

Tjenesteinfo oppvekst Bydel Nordre Aker



Innhold

[Innledning](#)2

Del 1

[Hvem kan jeg spørre?](#)4

Del 2 Tilbud og tiltak

[Tilbud og tiltak 0-6 år](#)7

[Tilbud og tiltak 6-12 år](#)13

[Tilbud og tiltak 13-18 år](#)16

[Tilbud og tiltak over 18 år](#)23

[Tilbud og tiltak uavhengig av alder](#)27

[Tilbud og tiltak til foreldre og familier](#)30

[Utvalg tilbud frivillig sektor](#)35

[Utvidet informasjon](#)40

Del 3

[Tverrfaglige samarbeidsarenaer](#) 107

[Barnehager og skoler](#) 112

[Bedre tverrfaglig innsats \(BTI\)](#) 114

Hvordan fungerer en interaktiv pdf?

For å gi deg en raskere måte å finne frem informasjon du trenger, er denne pdf-en laget som et interaktivt dokument.

Du kan trygt klikke på linker i innholdsfortegnelsen eller tilsvarende navigasjonsknapper i bunnen.

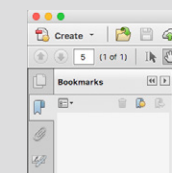
Pilene nederst gir deg mulighet til å bla én side om gangen.



Vi anbefaler å bruke skjermvisning for pdf-en som du lett kan avslutte ved å bruke ESC-knappen på tastaturet ditt.

Foretrekker du Acrobat sin innebygde bookmarksfunksjon?

Du finner den på venstre marg i en åpen pdf-fil.



Ønsker du å printe et utvalg av sider fra pdf-en?

Pass på at du velger “tilpass” på side og automatisk papirretning.

Innledning

Tjenesteinfo bydel Nordre Aker er laget for å gi en samlet oversikt over tiltak og programmer i bydelen, for deg som jobber med barn og unge, er barn/ungdom og familier/foreldre i bydelen.

Formålet med å lage en slik oversikt er å gjøre det enklere for deg, enten du er ung, forelder eller fagperson, å finne fram blant alle våre tilbud. Tjenesteinfo-oversikten inneholder en beskrivelse av hvilke aktører som tilbyr de ulike tiltakene. Så langt som mulig er det også oppgitt hvordan man skal gå frem for å søke, eller få vedtak til de ulike tiltakene.

Det er ulike tilnærminger for dette, ut i fra hvilken tjeneste som tilbyr tiltaket. Beskrivelsene omfatter tiltak og programmer som finnes i Bydel Nordre Aker. Per i dag er følgende tjenester representert i oversikten; Skolene, Oppvekst og familie bydel Nordre Aker og Psykisk Helse. Oversikten viser kun utvalgte tiltak som henholdsvis er byomfattende, i regi av spesialisthelsetjenestene og frivillige tiltak fra for eksempel idretten.

Tjenester fra flere instanser vil inkluderes fortløpende. Om du savner beskrivelse av bestemte tiltak, meld det gjerne inn.

Slik er Tjenesteinfo bydel Nordre Aker bygget opp

Del 1 er opplysninger om hvor du kan henvende deg dersom du har **spørsmål** om tiltak og tverrfaglige møteplasser, eller raskt trenger å få kontakt.

Del 2 er en oppstilling av **tiltak og programmer til barn og unge i bydel Nordre Aker**. Her beskrives tiltak og programmer for spe- og småbarn, barn og unge – samt familier.

Tilgangen til tiltakene (hvor søknad skal sendes, om det kreves vedtak etc.) beskrives under hvert enkelt tiltak.

I del 2 finner du også en utfyllende beskrivelse av innsatsene, **oversikt over tilbud i frivillig sektor** (ikke utfyllende) **og byomfattende tilbud i Oslo kommune** (ikke utfyllende).

Del 3 inneholder en beskrivelse av **tverrfaglige samarbeidsarenaer**, både faste møtepunkter og møter som opprettes rundt enkeltbarn eller ungdommer.

[Start](#)
[Hvem kan jeg spørre?](#)
[Barn 0-6 år](#)
[Barn 6-12 år](#)
[Barn 13-18 år](#)
[Over 18 år](#)
[Alle aldre](#)
[Foreldre og familier](#)
[Frivillig sektor](#)
[Tverrfaglige arenaer](#)
[Barnehager og skoler](#)
[Om BTI](#)

Del 1

Hvem kan jeg spørre?

[Start](#)[Hvem kan
jeg spørre?](#)[Barn
0-6 år](#)[Barn
6-12 år](#)[Barn
13-18 år](#)[Over
18 år](#)[Alle
aldre](#)[Foreldre
og familier](#)[Frivillig
sektor](#)[Tverrfaglige
arenaer](#)[Barnehager
og skoler](#)[Om BTI](#)

Hvem kan jeg spørre?

Hvis du er usikker på hvem du skal kontakte eller hvordan du skal gå frem for å få til et samarbeid rundt de tilbud som er beskrevet her, kan følgende personer/instanser kontaktes for råd og veiledning:



OVERSIKT OVER HJELPETILBUD I KOMMUNEN

www.helsenorge.no/hjelpetilbud-i-kommunen

Info, telefon og hjemmeside/epost

Bydel Nordre Aker	Tlf. 21 80 21 80 – Oslo kommunes sentralbord	
Familieveileder, Nydalen helsestasjon	Tlf. 23 47 07 00	Les mer
Nordre Aker barneverntjeneste	Tlf. 941 45 677	
Oslohjelpa	Tlf. 477 99 385	Les mer oslohjelpa@bna.oslo.kommune.no
Oslo kommunes nettsider		www.oslo.kommune.no
Pårørendekontakt	Tlf. 901 96 310	www.oslo.kommune.no/helse-og-omsorg
SaLTo-koordinator Alf Bakkland	Tlf. 940 14 981	alf.bakkland@bna.oslo.kommune.no
Skolehelsetjenesten		Les mer Sjekk hjemmesiden til aktuell skole, ta eventuelt kontakt med teamleder Anita Oddveig Olsen

[Start](#)[Hvem kan jeg spørre?](#)[Barn 0-6 år](#)[Barn 6-12 år](#)[Barn 13-18 år](#)[Over 18 år](#)[Alle aldre](#)[Foreldre og familier](#)[Frivillig sektor](#)[Tverrfaglige arenaer](#)[Barnehager og skoler](#)[Om BTI](#)

Hvem kan jeg spørre?



Hvis du er usikker på hvem du skal kontakte eller hvordan du skal gå frem for å få til et samarbeid rundt de tilbud som er beskrevet her, kan følgende personer/instanser kontaktes for råd og veiledning:

TRENGER DU HJELP UMIDDELBART?

Alarmtelefon for barn og unge	Tlf. 23 47 07 00	www.116111.no
Akuttenhet DPS (voksne)	Tlf. 23 02 33 01 / 116 117	
Barnevernvakten	Tlf. 40 42 77 77	www.barnevernvakten.no/kommuner/oslo-kommune
Barneombudet	Tlf. 23 47 07 00	www.barneombudet.no/trenger-du-hjelp/hvem-kan-hjelpe
BUP Nordre Aker		https://oslo-universitetssykehus.no/avdelinger/klinikk-psykisk-helse-og-avhengighet/barne-og-ungdom-spsykiatrisk-avdeling/bup-oslo-nord/bup-nordre-aker
Døgnåpne vakttenester i Oslo kommune		http://www.oslo.kommune.no/dognapne-vakttjenester
Foreldresupport for småbarnsforeldre i en krevende situasjon	Tlf. 116123	
Hjelpetelefonen Mental Helse	Tlf. 116 123 - døgnåpen	www.mentalhelse.no/fa-hjelp
Hjelpetelefonen for seksuelt misbrukte	Tlf. 800 57 000	https://hfsm.no/
Kors på halsen, samtaletilbud Røde kors	Tlf. 800 33 321	korspaahalsen.rodekors.no
Mobbing, hjelpetelefon	Tlf. 23 47 07 00	www.snakkommobbing.no
Oslo krisesenter	Tlf. 22 48 03 80 - døgnåpen	www.oslokrisesenter.no
Uteseksjonen	Tlf. 913 03 913	
Voksne for barn bekymringstelefon	Tlf. 23 47 07 00	www.vfb.no/no/vi_tilbyr/radgivning

Del 2

Tilbud og tiltak

[Start](#)[Hvem kan
jeg spørre?](#)[Barn
0-6 år](#)[Barn
6-12 år](#)[Barn
13-18 år](#)[Over
18 år](#)[Alle
aldre](#)[Foreldre
og familier](#)[Frivillig
sektor](#)[Tverrfaglige
arenaer](#)[Barnehager
og skoler](#)[Om BTI](#)

Tilbud til barn 0-6 år

Denne delen inneholder en oversikt over ulike tiltak og programmer for barn og unge i bydel Nordre Aker. Oversikten er bygget opp i forhold til alder, med egen del for tilbud til familier. Det er oppgitt kontaktinformasjon, slik at det er mulig å undersøke nærmere eller ta kontakt med den aktuelle tjenesten for mer informasjon.



	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Aline konsultasjonsteam	Er du bekymret for at et lite barn du møter i jobbsammenheng har det vanskelig eller at foreldrene strever med omsorgsoppgavene? Er du urolig, står fast eller er i tvil om hvor veien går, så ta kontakt.	Konsultasjoner til ansatte som er bekymret for små barn og deres omsorgspersoner	Frydenbergveien 37. Etter avtale: onsdager mellom 12.30 - 15.00	Tlf. 47 78 64 66 (ring eller send SMS hverdager 8-15) postmottak.aline-konsultasjonsteam@bfe.oslo.kommune.no bfe.oslo.kommune.no
Ammeveileder	Ammeveileder som raskt kan komme hjem til mødre som sliter med å etablere amming/flaskemating.	Nybakte foreldre	Kontakt Nydalen helsestasjon for avtale	Tlf. 23 47 07 00
Barnehage i skole med flerbruksavdeling	Kjelsås skole barnehage har to avdelinger for barn i alderen 3-5 år med friluftprofil. Tur 3-4 ganger i uken.	Barn 3-6 år	Kjelsås skole barnehage	Søknadsenheten på barnehagekontoret Tlf. 21 80 21 80 Kjelsås Tlf. 23 39 21 00
Barselgrupper	Nettverksskapende gruppetilbud til nybakte foreldre.	Nybakte foreldre	Nydalen helsestasjon	Tlf. 23 47 07 00 nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no
Bassenggrupper	Bassenggrupper for barn i barnehagealder med funksjonsnedsettelse.	Barn med nedsatt funksjonsevne 0 – 6 år	Etter avtale	Tverrfaglig ressursteam Tlf. 21 80 21 80
Bevegelsesgrupper	Bevegelsesgrupper for barn i barnehagealder med nedsatt funksjonsevne.	Barn 0 – 6 år	Etter avtale	Tverrfaglig ressursteam Bydel Nordre Aker Tlf. 21 80 21 80
Barselomsorg	Hjemmebesøk av jordmor etter fødsel. 1-3 dager etter hjemkomst fra sykehuset.	Alle kvinner som nettopp har født	Hjemme, etter avtale	Nydalen helsestasjon Tlf. 23 47 07 00

[Start](#)[Hvem kan jeg spørre?](#)[Barn 0-6 år](#)[Barn 6-12 år](#)[Barn 13-18 år](#)[Over 18 år](#)[Alle aldre](#)[Foreldre og familier](#)[Frivillig sektor](#)[Tverrfaglige arenaer](#)[Barnehager og skoler](#)[Om BTI](#)

Tilbud til barn 0-6 år



	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
BUA Nordre Aker	BUA Nordre Aker er en utstyrssentral hvor du kan låne sports- og fritidsutstyr gratis.	Bydelens innbyggere (0-100)	Se åpningstider på nettsiden www.bua.io	bua@bna.oslo.kommune.no Les mer
Ergoterapitilbud for barn	Vurdering, råd og tiltak knyttet til deltagelse i lek og daglige aktiviteter, inkludert vurdering og tilpasning av hjelpemidler, vurdering og tiltak knyttet til håndfunksjon og finmotorikk. Mottar henvisning fra helseinstanser, barnehage og direkte fra foreldre. Tilbudet er gratis.	Barn med funksjonsnedsettelse	Tverrfaglig ressursteam Etter avtale	Ergoterapeut for barn og unge i bydelen Tlf. 21 80 21 80 Besøksadresse: Nydalsveien 21 www.oslokommune.no
Familieveileder	Gratis familieveileder for par som opplever foreldrerollen og/ eller parforholdet som utfordrende. Gratis.	Familier, par	Kontakt Nydalen helsestasjon for avtale	Tlf. 23 47 07 00 nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no Les mer
Fysioterapi for barn	Undersøkelse og vurdering med igangsettelse av relevante tiltak. Vurdering og tilpasning av hjelpemidler, inkludert ortopediske. Rådgivning/veiledning og informasjon til foresatte og samarbeidspartnere. Mottar henvisning fra helseinstanser, barnehage og direkte fra foreldre.	Barn med ulike behov knyttet til bevegelsesutvikling og motorisk fungering	Tverrfaglig ressursteam Nydalsveien 21 Etter avtale	Fysioterapeut for barn og unge Les mer Tlf. 21 80 21 80
Fysioterapigrupper	Gruppetilbud med informasjon angående barns bevegelsesutvikling første leveåret. Tilbudet er gratis. Tilbudet gis også på engelsk.	Førstegangsforeldre	Nydalen helsestasjon	Tlf. 234 70 700 nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no

Tilbud til barn 0-6 år



	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Helse- og omsorgs-tjenester for barn og unge	Individuell plan, koordinator, støttekontakt, avlastning, BPA, omsorgsstønad.	Barn og unge med nedsatt funksjonsevne og deres pårørende	Tverrfaglig ressursteam Etter avtale	Tverrfaglig Ressursteam, Ellen Valvåg ellen.valvag@bna.oslo.kommune.no Gina Kennedy gina.kennedy@bna.oslo.kommune.no
Helsestasjonen	Anbefalt helsestasjonsprogram.	Barn 0-5 år	Nydalen helsestasjon	Tlf. 23 47 07 00 nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no
Nettpatruljen	Politiets tilstedeværelse på nett. Politiet gir råd om hvordan du kan forebygge kriminalitet eller løse konkrete problemer. Nettpatruljen tar alle typer henvendelser.	Innbyggere		Tlf. 02800 www.facebook.com/nettpatruljenoslo/ www.politiet.no/oslo
Nettstedet Null mobbing	Informasjon og veiledning til barn, unge og foreldre om mobbing, rettigheter og hva man kan gjøre/gå frem.	Barn, unge og foreldre	Se nettside	www.udir.no/nullmobbing
Nye familier	Et hjemmebesøksstilbud fra svangerskapsuke 32 og frem til barnet er 2 år.	Par med første barn, med første felles barn, med første barn i Norge og par med utvidet behov.	Etter avtale	Tlf. 23 47 07 00 nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no
Oslohjelpa Nordre Aker	Tilbud om hjelp til familier med barn i alderen 0-6 år. Hjelpen tar utgangspunkt i familien behov og tilpasses etter det. vi tilbyr rask hjelp og du kan selv ta kontakt med oss.	Familier med barn i alderen 0-6 år som er bosatt i Nordre Aker bydel.	Besøksadresse: Nydalsveien 21, 0460 Oslo. Mandag til fredag kl. 8.00–15.35	Tlf. 477 99 385 oslohjelpa@bna.oslo.kommune.no

[Start](#)[Hvem kan jeg spørre?](#)[Barn 0-6 år](#)[Barn 6-12 år](#)[Barn 13-18 år](#)[Over 18 år](#)[Alle aldre](#)[Foreldre og familier](#)[Frivillig sektor](#)[Tverrfaglige arenaer](#)[Barnehager og skoler](#)[Om BTI](#)

Tilbud til barn 0-6 år



	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Premature barn	Tett oppfølging av fortidligfødte.	Nybakte foreldre med fortidligfødte barn	Individuell oppfølging	Tlf: 23 47 07 00 nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no bna.oslo.kommune.no Les mer
Prioritert plass i barnehage (funksjonsnedsettelse)	Prioritert barnehageplass jf kode 10. Informasjon og avklaringer gjøres i egen samtale med Tverrfaglig resursteam.	Barns 0-5 år	Etter avtale	Tverrfaglig resursteam Tlf. 21 80 21 80
Svangerskapsomsorg	Oppfølging av gravide og partner iht retningslinjer for svangerskapsomsorgen.	Alle gravide i bydel Nordre Aker	Individuelt tilpasset	Tlf. 23 47 07 00 nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no bna.oslo.kommune.no Les mer
Trikkehallen Barneforestillinger og ungdomsarrangementer	Åpne kulturtilbud for bydelens barn/ barnefamilier og ungdom.	0-18 år	Trikkehallen på Kjelsås. Se eget program	trikkehallen@trikkehallen.no
Trikkehallen lokale for bursdagsfest	Gratis utlån av kafeen til bursdagsfeiring og klassefester. Vi har lerret/prosjektor, biljard og spill.	Elever i 7.-10. trinn i bydelen	Trikkehallen Midtoddveien 12 Åpningstider møteplass: man- tor 15 - 20, fre 14 - 21	trikkehallen@trikkehallen.no Tlf. 476 10 606 www.trikkehallen.no

Tilbud til barn 0-6 år



	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Voldsløkka barnehage (Barnehage tilpasset hørselshemmede)	Byomfattende, forsterket barnehage med ansatte med kompetanse på fagfeltet for hørselshemmede barn. Mindre barnegrupper og høyere andel voksne per barn. Et tegnspråklig miljø.	Barn 1-6 år	Voldsløkka barnehage. Uelands gate 78, Jutulveien, 0462 Oslo Åpningstider: Mandag- fredag: 7.45 - 16.45	Søknadsenheten på barnehagekontoret Tlf. 21 80 21 80 Voldsløkka barnehage Tlf. 46 89 87 60 voldslokka.barnehage@bna.oslo.kommune.no
Åpen barnehage	Dette er et tilbud hvor barna kommer i følge med en voksen for å leke og treffe andre barn innenfor barnehagens åpningstid. Se respektive hjemmesider. Barna har ikke fast plass. Tilbudet er gratis.	For barn som er hjemme med sine foreldre/foresatte	Disen Gård Åpen Kanvasbarnehage	Disen Gård Åpen Kanvasbarnehage Tlf. 406 30 312
			Regnbuen Åpenbarnehage	Regnbuen Åpen barnehage Tlf. 913 55 502
Åpen dør barnehager	Et tilbud til foresatte hvor de kan ta en uforpliktende samtale om hva det måtte være. Her møter du kompetente fagfolk som kan gi deg innspill og råd.	Foresatte	I barnehagene- 20 møter per år i 5 ulike barnehager.	Den enkelte barnehage Les mer
Åpen dør helsestasjon	Gratis lavterskeltilbud uten timeavtale.	Foreldre med barn 0-2 år	Nydalen helsestasjon tirsdag og torsdag kl. 13.00 - 15.00	Tlf. 23 47 07 00 Les mer

Tilbud til barn 0-6 år



	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Barnehage tilpasset barn med nevrologiske og motoriske vansker Krever vedtak	Berg gård byomfattende barnehage tilpasset barn med nevrologiske og motoriske vansker. Godt bemannet spesialbarnehage med bred faglig kompetanse i personalgruppen. Barnehagen har 16 plasser.	Barn 0-5 år	Berg gård barnehage Bergsalleen 22 Åpningstider: mandag – fredag 08.00–16.30 hege.aaby.vinje@bna.oslo.kommune.no	Søknadsenheten på barnehagekontoret Tlf. 21 80 21 80 Berg barnehage Tlf. 902 91 106
PPT, pedagogisk-psykologisk tjeneste Krever vedtak	Pedagogisk- psykologisk tjeneste. Vi er en støttetjeneste for barnehager, skoler og voksenopplæringssentere i Oslos 15 bydeler.	Barn og elever som har ulike behov for tilrettelegging av opplæringen.	Ved behov	Ta kontakt med aktuell skole/elevens skole, barnehage. Les mer
Prioritert plass i barnehage (barnevern) Krever vedtak	Barneverntjenesten kan på bakgrunn av særskilt behov fatte vedtak om prioritert barnehageplass.	Barn 0-5 år	Etter avtale Det søkes om prioritet i gruppe 1	Nordre Aker Barnevernstjeneste Nydalsveien 21, 0403 Oslo www.oslo.kommune.no

Tilbud til barn 6-12 år



	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
AKS - gruppe	Bevegelsesgruppe for barn gjennom Aktivitetsskolen.	Barn i 1. - 4.klasse	Faste dager på de ulike skolene	Aktivitetsskolen (AKS) på den aktuelle skolen Les mer
BUA Nordre Aker	BUA Nordre Aker er en utstyrssentral hvor du kan låne sports- og fritidsutstyr gratis.	Bydelens innbyggere (0-100)	Se åpningstider på nettsiden www.bua.io	bua@bna.oslo.kommune.no Les mer
DataLab	Spiller PlayStation og data.	Gutter 8 - 13 år	Trikkehallen	Frida Gustavson frida.gustavson@bna.oslo.kommune.no
Ergoterapi for barn og unge	Vurdering, råd og tiltak knyttet til deltagelse i daglige aktiviteter, inkludert tilrettelegging av fysiske omgivelser og hjelpemidler. Vurdering og tiltak knyttet til håndfunksjon og finmotorikk. Mottar henvisning fra helseinstanser, skoler og direkte fra foreldre. Tilbudet er gratis.	Barn med funksjonsnedsettelse	Tverrfaglig ressursteam Nydalsveien 21 Etter avtale www.oslo.kommune.no	Ergoterapeut for barn og unge Tlf. 21 80 21 80
Fysioterapi for barn	Undersøkelse og vurdering med igangsettelse av relevante tiltak. Vurdering og tilpasning av hjelpemidler, inkludert ortopediske. Rådgivning/veiledning og informasjon til foresatte og samarbeidspartnere. Mottar henvisning fra helseinstanser, barnehage og direkte fra foreldre.	Barn med ulike behov knyttet til bevegelsesutvikling og motorisk fungering.	Tverrfaglig ressursteam Nydalsveien 21 Etter avtale	Fysioterapeut for barn og unge Tlf. 21 80 21 80 Les mer
God skolehverdag	Ressursdag med skolehelsetjenesten.	Barn i 1. klasse	Faste dager på de ulike skolene	Den aktuelle skolen

Start

Hvem kan jeg spørre?

