



Fylkesmannen i Agder

# RASK PSYKISK HELSEHJELP (RPH)

TILSKUDD FRA HELSEDIREKTOREATET  
ETABLERING OG DRIFT  
LAVTERSKEILTILBUD I KOMMUNENE



# Historikk og målgruppe

- Pilotprosjekt startet i 2012, evaluert av Folkehelseinstituttet.
- Bygger på britisk modell-IAPT (Improving Access to Psychological Therapies) – nasjonal satsning med gode resultater.
- Tilpasset norske forhold
- **MÅLGRUPPE**
  - Kommunalt lavterskeltilbud til personer over 16 år
  - Milde til moderate plager i forhold til angst- og depresjonsproblematikk, begynnende rusproblemer og eventuelt søvnevansker



# Oppbygning og gjennomføring

- Hjelpen gis av tverrfaglige sammensatte team med minst 3-årig høgskole, tilknyttet psykolog
- Baseres på kognitiv terapi, veiledet selvhjelp og gruppetilbud - endringsfokus
- Alle som jobber med RPH må ha gjennomført videreutdanning i regi av NFKT- Norsk forening for kognitiv terapi
- NAPHA- nyttig samarbeidspartner, nettverkssamlinger, og videreføring av opplæringen



# Mål

- Nasjonalt mål om at helsetjenester skal bli mer kunnskapsbaserte
- Gjøre virksom behandling lettere tilgjengelig for personer med milde og moderate psykiske helseplager
- Fremme psykisk helse i befolkningen
- Rask tilgjengelig helsehjelp innen en til to uker, uten ventetid og venteliste – ikke langvarig kontakt
- Forhindre sykemelding og forverring av plager
- Rask psykisk helsehjelp skal være et supplement, og styrke eksisterende tilbud
  - redusere symptomer FOKUS PÅ ENDRING OG MESTRING
  - styrke funksjon og livskvalitet, bedre arbeidsevnen
  - lett tilgjengelig og direkte, trenger ikke legehenvising
  - fastlegen er en viktig samarbeidspartner på lik linje med andre aktører som NAV, DPS/spesialisthelsetjenesten, arbeidsgiver i samråd med bruker
  - gratis
  - økt brukermedvirkning på individ og systemnivå
- Tilbud omfatter ikke akutte, eller alvorlige psykiske lidelser



## ETABLERING OG DRIFT

- Hvem kan søke tilskudd fra Helsedirektoratet:
  - enkelt kommuner eller interkommunale samarbeid
  - statlige/kommunale eller fylkeskommunale bedrifter

Bidra til å øke det samlede tilbudet innen psykiske helse og rus i kommunen.

Helsedirektoratet vektlegger:

- kommunal egeninnsats i form av faste stillinger inn i prosjektet
- klar strategi eller plan for implementering av tiltaket i ordinær drift
- forutsettes forankret på politisk nivå og innarbeidet i kommunens planer
- planlagt størrelse og dimensjonering av tjenesten i forhold til befolkningsgrunnlaget



# TILDELINGSSUM

- 1. driftsår: Inntil 1 500 000.
  - Bevilges til etablering og implementering av RPH med 400 000 kroner.
  - Inntil 2 årsverk med 550 000 pr. årsverk.
  - Etableringsstøtten gis kun for 1 år.
- 2. driftsår- videreføring av rekrutteringstilskuddet – inntil 500 000 pr årsverk, maksimalt inntil 1 mill
- 3.driftsår videreføring av rekrutteringstilskuddet , med inntil 400 000, maksimalt





# OPPFORDRING TIL SAMARBEID

- Kommuner som ønsker å knytte seg til Rask psykisk helsehjelp som allerede er etablert i nærliggende kommune, kan søke om midler til årsverk for å utvide den etablerte tjenestens opptaksområde, eller danne nytt interkommunalt samarbeid.
- - slik søknad må ha en ansvarlig avsender
- Forventes at kommunen bidrar med faste stillinger inn i tiltaket, og at det kommunale bidraget til driften økes i etableringsperioden.
- Hdir gir støtte til videreutdanning i kognitiv terapi ved NFKT. Gjennomføres første driftsår, består av 13 samlinger à 2-3 dager.



# Søknadsbehandling

- Form og innhold, viser til egen veileder
- Lokale tilpasninger er mulig, men ikke på metodikk
- Helsedirektoratet- ansvarlig for behandling av søknader, tildeling, og rapportering
- SØKNADSFRIST: 20.februar 2019
- Søk her: <https://helsedirektoratet.no/tilskudd/etablering-og-drift-av-rask-psykisk-helsehjelp>
- ØNSKE OM AT FLERE KOMMUNER SØKER