

# Alla behöver någon att prata med ibland

*Hit kan du vända dig!*

## Kontaktinformation till Elevhälsan

### Julia Thun Skolkurator

Hedda Wisingskolan: 073 - 274 30 11

### Erik Fahlberg Skolkurator

Hedda Wisingskolan: 070 - 380 98 38

### Ylva Brundin Skolkurator

Wendela Hellmanskolan: 0611 - 34 89 14

## Hälso- och sjukvård

Vårdguiden - Tel 1177 1177.se

Öppet dygnet runt. 112 för akut hjälp.

### Ungdomsmottagningar, UMO [umo.se](http://umo.se)

Råd och fakta. Här kan du ställa frågor anonymt om hälsa, sex och relationer.

Ungdomsmottagningen Härnösand

060-18 48 80, Köpmangatan 7

### Barn- och ungdomspsykiatri, BUP [bup.se](http://bup.se)

BUP är till för dig som mår psykiskt dåligt. De som jobbar där kan hjälpa dig må och funka bättre.

0611 - 844 80

### Tjejjouren, Härnösand

Tjejjouren arbetar för tjejers och unga kvinnors rätt. Vad du än behöver prata om så finns tjejjourerna här för dig - inget är för stort och inget är för litet.

[www.rokstjejjourer.se/tjejjouren-harnosand](http://www.rokstjejjourer.se/tjejjouren-harnosand)

Chatt Lördagar 19.00-21.00



Härnösands  
kommun

## Hälsocentralen Södra sundet:

0611 - 87 07 10, Södra vägen 5

### Premicare Öbacka

0611 -33 23 00, Kapellgatan 24

### Premicare Johannesberg

0611 - 50 58 00, Strandgatan 1

### Barn och ungdomsentrén, Länsövergripande

060 - 67 76 00, Sundsvalls sjukhus

## Kontaktinformation till Fältgruppen - Barn och familjeenheten

[www.harnosand.se/faltgruppen](http://www.harnosand.se/faltgruppen)

Kommunens växel: 0611 - 34 80 00

*Att delta i olika nya sammanhang  
kan hjälpa dig att må bättre!*

Härnösands kommun har ett föreningsregister, via registret kan du hitta olika föreningar som erbjuder både fysiska- och kulturella aktiviteter för unga: <https://fri.harnosand.se/forening>

### Härnösands fritidsgård

0611 - 34 81 60, Magasinsgatan 11

### Musik och kulturskolan

0611 - 34 85 92, Brunnshusgatan 18  
Härnösands gymnasium

### Svenska kyrkan Härnösand

0611 - 288 00, Franzégatan 18