

Vår

19. April - Velværekveld på Anker'n klokken 18:00 🍷🍷

Vi møtes på velvæereavdeling på Anker'n på Hamar klokken 18:00. Husk badetøy, håndkle og såpe. Bindende påmelding innen 9. april. Egenandel medlem Kr 150,- ikke medlem Kr 250,-

4. Juni - Dagstur til Hadeland Glassverk og Kistefoss museum

Busstur til Hadeland, bussen går fra Vikingskipet på Hamar klokken 10:00, med muligheter for stopp på vei mot Hadeland. Enkel servering på bussen og varm lunsj på Hadeland glassverk Bindende påmelding innen 25. Mai, husk å si ifra om eventuelle allergier.

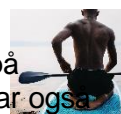
Egenandel medlem Kr 350, -ikke medlem Kr 500,-

Vi tar forbehold om nok påmeldte 🚌

Høst

19. August - Familiedag i Mjøsparken Brumunddal Klokken 11:00-14:00

Vi holder grillen varm så det er bare å ta med seg noe å legge på. En hyggelig dag på stranden. Vi har avtalt med Bua som stiller opp med aktivitetstilbud på supbrett og har også med noe annet utstyr



September

Vi tar sikte på et temamøte i september. Nærmere informasjon kommer via E-post og SMS

Oktober - Rosa sløyfe aktiviteter

Oktober er den rosa måneden og tid til Rosa sløyfe aksjonen, meld dere på for å være med å stå på en stand eller to. Sosial og hyggelig aktivitet der vi selger rosasløyfe artikler til støtte for forskning. (ingen oppsøkende virksomhet, kun salg til de som henvender seg selv)



6. november-Avslutter rosasløyfe Aksjonen med middag på Pizzanini på Hamar

Alle som deltok under rosa sløyfe aksjonen inviteres til hyggelig avslutning med middag på Pizzanini klokken 18:00 🍷🍷

Desember - Julemøte



I løpet av første halvdel av desember skal vi ha julemøte. Hvor og hva er ikke helt avgjort enda men vi forventer oss middag og et kulturelt innslag.

Nærmere informasjon kommer på sms og e-post

Neste Årsmøte blir holdt i løpet av første halvdel av februar 2024

NB! Endringer i programmet kan forekomme.

Dersom du har e-post, men har fått dette programmet med brevpost, ville vi sette pris på at du sender oss din e-postadresse og eventuelt mobilnummer. Vi vil da raskt kunne informere om eventuelle endringer og sende påminnelser om våre møter.

Påmelding til leder:

hamar@brystkreftforeningen.no , tlf: 476 11 455

Eller Kasserer:

Kasserer.hamar@brystkreftforeningen.no, tlf:915 96 772

Egenandel betales ved påmelding til

Kontonummer: **1800.14.57507**

Husk å oppgi navn og aktiviteten det gjelder

Om Brystkreftforeningen Hamar og omland

Styret for år 2023

Leder:	Unnur Salome Arnadottir	Tlf: 476 11 455
Nestleder	Janne Isdahl	Tlf: 924 26 586
Kasserer	Anne Beate Kvæken	Tlf: 915 96 772
Sekretær	Elin Dahlsveen Larsen	Tlf: 924 86 026
Styremedle	Britt Taasaasen Ødegård	Tlf: 473 72 444
Leder Likepersonstjenesten	Gerd Elisabeth Nonstad	Tlf: 93 44 61 73
Vara	Gunhild Sander	Tlf: 992 23 374
Vara	Marthe Mari Ahlgren	Tlf: 952 48 177

Brystkreftforeningens formål:

Foreningens formål er å gi hjelp og støtte til personer som har fått en brystkreftdiagnose eller påvist mutasjon i brystkreftgener og å ivareta deres interesser.

Brystkreftforeningen skal i alt sitt virke tilstrebe åpenhet overfor sine medlemmer, samt følge Kreftforeningens etiske retningslinjer.

Likepersonstjenesten for brystkreftererte.

Tjenesten er en frivillig besøksordning og er en del av lokalforeningen. Hovedmålet er å gi den brystkreftererte psykisk og praktisk støtte før eller etter operasjonen. Hensikten er at alle brystkreftererte og deres pårørende som ønsker det, lett kan komme i kontakt med, og får besøk av en likeperson. En samtale kan minske frykt og usikkerhet hos den brystkreftererte.

