



Bæringen



Kommunegården i Sandvika

Sammen skaper vi fremtiden
MANGFOLD RAUSHET BÆREKRAFT



Hovedutvalg for bistand og omsorg (foran fra venstre): Ida Ohme Pedersen (vara Frp), Mikkel Mørch Sollie (H), Suzanne Five (vara H), Maria Barstad Sanner (H), Kari Brodin Seljelid (vara Ap), Line Norman Jernæs (MDG) og Torill Heggen (H). Bak fra venstre: Grete Syrdal, direktør helse og velferd, Liv Blom-Stokstad, direktør aldring og mestring, Sverre Bråthen (vara H), Bjørn Røtnes (H), Hans Kristian Aag (Pp), Lina Parvizian (Ap), Arnulf Harald Myklebust (Krf), Frank Roland (V), Bjørn Martin Johnsen (A) Torbjørn Espelien (utvalgsleder, Frp)

HVEM & HVA I BÆRUMSPOLITIKKEN

Hovedutvalg for bistand og omsorg

Hva er de viktigste sakene for Hovedutvalg for bistand og omsorg fremover?

– Det er flere viktige saker rundt boformer som vi får til behandling: Alternative boformer for eldre, evaluering av leie til eie for mennesker med utviklingshemming og status for «Barn bor bra i Bærum», forteller utvalgsleder Torbjørn

Espelien. – Vi står overfor en stor usikkerhet som følge av redusert tilskudd fra Husbanken. Dersom tilskuddene ikke tilbakeføres, vil det medføre store konsekvenser for alternative boformer og muligheten til å kunne velge mellom å eie og leie sin egen bolig. Bruk av vikarer i helsetjenestene, er også en meget viktig sak.

FAKTA

- Hovedutvalg for bistand og omsorg (BIOM), har det politiske ansvaret for tjenesteområdene Aldring og mestring og Helse og velferd.

ORDFØRERENS SPALTE

Aldersvennlige Bærum

I en nylig gjennomført bruker- og pårørendeundersøkelse blant eldre i kommunen som mottar tjenester i hjemmet, svarer 92 % at de ønsker å bo lengst mulig hjemme. Dette er et høyt tall, og det er svært positivt. Det er derfor viktig at vi klarer å skape gode tjenester som gir trygghet til dem som bor hjemme. Det innebærer også å gi trygghet for at det er plass på sykehjem eller i heldøgns omsorgsbolig når behovet oppstår. Å være trygg på at du får den omsorgen du trenger, når du trenger den, er grunnleggende for oss alle.

Bærum skal være et godt samfunn å bli eldre i. For å lykkes med det må vi mobilisere interesseorganisasjonene, arbeids- og næringslivet,

nærmiljøene, frivilligheten og pårørende. Om vi alle drar i samme retning for å skape et aldersvennlig Bærum, kan vi sammen utvikle lokalsamfunn der det er godt å leve for alle.

Den enkelte av oss bør også planlegge hvordan vi skal leve etter hvert som vi blir eldre. Hvor skal jeg bo, hvor lenge skal jeg jobbe, hva skal jeg bruke ressursene til når tiden i arbeidslivet er over? For å hindre ensomhet og utenforskap bør vi tenke nytt om fremtidens boformer.

Vi er heldige i Bærum – svært mange eldre bidrar med store ressurser som kommer til nytte i ulike deler av samfunnslivet, og ikke minst innenfor frivillig sektor. Våre senior-sentre er et godt eksempel på

det. Mange gjør en stor innsats i omsorgsarbeidet for ektefeller, barn og barnebarn. Aktiv aldring, forebygging, fysisk og sosial aktivitet, er alle viktige elementer for å leve et godt liv – hele livet. Det skal vi legge til rette for i Bærum.

Lisbeth Hammer Krog
ordfører



Foto: Ragnhild Hoem

Forsidebilde: Kommunegården i Sandvika. Foto: Ragnhild I. Hoem
Illustrasjonsfoto side 3, 4, 7, 10, 11, 12 og 13: Shutterstock/Unsplash. Side 15: Stockphoto.

Bærum kommune
Kommunikasjonsheten
baeringen@baerum.kommune.no
Telefon 67 50 40 50
Redaksjonen avsluttet: 23. januar.

Ansvarlig redaktør
Lisa Bang 91 63 93 80

Redaktør
Ragnhild I. Hoem 90 68 15 23

POLITISKE MØTER

Møtene kan følges på:
baerum.kommune.no
Vi tar forbehold om endringer.

Eierutvalget:
8. februar, 15. mars.

Eldrerådet: 31. januar, 7. mars.

Formannskapet: 15. februar, 8. og 22. mars.

Hovedutvalg for barn og unge: 7. februar, 14. mars.

Hovedutvalg for bistand og omsorg: 8. februar, 15. mars.

Hovedutvalg for miljø, idrett og kultur: 9. februar, 16. mars.

Klageutvalget:
28. februar, 28. mars.

Kommunestyret:
1. februar, 1. og 29. mars.

Kontrollutvalget:
30. januar, 27. februar og 27. mars.

Planutvalget:
9. februar, 9. og 23. mars.

Råd for personer med funksjonsnedsettelse:
30. januar, 6. mars.

Ungdområdet:
1. februar, 8. mars.

Utvalg for samarbeid:
7. februar, 14. mars.

Velkommen til åpent rådhus 14. februar

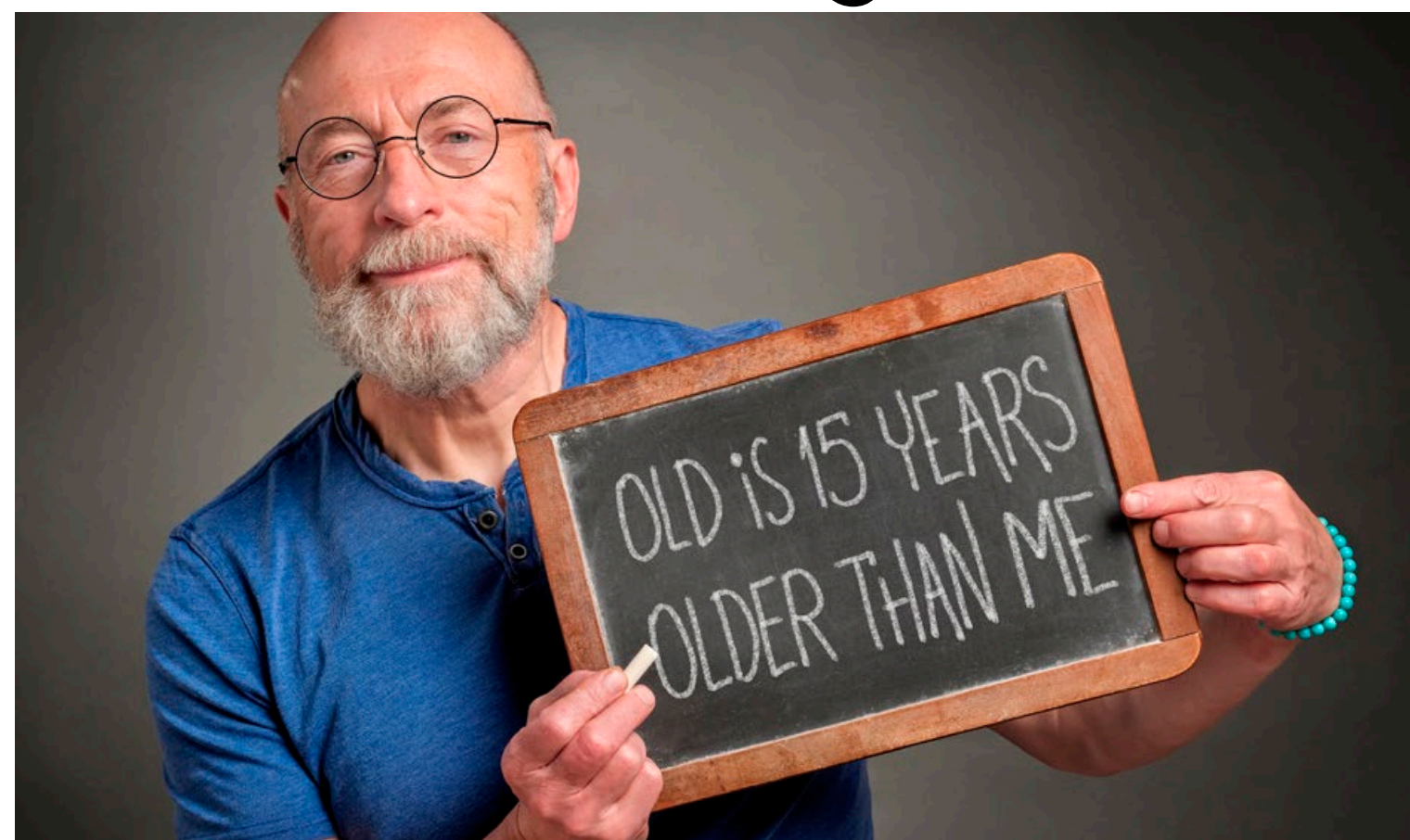
Jeg har den glede å invitere til omvisning i rådhuset tirsdag 14. februar kl. 18.00–19.30. Vi ser på den flotte kunsten og vil avslutte med informasjon om aktuelle politiske saker. Begrenset antall plasser på omvisningen! Påmelding til mette.rambol@baerum.kommune.no innen 10. februar 2023.

