



BERGEN
KOMMUNE

info posten



Foto: Joakim Evensen



Foto: Andrew S. Buller



Foto: Shadi Doroudian



Kjære leser!

Snart sommer! Hurra! Infoposten tar ferie i juni og juli, og er tilbake i august.

Vi ønsker god sommer - håper du får sol og fint vær enten du blir hjemme eller reiser bort. God ferie!

Denne gangen er det Tirsdagsklubben som forteller om besøket sitt hos TV BRA på Lesernes side.

Vil du vil fortelle noe til Infopostens lesere?
Ring 55 56 94 48 eller send en e-post til birthe.stenhjem@bergen.kommune.no
Spør gjerne en ansatt i ditt fritidstilbud om hjelp.

Hilsen Birthe

Har du forslag til noe vi kan skrive om?

Send din historie til oss på e-post eller ring til Birthe Stenhjem. Telefon 55 56 94 48
E-post: birthe.stenhjem@bergen.kommune.no
Vi er glade for alle bidrag!
Vi kan også reklamere for fritidstilbud og arrangementer.
Innsendingsfrist er den 10. i hver måned.

NB! Send tekst og bilder hver for seg (helst ikke pdf). Bildene må være store, minimum 1 MB og helst jpg.

Infoposten skal være lett å lese og forstå. Derfor vil redaksjonen av og til endre litt på tekster og bilder som folk sender inn.

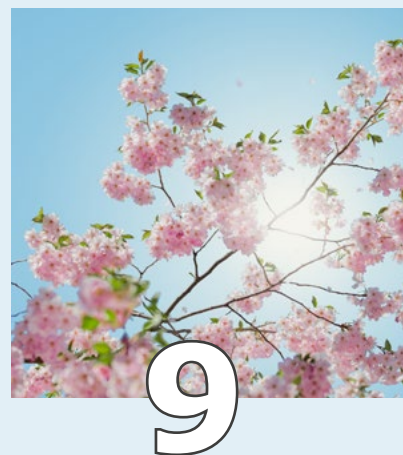
Hver måned kommer blad i retur til oss - husk å gi beskjed til Infoposten om du flytter!

Kontakt Forvaltningstjenesten eller Etat for tjenester til utviklingshemmede
Se telefonnumre på baksiden av Infoposten.

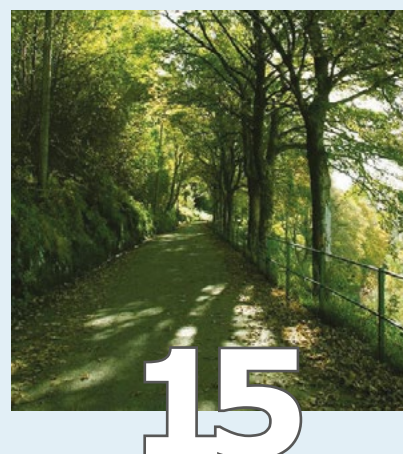
Avslutning på Garnes



Stjernekor/Scenedrøm



KulTur



Meld deg på kickboksing!



TRENINGSKICK!



Vil du bli med på en aktiv sommerferie?

Bergen Kickboxingklubb inviterer mennesker med utviklingshemming til en aktiv sommerferieuke i august!

Når: Tirsdag 6. august-torsdag 8. august 2019

Det er program mellom kl. 10 og 14 hver dag, men vi har åpent fra kl. 09 til 15.

Sted: Carl Konows gate 36

Pris: 300kr (inkludert frukt og lunsj)

Påmelding: Innen 15. juli til btrones@online.no

Målgruppe

Ungdom med utviklingshemming i alderen 10-20 år.

Aktiviteter

Kickboksing, sirkeltrening, dansing, turer i området m.m.

Hva trenger dere?

Treningstøy, joggesko og drikkeflaske.

Frukt og lunsj hver dag

Gi beskjed ved påmelding dersom du har matallergi.

Ledsager

Har du behov for oppfølging en til en? Ta med ledsager!

Spørsmål?

Ta kontakt med Bård Trones på tlf. 932 69 000 eller e-post btrones@online.no

Begrenset antall plasser!

Kom og dans!



