

PORADNICTWO I WSPARCIE W BOTKYRKA

Przewodnik Opieki Społecznej
w Botkyrka. Zapraszamy
do kontaktu!

GMINA
BOTKYRKA

botkyrka.se/radgivningsochstod

ŁATWO O WSPARCIE [DET ÄR LÄTT AT FÅ STÖD]

Kiedy potrzebne jest wsparcie

Każdy może znaleźć się w sytuacji, kiedy potrzebuje wsparcia i pomocy. Może chodzić o coś, co się wydarzyło lub co wydaje się trudne, problemy osobiste lub socjalne. W tym katalogu znajdziesz informacje na temat tego, dokąd się zwrócić z pytaniami, gdzie otrzymać porady i różnego rodzaju wsparcie. Podczas kontaktu z nami możesz zachować anonimowość.

Porady lub wsparcie, jakie można znaleźć we własnym zakresie, są czasem niewystarczające. Jeśli czujesz poważne obawy o siebie, swoje dziecko lub innego członka rodziny, możesz zwrócić się do nas – pracowników Opieki Społecznej. W takim wypadku zbadamy potrzebę i prawo do otrzymania wsparcia. Jeśli stwierdzimy, że istnieje konieczność działań wspierających, masz prawo do ich uzyskania w niedługim czasie.

Personel jest zobowiązany do zachowania tajemnicy zawodowej

Pracownicy Opieki Społecznej są zobowiązani do zachowania tajemnicy zawodowej. Nie możemy ujawniać uzyskanych od Ciebie informacji. Wyjątkiem jest sytuacja, w której dowiemy się, że zagrożone jest bezpieczeństwo dziecka. Zgodnie z prawem tego typu przypadki personel instytucji wsparcia socjalnego, przedszkoli, szkół i wojewódzkiego samorządu terytorialnego musi zgłosić Opiece Społecznej.

Wsparcie jest bezpłatne

Wszystkie rodzaje wsparcia są bezpłatne, o ile dla danego obszaru działalności nie podano inaczej.

Informacja w innych językach

W serwisie internetowym gminy botkyrka.se katalog ten dostępny jest w kilku językach. W biurach obsługi obywateli można uzyskać katalog w formie drukowanej, jak również odpowiedzi na swoje pytania.

DZIECI I MŁODZIEŻ [BARN OCH UNGA]

Jeśli Twoja sytuacja w szkole jest trudna lub obawiasz się o to, co dzieje się w domu, możesz porozmawiać z osobą dorosłą, do której masz zaufanie. Wszyscy dorośli pracujący w szkole i Opiece Społecznej mają obowiązek potraktować Cię poważnie i pomóc Ci w uzyskaniu wsparcia. Wysłuchamy Cię i pomożemy Ci porozmawiać z osobami, które są dla Ciebie ważne. Możesz do nas zadzwonić i zapytać o nurtujące Cię kwestie. Jeśli nie chcesz, nie musisz się przedstawiać. Jesteśmy zobowiązani do zachowania tajemnicy zawodowej.

Zdrowie uczniów w szkole

Masz pytania dotyczące swojego zdrowia, potrzebujesz pomocy i wsparcia w swojej sytuacji w szkole lub w domu? W Twojej szkole dostępna jest szkolna opieka zdrowotna [szw. elevhälsa]. Zgłoś się do nas lub porozmawiaj ze swoim nauczycielem lub dyrektorem!

TELEFON skontaktuj się ze swoją szkołą i zapytaj o szkolną opiekę zdrowotną [elevhälsan]

WWW informacja Twojej szkoły w klasie V

Spotkaj się z nami w szkole, świetlicy lub na mieście

My, sekretarze rejonowi, jesteśmy w miejscach, gdzie przebywa młodzież, aby było łatwo nas odnaleźć oraz abyś mógł nas poznać – jeśli chcesz. Możesz z nami rozmawiać o czym tylko chcesz, zarówno o dużych, jak i małych sprawach, np. o tym, jak spędzasz czas wolny, o alkoholu, grach hazardowych lub relacjach. Możesz zwrócić się do nas również wtedy, gdy czujesz, że Twoja sytuacja w szkole lub w domu jest trudna i że potrzebujesz wsparcia, aby sobie z nią poradzić.

TELEFON 08-530 610 00, zapytaj o sekretarza rejonowego [områdessekreterare]

FACEBOOK Sekretarze rejonowi w Botkyrka

WWW botkyrka.se/omradessekreterare

Zapytaj Rzecznika Praw Dziecka w Botkyrka

Rzecznik Praw Dziecka w Botkyrka prowadzi działania na rzecz przestrzegania praw dzieci i młodzieży oraz zapewnienia młodym ludziom wpływu i możliwości decydowania o swojej sytuacji. Rzecznik Praw Dziecka słucha, pomaga oraz dba o to, abyś trafił do odpowiednich osób ze swymi pytaniami lub swoją sprawą. Jeśli uważasz, że coś jest nie tak lub że ktoś zachował się w stosunku do Ciebie niewłaściwie, możesz zadzwonić do Rzecznika Praw Dziecka lub wysłać do niego wiadomość e-mail.

