

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: 11:00 – 15:00

Onsdag: 09:00 – 17:00

Torsdag: Sosialt tilbud i Kafé Påfyll

Fredag: 09:00 – 15:00



ENERGIVERKET
KJØITA

AKTIVITETSPLAN VINTER/VÅR 2024

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
DROP-IN 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	STRIKKEKAFÉ 10:30 – 14:00	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 FOR NYBEGYNNERE Fra februar Vi syr handlenett	INTROTIME 14:30 – 15:00 For deg som vil vite mer om Energiverket	TORSDAG PÅ KJØITA 17:00 1 gang pr mnd, se egen plakat	
TUR & FOTO 11:00 – 13:00 Sett deg på SMS-liste om du vil	TIRSDAG PÅ KJØITA 18:30 – 21:30 Aktivitetsgruppe for deg mellom 18-40 år I samarbeid med Fritidsenheten	KREATIV ONSDAG Deltakerstyrt, for de som deltar på sykurs 10:00 – 14:30	HØYFJELLSGRUPPE 08:30 – 15:30	HOBBYGJENGEN 11:00 – 15:00 Deltakerstyrt, kreativ gruppe som jobber selvstendig med egne prosjekter.
	PADLEGRUPPE 08:30 – 15:30	BÅLPRAT 11:30 – 13:30	KREATIVT VERKSTED 18-40 ÅR 11:00 – 15:00	
	SKOGSGRUPPA 09:30 – 15:30	KOR «SYNG DEG FRISKERE» 16:00 – 18:00	DRAMAGRUPPE 11:00 – 13:30	
ALL OVERSIKT OVER TRENINGSTILBUD FINNES PÅ EGEN AKTIVITETSOVERSIKT	«BACK IN THE RING» YOGA 15:45 – 17:15 v/ Jeannette Contreras Tlf. 91 12 92 83	PADLEGRUPPE 08:30 – 15:30	JENTEGRUPPE 18-25 år 12:30 – 15:00 I samarbeid med Ungdomstjenesten	BIBLIOTERAPI Til og med uke 11 10:30 – 12:00
		ANGSTRINGEN Tlf. 46 93 47 71 kristiansand@angstring en.no	TEA & T agder@pkinorge.no	PADLETEKNIKK For de som er med i kajakkgruppene

Kontaktpersoner

Anna Kalczuk Tlf: 952 07 747 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 Fritidsenheten kontaktperson for Tirsdag på Kjøita, aquaenergi, spinning, fotball og sirkeltrening på Energiverket.

Janne Rommetveit Tlf: 992 36 767 har ansvaret for Skogsgruppen og Bålpratgruppen

Jarle Føreland Tlf: 988 92 234 har ansvaret for Padlegruppe og Høyfjellsgruppen.

Annelise E. Rutledal Tlf: 414 94 585 Kontaktperson og ansvar for informasjon om Energiverket.

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