Tirsdagstreffet

Kom på dansekvelder den andre tirsdagen hver måned.
Ekravegen 43, Indre Arna

**Dans til levende musikk
Servering**

**Neste tirsdagstreff er
tirsdag 14. mai kl. 18.00 -20.30**

Aldersgrense: 18 år
Inngangsbillett kr 120

Neste dansekveld:
11. juni

Club Darling Point

Velkommen til klubbtreff i Grieghallen
(Peer Gynt-salen)

**Neste klubbkveld: onsdag 28. august
kl. 18.30 - 21.30**

Inngangsbillett kr 200
Ikke-medlemmer kr 300

I billettprisen inngår dans og middag.
Drikke og kake med kaffe
kan du kjøpe utenom.

Medlemskontingenten er kr 500.
Vi aksepterer ikke ledsagerbevis.
Kun kontant betaling.

Kommende klubbkvelder:
25. sept./30. okt./27. nov.
Julebord: 18. desember



Se neste film på Bergen kino!



Askeladden i Soria Moria slott

Tekst og foto: Andreas Berggreen/Bergen kino

Kongen og dronningen blir forgiftet, og Per og Pål blir arrestert av Politiet. Eventyrhelten Espen Askeladd må redde brødrene sine fra fengsel og prinsesse Kristin vil at foreldrene skal bli friske igjen.

Espen og Kristin drar for å lete etter det hemmelige gullslottet Soria Moria og brønnen med Livets vann. Men: Noen slemme dansker prøver å ødelegge for de to... (!)

Vil Espen og Kristin finne gullslottet og Livets vann slik at de kan redde brødrene, kongen og dronningen og hele kongeriket?

Kom og se denne filmen som er full av spenning, magi og eventyr!

Tid: Tirsdag 17. september
og torsdag 19. september

Billett kr 50

Det blir loddtrekning hver gang! Du kan vinne gøye premier (filmstasj)

**Filmer med høytlesning
begynner alltid kl. 18.00**

Billetter kan du bestille på telefon 55 56 90 50 (ring hverdager kl. 8.00-14.00)

Er det en film du har lyst til å se? Send ditt filmforslag på e-post til Andreas: andreas@bergenkino.no

Kom på forestilling!



Grrr! Kom og se! Musikalløvene har laget nytt show!

Tekst: Cathrine Nordkvist
Foto: Pixabay

Lørdag 11. mai kl. 16.00 i Fana kulturhus

Musikalløvenes nye forestilling viser intriger, maktkamp og kjærlighet blant løvene og vennene deres.

Billetter kr 50 selges på TicketCo.no (skriv Musikalløvene i søkefeltet)
NB! Her blir det nok fullt - det kan være lurt å kjøpe billetter på forhånd!

Det blir billettsalg i døren kun hvis det er billetter igjen.
Kjøp helst billett med bankkort.



6 Vi godtar Ledsagerbevis og Aktivitetetskort



Kom og se spennende krim!

"Dypfryst" - en morsom krim med Teatertigrene

Tekst: Cathrine Nordkvist
Foto: Pixabay

Søndag 2. juni kl. 15.00 i Kultursalen på Vannkanten

Teatertigrene viser sin egen versjon av
Roald Dahls novelle «Dypfryst».

