

# Velkommen til Nordfjord psykiatrisenter



# Til deg

som treng eit opphald på **Nordfjord psykiatrisenter** for å få hjelp med dine psykiske plager eller ditt rusproblem.

8 Kontaktinformasjon

7 Poliklinisk behandling

6 Dine rettar

5 Informasjon til dine pårørande

4 Våre tilbod

3 Døgnopphald for rusbehandling

2 Døgnopphald for psykisk helsevern

1 Velkommen

# Velkommen

Velkommen til døgnopphald ved Nordfjord psykiatrisenter. Vi ynskjer at opphaldet ditt vert tilpassa dine behov og opplevd som meningsfullt. Det er viktig for oss med gjensidig tillit og respekt og medverknad frå deg.

I dette heftet finn du informasjon om våre to døgnseksjonar; Seksjon døgn og Seksjon rus og behandlinga du kan få her. Du finn kortfatta informasjon om våre tilbod og opplysningar som dine pårørande kan ha nytte av å kjenne til. Du har mange rettar når du er hjå oss. Eit oversyn over desse finn du i heftet. Spør oss gjerne om det er noko du lurar på.

Her er eigne sider der du sjølv kan notere, og du finn kontaktinformasjon og lenkjer til meir informasjon på nyttige nettsider.

For å sjå nettsida til Nordfjord psykiatrisenter, skann koden eller gå inn på <https://helse-forde.no/avdelinger/psykisk-helsevern/nordfjord-psykiatrisenter-nps>



*Foto: Merete Nasset, tidlegare pasient*

# Nordfjord psykiatrisenter

Nordfjord psykiatrisenter (NPS) er det distriktpsikiatriske senteret for deg som bur i Stad, Gloppen, Stryn og delar av Kinn. Seksjon rus tek i mot pasientar frå heile Sogn og Fjordane. Vi tek også i mot pasientar frå andre deler av landet om dei ynskjer det. Vi har eit spesialisert tilbod innan psykisk helsevern og rus. Senteret ligg på Nordfjordeid, rett nedanfor Nordfjord sjukehus. Det er fastlegen din, poliklinisk behandler, Ambulant team eller NAV som kan tilvise deg til oss.

## Målet vårt

Vi skal betre folkehelsa når det gjeld psykisk helse og bruk av rusmiddel. Vi skal kjempe mot stigmatisering, kategorisering, utstøyting og diskriminering.

Her finn du oss:  
Sjukehusvegen 9  
6770 Nordfjordeid



## Verdier

Respekt  
Likeverd  
Medverknad  
Omsorg



# Innlagt

Når du kjem til oss, møter du fagpersonar som saman med deg lagar ein plan for opphaldet. I den skal de setje mål og avgjere kva tiltak som kan vere nyttige for deg. Desse fagpersonane vil følgje deg gjennom heile opphaldet.

Dine individuelle behov, mål, og ressursar er sentrale utgangspunkt for vårt tilbod, og desse spørsmåla er det difor viktig at du brukar tid på å tenkje gjennom.

Du får ditt eige rom med bad. Vi har vaskerom, felles opphaldsrom med TV, kjøkken og treningsrom med utstyr. Vi tilbyr ulike aktivitetar som eit ledd i di behandling.

Ved Seksjon døgnet er det tolv plassar, og ved Seksjon rus er det ti plassar. Nokre av plassane er brukarstyrt. Det vil seie at dei kan nyttast etter avtale med oss, utan ny tilvising.

**Koordinator:** Koordinator her er anten psykolog, sosionom eller lege. Han eller ho har ansvar for at du får dei tenestene du treng og for å koordinere desse. Koordinator er bindeledd mellom psykiatrisenteret, ulike tenester i din heimkommune og dine næraste pårørande.

**Kontaktpersonar:** Når du er hjå oss, vil du få faste kontaktpersonar frå miljøpersonale. Dette er dine næraste kontaktpersonar medan du er hjå oss.

**Kontaktlege:** Din personlege lege frå den dagen du kjem til oss. Legen vil følgje deg opp gjennom heile opphaldet, særleg med omsyn til legemiddel og andre medisinske spørsmål.

# Rutiner og husreglar

Dørene er i regelen opne, men av omsyn til tryggleiken vert hovuddøra låst mellom 22.00 og 07.30.

Røyking må skje på tilvist stad. Røykearelaet er kun for personar som har opphald her.

