ELVERUM KOMMUNE

KULTURAVDELINGEN

Aktiviteter for utviklingshemmede

AKTIVITETSPOSTEN

HØSTEN 2008

Høsten er like rundt hjørnet og aktivitetsposten med informasjon om kultur – og fritidstilbud får du her! I hovedsak er denne tilrettelagt for mennesker med utviklingshemming. På aktivitetene møter du fritidsassistenter fra kultur, kursleder fra folkeuniversitetet og på enkelte aktiviteter har vi hjelp fra frivillige lag/foreninger.
Har du store hjelpe behov bør du ha med egen ledsager.
Minner også om biblioteket, svømmehallen, ungdommens hus, kino og teater osv.
Ledsagerbevis aksepteres på flere av disse arenaene.

Fristen for påmelding til våre aktiviteter er den 3.september.

Kultur og fritid m/bistand (støttekontakt)

Har du spørsmål om fritidsaktiviteter er vi å treffe på Kulturavdelingen.
Vi har kontor i 2. etg. St. Olavsgt. 1 (rett over for kinoen). Kontorene er dessverre ikke tilgjengelige for rullestol, men ring oss på forhånd og vi avtaler egnet møtested.
Vi jobber mye ute og er ikke alltid inne på kontoret, men legg igjen beskjed og vi kontakter deg.

Konsulent Hanne Håberget jobber fulltid og er å treffe på
tlf. 62 43 30 72 / 99310528 e-post: hanne.haberget@elverum.kommune.no
Aktivitetsleder Gry Bodil Ås, jobber deltid og er å treffe på
tlf. 62 43 30 79 / 99443104 e-post: gry.bodil.as@elverum.kommune.no
Konsulent Borghild Brandvold jobber full tid og er å treffe på

tlf. 62 43 30 78 / 918 44 685 e-post: borghild.brandvold@elverum.kommune.no

Folkeuniversitetet

Tilrettelagte kurs i regi av Folkeuniversitetet

Vårt samarbeid med Folkeuniversitetet er:

- Du sender påmelding til kultur som tidligere.
- Påmeldingslistene blir oversendt fra kultur til folkeuniversitetet.
- Du blir registrert som kursdeltager hos folkeuniversitetet.
- Folkeuniversitetet sender deg informasjon.
- Kursledere fører fremmøtelister.
- Folkeuniversitetet sender deg regning på kursavgift.
- Kurset må ha minimum 6 deltagere for å bli startet

Deltagere med stort hjelpebehov må ha med egne ledsagere.
Gikk du på kurs i vinter og skal fortsette på samme kurs må vi be om en ny påmelding.

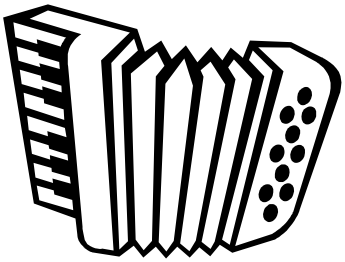
KLUBBKAFE

- torsdag ettermiddag

Her kan du: møte venner, danse, spille spill og ikke minst ha det sosialt. Handle litt å spise og kjøpe lodd.
STED: Ungdommens hus
TID: Kl. 18.00 - 20.00
DATO: 4. og 18. september
2. 16. og 30. oktober
13. og 27. november
11. desember – julemat på Forstmann.

KURSAVGIFT HØSTEN 2008: Kr. 200,-

MUSIKKOPPLEVELSE – mandag ettermiddag



Målet for kurset er å oppleve glede ved å skape musikk sammen, lytte, spille, synge og samt bevegelse etter musikk.
Deltagere med stort hjelpebehov oppfordres til å ha med egne ledsagere.

STED: Skogveien Aktivitetshus.
TID: Mandager Kl. 17.30 – 19.00
DATO: 6. – 13. – 20. – 27. oktober
3. – 10. – 17. – 24. november
1. – 8. desember

KURSAVGIFT VINTER 2008: Kr. 350,-

FRILUFTSLIVKURS -4 søndager

Målet for kurset er aktiviteter ute på ulike arenaer etter årstiden.
Deltagere med stort hjelpebehov må ha med egne ledsagere.
For at kurset skal gi deltagere variert innhold/opplevelse kan det bli noe ekstra kostnader ved enkelte turer.
Turene går en søndag i måneden fra kl 10.00 – 14.00.
Oppstart: september – Informasjon sendes til påmeldte.

