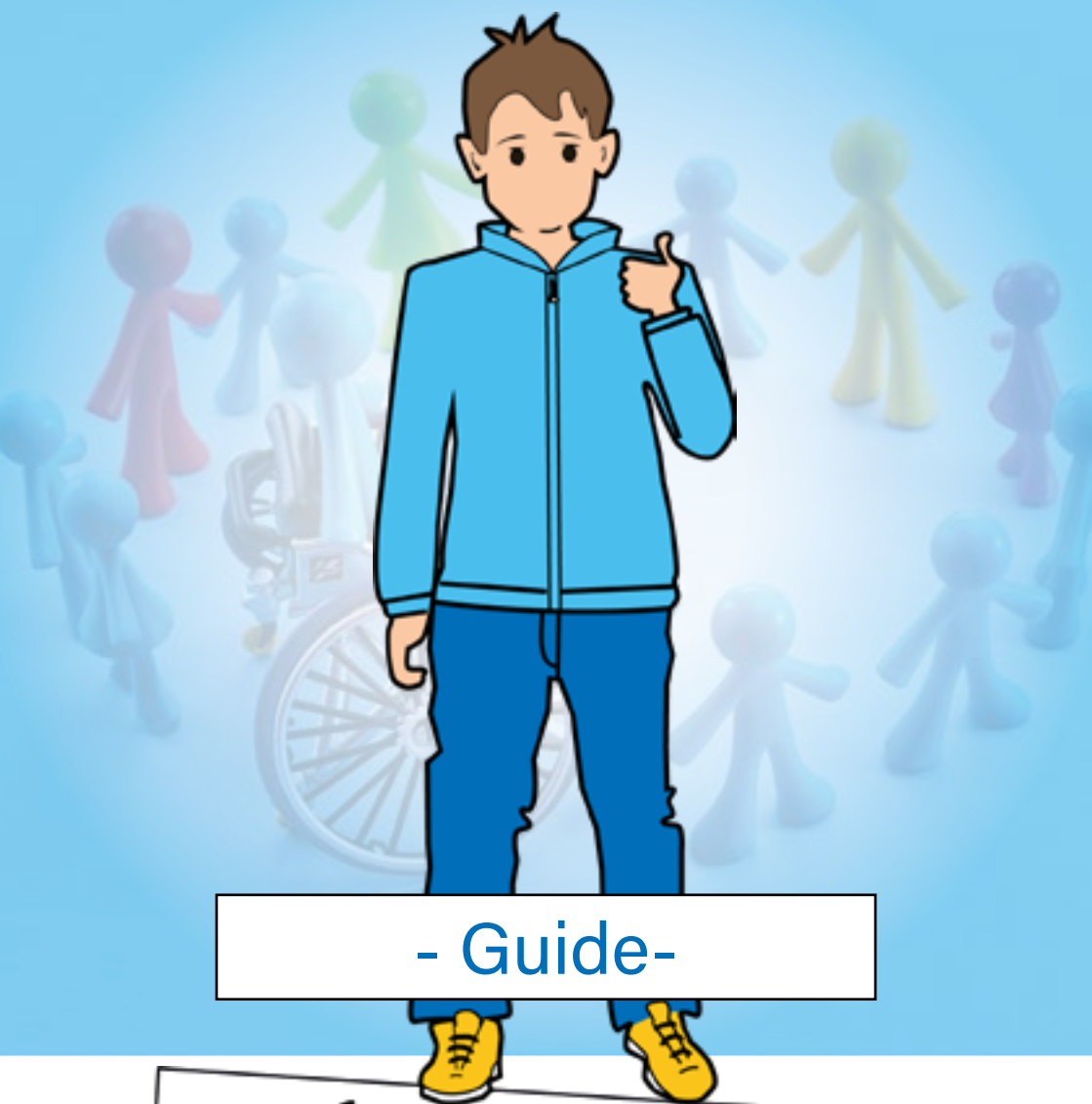




- Guide-

För föräldrar till ett barn
Med särskilda behov

Introduktion

Att vara förälder till ett barn med särskilda behov innebär både glädje och utmaningar. Många familjer upplever att det är svårt att hitta rätt information och stöd när man behöver det som mest. Den här broschyren är framtagen för att göra det lättare för dig att hitta den hjälp, vägledning och de resurser som finns tillgängliga i Sverige.

Projektet Mitt Speciella Barn och denna broschyr har särskilt fokus på Helsingborg. Här får du inte bara en översikt över olika sektorer och organisationer som kan stötta dig och din familj – från habilitering och vård till ekonomiskt stöd, kommunala tjänster och ideella föreningar – utan också information om vilka aktiviteter som finns i Helsingborg för barn med särskilda behov. Vi har samlat kontaktuppgifter, korta beskrivningar och tips om hur du kan ta del av de olika stöden och aktiviteterna.

Du är inte ensam. Det finns hjälp att få, och det finns många andra föräldrar som förstår din situation. Vi hoppas att den här broschyren ska bli ett värdefullt verktyg för dig och din familj.