TELEFON 0708-86 11 74

SMS 0708-86 11 74

WWW botkyrka.se/barnombudsmannen

Poradnia dla dzieci i młodzieży w wieku do 20 lat

Jeśli Twoja sytuacja w domu lub w szkole jest trudna, możesz poprosić o pomoc osobę dorosłą, do której masz zaufanie. Można czuć się źle z wielu różnych powodów: mobbing, przemoc ze strony osoby w bliskim otoczeniu, złe samopoczucie lub nadużywanie alkoholu przez osobę, którą lubisz, lub inne problemy. Wszyscy dorośli pracujący z dziećmi, np. w szkole, mają obowiązek udzielenia pomocy, jeśli dziecko poinformuje ich, że znajduje się w trudnej sytuacji.

Pracownicy Opieki Społecznej mają obowiązek dopilnowania, aby dziecko otrzymało pomoc i ochronę, jeśli występuje taka konieczność. Jeśli się z nami skontaktujesz, wysłuchamy tego, o czym chcesz nam powiedzieć i czego potrzebujesz. Czasami dziecko może obawiać się, co się stanie, kiedy jego rodzice dowiedzą się o jego trudnej sytuacji. Porozmawiamy o tym z Tobą i razem zdecydujemy, w jaki sposób i kiedy porozmawiamy z Twoimi rodzicami – abyś czuł się możliwe najbardziej komfortowo.

TELEFON 08-530 622 55

WWW botkyrka.se/barnochunga

Jeśli potrzebujesz pomocy wieczorem lub w czasie weekendu, możesz zadzwonić na dyżur socjalny

TELEFON 020-70 80 03

WWW botkyrka.se/socialjour

Poradnia dla młodzieży do 23. roku życia

Osoby młode czasem potrzebują miejsca, do którego mogą się udać, by otrzymać pomoc i wsparcie. Poradnia dla Młodzieży w Botkyrka to właśnie takie miejsce. Tutaj można zrobić test ciążowy i test na choroby przenoszone drogą płciową, otrzymać środki antykoncepcyjne i porozmawiać o sprawach, które wydają się ważne lub trudne.

Jeśli nie jesteś pewien, czy poradnia dla młodzieży to właściwe miejsce dla twoich pytań i problemów, zawsze możesz zwrócić się do nas z takim pytaniem. Jeśli stwierdzimy, że w innym miejscu możesz otrzymać lepszą pomoc, pomożemy Ci się tam dostać.

TELEFON 08-530 613 57

E-MAIL ungdomsmottagningen@botkyrka.se

WWW botkyrka.se/barnochunga

Twoja poradnia dla młodzieży w Internecie

umo.se – serwis internetowy, w którym można znaleźć odpowiedzi na wiele pytań, które mogą nurtować osoby w młodym wieku. W serwisie tym można również anonimowo zadać pytania i otrzymać spersonalizowaną odpowiedź. Jeśli zamiast tego wolisz z kimś porozmawiać lub przyjść do poradni, skontaktuj się z Przychodnią dla Młodzieży w Botkyrka.

BRIS – Prawa dziecka w społeczeństwie

Jeśli chcesz porozmawiać z osobą dorosłą, która Cię wysłucha, zgłoś się do BRIS. Połączenie telefoniczne jest bezpłatne, a rozmowa nie zostanie wykazana w rachunku telefonicznym. BRIS to organizacja non-profit.

TELEFON 116 111

FACEBOOK bris

WWW bris.se

miniMaria, o alkoholu, narkotykach i grach hazardowych

Czy alkohol, narkotyki lub gry hazardowe mogą stać się Twoim problemem? Bez względu na to, czy właśnie spróbowałeś tego typu używek po raz pierwszy, czy trwa to już od jakiegoś czasu, możesz skontaktować się z miniMarią. Możesz zwrócić się do nas z pytaniami i otrzymać wsparcie w swojej sytuacji.

Zapraszamy również kolegów, rodziców i inne osoby dorosłe, które obawiają się o młodego człowieka, który pije alkohol, zażywa narkotyki lub uprawia hazard.

miniMaria to działalność prowadzona we współpracy Gminy Botkyrka z wojewódzkim samorządem terytorialnym województwa Sztokholm. Jeśli masz więcej niż 21 lat, możesz zwrócić się do Poradni dla Osób Uzależnionych.

