

Ta kontakt:

Legevakt, hele døgnet  
116 117

Leder psykososialt kriseteam  
78 45 30 75 } (dagtid)  
91 30 78 85 }

Helsesøster (dagtid)  
78 45 30 63 }  
92 02 55 30 }

Lensmann  
78 42 80 00

**Nødnummer:**

Brann 110  
Politi 112  
Ambulanse 113

Usikker  
Redd Ulykkelig  
Frustrert Deprimert Ensom  
Avhengighet  
Utrygg  
Isolert Leideg Mareritt  
Angst Sint  
Sliten Sorg

Du er ikke alene.

Loppa kommune har et

**psykososialt  
kriseteam**  
som kan hjelpe deg



## Har du vært utsatt for :

- ulykker som medfører tap av menneskeliv.
- plutselig og uventet dødsfall
- selvmordsfare
- selvmordsforsøk
- gjennomført selvmord
- ran
- voldtekt
- overgrep
- annet
- hjemvendt fra utenlandstjeneste

Har du svart ja på ett eller flere av disse spørsmålene, kan vi i kriseteamet hjelpe deg.

Kriseteamet består av:

- spesial vernepleier (leder)
- helsesøster
- prest
- lensmann
- lege

## Kriseteamets oppgaver:

- Vurdere hva slags hjelp som skal gis, omfanget og hvem som skal ha hjelpen.
- Igangsette og gjennomføre nødvendige hjelpetiltak.



## Hva kan du gjøre selv:

- Du avgjør selv hva som er krise for deg!
- Nøl ikke med å kontakte venner, arbeidskamerater eller naboer hvis du tror de kan hjelpe eller støtte deg.
- Ta kontakt med en i kriseteamet