Dersom du treng legemiddel, vert dette delt ut av oss.

Det er ikkje lov å nytte alkohol eller andre rusmiddel under opphaldet hjå oss.

Måltid er til faste tider, men vi kan gjere individuelle tilpassingar.

Det er ikkje lov å ta opp lyd, bilete eller video av pasientar eller tilsette utan løyve frå den det gjeld.

Gjester er hjarteleg velkomne. Vi har ingen bestemte besøkstider, men vi bed om at det skjer mellom kl. 10.00 og 21.00. Dersom ein ynskjer større plass til gjester enn eige rom, kan ein spørje personalet om dette. Vi har egne barneansvarlege som kan leggje til rette for at barn kan kome på besøk. Vi bed om at alle gjester melder seg til vaktrommet.

# Praktisk informasjon

Alle pasientar har ei eiga hylle i eit kjøleskåp der de kan ha egne matvarer og drikke.

Vi har eit badekar i kjellaren på Seksjon døgn som pasientar kan nytte.

Annakvar veke organiserer vi ldesmie der pasientar, tilsette, og leiinga treffast for å diskutere saker pasientar eller tilsette ynskjer å ta opp. Dette er eit viktig organ for brukermedverknad og din sjanse til å hjelpe oss å forbetre tilbodet vårt.

Tilsette har lovpålagt teieplikt. Når det gjeld medpasientar, oppmodar vi om ei moralsk teieplikt. Det vil seie at ein ikkje snakkar om andre som er innlagt. Psykiatrisenteret skal vere ein trygg stad for alle. Dette kan du også gjerne forklare til dei som kjem på besøk til deg.

Vaktskifte er vanlegvis kl 8, kl. 15 og kl. 22.

# Ditt opphald

**Ditt mål med opphaldet:**

---

---

---

**Dine kontaktpersonar:**

---

---

---

**Eigne notat:**

---

---

Timeplan du kan fylle ut sjølv:

| Kl. | Måndag | Tysdag | Onsdag | Torsdag | Fredag | Laurdag | Søndag |
|-----|--------|--------|--------|---------|--------|---------|--------|
|     |        |        |        |         |        |         |        |
|     |        |        |        |         |        |         |        |
|     |        |        |        |         |        |         |        |
|     |        |        |        |         |        |         |        |
|     |        |        |        |         |        |         |        |
|     |        |        |        |         |        |         |        |
|     |        |        |        |         |        |         |        |

Pasientar  
vert møtte med  
respekt, eit ope sinn,  
og opplever seg som  
likeverdige

# Døgnoophald i

# psykisk helsevern

I brevet du får ved innkalling vil det som hovudregel stå kor lenge opphaldet er tenkt å vare. Om det ikkje står i innkallingsbrevet, vil det bli avtala under opphaldet. For at vi skal få ei god oversikt over helsa, di vil du få tilbod om undersøking av lege og blodprøvetaking. Desse prøvene blir tekne på Nordfjord sjukehus.

Vi vil også gjerne ha kontakt med dei som står deg nær i livet. Det kan vere familie, slekt og vener som du samtykkjer til at vi tek kontakt med. Dine næraste kan ofte kome med opplysningar som vert til hjelp for deg i den vidare behandlinga. Du er sjølv med på møte og samtaler som dreier seg om behandlinga di.

Behandlinga vert oftast meir velukka dersom du sjølv er med på planleggiga. Vi samarbeider tett med kommunehelsetenesta, NAV og fastlegen for at hjelpa du får hjå oss, og seinare når du kjem heim att, skal bli best mogeleg. Om du treng vidare tilbod frå Nordfjord psykiatrisenter, vil du få tilbod om ein terapeut ved poliklinikken å snakke med etter utskriving. De møtast for å bli litt kjende før utskriving

Personalet her arbeider tredelt skift. Vi har faste rutiner på at nattevaktene ser inn til deg dei første nettene.

Det heng bilete av den som er på jobb til ei kvar tid på oppslagstavla.





# Seksjon rus

Seksjon rus tilbyr tverrfagleg spesialisert hjelp til menneske over 18 år med alle typar rusproblem. Seksjonen har medarbeidarar med sosialfagleg, medisinskfagleg og psykologfagleg kompetanse.

