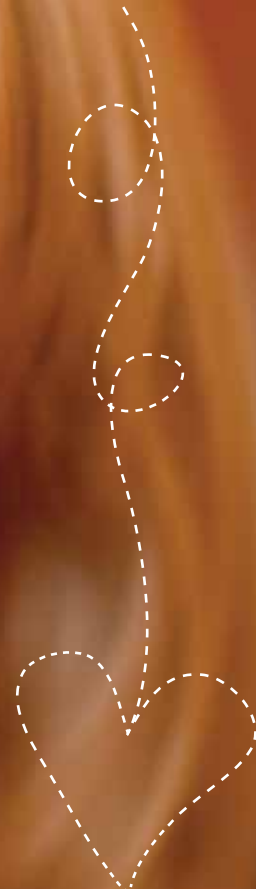




Larvik
kommune



ER DU UROLIG FOR MEG?

Jeg trenger: Voksne som gleder seg over meg og med meg. Noen som tar meg imot når jeg kommer hjem og som trøster meg. Hjelp til å takle mitt sinne og andre følelser. Å bli behandlet med respekt og bli lyttet til. Trygge rammer så jeg kan utvikle meg. Voksne som setter mine behov foran sine egne. Gode rollemodeller for å bli en god mamma eller pappa selv.

Sånn kan du hjelpe meg

Du kan bli den ene som gjør en forskjell i mitt liv

- Snakk med meg eller foreldrene mine og vis at du ser og at du bryr deg.
- Snakk om uroen din med helsesøster/familiesenter, barnehage/skole eller barnevern. Servicesenteret, tlf. 33 17 10 00 har alle telefonnumre.
- Alarmtelefonen for barn og unge gratis og døgn-åpen tlf. 116 111
- Hvis jeg må ha hjelp NÅ, ring barnevernet i Larvik tlf. 33 17 10 00, barnevernsvakta tlf. 33 31 02 03, politi tlf. 112 eller 02800

Du er en rollemodell

Er det noe du ønsker å forandre i livet ditt?

- Familiesentrene/helsestasjonene gir råd om barneoppdragelse og samspill i familien. Alle foreldre kan ta direkte kontakt med familiesentrene i kommunen.
Tlf. Mesterfjellet 33 17 11 25, Hedrum/Kvelde 33 11 53 55, Stavern 33 19 99 66, Tjølling 33 17 36 30
- Fastlegen kan henvise videre til hjelp for psykiske problemer og rusproblemer.
- Familievernkontoret i Sandefjord gir hjelp ved samlivsproblemer, ved konflikter om barna etter samlivsbrudd og ved sinnemestring. Tlf. 33 48 22 50
- Alternativ til vold i Tønsberg kan hjelpe med sinnemestrings- og voldsproblemer, tlf. 907 03 099/907 51 814

**BARN FÅR NYE MINNER HVER DAG.
DET ER IKKE FOR SENT Å FORANDRE MIN BARNDOM!**

Er du usikker på om du bør bryr deg?

- Hva slags tegn skal jeg se etter?
- Hva skjer hvis jeg bryr meg?
- Hva gjør de ulike hjelpeinstansene?

Svarene finner du på :

www.larvik.kommune.no/uro