Vennlig hilsen
Lisbeth Hammer Krog
ordfører



Teknisk produksjon/trykk
Erik Tanche Nilssen AS, Skien
Opplag Cirka 50 000
Distribusjon Posten Norge AS
Neste nummer kommer i mars 2023, Frist neste nummer: 27. februar.

Et aldersvennlig Bærum



– Vi blir stadig flere eldre og vi lever lenger. For mange vil pensjonisttilværelsen være nesten en tredjedel av livet. Da må vi sørge for at den blir meningsfull både for den enkelte og for samfunnet, sier direktør for Aldring og mestring, Liv Blom-Stokstad.

RAGNHILD I. HOEM

I 2040 vil det være dobbelt så mange eldre over 80 år som i dag. Det betyr at det blir færre yrkesaktive til å finansiere velferdsgodene, og til å utføre omsorgsoppgavene. Samtidig blir den eldre befolkningen stadig sprekere. Den nye generasjonen eldre vil ha høyere utdanning, bedre helse og bedre boliger.

– Et aldersvennlig Bærum handler om å gjøre samfunnet i stand til å møte utfordringene og mulighetene som ligger i dette, sier Liv Blom-Stokstad.

Folkehelse og mestring

Blom-Stokstad forteller at en viktig del av dette handler om større innsats rundt forebygging av funksjonsnedsettelse og å ha fokus på mestring. – Vi må bidra til en sunn aldring, og legge til rette for

at folk kan bruke de ressursene de har. Aktive eldre betyr friskere eldre, sier Blom-Stokstad.

– I tillegg må vi i større grad tilrettelegge for at innbyggerne er i forkant, og planlegger egen alderdom. Siden skal vi tilpasse tilbudet til den enkeltes behov, slik at vi kan sikre at de som trenger det, får tjenestene de har behov for, sier Blom-Stokstad.

Styrket tilbud til hjemmeboende

– De aller fleste ønsker å bo hjemme, og det skal vi bidra til. Da trenger vi gode lokalsamfunn, og å legge til rette for et aktivt liv. Vi skal styrke tilbudet og tjenestene til hjemmeboende, slik at de kan mestre hverdagen og føle seg trygge hjemme lengst mulig, sier Blom-Stokstad. Hun forsikrer samtidig at de som trenger sykehjemsplass, skal få det. – Vi tror at tidsbegrensede opphold på helsehus og rehabilitering i hjemmet vil bli stadig viktigere, og skal jobbe videre med hvordan kommunens plasser og tilbud disponeres. Å utrede mulighetene for nye, alternative boformer, som bofelleskap, er sentralt i dette arbeidet.

Møteplasser på tvers av generasjonene

Kommunen skal, i samarbeid med brukere,

pårørende, frivilligheten og andre samarbeidspartnere, videreutvikle arenaer og tjenester som bidrar til fysisk og sosial aktivitet, som seniorsentrene, senioruniversitet og treningstilbud. – Det handler om å skape gode og menneskevennlige møteplasser, der vi kan treffes på tvers av generasjonene. Vi vil også ta i bruk ny teknologi, og legge til rette for at næringslivet og frivillige bidrar med oppgaver som gir mening og mestring, sier Blom-Stokstad.



Direktør for Aldring og mestring, Liv Blom-Stokstad.

FAKTA

- Et aldersvennlig Bærum handler om å gjøre samfunnet i stand til å møte utfordringene og mulighetene som ligger i at vi blir flere eldre.
- Styrket tilbud til hjemmeboende, og økt innsats rundt forebygging og mestring, er viktig satsingsområder.



Kommunalsjef for forebygging og mestring, Marit Kronborg.

Forebyggende arbeid bidrar til flere friske år. Eldre som tidlig finner tilrettelagt bolig klarer seg bedre enn de som venter til behovet oppstår.

Flere friske år i egen bolig

Eldre som selv tar valget om å tilpasse egen bolig eller flytte før de får et reelt behov for det, klarer seg bedre enn de som venter til behovet oppstår.

LISBET BOTNEN

Rapporten "Utredning - flere friske år blant innbyggerne i Bærum kommune", som er utarbeidet av Agenda Kaupang, ser på hvordan kommunen kan bidra til flere friske år for en befolkning som

øker i både antall og alder. Konklusjonen er at eldre som tidlig finner tilrettelagte boliger for alderdommen klarer seg bedre enn de som venter til behovet oppstår. Det er mye å hente på å tenke langsiktig, både for innbyggerne og kommunen.

Tilrettelegging og velferdsteknologi

– Bærum kommune har en bred tilnærming til dette, blant annet gjennom satsingen på velferdsteknologi. Det kan være ulike typer trygghetsalarmer, en robot som minner om at man skal ta medisiner,

stoler som gjør det lettere å reise seg, eller smart belysning. Fellesnevneren er at de teknologiske hjelpemidlene gir innbyggerne større muligheter til å klare seg hjemme, tross hjelpebehov, sykdom eller funksjonsnedsettelse, sier Marit Kronborg, kommunalsjef for Forebygging og mestring. – På visningscenteret Atri-X i Sandvika kan du komme innom og prøve ut ulike løsninger og velferdsteknologi, forteller Kronborg.

Vil teste aldersvennlige boliger

I forslaget til kommuneplanens arealdel, som skal behandles i kommunestyret før sommeren, åpnes det for at arealer settes av til gode, aldersvennlige boligområder. De aktuelle områdene er i Sonja Henies vei på Høvik, i Ringeriksveien på Vøyenenga, i Niels Leuchs vei på Eiksmarka, i Brynsveien og Dønskiveien på Gjøttum.

