

## HJELP FRA VETERANORGANISASJONER

### SIOPS - Skadde i internasjonale operasjoner

Bistår i oppfølging og veiledning i møtet med det offentlige, juridisk hjelp og eksperthjelp innen økonomiske spørsmål.

Hjemmeside: [www.siops.no/](http://www.siops.no/) Telefon: 22 69 56 50

### NVIO- Norges Veteranforbund for internasjonale operasjoner

Hjemmeside: [www.NVIO.no/](http://www.NVIO.no/) telefon: 94 01 22 00

### Kameratstøtte.no

En nettbasert veiledningstjeneste for veteraner og familien. Drives i samarbeid med NVIO og Mental Helse.

Veterankontakt Lødingen 453 91528 (Frode Staurset) for veteran og familie.

### Kameratstøttetelefonen 800 48 500

En landsdekkende, døgnbemannet hjelpetelefon hvor du får snakke med en som har tjenestegjort utenlands. Du kan være anonym.

**Veteraner i Vesterålen**, møtes hver første tirsdag i mnd. på Kystvakta Sortland 19:00 – 22:00. Alle veteraner og familie er velkommen.

Info på FB: NVIO. avd. Vesterålen

## VED AKUTTE KRISER

### Legevakt og livskrisehjelpen

Ved akutt krise kan du kontakte Livskrisehjelpen ved Vesterålen legevakt.

De har åpent alle dager hele året.

**Telefon 116117**

Tilbudet er tilgjengelig 24 timer i døgnet. Du trenger ikke henvisning eller timeavtale. Legevakten kan kontaktes hele døgnet.

Livskrisehjelpen kan også formidle kontakt til kommunepsykolog, som kan bistå med en grundigere kartlegging, samt videre henvisning til spesialisthelsetjenesten.

## VIKTIGE TELEFORNER

**Brann: 110**

**Politi: 112**

**Ambulanse: 113**

**Når hjelpen kan vente litt:**

**Brann:**

**Politi: 02800**

**Legevakt: 116 117**



# HJELP

## TIL

# VETERAN



Norges Veteranforbund  
for Internasjonale Operasjoner

## SIOPS

## TRENGER HJELP!

Har du tjenestegjort i internasjonale militære operasjoner eller kanskje kjenner du noen som har gjort det? Vi håper informasjonen i denne brosjyren kan være til hjelp dersom du har behov for hjelp eller råd.

## PSYKISKE HELSETJENESTER

Du kan ta direkte kontakt med avdeling for psykisk helse i din KOMMUNE for råd og veiledning eller du kan kontakte fastlegen din. Fastlegen kan hjelpe deg direkte eller henvise deg videre til behandling i spesialisthelsetjenesten. Denne behandlingen kan skje ved det lokale distriktpsykiatriske senteret eller hos en privatpraktiserende psykolog.

Regionalt ressurscenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging,

**RVTS Nord – [www.rvtsnord.no](http://www.rvtsnord.no) - Tlf. 77 75 43 80**

## NAV

NAV vil gi hjelp og veiledning i forhold til arbeid, økonomi, og den enkeltes livssituasjon og problemer knyttet til psykisk og fysisk helse. Kontakt ditt lokale NAV kontor.

**Navs telefontjeneste for veteraner**

**Tlf 404 61 871**

Her får du profesjonell hjelp av personer med kunnskap om veteraner og skadeproblematikk. Telefonen er betjent mellom 0900 til 1530. Hvis opptatt eller stengt, send en sms og du vil bli oppringt.

## Kompetansemiljøet for veteransaker ved NAV Elverum

Kontoret er landsdekkende, har spesialkompetanse på veteransaker og gir bistand i enkeltsaker.

### Kontakt:

Gunn Strand: [gunn.strand@nav.no](mailto:gunn.strand@nav.no) / tlf. 907 03 355

Guri Hammervold Johansen:

[guri.hammervold.johansen@nav.no](mailto:guri.hammervold.johansen@nav.no) / tlf. 997 22 324

Karen Helene Simengård: [karen.helene.simengard@nav.no](mailto:karen.helene.simengard@nav.no) / tlf. 404 92 115

## FAMILIEVERNKONTOR

Familievernnet kan gi veteranfamilier et tilbud hvis det oppstår samlivs- og relasjonsproblemer. Familievernets tilbud er gratis, og henvisning er ikke nødvendig.

Du kan selv ta kontakt med ditt familievernkontor

Du finner mer informasjon på nettet: [www.familievern.no](http://www.familievern.no)

## KIRKENS SOS

Kirkens SOS er en landsdekkende, døgnåpen krisetelefontjeneste.

**Nødnummeret uansett hvor du bor i landet er 22 40 00 40.**

Kirkens SOS tilbyr krisetjenester gjennom flere kanaler. For mer informasjon se: [www.kirkens-sos.no/](http://www.kirkens-sos.no/)

## FORSVARET

Forsvaret tilbyr ulike typer støtte til soldater, veteraner og deres nærmeste. Tilbudene er vist på forsvarets nettsider: [forsvaret.no/veteraner/](http://forsvaret.no/veteraner/) Blant annet:

**Forsvarets grønne linje, et samarbeid mellom Forsvaret og Kirkens SOS. Tlf. 800 30 445**

**Forsvarets “åpne dør” for veteranhenvendelser  
Tlf. 800 85 000 (hverdager kl 8 - 15)**

**Kontoret for psykiatri og stressmestring og Nasjonal militærmedisinske poliklinikk  
Tlf. 23 09 79 30**

**Kontoret for psykiatri og stressmestring og Nasjonal militærmedisinske poliklinikk:  
[www.forsvaret.no/imps](http://www.forsvaret.no/imps) Tlf. 23 09 79 30**

**Forsvarets veteransenter Bæreiavegen 588,  
2208 Kongsvinger  
Tlf. 62 82 01 00 [veteransenteret@mil.no](mailto:veteransenteret@mil.no)  
[www.forsvaret.no/veteransenteret](http://www.forsvaret.no/veteransenteret)**