



# Tønsberg kommune

JournalpostID

18/22629

Saksbehandler:  
Hilde C. Rui, telefon: 33 29 24 00  
Helsetjenester

## Lavterskeltilbud psykisk helse og rus

Utvalg	Møtedato	Saksnummer
Utvalg for helse og omsorg	10.04.2018	023/18

### Rådmannens innstilling

Saken tas til orientering

### 10.04.2018 Utvalg for helse og omsorg:

#### Møtebehandling:

Rådmannens innstilling ble enstemmig vedtatt.  
Etter dette har UHO fattet slikt vedtak:

#### UHO- 023/18 Vedtak:

Saken tas til orientering

## **Sammendrag:**

Orienteringssak om kommunale lavterskeltilbud innen psykisk helse og rusfeltet

## **Innledning – hva saken gjelder:**

Vedtak i UHO 24.10.17 om orienteringssak om kommunale lavterskeltilbud innen psykisk helse og rusfeltet

## **Faktagrunnlag:**

Kommunale lavterskeltilbud til brukere over 18 år innen psykisk helse og rusfeltet gis fortrinnsvis fra Virksomhet Mestring og forebyggende tjenester og Virksomhet Helsetjenester.

### Virksomhet mestring og forebyggende tjenester har en rekke forebyggende tilbud gjennom aktivitet eller arbeid:

Sidebygningen driftes sammen med Færder kommune, og har et bredt kontaktnett av frivillige og frivillige organisasjoner. De har et variert program og aktivitetene er åpne for alle over 18 år. Henvisning er unødvendig og det koster ingenting å oppsøke Sidebygningen. Sidebygningen holder åpent seks dager i uka. I snitt er det et besøkstall på 20 på dagtid og 40 på kveldstid. Det er samarbeid med kommunens tilrettelagte boliger for personer med psykiske lidelser. De beboerne som ønsker å nytte dagtilbudet, gjør det. De har tilbud om transporttjeneste.

«Brobygger'n» gir tilbud til personer under 30 år med psykiske og/eller rusutfordringer om bistand til å komme ut i aktivitet, ordinært arbeid eller gjenoppta sin utdanning. Det samarbeides med NAV i Færder og Tønsberg kommune. Tiltaket er inne i sitt fjerde år som prosjekt, men tilbudet videreføres og integreres i ordinær drift ved Sidebygningen.

«Fredagskafe» er et nytt tilbud fra høsten 2017 som gir rusavhengige og deres pårørende et godt møtested ved inngang til helgen da det foregår fredag ettermiddag/kveld. Tilbudet er et samarbeid mellom Sidebygningen, ved blant annet erfaringskonsulent, og to organisasjoner på rusfeltet: RIO og A-larm. Det er etablert to selvhjelpsgrupper etter oppstart av tilbudet.

«Aktiv på dagtid» administreres fra Sidebygningen, men de ulike aktivitetene foregår utenfor bygget. Det er et lavterskeltilbud for personer som ufrivillig faller utenfor arbeidslivet. Tilbudet har ca 220 deltakere og målsetting er å tilby ulike treningsformer til lav pris. Mange av deltakerne er også brukere av kafeen og tilbudene på selve Sidebygningen. Det samarbeides med frisklivs-sentralene i Færder og Tønsberg. Ca 20 % av deltakerne har innvandrerbakgrunn. «Golf grønn glede» er et av tilbudene innen «Aktiv på dagtid». Dette er et tilbud til personer med rus- og/eller psykisk helseutfordringer, og er et samarbeid mellom golfklubbene på Husøy og Nøtterøy.

Nytt tilbud: i en nyervervet lagerhall på Kilen er et nytt tilbud er under oppbygging. Brukere fra Sidebygningen er med å bygge opp aktiviteter som krever mer plass, slik som å skru/reparere utstyr og bruk av uteområdet til å dyrke bær og grønnsaker. Dette er et samarbeid med virksomhetens egen enhet for arbeid gjennom ute-gruppa.

Frivillighetssentralen: Virksomheten har ansvar for driften av Frivillighetssentralen. Mange av

brukerne av denne, både de som får og gir hjelp, har psykiske helseutfordringer.

Frisklivssentralen Impuls: Impuls har tilbud om ulike treningsformer og kurs som har målsetting livsstilsendringer. Det holdes mestringskurs: «Hode møter kropp» og «Energibalanse i hverdagen». Treningsgrupper ledes av fysio- og ergoterapeut. Frisklivssentralen har også en psykolog i deltidsstilling finansiert ved prosjektmidler fra Fylkesmannen. 90% av brukerne blir henvist fra fastlege eller sykehus. Mange har flere og sammensatte diagnoser hvor også psykiske helseutfordringer er medvirkende årsak. En del henvises også med psykisk lidelse som hoveddiagnose. Av 185 nye henvendelser i 2017 antydes at 25% har psykiske helseutfordringer. Samme andel antydes av 400 totalt antall deltakere i 2017.

Seniorsentrenes aktiviteter er åpne for alle trygdede over 55 år. Noen brukere har psykisk helseutfordringer. Diagnose etterspørres ikke, så hvor mange dette gjelder har vi ikke tall på.

