

Treng du at nokon er saman med deg/dykk når ei krise eller ein vanskeleg situasjon har oppstått? Treng du nokon å snakke med eller råd og praktisk hjelp?

Ta kontakt eller få nokon til å hjelpe deg med å ta kontakt.

Vi kan også nåast gjennom politi eller legevakt.

- Vanylven kommune – servicekontoret - 700 30 000
- Fastlege - 700 30 100
- Legevakt frå 1. sept. -15 - 116117
- Lensmann - 02800



KRISE- OG OMSORGSGRUPPE

VED

KRISER/ULYKKER

OG DØDSFALL



VANYLVEN KOMMUNE

Vanylven kommune har organisert krise -og omsorgsarbeidet med ei krisegruppe som består av **Basisgruppe og Sekundærgruppe**. Representantar frå basisgruppa vert kalla inn ved behov. Ein kartlegg omfanget av situasjonen, og dei ramma sitt omsorgsbehov. Basisgruppa vurderer om det er naudsynt å kalle inn medlemmar frå sekundærgruppa.

Krise- og omsorgsgruppa kan bidra med informasjon, støtte og omsorg. Ved behov kan vi opprette base og pårørandesenter på gamle sjukeheimen.

Basisgruppa består av:

- Kommunalsjef Helse og omsorg Arnhild Nordaune
- Avdelingsleiar Førebygging og rehab Magni Vildalen
- Kommuneoverlege Hamid Keshavarz
- Lensmann Tor Sæther
- Miljøarbeidar Oppfølgingstenesta Oddrun Oldeide
- Helsesøster Oddbjørg Nordal
- Prest Ivar Austrheim

Sekundærgruppa består av: Helse og omsorgspersonell som arbeider i Vanylven kommune. 15 personar med ulike erfaring og utdanningsområde.

Kva kan Basisgruppa og Sekundærgruppa bistå med:

- Å samordne innsatsen til hjelpe-og støtteapparatet, både i akutfasa og i oppfølgingsfasa.
- Praktisk hjelp, råd og tips
- Støtte og omsorg
- Nokon å snakke med

I **Sjokkfasa** er det viktig med nærleik, omsorg og kontakt.

I **Reaksjonsfasa** byrjar kjensler og kroppslege symptom å gjere seg gjeldande.

I **Bearbeidingsfasa** startar prosessen med å bearbeide inntrykka, kjenne på smerta og ubehaget, samt godta det som har skjedd.

I **Nyorienteringsfasa** får ein etter kvart smerta etter dei vonde opplevingane under kontroll, og ein kan orientere seg framover.

Det er vanleg å svinge mellom dei ulike fasane i tida etterpå, men med gradvis forsoning og akseptering av hendinga. Ein del personar opplever at den hjelpa og omsorga ein får frå familie, vener og hjelpeapparatet i starten, er nok for å komme seg vidare, mens andre kan kjenne at dei treng meir hjelp og oppfølging.

I akutfasa kan ein vanleg **reaksjon** vere at personen er i sjokk, der personen kan:

- Virke ”upåverka” av hendinga
- Personen kan ”stenge” hendinga ute
- Skjule følelsane/ angsten
- Virke fjern/ apatisk
- Handle utan å tenke og beslutte (autopilot)
- Ha endra tidsoppleving
- Oppleving av at situasjonen kjennest uverkeleg
- Sterk forvirring eller desorientering