Denna broschyr har tagits fram inom ramen för projektet Mitt Speciella Barn, med särskilt stöd från Allmänna Arvsfonden som möjliggjort projektet genom finansiering. Arbetet sker i samarbete med DHS Helsingborg (projektägare för Mitt Speciella Barn), Fritid Helsingborg, FUB Skåne och Invasam.

Informationen är hämtad från respektive myndighets-, organisations- och förenings hemsida. Alla bilder är hämtade från Canva Pro förutom figuren på framsida som är egentillverkad (L. Andersson).

Innehållsförteckning

Introduktion	sidan 2
Region Skåne - BUP, 1177	sidan 6, 7
Försäkringskassan	sidan 9
LSS	sidan 13
Ideella föreningar	sidan 17
Aktiviteter i Helsingborg	sidan 19
Fritid och kultur LSS, Joina oss	sidan 22, 23
Biblioteket	sidan 25
Förmåner och frikort	sidan 29
Vart kan jag vända mig för hjälp?	sidan 33



Översikt - viktiga sektorer och stödsystem

Det finns flera viktiga aktörer i Helsingborg och Skåne som erbjuder stöd till familjer med barn som har särskilda behov. Här får du en översikt över de viktigaste sektorerna, vad de erbjuder och hur du kan ta kontakt.

Habilitering & Hälsa i Helsingborg

Habiliteringen i Helsingborg erbjuder specialiserat stöd, behandling och rådgivning till barn, ungdomar och vuxna med varaktiga funktionsnedsättningar, samt till deras närstående. Målet är att stärka individens möjligheter att leva ett så självständigt och meningsfullt liv som möjligt.

Vilka kan få stöd?

Du kan få hjälp av habiliteringen om du har:

Fysisk funktionsnedsättning som påverkar rörligheten på olika sätt.

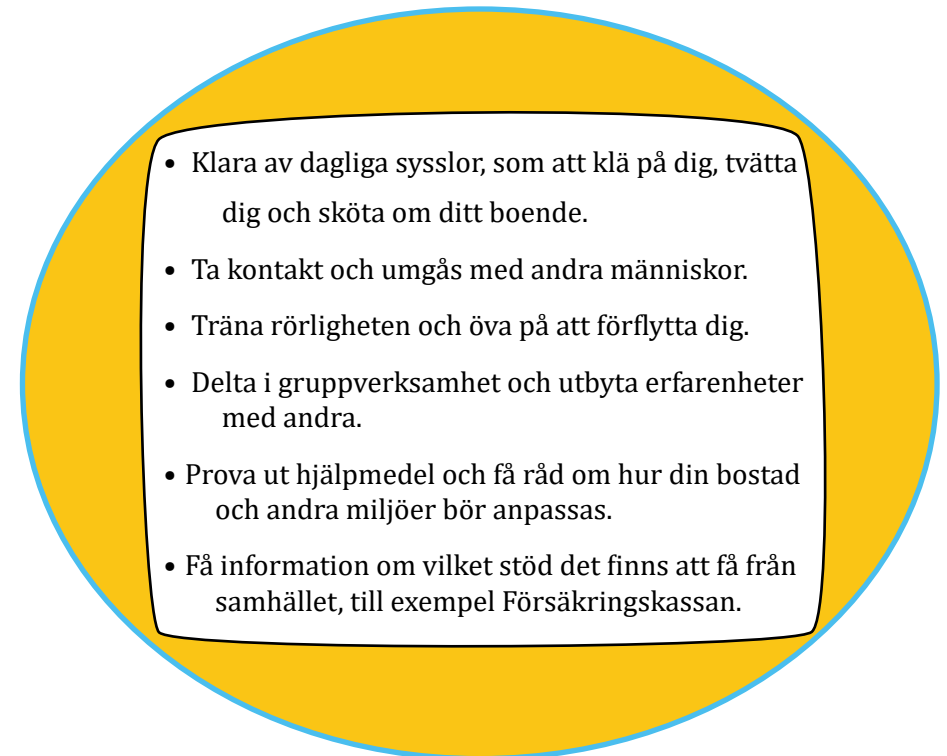
Intellektuell funktionsnedsättning, också kallad utvecklingsstörning.

Neuropsykiatrisk funktionsnedsättning, som olika former av autism.

Synnedsättning eller hörselnedsättning.

Vad kan habiliteringen hjälpa till med?

Stödet utformas alltid utifrån individens och familjens behov och kan bland annat omfatta:



Teamet på habiliteringen består av olika yrkesgrupper som till exempel arbetsterapeut, fysioterapeut, logoped, kurator, psykolog, specialpedagog, sjuksköterska och läkare. De samarbetar för att ge ett helhetsstöd till hela familjen.



Så söker du till habiliteringen

För att få stöd och behandling hos oss ska du antingen ha besökt oss tidigare, eller ha något av det här:

En remiss från en annan vårdgivare. Det kan till exempel vara från barn- och ungdomspsykiatri, barn- och ungdomsmottagningar, barnhälsovården eller elevhälsan.