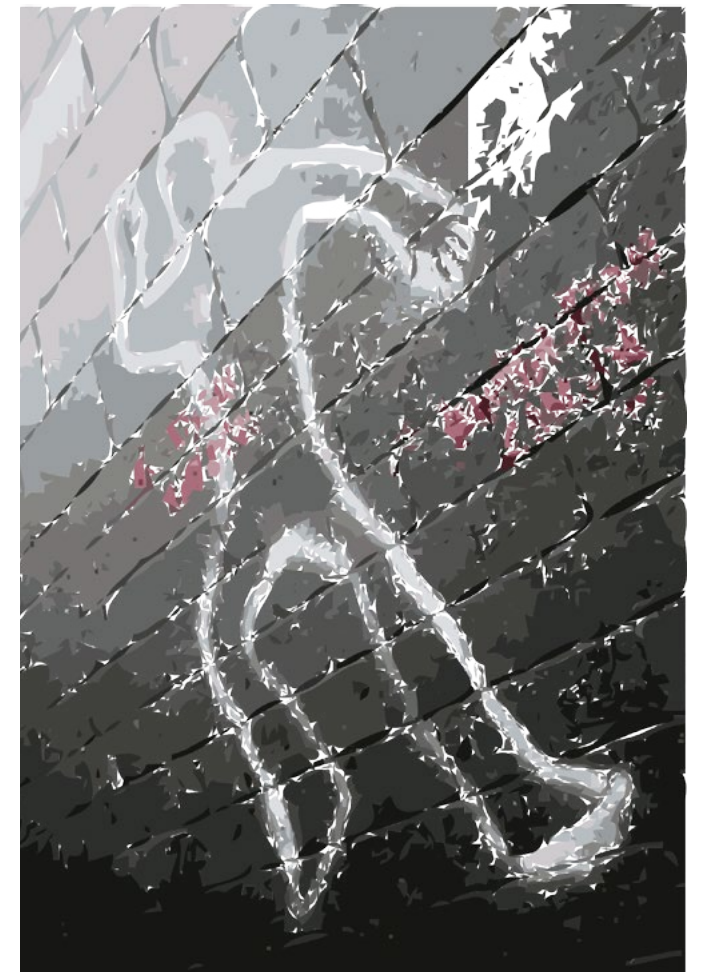
Kom og se en humoristisk og
spennende historie om en kone som
ved et «uhell» dreper mannen sin, og
finner den perfekte måten å kvitte seg
med mordvåpenet på.

Klarer politiet å løse mysteriet før det
er for sent, eller er de like udugelige
som de nysgjerrige nabokonene vil ha
det til?

Billett kr 50 selges på TicketCo.no
(skriv Teatertigrene i søkefeltet)

Billettsalg i døren kun hvis det er
billetter igjen.

Kjøp helst billett med bankkort.



Vi godtar Ledsagerbevis og Aktivitetetskort

7

Meld deg på sommergøy!

Kom på korkonsert!

Sommeravslutning med grilling på Garnes

Tekst: Marianne Lindtner
Foto: Unsplash

**Tirsdag 28. mai kl. 17.30.00-19.30 på 4H-gården,
Garnestangen 60**

Velkommen til sommerfest for Åsane fritidsklubb,
Tirsdagsklubben Ytrebygda, Elvetun kulturverksted
og Nykronen kreative verksted!

Vi skal hilse på dyrene, kjøre tur med hest og kjerre
og spise grillmat!

Stjernekoet kommer og synger fine sanger for oss.

Det blir servering av grillpølser, saft, vann, kaffe og te kl. 18.30.

