

Välkommen på föreläsning på Anderstorp hälsocentral

Under dessa två föreläsningstillfällen, 2 timmar vardera, kommer du få ökad förståelse för vad psykisk hälsa och ohälsa är och vad vi kan göra själva för att må bättre. Föreläsningarna hålls av någon av hälsocentralens psykologer och mynnar ut i flera olika verktyg att pröva på egen hand. Föreläsningarna bygger på aktuell forskning kring psykisk hälsa och ohälsa.

På Anderstorp hälsocentral arbetar vi inom teamet för psykisk hälsa enligt konceptet stegvis vård. Det innebär att du, när du söker hjälp, först kan komma erbjudas en eller flera kortare insatser innan det blir aktuellt med en mer sammanhållen behandling. För en del av våra patienter räcker dessa kortare insatser medan andra behöver mer riktade eller längre behandlingar.

Några insatser som kan vara aktuella är föreläsningar med konkreta råd och tips, enstaka individuella besök hos psykolog, kurator eller psykiatrisjuksköterska, medicinbehandling, kognitiv beteendeterapi i grupp eller individuellt. Att du erbjuds en insats betyder inte att övriga inte kan bli aktuella längre fram, det är ditt vårdbehov som avgör.