Adress Barn och unga (0–17 år):
Habiliteringsmottagning barn och unga Helsingborg
Charlotte Yhlens gata 3, Helsingborg
Telefon: 042-16 91 00

Adress Vuxna (från 18 år):
Habiliteringsmottagning vuxna Helsingborg
Charlotte Yhlens gata 3, Helsingborg
Telefon: 042-36 41 80



En väg in - BUP

En väg in är den gemensamma kontaktvägen till barn- och ungdomspsykiatri (BUP) i Skåne för dig som är under 18 år, vårdnadshavare eller närstående. Hit kan du ringa eller använda digitala tjänster för att få råd, stöd och vägledning kring psykisk hälsa, oro, diagnoser eller svårigheter i vardagen.

Telefon: 020-51 20 20, vardagar kl. 8.00–16.30

Vad händer när du kontaktar En väg in?

Du får berätta om hur du mår och varför du söker hjälp. Du bestämmer själv hur mycket du vill berätta. Ibland räcker det med råd och stöd under samtalet, ibland kan **En väg in** hjälpa dig vidare till rätt mottagning eller boka en tid hos BUP.

Digital kontakt: Du kan även chatta anonymt, boka rådgivande samtal eller göra en egen vårdbegäran via 1177.se.

För vem?

Barn och unga under 18 år, föräldrar, närstående och andra viktiga vuxna.



1177 Vårdguiden

1177 Vårdguiden är Sveriges nationella informations- och rådgivningstjänst för hälso- och sjukvård. Tjänsten finns både som webbplats (1177.se) och som telefonrådgivning, och är tillgänglig dygnet runt.

Vad hittar du på 1177.se?

Tillförlitlig information: Här finns kvalitetssäkrad och aktuell information om sjukdomar, diagnoser, funktionsnedsättningar och behandlingar.

Särskilda sidor för föräldrar: Det finns särskilda avsnitt för föräldrar till barn med funktionsnedsättning, där du kan läsa om olika diagnoser, vad de innebär, vilka behandlingsmöjligheter som finns och hur du kan stötta ditt barn i vardagen.

Råd om vardagsliv: Du hittar tips om hur du kan underlätta vardagen. Till exempel kring mat, sömn, kommunikation och fritidsaktiviteter.

Information om rättigheter: Här kan du läsa om vilka rättigheter du och ditt barn har inom vården. Till exempel om stöd från habilitering, LSS, Försäkringskassan och skolan.

Stöd till närstående: Det finns även information och råd till syskon och andra närstående.

E-tjänster på 1177.se

Genom att logga in med Bank ID kan du:

- Boka, omboka eller avboka vårdbesök
- Förnya recept
- Läs din eller ditt barns journal
- Skicka meddelanden till vården
- Få provsvar och intyg

Telefonrådgivning

Du kan ringa **1177** dygnet runt för att få sjukvårdsrådgivning av erfarna sjuksköterskor. De kan ge råd om egenvård, hjälpa dig att bedöma om du behöver söka vård och guida dig till rätt mottagning.

Språk och tillgänglighet

1177.se finns på flera språk och det finns möjlighet att få tolk vid behov när du ringer telefonrådgivningen.

Lokala sidor

På 1177.se finns även lokala sidor för Skåne och Helsingborg med information om mottagningar, kontaktuppgifter och aktuella nyheter om vården där du bor.

**Försäkringskassan**

Försäkringskassans främsta uppdrag är att besluta om ekonomiskt stöd till barnfamiljer, sjuka och personer med funktionsnedsättning. Vi ska utreda och bedöma vem som har rätt till ersättning och kontrollera att pengarna inte hamnar i orätta händer.

Här är de vanligaste ersättningarna och vad de innebär:

- **Omvårdnadsbidrag:** Om du har ett barn med funktionsnedsättning kan du få omvårdnadsbidrag. Bidraget baseras på den omvårdnad och tillsyn som ditt barn behöver utöver vad som är vanligt för barn i samma ålder utan funktionsnedsättning.
- **Merkostnadsersättning:** Merkostnadsersättning är ett skattefritt bidrag för extra kostnader som uppstår på grund av barnets funktionsnedsättning. Det kan till exempel handla om kostnader för specialkost, hjälpmedel, resor, mediciner eller anpassning av bostad. Ersättningen ges i olika nivåer beroende på hur stora merkostnaderna är.
- **Assistansersättning:** Om barnet eller vuxna har mycket stora behov av personlig assistans (till exempel med grundläggande behov som personlig hygien, måltider, kommunikation) kan du ansöka om assistansersättning. Försäkringskassan prövar



rätten till assistansersättning om barnet behöver hjälp mer än 20 timmar per vecka med sina grundläggande behov. För mindre omfattande behov kan kommunen vara ansvarig.

→ **Tillfällig föräldrapenning vid vård av barn (VAB):** Du kan få ersättning när du behöver vara hemma från arbetet för att ta hand om ditt sjuka barn eller följa med barnet på läkarbesök, utredningar eller behandlingar. Detta gäller även vid besök hos barnavårdscentralen eller andra vårdgivare.

→ **Aktivitetsersättning vid förlängd skolgång:** Om du har en funktionsnedsättning som gör att du behöver längre tid för att bli klar med skolan, kan du få aktivitetsersättning vid förlängd skolgång.



