



starten på et bedre liv

MIDT I OSLO



**i et ærverdige hus – med lav
terskel – holder vi til**

VÅR DRØM

er å se mennesker starte et rusfritt liv, slå ut vingene og følge sin egen drøm!



Jeg har drømmejobben!

Hver dag får jeg jobbe med et engasjert, profesjonelt og tverrfaglig team, og daglig møter jeg mennesker som får hjelp av oss. I P22 vet vi at mennesker er uendelig verdifulle. Derfor slutter vi aldri å drømme om at flere kan starte et rusfritt liv, slå ut vingene og følge sin egen drøm. P22 har vært til stede i rusfeltet i over 35 år og vi drømmer fortsatt!

Vennlig hilsen

Torbjørn Matre

Torbjørn Matre

Daglig leder

I 1979

så P22 dagens lys. Initiativtakeren var Frelsesarmé-offiseren Aase Marti. Visjonen var å skape et sted hvor rusmiddelavhengige i Oslo kunne komme rett inn fra gata, bli møtt på en ubyråkratisk og omsorgsfull måte og hjulpet videre til rehabilitering.

Hennes store hjerte for rusmiddelavhengige er en arv vi verdsetter høyt og bygger videre på.

I dag hjelper vi våre brukere med avrusning samt motivasjon og forberedelse til rehabilitering og en rusfri hverdag. Vi holder til ved Lovisenberg sykehus. Vi arbeider ut fra et klart kristent verdisyn.

Hos oss skal den enkelte få oppleve kjærlighet, respekt, omsorg og ansvarliggjøring.



Tett medisinsk - og sosialfaglig oppfølging vektlegges.



Siktet skjerpes mot en rusfri fremtid.

“Her er det lett å være rusfri”

Henrik, 30 år

VÅRE TILBUD

FASE 1 (ca. 3-5 dager)

Fase 1 er et tilbud til rusmiddelavhengige som ønsker avrusning. Vi tar imot rusmiddelavhengige kvinner og menn over 18 år. Brukerne kan ringe på døren eller henvende seg over telefon for å avtale tidspunkt for inntak. Under oppholdet får de oppfølging av lege, sykepleier, sosionom samt ansatte med annen kompetanse. Vi tilbyr C-preparater etter behov, men det gis ikke anledning til nedtrapping på A- og B-preparater.

Mål

Målet for denne fasen er å lindre, støtte og motivere, slik at brukerne lykkes med oppholdet.

Metode

Vi arbeider helse- og sosialfaglig med fokus på bl.a. LØFT og Motiverende Intervju (MI). Det vektlegges tett og individuell medisinsk- og sosialfaglig oppfølging av brukerne.

Hverdagen

Det legges til rette for ro og hvile i abstinensfasen, men samtidig er det muligheter for turer ut i nærmiljøet og å delta på ulike aktiviteter på huset. Daglig har vi frivillige samlinger der ulike temaer rundt den kristne tro tas opp. Vi jobber aktivt med å skape et godt og motiverende fellesskap i denne fasen.

FASE 2 (inntil 4 uker)

Fase 2 er et tilbud til rusmiddelavhengige som er ferdig med abstinensfasen, men som har behov for videre stabilisering.

Mål

Målsettingen er å motivere og hjelpe brukerne inn i positive endringsprosesser som leder til et rusfritt liv.

Metode

Vi arbeider helse- og sosialfaglig med spesielt fokus på LØFT, miljøterapi og endringsfokustert tilnærming. I denne fasen vektlegges brukermedvirkning i stor grad. Vi vektlegger tett oppfølging av brukerne gjennom individuelle samtaler med primærkontakt. Brukerne får hjelp til å søke videre behandling.

Hverdagen

På Fase 2 følger brukerne et ukeprogram. Strukturen skaper forutsigbarhet for brukerne samtidig som de blir ansvarliggjort på egen hverdag. Dagene er fylt med aktiviteter, trening, arbeidsoppgaver turer og grupper. Daglig har vi frivillige samlinger der ulike temaer rundt den kristne tro tas opp. Vi jobber aktivt med å skape et godt og motiverende fellesskap også i denne fasen.



Matglede, sang og musikk er en naturlig del av hverdagen på P22.

FASE 3 (inntil 3 måneder)

I denne fasen må brukerne være ferdig avruset. Dette tilbudet er for brukere i påvente av behandling enten det er i døgnbehandling eller poliklinisk behandling /ettervern i egen bolig. Fem av plassene på Fase 3 er forbeholdt Oslo Kommune v/Velferdsetaten.

