



TILRETTELAGTE TILBUD TIL MENNESKER MED PSYKISKE HELSEPLAGER OG RUSVANSKER I BERGEN.

OVERSIKT OVER KURSARRANGØRER, AKTIVITETER, TREFFSTEDER AKTIVITETSHUS, M.M.

Kunst, kultur og psykisk helse har fått mange henvendelser med spørsmål om hva som finnes av tilrettelagte aktivitetstilbud for målgruppen *mennesker med psykiske helseplager og rusvansker* i Bergen.

Vi har derfor laget en oversikt over tilbud vi kjenner til, les mer om de på de følgende sidene.

Savner du noe?

Da setter vi pris på om du oppdaterer oss, og sender oss en e-post med kontaktinfo og eventuell hjemmeside [her](#). Vi er avhengig av *din* hjelp for å få en så komplett oversikt som mulig.

Vær obs på at aktiviteter og kurstilbud som regel krever påmelding og at tilbudet varierer fra semester til semester, det er derfor viktig å sjekke de enkeltes *nettsider* for oppdatering av tilbud som finnes. Vær oppmerksom på at *noen* av stedene krever forhåndsavtale, medlemskap eller at du søker om plass.

Vi gjør også oppmerksom på Bergen kommunes *ordinære* kulturtilbud i regi av kulturkontorene i Arna/Åsane, Bergenhus/Årstad, Fana/Ytrebygda, Laksevåg/Fyllingsdalen m.m.

Klikk [her](#) for å lese mer om ordinære kunst- og kulturtilbud.

Bergen kommune har også en oversikt som heter «Finn din fritidsaktivitet!» ved å klikke [her](#) kan du finne kontaktinformasjon til alt fra buekorps til kor, musikk og sosiale møteplasser.

Klikk på pluss-tegnet på høyre side for kontaktinfo om de ulike tilbudene.

Vær oppmerksom på at du på venstre side også kan *søke* på *bydel* og *aldersgrupper*.

INNHOLDSFORTEGNELSE

Bergen kommune

Strax-huset (MO-senter Laksevåg).....	3
Mo –Wergeland.....	4
Mo –Nesttun.....	4
Fritid med bistand.....	5
Arna aktiv.....	5
Veien videre.....	6
Tidlig ute.....	6
ALF.....	7
- Megafon.....	8

Kirkens bymisjon

Hallvardstuen.....	9
Møtestedet.....	9
Oppsøkende team.....	10
Omsorgsbase for kvinner.....	11

Røde kors

Bergen Røde kors døråpner.....	11
--------------------------------	----

Blå kors

Blå kors Bergen dagsenteret.....	12
Kafé Lazarus.....	13

Andre stiftelser, lag og organisasjoner

IOGT – Sammen senteret.....	13
Slumstasjonen Frelsesarmeen.....	14
Trappen Motiveringssenter.....	14
Wayback.....	15
Kalfarhuset.....	15
Albatrossen ettervernsenter.....	16
Anonyme narkomane.....	17
Idrett Bergen Sør – Utrustet.....	17

