

Kontaktinformasjon

Adresse: Baneåsen 55, 3970 Langesund

Post: Pb 80, 3993 Langesund

Telefon: 911 64 780

E-post: henning.weider@bamble.kommune.no

Nettside: www.bamble.kommune.no/friskbris



FRISK BRIS



HELSE



SØR-ØST

Hva er Frisk Bris?

Frisk Bris er et samarbeid mellom Bamble Kommune, NAV og Sykehuset. Vi tilbyr rehabiliteringsprogram for mennesker som har behov for å komme videre i livet.

Vi hjelper våre brukere til å se muligheter og skreddersyr program tilpasset ønsker og behov. Vi jobber med å få mennesker til å ta ansvar for varige livsstilsendringer.

Innholdet i programmet er fysisk aktivitet, kultur, undervisning og dialog. Vi jobber tett sammen med spesialister fra sykehuset, kompetansepersoner i kommunen og NAV.



Frisk Bris sin filosofi

Livet består av opp- og nedturer, av umulige dager og dager med muligheter. Vår grunntanke er at uansett helse- og livssituasjon, så har mennesket et valg i forhold til hvordan man bruker sine ressurser. Frisk Bris ser helhetlig på mennesket og fokuserer på et balansert samspill mellom jobb og fritid, mellom hode og kropp og mellom deg og andre. Fysisk aktivitet, bevisstgjøring og et helhetssyn på mennesket er grunnfilosofien i Frisk Bris.

Frisk Bris sin løsning:
Fokuser på det du kan. «Alt er mulig til det beviselig ikke er det. Da er noe annet mulig»

Aktuelle målgrupper i Frisk Bris

- Mennesker med livsstilsproblematikk.
- Mennesker med sammensatte helsemessige utfordringer.
- Brukere fra NAV, Kommune og Sykehus som i dag ikke har et tilfredsstillende tilbud.

Utvelgelse skjer i samarbeid med NAV, Kommune og Sykehus.



Ansatte på Frisk Bris

Fagpersonell med skreddersydd kompetanse og erfaring.

Henning Weider – Prosjektleder og idrettspedagog.
Lang erfaring og utdanning innenfor fysisk aktivitet og helse for utsatte grupper. Mob: 911 64 780,
E-post: henning.weider@bamble.kommune.no

Tone Baasland – Fysioterapeut i prosjektet.
Lang erfaring innenfor aktiv rehabilitering. Mob: 903 67 007,
E-post: tone.baasland@bamble.kommune.no

Thorbjørn Johansen – Jobber for NAV i Frisk Bris.
Bred atfføringskompetanse. Mob: 48 16 49 41,
E-post: john.thorbjorn.johansen@bamble.kommune.no

Magnus Nilsen – Jobber som prosjektkoordinator i Frisk Bris.
Har jobbet mye med å hjelpe mennesker i vanskelige livssituasjoner til å se muligheter. Mob: 48 16 50 17

I tillegg til de ansatte på senteret knytter Frisk Bris til seg spesialister fra sykehuset, samt kompetansepersoner i Bamble Kommune og NAV. Frisk Bris samarbeider også med lokale lag og foreninger.



Fra venstre: Henning W, Thorbjørn J, Magnus N og Tone B.