål om barn og ungdom	810 03 940	<a href="http://www.vfb.no">www.vfb.no</a>	
<b>RUS, ALKOHOL OG SPILLEAVHENGIGHET</b>			




## HJELPETELEFON/NØDNUMMER

Det tas forbehold om eventuelle endringer/feil på listen

<b>AA Anonyme alkoholikere</b> - hjelpetelefon for alkoholikere	911 77 770	<a href="http://www.anonymealkoholikere.no">www.anonymealkoholikere.no</a>	
<b>Dopingtelefonen</b> -informasjonstjeneste for alle som har spørsmål om doping.	800 50 200	<a href="http://www.dopingtelefonen.no">www.dopingtelefonen.no</a>	
<b>Hjelpetelefon for barn og unge</b> - barn i familie med rusmisbruk	800trygg (800 87944)	<a href="http://www.blakors.no">www.blakors.no</a> og <a href="http://www.800trygg.no">www.800trygg.no</a>	
<b>Landsforening Mot stoffmisbruk</b> -Støttetelefon for pårørende/berørte/foreldre til stoffmisbruker	815 00 205	<a href="http://www.motstoff.no">www.motstoff.no</a>	
<b>NA Norge (anonyme narkomane)</b> - hjelpetelefon for narkomane	90 52 93 59	<a href="http://www.nanorge.org">www.nanorge.org</a>	
<b>RUS telefon</b> – for foreldre, ungdom og profesjonelle. Råd, veiledning og informasjon om rusproblematikk	08 588	<a href="http://www.rustelefonen.no">www.rustelefonen.no</a>	
<b>Rusvern</b> - Veiledning til pårørende av rusmiddelavhengige	22 99 34 90	<a href="http://www.veiledningscenteret.no">www.veiledningscenteret.no</a>	

## HJELPETELEFON/NØDNUMMER

Det tas forbehold om eventuelle endringer/feil på listen

<b>Spilleavhengig</b> - Hjelpe linje for spilleavhengige og pårørende	800 800 40 93 40 87 07 (Kr.sand)	<a href="http://www.hjelpelinjen.no">www.hjelpelinjen.no</a>		
--	-------------------------------------	--	---	--

## HJELPETELEFON/NØDNUMMER

Det tas forbehold om eventuelle endringer/feil på listen

<b>TIPSTELEFON</b>			
<b>Narkotikatipstelefon</b> - Tollvesenet	800 31 212	<a href="http://www.toll.no">www.toll.no</a>	
<b>Seksuell utnyttelse av barn, menneskehandel og rasistiske ytringer på nett</b> - Kripos tipstelefon	2800 – Politiet der du er 112 – når det haster	<a href="http://www.tips.kripos.no">www.tips.kripos.no</a>	
<b>VOLD</b>			
<b>Alarmtelefon for barn og unge</b> - for barn som er utsatt for vold, overgrep og eller i hjem der voksne ruser seg	116 111 Utlandet: 004795411755	<a href="http://www.116111.no">www.116111.no</a>	
<b>DIXI</b> - Ressurscenter for voldtatte gutter og jenter og deres pårørende	22 44 40 50	<a href="http://www.dixi.no">www.dixi.no</a>	
<b>Incesttelefon</b> - for incest- og seksuelt misbrukte	800 57 000	<a href="http://www.incest80057000.no">www.incest80057000.no</a>	
<b>Jentevakta</b> - for jenter som har behov for å snakke om selvskading, vold, spiseforstyrrelser, familieproblemer, mobbing, sex, voldtekt etc	73 52 10 00	<a href="http://www.jentevakta.com">www.jentevakta.com</a>	
<b>Krisesenter for voldtatte og mishandlede kvinner i Vest-Agder</b>	38 10 22 00		

## HJELPETELEFON/NØDNUMMER

Det tas forbehold om eventuelle endringer/feil på listen

<b>Kirkens ressurscenter mot vold og seksuelle overgrep</b> - sjelesorg, terapi og veiledning	23 22 79 30	<a href="http://www.kirkens-ressurscenter.no">www.kirkens-ressurscenter.no</a>	
<b>Landsforening for volds ofre</b> - støtte og hjelp for de som er blitt utsatt for vold, påført skade av fysisk/psykisk og økonomisk art	22 16 40 00	<a href="http://www.voldsoffer.no">www.voldsoffer.no</a>	
<b>Senter for seksuelt misbrukte menn</b> - for menn utsatt for incest og seksuelt overgrep som barn og tenåring samt partnere og foresatt av overgrepsutsatt	22 42 42 02	<a href="http://www.ssmm.no">www.ssmm.no</a>	
<b>Støttesenter mot incest</b> - for utsatte, brukere, pårørende og fagfolk	23 31 46 50	<a href="http://www.sentermotincest.no">www.sentermotincest.no</a>	
<b>Støttesenter mot seksuelle overgrep – Agder</b> - for ungdom over 16 år og voksne	38 07 11 11	<a href="http://www.smso-agder.no">www.smso-agder.no</a>	
<b>Tvangsekteskap og kjønnslemlestelser</b> – råd og veiledning	815 55 201	<a href="http://www.rodekors.no/Distrikt_hjemmesider/Oslo/Vare_aktiviteter/Rode_Kors_Telefonene/Rode_Kors_Telefonen_om_Tvangsekteskap_Forced_Marriages__Information_Telephone/">http://www.rodekors.no/Distrikt_hjemmesider/Oslo/Vare_aktiviteter/Rode_Kors_Telefonene/Rode_Kors_Telefonen_om_Tvangsekteskap_Forced_Marriages__Information_Telephone/</a>	