FAKTA

- Atri-X visningscenter for velferdsteknologi
Adresse: Claude Monets allé 21 ved siden av Sandvika Storsenter.
- Åpningstider: Tirsdag, onsdag og fredag kl. 10–15, torsdag kl. 10–18
- Kontakt: 67 50 40 50, Epost: Atri-x@baerum.kommune.no
- Atri-X | baerum.kommune.no/atri-x

FAKTA

- Her kan du lese hele rapporten: baerum.kommune.no/eldreomsorg

Seniorsentrene i Bærum

Bærum har 11 seniorsentre med et rikholdig program med foredrag, konserter, treningstilbud, og en rekke grupper innen alt fra foto, maleri, litteratur, språk, dans og kor til turgrupper, treskjæring, snekring, bridge og boccia – blant annet!
Seniorsentrene skal være en møteplass, og et sted for aktiviteter og fellesskap. For mer informasjon om tilbud og program ved sentrene, se baerum.kommune.no/seniorsentrene



Foto: Bærum kommune

Sosialrådgivere på seniorsentrene

Sosialrådgiverne på seniorsentrene kan tilby samtaler når livet er vanskelig eller i forandring. De kan bidra med informasjon, råd og veiledning i sosiale, økonomiske og helsemessige spørsmål. De kan også hjelpe med søknader om tjenester, og å finne ut hvor du kan henvende deg i kommunale og statlige etater. Ønsker du samtale med en sosialrådgiver? Ta kontakt med seniorsenteret på Henie Onstad, Ringhøyden, Rykkinn eller Østerås.

Mer informasjon:

baerum.kommune.no/seniorsentrene

Foto: Bærum kommune



Enkle grep for gode hverdager

– Hva vi faktisk gjør i hverdagen har stor betydning for hvordan vi trives. Hverdagsglede handler om hvordan gode hverdagsopplevelser er bra for den psykiske helsen, sier Vigdis Kim, sosialrådgiver ved Østerås seniorsenter. Hun mener det er fullt mulig å ta enkle grep for å oppleve økt hverdagsglede.

Det er fem grep som har vist seg å ha stor betydning for hvordan du trives. Det handler om å være oppmerksom, være aktiv, fortsette å lære, knytte bånd og å gi. – Vi utforsker sammen hvordan du kan bruke disse grepene, og gjøre ting som gir deg glede, sier Kim.
– Fordi glede smitter, vil det også kunne bidra til andres glede!

Kurs i hverdagsglede

Våren 2023 inviterer kommunen til seks samlinger om hverdagsglede, for deg over 60 år.
– Hverdagsglede er et forskningsbasert kurs fra Rådet for psykisk helse, og er for deg som opplever at du trenger et løft i hverdagen, forteller Kim. – Det handler om å bli bevisst på hvordan små justeringer kan føre til store endringer, og hvilken kraft som ligger i dette.

De 5 grepene:

- **Vær oppmerksom**
- **Vær aktiv**
- **Gi**
- **Knytt bånd**
- **Fortsett å lære**

FAKTA

Kurs i hverdagsglede

- 6-ukers kurs, med ukentlige samlinger. Pris: 300 kr.
- Østerås seniorsenter: mandager kl. 11–13, kursstart 13. februar. Påmelding innen 9. februar til elin.vogt@baerum.kommune.no, eller på tlf. 94 00 87 65.
- Henie Onstad seniorsenter: torsdager kl. 13.30–15.30, kursstart 13. april. Påmelding innen 4. april til silje.k.boe@baerum.kommune.no, eller på tlf. 46 92 30 91.
- Ringhøyden og Rykkinn seniorsenter holder kurs høsten 2023.
- Mer informasjon: Fem grep for økt hverdagsglede – Rådet for psykisk helse psykiskhelse.no



– Flere vil sortere ut glass- og metallemballasje hvis de kan gjøre det hjemme, sier Haakon Braathu, avdelingsleder i Avfall og renovasjon. Høsten 2023 får bæringene egen boks til glass- og metall hjemme. Foto: Bærum kommune

Bedre kildesortering med egne beholdere for glass- og metallemballasje hjemme

Fra høsten 2023 skal husstandene i Bærum få egne beholdere til innsamling av glass- og metallemballasje.

SOFIE META

– Den nye henteordningen for glass- og metallemballasje vil gi både en materialgjennvinnings- og en klimagevinst. Glass- og metallemballasje kan smeltes om nærmest i det uendelige, og bli til nye råstoff og produkter. Samtidig vil bedre kildesortering og redusert restavfallsmengde bidra til å nå målene i kommunens Klimastrategi 2030, sier avdelingsleder i Avfall og renovasjon, Haakon Braathu.

86 prosent ble kildesortert

Kommunen har tidligere gjennomført et prøveprosjekt med henting av glass- og metallemballasje hjemme hos 356 husstander i Bærum. Underveis i prosjektet ble avfallet analysert for å finne ut hvor

mye glass- og metallemballasje som ble sortert.

– Resultatene fra prøveprosjektet viste at 86 prosent av glass- og metallavfallet ble sortert og gjenvunnet, sier Braathu.

Til sammenligning viser tidligere analyser at 75 prosent av glass- og metallemballasje blir levert til et returpunkt for materialgjenvinning. Det innebærer at 25 prosent til vanlig kastes i restavfallet.

– Dette tyder på at flere vil sortere ut glass- og metallemballasje hvis de kan gjøre det hjemme, sier Braathu.

FAKTA

- Fra høsten 2023 skal husstandene i Bærum få egne beholdere til innsamling av glass- og metallemballasje.
- Utrulling av nye beholdere vil skje områdevis, fra høsten 2023 til høsten 2024.

Hva er glass- og metallemballasje?

- Syltetøyglass
- Glass for sauser og lignende
- Glassflasker uten pant
- Hermetikkbokser
- Aluminiumsfolie og beger
- Metallokk
- Telys (tomme)
- Påleggstuber av metall
- Spraybokser til mat

Dette er ikke glass- og metallemballasje, og skal leveres på Isi:

- Drikkeglass og tallerkener
- Ildfaste former
- Porselen og keramikk
- Metallstenger
- Paraplyer
- Stekepanner/kokekar
- EE-avfall (strykejern, rettetang og lignende)

Isi på hjul – avfallsmottak nær deg

Isi på hjul er et mobilt avfallsmottak, som gjør det enklere å levere avfall og ombruksartikler i mindre mengder.

SOFIE META

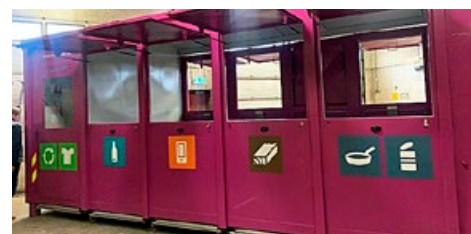
Du kan levere inntil to gjennomsiktige avfallssekker, som du selv kildesorterer i containeren. Gjenstandene kan ikke være lengre enn 1 meter. Du kan også sette igjen små ombruks-gjenstander. Isi på hjul er bemannet av hyggelig personale, som kan hjelpe deg med å sortere. Det er ikke tillatt å sette igjen avfall når containeren ikke er på stedet.

Betaling

En levering koster 40 kroner og kan betales med Vipps. Farlig avfall og småelektronikk er gratis å levere.

Mer informasjon:

baerum.kommune.no/renovasjon



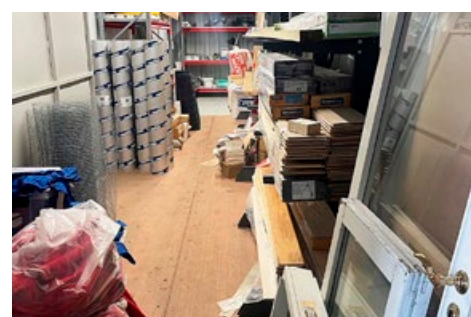
Byggevarer til ombruk

Planlegger du et byggeprosjekt og trenger materiell? Eller har du pusset opp, og har noe til overs? På Isi avfallsanlegg kan du levere ubrukte byggevarer til ombruk. Du kan levere lister, panel, konstruksjonsvirke, trykkimpregnert trevirke, parkett, isolasjon, Leca-blokker, betongstein, dører og vinduer. Du kan også levere fliser, skruer, spiker og verktøy.

