



UKEPLAN FOR TREFFSTED - PSYKISK HELSE Våren 2024

■ Treffstedet på Kalvskinnet
 ■ Treffstedet på Moholt
 ■ Booking lavterskel individuell oppfølging
 ■ Åpen sosial sone

TREFFSTEDET PÅ KALVSKINNET				
Adresse: Erling Skakkes gate 70. Tlf: 91760187				
Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
<ul style="list-style-type: none"> ■ Individuell samtale kl.10.00 - 11.30 (varighet 30 min) v/Beate og Marianne 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Individuell samtale kl.09.00 - 11.30 (varighet 30 min) v/Linn og Monica ■ Friluftsterapi Fra kl.10.00 v/Erik, Morten og Odrun Info: Se facebook siden "Friluftsterapi" ■ Re-start kurs og verksted Se kurskatalog kl.10.00 - 14.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Individuell samtale kl.09.00 - 11.30 (varighet 30 min) v/ Thorbjørn og Grete ■ Turgruppe fra Kalvskinnet Fra kl.10.00 v/Geir Arne og Marianne 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Individuell samtale kl.09.00 - 11.30 (30 min) v/Geir Arne og Martin ■ Friluftaktiviteter på utvalgte onsdager/torsdager gjennom våren. Info legges ut på facebookgruppa "Friluftsterapi" i forkant av hver aktivitet. 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Psykomotorisk bevegelsesgruppe kl.09.00 - 11.00 v/Eirin og Thorbjørn
<ul style="list-style-type: none"> ■ Åpen sosial sone med mat og prat kl.12.00 - 15.00 v/Marianne og Geir Arne ■ 3T Ilsvika kl.12.00 - 15.00 v/John Christian ■ Ung-dame gruppe 2.etg. kl.12.00 - 15.00 v/Brit og Elin For påmeldte. Se kurskatalog 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Åpen sosial sone kl.12.00 - 15.00 v/Geir Arne og Monica ■ Matgruppe kl.13.00 - 15.00 v/deltakerne selv ■ Cageball 3T Sluppen kl.14.15 - 15.00 v/Torbjørn og Thomas 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Åpen sosial sone kl.12.00 - 15.00 v/Martin og Grete ■ 3T Ilsvika kl.12.00 - 15.00 v/Thorbjørn 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 3T Ilsvika kl.12.00 - 15.00 v/Thorbjørn ■ Ung-mann gruppe kl.12.00 - 15.00 v/Martin, Geir Arne og Markus. For påmeldte. Se kurskatalog 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Åpen sosial sone kl.12.00 - 15.00 v/Thorbjørn, Beate og Monica. ■ Helse i hverdagen (refleksjonsgruppe) kl.13.30 - 14.30 v/alle

TREFFSTEDET PÅ MOHOLT				
Adresse: Brøsetvegen 186B. Tlf: 90228266				
Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
<ul style="list-style-type: none"> ■ Individuell samtale kl.10.00 - 11.30 (varighet 30 min) v/Grete og Trude 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Psykomotorisk bevegelsesgruppe kl.09.00 - 11.00 v/Eirin og Solfrid ■ Friluftsterapi Fra kl.10.00 v/Erik, Morten, Odrun Info: Se facebook siden "Friluftsterapi" 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Kreativ gruppe kl.09.00 - 11.30 v/Solfrid og Beate 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Individuell samtale kl.09.00 - 11.30 (varighet 30 min) v/Solfrid og Beate ■ Friluftaktiviteter på utvalgte onsdager/torsdager gjennom våren. Info legges ut på facebookgruppa "Friluftsterapi" i forkant av hver aktivitet. 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Individuell samtale kl.09.00 - 11.30 (varighet 30 min) v/Martin og Linn
<ul style="list-style-type: none"> ■ Åpen sosial sone med mat og prat kl.12.00 - 15.00 v/Trude og Martin 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Malegruppe kl.12.00 - 15.00 v/Solfrid, Beate og Trude ■ 3T Moholt kl.12.00 - 15.00 v/Christian og Thorbjørn ■ Cageball 3T Sluppen kl.14.15 - 15.00 v/Torbjørn og Thomas 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Åpen sosial sone kl.12.00 - 15.00 v/Linn, Solfrid og Beate ■ Kreativ gruppe (selvdreven gruppe) kl.12.00 - 15.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Kreative kurs kl.12.00 - 15.00 v/Solfrid og Beate Se kurskatalog 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Åpen sosial sone kl.12.00 - 15.00 v/Martin, Linn og Grete ■ Helse i hverdagen (refleksjonsgruppe) kl.13.30 - 14.30 v/alle