

- 41. Tirs 11/7 kl. 10.
- 42. Tors 13/7 kl. 16.
- 43. Tors 20/7 kl. 16.
- 44. Tors 27/7 kl. 17.

Grottetur til Svarthammarhola ved Fauske.
 Besøk på hytta til Gjøreld ved Kistrand. Grillmat. Kr. 50,-
 Utendørs klatring på Skau. Mulighet til å låne utstyr.
 Gåtur fra Skau til Småvatnan. Ca. 4 kilometer hver vei.

August

- 45. August / september.
- 46. Tors 3/8 kl. 17.
- 47. Tors 10/8 kl. 17.
- 48. Tors 17/8 kl. kl. 11.

Blåbær-/ tyttebærtur. Du får beskjed når bæra er moden.
 Bakekveld. Vi lager milkshake med sesongens friske bær og frukter. Kr. 30,-
 Utendørs klatring på Skau. Mulighet til å låne utstyr.
 Tur til Storjord og Nasjonalparksenteret. Mange aktivitetsmuligheter, blant annet utstillinger, kunstutstilling, frisbeegolf og gåtur gjennom Storjord arboret. Kr. 50,-
 Restaurantbesøk til Hundholmen Brygghus. Hver enkelt bestiller det de vil ha.
 Frisbeegolf på Bratten aktivitetspark. Vi har frisbees til utlån.



September

- 51. Tirs 5/9 kl.12-13.
- 52. Ons 6/9 kl.12-18.
- 53. Tors 7/9 kl. 17.
- 54. Ons 13/9 kl. 10 - Tors 14/9.
- 55. Torsdag 21/9 kl.17.

Samarbeidsmøte VV. Som pkt.12.
 Sopptur i Bodømarka. Magdalena deler av sin kunnskap.
 Utendørs klatring på Skau. Mulighet til å låne utstyr.
 Gåtur fra Vatnvatnet til Langnesbu ved Sørfjorden. Ca. 5 kilometer hver vei. Overnatter i hytte og telt. Tilgang til båt. Kr. 150,-
 Bakekveld. Vi lager flettekrans og espressokaffe. Kr. 30,-

Annen info

- Vi har startet med enkel servering onsdager fra kl. 11.30.
- Det spilles organisert biljard torsdager fra kl. 11.45
- Seniorgruppe for de over 60 år. Ta kontakt med Arnfinn ved interesse.
- Kreativ skrivestund er et nytt tilbud fredager kl.11. Snakk med Magdalena
- Kurs i mestring av sosial angst starter i løpet av oktober 2017.

Vår/sommer 2017

Aktivitetsprogram

Villa vekst



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

Mars

1. Torsdag 9/3 kl. 17. Innendørs klatring. Sko kan lånes. Kr. 40,-
2. Fre 10/3 kl. 11. Ridning på Stall Valle. Kr. 150,-
3. Fre 10/3 kl. 13. 30. Skrei med rogn, ikke lever. Pris kr.70,-
4. Tors 16/3 kl. 17. Kveldstur til Junkerfjellet. Vi går veien opp fra Bestemorenga.
5. Ons 22/3 kl. 11. Planlegging/laging av grillplass i hagen på Villa Vekst.
6. Tors 23/3 kl.12. Besøk på Englefabrikken. Kort spasertur.
7. Tors 23/3 kl.16. Familie og vennekveld på VV. Åpen for alle i oppfølgingstjenesten psykisk helse og rus. Ta med dine nærmeste for å bli kjent med tilbudet til oppfølgingstjenesten. Middag. Quiz. Gratis.
8. Tirs 28/3 kl. 12.30. Kafètur til Kirkens bymisjon med info om den nye matsentralen.
9. Ons 29/3 kl. 10-15. Villavekst dagen 2017. Årlig dag med fokus på godt miljø i VV. «Hvordan løser vi uoverensstemmelser på riktig måte? Hva kan skje hvis vi ikke gjør det riktig.» Alle oppfordres til å delta. Lunsj. Gratis.
10. Tors 30/3 kl.9. Skitur til Fridalen i Valnesfjord. Matpakke. Flat tur. Pris kr.50,-
11. Tors 30/3 kl. 16. Bakekveld. Focacciabrød og salat. Kr. 40,-