Du kan også hente ut byggevarer du har bruk for, gratis. Isi avfallsanlegg holder åpent for byggevarer til ombruk tirsdag og torsdag kl. 16-21.

Les mer på

baerum.kommune.no/isi_levere



Les av strømmåleren - vinn premier!

Gjennom EU-prosjektet ENCHANT ønsker Klima Viken fylkeskommune og Bærum å lære mer om energiforbruket til innbyggerne.

Høye strømpriser og et svært høyt forbruk av energi har ført til et økende behov for energieffektivisering og nye løsninger. Den nye kampanjen til Klima Viken fylkeskommune og EU-prosjektet ENCHANT, tar sikte på å redusere strømforbruket i norske husholdninger. Kampanjen er en del av en stor satsning som rulles ut i seks andre europeiske land det kommende året.

Vil motivere til endringer

– Vi ønsker å lære så mye som mulig om

innbyggerne sitt energiforbruk. Uten denne kunnskapen vil vi ikke kunne motivere befolkningen til å gjøre endringer. Endringer som vil være positive både for innbyggerne og klimaet, sier fylkesråd for plan, klima og miljø i Viken fylkeskommune Annette Lindahl Raakil (Sp).

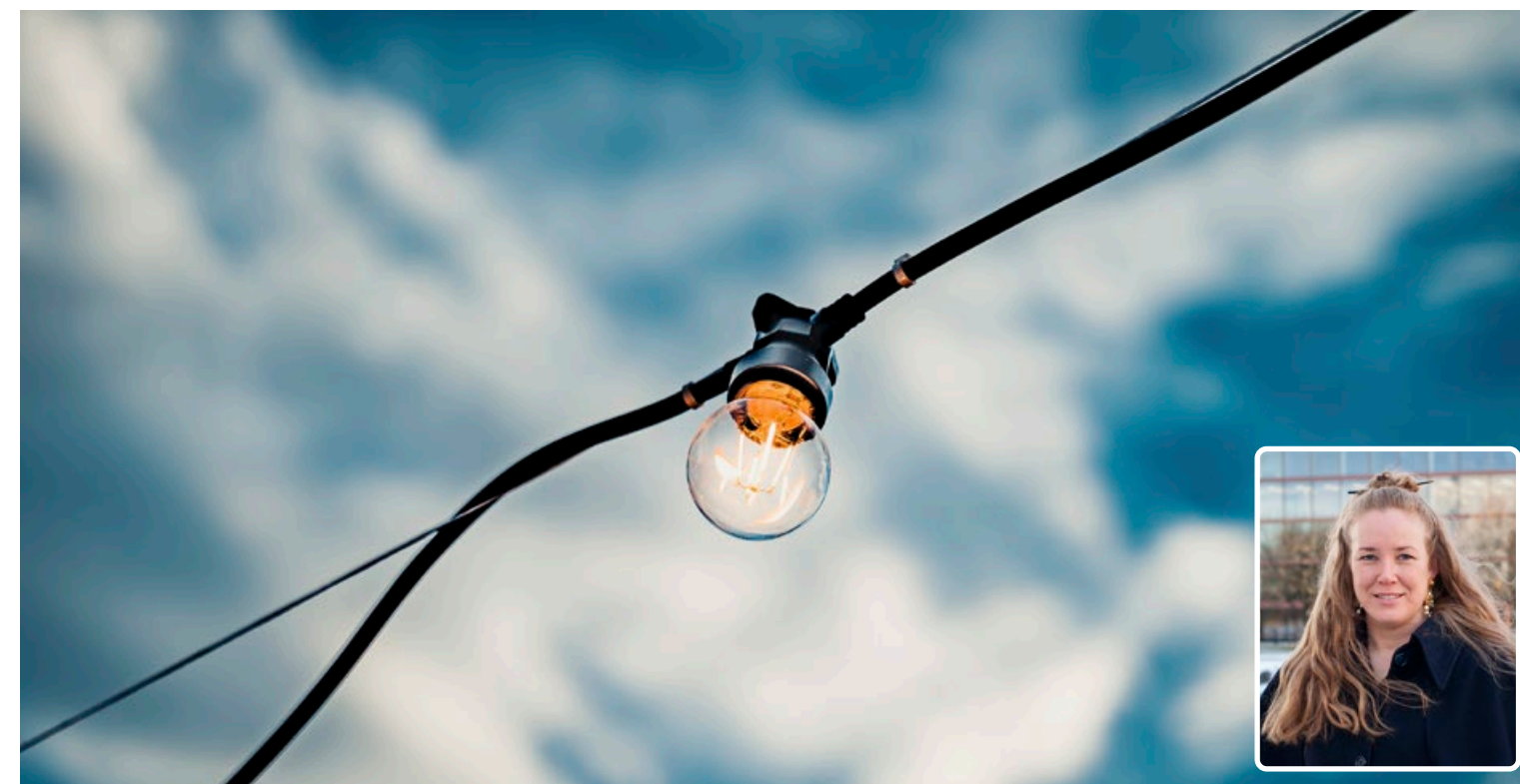
Tips, råd og mulighet for å vinne premier

Gjennom å delta i kampanjen vil du få tips og tilbakemeldinger om hva du kan gjøre for å redusere strømforbruket, og på hvilket tidspunkt på døgnet strømmen er billigst. Du får også muligheten til å vinne premier, blant annet en elsykkel, varmpumpe, elbil-lader, gratis energirådgivning eller vinterdekk til sykkel.

– Vi håper dette kan være en ekstra gulrot for innbyggerne, så de vil bruke noen minutter i uken på å gi oss verdifull informasjon. Det kan jo også bidra til en litt «snillere» strømregning, sier leder for klimateamet i kommunen, Kristin Molstad.

Vil du delta?

Ønsker du å delta i kampanjen og få mulighet til å vinne energibesparende premier, kan du sjekke ut denne nettsiden: app.enchant-project.eu/no/



– Vi håper innbyggerne i Bærum vil bruke noen minutter i uken på å gi oss verdifull informasjon om energiforbruket sitt, sier leder for klimateamet i kommunen, Kristin Molstad.

Gratis energirådgivning

Alle som eier en privatbolig i Bærum kan få uforpliktende og gratis energirådgivning. Du kan få rådgivning digitalt eller i hjemmet ditt. Energirådgiveren vil gi deg objektive råd om energitiltak du kan gjøre i din bolig.

Mer informasjon:

baerum.kommune.no/energiradgivning



Foto: Energiportalen

Vil du installere solcelle- eller solfangeranlegg? Husk å sjekke om du må søke.

I utgangspunktet er en slik installasjon søknadspliktig, men det finnes unntak. Solenergianlegggets størrelse, hvor det plasseres, bygningens vernestatus og boligområdet den ligger i, er avgjørende for søknadsplikten.

Mer informasjon:

baerum.kommune.no/byggesak

Kommunegården – Bærums nye møteplass

Viktige datoer

- 7. februar er den siste dagen du kan besøke den midlertidige kommunegården i Eyvind Lyches vei 10.
- 20. februar åpnes dørene til Kommunegården i Sandvika
- Den offisielle åpningen blir 23. mars – bli med på festen!

Hvilke besøkstjenester finner du i Kommunegården?

