

Alle tilvisingar skal sendast frå fastlegen til

Helse Bergen  
Haukeland universitetssjukehus  
Bjørgvin DPS, «Helse i Hardanger»  
Postboks 1400  
5021 Bergen

God informasjon om pasienten er viktig for at me skal kunna gje eit godt tilpassa behandlingssopplegg frå starten. *Tilvisande lege vera tydeleg i bestillinga og vekta aktuelle problemstillingar og målsettingar. Andre sjukdomar og helseplager, familie/sosialt liv og oppdatert medikamentinformasjon må skildrast i tilvisinga.*

Sjekklista under skal fyllast ut og sendast saman med tilvisinga. Om relevante opplysningar manglar, kan dette føre til at tilvisinga ikkje handsamast.

### Sjekkliste:

\_\_\_ Blanda angst/depresjonsproblem utan at nokon av dei er dominerande (P76)

ELLER

\_\_\_ Sammensatte angstplager (P74)

### FØLGENDE MÅ VÆRE TILSTEDE

\_\_\_ Mellom 18-ca 45 år

\_\_\_ Plagene har konsekvensar i forhold til jobb/studiar

\_\_\_ Har ynskje/planar om å betra funksjon i jobb/studiar eller om å koma tilbake i arbeidsliv/studiar

\_\_\_ Vil kunne ha nytte av eit tilbod der fysisk aktivitet inngår

\_\_\_ Er orientert om at det er ei konsentrert behandling (lita veke) som finn stad i Øystese

\_\_\_ Har digital kompetanse og språklege evner til å gjere seg nytte av app og aktivitetsarmbåndsar

\_\_\_ Er motivert for å delta i prosjektet med eigeninnsats i 1 år

\_\_\_ Er orientert om at det er eit gruppebasert prosjekt

[Klikk her for Word-versjon av dette skjemaet](#)