



”Mamman har tagit barnen och flyttat. Nu svarar hon inte i telefon.”

”Vår son blir väldigt arg, slänger saker och slår. Vi vet inte vad vi ska göra.”

”Min äldsta dotter är deprimerad och jag vet inte hur jag ska hantera det.”

## Sitt inte ensam med din oro.

Rädda Barnens Föräldratelefon och Föräldr mejl finns för dig som är mamma eller pappa och behöver prata med någon annan om ditt barn. Vi som svarar är själva föräldrar, utbildade av Rädda Barnen och vana att diskutera både små och stora problem. Vi erbjuder ett lyssnande öra, medmänskligt stöd och hjälp att sortera i tankar och känslor.

RÄDDA BARNENS  
FÖRÄLDRATELEFON!

020-786 786

[WWW.RB.SE/FORALDRAR](http://WWW.RB.SE/FORALDRAR)

Telefonen har öppet:

Mån 12.00–21.30. Tis–fre 18.00–21.00. Lör–sön 13.00–16.00.