



## Prosjekter i Rus og Psykiatritjenesten

En kort beskrivelse av prosjekter som pågår nå i 2011 for Rus og Psykiatritjenesten. Hvert enkelt prosjekt har et større arbeidsfelt enn hva nevnt under men vi presenterer her hovedfokuset.

### Brukerbasen

- Hva** Rusfritt, korttids, bo og oppfølgings- tilbud.  
**Mål** Gi et trygt bomiljø og forenkle overgangen til egen bolig.  
**For** Personer direkte ut av institusjon eller fengsel.  
**Annet** Tilbudet utføres av ansatte som selv har tilbakelagt rus og/eller fengsel i samarbeid med brukerorganisasjonen Mårborg.



### Tillitspersoner

- Hva** Nasjonalt prosjekt som jobber aktivt på enkeltpersoner vegne ovenfor det offentlige system.  
**Mål** Tett individuell oppfølging for å bidra til mer tilgjengelige og helhetlige tjenester i hjelpeapparatet.  
**For** Mennesker med rusproblematikk.  
**Annet** Prosjektet har vist seg vellykket og skal nå implementeres i kommunen.



### Motorsport Balanse

- Hva** Skape et fritidstilbud for ungdom med hovedfokus på motor.  
**Mål** Aktivisering og involvering av unge mennesker samt drive sosialfaglig arbeid.  
**For** Barn og unge som selv ikke har resurser til å ha dette som hobby  
**Annet** Prosjektet har også jobbet med mange andre problemstillinger etter hvert som deltakerne blir trygge på instruktørene.



### Bo for livet

- Hva:** Oppfølging i bolig med fokus på *Systemisk sosialt nettverksarbeid* som involverer deltakernes familie og venner  
**Mål:** Sikre egnede, verdige og varige boforhold til den enkelte.  
**For:** Personer nylig ut fra institusjon/fengsel.  
**Annet:** Drives av Kirkens Sosialtjeneste ved Huset oppfølgingscenter, er en videreføring av prosjektet "Gode Naboer".



### ACT -Team

- Hva** Tverrfaglig oppsøkende behandlingsteam med over 80% utebesøk til brukerne.  
**Mål** Helhetlig behandling og tjenestetilbud for den enkelte.  
**For** Personer med psykoselidelser og medfølgende tilleggsproblemer. Derav behov for sammensatte tjenester og god oppfølging.  
**Annet** Modellen er utprøvd flere steder i Norge med gode erfaringer.



## Avdelinger i Rus og Psykiatritjenesten med egne tiltak

### [Utekontakten](#)



Utekontakten er et forebyggende og frivillig tiltak for ungdom mellom 13 og 25 år. Ungdommene presenterer ulike problemstillinger: Skole, familie, rus, psykisk helse, bolig, arbeid, etc. Ungdommer som ønsker kontakt med oss kan ringe, sende e-post/sms, eller komme innom. Foreldre/pårørende kan også gjerne kontakte oss. Prinsipper i arbeidet er "lavterskel" og "tilgjengelighet".

- Oppsøkende virksomhet i Tromsø sentrum og på ungdoms- og videregående skoler.
- Møtepunkt for ungdom i Utekontaktens lokaler
- Støttesamtaler
- Oppfølging i forhold til andre deler av hjelpeapparatet
- Rådgivning og praktisk hjelp
- Holdningsskapende diskusjoner i et sosialt fellesskap med deltakende voksne. Utekontakter driver også ulike aktiviteter på ettermiddag og kveldstid. Tilbudene er **gratis**.

Utekontakten driver undervisnings- og informasjonsarbeid, både om utekontaktarbeid generelt, og innenfor de fagområdene vi arbeider spesielt med, som for eksempel rusproblematikk.

Bemanning alle dager fra 08.30 til 15.30 der vi kan nås på telefon/mobil.  
I tillegg har Utekontakten åpent hus - såkalt stuetid - torsdag 18.00-20.00.  
Vi er ofte ansatte på huset også utenom disse tidene.

#### **Besøksadresse:**

Grønnegata 12  
Se [kart](#)

#### Arbeidstrengsgruppa

<b>Hva</b>	Lavterskel arbeidstreningstiltak med tett individuell oppfølging.
<b>Målsetting</b>	Etablering i fast jobb, eller motivere til videre skolegang. Helhetlig perspektiv med koordinert innsats ut fra ungdommenes behov.
<b>For</b>	Ungdom mellom 17 -23 år, avbrutt eller mangelfull skolegang, liten, ingen eller dårlige arbeidserfaringer, psykososiale problemer.
<b>Annet</b>	Samarbeid mellom Tromsø kommune v/ Utekontakten og Eiendom, Oppfølgingstjenesten og NAV.

