

Aktivitetssenter psykisk helse Bergen nord.

Plan for uke 02, 2026. 05. januar – 09. januar

Mandag 05.01	Tirsdag 06.01	Onsdag 07.01	Torsdag 08.01	Fredag 09.01
10.00- 14.00 Åpent på aktivitetssenteret. Sosialt samvær, spill og hobbyaktivitet. 14.00 Utetrening/styrketrening Oppmøte ved Åsane Arena. Treningen blir inne dersom været er dårlig.	11.00 Tur rundt Heiane og Liavannet. Vi går på kafeen på Ikea etterpå. Vi tilpasser turen etter vær og føreforhold. Husk å kle deg etter været ☺	11.30 Kulturvandring. Gatestemmer Oppmøte ved musikkpaviljongen kl. 11.30. Derfra går vi til Sukkerbryggen på Nøstet og møter Wenche kl.12.00. Hun tar oss med på en vandring i området rundt nøstet og Nygårdsparken og forteller om sitt liv som narkoman og veien ut av dette. Tar ca. 1,5 time. Lunsj etterpå. Møt på aktivitetssenteret klokken 10.40 om du vil ta bussen med oss ☺ 13.00 – ca. 14.00 Tur rundt Liavannet. Møtes ved enden av parkeringen til Coop Extra. 1500-1830 Gruppe for unge voksne og AS gruppe.	10.00 – 13.00 Sosialt samvær i Ådnahall i Arna. Adressen er Lakslia 10.	12.00 – 14.30 Åpent på aktivitetssenteret. Sosialt samvær, spill og hobbyaktivitet.
Telefon nr. til Aktivitetssenteret: 94501613				 BERGEN KOMMUNE