



GUIDE

**Här kan du få hjälp och stöd i Gotlands kommun
om du har drabbats av psykisk ohälsa**

SOCIALFÖRVALTNINGEN

Innehåll

4. Vård och behandling

Primärvården – vårdcentraler
Sjukvårdsrådgivning
Psykiatriska kliniken
Alkohol- och drogrådgivning

6. Vid akuta behov

Sjukvårdsrådgivning
Psykiatriska kliniken jourmottagning
Socialjour
Tillnyktringsenheten

8. Hjälpt med planering

Verksamheten för psykiskt funktionshindrade

9. Boendestöd

Verksamheten för psykiskt funktionshindrade

10. Aktiviteter

Bråtet
Villa Maria
Läkarvillan

11. Bostad med särskild service

Verksamheten för psykiskt funktionshindrade

12. Personligt ombud och god man

Personligt ombud
God man och förvaltare

14. Arbete och sysselsättning

Arbetsförmedlingen
Sociala arbetskooperativ

16. Studier

Komvux Gotland
Läs- och skivrarverkstad
Gotlands folkhögskola

17. Ekonomi

Försäkringskassan
Konsumentvägledning
Stöd- och försörjning

18. Stöd till anhöriga och närstående

19. Intresseföreningar och organisationer

RSMH Kamrateringen
Attention Gotland
GIPS

20. Färdtjänst

21. Behöver du någon att prata med?

Nationella hjälplinjen
Röda Korset

22. Säg vad du tycker

Säg vad du tycker om socialtjänsten
Säg vad du tycker om hälso- och sjukvården – Patientnämnden

Hjälpt och stöd för dig som drabbats av psykisk ohälsa

I den här guiden kan du hitta information om verksamheter och kontaktställen på Gotland som i det vardagliga livet stödjer, hjälper och underlättar för personer som drabbats av psykisk ohälsa.

Du kan få hjälp från socialtjänsten, hälso- och sjukvården, Försäkringskassan, Arbetsförmedlingen och olika intresse- och anhörigföreningar. I guiden hittar du telefonnummer, besöks- och webb- adresser som kan vara bra att ha när du behöver stöd.

Denna guide riktar sig främst till vuxna och kan vara till hjälp för anhöriga, närstående eller andra som söker information.

Mer än var fjärde person drabbas någon gång i sitt liv av psykisk ohälsa. Detta kan betyda att man behöver stöd och hjälp av andra. Ibland räcker det inte med att prata med släkt och vänner och då kan det finnas behov av hjälp från den specialiserade psykiatrin eller socialtjänsten.

Har du förslag på tillägg eller ändringar i guiden är vi tacksamma om du skickar dina förslag med e-post till son@gotland.se eller ringer tel **0498-20 46 03**.

Det här är första versionen och gäller från hösten 2008.

Guiden hittar du på internet www.gotland.se
Tryck på länken *Socialtjänst och omsorg* eller *Hälso- och sjukvård/tandvård*.

Vård och behandling



Primärvården – vårdcentraler

Om du behöver hjälp vid kroppsliga och psykiska besvär kan du vända dig till din vårdcentral. Vårdcentralen hjälper dig att kontakta annan vårdgivare om det behövs. Om vårdcentralen är stängd kontakta sjukvårdsrådgivningen.

För dig som vill lindra lättare besvär av olika slag finns en egenvårdsguide på kommunens hemsida.

Kontakt

Kommunens vårdcentraler

Hemse	20 46 50
Klinte	20 47 62
Roma	20 44 22
Slite	20 45 81
Visby Gråbo	26 89 17
Visby Norr	26 89 31
Visby Söder	26 89 18
För övriga vårdcentraler, se telefonkatalogen	

Sjukvårdsrådgivningen 26 80 09

e-post: sjukvardsradgivningen@gotland.se

Egenvårdsguide www.gotland.se

Tryck på länken *Hälso- och sjukvård, tandvård* och vidare på *Egenvårdsguide*.

Psykiatriska kliniken

Öppenvårdsmottagningen erbjuder olika behandlingsmetoder utifrån dina behov. Mottagningen arbetar bland annat med bedömningar, utredningar, tidsbegränsade terapier enskilt och i grupp, familjebehandling och stödsamtal. Mottagningen har ett nära samarbete med andra vårdgivare.

