

Treffpunktet

Om Treffpunktet

Treffpunktet er et lavterskeltilbud innen psykisk helse – et treffsted og aktivitetstilbud for deg som trenger å være sammen med andre et sted der du føler deg trygg.

Målsettingen med tilbudet er:

- Gi hverdagen mening
- Komme seg ut av isolasjon og ensomhet, og forhindre tilbaketrekning
- Skape sosiale nettverk
- Føle tilhørighet
- Skape et godt og trygt miljø med fokus på brukermedvirkning
- Få deg til å føle deg verdsatt og betydningsfull i fellesskapet

Hvem passer tilbudet for?

Dagtilbudet er et tilbud for de som har eller har hatt psykiske utfordringer, og som av den grunn ikke deltar i arbeidslivet og skolegang. Det passer for deg som har problemer med å komme i aktivitet og gjenoppta det sosiale nettverket.

Aktiviteter

Eksempler på aktiviteter:

- Hobbyaktiviteter
- Spill – inne og ute
- Fysisk aktivitet, trening og friluftsliv
- Sosialt samvær
- Kafébesøk
- Muligheter for å dyrke egne interesser/hobbyer, og eller finne tilbake til tidligere interesser
- Råd og veiledning

På Treffpunktet har vi månedsplaner, slik at du skal ha oversikt over planlagte aktiviteter.

Du er også velkommen til å benytte deg av aktivitetene på Møteplassen Elverum. Vi har et godt samarbeid med Elverum kommune om forskjellige aktiviteter, som du vil finne på månedsplanene.

Hvordan tar jeg kontakt?

- Du trenger ingen formell henvisning
- Ring oss gjerne først så vi kan ta mot deg på beste måte
- Vi tar gjerne et lite møte med deg på forhånd, slik at du får informasjon og svar på spørsmålene dine.

Hvor finner du oss?

Treffpunktet:

Treffpunktet er åpent mandag, onsdag, torsdag og fredag kl. 10:00-14:00.

Treffpunktet holder til på «Oleanna» - brakkebygget som ligger mellom kommunehuset Folkvang og svømmehallen.

Epost: moteplassen.treffpunktet@gmail.com

Telefon: 942 02 575

Møteplassen Elverum:

Møteplassen har åpent mandag – fredag kl. 10:00-15:00.

Adresse: Lærerskolealléen 1, (inngang mot ungdomsskolen), 2408 Elverum.

Epost: post@moteplassen.elverum.no

Telefon: 911 84 893

Nettside: www.moteplassen.elverum.no

Følg [Møteplassen Elverum](#) på Facebook

Treffpunktet er et av mange tilbud som administreres av Møteplassen Elverum.
