



Oslo

Bydel Grorud

2025

Oversikt over tjenester for barn,
unge og familier i Bydel Grorud

Bydelskatalog





Om bydelskatalogen

Oversikt over tjenester for barn, unge og familier i Bydel Grorud

Bydelskatalogen gir en samlet oversikt over kommunale tjenester som jobber med og har tilbud for barn, unge og deres familier.

Katalogen er laget for både ansatte og innbyggere. Formålet er å gjøre det enklere å finne fram. Katalogen inneholder en kort beskrivelse av hvilke avdelinger som tilbyr de ulike tjenestene, tilbudene og tiltakene.

På slutten finnes det kort informasjon om øvrige tilbud og støtteordninger som tilbys av frivillige organisasjoner til barn, unge og deres familier som det kan være fint å ha kjennskap til.

Helseveiviseren

Bydelene i Oslo kommune har mange gode tilbud knyttet til helse for alle aldre. Disse er samlet på en nettside som heter [Helseveiviseren](#). Mange av tilbudene i bydelskatalogen finnes også der.

Katalogen viser tilbud per 4. juli 2025.

Siste versjon vil du alltid finne blant [bydelens dokumenter på nett](#).

Innhold

Aktivitetseenheten.....	2
Forebyggende enhet.....	5
Familieteamet/Oslohjelpe.....	7
Barnevernet.....	8
Helsestasjon og skolehelsetjenesten....	11
NAV ungdomsteam.....	13
Åpen barnehage.....	14
Øvrige tilbud og støtteordninger.....	15

AKTIVITETSENHETEN

Aktiv i Grorud er en del av seksjon hjelpetjenester for barn og unge i bydel Grorud. De tilbyr ulike aktiviteter til barn og ungdom som går på skole i Bydel Grorud.

Tilbud	Hva er dette?	For hvem?	Hvor/Når?	Kontaktinformasjon
Romsåsklubben "Raven"	Et rusfritt, sosialt samlingssted for barn og unge i Bydel Grorud, hvor de kan møte venner, slappe av og drive med en rekke ulike aktiviteter ledet av trygge og kvalifiserte voksne.	Barn og unge som bor eller går på skole i Bydel Grorud. Junior: 5. - 7. trinn Ungdom: 8. trinn - 18 år Hvis man har en annen spesiell tilknytning til området, kan det gjøres unntak. Ta kontakt med klubbleder.	Besøksadresse: Ravnkollbakken 71, 0971 Oslo For åpningstider se: Raven Romsås - Fritidsklubber - Oslo kommune	For kontaktinformasjon se: Raven Romsås - Fritidsklubber - Oslo kommune
Ammerudklubben	Et rusfritt, sosialt samlingssted for barn og unge i Bydel Grorud, hvor de kan møte venner, slappe av og drive med en rekke ulike aktiviteter ledet av trygge og kvalifiserte voksne.	Barn og unge som bor eller går på skole i Bydel Grorud. Junior: 5. - 7. trinn Ungdom: 8. trinn - 18 år Hvis man har en annen spesiell tilknytning til området, kan det gjøres unntak. Ta kontakt med klubbleder.	Besøksadresse: Ammerudhellinga 47, 0595 Oslo For åpningstider se: Ammerud aktivitetssenter - Fritidsklubber - Oslo kommune	For kontaktinformasjon se: Ammerud aktivitetssenter - Fritidsklubber - Oslo kommune
Kalbakkenklubben	Et rusfritt, sosialt samlingssted for barn og unge i Bydel Grorud, hvor de kan møte venner, slappe av og drive med en rekke ulike aktiviteter ledet av trygge og kvalifiserte voksne.	Barn og unge som bor eller går på skole i Bydel Grorud. Junior: 5. - 7. trinn Ungdom: 8. trinn - 18 år Hvis man har en annen spesiell tilknytning til området, kan det gjøres unntak. Ta kontakt med klubbleder.	Besøksadresse: Gårdsveien 6, 0952 Oslo For åpningstider se: Kalbakken fritidssenter - Fritidsklubber - Oslo kommune	For kontaktinformasjon se: Kalbakken fritidssenter - Fritidsklubber - Oslo kommune

