

FW: Mín líðan - Fyrsta fjargeðheilbrigðisþjónustan á Íslandi komin í loftið!

Til : Sædís M. Jónatansdóttir;Þóra Marý Arnórsdóttir;Guðlaug M. Júlíusdóttir;Anna V. Einarsdóttir
Frá : Margrét Geirsdóttir
Heiti : FW: Mín líðan - Fyrsta fjargeðheilbrigðisþjónustan á Íslandi komin í loftið!
Málsnúmer : 2018120066
Málsaðili : Ísafjarðarbær - Velferðarsvið
Skráð dags : 10.12.2018 08:29:59
Höfundur : Margrét Geirsdóttir

Viðhengi [image001.jpg](#)[image001.jpg](#)

[Mín líðan bæklingur.pdf](#)[Mín líðan bæklingur.pdf](#)

Með kveðju,

Margrét Geirsdóttir
Sviðsstjóri velferðarsviðs

Ísafjarðarbær

Stjórnsýsluhúsinu

Pósthólf 56

400 Ísafjörður

Sími: 450-8000

Myndsími: 450-8008

Netfang: <mailto:margret@isafjordur.is>

Vefur: www.isafjordur.is

Ísafjarðarbær er Flateyri, Hnífsdalur, Ísafjörður, Suðureyri & Þingeyri - auk þess blómleg býli, strandsvæði og ósnortin víðerni.



From: Mín líðan [<mailto:minlidan@minlidan.is>]

Sent: miðvikudagur, 31. október 2018 13:13

To: Ísafjarðarbær ; Guðmundur Gunnarsson

Subject: Mín líðan - Fyrsta fjargeðheilbrigðisþjónustan á Íslandi komin í loftið!

Komiði sæl :)

Nú er Mín líðan (www.minlidan.is) komin í loftið og er fyrsta íslenska fjargeðheilbrigðisþjónustan sem starfar með leyfi frá Embætti landlæknis. Mín líðan býður upp á sálfræðimeðferð á netinu við einkennum þunglyndis og félagskvíða og er bylting í geðheilbrigðisþjónustu á Íslandi.

Meðferðin er margfalt ódýrari en hefðbundin sálfræðimeðferð á stofu og er áherslan lögð á væg til miðlungs einkenni. Full 10 tíma hugræn atferlismeðferð kostar 39.900 krónur.

Meðferðarúrræðið eykur aðgengi að hagvæmri og árangursríkri sálfræðiþjónustu og þá sérstaklega fyrir landsbyggðina.

Við rákum augun í að talað er um fjarheilbrigðisþjónusta í Byggðaáætlun (<https://www.althingi.is/altext/148/s/0690.html> - Kafli A5) sem var samþykkt núna í júní og þar sem Mín líðan er fyrsta og eina fjarheilbrigðisþjónustan á Íslandi sem hefur fengið leyfi til að starfa frá embætti landlæknis væri gaman að fá að kynna okkur og kynna meðferðarúrræðið. Einnig er möguleiki að taka fund í formi símtals með ykkur.

Í viðhengi er kynning á Mín líðan.

Það gæti verið gagnlegt að hlusta á þau viðtöl sem hafa farið fram í fjölmiðlum um Mína líðan. Sjá t.d. hér:

<https://k100.mbl.is/brot/spila/3848/>, hér <http://www.ruv.is/thaettir/mannlegi-thatturinn> og hér <http://www.visir.is/g/2018180109116>

Hlökkum til að heyra frá ykkur,

Tanja Dögg sálfræðingur

Mín líðan ehf

www.minlidan.is

691-8191