

Telefonnummeret til Datahjelpen (Læringsteamet), til de som vil melde seg på en-til-en eller kurs:

952 63 117

Digihjelp fra skrankene - Hvor kan vi henvise?

- alltid henvise, aldri avvise

Skjema oppdatert 22.8.2024

Aktør	Målgruppe	Hjelper med	Åpningstid	Kontaktinfo	Kommentarer
Kommunale tilbud					
Dialogsenteret (en del av Flyktingenheten)	Flyktinger og innvandrere	Rådgivning, spm relatert til UDI, NAV, barnehage, skole, studielån, betale regninger, oppholdstillatelse osv En-til-en veiledning	Hverdager 9-15	Kongensgt.34 Tlf. 90 57 36 84	Skann og print er gratis https://www.trondheim.kommune.no/org/helse-og-velferd/Flyktingenheten/ https://www.facebook.com/dialogsenteret# =
Flyktingenheten	Flyktinger i introduksjonsprogrammet	PC, print, skann, kopi Alle flyktinger i introduksjonsprogrammet har egen rådgiver som vi kan henvise til		Sorgenfrivn. 19 Tlf. 72 54 17 50 90 02 28 22	Skann og print er gratis Be dem ringe først for å høre hva de kan tilby https://sites.google.com/trondheim.kommune.no/flyktingenheten
Trondheimsporten:	Elever ved	Har eget skolebibliotek	Resepsjonen	Sorgenfrivn. 19	Spør alltid om de er

TROVO - voksenopplæringen	Voksenopplæringen	Leksehjelp og andre spm relatert til skolearbeid, innleveringer mm	er åpen 10-14	Sentralbord: 72 54 17 50	elever ved TROVO, da får de mye hjelp der https://www.trondheim.kommune.no/voksenopplaring/ https://sites.google.com/ou.trondheim.kommune.no/trovo-bibliotek/start?fbclid=IwAR3uXiEwT0IB_AapJ9yxYSAZ_sBH6HZx7ZA96WML0MuSL-1ipkXo_a9tqyoU
Infosenter for seniorer	Seniorer	Infosenteret for seniorer er et tilbud til deg som er senior. Her får du informasjon om muligheter i seniortilværelsen, eller samtale om hverdagsliv og helse. Pårørende og helsepersonell kan også ta kontakt for råd, veiledning og informasjon. Vi har en god oversikt over mye av det som foregår for seniorer.	mandag-fredag kl. 12.00-14.00	Bytorget (Erling Skakkesgt 14) Tlf. 72 54 67 91	https://www.trondheim.kommune.no/infosenteret/
Bytorget Skranke for kommunen og fylkeskommunen	Alle	Rett kopi PublikumsPC	Hverdager 08-1530	Erling Skakkes gt. 14 Tlf. 72 54 00 00	Alle spørsmål relatert til kommunale tjenester

Hornemannsgården	Eldre	Juridisk rådgivning, datahjelp (i regi av Seniorett), ulike kurs og arrangementer, utleie,		Annenhver onsdag tilbyr advokater fra Bjerkan Stav advokatfirma 20 minutters gratis rådgivning. For timebestilling, ring tlf. 73 84 17 00 eller send oss en mail på post@hornemannsgarden.no	https://hornemannsgarden.no/paa-huset/juridisk-raadgivning/
Gryta Aktivitetssenter: TK Tilbud for rusavhengige	Rusavhengige	Bistand til telefonkontakt, ulike offentlige tjenester, brevskrivning, mail og søknader Har PC og aviser	9-14.30 alle hverdager	Kjøpmannsgt. 51, 2. etg. Tlf. 915 43 869	De hjelper til med å komme i kontakt med første- og andrelinjetjenesten. https://www.trondheim.kommune.no/tema/helse-og-omsorg/helsetjenester/rustjenester/gryta-aktivitetssenter/
Treffsted for psykisk helse/ Trondheim kommune	Personer med psykiske helseutfordringer	PC, internett, aviser, turer, samtaler, kreativt, div kurs Timeplan og informasjon: https://www.facebook.com/Treffsted-psykisk-helse-Trondheim-Kommune-506560526063637/	Ring for informasjon	Sommerstua Erling Skakkes Gate 70 Telefon 72 54 09 87 Veiskillet Brøsetveien 186 B	Ny oppdatering Vi kan nås på telefonen hverdager mellom 09.00-15.00. Ta kontakt dersom dere har behov for en prat. Sommerstua Tlf: 72540987 (Mobil: 91760187)

