



OVERSIKT OVER GRATISTILBUD & AKTIVITETER I BYDELEN

FAU MAJORTUEN SKOLE 2022-2023

Hamna Fritidsklubb

Hamna fritidsklubb er et aktivitetstilbud for barn og ungdom i Bogstadveien 76.

- Hamna junior for 5. til 7. klasse, onsdag og torsdag kl. 17:30-20:30
- Hamna kultur gruppetilbud for ungdom, onsdag kl. 18:30- 21:30
- Hamna fjortis for 7. til 10. klasse, fredag kl. 18:00- 22:00

På klubbkveldene kan du se film, delta på ulike hobbyaktiviteter, spille Playstation, Nintendo Switch, foosball, airhockey, og mer, danse, spille musikk og delta i konkurranser

Lenker:

<https://www.oslo.kommune.no/natur-kultur-og-fritid/fritidsklubber/hamna-fritidsklubb/#gref>

[Følg Hamna fritidsklubben på Facebook](#)

[Følg Hamna fritidsklubben på Instagram](#)

Huset på Haugen - Stensparken

Huset på Haugen er et ungdomskulturhus og et sosialt samlingsted for ungdom mellom 13-19 år (fra 8. klasse) i Pilestredet 84 b, i Stensparken. Her kan du finne nye interesser eller bare møte venner, gjøre lekser og slappe av. Huset består av tre etasjer fylt med aktivitet blant annet:

bandøvingsrom, innspillingsstudio, verksted, gamingrom, biljard og bordtennis, dans og treningsrom, kafe med god og rimelig mat og drikke

Lenker:

<https://www.oslo.kommune.no/natur-kultur-og-fritid/fritidsklubber/huset-pa-haugen/#gref>

Følg med på [Instagram](#) eller [Facebook](#) for oppdateringer om ungdomshuset.

Ruseløkka fritidsklubb

Ruseløkka fritidsklubb ligger på Frogner ved Ruseløkka skole i Munkedamsveien 64. Rufus er et etter skoletid-tilbud for barn som går i 5.-7.klasse, i bydel Frogner.

Hos oss kan du være med på forskjellige ute- og inneaktiviteter. Vi har et eget hobbyrom, der du kan være kreativ og lage mye forskjellig. Vi har daglige aktiviteter og tilbyr:

Bordtennis, Fuzzball, PlayStation 4, VR briller, Filmvisning, PC-gaming, Leksehjelp, Lek, spill og konkurranser, Musikkopplæring, Et lett måltid

Lenker:

<https://www.oslo.kommune.no/natur-kultur-og-fritid/fritidsklubber/ruselokka-fritidsklubb/#gref>

Ukeplanen publiseres hver uke på Ruseløkka fritidsklubbs facebook-konto: [Ruseløkka fritidsklubb](#)

Bygdøy fritidsklubb	<p>Bygdøy fritidsklubb ligger i kjelleren til Bygdøhus, Huk Aveny 45. Klubben er et etter skoletid-tilbud for barn som går i 5.-7. trinn i bydel Frogner, på torsdager fra 13.30 -16.00. Hos oss kan du være med på forskjellige ute- og inneaktiviteter. Vi har et eget hobbyrom, der du kan være kreativ og lage mye forskjellig. Vi tilbyr blant annet Bordtennis, X-box / Nintendo Wii, Lek, spill og konkurranser, kunstgressbane, Et lett måltid I tillegg har vi aktiviteter hver uke.</p> <p>Lenker: https://www.oslo.kommune.no/natur-kultur-og-fritid/fritidsklubber/bygdoy-fritidsklubb/#gref Timeplan for aktiviteter blir lagt ut på instagram-kontoen vår, Bygdoyklubben og på facebook: Bygdoy fritidsklubb</p>
Deichman Majorstuen / Bibliotek	<p>Oversikt over alle aktiviteter: https://deichman.no/hva-skjer</p>
Kirkens Bymisjon	<p>Overordnet om "familie aktiviteter": https://kirkensbymisjon.no/familieaktiviteter-2/</p> <p>Skattekammeret har utdeling av skolesekker til de som trenger. For lån av sportsutstyr på Frogner hvor de har åpent mandag og onsdag: https://kirkensbymisjon.no/skattkammeret/frogner/</p> <p>Løpende aktiviteter listes på Facebook: https://www.facebook.com/skattkammeretfrogner</p>
Digital leksehjelp Røde Kors	<p>Mandag - torsdag hver dag hele året mellom kl. 17-21 gis det leksehjelp til alle mellom 12- 24 år på www.digitalleksehjelp.no</p>
Friskis & Svettis Majorstuen	<p>Ung Aktivitet heter tilbudet. Gratis trening for ungdom mellom 13-22 år. Torsdag kl 1630-1800. Max 10 personer kan delta og det er påmelding hver uke via SMS til tlf: 90705537.</p>
Ungdomskor I Bydel Frogner kikkoff i 2023	<p>Krever en liten sum kontingent på 300 kr men det er enkelt å søke fritak. https://ungfritid.no/ung-i-kor</p>
Natur & Ungdom	<p>"Regelmessige rants" digitale arrangementer en gang pr mnd. Se facebook siden til Natur & Ungdom. https://www.facebook.com/events/1356855868024337</p>
Skur 13 - Filipstad / Tjuvholmen	<p>Gratis på ukedager fra kl 14 til kl 18. Program her http://www.skur13.no/ http://www.skur13.no/program</p>