BERGEN KOMMUNE

	STRAX-HUSET (MO-SENTER LAKSEVÅG)
Om	<p>Strax-huset skal bidra til at rusmiddelavhengige over 18 år får bedring av livssituasjonen. Gjennom sosiale tjenester og helsetjenester arbeider Strax-huset for å redusere fysiske, psykiske og sosiale problemer som følge av rusbruken. Strax-huset har 4 avdelinger, ca 82 ansatte, på totalt 57 årsverk.</p> <p>Tjenestene til Strax-huset skal være lett tilgjengelige, ha lav terskel for kontakt, være fleksible, ha fokus på muligheter og ta utgangspunkt i brukernes opplevelse av behov for hjelp.</p>
Aktiviteter	<p>Dagavdeling Dagavdelingen drifter dagsenter 7 dager i uken og ettermiddagstreff 5 ettermiddager i uken. Dagsenteret tilbyr massasje og healing. I tillegg til å drifte dagsenter og ettermiddagstreff, tilbyr personalet på Dagavdelingen sosialfaglig råd og veiledning og helsefaglig oppfølging. Det kan være samtaler, følge til avtale med samarbeidsparter osv. Videre er Dagavdelingen i Nygårdsparken hver onsdag for å blant annet å informere om tjenestene til Strax-huset.</p> <p>Natthjem Natthjemmet har åpent 7 netter i uken med 6 sengeplasser. I tillegg er det en reservert plass til overdosert person etter vurdering av AMK/ Bergen Legevakt.</p> <p>LAR-avdeling Legemiddelassistert rehabilitering (LAR) med 7 bydelsvise LAR sentra og har nå over 600 brukere. LAR-sentrene finnes følgende steder:</p> <ul style="list-style-type: none">• Fyllingsdalen, Spelhaugen 18.• Laksevåg – Håsteinsgate.• Bergenhus – Håkonsgaten 1 på Engen.• Åsane – kommunehuset i Eidsvåg.• Arna – rundkjøringen, Ådnavegen 1 (like ved Øyrane torg)• Fana – Kommunehuset på Nesttun• Årstad – Strax-huset, Damsgårdsvegen 106.
Åpningstider	<p>Dagavdeling: Mandag - søndag kl.9.30 - 13.30 og ettermiddag mandag-fredag kl. 15.00 - 19.30</p> <p>Natthjem: Åpent mandag til søndag kl. 21-08</p>
Adresse	<p>Damsgårdsveien 106 5058 BERGEN</p>
Epost	<p>Strax-huset@bergen.kommune.no</p>
Telefon	<p>53033590</p>

Hjemmeside	https://www.bergen.kommune.no/omkommunen/avdelinger/strax-huset/9548/article-96461
-------------------	---

	<u>MO –WERGELAND</u>
Om	<p>Dette senteret har oppmerksomhet på rehabilitering og de brukerne som ønsker endring.</p> <p>MO-Wergeland skal først og fremst være et sosialt tilbud for rusavhengige og et motivasjonssenter.</p>
Aktiviteter	<p>På senteret vil brukerne møte et rikt aktivitetstilbud som hele tiden tilpasses brukernes ønsker og behov. Faste aktiviteter kan være klatring, tur i skog og mark, yoga, musikk og svømming.</p> <p>I tillegg har senteret sosialt fellesskap og måltider.</p> <p>Helserommet på MO-senteret gir gratis sykepleiertjenester.</p>
Åpningstider	Mandag – fredag kl.09-14
Adresse	Storetveitveien 5, 5067 Bergen
Epost	MOsenteret.wergeland@bergen.kommune.no
Telefon	53035670/ 40910705
Hjemmeside	https://www.bergen.kommune.no/omkommunen/avdelinger/mo-senteret-wergeland/10211

	<u>MO –NESTUN</u>
Om	Mottaks og oppfølgingscenteret på Nesttun tilbyr et sosialt fellesskap, aktiviteter og helsetjenester til rusavhengige.
Aktiviteter	<p>Aktivitet og kreativitet står i fokus, bidrar til å muliggjøre brukerens ønsker.</p> <p>Sosialt fellesskap rundt et måltid.</p> <p>Helserom med gratis sykepleiertjenester</p>
Åpningstider	Mandag – fredag kl.09-18
Adresse	Wollert Konows plass 4
Epost	postmottak.avd.forpsykiskhelseFana@bergen.kommune.no
Telefon	5556 1100 / 4091 1670
Hjemmeside	https://www.bergen.kommune.no/aktuelt/tema/tiltak-mot-

	rus/10632/article-117515
--	---

	<u>FRITID MED BISTAND</u>
Om	Fritid med Bistand (FmB) er et tiltak som arbeider med å hjelpe deltagerne med å finne en egnet aktivitet og meningsfylt fritid. For å komme inn i tiltaket Fritid med Bistand, må en ha et vedtak fra NAV.
Aktiviteter	Bytter aktiviteter hver måned – alt fra kino, baking, maling, klatring, bowling, besøk på museum og mye mer. Det er deltagerens egne ønsker og drømmer som er utgangspunktet for FmB. Medbestemmelse, individuell tilpasning og det å finne en stabil aktivitet som foregår i et sosialt miljø er viktig.
Åpningstider	
Adresse	
Epost	Miriam, Team-koordinator Fritid med Bistand, 92400406 Mia, fritidskoordinator, 40905517 Anja, fritidskoordinator, 94524605
Telefon	92400406 / 94525605 / 40905517
Hjemmeside	https://www.bergen.kommune.no/aktuelt/tema/tiltak-mot-rus/10633/article-127796