TELEFON 08-530 622 96

TELEFON do pielęgniarki 08-123 474 91

E-MAIL minimaria@botkyrka.se

WWW botkyrka.se/minimaria

Dyżur dla Dziewcząt w gminie Botkyrka

Dziewczęta w wieku od 12 do 30 lat mogą z nami porozmawiać lub czatować na dowolne tematy. Osoby pracujące w Dyżurze dla Dziewcząt [szw. Tjejjouren] udzielają porad i wsparcia oraz pomagają w kontaktach z urzędami, opieką społeczną, służbą zdrowia i policją, jeśli wystąpi taka potrzeba. Dyżur dla Dziewcząt jest częścią Dyżuru dla Kobiet i Dziewcząt [szw. Botkyrka Kvinnojour och tjejjour], który jest organizacją non-profit.

TELEFON 08-530 304 70

E-MAIL botkyrka.tjejjour@gmail.com

WWW tjejjouren.se/botkyrka

Osoby będące ofiarą przestępstwa

Doświadczyłeś przemocy, gróźb, nadużycia lub byłeś ofiarą innego przestępstwa? Byłeś świadkiem przestępstwa? Wiele osób dochodzi do wniosku, że w takiej sytuacji potrzebna jest pomoc, aby przepracować to, co się stało. Taką pomoc można otrzymać w Centrum Wsparcia dla Młodych Narażonych na Przystępstwo, które

jest przeznaczone dla osób do 21 roku życia. U nas można również otrzymać praktyczną pomoc i informacje na temat tego, co stanie się po dokonaniu zgłoszenia na policji oraz w przypadku rozprawy sądowej.

TELEFON 08-530 610 00, zapytaj o Centrum Wsparcia [Stödcentrum]

E-MAIL stodcentrum@botkyrka.se

WWW botkyrka.se, proszę wyszukiwać po frazie Stödcentrum

Wsparcie dla krewnych oraz bliskich osoby znajdującej się w trudnej sytuacji

Kiedy ktoś, kogo lubisz, jest chory, czuje się źle psychicznie lub jest uzależniony, ma to wpływ również na Twoje życie codzienne. Może to być mama lub tata, rodzeństwo lub inna osoba, która jest dla Ciebie ważna. Wtedy warto mieć kogoś, z kim można porozmawiać. Osoby wspierające krewnych w gminie odpowiadają na pytania i udzielają porad i wsparcia. Organizujemy również spotkania dla młodzieży z podobnymi doświadczeniami.

TELEFON 08-530 610 00, zapytaj o wsparcie dla krewnego [stöd till anhörig]

WWW botkyrka.se/anhorig

Kiedy rodzice nie mieszkają razem

Gdy Twoi rodzice podejmują decyzję, że nie będą już mieszkali razem, oznacza to dużą zmianę również dla Ciebie. Być może czujesz złość, smutek i masz wiele pytań, ale nie wiesz, z kim mógłbyś porozmawiać.

Pracownicy Wydziału Prawa Rodzinnego organizują grupy dla dzieci w wieku od 7 do 12 lat. U nas możesz spotkać inne dzieci w podobnej sytuacji i porozmawiać o życiu oraz o tym, jak się czujesz. Jeśli chcesz dołączyć, powiedz o tym mamie lub tacie, którzy mogą Cię zapisać.

TELEFON 08-530 610 00, zapytaj o Wydział Prawa Rodzinnego [familjerätten]

WWW botkyrka.se/skildavarldrar

Poradnia Psychiatryczna dla Dzieci i Młodzieży (BUP) w Botkyrka

Jeśli jesteś w wieku poniżej 18 lat i czujesz się źle psychicznie, możesz otrzymać pomoc i wsparcie w BUP. BUP w Botkyrka jest prowadzona na zlecenie wojewódzkiego samorządu terytorialnego przez Prima Botkyrka.

TELEFON 08-580 071 00

WWW [informacje.ogolne, bup.se](http://informacje.ogolne.bup.se)

dla młodzieży prima.se/prima-botkyrka

E-MAIL botkyrka@prima.se

ADRES

Tomtebergavägen 2

145 67 Norsborg

18 lat i własne finanse

Po osiągnięciu pełnoletności zwiększa się wolność decydowania o własnym życiu, ale także odpowiedzialność. Sposób korzystania z własnych pieniędzy może mieć wpływ na Twoje życie przez długi czas. Na stronie botkyrka.se znajdują się porady i linki do różnych narzędzi, które mogą pomóc Ci w podejmowaniu decyzji o własnych finansach.