Barn 0-6 år

Barn 6-12 år

Barn 13-18 år

Over 18 år

Alle aldre

Foreldre og familier

Frivillig sektor

Tverrfaglige arenaer

Barnehager og skoler

Om BTI

Tilbud til barn 6-12 år



	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Helse- og omsorgs-tjenester for barn og unge	Individuell plan, koordinator, støttekontakt, avlastning, BPA, omsorgsstønad.	Barn og unge med nedsatt funksjonsevne og deres pårørende		Tverrfaglig Ressursteam, Ellen Valvåg ellen.valvag@bna.oslo.kommune.no Les mer Tverrfaglig Ressursteam, Gina Kennedy gina.kennedy@bna.oslo.kommune.no
Mandagsklubben	Har ulike aktiviteter, lager mat, ser på film med mer.	Gutter 10-16 år	Aktivitetshuset i Torshovdalen	Frida Gustavson frida.gustavson@bna.oslo.kommune.no
Nettpatruljen	Politiets tilstedeværelse på nett. Politiet gir råd om hvordan du kan forebygge kriminalitet eller løse konkrete problemer. Nettpatruljen tar alle typer henvendelser.	Innbyggere		Tlf. 02800 www.facebook.com/nettpatruljenoslo/ www.politiet.no/oslo
Nettstedet Null mobbing	Informasjon og veiledning til barn, unge og foreldre om mobbing, rettigheter og hva man kan gjøre/gå frem.	Barn, unge og foreldre	Se nettside	www.udir.no/nullmobbing
PIS-grupper	Samtalegrupper for barn med to hjem (skilsmissegrupper).	Barn- og ungdoms-skoleelever med to hjem	Etter avtale	Skolehelsetjenesten på den aktuelle skolen www.oslo.kommune.no Les mer
Skolehelsetjenesten	Skolehelsetjenesten er tilbud til deg som er skoleelev. Gratis «drop-in» tjeneste på skolen. Vi tilbyr samtaler, veiledning, undervisning, og henvisning videre ved behov.	Skolebarn- og unge	Faste dager på de ulike skolene	Den aktuelle skolen Les mer

Start

Hvem kan
jeg spørre?Barn
0-6 årBarn
6-12 årBarn
13-18 årOver
18 årAlle
aldreForeldre
og familierFrivillig
sektorTverrfaglige
arenaerBarnehager
og skoler

Om BTI

Tilbud til barn 6-12 år



	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
SMIL-grupper	SMIL står for stryket mestring i livet og er et tilbud til barn og unge som har foreldre med psykisk sykdom og/eller rusproblemer.	For barn og unge som går i 3. - 7. klasse og 8. - 10. klasse		Skolehelsetjenesten ved den aktuelle skolen. Eventuelt cindy.engmark.sandvold@bna.oslo.kommune.no Les mer
Trikkehallen Barneforestillinger og ungdomsarrangementer	Åpne kulturtilbud/profesjonelle forestillinger for bydelens barn/barnefamilier og ungdom. Konserter o.l for eller av ungdom. Ulike ungdomsarrangementer som jentekveld, hip hop festival. <i>*Forestillinger koster 90 kr. Alle ungdomsarrangementer er gratis.</i>	0 - 18 år	Trikkehallen på Kjelsås, Midtoddveien 12. Se eget program på www.trikkehallen.no	trikkehallen@trikkehallen.no
Trikkehallen Kurstilbud og aktiviteter	Diverse kurs for barn og ungdom.	8 - 18 år	Se egen kursoversikt www.trikkehallen.no/category/kurstilbud/	trikkehallen@trikkehallen.no Les mer
PPT, pedagogisk-psykologisk tjeneste Krever vedtak	Pedagogisk- psykologisk tjeneste. Vi er en støttetjeneste for barnehager, skoler og voksenopplæringsentere i Oslos 15 bydel.	Barn og elever som har ulike behov for tilrettelegging av opplæringen.	Ved behov	Ta kontakt med aktuell skole/elevens skole, barnehage. Les mer
Støttekontakt Krever vedtak	Støttekontakt møter barnet/ungdommen en gang pr uke for ulike aktiviteter etter behov. Iverksettes som et tiltak i tillegg til endringsrettede tiltak.	Barn og ungdom opp til 18 år (25 år)	Etter avtale med Nordre Aker barnevernstjenesten	Nordre Aker barnevernstjeneste Tlf. 941 45 677 barneverntjenesten@bna.oslo.kommune.no www.oslo.kommune.no



Tilbud og tiltak for ungdom 13-18 år

Her finner du en liste over tilbud og tiltak for ungdom i alderen 13-18 år.

Se også «tilbud og tiltak uavhengig av alder» og «fritidstilbud».

	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Angstmestringskurs Blindern vgs	Hjelp til å mestre angstproblemer. Informasjon og hjemmeoppgaver. Kurstilbud. Tilbudet er gratis.	Elever	Blindern vgs	Sigrid Ramdal Tlf. 900 21 981 sigrid.caroline.ramdal@bna.oslo.kommune.no
BUA Nordre Aker	BUA Nordre Aker er en utstyrssentral hvor du kan låne sports- og fritidsutstyr gratis.	Bydelens innbyggere (0-100)	Se åpningstider på nettsiden www.bua.io	bua@bna.oslo.kommune.no Les mer
DataLab	Spiller PlayStation og data	Gutter 8 - 13 år	Trikkehallen	Frida Gustavson frida.gustavson@bna.oslo.kommune.no
Engebråten Kroken	Kroken ligger på Engebråten skole og er et tverrfaglig, forebyggende lavterskeltilbud for skoleungdom.	Engebråten elever	Engebråten skole Mandag - torsdag	Emilie Braarud, tlf. 957 27 760 emilie.braarud@bna.oslo.kommune.no Les mer
Engebråten Kroken aktivitetsgruppe	Aktiviteter etter skoletid ledet av miljøterapeut. Ofte med måltid. Tilbudet er gratis.	Engebråten elever	Oppmøte Kroken i Kapellveien 120 Tid varierer	Emilie Braarud, tlf. 957 27 760 emilie.braarud@bna.oslo.kommune.no Les mer
Engebråten kveldsgruppe	En aktivitetsgruppe med fokus på sosiale aktiviteter, mestring, inkludering og gode opplevelser sammen.	Alle ungdom i alderen 12-16 år	Etter avtale	Avdeling Oppvekst- og familie, Forebyggende barne-og ungdomsenhet. Truls Haugen Tlf. 984 15 877
Ergoterapi for barn og unge	Vurdering, råd og tiltak knyttet til deltagelse i daglige aktiviteter, inkludert tilrettelegging av fysiske omgivelser og hjelpemidler. Vurdering og tiltak knyttet til håndfunksjon og finmotorikk. Mottar henvisning fra helseinstanser, skoler og direkte fra foreldre. Tilbudet er gratis.	Barn og unge med funksjonsnedsettelse	Tverrfaglig ressursteam, Nydalsveien 21 Etter avtale www.oslo.kommune.no	Ergoterapeut for barn og unge Tlf. 21 80 21 80

Start

Hvem kan
jeg spørre?Barn
0-6 årBarn
6-12 årBarn
13-18 årOver
18 årAlle
aldreForeldre
og familierFrivillig
sektorTverrfaglige
arenaerBarnehager
og skoler

Om BTI



Tilbud og tiltak for ungdom 13-18 år

Her finner du en liste over tilbud og tiltak for ungdom i alderen 13-18 år.

Se også «tilbud og tiltak uavhengig av alder» og «fritidstilbud».

	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Frisklivssentralen Bydel Nordre Aker	Hjelp til å endre levevaner innenfor fysisk aktivitet, kosthold, tobakk/annen avhengighet, og søvn. Tilbudet er gratis.	Alle over 16 år som bor i bydelen og som har behov for støtte til å endre levevaner og mestre helseutfordringer på grunn av sykdom eller økt risiko for sykdom.	En frisklivsperiode varer i tre måneder og starter og avsluttes med en helsesamtale. Snakk med fastlegen om frisklivsresept eller ta direkte kontakt for oppstartssamtale.	Tlf. 948 34 601 frisklivssentralen@bna.oslo.kommune.no bna.oslo.kommune.no Les mer
Fysioterapi for barn og unge	Undersøkelse og vurdering med igangsettelse av relevante tiltak. Vurdering og tilpasning av hjelpemidler, inkludert ortopediske. Rådgivning/veiledning og informasjon til foresatte og samarbeidspartnere. Mottar henvisning fra helseinstanser, barnehage og direkte fra foreldre.	Barn og unge med ulike behov knyttet motorisk fungering	Tverrfaglig ressursteam, Nydalsveien 21 /Etter avtale	Fysioterapeut for barn og unge Tlf. 21 80 21 80
Hasjavvennings- programmet (HAP)	Støtte- og motivasjonssamtaler som skal hjelpe unge med å slutte å ruse seg.	14-23 år, røyker hasj og ønsker å slutte.	Mandag til fredag /Etter avtale	Erlend B. Helland Tlf. 417 49 716 Les mer
Helse- og omsorgs- tjenester for barn og unge	Individuell plan, koordinator, støttekontakt, avlastning, BPA, omsorgsstønad.	Barn og unge med nedsatt funksjonsevne og deres pårørende	Tverrfaglig ressursteam /Etter avtale	Tverrfaglig Ressursteam: Ellen Valvåg ellen.valvag@bna.oslo.kommune.no Gina Kennedy gina.kennedy@bna.oslo.kommune.no Les mer
HFU Helsestasjon for ungdom	Gratis lavterskel helsetilbud til ungdom. Vi tilbyr veiledning og rådgiving i forhold seksuell og psykisk helse. Ikke timebestilling.	Ungdom mellom 12-24 år som bor eller oppholder seg i bydelen.	Nydalsveien 21, Mandag 15.30-18.30 Onsdag 15.30 - 18.30	Tlf. 97 46 74 35 nydalenhfu@bna.oslo.kommune.no bna.oslo.kommune.no Besøksadresse: Nydalsveien 21 Les mer

Start

Hvem kan
jeg spørre?Barn
0-6 årBarn
6-12 årBarn
13-18 årOver
18 årAlle
aldreForeldre
og familierFrivillig
sektorTverrfaglige
arenaerBarnehager
og skoler

Om BTI



Tilbud og tiltak for ungdom 13-18 år

Her finner du en liste over tilbud og tiltak for ungdom i alderen 13-18 år.

Se også «tilbud og tiltak uavhengig av alder» og «fritidstilbud».

	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Kveldsåpent på Glasshuset	En aktivitetsgruppe med fokus på sosiale aktiviteter, mestring, inkludering og gode opplevelser sammen.	Alle ungdom i alderen 12-16 år	Tirsdag 14.00 - 18.00	Avdeling Oppvekst- og familie, Forebyggende barne- og ungdomsenhet. Fernando Alcala Tlf. 977 70 533 fernando.alcala@bna.oslo.kommune.no Les mer
Nettpatruljen	Politiets tilstedeværelse på nett. Politiet gir råd om hvordan du kan forebygge kriminalitet eller løse konkrete problemer. Nettpatruljen tar alle typer henvendelser.	Innbyggere		Tlf. 02800 www.facebook.com/nettpatruljenoslo/ www.politiet.no/oslo
Nettstedet Null mobbing	Informasjon og veiledning til barn, unge og foreldre om mobbing, rettigheter og hva man kan gjøre/gå frem.	Barn, unge og foreldre	Se nettside	www.udir.no/nullmobbing
Nordberg frokostklubb	Frokost på Glasshuset på mandager Gratis.	Ungdom/elever på Nordberg	Mandager kl. 09.30 - 10.30 Følger skoleåret	Fernando Alcala Tlf. 977 70 533 Les mer
Nordberg FYS-dag	Annerledes skoledag for elever som sliter med motivasjonen. Dagen består av sosialt felleskap, felles lunsj, lekser og fysisk aktivitet.	Ungdom/elever på Nordberg	Fredager Følger skoleåret	Fernando Alcala Tlf. 977 70 533 Les mer
Nordberg treningsgruppe	Elever ved på Nordberg møtes på Glasshuset etter skolen, spiser litt mat og drar på treningssenter med en av miljøterapeutene.	Elever ved Nordberg skole	Tirsdager etter skoletid.	Avdeling Oppvekst- og familie, Forebyggende barne- og ungdomsenhet. Sergio Molina Tlf. 938 09 502
Nordberg lunsjklubb	Lunsj på Glasshuset i storefri torsdager. Gratis.	Ungdom/elever på Nordberg	Storefri på torsdager	Tlf. 977 70 533 Les mer
PIS-grupper	PIS grupper: Samtalegrupper for barn med to hjem (skilsmissegrupper).	Barn- og ungdoms-skoleelever med to hjem.		Skolehelsetjenesten på den aktuelle skolen www.oslo.kommune.no Les mer

Start

Hvem kan jeg spørre?

Barn 0-6 år

Barn 6-12 år

Barn 13-18 år

Over 18 år

Alle aldre

Foreldre og familier

Frivillig sektor

Tverrfaglige arenaer

Barnehager og skoler

Om BTI



Tilbud og tiltak for ungdom 13-18 år

Her finner du en liste over tilbud og tiltak for ungdom i alderen 13-18 år.

Se også «tilbud og tiltak uavhengig av alder» og «fritidstilbud».

	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Rask psykisk helsehjelp	Tidlig hjelp slik at problemene ikke utvikler seg. Du kan ta kontakt uten henvisning fra lege og tilbudet er gratis.	Innbyggere i bydelen over 16 år	Timeavtale	Tlf. 41 49 49 73 rph@bna.oslo.kommune.no www.oslo.kommune.no/helse-og-omsorg/
Skolehelsetjenesten	Skolehelsetjenesten er tilbud til deg som er skoleelev. Gratis «drop-in» tjeneste på skolen. Vi tilbyr samtaler, veiledning, undervisning, og henvisning videre ved behov.	Alle elever på barne-skolen, ungdomsskolen og videregående skole	Skolehelsetjenesten har kontor på skolene	Se skolens hjemmeside for kontaktopplysninger til skolehelsetjenesten Les mer
SMIL-grupper	SMIL står for stryket mestring i livet og er et tilbud til barn og unge som har foreldre med psykisk sykdom og/eller rusproblemer.	For barn og unge som går i 3. - 7. klasse og 8. - 10. klasse	Etter avtale	Skolehelsetjenesten ved den aktuelle skolen. Evt. cindy.engmark.sandvold@bna.oslo.kommune.no Les mer
Støttekontaktgrupper	Grupper med 5-10 deltakere og 3-4 støttekontakter. Kan tilby jentegrupper for elever ved ungdomsskole og videregående, guttegruppe for barn i overgangen til ungdomsskolen, turklubb og lørdagsklubb. Tilbudet er gratis	Ungdom 13-18 år med spesielle behov	Ulike grupper hver ettermiddag, men oppmøte på Trikkehallen og Rachel Grepp.	Frida Gustavson Tlf. 452 02 588 frida.gustavson@bna.oslo.kommune.no
Svømmetrening	Ungdom fra 13 år og oppover som mangler grunnleggende svømmeferdigheter. Bli trygge i vann og lære grunnleggende svømmeferdigheter av en sertifisert instruktør.	Ungdom fra 13 år og oppover som trenger å styrke svømmeferdigheter	Tirsdager kl. 19.00	Forebyggende barne- og ungdomsenhet ved Marte Aunan Tlf. 452 02 588 marte.aunan@bna.oslo.kommune.no

Start

Hvem kan jeg spørre?

Barn 0-6 år

Barn 6-12 år

Barn 13-18 år

Over 18 år

Alle aldre

Foreldre og familier

Frivillig sektor

Tverrfaglige arenaer

Barnehager og skoler

Om BTI



Tilbud og tiltak for ungdom 13-18 år

Her finner du en liste over tilbud og tiltak for ungdom i alderen 13-18 år.

Se også «tilbud og tiltak uavhengig av alder» og «fritidstilbud».

	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Tirsdagsjentene	Klubben har fokus på fysisk aktivitet, ernæring og matlaging, i tillegg til sosialt samvær. Eksempler på aktiviteter kan være styrketrening, bowling, svømming, dans, yoga og kino.	Jenter med spesielle behov (13 år og oppover)	Tirsdager kl. 18.00 - 20.00 Følger skoleruta.	Forebyggende barne- og ungdomsenhet ved Bente Fjetland Tlf. 984 91 451
Trikkehallen Barneforestillinger og ungdomsarrangementer	Åpne kulturtilbud/profesjonelle forestillinger for bydelens barn/barnefamilier og ungdom. Konserter o.l for eller av ungdom. Ulike ungdomsarrangementer som jentekveld, hip hop festival. <i>*Forestillinger koster 90 kr. Alle ungdomsarrangementer er gratis</i>	0 - 18 år	Trikkehallen på Kjelsås, Midtoddveien 12. Se eget program på www.trikkehallen.no	trikkehallen@trikkehallen.no Les mer
Trikkehallen kurstilbud og aktiviteter	Diverse kurs for barn og ungdom.	8 - 18 år	Se egen kursoversikt www.trikkehallen.no/category/kurstilbud/	trikkehallen@trikkehallen.no
Trikkehallen lokale for bursdagsfest	Gratis utlån av kafeen til bursdagsfeiring og klassefester. Vi har lerret/prosjektor, biljard og spill.	Elever i 7. - 10. trinn i bydelen	Trikkehallen Midtoddveien 12 Åpningstider møteplass: man- tor 15-20, fre 14-21	trikkehallen@trikkehallen.no Tlf. 476 10 606 www.trikkehallen.no
Trikkehallen åpen kafé	Åpen møteplass	Alle ungdom i alderen 12 - 16 år	Mandag-torsdag kl. 15.00-20.00 Fredager kl. 15.00-21.00	Geir Nordby Tlf. 911 61 738 Liv Husby Tlf. 476 10 606

Start

Hvem kan
jeg spørre?Barn
0-6 årBarn
6-12 årBarn
13-18 årOver
18 årAlle
aldreForeldre
og familierFrivillig
sektorTverrfaglige
arenaerBarnehager
og skoler

Om BTI



Tilbud og tiltak for ungdom 13-18 år

Her finner du en liste over tilbud og tiltak for ungdom i alderen 13-18 år.

Se også «tilbud og tiltak uavhengig av alder» og «fritidstilbud».

	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt	
Tur og trening	Klubben er en del av bydelens støttekontakt-tjeneste, og tilbyr et trygt og ungt miljø. Støttekontakter engasjert av bydelen driver og leder klubben, og er ansvarlig for aktiviteter og ivaretagelse av deltakerne.	Unge med spesielle behov (13 år og oppover)	Torsdager kl. 18.00-20.30 Klubben følger omtrentlig skoleruta	Forebyggende barne- og ungdomsenhet ved Bente Fjetland Tlf. 984 91 451	Les mer
Tverrfaglig skolehelsetjeneste	Tverrfaglig team som tilbyr individuelle samtaler/veiledning og undervisning i klasser og grupper i forhold til psykisk helse.	Ungdom 13-20 i bydelen	Etter avtale	Den aktuelle skolen	
Ung Arena Vest	Med oss kan du snakke om det du har på hjertet. Vi lytter. Vi vil hjelpe deg, om det er noe vi kan bidra med.	Ungdom 12-25 i Oslo	Majorstua Se åpningstider på nettsiden	Tlf. 909 87 842 www.ungarenaoslo.no/vare-sentere/ung-arena-vest/	Les mer
Vær og vinn	Annerledes skoledag for elever som sliter med motivasjonen. Dagen består av sosialt felleskap, felles lunsj, lekser og fysisk aktivitet.	Ungdom/elever på Engebråten skole	Fredager Følger skoleåret	Truls Haugen Tlf. 984 15 877	Les mer



Tilbud og tiltak for ungdom 13-18 år

Her finner du en liste over tilbud og tiltak for ungdom i alderen 13-18 år.