- Avfall og gjenvinning
- Barnevernet
- Boligbistand
- Bærum helse og friskliv
- Ergoterapi og fysioterapi for voksne og barn
- Folkehelsekontoret
- Helsestasjon for ungdom
- Kundesenteret – plan og bygg
- Natur, idrett og veidrift
- Natur, vei og miljøforvaltning
- Vann og avløp
- PP-tjenesten
- Servicesenteret
- Psykisk helseteam for barn og unge med familier
- Rådgivning psykisk helse og rus, og oppfølging
- Seniorrådgivere
- Spesialpedagogene for barnehage
- Tildelingskontoret (tildeling og forvaltning)

Visste du at...

Vikanda, som er en del av Bærum arbeidssenter, skal drive både kantinen, kaffebaren og designbutikken i Kommunegården.



Kommunegården i Sandvika skal være en møteplass for Bærums innbyggere, frivilligheten, næringslivet, organisasjoner og kommunen.

Her holder 43 av kommunens tjenester til, og 1300 av kommunens medarbeidere skal ha sin arbeidsplass her. På denne måten kan tjenestene samarbeide tettere med hverandre – og med innbyggerne. Her finnes gode rom for møter, arrangementer og for den personlige samtalen.

Hvor er det?

Adressen til Kommunegården er Arnold Haukelands plass 10, 1338 Sandvika. Kommunegården ligger langs Sandvikselva, ved siden

av Bærum kulturhus. På den andre siden av elven ligger Rådhuset.

Innbyggertorget

På Innbyggertorget er det rom for kulturalrangementer og møter mellom innbyggere,



frivilligheten, næringslivet og kommunen. Det består av flere typer lokaler. Møteplassen i 1. etasje er kommunegårdens største rom. Dette rommet kan både kommunen og innbyggerne bruke til å arrangere konserter, foredrag og andre aktiviteter. Her finner du også en kantine, designbutikk og kaffebare – som alle kan besøke.

Møterom

På ettermiddagen har Kommunegården et stort utvalg av møterom som innbyggere, organisasjoner og frivilligheten kan bruke til sine egne formål. De aller fleste møterommene som ligger i byggets to underetasjer, vil være tilgjengelige etter arbeidstid. Muligheten for å leie lokaler åpner den 23. mars

2023. Du kan få ditt eget adgangskort til dette området etter denne datoen.



Hvordan kommer du deg til hit?

- Buss/tog til Sandvika stasjon, eller de av Ruters servicelinjer i Bærum som stopper utenfor Rådhuset.
- Kommunegården har 40 parkeringsplasser til besøkende (inntil 2 timer mot betaling). Innkjøring fra Brodtkorbgate.
- Utenfor hovedinngangen er det 2 HC-parkeringsplasser.

Rådhuset

Rådhuset i Sandvika ligger på Rådhus-torget, på den andre siden av Sandvikselva. Det ble oppført i 1927–58, etter tegninger av arkitekt Magnus Poulsson. I Rådhuset sitter blant andre ordfører, politikere, og kommuneledelsen. Rådhuset er møtelokale for kommunestyret, formannskapet, de politiske utvalgene og rådene. Her holdes offisielle arrangementer og visler. Rådhuset har et nydelig klokkespill, som spiller hver time. Bygningen er fredet.



Ideverkstedet

Ideverkstedet skal være et sted for innovasjon og nye ideer. Frivillige, innbyggere, næringsliv, organisasjoner og medarbeidere i kommunen kan bruke Ideverkstedet for å møtes og utveksle innsikt, erfaringer og ideer.

Universell utforming

Kommunegården er universelt utformet og tilrettelagt for blant annet rullestol. Det finnes to HC-parkeringsplasser, rett utenfor hovedinngangen.

Mer informasjon:

baerum.kommune.no/kommunegarden

Smått og stort fra bærumssamfunnet



Spørreundersøkelse om skolen som lokalmiljøets møtested

De to avdelingene på Bryn og Hammerbakken skole – avdeling Bryn og avdeling Hammerbakken – skal slås sammen fysisk i ett skolebygg. Utenfor skolens åpningstid kan bygget og uteområdene brukes på andre måter. Hva kunne du tenke deg å bruke skolen til? Bærum kommune ønsker å kartlegge hvilke behov lokalsamfunnet rundt Bryn og Hammerbakken skole har. På nettsiden til prosjektet kan du svare på noen korte spørsmål og gi dine innspill til hva skolebygget og uteområdene kan brukes til etter skoletid: baerum.kommune.no/bryn-og-hammerbakken Undersøkelsen er anonym.

Søppelplukking langs kommunale veier

Vil ditt lag eller forening hjelpe oss med søppelplukking langs kommunale veier og friområder? Send e-post merket «Søppelplukking 2023» til post@baerum.kommune.no senest 27. mars. Oppdraget omfatter totalt ca. 70 ruter av varierende lengder og arealer i hele kommunen. Godtgjørelsen for rutene er fastsatt på forhånd og vil variere i forhold til lengde og areal for rutene. Søppelplukkingen gjelder kun for klubber, lag og foreninger registrert i Bærum. Skoleklasser, russebusser og andre uorganiserte grupper har ikke anledning å delta. Klubber, lag og foreninger må samordne sine henvendelser. Det vil si at vi for eksempel kun tar imot én søknad fra en klubb fotballavdeling. Mer informasjon finner du på baerum.kommune.no/soppelplukking



Bli flyktningguide!

Vil du bidra til at flyktninger og migranter blir kjent i sitt lokalsamfunn i Bærum? Da kan du bli flyktningguide for Røde Kors. Meld din interesse på mittrodekors.no. På rodekors.no/barum kan du lese mer om hva Bærum Røde Kors gjør, og hvilke andre aktiviteter de har.



A-larm: Møtested for brukere og pårørende innen rusfeltet

A-larm er et trygt, rusfritt fellesskap for brukere og pårørende innen rusfeltet. De tilbyr både grupper og individuelle samtaler, og har et eget tilbud til pårørende: Hver onsdag kl. 17–19 kan du møte andre i samme situasjon, for å dele erfaringer og råd. Tilbudet flytter til Kommunegården i Sandvika fra uke 8, frem til det holder de til i Brambanigården. For mer informasjon, ring tlf. 95 06 34 92.



Nye kriterier for rehabiliteringsopphold i Altea, Spania.

Kommunen utarbeider for tiden nye kriterier for tildeling av opphold på rehabiliteringssenteret CAN i Altea i Spania. Det vil derfor ikke være mulig å søke om opphold før de nye tildelingskriteriene er klare. Søknader om rehabiliteringsopphold som er mottatt før 16. januar 2023, vil bli behandlet etter «gamle» tildelingskriterier.



Medvirkning i praksis:

– Skolen blir faktisk bedre!



– Det er veldig gøy å kunne påvirke skolehverdagen. Det er virkelig noe vi vil anbefale andre skoler å gjøre også, sier Alba Leal og Sunniva Vestre i 7A, her sammen med avdelingsleder Gine Stenvadet.

På Grav skole jobber entusiastiske elever med å forbedre undervisningen. Et utviklingsråd sørger for at alle trinn får reell innflytelse.

LISBET BOTNEN

– Det er veldig gøy å jobbe sammen i en gruppe hvor alle får være med på å bestemme, sier Sunniva Vestre i 7A. Hun er en av 12 elever som er med i utviklingsrådet. Rådet er opprettet for å få elevenes stemme inn i læringen på en bedre måte. De møtes en gang i måneden eller oftere og diskuterer aktuelle temaer. Rådet deltar også på foreldremøter og personalmøter. – Det er viktig å være engasjert og si sin mening, for ellers skjer det jo ikke noe.

Vi har blitt flinkere til å bidra, og ser at vi faktisk får bestemme mer, sier Sunniva.