Jeśli uzyskujesz dochody, ale stwierdzasz, że pieniądze nie wystarczają Ci na zapłacenie rachunków, musisz zaradzić temu tak szybko jak to możliwe. Skontaktuj się z pracownikami Poradni ds. Budżetu i Zadłużenia. Razem przeanalizujemy Twoje finanse i opracujemy dla Ciebie plan mądrego gospodarowania pieniędzmi.

TELEFON 08-530 610 00, zapytaj o Poradnię ds. Budżetu i Zadłużenia [budget- och skuldrådgivningen]

[WWW botkyrka.se](http://WWW.botkyrka.se), wyszukiwanie po frazie budget- och skuldrådgivningen

Kiedy potrzebna jest pomoc finansowa

Czasami zdarzają się sytuacje, kiedy pieniądze nie wystarczają. Sprawdzasz różne możliwości znalezienia rozwiązania, ale bez rezultatu. W takich sytuacjach można skontaktować się z nami, by ubiegać się o pomoc finansową.

Skontaktuj się z nami, a my powiemy, co musisz zrobić, abyśmy mogli podjąć decyzję w sprawie Twojego wniosku. Jeśli nie ukończyłeś jeszcze 21 lat i nadal się uczysz, Twój rodzice mają w stosunku do Ciebie obowiązek utrzymania.

TELEFON 08-530 618 00, zapytaj o poradnię ds. pomocy finansowej [mottagningen för ekonomiskt bistånd]

[WWW botkyrka.se/ekonomisktbistand](http://WWW.botkyrka.se/ekonomisktbistand)

RODZINA I RODZICE [FAMILJ OCH FÖRÄLDRAR]

Bycie rodzicem może być największym, najfajniejszym i najbardziej wartościowym doświadczeniem w życiu, ale może być także wyzwaniem. W naszej gminie jest wiele różnych miejsc, do których można zwrócić się o poradę i wsparcie, i w których można spotkać innych rodziców i podzielić się doświadczeniami. Zadaniem Opieki Społecznej jest działanie na rzecz tego, aby dzieci i młodzież dorastały w bezpiecznych warunkach. Razem z rodzicami działamy na rzecz dobra dzieci.

Spotkania wspierające dla rodziców

Na spotkaniach wspierających dla rodziców można uzyskać wskazówki i porady na temat tego, jak wzmacniać relacje ze swoim dzieckiem, jak unikać zbędnych kłótni i poprawić jakość codziennego współżycia. W ramach grupy można wymieniać doświadczenia rodzicielskie i uzyskać praktyczne wskazówki, w jaki sposób ułatwić dialog z własnym dzieckiem i odnaleźć nowe sposoby radzenia sobie z konfliktami.

- **ABC wszystkie dzieci w centrum**, 4 spotkania dla rodziców dzieci w wieku 3-12 lat
- **KOMETA** 11 spotkań dla rodziców dzieci w wieku 3-11 lat

Spotkania wspierające dla rodziców są bezpłatne. Więcej informacji znajdziesz na botkyrka.se

TELEFON 08-530 610 00, zapytaj o koordynatora wsparcia dla rodziców [föräldrastödssamordnare]

[WWW botkyrka.se/duforalder](http://WWW.botkyrka.se/duforalder)

Przedszkole Otwarte

Przedszkole Otwarte to miejsce spotkań dla rodziców dzieci w wieku 0-5 lat. Możesz przyjść i wyjść, kiedy chcesz. Posiadamy zbiór piosenek, rodzice i dzieci mogą razem malować, czytać i majsterkować. Celem jest, aby rodzice i personel wspólnie stworzyli dzieciom warunki do dobrego startu w życie.

- **Masaż niemowląt** dla dzieci w wieku ok. 2 miesięcy
- **Współpraca z SFI** zajęcia z języka szwedzkiego

Jesteśmy dostępni w Storvreten, Tullinge, Hallunda, Alby i Fittja. Godziny otwarcia, program i informacje o grupach dla rodziców znajdują się na botkyrka.se

TELEFON 08-530 610 00, zapytaj o Przedszkole Otwarte [Öppna förskolan] w swoim rejonie w gminie

[WWW botkyrka.se/oppnaforskolan](http://WWW.botkyrka.se/oppnaforskolan)

Wsparcie dla rodzin i rodziców

Skontaktuj się z nami, jeśli jako rodzic potrzebujesz porady, wsparcia i pomocy. Zajmujemy się udzielaniem wsparcia rodzinom i rodzicom. Twoje potrzeby mogą dotyczyć różnych rzeczy, takich jak wychowywanie, wyznaczanie granic, trudności w rodzinie po rozwodzie lub innych spraw mających wpływ na życie. Mogą to być również problemy z komunikacją, prowadzące do konfliktów z dzieckiem, lub sytuacje, gdy dziecko zaczyna mieć problemy w szkole, w czasie wolnym lub z kolegami.

