



#### NELEIDŽIAMİ DAIKTAI

Atvykstant gydytis į RPLC Psichosocialinio gydymo skyrių prašome nesivežti žemiau išvardintų daiktų, kadangi jie trukdo susitelkti į sveikimo procesą, visavertiškai dalyvauti užsiėmimuose, grupinėje veikloje:

- ausinukų ir kitų muzikos prietaisų;
- kompiuterio;
- grožinės literatūros, žurnalų, kryžiažodžių ir pan.

Alkoholis ir narkotinės medžiagos yra griežtai draudžiamos (skyriaus personalas turi teisę patikrinti programos dalyvius dėl neleistino psichiką veikiančių medžiagų vartojimo).

#### KONTAKTINĖ INFORMACIJA

##### Informacija ir registracija:

Tel. (8 5) 213 7480 (d. d. 14.00–18.00 val.)

El. p. minesota@rplc.lt

##### Mus rasite:

Gerosios Vilties g. 3, Vilnius

Psichosocialinio gydymo skyrius, 5 aukštas

##### Daugiau informacijos:

 [www.rplc.lt](http://www.rplc.lt)

 <https://www.facebook.com/resplc>

## PSICHOSOCIALINIO GYDymo SKYRIUS („MINESOTA“)

## INFORMACIJA PACIENTAMS

## RESPUBLIKINIO PRIKLAUSOMYBĖS LIGŲ CENTRO

Psichosocialinio gydymo skyriuje veikia „Minesotos“ gydymo programa.

- PRIKLAUSOMYBEI GYDYTI. „Minesotos“ programa skirta įveikti alkoholio, narkotinių medžiagų, azartinių lošimų, raminamųjų medikamentų priklausomybę.
- 28 DIENOS. „Minesotos“ programa taikoma skyriaus stacionare ir trunka 4 savaites.
- PSICHOSOCIALINĖ TERAPIJA. „Minesotoje“ taikomi psichosocialinio gydymo metodai ir „12 žingsnių“ programos pagrindai.
- NUO 18 METŲ. Į „Minesotos“ programą priimami tik pilnamečiai asmenys.
- NEMOKAMAI. Gydymasis Psichosocialinio gydymo skyriuje yra nemokamas, jei paslauga teikiama ne dažniau nei kartą per pusmetį.
- GYDYMAS, NEATSKLEIDŽIANT TAPATYBĖS. Dalyvauti „Minesotos“ programoje galima ir neatskleidžiant asmens tapatybės, tačiau tokiu atveju paslauga yra mokama. Paslaugų kainas galite rasti [www.rplc.lt](http://www.rplc.lt).

## SKYRIAUS VEIKLA

Gydydamiesi pagal „Minesotos“ programą:

- visas keturias savaites būsite susitelkę į save, analizuosite savo jausmus ir išgyvenimus, įsiklausysite į savo mintis, mokysitės pozityvaus mąstymo ir elgesio, stiprinsite motyvaciją gyventi blaiviai;
- susipažinsite su „12 žingsnių“ programos elementais, kuriuos vėliau galėsite taikyti kasdieniame gyvenime;
- dalyvausite socialinių darbuotojų, visuomenės sveikatos specialistų, gydytojų psichiatrų, ergoterapeutų vedamuose užsiėmimuose, dalinsitės asmenine patirtimi;
- lankysite asmenines ir grupines psichologo konsultacijas;
- atliksite savarankiškas savianalizės užduotis;
- lankysite AA (Anoniminių alkoholikų), NA (Narkomanų anonimų) ir AL (Anoniminių lošėjų), APV (Anoniminių priklausomų nuo vaistų asmenų) savivalbos grupes, susipažinsite su jų veikla ir savivalbos principais;
- susipažinsite ir bendrausite su „Minesotos“ programos absolventais.

## DAIKTŲ SĄRAŠAS

Atvykstant gydytis į Psichosocialinio gydymo skyrių, „Minesotos“ gydymo programą, su savimi prašome turėti:

- siuntimą gydytis RPLC iš Jūsų šeimos gydytojo ar psichiatro;
- šeimos gydytojo ar gydymo įstaigos išrašą apie skiriamą gydymą ir psichikos būseną, o esant tuberkuliozės rizikai – išrašą apie neseniai atliktą plaučių rentgeno tyrimą;
- reguliariai vartojamus medikamentus, jei tokių yra, visam gydymosi „Minesotos“ programoje laikotarpiui (pvz. hipertenzijai, cukriniam diabetui, psichiatriniais ar kt. sutrikimams gydyti);
- rankšluosčių (2 vnt.);
- šlepetes;
- patogių drabužių (yra galimybė juos skalbti);
- maisto pirmai dienai, taip pat kavos, arbatos, užkandžių pagal poreikį;
- puodelį, valgymo įrankius;
- sąsiuvinį ir rašymo priemonių;
- pinigų transporto bilietams įsigyti (reikės vykstant į AA, NA, AL susirinkimus).