

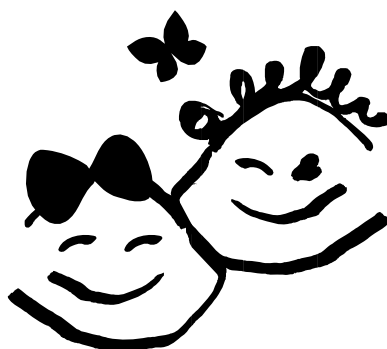


Harstad kommune
Attraktiv hele livet



BARNE- OG UNGDOMSTJENESTEN

**TILRETTELAGTE
FRITIDSTILBUD
FOR
BARN, UNGDOM OG VOKSNE
MED
FUNKSJONSHEMMING
2010**



TILRETTELAGTE FRITIDSTILBUD I HARSTAD KOMMUNE

I denne brosjyren vil du finne en oversikt over fritidstilbud tilrettelagt for personer med spesielle behov for eksempel på grunn av sosial, psykisk eller fysisk funksjonshemming.

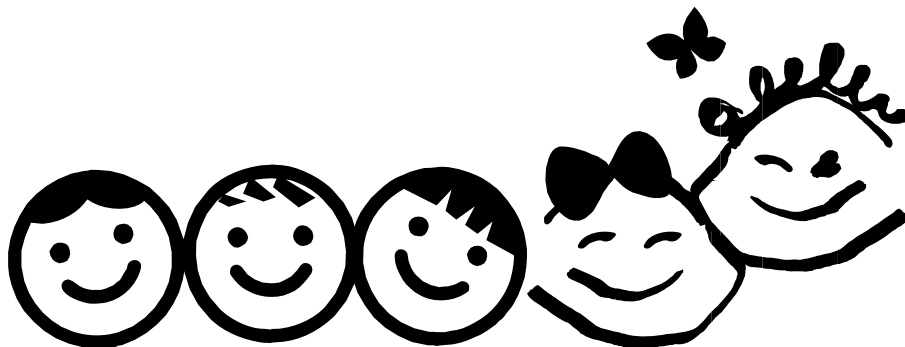
På våre tilrettelagte tilbud skal det være lett å komme og du skal bli tatt godt imot. Det skal være rom og stor takhøyde for individuelle forskjeller. Vi legger vekt på det sosiale og ivaretagelse av alle som kommer på de enkelte tilbudene.

Flere av aktivitetene drives i samarbeid med Harstad kommune, lokale lag og foreninger.

Har du forslag eller ønsker om fritidstilbud så ta gjerne kontakt. Vi tar imot nye ideer til aktiviteter og oppstart av grupper hvis behovet er tilstede.

For informasjon om ledige plasser og påmelding kontakt:

Anne-Grete Roulund, fritidsleder barne og ungdomstjenesten
Telefon 77 02 62 58 e-post: anne-grete.roulund@harstad.kommune.no



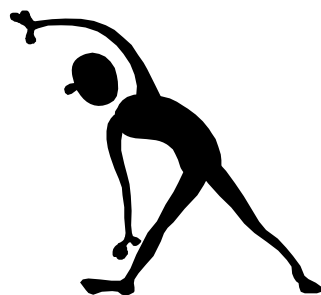
AKTIVITETSOVERSIKT/TILBUD P.U VÅR - 2010

Vi starter opp med vårens aktiviteter på følgende datoer:

Onsdag	6.januar	kl.17.00 - boccia
Onsdag	6.januar	kl.18.00 - turning
Torsdag	7.januar	kl 17.00 - øving rockefår
Torsdag	7.januar	kl 18.00 - torsdagsklubben
Mandag	11.januar	kl 18.00 - trimdans
Tirsdag	12.januar	kl 18.45 - svømming
Tirsdag	12.januar	kl.17.30 - tirsdagsklubben