	<u>ARNA AKTIV</u>
Om	Arna Aktiv er et byomfattende tiltak for rusmiddelavhengige hvor deltakerne skal få økt livskvalitet og bedring av mestrings- og funksjonsnivå gjennom deltakelse i fysisk arbeid og treningsterapi.
Aktiviteter	Frokost, fjellturer og arbeidsaktivitet. Avhengig av interesse fra deltakerne kan det også tilbys for eksempel sykling, trening på Arna Treningscenter, jogging på løpebane og klatring.
Åpningstider	Mandag – fredag kl.08.30-13
Adresse	Ådnavegen 1, 5260 Indre Arna
Epost	jan.trandal@bergen.kommune.no
Telefon	55562761,
Hjemmeside	https://www.bergen.kommune.no/aktuelt/tema/tiltak-mot-rus/10633/article-127796

	rus/10633/article-129951
--	---

	<u>VEIEN VIDERE</u>
Om	"Veien Videre" er et samarbeidsprosjekt mellom Bergen kommune og Helse Bergen ved Avdeling for Rusmedisin. Prosjektteamet består av to sosionomer og to psykologer som skal gi bistand i første fase etter utskriving fra rusbehandlingsinstitusjon. Prosjektet tilbyr ikke oppfølging over lengre tid, men kan bistå med å koble på andre oppfølgingstjenester ved behov. I første omgang vil prosjektet følge opp pasienter ved Seksjon Askøy, Avdeling for rusmedisin.
Aktiviteter	Hjelpen tilpasses individuelle behov og kan f.eks. bestå av: <ul style="list-style-type: none"> • Kartlegge hvordan overgangen fra institusjon til hverdag kan bli enklere. • Gi informasjon om ulike ettervernstiltak. • Være støttespiller i oppstartsfasen av nye aktiviteter, f.eks. arbeidstiltak og fritidsaktiviteter. • Samarbeide med andre instanser for iverksetting av aktuelle tiltak og tjenester. • Samtale og støtte i første fase etter behandling.
Åpningstider	Kontortid hverdager fra kl.08:00 til 21:30 Kontortid helger fra kl.08:00 til 20:00.
Adresse	Gyldenprisveien 13, 5056 Bergen Teamet vil være fleksible og kan treffe deltakerne på deres hjemmebane.
Epost	veien.videre@bergen.kommune.no
Telefon	Telefon: 55 56 90 36 Mobil: 40 91 58 41 / 40 91 58 42
Hjemmeside	https://www.bergen.kommune.no/aktuelt/tema/tiltak-mot-rus/10633/article-113296

	<u>TIDLIG UTE</u>
Om	Tidlig Ute er et rus- og kriminalitetsforebyggende tiltak i samarbeid med Hordaland politidistrikt, Bergen kommune og Helse Bergen. Tidlig ute er etablert for Ungdom fra 15 til 25 år som blir pågrepet av politiet for narkotikarelatert kriminalitet Deltakerne får tilbud om et alternativ til en vanlig straffereaksjon, gjennom

	individuelt tilpasset oppfølging. Etter kartlegging får hver deltaker en egen kontaktperson, og en oppfølgingsplan utarbeides i samråd med deltaker.
Aktiviteter	I Tidlig Ute kan deltakere blant annet få: <ul style="list-style-type: none"> • Veiledning til å slutte med rusmidler • Veiledning i forbindelse med skole, praksis og arbeid • Bistand i kontakt med øvrig hjelpeapparat, eksempelvis NAV, barneverntjeneste, fastlege, Oppfølgingstjenesten (OT) og Pedagogisk-psykologisk tjeneste (PPT) • Samtale hos psykolog eller familieterapeut ved Helse Bergen, og vurdering av behov for videre behandling • Bistand i oppstart av annen aktuell behandling
Åpningstider	
Adresse	Strømgaten 10, 5008 Bergen
Epost	utekontakten@bergen.kommune.no Stine Haugsdal / tiltakskoordinator Tidlig Ute: stine.haugsdal@bergen.kommune.no
Telefon	55568659 / 94507897
Hjemmeside	https://www.bergen.kommune.no/tjenestetilbud/rettslige-sporsmal/rettsvesen/rettssak/alternativ-til-strauff-for-unge-som-bliir-pagrepert-for-narkotikarelatert-kriminalitet-tidlig-ute