Jourmottagningen kan hjälpa dig per telefon. Du får en bedömning av ditt vårdbehov, en tid hos jourläkare eller hjälp att komma i kontakt med annan behandlare vid kliniken.

Kontakt

Psykiatriska kliniken

Norra Hansegatan 4, 621 84 VISBY

e-post: psykvisby@hsf.gotland.se

Öppenvårdsmottagning och jourmottagning

26 80 05

Alkohol- och drogrådgivning

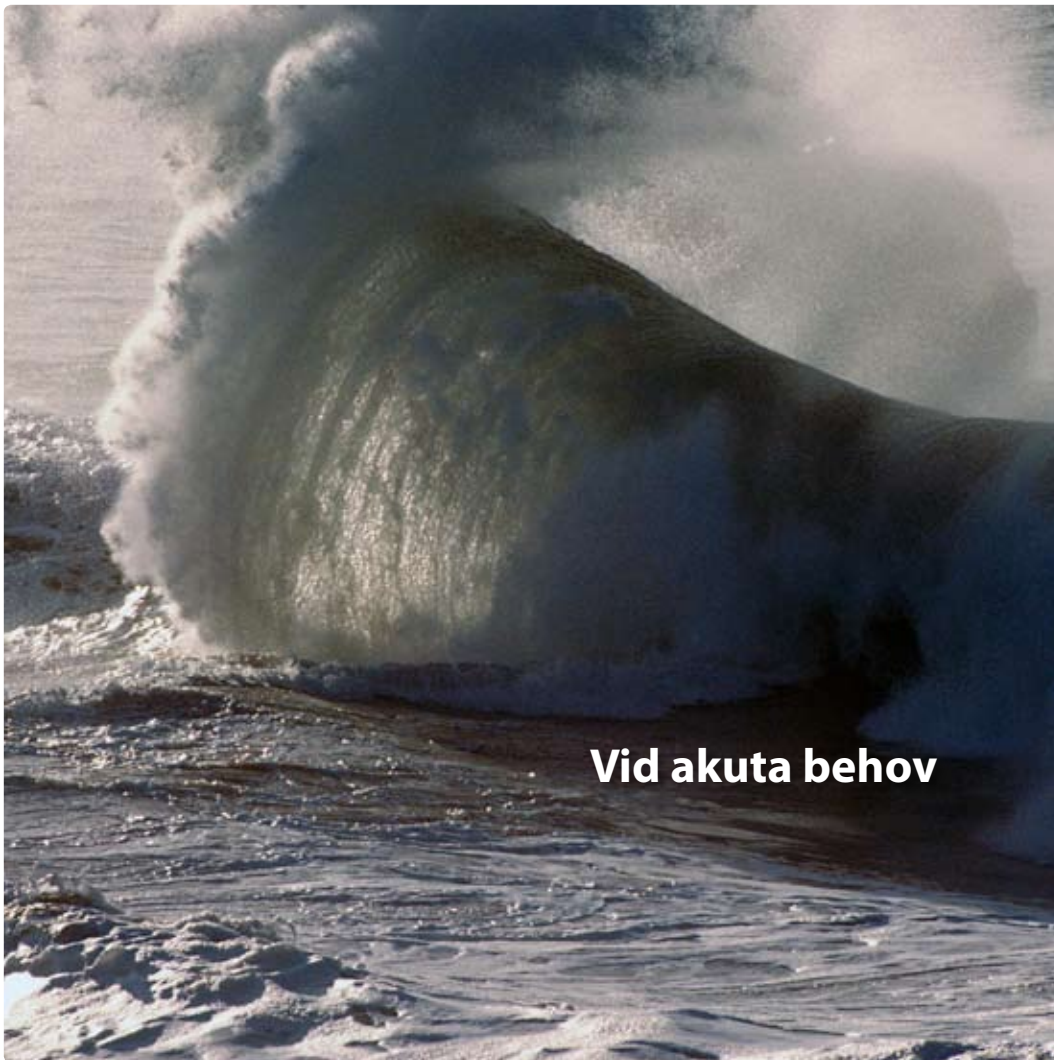
Om du har problem med alkohol, narkotika eller spel erbjuder socialförvaltningens alkohol- och drogrådgivning information, råd och behandlingssamtal.

