

# Praktiske oplysninger

## Kontakt:

Telefon: 7259 6406

Mail: [Egedal.rusmiddelteam@egekom.dk](mailto:Egedal.rusmiddelteam@egekom.dk)

## Åbningstider:

Mandag – onsdag 09.00 – 15.00

Torsdag 09.00 – 17.30

Fredag 09.00 – 12.00

## Adresse:

Rusmiddelteamet

Tofteparken 15

3650 Ølstykke

The logo for Egedal Kommune, featuring the text "Egedal" above "Kommune" in white, set against a dark green rectangular background.

# Har du eller din pårørende et overforbrug af alkohol?



**Anonym uforpligtende samtale  
hos Egedal Rusmiddelteam**

# Drikker du mere end Sundhedsstyrelsens anbefalinger?

Er du i tvivl, om du har et problem med alkohol?

Eller er der nogen, fx din kæreste, familie eller venner, der har sagt, de er bekymrede over dit forbrug?

Hvis du går med de overvejelser, har du sikkert dine grunde.

- Måske har du svært ved at falde i søvn eller sover dårligt?
- Måske påvirker det dine tanker eller følelser på en måde, du ikke bryder dig om?
- Måske er det svært at være i sociale sammenhænge, hvor der ikke drikkes alkohol?
- Måske synes du, du mangler energi og overskud til at gøre det du gerne vil?

## Hvordan kommer du i gang hos os?

Du kan til enhver tid ringe eller maile til os og få en tid til en anonym uforpligtende og gratis råd- og vejledningssamtale.

Her kan vi sammen finde ud af, om du har brug for et forløb af kortere eller længere varighed.

Det kan være en rigtig god idé, at have en partner eller et familiemedlem med til første samtale.

Hvis du ønsker et forløb hos os, starter det altid med, at vi sammen med dig udarbejder en plan for dette ud fra et struktureret kortlægningsinterview og en samtale med vores lægekonsulent.



# Tilbud i Rusmiddelteamet

- Kort afklarende motiverende samtaleforløb
- Individuelle behandlingssamtaler
- Gruppeforløb
- Efterbehandlingsforløb
- Par- eller familiesamtaler
- Mindfulness
- NADA øre-akupunktur
- Antabus

Vi arbejder bl.a. med mål, skadevirkninger, fordele/ulemper, højrisiko situationer, de nære relationer og uddannelse/job situation m.m.

Gruppeforløbene tilbydes og sammensættes efter behov og kan have forskelligt indhold og varighed.

Til din familie har vi desuden løbende workshops, temaforedrag samt mulighed for et individuelt samtale- eller gruppeforløb.

## Har du brug for mere hjælp?

For nogen er det nødvendigt med et mere intensivt behandlingsforløb, fx dag- eller døgnbehandling. I det tilfælde udarbejdes en ansøgning til visitationsudvalget i kommunen, i samarbejde med dig og din myndighedsrådgiver.

Vi har også mulighed for at henvise dig videre, hvis det viser sig, at du har brug for andre tilbud, fx en støtte/kontaktperson.

