

Vill du ha hjälp?



Vi ger dig stöd att växa!

Guide för dig med psykisk ohälsa

Foto: Johan Klinthammar



Katrineholms kommun \

Innehållsförteckning

Var söker jag hjälp?	5
Jourtelefoner	5
Vårdguiden - 1177	5
Jourhavande präst.....	5
BRIS (Barnens rätt i samhället).....	5
Hjälplinjen.....	5
Om du behöver hjälp på dagtid.....	6
Vårdcentralen	6
Psykiatriska Öppenvårdsmottagningen i Katrineholm	6
Barn- och ungdomspsykiatriska mottagningen (BUP)	6
Psykiatriska jourteamet, Kullbergska sjukhuset.....	6
Boenden.....	7
Viljan Omvårdnadsboende	7
Skogsbrynet	7
Boendestöd	7
Enens Boendestöd	7
Boendestöd för psykiskt funktionsnedsatta.....	7
Boendestöd Case Management.....	8
Boendestöd neuropsykiatri.....	8
Korttidsboende	8
Gruppboende.....	8
Serviceboende/neuropsykiatri	8
Arbetsmarknad.....	9
Arbetsförmedlingen- Arbetsinriktad rehabilitering	9
Arbetsmarknadsenheten Viadidakt i Katrineholm	9
Arbete/sysselsättning.....	9
Femman - Öppen verksamhet	9
Oppundavägen.....	9
Arbetskonsulentteamet.....	9
Träffpunkt Fredsgatan	10
Ekonomi	11
Försäkringskassan	11
God Man.....	12
Andra stödinsatser	13
Personligt ombud	13
Mercur	13
Kvinno- och tjejjouren (Miranda)	13
Funktionsnedsättningsområdet	13
Socialförvaltningen	14
Habiliteringsverksamheten i Sörmland.....	14

Intresseföreningar och organisationer 15

RSMH Sörmland, Katrineholm..... 15

Schizofreniförbundet, IFSAP/KFV 15

Autism och Aspergerföreningen 15

Attention KFV-regionen..... 15

Internetlänkar 16

Hjälplinjen 16

Röda sidorna..... 16

Sociala Nätet..... 16

Social vetenskap - forskning i socialt arbete..... 16

Kuling.nu 16

Guide för personer med psykisk ohälsa i Katrineholms kommun..... 16

Guide för personer med psykisk ohälsa

I den guiden hittar du information om verksamheter och kontaktställen som ger stöd och underlättar för personer med psykisk ohälsa i Katrineholms kommun.

Tystnadsplikt

Både kommunens och landstingets verksamheter har tystnadsplikt och sekretess. Det innebär att inga uppgifter om dig får lämnas ut till andra myndigheter eller utomstående personer. Undantag får göras i särskilda fall.

Guiden finns också på kommunens hemsida www.katrineholm.se

Var söker jag hjälp?

Jourtelefoner

Vårdguiden - 1177

1177 är ett nationellt telefonnummer för sjukvårdsrådgivning. Du kan ringa dygnet runt, var du än är i landet. Sjuksköterskorna som svarar bedömer ditt behov av vård, ger dig råd och vägleder till lämplig vårdmottagning när så behövs.

Telefon:	1177 (dygnet runt).
Webbadress:	www.1177.se/

Jourhavande präst

Här får du tala med en präst i Svenska kyrkan som har ett särskilt uppdrag och utbildning att tjänstgöra i jouren. Prästerna har tystnadsplikt. Både prästen och du som ringer är anonyma för varandra.

Telefon:	112
Telefontid:	Alla dagar 21- 06

BRIS (Barnens rätt i samhället)

Om du är upp till 18 år kan du tryggt ringa för att tala med en vuxen på BRIS. Du kan ringa om vad som helst, funderingar, frågor eller problem. På BRIS hemsida kan du också chatta med en kurator.

