FORSVARSMINISTERIET
PERSONALESTYRELSEN

Veteran i Grønland

Veterancentret er én indgang til støtte for soldater, veteraner og deres pårørende før, under og efter udsendelse.

Af Veterancentret

Støtte til veteraner og pårørende før, under og efter udsendelse

Oplever du udfordringer, som er opstået i forbindelse med udsendelse til en international mission, tilbyder Veterancentret støtte og rådgivning. Tilbuddet er livslangt og gælder både veteraner og deres pårørende.

For at få støtten så tæt som muligt på de dig og dine pårørende, samarbejder Veterancentret med lokale psykologer og frivillige.

Veterancentret arbejder ud fra princippet om at hjælp til selvhjælp i mange tilfælde er den bedste støtte. Det vil sige, at når du får de fornødne informationer og vurderinger, kan du ofte selv gå videre og løse problemerne. Vi holder kontakten med dig, indtil problemerne er løst.

Til gavn for behandlingen af din sag kan din psykolog vurdere, at det er relevant at inddrage andre ressourcepersoner fra Veterancentret, men altid kun hvis du selv ønsker det.

Tavshedspligt

Vi har tavshedspligt. Oplysninger om dine personlige forhold gives ikke videre til andre med mindre, du har givet os dit samtykke til det.

Psykiske efterreaktioner

Mænd og kvinder, der har været udsendt til internationale missioner, har mødt en verden, der kan være svær at forstå for dem, der ikke selv har været i den. Det gælder både de krævende opgaver og det særlige kammeratskab, der er blandt udsendte soldater, men også fordi de her har mødt savn, kamp, tab og krigens virkelighed. Ingen er uberørte af en udsendelse. På godt og ondt.

Langt de fleste vender tilbage med værdifulde oplevelser og med en følelse af at være blevet klogere på sig selv. Men en del af de tidligere udsendte skal kæmpe for at ryste oplevelserne af sig, og her vil nogle desværre også udvikle posttraumatisk belastningsreaktion (PTSD), depression eller andre psykiske belastninger.

PTSD er en forståelig reaktion på at have været udsat for hændelser, som har en voldsomhed, der overgår, hvad du tidligere har prøvet. Derfor er veteraner i en særlig risikogruppe for udvikling af PTSD.

Forekomsten af symptomer på PTSD hos veteraner varierer afhængigt af missionens karakter og belastningsgrad. Det danske Forsvar undersøger løbende omfanget, og et forsigtigt estimat er, at omkring 10 procent udvikler PTSD-symptomer som konsekvens af deres udsendelse – dog med stor variation på tværs af forskellige missioner. Sværhedsgraden af PTSD-symptomer kan være meget vekslende, ligesom både behandling og spontan bedring kan føre til sygdommens ophør.

Hvad er PTSD?

PTSD er en forkortelse for Post Traumatic Stress Disorder, som på dansk hedder posttraumatisk belastningsreaktion. PTSD er en psykiatrisk diagnose, hvilket betyder, at det er et navn for en gruppe symptomer, der som regel optræder sammen.

En anden fællesnævner for PTSD er, at man har været udsat for eller har bevidnet en eller flere hændelser af livstruende eller voldsom karakter.

Når du vælger at gå i behandling for PTSD, er det afgørende for resultatet, at du føler dig motiveret for at opnå forandring og kan forpligte dig til behandlingen. Også i de perioder, hvor behandlingen kræver en stor indsats.

Jo før du modtager behandling, des hurtigere kan du begynde at få det bedre.

Behandling i Grønland

Veterancentret tilbyder en helhedsorienteret behandling af PTSD i Grønland. Henvender du dig til Veterancentret, vil du typisk blive tilbudt en indledende samtale med en af Veterancentrets psykologer via MedCom, som er vores telemedicinske løsning, der gør det muligt at modtage behandling via en skærm. På baggrund af samtalen vil han eller hun lave en faglig vurdering af, hvilken slags problem der er tale om, og hvorvidt problemet er relateret til internationale missioner. Såfremt dette er tilfældet, går behandlingen i gang. Behandlingen kan enten foregå via MedCom med en psykolog fra Veterancentret eller hos en lokal netværkspsykolog i Grønland.

