

## HJÆLP FRA KOLLEGA TIL KOLLEGA HVORDAN KONTAKTES KOLLEGIALT NETVÆRK FOR LÆGER?

Kollegialt Netværk for Læger kan kontaktes både af den læge, der søger hjælp, og af lægens familie, pårørende, venner, kollegaer eller af den behandlende instans. Man kan helt frit vælge sin personlige rådgiver blandt Netværkets læger, der består af yngre læger, overlæger, praktiserende speciallæger og speciallæger i almen medicin.

Kontakt Netværkslinjen på telefon **35 38 89 51** der er åben i dagtimerne på hverdage – eller ring gerne direkte til en netværksrådgiver enten lokalt eller udenfor din region.

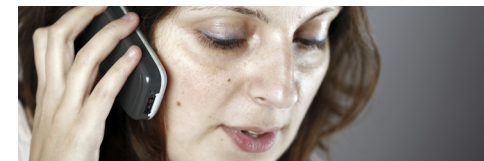
Netværksrådgiverne træffes i det væsentlige hele døgnet, og deres navn og kontaktoplysninger kan findes på [WWW.LAEGER.DK](http://WWW.LAEGER.DK) (kræver log ind).



## TIDEN SÅRER ALLE LÆGER

Hvis du som læge har brug for hjælp og støtte i arbejdet eller har problemer i privatlivet, kan du kontakte en kollega ved Kollegialt Netværk for Læger.

Vi er en gruppe yngre og ældre læger med erfaring fra rådgivning af over tusinde danske læger, som har haft små eller store problemer. Vi står også gerne til rådighed for at hjælpe dig.



Kontakt Netværkslinjen på telefon **35 38 89 51**  
der er åbent i dagtimerne på hverdage

## DU KAN FÅ HJÆLP, HVIS DU SOM LÆGE HAR SMÅ ELLER STORE PROBLEMER

Kollegialt Netværk for Læger er en gruppe læger, som yder akut, anonym, frivillig, gratis og ulønnet rådgivning til læger, der har arbejdsræmsproblemer og/eller private problemer. Hjælpen sker i form af en hurtig og umiddelbar personlig støtte og rådgivning. Samtalen kan foregå telefonisk og efter konkret behov tillige ved et eller flere personlige møder.

Kollegialt Netværk for Læger er en gruppe gende læges behov – støtte og motiverende hjælpssøgende læge til f.eks. at søge oprettet i 1992 som en dansk græsrodsbevægelse. Netværket bestod af en lille håndfuld læger, som ydede rådgivning til deres kollegæer. Der havde vist sig at være et stort behov for et sted, hvor læger anonymt kan henvende sig og drøfte deres problemer på arbejdspladsen og/eller i privatlivet. Læger har fortsat behov for at modtage rådgivning og er med tiden heldigvis blevet bedre til at tale om deres problemer.

Netværkets rådgivere er udelukkende rådgivere og behandler derfor ikke, men rådgiveren vil – afhængigt af den hjælpssø-

Rådgiverne i Det kollegiale Netværk for Læger kan hjælpe, når lægen f.eks. er udsat for:

- Arbejdsmiljøproblemer
- Klagesager
- Sygdom
- Misbrug
- Udbredthed
- Personlig krise
- Familieproblemer
- Dødsfald
- Kriminalitet



Efter skilsmisssen tog mit alkoholmisbrug til, og en aften ringede jeg til en netværksrådgiver. Det kunne jo heller ikke fortsætte på den måde. Det viste sig, at der er mulighed for, at jeg kan få økonomisk hjælp til afvænnning gennem Lægeforeningen og Lægernes Pension. Selvom jeg måske vidste disse ting i forvejen, havde jeg ikke overskud til at klare det hele uden hjælp udefra. Sådan noget kan jo heller ikke klares på en uge.

## BAGGRUNDEN FOR KOLLEGIALT NETVÆRK FOR LÆGER

suilent og en sekretær. Alle er uddannet til deres rådgivningsarbejde og deltager løbende i kurser for at kunne give den bedst mulige hjælp.

Læger er også mennesker, derfor slipper de sjældent gennem livet uden at møde personlige forhindringer. Belastningen på arbejde og/eller i privatlivet kan blive så stor, at den kan føre til, at lægen f.eks. får personlige kriser, psykiske problemer, alkoholmisbrug eller andre former for misbrug eller bliver nedslidt. Formålet med kollegialt Netværk for Læger er derfor fortsat at hjælpe læger med at løse deres små og store problemer. Man kan henvende sig anonymt til Netværket. Rådgiverne har tavshedspligt, og der foretages ingen registrering af personlige data.

[WWW.LAEGER.DK](http://WWW.LAEGER.DK)

Læs eventuelt mere om Netværket på

Jeg havde faktisk ikke regnet med at komme i arbejde igen efter ulykken, men Netværket hjalp mig tilbage på arbejdsmarkedet i en halvtidsstilling. Det går fint nu og selvom jeg nok aldrig kommer op på fuldtid igen, giver det mig megen selværbudsfølelse at have et job.