Kontakt

Alkohol- och drogrådgivning

Havderväg 2, 621 81 VISBY

26 80 00



Vid akuta behov

Sjukvårdsrådgivningen

Sjukvårdsrådgivningen ger dig råd och vägledning till rätt vård dygnet runt.

Psykiatriska kliniken jourmottagning

Jourmottagningen är bemannad dygnet runt med omvårdnadspersonal och jourläkare.

Jourmottagningen kan hjälpa dig per telefon. Du får en bedömning av ditt vårdbehov, en tid hos jourläkare eller hjälp att komma i kontakt med annan behandlare vid kliniken.

Kontakt

Sjukvårdsrådgivningen 26 80 09

**Psykiatriska kliniken
jourmottagning** 26 80 05

Socialjour

Socialjourens huvuduppgift är att under icke kontorstid handlägga akuta sociala ärenden. Det kan handla om akuta ingripanden på grund av missbruk, psykisk sjukdom eller barn som far illa.

Socialjouren är öppna alla dagar mellan 16.00–03.00 och är bemannad med en socialsekreterare som finns i polishuset. Alla kan i akuta situationer kontakta socialjouren via SOS-alarm.

Tillnyktringsenheten

Socialtjänstens tillnyktringsenhet har vårdplatser för personer i behov av tillnyktring under uppsikt. Enheten är öppen mellan 15.00–08.00 vardagar och dygnet runt under lördagar och söndagar, vid storhelger och speciella tillfällen. Om tillnyktringsenheten är stängd kontakta SOS alarm.

Kontakt

Socialjouren SOS-alarm 112
Tillnyktringsenheten 20 35 59



Verksamheten för psykiskt funktionshindrade

Socialtjänstens verksamhet för psykiskt funktionshindrade, ger dig information om olika stödformer och hjälp att planera ett stöd som passar just dig. Du kan få stöd i hemmet eller hjälp till en bostad med särskild service enligt bestämmelserna i socialtjänstlagen. Du kan också få stöd för att delta i olika aktiviteter och för att umgås med andra.

Kontakta *biståndshandläggare* eller *verksamhetschef* om du vill veta mer eller ansöka om stöd.

Om du har en psykisk funktionsnedsättning som är omfattande och varaktig kan du ha rätt till stöd och service enligt lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade, LSS. Om du vill veta mer eller ansöka om LSS-insatser ska du vända dig till en *LSS-handläggare*.

Kontakt

Verksamheten för psykiskt funktionshindrade

Polhemsgatan 29, 621 81 VISBY
Biståndshandläggare 20 42 70
20 45 52
Verksamhetschef 20 42 28

Handläggarenheten

Bredgatan 2, 621 81 VISBY
LSS-handläggare 20 42 04



Stöd i hemmet

Boendestödet är till för dig som har en psykisk funktionsnedsättning. Det är ett personligt stöd för att klara den dagliga tillvaron i hemmet, i samhället, vid kontakter med myndigheter eller för att bryta ensamhet.

Stödet ges av särskilda boendestödjare och du erbjuds en kontaktperson som hjälper dig.

Boendestödet är avgiftsfritt.

Om du vill veta mer och ansöka om boendestöd bör du kontakta en *biståndshandläggare*.

Boendestödjarna utgår från Bråtet i Slite, Villa Maria i Visby och Läkarvillan i Hemse men arbetar över hela ön.

Kontakt

Verksamheten för psykiskt funktionshindrade

Polhemsgatan 29, 621 81 VISBY
Biståndshandläggare 20 42 70
20 45 52

Bråtet 20 45 49
Östervallagatan 12, 620 30 Slite

Villa Maria 26 33 47
Polhemsgatan 29, 621 42 Visby

Läkarvillan 20 46 84
Storgatan 42, 620 12 Hemse



Verksamheten för psykiskt funktionshindrade kan erbjuda olika aktiviteter och sysselsättning i Slite, Visby och Hemse.

