

Et tilbud om aktiviteter for ungdom

mellom 16 - 23 år

Blå Kors Fredrikstad, Blåpunkt  
Prosjektkoordinator Lina Akselsen  
Mobil: 476 50 974  
Mail: [lina.akselsen@blaakors.no](mailto:lina.akselsen@blaakors.no)

Instagram: [@blaapunkt](https://www.instagram.com/blaapunkt)  
<https://blaakors.no/blaapunkt/>

Blå Kors Blåpunkt  
*- et fritids- og livsmestringstilbud for ungdom*

Sammen skaper vi et felles miljø for  
mestring, glede, og samhold



Blå Kors Blåpunkt  
*- et fritids- og livsmestringstilbud for ungdom*



*”Jeg melder meg på så mye som mulig*

*fordi det er så gøy å være med”*

**Blåpunkt** er et fritids- og livs-  
mestringstilbud for ungdom.  
Prosjektet er støttet av blant andre  
Bufdir, Stiftelsen Dam, Spare-  
bank- stiftelsen DNB, OBOS Jubel,  
Gjensidigestiftelsen, Fredrikstad  
kommune og flere lokale støtte-  
spillere.

Tilbudet er gratis og målgruppen  
er ungdommer i alderen 16-23  
år med tilknytning til Seiersborg  
videregående skole.

Aktivitetene foregår på skolen,



som er en trygg møteplass for  
mange, og i nærmiljøet. Vi drar  
også på langturer eller på overnat-  
ting. Det er som oftest begrensinger  
på hvor mange plasser vi har på de  
ulike aktivitetene. Det kan variere fra  
5 til 50 stk. Det handler om innkjøp  
av billetter, mat og transport, og hvor  
mange voksne som skal være med på  
aktiviteten.

Er det noe du ønsker å delta på,  
er det lurt å melde seg på raskt. Vi  
praktiserer som regel førstemann til  
mølla prinsippet.



Felles måltider er en

viktig del av tilbudet

På Blåpunkt er felles måltider en  
viktig del av tilbudet, og en god  
anledning til å samles og prate  
sammen.

Ofte spiser vi middag på skolen før  
aktivitetene, fra kl 15.20 - 16.  
Andre ganger tar vi med oss maten  
på tur.

Det er også mulig å kun bli med  
på middagen etter skoletid. Husk  
bare at du melder deg på, sånn at vi  
vet hvor mange som skal spise.



**Blåpunkt på kjøkkenet**

Det er ekstra hyggelig når vi lager  
mat sammen., da smaker det også  
ekstra godt. En gang i måneden  
flytter vi aktiviteten til skolens  
kjøkken. Her lager vi middag  
sammen, som pizza, sushi eller  
taco. Innimellom lager vi også  
deilige kaker og desserter.

Menyen bestemmes av dere og  
lages og spises i fellesskap.

**Maks antall plasser: 12 stk**





*”Det er morsomt å gjøre*

*noe skikkelig praktisk og handy”*

**BYGGmestring** er en fast aktivitet i Blåpunkt. Annenhver uke tilbyr vi kreative og praktiske aktiviteter innen snekring, mekking og annet praktisk håndverk. Ofte treffes vi i verkstedet til bygg- og anleggsgag på skolen, hvor vi har tilgang til utstyr og verktøy.

Tilbakemeldingene fra de som har vært med er at det er gøy og lærerikt å jobbe med noe praktisk, og det gir stor mestringsfølelse. Vi blir enige om hva vi skal lage, og ofte er det knyttet til årstidene, feks Halloween, jul eller sommer.

Under aktiviteten i verkstedet har vi med oss en som er fagperson og HMS-ansvarlig. Det er viktig når vi er i verkstedet og bruker verktøy.

**Maks antall plasser: 8 stk**  
**Når: torsdager i partallsukene**







*"Dette prosjektet må aldri slutte"*



**Pizzakveld** er ny aktivitet som vi skal teste ut en gang i måneden på skolen. Hver gang tar vi for oss et tema som vi blir enige om. Noen ganger kan det også hende at vi får besøk av eksterne foredragsholdere. Med denne aktiviteten er målet å få til gode samtaler og engasjement. Det vil også være muligheter for å spille Switch og andre brettspill.

I løpet av skoleåret drar vi på noen **langturer**, da er vi borte hele dagen. Vi har blant annet tatt toget til Oslo, vært på teater, dratt på Klatring på Grensen eller Tusenfryd. Disse turene

gir gode opplevelser og mange gode minner. Noen ganger har vi med mat, og andre ganger oppfordrer vi deltakerne til å ha med matpakke.

**Overnattingsturene** er en helt unik opplevelse som skaper samhold og mestring. Disse turene arrangeres ofte i forbindelse med skoleferiene. Vi har blant annet sovnet i lavvo og telt. I mai var vi på tur til Gøteborg og vi har vært på hyttetur på fjellet. Vi har til og med tilbrakt natta på Sjev Trampolinepark. I høst planlegger vi tur til Langedrag og vi håper på flere overnattinger i friluft.

### TA KONTAKT

Prosjektkoordinator Lina Akselsen  
Mobil: 476 50 974  
Mail: [lina.akselsen@blaakors.no](mailto:lina.akselsen@blaakors.no)

Følg oss på:

 @blaapunkt

 @blaapunkt