	ALF
Om	ALF, Senter for arbeidslivsforberedelse, arbeider med rehabilitering av mennesker med psykiske lidelser og sosialt eller rusrelaterte problemer. ALF as er eiet av Bergen kommune, og har et styre som utpekes av Byrådet, og velges av generalforsamlingen. ALF driver tiltaket Dagsverket, som kan tilby en arena som gir den enkelte deltager mulighet til å realisere seg som arbeidstaker og prøve ut sin arbeidskapasitet. Det tilrettelegges for et arbeidstilbud med høy grad av fleksibilitet, med mulighet for å kunne utføre arbeid «her og nå», uten langsiktige forpliktelser. Deltakere må ikke være rusfri, men det forutsettes at rustilstanden ikke er til sjenanse for andre.
Aktiviteter	Arbeid mot timelønn og en trygg og trivelig arbeidsplass. Arbeidsoppgavene varierer fra innarbeid i eget vaskeri, hvor det er

	oppdrag med vask av arbeidstøy, mopper for renholdsfirmaer mv. Dagsverket har også to utegrupper som har oppdrag for borettslag, Bergen kommune og private kunder med ulikt forefallende arbeid.
Åpningstider	Mandag-fredag kl.09-13. Arbeid tilbys etter «førstemann til mølla» prinsippet.
Adresse	Klaus Hanssens vei 22 5053 Bergen
Epost	alf@alf.no
Telefon	55 54 11 50
Hjemmeside	http://www.alf.no/

	MEGAFON
Om	Megafon er et gatemagasin som selges av vanskeligstilte mennesker. Selgerne kjøper bladet for kr. 50,- og selger det videre for kr. 100,-. Mellomlegget beholder selgeren som lønn. Megafon ønsker på denne måten å gi medmennesker en mulighet til å skaffe seg en inntekt på en verdig måte. En måte som bidrar til å øke selvbildet, og som gjør at de kan føle seg som en del av noe større. Ved å kjøpe dette magasinet støtter du dette arbeidet.
Aktiviteter	Megafon er et arbeidstreningstilbud for sosialt og økonomisk vanskeligstilte mennesker over 18 år. Megafon er et lavterskeltilbud, det vil si at det er ment for dem som ikke har mulighet til å skaffe seg annen type inntekt. For å avgjøre om man kvalifiserer til å selge Megafon, må man komme innom et av våre utsalgslokaler for en prat
Åpningstider	
Adresse	Sverresgate 3, 5010 Bergen ELLER Klaus Hanssens vei 22, 5053 Bergen
Epost	redaksjonen@megafon.no , utsalg@megafon.no , bergen@megafon.no
Telefon	92 83 24 45
Hjemmeside	www.megafon.no

KIRKENS BYMISJON

	HALLVARDSSTUEN
Om	<p>Hallvardstuen er drevet av Kirkens Bymisjon, og er et lavterskeltiltak rettet mot rusmiddelavhengige. De fokuserer på muligheter og ressurser hos den enkelte gjest.</p> <p>Målet er å tilby aktiviteter for rusbrukere som gir gode opplevelser og en følelse av mestring. Her er det anledning til å bruke PC, fax og telefon, få en kaffe og en prat. Personalet på Hallvardstuen er behjelpelig med råd, veiledning og støttesamtaler.</p>
Aktiviteter	<p>Det gis tilbud om tegning, malning og andre kreative uttrykk, og en fast dag i uken med musikktilbud.</p> <p>Hver onsdag arrangeres det aktiviteter i og utenfor byen, slik som kino, bowling og turer, og iblant større aktiviteter som båt- og fisketurer, konserter og teaterbesøk.</p>
Åpningstider	Mandag – fredag kl.10-15
Adresse	Lille Øvregate 19, 5018 Bergen
Epost	post@skbb.no
Telefon	55 31 33 31
Hjemmeside	http://www.bymisjon.no/Virksomheter/Hallvardstuen/