Fyrhuset musikkverksted	<p>Et tilbud til musikkinteresserte barn og ungdom i Bydel Grorud.</p> <p>Fyrhuset tilbyr blant annet:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Undervisning i gitar, bass, piano/synth, trommer og sang • Øvingslokaler med og uten instruksjon • Mulighet for innspilling i studio • Undervisning i elektronisk musikkproduksjon • Utlån av instrumenter 	<p>Barn og unge som bor eller går på skole i bydel Grorud fra 10-20 år.</p> <p>Hvis man har en annen spesiell tilknytning til området, kan det gjøres unntak. Ta kontakt med klubblleder.</p>	<p>Besøksadresse: Gårdsveien 1-3 (nedenfor Nordtvedt gård på Kalbakken), 0952 Oslo</p> <p>Mandag-fredag: 15:00-21:00</p> <p>Fyrhuset har åpent hele året unntatt når det er sommerferie og juleferie. Stengt under helligdagene.</p>	<p>For kontaktinformasjon se: Fyrhuset musikkverksted - Fritidsklubber - Oslo kommune</p>
-------------------------	---	---	--	---

Prosjektbaserte aktiviteter under Aktivitetsetheten

Tilbud	Hva er dette?	For hvem?	Hvor/Når?	Kontaktinformasjon
Jobb for ungdom	Tilbyr jobb for ungdom mellom 14-19 år. Arbeidet kan foregå etter skoletid eller i feriene. Ungdommene blir ansatt i kommunen.	Ungdom fra 14-19 år.	Utllysning en gang i året (februar).	Jobb for ungdom 2025 – Aktiv i Grorud
Treningsstudio på Ammerudklubben	Tren gratis i Ammerudklubbens treningsstudio. Det er et vanlig treningsstudio i "light" versjon, med litt mindre utvalg av apparater enn hos de store kjedene. Her kan du fullt mulig trene alle kroppsdeler og få til mange øvelser selv om studioet ikke er så stort.	Du må bo eller gå på skole i Bydel Grorud for å bli medlem. Er du under 18 år må du levere skjema med underskrift fra foresatte før du kan begynne å trene.	Etter avtale med klubblleder	<p>For kontaktinformasjon se: https://www.oslo.kommune.no/natur-kultur-og-fritid/fritidsklubber/ammerud-aktivitetssenter/</p> <p>https://www.aktivigrorud.no/amdgym/</p>

<p>Sykkelverksted på Ammerudklubben</p>	<p>Ammerudklubben har sitt eget sykkelverksted, hvor ungdommer jobber som reparatører. Her kan man få gratis sykkelstell og reparasjoner – du betaler for delene. Man kan også ta med deler selv og få hjelp til mekkingen.</p>	<p>Det er ingen timebestilling, bare å stikke innom. Vi oppfordrer alle under 15 år til å komme med en voksen.</p>	<p>Besøksadresse: Ammerudhellinga 47</p> <p>Åpningstider er oftest under sykkel sesongen.</p> <p>Se nettsiden for mer oppdatert informasjon om åpningstider: Sykkelverksted – Aktiv i Grorud</p>	<p>E-post: sykkel@aktivigrorud.no</p>
<p>Ferietilbud og aktiviteter</p>	<p>Se www.aktivigrorud.no for mer informasjon om ferietilbud og aktivitetstilbud. Tilbudene varierer fra hvert år og oppdateres før hver ferie.</p>			

FOREBYGGENDE ENHET

Forebyggende enhet er en lavterskel tjeneste for barn, ungdom og deres familier i Bydel Grorud. For å få råd, støtte eller veiledning behøver man ingen henvisning, det er gratis og ungdommene/deres familier kan selv ta kontakt hvis de ønsker det. Ansatte i Forebyggende enhet samarbeider tett med bydelens barn- og ungdomsskoler, og har fast tilstedeværelse på skolene.

Forebyggende enhet kan bidra med hjelp og støtte knyttet til blant annet: Skolefravær, kriminalitet, rus, fysisk og psykisk helse, atferdsproblematikk, sysselsetting og relasjoner.

