



Oslo

Sykehjemsetaten

Trygghetsavdelinger for eldre

En trygghetsavdelinger et lavterskeltilbud til eldre over 60 år som har kommet i en vanskelig hjemmesituasjon, og som i en kortere periode har behov for hjelp og omsorg i trygge omgivelser.

Besøksadresser

Solvang helsehus
Regnbuevegen 2A

Nordseterhjemmet
Nyquistveien 28

Søk trygghetsplass

Kontakt oss på tlf
810 00 030
mellom klokken
08.00 til 15.00



Hvor er trygghetsplassene

Det er to trygghetsavdelinger i Oslo. Disse er plassert på Solvang helsehus og Nordseterhjemmet. Du vil få informasjon om hvilken avdeling du tilhører når du ringer for å avtale et opphold.

Hva får du?

- Et opphold som varer i opptil 21 døgn
- Stell av enkle sår og dosering av medisiner ved behov. Ta med sårutstyr og medisiner
- Måltider sammen med andre
- Sosialt samvær
- Tilbud om å delta i daglige aktiviteter
- Tilgang til sykepleiekompetanse fra kl 07.30 til 22.00

Trygghetsavdelingen har ikke bemanning på natt, og det er ikke lege, fysio- eller ergoterapeut tilknyttet avdelingene. Hvis du har behov for legetilsyn under oppholdet, vil vi hjelpe deg med å kontakte fastlege eller legevakt.

Praktisk informasjon

Trygghetsavdelingene vasker ikke privat tøy. Ta med nok tøyskift for hele oppholdet. Husk å ta med egne medisiner, hjelpemidler og annet utstyr du trenger. Dette gjelder for eksempel rullator, bandasjer, bleier, blodsukkerapparat og lignende.

Du må ha med oppdatert medisinliste fra legen din.

Du kan selv bestemme hvilken dato du ønsker å reise hjem i løpet av de tre ukene oppholdet varer. Dersom du har behov for hjelp i hjemmet når du reiser fra trygghetsavdelingen, kan vi formidle ditt behov videre til kommunen.

Krav til søker

- Du må ringe selv for å få plass på trygghetsavdelingene
- Du bor til vanlig hjemme og har folkeregistrert adresse i Oslo
- Du kan vaske og stelle deg selv
- Du kan forflytte deg på egenhånd
- Du fungerer i et sosialt fellesskap med andre eldre

Trygghetsoppholder ikke et tilbud til personer med stor grad av demens, rusproblemer eller alvorlige psykiske problemer. Avdelingene tilbyr ikke opphold på grunn av sanering av veggdyr eller andre skadedyr i hjemmet.

Søknadsfrist

Du kan ringe og avtale opphold samme dag som du ønsker å komme, eller bestille opphold inntil to måneder frem i tid.

Slik søker du plass på trygghetsavdeling

Ring **810 00 030** mellom kl 08:00 og 15:00 alle hverdager

Vi vil stille deg noen spørsmål om hvordan du har det for å finne ut om dette er det riktige tilbudet for deg. Du må kunne redegjøre for egne behov. Du må selv ordne med og betale for transport til og fra trygghetsavdelingene.'

Hva koster det?

Pris per døgn i 2025 er kr 200,-. Prisen justeres årlig.

Se oppdaterte priser på nettsiden til Oslo kommune. Bydelen sender deg faktura etter endt opphold.