Ett steg videre med styringsgrupper

Utviklingsrådet jobber nå med å få til styringsgrupper på flere trinn. En styringsgruppe er en gruppe elever som er med på å planlegge undervisning, for eksempel ved å lage et opplegg til et fag eller en temaperiode.

– Vi kommer med ulike forslag til hvordan vi best kan lære, og hva vi bør ha fokus på. Vi har prøvd ut styringsgrupper på 4. og 6. trinn, og hvis det fungerer godt håper vi det blir utvidet, sier Alba Leal i 7A.

På 7 trinn har hele klassen vært en styringsgruppe. Hver klasse fikk hvert sitt



Utviklingsrådet på Grav skole skal bidra til at elevenes stemme blir hørt. Foto: Grav skole

fag, som de har planlagt i en temaperiode som het Grav VM. De tre klassene deltok i planleggingen av norsk, naturfag og samfunnsfag.

Inspirert av Ringstabekk

I høst dro flere elever og lærere til Ringstabekk ungdomsskole for å lære hvordan de har jobbet med styringsgrupper.

– Vi synes det er fint at skolene kan samarbeide og få tips av hverandre. Medvirkning er en sentral del av den nye lærerplanen, så vi prøver å jobbe systematisk med å få elevene engasjert, sier avdelingsleder Gine Stenvadet. Både Sunniva og Alba synes skolen har blitt bedre etter at de fikk være å bestemme.

– Det er veldig gøy å kunne påvirke skolehverdagen. Det er virkelig noe vi vil anbefale andre skoler å gjøre også, sier jentene.

Jar skole og Stabekk skole er Regnbuefyrtårn

Visste du at vi har to bærumsskoler som er regnbuefyrtårn? Regnbuefyrtårnet er en utmerkelse fra Skeiv kunnskap, som viser at en arbeidsplass har gjennomgått grundig kompetanseheving om normer, kjønn og seksualitet, og jobber med å sikre inkludering og forebygge diskriminering av elever som bryter kjønn- og seksualitetsnormene. Her i Bærum er Jar skole og Stabekk skole regnbuefyrtårn.

Mer informasjon: skeivkunnskap.no

Foto: Stabekk skole



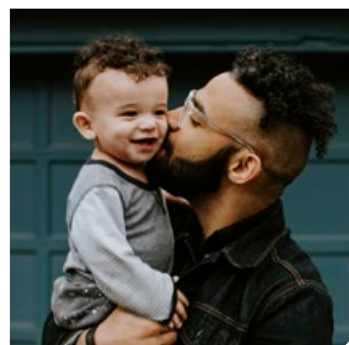
Tilbud til barn og unge i Bærum

«I Bærum kommune jobber vi sammen for å skape et trygt og godt oppvekstmiljø. En god oppvekst varer hele livet»

BRYNHILD FARBROT, DIREKTØR FOR OPPVEKST

Helsestasjonen for barn

Helsestasjonen er en del av kommunens helsefremmende og forebyggende arbeid rettet mot gravide, barn 0–6 år og deres foreldre. Helsestasjonene jobber for å fremme barns helse og trivsel, og forebygge sykdom og skade.



Kurs ved helsestasjonene

Helsestasjonene tilbyr ulike typer kurs og grupper for å gi veiledning og styrke foreldre i foreldrerollen. Ta kontakt med helsestasjonene for mer informasjon. Kursene er gratis.

Aktuelle kurs:
Fødsels-, amme-, og foreldreforbereende grupper ved jordmor på helsestasjonen
TEGRA – fødsels- og barselskurs for deg som har innvandrerbakgrunn
ICDP-kurs – foreldreveiledning for deg som kommer fra et annet land og skal oppdra barn i Norge.
Foreldrekurs i trygghets sirkelen (COS) – Foreldreveiledningsprogram som legger vekt på relasjoner og samspill.

Svangerskapsomsorg

Alle gravide har rett til svangerskapsomsorg. Kommunen har jordmødre på alle helsestasjonene. Tilbudet de gir er gratis. Jordmødrene sørger for at gravide og partner får råd og veiledning. Nasjonale retningslinjer anbefaler første svangerskapskonsultasjon rundt svangerskapsuke 6–10.



Aktiv fritid

– for barn og unge med en ADHD-diagnose

Et variert aktivitetstilbud til barn og unge med en ADHD-diagnose. Tilbudet er en ettermiddag/kveld i uken. Barnegruppe for 8–12 år og ungdomsgruppe for 13–19 år.

Mer informasjon: baerum.kommune.no/aktivfritid

Samtalegruppe for barn og unge i skilsmissefamilier

Målet er å gi et tilbud til elever på 5. og 9.trinn, som har lyst til å snakke om følelser rundt skilsmisse og gi dem metoder for å takle utfordringene de møter. Gruppene tilbys i skoletiden på den enkelte skole og drives av helsesykepleier. Det arrangeres også mamma- og pappakvelder (til de barna som går i grupper) i samarbeid med familievernkontoret. Tilbudet er gratis.

Kontakt: helsesykepleier ved din skole.



Helsestasjon for ungdom

Helsestasjonen er et tilbud til gutter og jenter i alderen 13–23 år og er et supplement til skolehelsetjenesten. Her jobber både lege, helsesykepleier og jordmor. De har taushetsplikt. Ingen timebestilling og tilbudet er gratis.

Åpningstider:

Sandvika helsestasjon: mandag og tirsdag kl. 15.30–18.30
Bekkestua helsestasjon: onsdag og torsdag kl. 15.30–18.30

Mer informasjon om tilbudet ved helsestasjonene finner du på baerum.kommune.no/helsestasjonene

Skolehelsetjenesten

Skolehelsetjenesten er en del av kommunens helsefremmende og forebyggende arbeid rettet mot barn/ungdom 6-20 år. Tilbudets mål er å forebygge sykdom og skader hos elevene og fremme elevenes fysiske, psykiske og sosiale helse. Tilbudet gjelder alle elever i grunnskolen, samt private- og videregående skoler. Tilbudet er gratis.

Mer informasjon: Ta kontakt med helsesykepleier ved den enkelte skole (se skolens nettsider).



Tilbud til familier som trenger hjelp

Home-Start Familiekontakten Bærum tilbyr et menneske å snakke med, som deler dine gleder og sorger, en voksen person som gir praktisk hjelp og støtte, en pustepause i hverdagen. Familiekontakten kommer på besøk i hjemmet hver uke i 2–4 timer. Familien må ha minst ett barn i alderen 0–16 år.

Mer info: homestartnorge.no/tilforeldre/
Ta kontakt: Anne Katrine L. Johannessen, tlf. 934 00 890
Foto: Home Start



Psykiske helsetjenester for barn og unge med familie

- Lavterskeltilbud innen forebyggende psykisk helsearbeid. Barn, unge og deres familier kan i perioder ha bekymringer og utfordringer, og ha behov for støtte, råd og veiledning. Tilbudet er gratis, og er for barn og unge i aldersgruppen fra 0 år til ut videregående skole, med familie. Tilbudet er også for gravide. Dette tilbyr Psykisk helsetjeneste:
- Tilbud for barn og unge med alvorlig skolefravær og sosial tilbaketrekning. Tilbudet består av temakvelder, individuelle samtaler og veiledningsgrupper for foreldre.
- Individuelle samtaler og gruppetilbud til barn og ungdom som er pårørende til foreldre og/eller søsken som strever med rus eller psykiske helseutfordringer.
- Tilbud til barn og ungdom som er pårørende til søsken med kronisk sykdom eller funksjonsnedsettelse, gjennom individuelle samtaler og gruppetilbud.
- Oppfølging av ungdom og deres familier hvis det er bekymring rundt ungdommens rusbruk. Tilbudet er for ungdom opp til 23 år og deres familier. Oppfølgingen består av samtaler med ungdom og deres foreldre.