AKTIVITET:	STED:	DAG:	KL:
Trimdans	Folkehøgskolen	1 mandag i mnd	1800-2000
Tirsdagsklubben	Kanebogen fritidskl	3 hver tirsdag i mnd	1730-2000
Svømming	Grottebadet	Tirsdager	1845-2000
Boccia	Harstad-hallen/mini	Onsdager	1700-1800
Turngruppa	Harstad-hallen	Onsdager	1800-1900
Torsdagsklubben	Kanebogen fritidskl	Torsdager	1800-2100
Rockefår øving	Kulturskolen	Torsdager	1700-1900
Instruktør svømming	Esben Eriksen	tlf 77001480	
Instruktør trimdans	Tove Hallan	tlf 77040077	
Instruktør boccia/turn	Carina Bertheussen	tlf 91339866	
Instruktør Rockefår	Hugo Stokkan	tlf 90784370	
Fritidsleder Torsdagskl	Anne-Grete Roulund	tlf 77026258/47276991	

For mer informasjon kontakt fritidsleder
Anne-Grete Roulund
Barne og ungdomstjenesten Harstad kommune



HELSEDANS OG TRIMKURS

**En mandag i måneden er det helsedans og trim kurs på Trondenes folkehøgskole,
gymsalen fra**

kl 18.00 – 20.00.

Kurset er beregnet på voksne psykisk utviklingshemmede.

Elever på folkehøgskolens sosialfaglinje fungerer som ledsagere.

Tilbudet er ett samarbeid mellom Harstad kommune og Trondenes folkehøgskole.

Kursleder og kontaktperson er Tove Hallan tlf 77040077/90284046

OVERSIKT VÅR - 2010

**Tilbudet starter opp mandag.11.januar,
Deretter blir det følgende mandager:
8 februar, 15 mars og 19 april**



TIRSDAGSKLUBBEN

En klubb for deg mellom 10 – 20 år.

Klubben har base på Kanebogen fritidsklubb hver 3 tirsdag i måneden fra kl 17.30 – 20.00.

Tilbudet vil inneholde forskjellige aktiviteter. Noen vil foregå i klubblokalene, mens andre

blir å være ute i nærområdet. De fleste aktivitetene vil være tilrettelagt for rullestolbrukere.

For at vi skal kunne gjennomføre de forskjellige aktivitetene så må du melde deg på i forkant.

Tilbud om de enkelte aktivitetene vil bli annonsert i forkant via mail og tlf.

OVERSIKT VÅR - 2010

Januar Tirsdag 12.kl 17.30 – 20.00	Februar Tirsdag 2.kl 17.30 – 20.00 Tirsdag 23.kl 17.30 – 20.00	Mars Tirsdag 16.kl 17.00 – 20.00
April Tirsdag 6.kl 17.30 – 20.00 Tirsdag 27.kl 17.30 – 20.00	Mai Tirsdag 18.kl 17.30 – 20.00	

Det tas forbehold om endring av program og dato ut ifra interesse og påmelding.

Påmelding til :

Anne-Grete Roulund, fritidsleder barne og ungdomstjenesten

Telefon 77 02 62 58 e-post: anne-grete.roulund@harstad.kommune.no



SVØMMING

Det er svømming i Grottebadet hver tirsdag fra kl 18.45 – 20.00.

De som har behov for ledsager har denne med seg til assistanse i garderobe, dusj og basseng.

Den enkelte betaler ett engangsbeløp på 90,- for chiparmbånd som brukes til garderobeskap,

pluss kr 40,- som betales hver gang ved oppmøte. Gratis for ledsagere.

Svømmetilbudet er ett samarbeid mellom Harstad helsesportslag og Harstad kommune.

