

# STØTTEKONTAKTGRUPPER / FRITIDSGRUPPER:

Vi har flere grupper i støttekontaktordningen. Vi tilpasser og tilrettelegger så godt som vi klarer etter brukers behov. Disse gruppene er fine for å bygge nettverk, føle en tilhørighet og mestring.

Vil du ha mer informasjon om gruppene, hvor og når det er så ta kontakt med konsulentene for støttekontaktordningen:

Kari Anita Eriksen Mail: [kari.anita.eriksen@nittedal.kommune.no](mailto:kari.anita.eriksen@nittedal.kommune.no) Tlf: 482 29 265

Stine Skaug Raastad Mail: [stine.skaug@nittedal.kommune.no](mailto:stine.skaug@nittedal.kommune.no) Tlf: 46 97 25 71

## Litt om gruppene



**Gårdsgruppa 1:** Her er fokuset på dyre stell, forefallende arbeid, små gå turer, utflukter , samtaler og matlaging. Dette er på *kveldstid*.

**Gårdsgruppa 2:** Gårdsarbeid, gode samtaler, lage mat med gårdens fristelser, lage ting, gå turer og samtaler. Dette er på *Dagtid*.

**Alternativ barseigruppe:** Foreldre og barn møtes sammen. I denne gruppen er det lek, musikk, mat, aktiviteter og samtaler.

**Aktivitetsgruppen:** Vi er kreative med å lage ting, se en film, gode samtaler, og gå turer m.m. Planlegge og gjennomføre utflukter sammen.

**Jente/dame-gruppa:** Vi liker å finne på ting som shopping, ut å spise, kino og konserter.

**Solligruppa:** Dette er en barne-ungdomsgruppe. Det er ulike aktiviteter og det lages en aktivitetsplan for hvert halvår. Aktiviteter: Kort og brettspill, bibliotekbesøk, fillmkveld, blåbærtur osv. 1. fredagen i hver måned besøker gruppen JollyFriday på Skjetten. Alder ca 9-18 år.

**Turgruppe:** Vi går en tur i uken. Turen er tilrettelagt etter de brukerne som deltar. Noen ganger tar man med matpakke og tar lunsjen ute. Er for alle aldre.

**Spillgruppen:** På Solli aktivitetssenter ordnes det til for spillkveld annenhver tirsdag. Her det playStation, biljard og sosialt samvær m.m Dette er for alle aldre.

**Hestegruppe:** Hestestell og forfallende arbeid i stall. Sosialsamvær og gode samtaler. Dette foregår på Nittedal hestesenter.

**Stjernen:** På Solli aktivitetssenter er det klubb annenhver tirsdag. Det koster 20 kr i inngang- ledsager gratis. Enkelt kiosksalg. En gang i måneden har vi egen DJ. Det er alltid musikk, spill, gode samtaler og dansing for de som vil. Dette er for alle aldre.