



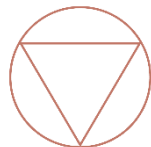











Gode links til dit frivillige arbejde som Bydelsmor

Til Bydelsmorgruppen	
 <p>BYDELSMØDRE Fonden for Socialt Ansvar</p>	<p>Bydelismødrenes hjemmeside</p> <p>Her findes materialer, workshops og viden der kan bruge i gruppen. F.eks. om hvordan man holder et godt månedsmøde, holder generalforsamling eller får fordelt opgaverne mellem sig. Her er også kontakt oplysninger på andre Bydelsmor-grupper.</p> <p>https://bydelsmor.dk/</p>
	<p>Bydelismødrenes Facebookside</p> <p>Her deler landssekretariatet ny viden, tilbud om events/kurser og inspiration fra Bydelismødre rundt om i landet.</p> <p>Her kan Bydelismødre også selv dele hvad de laver og inspirere andre grupper.</p> <p>https://www.facebook.com/groups/httpsbydelsmor.dk</p>
 <p>CENTER FOR FRIVILLIGT SOCIALT ARBEJDE</p>	<p>Tavshedspligt</p> <p>CFSA har lavet en informationsside der handler om tavshedspligt som frivillig.</p> <p>https://frivillighed.dk/guides/tavshedspligt-i-frivilligt-socialt-arbejde</p>
Til Forældre	
 <p>Mødrehjælpen Holdepunkt</p>	<p>Mødrehjælpen og Holdepunkt</p> <p>Kan give rådgivning og støtte til fædre, mødre og gravide. Derudover afholder de aktiviteter til både forældre og børn over hele landet.</p> <p>https://moedrehjaelpen.dk/ https://moedrehjaelpen.dk/holdepunkt/forside/</p>
 <p>Familieretshuset</p>	<p>Familiehuset (det der før hed statsforvaltningen)</p> <p>Hjælper med at løse udfordringer på familieretsområdet fx om adoption, faderskab, forældremyndighed, skilsmisse og navne</p> <p>https://familieretshuset.dk/</p>
 <p>BØRNS VILKÅR SAMMEN STOPPER VI SVIGT</p>	<p>Børns Vilkår</p> <p>De arbejder for at sikre, at ingen børn i Danmark bliver svigtet og at børn bliver behandlet godt</p> <p>https://bornsvilkar.dk/</p>

 <p>FORENINGEN TIL STØTTE FOR MØDRE OG BØRN</p>	<p>Mødre og Børn Foreningen rådgiver enlige mødre og fædre. Derudover kan man søge om økonomisk støtte gennem foreningen. https://morbarn.info/</p>
 <p>Ankestyrelsen</p>	<p>Ankestyrelsen – Familieret Juridisk institution som behandler forældremyndighed, børnebidrag, skilsmisse, trossamfund, separation, adoption. https://ast.dk/</p>
 <p>FRED I FAMILIEN samtaler med <i>Jesper Juul</i></p>	<p>Fred i Familien Gode råd fra familierapeuten Jesper Juul. Noget af indholdet er gratis www.fredifamilien.dk</p>
	<p>Jeg Er Mor Podcast om det at blive forældre og alt det der fylder i hoved når man har små børn. Første episode i hver serie er gratis. https://www.jegermor.dk/udforsk-universet/</p>
	<p>Ægteskab og skilsmisse Regler og viden om det at blive gift og hvordan man kan blive skilt i Danmark. Derudover kan man udfylde ægteskabserklæring som man skal for at blive gift og søge om skilsmisse gennem linket. https://www.borger.dk/familie-og-boern/Aegteskab-og-parforhold/Naar-I-vil-giftes</p>
Til Børn og Unge	
 <p>BørneTelefonen</p>	<p>Børnetelefonen Rådgivning for børn og unge, som har brug for råd og hjælp. De hjælper med både store og små problemer Både via opkald, sms og chat. Ring eller SMS til 116111 https://bornetelefonen.dk/</p>
 <p>BØRNE PORTALEN</p>	<p>Børne Portalen Information og om hjælp til børn og unge om deres rettigheder, fx om emner som alkohol i familien, kriminalitet, skilsmisse, vold mm. https://www.boerneportalen.dk/forside/</p>
 <p>GIRLTALK ♥ DK</p>	<p>Girl Talk Tilbud til piger mellem 12 og 24 år, der har brug for en anden pige at tale med på deres egen alder. Det er anonymt og gratis. https://girltalk.dk/</p>

