



## INFORMASJON TIL ALLE KOMMNER I INNLANDET

**Att.: Helse og velferd; Helsesjef, Kommuneoverlege, Kommuneleger, Legetjenester, Psykisk helse og rus, Helsestasjon, Barnevern, Folkehelse**

**Kirkens SOS er landets største selvmordsforebyggende krisetjeneste og besvarer hvert eneste døgn i året ca 500 henvendelser på telefon, mail og chat.**

**ALLE kan kontakte Kirkens SOS;  
Man kan snakke om det man vil, f.eks. ensomhet/har behov for å snakke litt, opplever relasjonsproblemer/konflikter, rus, vold, overgrep, incest, selvmordstanker og akutte selvmordsplaner (vi samarbeider med AMK-sentralene).**

**Vi har innringere og innskrivere fra alle kommuner i Innlandet og er en avlastning spesielt i forhold til psykisk helse. Tilbudet er døgnåpent alle dager i året.**

**CHAT og SOSmelding/mail: [www.kirkens-sos.no](http://www.kirkens-sos.no)**

**TELEFON: 22 40 00 40**

**Denne våren med restriksjoner mht koronasmitte har også vi måttet endre vår virksomhet og har sett oss nødt til å stenge telefonen midlertidig mellom kl 0300 og 0700, ellers åpent.**