



DRAMMEN
KOMMUNE



Skap gode dager

AKTIVITETSOVERSIKT FOR
DRAMMEN HELSEHUS, DAGTILBUDET
HØST 2018

VELKOMMEN TIL HELSEHUSET!

Vi holder til i nyoppussede lokaler på Landfalløya 80, omgitt av det vakre parkanlegget Bacheparken. Det er kort vei til butikk – Kiwi er rett over veien.

Café BACHE

Café BACHE har åpent kl. 10.30–15.30 mandag–fredag.
Lørdag, søndag og helligdager kl. 12.00–14.30.

Café BACHE ligger i 1. etasje på helsehuset, og er en aktivitets- og nærmiljøcafé for hele bydelen. Alle kan leie kaféen til private tilstelninger. Henvend deg i resepsjonen for ytterligere informasjon.

Menyen består av feta- og kyllingsalat, påsmurte rundstykker og baguetter samt varmrätter (lunsj og middag). Kaféen lager også populære kaker og desserter fra bunnen av. Kaffe, te, brus, kioskarer og is-disk. Kaféen har leke-bord til de minste.

Frisør og fotpleier

Alle kan bestille time og betaling skjer direkte til frisøren eller fotpleieren. Avdelingene kan være behjelpelig med å bestille time for beboerne på helsehuset.

Frisør Mona Wehler mandag–torsdag, kl.10.00–15.00
tlf. 900 88 817 / 32 04 72 06

Fotterapeut Tone Andersen: tirsdager fra kl.10.00 tlf. 907 99 652

Delta som frivillig i ditt nærmiljø

Helsehuset har en flott gjeng med frivillige som bidrar til å skape gode dager. Det er alltid plass til flere.

Har du lyst å være med?

Ta kontakt med frivillighetskontakt Kari Susanne Fjeldstad på tlf. 468 63 590 eller mail: kari.susanne.fjeldstad@drmk.no eller henvend deg i resepsjonen på helsehuset.

DAGTILBUDET PÅ STORTUA I 1. ETASJE

Dagtilbudet er et aktivitetstilbud og en sosial møteplass på Drammen helsehus. Vi har åpent mandag–fredag fra kl. 10.00–14.00.

Dagtilbudet har et ukentlig program med kunst og håndverk, matlagingsverksted, trening, bingo, brettspill, konserter/forestillinger, formiddagskino, generasjonstreff med barnehage og skoler med mer.

Dagtilbudet arrangerer månedlige hyggetreff med underholdning på kvelden og organiserer fester og markeringer i forbindelse med høytider.

På dagtilbudet får du fersk kaffe, dagens avis og du kan låne iPad. Her kan du også i sommerhalvåret bestille tur med vår el-sykkel og få en omvisning i nabolaget. Hver dag skjer det litt forskjellig på dagtilbudet; nedenfor vår ukeplan. For oppdatert månedsplan kontakt oss på tlf. 468 63 590 eller resepsjonen på tlf. 32 04 72 00.

Programmet annonseres også på facebook-sidene våre:
www.facebook.com/Drammen-helsehus-korttidsinstitusjon-i-Drammen-kommune

Mandag

Kunst/håndverk og brett/kort-spill

Tirsdag

Bingo og formiddagskino annenhver uke

Onsdag

Sangandakt kl. 11.00 med Åssiden menighet to ganger i måneden (ulik uke)

Generasjonstreff med Bacheparken barnehage siste onsdag i måneden (lik uke)

Torsdag

Sittetrening og poesi fra kl. 11.00

Fredag

Dagtilbudet med aktivitetskurv på avdelingene fra kl. 10.00–14.00

Pianokonsert med Brad Larson en fredag i måneden.

Se konsertprogram i brosjyren



FASTE AKTIVITETER PÅ HELSEHUSET

Elveparken gågruppe torsdag kl. 10.30

Felles oppstart hver gang kl. 10.30 på parkeringen ved Kiwi XXL Åssiden. Møt opp og bli med! Gågruppen tar frivillig-lunsj underveis på turen i Café BACHE på Drammen helsehus. Har du spørsmål om gågruppen ta kontakt med Drammen frivilligsentral på tlf. 32 26 70 50 eller på mail drammen.frivilligsentral@drmk.no

Bridgegruppe – onsdag kl. 10.00–13.30 i Café BACHE

Åpent for alle. Møt opp i kaféen og bli med!

