



Levanger kommune

Enhet helsefremming

Psykisk helse og rus



Hvem er vi?

- 22 fagpersoner med kompetanse innen psykisk helse og rus, friskliv og helsefremming
- Tverrfaglig sammensatt gruppe; Sykepleiere, vernepleiere, fysioterapeuter, sosionomer, erfaringskonsulent, psykolog, pedagog og helsefagarbeidere
- Diverse videreutdanninger; psykisk helse, rus, veiledning, traumer, kognitiv terapi, div samtaleteknikker og kursinstruktører.
- Bor på flere lokasjoner i Levanger



Styringsdokumenter

Hovedforløp 1: Milde og kortvarige problemer

- Nyoppstått angst eller depresjon av mild til moderat grad
 - Selvskading uten samtidig personlighetsforstyrrelse
 - Bruk av illegale rusmidler uten klar funksjonssvikt
 - Høyt alkoholkonsum som skaper problemer uten å oppfylle krav til skadelig bruk
-
- Lavterskelbaserte tjenester - Uten henvisning
 - RPH – Rask psykisk helsehjelp
 - Tankevirus, assistert selvhjelp
 - Helsestasjon rus
 - Aktivitetshuset Levanger

Men om mestring

er i lokalt psykisk helsearbeid og rusarbeid for voksne
verktøy for kommuner og spesialisthelsetjenesten



Hovedforløp 2:

Kortvarige alvorlige problemer/lidelser og langvarige mildere problemer/lidelser

- Akutte psykoser med god prognose
- Tidsbegrenset skadelig bruk av alkohol
- Illegale rusmidler uten avhengighet
- Langvarige mildere depresjoner eller angstlidelser
- Mindre alvorlige personlighetsforstyrrelser eller spiseforstyrrelser
- Skadelig bruk av alkohol uten markert funksjonstap og tilbakevendende depressive episoder

Vedtaksbaserte kommunale tjenester innen rus og psykisk helse (psykisk helsearbeider, ruskonsulent). Individuelt/gruppe/kurs. Kontor/hjemme. Video/telefon. Walk and talk.

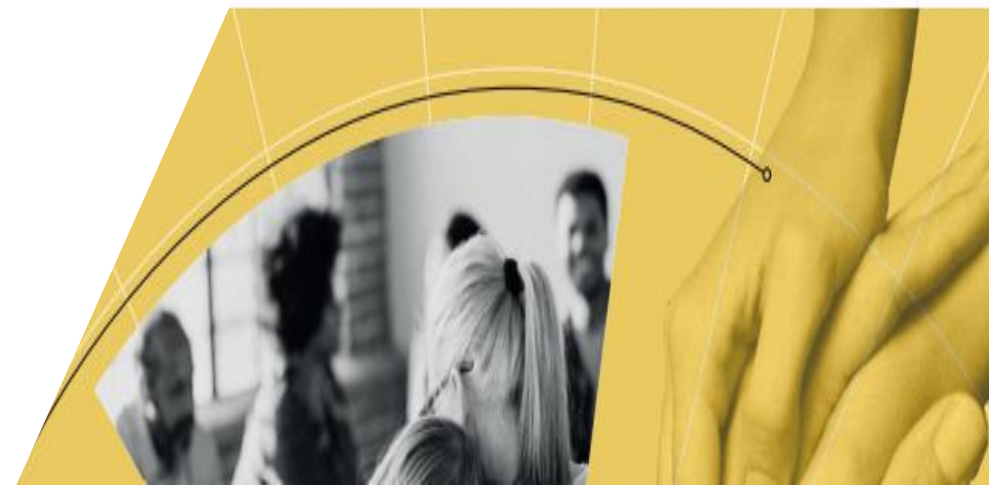
Pårørendearbeid

Meld. St. 23

(2022–2023)

Melding til Stortinget

optrappingsplan for psykisk helse (2023–2033)



Hovedforløp 3:

Alvorlige langvarige problemer/lidelser

- Medikament- eller rusmiddelavhengighet
- Alvorlige bipolare lidelser
- Alvorlig depresjon
- Schizofreni
- Alvorlige personlighetsforstyrrelse

Vedtaksbaserte kommunale tjenester rus og psykisk helse – ofte samarbeid/koordinering både internt og eksternt

