

# HJELP ER TILGJENGELIG!

## Hjelp ved tvangsinnleggelse og tvangsmedisinering

1. Ta kontakt med advokat for juridisk bistand for å prøve å få opphevet tvangsvedtaket. Føniks advokater har bred erfaring på dette området.  
Link: <https://www.foniksadvokater.no/>
2. Den som er innlagt med hjemmel i §3-3 (tvungen psykisk helsevern) har krav på fri rettshjelp og kan klage til kontrollkommisjonen og prøve saken for domstolene.
3. Den som er på tvang uten døgnopphold (TUD), har krav på fri rettshjelp og kan klage til kontrollkommisjonen og prøve saken for domstolene.
4. Du har krav på 5 timer fri rettshjelp i forbindelse med klage på medisiner til Statsforvalteren.
5. I saker som ikke er omfattet av fri rettshjelp, får medlemmer av Hvite Ørn rabatt hos Føniks advokater.

## Fritt behandlingsvalg som samtykkekompetent

1. Først må du bli vurdert om du har krav på behandling. Du trenger en **rettighetsvurdering** som spesialisthelsetjenesten (psykiatere, psykologer, leger eller behandler på DPS) kan gi deg.
2. Helfo betaler behandlingen for deg med rettighetsvurdering.
3. Følgende enheter gir etter vårt skjønn en behandling som kan hjelpe. Det er viktig at du opplever at du har kjemi og tillitt til den som behandler deg:

\* Lillestrøm DPS seksjon, Døgn Moenga, TLF.: 63868700

\* Universitetssykehuset Nord Norge, medisinfri enhet Tromsø

\* Vestre Viken, BET seksjonen, Blakstad

\* DPS Vegsund, Medikamentfri behandling, psykisk helsevern

## Mulige behandlinger du dessverre må betale for

Under følger en oversikt over andre behandlingsmuligheter. Sjekk ut hjemmesiden og deres behandlingstilnærming/metode og kontakt terapeut direkte. Det er dessverre ikke alle som har mulighet for å ta deg imot, men det er vel verdt å forsøke. Se etter de terapeutene som kan vise til mange års erfaring og finn ut om dere har en god kjemi. Det kan være greit å prøve ut forskjellige behandlere for å finne den som passer best for deg.

\* Norsk Forening for Integrativ Terapi– **NFIT**  
<https://www.integrativ-terapi.no/>

\* Norsk Forening for Analytisk Psykologi– **NFAP**  
<http://www.cg-jung.no/>

\* Norsk forening for psykosynteseterapeuter – **NFPT**  
<https://nfpt.no/>

\* Norsk Forening for Kunst og uttrykksterapeuter – **NFKUT**  
<https://www.nfkut.no/>

\* Psykodramaforeningen i Norge – **PiN**  
<https://psykodramaforeningen.no/>

\* Foreningen for Gestaltterapeuter – **FGT**  
<https://www.foreningenfgt.no/>

Vi ønsker deg all mulig lykke til og håper virkelig at du kan finne noen som kan hjelpe deg!