Du som har en psykisk funktionsnedsättning kan komma till Bråtet i Slite, Villa Maria i Visby och Läkarvillan i Hemse för att äta lunch, ta en fika, umgås med andra eller delta i aktiviteter. Du kan ägna dig åt:

- friskvård
- besök i simhall
- data
- fotografering
- sömnad
- matlagning
- måla
- sång och musik
- filmvisning
- cykelreparationer
- studiecirkel med olika teman med mera

De aktiviteter som erbjuds utformas utifrån deltagarnas önskemål och förutsättningar. Du erbjuds en kontaktperson som kan stödja dig i planeringen av aktiviteter och finns till hands särskilt för dig. För att delta i någon av dessa verksamheter bör du först kontakta *biståndshandläggare* eller *verksamhetschef*.

Kontakt

Biståndshandläggare	20 42 70 20 45 52
Verksamhetschef	20 42 28

Bråtet	20 45 49
Östervallagatan 12, 620 30 Slite	

Villa Maria	26 90 95
Polhemsgatan 29, 621 42 Visby	

Läkarvillan	20 46 84
Storgatan 42, 620 12 Hemse	



Du som har en psykisk funktionsnedsättning och behöver mycket stöd för att klara din vardag kan ansöka om bostad med särskild service enligt socialtjänstlagen och lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade, LSS.

I en bostad med särskild service kan du få stöd och service av personal för ett tryggt boende. Här finns också tillgång till lokal för gemensamma aktiviteter.

Om du vill veta mer och ansöka om bostad med särskild service ska du vända dig till en *biståndshandläggare* eller *LSS-handläggare*.

Kontakt

Verksamheten för psykiskt funktionshindrade

Polhemsgatan 29, 621 81 VISBY	
Biståndshandläggare	20 42 70 20 45 52

Handläggarenheten

Bredgatan 2, 621 81 VISBY	20 42 04
LSS-handläggare	



Personligt ombud och god man

Personligt ombud

Du som fyllt 18 år och har långvariga psykiska funktionsnedsättningar kan få stöd av ett personligt ombud.

Ombudet arbetar på ditt uppdrag, efter dina behov och önskemål. Personligt ombud hjälper dig att få del av samhällets stöd och service i kontakt med olika myndigheter.

Personligt ombud är kostnadsfritt.

God man och förvaltare

Har du en psykisk funktionsnedsättning som gör att du behöver hjälp med att sköta din ekonomi och ta tillvara dina rättigheter? Då kan du ansöka hos överförmyndarnämnden om god man och förvaltare.

