

Januar

- 28.Ons 4/1 kl. 12 Samarbeidsmøte. Se punkt 1.
29.Tor 5/1 Kinokveld. Avatar – The way of the water. Billett betaler hver enkelt selv. Klokkeslett kommer.
- 30.Tor 12/1 kl.12 Papirlaging. 35,-
31.Tor 12/1 kl.17 Escaperoom. Vi går ned til Bodø actionhall og prøver oss på samarbeid og problemløsning. Maks antall deltakere 6 pers. Billett betaler hver enkelt selv, ca. 350,-. Påmeldingsfrist 6/1. Bindende påmelding.
- 32.Tor 19/1 kl.17 Sushibuffet på Tiger. Spis så mye sushi du vil for 229,-. Vi går fra Villa Vekst kl.17. Villa Vekst reserverer bord i forkant.
- 33.Ons 25/1 kl.14-16 Kreativt skriveverksted med Magdalena. Inspirasjon til friskrift. Gratis te og kaffe. Påmelding innen 20.januar.
34.Tor 26/1 kl.16 Hodelykttur til Mjellestranda.

Februar

- 35.Ons 1/2 kl.12 Samarbeidsmøte. Se punkt 1.
36.Ons 1/2 kl.14-16 Kreativt skriveverksted. Se punkt 33.
37.Tor 2/2 kl.16 Brettspillkveld. Vi har Rummikub, kortskalle, monopol, kokkelimonke og mye mer. Ta med egen mat.
- 38.Ons 8/2 kl.14-16 Kreativt skriveverksted. Se punkt 33.
39.Tor 9/2 kl.14 Skigåing Bestemorenga. Vi kjører til Bestemorenga og tester skiegenskapene våre. Du kan bli med hvis du ikke har ski. Ta med egen mat. Vi ordner med kaffe/te.
- 40.Tor 16/2 kl.12 Lysstøping. Egenandel 35,-
41.Tor 16/2 kl.17 Aktivitetsettermiddag på Royal bowling. Biljard, shuffleboard, bowling, airhockey. Du deltar på det du ønsker. Hver enkelt betaler selv.
- 42.Tor-fre 23-24/2 Overnatting i Lavvo i hagen på Villa Vekst. Vi prøver oss på en uteovernatting på vinteren. Det blir bålkos og grilling utover kvelden. Hver enkelt kjøper inn mat til seg selv. Påmeldingsfrist 17.februar.

Høst/Vinterprogram 2022/23

Aktivitetsprogram Villa vekst



Lever svarslippen **snarest**. Svarslippen er ikke bindende. Villa Vekst kontakter deg før de fleste aktiviteter, men det sikreste er å følge med selv. Det tas forbehold om endringer. Arrangementet er gratis om ikke annet er nevnt.

Dette er et tilbud til deg som er mellom 18 – 70 år og som ønsker å ivareta din psykiske helse. I tillegg til aktivitetsprogrammet har vi også en ukeplan med en rekke aktiviteter. Kom gjerne innom og få mer informasjon. Du finner oss også på bodo.kommune.no/villavekst, vår facebook-side: Villa Vekst eller på instagram «villavekst».

Oktober

- 1.Ons 5/10 kl.12 Samarbeidsmøte. Aktuelle saker fra brukerråd og avdelingsleder. Du kan komme og gå som du vil under møtet.
- 2.Tor 6/10 kl.15–19 Hyggeettermiddag på Villa Vekst. Kom og slå av en prat og bruk husets fasiliteter.
- 3.Man 10/10 kl.9-11 Verdensdagen for psykisk helse. Det blir minglefrokost og underholdning med koret. Gratis kaffe og vafler etterpå.
- 4.Tor 13/10 kl.14 Skogstur til Valnesfossen. Bli med å se på Bodøs største foss. Det tar ca. 20 min å gå hver vei. Ta med egen matpakke og passende klær til været.
- 5.Tor 20/10 kl.16 Nordlandsbadet. Vi er i badehumør og kjører til Nordlandsbadet kl.16. Billett betaler hver enkelt selv.
- 6.Tor 27/10 kl.12 Halloweenverksted. Det nærmer seg halloween og vi lager skumle og uhyggelige ting på hobbygruppa.
- 7.Tor 27/10 kl.17 Klatring i Mørkvedhallen. Sele og klatresko kan lånes i hallen. Egenandel 150,-.
- 8.Fre 28/10 kl.14 Halloween tea and coffee party. Vi pynter opp tvstua og oss selv med de uhyggelige tingene vi lagde på halloweenverkstedet.