 <p>RED Center mod æres- relaterede konflikter</p>	<p>Red – Center for Æres Relateret Konflikter RED Rådgivning (tidl. Etnisk Ung) har 18 års erfaring med at rådgive unge, forældre og fagpersoner om æresrelaterede konflikter. Døgntåben hotline på tlf.: 70 27 76 66 https://red-center.dk/</p>
<p>Psykiske Udfordringer</p>	
	<p>Psykiatrifonden Råd og vejledning til personer med psykiske sårbarhed, pårørende og dig som hjælper en psykisk sårbar. ring på tlf.: 39 25 25 25 det er gratis og anonymt. https://psykiatrifonden.dk/</p>
	<p>Psykinfo Regionalt tilbud så vælg den region du bor i. Her region har et telefonnummer man kan ringe på, for at få rådgivning. Derudover er der en masse viden på siderne. https://www.psykiatrien.rm.dk/patient/psykinfo-midt/psykinfoer-i-danmark/</p>
<p>Fysik og Psykisk Vold</p>	
	<p>Landsorganisation af Kvindekrisecentre (LOKK) Fælles organisation hvor alle kvindekrisecentre er organiseret. Tilbyder rådgivning om vold i familien. www.lokk.dk</p>
	<p>Danner Chat Gratis og anonym chat til voldsudsatte, pårørende og personer som hjælper voldsudsatte. På chatten kan du få hjælp til både social-, juridisk- og psykologiske spørgsmål og blive henvist videre. Chatten er åben mandag kl. 18-21 og onsdag kl. 9-12 https://danner.dk/chat</p>
	<p>Sig Det Til Nogen Gratis forløb og rådgivning til voldsudsatte og pårørende. https://danner.dk/sigdettilnogen</p>
 <p>EXITCIRKLEN Veje ud af psykisk vold</p>	<p>Exitcirklen Samtale grupper for psykisk voldsramte https://exitcirklen.dk/</p>

	<p>Lev Uden Vold Rådgivning og forløb til både voldudsatte og voldudøvere. Ring gratis og anonymt på tlf.: 1888 døgnet rundt https://levudenvold.dk/hjaelp-og-radgivning/</p>
<p>Samfund og Rettigheder</p>	
	<p>Ret til Ligestilling Viden om ligestilling og retten til at bestemme over eget liv – uanset køn, etnisk baggrund og seksuel orientering. På hjemmesiden er undervisningsmateriale så man kan afholde kursus selv. https://ret-til-ligestilling.dk/</p>
	<p>Institut for Menneskerettigheder Viden om menneskerettigheder og ligebehandling i Danmark og udlandet. Derudover har de en hotline hvor man kan søge rådgivning om diskrimination og hjælp hvis man oplever selv at blive diskrimineret fx pga. køn, handicap eller etnicitet. Ring på tlf.: 32 69 86 66 mandag-torsdag mellem kl. 12 og 15. https://menneskeret.dk/</p>
	<p>Dansk Flygtninge Hjælp Viden om flygtningesituationer rundt om i verden og om livet i Danmark som flygtning, herunder asylregler og integration. https://drc.ngo/da/</p>
	<p>Ny i Danmark Udlændingestyrelsens og Styrelsen for International Rekruttering og Integrations officielle internetportal om reglerne for indrejse og ophold i Danmark. Her finder du viden og ansøger om ophold. https://www.nyidanmark.dk/da</p>
	<p>Den Sociale Retshjælps Fond Hjælper med juridiske spørgsmål på det sociale område. Alle borgere kan få en gratis rådgivning. Har man en lav indkomst kan de hjælpe endnu mere https://www.socialeretshjaelp.dk/</p>

	<p>Borger.dk Portal til det offentlige. Her er både viden og indgang til de forskellige dele af det offentlige system. https://www.borger.dk/</p>
	<p>Eboks Digital postkasse hvor alt fra det offentlige bliver sendt til. https://www.e-boks.com/danmark/da</p>
 FOLKETINGET	<p>Folketinget Viden om det danske retssystem. Her kan man også se live fra folketingsalen når love bliver behandlet. https://www.ft.dk/</p>
Køn, Krop og Seksualitet	
	<p>Sex og Samfund Sex & Samfund kæmper for alles ret til at være den, de er, elske hvem de vil og få de børn, de ønsker. På siden finder du viden om alt lige fra kroppens opbygning til pubertet og til hvordan du taler med dine børn om sociale medier. https://www.sexogsamfund.dk/forældre/</p>
	<p>Sabaah Viden om og rådgivning til homoseksuelle og andre LGBT+ personer med etnisk minoritetsbaggrund og deres forældre. Ring på tlf.: 33 23 20 00 https://sabaah.dk/</p>