Jesteśmy do dyspozycji rodziców dzieci w wieku do 20. roku życia. U nas możesz uzyskać porady przez telefon, porady i wsparcie indywidualne, odbyć rozmowę rodzinną lub spotkać się z krewnymi bądź innymi osobami odgrywającymi ważną rolę dla Twojej rodziny. Wspólnie zadecydujemy, jaka forma pomocy jest dla Ciebie najlepsza.

TELEFON 08-530 623 60

WWW botkyrka.se, wyszukiwanie po frazie wsparcie dla rodziców [stöd till föräldrar]

Czy Twoje dziecko pije alkohol lub zażywa narkotyki?

Jeśli jako rodzic obawiasz się, że twoje dziecko pije alkohol lub zażywa narkotyki, możesz skontaktować się z miniMarią, aby uzyskać poradę i wsparcie. Wspieramy również rodziców, których dzieci uprawiają hazard. Zapraszamy zarówno z dzieckiem, jak i bez. miniMaria to działalność prowadzona we współpracy Gminą Botkyrka i wojewódzkim samorządem terytorialnym województwa Sztokholm.

TELEFON 08-530 622 96

TELEFON do pielęgniarki 08-123 474 91

E-MAIL minimaria@botkyrka.se

WWW botkyrka.se/minimaria

Telefon rodzicielski Policji

TELEFON 020-21 70 00

WWW polisen.se/stockholm

Doświadczanie przemocy w bliskich relacjach

Doświadczyłeś przemocy, uwłaczającego traktowania, gróźb lub nadużycia w bliskiej relacji? W Poradni ds. Przemocy w Bliskich Relacjach dorośli, którzy są lub byli narażeni na przemoc w bliskich relacjach, mogą uzyskać praktyczne informacje oraz odbyć rozmowy doradcze, motywujące lub terapeutyczne. Jesteśmy zobowiązani do zachowania tajemnicy zawodowej. W przypadku pytań można zadzwonić do nas anonimowo. W nagłych sytuacjach oraz w czasie weekendów można zadzwonić na dyżur socjalny pod numer 020-70 80 03 lub na policję pod numer 112.

Czy zdarza się, że Twój partner lub Twoje dzieci się Ciebie boją? Bywasz rozeźlony do tego stopnia, że tracisz panowanie nad sobą? Obawiasz się swoich gwałtownych reakcji? U nas możesz uzyskać wsparcie oraz nauczyć się, jak rozpoznawać własne sygnały ostrzegawcze i jak radzić sobie ze stresem i złością.

Poradnia ds. Przemocy w Bliskich Relacjach

TELEFON 08-530 631 95

E-MAIL mottagningvaldinararelation@botkyrka.se

WWW botkyrka.se/vinr

Poradnia i badania dla dzieci i młodzieży w wieku 0-20 lat

Jeśli obawiasz się o swoje kilku- lub kilkunastoletnie dziecko, masz prawo ubiegać się u nas o wsparcie. Twój niepokój może być związany z tym, że dziecko doświadczyło przemocy lub nadużycia. Być może jest ofiarą

mobbingu, zostało wciągnięte w działalność przestępczą lub zaczęło zażywać narkotyki. Być może czujesz, że jako rodzic nie radzisz sobie z tą sytuacją i że potrzebujesz wsparcia w roli rodzica. Pamiętaj, że im wcześniej dostrzeżesz problem i się nim zajmiesz, tym łatwiej będzie Ci go rozwiązać.

Po zwróceniu się do nas o pomoc Opieka Społeczna rozpoczyna badanie sprawy. Jeśli badanie wykaże, że Twoje dziecko wymaga wsparcia, macie prawo do otrzymania pomocy w takiej formie, jaka zostanie ustalona. Przyjmujemy również zgłoszenia zaniepokojenia w przypadku, gdy istnieje ryzyko, że dziecku może dziać się krzywda.

Zapraszamy także do kontaktu w przypadku pytań o to, gdzie można uzyskać porady i wsparcie w sprawach związanych z rodziną i dziećmi.

TELEFON 08-530 622 55

WWW botkyrka.se/barnochunga

Jeśli pomoc potrzebna jest wieczorem lub w czasie weekendu, można zadzwonić na dyżur socjalny: TELEFON 020-70 80 03

WWW botkyrka.se/socjaljour

Spotykamy się z dziećmi i młodzieżą w szkole i w czasie wolnym

W Botkyrka spotykamy się z dziećmi i młodzieżą każdego dnia. Wiemy dużo na temat tego, co się dzieje, oraz w jakich przypadkach istnieją powody do obaw. Jeśli jesteś rodzicem i zastanawiasz się nad tym, co dzieje się w otoczeniu Twojego dziecka, lub chcesz porozmawiać o tym, jak to jest być rodzicem, skontaktuj się z nami.