Instruktør er Esben Eriksen og assistent Carina Bertheussen

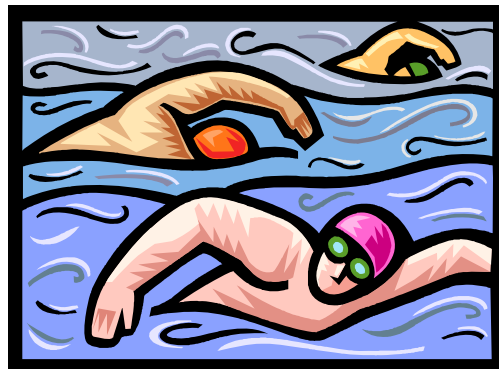
Kontaktpersoner:

Esben Eriksen, instruktør tlf 90074106

Arnt Myhre, leder Harstad helsesportslag tlf 77077070/91670829

OVERSIKT VÅR - 2010

Januar	Februar	Mars
Oppstart for sesongen	Tirsdag 2.kl 18.45 – 20.00	Tirsdag 2.kl 18.45 – 20.00
Tirsdag 12.kl 18.45 – 20.00	Tirsdag 9.kl 18.45 – 20.00	Tirsdag 9.kl 18.45 – 20.00
Tirsdag 19.kl 18.45 – 20.00	Tirsdag 16.kl 18.45 – 20.00	Tirsdag 16.kl 18.45 – 20.00
Tirsdag 26.kl 18.45 – 20.00	Tirsdag 23.kl 18.45 – 20.00	Tirsdag 23.kl 18.45 – 20.00
		Tirsdag 30.kl 18.45 – 20.00
April	Mai	Juni
Tirsdag 6.kl 18.45 – 20.00	Tirsdag 4.kl 18.45 – 20.00	Tirsdag 1.kl 18.45 – 20.00
Tirsdag 13.kl 18.45 – 20.00	Tirsdag 11.kl 18.45 – 20.00	
Tirsdag 20.kl 18.45 – 20.00	Tirsdag 18.kl 18.45 – 20.00	
Tirsdag 27.kl 18.45 – 20.00	Tirsdag 25.kl 18.45 – 20.00	



BOCCIA

Bocciatreningen foregår i minihallen – Harstad-hallen på onsdagene fra kl 17.00 – 18.00.

Boccia er et ballspill hvor det ikke kreves store fysiske ferdigheter for å kunne delta.

Gjelder for alle aldersgrupper.

Bocciatilbudet er et samarbeid mellom Harstad kommune og Harstad helsesportslag.

Instruktør er Carina Bertleussen og assistent Bent Nyland

Kontaktpersoner:

Carina Bertheussen, instruktør 91339866

Arnt Myhre leder Harstad helsesportslag 77077070/91670829

OVERSIKT VÅR - 2010

Hver andre onsdag i måneden er det ikke boccia p.g.a x-klubb tilbud

Januar	Februar	Mars
Onsdag 6.kl 17.00 – 18.00	Onsdag 3.kl 17.00 – 18.00	Onsdag 3.kl 17.00 – 18.00
Onsdag 20.kl 17.00 – 18.00	Onsdag 17.kl 17.00 – 18.00	Onsdag 17.kl 17.00 – 18.00
Onsdag 27.kl 17.00 – 18.00	Onsdag 24.kl 17.00 – 18.00	Onsdag 24.kl 17.00 – 18.00
		Onsdag 31.kl 17.00 – 18.00
April	Mai	
Onsdag 7.kl 17.00 – 18.00	Onsdag 5.kl 17.00 – 18.00	
Onsdag 21.kl 17.00 – 18.00	Onsdag 19.kl 17.00 – 18.00	
Onsdag 28.kl 17.00 – 18.00	Onsdag 26.kl 17.00 – 18.00	



TURNING

Det er turning i Harstad-hallen, storsmalen hver onsdag fra kl 18.00 – 19.00

Tilrettelagt for barn og unge i alderen 4 –20 år med funksjonshemming/psykisk utv.hemming.

Den enkelte deltager har med seg ledsager, støttekontakt, miljøpersonale.

Kontingent kr 250,- som inkluderer skadeforsikring til turnforeningen.

Turntilbudet er et samarbeid mellom Harstad kommune og Harstad turnforening.

