



NYTT HELSETILBUD I NOTODDEN KOMMUNE

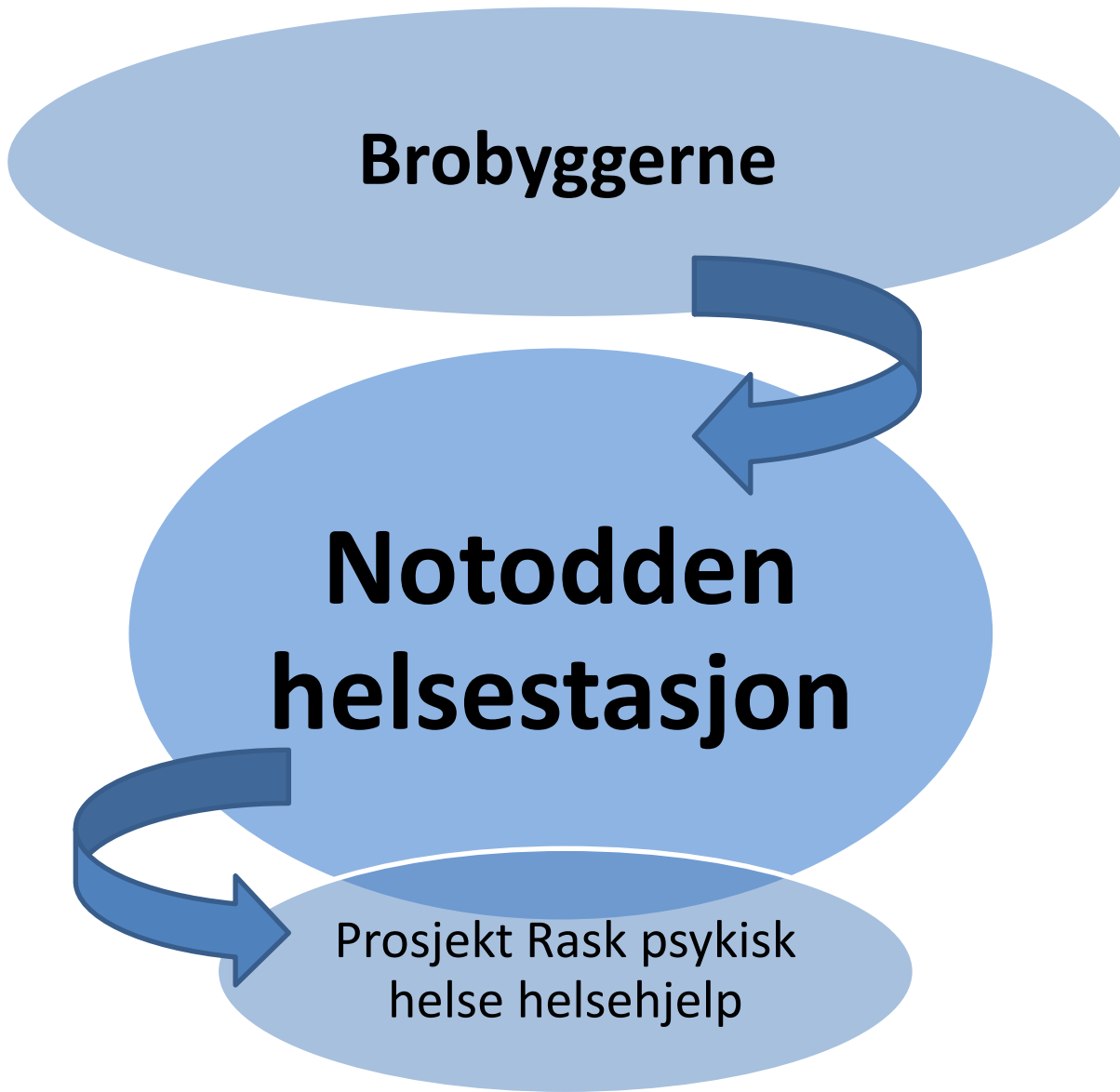
PROSJEKT RASK PSYKISK HELSEHJELP

LAVTERSKELTBUD

Brobyggerne

**Notodden
helsestasjon**

Prosjekt Rask psykisk
helse helsehjelp



EIERSKAP OG ORGANISERING

PROSJEKTEIER

Seksjon helse og omsorg.
Anne Grete Rønningsdalen

PROSJEKTGRUPPE

Mental helse, Kommunelege,
Nav, DPS, Tildelingskontor,
Helsestasjonen, Psykisk helse
Prosjektansatte

OPPDRAGSGIVER

Styringsgruppa
Brobyggerene

STYRINGSGRUPPE

Representanter fra
Styringsgruppa Brobyggerene

PROSJEKTANSVARLIG

Virksomhetsleder
helsestasjonen Åshild
Bergstøl



**Ordinær drift
januar 2016**

**Hovedprosjekt
oppstart
1 september 2013**

Oppstart januar 2013

Forprosjekt periode
1. februar til 31.august 2013

MÅL

Øke det samlede tilbudet innen psykisk helsehjelp i kommunene

Gjennom dette søke å fremme psykisk helse i befolkningen.

Gjøre virksom behandling av lettere og moderat angst og depresjon tilgjengelig for befolkningen.

Utvikle et kommunalt behandlingstilbud for mennesker med depresjon og/ eller angstlidelser av lett til moderat grad, ev. med søvnproblemer i tillegg

Tverrfaglig team

De ansatte har
taushetsplikt.

RASK – TEAMET

Ansatte med
bred
kompetanse.

Teamet samarbeider med
andre instanser i samråd med
bruker dersom dette er
hensiktsmessig

Samarbeid





STORGATA 81

(tidligere Tinnes videregående skole)



PROSJETKANSATTE





Tilbud
innen to
uker

Hvem
passer
tilbudet
for?


**Voksne over 18 år
med depresjon og angstlidelser i mild
til moderat grad evnt med
søvnproblemer i tillegg**

HVORDAN?

Behandlingen baserer seg på veiledet selvhjelp og kognitiv terapi som er en godt dokumentert behandlingsmetode for psykiske lidelser.

Tilbudet er gratis og det trengs ikke henvisning fra lege

Bruker deltar selv aktivt i behandlingen som kan inneholde:



```
graph TD; A[1. Veiledet selvhjelp i form av enten telefonkonsultasjon eller personlig oppmøte, hvor det henvises til selvhjelpsmateriale] --> B[2. Kurs i mestring av depresjon og angst]; B --> C[3. Individuell samtaleterapi med kort varighet. Ved behov for langvarig terapi, må legen din henvises til andre instanser.];
```

1. Veiledet selvhjelp i form av enten telefonkonsultasjon eller personlig oppmøte, hvor det henvises til selvhjelpsmateriale

2. Kurs i mestring av depresjon og angst

3. Individuell samtaleterapi med kort varighet. Ved behov for langvarig terapi, må legen din henvises til andre instanser.

UTFORDRINGER

- Økonomi
- Fremtidige lokaler
- Ny prosjektmedarbeider/ terapeut
 - ift oppfylle kriterier for tilskuddmidler .
- Differensiere målgruppen – ingen fasit
- Nok kapasitet når tilbud blir kjent
- Dokumentasjon - registreringer
- Sekretærfunksjon – innbakt i terapeutrollen