



## Bjørnerud mestringsenhet

Ljabruveien 123  
1266 Oslo  
Telefon 22 75 28 10

### Kontaktperson

Tone Meiland  
[tone.meiland@vel.oslo.kommune.no](mailto:tone.meiland@vel.oslo.kommune.no)

### Bjørnerud mestringsenhet

Bjørnerud mestringsenhet (BME) tilbyr tidsavgrenset opphold til kvinner og menn i aktiv rus som ønsker økt livsmestring og å bedre livssituasjonen sin.

BME ligger i rolige naturomgivelser på Hauketo. Hauketo stasjon ligger ca. 10 minutters gange fra institusjonen.

Bjørnerud har 22 rom, alle med egne bad. Rommene er utstyrt med seng, nattbord, kommode, klesskap og kjøleskap. Du kan ikke ha med egne møbler, med unntak av egen tv.

Vi har hyggelige fellesarealer med stue med tv, biljard og bordtennis, et felles kjøkken og et stort, velutstyrt treningsrom.

Hos oss tilbys frokost, matpakke og enkel varm mat. Vi gjør oppmerksom på at dette ikke er et fullverdig ernæringsrikt tilbud og at beboere også må handle og lage egen mat.

Du kan bo hos oss med fleksibel botid i inntil et år. Det stilles ikke krav til rusfrihet, men du kan ikke bruke rusmidler i fellesområdene.

### Er dette tilbudet noe for deg?

- › Du må være over 18 år.
- › Du er bruker av alkohol, opiater, medikamenter, sentralstimulerende stoffer, cannabis ol.
- › Du ønsker å jobbe mot et mer kontrollert rus-

middelbruk eller rusreduksjon i samarbeid med ansatte.

- › Du har et behov for et midlertidig botilbud med oppfølging i overgang til egen bolig.

### Hva tilbyr vi deg?

- › Din egen primærkontakt
- › Du vil få støtte til motivasjons- og endringsarbeid ut fra dine egne ønsker og behov.
- › Du får tilbud om individuell plan (IP) slik at vi sammen kan jobbe planmessig for at du skal nå dine mål for oppholdet.
- › Du vil få hjelp til økt ruskontroll, rusreduksjon og forebygge overdoser.



- ▶ Du får oppfølging til å etablere en mer stabil livssituasjon, økte boferdigheter, og i samarbeid med bydel forberede utflytting til annet egnet tilbud eller egen bolig.
- ▶ Vi hjelper deg i samarbeid med bydel og andre relevante samarbeidspartnere. Samarbeidet vil samordnes og vi gjennomfører regelmessige møter med ansvarsgrupper.
- ▶ Du vil etter eget ønske få hjelp til å etablere kontakt med nettverket ditt og få tilbud om meningsfull aktiv fritid gjennom kommunens arbeids- og aktivitetstilbud. Vi arrangerer også aktiviteter her på Bjørnerud.
- ▶ Du får i samarbeid med bydelen hjelp til å finne en egnet bolig og planlegging av utflytting.
- ▶ Du får tilbud om oppfølging i etterkant av oppholdet hvis du ønsker det.

### Hvem møter du hos oss?

Vi er 24 ansatte ved institusjonen. De fleste ansatte har helse- og sosialfaglig utdanning. Vi har egne nattevakter og renholdsarbeidere. Hos oss på BME møter du ansatte som er opptatt av brukermedvirkning, som er faglig sterke og vi har alle et stort engasjement for beboerne.



### Hvordan få plass?

For å få plass, må du ta kontakt med bydelen din, slik at dere sammen kan vurdere hva slags tjenester du har behov for. Bydelen vil fatte et rettighetsvedtak og sende henvisning om plass til Velferdsetaten, som vil gi deg et skriftlig svar. Bydelen betaler per døgn for en rusinstitusjonsplass i Velferdsetaten og bydelen kan kreve egenandel fra deg for opphold på institusjon.

Lurer du på om Bjørnerud er noe for deg? Ta gjerne kontakt for en omvisning eller mer informasjon.