Canastagruppe – onsdag kl. 10.00 i Café BACHE

Åpent for alle. Møt opp i kaféen og bli med!

Bridgegruppe – fredag kl. 10.00 i Café BACHE.

Et par fredager i måneden arrangeres også bridge på fredager. Møte opp på kortspill-gruppene på onsdagene og få mer informasjon.

Sangandakt med Åssiden menighet

Annenhver onsdag (ulik uke) kl. 11.00 holder diakon Tjøstolf Andreas Vittersø og pianist Vigdis Rojahn sangandakt på dagtilbudet. Nystekte vafler og kaffe. Sangandakt blir på disse onsdagene: 01.08, 15.08, 29.08, 12.09, 26.09, 24.10, 07.11, 21.11, 05.12, 19.12.

ANDRE AKTIVITETER PÅ DRAMMEN HELSEHUS

Datakurs

Ipad/smarttelefon/facebook kurs for seniorer arrangerer vi jevnlig på helsehuset. Si ifra hva du vil jobbe med, om du er nybegynner eller øvet og om du vil låne Ipad. Påmelding i resepsjonen på Drammen helsehus, tlf. 32 04 72 00. De som setter seg på liste vil bli oppringt når kursdatoer er satt.

Månedens kunstner

Vi har rullerende utstillinger på Veslestua(ved siden av resepsjonen) og medfølgende foredrag/kunstkurs på dagtilbudet. Hver kunstner stiller ut i tre måneder.

Generasjonsmøter med Bacheparken barnehage

Siste onsdagen i måneden(lik uke) besøker barnehagen helsehuset med kunst-og håndverks-aktiviteter, leker, sang og dans i parken dersom været tillater det.

KONSERTER, FORESTILLINGER OG ARRANGEMENTER

AUGUST

Onsdag 22.august kl. 17.30:

Tai Chi og Qi-gong-demonstrasjon ved Inger Johanne Vesje m/elever i Bacheparken. Åpen oppvarming for alle.
Hvis regn blir demonstrasjonen i Café BACHE

Fredag 31.august kl. 11.00:

Pianoperler med Brad Larson

SEPTEMBER

Tirsdag 4. september kl. 11.00:

«Ønskekonserten» med D-band i regi av kulturoasen

Onsdag 12. september kl. 18.00:

Hyggestund og konsert med Lier trekkspill-klubb, kaffe og kake, lotteri med fine premier

Fredag 28. september kl. 11.00:

Pianoperler med Brad Larson

OKTOBER

Onsdag 10. oktober kl. 11.00:

«Sanger fra veien» m/Spellemann Joar Balstad, KulturOasen

Fredag 12. oktober kl. 11.00:

Pianoperler med Brad Larson

Onsdag 17. oktober kl. 18.00:

Hyggestund og konsert med Lier trekkspillklubb, kaffe og kake, lotteri med fine premier

Fredag 26. oktober kl. 11.00:

Pianoperler med Brad Larson

NOVEMBER

Fredag 9. november kl. 11.00:

«Vidar Sandbeck 100 år» m/Leif Blix og Lars Nygaard (Den gode melodi), KulturOasen

Onsdag 14. november kl. 18.00:

Hyggestund og konsert med Lier trekkspill-klubb, kaffe og kake, lotteri med fine premier

Fredag 16. november kl. 11.00:

Pianoperler med Brad Larson

DESEMBER

Tirsdag 4. desember kl. 11.00:

«Med jul i alle hjerter» m/Jan Kristian Hverven og Geir Langslet, KulturOasen

Torsdag 6. desember kl. 11.00

Vi lager Julesylte på «gamlemåten» med Siobhan Brazill. Smaksprøver. Åpent for alle.