Tilbud	Hva er dette?	For hvem?	Når?	Kontaktinformasjon
Individuell oppfølging	En individuell tilpasset oppfølging for barn og unge som trenger råd og veiledning i sin egen hverdag. Miljøterapeutene jobber aktivt med å støtte og legge til rette for endringsarbeid ut ifra ønsket behov.	Barn og unge fra 0-25 år.	Som oftest etter skole tid. Omfanget på individuell oppfølging kan variere og tilpasses.	Forebyggende enhet telefon: 98 90 18 64 (Telefontid er hverdager 09:00-15:00) Instagram: @forebyggendebgr
Kurs og gruppetilbud	Forebyggende enhet tilbyr ulike typer av kurs og gruppetilbud rettet til enkelte målgrupper. Dette kan være f.eks. ICDP, Tuning in to teens, Flex-id, Brotherhood/Sisterhood, ART Ta kontakt med Forebyggende enhet for å få mer informasjon om dette.	Barn, ungdom og foreldre.	Etter avtale.	Forebyggende enhet telefon: 98 90 18 64 (Telefontid er hverdager 09:00-15:00) Instagram: @forebyggendebgr
Familieråd	Familierådskoordinator hjelper familien og nettverket til å finne gode løsninger når familien og barna i familien har det vanskelig. Målet med familieråd er å finne gode løsninger innad i familiens nettverk som bidrar til å støtte barnet og familien.	Barn, ungdom og foreldre.	Samtalene foregår ofte i hjemmet til familiene eller i bydelens lokaler.	Forebyggende enhet telefon: 98 90 18 64 (Telefontid er hverdager 09:00-15:00)

SaLTo oppfølging	SaLTo-oppfølging tilbys barn og unge som er i fare for eller som har begått kriminalitet. SaLTo-oppfølgingen tilbyr tett og koordinert individuell oppfølging. Oppfølgingen er et koordinert samarbeid mellom skole, bydel og politi. Formålet med SaLTo- oppfølging er bidra til å redusere barne- og ungdomskriminaliteten i bydelen.	Barn og ungdom fra 12-17 år.	Oppfølging skjer oftest etter skoletid, på barn og unges egne arenaer.	Forebyggende enhet telefon: 98 90 18 64 (Telefontid er hverdager 09:00-15:00)
Skolelos	Individuell oppfølging av barn og ungdom som står utenfor, eller står i fare for å havne utenfor skolen. Målet er å styrke ungdommens skoletilknytning, trivsel og mestring.	Barn og ungdom fra 11-16 år.	Oppfølgingen skjer både på skolen og etter skole tid.	Forebyggende enhet telefon: 98 90 18 64 (Telefontid er hverdager 09:00-15:00)
Utekontakten	Utekontakten er trygge voksne som jobber for at barn og unge i Bydel Grorud skal ha det bra. De har taushetsplikt og det er frivillig og trygt å ha kontakt med dem.	Barn og ungdom i Bydel Grorud fra 10-23 år.	Utekontakten jobber oppsøkende i bydelen på kveldstid der ungdom oppholder seg på. De er innom skolene på dagtid.	https://www.aktivigrorud.no/utekontakten/ Instagram: @utekontakten_grorud Facebook: Utekontakten Grorud
Nærmiljøskolekoordinator	Nærmiljøskolekoordinatoren er en brobygger mellom skole, bydel, familier og aktører i nærmiljøet. Rollen skal bidra til et forpliktende og sømløst samarbeid som styrker barn og unges utvikling – med særlig fokus på helhetlig oppfølging og tverrfaglig samhandling. Det er tre nærmiljøskolekoordinatorer i bydelen. De har ansvar for hvert sitt område - Romsås, Grorud og Ammerud.	Nærmiljøskolekoordinator er for foresatte, lokalmiljøet, tjenesteapparatet, skolens ansatte, frivillige organisasjoner og idrettslag. Nærmiljøskolekoordinatorer er også tilstede på ulike foreldremøter og FAU-møter.	Tilstedeværelse: Mandag: Bydelshuset Tirsdag: Rødtvet, Grorud og Svarttjern Onsdag: Apalløkka, Groruddalen og Bjøråsen Torsdag: Ammerud, Nordtvet og Tiurleiken Fredag: Bydelshuset	Du kan kontakte Forebyggende enhet på telefon: 98 90 18 64, eller direkte til nærmiljøskolekoordinator i følgende områder: Ammerud: 94002434 Grorud: 96945820 Romsås: 4561273

FAMILIETEAMET/OSLOHJELPA

Familieteamet/Oslohjelpa Bydel Grorud er til for barn, ungdommer og foreldre som trenger en samtalepartner. Alle familieterapeuter og psykologene har taushetsplikt.

