

## Albertslund Kommune

Albertslund Kommune har en aftale med Falck Healthcare om psykologhjælp.

Ansatte kan få:

### Psykologisk rådgivning

Den ansatte kan få 5 timers psykologisk rådgivning ved arbejdspladsrelaterede problemstillinger. Det kan for eksempel være arbejdsrelateret stress, mobning, chikane, udbrændthed, omstrukturering, firing og misbrugsrådgivning.

Henvendelse om psykologisk rådgivning sker efter aftale med leder eller alternativt AMR/TR/FTR eller leders leder/ HR, hvis den ansatte ikke kan gå til sin leder. Det er ikke lederens opgave at vurdere medarbejderens behov for psykologisk rådgivning.

### Psykologisk krisehjælp:

- Ved arbejdsulykker, herunder trafikulykker under udførelse af arbejdet. Her dækkes den/de direkte implicerede i hændelsen og de kolleger, der overværer ulykken
- Ved arbejdsrelateret vold og trusler om vold. Her dækkes den/de direkte implicerede i hændelsen og de kolleger, der overværer den
- Ved arbejdsrelaterede pludselige dødsfald. Her dækkes kolleger og nærmeste pårørende til afdød

Henvendelse vedr. psykologisk krisehjælp kan ske med eller uden aftale med leder. Leder skal altid orienteres hurtigst muligt.

Falck Healthcares vagtcentral kan kontaktes på: 7010 2012. Der kan ringes til Falck Healthcare hele døgnet alle ugens dage.

Ved henvendelse skal følgende oplyses:

- Navn
- Hvor man arbejder (kommune og forvaltning)
- Hvad man ønsker hjælp til

## Sygesikringen

Der kan efter henvisning fra egen læge ydes tilskud til psykologhjælp til:

- Røveri, volds- og voldtægtsofre
- Trafik- og ulykkesofre
- Pårørende til alvorligt psykisk syge personer
- Personer ramt af en alvorligt invaliderende sygdom
- Pårørende til personer, der er ramt af en alvorligt invaliderende sygdom
- Pårørende ved dødsfald
- Personer, der har forsøgt selvmord
- Kvinder, der får foretaget provokeret abort efter 12. graviditetsuge
- Personer, der inden det fyldte 18. år har været ofre for incest eller andre seksuelle overgreb
- Personer der har en let til moderat depression og på henvisningstidspunktet er fyldt 18 år
- Personer der lider af let til moderat angst, herunder let til moderat OCD, og på henvisningstidspunktet er i aldersgruppen 18 til og med 38 år.

Tilskuddet udgør 60% af psykologens honorar. Der kan højst ydes tilskud til 12 konsultationer. Personer som behandles for depression eller angst kan dog genhenvises, således at tilskud ydes for op til 24 konsultationer i alt.

## Forsikringsordninger

Medlemmer, der har indboforsikring i Lærerstandens Brandforsikring, kan få akut psykologhjælp ved flere typer af kriser – uden selvrisko. F.eks. ved pludseligt dødsfald eller livstruende sygdom blandt nære pårørende, ulykker, skilsmisse, abort, indbrud, indbrudsforsøg og ID-tyveri. Læs mere på [LB Forsikrings hjemmeside](#).

## Danmarks Lærerforening

Som medlem af DLF har du mulighed for at tale med en konsulent, som har erfaring med rådgivning om psykiske arbejdsmiljøproblemer. Du kan bestille tid til en samtale med en af konsulenterne via [www.dlf.org](http://www.dlf.org) eller ved at ringe til foreningen.

### Ikke akut hjælp

Rådgivningen er ikke en akut rådgivning, derfor skal du være opmærksom på, at der kan være ventetid, før du får kontakt med en konsulent.

Foreningens rådgivning har periodevis ventetid (en til to uger). Principielt kommer medlemmerne til i den rækkefølge, de henvender sig. Det vurderes dog i de enkelte henvendelser, hvor akut situationen er. Eksempelvis bliver sager, hvor en lærer har været udsat for vold, så vidt muligt prioriteret.

Medlemmer, som er i en personlig og akut krise, kan få professionel hjælp via deres egen læge, lægevagten, skadestue eller psykiatrisk skadestue. Her vil der blive taget stilling til eventuel videre behandling.

### Foreningens rådgivning

Du kan bl.a. få:

- Hjælp til afklaring af noget, du måske længe har haft som problem.
- Hjælp til at håndtere vanskelige arbejdsbetingelser på en bedre måde.
- Hjælp til løsning af misbrugsproblemer.
- Hjælp ved vold, trusler om vold, ulykke, sygdom eller andet.
- Hjælp til større selvsigt omkring konkrete problemstillinger.
- Hjælp til at tage dig selv og dine fornemmelser alvorligt.
- Hjælp til at tage ansvar for dine problemer.

Har problemet sit udspring i en arbejdssituation, og det vurderes relevant, har rådgivningen mulighed for at tilbyde dig op til 4 samtaler hos en af de psykologer, der er tilknyttet rådgivningen.

Det er dog et krav, at andre støttemuligheder er udtømte eksempelvis via arbejdsgiver, sygesikrings- og forsikringsordninger.

Hvis du ikke kan få hjælp via rådgivningen, kan du ansøge Danmarks Lærerforenings Understøttelseskasse om hjælp, fx til psykologsamtaler. I vedtægterne kan du se, hvem der kan komme i betragtning.

Du kan henvende dig til DLF på tlf. nr. 33 69 63 00  
Mandag – torsdag kl. 8.30 – 16.00  
Fredag kl. 8.30 – 15.00

Du kan læse mere på [www.dlf.org](http://www.dlf.org) under "Rådgivning om psykisk arbejdsmiljø".