



Ishøj Kommune



# Hjælp til unge i



Ishøj Kommune





## Indhold

Akut .....	3
Psykiatrisk Akutmodtagelse Glostrup (Selvmordstruet, psykoser mv.) .....	3
Københavns Vestegns Politi .....	3
Skadestuen (Hvidovre Akutmodtagelse) .....	3
Center for voldtægtsofre (akut) .....	3
Selvmordstruet og -tanker .....	3
Livslinien .....	3
Alkohol og stoffer .....	4
Misbrugsbehandling for unge u. 18år .....	4
Anonym rådgivning og misbrugsbehandling for unge u. 18år .....	4
Angst .....	4
Chilled – angstgruppe for unge 13-18år .....	4
Nikotinformbrug .....	5
Stopforløb .....	5
Psykologisk hjælp .....	5
Anonym familierådgivning for familier med børn under 18år .....	5
Anonym rådgivning for unge (15-25 år) .....	5



## Akut

### Psykiatrisk Akutmodtagelse Glostrup (Selvmordstruet, psykoser mv.)

Akut psykiatrisk hjælp: tlf. 112 eller 38640671

Har akut du eller en pårørende brug for akut psykiatrisk hjælp, kan du kontakte Akutmodtagelsen.

Vi har åbent alle dage, hele døgnet og modtager både børn og voksne.

Vi anbefaler at man først ringer inden fremmøde.

#### Behandling i forvejen

Hvis du er i behandling hos Region Hovedstadens Psykiatri i forvejen, skal du i dagtimerne kontakte din kontaktperson. Udenfor dagtimerne kan du ringe **1813** eller tage på en af vores akutmodtagelser, der har døgnåbent.

#### Kontaktoplysninger :

Adresse: Nordstjernevej 29-31, 2600 Glostrup

Telefon: 3864 0671

Åbningstider: Døgnåbent

Hjemmeside: [Psykiatrisk Akutmodtagelse \(psykiatri-regionh.dk\)](http://psykiatrisk-akutmodtagelse.psykiatri-regionh.dk)

#### Behandling i psykiatrien i forvejen:

Kontakt din kontaktperson i dagtimerne  
Ring 1813 eller henvend dig til psykiatrisk akutmodtagelse udenfor dagtimerne

### Københavns Vestegns Politi

Københavns Vestegns Politi dækker blandt andet Vallensbæk Kommune.

#### Kontaktoplysninger:

Adresse: Birkelundsvej 2, 2620 Albertslund

Telefon: 43861448

Servicecenter: 1-1-4

Alarmcentralen: 1-1-2

Åbningstider: døgndrift

Hjemmeside:

<https://politi.dk/politikredse/koebenhavns-vestegns-politi>

### Skadestuen (Hvidovre Akutmodtagelse)

Til alle akutte somatiske/fysiske skader og sygdom.

#### Kontaktoplysninger:

Adresse: Kettegård Allé 30, 2650 Hvidovre

Telefon: 18-13

Åbningstider: Døgnåbent

### Center for voldtægtsofre (akut)

Er du eller en du kender blevet voldtaget eller forsøgt voldtaget? Få professionel hjælp på Center for Voldtægtsofre. Det er gratis. Har du været udsat for et seksuelt overgreb inden for de sidste 7 døgn, så brug nedenstående kontaktoplysninger.

Det er vigtigt altid at ringe før eventuelt fremmøde

#### Kontaktoplysninger:

Adresse: Blegdamsvej 9, 2100 København Ø.  
Rigshospitalet afdeling for Kvindesygdomme, afsnit 5032. Opg. 5, 3. sal

Telefon: 35 45 50 32

Åbningstider: døgndrift

Hjemmeside: <https://www.voldtaegt.dk/>

## Selv mordstruet og -tanker

### Livslinien

Livslinien rådgiver børn og unge, der går med selvmordstanker. At søge rådgivning, når livet er svært, kan være nødvendigt og kræve mod. På Livslinien er de vant til at tale om selvmord og selvmordstanker og vil meget gerne hjælpe.

#### Kontaktoplysninger:

Telefon: 70201201

Åbningstider: Alle årets dage kl. 11-04

Hjemmeside: <https://www.livslinien.dk/om-livslinien/kontakt>



## Alkohol og stoffer

### Misbrugsbehandling for unge u. 18år

Er der tvivl om, hvorvidt et misbrug af alkohol, hash eller andre euforiserende stoffer er ved at opstå, kan der ydes rådgivning til den unge og/eller forældrene.

#### Kontaktoplysninger:

StraXen i center for Børn og Forebyggelse

Tlf: 42 57 75 78

### Anonym rådgivning og misbrugsbehandling for unge u. 18år

Unge mellem 13 og 18 år kan få anonym rådgivning vedr. eget eller pårørendes forbrug af rusmidler i rådgivnings- og behandlingstilbuddet Pitstop. Pitstop tilbyder også gratis misbrugsbehandling til unge.

#### Kontaktoplysninger:

PitStop

Ishøj Søvej 1A

2635 Ishøj

Tlf: 20 69 28 33

Mail: [pitstop@ishoj.dk](mailto:pitstop@ishoj.dk)

## Angst

### Chilled – angstgruppe for unge 13-18år

Chilled er et gruppeforløb for unge med angst. Formålet med gruppeforløbet er at forebygge, at angsten bliver en alvorlig hindring for den unges trivsel.

#### Kontaktoplysninger:

Center for Børn og Forebyggelse

Psykolog Annemette Rasch

Tlf: 29 49 87 84



## Nikotinformbrug

### Stopforløb

På kurset får du mulighed for at prøve kræfter med værktøjer til at komme godt igennem dit rygestop. I gruppen støtter vi hinanden og deler erfaringer undervejs.

Det er gratis at deltage.

#### Kontaktoplysninger:

Sundhedskonsulent

Tlf: 23 71 73 81

Tlf: 24 23 16 47

## Psykologisk hjælp

### Anonym familierådgivning for familier med børn under 18år

Familieværkstedet på Ishøjgård tilbyder

rådgivning til familier med børn under 18 år. Familierådgivning er et tilbud om psykologisk hjælp til selvhjælp. Formålet er at forebygge mens problemerne endnu er små gennem en hurtig indsats.

#### Kontaktoplysninger:

Familieværkstedet på Ishøjgård

Ishøj Søndergade 13

2635 Ishøj

Tlf: 23 43 40 74

### Anonym rådgivning for unge (15-25 år)

Anonym Ungerådgivning er et tilbud til unge i alderen 15-25 år om kortere samtaleforløb v/ en psykolog. Unge, som henvender sig til Ungerådgivningen, kan desuden få vejledning om, hvor man som ung kan få yderligere hjælp.

#### Kontaktoplysninger:

Ungerådgivningen i Ishøj Kommune

Tlf: 51 50 44 41