

Aktivitetstilbud - Psykisk helse og Rus



Nordre Follo
kommune

Ukeplan vår 2026

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Kl. 9.30–15.00 Åpent hus (Kjeppestad)	Kl. 9.30–15.00 Åpent hus (Kjeppestad)		Kl. 9.30–15.00 Åpent hus (Kjeppestad)	Kl. 9.30–15.00 Åpent hus (Kjeppestad)
Kl. 10.30 Kort tur (Drømtorp-runden)	Kl. 10.00–14.00 Verksted-/ Vedlikehold (Kjeppestad)	Kl. 10.30 Turgruppe (Egen turliste – ulike turmål)	Kl. 11.15–12.15 Basseng (Finstadtunet)	Kl. 10.00–12.00 Kreativ gruppe (Kornmoveien)
		Kl. 11.00–13.00 Sosialt treffsted (Tårnåsen aktivitetssenter)		
	Deltagere lager lunsj?: (Kjeppestad)			Deltagere lager lunsj?: (Kjeppestad)
Kl. 13.00–15.00 Kreativ stund (Kjeppestad)	Kl. 12.00–14.00 Åpen stue (Edvard Griegsv. 7, Kolbotn/KOMBO)		Kl. 13.30–14.30 Kor-øvelse (Kjeppestad)	Kl. 13.00–15.00 Unge voksne (uteaktiviteter)
Kl. 13.00–15.00 Unge voksne (Kornmoveien)				Kl. 13.30–14.30 Quiz (Kjeppestad)

Kontaktinformasjon

Kjeppestad gård,
Tomterveien 4, 1400 Ski

Kornmoveien,
Kornmoveien 16, 1413 Tårnåsen

Berit (avd.leder): 98 29 87 39

Peder: 45 24 73 82

Synøve: 90 76 34 95

Annelise: 90 09 45 08

Elisabeth: 98 29 87 42

Ida: 47 48 76 06

Joaquen (Joakim): 46 63 36 41

Transport-telefon (Kjeppestad)
97 66 42 13 (sms)