

Varje dag kl 15-22:

Barnens hjälptelefon **018 25520**



Bris chatt & mejl ([www.bris.se](http://www.bris.se))

Prata, chatta eller mejla med en kurator om det du funderar på eller det du behöver hjälp med.

Du är självklart anonym om du vill.

Bris vuxentelefon mån-fre kl 10-13  
**+46 77 150 5050**

I samarbete med barnombudsmannen på Åland  
[www.ombudsman.ax](http://www.ombudsman.ax)



Ålands  
Ombudsmanna  
Myndighet