

Ta gjerne kontakt om du lurer på noe!

SYKEHUSET INNLANDET REINSVOLL:

- Mona Hauger Kjelsberg
monahauger.kjelsberg@sykehuset-innlandet.no
Tlf.: 61 14 73 76/ 970 34 225
- Lars Ove Berge, Tlf.: 61 14 75 51/ 984 42 828
larsove.berge@sykehuset-innlandet.no
- Janne Østlien, Tlf.: 61 14 75 52/984 25 040
janne.ostlien@sykehuset-innlandet.no

REGION SØR-GUDBRANDSDAL

DPS Lillehammer

Ingrid Renolen, Tlf.: 950 12 335
Ingrid.Renolen@sykehuset-innlandet.no

Lillehammer kommune

Anne-Brit Lee, Tlf.: 61 10 51 55
anne.brit.lee@lillehammer.kommune.no

Gausdal kommune

Martin Søreng, Tlf.: 913 61 420
martin.soreng1@gausdal.kommune.no

Øyer kommune

Randi Rønningen, Telefon: 957 68 409
E-post: randi.ronningen@oyer.kommune.no

Ringebu kommune

Katarina Bagge Stormo, Tlf.: 61 28 39 41/ 909 84 440
katarina.bagge.stormo@ringebu.kommune.no

Mental Helse

innlandet@mentalhelse.no

Havang Brukerstyrt senter

Reidar Andreassen, Tlf.: 944 30 608
reidar@havang.no

Kulturnettverket Innlandet – Oppland
Sykehuset Innlandet Reinsvoll
Presteseter 1, 2840 Reinsvoll
www.sykehuset-innlandet.no/kulturnettverket

Kulturnettverket Innlandet - Oppland



Kulturnettverket Innlandet - Oppland ble etablert høsten 2007. Nettverket består av representanter fra Sykehuset Innlandet Reinsvoll, fra kultur- og psykiatri-tjeneste i kommunene Gjøvik, Vestre Toten, Østre Toten, Søndre Land og Nordre Land, Lillehammer, Øyer, Gausdal og Ringebu. I tillegg har vi med representanter for brukerorganisasjoner og DPS.

Kulturnettverket ønsker å bidra til økt satsing på fysisk aktivitet og tilrettelegging for sosiale møtsteder og gode opplevelser for personer med psykiske lidelser.

DEL EN KULTUROPPLEVELSE

Dato: Januar-desember 2025

Pris: 650,- for hele semesteret

“Kurs” for deg som liker kunst og kulturopplevelser. En dag i måneden besøker vi spennende kunst- og kulturarenaer i Lillehammer og omegn.

Hver uke tilbys det gratis trening på treningssenter i kommunene med 30 min. spinning og 30 min styrke.

Lillehammer	Spent	mandager 13.00-14.00
Vestre Toten	MOVA Raufoss	tirsdager 13.00-14.00
Gausdal	Tati Trening	onsdager 13.00-14.00
Gjøvik	MOVA Gjøvik	fredager 13.00-14.00

KULTURNETTVERKET INNLANDET - OPPLAND

Bli med oss på aktivitet du også!



Foto: Janne Østlien



INNEBANDYTURNERING, SALEN REINSVOLL

Dato: 5. februar

Pris: Gratis

VINTERAKTIVITETSDAG VED AKSJØEN, ØYERFJELLET

Dato: 20. februar

Pris: Gratis

Aktiviteter som kos og tur med hunder, hundespann, natursti, skyting, ski og truger. Bål og servering av varm mat.

ALPIN- OG LANGRENNSTUR TIL SKEI

Dato: 9.-10. april

Pris: Gratis for deg som ikke vil overnatte
Kr. 500,- i dobbeltrom/Kr. 600,- i enkeltrom
Kr 150,- pr dag for heiskort

Uforglemmelig tur for den skiglade.

BUESKYTING PÅ SØDORPTUNET PÅ VINSTRA

Dato: 26. mars

Pris: Gratis

Sammen med Havang BSS inviterer Kulturnettverket til bueskyting på Sødorptunet på Vinstra. Nybegynnere får kyndig veiledning og opplæring. Dagen avsluttes med turnering, finale og premier. Enkel servering på Elvekanten Aktivitetshus etter bueskytingen.

61° FASTLAND

Dato: 15. mai

Pris: Gratis

En morsom dag med lagoppgaver på området rundt Fastland på Gjøvik. Avsluttes med varm lapskaus på Hovdetoppen.



GOLFDAG PÅ HAFJELL GOLF I ØYER

Dato: 12. juni

Pris: Gratis

Øyer kommune ønsker velkommen til golfdag. Golfbanen ligger ved Nermo Hotell i Øyer hvor utsikten er fantastisk mot Gudbrandsdalen. Lett tilgjengelig med buss ca 500 meter opp fra E6. Det serveres enkel lunsj.

PILEGRIMSVANDRING

Dato: 16. og 17. juni

Pris: kr. 250,- for overnatting

Vandringen går på Dovrefjell mellom Eyseinkyrkja og Kongsvoll. Overnatting på Hageseter turisthytte. Begrenset antall plasser.

ST. HANS PÅ FJORDA

Dato: 25.-26. juni

Vi padler ut fra Vestland, og slår leir på ei øy. Her blir det herlig friluftsliv med bålmat, bading, fisking og padling. Overnatting i telt eller under åpen himmel.

VANNSPRUTDAG PÅ KAPP

Dato: 21. august

Pris: Gratis, men ta med grillmat, kaffe og drikke. Muligheter for båttur på Mjøsa, full fart med vannski eller tube m.m. Eller bli på land - her er det mye moro å se på.

FJELLTUR MED OVERNATTING

Dato: 3.-4. september

Pris: Gratis for deg som ikke vil overnatte
Kr. 500,- i dobbeltrom/Kr. 600,- i enkeltrom

Aktive dager i fjellet rundt Skeikampen i Gausdal. Muligheter for overnatting på hotell eller i hytter. Turfølge på korte og lange turer.

HØSTTUR TIL VENABYGDSFJELLET

Dato: 18. september

Pris: Gratis

To alternative turer: Topptur til Muen (1424 moh) eller tur/retur Dørfallet. Felles transport.

STYRKEUKA UKE 44

Dato 27. - 31. oktober

Uke 44 er den nasjonale STYRKEUKA, der vi har ekstra fokus på alle fordelene med styrketrening! Vi legger opp til et utvalg økter der du kan teste ut hva som virker for deg.

JULEKONSERT I LILLEHAMMER

Dato og egenandel avklares høsten 2025.

Se utfyllende og oppdatert informasjon om turer og aktivitet på www.sykehuset-innlandet.no/kulturnettverket