	MØTESTEDET
Om	<p>Møtestedet er et lavterskeltilbud med matsservering for rusavhengige som har behov for en matbit og noen å prate med.</p> <p>Møtestedet praktiserer en aldersgrense på 18 år. Gjestene må respektere husreglene, som blant annet innebærer at kjøp og salg ikke skal foregå i lokalet.</p>
Aktiviteter	Seks ansatte og 30 frivillige sørger for god og næringsrik mat hver dag fra 11 til 15. I tillegg til et varmt måltid serveres det brødmat og kaffe, melk, saft og frukt. Det er også anledning til å få med seg nistepakke.
Åpningstider	Mandag-søndag kl.11-15
Adresse	Hollendergaten 13, 5017 Bergen
Epost	Tiltaksleder: Sofie Overgaard

	Mob: 96 62 37 38 E-post: Sofie.Overgaard@skbb.no
Telefon	55 31 64 00
Hjemmeside	http://www.bymisjon.no/Virksomheter/Motestedet---Bergen/

	OPPSØKENDE TEAM
Om	Bymisjonens oppsøkende team er et gatenært tilbud i Bergen som tilbyr helse- og sosialfaglige tjenester til mennesker med rusrelaterte lidelser. Ansatte i teamet er sosionomer og sykepleiere, og vi arbeider helsefremmende og skadereuserende. Vi har som mål å bidra til bedre helse, å forebygge overdoser, videreformidle kontakt med det eksisterende hjelpeapparatet, og å øke brukernes egenomsorgsevne. Det er ikke nødvendig å bestille time, det trengs ikke henvisning og tilbudet er gratis.
Aktiviteter	Oppsøkende team kan gi oppfølging i utsatte situasjoner, tilby helsehjelp, tilby følge og koordinering i det ordinære hjelpeapparat, veiledning, rådgivning og åpne samtaler og organisering av samarbeidsmøter.
Åpningstider	<p>Teamet arbeider oppsøkende i Vågsbunnen, på midlertidige botilbud og kan også besøke den enkelte hjemme. I helsebilen "Basse" har vi undersøkelsesbenk og utstyr for helsevurderinger, sårstell og lignende.</p> <p>I tillegg er teamet tilgjengelig til faste tider på:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hallvardstuen tirsdager kl. 10.00 – 12.00 • Omsorgsbasen daglig <p>Utover dette kan oppsøkende team treffes på Møtestedet i Hollendergaten 13 eller i Hollendergaten 15.</p>
Adresse	Hollendergaten 15 5017 BERGEN
Epost	Tiltaksleder: Sofie Overgaard Mob: 96 62 37 38 E-post: Sofie.Overgaard@skbb.no
Telefon	48 95 04 81
Hjemmeside	http://www.bymisjon.no/Virksomheter/Motestedet---Bergen/

	OMSORGSBASE FOR KVINNER
Om	<p>Omsorgsbaser for kvinner er et overnattingstilbud i Bergen sentrum for kvinner i rus- og prostitusjonsmiljøet.</p> <p>Dette er et lavterskeltilbud som holder åpent hver natt hele året. Her er det seks sengeplasser og to beredskaps plasser. Omsorgsbasen har også et drop in-tilbud for kvinner som ikke ønsker å overnatte.</p>
Aktiviteter	I tillegg til en seng å sove i, tilbyr Omsorgsbasen måltider og dusj, noen å snakke med, tilgang til vaskemaskin og ulike typer brukerutstyr.
Åpningstider	Hver natt hele året kl.22-09.30
Adresse	Hollendergaten 13, 5017 Bergen
Epost	
Telefon	55 32 97 70
Hjemmeside	http://www.bymisjon.no/Virksomheter/Omsorgsbaser-for-kvinner/