Virksomhet Helsetjenester har etablert og videreført en rekke lavterskeltilbud det siste året:

Drop-in er et samtaletilbud for personer som opplever psykiske utfordringer. Åpent tirsdager og torsdager fra kl 12 – 13.30 i virksomhetens lokaler i Stoltenbergsgate 3A. Man kan møte opp uten forhåndsavtale. Det kan avtales inntil fem samtaler med den enkelte bruker. I 2017 ble det gjennomført 117 slike samtaler.

Lavterskel migrasjon er et tilsvarende tilbud for asylsøkere og nyankomne flyktninger. De fleste ble henvist til/informert om tilbudet via det kommunale fastlegekontoret og flyktningeteamet ved NAV. Det var 20 personer som benyttet seg av tilbudet i 2017.

Kurs i depresjonsmestring (KID) er for personer som er nedstemt, deprimert eller har erfaring med depresjonssymptomer. Kurset er basert på kognitiv atferdsteori, som er en godt dokumentert metode for å behandle depresjon. Kurset inneholder 10 samlinger med hjemmeoppgaver mellom hver samling. Virksomheten har flere utdannede KID-instruktører. I 2017 ble det avholdt to kurs med 8-12 deltakere pr kurs.

Søvnskolen er et tilbud for personer som har et søvnproblem og er motivert for å lære mer om hva man selv kan gjøre for å sove bedre. På kurset formidles kunnskap om søvn og dokumenterte søvnråd, og det gjennomgås avspenningsøvelser og mentale teknikker. Kurset går over fire ganger, samt en oppfølgingsgang. I 2017 ble det holdt 4 søvnskoler/kurs med til sammen 46 deltakere.

Introkurs er et kurs der deltakerne får kunnskap om angst, depresjon, søvn, selvfølelse/hevdelse og mestringsverktøy. Kurset gjennomføres for første gang i disse dager og går over fem ganger. Deltakerne på dette kurset er rekruttert fra venteliste for personer som har fått vedtak om psykisk helsehjelp, men som ennå ikke har fått et tilbud. I fremtiden er kurset ment å være en tilnærmet obligatorisk oppstart for personer som har behov for hjelp til å mestre lettere/moderate psykisk lidelser. Erfaringer fra andre kommuner viser at mange kan få god nok hjelp av et slikt kurs og har ikke behov for videre individuell oppfølging. Det er beregnet 12 deltakere pr kurs.

Infosamtale er nytt tilbud som etableres våren 2018. Ansatt erfaringskonsulent skal ha åpent kontor for drop-in en halv dag pr uke for kommunens innbyggere, også pårørende.

Det vil gis informasjon om aktuelle tilbud fra frivillige organisasjoner og kommunens egne lavterskeltilbud.

«Helse etter krig og flukt» er et gruppetilbud for flyktninger i samarbeid med Voksenopplæringen, og foregår i deres lokaler på Eik. Kursledere kommer fra Virksomhet Helsetjenester, mens det benyttes tolk tilhørende Voksenopplæringen. Deltakerne lærer om hvordan opplevelser under krig og flukt kan påvirke helsen, å forstå egne reaksjoner og hvordan komme videre. Normale reaksjoner på å komme til et nytt land og ny kultur er også tema. Kurset går over 7 ganger. Det ble i 2017 gjennomført to kurs med til sammen 25 deltakere.

Rustjenesten har åpent for personer som har behov for råd og veiledning i forhold til rusproblematikk alle hverdager fra kl 10-14 i Stoltenbergsgate 3A og er tilgjengelig for henvendelser på telefon. I 2017 fikk tjenesten henvendelse fra 79 nye personer og gjennomførte 103 konsultasjoner med pårørende på kontor/telefon.

Feltpleien er et lavterskel helsetilbud for rusavhengige. Målet er å forebygge sykdom og skade, samt forebygge sykdom og gi råd og veiledning om problemstillinger som kan følge med bruk av sprøyter og narkotika. Feltpleien har åpent fra kl 9-15 hverdager og hadde i 2017 samlet 3.600 besøk. Det er en tendens at færre henter sprøyter, men oppsøker feltpleien for sårstell, testing, vaksinasjon, råd/veiledning og bistand til kontakt med øvrige instanser.

NKS Veiledningssenter for pårørende: det er inngått avtale om samarbeid og utlån av lokaler i Stoltenbergsgate 3A med NKS. De starter 17.april opp med tilbud om samtaler for pårørende til personer som sliter med rus eller psykiske lidelser en dag pr uke.

### **Rettslig grunnlag:**

Helse- og omsorgstjenesteloven  
Folkehelseeloven

### **Forholdet til kommuneplanen:**

Forebyggende og helsefremmende tiltak og tjenester  
Utvikle potensialet og styrke samarbeidet med frivillige organisasjoner

### **Vurderinger:**

Helse- og omsorgstjenesteloven gir kommunen ansvar for å fremme helse og søke å forebygge sykdom, skade og sosiale problemer. Kommunen skal yte forebyggende og helsefremmende tjenester og tilby opplysning, råd veiledning. Folkehelseeloven pålegger kommunen å ha oversikt over helsetilstanden i befolkning og iverksette nødvendige tiltak for å møte folkehelseutfordringene.