Dersom det er naudsynt med avrusning på medisinsk avdeling, syter Seksjon rus for at innlegginga vert koordinert med direkte overføring utan avbrot i mellom.

Vi tilbyr kortvarige opphald. Planlegging av heimreise vert starta opp raskt etter at du kjem til oss. Samarbeid med kommunehelsetenesta, NAV, fastlegen, andre tenesteytarar og pårørande vil ofte vere heilt avgjerande for resultatet av opphaldet hjå oss.

Vi meiner at helsetenester må utviklast i eit tett samarbeid med dei som har erfaring med å bruke desse. Utan ein forpliktande allianse og ein god relasjon vert rusbehandling lite verknadsfull. For å lage ein god plan for opphaldet, bør du sjølv bidra med å formulere dine behov, ressursar, mål og tiltak. Du forpliktar deg til å følgje planen saman med oss.



# Våre tilbod



## Miljøterapi

Miljøterapi tek utgangspunkt i samhandlinga melom pasientar og miljøterapeutar. Vi jobbar systematisk og målretta mot mål og tiltak som er avtala i din behandlingsplan. Saman med deg legg vi til rette for di behandling ut frå din ståstad og legg vekt på dine ressursar

## Fysisk aktivitet

Hjå oss er det tilsett ein helsesportpedagog som planlegg fellesaktivitetar under opphaldet ditt. Helsesportpedagogen kan også hjelpe til med individuelle opplegg og fysioterapi. Les meir om kvifor vi prioriterer fysisk aktivitet seinare i heftet.



## Samtaleterapi:

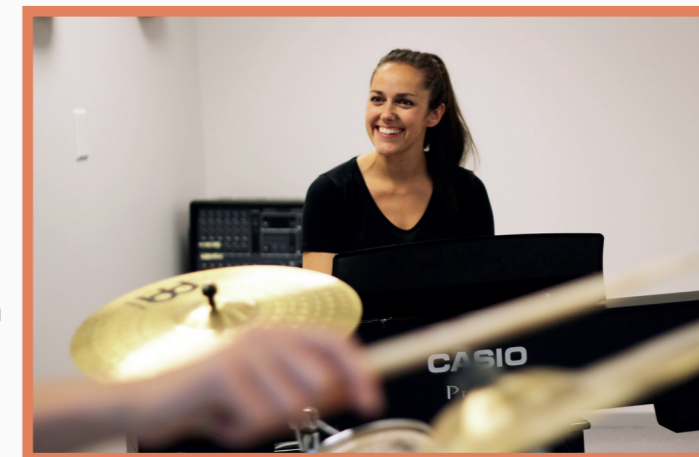
Du kan få samtaleterapi hjå psykolog, sosionom eller lege.

## Medisinsk oppfølging og behandling:

Du vert undersøkt av lege når du kjem til oss. Lege følgjer deg opp vidare, og om naudsynt vert du tilvist anna medisinsk undersøking i spesialisthelsetenesta. Dersom du har behov for legemiddel, vil du få tilbod om dette hjå oss. Det er viktig at du tek med deg ei oppdatert oversikt over medisinar du brukar når du møter til innlegging.

## Musikkterapi

Du kan få tilbod om musikkterapi saman med vår musikkterapeut. Vi har eit eige rom med fleire ulike instrument. Les meir om kvifor vi har eit tilbod om musikkterapi og kva det går ut på seinare i heftet.



## Idésmie:

Dette er ein stad der dei som har opphald hjå oss, tilsette og leing, møtast for å handsame saker som handlar om vårt tilbod og vår tenesteutvikling. Idesmia er kvar 14. dag.

# Fysisk aktivitet

*Nordfjord psykiatrisenter nyttar fysisk aktivitet som ein del av tilbodet. Vi finn glede i rørsle, meistring og eit sosialt fellesskap.*

## **Kvifor er fysisk aktivitet viktig?**

Det å vere fysisk aktiv har positiv effekt både på den fysiske og den mentale helsa. Det er noko alle har nytte av, uansett funksjonsnivå. Aktivitet i gode tider gjer deg betre rusta til å takle motgang og sjukdom. Aktivitet i mindre gode tider kan hjelpe deg å bygge deg opp att – både gjennom den direkte effekten av aktiviteten, og gjennom gode meistringsopplevingar. Fysisk aktivitet gjev ein sterkare kropp, betre søvn, meir overskot og betre mental funksjon. Det å vere fysisk aktiv er eit av dei mest effektive enkeltvala du kan gjere for helsa di.