Onsdag 12. desember kl. 18.00:

Hyggestund og konsert med Lier trekkspill-klubb, kaffe og kake, lotteri med fine premier

Mandag 24. desember kl. 11.00:

Julegudstjeneste v/Åssiden menighet i Café BACHE

AKTIVITETER I DRAMMEN SENTRUM

Eldrerådet i Drammen kommune

Eldrerådet er talerøret til pensjonister i Drammen og politisk valgt for fire år om gangen. De har tale- og forslagsrett i bystyre og bystyrekomiteene. Det er åpne møter, torsdager på Rådhuset kl. 17.00.

Datoer for møter høsten 2018 er:

6. september, 11. oktober, 1. november, og 29. november.

Kontaktinfo: leder Toril Naper Hauge, tlf. 928 15 598

Mail: tnhaug@gmail.com

«Lyst på livet»

Lyst på livet er et helsefremmende kurskonsept rettet mot seniorer i Drammen. Deltakerne jobber sammen i grupper og inspireres til å reflektere over egne vaner og mønstre i hverdagen, samt prøve ut endringer i eget liv og vurdere resultatene av disse endringene. Samlingene finner sted på Drammensbiblioteket. Neste kursrunde starter høsten 2018.

Påmelding via Forebyggende helseteam for eldre ved Jorunn Haneset på mobil: 977 76 236, eller via Lærings- og mestringssenteret på telefon: 32 04 66 47 eller mail: lms@drmk.no

Villa Fredrikke

Villa Fredrikke aktivitetshus holder til i Amtmand Bangs gt. 1 ved parken i sentrum. Huset har et lavterskeltilbud til personer med demens i tidlig til moderat fase og for deres familie og nære venner. Gjennom kultur, bevegelse og mat skapes gode øyeblikk for den enkelte i sosialt fellesskap med andre i samme situasjon. Ta kontakt på tlf. 32 82 40 34/409 03 732

Byvandring med Drammen Guideforening

Byvandring onsdagene 29.08 og 05.09 kl. 18.00 fra Bragernes torg. Turen går til Bergstien – Rakkerhuken – Schwenkeolla – Erik Børresens allé - Brannposten. Varighet ca. 2 timer.

Byvandringene koster kr 100 per person.

Drammensguidene tar gjerne mot bestillinger på byvandringar/ bussturer, og også diverse kåserier/foredrag.