Pris: kr 100 inkludert grillmat og aktiviteter/kr 50 for ledsagere

Påmelding innen 21. mai til: deltager.no/BK/sommeravslutning2019

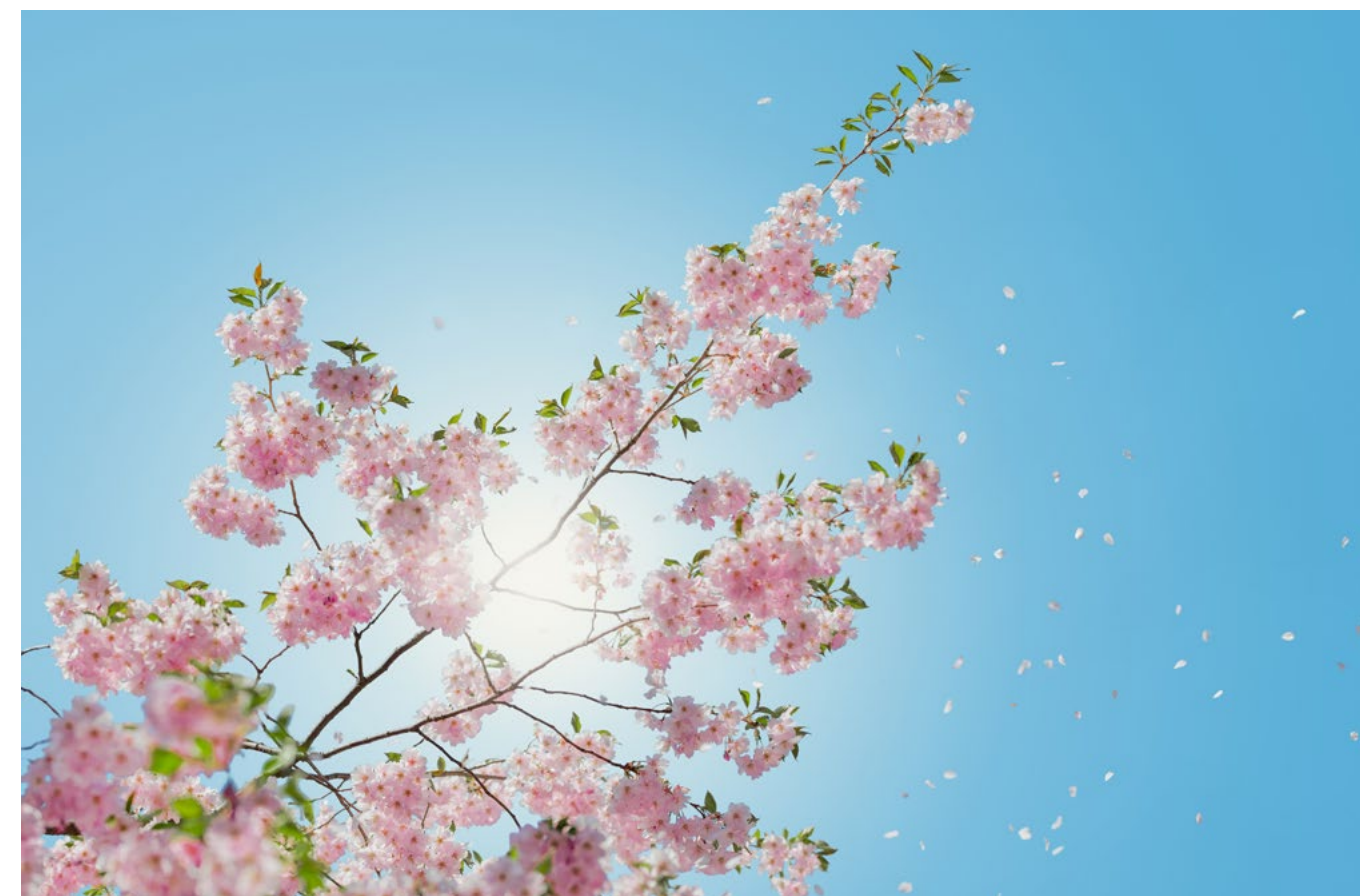
Vil du være med på felles buss? Pris: Kr 50 kr per
person tur/retur

Buss 1: Kjører fra Ytrebygda kultursenter kl. 16.30 via
Åsane terminal kl. 17.05.

Buss 2: Kjører fra Loddefjord terminal kl. 16.35 via
Bystasjonen kl. 16.55.

Bussene returnerer fra Garnestangen kl. 19.30 og
kjører samme vei tilbake.

Spørsmål? Tlf. 55 56 96 65/e-post: kulturformidling@bergen.kommune.no



Vårkonsert med Stjernekoet og Scenedrømkoret

Tekst: Marianne Lindtner

Foto: Unsplash

Onsdag 8. mai kl. 18.00 på Vitalitetssenteret (Wolffsgate 12 på Møhlenpris)

Vi skal synge kjente og kjære sanger som mange er glade i. Det blir flere
solistinnslag. Billetter kr 50 selges i døren.

Vi håper å se deg der!

Vi godtar Ledsagerbevis og Aktivitetetskort

Kom og bli med på Fun Games!



FUN GAMES 2019

- du er invitert!

Tekst: Elin Kleppe Alfstad
Foto: Bergen kommune

Kom og bli med oss på årets Fun Games der vi er klar for aktiviteter, innsats og konkurranse!

Fysisk aktivitet, lek og fellesskap står i fokus.

Torsdag 13. juni kl. 10.00 til 14.00 på Leikvang stadion i Åsane





Tirsdagsklubben på besøk hos TV BRA

Tekst: Korrespondent fra Tirsdagsklubben
Foto: Synneve Espedal

For 19 måneder siden hadde vi en avstemning i Tirsdagsklubben.

Vi valgte ut et veldedig formål som skulle få inntektene fra bingoen på klubben.

TV BRA ble den heldige vinneren av avstemningen.

Tirsdag 19. mars var Tirsdagsklubben på besøk hos TV BRA for å overrekke pengegaven på kr 1 110.