For informasjon om fysisk aktivitet og psykisk helse, skann koden, eller gå inn på <https://www.helsenorge.no/psykisk-helse/psykisk-helse-og-fysisk-aktivitet/>



## **Kva gjer vi?**

På Nordfjord psykiatrisenter driv vi fysisk aktivitet i grupper og individuelt. Du får individuell rettleiing, og alle skal kunne delta ut frå egne føresetnadar. Vi prøver å finne fram til gode rørsleopplevingar som du kan vidareføre etter opphaldet. Vi har flott natur i området og nyttar denne aktivt til turgåing, fjellturar, skiturar og padling. Her er eit eige treningsrom. Vi har også tilgang på det lokale treningscenteret og eit lokalt basseng. Vi legg til rette for å klatre, buldre, spele volleyball, fiske og sykle, samt sosiale aktivitetar som hesteskokasting, kubb og boccia. Helsesportpedagogen lagar vekeplan med oversikt over aktivitetar.



# Musikkterapi

A background image showing a person in a dark t-shirt playing an acoustic guitar. To the right, a woman with long dark hair is looking down, possibly at the guitar or a book. The image is semi-transparent and serves as a background for the text.

## **Kva er musikkterapi?**

I musikkterapi kan ein utfalde og uttrykke seg gjennom musikk. Saman med musikkterapeuten utforskar ein korleis musikk, og musikalske aktivitetar, kan brukast i den einskilde sin betringsprosess. Ved Nordfjord psykiatrisenter kan vi tilby musikkterapi individuelt og i gruppe.

Innhaldet i musikkterapi kan vere:

- lytte til musikk
- lære å spele ulike instrument
- synge
- jamming/improvisasjon
- skrive tekstar og melodiar
- bandøving
- lære notar

## **Kven kan få tilbud om musikkterapi?**

Musikkterapi er eit tilbod til alle som kjem til oss. Musikkterapeuten legg til rette både for dei som har mykje musikkerfaring, og for dei som har lite eller ingen erfaring med å musisere.

## **Kvifor musikkterapi?**

Musikk bygger på vår medfødte evne til å kommunisere gjennom lyd og rørsele. Musikk kan føre til sosialt samvær, betre kommunikasjon og til å uttrykke kjensler. Helsedirektoratet anbefaler musikkterapi i sine nasjonale faglige retningslinjer for psykosebehandling, og for behandling av avhengighet og ved avgiftning.

# Jobbstøtte

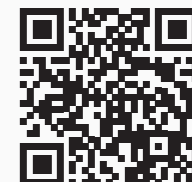
Dersom du ikkje er i jobb når du kjem til oss, men ynskjer deg attende i arbeidslivet, kan vi hjelpe deg med det. Ved Nordfjord psykiatrisenter har vi tre jobbspesialistar, i samarbeid med NAV, som arbeider med å vere eit bindeledd mellom bedrifter og personar som ynskjer jobb. Det er snakk om ordinært løna arbeid, ikkje praksisplass eller arbeidstrening. Vi er ein trygg rekrutteringspartner for deg og arbeidsgjevar.

## Kva kan ein jobbspesialist hjelpe deg med:

- Kartlegge interesser og kva jobb du ynskjer
- Skrive CV og søknader
- Informere om ledige stillingar
- Øve på jobbintervju
- Vere med på jobbintervju dersom du ynskjer det
- Bygge relasjonar til aktuelle bedrifter
- Tett oppfølging når du startar i jobb dersom du har behov for det
- Jobbstøtte så lenge du sjølv ynskjer det



For meir informasjon kan du gå inn på  
**[www.jobbivestland.no](http://www.jobbivestland.no)** eller nytte koden:



# Brukarstyrt opphald

Både Seksjon rus og Seksjon døgn tilbyr brukarstyrte opphald, og har kvar avsett to plassar til dette føremålet. Eit slikt opphald ved Seksjon rus kan vare i inntil ti dagar, og ved Seksjon døgn i inntil fem dagar.

For å kunne bruke dette tilbodet må du ha ei skriftleg avtale med den aktuelle døgnposten. Som oftast vert dette avtalt som eit oppfølgingstiltak mot slutten av eit ordinær opphald. Avtalen varer normalt eit år, og det er høve til å forlenge avtaleperioden.