#### Ungdomsblick

<b>Hva</b>	Gruppebasert dokumentarfilmkurs for maks 8 ungdom med fokus på tema i deres egne liv, 6 uker og premieremarkering
<b>Målsetting</b>	Refleksjon over tema i eget liv, mestring, gjennomføring av produkt, relasjonsbygging med ungdom i Utekontaktens målgruppe, få fram ungdommers egne perspektiv
<b>For</b>	Ungdom i Utekontaktens målgruppe, for eksempel elevgrupper som faller utenfor ordinær undervisning
<b>Annet:</b>	Metoden er utarbeidet ved Universitetets etnografisk film fak, Visuelle Kulturstudier. Utekontakten setter sammen grupper etter faglig vurdering og kapasitet.

#### Klatring

<b>Hva</b>	Lavterskel dropin klatretilbud hver tirsdag klokken 17-19 i Tromsø Klatreklubb's regi hvor Utekontakten rekrutterer og arbeider oppsøkende. Tilbudet er gratis. Det gjennomføres årlige markeringer ved julehygge i hallen og sommerturer i utendørs vegg. Klatrehallen er ved siden av Fløyahallen.
<b>Målsetting</b>	Inkludere ungdom som faller utenfor andre fritidstilbud. Aktivisering. Mestring. Sosialiseringstrening for enkelte. Relasjonsbygging med ungdom i Utekontaktens målgruppe.
<b>For</b>	Ungdom 13 - 23 år.
<b>Annet</b>	Mangeåring samarbeidstiltak mellom Tromsø Klatreklubb og Utekontakten i Tromsø.

## Miljøarbeidertjenesten

Miljøarbeidertjenestens oppgaver er å drive miljøarbeid til mennesker bosatt i boenheter tilknyttet avdelingen. Målet er å gi oppfølging og botrening, slik at brukerne mestrer å bo i egen bolig. Målgruppen er voksne rusavhengige som oppholder seg i Tromsø kommune med behov for hjelp til å bo. Dette er ofte bostedsløse som selv ikke har klart å skaffe seg bosted på det ordinære boligmarkedet, og som har lang "fartstid" i rusmiljøet. Hjelpen kan omfatte:

- Hjelp til mestring av dagliglivets gjøremål ved opplæring, støtte og veiledning til personlig hygiene, husarbeid, matlaging, innkjøp etc.
- Hjelp til deltakelse på aktiviteter som f.eks turer, bowling, kino, fotballkamper
- Støtte-, motiveringssamtaler og endringsarbeid.
- Samarbeid med andre hjelpeinstanser og pårørende
- Råd, veiledning og hjelp til utarbeidelse av individuell plan (IP)

Adresse:  
Miljøarbeidertjenesten  
Grønnegata 103  
9008 Tromsø  
Se [kart](#)  
Tlf: 776 21590

Hver bruker får tildelt to faste kontaktpersoner.

### **Natthjemmet**

Natthjemmet i Grønnegata 103 med 15 sengeplasser driftes av Miljøarbeidertjenesten, med åpningstider mandag-fredag kl.22:00 – 8:00, lørdag-søndag kl.22:00 -10:00. Plass på natthjemmet kan kun registreres i tidsrommet kl.22:00 -24:00.

### **Kafé 103**

I tillegg driver tjenesten Kafé 103 for rusavhengige. Denne er åpen tirsdag, onsdag og torsdag kl.8:30 - 14:30. Middagsservering tirsdag og onsdag fra kl.12-14.

---

## Sosialtjenesten SMS inkludert LAR teamet

Sosialtjenesten SMS arbeider etter kap. 6 i Lov om sosiale tjenester, som omhandler særlige tiltak overfor rusmiddelmissbrukere. Sosialtjenesten SMS er samlokalisert med Sosialmedisinsk senter. Avdelingen består av to team, Rus-teamet og LAR-teamet. Avdelingen har fokus på brukermedvirkning, hjelp til selvhjelp og bevisstgjøring av egne valg.