Jako rodzic jesteś dla swojego dziecka najważniejszą osobą. Kiedy jest to potrzebne, chcemy wspierać Ciebie i Twoje dziecko w rozwiązywaniu małych i dużych problemów. Jeśli zaistnieje potrzeba, zapraszamy na obrady rodzicielskie. Razem z rodzicami kolegów Twojego dziecka możecie porozmawiać na temat tego, jak odbieracie sytuację dzieci oraz jak sobie z nią poradzić.

TELEFON 08-530 610 00, jeśli dziecko jest w wieku 0-12 lat, zapytaj o sekretarza profilaktyki socjalnej [förebyggande socialsekreterare]. Jeśli dziecko jest w wieku 12-20 lat, zapytaj o sekretarza rejonowego [områdessekreterare].

FACEBOOK Sekretarz Rejonowy w Botkyrka

INSTAGRAM @forebyggarna

(sekretarz profilaktyki socjalnej)

WWW botkyrka.se/omradessekreterare

BRIS dla dorosłych

Zadzwoń do BRIS pod numer telefonu dla dorosłych i zapytaj o dzieci. BRIS jest organizacją non-profit.

TELEFON 0771-50 50 50

WWW bris.se

Czy Twoje dziecko było ofiarą przestępstwa?

Masz dziecko w wieku poniżej 21 lat, które było ofiarą przestępstwa, takiego jak przemoc, groźby, nadużycie, lub które było świadkiem przestępstwa? Wiele osób dochodzi do wniosku, że w takiej sytuacji potrzebna jest pomoc, aby przepracować to, co się stało. Taką pomoc można otrzymać w Centrum Wsparcia dla Młodych Narażonych na Przystępstwo.

Również jako rodzic możesz się do nas zwrócić – nawet jeśli Twoje dziecko nie chce tego zrobić. Udzielamy ponadto praktycznej pomocy i informacji na temat tego, co stanie się po dokonaniu zgłoszenia na policji oraz w przypadku rozprawy sądowej

TELEFON 08-530 610 00, zapytaj o Centrum Wsparcia [Stödcentrum]

E-MAIL stodcentrum@botkyrka.se

WWW botkyrka.se, wyszukiwanie po frazie Centrum Wsparcia [Stödcentrum]

Telefon dla rodziców przy organizacji Rädta Barnen

TELEFON 020-78 67 86

E-MAIL foraldrar@rb.se

WWW raddabarnen.se

Wydział Prawa Rodzinnego

W przypadku rozwodu lub separacji nagle mogą pojawić się pytania i problemy, z którymi wcześniej nie miało się do czynienia. Jeśli jako rodzicowi trudno jest Ci porozumieć się z drugim rodzicem w kwestii opieki, miejsca zamieszkania lub kontaktów z dzieckiem, możesz uzyskać poradę przez telefon lub na spotkaniu. Istnieje również możliwość zorganizowania rozmowy na temat współpracy dla Ciebie i Twojego partnera.

Wydział Prawa Rodzinnego w Botkyrka odpowiada również na pytania i przyjmuje wnioski o adopcję. Zapraszamy do zarezerwowania terminu spotkania informacyjnego.

TELEFON 08-530 617 01, zapytaj o Wydział Prawa Rodzinnego [familjerätten]

WWW botkyrka.se/familjeratten

Grupy dla dzieci rodziców będących w separacji

Separacja rodziców to poważna zmiana dla dziecka. Kiedy dorośli potrzebują rozmowy, zwracają się do innych dorosłych. A z kim może porozmawiać dziecko?

Wydział Prawa Rodzinnego oferuje udział w grupach wsparcia dla dzieci w wieku od 7 do 12 lat, których rodzice są w separacji. Dzieci mogą tam spotkać się z innymi dziećmi w podobnej sytuacji, porozmawiać o życiu i o tym, jak się czują. Celem spotkań jest wzmocnienie poczucia własnej wartości u dziecka oraz zwiększenie jego świadomości w zakresie własnych potrzeb.

TELEFON 08-530 617 01, zapytaj o Wydział Prawa Rodzinnego [familjerätten]

WWW botkyrka.se/skildavaraldrar

DLA OSÓB DOROSŁYCH [DU SOM ÄR VUXEN]

Każdy może znaleźć się w sytuacji, w której potrzebuje wsparcia i pomocy. Może to być trudna sytuacja, problemy socjalne lub osobiste, z którymi borykasz się Ty sam lub bliska Ci osoba. Zawsze możesz się z nami skontaktować, aby otrzymać poradę lub zapytać pytania.

