

Ta kontakt:

Legevakt, hele døgnet  
116 117

Psykososialt kriseteam  
78 45 30 00 (dagtid)

Lensmann  
78 42 80 00

**Nødnummer:**

Brann 110

Politi 112

Ambulanse 113

Usikker  
Redd Ulykkelig  
Frustrert Deprimert Ensom  
Avhengighet  
Utrygg Mareritt  
Isolert Leideg Sint  
Angst Utbrent  
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:

- (leder)
- 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

