



STOKKE
FRIVILLIG
SENTRAL

PROGRAM

HØST 2026

Banken
- møteplassen i Stokke



stokke.frivilligsentral.no



FASTE AKTIVITETER FOR VOKSNE

Banken
- møteplassen i Stokke

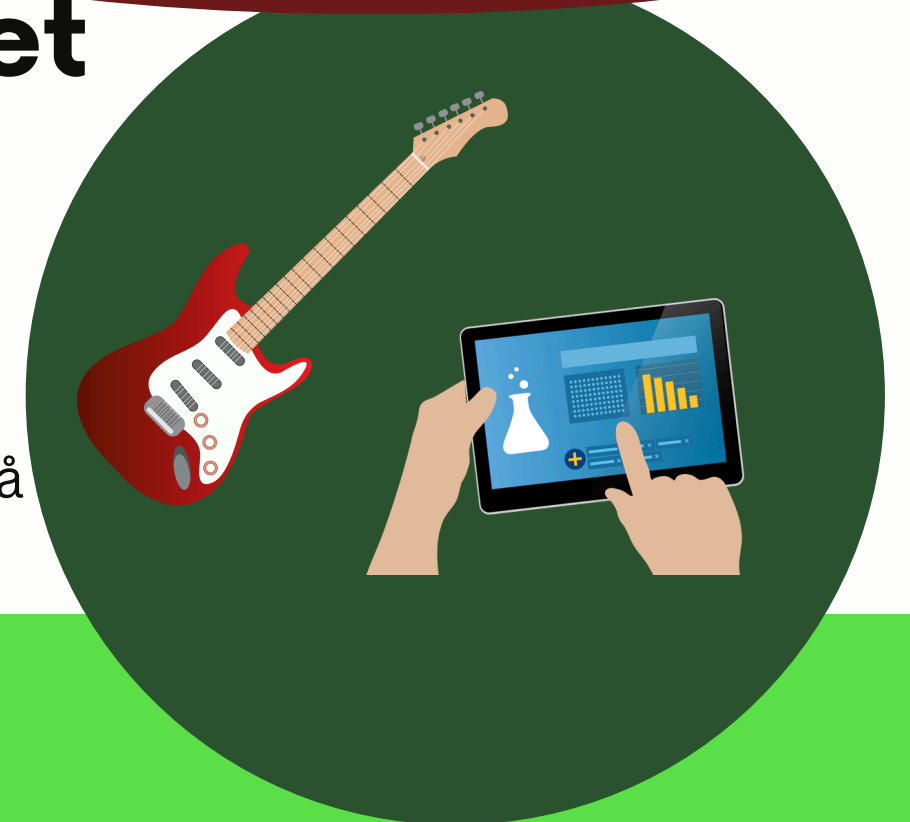
Mandag

Kl. 10:30-12:30 Musikkollektivet

Fellesskap, glede og musikk for deg som er senior/pensjonist.

Kl. 13:00-15:00 Datakafé

Seniornett Stokke arrangerer datacafe med spennende innlegg og mulighet for å få hjelp med akkurat det DU lurar på (Annenhver uke - oddetall)



Tirsdag



Kl. 10:30 Søppelplukking

Stokke Søppelplukkerlag holder Stokke rent

Kl. 11:00 Sterk og Stødig

Trening av styrke og balanse.

Krever påmelding via Stokke Frisklivssentral

Kl. 12:00 Tirsdagslunsj

En sosial møteplass med fellesskap og gode matopplevelser

Onsdag

Kl. 10:30 Quiz

Vi tester allmennkunnskapene - premie til vinneren



Torsdag



Kl. 10:30 Sterk og Stødig

Trening av styrke og balanse.

