



Mestringstilbud sør – As kommune

Christina Berger og Elisabeth Noraberg

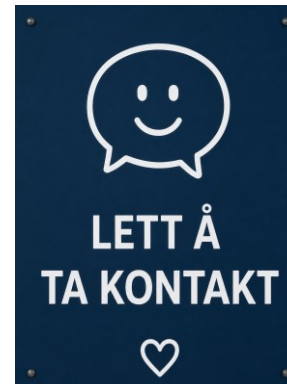
Endring av tenesta – frå vedtaksbasert til direkte kontakt

FØR

- Søke skriftleg med BankID
- Innkalling til kartleggingssamtale
- Vedtak blir skrive
- Vedtak sendt til Mestringstilbodet
- Møte med Mestringstilbodet

NO

- Ring direkte til oss
- Kort kartlegging på telefon
- Fyrste møte



Litt hekta?

Uvaner kan handle om gaming, pengespill, alkohol eller andre rusmidler. Om du ønsker å trappe ned eller slutte, vil vi gjerne hjelpe deg. Du trenger ikke å ha så store utfordringer før du tar kontakt.

- Ingen henvisning.
- Kort ventetid.
- Asker sentrum, Slemmestad, Sætre.

Ring oss eller send en sms!

- Christina: 40 90 27 52
- Elisabeth: 47 48 63 24
- Marte: 98 90 54 85



Foto: Nann Nannan (fødsel), Nann Nannan (fødsel) Nann Nannan (fødsel) Nann Nannan (fødsel)

Jeg blir irritert når jeg ikke kan	Jeg har dårlig helse når det faktisk er	Jeg har tenkt "Jeg skifter mening"	Detta gir meg nok støtte
Detta har gitt litt støtte siden / penger / tid	Du er ikke alene	Jeg kjemper meg. Ikke helt igjen i livet "sammenheng"	Jeg har samvittighet. Jeg er glad som er "satt"
Jeg har googlet "har jeg et problem?"			



Skann QR-kode for mer informasjon

Kven tar kontakt?

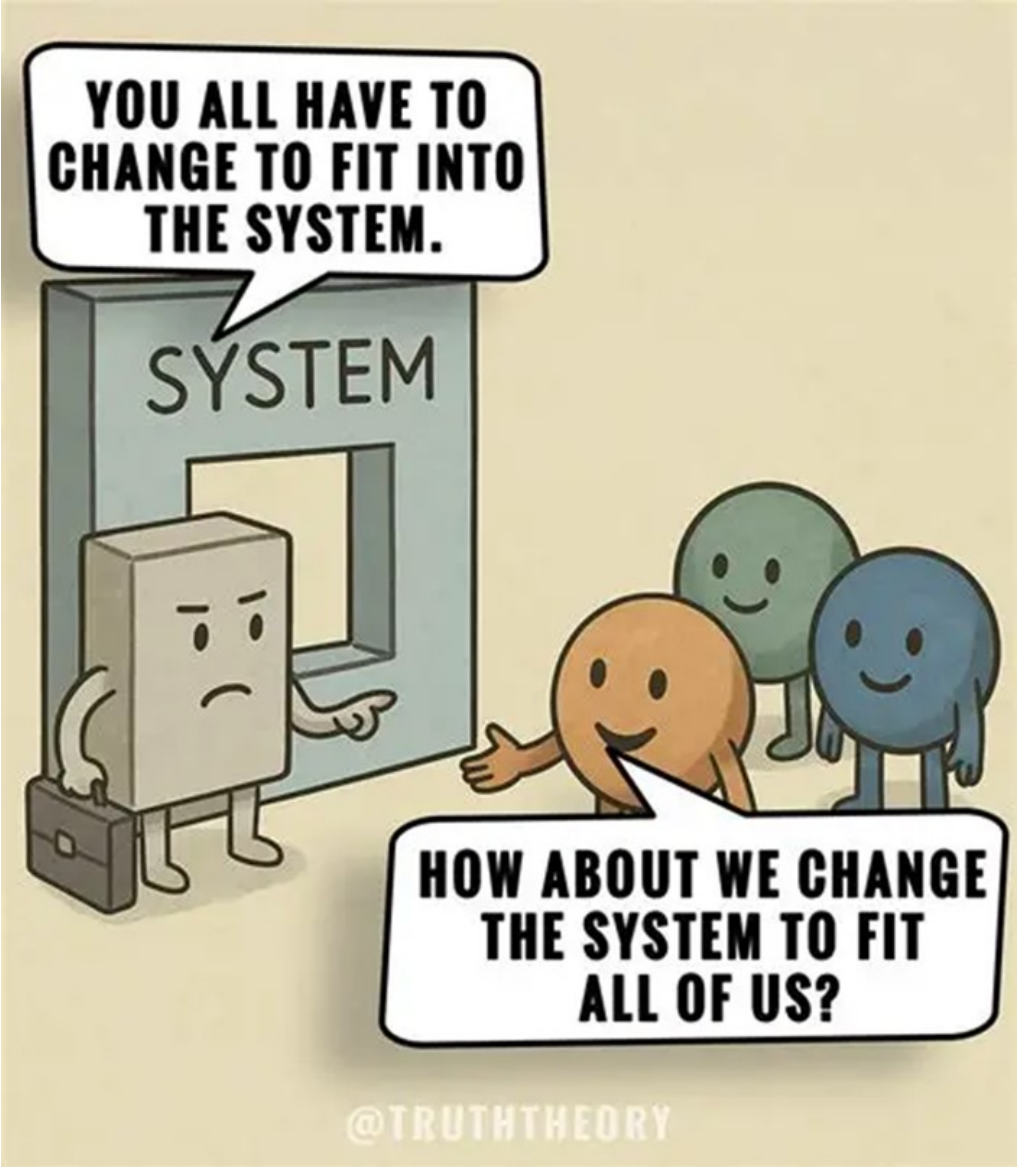
- Mann, 40-60år, alkohol, kona er bekymra
 - Unge, 18-25år, kokain
 - Pårørende til ungdom som ruser seg og er tungt inne i kriminelle nettverk
 - Spillavhengige (gaming og gambling)
 - Dei fleste er i arbeid, sjukemeldt eller under utdanning
 - Ressurssterke
- Denne gruppa var for friske for å få vedtak og passa heller ikkje inn i Rask psykisk helsehjelp



Tilbud hos oss

- Individuelle samtaler
- Grupper (selvutvikling, ADHD og rus, traumer)
- Kurs (angst, livsmestring, stressmestring)
- Assistert selvhjelp/Trigga (e-behandling)
- Introduserer dei for aktivitetstilbud (yoga, fotball, golf, klatring)





**YOU ALL HAVE TO
CHANGE TO FIT INTO
THE SYSTEM.**

SYSTEM

**HOW ABOUT WE CHANGE
THE SYSTEM TO FIT
ALL OF US?**

@TRUTHTHEORY