Se også «tilbud og tiltak uavhengig av alder» og «fritidstilbud».

	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
OT Oppfølgingstjenesten <i>Krever vedtak</i>	Oppfølging av ungdom som er helt uten opplæring eller arbeid, eller står i fare for å droppe ut av videregående opplæring.	Ungdom mellom 15-21 år	Oppfølgingstjenesten Bydel Nordre Aker	Tlf. 477 87 012 oppfoelgingstjenesten@bna.oslo.kommune.no Les mer
PPT, pedagogisk-psykologisk tjeneste <i>Krever vedtak</i>	Pedagogisk- psykologisk tjeneste. Vi er en støttetjeneste for barnehager, skoler og voksenopplæringsentere i Oslos 15 bydeler.	Barn og elever som har ulike behov for tilrettelegging av opplæringen.	Ved behov	Ta kontakt med aktuell skole/elevens skole, barnehage. Les mer
Støttekontakt <i>Krever vedtak</i>	Støttekontakt møter ungdommen en gang per uke for ulike aktiviteter etter behov. Iverksettes som et tiltak i tillegg til endringsrettede tiltak.	Barn og ungdom opp til 18 år (25 år)	Nordre Aker barnevern-tjeneste /Etter avtale	Nordre Aker barnevernstjeneste Tlf. 941 45 677 barneverntjenesten@bna.oslo.kommune.no www.oslo.kommune.no
Uteteam Ung <i>Krever vedtak</i>	Seksjon rus- og avhengighetsbehandling. Fleksibel oppfølging og behandling av personer med rus- og avhengighetsproblematikk.	16-26 år	Etter avtale	oslo-universitetssykehus.no/uteteam

Tilbud og tiltak for ungdom og unge voksne over 18 år

Her finner du en liste over tilbud og tiltak for barn og ungdom som ikke er aldersspesifikke.



	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Frisklivssentralen Bydel Nordre Aker	Hjelp til å endre levevaner innenfor fysisk aktivitet, kosthold, tobakk/annen avhengighet, og søvn. Tilbudet er gratis.	Alle over 16 år som bor i bydelen og som har behov for støtte til å endre levevaner og mestre helseutfordringer på grunn av sykdom eller økt risiko for sykdom.	En frisklivsperiode varer i tre måneder og starter og avsluttes med en helsesamtale. Snakk med fastlegen om frisklivsresept eller ta direkte kontakt for oppstartssamtale.	Tlf. 948 34 601 frisklivssentralen@bna.oslo.kommune.no bna.oslo.kommune.no
Hasjavvenningsprogrammet (HAP)	Støtte- og motivasjonssamtaler som skal hjelpe unge med å slutte å ruse seg.	14-23 år, røyker hasj og ønsker å slutte	Mandag til fredag Etter avtale	Erlend B. Helland Tlf. 417 49 716
HFU Helsestasjon for ungdom	Gratis lavterskeltilbud, der ungdom kan komme uten timebestilling for å ta opp små og store bekymringer ifht seksuell og psykisk helse.	Ungdom mellom 12-24 år som bor eller oppholder seg i bydelen	Nydalsveien 21, Mandag 15.30-18.30 Onsdag 15.30 - 18.30	Tlf. 97 46 74 35 nydalenhfu@bna.oslo.kommune.no Besøksadresse: Nydalsveien 21
Nettpatruljen	Politiets tilstedeværelse på nett. Politiet gir råd om hvordan du kan forebygge kriminalitet eller løse konkrete problemer. Nettpatruljen tar alle typer henvendelser.	Innbyggere		Tlf. 02800 www.facebook.com/nettpatruljenoslo/ www.politiet.no/oslo
Nettstedet Null mobbing	Informasjon og veiledning til barn, unge og foreldre om mobbing, rettigheter og hva man kan gjøre/gå frem.	Barn, unge og foreldre	Se nettside	www.udir.no/nullmobbing

Start

Hvem kan
jeg spørre?Barn
0-6 årBarn
6-12 årBarn
13-18 årOver
18 årAlle
aldreForeldre
og familierFrivillig
sektorTverrfaglige
arenaerBarnehager
og skoler

Om BTI

Tilbud og tiltak for ungdom og unge voksne over 18 år

Her finner du en liste over tilbud og tiltak for barn og ungdom som ikke er aldersspesifikke.



	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
OT Oppfølgings- tjenesten	Oppfølging av ungdom som er helt uten opplæring eller arbeid, eller står i fare for å droppe ut av videregående opplæring.	Ungdom mellom 15–21 år	Oppfølgingstjenesten Bydel Nordre Aker	Tlf. 477 87 012 oppfoelgingstjenesten@bna.oslo.kommune.no
Rask psykisk helsehjelp	Tidlig hjelp slik at problemene ikke utvikler seg. Du kan ta kontakt uten henvisning fra lege og tilbudet er gratis.	Innbyggere i bydelen over 16 år	Timeavtale	Tlf. 41 49 49 73 rph@bna.oslo.kommune.no www.oslo.kommune.no/helse-og-omsorg/
SiO helse	Helsetilbud på universitetet i Oslo.	Studenter	Etter avtale	www.sio.no
SaLTo-koordinator	Kontaktes for samordnet innsats knyttet til barne- og ungdomskriminalitet og rusmisbruk blant barn og unge i bydelen.	Ungdom mellom 12–24 år som bor eller oppholder seg i bydelen	Etter avtale	SaLTo-koordinator Alf Bakkland Tlf. 940 14 981 alf.bakkland@bna.oslo.kommune.no Les mer
Ung Arena Oslo Vest	Med oss kan du snakke om det du har på hjertet. Vi lytter! Vi vil hjelpe deg, om det er noe vi kan bidra med!	Ungdom 12–25 i Oslo	Majorstua Se åpningstider på nettsiden	Tlf. 909 87 842 www.ungarenaoslo.no/vare-sentere/ung-arena-vest/
Vinkelveien aktivitetshus	Seksjon psykisk helse. Arena for å komme i aktivitet og møte andre med lignende helseutfordringer i et uformelt miljø på dagtid. Et åpent hus med tilbud om aktiviteter, felles lunsj, og sosialt samvær med andre.	Innbyggere fra 18 år med psykiske plager som ønsker å treffe andre i et hyggelig sosialt miljø	Vinkelveien 7 Hverdager på dagtid	Tlf. 22 22 24 42 postmottak@bna.oslo.kommune.no

Start

Hvem kan
jeg spørre?Barn
0-6 årBarn
6-12 årBarn
13-18 årOver
18 årAlle
aldreForeldre
og familierFrivillig
sektorTverrfaglige
arenaerBarnehager
og skoler

Om BTI

Tilbud og tiltak for ungdom og unge voksne over 18 år

Her finner du en liste over tilbud og tiltak for barn og ungdom som ikke er aldersspesifikke.



	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Boopfølger <i>Krever vedtak</i>	Seksjon psykisk helse. Hjelp til å bo for seg selv med en fungerende struktur i hverdagen. Opplæring og veiledning i hjemmet.	Bydelens beboere fra 18 år og oppover med psykiske plager som har behov for hjelp til innlæring av daglige gjøremål i hjemmet og til å skape struktur i hverdagen	Etter avtale	Helse og Mestring avd Psykisk helse Tlf. 21 80 21 80 Søknad/henvisning til tjenesten sendes til Søknadskontoret i bydelen til postmottak@bna.oslo.kommune.no
Ettervern <i>Krever vedtak</i>	Sikre god omsorg og støtte i overgangen ungdom/voksen.	18–25 år. Etter samtykke	Etter avtale	Nordre Aker barnevernstjeneste Tlf. 941 45 677 Les mer
PPT <i>Krever vedtak</i>	Pedagogisk-psykologisk tjeneste	Barn og unge med behov for spesialundervisning	Etter avtale	Tlf. 23 46 54 00 postmottak@ude.oslo.kommune.no
ROP-tjenesten <i>Krever vedtak</i>	Seksjon psykisk helse. Motivere mennesker som strever med psykiske helseproblemer i kombinasjon med rus til å styrke egen livssituasjon. Oppfølging i form av samtaler, hjemmebesøk, samarbeid med andre aktuelle tjenester, motivasjonsarbeid.	Innbyggere fra 18 år som har behov for hjelp med psykiske problemer i kombinasjon med rusproblemer	Etter avtale	Helse og Mestring avd. Psykisk helse Tlf. 21 80 21 80 Søknad/henvisning til tjenesten sendes til Søknadskontoret i bydelen til postmottak@bna.oslo.kommune.no
Støttekontakt <i>Krever vedtak</i>	Støttekontakt møter ungdommen en gang per uke for ulike aktiviteter etter behov. Iverksettes som et tiltak i tillegg til endringsrettede tiltak.	Barn og ungdom opp til 18 år (25 år)	Etter avtale med Nordre Aker barnevernstjeneste	Nordre Aker barnevernstjeneste Tlf. 941 45 677 barneverntjenesten@bna.oslo.kommune.no www.oslo.kommune.no



Tilbud og tiltak for ungdom og unge voksne over 18 år

Her finner du en liste over tilbud og tiltak for barn og ungdom som ikke er aldersspesifikke.

	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Team psykisk helse Krever vedtak	Seksjon psykisk helse. Psykisk helsehjelp med mål om å gi rask hjelp og være "los" videre i systemet. Vurderinger, råd, veiledning og støttesamtaler.	Innbyggere fra 18 år og oppover, med behov for psykisk helsehjelp	Etter avtale	Helse og Mestring avd Psykisk helse Tlf. 21 80 21 80 Søknad/henvisning til tjenesten sendes til Søknadskontoret i bydelen postmottak@bna.oslo.kommune.no

Start

Hvem kan jeg spørre?

Barn 0-6 år

Barn 6-12 år

Barn 13-18 år

Over 18 år

Alle aldre

Foreldre og familier

Frivillig sektor

Tverrfaglige arenaer

Barnehager og skoler

Om BTI

Tilbud og tiltak uavhengig av alder



	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Familievernkontoret Enerhaugen	Kontoret gir tilbud om terapi, rådgivning og veiledning når det er vansker, konflikter eller kriser i familien.	Familier	Etter avtale	Tlf. 466 17 010 enerhaugen.familievernkontor@bufetat.no bufetat.no
Nettpatruljen	Politiets tilstedeværelse på nett. Politiet gir råd om hvordan du kan forebygge kriminalitet eller løse konkrete problemer. Nettpatruljen tar alle typer henvendelser.	Innbyggere		Tlf. 02800 www.facebook.com/nettpatrulje-noslo/ www.politiet.no/oslo
Nettstedet Null mobbing	Informasjon og veiledning til barn, unge og foreldre om mobbing, rettigheter og hva man kan gjøre/gå frem.	Barn, unge og foreldre	Se nettside	www.udir.no/nullmobbing
Oslo krisesenter	Bosenter og dagsenter for kvinner og deres barn som er blitt utsatt for vold og trenger beskyttelse og/eller råd og veiledning. Eget krisesenter for menn. Gratis.	Alle aldre, voldsutsatt	Døgnåpen telefon	Tlf. 22 48 03 80 postmaster@oslokrisesenter.no , mann@oslokrisesenter.no www.oslokrisesenter.no
Paraidrett Oslo	Idrett for folk med funksjonsnedsettelse.	Folk med funksjonsnedsettelse	Varierer	Oslo idrettskrets/div klubber
Pårørendesenteret Oslo PIO	Støttesenter for pårørende. Vi tilbyr råd og veiledning for deg som er pårørende, enten du er forelder, barn, søsken, kjæreste, ektefelle eller bare en god kollega eller nabo. Våre rådgivere er fagpersoner med egen pårørendeerfaring.	Pårørende	Varierer Hammersborg torg 3	Tlf .21 52 53 53 post@piosenteret.no https://piosenteret.no/

Start

Hvem kan
jeg spørre?Barn
0-6 årBarn
6-12 årBarn
13-18 årOver
18 årAlle
aldreForeldre
og familierFrivillig
sektorTverrfaglige
arenaerBarnehager
og skoler

Om BTI



Tilbud og tiltak uavhengig av alder

	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Statens barnehus	Konsultasjonsteamet tilbyr konsultasjoner når det er bekymring for om barn og unge kan være utsatt for vold, seksuelle overgrep og alvorlig omsorgssvikt.	Offentlige, barn, unge og pårørende	Ta kontakt	www.statensbarnehus.no
Nok. Oslo - Senter mot incest og seksuelle overgrep	Gratis lavterskeltilbud uten krav til henvisning for utsatte, pårørende og fagfolk. Samtaler, selvhjelpsgrupper, råd og veiledning, gratis infomateriell.	Alle aldre, seksuelt misbruk	Akersgata 1, 0158 Oslo. Tirsdag, torsdag, fredag kl. 10.00–15.30 Mandag kl. 12.00–20.30	Tlf. 23 31 46 50 www.nokoslo.no

Start

Hvem kan
jeg spørre?Barn
0-6 årBarn
6-12 årBarn
13-18 årOver
18 årAlle
aldreForeldre
og familierFrivillig
sektorTverrfaglige
arenaerBarnehager
og skoler

Om BTI

Tilbud og tiltak uavhengig av alder



	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Besøkshjem <i>Krever vedtak</i>	Gi barna positive opplevelser, noe annet enn hva det daglige kan dekke.	Barn, fortrinnsvis under 14 år	Etter avtale Et hjem for barnet en helg i måneden	Barneverntjenesten Tlf. 941 45 677 barneverntjenesten@bna.oslo.kommune.no
BUP <i>Krever vedtak</i>	Barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk. Spesialhelsetjenestetilbud.	Barn 0 - 18 år	Etter avtale	BUP Nord, Oslo Les mer
Fosterhjem <i>Krever vedtak</i>	En ordinær familie som kan gi barn og unge, som lever under omsorgssvikt, trygge rammer og tilstrekkelig omsorg.	Barn og unge som barneverntjenesten har overtatt omsorgen for, eventuelt barn og unge som plasseres med samtykke fra foreldrene.	Etter avtale	Nordre Aker barneverntjeneste. Nydalsveien 21 0403 Oslo. Tlf. 941 45 677 barneverntjenesten@bna.oslo.kommune.no
Institusjoner <i>Krever vedtak</i>	Alternativt omsorgstilbud til barn og ungdom. Kan både være på grunn av omsorgssituasjonen til barnet/ungdommen og adferden hos barnet/ungdommen.	Barn opp til 18 år (25 år). Ta kontakt med barneverntjenesten for spørsmål	Etter avtale	Nordre Aker barneverntjeneste Tlf. 941 45 677 barneverntjenesten@bna.oslo.kommune.no
PPT, pedagogisk-psykologisk tjeneste <i>Krever vedtak</i>	Pedagogisk- psykologisk tjeneste. Vi er en støttetjeneste for barnehager, skoler og voksenopplæringsentere i Oslos 15 bydeler.	Barn og elever som har ulike behov for tilrettelegging av opplæringen.	Ved behov	Ta kontakt med aktuell skole/elevens skole, barnehage. Les mer

Tilbud og tiltak for foreldre og familier



	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Barselomsorg	hjemmebesøk av jordmor etter fødsel. 1-3 dager etter hjemkomst fra sykehuset.	Alle kvinner som nettopp har født	Hjemme, etter avtale	Nydalen helsestasjon Tlf. 23 47 07 00
BUA Nordre Aker	BUA Nordre Aker er en utstyrssentral hvor du kan låne sports- og fritidsutstyr gratis.	Bydelens innbyggere (0-100 år)	Se åpningstider på www.bua.io	bua@bna.oslo.kommune.no www.bua.io Les mer
COS-foreldreveiledning	Forbedre foreldrenes innsikt i barnets omsorg og behov. Ukentlige samtaler i gruppe med andre foreldre.	Alle foreldre som ønsker veiledning	To timer hver uke over 10 uker	Helsestasjonen, tverrfaglig ressursteam og barneverntjenesten Les mer
FAFUS	Forebygging av uønsket svangerskap og abort.	Særlig sårbare kvinner, hovedsakelig kvinner som har født og hovedsakelig kvinner med minoritetsbakgrunn	Etter avtale	Nydalen helsestasjon Tlf 23 47 07 00
Familieveileder	Gratis familieveileder for par som opplever foreldrerollen og / eller parforholdet som utfordrende. Gratis.	Familier, par og gravide	Kontakt Nydalen helsestasjon for avtale	Nydalen helsestasjon Tlf. 23 47 07 00 Les mer
Familievernkontoret Enerhaugen	Kontoret gir tilbud om terapi, rådgivning og veiledning når det er vansker, konflikter eller kriser i familien.	Familier	Etter avtale	Tlf. 466 17 010 enerhaugen.familievernkontor@bufetat.no Les mer
Forebyggende barnevern	Gi forebyggende hjelp slik at barnevernssak kan forhindres, informasjon, råd og veiledning.	Barn og unge. Foreldre, offentlige instanser, skole og bhg.	Kontinuerlig	Nordre Aker barneverntjeneste Tlf. 941 45 677 Les mer

Tilbud og tiltak for foreldre og familier



	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Frisklivssentralen Bydel Nordre Aker	Hjelp til å endre levevaner innenfor fysisk aktivitet, kosthold, tobakk/annen avhengighet, og søvn. Tilbudet er gratis.	Alle over 16 år som bor i bydelen og som har behov for støtte til å endre levevaner og mestre helseutfordringer på grunn av sykdom eller økt risiko for sykdom.	En frisklivsperiode varer i tre måneder og starter og avsluttes med en helsesamtale. Snakk med fastlegen om frisklivsresept eller ta direkte kontakt for oppstartssamtale.	Tlf. 948 34 601 frisklivssentralen@bna.oslo.kommune.no
ICDP foreldreveiledning	Foreldreveiledning i grupper	Foreldre med barn i alderen 12 til 18 år	Ett kurs varer 8 kvelder	Nordre Aker barneverntjeneste Tlf. 941 45 677 Les mer
NAV	Råd, veiledning og økonomisk støtte.	Innbyggere i bydelen	Gullhaugveien 7. Publikumsmottaket har åpent kl. 10 – 14	NAV Nordre Aker Tlf. 55 55 33 33 www.nav.no Les mer
Oslohjelpa Nordre Aker	Tilbud om hjelp til familier med barn i alderen 0-6 år. Hjelpen tar utgangspunkt i familien behov og tilpasses etter det. vi tilbyr rask hjelp og du kan selv ta kontakt med oss.	Familier med barn i alderen 0-6 år som er bosatt i bydel Nordre Aker.	Besøksadresse: Nydalsveien 21, 0460 Oslo. Mandag til fredag kl. 8.00 – 15.35	Tlf: 477 99 385 oslohjelpa@bna.oslo.kommune.no Les mer
Oslo krisesenter	Bosenter og dagsenter for kvinner og deres barn som er blitt utsatt for vold og trenger beskyttelse og/eller råd og veiledning. Eget krisesenter for menn. Gratis.	Alle aldre, voldsutsatt	Døgnaåpen telefon	Tlf. 22 48 03 80 postmaster@oslokrisesenter.no , mann@oslokrisesenter.no www.oslokrisesenter.no
Pårørendetelefonen	Samtaletilbud til pårørende i regi av bydelen.	Pårørende i bydel Nordre Aker	Hverdager kl. 10-14	Tlf. 90 19 63 10

Tilbud og tiltak for foreldre og familier



	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Pårørendesenteret Oslo PIO	Støttesenter for pårørende. Vi tilbyr råd og veiledning for deg som er pårørende, enten du er forelder, barn, søsken, kjæreste, ektefelle eller bare en god kollega eller nabo. Våre rådgivere er fagpersoner med egen pårørendeerfaring.	Pårørende	Varierer. Hammersborg torg 3	Tlf .21 52 53 53 post@piosenteret.no https://piosenteret.no/
Rask psykisk helsehjelp	Tidlig hjelp slik at problemene ikke utvikler seg. Du kan ta kontakt uten henvisning fra lege og tilbudet er gratis.	Innbyggere i bydelen over 16 år	Timeavtale	Tlf. 41 49 49 73 rph@bna.oslo.kommune.no www.oslo.kommune.no/helse-og-omsorg/
SaLTo Råd og veiledning	Veiledning til barn og unge / familier, der unge i alderen 12 - 22 år opplever utfordringer knyttet til rus og kriminalitet. Tilbud til familier og enkeltpersoner som opplever nære relasjoner, venner, bekjente mfl. som uttrykker hat, fremmedfrykt, radikale, voldelige og/eller ekstreme holdninger som skaper frykt og bekymring.	Innbyggere bydel Nordre Aker	Etter avtale	SaLTo- koordinator Alf Bakkland Tlf. 940 14 981 alf.bakkland@bna.oslo.kommune.no Les mer
Sinnemestringskurs	Du får hjelp til å finne ut hva som ligger bak sinne, og verktøy til å kontrollere det.	Kurs til deg som til deg som har problemer med å finne passende reaksjonsformer	Etter avtale	Nordre Aker barneverntjeneste Tlf. 94 14 56 77 barneverntjenesten@bna.oslo.kommune.no Les mer
Stafettlogg	Lavterskel koordinering av innsatser rundt et barn. Utarbeides i samarbeid med barn/foreldre.	Barn, unge og familier med behov for økt oppmerksomhet i en periode	Stafettlogg startes ved helsestasjon, i barnehage eller skole. Stafettholder i tjenesten tar ansvaret for koordinering	Helsestasjon, barnehage, skole Les mer

