

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 – 15:00

Torsdag: Kun lukkede grupper

Fredag: 09:00 – 15:00



ENERGIVERKET
KJØITA

AKTIVITETSPLAN VINTER 2023

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
ÅPENT KREATIVT VERKSTED 10:00 – 15:00	PADLEGRUPPE 08:30 – 15:30 For deg mellom 18-40 år	PADLEGRUPPE 08:30 – 15:30 For deg over 40 år	FRILUFTSLIV UNGDOMSGRUPPE 18-25 år 08:30 – 15:30 I samarbeid med Ungdomstjenesten	KURS I HVERDAGSGLEDE Oppstart Våren 2023
TUR & FOTO 11:00 – 13:00	UT PÅ TUR 10:00 – 14:00	STRIKKEKAFÉ 10:30 – 14:00	HØYFJELLSGRUPPE 08:30 – 15:30 For deg mellom 18-40 år	BIBLIOTERAPI (PARTALLSUKER) 10:30 – 12:00 Prat og refleksjon rundt tekster
MASKEFALL DRAMAGRUPPE 14:00 – 15:30	GLASSKURS Oppstart 21. februar 12:00 – 15:00	CLOUDS VENNER 11:00 – 13:00 Turgruppe for deg med hund	INTRODRAMA 11:00 – 13:00	FREDAGSKAFÉ 10:00 – 15:00 Enkel servering God sosial møteplass
KOR «SYNG DEG FRISKERE» 16:00 – 18:00	TIRSDAG PÅ KJØITA 18:30 – 21:30 Aktivitetsgruppe for deg mellom 18-40 år	INTROTID 14:30 – 15:00 For deg som vil vite mer om Energiverket	JENTEGRUPPE 18-25 år 12:30 – 15:00 I samarbeid med Ungdomstjenesten	TORSDAG PÅ KJØITA 17:00 (1 gang pr mnd) Deltakerstyrt aktivitet Se plakat for info
			TORSDAG PÅ KJØITA 17:00 (1 gang pr mnd) Deltakerstyrt aktivitet Se plakat for info	HOBBYJENGEN 11:00 – 15:00 Møtes på kreativt verksted

All oversikt over treningstilbud finnes på en egen plakat

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 høyfjellsgruppen.

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

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

Trond Offergård Tlf: 406 46 688 kontaktperson for Crossfit, Sirkeltrening og Clouds venner.

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