

FFP Trøndelag Tilbud til pårørende høsten 2017

FFP er en selvstendig organisasjon for pårørende av innsatte. Vår viktigste oppgave er å gi støtte, råd og veiledning og å arbeide for å bedre den enkeltes situasjon.

Hos oss kan du komme for å snakke om tema du er opptatt av eller synes er vanskelig i forbindelse med fengslingen, som for eksempel; møte med fengselet, lovverk, rutiner, økonomi, egen eller innsattes helse, barnas situasjon eller lignende.

FFP Trøndelag har psykolog og rådgivere som tilbyr individuell, par- eller familiesamtaler i eller utenfor fengselet.

Høstens tilbud:

- Ulike aktivitetstilbud
- Treff og temakvelder
- Samtale med rådgiver
- Familiesamtaler i fengsel sammen den innsatte

Det vil bli sendt ut mer informasjon til våre medlemmer og fengslene i forkant av de ulike aktivitetene.

**Alle tilbudene er gratis. Ta gjerne med en venn.
Håper vi hører fra deg!!**

Påmelding til aktivitetene per telefon, sms eller e-post.

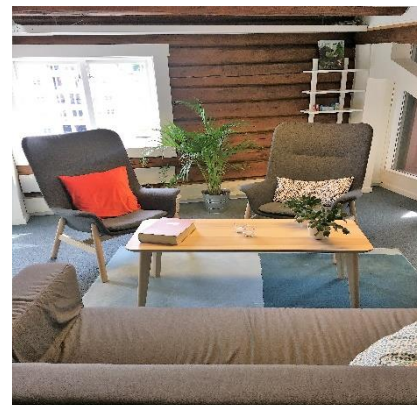


Velkommen til våre nye hyggelige lokaler i Kjøpmannsgata 23!

Åpningstider FFP Trøndelag: Mandag- fredag kl. 09 – 15
73 51 19 29/ 94 01 31 20

Adr: Kjøpmannsgata 23, 7013 Trondheim
Trondelag@ffp.no

**Se mer informasjon på www.ffp.no
Følg oss på Facebook: [For Fangers Pårørende \(FFP\)](#) og Twitter: [@FfpOsloTrh](#)**



Høstens aktivitetstilbud



Tur til Skjelbreivannet

Bli med på tur til Skjelbreivannet!

Vi tar trikken opp til Lian og rusler inn til Skjelbreia. Her koser vi oss med mat i vakre omgivelser.

August

Søndag 27.8 kl 10.45 fra sentrum



Fjelltur til Tydal

Vi drar på hyttetur til Tydal og får oppleve de vakre Tydalsfjellene. Vi blir guidet av Fjelldriv AS, som også vil gi oss en omvisning på 705- senteret i Tydal. Vi kan bli med på en yogatime på lørdag kveld, eller bare slappe av sammen. Fjellturen blir tilpasset de som melder seg på, og vi lager lunsj ute i naturen.

September

Lørdag 30.september til søndag 1.oktober



Klatring i høstferien

Vi tilbringer dagen i den nye klatreparken

«Høyt og lavt» på Rotvoll der vi får kyndig hjelp av instruktører som tilpasser etter ferdighetsnivå.

Det blir også tid til å prøve seg på egen hånd. FFP tar med lunsj!

Oktober

Mandag 9.oktober kl 12



Matkurs

Dyktige og kreative kokker fra Ikeas kjøkken lærer oss om hvordan å lage kjapp, sunn og god mat! Vi blir inspirerte og lærer nye ting, og avslutter kvelden med å kose oss med maten! Kurset er tenkt for voksne.

Oktober

Tirsdag 24.oktober kl 18



Yoga for barn

Yoga er bra for kroppen og sinnet. Så vi inviterer

til yoga for barn. Yoga for barn tilpasses underveis i timen og

baserer seg på yoga gjennom lek og historier. De voksne får kaffe/te og enkel servering mens barna driver med yoga.

November

Onsdag 15.november kl 17



Fjøsnisse forestilling

JuleVoll er en fjøsnisseforestilling som arrangeres på Voll gård.

Her er det godt å komme i skikkelig julestemning, kose med dyrene, spise julegrøt og se juleforestillingen.

Desember

Søndag 10.desember kl 13