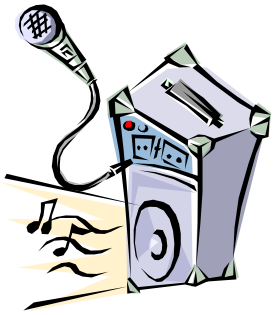
KURSAVGIFT HØSTEN 2008: Kr. 350,-

MAT- OG BAKEKURS – 4 onsdager

Dette er et kurs for deg som er glad i å lage mat og bake.
Her kan du få noen nye ideer.
STED: ELVIS
TID: 17.30 – 21.00
DATO: Oppstart onsdag 15. oktober
KURSAVGIFT HØSTEN 2008: Kr. 350,- inkl. mat.

UNGDOMSKLUBB

Her kan du: møte venner, danse, spille spill, singstar, bordtennis osv.
Deltagere med stort hjelpebehov må ha med egne ledsagere.
FRUKTSALG I KIOSKEN
TID: Kl. 18.00 - 20.00
STED: Ungdommens Hus
Alder fra 14 år – 30 år.
DATO: 1.- 15.- 29. september
13. – 27. oktober
10. – 24. november
8. desember



KURSAVGIFT HØSTEN 2008: Kr. 200,-

OBS: *oppstart er før påmeldingsfristen, men det er bare og møte opp den 1. september*

IDRETT/AKTIVITETER INTEGRERT I ORDINÆRE IDRETTSLAG

ELVERUM FOTBALL UNIFIED STARTER LAG FOR BARN – OG UNGDOM

Elverum Fotball Unified er et lag for funksjonshemmede i Elverum som ønsker å spille fotball. Vi har holdt på siden 1999. Laget består av spillere med ulike funksjons - hemminger i aldersgruppen 18 og oppover som spiller sammen med funksjonsfriske ledsagere.

Nå har vi et ønske om å kunne utvide dette tilbudet til også å gjelde barn og unge i aldersgruppen 10 – 17 år.

Lignende lag er allerede startet eller er under oppstart i Brumunddal og på Hamar..

Det vi ønsker er å kunne gi alle unge funksjonshemmede i Elverum et tilbud om spille fotball. Her er alle velkommen uansett funksjonshemming.

Det sosiale vil være fundamentet vi bygger dette på. Vi skal ha det moro sammen og få en opplevelse av at vi skaper noe sammen. Målet er at vi neste år kan klare å få til en serie der vårt lag og Brumundal og Ham-Kam sine lag kan møtes å spille kamper og ha det moro sammen.

Vi håper at mange finner dette så interessant at de melder seg på. Vi i Elverum Fotball Unified har et apparat klart til å ta oss av dere. Bjørnar Pedersen vil bli lagleder for det nye laget. Med seg vil han ha to trenere/aktivitetsledere.

Vi tar sikte på å starte opp i løpet av høsten 2008.

Laget blir medlemmer av Elverum Fotball og man må påregne at det må betales medlemsavgift og treningsavgift på kr. 500,-.

Hvis du synes dette virker interessant / eller det er noe dere lurer på så kan dere ta kontakt med eller melde dere på hos:

Bjørnar Pedersen på tlf. 62400730 / 98051880 eller pr. e-mail: b_olav@hotmail.com eller
Borghild Brandvold - Kulturkontoret på tlf. 62433078 / 91844685 eller pr. e-mail borghild.brandvold@elverum.kommune.no.

Bjørnar Pedersen
Elverum Fotball Unified

UNIFIED FOTBALL - i regi av Elverum fotball

Litt om unified fotball: mennesker med funksjonshemming og funksjonsfriske spiller på samme lag. Det spilles 7èr fotball gutter og jenter kan spille på samme lag. Spillere med funksjonshemming skal være i flertall på hvert lag, og på banen til en hver tid.