RØDE KORS

	BERGEN RØDE KORS DØRÅPNER
Om	<p>Døråpner er et aktivitetstilbud som retter seg mot mennesker med psykiske lidelser, rusavhengige og innsatte/løslatte fra fengsel.</p> <p>Aktiviteten bidrar til å minske ensomhet og isolasjon og er med på å bygge sosiale nettverk. Tiltaket tilbyr frivillige støttespillere og aktiviteter fast fire ettermiddager i uken. Døråpner sin visjon er å bidra til hjelp til selvhjelp og vise vei til en "vanlig hverdag". Alle aktiviteter er gratis for deltaker.</p> <p>Døråpner er et høytterskeltilbud og det er et absolutt krav at man er 100% rusfri ved deltakelse i aktivitet. Det er frivillig å delta. Deltakeren kan trekke seg fra Røde Kors Døråpner når som helst etter eget ønske.</p> <p>Nye deltakere rådes til å møte opp 30 min før aktiviteten starter.</p>
Aktiviteter	<p>Faste ukentlige aktiviteter:</p> <p>Trening/fysisk aktivitet: To ganger i uken tilbys fysisk aktivitet/trening på Bergen Fitness som ligger i Nyhavn i Ytre Sandviken.</p> <p>Klatring: Klatregruppen i Døråpner er aktiv to ganger i uken. Klatringen foregår enten i Sandviken på Lehmkuhlhallen eller i Fantofthallen. I sommerhalvåret arrangeres gjerne klatring utendørs på</p>

	<p>Helleneset eller Sotra.</p> <p>Sosiale aktiviteter/bruke byen: Onsdag er faste møtetidspunkt for de sosiale aktivitetene. Avhengig av størrelse på gruppen, hva folk ønsker og hva som skjer i byen – planlegges aktivitetene ut i fra dette.</p> <p>Svømming: Det tilbys svømming en gang i uken på Ado Arena.</p> <p>Andre aktiviteter/arrangementer er turgruppe, tur til Galdhøpiggen i juni, 17.mai-arrangement, påskemiddag, julebord og andre høytidssamlinger</p>
Åpningstider	Mandag-torsdag, oppmøte kl.18
Adresse	Røde Kors Huset, Vertlidsallmenningen 9, 5014 Bergen
Epost	elise.theodorsen@redcross.no
Telefon	55 33 01 40
Hjemmeside	http://www.bergenrodekors.no/vis-alle-artikler/2-ukategorisert/54-dorapner

BLÅ KORS

	BLÅ KORS BERGEN DAGSENTERET
Om	<p>Blå Kors er en felleskristen, diakonal organisasjon som fremmer rusfrihet i samfunnet. Blå Kors forener frivillig innsats på rusfeltet med profesjonelt behandlingsarbeid. Ved siden av et forebyggende og holdningsskapende arbeid driver Blå Kors 52 diakonale virksomheter i 15 fylker.</p> <p>Blå Kors og Hvite Bånds Dagsenter har vært i aksjon siden 1992 som et lavterskeltilbud. Her kommer opptil 100 mennesker innom for frokost og middag og et Guds ord to ganger i uken. Det er ca 25 frivillige med.</p>
Aktiviteter	Serverer frokost og middag to ganger i uken.
Åpningstider	Tirsdager og torsdager kl.10-14
Adresse	Magnus Barfotsgate 3, 5015 Bergen
Epost	tore.vindenes@blakors.no
Telefon	55 90 73 30
Hjemmeside	www.bergenblakors.no

	<u>KAFÉ LAZARUS</u>
Om	Kafe Lazarus er et tilbud til rusmisbrukere i Bergen. Kafeen drives av kristne fra byens menigheter.
Aktiviteter	Kafé.
Åpningstider	Hver 2. og 4. fredagskveld i måneden kl.19-21.30
Adresse	Magnus Barfotsgate 3, 5015 Bergen
Epost	kafelazarus@online.no
Telefon	900 22 326
Hjemmeside	https://www.facebook.com/Kafe-Lazarus-157360601024541/?fref=ts

IOGT

	SAMMEN SENTERET
Om	Prosjektet «Sammen» ble startet av IOGT i 2002. Sammen med andre organisasjoner driver IOGT lokale dag og aktivitetssentra for medmennesker med store rusproblemer. Sentrene er åpne for alle. Man behøver ikke å være nøktern for å komme innom.
Aktiviteter	Dag-og aktivitetssenter for rusmiddelavhengige. Her kan man komme innom for en matbit og en prat.
Åpningstider	Mandag, onsdag og fredag kl.10-14
Adresse	Håsteinsgaten 17
Epost	sonbergen@iogt.no
Telefon	417 78 786 / 40 42 98 99
Hjemmeside	http://www.sammenomnoden.no/