Tilbud	Hva er dette?	For hvem?	Hvor/Når?	Kontaktinformasjon
Familieteamet/ Oslohjelpa Grorud	Et lavterskeltilbud for gravide, familier med barn og ungdom 0-18 år. Hos Familieteamet kan barn, ungdom og foreldre som ønsker det få støtte og veiledning. Å hjelpe barn handler ofte om å hjelpe foreldre først, så mye av tilbudet retter seg mot foreldre i form av foreldrekurs, samtaler og samarbeid med andre tjenester ved ønske og behov. Vi tilbyr også familiesamtaler og samtaler med barn og ungdom. Vi er opptatt av at de som ønsker hjelp selv definerer hva de trenger hjelp til og at vi sammen utformer samarbeidet ut fra behov. Tilbudet er gratis, og det trengs ingen henvisning. Det er familieveiledere og psykologer som jobber i teamet.	Tilbudet er for gravide og familier med barn 0-18 år som: <ul style="list-style-type: none">• Opplever bekymringer og utfordringer i hverdagen• Ønsker veiledning og støtte Familieteamet tilbyr blant annet: <ul style="list-style-type: none">• foreldreveiledning• behandling av moderate helseplager hos barn og ungdom• grupper og kurs som COS og TIK/TINT• veiledning til skoler og barnehager	Besøksadresse: Kakkelovnskroken 3, 0954 Oslo /individuelt tilpasset	For kontaktinformasjon og telefontid se: Oslohjelpa Bydel Grorud - Oslohjelpa - Oslo kommune

BARNEVERNET

I barnevernloven gis barneverntjenesten et særskilt ansvar for å avdekke og forebygge omsorgssvikt og andre sosiale problemer. Barneverntjenesten yter hjelp i hele landet. Alle kommuner i Norge må ha en barneverntjeneste, da dette er en lovpålagt tjeneste som er hjemlet i barnevernloven.

Tilbud/tjeneste	Hva er dette?	For hvem?	Hvor/Når?	Kontaktinformasjon
Barnevernstjenesten	<p>Barnevernet skal gi barn, unge og familier hjelp og støtte når det er vanskelig hjemme eller barnet av andre grunner har behov for hjelp fra barnevernet.</p> <p>Barnevernet skal sikre at barn og unge som lever under forhold som kan skade deres helse og utvikling får hjelp og omsorg til rett tid, og bidra til at barn og unge får trygge oppvekstvilkår.</p> <p>Barneverntjenesten er et lovpålagt tilbud.</p>	Tiltak i barnevernet gjelder for barn under 18 år. Hvis barnet er enig og samtykker, kan tiltakene som har startet før barnet har fylt 18 år, fortsette eller endres fram til barnet fyller 25 år.	Besøksadresse: Kakkelovnskroken 3, 0954 Oslo Mandag- fredag: 08:00-15:30	Grorud barneverntjenestes kontaktpunkt: 911 96 193 Alarmtelefon for barn og unge: 116 111 https://hvaerbarnevernet.no/
Mottaksteam	Mottaksteamet i barnevernet arbeider med å vurdere om bekymringsmeldingene som kommer inn gir grunnlag for en undersøkelse etter lov om barnevernstjenester. Videre har mottaksteam ansvar for å besvare vakttelefonen. Mottaksteamet er tjenestens akuttberedskap ved behov. Mottaksteamet jobber også utadrettet.	Både som privat og offentlig melder kan du ringe barneverntjenesten og drøfte dine bekymringer anonymt før du bestemmer om du skal melde eller ikke.	Vakttelefonen er åpen mellom 8:15-15:35.	Vakttelefon: 98 68 15 98
Forebyggende barnevernkonsulent i skoler og barnehager	Å ha kontakt med forebyggende barnevernkonsulent er frivillig, uforpliktende, og det skal være lavterskel. Hovedmålet til barnevernkonsulent er at familier skal få rask hjelp til riktig tid. Forebyggende barnevernkonsulent kan kun bistå familier når det er ønskelig, og det	Foreldre kan snakke med en forebyggende barnevernkonsulent for å få informasjon om tilbud og tjenester i bydelen, eller hvis de trenger hjelp med utfordringer hjemme. Forebyggende	Det er tre forebyggende barnevernkonsulenter . De har ansvar for hvert sitt område i bydelen.	Du kan enten kontakte barneverntjenestens kontaktpunkt, på telefon: 911 96 193, eller direkte til forebyggende barnevernkonsulenter i følgende områder:

	<p>foreligger samtykker. Forebyggende barnevernkonsulent kan også bistå med søknader og klager.</p> <p>Forebyggende barnevernkonsulenten ligger under mottaksteam i barneverntjenesten, hvor avdelingsleder også er deres leder. Til tross for dette så har ikke forebyggende barnevernkonsulent tilgang til barneverntjenestens fagsystemer. Familier som mottar hjelp fra forebyggende barnevernkonsulent har ikke en aktiv sak i barneverntjenesten, det håndteres ikke som en bekymringsmelding.</p> <p>Forebyggende barnevernkonsulenter samarbeider med og veileder skolene og barnehagene. De er med på tverrfaglige møter, der samtykke fra foresatte/ungdom foreligger, for å finne gode løsninger.</p>	<p>barnevernkonsulent kan veilede og hjelpe familien med å finne riktig tjeneste og være en veiledende og koordinerende hjelp.</p> <p>Hvis et barn snakker med forebyggende barnevernkonsulent på skolen, vil forebyggende barnevernkonsulent forklare sin rolle, og hjelpe barnet med å finne en trygg voksen på skolen. Hvis barnet vil snakke mer med forebyggende barnevernkonsulenten, må barnets foresatte gi sin tillatelse før de kan ha en samtale.</p> <p>Skolene og barnehagene i bydelen kan også ta kontakt med forebyggende barnevernkonsulenter.</p>	<p>Forebyggende barnevernkonsulente ne er på skolene i bydelen, og hjelper også til i barnehagene i området.</p> <p>De er også med på foreldremøter for å informere foreldre om barneverntjenesten, hvordan de jobber og hva slags hjelp man kan få hos barneverntjenesten.</p>	<p>Ammerud: 47 70 16 15</p> <p>Grorud: 97 52 85 86</p> <p>Romsås: 93 02 11 19</p>
Undersøkelsesteam	<p>Undersøkelsesteamet kartlegger barn, unge og familiers hjelpebehov og igangsetter riktige hjelpetiltak eller henviser familien til riktig instans i bydelen.</p> <p>Undersøkelsesteamet har ett utstrakt samarbeid med bydelens skoler, helsestasjon, barnehager, forebyggende enhet m.fl.</p>	Barn og unge fra 0-18 år.		
Tiltaksteam	<p>Tiltaksteamet følger opp de barna/familiene som har vedtak om hjelpetiltak. Videre sørger tiltaksteam for å ha tiltak inne som skal bedre omsorgssituasjonen til barnet. Dette er hovedsakelig frivillige hjelpetiltak. Alle barn skal ha en lovpålagt «barnets plan», hvor tiltakene evalueres jevnlig.</p>	Barn og unge fra 0-18 år.		

Omsorgsteam	<p>Omsorgsteamet arbeider med å rekruttere fosterhjem til barn som av ulike årsaker ikke kan bo hjemme. Videre består fosterhjemsfaglig arbeid i å følge opp, veilede fosterhjem, barna og deres biologiske foreldre.</p> <p>To av saksbehandlerne jobber med unge voksne opp til 25 år på ettervern.</p>	Barn og unge 0-18 år.		
-------------	---	-----------------------	--	--

HELSESTASJON OG SKOLEHELSETJENESTEN

Helsestasjonen og skolehelsetjenesten følger opp barnets helse, med fokus på barnets fysiske, psykiske og sosiale utvikling.

