

# BLI MEDLEM

Ferdig frankert, bare å rive av og sende i posten

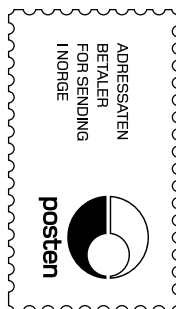
Satt kryss Hovedmedlem  Støttemedlem

bruk bokboksstaver

Navn .....  
Adresse .....  
Postnr .....  
Poststed .....  
Telefon .....  
E-post .....  
Signatur .....

Medlemskapet er gratis for hovedmedlemmene og medfører ingen forpliktelser.  
For støttemedlemmer vil det årlig bli sendt ut en åpen faktura med frivillig innbetaling.  
Tegn deg som medlem ved å sende inn svarkortet eller meld deg inn på vår nettside.  
For mer informasjon se [www.prolar.no](http://www.prolar.no)

ProLAR  
Svarsending 5348  
0094 Oslo



## Her finner du oss

### Kristiansand / Hovedkontor

Ronny, Ida og Vivian  
41307039 / 94888929 / 91002560  
[ronny@prolar.no](mailto:ronny@prolar.no) [ida@prolar.no](mailto:ida@prolar.no) [vivian@prolar.no](mailto:vivian@prolar.no)  
**Besøksadresse:** Rådhusveien 26, 4640 Søgne  
**Org.nr:** 991925236 **Mail:** [post@prolar.no](mailto:post@prolar.no)  
**Postadresse:** postboks 1099, 4683 Søgne

### Stavanger

Kenneth, Eivin og Trond Arne  
94161965 / 93428018 / 90478608  
[kenneth@prolar.no](mailto:kenneth@prolar.no)  
**Besøksadresse:** Funkishuset, Eidsvollgata 45,  
4307 Sandnes

### Oslo

Siv og Lene  
93458183 / 45010156  
[siv@prolar.no](mailto:siv@prolar.no) [lene@prolar.no](mailto:lene@prolar.no)  
**Besøksadresse:** Nedre slotts gt. 7, 0157 Oslo

### Bergen

Ole Jørgen og Sindre  
46858459 / 92090766  
[ole@prolar.no](mailto:ole@prolar.no)  
**Besøksadresse:** Østre murallmenningen 7,  
AFR helse Bergen

+proLAR  
NASJONALT FORBUND FOR FOLK I LAR



**Brukerorganisasjonen  
for deg i LAR**

+proLAR  
NASJONALT FORBUND FOR FOLK I LAR



## VÅR VISJON:

“Å aktivt jobbe for at pasienter i LAR blir gitt de beste forutsetninger til å kunne oppnå god rehabilitering og en bedre livskvalitet”

proLAR er en brukerorganisasjon for folk i LAR behandling. Ansatte og brukerrepresentanter hos oss har alle erfaring med å være i LAR. Dette er svært viktig for oss, da vi er stolte over å kunne drifte vår egen organisasjon.

Vi arbeider for en human og verdig ruspolitikk som tar brukerne på alvor. Vi ønsker en individuell tilpasset LAR- praksis og økt brukermedvirkning på individnivå.

Som brukerrepresentanter deltar vi i mange ulike fora på rusfeltet hvor vi representerer våre medlemmer.

proLAR samarbeider med flere av de andre brukerorganisasjonene på rusfeltet, både nasjonalt og internasjonalt.

Vi er også medlem av paraply organisasjonen Fagrådet – Rusfeltets hovedorganisasjon i Norge.



Gode opplevelser, utfordringer, aktivitet og sosialt fellesskap

Vi deler gjerne av vår erfaring knyttet til opptrapping, nedtrapping og andre spørsmål du har om livet i LAR. Følg oss på [www.prolar.no](http://www.prolar.no) eller på vår Facebook side. Ikke nøl med å kontakte oss dersom du vil vite mer om organisasjonen og vårt arbeid. Vi ringer deg gjerne opp igjen!

## Hva kan vi gjøre for våre medlemmer?

1. Være et talerør ut mot politikere og beslutningstakere i saker som omhandler oss.
2. Fremme våre rettigheter og muligheter.
3. Gjøre viktig informasjon som forskning, lovverk, retningslinjer og forskrifter tilgjengelig for vår medlemsmasse.
4. Bidra med ulike brukerstyrte aktivitets prosjekter.
5. Sørge for at LAR systemet tilpasser seg etter våre behov.

## Dersom du trenger noen gode råd

proLAR kan bistå med råd og veiledning dersom du opplever brudd på dine pasientrettigheter, eller vanskeligheter knyttet til din LAR behandling. Vi kan også gi deg tips om hvordan du som pasient kan få mest mulig utnytte av ansvarsgruppe og individuell plan. Dersom saken din bør ses på av andre enn oss, kan vi hjelpe deg med å kontakte de rette instansene.

## Sosialt fellesskap og personlig utvikling

proLAR tilbyr ulike aktiviteter for våre medlemmer. Disse varierer fra år til år avhengig av økonomiske tilskudd.

Ved medlemskap hos oss vil du ha mulighet til å kunne melde deg på disse aktivitetene. Dette kan være seminarer, sommerleir, vinterleir, Livet med LAR grupper og andre ting vi organiserer. Å være medlem i vår organisasjon kan være inspirerende og gi gode opplevelser.

Følg med på [www.prolar.no](http://www.prolar.no) for oppdatert informasjon eller på vår facebook side.

## SMIL samlinger

Vårt nasjonale brukerstyrte tiltak for mødre og barn. SMIL retter seg mot kvinner som har fått barn under sin LAR behandling, og oppfølging av familien.

Vi har lang erfaring med å bistå kvinner/familier i LAR, og dette skal vi fortsette med.

Vi gir mødre/familier i LAR ett fellesskap, vi gir råd/veiledning og oppfølging. Venter du barn eller akkurat har fått? Ta kontakt med oss :)

## Ta egen helse på alvor

proLAR er opptatt av LAR pasienters helse.

Vi vet at mange sliter med bivirkninger pga medisin og har andre helseplager.

Vår erfaring er at det finnes flere muligheter som bør vurderes og prøves slik at helsa kan bli bedre.

Vi har i flere år arbeidet for et bedre tilbud til Hepatitt C smittede. Vi oppfordrer alle LAR pasienter til å sjekke sin status og vurdere behandlingmuligheter.

## Livet med LAR – selvhjelpsgrupper

proLAR har startet flere grupper rundt omkring i landet. Her inviterer vi til sosialt hygge og vil skape en arena for LAR brukere som ønsker å møte andre. Fellesskap og mulighet for felles aktiviteter er fokus i gruppene. Hver gruppe bestemmer selv hvilke aktiviteter og hvor ofte man møtes. Gruppene har vi kalt; **Livet med LAR** :)