Laget har trening en gang pr. uke og spiller i serie med andre lag i distriktet.
Spillerne betaler treningsavgift til Elverum fotball og egenandel på transport til kamper.
Ønsker du mer info om fotballen kontakt Bjørnar Pedersen eller en av oss på kulturavdelingen.

Trening: Fredag kl. 19.45 – 21.00 i Rolfshallen.

Håndball og fotball kan kombineres - lagene samarbeider om trening, håndballtrening og seriespill foregår på høst / vinter og fotball på vår / sommer.
Ønsker du mer info om fotballen kan du kontakt Bjørnar Pedersen eller en av oss på Kulturavdelingen.

HÅNDBALL - i regi av håndballgruppa EIL - tirsdag ettermiddag

"Elverum Flyers" har startet sesongen og har trening en gang i uka. "Flyers" spiller håndballkamper der de møter andre lag for utviklingshemmede, og kampene går i helgene.
Spillerne betaler treningsavgift til EIL håndballgruppe og egenandel til transport til kamper.
Ønsker du mer info om håndballen kontakt Per Johansen eller oss på Kulturavdelingen.

Trening: Tirsdag kl. 17.30 – 18.15 på Elvis

ELVERUM-TRIMMEN (Arrangør: F.I.K. Orion) – **mandag ettermiddag**

Elverum-trimmen fortsetter utover høsten og ut september.
Fast møtested: Stavåsen
Start: kl 19.00
Kontingent: kr 20,-pr.gang

TRENING I GYMSAL

I samarbeid med Elverum turn jobber vi med å starte opp ei gruppe med enkel trening i gymsal.
Vi ønsker en forhånds påmelding fra deg for å se interessen.
Oppstart i september.
Elverum turn's treningsavgift er på kr. 350,- pr. halvår.

ANDRE TILBUD

JENTEGRUPPE -torsdag ettermiddag

Jentene møtes på Ungdommens hus annenhver torsdag, men er ofte ute på andre aktiviteter, alt etter hva dere ønsker. Vi ønsker forslag fra deg på hva vi skal gjøre disse kveldene –
f.eks hobbykveld, turer, svømming, kino, teater, konsert, matlaging.
Egenandel betales ut fra kostnader på aktiviteter.
Vi møtes første gang til planlegging:

Torsdag 11. september kl. 17.30 på Ungdommens hus.

"GUTTEGJENGEN"
- torsdag ettermiddag

Vi fortsetter med "guttegjengen" for gutter i "ungdomsalderen".
Målet for gruppa – bli kjent med nye fritidsaktiviteter, være sammen med kompiser og bygge nettverk. Planen er at dere møtes en kveld annenhver uke, og drar ut på ulike kultur og fritidsaktiviteter.
Vi ønsker forslag fra deg på hva dere skal gjøre – f.eks: bowling, motor hobbykveld, fisking, trening, kino, teater, konsert, matlaging, osv…
Gruppa ledes av fritidsassistenter fra kultur og støttekontakter.
Egenandel betales ut fra kostnader på aktiviteter.
Vi møtes første gang til planlegging:
Torsdag 11. september kl. 19.00 på Ungdommens hus.

SENIOR – GRUPPE – annenhver tirsdag formiddag

Vi fortsetter med senior – gruppe annenhver tirsdag kl. 10.00 – 13.00.
Deltagere med stort hjelpebehov må ha med egne ledsagere.
Gruppen vil ha et variert innhold av aktiviteter og turer.
Vi møtes til høstens planlegging:
Tirsdag 16. september kl. 11.00 på ungdommens hus.

"DROP-IN" SENIORGRUPPE PÅ SKOGVEIEN – onsdager.

Det arrangeres seniorgruppe på Skogveien kl. 10.00 – 12.00.
Her er det sosialt samvær med kaffe og vafler.
Informasjon sendes ut til bofellesskapene for hver gang.
Kontaktperson er Aud Flygind Moen i Grønliveien bofellesskap.

UTEGRUPPE MED HEST OG VOGN – onsdag ettermiddag

(her blir de som ikke kan delta på så mange andre tilbud få plass først)

Vi fortsetter med "utegruppe" i nærmiljøet. Tur med hest / vogn og felles samling på Sandmoen med litt servering.