Tilbud	Hva er dette?	For hvem?	Hvor/Når?	Kontaktinformasjon
Helsestasjon for barn	<p>Alle barn 0–5 år får tilbud om regelmessige konsultasjoner på helsestasjonen. Standardisert program med 14 konsultasjoner, inkludert hjemmebesøk. Ekstrakonsultasjoner etter behov. Samarbeid med fysioterapeut/ergoterapeut. Helsestasjonen tilbyr også svangerskapsomsorg (jordmortjenesten).</p> <p>Alle timer på helsestasjonen er gratis. De har taushetsplikt.</p>	<p>Barn fra 0-5 år.</p> <p>For å benytte seg av tjenesten må man være bosatt i Bydel Grorud.</p>	<p>Besøksadresse: Kakkelovnskroken 3, 0954 Oslo</p> <p>Mandag til fredag: 08:00-15:30</p> <p>Kun timebestilling. Ikke drop-in.</p>	<p>Telefon: 23 42 19 51</p> <p>E-post: grorud.helsestasjon@bgr.oslo.kommune.no</p>
Skolehelsetjenesten	<p>Skolehelsetjenesten er et helsetilbud på skolen for barn og ungdom. Formålet til skolehelsetjenesten er, i samarbeid med skolen, å fremme elevenes helse, trivsel og læring.</p> <p>Tilbyr blant annet:</p> <ul style="list-style-type: none">• vaksinerings• undervisning i gruppe/klasse• samtaler/veiledning med elever, foreldre og lærere• psykososial oppfølging• fysisk/psykisk/sekseuell helse• bekymringsfullt skolefravær• stressmestring	<p>Grunnskolen Elever, foreldre, lærere.</p>	<p>På alle skolene i bydelen.</p> <p>Drop in og timebestilling.</p>	<p>Den enkelte skoles nettside gir opplysning om skolehelsetjenestens og helsesykepleiers tilstedeværelse.</p>

Tilbud	Hva er dette?	For hvem?	Hvor/Når?	Kontaktinformasjon
Helsestasjon for ungdom (HFU)	<p>Tilbyr blant annet:</p> <ul style="list-style-type: none"> • tester for seksuelt overførbare sykdommer (kjønns sykdommer) eller graviditet • veiledning/forskrivning av prevensjon. • veiledning ift. uønsket graviditet. Vi kan også henvise til abort. • samtaler fysisk/psykisk/seksuell helse • lege, psykolog, terapeut, jordmor 	Ungdom og voksne mellom 12-24 år. Tjenesten er gratis.	<p>Besøksadresse: Kakkelovnskroken 3, 0954 Oslo</p> <p>For informasjon om åpningstider og drop-in se: Grorud helsestasjon for ungdom (HFU) - Helsestasjon for ungdom (HFU) - Oslo kommune</p>	<p>For kontaktinformasjon se: Grorud helsestasjon for ungdom (HFU) - Helsestasjon for ungdom (HFU) - Oslo kommune</p> <p>Instagram: @grorud_hfu</p>

NAV UNGDOMSTEAM

NAV-kontoret har et eget ungdomsteam som følger opp og veileder de unge voksne som har behov for ulik hjelp.

Tilbud	Hva er dette?	For hvem?	Hvor/Når?	Kontaktinformasjon
Oppfølgingstjenesten	Oppfølging og veiledning mot utdanning, arbeid eller annen aktivitet.	Ungdom 15 – 21 år som ikke har søkt skoleplass, står i fare for å avbryte eller har avbrutt videregående utdanning eller læreplass.	OT – kontakt har kontor i bydelshuset i Kakkellovnskroken 3. Ta kontakt direkte med OT – kontakt.	Kontaktperson: Gunnhild Svare Telefon: 402 02 827 E-post: Gunnhild.svare@nav.no
LOS-oppfølging	Tett oppfølging av ungdom med sammensatte utfordringer, hvor gjerne flere instanser er inne i bildet.	Ungdom 14-22 år.	LOS har kontor i bydelshuset i Kakkellovnskroken 3. Ta kontakt direkte med OT – kontakt.	Kontaktperson: Morad Jarodi Telefon: 949 75 168 E-post: Morad.jarodi@nav.no
Familiekoordinering	Fagkonsulent for området familie i NAV opp mot samhandling og koordinering av saker.	Foreldre med barn tilknyttet NAV. Ansatte i bydelen. Samarbeidende instanser. Er NAV Groruds kontaktperson for Oslo Krisesenter. Er NAV Groruds kontaktperson for Home Start.	Fagkonsulent/Familiekoordinator har kontor på NAV Grorud. Ta kontakt direkte med fagkonsulent.	Kontaktperson: Stine Paulsberg-Mohammadi Telefon: 45 27 2867 E-post: Stine.Paulsberg-Mohammadi@nav.no

ÅPEN BARNEHAGE

I Bydel Grorud finnes det 15 kommunale barnehager og 3 private barnehager. I tillegg har vi tilbud om åpen barnehage på Romsås og Ammerud. Barnehagene er spredt rundt i bydelen. Syv av barnehagene er lokalisert på Ammerud, tre på Romsås og seks på Rødtvet/Kalbakken.