Med utgangspunkt i den enkeltes behov og forutsetninger gis følgende tilbud:

- Kartlegging/utredning av rusbruk (ADDIS)
- Henvisning til behandling, poliklinisk og institusjon, herunder også legemiddelassistert rehabilitering (LAR)
- Oppfølging av brukere før, under og etter et behandlingsopphold
- Støtte- og motiveringssamtaler til brukere og pårørende
- Råd og veiledning i henhold til rusproblematikk, samt rusmestringssamtaler
- Råd, veiledning og utarbeidelse av individuell plan (IP)
- Opprette og koordinere ansvarsgruppa slik at det jobbes etter brukerens egne mål.
- Tilrettelegge for en aktiv rehabilitering
- Ansvaret for vurdering, og om nødvendig gjennomføring av tvangsvedtak i henhold til LOST § 6 – 2 og § 6- 2 a

### **Rus-teamet**

Teamet gir råd, veiledning og iverksetter hjelpetiltak for å bistå den enkelte til å komme bort fra misbruk av alkohol og andre rusmidler.

Målgruppen er personer fra 18 år og oppover som har et rusmiddelmissbruk, og som ønsker hjelp i forhold til det. Utgangspunktet for samarbeidet er brukerens egne definerte mål som eventuelt er nedskrevet i individuell plan, disse målene og/ eller individuell plan er et arbeidsverktøy som ansvarsgruppen jobber etter.

### **LAR-teamet**

Teamet gir oppfølging til personer som er startet opp i legemiddelassistert rehabilitering (LAR) og som selv deltar aktivt i sin rehabilitering.

Lar-teamets fokus er brukerens ressurser og mestringsmuligheter, samt tilrettelegge for rehabilitering, og/eller stabilisering. Teamet jobber mot å tilrettelegge for en meningsfull hverdag ut fra den enkeltes forutsetninger for å oppnå bedre livskvalitet. Utgangspunktet er brukerens egne definerte mål som eventuelt er nedskrevet i individuell plan, disse målene og/ eller individuell plan er et arbeidsverktøy som ansvarsgruppen jobber etter.

## Psykiske helsetjenester

Psykiske helsetjenester gir hjelp og bistand til voksne mennesker med psykiske lidelser bosatt i Tromsø kommune. Målgruppen er mennesker som med bakgrunn i psykiske lidelser har behov for psykisk helsehjelp og hjemmebaserte tjenester. Hjelpen kan omfatte:

- Støttesamtaler
- Hjelp til mestring av dagliglivets gjøremål ved opplæring, støtte og veiledning til personlig hygiene, husarbeid, matlaging, innkjøp etc.
- Hjelp til administrering av medikamenter (multidose-ordning)
- Samarbeid med andre hjelpeinstanser og pårørende
- Koordinering av hjelpetiltak og individuell plan
- Hjelp til å søke sosial kontakt med andre mennesker, bl.a. ved å benytte seg av ulike aktiviteter tilknyttet [Avdeling for arbeid og aktivitet](#), [Aktiv på dagtid](#) og [Fontenehuset](#)

Psykiske helsetjenester  
Winston Churchills vei 86  
9014 Tromsø  
Se [kart](#)

Med fokus på ressurser og mestring, er vårt mål å støtte opp under den enkeltes ansvar for sitt eget liv. Vi vil også fremme brukermedvirkning og koordinering av ulike tjenester. Våre tilbud gis på dagtid, kveldstid og i helgene. Hver bruker får tildelt minimum to faste kontaktpersoner.

Kontoret er betjent daglig i tidsrommet kl 0800-1500. Utenfor disse tidsrommene er det mulig å legge igjen beskjed på telefonsvarer.

Tildeling av tjenester gjøres etter behandling av egensøknad som sendes til [Tildelingskontoret for omsorgstjenester](#).

---

## Psykiatrisk boligjeneste

Psykiatrisk boligjeneste gir døgkontinuerlig oppfølging til 32 beboere med omfattende psykiske lidelser og/eller rusproblemer som har utstrakt behov for oppfølging, støtte og bistand. I tillegg har avdelingen oppfølging av beboere i omsorgsboliger på dag- og kveldstid. Avdelingen har tverrfaglig utdannete medarbeider som er organisert i 4 team og knyttet til faste brukergupper.

