



ØSTRE TOTEN FOLKEBIBLIOTEK



KREATIVT ROM PÅ BIBLIOTEKET

For deg mellom 12 og 18 år. Rommet er utstyrt med PC'er med spill, ulike spillkonsoller mm.

Mer info på: www.ostre-toten.folkebibl.no

TRYKK HER

UNG Info

ØSTRE TOTEN FRIVILLIGSENTRAL



Har du en idé som du vil sette ut i livet eller tanker om møteplasser for ungdom så vil frivilligsentralen gjerne høre fra deg
www.otfs.no

TRYKK HER

BUA ØSTRE TOTEN



Hos BUA Østre Toten kan du låne sport- og friluftsutstyr gratis.

Er du under 18 år må du registreres som medlåntaker av en myndig person.
Sjekk utvalget og åpningstider hos www.bua.no

TRYKK HER

KULTURSKOLEN MJØLKEFABRIKKEN



Mjølkefabrikken er stedet for alle som vil være kreative og ha det gøy. Her kan du lære å spille instrumenter, sang, dans, kunst og teater eller spille i band på Rockeverkstedet.

Sjekk ut hjemmesiden for mer informasjon:
www.melkefabrikken.no

TRYKK HER

ØSTRE TOTEN UNGDOMSRÅD



Har du innspill på hva barn og unge trenger i Østre Toten?

Send en e-post til: postmottak@ototen.no
«Dette er din sjanse til å påvirke!»

HELSESTASJON FOR UNGDOM

LENA HELSESTASJON,
Rådhuset på Lena

Gratis drop-in, ingen timebestilling.

Lege og helsesykepleier er til stede.
Ansatte har taushetsplikt.

Åpningstider og mer info:

TRYKK HER

RASK PSYKISK HELSEHJELP

Gratis tilbudet er for deg over 16 år og som sliter med:

Lett/moderat depresjon/nedstemthet, lett/moderat angst/bekymring, stress og livsbelastninger, søvnvansker eller psykiske belastninger.

Rask Psykisk Helsehjelp i Østre Toten - Østre Toten kommune
E-post: rask.psykisk.helsehjelp@ototen.no



GODSHUSET UNGDOMSKLUBB

Ungdomsklubb midt i Lenaparken på Østre Toten.
Møteplass for ungdom mellom 13-18 år. Det er alltid voksenpersoner på jobb.
Her kan man chille, prate, game eller høre på musikk

Åpningstider og mer info finner du her:

TRYKK HER



BYGDEKINOEN



Østre Toten Kulturhus, Skreia
Bygdekinoen tilbyr rabatt med UngInn-kortet!

Sjekk www.bygdekinoen.no
for mer program, billettsalg og mer info

TRYKK HER

DIGITAL FORSLAGSKASSE

Vi ønsker dine forslag på hvordan vi kan skape
eller videreutvikle fritidstilbudene for ungdom i
Østre Toten Kommune. Dine meninger teller -
i Østre Toten skal ungdom være med å skape
fritidstilbud.

Svar enkelt i skjemaet:

TRYKK HER

ØSTRE TOTEN FORENINGSPORTAL

Det finnes mange muligheter for å delta og
engasjere seg i Østre Toten. I foreningsportalen
finner du informasjon om kommunens **lag og foreninger**,
og i **kalenderen** finner du aktiviteter og arrangementer
du kan delta på.

UngINN



Med UngINN får du rabatt på kino, teater,
konserter, festivaler, kunstutstillinger,
badeland og masse mer. UngINN-kortet
er gratis for ungdom mellom 13 til 21 år.

Skaff deg UngINN-kortet her:

TRYKK HER

TRYGT HJEM



Taxi-ordning for ungdommer i Innlandet.

Mer info og priser finner du her:

TRYKK HER

ROM UNG

ROM Ung er et møte mellom ungdom fra 15-24 år og fagpersoner, hvor vi prater om hvordan vi kan gjøre
tilbudene til barn og unge bedre. ROM -samlinger er gratis, og det serveres pizza.

Datoer og temaer for samlinger finner du her:

TRYKK HER