Tilbud	Hva er dette?	For hvem?	Hvor/Når?	Kontaktinformasjon
Grorud Åpen barnehage	Et tilbud hvor barn kommer med voksne for lek og aktivitet, både inne og ute. Barna og voksne treffer andre familier innenfor åpningstidene. Det serveres kaffe, te og frukt. Foreldrene tar selv med matpakke.	Det er et gratis, pedagogisk tilbud for barn uten barnehageplass. Barnet er sammen med mor, far eller en annen voksen.	Besøksadresse: Ammerud aktivitetshus, Ammerudhellinga 47, 0959 Oslo Mandag, onsdag og torsdag fra klokken 09:30-14:00.	Telefon: 941 55 503 Grorud åpen barnehage - Oslo kommune
Humblebakken familiehage	Et tilbud for både barn og voksne. Minihagen er et gratis pedagogisk tilbud for barn i alderen 0-6 år uten barnehageplass. Barnet får delta i lek og aktiviteter sammen med andre barn og voksne. Språkhagen er et tilbud til foreldre med barn i minihagen. De tilbyr ulike aktiviteter der man får mulighet til å praktisere norsk sammen med en norsklærer og andre deltagere.	Et gratis, pedagogisk tilbud for barn uten barnehageplass og deres foreldre. Kontantstøtte kan mottas selv om man deltar i tilbudet.	Besøksadresse: Sverre Iversensvei 19b, 0972 Oslo Mandag, onsdag og torsdag fra klokken 09:00-14:00.	Telefon: 913 46 584 Humblebakken familiehage - åpen barnehage - Oslo kommune

ØVRIGE TILBUD OG STØTTEORDNINGER

Tilbud	Hva er dette?	For hvem?	Hvor/Når?	Kontaktinformasjon
BUA (Barn-Unge-Aktivitet)	BUA er en ideell organisasjon som jobber for å gjøre det enklere for spesielt barn og unge å låne utstyr til fysisk aktivitet, som sport, lek og friluftsliv. BUA tilbyr gratis utlån av utstyr til alt fra sport til friluftsliv, slik at alle får muligheten til å delta uansett økonomiske forutsetninger. BUA fungerer som et «utstyrsbibliotek» hvor både store og små kan låne utstyr helt gratis i én uke.	BUA er først og fremst beregnet på barn og unge, men alle som har bostedsadresse i Norge og norsk mobilnummer, kan låne utstyr. Låntakere må registreres og være over 18 år. Barn og unge kan låne utstyr i foresattes navn som medlåntaker.	BUA finnes i flere steder i landet. I bydel Grorud finnes BUA på Ammerud og Romsås	For mer informasjon om BUA Ammerud se: Utlånsordninger BUA For mer informasjon om BUA Romsås se: Utlånsordninger BUA
Tilskuddsordning til fritidsaktiviteter	Bydel Grorud ønsker at flest mulig barn og unge, uavhengig av familiens økonomiske situasjon, skal få delta i en organisert fritidsaktivitet. Målet med tilskuddet er å få flere barn og unge inn i organiserte fritidsaktiviteter. Familier og enkeltpersoner kan ikke søke direkte, men kan kontakte aktuelle organisasjoner innen idrett, kultur og andre aktiviteter som kan søke på vegne av barnet.	Barn i aldersgruppen 7-18 år som bor eller går på skole i bydel Grorud		For mer informasjon se: Tilskudd til fritidsaktiviteter i Bydel Grorud - Oslo kommune
Kinsbakken feriested	Kinsbakken er Bydel Grorud sitt eget feriested som i snart 70 år har blitt brukt som feriekoloni for barn og unge. Kinsbakken ligger ca. 2 mil sør for Stavern og byr på mange muligheter for bading, sjøliv, ballspill og friluftsopplevelser.	Tiltak for barn og unge generelt og barn og unge i Bydel Grorud spesielt har fortrinnsrett. De som kan leie stedet er i prioritert rekkefølge: <ul style="list-style-type: none"> • Alle tjenestesteder som administreres av Grorud bydelsforvaltning • Andre kommunale/offentlige tiltak • Foreninger og interesseorganisasjoner • Ansatte i Bydel Grorud 	Kinsbakken befinner seg nær Nevlunghavn og badeplassene Kjærstranda, Andviksstranda og Stolpestad	For mer informasjon se: Kinsbakken feriested - Bydel Grorud - Oslo kommune E-post: kinsbakken@aktivigrorud.no