Kommunalt ambulerende team (ROP team)

Rådgivende enhet narkotikasaker

Vurdering tvang etter helse og omsorgstjenesteloven § 10

Psykososialt kriseteam



HELSE- OG OMSORGSDEPARTEMENTET

Opptappingsplan

Opptappingsplan for rusfeltet

KURS

- Kurs i selvheldelse/selvtutvikling
- Tankevirus [Tankevirus](#)
- Assistert Selvhjelp [Assistert Selvhjelp – Bedre enn å vente på neste time](#)
- Kurs i samarbeid med Frisklivssentralen; Fatigue, Stressmestring/ACT
- Link til oversikt: [Kursoversikt - Levanger kommune](#)

ord Universitet i

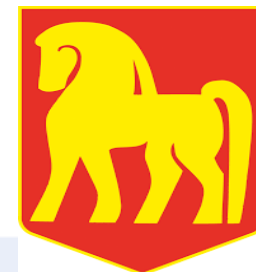
låna - 13:00 - phol@levanger.kommune.no tlf: 48 99
masalen 3.011 15:00 79 74
Etasje

salen til 13:30 - phol@levanger.kommune.no tlf: 48 99
kolen i 14:30 79 74
a 11

14:00 -
15:00 rph@levanger.kommune.no

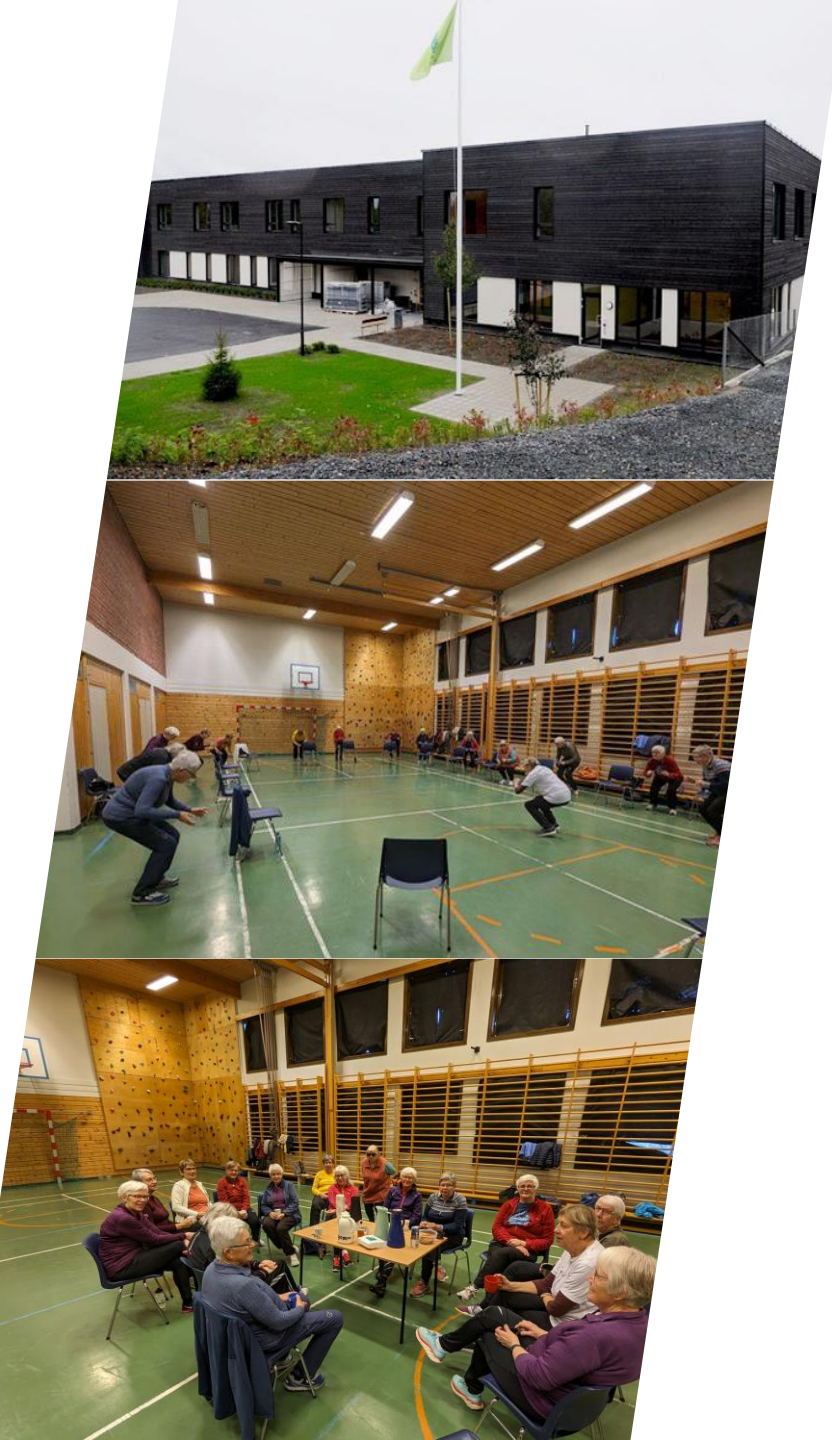
16:00 - Rita Stokkeland. Tlf 47789618
bygget 18:30 Rita.Stokkeland@levanger.kommune.no

