

## Har du noen spørsmål?

### Kontakt

Tlf:

.....

E-post:

.....

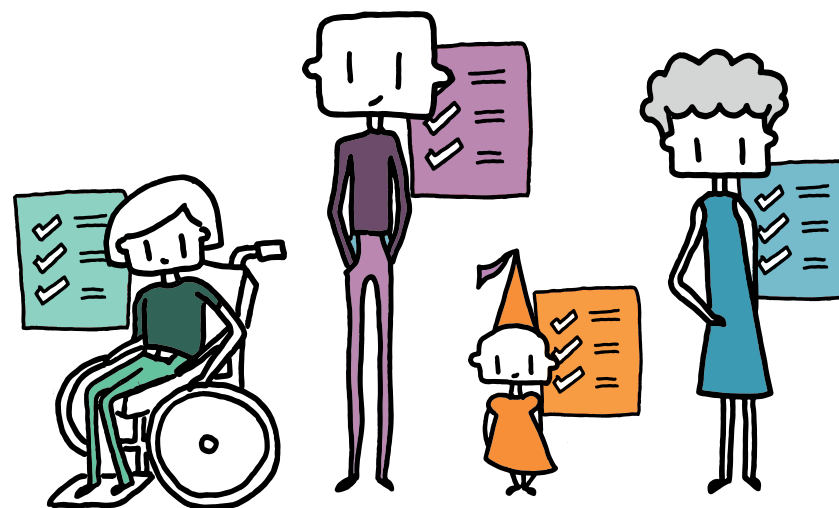
Adr:

.....

Hvis du ikke vet hvordan du skal komme i kontakt med koordinerende enhet, kan du spørre helsepersonell eller ringe kommunens/sykehusets sentralbord

Hvis du mener at du oppfyller kravene til å få individuell plan og koordinator, men får avslag, kan du klage til fylkesmannen.

Les mer om individuell plan og koordinator på [www.helsedirektoratet.no](http://www.helsedirektoratet.no) og [www.helsenorge.no](http://www.helsenorge.no)

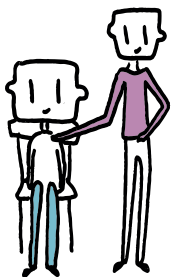


# Ditt liv, din plan

Til deg som kan ha behov for langvarige og koordinerte tjenester

# Individuell plan og koordinator kan være noe for deg

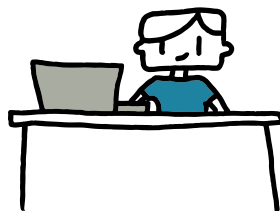
## Hva er individuell plan?



Individuell plan beskriver hvordan tjenestene du trenger skal virke sammen slik at du får en helhetlig oppfølging. Planen er basert på dine behov og det som er viktig for deg. Planen angir dine mål, hva som skal gjøres, hvem som har ansvar for hva og til hvilken tid. Oppfølging fra andre sektorer som NAV, skole og barnevern inkluderes i planen når dette er aktuelt.

## ... og hva er en koordinator?

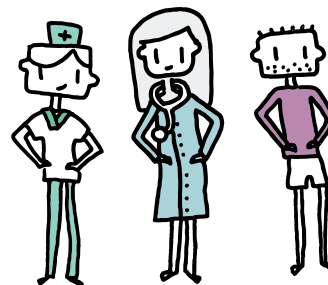
Koordinator er en av dine fagpersoner som koordinerer tjenestene og sikrer fremdrift i arbeidet med din individuelle plan. Koordinator sørger for at du, og eventuelt pårørende, involveres tett i arbeidet med din plan. Ulike yrkesgrupper kan ha rollen som koordinator. Ditt ønske skal vektlegges ved valg av koordinator.



## Hvem kan få individuell plan og koordinator?

- Alle som har behov for flere helse- og omsorgstjenester over en viss tid. Behovet trenger ikke å være varig.
- I vurderingen av behovet for langvarige og koordinerte tjenester skal også tiltak fra andre sektorer inkluderes.
- Personer i alle aldre og uavhengig av diagnoser og/eller type funksjonsutfordringer.

# Hva vil det si for deg å ha en individuell plan og koordinator?



- Du blir involvert, og planen er basert på dine mål.
- Du har én koordinator som har oversikt over din situasjon.
- Du får ikke nødvendigvis flere tjenester, men du får koordinerte tjenester som samarbeider.
- Du bestemmer hvilke opplysninger som deles mellom tjenestene.

**Du opplever at tjenestene henger sammen slik at du kan nå dine mål**

# Hvordan få individuell plan og koordinator?

Personell i tjenestene skal informere og tilby deg individuell plan og koordinator. Du eller dine pårørende kan også selv be om det. Du kan kontakte koordinerende enhet i din kommune\*. Du kan få koordinator selv om du takker nei til individuell plan.

Hvis du er innlagt på sykehus skal sykehuset tilby deg koordinator, melde behovet for individuell plan videre til kommunen og ved behov bidra i gjennomføring av planen.

\* Se informasjon om koordinerende enhet på baksiden