	SLUMSTASJONEN FRELSESARMEEN
Om	Slumstasjonen i Bergen har som målsetting å vise omsorg for hele mennesket. De hjelper med mat, klær og andre ting, men også med samtaler, råd og veiledning. Frelsesarmeens slumstasjon gir hjelp til alle som har et hjelpebehov uten forbehold eller diskriminering.
Aktiviteter	På slumstasjonen i Bergen kan man få med matposer, klær, toalettsaker, leker og andre ting. Slumstasjonen kan også tilby samtaler, forbønn, hjelp til regninger i spesielle tilfeller og rekvisisjoner til Fretex.
Åpningstider	Tirsdag – fredag kl.10-14
Adresse	Hans Haugesgate 1, 5033 Bergen
Epost	slumbergen@frelsesarmeen.no
Telefon	55 62 75 10
Hjemmeside	http://www.frelsesarmeen.no/no/vart_arbeid/trenger_du_hjelp+/hoyre_kolonne/vare_tilbud/slumstasjon_bergen/

	TRAPPEN MOTIVERINGSSENTER
Om	Trappen Motiveringssenter er et tilbud for tidligere rusavhengige og rusavhengige i en rehabiliteringsfase som ønsker å gjøre noe med livet sitt. Trappen gir hjelp til praktiske formål som skole og arbeidstrening. De kan også være behjelpelige med å finne relevante kurs for elevene, dataopplæring, trening av sosiale ferdigheter og motiveringssamtaler. De driver også med tilrettelegging og oppfølging av fritidsaktiviteter og yrkesrettet aktivitet. Trappen kan tilby ulik form for arbeidstrening som f. eks rehabilitering av hus, arbeid i maritimt miljø og diverse arbeidsoppgaver fra oppdragsgivere Trappen har et samarbeid med.
Aktiviteter	Trappen har mange varierte treningstilbud og legger opp aktiviteter etter hver enkelt elev sine ønsker og interesser. De har blant annet avtale med Elixia treningssenter på Laksevåg og Bergen styrkeløftklubb i Fyllingsdalen. Trappen har også fått en fiskeskøyte som blir en del av aktivitetene. Utover dette er det muligheter for aktiviteter som svømming i ADO Arena, slalåm, turer, padling i kano, klatring, dykking.

	Det arrangeres fotballturnering i helger i samarbeid med andre, helgeturer som for eksempel hyttetur til Kvamskogen, telttur i fjellet og rafteturer til Voss.
Åpningstider	Mandag – fredag kl.09-15
Adresse	Strandgt. 197, 5004 Bergen
Epost	trappen@trappenmotivering.no
Telefon	55 90 20 92 / 95232339
Hjemmeside	http://www.trappenmotivering.no/

	WAYBACK
Om	Stiftelsen Wayback er en uavhengig stiftelse, som arbeider for at straffedømte kan leve et liv uten kriminalitet og rusmisbruk. Innsatsen er rettet mot løslatelsesfasen og tiden etter løslatelse. Målet er at tidligere straffedømte integreres i samfunn og arbeidsliv, og dermed klarer å bli aktive og ansvarsfulle samfunnsborgere.
Aktiviteter	Felles middag for medlemmer hver tirsdag med oppstart klokken 17.00 Ellers sosiale aktiviteter som turer på Fløyen og Ulriken, fiske på land/båt, hyttetur, og familiedager på f.eks. Vannkanten. Jussgruppen WayBack bistår med juridisk rådgivning.
Åpningstider	Alle dager kl.09-23
Adresse	Sigurdsgate 8, 5015 Bergen
Epost	roger@wayback.no
Telefon	919 12 317
Hjemmeside	http://wayback.no/

	KALFARHUSET
Om	Kalfarhuset oppfølgingssenter i Bergen er et oppfølgingstilbud for mennesker som ønsker å arbeide med endring for å oppnå et liv uten