Mer info sendes ut til påmeldte.

TID: Kl. 18.00 – 20.00

DATO: Onsdag: 10. – 17. – 24. september

Onsdag: 1. – 8. oktober

DELTAGERAVGIFT: Kr. 500,-

LANGRENN - Skitur i lysløypa på Vestad

- mandag ettermiddag

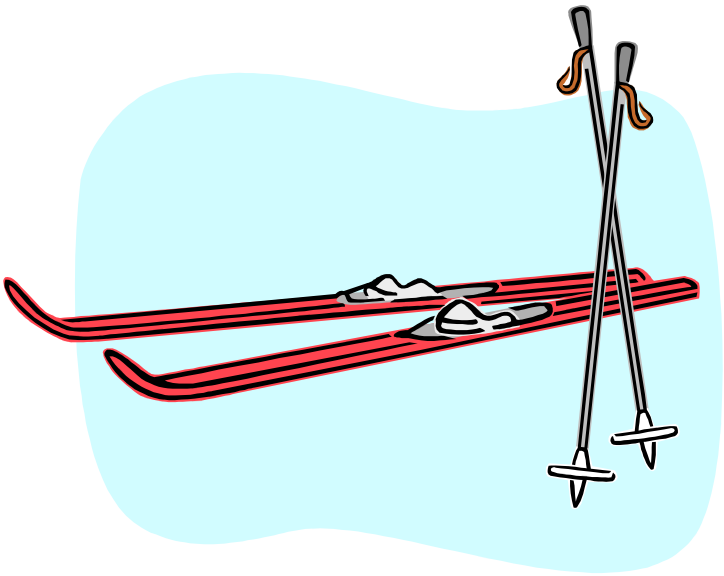
Dette passer for deg som liker å gå skitur.

Lysløypa på Vestad har flatt terreng for den som trives med det.

Vi ber om en forhåndspåmelding, og videre program sendes til påmeldte.

TID: Kl. 17.00 - 18.30

Kultur samarbeider med Kiwanis om transport.



RESTAURANT FORSTMANN - JULEBORD

Forstmann har ordinært julebord fredag 5. desember kl. 19.00
Her har vi også i år reservert plasser.
Det serveres koldtbord og dans til levnde musikk.
Pris kr. 500,- (drikke kommer i tilegg).

RESTAURANT FORSTMANN - JULETALLERKEN

På restaurant Forstmann blir det i år servering av juletallerken og muligheter for å få seg en dans.
Torsdag 11. desember kl. 18.00 - ca. kl. 22.00
Pris kr. 240,- (drikke kommer i tilegg).
Samarbeid med NFU.

DIVERSE INFO

KULTURHUSET ELVARHEIM

Høstprogrammet for Kulturhuset sendes ut i disse dager.
Her er det kino, konserter og teater, noe for enhver smak – er det noe som frister deg.
Vi kan være behjelpelig med å bestille billetter – ring oss.
Billettene går raskt unna så ikke vent for lenge.

ÅPNINGSTIDER I SVØMMEHALLEN

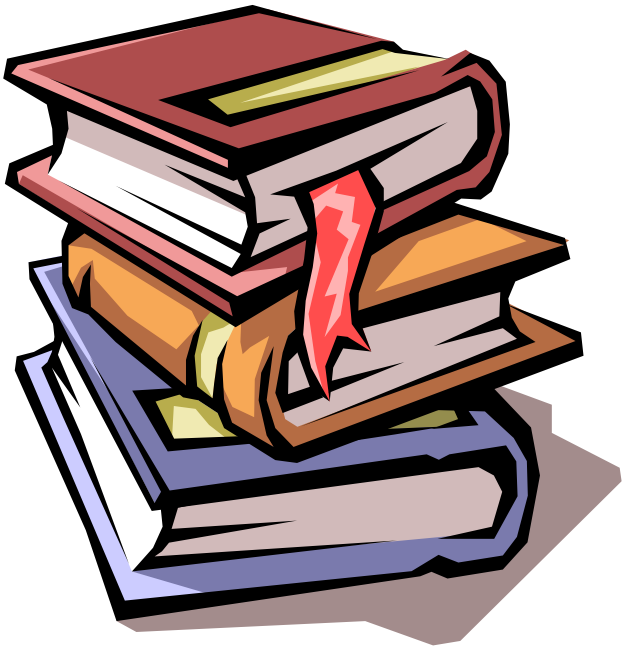
Bad/dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag
Morgenbad:		6.45-8.15		6.45-8.15		
Fellesbad:	16-21		16-21		16-21	12-16
Damer(voksne)		18-21				

I perioden 1/10 - 25/3 søndagsåpent 12-16
Svømmehallen aksepterer ledsagerbevis.