				Telefon 72 54 37 85 treffsted.psykisk.helse@gmail.com	Veiskillet Tlf: 72543785 (Mobil: 90228266) https://www.trondheim.kommune.no/tema/helse-og-omsorg/helsetjenester/psykisk-helse/treffsted-psykisk-helse/
Dora: Byarkivet	Alle	Her kan du studere protokoller, brev, fotografier, kart og tegninger m.m. - enten det er til vitenskapelig forskning, for å undersøke juridiske rettigheter, drive slektsgranskning eller andre slags undersøkelser	Trondheim byarkiv: onsdag 10-14	Arkivsenteret Dora Maskinistgata 1 Trondheim	72 54 82 80 i arkivsenterets åpningstid
Aktør	Målgruppe	Hjelper med	Åpningstid	Kontaktinfo	Kommentarer
Statlige tilbud					
NAV	Innbyggere som har en relasjon til NAV	www.nav.no Facebook: Nav jobbløst https://www.nav.no/soknader/nb/person <ul style="list-style-type: none">• Hjelp til å komme i jobb• Hjelp i nødssituasjoner, for	NAV Falkenberg: Kl 10-14 - når man ikke har avtale NAV Lerkendal Kl 10-14 - når man ikke har	Ring: 09-15 (men lang ventetid pr. telefon): Tlf. 55 55 33 33 Logge inn på Min side: Personlig (hvis man er registrert, kan her kontakte veileder og	Henvendelser vedr behov for nødhjelp eller manglende bolig: 9-15 tlf 94 15 09 98 Øvrige henvendelser: tlf 404 81 630 <i>De gjør oppmerksom på at disse telefonlinjene kun kan svare ut konkret bistand for de som ikke</i>

		<p>eksempel midlertidig botilbud eller økonomisk sosialhjelp</p> <ul style="list-style-type: none"> • Økonomi- og gjeldsrådgivning • Tilgang til PC • Hjelp til å bruke digitale tjenester hvis du trenger det • Frivillig og tvungen forvaltning av privatøkonomi 	<p>avtale</p> <p>Hvis innbyggere er lite digitale, trenger mye hjelp og har behov for dokumentasjon fra flere aktører (skatt, bank, lege osv) i forbindelse med Nav-søknader: be de kontakte NAV for hjelp</p>	<p>bestille videosamtale)</p> <p>Chat: Anonymt (ikke personlige spørsmål)</p> <p>De har også PCer og printere på NAV</p>	<p><i>kan benytte seg av digitale løsninger på nav.no</i></p> <p>NAV Falkenberg: https://www.nav.no/no/n-av-og-samfunn/kontakt-nav/kontorer/nav-falkenberg</p> <p>NAV Lerkendal: https://www.nav.no/no/n-av-og-samfunn/kontakt-nav/kontorer/nav-lerkendal</p>
UDI	Utlendinger som skal behandle sin søknad om besøk eller bo i Norge, drift av asylmottak og utvisningssaker.	<p>Skal søke</p> <p>Har søkt</p> <p>Har fått svar</p> <p>Skal fornye</p> <p>Er også på Facebook</p>		<p>Kontakt skjema på nett udi.no</p> <p>Tlf. 23 35 16 00</p> <p>De har chat</p>	<p>Timebestilling via nettsidene</p> <p>UDI har et regionkontor i Statens hus, men dette er ikke et vanlig publikumsmottak så IKKE henvis folk dit.</p> <p>Men, i "krisetilfeller" prøv å ringe: 73 10 40 00 12-14.30 man 09-14.30 tirs- fre</p> <p>https://www.udi.no/kontakt-oss/</p>