→ **Bilstöd:** Du kan få bilstöd om du är vuxna eller har ett barn med funktionsnedsättning, som gör det svårt för barnet att förflytta sig, eller åka kollektivt tillsammans med dig.

→ **Kontaktdagar:** Du som har ett barn som omfattas av LSS har rätt att ta ut kontaktdagar. Dagarna är till för att du som förälder ska få ökad kunskap om hur du kan stötta ditt barn. Du kan få ersättning för 10 kontaktdagar per barn och år.

→ **Aktivitetsersättning vid nedsatt arbetsförmåga för dig under 30 år:** Om du är mellan 19 och 29 år och har en sjukdom eller en funktionsnedsättning som gör att du inte kan arbeta heltid under minst ett år, kan du få aktivitetsersättning. Under tiden med aktivitetsersättning kan du få stöd och hjälp med att kunna börja jobba.

→ **Sjukersättning vid stadigvarande nedsatt arbetsförmåga:** Om du har en sjukdom eller funktionsnedsättning som gör att du aldrig kommer att kunna arbeta heltid kan du ha rätt till sjukersättning. Reglerna är olika beroende på hur gammal du är.

→ **Särskilt högriskskydd:** Om du riskerar att vara sjuk ofta eller ha långa sjukperioder, kan du ha rätt till särskilt högriskskydd. Din arbetsgivare får då ersättning från Försäkringskassan för den sjuklön du får. Du som är sjuk ofta kan slippa karensavdrag.

→ **Arbetshjälpmedel:** Om du behöver speciella arbetshjälpmedel, på grund av en funktionsnedsättning eller sjukdom, kan Försäkringskassan ge bidrag till dig eller till din arbetsgivare. Du kan också få bidrag till en expertundersökning av vilket hjälpmedel du behöver.

→ **Handikappersättning:** Den här informationen är för dig som redan har handikappersättning. Det går inte längre att ansöka om ersättningen. I stället kan du som har kostnader till följd av din funktionsnedsättning ansöka om merkostnadsersättning. Detsamma gäller för dig som är blind eller har en grav hörselskada.

→ **För dig som behöver information i alternativa format:** Om du har en funktionsnedsättning som gör att du har svårt att läsa det vi skriver, då kan du få informationen på ett sätt som är lättare för dig att ta del av.

Hur ansöker man?

Alla ansökningar görs enklast via Försäkringskassans hemsida: forsakringskassan.se

Du kan också ringa Kundcenter för privatpersoner på telefon **0771-524 524** för att få hjälp och mer information.



LSS – Lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade

LSS är en rättighetslag som ger barn, unga och vuxna med vissa funktionsnedsättningar rätt till särskilt stöd och särskilda insatser. I Helsingborg kan du ansöka om LSS-insatser via kommunens LSS-handläggare.

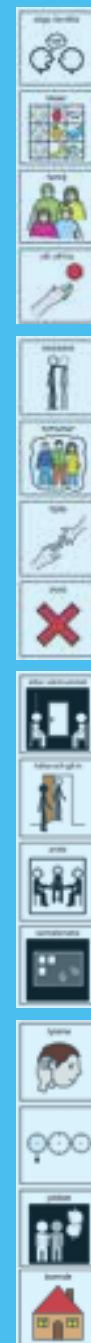
Insatser enligt LSS

Inom LSS finns totalt tio insatser som ger dig stöd och hjälp i vardagen.

o Rådgivning och annat personligt stöd

Professionell rådgivning och stöd från till exempel kurator, psykolog eller specialpedagog för att underlätta vardagen för personer med funktionsnedsättning och deras anhöriga.

För att ansöka om insatsen "Rådgivning och annat personligt stöd" ska du kontakta Habilitering & Hjälpmedel, Region Skåne, på telefon 040-33 30 00.



o Personlig assistans

Personligt utformat stöd i vardagen för personer med omfattande funktionsnedsättning, till exempel hjälp med personlig hygien, måltider och kommunikation.

o Ledsagarservice

Ledsagarservice är en insats som är för dig som har svårt att på egen hand ta dig ut på grund av din funktionsnedsättning. Ledsagare kan följa med på promenad, biobesök, konserter och liknande. Hjälpen beviljas ett antal timmar per halvår.

o Kontaktperson

En personligt utvald kontaktperson som ger stöd för att bryta isolering och underlätta ett självständigt liv.

o Avlösarservice i hemmet

Avlastning för anhöriga genom att någon tillfälligt tar över omvårdnaden i hemmet, så att föräldrar eller andra närstående kan få egen tid.

o Korttidsvistelse utanför det egna hemmet

Den person med funktionsnedsättning får möjlighet till miljöombyte och avkoppling samtidigt som anhöriga får avlastning. Korttidsvistelsen kan ske i en stödfamilj eller på ett korttidsboende.

o Korttidstillsyn för skolungdom över 12 år

Tillsyn och meningsfull sysselsättning före och efter skoldagen samt under lov för skolungdomar med funktionsnedsättning.

o Boende i familjehem eller bostad med särskild service för barn och ungdomar

Denna insats är till för barn och ungdomar med svår funktions-

nedsättning som trots olika stödinsatser inte kan bo kvar hos föräldrarna. Barnet kan då bo hos en annan familj, ett så kallat familjehem, eller i en bostad med särskild service för barn/ ungdom.

o Bostad med särskild service för vuxna eller annan särskilt anpassad bostad

Denna insats är till för vuxna med ett omfattande behov av stöd och hjälp till följd av sin funktionsnedsättning. Behovet av stöd och hjälp ska vara återkommande under dygnet. I Helsingborgs stad finns det gruppboendestäder och serviceboendestäder.

o Daglig verksamhet

Daglig verksamhet vänder sig dig med funktionsnedsättning som är i yrkesverksam ålder, saknar arbete och inte går någon utbildning. En daglig verksamhet är en typ av sysselsättning.

