



# STYRK

Oppfølgingstjeneste i Gjøvik kommune for personer med  
rusmiddelmisbruk og psykiske lidelser  
som har ønske og mål om rusfrihet



GJØVIK KOMMUNE



## HVEM ER VI?

Tre ansatte med høgskoleutdanning og yrkeserfaring innen rus og rehabilitering.

## HVEM KAN SØKE OM OPPFØLGING I STYRK?

- Personer med rusmiddelmissbruk og samtidig psykiske lidelser som har ønske og mål om rehabilitering og rusfrihet
- Må være over 16 år

## HVORDAN SØKE TJENESTEN?

- Søknadsskjema finnes på Gjøvik kommune sin hjemmeside [www.gjovik.kommune.no](http://www.gjovik.kommune.no) under Omsorg og Omsorgstjenester
- Eller kontakt oss på STYRK

## HVA SKJER PÅ STYRK?

- Individuell oppfølging

- samtaler og veiledning til rusmestring
- motivere til behandling og følge opp i etterkant av behandling
- praktisk bistand og/eller helsehjelp i hverdagen ut fra brukers behov og mål
- nettverksbygging

- Gruppetilbud

- "Åpen dag" arrangeres mandager og torsdager kl 12-15 i våre lokaler
  - Rusfritt tilbud
  - Felles gratis lunsj
  - Sosialt treffpunkt med andre brukere av STYRK
  - Arrangerer jevnlig sosiale aktiviteter med utflukter
- Livsstyrketrening
  - Arrangeres som egne kurs i gruppe for våre brukere som ønsker dette tilbudet
  - Kursprogram med fokus på ressurs- og mestringsfremmende kommunikasjon
  - Hensikten er styrking av selvbilde

## KONTAKTINFO FOR STYRK

**Besøksadresse:**

Bryggeveien 9  
2821 Gjøvik

**Postadresse:**

Gjøvik kommune  
Styrkteam  
Postboks 630  
2810 Gjøvik

**Telefon:**

Kontaktperson STYRK mobil 468 65 682  
Sentralbord Rådhuset 61 18 95 00



GJØVIK KOMMUNE