



**Ringsted**  
Kommune



# Behandlingstilbud

---

## Kære leder

Ringsted Kommune ønsker at være en attraktiv arbejdsplads med et sundt psykisk og fysisk arbejdsmiljø. Til trods for ihærdig indsats for at indfri dette ønske, sker det alligevel, at medarbejdere mistrives af forskellige årsager. Hvis du som leder ønsker at støtte en trængt medarbejder, kan du gøre brug af de forskellige behandlingstilbud, der er i denne pjece (du er dog ikke bundet til at anvende de forskellige tilbud i pjecen). Pjecen indeholder samhandelsaftaler med: psykologer, fysioterapeuter samt en akutaftale til håndtering af akutte voldsomme hændelser.

Aftalerne kan du som leder bruge som et særligt personalegode finansieret af dit eget budget med henblik på at lindre, når der er behov for det. Du skal dog være opmærksom på, at personalegoder generelt skal beskattes. En sundhedsydelse er imidlertid skattefri, hvis den enten er konkret arbejdsbetinget eller en del af den almindelige personalepleje. Den kan både omfatte skader og sygdomme og kan omfatte både forebyggelse og egentlig behandling. Du kan læse den konkrete lovgivning på området her [skat af personalegoder](#).

I denne pjece finder du information om de forskellige aftaler, samt hvordan du i praksis gør brug af dem. Har du brug for at kende de specifikke priser og vilkår, så kan disse findes på Portalen (link).



**Ringsted**  
Kommune

## Fysioterapi, genoptræning og massage

### Sådan gør du brug af aftalen:

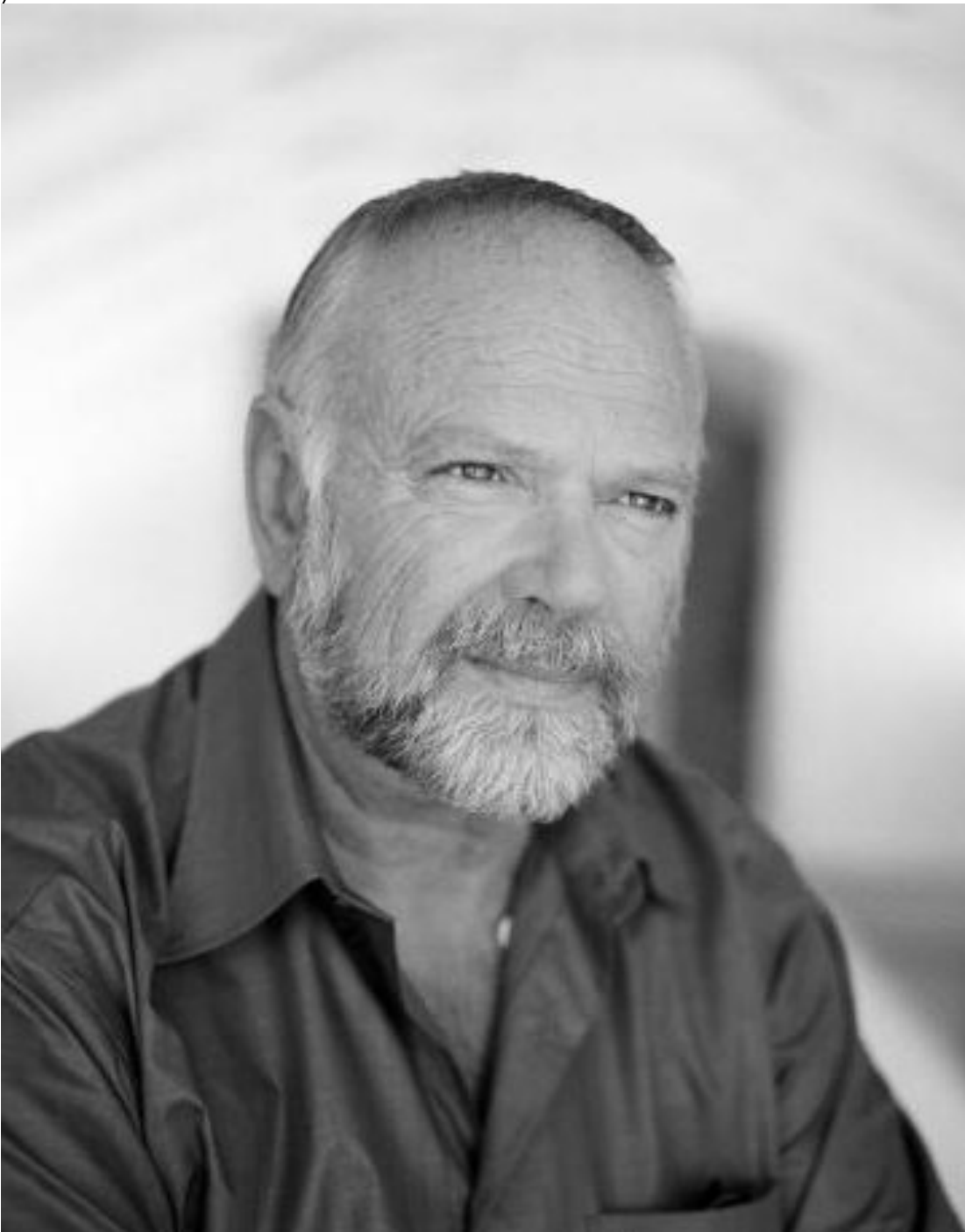
Udfyld denne blanket med betalingsoplysninger samt din underskrift . Medarbejderen bestiller selv tid via telefonisk henvendelse til Fysikken. Medarbejderen skal huske at opgive, at han/hun er fra Ringsted Kommune for at komme hurtigere i behandling. Til første behandling skal medarbejderen medbringe den udfyldte [blanket](#).