Målet er gjennom aktiv rehabilitering og relasjonsbygging å bidra til en mer selvstendig tilværelse, styrke boevne og støtte til å komme videre i aktiviteter eller tilrettelagte arbeidstiltak:

- Hjelp til selvhjelp og mestring av dagliglivets gjøremål ved opplæring, støtte og veiledning
- Tilrettelegging for aktiv rehabilitering bl.a. ved å benytte seg av ulike aktiviteter tilknyttet [Avdeling for arbeid og aktivitet](#), [Aktiv på dagtid](#), Musketerene og [Fontenehuset](#)
- Skape et trygt miljø og etablere et godt samarbeid med familie og det sosiale nettverket
- Koordinering av hjelpetiltak og individuell plan ved å ivareta personlige interesser
- Hjelp til administrering av medikamenter

### **Adresse:**

Psykiatrisk boligjeneste  
Åsgårdveien 9  
9016 Tromsø  
Se [kart](#)

## [Avdeling for arbeid og aktivitet](#)

Avdelingen skal støtte den enkelte til selv å arbeide aktivt og målrettet for bedring av eget liv. Aktivitetssenteret har et bredt spekter av tilbud – både i grupper og på individuelt plan. Samtaler, råd, veiledning og sosialt fellesskap vektlegges som en viktig del av tilbudet. Utenom vår drift har også andre avdelinger i Rus- og psykiatritjenesten gruppetilbud på kveldstid. Selvhjelpsgrupper og brukerorganisasjoner kan også benytte seg av våre lokaler. Ring gjerne på forhånd dersom du lurer på noe.

### **Vi kan tilby er blant annet**

- Sosialt fellesskap og deltakelse i aktiviteter
- Datamaskiner m/internett
- Formingsaktiviteter
- Trening mandag kl. 14:00
- Tur annenhver onsdag
- Ridning ved Tromsø Rideskole på torsdag
- Bowling torsdag kl. 13:30
- Lunsj hver dag kl.12:00 (pris kr 20,-)
- Middag kl.18:00 på tirsdagskvelder (pris kr 40,- og påmelding innen kl.15:30)
- Gratis fredagskaffe hver fredag kl 14:00
- Oppfølging av nettverksarbeider

### **Adresse**

Skippergata 1C  
9008 Tromsø  
Se [kart](#)

Tlf: 777 91 090 / 091

---

## [Minelli](#)

Minelli er et heldøgns botiltak med 6 gjennomgangsleiligheter. Målgruppen er jenter i alderen 18-25 år med psykiske lidelser. Maks botid i tiltaket er 3 år. Alle bor i egne leiligheter, det er fellesstue/kjøkken som brukes til husmøter/ fellesmiddager o.l. Botiltaket har egen personalbase med 5 årsverk, med 1 personal på hvert vaktskift/døgnturnus.

### **Målsetting**

Intensjonen ved å samle enkelte av jentene som trenger bo-trening og oppfølging er todelt:

- å skape et trygt og forutsigbart miljø, med tydelige voksne personer.
- å skape et fellesskap mellom jentene. Dette skal danne grunnlaget for etablering av gode relasjoner til andre.

Dette skal danne grunnlaget for vekst, læring og forberedelse til voksenlivet. Vi ønsker å ta utgangspunkt i det den syke kan mestre - i det friske menneske, og jobbe for å styrke nettopp disse sidene. Et grunnleggende ønske bak Minelli-tiltaket og driften av dette er å gi den psykisk syke både medansvar og valgmuligheter i egen behandling og framtid. Dette innebærer å se på individet som unikt, men ikke uavhengig og uten behov for andre mennesker. Hjelpen kan omfatte:

- Hjelp til mestring av dagliglivets gjøremål ved opplæring, støtte og veiledning til personlig hygiene, husarbeid, matlaging, innkjøp etc.
- Hjelp til administrering av medikamenter
- Hjelp til en mer selvstendig tilværelse.
- Kontaktperson for hver enkelt beboer.
- Deltagelse i utarbeidelse/koordinering av individuell plan.
- Legge til rette for et trygt og forutsigbart miljø.

### **Våre forventninger/krav til beboeren:**

- Deltagelse i Minelli`s husmøter/fellesmiddager
- Deltagelse i utarbeidelse av individuell plan og samarbeidsmøter med eksterne parter
- Ha aktiviteter på dagtid i form av jobb, studier eller annen type aktivitet utenfor huset.
- Følge de husregler og retningslinjer som gjelder for Minelli.