Start

Hvem kan
jeg spørre?Barn
0-6 årBarn
6-12 årBarn
13-18 årOver
18 årAlle
aldreForeldre
og familierFrivillig
sektorTverrfaglige
arenaerBarnehager
og skoler

Om BTI



Tilbud og tiltak for foreldre og familier

	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Statens barnehus	Konsultasjonsteamet tilbyr konsultasjoner når det er bekymring for om barn og unge kan være utsatt for vold, seksuelle overgrep og alvorlig omsorgssvikt.	Offentlige, barn, unge og pårørende	Ta kontakt	www.statensbarnehus.no
Nok Oslo Senter mot Incest og seksuelle overgrep Oslo	Gratis lavterskeltilbud uten krav til henvisning for utsatte, pårørende og fagfolk. Samtaler, selvhjelpsgrupper, råd og veiledning, gratis infomateriell.	Alle aldre, seksuelt misbruk	Akersgata 1, 0158 Oslo. Tirsdag, torsdag, fredag kl. 10.00–15.30 Mandag kl. 12.00–20.30	Tlf. 23 31 46 50 www.nokoslo.no
Åpen dør barnehager	Et tilbud til foresatte hvor de kan ta en uforpliktende samtale om hva det måtte være. Her møter du kompetente fagfolk som kan gi deg innspill og råd.	Foresatte	I barnehagene, 20 møter per år i 5 ulike barnehager	Den enkelte barnehage Les mer
Åpen dør helsestasjon	Gratis lavterskeltilbud uten timeavtale.	Foreldre med barn 0-2 år	Nydalen helsestasjon tirsdag og torsdag kl. 13 - 15	Tlf. 23 47 07 00 Les mer



Tilbud og tiltak for foreldre og familier

	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Familieråd <i>Krever vedtak</i>	Sørge for at nettverket til barnet får mulighet til å hjelpe familien. Innholdet kan være alt fra praktisk bistand til økonomi, ferieturer, aktiviteter og lignende. Barneverntjenesten bestiller koordinator fra Barne- og familieetaten, som vil koordinere familierådet. Alle involverte instanser kommer med sitt kjennskap til barnet. Rådet blir stilt noen spørsmål de skal besvare og komme til enighet om.	Alle familier med barn	Etter avtale	Nordre Aker barneverntjeneste Tlf. 94 14 56 77 barneverntjenesten@bna.oslo.kommune.no www.bufdir.no/barnevern/tiltak_i_barnevernet/familierad/
Familieteam <i>Krever vedtak</i>	Å gi foreldre veiledning slik at omsorgen bedres. Hjemmebesøk og observasjon, råd og veiledning, tilsyn under samvær. Fra en til flere ganger i uken over en tidsavgrenset periode.	Alle barn og unge som det er knyttet bekymring til. Avhengig av samarbeid med foreldrene etter samtykke. Ta kontakt med barneverntjenesten for spørsmål.	Etter avtale	Nordre Aker barneverntjeneste Tlf. 94 14 56 77 barneverntjenesten@bna.oslo.kommune.no
Råd og veiledning <i>Krever vedtak</i>	Råd og veiledning til familier, barn, unge og unge voksne fra barnevernstjenesten.	Alle, foreldre, barn, ungdom, unge voksne	Omfang: Alt etter behov, evalueres minst hver tredje måned	Barneverntjenesten Tlf. 941 45 677
Senter for foreldre og barn <i>Krever vedtak</i>	Styrke ressurser og kartlegge familiens fungering. Familien blir kontinuerlig observert og veiledet. Ta kontakt med barneverntjenesten for spørsmål.	Familier med barn opptil 14 år	På Senter for foreldre og barn i opptil tre måneder	Nordre Aker barneverntjeneste Tlf. 941 45 677 barneverntjenesten@bna.oslo.kommune.no

Les mer

Start

Hvem kan jeg spørre?

Barn 0-6 år

Barn 6-12 år

Barn 13-18 år

Over 18 år

Alle aldre

Foreldre og familier

Frivillig sektor

Tverrfaglige arenaer

Barnehager og skoler

Om BTI

Tilbud fra frivillig sektor



Utvalg	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Aleneforeldreforeningen Rødhette	Rødhette er et tilbud til aleneforeldre i Oslo som tilbyr avlastning, barnepass og felles aktiviteter. Tilbudet baserer seg på et ytelse-mot-ytelse prinsipp der foreldrene får hjelp til barnepass og gjengjelder ved selv å stille som barnepasser for andres barn. Det er alltid en fast ansatt til stede.	Aleneforeldre	Magnus gate 13, Tøyen, Bydel Gamle Oslo	odhette@affo.no Tlf. i åpningstiden: 981 23 544 https://affo.no/rodhette/
Aktivitetsguide	Aktivitetsguiden er et gratis tilbud i hele Oslo som hjelper barn og unge med å finne veien inn i et idrettslag. Snakker 18 språk.	Barn og unge mellom 6-18 år og deres familie	Etter avtale	Oslo idrettskrets www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/oslo/aktivitet/aktivitetsguide/
A-senteret: barnegruppe	A-senteret i regi av Kirkens Bymisjon gir tilbud om støtte og aktivitetsgruppe for barn fra 9-12 år som har foreldre med et rusproblem. Tilbudet er gratis.	Barn fra 9-12 år som har foreldre med et rusproblem	Ekebergveien 1c Etter avtale	Tlf. 23 26 50 00 a-senteret@bymisjon.no
Barnas jurist	Gratis rettshjelp til folk under 25 år	Folk under 25 år	Etter avtale	www.barnasjurist.no Les mer
Barnas stasjon	Samtaler og veiledning, gruppetilbud og kurs: for eksempel pappagruppe, COS-P, aktivitetsgruppe. Bruktbod.	Familier med minst ett barn i alderen 0-12 år	Blå Kors	Blåkors ved Sophie Leenders Tlf. 932 46 555 Les mer
Blå Kors	Forebyggende tiltak i tillegg til behandling og rehabilitering av mennesker og deres familier.	0-100 år	Ta kontakt	www.blakors.no/barn-omsorg-og-frivillighet/ Les mer
BUA Nordre Aker	BUA Nordre Aker er en utstyrssentral hvor du kan låne sports- og fritidsutstyr gratis.	Bydelens innbyggere (0-100)	Se åpningstider på nettsiden www.bua.io	bua@bna.oslo.kommune.no Les mer

Start

Hvem kan jeg spørre?

Barn 0-6 år

Barn 6-12 år

Barn 13-18 år

Over 18 år

Alle aldre

Foreldre og familier

Frivillig sektor

Tverrfaglige arenaer

Barnehager og skoler

Om BTI

Tilbud fra frivillig sektor



Utvalg	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Deichmans bibliotek Nydalen	Bydelens lokale bibliotek. Tilbyr Formidling til barnehager og skoler.	Bydelens innbyggere	Se hjemmeside https://deichman.no/bibliotekene/nydalen	Tlf. 416 98 032 nydalen@deichman.no Les mer
Ferie for alle	Gratis ferietilbud til familier med svak økonomi. Søkes gjennom Røde Kors.	Barn 6-13 år	Etter avtale	www.rodekors.no Les mer
Fontenehuset	Vi tilbyr en mulighet til å ta del i et arbeidsfellesskap hvor målet er å bidra til bedre psykisk helse og en vei tilbake til arbeids- og samfunnsliv. Egne tider for Ung på huset 18-30 år.	18 år og oppover, med en psykisk sykdomshistorie	Holbergs gate 5	Tlf. 22 99 34 80 www.fontenehuset.no
Foreldresupport	Foreldresupport er en gratis og anonym telefon- og chattetjeneste for omsorgspersoner med barn under 18 år, som trenger hjelp, veiledning eller har behov for å lufte tankene sine med noen.	Foreldre	Telefon og chatt er åpen hele døgnet, alle dager, året rundt	Tlf. 116 123 (tast 2)
Gatejuristen	Gratis rettshjelp til folk som har eller har hatt rusproblemer.	Alle	Etter avtale	www.gatejuristen.no Les mer
Home-Start	Familiestøtteprogram.		Etter avtale	www.frelsesarmeen.no Les mer
Jentecoach Sisterhood of Oslo	Personlig coach som lytter, støtter og motiverer.	Jenter 12-22 år	Etter avtale	www.sisterhood.no Les mer
Jentegruppe Sisterhood of Oslo	Fritidstilbud med formål om å styrke selvfølelse, selvtillit, selvilde og finne tilhørighet i en trygg gruppe.	12-22 år	Etter avtale	www.sisterhood.no Les mer

Start

Hvem kan
jeg spørre?Barn
0-6 årBarn
6-12 årBarn
13-18 årOver
18 årAlle
aldreForeldre
og familierFrivillig
sektorTverrfaglige
arenaerBarnehager
og skoler

Om BTI

Tilbud fra frivillig sektor



Utvalg	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Jobb gjennom Generasjon M	Generasjon M er et ideelt selskap som skaper meningsfulle deltidsjobber for ungdom og aktivitet	Engasjerte ungdom mellom 14-20 år		https://generasjonm.no
Kompasset	Terapi og rådgivning. Vi tilbyr gratis terapi- og rådgivning ved våre avdelinger, eller gjennom videosamtaler på nett. Du tar selv kontakt med oss og trenger ingen henvisning fra lege eller andre. Tilbudet er gratis.	Unge mellom 14 og 35 år som har vokst opp i et hjem med alkohol- eller andre rus-problemer	Etter avtale Storgata 38 www.blakors.no/kompasset	kompasset.oslo@blakors.no Tlf. 474 53 781
Kors på halsen	Samtale og støttetilbud, Røde Kors.	0-18 år	Ring, chat eller mail	Tlf. 800 33 321 www.korspahalsen.no Les mer
Leksehjelp Deichman bibliotek Majorstua	Gjør lekser sammen med andre, med eller uten veiledning.	skolebarn og unge	Majorstua bibliotek. Harald Hårfagresgt. 2 . https://deichman.no	Tlf. 23 43 29 00 (sentralbord) majorstuen@deichman.no
LINK Oslo	LINK Oslo er et nøytralt og byomfattende selvhjelpshus for Oslos innbyggere.	Personer som ønsker å delta i en selvhjelpsgruppe når livet oppleves som problematisk	Hverdager kl. 09.00–15.00	Tlf. 22 96 15 40 https://linkoslo.no/#hjem Kontaktskjema på hjemmesiden
Menighetene i Nordre Aker	Vi har et bredt tilbud til barn, ungdommer og barnefamilier, og alle er velkomne til å delta.	Innbyggere	Nordberg, Grefsen, Maridalen og Bakkehaugen menighet.	Se den enkelte menighets hjemmesider
Mentor	Veileder inntil fire timer i uken, kan bistå deg på veien mot å nå dine mål.	Unge 13-19 år	Etter avtale	www.rodekors.no Les mer

Start

Hvem kan jeg spørre?

Barn 0-6 år

Barn 6-12 år

Barn 13-18 år

Over 18 år

Alle aldre

Foreldre og familier

Frivillig sektor

Tverrfaglige arenaer

Barnehager og skoler

Om BTI

Tilbud fra frivillig sektor



Utvalg	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Mira-senteret	MiRA – Ressurssenter er en møteplass for engasjerte og samfunnsaktive kvinner og jenter med minoritetsbakgrunn	Barn, unge jenter og kvinner med minoritetsbakgrunn		www.mirasenteret.no
Mestringskurs for ungdom (DU)	Kurs i belastningsmestring for unge.	Unge 14–20 år	Etter avtale	www.psykiskhelse.no Les mer
Natteravnene	Foreldreiniterte vandringer kveld og natt Trygger nærmiljøet for unge.	Voksne	FAU organiserer på hver skole	www.trikkehallen.no/natteravnene/
Nettverk Ung	Nettverk hjelper unge å holde seg unna kriminalitet, Røde Kors.	15–23 år	Etter avtale	www.rodekors.no/oslo Les mer
Paraidrett Oslo	Idrett for folk med funksjonsnedsettelse.	Folk med funksjonsnedsettelse	Varierer	Oslo idrettskrets/div klubber Les mer
Pårørendehuset	Frelsesarmeens senter for pårørende til personer med psykiske lidelser eller rusutfordringer.	Pårørende til personer med psykiske lidelser eller rusutfordringer	Maridalsveien 158	Tlf: 459 71 678 parorendehuset@frelsesarmeen.no Les mer
Pårørendetelefon	Landsdekkende rådgivningstelefon for pårørende.	Pårørende	Mandag–fredag kl. 10–15 Tirsdag kl. 11–19	22 49 19 22
Reduksjon i kontingent	Felles avtale i idretten om å tilby redusert kontingent ved behov.	Medlemmer i idrettslag som har inngått avtalen	Sjekk avtalen og ta kontakt med eget idrettslag	www.oslo.kommune.no/bydeler/bydel-nordre-aker/#gref Les mer

Tilbud fra frivillig sektor



Utvalg	Hva er dette	For hvem	Hvor/når	Kontakt
Riverside	Riversideprosjektet skal bidra til selvstendiggjøring av ungdom gjennom å skape en arena av ulike forebyggende og kompetansegivende tiltak.	15-23 år		www.riverside.no/om-riverside-ungdomshus/
Robust	Forebyggende tilbud til barn og unge i skolealder og deres familier.	Barn og familier i skolealder	Etter avtale	Robust Tlf. 920 32 916 Les mer
SK Vidar Funkis	Funkisgruppe i sportsklubben Vidar. Medlemskontigent. På vårparten trenes det onsdager fra 19:00 - 20:30, med både løp, styrke, og balanse-trening. Treningene er tilpasset alle nivåer, og på hver trening tilbys ledsagerbistand til synshemmede og andre som ønsker ledsager.	Alle Personer med nedsatt funksjonsevne	Ukentlige fellestreninger på Bislett stadion i sommersesongen	www.skvidar.no www.skvidar.no/SK-Vidar/Sidemeny/Funkis.html
Snakk om mobbing	Anonym chat-tjeneste	alle unge som er berørt av mobbing	Chat søndag-torsdag kl. 15.00-21.00	www.snakkommobbing.no Les mer
Ung Arena Vest	Et sted å gå for å snakke om det som er vanskelig eller komme i kontakt med noen som har kompetanse til å hjelpe gratis og anonymt.	12-25 år	Etter avtale	www.ungarena.no



Hvem er vi?	Aline konsultasjonsteam for sped- og småbarn 0-3 år
Målgruppe(r)	Fagpersoner i private og offentlige virksomheter der ansatte jobber med de aller minste barna. Oslos helsestasjoner, barnehager, barneverntjenester, BUP-er, andre hjelpeinstanser for de minste og familiene deres.
Formål/hensikt	Konsultasjonsteamet er et supplerende tiltak for å få et tverrfaglig perspektiv på din bekymring og styrke din handlingskompetanse. Sakene drøftes med metoden reflekterende team. Du legger fram saken. Dette får du hjelp med av koordinator for teamet. Under konsultasjonen blir du intervjuet av koordinator mens konsultasjonsteamet lytter, deretter reflekterer teamet over informasjonen som er kommet frem i intervjuet, mens du som rådsøker hører på. Det åpnes for avklarende spørsmål mot slutten av konsultasjonstiden, men det er ditt ansvar å ta stilling til refleksjonene og hvordan du skal håndtere saken videre.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Konsultasjonsteamet er tverrfaglig sammensatt av lege, helsesykepleier, psykolog og andre fagpersoner med videreutdanning. De er barnevernspedagog, sosionom, barnehagelærer eller spesialpedagog «i bunn». Teamet har spisskompetanse og mengdetrening på omsorgsbehovene til de minste, samt utredning og hjelp i sped- og småbarnsalder, og støtte til foreldre. Konsultasjonsteamet har spesialkunnskap, både om «barnets stemme» før det utvikler språk og om risikofylte familie- og ramme betingelser.
Kontaktopplysninger	E-post: postmottak.aline-konsultasjonsteam@bfe.oslo.kommune.no Telefon: 47 78 64 66 (ring eller send SMS hverdager 8-15)
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no



Hvem er vi?	Ammeveileder ved Nydalen helsestasjon, Avdeling Oppvekst- og familie. Ammeveileder er helsesykepleier med utvidet ammekunnskap. Nydalen helsestasjon er godkjent som ammekyndig helsestasjon.
Målgruppe(r)	Nybakte foreldre.
Formål/hensikt	Ammeveileder kan «rykke» raskt hjem til nybakte mødre som sliter med å etablere amming/flaskemating.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Ammeveileder (helsesykepleier) kan tilby raskt hjemmebesøk til nybakte mødre som: • Ikke har kommet i gang med amming pga. tidlig utskrivning fra barselopphold på sykehuset. • Har utfordringer med ammingen • Ammeveilederen kan følge opp hjemme hos familien en eller flere ganger. • Barnet kan få vektoppfølgning hjemme. • Dette tilbudet er gratis.
Kontaktopplysninger	Nydalen helsestasjon, Besøksadresse: Nydalsveien 21 0403 Oslo Tlf.: 23 47 07 00 Åpningstider: Mandag til fredag kl. 08.00-15.30 E-post: nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no

Barnehage i skole med flerbrukstilbud

Utvidet informasjon - Kjelsås skole barnehage



42

Hvem er vi?	Kjelsås skole barnehage
Målgruppe(r)	1-6 år
Formål/hensikt	Kjelsås skole barnehage består av 7 av delinger hvorav to av avdelingene holder til ved flerbruksavdeling. Barnehagen bruker skolens gymsal daglig. Barnehagen har i tillegg tilgang til skolens bibliotek og fortellerrom. Vi har også samarbeid med Kjelsås IL og benytter oss av Langsetløkka en til to dager i uken. Vi kan benytte oss av langrennsgruppa sin varmestue.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	• Gymsal • Idrettspedagog • Tilgang til deler av skolens lokaler som aula, bibliotek og skolegård
Kontaktopplysninger	Besøksadresse: Asbjørnsensvei 3 Åpningstider 7.30-17.00 Tlf. 940 13 565
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no/barnehage/finn-barnehage-i-oslo/kjelsas-skole-barnehage/#gref

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	Helsestasjonstjenesten, Nydalen helsestasjon, Avdeling oppvekst og familie
Målgruppe(r)	Nybakte foreldre
Formål/hensikt	Nettverksskapende gruppetilbud
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Helsestasjonen igangsetter barselgrupper. Vi sender ut brev med invitasjon med tidspunkt for gruppeavtale på helsestasjonen til 7-9 nybakte foreldre. Helsestasjonen tilbyr et barseltreff på helsestasjonen og oppfordrer gruppene videre til å treffes. Tilbudet er gratis.
Kontaktopplysninger	Nydalen helsestasjon, Besøksadresse: Nydalsveien 21, 0403 Oslo Tlf. 23 47 07 00 Åpningstider: Mandag til fredag kl. 08.00-15.30 nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no

Bassenggrupper

Utvidet informasjon



44

Hvem er vi?	Tverrfaglig ressursteam, fysioterapi for barn, Avdeling Oppvekst- og familie
Målgruppe(r)	Barn med nedsatt funksjonsevne 0 – 6 år
Formål/hensikt	En arena til aktivitet og bevegelsesglede
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	• Utøvelse av motoriske ferdigheter • Opplevelse av bevegelsesglede • Bli trygg i vann • Møte barn med like utfordringer • Innøvelse av AFL ferdigheter Tilbudet er gratis
Kontaktopplysninger	Bergtunet barnehage Bergsalleen 21 Ta kontakt med Tverrfaglig ressursteam på tlf. 21 80 21 80
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI

Bevegelsesgrupper

Utvidet informasjon



45

Hvem er vi?	Tverrfaglig ressursteam, ergo – fysioterapi barn
Målgruppe(r)	Barn med nedsatt funksjonsevne 0 – 6 år
Formål/hensikt	En møteplass for barn med like utfordringer
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	• Utøvelse av motoriske ferdigheter • Utøvelse av språk, begrepsforståelse, ADL ferdigheter • Inspirasjon og motivasjon for støttepedagoger som jobber med barna
Kontaktopplysninger	Tverrfaglig ressursteam Adresse: Nydalsveien 21, 0403 Oslo Tlf. 21 80 21 80
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	BUA Nordre Aker er en utstyrssentral hvor du kan låne sports- og fritidsutstyr gratis.
Målgruppe(r)	Bydelens innbyggere (0-100 år)
Formål/hensikt	Utlån av sport- og fritidsutstyr
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	I BUA kan du låne sport- og fritidsutstyr helt gratis. Alle kan låne, selv om tilbudet retter seg mot barn og unge. Som hovedregel kan utstyret lånes i inntil en uke, og det er viktig at utstyret leveres tilbake innen avtalt tid. Det må være en myndig person (over 18 år) med bostedsadresse i Norge som er ansvarlig for lånet. Det er mulig for større barn og ungdommer å låne utstyr uten at ansvarlig myndig person er med. Tilbudet er gratis.
Kontaktopplysninger	Adresse: Maridalsveien 292, 0872 Oslo. bua@bna.oslo.kommune.no Tlf. 47780906 (betjent i åpningstidene)
Hjemmeside	www.bua.io