Krever påmelding via Stokke Frisklivssentral

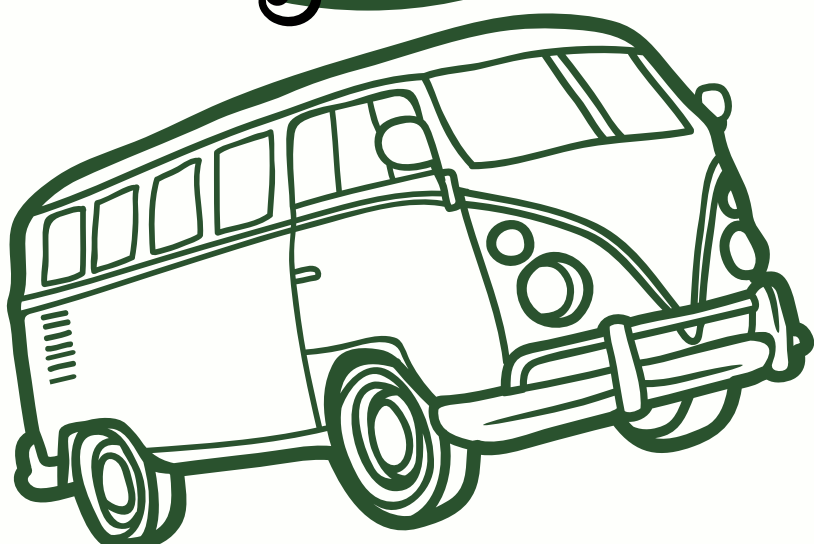
Kl. 12:00 Kaffe og prat

En sosial møteplass med faglige og kulturelle påfyll

Transport

Trenger du transport til og fra aktivitetene?

Ring 45080330



**Gratis
å delta**

FASTE AKTIVITETER FOR BARN OG UNGDOM



Tirsdag

Kl. 17:00-21:00 Ungdom

Ungdomsklubb, for 8. klasse - 18 år



Onsdag



Kl. 12:30-16:30 Junior

Etter skoletid

Juniorklubb, for 5. klasse

Torsdag

Kl. 14:00-17:00 Junior

Etter skoletid

Juniorklubb, for 6.-7. klasse



Fredag



Kl. 17-21 Ungdom

Ungdomsklubb, for 8. klasse - 18 år

Sulten?

Vi serverer alltid et godt måltid på
fritidsklubbens aktiviteter



**Gratis
å delta**



Kaffe og prat

-med faglige og kulturelle påfyll

TORSDAGER KL. 12:00 - STOKKE FRIVILLIGSENTRAL



Er du senior og ønsker å bli kjent med flere i ditt nabolag? Kaffe og prat har flere møtesteder i kommunen, Stokke Frivilligsentral er et av disse.

Vi møtes hver torsdag til kaffe, prat og underholdning.



Hos oss får du kulturelle og faglig påfyll samtidig som vi møtes rundt en kaffekopp og har det hyggelig sammen.

Se eget program på våre nettsider.



STOKKE
FRIVILLIG
SENTRAL

**Alle er hjertelig
velkommen!**

Gratis å delta!



948 60 564



post@stokke.frivilligsentral.no



Frederik Stangs gate 1, Stokke



Datakafé

ANNENHVER MANDAG KL. 13:00-15:00

Nysgjerrig på den digitale verden?

På datakafé holder vi innlegg med ulike temaer, etterfulgt av individuell datahjelp.

Hos oss får du både faglig påfyll, svar på spørsmål og personlig hjelp når du står fast.

Datoer høsten 2026

24. august
7. og 21. september
5. og 19. oktober
2., 16. og 30. november

**Ta med egen
PC, nettbrett
eller telefon**

Du er hjertelig velkommen enten du vil lære noe nytt, få hjelp til å løse digitale utfordringer, eller bare vil ta en kopp kaffe i hyggelig lag!

Seniornett
STOKKE

STOKKE
FRIVILLIG
SENTRAL



948 60 564



post@stokke.frivilligsentral.no



Frederik Stangs gate 1, Stokke



AKTIVITETER & TJENESTER

Torgrøre – hele bygda samlet

Lørdag 5. september
Kl. 12:00
Lilletorget Stokke

- Stands
- Underholdning
- Loddsalg
- Mat



Ferieåpen fritidsklubb

I skolens høstferie,
vinterferie og sommerferie
holder vi fritidsklubben åpen
for junior- og
ungdomsgruppene



Samarbeidsprosjekter

Frivilligsentralen
samarbeider med andre om
gjennomføringen av flere
ulike aktiviteter gjennom
året.



Eks: Globalt måltid,
Internasjonal kvinnegruppe,
Verdensdagen for psykisk
helse, Beste årgang - godt
seniorliv, TV-aksjonen mm.

Handletur

Vi kjører til Stokke senter, Sandefjord
eller Revetal for å handle.
Bussen går fra Engveiensenteret,
men kan også stoppe andre steder
ved behov.