<p>Aktivitetskortet</p>	<p>Frelsesarmeen i Oslo har et begrenset antall aktivitetskort som deles hvert år rundt påske. Kortene fordeles gjennom bydelene i Oslo, og også direkte til familier som er i kontakt med Frelsesarmeen. Aktivitetskortet gir gratis adgang på diverse fritidsaktiviteter for hele familien.</p>	<p>Aktivitetskortet er for familier med lav inntekt eller som er i en vanskelig livssituasjon. De gjelder for barn mellom 3 og 18 år og deres foreldre eller ledsager.</p>		<p>For mer informasjon, ta kontakt med Frelsesarmeen i Oslo. Telefon: 92 07 12 55</p> <p>I bydelene finnes kortene hos ulike tjenester som jobber med familier som f.eks. barnevern, helsestasjon og NAV.</p>
<p>Fellesverket Grorud (Røde kors)</p>	<p>Fellesverket er et aktivitetshus for ungdom. Det er et lavterskeltilbud med mange forskjellige aktiviteter som møteplassen, Fokus på egen fremtid, leksehjelp, gatemeglingsverksted. Oslo Røde Kors har fire fellesverk: Sentrum, Grorud, Mortensrud og Majorstua</p>	<p>Aldersgrense: 13 - 25 år</p>	<p>Fellesverket Grorud har adresse: Bergensveien 4 A Åpningstid på møteplassen: mandag, onsdag og torsdag kl. 17.00 - 21.00</p>	<p>For mer informasjon se: Fellesverket - Røde Kors</p> <p>Tlf: 22 80 27 00 Epost: fellesverket.grorud@redcross.no</p>
<p>Ferie for alle (Røde kors)</p>	<p>Ferie for alle er et tilbud til familier med dårlig økonomi, som sannsynligvis ikke ville hatt mulighet til å reise på familieferie uten hjelp. Ferie for alle gir familier mulighet til å dele opplevelser og skape gode minner sammen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Familier som har levd med økonomiske utfordringer i Norge i tre år eller mer - Familier som har minst ett barn i alderen 6-13 år. - Familier som ikke skal delta på tilsvarende ferietilbud. - Familier som klarer seg uten behov for tett oppfølging fra våre frivillige. Merk at det er mulig for familien å ha med egen assistent på oppholdet. 	<p>Familier som ønsker å delta på Ferie for alle, må kontakte NAV, skolehelsetjenesten, barneverntjenesten</p>	<p>For mer informasjon se: Ferie for alle - Røde Kors</p>

Blå kors ferier	Blå kors ferier er et gratis, rusfritt ferietilbud for familier som har rusavhengighet, psykiske utfordringer eller lever med dårlig råd. Turene blir arrangert i alle skolens ferier og også i enkelte dager og helger.	Tilbudet gjelder for familier med barn i alderen 0-19 år fra hele landet.		For mer informasjon se: Blå Kors ferier - gratis ferietilbud for sårbare familier
Coop-dugnaden	Coop-dugnaden er en støtteordning som hjelper barn og unge fra lavinntektsfamilier med å delta i fritidsaktiviteter. Målet er å sikre at alle barn får muligheten til å være med på aktiviteter sammen med venner og klassekamerater, uavhengig av familiens økonomiske situasjon	Barn mellom 0-20 år, som bor i en lavinntektsfamilie, kan få støtte fra dugnaden. Privatpersoner kan ikke søke selv. Coop-dugnaden krever at en kontaktperson utenfor familien søker om støtte på vegne av barnet.		For mer informasjon se: Coop-dugnaden - Dette er Coop-dugnaden - Coop
UngNorge Shop	UngNorge Shop deler ut gratis tøy til barn og unge som har sak i barnevernet, og selger tøy svært rimelig til de med støtte fra NAV. Tilbudet gjelder hver 12. Uke - for å kunne benytte tilbudet må man ha med dokumentasjon fra barnevern eller NAV.	Barnevernsbarn, fra 0 - 20 år, får gratis tøy. Ungdom over 15 år må, som hovedregel, selv møte opp. NAV brukere må betale kr. 50 per plagg til barn (opp til str. 170) og kr. 100 til ungdom - egen pris på ytterjakker. Alle kan kjøpe oftere, men da til ordinær rabattert pris.	Schweigaards gate 34 For åpningstider se: Butikk - UNG Norge	For kontakt se: Butikk - UNG Norge