

Gode informasjonskanaler for ungdom



Alle barn og ungdommer har behov for svar på sine spørsmål, men ikke alle tør å spørre noen de kjenner. Da kan det være fint å spørre noen gjennom anonyme spørsmål, eller selv finne svar på for eksempel Internett. Slike nettsider er ikke bare forbeholdt barn og ungdom, men kan også være til hjelp for foreldre og andre voksne. Nettsidene gir også god informasjon om hva som opptar de unge i dag, og man skal ikke bli overrasket om man ser at bekymringene ikke er veldig ulike de man selv hadde som ung!

Informasjonsnettsider for ungdom

Informasjonstelefoner for ungdom på neste side

ung.no

Ung.no er det offentlige informasjonskanal for ungdom og drives av Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet. Nettsiden tar for seg over 100 ulike emner, fra likestilling og kosthold til skattekort og aldersgrenser.

Ung.no er rettet mot ungdom i alderen 13-20 år, men kan også være en nyttig informasjonsportal for foreldre, lærere og andre. På nettsiden finner man informasjon om det meste som angår ungdom, men man har også mulighet til å stille egne anonyme spørsmål.

Ungdomstiden er preget av endring og valg. Mange beslutninger skal tas, blant annet angående utdanning, arbeid og personlig utvikling. Man blir mer selvstendig og frigjør seg fra hjemmet. Samtidig beveger man seg på nye områder og gjør nye erfaringer knyttet til vennskap, kjærlighet og utvikling av egen identitet.

Ungdomstiden gir også et møte med roller som det å være forbruker, arbeidstaker, politisk velger eller selvvalgt medlem av trossamfunn. Informasjon er nødvendig for å kunne ta informerte og riktige valg. Ungdom har derfor et annet og større informasjonsbehov enn andre aldersgrupper.

Ung.no ble lansert i februar 2003 og har mellom 250 000 og 300 000 brukere. De mener at ungdom har krav på informasjon om saker som angår dem, og hvilke rettigheter, plikter og muligheter de har. Utgangspunktet for ungn.no er FN's konvensjon om barns rettigheter, spesielt retten til å få informasjon, og statens ansvar for å sikre barns tilgang til informasjon fra nasjonale og internasjonale kilder.

Ung.no svarer ikke på spørsmål om helse og seksualitet, men det finnes det andre nettsteder som gjør.

unghelse.no

Ung helse er en nettside som har nyttig informasjon om ulike helse-tilbud for ungdom, som helsestasjoner, utekontakter, krisesentre og barnevernsmottak. På nettsiden ligger det også ulike lenker til andre nettsider som kan være nyttige for ungdom.

klaraklok.no

Klara Klok er en spørreside som har til hensikt å gi god informasjon og veiledning om helse, forhold og familie, rusmidler og seksualitet. Spørsmål sendes anonymt og blir besvart av leger, psykologer, helsesøster, sosionom, jordmor, ernæringsfysiolog, barnevernspedagog, fysioterapeut eller tannlege, alt etter hva slags spørsmål det er.

Informasjonstelefoner for ungdom

Du er helt anonym når du ringer og ingen spør om hva du heter eller hvem du er...

Alarmtelefon for barn og unge
116 111

Er du redd når du er hjemme?
Bør du sluttet for vold eller overgrep? Eller rusen de voksne ser?
Er du redd for telegiggle eller kjærlighetslektur?

Du kan ringe gratis på 116 111. Vi kan hjelpe deg.

Ring også hvis du tror at noen har det dårlig.

Åpningstid: man-fre kl.15-08 neste dag. Døgndåpen i helgene.
Gratis
www.116111.no

Røyketelefonen
800 400 85

Vil du bli røykfri?
Du kan bli røykfri uten å bli avhengig av medisiner. Vi har mange tips og råd som kan hjelpe deg på veien.

Åpningstid: man-fre kl. 9-18
Gratis
www.slutta.no

Dopingtelefonen
800 50 200

Har du tatt doping?
Doping er bruk av stoffer som gir en uferdig fordel i konkurransen. Det er ulovlig og skadelig for helsen.

Åpningstid: man-fre kl. 9-15
Gratis
www.dopingtelefonen.no

RUStelefonen
08588

Har du tatt rusmidler?
Rusmidler kan være farlige for helsen og livet ditt. Vi kan hjelpe deg med å finne ut om du har et problem.

Åpningstid: man-søn kl. 11-19
www.rustelefonen.no

Angstringen
22 22 35 30

Har du angst?
Angst er en naturlig del av livet. Det er et varselbrev som sier at noe er galt, men det er ikke nødvendigvis farlig.

Norges opplysningstelefon om angst og selvhjelp
Åpningstid: man-fre kl. 10-13
www.angstringen.no

Telefon for Incest- og seksuelt misbrakte
800 57 000

Har du en vond hemmelighet?
Incest er seksuelle handlinger mellom slektninger. Det er ulovlig og skadelig for alle involverte.

Døgndåpen
Gratis
www.incest80057000.no

Rådgivning om Spiseforstyrrelser
947 17 818

Åpningstider: man-, tirs-, tors- & fredag kl. 10-14

Ungdomstelefonen
810 00 277

Hjem
Når du lurer på...
Ungdomstelefonen (UT) er Stavanger Ungdomsforbunds (SUF) et tilbud til unge som trenger hjelp til å snakke med en voksen.

Unge svarer unge på spørsmål om seksualitet, legning og identitet.
www.ungdomstelefonen.no

Bekymringstelefonen Voksne for Barn
810 03 940

Voksne for Barn
Voksne for barn er en gratis telefon for voksne som har bekymringer eller spørsmål i forhold til barn og unge.

For voksne som har bekymringer eller spørsmål i forhold til barn og unge.
www.vfb.no

SUSS-telefonen
800 33 866

Velkommen til SUSS!
SUSS er en gratis telefon for ungdom om samliv og seksualitet.

For ungdom om samliv og seksualitet.
Åpningstid: hver dag hele året kl. 14-20. Gratis
www.suss.no

Røde Kors-telefonen for barn og unge
800 333 21

KORS PÅ HALSEN
Tilbud til barn mellom 6 og 18 år som trenger en voksen å snakke med.

Åpningstid: man-fre kl. 14-20
Gratis
www.korspahalsen.no

Amathea
815 42 005

Amathea
Tilbyr samtale og rådgivning om alle forhold som har med graviditet å gjøre.

Åpningstid: man-fre kl.8-20
www.amathea.no

Kirkens SOS
815 33 300

Kirkens SOS
Krisetelefon for de som trenger noen å snakke med, uansett hva det måtte være.

Døgndåpen
www.kirkens-sos.no