Fysikken, Center for fysioterapi og fitness, Fuglebakken 1, 4100 Ringsted, Tlf. 57 61 24 65 , [www.fysikken.dk](http://www.fysikken.dk)

### Fysioterapi, holdtræning og massage

Fysioterapeuterne hos Fysikken er uddannet i en række forskellige terapiformer, og der kan opnås hjælp til en række forskellige fysiske gener. Første behandling indeholder undersøgelse, behandling samt planlægning af det videre behandlingsforløb. Vores aftale indbefatter, at vi kan komme til inden for en uge, hvor der normalt er op til en måneds ventetid. Aftalen dækker ligeledes holdtræning som et led i behandlingen af skader, der eksempelvis kræver en systematisk genoptræning. Derudover kan Fysikken tilbyde massage hos fysioterapeut studerende. Massagetiderne ligger i aftentimerne og weekender. Du kan læse mere på deres hjemmeside og på indkøbsportalen.





## Psykologbehandling

Ringsted Kommune har indgået samhandelsaftale med to psykologklinikker. På næste side kan du helt kort læse om de to klinikker, og hvad de har at tilbyde. Du finder imidlertid meget mere information om de to klinikker på deres respektive hjemmesider.

### Sådan bestiller du tid:

Udfyld denne blanket med betalingsoplysninger samt din underskrift . Medarbejderen bestiller selv tid via telefonisk henvendelse til en af de to klinikker. Medarbejderen skal huske at opgive, at han/hun er fra Ringsted Kommune for at komme hurtigere i behandling. Til første behandling skal medarbejderen medbringe den udfyldte [blanket](#).

### Psykologerne

Nørregade 12, 1. sal

4100 Ringsted.

Torben Anbert Tlf. 28 78 06 75

Ulla Eckardt Tlf. 27 21 96 53

Lars Bo Jørgensen Tlf. 23 66 23 90

Nana Lüttge Tlf. 20 48 29 93

[www.psyc.dk](http://www.psyc.dk)

### Mindwork

Garnisonen 38

4100 Ringsted

Tlf. 20 75 16 16

[www.mwklunik.dk](http://www.mwklunik.dk)

# Psykologbehandling

## Psykologerne i Nørregade

### *Individuelle forløb*

Psykologisk rådgivning og behandling i forhold til arbejdsmæssige og personlige vanskeligheder på jobbet, f.eks. hjælp til håndtering af: stressbelastninger, samarbejde med kolleger, samarbejde med ledelse, samarbejde med borgere, konflikter, mobning, chikane, trusler, omstruktureringer og forandringer i jobfunktion.

I tilfælde af alvorlige eller voldsomme hændelser på arbejdspladsen (f.eks. trusler eller vold) anbefales i første omgang en gruppesamtale med de udsatte / involverede medarbejdere. Denne kan så om nødvendigt følges op med individuelle samtaler.