ELVERUM BIBLIOTEK

Åpningstider:
Mandag - torsdag: kl. 10.00 – 19.00.
Fredag: kl.10.00 – 16.00
Lørdag: kl.10.00 – 13.00

Biblioteket holder til i Rådhuset.
I tillegg til utlån av bøker, har de utlån av video, CD og lydbøker. Her kan du også stikke innom å lese aviser, ukeblader og masse andre tidsskrifter. Du kan få tilgang til PC og Internett. Biblioteket kan bringe bøker hjem til lånere som selv ikke er i stand til å besøke biblioteket.
Det er gratis å låne. Alle som låner må ha lånekort som fås ved framvisning av legitimasjon.



SORENSKRIVERKLUBBEN

Sorenskriverklubben er en brukerstyrt klubb.
De har FEST på fredager en gang i måneden med servering, dans og musikk.
STED: TUNET KAFÈ, Gamle Trysilv. 3.
TID: Fredag kl. 18.00 - 21.30.
DATO: 15. aug. – 12.sep. – 10. okt. – 7. nov.
INNGANG: 50,- leds. gratis
KONTAKTPERSON: Geir Hammer tlf. 90 69 42 74/62 41 08 92

UNGDOMSKLUBB PÅ ÅKERSHAGAN I STANGE.
FOR DE MELLOM 13 OG 25 ÅR – torsdag ettermiddag

Her kan du treffe nye og gamle venner fra våre nabokommuner, spille spill, høre på musikk…

Kiosksalg
STED: I aulaen på Åkershagan
TID: Kl. 18.00-20.30
DATO: 9. oktober, 20. november og 18. desember.
Medlemskontingent: Kr 100,-
Inngang for ikke medlemmer: Kr 25,-
Ledsager går gratis
Arr: Kulturkontoret i Hamar og Stange.

KLUBBEN VÅR KLUBB – onsdag ettermiddag
Iskroa i Hamar OL amfi

DATOER: 3. september, 1. oktober, 5. november og 3. desember.

TID: Kl. 18.00 - 20.30
PRIS KR. 30,- LEDSAGER GÅR GRATIS

GAMLE OG NYE GJESTER ER VELKOMMEN!
MED HILSEN STYRET I VÅR KLUBB.

Ønsker du å reise på klubbkvelder på Åkershagan eller Hamar, men ikke har noen å reise sammen med kan du kontakte oss og vi kan se om vi kan hjelpe deg.

AKTIVITETER FOR UTVIKLINGSHEMMEDE

PÅMELDINGSSKJEMA HØST 2008

Bindende påmelding innen 3. september

NAVN:_____PERSONNR.:_____

ADR:_____

TLF:_____

Kontaktperson:_____TLF:_____

Jeg bruker rullestol ☐ Jeg har egen transport☐

Nødvendige medisinske opplysninger for aktivitetene du skal delta på:

_____

_____

Deltagere med store hjelpebehov må ha med egen ledsager, husk å krysse av!

Bindende påmelding

Aktivitet:	X	Egen ledsager
Klubbkafe		
Musikkgruppe		
Friluftslivkurs		
Mat- og bakekurs		
Ungdomsgruppe		
Jentegruppe		
Guttegjengen		
Utegruppe hest / vogn		
Julebord - Forstmann		
Juletallerken-Forstmann		

Forhåndspåmelding

Aktivitet:	X
Langrenn	
Trening i gymsal	

Påmelding sendes:
Elverum Kommune Kulturavdelingen
v/fritidsleder for funksjonshemmede
2418 ELVERUM

VI ØNSKER ALLE EN RIKTIG GOD HØST