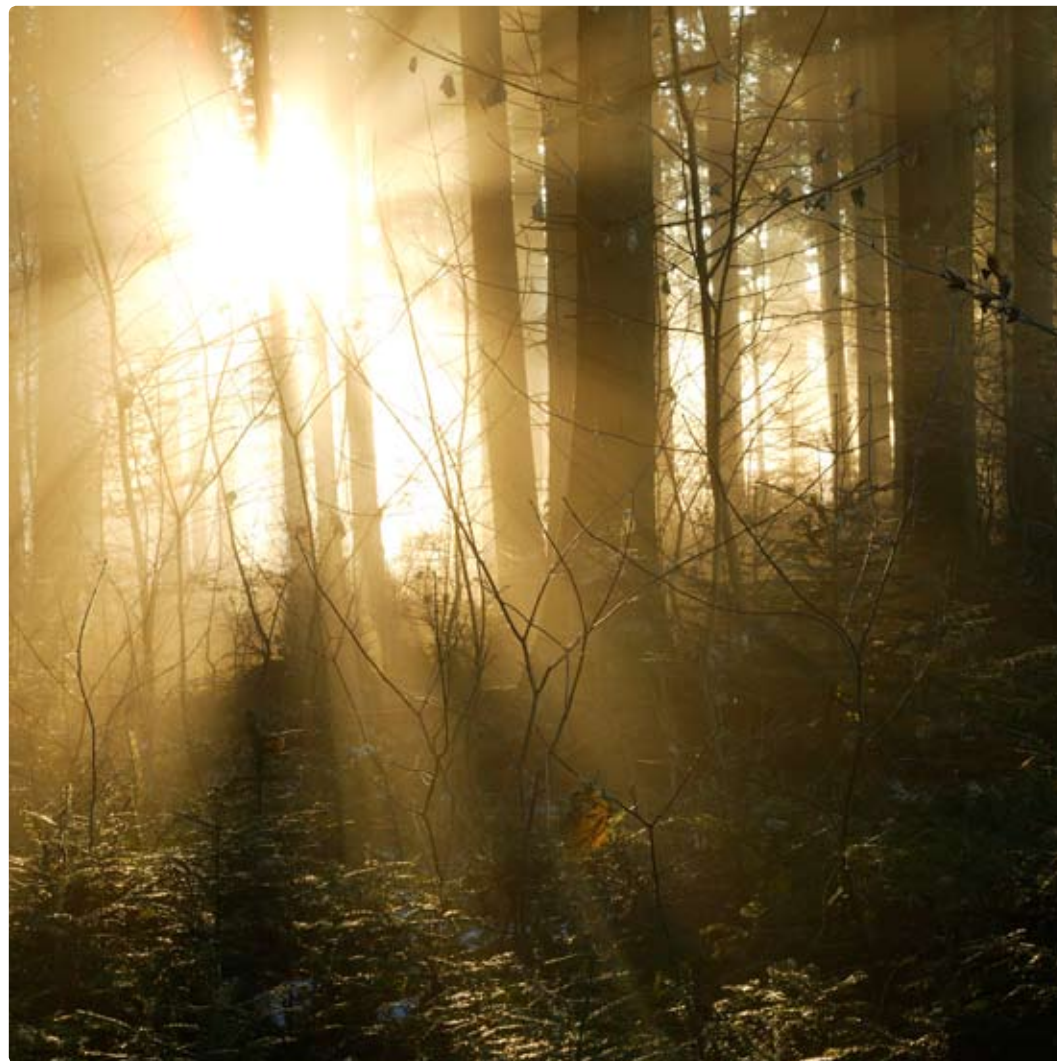
Kontakt

Personligt ombud

Korpen, Brömsebroväg 8, 621 81 VISBY
20 38 20
20 38 21
070-447 67 40
070-447 67 50

Överförmyndarnämndens kansli

Klosterbrunnsgatan 1B, 62181 VISBY
26 99 72
26 93 68
e-post: overformyndarnamnden@gotland.se





Arbete och sysselsättning

Arbetsförmedlingen

Arbetsförmedlingen ger service till dig som är arbetssökande.

Arbetsförmedlingen erbjuder stöd:

- att söka arbete
- att förbättra ditt arbetssökande
- att vägleda till arbete
- att utbilda till arbete
- att starta eget företag
- att klargöra dina arbetsförutsättningar och anpassa din arbetssituation.

För arbetssökande med funktionshinder och nedsatt arbetsförmåga finns särskilda insatser. Kontakta arbetsförmedlingen för mer information.

Sociala arbetskooperativ

De sociala arbetskooperativen erbjuder sysselsättning och rehabilitering för personer med olika former av funktionsnedsättningar. I kooperativen deltar personer med olika bakgrunder.

Sociala arbetskooperativ finns på Lövsta i Roma och Suderviljan i Klintehamn. Vid kooperativen arbetar man bland annat med att bygga och laga saker, måleriarbeten, trädgårdsarbete, blomförsäljning, gjutning och bakning. Du får gärna göra ett studiebesök i kooperativen.

För att delta i något av kooperativen behöver du först göra en ansökan hos en biståndshandläggare.

Kontakt

Arbetsförmedlingen

Norra Hansegatan 2A, Box 1184, 621 22 VISBY
29 24 00
e-post: visby@arbetsformedlingen.se

Du kan också ringa kundtjänst som ger service per telefon.

Kundtjänst 0771-416 416
Arbetsförmedlingens service när du också på internet. www.ams.se

Biståndshandläggare 20 42 70
20 45 52

Arbetskooperativet Suderviljan 24 01 89
Donnersgatan 40, 620 20 KLINTEHAMN
e-post: suderviljan@hotmail.com
hemsida: www.gotland.net/klintehamn/suderviljan/

Lövsta Landsbygdscentrum 21 83 74
622 54 ROMAKLOSTER.
e-post: info@lovstakoop.se
hemsida: www.lovstakoop.se/



Studier

Komvux Gotland

I samarbete med andra utbildningsanordnare erbjuder Komvux kurser till personer med olika funktionsnedsättningar.

