

Tilbudet er for

Deg over 18 år som holder på å jobbe deg ut av et rus-/pengespillavhengighetsproblem. Du strever kanskje også med psykiske utfordringer.

For deg som trenger hjelp for å mestre livet uten rusmidler/pengespill og hindre tilbakefall.

Deg som er motivert til å møte rusfri/unngå pengespill og delta aktivt under dagbehandlingen.

Deg som enten har vært i døgnbehandling, eller har klart å kontrollere din avhengighet på egenhånd, og som trenger hjelp og støtte for å opprettholde endring.

Hvis du er i aktiv rus, anbefaler vi avrusning i forkant av eventuell deltakelse i dagbehandlingsprogrammet.

Dersom du går i LAR-behandling, må du være godt stabilisert på LAR-medisinene.

I gruppene vil vi jobbe med tema som:

Forebygging av tilbakefall
Mestring av psykiske utfordringer
Fysisk aktivitet/trening
Sammenhengen mellom kropp og psyke
Familie og nettverk
Økonomisk og sosial trygghet

Målsetning

Hjelpe deg å reflektere over og bli bevisst egen endringsprosess i forbindelse med rus-/spillavhengighet.

Støtte deg til å opprettholde motivasjon i endringsarbeidet og gi deg verktøy for å mestre livet uten rusmidler/pengespill.

Henvisning

Du kan bli henvist fra:

Fastlege
Døgninstitusjon
NAV/Kommune
Psykiatrisk-/Ruspoliklinikk

Dersom du innvilges rett til behandling, kalles du inn til en foramtale, hvor vi sammen ser på om dette er en egnet behandlingsform for deg.

Henvisningen går gjennom vanlige inntaksrutiner ved poliklinikken.

UKEPLAN					
Tid	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	
09:00	Kaffe	Kaffe	Kaffe	Kaffe	
09:30	Ukestart	Psykoedukasjon/ temagrupper	Terapigruppe	Ukeslutigruppe	
11:30	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	
12:30	Eget program	Eget program	Klatring	Trening	
15:00	Slutt	Slutt	Slutt	Slutt	

Kontaktinformasjon

Dagbehandlingsansvarlig:

Jørgen Læg Reid

Tlf. sentralbord: 711 23 335

Mobil: 902 74 969

e-post: jorgen.legreid@helse-mr.no

(NB! Personopplysninger skal ikke sendes på e-post)



Kristiansund DPS

DAGBEHANDLING

Støtte på din vei mot mestring av
rus- og avhengighet



*12 ukers poliklinisk tilbud for deg
som ønsker å få til en forandring*