Alla insatser enligt LSS föregås av en individuell behovsbedömning.

Så ansöker du

Genom att fylla i blanketten eller genom e-tjänsten som heter **Ansökan om insatser enligt LSS**.

Läs mer här eller kontakta Helsingborgs kontaktcenter för mer information:

042-10 50 00.





Ideella föreningar och nätverk

Det finns många ideella föreningar och nätverk som erbjuder gemenskap, information, aktiviteter och påverkansarbete för familjer med särskilda behov. Dessa organisationer är ofta en ovärderlig resurs för både barn, unga och vuxna med funktionsnedsättning samt deras anhöriga.

Vad kan föreningarna erbjuda?

- **Gemenskap och stöd:** Du får möjlighet att träffa andra i liknande situation, utbyta erfarenheter och känna samhörighet.
- **Information och rådgivning:** Föreningarna erbjuder råd om rättigheter, stödinsatser, skola, fritid och samhällsservice.
- **Aktiviteter och mötesplatser:** Många föreningar ordnar cafékvällar, samtalsgrupper, helgläger, utflykter, fritidsaktiviteter och föreläsningar där både barn och vuxna kan delta.
- **Påverkansarbete:** Föreningarna arbetar för att förbättra villkoren för personer med funktionsnedsättning, bland annat genom att påverka politiker och myndigheter, sprida kunskap och delta i debatter.
- **Stöd till anhöriga:** Många föreningar erbjuder särskilt stöd till föräldrar, syskon och andra närstående.

Exempel på föreningar och nätverk

DHS - Funktionshinderrörelsen i HBG & Mitt Speciella Barn

Lokala föreningar som driver projekt och erbjuder stöd, aktiviteter och information till familjer med barn med särskilda behov.

Riksförbundet Attention

För personer med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF) som ADHD, autism/AST, språkstörning och Tourettes syndrom samt deras anhöriga. De erbjuder aktiviteter, information, påverkansarbete och stödgrupper.

Autism Sverige

Arbetar för att personer med autism och deras familjer ska få rätt stöd. Föreningen ordnar cafékvällar, samtalsgrupper, läger, utflykter och erbjuder rådgivning och juridiskt stöd till medlemmar.

FUB

Riksförbundet FUB arbetar för att personer med intellektuell funktionsnedsättning och deras anhöriga ska kunna leva ett gott liv. Personer med intellektuell funktionsnedsättning, deras anhöriga och de som tycker att alla människor är lika mycket värda är medlemmar i FUB.

Andra föreningar

Det finns även föreningar inom psykisk hälsa, idrott, kultur och andra områden som kan vara relevanta för familjer med särskilda behov.

Hur hittar du rätt förening?

Du kan läsa mer om och hitta kontaktuppgifter till lokala och nationella föreningar på respektive hemsida, via kommunens



webbplats eller genom att fråga på habiliteringen eller på Mitt Speciella Barn webbsida. Många föreningar finns även på Facebook och Instagram.



Aktiviteter för barn med särskilda behov i Helsingborg

I Helsingborg finns ett brett utbud av aktiviteter och mötesplatser för barn och unga med särskilda behov - både sådana som är särskilt anpassade och sådana som är öppna för alla men arbetar aktivt med inkludering. Här hittar du exempel på verksamheter, platser och arrangörer:

Habiliteringens aktiviteter

Habiliteringens aktiviteter i Helsingborg

Habiliteringen i Helsingborg hjälper till att informera om och vägleda till fritidsaktiviteter som är anpassade för barn och unga med funktionsnedsättning.

Exempel på anpassade aktiviteter i Helsingborg

Anpassad mötesplats (Aktivitetshuset Tryckeriet):

En trygg och anpassad mötesplats för dig mellan 13–21 år som vill ha en lugn miljö och delta i aktiviteter på dina villkor. Här kan du spela spel, läsa, testa VR, fika, pyssla eller bara umgås med nya och gamla vänner. Arrangör: Helsingborgs stad.

Fotboll för alla (Helsingborgs IK, Idrott för alla):

Fotbollsträning för barn och unga med funktionsnedsättning, där fokus ligger på rörelseglädje, lek och gemenskap.

Fotboll för barn med funktionsvariation (Hittarps IK):

Anpassad fotbollsgrupp för barn med olika funktionsvariationer.

