

AKTUELLE TELEFONNUMMER

Helsestasjonen

Tlf 72460250

KL 08.00 – 15.00

Helsestasjon for ungdom

Tlf 41621494

Onsdag fra kl 19.00 – 21.00 på helsestasjonen

Tjeneste for psykisk helsearbeid

Tlf 72460243 / 72460216 / 72460210

Kl 07.30 – 15.30

Ungdomssekretær

Tlf 72460294. Kl 08.00 – 15.00

PPT

Tlf 72460190. Kl. 08.00 – 15.00

Hemne Sosialkontor / Barnevernstjenesten

Tlf 72460200

Kl 08.00 – 15.00

Hemne Legesenter

Tlf 72451688 Kl 08.00 – 15.00

Legevaktsentralen

Tlf 72480100 – hele døgnet

Eller akutt 113.

Politi / lensmannen i Hemne og Snillfjord

Tlf 72454860, vakt hele døgnet

Kontortid 08.00 – 15.00

**Hemne kommune tar
rusproblemer på alvor.**

**Det å bry seg handler ikke om å sladre,
det handler om omsorg.**

Stol på magefølelsen, ta kontakt.

**I Hemne vil vi ta din bekymring på
alvor.**

*Utgitt av rusforebyggende gruppa i
Hemne kommune.*



HEMNE KOMMUNE

Det er nedsatt en rusforebyggende gruppe som har utarbeidet felles rutiner og denne

Er du bekymret for noen?

Har du eller noen du kjenner

RUSPROBLEMER?



HEMNE KOMMUNE

brosjyren. Publikum skal få samme hjelp

uansett hvem i hjelpeapparatet de tar kontakt med.

Se aktuelle telefonnummer i brosjyren.

Tegn og symptomer ved rusmiddelbruk:

Alle barn forandrer seg i oppveksten, særlig i puberteten. Utvikling av rusmiddelbruk har imidlertid noen kjennetegn / faresignaler.

Hva skal du se etter?

- Skifter vennekrets
- Endring i interesse for skole og fritidsaktiviteter
- Fravær fra hjemmet – ute om kveldene
- Brå forandringer i oppførsel og vaner
- Lett oppfarende og irritabel
- Bruk av solbriller
- Med mer

Fysiske forandringer:

- Røde øyne

- Tretthet
- Hoste
- Dårlig allmenntilstand
- Svekket matlyst
- Vektreduksjon
- Søkikk

Funn av gjenstander:

- Diverse brukerstyr, brente kniver, skjær og sakser, flasker med hull, piper
- Små metallesker

Sosiale problemer:

- Tiltagende lyging
- Holder ikke avtaler
- Bagatelliserer konflikter med omgivelsene
- ”Gi blaffen” holdning

INTERNETT OG TELEFONGUIDE

www.sirius.no

Statens institutt for rusmiddelforskning

www.forebygging.no

Forebyggende rusmiddelarbeid

www.bks.no

Bl.a fakta om rusmidler

www.rusinfo.no

www.alkokutt.no

www.rusdir.no

www.narkotikainfo.dk

www.rusinfo.no

Tidsskriftet Rus og Avhengighet

www.klara-klok.no

Rustelefonen.nr: 08588