Om du vill ha mer information om dessa kurser kan du vända dig till Komvux.

Läs- och skriarverkstad

Läs- och skriarverkstaden är till för alla med läs- och skrivsvårigheter som studerar, arbetar eller är arbetssökande.

Du behöver inte anmäla dig utan är välkommen när du själv kan och vill. Läs- och skriarverkstaden finns i Komvux lokaler. Det finns även möjlighet att söka läs- och skrivarkurser.

Gotlands folkhögskola

Gotlands folkhögskola har en speciallinje som erbjuder kurser för personer med olika funktionsnedsättningar. Alla kurser innehåller en blandning av teoretiska, praktiska och estetiska ämnen och syftar till att ge kunskaper, självförtroende och gemenskap. Kursutbudet på speciallinjen varierar. Om du vill ha mer information om vilket utbud som är aktuellt kontakta folkhögskolan.

Kontakt

Komvux Gotland 26 95 50
Gesällgatan 7, 621 82 VISBY
Hemsida: www.komvux.gotland.se

Läs- och skriarverkstaden 20 36 36

Folkhögskolan 20 36 50
Storgatan 11, 623 50 HEMSE
e-post: folkhogskolan@gotland.se
hemsida: www.gotland.fhsk.se



Ekonomi

Försäkringskassan

Försäkringskassan sköter de försäkringar och bidrag som ingår i den svenska socialförsäkringen.

Socialförsäkringen ska ge trygghet i livets olika skeden. Tryggheten kan vara pengar när man behöver det, som till exempel sjukersättning, bostadstillägg, aktivitetsersättning och föräldrapenning. Har du blivit sjuk eller skadad kan du också få hjälp med att komma tillbaka till arbete.

Kontakt

Försäkringskassan 20 06 00
hemsida: www.forsakringskassan.se

Konsumentvägledningen 26 32 50
Färjeleden 2, 621 81 VISBY 26 33 05
e-post: konsumentvagledning@kff.gotland.se

Konsumentvägledning

Konsumentvägledaren kan ge råd och hjälp vid köp av varor och tjänster. Du kan också få hjälp med budget- och skuldrådgivning.

Stöd och försörjning

Om du tillfälligt inte kan klara din försörjning, kan du ansöka om hjälp hos socialförvaltningens stöd- och försörjningsenhet. Där görs en bedömning utifrån din ansökan om du enligt socialtjänstlagen har rätt till försörjningsstöd.

Stöd- och försörjning

Besöksadresser: Polhemsgatan 29, VISBY
Hemse Vårdcentral, Hagagatan 30, HEMSE
För ungdomar mellan 18 och 25 år.
Arbetsmarknadens hus, Norra Hansegatan 2
62142 VISBY
Reception 26 88 19



Stöd till anhöriga och närstående

Den som hjälper eller stödjer en anhörig eller närstående kan själv behöva hjälp och stöd. Socialtjänstens anhörigstöd erbjuder någon att tala med, rådgivning och avlösning. Du kan också besöka något av öns anhörigcentra.

Anhörigcentra finns i Fårösund, Slite, Visby och Hemse. I Roma och Klintehamn finns andra typer av mötesplatser. Här kan du dricka en kopp kaffe, få en pratstund, vara tillsammans med andra och delta i olika aktiviteter och föreläsningar. Vill du veta mer om anhörigstödet kontakta anhörigkonsulenten eller något av anhörigombuden.

Kontakt

Anhörigkonsulent 20 46 31
070-447 67 90

Anhörigombud södra Gotland 20 47 42
070-447 74 16

Anhörigombud norra Gotland 26 88 27
070-447 74 18

Anhörigombud Visby med omnejd 26 88 46
073-7658448



Intresseföreningar och organisationer

Riksförbundet för Social och Mental Hälsa, RSMH Kamrateringen

RSMH är en idéell förening för människor med egen erfarenhet av psykisk och social ohälsa. Vi träffas varje måndag kl. 18.30 på Villa Maria med olika teman. Självhjälpsgrupp varje onsdagkväll.