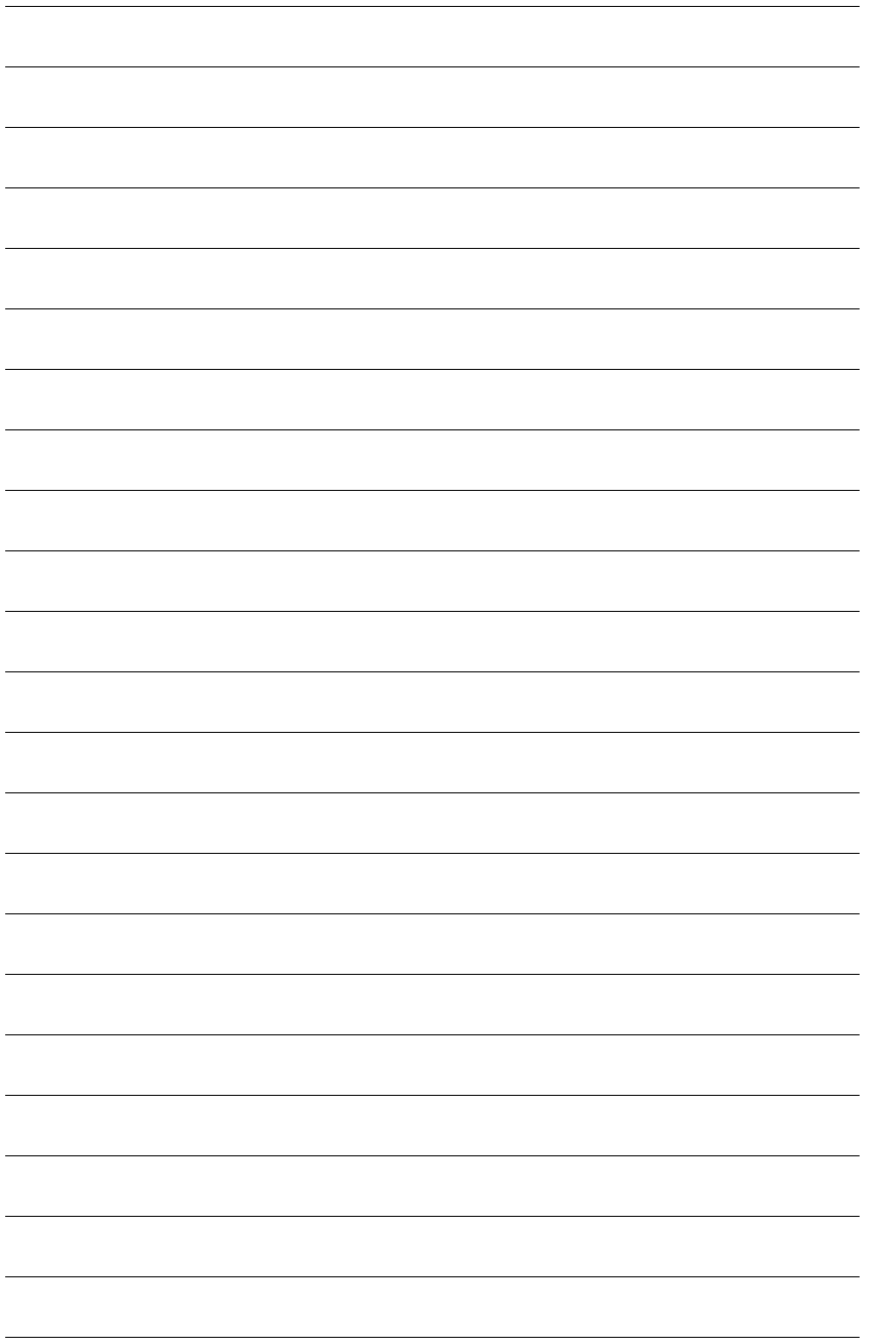
Drammensbiblioteket

Ved Biblioteket på Grønland er det denne høsten flere spennende ting på programmet. De kan by på «Mandagstreffen» kl. 18.00, én gang i måned. Her deler de kunnskap, gode historier og inspirasjon med hverandre.

I tillegg har de på tirsdager kl. 18.00 «Strikk og Lytt». Der velger formidlere ut sine godbiter og leser høyt. Godt for sjela, og godt for strikketøyet.

I tillegg kan du ikke bare låne bøker, men nå kan du også låne ekte slektsforskere! Den første tirsdagen i måneden kl. 18.00 kan du få en hel eksklusiv time alene med en slektsforsker som vil hjelpe deg i jakten på dine forfedre. De kan hjelpe deg med å velge det rette slektsdataprogrammet for din PC/MAC. Hvis du står fast i prosessen, kan dette også være en fin mulighet til å løse floken. Ta med egen PC hvis du trenger det.

For mer informasjon se på www.dbib.no eller se i magasinet som man får på biblioteket.





Frivilligkontakt:

Kari Susanne Fjeldstad tlf.: 468 63 590

mail: kari.susanne.fjeldstad@drammen.kommune.no

Ta kontakt om du har spørsmål til programmet eller ønsker å delta som frivillig her på Drammen helsehus. Som frivillig kan du være med å gjøre hverdagen bedre for andre mennesker, være en viktig ressurs og et medmenneske. Du vil også få oppfølging og invitasjon til felles treff og kurs for frivillige. Her på helsehuset ønsker vi oss for eksempel flere turvenner, sykkelpiloter, kulturverter, syngende og gitarspillende, vaffel-stekere, levende lydbøker og frivillige med grønne fingre. Vi er åpne for idéer. Velkommen skal du være!



Skap gode dager

DRAMMEN HELSEHUS

Landfalløya 80

3023 Drammen

Facebook side: www.facebook.com/Drammen-helsehus-korttidsinstitusjon-i-Drammen-kommune

Telefon resepsjon: tlf: 32047200