Hvem er vi?	Familieveileder tilknyttet Nydalen helsestasjon, avdeling Avdeling Oppvekst- og familie
Målgruppe(r)	Familier med problemer/ konflikter knyttet til foreldrerollen/parforholdet. Foreldre som er nedstemte/ deprimerte. Kan få hjelp til å sortering – eventuell videre henvisning.
Formål/hensikt	Samtale rundt tema foresatte tar kontakt for
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Avtalte samtaler med familieveileder ved hjemmebesøk eller på helsestasjonen. • Drop inn samtale hvor helsesykepleier henter inn familieveileder til en konsultasjon • Familieveileder er tilstede på Åpen dør Tilbudet er gratis.
Kontaktopplysninger	Nydalen helsestasjon, Besøksadresse: Nydalsveien 21 0403 Oslo Tlf. 23 47 07 00 Åpningstider: Mandag til fredag kl. 08.00-15.30 nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no

Fysioterapigrupper

Utvidet informasjon



48

Hvem er vi?	Tverrfaglig ressursteam, fysioterapi barn, Oppvekst- og familieavdeling
Målgruppe(r)	Førstegangsførelde
Formål/hensikt	Informasjon om bevegelsesutvikling barn første leveåret
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Gruppetilbud organisert av helsestasjon ism fysioterapeuter barn på Nydalen helsestasjon Tilbudet er gratis
Kontaktopplysninger	Besøksadresse: Nydalen helsestasjon Tlf. 234 70 700 nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI

Helse- og omsorgstjenester for barn og unge

Utvidet informasjon



49

Hvem er vi?	Helse- og omsorgstjenester for barn og unge, Tverrfaglig ressursteam
Målgruppe(r)	Barn og unge med nedsatt funksjonsevne og deres pårørende
Formål/hensikt	Kartlegge og tilby helse- og omsorgstjenester til barn og unge med nedsatt funksjonsevne
Vedtak	Ja
Hva kan vi tilby?	Samtale og veiledning om aktuelle tjenester, tilbud og nettverk for målgruppen. Saksbehandling etter helse- og omsorgstjenesteloven på tjenestene individuell plan, koordinator, støttekontakt, avlastning, BPA.
Kontaktopplysninger	Tverrfaglig Ressursteam, Seksjonsleder Hanna Knoff hanna.knoff@bna.oslo.kommune.no Ellen Valvåg ellen.valvag@bna.oslo.kommune.no Gina Kennedy gina.kennedy@bna.oslo.kommune.no Besøksadresse: Nydalsveien 21
Hjemmeside	

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	Helsestasjonstjeneste, Nydalen helsestasjon, Avdeling Oppvekst- og familie
Målgruppe(r)	For barn 0 – 5 år
Formål/hensikt	Helsefremmende og forebyggende tiltak på individ- og gruppenivå
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Vi tilbyr faste forebyggende og helsefremmende tiltak etter Nasjonale retningslinjer for helsestasjon og skolehelsetjeneste på ulike alderstrinn. Vi tilbyr individuelle konsultasjoner / samtaler og nettverksskapende grupper, samt oppfølging utover dette ved behov.
Kontaktopplysninger	Nydalen helsestasjon Besøksadresse: Nydalsveien 21, 0403 Oslo Telefon: 23 47 07 00 Åpningstid: Mandag til fredag kl. 8.00 – 15.30 nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no

Kode 10 samtaler

Utvidet informasjon



51

Hvem er vi?	Tverrfaglig ressursteam – støtteressursene til barn med spesielle behov, fysio-ergoterapi for barn og unge, avdeling Avdeling Oppvekst- og familie, Barnehagekontoret
Målgruppe(r)	Barn med funksjonsnedsettelse som har søkt barnehageplass med kode 10
Formål/hensikt	En møteplass for barn med like utfordringer
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Informasjonsutveksling mellom foreldre og Tverrfaglig ressursteam med tanke på hvilken barnehage barnet bør søkes til, i forhold til hva det trenger av tilrettelegging og ekstra ressurser.
Kontaktopplysninger	Tverrfaglig ressursteam, Adresse: Nydalsveien 21 0403 Oslo Tlf: 21802180
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	Helsestasjonstjenesten, Nydalen helsestasjon, Avdeling oppvekst og familie.
Målgruppe(r)	Foreldre med første felles barn
Formål/hensikt	Hensikten med hjemmebesøket er å bli kjent med familien der den lever livet sitt , og skape kontakt og tillit.
Vedtak	Vi kan tilby hjemmebesøk under graviditeten etter svangerskapsuke 28, samt flere hjemmebesøk etter fødsel og frem til barnet er 2 år gammelt. Det er primært samme helsesykepleier som foretar hjemmebesøk som har oppfølgingen av barnet inne på helsestasjonen. Tilbudet er gratis.
Hva kan vi tilby?	Nei
Kontaktopplysninger	Nydalen helsestasjon, Besøksadresse: Nydalsveien 21 0403 Oslo Tlf.: 23 47 07 00 Åpningstider: Mandag til fredag kl. 08.00-15.30 nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no



Hvem er vi?	Avdeling oppvekst
Målgruppe(r)	Familier med barn i alderen 0-6 år
Formål/hensikt	Tilby hjelp til familier med det familiene selv ønsker hjelp til. Lavterskeltilbud
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	• God og riktig hjelp til rett tid • Rask hjelp og enkelt å få tak i oss • Veiledning, støtte, råd og tips som omhandler familielivets utfordringer • Vi møter deg der du ønsker å møtes • Trenger ingen henvisning eller diagnose for å få hjelp • Gratis og lavterskeltilbud
Kontaktopplysninger	Besøksadresse: Nydalsveien 21, 0460 Oslo Tlf: 477 99 385 Åpningstider: mandag til fredag kl. 08.00-15.35 nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no/helse-og-omsorg/barn-ungdom-og-familie/oslohjelpa/#shortname=bna Facebook: Oslohjelpa bydel Nordre aker



Hvem er vi?	PPT arbeider med og støtte barnehagene/bydelene og skolene i deres arbeide for å gi et inkluderende opplæringstilbud til barn og elever som har ulike behov for tilrettelegging av opplæringen. PPT er delt inn i ulike seksjoner fra barnehage til videregående og voksenopplæring, samt kompetanseenheten for utadrettet veiledningstjeneste, og logopedseksjon.
Målgruppe(r)	Støttetjeneste for barnehager, skoler og voksenopplæringssentere.
Formål/hensikt	PPT skal arbeide forebyggende og bidra til at barnehager og skoler igangsetter tiltak tidlig, slik at barn og elever får den hjelpen de trenger, når de trenger det. I samarbeid med barnehager og skoler er vi med på å sikre en inkluderende praksis som fremmer helse, trivsel og læring.
Vedtak	Nei. Barnehage: Med utgangspunkt i PPT sin vurdering fatter bydelen vedtak som beskriver hvilken hjelp barnet skal få. Skole: Dersom sakkyndig vurdering konkluderer med at eleven ikke har tilfredsstillende utbytte av ordinær opplæring, skal rektor ved den enkelte skole fatte vedtak om spesialundervisning.
Hva kan vi tilby?	PPT tilbyr støtte og veiledning til barnehagene/bydelen og skolene for å greie ut behovet for tilrettelegging av opplæringen og eventuelt for å sette inn tiltak så tidlig som mulig. PPT kan hjelpe til med kompetanseutvikling og organisasjonsutvikling for å oppnå et inkluderende og tilrettelagt opplæringstilbud. Der loven eller forskrift til loven krever sakkyndig vurdering, er det den pedagogisk- psykologiske tjenesten som skal utarbeide vurderingen. Tilbudet er gratis.
Kontaktopplysninger	Fyrstikkalléen 3, 0661 Oslo Åpningstider: 8-15.35 Telefon: 23 46 54 00 postmottak@osloskolen.no
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no/skole-og-utdanning/spesialundervisning/spesialundervisning-og-ppt/#gref pptveiledning.osloskolen.no/om-ppt/om-oss/var-profil/

Premature barn

Utvidet informasjon



55

Hvem er vi?	Helsestasjonstjenesten, Nydalen helsestasjon, Avdeling Oppvekst- og familie
Målgruppe(r)	Nybakte foreldre med fortidligfødte barn
Formål/hensikt	Tett oppfølging av fortidligfødte barn for å følge med på utviklingen og å trygge foreldrene.
Vedtak	Ja/Nei
Hva kan vi tilby?	For babyer som er født for tidlig og blir liggende på sykehus, kan vi tilby et besøk på sykehuset for å etablere kontakt med familien. Etter hjemkomst tilbys familien ukentlig vektoppfølging av for tidlig fødte barn hjemme til barna veier rundt 3-3,5 kilo. Vi gir individuelle tilpasninger og oppfølging for å trygge dere som foreldre. Tilbudet er gratis.
Kontaktopplysninger	Nydalen helsestasjon Besøksadresse: Nydalsveien 21, 0403 Oslo Telefon: 23 47 07 00 Åpningstid: Mandag til fredag kl. 8.00 – 15.30 nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	Helsestasjonstjenesten, Nydalen helsestasjon, Avdeling Oppvekst og familie.
Målgruppe(r)	Tilbud til alle gravide kvinner i Nordre Aker bydel
Formål/hensikt	Formålet med svangerskapsomsorgen er oppfølging av gravide og partner i henhold til retningslinjer for svangerskapsomsorgen.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Jordmor tilbyr individuelle konsultasjoner til gravide og deres partnere Tilbudet er gratis
Kontaktopplysninger	Nydalen helsestasjon Besøksadresse: Nydalsveien 21, 0403 Oslo Telefon: 23 47 07 00 Åpningstid: Mandag til fredag kl. 8.00 – 15.30 nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no



Trikkehallen - Kurstilbud og aktiviteter

Utvidet informasjon

Hvem er vi?	Trikkehallen på Kjelsås, Kulturenheten
Målgruppe(r)	Barn og ungdom
Formål/hensikt	Ulike kurstilbud og aktiviteter for barn og ungdom
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	• www.trikkehallen.no/category/kurstilbud/ • Rollespill, dansekurs, teaterkurs, musikkteater, bandøving • Studio for musikkproduksjon Priser og tilbud varierer
Kontaktopplysninger	Midtoddveien 12 Åpen kafe/møteplass mandag - torsdag kl. 15-20. Fredag kl. 14-21 Tlf. 476 10 606 trikkehallen@trikkehallen.no / liv.husby@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	www.trikkehallen.no

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI

Åpen dør barnehager

Utvidet informasjon



58

Hvem er vi?	Barnehager, helsestasjon, barnevern, fysioterapeut og tverrfaglig ressursteam
Målgruppe(r)	Foresatte
Formål/hensikt	Lavterskeltilbud der foresatte kan få diskutere ulike problemstillinger knyttet til egen barn i barnehagealder. Du møter folk med ulik kompetanse.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	• Åpen dør tilbyr vi 20 ganger i løpet av et år, 10 ganger på høsten og 10 ganger på våren. Lokalisert i 5 ulike barnehager • Du trenger ikke avtale tid for samtale. Det er bare å møte opp på Åpen dør Tilbudet er gratis
Kontaktopplysninger	Ta kontakt med barnehagen, de har oversikt over hvor og når neste Åpen dør finner sted
Hjemmeside	

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	Helsestasjonstjenesten, Nydalen helsestasjon, Avdeling Oppvekst
Målgruppe(r)	Nybakte foreldre og foreldre med barn ca. 0-2 år.
Formål/hensikt	Gratis lavterskeltilbud uten timeavtale. «Kom som du er, med det du har»
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	• Åpen dør er tre faste ettermiddager i uken, tirsdag og torsdag kl 13.00 - 15.00. Fredag 12.30 - 14.30 • I dette tidsrommet(13-15) kan du komme og gå når du vil. • Tilbudet er uten timebestilling. • Det er 2-3 helsesykepleiere tilstede. • Ammeveileder, språkkonsulent, familieveileder, fysioterapeut er tilstede en gang pr. uke. • Vi veileder på temaer som tilknytning, samspill, vektvurdering, ernæring, søvn, motoriske utfordringer og andre utfordringer/gleder.
Kontaktopplysninger	Nydalen helsestasjon, Besøksadresse: Nydalsveien 21, 0403 Oslo Tlf. 23 47 07 00 Åpningstider: Mandag til fredag kl. 08.00 - 15.30 nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no



Hvem er vi?	Ergo- og fysioterapitjenesten, Tverrfaglig ressursteam
Målgruppe(r)	Barn 6-10 år som deltar på AKS
Formål/hensikt	En lavterskel bevegelsesgruppe for barn fra 1.- 4.klasse Formålet er å skape og legge til rette for mestring og deltakelse i skolen når det kommer til aktivitet og bevegelseskompetanse.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Deltakelse i 6 ukers program med en time aktivitet i uka. Nytt tema for hver uke med utgangspunkt i barns grunnleggende bevegelsesferdigheter Tilbudet er gratis gjennom AKS
Kontaktopplysninger	AKS på den aktuelle skolen. Tilbudet er kun tilgjengelig på utvalgte skoler
Hjemmeside	Se skolens nettside

God skolehverdag

Utvidet informasjon



Hvem er vi?	Ergo- og fysioterapi tjenesten, Tverrfaglig ressursteam
Målgruppe(r)	Barn i 1. klasse
Formål/hensikt	Hensikten er å gi barna en best mulig start på skolehverdagen og er ment som en inspirasjonsdag hvor mestring skal være i fokus
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	• Observasjons- og ressursdag i hver 1.klasse hvor elevene vil møte ulike faggrupper. Det er lagt opp til et nært tverrfaglig samarbeid med blant annet skolehelsetjenesten. • Undervisning og aktiviteter med særlig fokus på psykisk helse, ernæring, bevegelsesutvikling, fysisk aktivitet og bevegelsesglede. • Etter gjennomført ressursdag vil personalet fra skolen og de ulike faggruppene diskutere hvordan skolen på best mulig måte kan legge til rette for mestring hos den enkelte elev Tilbudet er gratis
Kontaktopplysninger	Den aktuelle skolen. Tilbudet er kun tilgjengelig på utvalgte skoler
Hjemmeside	Se skolens nettside

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	Skolehelsetjenesten
Målgruppe(r)	Barn- og ungdomsskoleelever med to hjem
Formål/hensikt	Å møte barnas behov på deres premisser og på deres egne arenaer når mor og far går fra hverandre
Vedtak	Nei. Da tilbudet er i skoletiden må skolen godkjenne at tilbudet kan benyttes.
Hva kan vi tilby?	Samtaler i grupper på 4-8 barn/ungdommer. 6 møter á 1 time. I tillegg 1 oppfølgingsmøte etter ca tre måneder. På et gitt alderstrinn informerer skolehelsetjenesten/sosiallærer om tilbudet. Barn og foresatte gir da beskjed om hvorvidt de ønsker tilbudet.
Kontaktopplysninger	Skolehelsetjenesten på den aktuelle skolen
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no



Hvem er vi?	Skolehelsetjenesten, seksjon Nydalen helsestasjon og skolehelsetjeneste
Målgruppe(r)	Barn og ungdom i barne-, ungdom- og videregående skole
Formål/hensikt	Bidra til trivsel og mestring av skolehverdagen ved å fremme elevenes fysiske og psykiske helse.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Skolehelsetjenesten jobber ut fra Nasjonal faglig retningslinje for det helsefremmende og forebyggende arbeidet i helsestasjon, skolehelsetjeneste og helsestasjon for ungdom. Tilbyr blant anna: • Drop in-tjeneste • Samtaler, veiledning, helseundersøkelser, vaksinerings, oppfølging og henvisning videre ved behov. • Undervisning i klasser og grupper med fokus på trivsel og fysisk, psykisk og seksuell helse • Samarbeid med skolen om tiltak som fremmer et godt psykososialt og fysisk lærings- og arbeidsmiljø • Undervisning og ulike grupper ut fra den enkelte skoles behov og ønsker • Deltar i skolens tverrfaglige samarbeidsmøter Tilbudet er gratis
Kontaktopplysninger	Skolehelsetjenesten er til stede faste dager på de ulike skolene Se nettsider på aktuell skole for kontaktopplysninger.
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no



Hvem er vi?	Skolehelsetjenesten i Nordre Aker bydel i samarbeid med PIO (pårørendesenteret i Oslo)
Målgruppe(r)	SMIL er et forebyggende og helsefremmende tiltak. Organisert som et gruppetilbud for barn og unge som har foreldre med psykisk sykdom eller rusproblemer. Tilbudet er rettet mot hele familien, men barnas opplevelser og behov er i sentrum
Formål/hensikt	Bidra til økt støtte for barna, styrke barnas forståelse, innsikt og opplevelse av mestring i egen hverdag
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	• Gruppene legger opp til fellesskap som fremmer selvfølelse, sosial kompetanse og fremtidshåp. • Barna/unge treffer andre på samme alder • Det er to eller tre gruppeledere (Helsesykepleier og psykolog) og en erfaringskonsulent/brukerrepresentant med på gruppesamlingene. • Gruppeopplegget er beregnet for 6-8 barn/deltakere og deres foresatte. Foresatte deltar på to familiesamlinger (første og siste samling) og to foreldresamlinger (med brukerrepresentant). • Vi starter alle samlingene med et felles måltid • Vi vil være sammen 10 ganger og da vil vi ha forskjellige aktiviteter. Barna/unge vil lære om bl.a. psykisk sykdom og rusproblemer, og hvordan det kan påvirke alle i familien. Tilbudet er gratis
Kontaktopplysninger	Skolehelsetjenesten ved den aktuelle skolen. Evt.: cindy.engmark.sandvold@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	

Frisklivssentralen Bydel Nordre Aker

Utvidet informasjon



Hvem er vi?	Frisklivssentralen Bydel Nordre Aker, Psykisk helse, Helse og mestringsavdelingen
Målgruppe(r)	Alle over 16 år som bor i bydelen og som har behov for støtte til å endre levevaner og mestre helseutfordringer på grunn av sykdom eller økt risiko for sykdom. Man trenger ikke å ha en diagnose eller være syk for å delta.
Formål/hensikt	Frisklivssentralen er en helsefremmende og forebyggende kommunal helsetjeneste. Målet er å fremme helse og forebygge sykdom ved å gi tidlig hjelp til å endre levevaner og mestre helseutfordringer. Vi legger vekt på en helhetlig tilnærming og å styrke fysiske, mentale og sosiale ressurser for helse, endring og mestring. Alle som tar kontakt skal få tilbud om oppstartsamtale innen 2 uker.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Gjennom et strukturert oppfølgingstilbud gir vi hjelp til mestring av egen helse gjennom individuell veiledning, kurs og grupper knyttet til temaene: fysisk aktivitet, kosthold, tobakk, alkohol/annen rus, psykisk helse og søvn. Frisklivstrening innebærer enkle øvelser med lite utstyr, fokus på kondisjon, styrke og sosial kontakt. Trening skal være enkelt og alle skal oppleve mestring og det å bli sett. Må kunne gå i eget tempo i minimum 30min for å delta. Frisklivssentralen samarbeider og har oversikt over offentlige, frivillige og private tilbud og tjenester i bydelen og i spesialisthelsetjenesten. Deltakerne ledes videre til disse når dette er aktuelt. Målet er at de blir i stand til å fortsette med egen aktivitet eller i andre lokale tilbud etter deltakelse på frisklivssentralen. Frisklivssentralen bidrar til mer helhetlige tjenester i bydelen. Kurs i kosthold, søvn, tobakksfri og mestring av belastning og depresjon holdes jevnlig og man kan delta på kurs uavhengig av frisklivsperioden sin. Kurs i mestring av depresjon og belastning holdes i samarbeid med Rask psykisk helsehjelp som vi samarbeider med. Frisklivsperioden er gratis. Kurs kan ha egne priser til kursmateriell.
Kontaktopplysninger	Besøksadresse: Maridalsveien 292 Åpningstider: Mandag – Fredag kl. 9-15 Tlf. 948 34 601 frisklivssentralen@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	https://www.oslo.kommune.no/helse-og-omsorg/helsetjenester/frisklivssentraler/frisklivssentralen-bydel-nordre-aker/

FRISKLIVSRESEPT

Dato: _____

Navn: _____

Født: _____

Adresse: _____

Telefon: _____

☐ Fysisk aktivitet

☐ Kosthold

☐ Snus-/røykeskutt/alkohol/annen avhengighet

☐ Søvn

Mestringskurs kombinert med fysisk aktivitet

☐ Kurs i depresjonsmestring (KID)

☐ Kurs i belastningsmestring (KIB)

Merknader:

Behov for tolk: ☐ Språk: _____

Ta kontakt med frisklivssentralen for å avtale en oppstartsamtale!

For å benytte seg av tilbudet må man bo i bydel Nordre Aker.