SUA: Senter for utenlandske arbeidstakere	Personer fra EU/EØS som skal arbeide i Norge. Personer fra land utenfor EU/EØS som skal søke oppholdstillatelse for å arbeide i Norge. Familiemedlemmer og arbeidsgivere til gruppene over.		Kun timebestilling.	Holtermannsveg 1 (sammen med Skatteetaten) www.sua.no	Skatteetaten, UDI, Politiet og Arbeidstilsynet på samme sted Må bestille time først
Skatteetaten	Alle	Det er mye informasjon på Skatteetaten.no om hva de tilbyr og hva som er status nå under koronatiden Er også på Facebook Ringe Chat Facebook Logg inn og send melding Hvis du skal møte opp på et skattekontor, må du <u>bestille tid på forhånd</u>. Det skal være lettere å få avtalt fysisk oppmøte enn tidligere, men man må ringe først.	Det er i utgangspunkt et kun mulig å bestille tid for tjenester som krever personlig oppmøte. De kan gjøre unntak hvis veiledning pr telefon/digitalt ikke fungerer	Holtermanns veg 1 Ring oss på 800 80 000 Åpningstider på telefon: 09:00 til 15:30 på hverdager.	Må alltid bestille tid på forhånd så ikke send folk dit uten avtale https://www.skatteetaten.no/person/
Dora: Statsarkivet	Alle	Her kan du studere protokoller, brev, fotografier, kart og	Statsarkivet og	Arkivsenteret Dora Maskinistgata 1	72 54 82 80 i arkivsenterets

		tegninger m.m. - enten det er til vitenskapelig forskning, for å undersøke juridiske rettigheter, drive slektsgranskning eller andre slags undersøkelser	universitetsbiblioteket onsdag og torsdag 10-14	Trondheim	åpningstid
Statsforvalteren	Alle	Kan kontaktes ang. spørsmål om fremtidsfullmakt	15. mai - 14. september: 08.00 - 15.00 15. september - 14. mai: 08.00 - 15.45	https://www.statsforvalteren.no/trondelag/ 74168000 sftlpost@statsforvalteren.no	Personer som ønsker å skrive fremtidsfullmakt og har spørsmål rundt dette kan også sjekke med banken sin om de har rådgivning om temaet eller ta kontakt med et advokatfirma for å få hjelp
Lånekassen	Studenter	Det er mye informasjon på lanekassen.no om hva de tilbyr og hva som er status nå under koronatiden Er også på Facebook	Har ikke lenger publikumsmottak Hverdager 09-15 på telefon	Kundesenter, hverdager kl. 09-15: Ring: 21 49 60 00 Logg inn på: Min side og send epost Probl. med innlogging: Tlf. 80 03 03 00	https://lanekassen.no/nb-NO/hjelp-og-kontakt/
Karriereveiledning.no	Alle	Rådgivning: Opptak til høyere utdanning Gjennom karriereveiledning kan du bli tryggere på dine valg rundt utdanning og jobb. En karriereveileder kan hjelpe deg i å bli kjent med deg selv, se dine muligheter og ta gode valg		Offentlig instans, gratis. Chat eller ring: 74 17 40 00 Har kontor i Trondheim Man kan booke time også Vi er et offentlig karrieresenter som gir	https://karriereveiledning.no/

				gratis veiledning knyttet til utdanning og arbeid postmottak.karrieresente ret@trondelagfylke.no	
Aktør	Målgruppe	Hjelper med	Åpningstid	Kontaktinfo	Kommentarer
Frivillige organisasjoner/ interesseorg.					
Seniornett	Seniorer	<p>Seniornett Trondheim har temamøter. Annenhver mandag 11-13.00 På hovedbiblioteket</p> <p>Mandagsdata :Hornemannsgården, hver mandag fra 14.00-15.30</p> <p>Drop in. Flere datastudenter som veileder i samme rom, men kun en person i gangen. 20 min pr. person</p> <p>Flere tilbud hvis man er medlem, bla: Dataveiledning via telefon, epost eller TeamViewer (ser pc`n din)</p>	9 -15.30 på telefon	<p>Seniornett.no Seniornett Norge: SeniorNett Norge; Tlf. 22 42 96 26</p> <p><u>SeniorNett Trondheim:</u> Tlf.: 911 12 819</p>	<p>De ønsker fortrinnsvis at man skal være medlem for å benyttes seg av deres ulike tilbud.</p> <p>SeniorNett Norge: <u>https://www.seniornett.no/</u></p> <p>Seniornett Trondheim: <u>https://www.seniornett.no/lokalforening/trondheim/</u></p>
Foreningen SeniorIKT	Seniorer	Smarttelefonkurs (åpne for alle seniorer), temamøter + sosialt for medlemmer			

