

Psykologhjælp i Klar Livets kommuner

Albertslund

Åben anonym rådgivning

Vi tilbyder professionel hjælp og rådgivning til forældre, børn samt unge til og med 22 år. Det er gratis at bruge Åben Anonym Rådgivning, og du kan henvende dig helt anonymt. Du kan få op til tre samtaler. Hvis det ikke er nok til at du føler dig hjulpet, kan rådgiveren fortælle dig om yderligere muligheder for hjælp.

Kontaktoplysninger

Familiehuset
Adresse: Sletteland 20, 2620 Albertslund
Tlf: 40 38 48 64
Mail: aar@albertslund.dk
Åbningstider: ons kl. 10-12 og torsk l. 16-18

Brøndby

Ungerådgivning (RUM)

Gratis tilbud til alle unge mellem 16 – 29, der har brug for nogen at tale med. Der tilbydes rådgivning og støtte omkring alt hvad der rør sig hos unge – svære følelser og tanker, identitet, familie- eller parforhold, bolig, økonomi, uddannelse, job og fritidsmuligheder. RUM kan også hjælpe den unge i kontakt med andre professionelle. RUM består af to rådgivere med en baggrund som socialrådgivere og to psykologer. I RUM er der mulighed for at holde fysiske møder eller digitale møder.

Kontaktoplysninger

Ungekulturhuset Pilegården
Adresse: Korsdalsvej 136, 2605 Brøndby
Tlf/SMS: 51 48 05 28
Mail: rum@brondby.dk

Anonym Familierådgivning (AFR)

AFR er et åbent tilbud for familier/forældre, børn og unge i Brøndby Kommune. Der tilbydes en professionel rådgivning - uden at familien/den unge bliver registreret. Alle er velkomne. Man har mulighed for at mødes med en professionel op til 4 gange. I AFR kan du få hjælp til at afklare problemer eller få et godt råd. Vi kan tilbyde tolk, hvis familien/den unge har brug for det.

Kontaktoplysninger:

Man kan møde op personligt eller ringe og aftale en tid

Nørregård
Adresse: Horsedammen 42, gang c.
Åbningstider: kl. 15- 18
Tlf.: 20 37 63 84

Glostrup

Åben anonym rådgivning

Åben anonym rådgivning, hvis du vil tale med en fagperson om et emne, der relaterer sig til børn, unge og familier, for eksempel:

- Problemer i forhold til skilsmisse
- Problemer i skolen
- Problemer omkring opdragelse
- Problemer i forhold til udvikling
- Problemer i forhold til venner og kærester.

Kontaktoplysninger

Alle børn og unge – eller voksne, der har kontakt med børn og unge – er velkomne til at ringe til åben anonym rådgivning

Tlf: 61 18 63 03

Åbningstider: Torsdage kl. 12-14

Hvidovre

Psykologhjælp til unge

Psykologhjælpen er for unge mellem 15-25 år. Hvis du er under 18 år, skal dine forældre give samtykke til, at du benytter tilbuddet. Hvis du eller din familie har en aktiv sag i kommunen eller i psykiatrien i forvejen, er du ikke i målgruppen for tilbuddet. I det tilfælde skal I tale med jeres rådgiver eller sagsbehandler.

Kontaktoplysninger:

Poppelgården familiecenter

Adresse: Byvej 90, 2650 Hvidovre

Telefon: 36 77 33 88

Åbningstider: Man-fre: 8.00-14.00

Åben anonym rådgivning

For børn og unge op til 18år bosat i Hvidovre, som har behov for at tale med en Sundhedsplejerske for at få råd og vejledning.

Kontaktoplysninger:

Sundhedsplejen Telefon: 36 39 37 65

Høje Taastrup

Åben anonym rådgivning

Der kan være mange grunde til at henvende sig i Åben Anonym Rådgivning.

Som ung kan det være:

- At du har et problem, som du gerne vil tale med en voksen om
- At du har problemer derhjemme med dine forældre eller søskende
- At du bliver mobbet
- At du er bekymret for dit eget forbrug af alkohol eller stoffer
- At du er bekymret for, om dine forældre har et misbrugsproblem
- At du er kommet ind i kriminalitet og ikke ved, hvordan du kommer ud af det
- At du gør skade på dig selv eller overvejer det

Forældre kan også henvende sig.

Kontaktinformationer

Der kan fås kontakt til rådgiverne ved at ringe til Børne- og Ungerådgivningscentret. Her skal bedes om at komme til at tale med den åbne anonyme rådgivning.

Telefon: 43 59 10 00

Åbningstider: torsdag kl. 15-17.

Rådhuset: Bygaden 2, 2630 Taastrup. Henvend dig i Borgerservice, når du kommer.

Ishøj

Anonym familierådgivning til familier med børn under 18 år

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.

Kontaktinformationer:

Familieværkstedet på Ishøjgård

Tlf. 2343 4074

Ishøjgård: Ishøj Søndergade 13, 2635 Ishøj

Anonym ungerådgivning for unge mellem 15 og 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.

Kontaktinformationer:

Ungerådgivningen i Ishøj Kommune

Tlf.: 5150 4441.

Vallensbæk

Anonym familierådgivning for familier med børn under 18 år

Vallensbæks Familierådgivning tilbyder rådgivning til familier med børn under 18 år.

Familierådgivning er et tilbud om psykologisk hjælp til selvhjælp, hvor I sammen finder mulige løsninger på jeres problemer.

Kontaktoplysninger:

Adresse: *Vallensbæk Stationstov 100, 2665 Vallensbæk Strand*

Telefon: 27274124

Mail: tb@vallensbaek.dk

Hjemmeside: Familierådgivning (vallensbaek.dk)

Anonym rådgivning for unge (15-25 år)

Hvis du er mellem 15 og 25 år og har brug for en samtale med en professionel, kan du kontakte den anonyme Ungerådgivning i Familie og Forebyggelse. Ungerådgivningen er et tilbud om anonym rådgivning ved en psykolog. Samtalernes indhold bliver mellem dig og psykologen.

Temaerne kan bl.a. være: konflikter hjemme eller i skolen, tristhed, ensomhed, præstationsangst, mobning mv.

Kontaktoplysninger:

Adresse: *Vallensbæk Stationstov 100, 2665 Vallensbæk Strand*

Telefon: 24965169

Åbningstider på tlf.: *Man-ons kl. 10-12*

Hjemmeside: Forebyggende indsatser for børn