Hvordan kommer du i kontakt med oss?
Ring oss på nummer 67 50 74 60
Mandag til torsdag kl. 9–15.
Fredag kl. 9–12.

Mer informasjon: baerum.kommune.no/pht



Akutthjelp til barnefamilier

Et tilbud som skal sikre nødvendig hjelp til barnefamilier i akutt krise. Målgruppe: barn 0–12 år, når omsorgspersoner er syke eller har annet akutt hjelpebehov. Tilbudet er avlastning med barn mellom 08.00 og 15.30 på hverdager, 2–3 halve dager i uken. Hjelpen kan innvilges for en periode på 2–4 uker. Det beregnes egenandel.

Mer info: baerum.kommune.no/akutthjelpbarnefamilier eller 67508910/ 46809444.



Fysioterapi for barn og unge

Et tilbud for barn og unge som har, eller som kan få vansker med å klare daglige aktiviteter på grunn av funksjonshemming, sykdom eller skade. Tilbudet består av vurdering av funksjon og tiltak individuelt eller i gruppe. Her blir det formidlet, utprøvd og tilpasset tekniske hjelpemidler. Tilbudet er gratis.

Kontakt: Elin Kroken Finseth, elin.finseth@baerum.kommune.no, tlf. 916 41 335

Rubrikkannonser

Vi tar forbehold om at arrangementer kan bli avlyst og åpningstider endret. Neste nummer kommer ut i uke 13. Frist for å sende inn annonser er 27. februar. Annonsene sendes til baeringen@baerum.kommune.no.

BARNEVERNVAKTEN

Akutt-tjeneste i Asker og Bærum utenom barneverntjenestens kontortid. Hjelp til barn og unge i alderen 0–18 år og deres familier. **Kontakt:** tlf. 67 50 47 70, Kjørboveien 22, Sandvika.

STØTTEKONTAKTER OG BESØKSHJEM

Barnevernet søker støttekontakter og besøkshjem. **Kontakt:** Anne-Stine Ødegaard, tlf. 40 01 94 31, e-post: anne-stine.odegaard@baerum.kommune.no.

ASKER OG BÆRUM KRISESENTER

Gratis, døgnapent tilbud til kvinner, menn og deres barn, som er utsatt for vold i nære relasjoner. **Kontakt:** tlf. 67 50 83 83, baerum.kommune.no/krisesenter

AKUTTHJELP TIL BARNEFAMILIER

Målgruppe: familier med barn 0–12 år. Det må foreligge helsemessig begrunnelse fra fastlege, helsesøster eller annen instans. Avlastning hverdager 8.00–15.30.

Mer info: baerum.kommune.no eller tlf. 67 50 89 10/46 80 94 44.

RÅDGIVNING RUS OG PSYKISK HELSE

Målgruppe: innbyggere over 18 år med utfordringer knyttet til rus, psykisk helse eller andre sosiale problemer. Tjenesten er gratis og du trenger ingen henvisning. **Kontakt:** tlf. 67 50 76 55.

BÆRUM HELSE OG FRISKLIV RASK PSYKISK HELSEHJELP

Trenger du støtte til å takle hverdagen? Rask psykisk helsehjelp er et tilbud til deg over 18 år som har lettere psykiske vansker. Aktuelle problemer kan være bekymring, angst, depresjon, nedstemthet, alkoholmisbruk, søvnproblemer, stress, samlivsproblemer, utbrenthet og sorg. Lavterskel, ingen krav til henvisning. **Kontakt:** raskpsykiskhelsehjelp@baerum.kommune.no eller telefon 67 50 41 79. Se baerum.kommune.no/rph for mer informasjon.

PSYKISK HELSEHJELP FOR FLYKTNINGER

Hos psykisk helseteam for flyktninger kan flyktninger få snakke med en psykolog eller en psykisk helseveileder. Tilbudet er gratis, og det er mulighet for tolk. Ring eller send sms til tlf. 45 65 16 31 eller 45 65 16 31.

FRISKLIVSSENTERET

Strever du med inaktivitet, overvekt, livsstilssykdommer eller andre helseutfordringer? Ønsker du hjelp til å få en sunnere livsstil for barna og familien? Frisklivssenteret er en forebyggende helsetjeneste, som tilbyr støtte til å endre levevaner innen kosthold, fysisk aktivitet, tobakk og til å mestre helseutfordringer. **Kontakt** Frisklivssenteret på tlf. 974 02 798 eller frisklivssenteret@baerum.kommune.no. Se baerum.kommune.no/friskliv for mer informasjon.

PÅRØRENDESKOLEN

Kurs for pårørende til personer med demenssykdommer. Kurset gir pårørende informasjon og kunnskap om de ulike demenssykdommene. Temaene som tas opp er i tråd med det nasjonale konseptet for pårørendeskoler i Norge. Dagkurs: 3 dager med 4 timers varighet, oppstart april. Kveldskurs: 6 kvelder med 2 timers varighet, oppstart april. Sted: Atri-X, Claude Monets alle' 21, 1304 Sandvika. Mer informasjon om påmelding: demensinfo@baerum.kommune.no

STARTE EGEN BEDRIFT?

Etablerertjenesten i Asker og Bærum – for deg som vil starte eller har startet egen bedrift. Påmelding til kurs, veiledningstime og næringsfaglig vurdering: startupviken.no/ Spørsmål: etablerer@askershus.no eller tlf. 02314.

HOME-START FAMILIEKONTAKTEN BÆRUM 0–16 år

er et foreldrestøtteprogram for barnefamilier i Bærum. Har du 2–4 timer i uken og vil skape magiske menneskemøter?

Vi søker frivillige som vil hjelpe – gå gratis kurs hos oss til høsten. **Mer info:** 934 00 890 eller 94 82 42 76. home-start-norge.no

BÆRUM FRIVILLIGSENTRAL

Søker frivillige til aktiviteten «Walk & Talk», som kan møte en som vil lære norsk én gang i uken, for å snakke og gå tur. En fin måte å lære norsk på, som gjør det enklere å komme ut i jobb og bli en aktiv deltaker i samfunnet. **Mer informasjon:** baerum.frivilligsentral.no/ tlf. 979 49 356.

KOMMUNALE TILSKUDDSORDNINGER

Tilskuddsordninger med søknadsfrist **1. oktober:** Tilskudd til frivillighetstiltak, Tilskudd til kulturformål og skolekorps i Bærum og Tilskudd til helse- og velferdsformål, inkludert midler videreformidlet fra IMDi. Skjema finner du på: baerum.kommune.no/tilskuddsordninger For spørsmål om elektroniske skjema, kontakt Veiledningstorget, tlf. 67 50 40 50, e-post veiledningstorget@baerum.kommune.no

JOSEF OG HALDIS ANDRESENS LEGAT Stipendier til forskning

Legatets avkastning skal bl.a. stilles til disposisjon for forskning, fortrinnsvis klinisk psykiatrisk forskning, med formål å forebygge og behandle psykiske lidelser. **Stipendier til ferie- og fritidsformål** Det gis stipendier til ubemidlede unge med psykiske lidelser, fortrinnsvis unge voksne som behandles ved Blakstad sykehus. Legatmidlene skal benyttes til ferie, reiser, fritidsaktiviteter o.l. som ikke dekkes av det offentlige. Søknadsskjema hentes på regnskapskollegiet.no/regnskap/regnskapstjenester/skjemaer, eller ved henvendelse til tlf. 934 11 560. Søknad sendes: Bærum kommune Helse og velferd v/Andreas Lundin, Rådhuset, 1304 Sandvika innen 30. april 2023.