Innebandy – ParaStars Ungdom (FC Helsingborg):

Innebandylag för barn och ungdomar med intellektuell funktionsnedsättning eller NPF. Här tränar ni på att bli bättre på innebandy, leker lekar och har roligt tillsammans.



Gymnastik – Alla kan gympa (GF Ling):

Specialanpassad gymnastik för barn och unga som behöver extra stöd. Ledarna har stor erfarenhet av anpassad idrott och skapar en trygg och inkluderande miljö.

Funkisbibblan (Helsingborgs bibliotek):

Upptäck biblioteket i lugn och ro, få boktips och låna böcker i en anpassad miljö.

Simning – Parasim (Helsingborgs simsällskap):

Simskola, simträning och tävling för barn och unga med funktionsnedsättning.



Tennis – Paratennis (Helsingborgs tennisklubb):

Tennis för barn och ungdomar med intellektuell funktionsnedsättning, synnedsättning eller rörelsenedsättning.

Handboll – OV Helsingborg:

Gående handboll med fokus på lek och motorikträning för barn och unga med funktionsnedsättning.

Kampsport – Fenix Kampsport:

Kampsportsträning för barn och ungdomar med funktionsnedsättning.

Så hittar du fler aktiviteter

På Region Skånes sida hittar du en uppdaterad lista över alla anpassade aktiviteter och föreningar i Helsingborg. Du kan även kontakta habiliteringen eller fråga dinkontaktperson om tips på aktiviteter som passar just ditt barn.



Kontakt och mer information

Vill du veta mer om habiliteringens aktiviteter eller boka ett besök?

Telefon: 042-16 91 00 (Barn och unga)

Adress: Charlotte Yhlens gata 3, Helsingborg

Webb: Sök "habilitering Helsingborg" på 1177.se eller vard.skane.se

Fritid och kultur LSS

Fritidsverksamhet riktar sig till dig som är 18 år eller äldre, är bosatt i Helsingborgs stad och har insatser enligt LSS.

Vi arrangerar en stor variation av aktiviteter så att du kan ha en meningsfull och aktiv fritid.

Vi på Fritid och kultur LSS anordnar allt från läger, träffar, mötesplatser, gympa, utflykter och mycket annat efter önskemål. Inför varje vår- och hösttermin släpper vi ett program med vilka aktiviteter som är inplanerade för kommande halvår. **Länk till broschyr:**



Här hittar du alltid den senaste broschyren med aktiviteter för varje årstid och termin.

För mer information eller frågor om anmälan och deltagande, kontakta gärna Helsingborgs stads LSS-verksamhet eller prata med din LSS-handläggare.

Fritids för dig året du fyller 13 år

Efter skolan kan det vara skönt att ta det lugnt eller hitta på något roligt tillsammans med kompisar. Efter vårterminen det år du fyller 13 år kan du delta i våra fritidsverksamheter Furutorp tillsyn eller Stattenas tillsyn.

Fritidsverksamheterna är öppna efter skoldagen och när det är skollov. När du ska börja hos oss träffas vi för att prata om vad du vill göra och vad du tycker är roligt, så att vi lär känna varandra och kan erbjuda aktiviteter som passar dig. När du är på fritidsverksamheten har du alltid någon vuxen i närheten.



Fritid Helsingborg & Joina Oss

Helsingborgs stad erbjuder ett rikt och varierat fritidsliv genom sina fritidsgårdar, mötesplatser och aktivitetshus. Här finns aktiviteter för barn, ungdomar och unga vuxna i alla åldrar och med olika intressen – allt från sport, dans och musik till skapande, spel, matlagning, e-sport och spontana möten.

Fritidsgårdarna och mötesplatserna är öppna och välkomnande för alla, och många verksamheter arbetar aktivt för att inkludera barn och unga med funktionsnedsättning i den dagliga verksamheten. Personalen har erfarenhet av att möta olika behov och kan anpassa aktiviteter så att alla kan delta på sina egna villkor. Det går också ofta bra att kontakta verksamheten i förväg om du har frågor om tillgänglighet eller särskilda behov.

Exempel på aktiviteter:

Sport och rörelse: fotboll, basket, pingis, dans, hinderbanor och utomhusaktiviteter.

Skapande och kultur: pyssel, målning, musikstudio, teater, filmkvällar och workshops.

Spel och teknik: sällskapsspel, tv-spel, e-sport, VR och digitalt skapande.

Mat och gemenskap: matlagningskvällar, fika, caféverksamhet och temakvällar.

Utflykter, läger och lovaktiviteter.



Så hittar du aktiviteter:

Ungdomsappen – för dig som är 13 år och äldre:

I Ungdomsappen hittar du som är 13 år och äldre alla aktiviteter och information om anmälan. Ladda ner appen och skapa ett konto för att se vad som händer och boka din plats.

Läs mer och ladda ner på: helsingborg.se/ungdomsappen.

Evenemangskalender – för dig som är yngre än 13 år:

Är du yngre än 13 år hittar du roliga aktiviteter för dig och din familj i Helsingborgs stads evenemangskalender.

Läs mer på: helsingborg.se/event.

Sociala medier:

Aktuella aktiviteter och tips publiceras löpande på Instagram: [@fritidhelsingborg](#) och [@joinaoss](#).