Frivilligsentralene	Alle	Ulike tilbud, noen faste, noen prosjektbaserte: Sosialt treffsted, språkkafeer, leksehjelp, datakurs, hjelp hjemme			https://trondheims.frivilligsentraler.no/ https://it trondheim.org/
Caritas	Flyktninger og innvandrere + andre sårbare målgrupper	PC-veiledning, CV, jobbsøking, forstå det offentlige Norge, juridisk hjelp leksehjelp, språkkafe, norskkurs, matutdeling	10-15	Kongens gate 34 7012 Trondheim Mobil: 917 96 237 Mail: info@caritastrondheim.n Facebook: Caritas Trondheim Instagram: Caritas_Trondheim	Både veiledningstelefon sentralt + fysisk kontor i Norge https://caritastrondheim.no/
SEIF Trondheim Selvhjelp for innvandrere og flyktninger	Flyktninger og innvandrere	De informerer, henviser til rette instans og hjelper med problemløsning på en lang rekke områder. Hjelper til med å fylle ut skjemaer. NAV, skole, arbeid, oppholdstillatelse, familiegjenforening, økonomiske probl., tvangsekteskap og æresrelatert vold, negativ sosial kontroll etc Henviser til riktig instans	08.30 – 15.30 mandag til torsdag	Kongensgt. 60 Tlf. 73 51 71 84 Mail: trondheim@seif.no	https://seifnorge.wpcomstaging.com/om-seif/trondheim/
LOS: støttesenter for flykninger Kirkens bymisjon	Flyktninger og innvandrere	Vi vil gjerne hjelpe deg med å løse ulike utfordringer og vanskeligheter med praktiske	Drop in tirsdager og fredager fra	Munkegata 4 990 93 258 camila.langfeldt@bymisjo	https://drive.google.com/file/d/1HZm2HumxfQnQtX7oIT56E0fZYwgBmfck/view?usp=drive_link

		<p>og/eller byråkratiske oppgaver i hverdagen.</p> <p>For eksempel kan vi hjelpe med å søke barnehageplass, finne fritidsaktiviteter, lete etter bolig, få tilgang til digitale tjenester, bestille time hos leger med mer.</p>	10-16	n.no	https://www.facebook.com/profile.php?id=100089860517298
AktivNo Norge	Flyktninger og innvandrere, spesielt russisk/ukrainsk-språklige	<p>Integrasjonsarbeid</p> <p>Har dropin datakafe</p>	Dropin fredag 16-17 OBS! Sjekk FB for oppdateringer	Håkon Magnussonsgt. 5,	https://www.facebook.com/aktivNoTrondheim
Mangfoldhuset	Flyktninger og innvandrere	<p>Mangfoldshuset Trøndelag er en ideell, frivillig organisasjon som drives etter demokratiske prinsipper med formål til å bidra sosial utjevning og inkludering i lokalsamfunnet.</p> <p>Lokaler som kan bookes,</p>		Kongensgt 34	https://trondelag.mangfoldhuset.no/
Verdige smil	Flyktninger og innvandrere	Leksehjelp, matutdeling, jobbsøkekurs, datakurs,		Heimdal Adresse: Anders	https://verdigesmil.no/