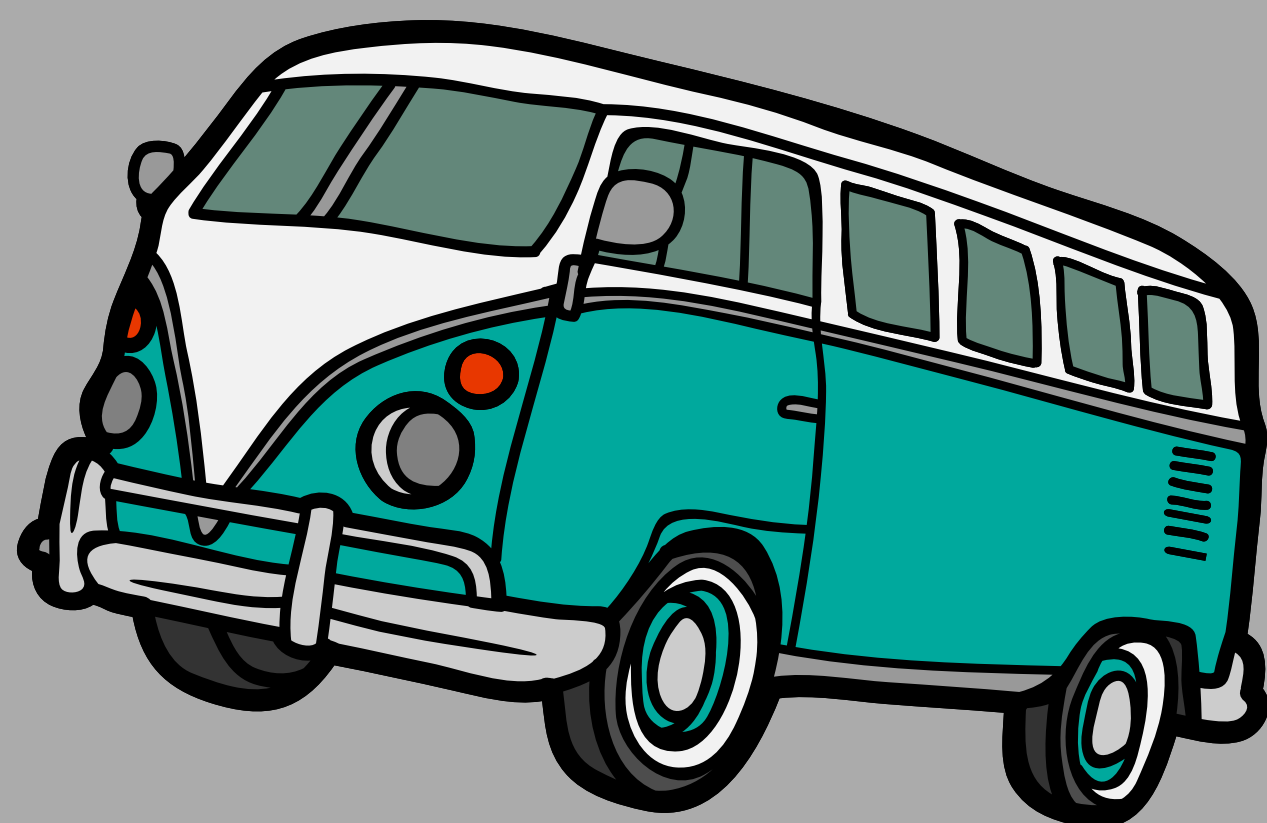
Kontoakt Rigmor på 459 80 330 om
du ønsker å bli med bussen



Transporttjensten

Frivillige sjåfører kjører faste oppdrag
samt til og fra aktiviteter i Stokke

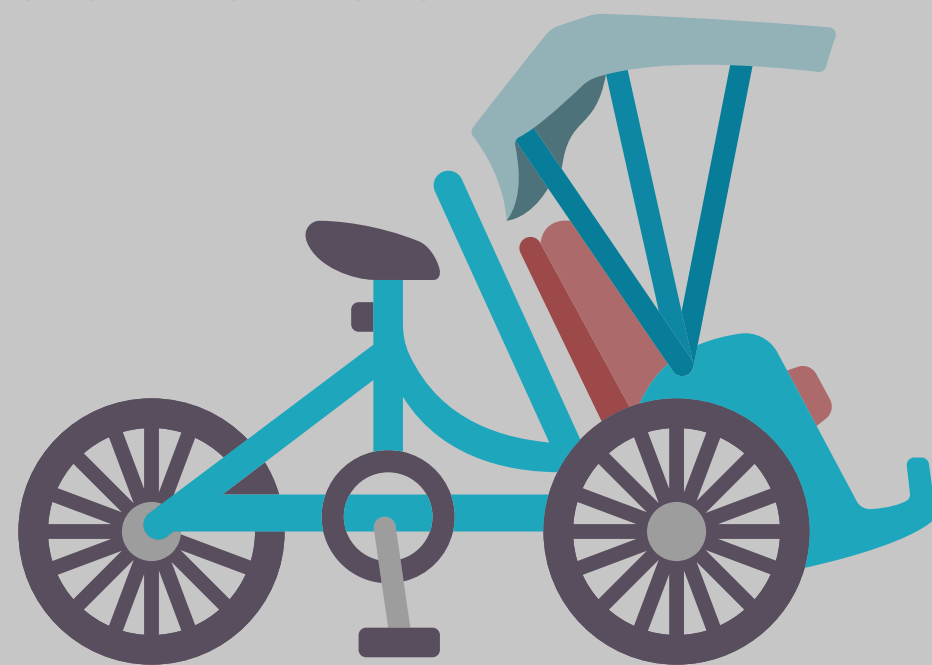
Ta kontakt om du trenger transport til og
fra aktiviteter i Stokke.