agata 11 - 13:00 - Berit Østborg. Tlf 48886247
bydsalen 15:00 Berost@levanger.kommune.no



Frisklivssentralen

- Lavterskel og uavhengig av diagnose eller utfordring
 - Treningskontaktordning
 - Sterk og stødig
 - Individuell veiledning – endring av levevaner
 - Kurs
 - ACT
 - Utmattelse/fatigue
 - Medioyoga
 - Gruppetrening og individuell på CARE
 - Kurser treningskontakter og instruktører til Sterk og stødig



Dagtilbud for eldre

- Levanger Bo og aktivitetssenter - tilbud til hjemmeboende eldre
- 4 dager i uken og annenhver uke på Skogn
- Deltakere fraktes til og fra
- 10 brukere hver dag, der enkelte har opp til tre dager, andre to og en dag
- Formiddagskaffe, dagens aktivitet, kaffestund/aktivitet, middag og avslutning
- Lager aktiviteter ut i fra årstid.
- Mat fra storkjøkken
- Samarbeider med kirkekontoret, frol oppvekstsenter, ambulansetjenesten, røde kors, LUSK og Levanger VGS.
- Vedtaksbasert. Søknadsskjema sendes av pårørende/brukere/hjemmesykepleie til forvaltning som deretter kontakter tilbudet, mulighet for prøvedag som er gratis.





Aktivitetshus Levanger
Et prosjekt for samarbeid,
frivillighet, muligheter og
lavterskel

- Aktivitetshuset er et lavterskeltilbud for å fremme god psykisk helse.
- Har sitt utspring fra Folkehelsealliansen i Trøndelag og ABC Hodebra - [Hodebra ABC fremmer mental sunnhet \(abcforgodpsykiskhelse.no\)](#)
- ABC står for ACT, BELONG, COMMIT – gjør noe aktivt – gjøre noe sammen – gjør noe meningsfylt (for deg selv og andre)
- Formidling: [Friskus - Aktivitetshuset - Arrangør](#)



Aktivitetene - lavterskel, uten vedtak og forebyggende

- Syng deg friskere
- Danseglad
- Turgruppe
- Homla Fotball
- Glasskurs

- Oversikt: [Friskus](#)



Innbygger som viktigste aktør

- Psykiske helse og rus kan skreddersy hjelpen ut i fra behovet og ønskene til de vi skal hjelpe med tanke på fokus, tilnærming og eventuelt samarbeid med andre.
- Vi jobber ut ifra en recovery- basert tekning. Vi har motiverende intervju (MI) som grunnleggende verktøy i avdelingen.
- Innbyggere har ofte komplekse utfordringer – derfor er samarbeid med andre særdeles viktig, internt og eksternt.
- Dette får vi ikke til alene!



Kontaktinfo

- Psykisk helse og rus - Levanger kommune
- Leder: Gro Teodorsen
 - Tlf: 959 00 410
 - Gro.teodorsen@levanger.kommune.no
- Aktivitetshuset
 - Petter Hoel Holt
 - Tlf: 489 97 974
 - phol@levanger.kommune

[Forvaltning helse](#)