		norskurs		Haarstads Veg 2 (Gamle Breidablikk Skole) 7072 Heimdal Epost: info@verdigesmil.no 489 07 909	https://verdigesmil.no/vart-arbeid/i-norge/ FB-side
Internasjonal velferdsforening Norge	Flyktninger og innvandrere	Hjelper blant annet papirløse, råd om helse, sosiale tiltak, norskurs, it.kurs og dataopplæring Kan fungere som en sosial arena for personer med lite nettverk - også eldre		ivt.kontor@gmail.com 958 79 211 Olav Tryggvasons gt. 27, 7011	https://www.ivfnorge.no
KIA (Kristent interkulturelt arbeid)	En kristen organisasjon og legger stor vekt på et fellesskap som inkluderer enhver, uavhengig av tro, alder, legning m.m.	Leksehjelp, norskurs, språkkafe, Lokaler som kan bookes,		Kongens gate 89 7012 Trondheim	https://www.kianorge.no/region/kia-trondelag 48 31 41 48 ester.roen@kianorge.no
Forbrukerrådet og Finansportalen				Mer info kommer	https://www.forbrukerradet.no/tjenester/
Aktør	Målgruppe	Hjelper med	Åpningstid	Kontaktinfo	Kommentarer

Private aktører					
Make! Graphics!	Alle	Kopiering Scann (minnepinne) Rett kopi	Hverdager 08-16	Sorgenfriveien 14 7031 Trondheim Tlf.: +47 73 87 71 20 E-post: trondheim@makegraphics.no Åpningstider: Mandag-fredag kl. 08:00-16:00	Hjelper til med andre digitale spørsmål hvis tid Rett kopi: 45 kr Scann til epost: 45 kr Kopiering: 10 kr Kan lage tilbud på pris ved mye materialet Printer ikke fra mobil https://www.makegraphics.no/kontakt-oss/trondheim
Sparebank 1	Kunder	Åpningstid: Mandag - fredag kl. 9 - 15.		Søndre gate 4 For avtale: 915 07 300 Man-fre fra 9-15	OBS! Med den nye bransjenormen så kan vi kreve av bankene at de større grad hjelper sine digitalt svake kunder. Men, det betyr ikke at vi ikke kan bistå når vi har tid/kompetanse
Danske bank (ut 2024)	Kunder	Lange åpningstider digitalt, også søndager (telefon)	Chat	Søndre gate 15 Selvbetjent uttak og innskudd er åpent For avtale: 98 708540	https://danskebank.no/privat/faa-hjelp
DNB	Kunder		dropin 10-15	Munkegata 22	https://www.dnb.no/hjelp

	OBS! DNB har banktilbud til de som IKKE er digitale også!			Gode videoer på nettsiden om tjenestene For avtale: 915 04800	-og-veiledning/bank-uten-internet
Advokaten hjelper deg	Alle	https://advokatenhjelperdeg.no/ Nettjeneste som gir oversikt over ulike advokater/advokatfirma og hva de har kompetanse på			
Ticket (reisebyrå)	Alle	Bestille flybilletter, hotell, charter, assistanse, forsikring osv Hvis man tar med egen PC kan man sitte i lokalet deres og fylle ut visumsøknaden selv + spørre de ansatte om råd - hvis de har kapasitet	Mandag - fredag: 10.00 – 16.00	73 39 10 00 sondre@ticket.no	Ticket reisebyrå i Søndregate i Trondheim - Ticket.no
TRAVELNET Reisevarehuset	Alle	Bestille flybilletter, hotell, charter, assistanse, forsikring osv. Hjelper ikke til med visumsøknader pga personvern - begrenset kapasitet til å svare på spm om dette også.		73 88 41 95 ferie.tt@travelnet.no	Pass og visum informasjon fra TRAVELNET Reisevarehuset
Berg Hansen		Hjelper ikke til med visumsøknader pga personvern - - begrenset kapasitet til å svare på spm om dette også.	Mandag - fredag 9-17	73 10 47 00	https://www.berg-hansen.no/vare-kontorer/trondheim/

Visumservice.no	Alle	Man kan betale for at visumservice ordner med visumsøknaden for en - så henvis til denne tjenesten! Det gjør også reisebyråene.			
Eplehusets servicesenter	Alle apple-brukere	Service, rep. skjermbytte, batteribytte	Kl. 10-18	Dronningensgt 30	https://eplehuset.no/butikker/midt-norge/servicesenter-trondheim Har også chat
Andre servicesenter for mobiler og nettbrett					
Aktør	Målgruppe	Hjelper med	Åpningstid	Kontaktinfo	Kommentarer