

GLIMT har åpnet mandag til fredag kl.10-17 og lørdager kl.10-16. Siste halvtimen brukes til opprydning :)

GLIMT finner du i Søbstadvegen 2 på Heimdal - 2 etg. over Heimdal Blomster
Vi har heis!

På GLIMT håper vi du opplever

Tilhørighet - Samarbeide og delta sammen med andre.

Håp og optimisme - Se hva som er mulig selv om livet er utfordrende til tider.

Identitet - Bli akseptert for den du er, hva du står for og hva du ønsker å gjøre.

Mening - Et sted du gleder deg å dra til

Empowerment - Se kraften i seg selv og hva du kan utrette.

Felles lunsjtid kl.12 hver dag!

Mandag, onsdag og torsdag tar man med det man vil spise selv

Tirsdag og fredag Felleslunsj med brød og pålegg. Koster 20,- og du må melde deg på innen kl.11 samme dag

Mandag

Kl. 13:00-13:30

Planleggingsmøte
- Åpent for alle

Kl. 14:00-15:00

Refleksjonsgruppe med ulike temaer
- Drop in

Torsdag

Kl. 11:00-12:00

Skrivegruppe (rom Dublin)

Kl. 11:00-12:00

Pust & strekk (rom Antarktis)

Kl. 12:30-15:00

Kunstgruppe for påmeldte



Tirsdag

Kl. 11:00-12:00

Lunsjgruppe

Kl. 11:00-12:00

Pust & strekk

Kl. 12:30-15:00

Drop-in kunstgruppe

Kl. 13:00-14:00

Husmøte første tirsdag i hver måned

I tidsrommet 13-16

Aktivitet utenfor huset i oddetallsuker
-påmelding

Fredag

Kl. 11:00-12:00

Lunsjgruppe

Vi lager til for en koselig lunsj

Kl. 13:00-14:00

Walk & talk
- Drop in

Kl. 14:00-16:30

Deltakerstyrt Dungeons & Dragons

Onsdag

Kl. 11:00-12:00

Glimt-time - div. Recovery-workshops, foredrag og kurs

Kl. 13:00-15:00

GLIMT improteatergruppe. Maks 8 deltakere

Fruktpause - hver ukedag kl 15

Deltakeråpent lørdag 10-16 og søndag kl.10:30-15

Lurer du på noe kan du ringe oss på:
929 92 150.
Velkommen!