Attention Gotland

Attention Gotland är en lokalförening inom Riksförbundet Attention, en intresseorganisation för människor med neuropsykiatriska funktionshinder. Attention arbetar för att de barn, ungdomar och vuxna med dessa diagnoser ska få det stöd som de behöver och bli bemötta med respekt. Attention vill visa samhället att människor med funktionshinder är tillgångar.

Gotlands intresseförening psykiskt sjuka, GIPS

Lokal förening för anhöriga, närstående och andra personer som är intresserade av vården och stödet till personer med psykiska funktionsnedsättningar.

Kontakt

RSMH Kamrateringen 21 87 56
0703-45 31 71
Polhemsgatan 29, 621 42 VISBY
Hemsida: www.rsmh.se

Attention Gotland
Kina Sundahl 26 22 24
Elisabet Hellekant 29 07 42
Hemsida: www.attention-riks.se
Tryck på länken *Lokalt*
och sedan vidare på *Gotland*

GIPS
Broväg 6A, 62141 VISBY
Bengt Eriksson 21 40 56



Färdtjänst

Färdtjänsten är ett alternativ till kollektivtrafiken för personer med funktionshinder. Färdtjänsten är till för dig med ett varaktigt funktionshinder som gör att du inte kan använda det vanligaste sättet att ta dig fram, t.ex. med buss eller egen bil.

Du ansöker om färdtjänst hos en färdtjänsthandläggare. Handläggaren prövar sedan om du har rätt att få färdtjänst utifrån färdtjänstlagens krav.

Kontakt

Färdtjänsthandläggare

20 48 26
20 44 17
26 85 69

Behöver du prata med någon?

Nationella hjälplinjen

Nationella hjälplinjen erbjuder dig ett begränsat antal kris- och stödsamtal via telefon och texttelefon.

Ibland kan man hamna i situationer som är svåra att hantera själv. Det kan handla om en privat relation eller en relation på jobbet. Du kanske har mist någon som står dig nära eller behöver hjälp med att sortera tankar och känslor.

I sådana situationer kan du ringa Nationella hjälplinjen. De som svarar har utbildning i och erfarenhet av att stödja människor som mår dåligt. Du ringer kostnadsfritt och anonymt. Det syns inte på din telefonräkning att du har ringt Nationella hjälplinjen.

Röda Korset, jourhavande medmänniska

Om du behöver någon att prata med i en svår situation kan du även ringa till Röda Korsets telefonjour. Samtalet kan föras anonymt.