Målet er å sikre rask hjelp i ei krise eller ein sjukdomsperiode, eller som tiltak for å førebygge dette. Du må sjølv ta kontakt med den aktuelle døgnposten. Dersom vilkåra som er sett i avtalen er oppfylte og det er ledig plass, kan du kome rett til oss. Det er ikkje naudsynt med tilvising frå fastlege eller legevakt.

Avtale om brukarstyrt opphald gjev deg meir makt til å sjølv ta grep og få rask hjelp når behovet oppstår, men også eit ansvar for å følgje opp vilkåra som er sett i avtalen.



# Informasjon

Pårørende har rett til opplæring, fagleg informasjon, og generell informasjon om rettar og vanleg praksis. Dette er regulert av lov om pasientrettar og lov om spesialisthelseteneste.

På nettsidene til Helse Norge kan du finne nyttig informasjon om det å vere pårørende og om rettane dine. Skann koden, eller gå inn på <https://www.helsenorge.no/parorende/>



# til dine pårørende

Vårt mål er at pårørende skal oppleve omsorg og interesse og bli involvert i arbeidet vi gjer, så langt den som er innlagt ynskjer det. Vi ringer til pårørende når du kjem til oss, dersom du samtykker til det. Pårørende er hjarteleg velkomne til å ta kontakt med oss som arbeider her for ein prat og til å stille spørsmål. Vi er ein open institusjon og legg til rette for besøk når du ynskjer det. Vi har tilbod om familiegrupper.

I samarbeid med kommunane i Nordfjord og Landsforeninga for pårørende i psykisk helsevern, er vi med å arrangere «Møteplassen». Her kan fagfolk og pårørende møtast for å utveksle erfaringar, og verte betre kjende med kvarandre. Spør oss gjerne om når neste Møteplass finn stad.

Vi har ein brukerrepresentant ved Nordfjord psykiatrisenter. Ta kontakt for å få vite kven dette er og korleis du kan kome i kontakt med vedkomande.

Pårørende skal oppleve omsorg og interesse, bli involvert i behandlinga, og vert sett på som ein ressurs

# Når pårørende er barn

Psykisk sjukdom og rusproblem vil ofte påverke korleis ein fungerer i kvardagen. Kanskje vert ein sjukmeld frå arbeid og lyt ta seg fri frå frivillige verv ein periode for å gje seg sjølv tid og energi til å bli frisk. Det kan også vere utfordrande å vere mamma eller pappa samstundes som ein har ein sjukdom. Barn har behov for å forstå og få støtte i å handtere situasjonen. Denne støtta er i dag ein lovfesta rett, anten det er foreldre eller eldre sysken som er sjuke.



Vi ved Nordfjord psykiatrisenter vil gjerne hjelpe til med å gjere situasjonen forståeleg og gje barn oversikt. Ved kvar avdeling er det personar som har eit ekstra ansvar for å gje informasjon og nødvendig oppfølging til dine barn eller søsken.

Her på psykiatrisenteret er barn velkomne på besøk. Barn og vaksne kan stille så mange spørsmål dei vil. Vi vil forsøke å svare på det vi kan. Om det er noko vi ikkje greier å svare på med ein gong, kan vi forsøke å finne ut av det saman.

Det at nokon i familien er sjuke og ikkje har det bra, kan vere krevjande. Det kan vere ekstra viktig at resten av kvardagen er så vanleg og oversikteleg som råd. Vi hjelper gjerne til med å informere nettverk, barnehagen, skulen eller andre om kva situasjon familien er i. Då er det ofte lettare å forstå kva som skjer og meistre kvardagen.

Ta gjerne kontakt med oss, og sei i frå om kva DU treng av støtte eller informasjon.





# Slik ser det ut hos oss

Alle har eige rom med bad.  
Det er alltid nokon på jobb.  
På den måten kan ein få  
hjelp heile tida bli raskare  
frisk. Vi sit ilag på stovene  
og ser tv, spelar spel og  
pratar. Vi et alle måltida ilag  
på kjøkkenet.



Om dagane kan ein bli med på fjelltur,  
trene på treningssenter, klatre i klatrevegg,  
padle kano, male bilder, synge eller spele  
på instrument. Det er veldig kjekt med  
besøk.

