Informasjon og veiledning: UngInfo

Er du mellom 13-27 år kan du få veiledning og informasjon om jobbsøking, utdanningsvalg, om å flytte, fritid og dine rettigheter som ung i Oslo.

Er du usikker på hvem du burde kontakte med dine tanker, bekymringer eller problemer?
De som jobber hos UngInfo kan hjelpe deg med å finne hjelpetilbudet som passer for nettopp deg.

Åpningstider:
Mandag - fredag kl. 11 - 17
Lørdag kl. 12 -17
Les mer om UngInfo:
unginfo.no

Kontakt:
Besøk oss i Møllergata 3d
Tlf.: 24149820
E-post: post@ung.info
UngInfo er på facebook og
Instagram @UngInfo

Chattetjenester:

Si Det Med Ord
Chat, forum, mail og telefon for alle
sidetmedord.no

Kors På Halsen
Chat, forum, mail og telefon for alle barn og ungdom opp til 18 år
korspaahalsen.rodekors.no

Ung.no
Her finner du mange svar, på de fleste spørsmål, eller du kan stille egne spørsmål
ung.no

Mental Helse hjelpetelefonene tlf: 116 123

Mental Helse har en døgnbemannet telefon for alle, uansett grunn. Hit kan du ringe for en prat, for å takle en utfordring, eller for å finne hjelp.

Barnevernet tlf: 40 42 77 77. Kan ringes når som helst på døgnet og i helger.
Barneverntjenesten og barnevernvakten skal sikre at barn og unge som lever under forhold som kan skade deres helse og utvikling, får trygge oppvekstsvilkår og nødvendig hjelp og omsorg til rett tid. Du kan være anonym.

Alarmtelefonen for barn og unge kan ringes på 116 111, eller ta kontakt på chat.
Alle barn og unge kan ringe 116 111 når de har det vondt, vanskelig eller føler at de trenger hjelp. Det er gratis, og du kan også ringe eller chatte anonymt. 116111.no

Krisesenteret tlf: 22 48 03 80

Et trygt sted å dra for mødre eller fedre som er utsatt for vold og for barna deres. Mange får også samtaler her. Krisesenteret har også tilbud til ungdom, både gutter og jenter og de som ikke definerer seg som et spesielt kjønn, som er utsatt for tvangsekteskap, kjønnslemlestelse og æresrelatert vold.

Uteseksjonen, Oslo kommune: tlf: 913 03 913

Oppsøkende patruljer i Oslo sentrum 08:00 – 24.00. Natt til lørdag og natt til søndag er vi ute til kl. 04.00. Du kan snakke med sosialarbeidere, sykepleiere og psykologer på telefon.

Barnevernvakten i Oslo kommune: 40 42 77 77

Ta kontakt dersom du selv eller noen du vet om, utsettes for vold, foreldre som ruser seg, seksuelle overgrep, omsorgsvikt, kjønnslemlestelse eller tvangsgifte.

Oslo