Telefon:	116 111
Telefontid:	Alla dagar 14- 21
Webbadress:	www.bris.se/

Hjälplinjen

Hjälplinjens telefonjour erbjuder psykologisk hjälp till människor i kris. Du kan ringa både för din egen del eller om du är orolig för någon i din närhet. Hjälplinjens telefonjour erbjuder ett första stödsamtal men ingen behandling eller upprepad kontakt. Samtalet kan ge hjälp med att sortera tankar och känslor. Du kan även få råd om hur du kan söka dig vidare för att få rätt hjälp.

Telefon:	0771- 22 00 60
Telefontid:	Alla dagar 13–22
Webbadress:	www.1177.se/hjalplinjen/

Om du behöver hjälp på dagtid

Vårdcentralen

Alla vårdcentraler är utrustade med ett telefonkösystem som innebär att du får besked om att du blir uppringd vid ett bestämt klockslag.

Vårdcentralen Nävertorp
Telefon: 0150- 48 86 00
Telefontid: måndag- fredag 7- 17
Vårdcentralen Linden
Telefon: 0150-722 00
Telefontid: måndag- fredag 07- 17
Vår Vårdcentral
Telefon: 0150- 725 00
Telefontid: måndag- fredag 07- 17

Psykiatriska Öppenvårdsmottagningen i Katrineholm

Mottagningen erbjuder traditionellt psykiatriskt öppenvårdsarbete samt visst akut omhändertagande för personer som bor i Katrineholm och Vingåker.

Besöksadress: Kullbergska sjukhuset, Katrineholm
Telefon: 010- 492 58 22
Telefon- och öppettider: Måndag- fredag 08- 14

Barn- och ungdomspsykiatriska mottagningen (BUP)

Om du är under 18 år och mår psykiskt dåligt eller om du tror att ditt barn, ungdom eller familj är drabbad av psykisk ohälsa kan du kontakta BUP.

Telefon: 010- 492 58 28
Telefontid: Måndag- torsdag 08-16, fredag 08-15

Psykiatriska jourteamet, Kullbergska sjukhuset

Akut psykiatrisk jour- och telefonrådgivning.

Telefon: 0150-566 48
Telefon- och öppettider: Måndag- fredag 08 - 01. Lördag- söndag 14.45 - 01.00

Boenden

Katrineholms kommun erbjuder olika boendeformer för personer med psykiska och neuropsykiatriska funktionshinder. Du erbjuds ett boende eller boendestöd som är anpassat efter dina behov.

Viljan Omvårdnadsboende

Omvårdnadsboende är till för dig som har ett större behov av både kroppsligt och psykiatriskt stöd. Det finns 7 lägenheter som är handikappanpassade. Alla deltar i hushållets sysslor och hjälps åt utifrån sin förmåga. Det finns personal dygnet runt, med sovande nattpersonal. Här finns en korttidsplats.

Besöksadress:	Hantverkaregatan 24
Telefon:	0150- 577 87

Skogsbrynet

För dig som har ett stort psykiatriskt hjälpbehov. Här får du stöd av personalen att utvecklas till en så självständig person som möjligt. Det finns 6 lägenheter med eget rum, dusch och toalett. Alla hjälps åt med sysslorna i huset. Man äter och lagar mat i storhushåll. Det finns personal dygnet runt, med sovande nattpersonal.

Besöksadress:	Eriksbergsvägen 34
Telefon:	0150- 568 23

Boendestöd

Boendestöd är till för psykiskt och neuropsykiatriskt funktionsnedsatta personer som bor i egen bostad. Det kan till exempel handla om att klara hemmets skötsel, göra ärenden, ta kontakt med myndigheter men också att bryta ensamhet, stärka självkänslan och utveckla det sociala livet. Dessa boendestödsgrupper finns i Katrineholms kommun:

Enens Boendestöd

Här bor alla i egna lägenheter på 2 r o k i ett hyreshus. Personalen utgår från en lägenhet på bokvägen 6B. Du kan få hjälp och stöd att komma igång och planera och strukturera din vardag, sköta din bostad och dina ärenden. Här finns en korttidsplats.