Samhandlingsreformen (St.meld. nr 47) har som et sentralt mål å styrke folkehelsearbeidet og de forebyggende helsetjenestene i kommunen. Den legger til grunn at kommunen skal ta et større ansvar for behandling og oppfølging av personer med psykisk helse- og rusproblematikk. Stortingsmelding 26 (2014-2015) Fremtidens primærhelsetjeneste og Stortingsmelding 19 (2014-2015) Folkehelsemeldingen er også førende i denne sammenheng. Veilederen «Sammen om mestring» (2014) er sentral for utviklingen av lokalt psykisk helse og rusarbeid. Denne vektlegger at kommunen har et særlig ansvar for å fange opp og ivareta personer med problemer som antas å være milde og kortvarige, da

disse best fanges opp av tjenester som er tilgjengelige for brukerne der de bor. Kommunens årlige rapportering til Helsedirektoratet på psykisk helse- og rusarbeid (IS-24/8) viste i 2017 at kommunene anslår at kun 10% av årsverkene i tjenestene til voksne går til personer med milde og kortvarige problemer, 27 % til personer med kortvarige alvorlige/langvarige milde lidelser og 63 % til brukere med alvorlige/langvarige lidelser.

Program for folkehelsearbeid i kommunene (2017-2027) er et samarbeid mellom Helsedirektoratet, Helse- og omsorgsdepartementet, Folkehelseinstituttet og KS. Programmet skal særlig bidra til å integrere psykisk helse og rusforebyggende tiltak som en del av det lokale folkehelsearbeidet. Barn og unge skal være en prioritert målgruppe.

I tråd med disse føringene har virksomhetene fokus på å utvikle et bredt lavterskeltilbud på psykisk helse- og rusfeltet. Det har vært nødvendig å etablere nye tiltak og metoder for imøtekomme den økte etterspørselen etter tjenester. Slike tilbud bidrar til at vi fanger opp personer som står i fare for å utvikle mer omfattende problematikk, og vi kan forebygge og gi nødvendig hjelp på et tidligere tidspunkt. For brukere som har utviklet mer omfattende lidelser er målsettingen med tiltakene å bidra til størst mulig grad av egenmestring og god livskvalitet. Det viktig med god informasjon til innbyggerne om tilbudene, at de er enkle og ubyråkratiske å oppsøke og har en inkluderende form. Tilbudene som er beskrevet, er i hovedsak tilbud innbyggerne kan oppsøke uten henvisning, søknad eller vedtak.

Virksomhet Helsetjenester ønsker å videreutvikle tilbudet «drop-in» til et kortvarige behandlingsprogram, eventuelt etablere «Rask psykisk helsehjelp», og å satse videre på kurs/gruppetilbud for personer med lettere og moderate psykiske lidelser. Vi ser at mange av de som etterspør tjenester kan få tilstrekkelig hjelp ved slike tiltak, og vi kan forhindre behov for mer langvarig og kostnadskrevende tjenester. Vi skal jobbe med god informasjon ut for å nå den rette målgruppa.

Den store utfordringen pr i dag er å avsette tilstrekkelige ressurser til forebyggende arbeid, og samtidig ha nok ressurser til å ivareta personer som har utviklet mer langvarige og omfattende lidelser. Kommunen har pr i dag ansatt 220 % psykolog for voksne, delvis finansiert ved statlig tilskudd. Det finnes en egen tilskuddsordning for etablering og drift av «Rask psykisk helsehjelp». Dette har vært utprøvd i noen pilotkommuner siden 2012 og er evaluert av Folkehelseinstituttet. Det er nå et mål for myndighetene at det etableres flere lavterskeltiltak etter modell av «Rask psykisk helsehjelp» i kommunene. Dette er dokumentert som et kunnskapsbasert og effektivt tiltak for personer over 16 år med angst og/eller depresjon av lett til moderat art, eventuelt med søvnproblemer og/eller begynnende rusmiddelproblem i tillegg. Det kan innvilges tilskudd i tre år. Det forventes at kommunen bidrar med faste stillinger inn i tiltaket, og at kommunens bidrag til drift av tiltaket økes i etableringsperioden. Virksomhet Helsetjenester vurderer om kommunen bør søke dette tilskuddet.

#### **Alternative løsninger:**

#### **Økonomiske konsekvenser:**

Gode forebyggende tjenester kan forhindre eller utsette mer ressurskrevende tilbud

#### **Helse- og miljøkonsekvenser:**

Positive

#### **Konsekvenser for barn og unge:**

Positive. Gode tilbud innen feltet er viktig for barn som pårørende og når ungdom blir

voksne

**Videre behandling:**  
Saken tas til orientering

Tønsberg, 21.03.2018

Tove Hovland  
kommunaldirektør

Therese Offerdahl  
virksomhetsleder  
Grete Johnsen  
virksomhetsleder