

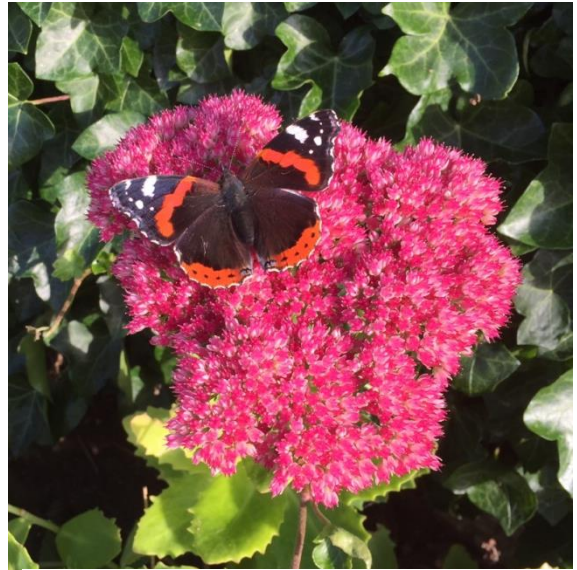


Bergen 12. september 2019

PROGRAM Høsten 2019

Kjære medlemmer! Først og fremst tusen takk for et særdeles hyggelig og vellykket Solstrandseminar 2019! Denne høsten tilbys følgende program:

- **Kafétreff: Tirsdag 24. september, 29. oktober og 26. november.**
Sted: Wesselstuen, Øvre Ole Bulls plass 6. Tid: Kl.18. Ingen påmelding.
- **Torsdag 10. oktober Kl 12.00 Verdensdagen for psykisk helse. OBS! Sted: Loftet, Nygaten 3.** I år markerer vi dagen sammen med Mental Helse. Vi har mye Verdensdagsmateriell, og vi lager vafler og kaffe. Vi starter helt på gateplan og selvsagt kan folk komme opp både i 2 og 3 etasje, og se og hilse på, samtidig som der er litt materiell / brosjyrer og info - både fra LPP og Mental Helse. På Loftet serveres rundstykker kaffe / te. Velkommen, kom gjerne i god tid, og med ledsager. Ingen påmelding.
- **Mandag 21. oktober Kl. 18.30. Tema: Psykiatriliansen v/ Lasse Hjelle** presenterer og kommenterer aktivitetsprogrammet sitt. Se vedlegg s.2.
Påmelding: lppbergen@lpp.no **innen 30. september** av hensyn til servering.
- **Fredag 18. oktober, fra 12 til 18. Sted: Sigurdsgt 6, SALEM konferansesenter. Fyll Dagene Bergen 2019.** Recovery og aktivitetsmesse for mennesker med utfordringer innen psykisk helse og/eller rus, pårørende og andre interesserte. Drop-In – Gratis Inngang.
- **Julebord: Torsdag 5. desember, kl. 19.00. Sted: Grand Hotell Terminus. Egenandel: Kr 400,- per person betales ved inngangen. Påmelding innen 15. november: lppbergen@lpp.no eller 45274441 (ikke sms).**
- **VIKTIG! Samtalegruppene starter medio september. Påmelding: Veileder Bjarne Annewiik: Mobil 99582259.**



En vakker gjest markerer at sommeren er på hell.

Annen viktig informasjon: Se også på www.lpp.no > lokal avdeling Bergen, og følg LPP på Facebook LPP Landsforeningen for pårørende innen psykisk helse og siden vår LPP Bergen.

Vel møtt!
Styret i LPP Bergen

psykiatrilianansen Timeplan gjeldende fra 2. september 2019. Sjekk timeplan på www.psykiatrilianansen.no eller på Facebook for eventuelle endringer. Alle er velkommen alltid - og alt er gratis!

Telefon 451 13 754
 Mail post@psykiatrilianansen.no
 Facebook Psykiatrilianansen
 Hjemmeside psykiatrilianansen.no

Mandag

12:00 - 13:00
ROLIG YOGA
 (Cecillie)
Bjergvin DPS, bygg C

11:30 - 12:00
STYRKENDE YOGA
 (Cecillie)
Bjergvin DPS, bygg C

12:30 - 14:00
INNEBANDY
 (Pete, Lene)
Frøyahallen

12:00 - 14:00
STYRKETRENING MED VEKTER
 (Petter, Christian, Kurt)
Haukelandshallen

18:00 - 19:30
JOGGEGRUPPE
 (Hege, Judith, Hans Ove)
Kronstad DPS, trappen ved hovedinngangen

11:00 - 13:00
ÅPENT SOSIALT TREFESTED / ERFARINGSKAFE
Kronstad DPS, Collett, 1. etg

11:00 - 13:00
SVØMMING OG VANNGYMNASTIKK
 (Britt-Wenche, Unni, Lasse)
AdO Arena. Oppmøte innenfor inngangen kl. 10.45

12:30 - 14:00
FOTBALL
 (Claus, Kurt, Pete)
Krohnsminde kunstgressbane

Tirsdag

12:30 - 14:00
INNEBANDY
 (Pete, Lene)
Gymsalen, Kronstad DPS

12:00 - 12:30
SPINNING
 (Elisabeth/ Amalie)
Nr1 Fitness Fyllingsdalen

12:30 - 13:00
STYRKETRENING
 (Iren/ Kjersti/ Kurt)
Nr1 Fitness Fyllingsdalen

12:00 - 14:00
KLATRING
 (Nina) OBS! Påmelding.
Trene Sammen Fantofhallen

15:30 - 17:30
VOLLEYBALL
 (Morten, Pål)
Solli DPS, Nesttun

Onsdag

11:00 - 14:00
TURGRUPPE
 (Britt-Wenche, Hege)
Oppmøte Bystasjonen, første etasje, mellom rulletrappene kl. 10.45.

12:30 - 14:00
FOTBALL
 (Claus, Kurt, Pete)
Varden kunstgressbane, Fyllingsdalen

14:00 - 15:30
BALLSPILL
 Innebandy/ basketball/ volleyball, hver tredje uke etter tur. (Hanne)
Rådalslien skole

Torsdag

13:15 - 14:45
FUNKSJONELL BEVEGELIGHETS-TRENING
 (Anne Kari)
Gymsalen, Kronstad DPS

12:00 - 14:00
STYRKETRENING MED VEKTER
 (Petter, Christian, Kurt)
Haukelandshallen

15:45 - 16:45
ZUMBA
 (Therese)
Nr1 Fitness Fyllingsdalen

Fredag