Besöksadress:	Bokvägen 6 B
Telefon:	0150- 569 41

Boendestöd för psykiskt funktionsnedsatta

Personalen har psykiatrisk utbildning och långvarig erfarenhet av att arbeta med psykiskt funktionshindrade. Bievägen 14 är en fastighet med lägenheter på 2 r o k samlad i ett hyreshus med sammanlagt 13 lägenheter. Här kan du få stödinsatser individuellt i form av boendestöd. Det finns en gemensamhetslokal i med TV där du kan träffa grannar och umgås. Många av de boende här deltar i olika aktiviteter i samhället och i socialpsykiatrins sysselsättningsverksamhet. I huset finns en personallägenhet där personalen finns till hands under vissa tider.

Besöksadress:	Bievägen 14C
Telefon:	0150- 569 40

Boendestöd Case Management

Boendestöd för psykiskt funktionshindrade. Personalen har psykiatrisk utbildning och långvarig erfarenhet av att arbeta med psykiskt funktionshindrade. Det finns alltid en personal som arbetar till 24 hela veckan som kan nås på telefon 072-524 86 35.

Besöksadress: Bievägen 14C
Telefon: 0150 - 568 58, 072 - 524 86 35 (fram till 24)

Boendestöd neuropsykiatri

Personalen har erfarenhet och kunskap kring neuropsykiatriska funktionsnedsättningar.

Besöksadress: Villagatan 24
Telefon: 0150- 575 56

Korttidsboende

Korttidsboende är till för psykiskt funktionshindrade av verksamheten kända personer som kan få möjlighet till återhämtning. Samtidigt kan en anhörig få tillfälle till avkoppling.

Gruppboendestad

Gruppboendestaden är anpassad för dem som har dubbeldiagnosen psykiatrisk sjukdom och lindrigt förståndshandikapp. I gruppboendestaden finns 5 lägenheter och du kan få hjälp med all slags omvårdnad. Det finns personal dygnet runt, med sovande nattpersonal.

Besöksadress: Bokvägen 6 A
Telefon: 0150 - 577 98

Serviceboendestad/neuropsykiatri

Serviceboendestad/ neuropsykiatri är för personer med Aspergers syndrom eller andra diagnoser inom autismspektrat.

I en serviceboendestad bor du i egen lägenhet som du hyr av kommunen i andra hand. Lägenheterna är samlade i samma hyreshus. Till serviceboendestaden finns en gemensamhetslägenhet dit man kan komma när man vill under dagen. Det finns personal dygnet runt, med sovande nattpersonal. Personal finns där för att hjälpa/stötta dig i din lägenhet utifrån dina individuella behov.

Besöksadress: Kerstinbodagatan 38
Telefon: 0150 - 577 05

Kontakta LSS-handläggare om du vill ansöka om boende eller stöd i boendet.

Telefon: 0150-568 64 (måndag - fredag 10.00 - 11.30)
--

Arbetsmarknad

Arbetsförmedlingen- Arbetsinriktad rehabilitering

Vår verksamhet för unga med en funktionsnedsättning innebär ett samarbete med skola för att genom vägledning och information underlätta övergången från skola till arbetsliv för unga med en funktionsnedsättning som fyllt 16 år men inte 30 år. Vi samarbetar också med Försäkringskassan för att öka möjligheterna till egen försörjning genom förvärvsarbete för unga som får aktivitetsersättning.

Telefon:	0771-60 00 00 (dagtid måndag – fredag)
Webbadress:	www.arbetsformedlingen.se
Besöksadress:	Köpmangatan 15
Öppettider:	måndag - fredag 10-16

Arbetsmarknadsenheten Viadidakt i Katrineholm

Arbetar på uppdrag av Socialförvaltningen och Arbetsförmedlingen med arbetslösa personer mellan 16 - 64 år. Målet för varje individ är att genom olika åtgärder ex praktik, språkträning, arbetsförmågebedömning och yrkeskompetensbedömning komma vidare till arbete eller studier.

