

# 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                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>10.00- 14.00</b>                                                   | <b>11.00</b>                                                                                                                                                           | <b>11.30</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>10.00 – 13.00</b>                                      | <b>12.00 – 14.30</b>                                                                                        |
| Åpent på aktivitetssenteret. Sosialt samvær, spill og hobbyaktivitet. | <b>Tur rundt Heiane og Liavannet. Vi går på kafeen på Ikea etterpå.</b><br><br>Vi tilpasser turen etter vær og føreforhold.<br><br><b>Husk å kle deg etter været ☺</b> | <b>Kulturvandring. Gatestemmer</b><br>Oppmøte ved musikkpaviljongen kl. 11.30. Derfra går vi til Sukkerbryggen på Nøstet og møter Wibecke 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.<br>Lunsj etterpå.<br><br>Møt på aktivitetssenteret klokken <b>10.40</b> om du vil ta bussen med oss ☺<br><br><b>13.00 – ca. 14.00</b><br>Tur rundt Liavannet. Møtes ved enden av parkeringen til Coop Extra.<br><br><b>1500-1830</b><br>Gruppe for unge voksne og AS gruppe. | Sosialt samvær i Ådnahall i Arna. Adressen er Lakslia 10. | Åpent på aktivitetssenteret. Sosialt samvær, spill og hobbyaktivitet.                                       |
| Telefon nr. til Aktivitetssenteret: 94501613                          |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                           |  <b>BERGEN KOMMUNE</b> |