Telefon: 948 34 601

E-post: frisklivssentralen@bna.oslo.kommune.no

Adresse: Maridalsveien 292, 0872 Oslo

Henviser:

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	Helsestasjon for ungdom (HFU) seksjon Nydalen helsestasjon og skolehelsetjeneste
Målgruppe(r)	Ungdom mellom 12-24 år som bor eller oppholder seg i bydelen
Formål/hensikt	Helsestasjon for ungdom har særlig fokus på • Forebygging uønskede svangerskap • Forebygging og behandling seksuelt overførbare infeksjoner • Forebygging og avdekking psykiske plager og lidelser • Forebygging og avdekking rusproblemer
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Gratis lavterskeltilbud, der ungdom kan komme uten timebestilling. På HFU jobber lege, helsesykepleier og jordmor som kan tilby • samtale og veiledning om seksuell helse • gi veiledning om bruk av prevensjon tilpasset målgruppene • testing av seksuelt overførbare infeksjoner (SOI) og graviditet • behandle seksuelt overførbare sykdommer • samtale og veiledning om psykiske plager og rus • «lose» ungdommen videre, dersom det er behov for mer oppfølging Tilbudet er gratis.
Kontaktopplysninger	Adresse: Nydalsveien 21 0484 Oslo Åpningstider: Mandag 15.30-18.30, Onsdag 15.30-18.30 Tlf: 97 46 74 35 nydalenhfu@bna.oslo.kommune.no Facebookside: Nydalen Helsestasjon for ungdom
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no



Hvem er vi?	Forebyggende barne- og ungdomsenhet
Målgruppe(r)	Engebråten elever
Formål/hensikt	Forebyggende ungdomsarbeid
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	• Frokostklubb, torsdager kl. 8 • Tirsdagsgrøt, tirsdager kl. 14:15 • Åpent etter skolefri, tirsdager fram til kl. 16/17 • Åpent storefri (tilgang til kjøkken, toastjern, playstation mm.) • Lavterskel samtale med miljøterapeut • Individuell oppfølging av miljøterapeut • Tverrfaglig samarbeid med skole, skolehelsetjenesten, ruskonsulent, politi, BUP m.fl. Tilbudet er gratis
Kontaktopplysninger	Besøksadresse: Kapellveien 120 Åpningstider: mandag-torsdag kl. 09:00-15:00 (tid kan variere) Tlf. 957 27 760 emilie.braarud@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	

Kroken aktivitetsgruppe

Utvidet informasjon



68

Hvem er vi?	Forebyggende barne- og ungdomsenhet
Målgruppe(r)	Ungdomsskoleelever
Formål/hensikt	Aktivitet og sosialt for ungdommer
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	• Aktiviteter etter skoletid • Ledet av miljøterapeut • Ofte måltid Tilbudet er gratis
Kontaktopplysninger	Besøksadresse: Kapellveien 120 Åpningstider: mandag-torsdag kl. 09:00-15:00 (tid kan variere) Tlf. 957 27 760 emilie.braarud@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI

Kveldsåpent på Glasshuset

Utvidet informasjon



Hvem er vi?	Avdeling Oppvekst- og familie, ved Forebyggende barn- og ungdomsenhet
Målgruppe(r)	Åpent for alle mellom 12-16 år
Formål/hensikt	Å gi ungdom mulighet til å ha det bra sammen med andre ungdommer og voksne. Her kan ungdommen gjøre ulike aktiviteter og får en fin mulighet til å bygge relasjoner. De kan gjøre lekser under veiledning av voksne og lage mat sammen.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	En mulighet til å bli kjent med elever fra andre klasser. Vi serverer mat som ungdommene lager og ungdommene er med på å lage aktivitetsplan for kvelden. På åpen kveld får vi besøk av en del av elever som er med i de andre gruppene vi har. Utfordringene er veldig varierte og spenner fra sosial angst, spiseforstyrrelser til skolevegring. I tillegg har vi en veldig resurssterk og stabil gruppe elever som kommer på tirsdager for å gjøre lekser.
Kontaktopplysninger	Fernando Alcala mob. 977 70 533 fernando.alcala@bna.oslo.kommune.no Adresse: Glasshuset (Kringsjåhallen) Sognsveien 210
Hjemmeside	Nordberg skole

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI

Nordberg frokostklubb

Utvidet informasjon



70

Hvem er vi?	Avdeling Oppvekst- og familie, Forebyggende barne og ungdomsenhet- Nordberg skole
Målgruppe(r)	Ungdom/elever på Nordberg skole
Formål/hensikt	Frokostklubb er et tilbud hvor man kan komme og spise frokost ilag med andre, noe som gjør at vi får en fin start på dagen. Dette er for ungdommene Nordberg skole.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	En mulighet til å bli kjent med elevene og skape gode relasjoner til dem. De kan også bli kjent med andre på skolen. Hvor? Glasshuset Når? Mandager 09.30–10.30
Kontaktopplysninger	De vet om oss gjennom formidling rundt i klassene ved skolestart og på foreldremøte. Fernando Alcala Tlf. 977 70 533
Hjemmeside	Har ikke egen hjemmeside, men vi har egne facebook-brukere til de som jobber på Glasshuset og kontaktinfo på Nordberg skole sine sider.

[Start](#)

[Hvem kan
jeg spørre?](#)

[Barn
0-6 år](#)

[Barn
6-12 år](#)

[Barn
13-18 år](#)

[Over
18 år](#)

[Alle
aldre](#)

[Foreldre
og familier](#)

[Frivillig
sektor](#)

[Tverrfaglige
arenaer](#)

[Barnehager
og skoler](#)

[Om BTI](#)

Nordberg FYS-dag

Utvidet informasjon



71

Hvem er vi?	Avdeling Oppvekst- og familie, Forebyggende barne og ungdomsenhet- Nordberg skole
Målgruppe(r)	Ungdom/elever på Nordberg skole.
Formål/hensikt	Formålet er å bidra til en bedre skolehverdag for de som er lite motiverte for skole og de som jobber bedre i mindre grupper.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	En mulighet til å bli kjent med elevene på forskjellige trinn og skape gode relasjoner til dem. Hjelpe de med en annerledes dag på skolen hvor de skal bli motiverte for skole og lekser.
Kontaktopplysninger	De vet om oss gjennom formidling rundt i klassene og ved hjelp av kontaktlærerne og på foreldremøte. Eventuelt kan folk ta kontakt per mail eller telefon. Kontaktinfo finnes på Nordberg skole sin hjemmeside.
Hjemmeside	Har ikke egen hjemmeside. Vi har egne facebook-brukere til de som jobber på Glasshuset og kontaktinfo på Nordberg skole sine sider.

[Start](#)

[Hvem kan
jeg spørre?](#)

[Barn
0-6 år](#)

[Barn
6-12 år](#)

[Barn
13-18 år](#)

[Over
18 år](#)

[Alle
aldre](#)

[Foreldre
og familier](#)

[Frivillig
sektor](#)

[Tverrfaglige
arenaer](#)

[Barnehager
og skoler](#)

[Om BTI](#)

OT Oppfølgingstjenesten (1 av 2)

Utvidet informasjon



72

Hvem er vi?	Et samarbeid mellom skolene, NAV og bydel Nordre Aker
Målgruppe(r)	Målgruppen for oppfølgingstjenesten er ungdom mellom 15-21 år[1] som er omfattet av den lovfestede retten til videregående opplæring, jf. forskrift til opplæringslova § 13-2, og som det aktuelle skoleåret: 1. ikke har søkt eller tatt i mot elev- eller læreplass 2. avbryter opplæringen 3. ikke er i arbeid 4. har mistet retten som følge av bortvisning eller har opphevet lærekontrakt Ungdommen må oppfylle minst ett av disse fire kriteriene for å være i målgruppen.
Formål/hensikt	Formålet er at ungdom i målgruppen får: • en helhetlig og samordnet oppfølging • raskt tilbud om utdanning, arbeid eller andre kompetansefremmende tiltak
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Skolene • Avholde avklaringsmøter og utarbeide oppfølgingsplaner for elever som er i ferd med å avslutte videregående opplæring på egen skole (ev. like etter at eleven har sluttet). Ved behov skal OT-kontakt i bydelen og/eller NAV, der eleven er bosatt, inviteres på et slikt møte. • Informere om oppfølgingstjenesten og om rettigheter til elever som avslutter videregående opplæring på egen skole (og foresatte for ungdom under 18). • Jobbe for å få kontakt med ungdommen (telefon, e-post, tekstmelding) gjennom hele skoleåret • Hjelp ungdommen med søknad om plass på OT-tilbud, på andre alternative tilbud som for eksempel praksisbrev eller med å søke skoleplass kommende skoleår • Møte på lokale nettverksmøter med aktuelle samarbeidspartnere • Skolen har oppfølgingsansvaret for ungdom som har kontakt med NAV så lenge ungdommen har elevstatus. Fortsetter på neste side-->

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI

OT Oppfølgingstjenesten (2 av 2)

Utvidet informasjon



73

Hva kan vi tilby?	OT-kontakt • Melde tilbake til kontaktperson for oppfølgingstjenesten på skolene når de får kjennskap til at ungdommer er i arbeid, eller i andre tiltak • Samarbeide med oppfølgingstjenesten på skolene og delta etter behov i et avklaringsmøte med ungdommen og eventuelt foresatte (under 18 år) før en ungdom skrives ut av skolen • Samarbeide med skolene om å ta kontakt med ungdom NAV • Gjennomføre en behovsvurdering og tilby arbeidsrettede tiltak ut fra den enkeltes behov • Utprøve eller vurdere muligheter for tilpasset opplæring før det er aktuelt å tilby tiltak fra NAV • Melde fra til oppfølgingstjenesten ved den skolen som ungdommen sist var elev ved, dersom en ungdom under 21 år registrer seg ved NAV-kontoret • Lage en aktivitetsplan som i størst mulig grad bygger på oppfølgingstjenestens oppfølgingsplan
Kontaktopplysninger	Tlf. 477 87 012 Epost: oppfoelgingstjenesten@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	https://www.oslo.kommune.no/skole-og-utdanning/videregaende-skole/soke-videregaende-skole/utdannings-og-yrkesveiledning/oppfolgingstjenesten/#gref

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI

Tverrfaglig skolehelsetjeneste

Utvidet informasjon



Hvem er vi?	Tverrfaglig skolehelsetjeneste er Fagkonsulent psykisk helse (psykolog eller klinisk pedagog) som jobber i team sammen med helsesykepleier i skolehelsetjenesten på ungdomsskoler og videregående skoler i bydelen.
Målgruppe(r)	Ungdom 13-20 år som går på ungdomsskoler og videregående skoler i bydelen
Formål/hensikt	• Lett tilgjengelig hjelp til ungdom med lette psykiske plager som ikke nødvendigvis trenger oppfølging av 2. linjetjenesten. • Fange opp elever med alvorlig psykiske plager og lidelser tidlig • «Lose» ungdommer videre ved behov.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	• «Drop in» tjeneste • Individuelle samtaler og oppfølging • Undervisning knyttet til psykisk helse i grupper og klasser ut fra behov. • Deltar i skolens tverrfaglige samarbeidsmøter Tilbudet er gratis
Kontaktopplysninger	Skolehelsetjenesten på den aktuelle skolen.
Hjemmeside	Se skolens nettsider.

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	Ung Arena Oslo vest er et lavterskel tilbud for barn og ungdom
Målgruppe(r)	Ungdom 12-25 i Oslo
Formål/hensikt	Vi har fokus på psykisk helse, og er et samtaletilbud for deg mellom 12 og 25 år
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Vi er et engasjert team bestående av fagpersoner, erfaringskonsulenter, helsepersonell og frivillige! For oss er ungdommen alltid i sentrum og vi er der hvis du trenger hjelp eller støtte. Vi har taushetsplikt. Du velger hvem du vil snakke med. Du kan chatte med oss, ringe, sende mail eller besøke oss. Tilbudet er gratis
Kontaktopplysninger	Besøksadresse Sørkedalsveien 10 B, 0369 Oslo. Åpningstider: hver ukedag. Sjekk hjemmesiden for åpningstider. Tlf. 90 98 78 42 ungarenav@bfr.oslo.kommune.no
Hjemmeside	www.ungarenaoslo.no/vare-sentere/ung-arena-vest/



Hvem er vi?	Avdeling Oppvekst- og familie, Forebyggende barne- og ungdomsenhet
Målgruppe(r)	Ungdom/elever på Engebråten skole
Formål/hensikt	Formålet er å bidra til en bedre skolehverdag for de som er lite motiverte for skole og de som jobber bedre i mindre grupper. En mulighet til å bli kjent med elevene på forskjellige trinn og skape gode relasjoner til dem. Hjelpe de med en annerledes dag på skolen hvor de skal bli motiverte for skole og lekser.
Vedtak	Nei, men søkere må ha samtykke fra foreldre og kontaktlærere. De som er mest aktuelle prioriteres.
Hva kan vi tilby?	Hver fredag hele skoleåret, kl. 08.30 - 14.20. Dette er en dag for skolelei ungdom eller de som trenger bedre oppfølging med lekser og litt sosialt. Dagen er lagt opp til å gjøre lekser, nyheter, spiser god lunsj i lag og en fysisk aktivitet til slutt. Mange ønsker også å minske presset, bli kjent med andre ungdommer på tvers av trinnene, eller oppleve litt mer glede over å gå på skolen. Her får man mulighet til å komme godt i gang med lekseplanen og du vil få tett faglig oppfølging i et sosialt og positivt arbeidsmiljø. Dette er et samarbeid mellom skolen og glasshuset. Vi går åpent ut til alle trinn med tilbudet.
Kontaktopplysninger	Tlf. Truls Haugen 98 41 58 77 Truls.haugen@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	Skolens hjemmesider

Hasjavvenningsprogrammet (HAP)

Utvidet informasjon



77

Hvem er vi?	Ruskonsulent for barn og unge, Avdeling Oppvekst- og familie
Målgruppe(r)	Ungdom og unge voksne som bor i bydelen
Formål/hensikt	Gjennomføre behandling, råd og veiledning til unge mennesker med utfordringer i forhold til rusmidler
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	• Råd og veiledning om cannabis og andre rusmidler • HAP (Hasjavvenningsprogram) • Motivasjon og bevisstgjøringssamtaler • Foreldreråd og veiledning • Rusforebyggende foredrag • Urinprøvetaking Vi tilbyr våre tjenester ukentlig til ungdom med rusutfordringer. Vi oppfordrer også ungdom som ikke selv har rusproblemer, men er i relasjon til andre med rusproblemer om å ta kontakt ved behov. Vi er tilstede ved bydelens ungdom og videregående skoler ukentlig og arbeider ettermiddag/kveld mandag og torsdag ved helsestasjon for ungdom i Nydalen. Tilbudet er gratis lavterskeltilbud og man trenger ingen henvendelse. Ta kontakt med oss direkte eller gjennom bydelens øvrige tjenester. Dersom man skal besøke oss ved helsestasjon for ungdom, må man henvende seg å lage en avtale i forkant. Ved skoletilbudet tilbyr vi både avtalebasert oppfølging og drop in samtaler.
Kontaktopplysninger	Besøksadresse : Nydalsveien 21 og bydelens ungdom og videregående skoler Åpningstider: Mandag og torsdag 14-21, Tirsdag, onsdag og fredag 09.00-16.00 Erlend Helland Tlf. 417 49 716 erlend.helland@bna.oslo.kommune.no , Caroline Sørensen Tlf. 940 04 260 caroline.sorensen@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	SaLTo-koordinator Alf Bakkland, Familie og oppvekstavdelingen Bydel Nordre Aker
Målgruppe(r)	Familier og enkeltpersoner som opplever nære relasjoner, venner, bekjente mfl. som uttrykker hat, fremmedfrykt, radikale, voldelige og/eller ekstreme holdninger som skaper frykt og bekymring.
Formål/hensikt	Forebyggende arbeid i forhold til vold og ekstremisme
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Råd og veiledning. Veiledning til barn og unge / familier, der unge i alderen 12 - 22 år opplever utfordringer knyttet til rus og kriminalitet. Tilbud til familier og enkeltpersoner som opplever nære relasjoner, venner, bekjente mfl. som uttrykker hat, fremmedfrykt, radikale, voldelige og/eller ekstreme holdninger som skaper frykt og bekymring. Tilbudet er gratis
Kontaktopplysninger	SaLTo- koordinator, Alf Bakkland Tlf. 940 14 981 alf.bakkland@bna.oslo.kommune.no



Hvem er vi?	Barneverntjenesten
Målgruppe(r)	Ettervern er et tilbud for unge voksne mellom 18 og 25 år som tidligere har hatt tiltak i barneverntjenesten frem til fylte 18 år
Formål/hensikt	Sikre god omsorg og støtte i overgangen fra ungdom til voksen.
Vedtak	Ja. Tilbudet er frivillig og ungdommen må samtykke. Ta kontakt med barneverntjenesten for spørsmål.
Hva kan vi tilby?	Du blir i samråd med din kontaktperson i barneverntjenesten enig om hva etterverntilbudet skal innebære for deg. Hvor omfattende tilbudet er varierer etter behov og ønske. Eksempler på etterverntiltak: • Rådgivning og veiledning • Oppfølging i bolig • Hjelp til å følge opp studier og praksis • Økonomisk støtte • Hjelp til koordinering av samarbeidsparter • Forlengelse av eksisterende tiltak; for eksempel at du kan fortsette å bo i fosterhjemmet ditt.
Kontaktopplysninger	Nordre Aker barneverntjeneste. Nydalsveien 21 0403 Oslo. Tlf. 94 14 56 77 barneverntjenesten@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	



Hvem er vi?	Barne og ungdomspsykiatrisk poliklinikk
Målgruppe(r)	Alle barn fra 0-18 år og deres familier
Formål/hensikt	Det som er felles for de barn og ungdommer som er i kontakt med BUP er at de opplever følelsesmessige problemer som gjør at de vantrives og har vanskeligheter i sin hverdag. Dette kan handle om uro, angst, tristhet, konsentrasjonsvansker, sinne, ettervirkninger etter ubehagelige opplevelser/hendelser, forstyrret søvn, vanskeligheter i forhold til kropp og mat, tankeproblemer eller rusproblemer. Barn og unge som kommer i kontakt med BUP opplever ofte vanskeligheter i relasjonen til andre mennesker, som venner, lærere, søsken og foreldre.
Vedtak	Ja. Henvisning kan komme fra fastlege og fra barneverntjenesten.
Hva kan vi tilby?	BUP tilbyr utredning, diagnostisering og behandling av barnepsykiatriske symptomer og tilstander. Du må få henvisning til BUP fra lege eller barnevernleder, bortsett fra ved øyeblikkelig hjelp.
Kontaktopplysninger	
Hjemmeside	www.oslo-universitetssykehus.no/avdelinger/klinikk-psykisk-helse-og-avhengighet/barne-og-ungdomspsykiatrisk-avdeling/bup-oslo-nord

COS-foreldreveiledning

Utvidet informasjon



81

Hvem er vi?	COS foreldreveiledning drives av både helsestasjonen og barneverntjenesten
Målgruppe(r)	Alle foreldre som ønsker veiledning
Formål/hensikt	Forbedre foreldrenes innsikt i barnets omsorg og behov
Vedtak	Ja og nei. Frivillig tiltak, kan være en del av barnevernstiltak. Ta kontakt med barnevernstjenesten for spørsmål.
Hva kan vi tilby?	2 timer hver uke over 10 uker. Samtaler i gruppe med andre foreldre. Selvstendig tiltak, uten direkte samarbeid med andre instanser. Det kan uansett være en naturlig del av veiledning fra barneverntjenesten for eksempel.
Kontaktopplysninger	Kontakt tjenestene
Hjemmeside	

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	Familieveileder er tilknyttet Nydalen helsestasjon. Avdeling oppvekst og familie.
Målgruppe(r)	Familier med problemer/ konflikter knyttet til foreldrerollen/parforholdet.
Formål/hensikt	Samtale rundt tema foresatte tar kontakt for.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	• Avtalte samtaler med familieveileder ved hjemmebesøk eller på helsestasjonen • Drop inn samtale hvor helsesykepleier henter inn familieveileder til en konsultasjon • Familieveileder er tilstede på Åpen dør Tilbudet er gratis
Kontaktopplysninger	Familieveileder er tilstede på Nydalen helsestasjon Besøksadresse: Nydalsveien 21 0403 Oslo Tlf. 23 47 07 00 Mandag til torsdag kl. 08.00–15.30 nydalen.helsestasjon@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no

Forebyggende barnevern

Utvidet informasjon



83

Hvem er vi?	Barneverntjenesten
Målgruppe(r)	Barn og unge, foreldre, skole, barnehage og andre offentlige instanser
Formål/hensikt	Gi forebyggende hjelp slik at barnevernssak kan forhindres.
Vedtak	Nei, men krever samtykke fra foreldrene/ungdom. Ta kontakt med barneverntjenesten for spørsmål.
Hva kan vi tilby?	Gi informasjon om barneverntjenesten til skole og barnehage. Forebyggende samtaler med foreldre før eventuell barnevernssak.
Kontaktopplysninger	Nordre Aker barneverntjeneste Nydalsveien 21 0403 Oslo Tlf.: 941 45 677 E-post: barneverntjenesten@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI

ICDP foreldreveiledning

Utvidet informasjon



84

Hvem er vi?	Kursholdere i barneverntjenesten
Målgruppe(r)	Foreldre med barn i alderen 12–18 år
Formål/hensikt	Styrke foreldrekompetanse
Vedtak	Frivillig tiltak, men kan være en del av barneverntiltak. Ta kontakt med barneverntjenesten for spørsmål.
Hva kan vi tilby?	Foreldreveiledning i grupper over 8 uker Tilbudet er gratis
Kontaktopplysninger	Nordre Aker barneverntjeneste Nydalsveien 21, 0403 Oslo Tlf. 94 14 56 77 barneverntjenesten@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	NAV Nordre Aker Obs! Fra 01.01.2021 er ruskonsulent flyttet til Seksjon for psykisk helse og er ikke lenger en del av NAV.
Målgruppe(r)	Innbyggere i bydelen.
Formål/hensikt	NAV skal bidra til å forebygge og løse sosiale problemer.
Vedtak	nei
Hva kan vi tilby?	Du kan få råd og veiledning om hvilke muligheter du har i din situasjon. Dersom du står uten arbeid og inntekt, kan du få bistand i veien mot arbeid, eller mot andre økonomiske rettigheter. NAV har flere virkemidler for å følge opp mot arbeid. Dersom du ikke har, eller ikke kan skaffe deg, tilstrekkelig inntekter til å betale for mat, husleie eller strøm, kan du søke om økonomisk sosialhjelp. Dersom du står i fare for å miste bolig kan du få råd og veiledning fra boligkontoret. Alle som jobber på NAV kontoret, har taushetsplikt.
Kontaktopplysninger	Du kan bruke ta kontakt per telefon eller på www.nav.no . Publikumsmottaket har åpent fra kl 10.00 – 14.00, grunnet koronasituasjonen oppfordrer vi til å ta kontakt per telefon fremfor oppmøte. Besøksadresse: Gullhaugveien 7, 0484 Oslo Kontaktsenteret er åpent fra kl 9.00–15.00. NAV Nordre Aker tlf. 55 55 33 33 NAV Økonomi og gjeldsrådgivning tlf. 55 55 33 39
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no www.nav.no

Råd og veiledning fra Barneverntjenesten

Utvidet informasjon



Hvem er vi?	Barnevernstjenesten
Målgruppe(r)	Alle foreldre, barn, ungdom og unge voksne
Formål/hensikt	Bedre barn, ungdom og unge voksnes oppvekstsvilkår.
Vedtak	Ja. Frivillig tilbud. Nytt fra og med april 2016 er at Fylkesnemnda kan beslutte iverksetting av tiltak. Ta kontakt med barneverntjenesten for spørsmål.
Hva kan vi tilby?	Samtaler med foreldre, barn, ungdom og unge voksne, med fokus på endringsarbeid. Fortrinnsvis utføres råd og veiledning av barneverntjenesten og/eller barneverntjenestens familieteam. Råd og veiledning kan også komme i tillegg til samarbeid med de fleste andre instanser. Varighet alt etter behov, evalueres minst hver 3. måned. Barnevernet kan henvise til BUP.
Kontaktopplysninger	Nordre Aker barneverntjeneste: Tlf. 941 45 677 barneverntjenesten@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	SaLTo-koordinator Alf Bakkland, Avdeling Oppvekst- og familie Bydel Nordre Aker
Målgruppe(r)	Familier og enkeltpersoner som opplever nære relasjoner, venner, bekjente mfl. som uttrykker hat, fremmedfrykt, radikale, voldelige og/eller ekstreme holdninger som skaper frykt og bekymring
Formål/hensikt	Forebyggende arbeid ifht vold og ekstremisme
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Råd og veiledning. Tilbudet er gratis.
Kontaktopplysninger	Besøksadresse: Nydalsveien 21 Tlf. 94014981 salto@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	



Hvem er vi?	Barneverntjenesten
Målgruppe(r)	Alle foreldre som ønsker hjelp til å håndtere sitt sinne på en bedre måte
Formål/hensikt	Målet er at deltakerne skal utvikle mer hensiktsmessige måter å håndtere sinne.
Vedtak	Frivillig tiltak, men kan være en del av barneverntiltak. Ta kontakt med barneverntjenesten for spørsmål.
Hva kan vi tilby?	2 timer hver uke over 15 uker. Samtale i grupper med andre foreldre. Tilbudet er gratis.
Kontaktopplysninger	Besøksadresse: Nydalsveien 21 Tlf. 94 14 56 77 Barneverntjenesten@bna.oslo.kommune.no
Hjemmeside	



Hvem er vi?	Kirkens bymisjon Oslo
Målgruppe(r)	Barn/unge under 25 år
Formål/hensikt	Vi gir gratis rettshjelp til folk under 25 år. Vårt mål er å bidra til at flere barn og unge får sine grunnleggende rettigheter oppfylt.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Barn og ungdom har mange rettigheter, men det er ikke alltid lett å bli tatt på alvor av de voksne. Er det noe i livet ditt som er vanskelig og som du lurer på om handler om en rettighet? Da kan du ta kontakt med oss, så finner vi sammen ut om vi kan hjelpe deg. Hvis vi ikke kan hjelpe deg kjenner vi til mange andre som kan hjelpe.
Kontaktopplysninger	www.barnasjurist.no/her-finner-du-oss
Hjemmeside	www.barnasjurist.no



Hvem er vi?	Blå Kors
Målgruppe(r)	Familier med minst ett barn i alderen 0-12år
Formål/hensikt	Alle deltakerne på Barnas Stasjon får et tilpasset opplegg etter familiens behov og mål, som familien ønsker å arbeide med
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Barnas Stasjon er for familier i sårbare livssituasjoner med minst ett barn i alderen 0-12 år, samt gravide. Familien må ønske å arbeide med støttende og styrkende aktiviteter. Alle som deltar får et tilpasset opplegg etter familiens behov. Vi tilbyr blant annet samtaler og veiledning, gruppetilbud og kurs. Vi har også dagsturer og aktiviteter som arrangeres jevnlig. Pent brukte klær, sko og utstyr tilbys, slik at barna har det de trenger for å delta på aktiviteter. Tilbudet er gratis.
Kontaktopplysninger	Besøksadresse: Biermannsgate 4 Åpningstider: se nettside Tlf Sophie Leenders +47 932 46 555 Kontaktskjema: www.blakors.no/barnas-stasjon/oslo/
Hjemmeside	www.blakors.no/barnas-stasjon/



Hvem er vi?	Blå Kors
Målgruppe(r)	0-100 år (Alle)
Formål/hensikt	Forebyggende tiltak i tillegg til behandling og rehabilitering av mennesker og deres familier. Vår divisjon for barn, omsorg og frivillighet omfatter arbeid blant alle generasjonene, fra de minste barna til de eldre.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	BARN – FAMILIE: Mange barn vokser opp i hjem der foreldrene sliter med rus og/eller psykiske lidelser. Vi har tilbud til småbarnsfamilier i en sårbar livssituasjon. KOMPASSET: Kompasset tilbyr terapi og rådgivning til unge mellom 14 og 35 år som har foreldre med alkohol- eller andre rusproblemer. BLÅ KORS FERIER: Blå Kors Ferier gir verdifulle minner for livet til både barn og voksne! GATENÆRE TILTAK: Blå Kors tilbyr hjelp og støtte ved krise- og kontaktsentra flere steder i landet. Det finnes flere tilbud i regi av lokale Blå Kors-foreninger som ikke er oppført her. Se lokalpressen for informasjon. BOTILBUD, OMSORG OG REHABILITERING: Vi har et mangfold av tilbud til dem som trenger støtte til botilbud og rehabilitering i kortere eller lengre perioder. SNACK OM MOBBING: Halvparten av dem som blir mobbet holder det for seg selv. Chat med oss om mobbing helt anonymt! STEG FOR STEG: Steg for Steg er et rusfritt aktivitetstilbud i Blå Kors med baser i Oslo, Arendal, Kristiansand og Drammen (våren 2017). Aktivitetene spenner fra kulturelle opplevelser til fysisk aktivitet og sosiale sammenkomster.
Kontaktopplysninger Hjemmeside	Se nettside www.blakors.no/barn-omsorg-og-frivillighet/



Hvem er vi?	Bibliotek
Målgruppe(r)	Innbyggere i bydelen
Formål/hensikt	Utlån av bøker, film og spill. Formål: Å være et samlingspunkt for bydelens innbyggere.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Vi holder til i sørenden av Nydalen videregående skole, og her får du blant annet tilgang til gratis wifi, utlån av bøker, film, lydbøker og magasiner. Vi har arrangementer og aktiviteter for store og små. Du finner også et stillerom hos oss dersom du trenger ro og fred en liten stund. Tilbudet er gratis.
Kontaktopplysninger	Besøksadresse: Nydalsveien 30 C Åpningstider: se hjemmeside Tlf. 416 98 032 nydalen@deichman.no
Hjemmeside	https://deichman.no/bibliotekene/nydalen

Ferie for alle

Utvidet informasjon



93

Hvem er vi?	Ferie for alle
Målgruppe(r)	Ferieoppholdet tilbys familier som har minst ett barn i alderen 6-13 år
Formål/hensikt	Ferie for alle er et gratis ferietilbud til disse familiene.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Ferie for alle-oppholdene arrangeres i skoleferiene. De skjer som oftest på Røde Kors-sentrene. Ferien blir ledet og tilrettelagt av Røde Kors-frivillige. Familier som får tilbud om Ferie for alle har ikke andre tilsvarende tilbud, og har levd i en situasjon med svak økonomi over tid. Ferieoppholdet tilbys familier som har minst ett barn i alderen 6-13 år. Store deler av ferien foregår utendørs uansett vær og årstid. Både barn og voksne er med på mange varierte aktiviteter. I tillegg til familieturer arrangerer Røde Kors også noen ferieturer for barn og ungdom opp til 18 år.
Kontaktopplysninger	www.rodekors.no/contentassets/0bc1bc1e791649ebb4689a1cc1f57ef9/skjema-soknad-rode-kors-ferie-for-alle.docx
Hjemmeside	www.rodekors.no

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	Kirkens bymisjon Oslo
Målgruppe(r)	Gratis rettshjelp til folk som har eller har hatt rusproblemer.
Formål/hensikt	Vi gir gratis rettshjelp til folk som har eller har hatt rusproblemer.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Alle har grunnleggende rettigheter, men det er stor forskjell på å ha rett og å få rett. Gatejuristen bistår dem som ikke selv er i stand til å hevde sin rett.
Kontaktopplysninger	
Hjemmeside	www.gatejuristen.no



Hvem er vi?	Kirkens bymisjon Oslo
Målgruppe(r)	Familier i bydelene Nordstrand, Søndre Nordstrand, Stovner, Ullern og Sagene, samt familier som har hjelp og oppfølging fra Kirkens Bymisjons barneverntiltak. Familier som har kronisk syke barn eller barn med funksjons-nedsettelse.
Formål/hensikt	Home-Start Familiekontakten er et familiestøtteprogram utenfor det offentlige hjelpeapparat som tilbyr hjelp og støtte til familier med små barn. Organisasjonen Home-Start, som oppstod i England, har i dag avdelinger i mange land. Tiltaket er et supplement til hjelpen fra det offentlige.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Mange familier opplever at de har et lite sosialt nettverk. Folk flytter oftere og mange barn vokser opp med bare en av foreldrene. Småbarnsfasen er en krevende periode for de fleste. I en slik situasjon kan en familiekontakt tilby støtte, veiledning og praktisk hjelp.
Kontaktopplysninger	www.bymisjon.no/Virksomheter/Home-Start-Familiekontakten---FORUS/Kontakt-oss
Hjemmeside	www.bymisjon.no



Hvem er vi?	Jentecoach
Målgruppe(r)	Sisterhood er til for deg som er jente, bosatt i Osloområdet og er mellom 12-22 år
Formål/hensikt	Fritidstilbud
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Coach er engelsk og betyr veileder/mentor. Vanligvis finnes en coach i idrett, som motiverer idrettsutøveren til å nå sine mål og bygge opp selvfølelsen. Din personlige coach er til for å lytte, støtte, motivere og gi deg innspill på utfordringer og gleder. Jentecoachene jobber på ideell basis fordi de har lyst til å være sammen med deg! Sisterhood hjelper deg med å finne den riktige coachen for deg!
Kontaktopplysninger	Tlf.: 414 44 828 E-post: sisterhood@sisterhood.no
Hjemmeside	www.sisterhood.no

Jentegruppe Sisterhood of Oslo

Utvidet informasjon



97

Hvem er vi?	Jentegruppe
Målgruppe(r)	Sisterhood er til for deg som er jente, bosatt i Osloområdet og er mellom 12-22 år
Formål/hensikt	Fritidstilbud med formål om å styrke selvfølelse , selvtillit og selvbilde, og finne tilhørighet i en trygg gruppe.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Sisterhood er til for deg som er jente, bosatt i Oslo området og er mellom 12-22 år. Hvordan er det egentlig å være jente i dag? All presset rundt å være flink på skolen, en flink datter, en flink venninne og alltid stille opp for alle, gjør dagens jenter utbrente. Føler du det slik du også? Kanskje du bare trenger ditt eget sted hvor du ikke stilles krav til og der du kan være deg selv? Vi drar på kino, har hjemmespa, lærer selvforsvar, maler, danser, prøver ut nye ting og sist men ikke minst drar vi på hyttetur på startet av hver jentegruppe. Vi har også kvelder der vi snakker om ulike temaer som opptar deg.
Kontaktopplysninger	Tlf. 414 44 828 sisterhood@sisterhood.no
Hjemmeside	www.sisterhood.no

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	Støttetilbud fra Røde Kors
Målgruppe(r)	0-18 år
Formål/hensikt	På Kors på halsen kan du prate med eller skrive til voksne som er frivillige i Røde Kors. De hører på det du har å si og hjelper deg om du vil. Det er helt anonymt og helt gratis.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Målet er at de som kontakter Kors på halsen skal få støtte og føle at de blir sett. Og at de som trenger det får hjelp til å forandre en vanskelig situasjon. Kors på halsen kan ved behov gi informasjon om rettigheter og muligheter innenfor det offentlige hjelpeapparatet. De voksne som svarer er frivillige i Røde Kors og er anonyme for dem som tar kontakt. De har fått opplæring i hvordan man skal lytte til og snakke med barn og unge. Åpent mandag - fredag kl. 14.00 - 22.00
Kontaktopplysninger	Er du barn kan du ringe (800 33 321), chatte eller skrive mail på www.korspahalsen.no
Hjemmeside	www.korspahalsen.no .



Hvem er vi?	MENTOR
Målgruppe(r)	13-19 år
Formål/hensikt	Deltagere får tilbud om en mentor, en veileder, som er tilgjengelig opptil fire timer i uken, og kan bistå på veien mot å nå egne mål.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Programmet har ett års varighet. Gjennom året møtes mentor og ungdom ukentlig. Sammen setter ungdom og mentor en agenda for året basert på ungdommens egne ønsker, interesser og behov. Det er gratis for ungdom å delta i programmet Hvorfor MENTOR? • Kan bistå deg på veien mot å nå dine mål • Motiverer og inspirerer • Åpner dører og viser muligheter • Lytter til dine ønsker og tanker om fremtiden • En god samtalepartner og nettverksbygger Som deltaker, binder man seg til å være med på mentorprogrammet i ett år. Når året avsluttes, mottar deltaker diplom og dokumentasjon på hva man har vært igjennom. En kontaktperson fra Røde Kors vil også kunne stille som referanse for deltaker, noe som kan være nyttig å ha med seg videre i livet.
Kontaktopplysninger	mentor@oslo.redcross.no
Hjemmeside	www.rodekors.no/om-rode-kors/lokalforeninger-og-distrikter/oslo/aktiviteter/barn-og-unge/mentor-for-ungdom/

Mestringskurs for ungdom (DU)

Utvidet informasjon



100

Hvem er vi?	Kurs utviklet av Rådet for psykisk helse, gjennomføres av ulike tjenester i Oslo
Målgruppe(r)	Unge 14-20 år
Formål/hensikt	Kurs i belastningsmestring for unge. Mange unge kjenner seg deprimerte eller triste iblant. Når tristheten varer over lang tid, og fører til at du trekker deg tilbake fra de tingene du vanligvis liker å gjøre, kan det være en depresjon. Kurs i depresjonsmestring for ungdom (DU kurs) er et kurs hvor målet er å forstå hva som skjer når en er deprimert, og å lære metoder for å bryte et negativt mønster.
Vedtak	Ja – henvisning
Hva kan vi tilby?	Kurset går over ti uker, 1,5t pr gang. På kurset vil du lære om: • Situasjoner og tanker som kan gi tristhet og uro • Tankerydding: Hvilke tanker virker inn på mine følelser? • Å styre følelsene med handlinger • Hvordan tankene påvirker kontakten med andre • Selvoppfatning og forventninger til framtiden
Kontaktopplysninger	
Hjemmeside	www.psykiskhelse.no/du-kurs#!county=Oslo

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	Nettverk UNG
Målgruppe(r)	15-23 år
Formål/hensikt	Hjelpe barn og unge til å holde seg unna kriminalitet
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Nettverk - UNG er en del av SaLTo-prosjektet i Oslo kommune og er i dialog med barnevern, NAV, politi, fengsel, skole og kommunen for å kunne komme i kontakt med deltakerene på et tidlig tidspunkt. En-til-en-oppfølgning Aktiviteter på fritiden Veiledning i forhold til gjeld og privatøkonomi Ungdom i fengsel - Et eget prosjekt for de yngste som trenger hjelp ut av kriminalitet
Kontaktopplysninger	Tomas Myra
Hjemmeside	www.rodekors.no/oslo



Hvem er vi?	Pårørendehuset, Frelsesarmeen
Målgruppe(r)	Pårørende til mennesker med utfordringer knyttet til rus eller psykiske lidelser
Formål/hensikt	Støtte pårørende til mennesker med utfordringer knyttet til rus eller psykiske lidelser
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Trenger du noen å prate med? Hos Pårørendehuset kan du komme uavhengig av relasjon og livssyn. Pårørendehuset tilbyr samtale, samtalegrupper, temakvelder, sosiale aktiviteter og en møteplass med andre i lignende situasjon. Pårørendehuset tilbyr også kurs, veiledning og undervisning med fokus på å øke kunnskap, forståelse og kompetanse for ansatte innen feltet. Vi tilbyr; - informasjon om det du lurer på, enten om det handler om avhengighet og rus, eller hvilke rettigheter du som pårørende har - støttesamtaler om hvordan du har det - temakvelder og samtalegrupper - sosialt treff med andre pårørende Vi er åpne for alle, og de fleste av våre aktiviteter er gratis. Du trenger verken avtale eller henvisning.
Kontaktopplysninger	Besøksadresse: Maridalsveien 158 Tlf. 45971678 parorendehuset@frelsesarmeen.no
Hjemmeside	https://frelsesarmeen.no/rusomsorg/parorendehuset

Reduksjon i kontingent

Utvidet informasjon

103



Hvem er vi?	Idrettslag , Bydel Nordre Aker
Målgruppe(r)	Barn og unge i Bydel Nordre Aker
Formål/hensikt	At barn og unge i bydelen kan delta i idrett, uavhengig av familiens økonomiske berensninger
Vedtak	Ja/Nei
Hva kan vi tilby?	Har familien en økonomi som er så utfordrende at du/dere ikke har råd til å betale årskontingenter, sesongavgifter og utstyr for å delta i den idretten som du/dere ønsker å bedrive, så skal vi være der for dere og legge til rette for at økonomi ikke skal være en hindring for at du/dere skal få være med i aktiv idrett sammen med oss. Har du/dere ønsker om å delta i en idrettsklubb som er med på dette skrevet og trenger hjelp med kostnadene ved å delta i idretten du/dere ønsker å være med på, send da en e-post til klubben (e-post adressen til klubben er med i dette skrevet). Tilbudet gir reduksjon i årsavgift/sesongavgift.
Kontaktopplysninger	
Hjemmeside	www.oslo.kommune.no/bydeler/bydel-nordre-aker/

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	ROBUST - Kirkens bymisjon
Målgruppe(r)	Barn og familier i skolealder
Formål/hensikt	Forebyggende tilbud til barn og unge i skolealder og deres familier, som strever med konflikter, bekymringer eller problemer av ulik art.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	På ROBUST tilbyr vi samtaler med barn og ungdom enkeltvis, med foreldre alene, med noen i familien eller hele familien sammen. Barn, unge og foreldre kan henvende seg direkte til ROBUST og tilbudet er gratis. Det er ikke nødvendig med søknadsskjema eller henvisning. Mange kommer i kontakt med ROBUST gjennom andre som har snakket med oss, gjennom internett, en lærer, en helsesykepleier, eller andre
Kontaktopplysninger	ROBUST fellestelefon: 920 32 916 E-post: robust@bymisjon.no
Hjemmeside	www.bymisjon.no

Familievernkontoret Enerhaugen

Utvidet informasjon



105

Hvem er vi?	Ergoterapeut for barn og unge, Avdeling Oppvekst og familie
Målgruppe(r)	Barn og unge med funksjonsnedsettelse
Formål/hensikt	Bistand for tilrettelegging
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Familievernet er en spesialtjeneste som gir tilbud om behandling og rådgivning til alle som opplever vansker, konflikter eller kriser i familien. Familievernet tar imot enkeltpersoner, par og familier. Oppfølging Etter avtale. Tilbudet er gratis
Kontaktopplysninger	Adresse: Smedgaten 49, 0651 Oslo (Tøyen) Åpningstider: 08.30 - 15.30 Bestill time: 466 17 010 Andre spørsmål: Telefon mellom kl. 08.30 - 15.30: 466 17 010 enerhaugen.familievernkontor@bufetat.no
Hjemmeside	www.bufdir.no/Familie/Kontor/enerhaugen/

Start

Hvem kan
jeg spørre?