Telefon:	0150-48 80 90 (dagtid måndag – fredag)
E-post:	info@viadidakt.se
Ungdomstorget:	Friggagatan 5
Vuxentorget:	Dalvägen 13 A, Värmbol

Arbete/sysselsättning

Inom arbete och sysselsättning på Resurscenter finns verksamheter för personer med psykisk funktionsnedsättning.

Femman - Öppen verksamhet

På Drottninggatan 5 finns Femman som är en öppen verksamhet. Hit är du välkommen för att få del av social gemenskap, ägna dig åt hobbyverksamhet, delta i studiecirkel eller arbeta i kök eller caféet. Alla deltagare driver tillsammans caféet och även en lunchrestaurang.

På Femman erbjuds du stöd för att motionera och ta hand om dig själv. Det kan vara träning vid utegymmen eller promenader i olika former så som stavgång och hundpromenader. Du kan också delta vid aktiviteter inomhus som cirkelträning, koordinationspass och avslappning.

Oppundavägen

På Oppundavägen 62 finns Snicken, Montering och Vaktmästeri. På Snicken så kan du renovera möbler och saker eller tillverka mindre saker i trä. På Montering så kan du vara med och paketera olika saker i kartong. Vaktmästeriet jobbar mest med uppdrag från vår vård- och omsorgsförvaltningen.

Arbetskonsulentteamet

Om du vill ha en individuell placering på företag kan du få en egen arbetskonsulent. Tillsammans jobbar ni med att hitta en lämplig arbetsplats. Vi har inga färdiga lösningar utan stödet utformas individuellt utifrån din specifika situation, dina förutsättningar och intressen.

Träffpunkt Fredsgatan

En träffpunkt för dig med en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning. Verksamheten är anpassad för dina individuella behov. Vi erbjuder friskvårdsaktiviteter som kan vara promenader, inomhusträning med hantlar och skivstång. Ibland så går vi på gym och tränar styrketräning, spinning eller boxning. Vi erbjuder också olika kurser.

Kontakta handläggare på vård- och omsorgsförvaltningen om du vill ansöka om arbete/sysselsättning.

Telefon: 0150-568 64 (dagtid måndag – fredag)

Ekonomi

Försäkringskassan

Aktivitetsersättning

Du som är mellan 19 och 29 år kan få aktivitetsersättning om din arbetsförmåga är nedsatt under minst 1 år och med minst en fjärdedel.

Aktivitetsersättning vid förlängd skolgång

Förlängd skolgång är den förlängning av utbildningstiden till och med gymnasienivå som uppstår *på grund av en funktionsnedsättning*, oavsett skolform och oavsett när behovet uppstår. Det finns inget krav på att personen måste ha gått ett visst antal år i skolan för att kunna beviljas aktivitetsersättning. Orsaken till att personen på grund av funktionsnedsättning behöver längre tid för att bli klar med sin utbildning kan vara att

- utbildningen är förlagd över fyra år i stället för tre
- personen behöver omfattande vårdinsatser
- personen påbörjar utbildningen senare
- skolgången tagit längre tid.

Sjukersättning

Sjukersättning är till för dig som är mellan 30 och 64 år och troligen aldrig kommer att kunna arbeta heltid på grund av funktionsnedsättning. Sedan 2017 är det, i specifika fall, möjligt för personer under 30 år att ansöka om sjukersättning.

Handikappersättning

Om du är sjuk eller funktionshindrad och behöver extra hjälp eller har merkostnader på grund av varaktig sjukdom eller funktionshinder kan du under vissa förutsättningar få handikappersättning

Assistansersättning

Du som har svåra funktionshinder och behöver personlig hjälp för att klara vardagen kan ansöka om assistansersättning hos Försäkringskassan.

Arbetslivsinriktad rehabilitering

Försäkringskassan ska bedöma om du har behov av arbetslivsinriktad rehabilitering för att kunna återgå till arbete.

Aktivitetsstöd

Om du deltar i något arbetsmarknadspolitiskt program, till exempel arbetsmarknadsutbildning, arbetslivsinriktad rehabilitering eller arbetspraktik kan du få aktivitetsstöd.