Poradnictwo rodzinne

Życie w związku oddziałuje na nas zarówno psychicznie, jak i fizycznie. Na różnych etapach życia doświadczamy kryzysów i zmian, które mogą sprawiać, że trudno jest nam rozmawiać ze sobą w konstruktywny sposób. Zadaniem poradnictwa rodzinnego jest zachęcić Was do efektywnych rozmów i wspierać w znalezieniu rozwiązania Waszych problemów.

Podczas pierwszej rozmowy para przedstawia swoją sytuację i każde z Was informuje, jakich efektów rozmowy się spodziewa. Każda wizyta trwa do 1,5 godziny i kosztuje 250 koron.

TELEFON 08-530 610 00, zapytaj o poradnictwo rodzinne [familjerådgivningen]

WWW botkyrka.se/familjeradgivning

Przemoc w bliskich relacjach

Doświadczyłeś przemocy, uwłaczającego traktowania, gróźb lub nadużycia w bliskich relacjach? W Poradni ds. Przemocy w Bliskich Relacjach dorośli, którzy są lub byli narażeni na przemoc w bliskich relacjach, mogą uzyskać praktyczne informacje oraz odbyć rozmowy doradcze, motywujące lub terapeutyczne. Jesteśmy zobowiązani do zachowania tajemnicy zawodowej. W przypadku pytań można zadzwonić do nas anonimowo. W nagłych sytuacjach oraz w czasie weekendów można zadzwonić na dyżur socjalny pod numer 020-70 80 03 lub na policję pod numer 112.

TELEFON 08-530 631 95

E-MAIL mottagningvaldinararelation@botkyrka.se

WWW botkyrka.se/vinr

Dyżur dla Kobiet w Botkyrka

Jeśli doświadczyłaś przemocy lub jesteś świadkiem przemocy w bliskim otoczeniu bądź jeśli potrzebujesz pomocy w innej sytuacji, skontaktuj się z nami. Udzielamy porad i wsparcia oraz pomagamy w kontaktach z urzędami, opieką społeczną, służbą zdrowia i policją, jeśli występuje taka potrzeba.

Dyżur dla Kobiet [Kvinnojouren] jest organizacją non-profit.

TELEFON 020-33 33 88, przez całą dobę

E-MAIL info@botkyrkakvinnojour.se

WWW botkyrkakvinnojour.se

Wsparcie dla krewnych osób w trudnej sytuacji

Jeśli Twój rodzic, rodzeństwo, dziecko lub inny bliski są chorzy, źle się czują lub są uzależnieni, ma to również wpływ na Twoją codzienność. W takiej sytuacji dobrze jest mieć osobę, z którą można porozmawiać. Osoba wspierająca krewnych, działająca przy gminie, udzieli Ci porad i wsparcia w Twojej sytuacji. Dzięki tej formie wsparcia dostępnej w Botkyrka można spotkać innych krewnych i podzielić się swoimi doświadczeniami.

TELEFON 08-530 610 00, zapytaj o koordynatora dla krewnych [anhöringsamordnare]

WWW hbotkyrka.se/anhorig

Dyżur dla Ofiar Przestępstw Huddinge–Botkyrka

Dyżur dla Ofiar Przestępstw [Brottsofferjouren, BOJ] może udzielić wsparcia osobom, które były narażone na przestępstwo. Możemy na przykład zaoferować pomoc w kontaktach z urzędami i firmami ubezpieczeniowymi oraz wsparcie podczas sprawy sądowej.

TELEFON 08-710 01 02 lub 0707-72 01 02

E-MAIL info@h-b.boj.se

Uzależnienie od alkoholu, narkotyków lub gier hazardowych?

Czujesz, że alkohol, narkotyki lub gry hazardowe stały się problemem dla Ciebie lub Twojego krewnego?

Poradnia Uzależnień przyjmie Cię od razu, by udzielić pomocy, zanim problemy staną się zbyt poważne. U nas otrzymasz wskazówki, jak zmienić swoje życie, aby stało się ono lepsze.

Jeśli podejmowane przez nas działania nie zaspokoją Twoich potrzeb, konieczne może być przeprowadzenie badania Twoich potrzeb i sytuacji życiowej. Jeśli jesteś w wieku poniżej 21 lat, możesz zwrócić się do miniMaria.

TELEFON 08-530 613 00

SMS 0722-16 72 30

E-MAIL beroenderadgivning@botkyrka.se

DROP IN adres siedziby oraz godziny przyjęć znajdują się na

WWW botkyrka.se/beroenderadgivning

Zajęcia dla osób z niepełnosprawnością psychiczną

Osoby z niepełnosprawnością psychiczną, którym brakuje poczucia wspólnoty lub zajęcia w ciągu dnia, mogą otrzymać pomoc w zrobieniu kroku naprzód.

