



Kungsbacka

# Orolig

**för att du eller någon i din närhet dricker  
för mycket eller använder narkotika?**



# Råd och stöd för barn och unga

Är du orolig över att du eller någon i din närhet dricker för mycket alkohol eller använder narkotika? Funderar du över dina spelvanor? Du kan få råd och stöd vare sig det gäller dig själv eller någon du lever med. Du får vara anonym. Här hittar du en kontaktlista för hjälp!

## I Kungsbacka

### Mottagning barn och unga

Vänd dig i första hand till  
Mottagning barn och unga:  
0300 – 83 48 89  
[mottagningsenheten.barnochunga@kungsbacka.se](mailto:mottagningsenheten.barnochunga@kungsbacka.se)

Känner du oro för en vuxen kan du kontakta Mottagning Vuxen-  
enheten:  
0300 – 83 53 31  
[mottagningsenheten.vuxen@kungsbacka.se](mailto:mottagningsenheten.vuxen@kungsbacka.se)

### Vändpunkten

Vändpunkten är en samtalsmottagning för ungdomar och vuxna som har problem med alkohol eller narkotika. Du kan få råd, stöd och samtalsbehandling:  
0300 – 83 61 00  
[individochfamiljeomsorg.vandpunkten@kungsbacka.se](mailto:individochfamiljeomsorg.vandpunkten@kungsbacka.se)

## På nätet

### Droghjälpen

Här kan du få stöd om du funderar på dina drogvanor eller är orolig för någon annan:  
[droghjalpen.se](http://droghjalpen.se)

### Cannabishjälpen

Cannabishjälpen är en plats för alla som berörs av cannabis, både för dig som själv röker ibland, har stora problem eller känner någon som har problem med cannabis:  
[cannabishjalpen.se](http://cannabishjalpen.se)

### Dopingjouren

Här kan du ställa frågor om anabola steroider:  
[dopingjouren.se](http://dopingjouren.se)

### Stödlinjen för spel

Stödlinjen ger anonym och kostnadsfri rådgivning till personer som upplever att deras spelande har blivit problematiskt:  
[stodlinjen.se](http://stodlinjen.se)

### Unga i AA, Anonyma Alkoholister

Här kan du få hjälp om du dricker för mycket eller för ofta, eller är orolig för någon annan:  
[aa.se/unga-i-aa](http://aa.se/unga-i-aa)

### Ungdomsmottagningen

Om alkohol, narkotika, dopning och tobak:  
[umo.se/tobak-alkohol-droger](http://umo.se/tobak-alkohol-droger)

### Drugsmart

Drugsmart är en ungdomssajt där du hittar information om alkohol och andra droger. Du kan få hjälp och ställa frågor anonymt:  
[drugsmart.com](http://drugsmart.com)