

# Viktiga nummer när livet känns svårt

---

**Anhöriglinjen** - 0200-239 500 - [anhorigasriksforbund.se](http://anhorigasriksforbund.se)

**Anonyma Alkoholister** - 08 720 38 42 - [aa.se](http://aa.se)

**Anonyma Narkomaner** - 0771 13 80 00 - [nasverige.org](http://nasverige.org)

**Alkoholhjälpen** - 020-84 44 48 - [alkoholhjalpen.se](http://alkoholhjalpen.se)

**BRIS** - 116 111 - [bris.se](http://bris.se)

**Brottsofferjouren** - 116 006 - [brottsofferjouren.se](http://brottsofferjouren.se)

**Droghjälpen** - 020 91 91 91 - [droghjalpen.se](http://droghjalpen.se)

**Föräldralinjen** - 020 85 20 00 - [mind.se](http://mind.se)

**Hjälplinjen** - 90390 eller 0202 90390 - [hjalplinjen.se](http://hjalplinjen.se)

**Jourhavande Medmänniska** - 08 702 16 80 - [jourhavande-medmanniska.se](http://jourhavande-medmanniska.se)

**Jourhavande Präst** - 112 - [svenskakyrkan.se](http://svenskakyrkan.se)

**Kvinnofridslinjen** - 116 016 - [kvinnofridslinjen.se](http://kvinnofridslinjen.se)

**Mansjouren** - 08 30 30 20 - [mansjouren.se](http://mansjouren.se)

**Preventell: Hjälp linje vid oönskad sexualitet** - 020 66 77 88 - [karolinska.se/preventell/](http://karolinska.se/preventell/)

**Självordslinjen** - 90 101 - [mind.se](http://mind.se)

**Somaya: För kvinnor och hbtqi-personer med utländsk bakgrund** - 020 81 82 83 - [somaya.se](http://somaya.se)

**Stödlinjen för män** - 020 80 80 80 - [stodlinjenforman.se](http://stodlinjenforman.se)

**Stödlinjen för spelare och anhöriga** - 020 81 91 00 - [stodlinjen.se](http://stodlinjen.se)

**Stödchat för dig som är kille: Psykolog & kurator** - [killar.se](http://killar.se)

**SPES Suicidprevention & efterlevnadsstöd** - 020 18 18 00 - [spes.se](http://spes.se)

**Välj att sluta: Våld i nära relation** - 020 555 666 - [valjattsluta.se](http://valjattsluta.se)

**Äldrelinjen** - 020 22 22 33 - [mind.se](http://mind.se)

**Ätstörningslinjen** - 020 80 18 - [friskfri.se](http://friskfri.se)

**Psykiatriska Akutmottagningen NÄL** - 010-435 04 10

**Psykiatriskt mobilt team Strömstad** - 010-435 60 78

**Psykiatriskt mobilt team Trollhättan** - 010-435 40 60

**Psykiatriskt mobilt team Uddevalla** - 010-435 63 50