Kontaktperson, koordinator og ansvarlig er Carina Bertheussen tlf 91339866

Assistent Bent Nyland

OVERSIKT VÅR – 2010

Januar	Februar	Mars
Onsdag 6.kl 18.00 – 19.00	Onsdag 3.kl 18.00 – 19.00	Onsdag 3.kl 18.00 – 19.00
Onsdag 13.kl 18.00 – 19.00	Onsdag 10.kl 18.00 – 19.00	Onsdag 10.kl 18.00 – 19.00
Onsdag 20.kl 18.00 – 19.00	Onsdag 17.kl 18.00 – 19.00	Onsdag 17.kl 18.00 – 19.00
Onsdag 27.kl 18.00 – 19.00	Onsdag 24.kl 18.00 – 19.00	Onsdag 24.kl 18.00 – 19.00
		Onsdag 31.kl 18.00 – 19.00
April	Mai	
Onsdag 7.kl 18.00 – 19.00	Onsdag 5.kl 18.00 – 19.00	
Onsdag 14.kl 18.00 – 19.00	Onsdag 12.kl 18.00 – 19.00	
Onsdag 21.kl 18.00 – 19.00	Onsdag 19.kl 18.00 – 19.00	
Onsdag 28.kl 18.00 – 19.00	Onsdag 26.kl 18.00 – 19.00	



X-KLUBBEN OG MANDAGSKLUBBEN

Klubbene drives av Y'mens Club og Sigrid – klubben i Harstad i samarbeid med menighetene
i Harstad.

Dette er et tilbud for alle hvor det legges vekt på det sosiale samværet.

Klubbene er åpne en onsdag og en mandag i måneden fra kl 18.00 – 20.00.

X-klubben holder til i menighetslokalene på Bergsengveien og mandagsklubben på
sosialbygget på Borkenes.

X-klubben har inngang kr 20,- som inkluderer kaffe og vafler.

Mandagsklubben har inngang kr 10,- som inkluderer ett lodd.

Oppstart onsdag 13.januar



MUSIKKGRUPPA ”ROCKEFÅR”

Når gleden er målet

Har øvinger på Kulturskolen hver torsdag fra kl 17.00 – 19.00.

Gruppen spiller selvvalgt populærmusikk, med hovedvekt på musikk som gir musikalsk glede.

Ingen aldersgrense.

Musikktilbudet er i regi av Kulturskolen i Harstad.

Instruktør er Hugo Stokkan og assistenter er Asle Skardal, Tommy Karlsen.

Kontaktpersoner:

Hugo Stokkan, instruktør tlf 90784370

Halvard Bakkland, rektor tlf 77026265

OVERSIKT VÅR – 2010

Januar	Februar	Mars
Torsdag 7.kl 17.00 – 19.00	Torsdag 4.kl 17.00 – 19.00	Torsdag 4.kl 17.00 – 19.00
Torsdag 14.kl 17.00 – 19.00	Torsdag 11.kl 17.00 – 19.00	Torsdag 11.kl 17.00 – 19.00
Torsdag 21.kl 17.00 – 19.00	Torsdag 18.kl 17.00 – 19.00	Torsdag 18.kl 17.00 – 19.00
Torsdag 28.kl 17.00 – 19.00	Torsdag 25.kl 17.00 – 19.00	Torsdag 25.kl 17.00 – 19.00
April	Mai	Rockefår følger Kulturskolens skoleplan. Informasjon om avslutning gis av kulturskolen.
Torsdag 8.kl 17.00 – 19.00	Torsdag 6.kl 17.00 – 19.00	
Torsdag 15.kl 17.00 – 19.00	Torsdag 20.kl 17.00 – 19.00	
Torsdag 22.kl 17.00 – 19.00	Torsdag 27.kl 17.00 – 19.00	
Torsdag 29.kl 17.00 – 19.00		



TORSDAGSKLUBBEN

En tilrettelagt fritidsklubb for ungdom og voksne.