### *Gruppeforløb*

Psykologerne i Nørregade tilbyder terapi- og træningsgrupper med fokus på selvindsigt og indre læring i samspil med andre.

Der afholdes til en start individuel forsamling med alle deltagere, hvor personlige mål fastsættes. Efterfølgende arbejdes der videre i gruppen *gennem 8 sessioner. Hver session vil være delt i to. I den ene del arbejdes der gruppeterapeutisk og i den anden del vil der indgå mindfulness træning.*

Læs mere om forløbet [HER](#)

## Mindwork

### *Individuelle forløb*

Mindwork arbejder med udgangspunkt i kognitiv terapi. Kognitiv terapi er en veldokumenteret og evidensbaseret psykoterapeutisk metode, som har vist sig effektiv til behandling af en lang række psykiske lidelser og psykologiske problemstillinger. Kognitiv terapi er en struktureret, målrettet og korttidsorienteret terapiform, der tager udgangspunkt i klientens aktuelle problemstillinger og vanskeligheder. Vi søger både at nuancere synet på og tænkningen om problemet og at udarbejde nye konkrete håndterings- og problemløsningsstrategier.

### *Gruppeforløb*

I Mindworks gruppeforløb vil du få viden om de forskellige psykologiske og fysiologiske processer, der kan være med til at skabe og vedligeholde ubalance og derigennem opnå forståelse for, hvorfor dine følelser, motiver og ønsker nogle gange kan være meget modsatrettet. Mindful Compassion forløbet indeholder ligeledes mindfulness- og visualiseringsøvelser, opmærksomhedstræning og åndedrættsteknikker, der understøtter udviklingen af medfølelse kvaliteter. Efter endt gruppeforløb vil du stå med en "førstehjælpskasse" til eget brug, når tilværelsen bliver udfordrende.

Læs mere om forløbet [HER](#)



## Vejledning omkring og behandling for alkohol- og misbrugsproblemer

Tilbuddet omfatter rådgivende samtaler, socialfaglig og lægelig udredning, ambulat social og medicinsk behandling, samt ved særligt behov henvisning til døgnbehandling.

Rådgivningscentret har ligeledes tilbud om pårørenderådgivning.

Misbrugsbehandling er omkostningsfri for den behandlingssøgende og arbejdspladsen. Rådgivning og ambulat behandling kan gennemføres anonymt.

Samtale om sundhedsskadeligt overforbrug af alkohol og andre misbrugsproblemer kan være en vanskelig opgave, derfor tilbydes lederne kollegial sparring og samarbejde omkring gennemførelse af disse samtaler og om håndtering af støtten til medarbejdere. Kontakt rådgivningscentret på:

Rådgivningscentret, Nørregade 56, tlf. 57 62 79 30,

[raadgivning@ringsted.dk](mailto:raadgivning@ringsted.dk)

Kontakten for ledelsessparring: leder for Socialpsykiatri og misbrugsbehandling, mobil: 40 88 11 85 eller souschef 25 23 47 01

## Akut behandling i forbindelse med voldsomme hændelser

Ringsted har Kommune har indgået en aftale med Falck Health Care omkring rekvirering af psykologisk bistand til medarbejdere og ledere, der direkte eller indirekte har været involveret i voldsomme hændelser under udførelse af arbejdet. Det drejer sig om: arbejdsrelaterede pludselige dødsfald, arbejdsulykker, herunder trafikulykker, vold eller trusler om vold under udførelse af arbejdet.

Aftalen sikrer, at de skadelidte, hvis der bliver behov, får en hurtig og professionel hjælp, således at de psykiske eftervirkninger bliver færrest mulige.

Aftalen sikrer:

- Adgang til Falcks vagtcentral for psykologisk bistand 24 timer i døgnet
- Telefonisk kontakt med en psykolog på døgnvagt inden for max. 1 time
- Bistand til krisestyring til den ramte ledelse samt psykisk førstehjælp af specialuddannet ledende personale inden for max. 2 timer
- Kontakt med en Falck-psykolog inden for max. 12. timer fra første kontakt til vagtcentralen for Falcks psykologiske bistand for aftalen om konsultation inden for de næste 24 timer

**Sådan bestiller du tid:**

Vagtcentralen kan kontaktes på tlf. **7010 2012**