12 Isabell tok imot gaven på vegne av TV BRA, og etterpå fikk vi en omvisning i redaksjonen og TV-studio som var veldig interessant.



Dansekampen 2019!

Tekst: Birthe Stenhjem
Foto: Trude Kraft

Fredag 24. mai kl. 18.30 er det igjen tid for danseshow i Fana kulturhus!

Kom og se Bergen Vest Danseklubb, Scenedrøm og Musikalløvene!
Det blir et forrykende show med prisutdelinger!
Konferansier: Fredrik Elholm

Dørene åpner kl. 18.00
Gratis inngang



Tekst og foto: Synneve Espedal

På KulTur i Kanadaskogen

Den siste søndagen i mars stilte en liten, eksklusiv gjeng turgåere til start ved badeplassen i Nipedalen.

Med unntak av en snøbyge helt i begynnelsen fikk vi sol mesteparten av turen.

En liten justering på en støvel førte til at May og Kai Morten falt overende i snøen. Da ble det mye latter og Synneve fikk et blinkskudd!



14 Neste tur går langs historiske Fjellveien 28. april. Håper vi sees da!

KulTur i april

Tekst og foto: Synneve Espedal

Tur til Fjellveien søndag 28. april

Bli med på tur i koselige Fjellveien!

I Fjellveien er det flatt og fint å gå, og vi får god utsikt over den flotte byen vår.

Oppmøte er kl. 11.00 ved Skansen brannstasjon, Øvre Blekeveien 1.



KulTur i mai

Tur til Sandviksbatteriet søndag 26. mai

Vi går til Sandviksbatteriet fra Eidsvåg, mest på asfaltert vei. Turen er omtrent 3 km hver vei. Det er litt oppoverbakke til å begynne med.

Oppmøte er på parkeringsplassen ved Eidsvåg gravplass kl. 11.00.

Hvis du kommer med buss - ta buss nummer 3 eller 4 til busstoppet som heter Eidsvåg E39 og gå opp til gravplassen derfra.

De som kommer med bil kan parkere på parkeringsplassen eller langs veien. Husk matpakke og sitteunderlag. Sjekk værmeldingen og kle deg etter været!

KulTur

Aldersgruppe: Alle aldre

Gratis

Tid: Søndager fra kl. 11.00 til ca. kl. 13.00

Sted: Ulike steder i Bergensområdet

Påmelding: deltager.no/BK eller ring Cathrine 55 56 71 11

Turleder: Synneve

Rockeklubben Elgen

**Live musikk
Diskotek
Kafé**

Neste klubbkveld:

**Fredag 10. mai
kl. 18.00-21.00**

i Fana kulturhus,
Linken i underetasjen
Ø. Nesttunvegen 18
(øverst i gågaten på Nesttun)

Billett kr 50
Billettsalg på *TicketCo.no*
og i døren med bankkort
og kontanter.
Ledsagerbevis aksepteres

Aldersgrense: 15 år

Mer informasjon:
Cathrine Nordkvist,
telefon 55 56 71 11

Siste Elgen før sommeren:
7. juni

Se nettsiden:
bergen.kommune.no/kultur

Kom på konserter!



Team Musikk



Team Boys



Wonderfools



Norwegian People

Bli med på Rock and roll!

Tekst og foto: Joakim Evensen

Tirsdagsklubben feirer våren med konsert

Tirsdag 7. mai kl. 17.30 spiller Norwegian People på Ytrebygda kultursenter
Ytrebygda kultursenter har adresse Sandslivegen 98 (Skranevatnet skole).
Norwegian People, Team Boys, og Team Musikk stiller med herlige låter og god stemning.
Ta med godt humør og en dansefot eller to!

Wonderfools, Team Boys og Team Musikk spiller på Elgen

Fredag 10. mai kl. 18.00: Wonderfools
Fredag 7. juni kl. 18.00: Team Boys og Team Musikk

Les om Åsane fritidsklubb



Åsane Fritidsklubb

Aldersgruppe: Alle aldre

Innhold: Kulturaktiviteter

Pris: Kr 250 per semester

Tid: Tirsdager fra kl. 17.30 til 20.00

Sted: Åsane kultursenter, Klubben

Påmelding: deltager.no/BK

Instruktører: Synneve og Alma

Kreativt verksted i Åsane

Tekst og foto: Synneve Espedal

Se så flotte ting vi laget på kreativt verksted med Krister Salomon-Hammersland!
Det var gøy å lære linoleumstrykk og trykke egne motiver på tøynett og trefigurer.