Tips:

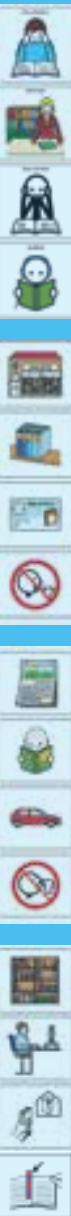
Du kan alltid prata med personalen om du har önskemål om särskilda aktiviteter eller behöver extra stöd för att delta. Många aktiviteter är gratis eller har en låg kostnad.



Helsingborgs bibliotek

Helsingborgs bibliotek är en trygg, tillgänglig och inkluderande mötesplats för alla barn – och erbjuder särskilt stöd för barn med funktionsnedsättning genom initiativ som Funkisbibblan. Här är en utökad presentation av bibliotekets aktiviteter och den särskilda funkisbibblan-verksamheten.

Bibliotek Familjen Helsingborg erbjuder regelbundet aktiviteter för barn i alla åldrar, såsom sagostunder, pyssel, teater, filmvisningar och läsecirklar. Aktiviteterna är nästan alltid



gratis och öppna för alla. Biblioteket är en trygg och tillgänglig mötesplats där barn och familjer med särskilda behov är särskilt välkomna.

Funkisbibblan är en särskild del av stadsbiblioteket som riktar sig till barn, unga och vuxna med funktionsnedsättning samt deras anhöriga.

Här finns:

- Anpassade böcker och medier (lättläst, ljudböcker, taktila böcker)
- Sagostunder och berättarstunder anpassade för barn med särskilda behov
- Pyssel och skapande aktiviteter tillgängliga för alla
- Stöd och hjälp från bibliotekspersonal med erfarenhet av funktionsnedsättningar
- Möjlighet att delta i gruppaktiviteter och träffar för barn och familjer



Biblioteket arbetar aktivt för att skapa en inkluderande miljö och tar särskild hänsyn till olika behov. Lokalerna är tillgängliga för rullstol och det finns personal som kan hjälpa till vid behov. För mer information och aktuella aktiviteter, besök bibliotekets hemsida eller kontakta biblioteket direkt.



Kultur- och museiverksamhet

Här kan du läsa om museer, teatrar och gallerier i Helsingborg. Du kan också vara med på stadsvandringar, besöka trädgårdar och historiska landmärken. Har du dessutom ett kulturkort får du fri entré till många utställningar, föreställningar och andra upplevelser.



I evenemangskalendern kan du ta reda på vad som händer just idag eller annat datum.

Tips:

Många evenemang erbjuder fri entré för ledsagare eller assistent. Håll utkik efter särskilda familjedagar och inkluderande kultur-arrangemang på **helsingborg.se** och arrangörernas egna webbplatser.

Hur hittar du aktiviteter?

Kommunens evenemangskalender: På helsingborg.se och i Ungdomsappen finns samlade tips om aktuella aktiviteter.

Föreningarnas hemsidor och sociala medier: Följ till exempel Mitt Speciella Barn, Fritid Helsingborg och Joina Oss på Instagram för uppdateringar.

Bibliotekets program: Bibliotek Familjen Helsingborg publicerar terminsprogram och evenemang på sin webbplats.

Via habiliteringen: Fråga din kontaktperson på habiliteringen om tips på aktiviteter och grupper.

Tips:

Många verksamheter är öppna för dialog och kan anpassa aktiviteter efter barnets behov. Kontakta gärna arrangören i förväg om du har frågor om tillgänglighet eller särskilda behov.

Förmåner och frikort för dig med funktionsnedsättning

I Skåne finns flera olika kort och förmåner som kan underlätta vardagen för dig som har en funktionsnedsättning eller är anhörig. Här är några av de viktigaste:

Färdtjänstkort och Riksfärdtjänst i Skåne

Om du har svårt att resa med kollektivtrafik på egen hand på grund av din funktionsnedsättning kan du ansöka om färdtjänstkort eller riksfärdtjänst.



- **Färdtjänstkort:** Du kan få färdtjänst om du har en funktionsnedsättning. Det gäller om du har stora svårigheter att förflytta dig utan hjälp eller att resa med kollektivtrafik. Din funktionsnedsättning ska finnas i mer än tre månader för att du ska kunna ansöka om färdtjänst. För längre resor i Sverige kan du ansöka om riksfärdtjänst. Då gäller andra regler.



- **Riksfärdtjänst:** Riksfärdtjänst kan du ansöka om när du behöver resa utanför Skåne, men inom Sverige. Riksfärdtjänst prövas utefter Lag (1997:735) om riksfärdtjänst



- **Kamratkortet:** Med kamratkortet kan du utan extra kostnad ta med dig en kamrat till olika aktiviteter som sport, bio och museum. Det kan vara ett bra och roligt sätt att prova nya aktiviteter när ni är två som delar på upplevelsen. Exempelvis: Helsingborgs stadsteater, Dunkers kulturhus, OV Helsingborg, Sofiero, med flera.



