

## RAPPORT FRA KOLLEGAHJELPERNE 2021-22

RTFs kollegahjelpere:

Asgeir Grotle-Sætervoll - Sørumsand	tlf. 911 91 183
Nureena Kahn – Nittedal	tlf. 984 41 164
Sven Grov – Jessheim	tlf. 920 91 973

En kollegahjelper er et medlem - oppnevnt av lokalforeningen - som har sagt seg villig til å støtte kolleger som er i en vanskelig situasjon som påvirker arbeidsinnsatsen som tannlege.

Støtte og veiledning kan komme til nytte ved sykdom, rusproblemer, personlige kriser, utbrenthet, klagesaker (berettiget eller ikke), medieoppstyr eller andre situasjoner vi aldri har kunnet tenke oss.

I alle saker er full anonymitet et overordnet og absolutt prinsipp. En kollegahjelper er ikke en terapeut, men mer en god lytter og medmenneske som forstår deg og samtidig har gode forutsetninger for å ta de rette grep.

Kollegahjelperne i RTF har ikke hatt fellesmøter i 2021-22.

I 2021-22 har vi hatt en sak som gjaldt uoverensstemmelse mellom kolleger. I tillegg har vi ved noen anledninger besvart spørsmål samt hatt enkelte uformelle samtaler der Villa Sanas tilbud har blitt anbefalt.

Det ble etter noen års pause avholdt sentral samling i NTF's regi 3. - 4.mai 2022.

Tema var - i tillegg til erfaringsutvekslinger fra samtlige noen og 30 deltakere - 1) Villa Sana, en presentasjon ved leder og spesialist i psykiatri Ingunn Amble og 2) Møte med mennesker i krise v/psykiatrisk sykepleier/familieterapeut Målfrid Bergaplass Anderson.

Begge temaer er meget sentrale i kollegahjelp, og kursgivere ga nyttig og inspirerende påfyll for kollegahjelperne.

NTF har kontakt med legeföreningens ressurscenter Villa Sana ved Modum Bad i Vikersund.

Et opphold her er preget av god tid, romslighet, raushet og ro.

Dette tilbudet har blitt utvidet fra kun å yte individuell rådgivning til også å gi tilbud om parkurs. Avtalen innebærer et 3-dagers kurs for inntil 9 tannleger, et 4-dagers kurs for inntil 6 par der minst den ene er tannlege, og 20 rådgivningsdager i året på inntil 6 timers varighet. Reiseutgifter, kurs og opphold dekkes av Sykehjelpsordningen for tannleger.

Formålet med kursene er undervisning om blant annet livskvalitet, identitet, "følelsenes fornuft", oppmerksomt nærvær, ledelse og balansen mellom arbeid, samliv og familie. Det blir gitt råd for å forebygge utbrenthet, og å fremme helse og livskvalitet. Under et opphold på Villa Sana har kursdeltagerene adgang til å benytte seg av de fleste aktivitetsmulighetene på området til Modum Bad.

Les mer om dette på [www.modum-bad.no](http://www.modum-bad.no)

Kontakt med Villa Sana skjer pr telefon eller e-post: 32 74 98 83, villasana@modum-bad.no.

Villa Sana har hjemmeside: [www.modum-bad.no](http://www.modum-bad.no).

Jessheim, 24. oktober 2022

Asgeir Grotle-Sætervoll  
Sign.

Nureena Kahn  
sign.

Sven Grov  
sign.