Mål

Målet er å gi den enkelte bruker bedre forutsetninger for å lykkes i videre behandling, eller med et rusfritt liv i egen bolig der det er aktuelt. Vi arbeider for at overgangen til neste fase skal bli så smertefri som mulig. Den viktigste oppgaven vår er å hjelpe brukerne til å få et bedre grep om egen fremtid samt motivasjon til å ta de nødvendige stegene i riktig retning.

Metode

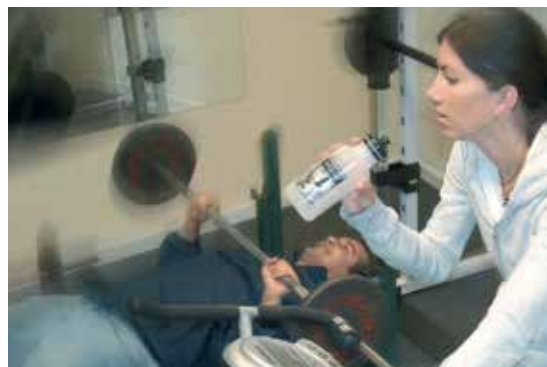
Vi arbeider helse- og sosialfaglig med fokus på bl.a. LØFT, samt gruppeterapi, miljøterapi og MI. Vi vektlegger tett oppfølging av brukerne gjennom individuelle samtaler med primærkontakt.

Hverdagen

Vi bygger vårt arbeid på gjensidig respekt og brukermedvirkning. Vi legger derfor stor vekt på å hjelpe den enkelte til selv å definere kortsiktige og langsiktige mål. Vi har en klar struktur med både dags- og ukeplaner der hver enkelt blir motivert til å ta ansvar for å stå opp om morgenen, møte til måltider, grupper og arbeidstrening i og utenfor huset. Daglig har vi frivillige samlinger der grunntankene i den kristne tro gjennomgås. Ukentlig har vi brukermøter som brukerne selv leder på omgang. Det legges opp til et aktivt liv med turer, trening og kulturelle opplevelser mm.

“Dette er det tøffeste og beste oppholdet jeg har hatt”

Geir, 40år



“P22 ble vendepunktet for meg”

Henrik Fjeld, rusfri i syv år

MAY BRITT VANT OVER RUSEN!

Som 16-åring var narkotika allerede en del av livet til May Britt Røbekk. Det ble mange vonde opplevelser og mye dårlig samvittighet i fht familien. Alkohol-, tablett- og heroinmisbruk fulgte. 22 år gammel banket hun på døra til P22. Det ubyråkratiske og lett tilgjengelige tilbudet tiltrakk henne. Oppholdet ble et vendepunkt. Særlig viktig ble opplevelsen av å være verdifull, og den tanken at det var mulig å leve et meningsfullt liv.



"Det var ikke skummelt å be om trøst når man var på det dårligste, og de ansatte var der når de trengtes," forteller vernepleieren May Britt mange år senere. "Erfaringene fra P22 er sentrale for at jeg er rusfri i dag. Sammen med Veksthuset i Molde og familien min har P22 vært en viktig byggestein for at jeg skulle bli rusfri", sier hun.

I dag er May Britt Røbekk fagutvikler innen rusfeltet i Molde. I to perioder har hun også vært prosjektleder for kommunens ruspolitiske handlingsplan. Hun liker å jobbe med mennesker og arbeider også som miljøterapeut. For et par år siden ble hun sykemeldt pga betennelse i ryggen. Hun fikk valget mellom å gå på smertestillende eller ikke. En alvorlig utfordring for en tidligere pille- og rusmisbruker. "Jeg valgte det bort og kom etter hvert tilbake i 100 % jobb. Men helt frisk blir jeg nok aldri," sier hun

May Britt har vært rusfri i 16 år og tenker ikke mye på rus lenger. "Men jeg har med meg erfaringen fra P22", sier hun. "Det dukker opp situasjoner jeg husker derfra, som jeg kan bruke i utvikling av faget og arbeidet mitt i hverdagen. Jeg opplever at det som er viktig er å være tilgjengelig og tilstede i det vi gjør!"

Vi blir takknemlige og ydmyke for historier som dette. Menneskeliv blir forandret på P22, det skjer stille og rolig – hver dag.

KONTAKT OSS

STIFTELSEN P22

Besøksadresse: Lovisenberggata 11

Postadresse: Lovisenberggata 11
0456 Oslo

Telefon: 23 29 05 00

Telefaks: 23 29 05 01

Internett: www.p22.no

E-post: p22@p22.no

Org. nr.: 966 220 228

Daglig leder: Torbjørn Matre

Telefon: 23 29 05 20

E-post: matre@p22.no

Nestleder: Gunhild Engen

Telefon: 23 29 05 22

E-post: gunhild@p22.no

Kontonummer: 3000.15.22953