Bostadstillägg

Bostadstillägg är ett inkomstprövat tillägg som kan gälla bland annat dig som har sjukersättning eller aktivitetsersättning.

Kontakta Försäkringskassan som kan utreda vad som är möjligt för dig.

Telefon:	0771-524 524
Telefontider:	Måndag- fredag 08- 21, lördag 08-15, söndag 15-21

God Man

Om du på grund av psykisk sjukdom/funktionshinder behöver hjälp med att bevaka din rätt, förvalta din egendom eller behöver hjälp för att få den vård och tillsyn du behöver kan godmanskap anordnas. Det är tingsrätten som beslutar och förordnar god man.

Du ansöker om god man hos överförmyndaren.

Besöksadress: Trädgårdsgatan 1 (måndag- fredag 09-12)

Telefon: 0150-578 85 (dagtid måndag – fredag)

E-post: overformyndaren@katrineholm.se

Andra stödinsatser

Personligt ombud

Personligt ombud kan hjälpa dig med problem och svårigheter i vardagen. Vi arbetar på ditt uppdrag och har sekretess.

Verksamheten är fristående från socialtjänst och psykiatrivård.

Vår uppgift är att hjälpa dig att få det stöd från samhället som du har rätt till. Det kan handla om ditt behov av vård, din ekonomi eller dina kontakter med arbetsgivare eller olika myndigheter. Allt stöd från personligt ombud är gratis. När du känner att du nått de mål du satt upp och har ett bättre fungerande liv så avslutar vi kontakten efter hand. Stödet från oss är tidsbegränsat men du är välkommen att söka vår hjälp fler gånger.

Telefon:	0150-568 46, 568 47 (måndag-fredag 08-17)
E-post:	personligaombud@katrineholm.se
Besöksadress:	Köpmangatan 4 B

Mercur

Mercur erbjuder rådgivning i alkohol- och drogfrågor. Kontakten är gratis och kan ske anonymt. Människor som är kemiskt beroende av alkohol, narkotika, läkemedel och spel kan få information och rådgivning. Mercur ger också stöd genom enskilda samtal och i behandlingsgrupper.

Telefon:	0150-576 94 (dagtid måndag – fredag)/ anhörigrådgivning 072- 247 45 57
E-post:	mercur@katrineholm.se
Besöksadress:	Friggagatan 5

Kvinno- och tjejjouren (Miranda)

Kvinno- och Tjejjouren Miranda är en ideell förening vilken jobbar med att skydda och stötta våldsutsatta kvinnor och barn, samt unga tjejer i behov av någon att prata med.

På måndagar och torsdagar finns en chatt öppen där du helt anonymt kan skriva om vad som helst. Miranda lyssnar och tror på dig! Du hittar chatten via hemsida.

Telefon:	0150-780 44 (öppettider uppdateras varje vecka på hemsidan)
E-post:	kvinna@jourmiranda.se eller tjej@jourmiranda.se
Webbadress:	www.jourmiranda.se

Funktionsnedsättningsområdet

Har du mycket stort behov av stödinsatser kan du få hjälp enligt LSS (Lag om Stöd och Service) och/eller SoL (Socialtjänstlagen). Du måste då ansöka om insatser hos någon av våra handläggare. Stödinsatserna kan vara boendestöd, dag verksamhet, daglig verksamhet, kontaktperson, ledsagare, personlig assistent.

Telefon:	0150-568 64 (dagtid måndag – fredag)
Besöksadress:	Upplandsgatan 2

Socialförvaltningen

Socialförvaltningen stödjer enskilda och familjer med sociala problem. Det kan handla om ekonomiska problem, missbruk, relationer och familjejuridiska frågor.

Ansökan om insatser görs via socialsekreterare.

Telefon:	0150-570 00 växeln
E-post:	socialforvaltningen@katrineholm.se
Besöksadress:	Västgötagatan 18

Habiliteringsverksamheten i Sörmland

Habiliteringsverksamheten består av Barn och ungdomshabiliteringen och Vuxenhabiliteringen.