# Her kan du finne meir informasjon

Landsforeningen for pårørende innen psykisk helse: [www.lpp.no](http://www.lpp.no)

Mental helse: [www.mentalhelse.no](http://www.mentalhelse.no)

Verdensdagen for psykisk helse: [www.verdensdagen.no](http://www.verdensdagen.no)

Rusettervernet: [www.rusettervernet.no](http://www.rusettervernet.no)

Barn av rus: [www.barnavrus.no](http://www.barnavrus.no)

Voksne for barn: [www.vfb.no](http://www.vfb.no)

Pårørendesenteret: [www.paroendesenteret.no](http://www.paroendesenteret.no)

Om du ynskjer meir informasjon, kan du sjå denne videoen:

Barn som pårørende:

<https://www.youtube.com/watch?v=PE8LZROLHjg>



# Dine rettår

Når du kjem til Nordfjord psykiatrisenter, er dette basert på ditt val av stad for helsehjelp og vår vurdering av at vi kan gje deg det tilbodet du treng. Du kan sjølv velje å endre stad for helsehjelp, men dette gjeld ikkje alltid om du mottak helsehjelp utan eige samtykke. Du har rett til fornya vurdering av helsetilstanden din om du ønskjer det.

Hovudregelen er at all helsehjelp byggjer på eit fritt og informert samtykke. Du har rett til å medverke i helsehjelpa du får. Du skal få all informasjon du treng for å få innsikt i eigen helsetilstand og innhaldet i helsehjelpa vi kan tilby deg. Behandlinga skal så langt råd bli utforma i samarbeid med deg. Dersom du treng langvarige og samordna tenester vil ein individuell plan for helsehjelpa vere nyttig.

Medan du har kontakt med Nordfjord psykiatrisenter, vert det ført journal som du har rett til innsyn i. Du finn journalen ved å logge inn på din konto på [www.helsenorge.no](http://www.helsenorge.no). Vi går gjerne gjennom journalen din saman med deg dersom du ynskjer det, og du kan krevje retting eller sletting av journalopplysningar dersom noko er feil. Det finst særlege reglar for slik korrigeriing av innhald i journal, noko vi vil informere deg om dersom du ønskjer det.

Du har rett til å få dekt reiseutgifter i samband med helsehjelpa.



Foto: Merete Nesset, tidlegare pasient

Pasientar og pårørande i det psykiske helsevernet har rettår etter pasient- og brukarrettlova. Det inneber mellom anna rett til naudsynt behandling, rett til informasjon og medverknad, og rett til journalinnsyn.

Meir informasjon om rettane dine finn du i pasient- og brukarrettlova. Skan koden, eller sjå [www.lovdato.no](http://www.lovdato.no)



## Teieplikt

Personlege opplysningar som vi får om deg, er omfatta av strenge reglar for teieplikt. Helsepersonell har likevel i visse høve lovfesta opplysningsplikt til statsforvaltar førarkortsaker og til barneverntenesta. Dette er nærare omtalt i kapittel 6 i helsepersonellova.

# Kontrollkommisjonen

Kontrollkommisjonen har to hovudoppgåver:

- Behandle klager over vedtak etter psykisk helsevernlova.
- Besøke institusjonen og sikre at pasientane si velferd vert ivareteken.

Om du ynskjer det, kan du møte kommisjonen.

Fleire opplysningar finn du i brosjyren «Rettsikkerhet ved tvang». Brosjyren får du på institusjonen eller ved å ta kontakt med kontrollkommisjonen.

For 2021 er desse med i Kontrollkommisjonen for Nordfjord psykiatrisenter:

Leiar: Gunnhild Grove, postboks 85, 6801 Førde  
tlf: 47 68 50 46/ e-post: [gunnhild.grove@domstol.no](mailto:gunnhild.grove@domstol.no)

Nestleiar: Tor Andre Amble, tlf: 90 87 33 08  
e-post: [amble@eineadvokat.no](mailto:amble@eineadvokat.no)

Legekyndig medlem: Anne Stubdal  
Alminnelig medlem: Jostein Hauge  
Alminnelig medlem: Kari Vold Olsen

Kommisjonen har fire medlemmer. Leiaren er jurist, eit medlem er lege og to er alminnelege medlemmer. Kontrollkommisjonen besøker institusjonen ein gong i månaden. Senteret har oversyn over når kommisjonen kjem på neste besøk.