Nytt fra Likepersonstjenesten

Likepersonstjenesten tilbyr nå samtaler en gang i måneden i kreftforeningens lokale i Hamar, Strandgata 65. Et lavterskel tilbud der man bare kan møte opp ☺

Nå i vår er likepersoner til stede i Kreftforeningens lokaler den 18. April og 9.Mai, klokken 18:00-19:30

Det er lagt opp til å fortsette med samtaletilbudet høstparten, men datoene er ikke klare enda, følg med på FB gruppen / instagram og i HA og del gjerne informasjon til andre som måtte kunne dra nytte av dette tilbudet.

Likepersoner Hamar er:

Gerd E. Nonstad likepersonleder	tlf 93 44 61 73
Bente Kindem	tlf 90 72 85 36
Christin Høyem	tlf 48 15 57 21
Astrid Kjelsberg	tlf 48 20 42 70
Anne Grethe Berntsen	tlf 95 76 92 96
Gunn Kristin Moberget	tlf 41 28 28 83

Påmelding til leder:

hamar@brystkreftforeningen.no , tlf: 476 11 455

Eller Kasserer:

Kasserer.hamar@brystkreftforeningen.no, tlf:915 96 772

Egenandel betales ved påmelding til

Kontonummer: **1800.14.57507**

Husk å oppgi navn og aktiviteten det gjelder

Trening

Vi fortsetter vårt samarbeid med Espern treningssenter på Hamar og tilbyr trening i to grupper med aktiv mot kreft instruktør. En gruppe trener på onsdag formiddag og den andre torsdag ettermiddag. Kursene er avhengig av stor nok påmelding. Brystkreftforeningen dekker inntil 50 % av kursavgiften. Oppstart aug/sept. Påmelding innen 10.august. Egenandelen (ca 1400,-) til kurset betales i sin helhet til Espern av hver enkelt.

Nytt i år- MediYoga med Lykke Marie.



Vi tilbyr et introduksjonskurs på 4 uker i medi yoga med Lykke Marie. Kurset vil gå på mandager klokken 18:00 på Hamar Seniorsenter og starter 22.mai. Hver time varer ca 70 min. Egenandel til dette kurset vil ikke overstige 600kr og vi er avhengig av nok påmeldte.

Bindende påmelding innen 11. April

Vi har et ønske om å utvide dette tilbudet til flere steder enn Hamar, men om vi kan tilby slike kurs avhenger av antall påmeldt, derfor ønsker tilbakemelding fra dere som kunne tenkt dere slikt kurs. Vi vil gjerne høre hvor og når dere ønsker.

Dragebåt som rehabilitering- introduksjonstur

Vi i Brystkreftforeningen for Hamar og omegn ønsker å legge opp til en felles tur med andre lokale lag til Oslo i løpet av året for å få introduksjon i Dragebåtpadling som rehabilitering. For å kunne arrangere en slik tur må vi først se hvor mange som kunne tenkt seg å være med. Vi ber derfor om at beskjed gis til leder på hamar@brystkreftforeningen.no, innen 1.mai.

For mer informasjon om hva dragebåtpadling er, ta kontakt med leder og/eller sjekk ut www.oslodragons.no og facebook gruppen: pink Dragon Ladies Sweden

Annonsering av møter:

Vi prøver i år å annonsere møtene våre i HA på HA-tavla og med e-post eller sms samt å legge ut på Facebook og instagram

NB! Vi er alltid åpne for forslag til aktiviteter og ikke minst til stand i forbindelse med rosa sløyfe aksjonen i oktober

Også i år samarbeider vi med de andre lokallag og pasientforeninger, invitasjon til eksterne møter og aktiviteter sendes ut via e-post eller sms.

Nyttig!

Brystkreftforeningen Hamar og omegn er med i Norsk tippings grasrotandel. Ved tipping oppgi organisasjonsnummer: 994 504 568

Andre nettsteder:

Brystkreftforeningen: www.brystkreftforeningen.no
Kreftforeningen: www.kreftforeningen.no
Facebook gruppe: Brystkreftforeningen innlandet
Instagram: Brystkreftforeningen_Hamar

Påmelding til leder:

hamar@brystkreftforeningen.no , tlf: 476 11 455

Eller Kasserer:

Kasserer.hammar@brystkreftforeningen.no, tlf:915 96 772

Egenandel betales ved påmelding til

Kontonummer: **1800.14.57507**

Husk å oppgi navn og aktiviteten det gjelder