	<p>rusavhengighet og kriminalitet. Det tilbys oppfølging primært til mennesker som soner eller har sonet fengselsstraff, eller har gjennomført rusbehandling i institusjon. Pårørende er også en viktig målgruppe for arbeidet. Av hensyn til alle på Kalfarhuset legges det vekt på et miljø uten rusadferd.</p> <p>Virksomheten er en del av Stiftelsen Kirkens Sosialtjeneste som er en ideell, diakonal og landsdekkende stiftelse. Det arbeides aktivt for at virksomhetene skal være preget av høy faglig kvalitet og en tydelig verdiprofil.</p>
Aktiviteter	Kalfarhuset oppfølgingssenter tilbyr fellesskap og sosiale arenaer. Blant tilbudene er kulturelle aktiviteter, aktiviteter for barn, kurs for familier, turer, onsdagsgruppen, søndagssamlinger og koret «Bækkalokket».
Åpningstider	Mandag – fredag kl.09-15
Adresse	Kalfarveien 84 B, 5022 Bergen
Epost	kalfarhuset@s-ks.no
Telefon	55 96 01 55
Hjemmeside	http://kirkenssosialtjeneste.no/vare-virksomheter/kalfarhuset-oppfolgingssenter-2

	<u>ALBATROSSEN ETTERVERNSENTER</u>
Om	<p>Stiftelsen Albatrossen Ettervernssenter er et helhetlig høyterskeltilbud (rusfritt) innen ettervern, for rusmiddelavhengige, i Bergen kommune.</p> <p>Albatrossen Ettervernssenter samarbeider med Bergen kommune og NAV om 3 tilbud; Kommunal plass (Bergen Kommune), og arbeidsmarkedstiltakene APS og AB (NAV Hordaland).</p>
Aktiviteter	Tilbyr kurs, fritidsaktiviteter, en sosial møteplass og arbeidstrening med sikte på tilbakeføring til samfunn og arbeidsliv. Reiser på en rekke turer: dagsturer, utflukter til Rosendal, "Norge i et nøtteskall" (Gudvangen og Flåm), kano og fisketurer. Spesielt populære er vinterturene til Hemsedal / Geilo, og en årlig tur til Hardangerviddene.
Åpningstider	Man-fre 07:30–15:00 Aktiviteter kveld og helger
Adresse	Damsgårdsveien 131, 5160 Laksevåg

Epost	post@albatrossen.no
Telefon	55 20 15 00
Hjemmeside	http://www.albatrossen.no/

	<u>ANONYME NARKOMANE</u>
Om	NA er et fellesskap eller forening av menn og kvinner for hvem rusmidler hadde blitt et hovedproblem. Deltakerne er rusavhengige under tilfriskning som møtes jevnlig for å hjelpe hverandre til å holde seg rusfrie. Dette er et program med total avholdenhet fra alle rusmidler.
Aktiviteter	Det mest sentrale i Anonyme Narkomane er NA-møter. På disse møtene får rusavhengige en mulighet til å dele erfaring, styrke og håp rundt det å leve rusfritt i NAs tilfriskningsprogram.
Åpningstider	NAs kontakttelefon er betjent hverdager fra kl 17:00 til 19:00.
Adresse	Se nettsiden for å finne neste møte i nærheten av deg.
Epost	webmaster@nanorge.org
Telefon	90 52 93 59
Hjemmeside	http://nanorge.org/

	<u>IDRETT BERGEN SØR - UTRUSTET</u>
Om	<p>Idrett Bergen Sør er en forening bestående av idrettslagene Fana, Gneist, Bjarg, Smørås og Kalandseid. Idrett Bergen Sør fokuserer på folkehelse, og driver aktivitetstilbudet <i>Utrustet</i> for mennesker med utfordringer innen rus og/eller psykiatri.</p> <p>Idrett Bergen Sør samarbeider tett med ulike behandlingsinstitusjoner og andre aktuelle arenaer for å gjøre veien tilbake til hverdagen enklere for mennesker med utfordringer innen rus og/eller psykiatri. Målet med Utrustet er å tilrettelegge for at deltakerne kan opprettholde sine gode treningsvaner i hverdagen, samt føle tilhørighet i et sunt, aktivt og</p>

	sosialt miljø.
Aktiviteter	Trening og ulike aktiviteter, særlig klatring.
Åpningstider	
Adresse	Skeieveien 100, 5239 Rådal
Epost	Randi Marie Berntsen, prosjektleder: randi.marie@idrettbergensor.no
Telefon	415 09 059
Hjemmeside	http://www.idrettbergensor.no/utrustet