Parkeringsstillstånd för rörelsehindrad

Om du på grund av en funktionsnedsättning har svårt att gå och måste parkera nära ditt mål, till exempel en butiksingång, kan du vara berättigad till parkeringsstillstånd för rörelsehindrade.

Kortet är knutet till dig som person och du kan använda det i hela Sverige i olika bilar. Du kan söka antingen som förare eller passagerare.

Ansökan: Via kommunen.

Läs mer och ansök på Helsingborgs stads hemsida.



Vart kan jag vända mig för hjälp, frågor och stöd?

Att hitta rätt väg i samhällets stöd kan kännas överväldigande när man har frågor om diagnoser, skola, utredning eller bara behöver tips och råd kring sitt barns eller sin familjs situation. Här är en samlad översikt över vart du kan vända dig i Helsingborg och nationellt för att få hjälp, information och vägledning.

Rådgivare och stöd i Helsingborg

Behöver du hjälp och stöd i livet, men inte vet vart du ska vända dig för att komma rätt? Då kan råd- och stödkoordinatorerna Mariam och Katarina hjälpa dig.

Kostnadsfritt och anonymt: Rådgivaren har tystnadsplikt och du kan vara anonym.



Vad kan rådgivaren hjälpa till med?

- Klargöra problem och hitta lösningar
- Vägleda till rätt myndighet eller verksamhet
- Ge råd och stöd kring hela livssituationen
- Vi pratar svenska, engelska och arabiska.

Stöd i skolan och kring utbildning – SPSM

Specialpedagogiska skolmyndigheten (SPSM) arbetar för att barn, elever och vuxna oavsett funktionsnedsättning ska få förutsättningar att nå målen för sin utbildning. Det gör vi genom specialpedagogiskt stöd, undervisning i specialsolor, kompetensutveckling, tillgängliga läromedel och statsbidrag.

Vem kan kontakta SPSM?

Föräldrar, skolpersonal och skolledare kan få råd om anpassningar, stöd, läromedel och rättigheter.

Vad erbjuder SPSM?

Stödet vi erbjuder kan handla om individens lärande, pedagogers arbete eller verksamhet och organisation. Den kompetens vi erbjuder kompletterar kommunernas och skolornas egna resurser. Specialpedagogiska skolmyndigheten är Sveriges största kunskapsbank inom specialpedagogik.



Till exempel:

- Rådgivning om hur undervisning och lärmiljö kan anpassas
- Information om specialskolor och rättigheter i skolan
- Kurser, webinarier och stödmaterial för både föräldrar och skolpersonal

Vården och utredning/diagnos

Barnavårdscentralen (BVC): För yngre barn, oro kring utveckling eller beteende.



Elevhälsan/skolhälsovården: För stöd i skolan, extra anpassningar och remiss till utredning.

Vårdcentralen: För frågor om diagnos, remiss till BUP eller habilitering.



En väg in – telefonrådgivning (Region Skåne):

Ring 020-51 20 20 för vägledning kring psykisk hälsa, NPF och stöd till barn och unga i Skåne.

Habiliteringen

Habiliteringsmottagning barn och unga Helsingborg erbjuder råd, stöd och behandling kring funktionsnedsättning, diagnos, vardagsstrategier och hjälpmedel.



Telefon: 042-16 91 00

Barn- och ungdomspsykiatrimottagning Helsingborg (BUP)

BUP Helsingborg är till för barn och unga under 18 år som mår psykiskt dåligt och behöver specialistvård, till exempel vid ångest, depression, adhd eller andra psykiska svårigheter.



Hur söker jag hjälp?

- Kontakta "En väg in" för råd, vägledning och eventuell bokning av tid på mottagningen.
- Remiss kan ges från elevhälsan, ungdomsmottagningen, vårdcentralen eller annan vårdgivare.
- Ungdomar 13–17 år kan själva boka digitalt besök via 1177.se.

Föreningar och nätverk

Föreningar som DHS Funktionshinderrörelsen i Helsingborg, Mitt Speciella Barn, Autism Skåne, FUB Skåne och andra erbjuder rådgivning, stödgrupper, erfarenhetsutbyte och svarar på frågor via telefon, mejl och sociala medier.



1177 Vårdguiden

På 1177.se finns tillförlitlig information om diagnoser, behandling, rättigheter och stöd. Du kan även ringa 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt.

LSS

LSS-handläggare: För frågor om insatser enligt LSS (t.ex. avlösarservice, korttidsvistelse) kontaktar du din LSS-handläggare i Helsingborgs stad.



Denna broschyr är till för föräldrar med barn som har särskilda behov. Vi har samlat all tillgänglig information om aktiviteter och hjälp inom Helsingborg som är speciellt inriktat till barn med neuropsykiatrisk funktionsnedsättning, NPF.

Broschyren ingår i projektet Mitt Speciella barn som drivs av DHS - Funktionshinderrörelsen i Helsingborg med stöd av Allmänna Arvsfonden.

Vi reserverar oss för eventuella ändringar av samlingslokaler och information på hänvisade hemsidor efter september 2025.

Delaktiga i projektet Mitt Speciella Barn:



JoinaOss
på Ung Fritid



**ALLMÄNNA
ARVSFONDEN**