Kontakt

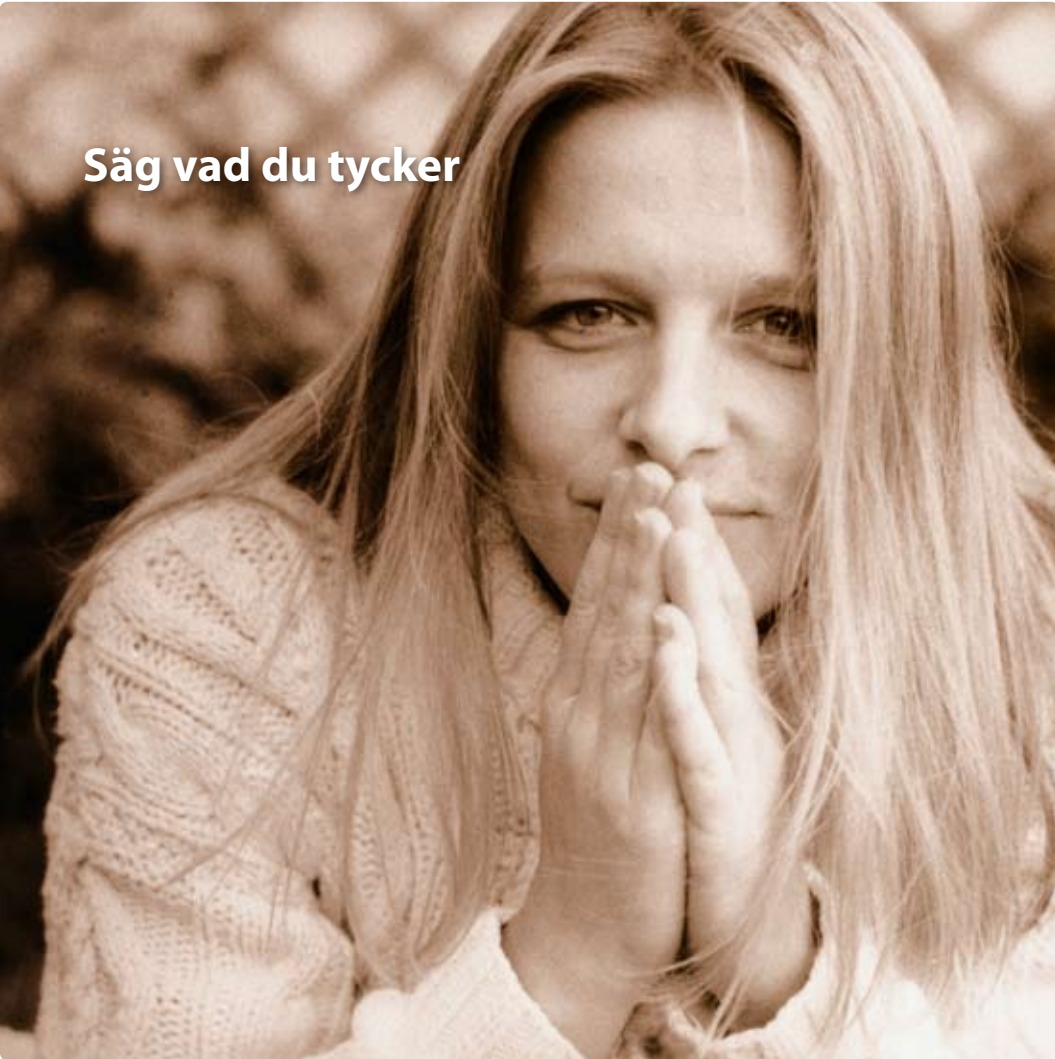
Nationella hjälplinjen	020-22 00 60
Telefontid	
Måndag-torsdag	17.00-22.00
Fredag-söndag	17.00-24.00

Hemsida: www.nationellahjalplinjen.se

Röda korsets telefonjour

Telefontider alla dagar	14.00-22.00 0771-900 800
-------------------------	-----------------------------

Hemsida: www.redcross.se



Säg vad du tycker

Säg vad du tycker om socialtjänsten

Om du har synpunkter, klagomål och förslag på socialtjänstens verksamheter så är du välkommen att höra av dig. Du kan lämna dina synpunkter direkt till någon anställd i våra verksamheter eller genom att ringa eller skriva till oss.

- *hjälp oss att bli bättre*
- *berätta vad du tycker är bra*
- *berätta vad du tycker är fel*

Kontakt

Socialförvaltningen
Bredgatan 2, 621 81 VISBY

20 46 03

e-post: son@gotland.se

Läs mer på www.gotland.se. Tryck på länken *Socialtjänst och omsorg* därefter på länken *Kontakta oss* och vidare till *Säg vad du tycker*.

Säg vad du tycker om hälso- och sjukvården – Patientnämnden

Patientnämnden kan du vända dig till när du får problem i kontakterna med hälso- och sjukvården t.ex. vårdcentralen, psykiatriska kliniken, Visby lasarett och tandvården.

Som patient har du vissa rättigheter:

- du har rätt till sakkunnig och omsorgsfull vård
- du ska bemötas med respekt och omtanke
- din vård ska utformas så långt som möjligt och genomföras i samråd med dig

Är du missnöjd eller har synpunkter på hälso och sjukvården. Kontakta i första hand vårdpersonalen eller ansvarig läkare, om detta inte fungerar kan du vända till patientnämndens kansli.

Kontakt

Patientnämndens kansli
Klosterbrunnsgatan 1 B
621 81 VISBY

26 80 62

Läs mer på: www.gotland.se. Tryck på länken *Hälso- och sjukvård, tandvård* därefter till länken *Patienträtt* och vidare till *Patientnämnden*.

Socialförvaltningen

Besöksadress: Bredgatan 2

Postadress: 621 81 VISBY

Tel vx 0498-26 90 00

www.gotland.se/socialtjanst



**GOTLANDS
KOMMUN**

Socialförvaltningen