Se hva vi har laget på klubben!





Se så fine handlenett!

Tekst og foto: Shadi Doroudian

Våre flinke og kreative deltakere dekorerte handlenett med fargerike blomster.

20 Alle jobbet kjempefint og var superfornøyde med det de hadde laget!

Nykronen Kreative Verksted

Aldersgruppe: Alle aldre
Innhold: Kulturaktiviteter
Pris: Kr 250 per semester
Tid: Torsdag kl. 17.30- 20.00
Sted: Ny-Krohnborg, kulturverksted
Påmelding: deltager.no/BK
Instruktører: Åsne, Marianne og Shadi



PopLAB

Tekst: Cathrine Nordkvist
Foto: Trude Kraft

PopLAB er for deg som har mange idéer og liker å lage ting med hendene.

Tegne, male, perle, trykke, klippe, lime, smelte, forme, skape, brette, prate, teste!

Neste PopLAB

4. mai i Nygårdsparken
11. mai i Åsane kultursenter
25. mai i Oasen Senter
22. juni i Nygårdsparken

PopLAB er tilrettelagt for utviklingshemmede og åpent for alle

Steder:
Nygårdsparken (øvre del)
Åsane kultursenter, Åsane senter 40
Oasen senter, Folke Bernadottes vei 52

Tid: Utvalgte lørdager kl. 12.30-15.30

Gratis
Ingen påmelding



Meld deg på!



Velkommen på sommerleir!

Tekst: Marte Brunborg
Foto: Andrew M.S. Buller

Bergen kommune Idrettsservice arrangerer mange aktivitetsleirer for barn og unge som vil ha en aktiv sommer. Du kan være med!

I år oppfordrer vi alle til å delta på de ordinære leirene.

Vi anbefaler spesielt uteleirene våre - der er større spillerom og enklere å tilrettelegge. Det er mange aktiviteter å velge mellom på leirene, enten du liker sport og idrett, friluftsliv eller gårdsaktiviteter.

Har du ikke egen ledsager men trenger ekstra hjelp og oppfølging?
Ta kontakt med Kurt Forsberg på telefon 55 56 24 95 eller
e-post: kurt.forsberg@bergen.kommune.no

Følg med på bergen.kommune.no/idrett og deltager.no/bk for informasjon og påmelding til ulike aktiviteter og leirer i sommer.

Gøy med aktiv sommer!



Kontaktpersoner i Bergen kommune



Team aktivitet

Enhet for kulturformidling og deltakelse

Cathrine Akse Nordkvist

Telefon: 55 56 71 11

E-post: cathrine.nordkvist@bergen.kommune.no



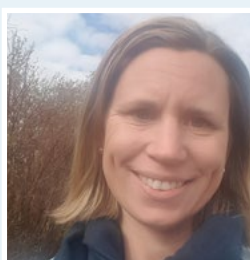
Team kommunikasjon og markedsføring

Enhet for kulturformidling og deltakelse

Birthe Stenhjem

Telefon: 55 56 94 48

E-post: birthe.stenhjem@bergen.kommune.no



Aktivitetsavdelingen

Idrettsservice

Marte Jespersen Brunborg

Telefon: 55 56 24 93

E-post: marte.brunborg@bergen.kommune.no



BERGEN
KOMMUNE

Skal vi slutte å sende Infoposten til deg?

Gi beskjed til Forvaltningsenheten din.

Bor du i Arna, Bergenhus eller Åsane ring 55 56 70 70

E-post: forvaltningsenhet.sonenord@bergen.kommune.no

Bor du i Fana, Ytrebygda eller Årstad ring 55 56 51 90

E-post: forvaltningsenhet.sonesor@bergen.kommune.no

Bor du i Fyllingsdalen eller Laksevåg ring 55 56 54 40

E-post: forvaltningsenhet.sonevest@bergen.kommune.no

Støttekontakter og besøkshjem kontakter oppdragsgiver eller

Etat for tjenester til utviklingshemmede tlf. 53 03 30 40

E-post: etat.tjenesterutviklingshemmede@bergen.kommune.no