November

- 9.Ons 2/11 kl.12 Samarbeidsmøte. Se punkt 1.
- 10.Tor 3/11 kl.16 Vårruller. Det går an å lage vårruller på høsten også. Egenandel 50,- Bindende påmelding.
- 11.Man 7/11 kl.10 Flymuseet. Er du interessert i militær og sivil luftfartshistorie? Bli med! Billett betaler hver enkelt selv.
- 12.Tor 10/11 kl.16 Overnatting på Villa Vekst med film på kvelden. Hver enkelt ordner med mat til seg selv.
- 13.Tor 17/11 kl.16 Tur til moloen. Vi tar med kaffe og kakao og går til moloen. Ta med passende klær til været og egen mat.
- 14.Tor 24/11 kl.11 Juleverksted. Vi samles og bruker våre kreative evner til å lage juledekorasjoner. Eksempelvis julekort. Det blir servert julegløgg.

15.Tor 24/11 kl.17

16.Ons 30/11 kl.12

Desember

17.Tor 1/12 kl.11

18.Tor 1/12 kl.15

19.Ons 7/12 kl. 12

20.Ons 7/12 kl.18-21

21.Tor 8/12 kl.16

22.Ons 14/12 kl.12

23.Tor 15/12 kl.12

24.Tor 15/12 kl.16

25.Tor 22/12 kl.16

26.Fre 23/12 kl.13.30

27.Tor 29/12 kl.17

Badstu og bading i havna. Vi prøver oss igjen med et forfriskende bad i havna og en glovarm badstu etterpå. Egenandel 150,-.

Pynting av huset til jul. Vi tar ned julepynten fra loftet og pynter huset.

Juleverksted. Se punkt 14.

Førjulstur til Rognan. Vi tar toget fra Bodø kl. 16:16.

Retur kl. 20.01. Hver enkelt betaler billett selv.

Samarbeidsmøte. Se punkt 1.

Julebord på Folkets Hus. Det blir servert ribbe og pinnekjøtt med godt tilbehør og dessert. Påmeldingsfrist fredag 2.desember. Egenandel 250,-. Bindende påmelding.

Julebakesmakekveld. Bli med på årets julebakst og kvalitetssmaking. Egenandel 35,-

Pynting av juletre.

Stygg julegenserverksted. Hvem lager den styggeste julegenseren? Ta med egen genser og annet utstyr du trenger. Kåring av vinner kl. 14.30.

Grilling i gapahuken ved Vatnvatnet. Alt du trenger er varme klær. Villa Vekst handler inn grillmat. Egenandel 40,-

Filmkveld på Villa Vekst. Det nærmer seg julaften og da passer det godt med en ordentlig julefilm. Vi henger opp oppslag på tavlen i gangen så folk kan skrive opp filmønske. Den filmen med flest ønsker ser vi. Villa Vekst spanderer snop og brus.

Julegrøt med mandel i. Det er lillejulaften og da hører det til med julegrøt. Den som finner mandelen i grøten, får premie. Egenandel 50,-

Juleselskap. Det blir kaker, sang og julepreganger. Ta med barn/barnebarn hvis du vil. Påmeldingsfrist 27.desember. Egenandel 40,-

