



## Muligheter for deg som har psykiske helseproblemer



// Mange med psykiske helseproblemer står utenfor arbeidslivet, eller står i fare for å falle ut. Psykiske problemer behøver ikke å være et hinder for å være i jobb eller aktivitet. NAV har utviklet nye tilbud for personer med psykiske helseproblemer.

### Noe for meg?

Tilbudene kan gis til personer både i og utenfor arbeidslivet.

I alle fylker og ved de fleste NAV-kontor, finnes kompetanse på arbeid og psykisk helse. I samarbeid med helsetjenesten, jobber vi kontinuerlig med å videreutvikle og forbedre de ulike lokale tilbud.

## Hva kan vi tilby?

### Veilednings- og oppfølgingslos:

Gir tett og individuell veiledning til deg som trenger sammensatte tjenester og skreddersydd oppfølging over lang tid, for å komme ut i arbeid eller aktivitet.

### Vilje viser vei-tiltakene:

Ulike individuelt tilpassede tilbud – blant annet arbeidspraksis i ordinært arbeidsliv eller skjermet bedrift.

### Senter for jobbmestring:

Et tilbud til deg med lett til moderat angst og/eller depresjon og som strever i jobbhverdagen. Senteret tilbyr symptomtremende veiledning til å takle de psykiske problemene, slik at man raskt kan komme tilbake i jobb.

### Jobbmestrende oppfølging «Oslomodellen»:

Et tilbud til deg som har en alvorlig psykisk lidelse og som ønsker å komme ut i arbeid.

### Medarbeider med brukererfaring:

Et utdanningstilbud for tidligere brukere av psykiske helsetjenester. Kvalifiserer for arbeid i bedrifter eller organisasjoner, som gir service til personer med psykiske lidelser.

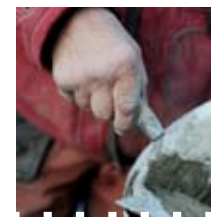
### Studier med støtte:

Et lavterskeltilbud til studenter med psykiske problemer. Brukeren får faglig og sosial støtte, og oppfølging for å nå studiemålene sine.

### Mestringsveier til arbeid – psykiske lidelser og rus:

Særskilte tiltak og tilbud innenfor arbeid og aktivitet overfor deg med psykiske lidelser og rusproblemer.

Tilbudene kan variere fra fylke til fylke. Ta derfor kontakt med det lokale NAV-kontoret for informasjon om tilbudene i ditt område.





[www.nav.no/psykiskhelse](http://www.nav.no/psykiskhelse)

Arbeid og psykisk helse