Sykling uten alder

Våre frivillige sykkelpiloter gir eldre vind i håret

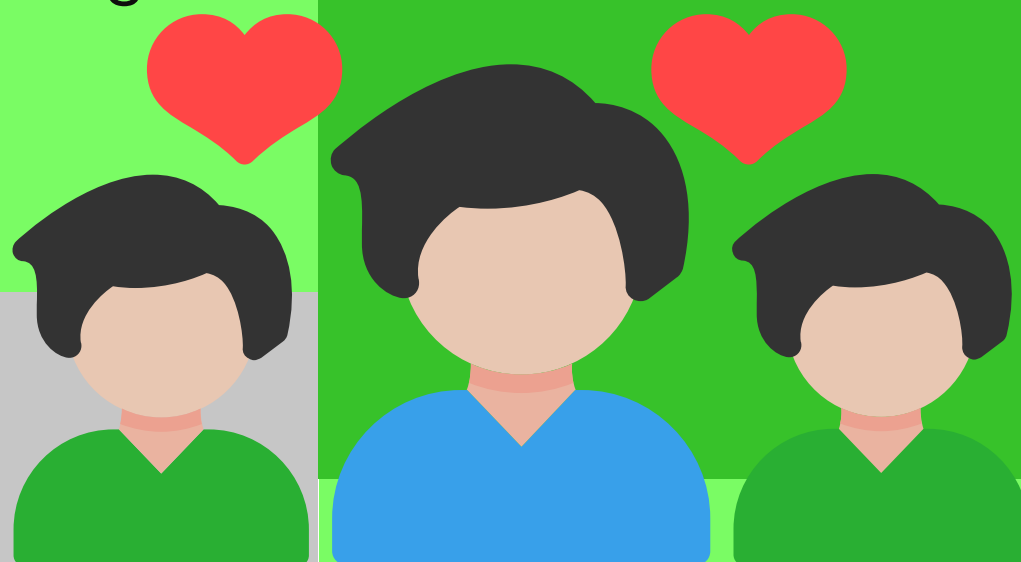


Grøtservering



Hver morgen serverer frivillige grøt til elevene på Stokke Ungdomsskole.

En god start på dagen!



Syngende kommune

I perioden 2026-2028 skal Sandefjord være en syngende kommune. Vi er med i prosjektet og vil jobbe aktivt for å fremme sang og musikk i nærmiljøet!



Aktivitetsvenn

Gjør noe hyggelig sammen med en person med demens.

Dobbelt glede!

Et samarbeid mellom Nasjonalforeningen for folkehelsen, Sandefjord kommune og Frivilligsentralen



Hagegeriljaen

Våre frivillige og ungdom fra fritidsklubben hjelper deg med hagearbeid og andre praktiske oppgaver som du ikke klarer selv.

Ta kontakt om du behøver hjelp





GI DEG SELV EN GAVE - BLI FRIVILLIG

Alle har noe å gi og alle trenger en hånd. Vi brenner for at mennesker skal møtes og berike hverandre. Å bidra for andre gjennom frivillig innsats skaper ny mening i livet.

Ta kontakt, så finner vi en oppgave som passer for deg!

"DET DU KAN - ER DET VI TRENGER"

ÅPNINGSTIDER

Man - Tors kl. 10:00 - 14:00

Stokke Fritidsklubb - Banken har egne åpningstider, se faste aktiviteter for barn og ungdom.

STØTT VÅRT ARBEID



**EN GAVE TIL OSS
ER EN GAVE TIL
NÆRMILJØET**

Vipps # 580277



948 60 564



post@stokke.frivilligsentral.no



Frederik Stangs gate 1, Stokke