En diagnose er ikke noget, man er – lige så vel som man heller ikke er kræft eller er influenza. PTSD er en tilstand, man har, og som for de flestes vedkommende kan behandles.

Døgntelefonen - din indgang til støtte døgnet rundt

Er du soldat, veteran eller pårørende, og oplever du problemer på grund af international udsendelse, kan du hele døgnet, alle årets dage – ringe til Veterancentrets døgntelefon på +45 7281 9700.

Indenfor åbningstid
Inden for Veterancentrets almindelige åbningstid kan du afhængig af din konkrete situation komme i kontakt med en af vores socialrådgivere, psykologer, opsøgende rådgivere og beskæftigelsesrådgivere.

Veterancentret har åbent mandag-tirsdag kl. 8-16 (dansk tid) og onsdag-fredag kl. 8-15 (dansk tid)

Udenfor åbningstid
Udenfor Veterancentrets åbningstid, det vil sige i alle aften- og nattetimer, i weekender og på helligdage, bemandes døgntelefonen af en socialrådgiver. Socialrådgiveren kan yde direkte støtte eller afdække, hvilken støtte du har behov for.

Hvis du udenfor åbningstid har behov for anden støtte, end den som en socialrådgiver kan give dig, vil socialrådgiveren formidle kontakt til rette instans i Forsvaret inden kl. 9.00 (dansk tid) på førstkommende arbejdsdag.

Har du akut behov for støtte – uanset tidspunktet – vil Veterancentret henvise dig til den øvrige offentlige sektors akutberedskab.

Støtte fra kommunerne i Grønland

Hvis du ønsker støtte og tilbud fx i forbindelse med din bolig, din familie eller din pension skal du rette henvendelse til din kommune.

I Sermersooq kommune kan du rette henvendelse til Forvaltning for Børn og Familie eller Forvaltning for Velfærd og Arbejdsmarked. Begge kan træffes på kommuneqarfik@sermersooq.gl og (299) 36 70 00.

Børne- og Familiecentret er et familiebehandlingstilbud under Sermersooq kommune. Tilbuddet er rettet mod den samlede familie, men inkluderer også muligheden for individuelle behandlingstilbud. Åbningstider er mandag til onsdag mellem kl. 10 til 15, torsdage mellem kl. 12 til 17 og fredage mellem kl. 10 og 12 på C.P. Holbøllsvej 8.

Hos Forvaltning for Velfærd og Arbejdsmarked kan en borger ansøge om førtidspension eller om at blive omfattet af handicaplovgivningen (voksne). Borgere kan aftale tid hos en sagsbehandler ved telefonbestilling mandag – onsdag mellem kl. 8:30 til 10, torsdage kl. 16 til 17 og fredage mellem kl. 8:30 til 10 eller ved personlig fremmøde på Imaneq 34.

En anden vej til støtte går gennem sundhedsvæsenet. I Nuuk ved at henvende sig på lægeklinikken eller skadestuen. I landets andre byer ved at henvende sig til det lokale sundhedscenter.

Veterancafe Grønland

Veterancafe Grønland er et fællesskab for veteraner, pårørende og støtter.

Vi mødes med jævne mellemrum og dyrker kammeratskabet på en uforpligtende, uformel og ligesindet måde. Sammen fokuserer vi på de positive oplevelser og udveksler erfaringer. Vi laver firmabesøg og andre arrangementer.

Veterancafe Grønland arbejder på at udbrede kendskabet til veteraner i Grønland. Vi holder god kontakt til Veterancentret i Danmark, og de offentlige instanser mfl.

Åbningstider
Arrangementer annonceres via mail, direkte til medlemmerne og via vores Facebook side.

Facebook
https://www.facebook.com/VETERANCAFEGRONLAND

Kontakt
Veterancafe Grønland
C/O Rasmus Lohse, Formand
Noorlemut 4-402
3900 Nuuk
Grønland

E-mail: lohse116@gmail.com

VETERANCAFÉ
GRØNLAND
VETERAN

Veterancentrets døgntelefon

+45 72 81 97 00

Veterancentrets døgntelefon er for soldater, veteraner og pårørende, som har brug for én at tale med – uanset hvad klokken er.

veterancentret.dk