Barn
0-6 år

Barn
6-12 år

Barn
13-18 år

Over
18 år

Alle
aldre

Foreldre
og familier

Frivillig
sektor

Tverrfaglige
arenaer

Barnehager
og skoler

Om BTI



Hvem er vi?	Konsultasjonsteamet
Målgruppe(r)	• Offentlige aktører som politi, barnevern, barne- og ungdomspsykiatriske poliklinikker, institusjoner, skolehelsetjeneste, skoler og barnehager med mer • Barn eller ungdom som selv blir utsatt kan ringe. • Bekymrede voksne, foreldre, besteforeldre, andre pårørende og naboer etc.
Formål/hensikt	Alle som er usikre på eller har mistanke om at barn eller ungdom kan være utsatt for vold eller seksuelle overgrep kan ringe oss. Henvendelsene har karakter av drøfting, råd og veiledning.
Vedtak	Nei
Hva kan vi tilby?	Konsultasjonsteamet tilbyr konsultasjoner når det er bekymring for om barn og unge kan være, eller står i fare for å bli utsatt for vold, seksuelle overgrep og alvorlig omsorgssvikt. Teamet bistår også i saker med barn og unge, som utøver skadelig seksuell atferd.
Kontaktopplysninger	www.statensbarnehus.no/barnehus/statens-barnehus-oslo/raad-og-veiledning
Hjemmeside	www.statensbarnehus.no/barnehus/statens-barnehus-oslo

Del 3

Tverrfaglige samarbeidsarenaer

Ansvarsgruppe

Ansvarsgruppekoordinering

Barn og unges representant

Barnevern og NAV

Bydelens tiltaksteam

Drøftingsteam 0-6 år

Folkehelsekoordinator

Frivillighetskoordinator

Individuell plan

ISU – Idrettens samarbeidsutvalg

Koordinator

Nettverk Koordinerende enheter i alle bydeler

Nettverksforum for ungdom (SaLTo)

OUS samarbeidsmøte

Overføringsmøter

Ressursgruppe Tilrettelagt fritid

Ressursteam skoler

Samarbeidsmøte Nordberg

Samarbeidsmøter om enkeltbarn

Stafettlogg

Ungdomsrådet

Tverrfaglige samarbeidsarenaer

Oversikt over samarbeidsmøter som gjennomføres på oppvekstfeltet i bydel Nordre Aker



Ansvarsgruppe <i>Krever vedtak</i>	Sikrer at barn og unge med sammensatte hjelpebehov får et koordinert og helhetlig tilbud som er individuelt tilpasset. Ofte organiseres det tverrfaglige samarbeidet i en ansvarsgruppe. Koordinator kaller inn og skriver referat. Hele ansvarsgruppen bidrar.
Ansvarsgruppekoordinering	Ved behov for koordinerte tjenester etter helse- og omsorgstjenesteloven, spesialisthelsetjenesteloven eller psykisk helsevernlov, skal kommunen sørge for at det blir utarbeidet en individuell plan og at planarbeidet koordineres. Koordinerende enhet er våren 2021 under reetablering. Enhet for psykisk helse/NAV kontaktes for utnevning av koordinator og evt. igangsetting av individuell plan. I barnevernsaker gjelder samme vilkår om opprettelse av koordinator og individuell plan etter barnevernloven. Barnevernet koordinerer aktuelle saker. For personer med behov for langvarige og koordinerte tjenester etter helse- og omsorgstjenesteloven, skal kommunen tilby koordinator. Dette gjelder uavhengig av om personen ønsker individuell plan. Koordinator skal sørge for nødvendig oppfølging av den enkelte og sikre samordning av tjenestetilbudet og fremdrift i arbeidet med individuell plan.
Barn og unges representant for interesser i planlegging og byggesaksbehandling	Representanten målbærer barn- og unges interesser i planlegging og byggesaksbehandling. For å sikre god byutvikling og at bydelen er en trygg plass også for de minste, skal bydelen i sin behandling av plan- og byggesaker ta hensyn til barn- og unges stemme. Bydelens representant kan kontaktes på barnerepresentant@bna.oslo.kommune.no
Barnevern og NAV	Drøfter aktuelle problemstillinger både systemisk og på individnivå. På individnivå drøftes anonymt hvis det ikke foreligger samtykke. Møte hver 6. uke. NAV innkaller.
Bydelens tiltaksteam	Vedtaksforum for søknad om tjenester. Bydelens tiltaksteam møtes ca. annenhver uke. Består av bydelsoverlege, ass. Bydelsdirektør og alle seksjonssjefer. Saksbehandler legger fram søknader om tjenester som først er vurdert av team funksjonshemmede ved Søknadskontoret. Tiltaksteam drøfter og fatter vedtak, enkeltsaker.
Drøftingsteam 0-6 år <i>– samarbeidsmøte enkeltsaker etter samtykke fra dem det gjelder</i>	Drøftingsteam er et forum der foresatte, barnehage, PPT, Tverrfaglig ressursteam, og andre aktuelle samarbeidspartnere har anledning til å drøfte bekymringer rundt enkeltbarnets utvikling. Sammen finner teamet ut hvilke tiltak som vil være hensiktsmessig å igangsette. Det kan f. eks være almennpedagogisk styrking i barnehage, henvisning til spesialpedagogisk utredning ved PPT, eller andre tiltak. Foresatte deltar eller gir samtykke til drøfting. Teamet møtes en gang i måneden, eller etter behov, i regi av Tverrfaglig ressursteam.

Start

Hvem kan
jeg spørre?Barn
0-6 årBarn
6-12 årBarn
13-18 årOver
18 årAlle
aldreForeldre
og familierFrivillig
sektorTverrfaglige
arenaerBarnehager
og skoler

Om BTI

Tverrfaglige samarbeidsarenaer

Oversikt over samarbeidsmøter som gjennomføres på oppvekstfeltet i bydel Nordre Aker



Folkehelsekoordinator	Folkehelsekoordinatoren følger opp Oslo kommunes folkehelseplan og bydelens lokale strategi for folkehelse og har i oppgave å koordinere det samlede folkehelsearbeidet i bydelen. Folkehelsearbeid er samfunnets innsats for å påvirke faktorer som direkte eller indirekte fremmer befolkningens helse og trivsel, forebygger psykisk og somatisk sykdom, skade eller lidelse, eller som beskytter mot helsetrusler, og arbeid for en jevnere fordeling av faktorer som direkte eller indirekte påvirker helsen. Ikke enkeltsaker.	
Frivillighetskoordinator	Frivillighetskoordinatoren følger opp Oslo kommunes frivillighetsmelding og bydelens lokale frivillighetsmelding. Ikke enkeltsaker.	
Individuell plan <i>Krever vedtak</i>	Personer med behov for langvarige og koordinerte helse- og omsorgstjenester, tjenester fra barnevernstjenesten eller NAV, har rett til å få utarbeidet individuell plan. Personer med behov for langvarige og koordinerte helse- og omsorgstjenester, tjenester fra barneverntjenesten eller NAV, har rett til å få utarbeidet individuell plan, jfr. Pasient- og brukerrettighetsloven § 2-5. Planen utarbeides i tett samarbeid med personen det gjelder eller pårørende/verge.	
ISU – Idrettens samarbeidsutvalg	ISU er et samarbeidsorgan for i idrettslagene i bydelen. Utvalget er idrettens lokale talerør overfor bydelens politikere og administrasjon. Arbeidsutvalget har 4-7 møter i året. Bydelen er sekretær for arbeidsutvalget. Bydelen er sekretær for arbeidsutvalget.	Les mer
Koordinator <i>Krever vedtak</i>	Koordinator skal sørge for nødvendig oppfølging av den enkelte og sikre samordning av tjenestetilbudet og fremdrift i arbeidet med individuell plan.	
Nettverk Koordinerende enheter i alle bydeler	Nettverk for Koordinerende enheter i alle bydeler. Møtes ca 4 ganger pr år. Arrangeres av HEL Helseetaten. Fokus på rutiner og praksis ang. individuell plan, koordinator og ansvarsgrupper. Ikke enkeltsaker.	
Nettverksforum for ungdom (SaLTo)	Nettverksforum for ungdom er en tverrfaglig møtearena, med representanter fra bydel, skole, og politi, som jobber opp mot ungdom i alderen 13 – 16 år. Nettverksforum for unge har som formål å samle alle som jobber opp mot målgruppen 13 – 16 år i bydel Nordre Aker, for informasjonsutveksling, kunnskapsoverføring og kompetanseutvikling. Møtene blir benyttet til å drøfte aktuelle hendelser, samt trender og tendenser i ungdomsmiljøet, som kan være bekymringsfulle. Opp mot dette gjøres det prioriteringer i det løpende rus- og kriminalitetsforebyggende arbeidet. I tillegg arbeides det konkret med satsningsområder i skole og nærmiljø, vurderer tiltak og evaluerer disse. Hyppighet: Møter en gang i måneden, og følger skoleåret. Forumet drives av SaLTo-koordinator Alf Bakkland. Deltakere: SaLTo koordinator, Majorstua politistasjon, ved forebyggende avdeling. Forebyggende barne- og ungdomsenheten, Kulturenheten, Ungdomskoler, Barneverntjenesten, Skolehelsetjenesten, Ruskonsulent, BUP, PPT, M	

Start

Hvem kan
jeg spørre?Barn
0-6 årBarn
6-12 årBarn
13-18 årOver
18 årAlle
aldreForeldre
og familierFrivillig
sektorTverrfaglige
arenaerBarnehager
og skoler

Om BTI

Tverrfaglige samarbeidsarenaer

Oversikt over samarbeidsmøter som gjennomføres på oppvekstfeltet i bydel Nordre Aker



OUS samarbeidsmøte	Samarbeid Koordinerende enhet og Oslo Universitetssykehus. OUS – samhandlingsseksjonen arrangerer 1-2 årlige møte angående tjenester til barn og unge. Seksjonsledere/saksbehandler fra Søknadskontoret i bydeler som tilhører OUS møtes til drøfting. Ikke enkeltsaker.
Nettverksforum for ungdom (SaLTo)	Sammen skaper vi et trygt Oslo. Samarbeidsmøte på ungdomsfeltet.
Overføringsmøter	Overføringsmøter mellom barnehage og skole. Barnehagene tar kontakt med skolene i god tid og avtaler møtetidspunkt når det gjelder barn med omfattende hjelpebehov og flerspråklige barn som skal begynne på skolen. I møtet overleveres relevante opplysninger om barnet som foresatte har samtykket til å kunne overlevere. Referer Oslostandard for samarbeid og sammenheng mellom skole og barnehage
Ressursgruppe Tilrettelagt fritid	Vurdering av nye brukere og tilbud som er i dag.
Ressursteam skoler	Samarbeidsmøte enkeltsaker, etter samtykke fra den det gjelder. Lærere kan henvise elever med ulike utfordringer til ressursteamet som består av PPT, skolehelsetjenesten, spesialpedagog, logoped, evt. sosiallærer og en fra ledelsen. Barnevernet inviteres inn ved behov. Henvisningen må ha foreldrenes samtykke. Ressursteam er rektors rådgivende organ og avholdes ca. hver annen uke.
Samarbeidsmøte Nordberg <i>mellom skole, skolehelsetjeneste og forebyggende</i>	(PSYKISK HELSE MØTE PÅ Nordberg) Faste møter annenkvart tysdag som er leda av Nordberg skule med rektor, sosiallærer, assisterende rektor, BUP-psykolog, miljøterapeutar og helsesykepleier. Der blir det drøfta enkeltungdomar etter samtykke samt miljøet på skulen og i fritida. Formålet er at problemstillingar og utfordringar som ligg kring enkeltungdom eller ulike miljø skal til fordel hjelpe dei som treng hjelp eller ekstra ressursar. Dette er eit møte som er fast kvar veke og ikkje nokon innkalling. Rektor og sosiallærer leiar møtene.
Samarbeidsmøte Nordberg	Samarbeidsmøte mellom skole, skolehelsetjeneste og forebyggende på Nordberg (psykisk helse-møte på Nordberg).
Samarbeidsmøter om enkeltbarn	Et samarbeidsmøte er et møte for drøfting av utfordringer eller bekymring knyttet til et barns utvikling, og hvor en trenger å få belyst dette fra flere sider. Samtykke fra foreldre/foresatte er en forutsetning for at ulike aktører kan utveksle informasjon om barn og unge. Tjenesten innkaller til møtene etter avtale med foreldre/foresatte. I de aller fleste tilfeller vil det være naturlig at foresatte, og eventuelt ungdommen selv, deltar på møtet. Unntaksvis har samarbeidsaktørene møte sammen uten at foreldre/foresatte deltar. Da skal dette avklares i forkant av møtet, og formålet med et slikt møte vil være å avklare hvilke tjenester som skal bidra, og avklare ansvarsforhold.
Stafettlogg	En elektronisk logg som hvert barn/familie tilbys, ved økt oppmerksomhet fra tjenestene. Stafettloggen utarbeides i samarbeid med familien, og er et verktøy for å gi god oversikt over tiltakene rundt barnet, de involverte tjenester og deres ansvar. Stafettloggen sikrer jevnlig evaluering av tiltak og er med på å sikre gode overganger. Stafettlogg krever ikke vedtak.

[Les mer](#)

Start

Hvem kan
jeg spørre?Barn
0-6 årBarn
6-12 årBarn
13-18 årOver
18 årAlle
aldreForeldre
og familierFrivillig
sektorTverrfaglige
arenaerBarnehager
og skoler

Om BTI

Tverrfaglige samarbeidsarenaer

Utvidet informasjon



Ungdomsrådet

Nordre Aker ungdomsråd er et lokalt hørings- og innflytelsesorgan. Det skal være et interesseorgan som skal fremme en konkret gruppes synspunkter overfor lokalpolitikkerne. Ungdomsrådet skal bestå av og velges av bydelens unge i aldersgruppen 12 til 18 år.

Ungdomsrådet skal jobbe for at bydelen blir et bedre sted for unge å leve, og det skal fremme ungdoms interesser. Det har som formål å være et rådgivende organ for bydelsutvalget.

Ungdomsrådet får saker tilsendt av de forskjellige rådene og komiteene, i tillegg har ungdomsrådet tre prioriterte saker som blir stemt fram av ungdommer i bydelen på Ungdommens bydelsutvalgsmøte.

Nordre Aker Ungdomsråd får tildelt stimuleringsmidler fra Kulturetaten en gang i året. Formålet med tilskuddsordningen er å gjøre det enklere og mer tilgjengelig å arrangere og delta på aktiviteter for ungdom i bydelen. Stimuleringsmidlene går til tiltak, prosjekter og aktiviteter som er av, med og for ungdom. Nordre Aker Ungdomsråd har fire ordinære møter, i tillegg holdes det arbeidskvelder tre til fire ganger i året.

Nordre Aker Ungdomsråd arrangerer også UBUM Ungdommens bydelsutvalgs møte) og valg en gang i året. Nordre Aker Ungdomsråd har 11 medlemmer, og to vararepresentanter. Rådet består av ungdommer fra Engebråten, Morellbakken, Nordberg, og Marienlyst skole, og videregående skoler. Tilknyttet rådet er i tillegg sekretær samt politiske representanter.

[Start](#)
[Hvem kan jeg spørre?](#)
[Barn 0-6 år](#)
[Barn 6-12 år](#)
[Barn 13-18 år](#)
[Over 18 år](#)
[Alle aldre](#)
[Foreldre og familier](#)
[Frivillig sektor](#)
[Tverrfaglige arenaer](#)
[Barnehager og skoler](#)
[Om BTI](#)



Kontakt den enkelte barnehage direkte.

Kontaktinformasjon finner du under den enkelte barnehage i lenken.

Kommunale barnehager	www.oslo.kommune.no/barnehage/finn-barnehage-i-oslo/#!c.district_1666/c.f_owner_public
Private barnehager	www.oslo.kommune.no/barnehage/finn-barnehage-i-oslo/#!c.district_1666/c.f_owner_public/c.f_owner_private

Barnehageadministrasjon

Spørsmål om barnehagesøknad	Telefon: 23 47 30 05 kl. 08:00–15:30 E-post: postmottak@bna.oslo.kommune.no Besøksadresse: Nydalsveien 21
Spørsmål om pris og betaling	Liv Solbjørg Grøtvedt Telefon: 91 87 54 83 kl. 09:00–11:00 (mandag–fredag) Hilde Tomta Strønen Telefon: 91 88 61 53
Chat	Chat med ansvarlige for barnehageopptak (08:00-15:30) https://ed24.chat.oslo.kommune.no/ed24cust/chattemplate/Nordre_Aker_Bhg/index.html

[Start](#)[Hvem kan
jeg spørre?](#)[Barn
0-6 år](#)[Barn
6-12 år](#)[Barn
13-18 år](#)[Over
18 år](#)[Alle
aldre](#)[Foreldre
og familier](#)[Frivillig
sektor](#)[Tverrfaglige
arenaer](#)[Barnehager
og skoler](#)[Om BTI](#)



Grunnskoler og ungdomsskoler i bydelen

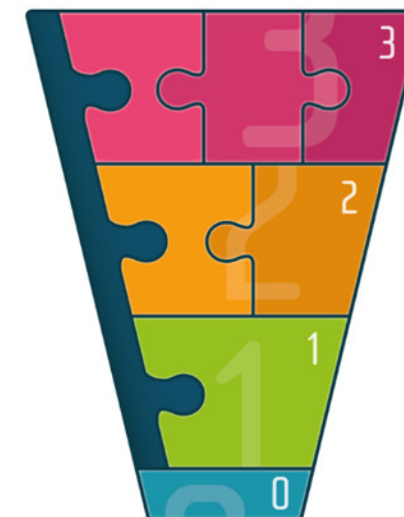
Skolene er ikke organisert etter bydeler. Dette er en oversikt over skolene som ligger geografisk innenfor bydelsgrensene. Skolene har ulike tilbud til elevene, så som leksehjelp. Alt om skolene finnes på deres hjemmesider.

Barneskoler		Ungdomsskoler	
Berg skole	www.berg.osloskolen.no	Engebråten	www.engebraten.osloskolen.no
Disen	www.disen.osloskolen.no	Humanistskolen	www.humanistskolen.no
Grefsen	www.grefsen.osloskolen.no	Morellbakken	www.morellbakken.osloskolen.no
Kjelsås	www.kjelsas.osloskolen.no	Nordberg	www.nordberg.osloskolen.no
Korsvoll	www.korsvoll.osloskolen.no	Vestre Aker	www.vestreaker.osloskolen.no
Kringsjå	www.kringsja.osloskolen.no		
Elverhøy	www.elverhoy.osloskolen.no		
Maridalen	www.maridalen.osloskolen.no		
Nordre Aker	www.nordreaker.osloskolen.no		
Tåsen	www.tasen.osloskolen.no		
Ullevål	www.ulleva.osloskolen.no		



Denne informasjonsfolderen har blitt til som en del av arbeidet med Bedre Tverrfaglig Innsats (BTI) i bydel Nordre Aker.

Bydel Nordre Aker innfører en organisasjonsmodell for samhandling på oppvekstfeltet. Hensikten er å fremme helhetlig og koordinert innsats overfor barn, unge og familier det er knyttet bekymringer til. Medvirkning står sentralt, de det gjelder skal involveres i arbeidet systematisk og på et tidlig tidspunkt. Satsningen innebærer også at foreldre og unge skal kunne finne informasjon om tilbudene i bydelen og selv kunne ta kontakt. Det overordnede formålet med BTI er å bidra til at barn, unge og deres familier får nødvendig støtte så tidlig som mulig.





Har du innspill til folderen?

Ta kontakt med BTI prosjektleder Petronelle Gaarder Herbern

petronelle.herbern@bna.oslo.kommune.no

Versjon 1, 2021

Redaksjon: BTI i samarbeid med involverte tjenester

Ansvarlig redaktør: Trine Køhncke Urholt

[Start](#)[Hvem kan
jeg spørre?](#)[Barn
0-6 år](#)[Barn
6-12 år](#)[Barn
13-18 år](#)[Over
18 år](#)[Alle
aldre](#)[Foreldre
og familier](#)[Frivillig
sektor](#)[Tverrfaglige
arenaer](#)[Barnehager
og skoler](#)[Om BTI](#)