Zapraszamy do nas na spotkania z osobami znajdującymi się w podobnej sytuacji, do udziału w zajęciach i kołach naukowych. Można spróbować jakiejś formy rzemiosła lub poprawić swoje umiejętności pracy z komputerem. Wyjeżdżamy także razem na wycieczki poznawcze. Być może będzie to dla Ciebie szansą na odnalezienie nowych możliwości.

TELEFON 08-530 610 00, zapytaj o psychiatrię socjalną [socialpsykiatrin]

WWW botkyrka.se, szukaj po frazie „problem ze zdrowiem psychicznym” [psyisk ohälsa]

Ośrodek dla Mężczyzn

Ośrodek dla Mężczyzn [Manscentrum] udziela porad i wsparcia w takich sprawach jak problemy w związku, kryzysy separacyjne, utrata, spory o dzieci oraz problemy związane ze złością, agresją i przemocą.

Ośrodek dla Mężczyzn jest organizacją non-profit.

TELEFON 08-643 11 83

E-MAIL kriscentrum@manscentrum.se

WWW manscentrum.se

Poradnia ds. Budżetu i Zadłużenia

Gdy pieniądze nie wystarczają na cały miesiąc lub gdy trudno jest spłacić zadłużenie lub kredyt, pierwszą reakcją jest często: „Na pewno wszystko ułoży się w przyszłym miesiącu”. Udzielamy informacji, porad i wsparcia w sprawach dotyczących finansów. Możemy, na przykład, wspólnie opracować dla Ciebie budżet i dokonać przeglądu Twojego zadłużenia. Razem możemy omówić różne opcje, np. dobrowolną ugodę dotyczącą zadłużenia lub wnioski o restrukturyzację zadłużenia. Skontaktuj się z nami, aby uzyskać więcej informacji!

TELEFON 08-530 610 00 zapytaj o Poradnię ds. Budżetu i Zadłużenia [budget- och skuldrådgivning]

E-MAIL skuldradgivning@botkyrka.se

WWW botkyrka.se, wyszukiwanie po frazie „budżet i zadłużenie” [budget och skuld]

Kiedy potrzebujesz pomocy finansowej

Czasami zdarzają się sytuacje, kiedy pieniądze nie wystarczają. Sprawdzasz różne możliwości znalezienia rozwiązania, ale bez rezultatu. W takich sytuacjach można skontaktować się z nami, aby ubiegać się o pomoc finansową.

Naszym celem w każdym przypadku jest to, abyś tak szybko jak to możliwe mógł zacząć utrzymywać się sam i prowadzić niezależne życie. Naszym zadaniem jest pomóc Ci w drodze do osiągnięcia tego stanu. Skontaktuj się z Poradnią ds. Pomocy Finansowej, a my doradzimy, co powinieneś zrobić, abyśmy mogli rozpatrzyć Twój wniosek.

TELEFON 08-530 618 00, zapytaj o Poradnię ds. Pomocy Finansowej [mottagningen för ekonomiskt bistånd]

WWW botkyrka.se/ekonomisktbistand

TAK MOŻNA NAS ZNALEŹĆ [SÅ HÄR NÅR DO OSS]

Z poszczególnymi obszarami działalności Gminy można skontaktować się za pośrednictwem Centrum Kontaktowego pod numerem telefonu 08-530 610 00. Jeśli istnieje bezpośredni numer telefonu lub inne dane kontaktowe, takie jak adres e-mail, sms lub strona na Facebooku, zostały one podane w tym katalogu pod opisem danego obszaru działalności.

Godziny odbierania telefonów, godziny urzędowania oraz adresy znajdują się na botkyrka.se. Dostępna jest tam również informacja na temat tego, czy konieczne jest wcześniejsze umówienie wizyty.

Odbierzemy Twój telefon oraz przyjemy Ciebie i Twoją rodzinę tak szybko, jak będzie to możliwe.

Więcej informacji na botkyrka.se

W serwisie internetowym Gminy botkyrka.se znajdziesz więcej informacji na temat poradnictwa i wsparcia w Botkyrka. W serwisie dostępny jest również ten katalog w kilku językach, linki do innych serwisów internetowych i obszarów działalności, które mogą służyć pomocą.

Możesz również zadać swoje pytania w Centrum Kontaktowym Gminy pod numerem telefonu 08-530 610 00 lub zwrócić się do naszych biur obsługi obywateli w Alby, Fittja, Hallunda, Tullinge i Tumba.

Katalog ten zawiera informacje dotyczące poradnictwa i wsparcia socjalnego dla osób zamieszkałych lub przebywających w gminie Botkyrka. Jeśli mieszkasz w innej gminie, zwróć się bezpośrednio do tej gminy.