

Mottakers navn vil bli flettet inn ved ekspedering.
Evt. kontaktpersons navn vil også bli flettet inn her.

Deres ref.:
Vår ref.: 20/45689-1
Saksbehandler: Sigrid Skattebo
Dato: 10.12.2020

Her kommer forklarende tekst til evt. kopimottaker(e)

Forsterket psykososial beredskap i forbindelse ned jul og nyttår

Helsedirektoratet vil takke alle landets kommuner for arbeidet dere gjør og har gjort for befolkningen under koronapandemien. Dette er et felles prosjekt, og det forutsetter et bredt samarbeid mellom både offentlige og frivillige aktører.

Mange i samfunnet er på ulike måter sårbare i møtet med pandemien. Noen har forhøyet risiko for alvorlig sykdom, andre kan ha stor risiko for negative effekter av smitteforebyggende tiltak. Studier tyder på en økning i psykiske plager relatert til pandemisituasjonen.

Helsedirektoratet vil fra midten av desember ha en kampanje om at det finnes hjelp, der vi blant annet vil oppfordre til å finne informasjon på kommunens nettsider. Det er laget korte [filmer](#) som skal minne folk om å ta kontakt, og vi har samlet relevant innhold om å ta vare på seg selv og andre på helsenorge.no.

Helsedirektoratet verdsetter at kommunene har iverksatt tiltak for å ivareta befolkningens fysiske og psykiske helse og for å dekke behovet for helse- og omsorgstjenester under pandemien. Mange frivillige organisasjoner har opprettet nasjonale og lokale tilbud, som er viktige supplement til de offentlige tilbudene. Pårørende har gjort en stor og verdifull innsats i en periode hvor hjelpetilbudet har vært redusert. Sammen bidrar kommunene, bruker- og pårørendeorganisasjoner og frivillige med ulike tilbud til de som trenger støtte og hjelp.

Vi går nå mot en jul med et ekstra behov for å være der for hverandre. Den nasjonale koronaveilederen er oppdatert med et eget kapittel om [tiltak for å motvirke sosial isolering under pandemien](#).

Kommunene bør opprettholde aktiviteter som gir mulighet for sosial kontakt – med ivaretagelse av smittevern. Dette kan gjerne gjøres i samarbeid med frivillige og bruker- og pårørendeorganisasjoner. Helsedirektoratet har tydeliggjort regelverket i covid-19-forskriften slik at frivillige organisasjoner lettere kan avgjøre hvilke [aktiviteter som kan holdes i gang](#) i tråd med regelverket.

Informasjon om offentlige hjelpe-, behandlings- og støttetilbud bør gjøres lett tilgjengelig på kommunens nettsider. Mange har lite kjennskap til hvilke tilbud som fins, og vet ikke hvor de

Helsedirektoratet

Avdeling psykisk helse og rus

Sigrid Skattebo

Postboks 220 Skøyen, 0213 OSLO • Besøksadresse: Vitaminveien 4, Oslo • Tlf.: (+47) 47 47 20 20

Org.nr.: 983 544 622 • postmottak@helsedir.no • www.helsedirektoratet.no

kan henvende seg. Informasjonen bør være tilrettelagt for personer med begrensede norsk-kunnskaper og liten helsekompetanse. Det bør også informeres om ideelle og frivillige tilbud.

Synliggjøring av tilbud fra ideelle og frivillige organisasjoner:

- Kommunen anbefales å etablere oversikt over frivillige organisasjoner, innvandrers-organisasjoner, bruker- og pårørendeorganisasjoner, menigheter, tros- og livssynssamfunn samt ressurspersoner med relevant språk- og kulturkompetanse som kan mobiliseres i det forebyggende arbeidet. (Jf. [Håndbok for oppdaging, vurdering og håndtering av covid-19-utbrudd i kommunen, kap. 7](#)).
- Kommunen bes om å innhente informasjon fra frivillige organisasjoner og bruker- og pårørende-organisasjoner om deres aktiviteter, slik at kommunen på sine nettsider kan synliggjøre og lenke til aktiviteter i regi av frivillige organisasjoner som er planlagt i løpet av jule- og nyttårshøytiden.

Synliggjøring av offentlige tilbud på kommunens nettsider:

- kommunale tjenestetilbud som finnes og er tilgjengelige, inkludert at fastlegen har øyeblikkelig hjelp-funksjon på dagtid, jf. forskrift om fastlegeordningen i kommunen
- tjenestetilbudenes åpningstider, kontaktinformasjon og adresse – inkludert hvilke akuttilbud som er tilgjengelige utenom ordinær åpningstid, herunder lokal legevakt og akuttmottak i spesialisthelsetjenesten

Det anbefales at det i tillegg til informasjon på nettsidene vurderes andre informasjonstiltak for at flest mulig blir gjort kjent med hjelpetilbudene.

Med ønsker om god jul og et godt nytt år!

Vennlig hilsen

Bjørn Guldvog e.f.
direktør

Linda Granlund
direktør

Her kommer godkjenningsteksten når dokumentet er godkjent, og blir ekspedert