Riktig fyring- bra for miljø og lommebok

Bruker du tørr ved og fyrer riktig er det mindre risiko for brann, bedre for lommeboken og det reduserer klimagassene. Nye, rentbrennende ildsteder gir opptil 50 prosent mer varme enn gamle ildsteder.

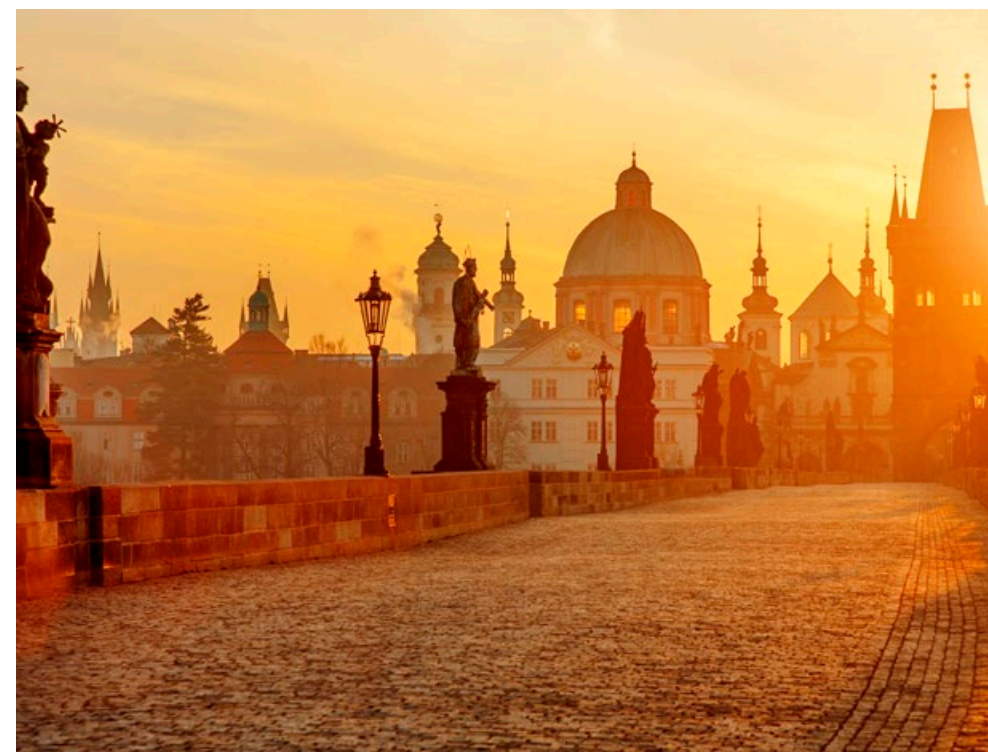


Foto: Abbr

Noen fyringstips:

- Bruk tørr ved!
- Bruk mindre vedkubber, dette fører til høyere temperaturer og mer fullstendig forbrenning.
- Bruk gjerne opptenningsbriketter. Da får du raskere fyr, og dermed mindre sot.
- Plasser veden liggende i ovnen eller peisen, ikke stående. Da utnyttes brennverdien bedre.
- Tenn på ovenifra og ned.
- Pass på at spjeldet er åpent, og at ovnen får nok forbrenningsluft.
- Når det er god varme i ovnen, kan du regulere trekken ned til det brenner med rolige flammer (se bruksanvisning for nye ovner/peiser).
- Ovnen må ikke tømmes for aske mindre enn 24 timer etter at den har vært i bruk. Asken legges i en askebøtte, eller ubrennbar beholder.

Se brannvesenets nettsider for enda flere råd og film om fyring: abbr.no/fyrriktig



Møt Praha i Kulturhuset

Våren 2023 får publikum oppleve noe av det beste Prahaskulturscene har å by på.

Frem til juni er det konserter, danseforestillinger og barnearrangementer som gir et kulturelt tversnitt av den tsjekkiske hovedstaden.

Dette står på programmet:

15. mars: Kristina Barta Quartet

Det beste fra Prahaskulturscene.

23. mars: Ivo Kahánek

Tsjekkias fremste pianist gir deg sine egne favorittverk fra hjemlandet.

14.–15. april: Baby Laterna

Farger, lyd og former gir barn fra 6 måneder og opp sin første teateropplevelse.

28.–29. april: WOHOMAN

Nyprodusert forestilling som utforsker kjønnsstereotyper, av de tsjekkiske multikunstnerne Jiri Šimek og Peter Šavel.

15.–16. juni: Antiwords

Antiwords er en internasjonal anerkjent og prisvinnende forestilling basert på Václav Havels verk Audiens.

20. januar–23. juni: Michal Škapa aka TRON

Hele perioden kan du se et verk av en av Tsjekkias fremste graffiti-kunstnere, Michal Škapa, på Foajéscenen.

For mer informasjon og hele programmet for våren, se: baerumkulturhus.no

Mer til forvaltning og vedlikehold av kunst i offentlige rom

Bærum kommunes kunstsamling består av mer enn 4 500 verk som til sammen representerer store verdier, både økonomisk og kunstnerisk. Kunstsamlingen vokser hvert år, gjennom kunstprosjekter i nye kommunale bygg, innkjøp og gaver. Budsjett-rammen som dekker forvaltning og formidling av kunst har vært uforandret de senere år, på kr. 400 000. Nå økes budsjettet med kr. 500 000 i år. Budsjettøkningen er knyttet til målet om å bruke kunst og kultur som drivkraft i byutviklingen.

Søndagsåpent bibliotek i februar

Bærum bibliotek Bekkestua holder åpent 5. og 12. februar, fra kl. 11–15. Det søndagsåpne biblioteket er et prøveprosjekt på initiativ fra kommunestyret, for å teste mulighetene et søndagsåpent bibliotek gir.

Meråpent bibliotek

Meråpent bibliotek er et tilbud der du får tilgang til biblioteket utenom ordinære åpningstider, syv dager i uken. Biblioteket vil da være selvbetjent. Bibliotekene på Eiksmarka, Rykkinn og Bekkestua har dette tilbudet. Vil du vite mer om hva som skjer på biblioteket, og se programmet for våren? Se barum.folkebibl.no

Foto: Bærum bibliotek



Kulturprisen til Sigve Bøe og Nina Grøholt

Kulturprisen deles hvert år ut til noen som har skapt kulturglede og gjort en stor innsats for kulturlivet i kommunen. I år gikk prisen til Sigve Bøe, leder av Stabekk Teater, som har gjort en uvurderlig innsats for lokalmiljøet og kulturlivet i Bærum gjennom mange år. Prisen gikk også til Nina Grøholt, som har hatt en rekke verv for blant annet Bærum kulturråd, Viken kulturråd og Frivillighetssentralen. Til daglig jobber hun med barn og unge som pedagog i KGB Dans og ballett. Vinnerne av årets kulturstipender er Håvard Solli, Olav Skåre-Jullum og Julia Wilde.



Vinnerne av kulturprisen

Kom på åpningsfest for Kommunegården!

23. mars 2023
kl. 11-18

Åpningsseremoni kl. 14-15

Ingebrigt Steen Jensen

Avduking av kunst

Omvisninger i hele bygget

Ordfører Lisbeth Hammer Krog

Foredrag om et aldersvennlig Bærum

Olav Skåre Jullum

**Utdeling av Klima- og
miljøprisen**

Tiril Heide-Steen

Girls on Wheels

Kulturskolen

Ellen Fjærvoll Samdal

Gratis bolle og kaffe

**Adresse:
Arnold Haukelands plass 10,
1338 Sandvika**



**BÆRUM
KOMMUNE**