



# LYSPUNKTET

## - ET AKTIVITETSTILBUD

**HVER TIRSDAG**

**KL. 11-14**

**OPPMØTE I : Gamle NTE bygget**

---

Lyspunktet er et ukentlig aktivitetstilbud hvor målet er å skape et treffpunkt der man ønsker å bidra til mestringsopplevelser gjennom meningsfulle aktiviteter og fellesskap, samt fremme den psykiske og fysiske helsen. Her kan man møte andre i samme situasjon hvor man kan delta i felles sosiale aktiviteter, tilberede felles måltid, være fysisk aktiv eller ha noen å snakke med.

For mer informasjon kan du kontakte Lise Pettersen Olsen.

[lise.pettersen.olsen@frosta.kommune.no](mailto:lise.pettersen.olsen@frosta.kommune.no)

Tlf: 45603689



**FROSTA KOMMUNE**  
Først og fremst