



"Vi bygger bro fra ditt gamle bosted med oppfølging til en ny og mer selvstendig tilværelse på andre siden. Vi har erfart at ved å ta hensyn til deltagers ønsker og ressurser, kombinert med vår kompetanse, kommer vi i mål på en trygg og god måte."

Helene Fagerbakke,
erfaringskonsulent

Hjelpen så langt fra Mestringsteamet har vært veldig bra. Det blir bra å flytte mer sentralt, nær butikk og bybane. Det som betyr mest for meg er å komme nærmere familien min. Etter innflytting gleder jeg meg til å få hjelp til å komme i gang med aktiviteter, og har laget plan sammen med kontaktpersoner i Mestringsteamet på dette."



Deltager underveis i flytteprosess

"Det å ha noen å rådføre seg med i en flytteprosess kan være nyttig. Vår erfaring er at en slik prosess noen ganger kan ta lang tid og da kan det være godt å få hjelp til å holde oversikt, slik at du vet hva som skal skje når. Samtidig er trygt å vite at noen kjenner til systemene en må være i kontakt med når en skal flytte."

Marianne Handing,
spesialvernepleier



Hva betyr det å ha en egen bolig for meg

*Jo det er å ha et hjem
Hvor en kan vokse og
gro*

*Et hjem en kan invitere gjester inn
En hule som er bare min*

*Min festning, min borg når det stormer
Min trygge havn hvor jeg kan hvile og
finne ro.*

*Mitt hjem er mitt ankerfeste i en verden som
stadig er i endring.*

*Et sted hvor jeg kan samle krefter til å henge
med i dette som kalles livet*

Hva betyr en bolig for deg?

Vivian Kristiansen



BERGEN
KOMMUNE

Psykisk helse Bergen Sør

Post- og besøksadresse:

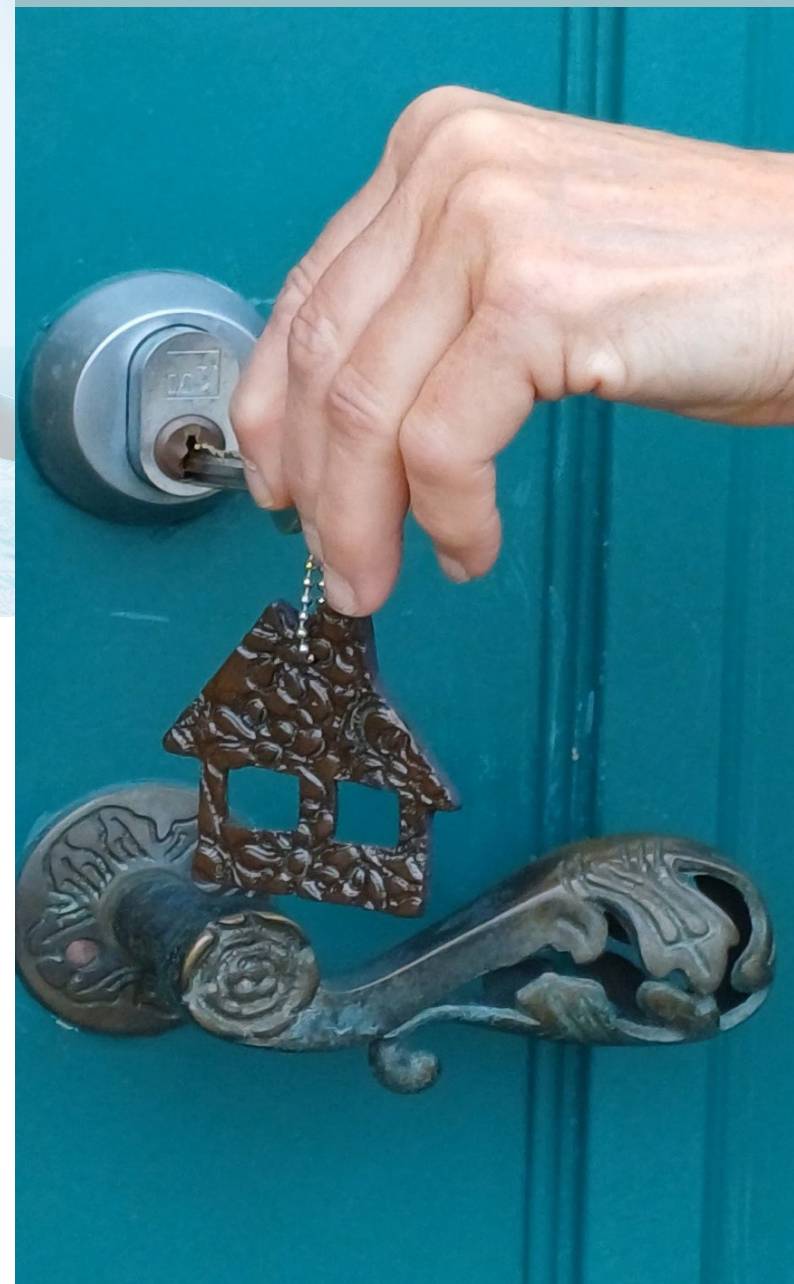
Slåtthaugvegen 17, 5222 Nesttun

Epost: mestringsteamet@bergen.kommune.no

Telefon: 55 56 12 29 / 408 14 441

Nettside: www.bergen.kommune.no/mestringsteamet

Ønsker du å flytte i egen bolig?
Mestringsteamet
kan bistå deg på veien



Ny hverdag i ny bolig

Hvem kan søke

- Du bor i tilrettelagt bolig innen psykisk helse.
- Er bostedsløs og bor midlertidig i spesialisthelsetjenesten innen psykisk helse.
- Du bor i privat tiltak, for eksempel Stendi.
- Du er godkjent for tilrettelagt bolig innen psykisk helse, men venter på tildelt plass.

Mestringsteamet følger deg fra tanken om å flytte melder seg, til du er vel etablert i ny bolig. Med utgangspunkt i dine ressurser, drømmer, ønsker og mål bistår Mestringsteamet deg.

Slik søker du

Du finner søknadsskjema her:

www.bergen.kommune.no/mestringsteamet



Slik kan en flytteprosess se ut

BLI KJENT

I Mestringsteamet blir du i hovedsak kjent med to-tre personer som blir dine rådgivere gjennom prosessen. Du kan selv være med å velge hvem disse skal være.

HVILKEN BOLIG PASSER FOR DEG?

Mestringsteamet bruker god tid for å finne ut hva du har behov for. Mestringsteamet kan veilede deg i søknadsprosessen dersom du ønsker å leie kommunal bolig, leie privat bolig eller om du vil søke om startlån for å kjøpe egen bolig.

FINNE BOLIG

Det kan ta tid å finne bolig. Dersom du skal kjøpe bolig eller leie privat må du kanskje gå på flere visninger og være med i flere budrunder.

FLYTTING

Når boligen er klar, bistår Mestringsteamet deg med å forberede flyttingen og komme i orden med rutiner og hverdagen i ny bolig. Vi kan også gi råd angående opprettelse av strømvtale og internettavtale, hvordan være en god nabo, sette opp budsjett mm.

HVORDAN SKAL HVERDAGEN BLI I NY BOLIG

En meningsfull hverdag er viktig for mange. Mestringsteamet kan bistå deg med å komme i gang med aktiviteter du liker, eller opprette kontakt med individuell jobbstøtte.

Om Mestringsteamet

Mestringsteamet består av miljøterapeuter med ulike fagbakgrunn og erfaringskonsulenter. Vi skal være en ekstra ressurs som kan bistå i flytteprosessen i tillegg til tjenestene du har fra før.

Kontakt oss

Ta gjerne kontakt med oss for en uforpliktende samtale.

Epost: Mestringsteamet@bergen.kommune.no

Telefon: 55 56 12 29 / 408 14 441