April

12. Tirs 4/4 kl.12-12.30. Samarbeidsmøte. Tar opp aktuelle saker i VV. Du kan komme og gå under møtet.
13. Tirs 4/4 kl.12.30. Diskusjonsforum. Hvordan forstår vi rus? Innledning ved Camilla og Anja.
14. Ons 5/4kl. 11. Planlegging/laging av grillplass i hagen på Villa Vekst.
15. Tors 6/4 kl.12. Biljardturnering.
16. Tors 6/4 kl. 19. Bodø domkirke. Nordnorsk Symfoniorkester fremfører Bachs påskeoratorium med kor og solister. Max. 5 stk. Kr 150,-
17. Tors 20/4 kl. 17. Gåtur til stranden på Mjelle.
18. Tors 27/4 kl.18. Sang og salat. Allsang, kor og mat. Supplert av kreativt skriveverksted. Pris kr.50,-

Mai

19. Tirs 2/5 kl.12-13. Samarbeidsmøte VV. Som pkt.12.
20. Tors 4/5 kl.10. Vårdugnad i hagen. Mat og drikke til frivillige.
21. Tors 4/5 kl. 15. Frisbeegolf i Rensåsparken. Vi har frisbees til utlån.
22. Fre. 5/5 kl.11 -15. Brukerfest. Brukerrådet organiserer og inviterer. Div. aktiviteter. Gratis middag.

23. Man 8/5 kl.10- Tir 9/5 kl.18.
24. Ons 10/5, 24/5 21/6 kl.12 -15
25. Tors 11/5 kl. 16.
26. Tirs 16/5, 30/5, 6/6, 13/6. kl. 12 – 14.30

27. Tors 18/5 kl. 14.

28. Tirs 30/5 kl.10.12.

Juni

29. Tors 1/6 kl. 17.
30. Tors 1/6 kl.18
31. Tirs 6/6 kl.12-13.
32. Tors 8/6 kl. 15.30.
33. Tirs 13/6 kl.11.
34. Tors 15/6 kl. 17.
35. Tirs 20/6 kl.10.
36. Tors.22/6 kl.15.
37. Tirs 27/6 kl.10.
38. Tors 29/6 kl. 17.

Juli

39. Juli / august.
40. Tirs.4/7 kl.09 – tors.6/7 kl. 18.

Tur til Tårnvik rorbuser. Båttfiske og gåtur til fraflyttet grend. Pris kr.300,- Max 10 deltakere. Linosnitt og trykking. Pris pr. trykk.

Grilling og bålcaffe ved gapahuk på Vågøyvannet. Kr. 30,- Bildeterapi. Gi tanker, følelser og konflikter et visuelt uttrykk. Mulighet for samtale og refleksjon. Uavhengig av tegneferdigheter. Ved Eva Anderson. Anne Brembo er med de tre siste gangene. Max.8 deltakere. Bet. frist 9.5.: Kr 100 Fisking i Saltstraumen. Vi tar med kaffe, te og kjeks. Mulighet for lån av fiskestang. Dagstur til Fauske. Pris tog 120,-/t



Vårfest på Triangelhytta. Rønvikfjellet. God mat. Vakker utsikt. Sang og quiz. Transport fra Matkroken Volden. Pris kr.100,-

Konsert med Kjellerlys i Kapellet ved Nordlandssykehuset Psykiatri. Transport fra VV kl.17.40.

Samarbeidsmøte VV. Som pkt.12

Kanotur til Vatn-vannet. Tar med enkel grillmat. Kr. 40,-

Tur fra Kvalvika til Pallvannet. Ta med matpakke.

Frisbeegolf i Rensåsparken. Vi har frisbees til utlån.

Tur til Steinmofjellet bak Skihytta. Ta med matpakke.

Vi feirer Sankthans på forskudd ved Kløkstad. Vi leier båtforeningens klubbhus, griller og ser på midnattssolen. Pris kr. 100,-

Tur til Skånlandsfjellet nær Valnes. Ta med matpakke. Kr.50,-

Tur til Soløyvannet og lavvoen som er ved Svartnes. Tar med enkel grillmat. Kr. 30,-

Badeturer i nærområdet når sola kommer frem. Kryss av så blir du oppringt.

Tur til Arvidsjaur. Vi reiser med egen buss. Overnatter i hytter. Gratis badeland. Pris med mat kr 400. Max 11 deltakere.