**Om du vil kan du lese meir om kontrollkommisjonen her:**

<https://www.helsenorge.no/sykdom/psykiske-lidelser/psykisk-helsevern/kontrollkommisjonen/>



Du finn kvalitetssikra og oppdatert informasjon om dine rettar på **[www.helsenorge.no](http://www.helsenorge.no)**. Her kan du mellom anna finne informasjon om:

Pasientjournal og innsyn  
Tieplikt  
Rettar ved fristbrot  
Klage og erstatning  
Individuell plan  
Brukermedverknad  
Førarkort og helsekrav  
Rett til tolk

Dersom du meiner at du ikkje har fått den hjelpa du har krav på, kan du klage. Klaga sendast til statsforvaltaren. Du kan også vende deg til pasient- og brukarombodet. Personalet hjelper deg gjerne med dette om du ynskjer det.

# Poliklinisk behandling

I poliklinikken arbeider terapeutar med ulik utdanningsbakgrunn og brei kompetanse i behandling av psykiske lidingar og rusproblem.

Vi arbeider i eigne lokale ved Nordfjord psykiatrisenter, på lånte kontor i Nordfjordkommunane, eller heime hjå pasientane. Fastlege, NAV, og kommunale tenester for psykisk helse kan tilvise deg til utredning og behandling.

Dersom du sjølv opplever å vere i ein situasjon der du har trong for helsehjelp kan du eller dine pårørande ta **kontakt på vaktelefonen: 415 30 370**. Den er open alle dagar 08-21.30 og i helg/helgedagar 10-16.30. Du vil då få tilbod om ein vurderingssamtale og vidare hjelp dersom vi vurderer at det kan vere nyttig for deg. Du får snakke med ein terapeut som saman med deg kartlegg dine vanskar og behov og ser på korleis du best mogeleg kan få hjelp vidare.



# Eigne notat

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



# Kontaktinformasjon

**Nordfjord psykiatrisenter, sentralbord:** 57 86 43 30

**Seksjon døgn, vaktrom:** 57 86 43 32 / 57 86 43 29

**Seksjon rus, vaktrom:** 57 86 43 40 / 57 86 43 48

**Seksjon dag, seksjonsleiar:** 57 86 45 88 **Ambulant team:** 41 53 03 70

## Nyttige nettadresser:

[www.helsenorge.no](http://www.helsenorge.no)

[www.barweb.no](http://www.barweb.no)

[www.helsebiblioteket.no](http://www.helsebiblioteket.no)

[www.krisepsyk.no](http://www.krisepsyk.no)

[www.mentalhelse.no](http://www.mentalhelse.no)

[www.kognitiv.no](http://www.kognitiv.no)

[www.lpp.no](http://www.lpp.no)

[www.morild.no](http://www.morild.no)

[www.napha.no](http://www.napha.no)

[www.sidetmedord.no](http://www.sidetmedord.no)

[www.barnasbeste.no](http://www.barnasbeste.no)

[www.kirkenssos.no](http://www.kirkenssos.no)

[www.vfb.no](http://www.vfb.no)

Kommunane er fagleg likeverdige og blir tekne med i tenesteutvikling og godt samarbeid.

### **Stad kommune:**

Sentralbord: 57 88 58 00

Einingsleiar psykisk helse og rus: 40 03 50 58

Psykososialt kriseteam: 90 25 02 07

### **Stryn kommune:**

Sentralbord: 57 87 47 00

Psykisk helsearbeidertjeneste: 91 72 16 21

Heimetenesta psykisk helse og rus: 99 28 86 05

Dagtilbod psykiatri: 91 72 16 26

### **Gloppen kommune:**

Sentralbord: 57 88 38 00

Einingsleiar, psykisk helse: 97 70 68 75

Dagtilbod: 97 99 10 34

### **Kinn kommune:**

Sentralbord: 57 75 60 00

Avdelingsleiar psykisk helse og rus: 91 63 92 29

# ••• Mål for Nordfjord psykiatrisenter

Vi skal betre folkehelsa i Nordfjord når det gjeld psykisk helse og bruk av rusmiddel.

Vi skal fremje inkludering, integrering og normalisering.

Nøgne  
samarbeids-  
partar

Døgnopne  
tenester

Få avslåtte  
tilvisingar

Nøgne  
brukarar

Korte  
ventetider

Få akutt-  
innleggingar

Lite bruk  
av tvang