



ENERGIVERKET
KJØITA

Telefon 41 49 45 85

www.kristiansand.kommune.no/energiverket

Facebook @EnergiverketKjoita

Instagram @energiverketkrs

Adresse: Kjøita 25, 1. etasje

Åpningstider:

Mandag: 09:00 – 15:00

Tirsdag: 09:00 – 15:00

Onsdag: 09:00 – 15:00

Torsdag: Sosialt tilbud i Kafé Påfyll

Fredag: 09:00 – 15:00

AKTIVITETSPLAN HØST 2025-VINTER 2026

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
KAFÉ PÅFYLL 10:00 – 14:30	KAFÉ PÅFYLL 10:00 – 14:30	KAFÉ PÅFYLL 10:00 – 14:30	KAFÉ PÅFYLL 10:00 – 14:30	KAFÉ PÅFYLL 10:00 – 14:30
ÅPENT KREATIVT VERKSTED Med veiledning av ansatte 10:00 – 15:00	UT PÅ TUR 10:00 – 14:00 Sett deg på SMS-liste om du vil	SKOGDANS 09:00 – 09:30	SOSIAL MØTEPLASS I Kafé Påfyll SPILL OG DILL 11:00 – 14:00	SNART HELG 13:30 – 14:30 Sosialt samvær før helgen i «Skogen»
	SYKURS kl. 10:00 – 14:30 Nybegynnerkurs over 6 ganger	STRIKKEKAFÉ 10:30 – 14:00	TORSDAG PÅ KJØITA 17:00 – 20:00 1 gang pr mnd, se egen plakat	
		INTROTIME 14:30 – 15:00		
TUR & FOTO 10:30 – 13:00 Sett deg på SMS-liste om du vil	TIRSDAG PÅ KJØITA 18:00 – 21:00 Aktivitetsgruppe for deg mellom 18-40 år I samarbeid med Fritidsenheten	DIGITALHJELP Hjelp til digitale gjøremål på PC eller mobil. 3 onsdager i måneden, se egen plakat for datoer	EN NATT I NATUREN En gang per måned gjennom hele året Kontaktperson: Janne	HOBBYGJENGEN 11:00 – 14:00 Deltakerstyrt, kreativ gruppe med deltakere som jobber selvstendig med egne prosjekter, og som allerede tilhører en gruppe.
		BADEGRUPPA TO TAG Helårs badegruppe 10:30 – 11:00	KREATIVT VERKSTED 18-40 ÅR 11:00 – 15:00	
All oversikt over treningstilbud finner du på en aktivitetsoversikt	INDIVIDUELL SANGOPPLÆRING	BÅLPRAT 12:00 – 14:00	DRAMA OG KULTUR 11:00 – 13:30	
Ønsker du informasjon om muligheter for arbeid, kontakt Erik Larsen i Arbeidsforberedende tjenester tlf. 47 68 97 35		KOR «SYNG DEG FRISKERE» 16:00 – 18:00	JENTEGRUPPE 18-25 år 12:00 – 15:00 I samarbeid med Ungdomstjenesten	
ANGSTRINGEN Tlf. 46 93 47 71 kristiansand@angstring en.no	HØYFJELLSGRUPPA 09:30 – 15:30	ANGSTRINGEN Tlf. 46 93 47 71 <a href="mailto:kristiansand@angstring
en.no">kristiansand@angstring en.no	TEA & T agder@pkinorge.no	

Snu arket for å se kontaktpersoner

Energiverket er et aktivitetssenter for deg med utfordringer knyttet til psykisk helse eller rus. Vi vil at alle skal ha mulighet til å leve et aktivt og meningsfylt liv.



Kristiansand
kommune



ENERGIVERKET
KJØITA

KONTAKTPERSONER

Anna Kalczuk

Tlf: 952 07 747

Jobber i Fritidsenheten. Har ansvaret for Individuelle sangtimer, Kor og Yoga.

Ingvild Abusdal

Tlf: 905 90 406

Har ansvaret for mandagsturene, treningstilbudene og PT-timer.

Tor Kapstad

Tlf: 901 65 818

Fritidsenhetens kontaktperson for Tirsdag på Kjøita, aquaenergi, spinning, fotball og sirkeltrening på Energiverket.

Janne Rommetveit

Tlf: 992 36 767

Har ansvaret for Høyfjellsgruppen, skogdans, bålprat og En natt i naturen

Trond Offergaard

Tlf: 406 46 688

Har ansvar for Tur & Foto.

Aina Karstensen

Tlf: 951 06 245

Ansvar for Drama og kultur

Annelise E. Rutledal

Tlf: 414 94 585

Kontaktperson og har ansvar for informasjon om Energiverket.

Erik Larsen

Tlf: 47 68 97 35

Har ansvaret for å booke timer på Digitalhjelp. Kan også kontaktes for spørsmål om arbeidsforberedende tjenester



Kristiansand
kommune