**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/ Telefon: 22 69 56 50

**NVIO- Norges Veteranforbund for   
internasjonale operasjoner**   
Hjemmeside: [www.NVIO.no/](http://www.NVIO.no/) telefon: [94 01 22 00](tel:%2094%2001%2022%2000)

**Kameratstøtte.no**   
En nettbasert veiledningstjeneste for veteraner og familien. Drives i samarbeid med NVIO og Mental Helse.

Hjelpetelefon i Hadsel \_\_\_\_\_\_\_ 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**

**Legevakt og livskrisehjelpen**   
Ved akutt krise kan du kontakte Livskrisehjelpen ved Vesterålen legevakt.   
De har åpent alle dager hele året.

**HJELP FRA VETERANORGANISASJONER**

**VED AKUTTE KRISER**

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

**Telefon 116117**

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**

Et bilde som inneholder himmel, utendørs

Automatisk generert beskrivelse

**HJELP**

**TIL**

**VETERAN**

****

**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 distriktspsykiatriske senteret eller hos en privatpraktiserende psykolog.

Regionalt ressurssenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging,   
**RVTS Nord – 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 / tlf. 907 03 355   
Guri Hammervold Johansen: guri.hammervold.johansen@nav.no / tlf. 997 22 324   
Karen Helene Simengård: karen.helene.simengard@nav.no / tlf. 404 92 115

**FAMILIEVERNKONTOR**   
Familievernet 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.

**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/

**FORSVARET**   
Forsvaret tilbyr ulike typer støtte til soldater, veteraner og deres nærmeste. Tilbudene er vist på forsvarets nettsider: 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 Tlf. 23 09 79 30**

**Forsvarets veteransenter Bæreiavegen 588,   
2208 Kongsvinger  
Tlf. 62 82 01 00 veteransenteret@mil.no www.forsvaret.no/veteransenteret**