Verksamheten är länsövergripande mottagningar finns i Katrineholm, Eskilstuna och Nyköping.

Habiliteringsverksamheten ansvarar för neuropsykiatriskutredning avseende autism och på vuxenhabiliteringen även intellektuell funktionsnedsättning. Uppföljning och behandling samt råd och stöd till personer med Autism/Asperger syndrom, intellektuell funktionsnedsättning och andra livslånga funktionsnedsättningar.

Telefon:	0150-566 32 (måndag – torsdag 08.00-15.30, fredag 08.00-12.00)
----------	---

Intresseföreningar och organisationer

RSMH Sörmland, Katrineholm

Riksförbundet för Social och Mental Hälsa, arbetar för att människor med psykisk ohälsa ska ges förutsättningar att komma tillbaka till ett gott liv.

Telefon:	0150-780 08 (dagtid måndag – fredag)
Webbadress:	www.rsmh.se

Schizofreniförbundet, IFSAP/KFV

Intresseföreningen för personer med schizofreni och liknande psykoser, Schizofreniförbundet. Schizofreniförbundet arbetar för ökad kunskap om schizofreni och liknande psykossjukdomar samt de funktionsnedsättningar som sjukdomen för med sig. Schizofreniförbundet är en handikapporganisation som organiserar personer med schizofreni och liknande psykoser, deras anhöriga samt övriga intresserade personer.

Telefon:	0150-790 50
----------	-------------

Autism och Aspergerföreningen

Föreningen är en intresseorganisation som arbetar för att skapa bästa möjliga villkor för barn, ungdomar och vuxna med autism och autismliknande tillstånd

Telefon:	016- 206025
E-post:	info@autism-sodermanland.se
Webbadress:	www.autism-sodermanland.se

Attention KFV-regionen

Lokalförening till Riksförbundet Attention. Intresseförening för barn, ungdomar och vuxna med neuropsykiatriska funktionshinder.

Telefon:	070-511 31 81
E-post:	nagy.eva@telia.com
Webbadress:	www.attention-riks.se

Internetlänkar

Hjälplinjen

Hjälplinjen vänder sig till dig som behöver psykologiskt stöd, men också till dig som är anhörig eller som i yrket vägleder andra.

Webbadress: www.hjalplinjen.se

Röda sidorna

Röda sidorna visar dig som är ung vart du kan vända dig om du mår psykiskt dåligt. På hemsidan finns exempel på situationer där du kan känna igen dig och på så sätt få veta vart du först kan vända dig.

Webbadress: www.rodasidorna.se

Sociala Nätet

På sociala nätet hittar du som är intresserad av socialt arbete nyheter, debatter, kurser och ett bibliotek med sorterade länkar.

Webbadress: www.socialanetet.se

Social vetenskap - forskning i socialt arbete

Webbadress: www.socialvetenskap.se

Kuling.nu

Mötesplats för dig som har en förälder/anhörig med psykisk sjukdom

Webbadress: www.kuling.nu

Guide för personer med psykisk ohälsa i Katrineholms kommun

Denna GUIDE finns även på internet

Webbadress: www.katrineholm.se

Människor med särskilda behov och deras anhöriga är trygga och har förutsättningar att leva som aktiva och självständiga samhällsmedborgare.

Vård- och omsorgsförvaltningens verksamhetsidé

Den här GUIDEN behöver ibland uppdateras. Om du har förslag på något som bör läggas till eller om några uppgifter inte stämmer är vi tacksamma om du meddelar detta via e-post till vard.omsorgsforvaltningen@katrineholm.se alternativt telefon 0150-569 20.

Denna version är uppdaterad 2018-11-27



Katrinesholms kommun

VÅRD- OCH OMSORGSFÖRVALTNINGEN

Besöksadress: Upplandsgatan 2

Postadress: Vård- och omsorgsförvaltningen

Katrinesholms Kommun, 641 80 Katrineholm,

Telefon 0150-570 00 (vardagar 8–17)

www.katrineholm.se