

Tilbud i regi av frivillige organisasjoner i Moss, rus og psykisk helse

Organisasjon og tilbud	Når, hvor og hvem	Arrangør og kontaktinfo
A-larm Snugrupper	Frivillighetens Hus	lavterskelbrosjyre.pdf (a-larm.no) Kontakt: terje@a-larm.no
Angstringen Selvhjelpsgrupper og Angstkafé For deg som sliter psykisk selv, kanskje du er pårørende eller føler deg ensom. Åpent for alle. Selvhjelpsgruppe for eldre på Melløs omsorgsbolig, åpent for alle beboere. Ingen ventetid.	Mandag, tirsdag og onsdag 18-20 på Frivillighetens Hus. Ingen ventetid, men må ta registreringssamtale før oppstart. Angstkafé er en møteplass med info om forskjellige organisasjoner/ brukerhistorier. Møtes siste tirsdag i måneden fra kl. 18-19.00.	moss@angstringen.no Facebook Instagram- angstringenmoss TikTok -angstringenmoss Ta kontakt på tlf. 90068751 for mer informasjon.
Fontenehuset Rygge er et arbeidsorientert klubbhus for mennesker med psykiske helseutfordringer og tidligere rusproblemer.	Mandag til fredag på dagtid. Myraveien 26C, 1529 MOSS. 16 år +	Fontenehuset tlf. 90742900 Fontenehuset Rygge (fontenehuset-rygge.no) post@fontenehuset-rygge.no
Kirkens Bymisjon Morgenyoga fredager kl. 7.30 og onsdager (med suppe) kl. 11.30.	Arena kultursenter Kirkegata 13. Ingen påmelding.	Facebooksidene til Kirkens Bymisjon Moss: (2) Facebook
I jobb , drevet av Kirkens Bymisjon.	Lavterskel jobbtilbud. Dagskontrakter mot Lønnshonorar.	Øivind Isebakke tlf. 93082044
Evangeliesenteret Dette er et tilbud som kun retter seg mot voksne over 18 år som sliter med rus. Formålet til Evangeliesenteret er rehabilitering fra rus.	Kontaktkafeen – måltid og samvær tirsdager og torsdager kl. 11.30-14.30 i Klostergata 29 i Moss. Ingen påmelding.	Kan følge med på FB-sidene til Evangeliesenteret i Moss (7) Evangeliesenteret Kontaktsenter Moss Moss Facebook eller ringe +47 969 08 617
Ett slag av gangen – et samarbeid med Moss og Rygge Golfklubb Sosialt golftilbud for deg som ønsker å kjenne på mestring i fellesskap med andre. Du trenger ingen golfferdigheter.	Evje golfpark. Foreløpig tirsdager kl. 11.00. Dette kan utvides ved mange påmeldte. Om vinteren brukes simulatorer.	Maria Mosserud Rolle: Frivillig Mobil: (+47) 932 10 293 Epost: maria.mosserud67@gmail.com Les mer om konseptet: Hjem - Ett slag av gangen
Tegneonsdag Mental helse	Onsdager kl. 17.30- 19.30 på Bredsandsenteret.	Følg med på Facebook under arrangementer på denne siden: (1)

Organisasjon og tilbud	Når, hvor og hvem	Arrangør og kontaktinfo
Alle i alle aldre som er glad i å tegne. Trenger ikke utstyr eller ferdigheter.		Mental Helse Moss og omegn Moss Facebook
Strikkekafé Moss Røde Kors	Røde-Kors huset, Kallumveien 3, 1524 Moss	Mandager i partallsuker kl.18.00-kl. 20.30. Du kan strikke, prate og få kakke med noe godt til. Alle aldersgrupper. Info blir lagt ut for hver gang her: (2) Moss Røde Kors - Strikkekveld Facebook
Psykt bra sykkelstur i samarbeid med Mental Helse Moss. Unge i alderen 15-29 år, med lette til moderate psykiske helseplager som står utenfor arbeidslivet, utdanning og andre tilbud om aktivitet.	Rekrutteringen starter i august. Oppstart 10. oktober hvert år.	Psyktbrasykkeltur.no Her finner du påmeldingsskjema og kontaktinfo.
Moss Fotball Klubb Gatelaget	Treningene er på tirsdager og torsdager kl. 12-13.30, deretter lunsj. Oppmøte fra 11.30.	Thomas Klaussen, tlf:47401078 Facebook: Moss FKs gatelag (1) Facebook
Varmestua Rene sprøyter og mat For rusavhengige voksne.	Åpent mandag, onsdag og fredag kl. 8-14. Frokost og middag. Helgerødgata 9	Tlf. 90710238 post@varmestuamoss.no
Veien tilbake Retter seg primært mot mennesker som har eller har hatt psykiske helseutfordringer eller rusproblemer. Aktivitetsbasert tilbud.	-Mandager kl. 17 Gå/jogg i Nesparken. - Fredager kl. 11 Gå/jogg på Melløs stadion. -Søndager kl. 11:30 Styrke & kondisjon på Toppform Fitness	https://veien-tilbake.no https://www.facebook.com/veientilbake Alexander Torgersen Sherman alexander@veien-tilbake.no Tlf. 47713762

Ønsker du at ditt frivillige tilbud skal stå på denne oversikten?

Da kan du ta kontakt med frivillighetskoordinator i Moss kommune, Ida Madeleen Moe på ida.madeleen.moe@moss.kommun.no eller 92087822.



Moss
kommune