Klubben er på torsdager i fra kl .18.00 – 21.00

Inngang kr 30,-

Hver torsdag er det servering av kaffe og kaker.

Klubben har kiosksalg.

På torsdagsklubben driver vi med forskjellige aktiviteter som biljard, bordtennis, internett, div.spill, leker, konkurranser og diskotek.

I løpet av klubbseongen har vi forskjellige arrangement som høstfest, hattefest, karneval, bingo, dansekvelder, biljardturneringer og klubbtur.

Kontaktperson:

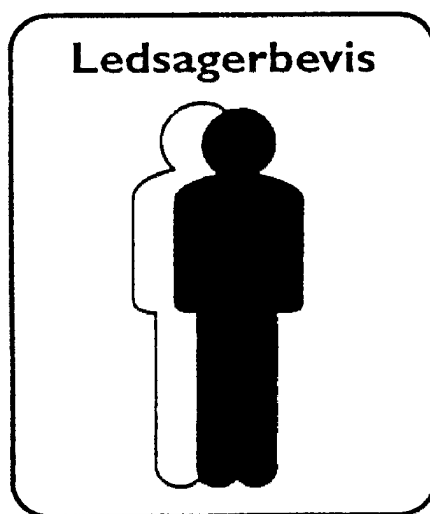
Anne-Grete Roulund tlf 77 02 62 58 e-post:anne-grete.roulund@harstad.kommune.no

OVERSIKT VÅR – 2010

Januar	Februar	Mars
Torsdag 7.kl 18.00 – 21.00	Torsdag 4.kl 18.00 – 21.00	Torsdag 4.kl 18.00 – 21.00
Torsdag 14.kl 18.00 – 21.00	Torsdag 11.kl 18.00 – 21.00	Torsdag 11.kl 18.00 – 21.00
Torsdag 21.kl 18.00 – 21.00	Torsdag 18.kl 18.00 – 21.00	Torsdag 18.kl 18.00 – 21.00
Torsdag 28.kl 18.00 – 21.00	Torsdag 25.kl 18.00 – 21.00	Torsdag 25.kl 18.00 – 21.00
April	Mai	
Torsdag 8. kl 18.00 – 21.00	Torsdag 6.kl 18.00 – 21.00	
Torsdag 15.kl 18.00 – 21.00	Torsdag 20.kl 18.00 – 21.00	
Torsdag 22.kl 18.00 – 21.00	Torsdag 27.kl 18.00 – 21.00	
Torsdag 29.kl 18.00 – 21.00		



LEDSAGERBEVIS FOR FUNKSJONSHEMMEDE



Ledsagerbeviset er et kort som utstedes gratis til den enkelte varig funksjonshemmede som en bekreftelse på at kortholder er avhengig av ledsager for å kunne nytte offentlig transportmidler og/eller å delta på ulike kultur- og fritidsaktiviteter. Beviset skal sette den funksjonshemmede i stand til deltakelse uten større utgifter en funksjonsfrisk.

Ledsagerbeviset skal kunne nyttes alle steder hvor ordningen er akseptert, uavhengig av kommune- og fylkesgrenser. Ordningen skal gjelde uansett om den funksjonshemmede er yrkesaktiv eller trygdet. Ordningen er standardisert, dvs at den er lik i hele landet.

Nedre aldersgrense for søker er normalt 8 år. Gyldig varighet på ledsagerbeviset er 5 år fra utstedelsesdato. Ledsager er den som til enhver tid bistår personen med funksjonshemming slik at denne skal kunne oppnå formålet med ordningen. Formålet med ordningen er at alle skal kunne delta i kultur- og fritidsaktiviteter.

Den som har funksjonshemming søker Harstad kommune v/Barne og ungdomstjenesten. Du kan henvende deg til fritidsleder Anne-Grete Roulund på tlf 77026258 eller anne-grete.roulund@harstad.kommune.no for å få tilsendt søknadsskjema.