

13.02.2020

Forslag til årsplan for 2020 – Brystkreftforeningen Tromsø og omegn

Medlemsmøter:

Dato	Tema	Sted	Informasjon
26.03.2020	Frivillighet v/Kreftforeningen v/Linn Kristensen og rådgiver Kristin Lernes, Lærings- og mestringssenteret ved UNN	Kreftforeningens lokaler, Grønnegata 86-88, Tromsø	
23.04.2020	Samvalgsverktøyet ved brystkreftkirurgi v/prosjektleder Mirjam Lauritzen, Samvalgssenteret ved UNN	Kreftforeningens lokaler, Grønnegata 86-88, Tromsø	
11.06.2020	Sommeravslutning med tur til Gutta på Skauen	Oppmøte ved parkeringsplassen ved kirkegården i Tromsdalen	Påmelding innen 1. juni 2020 til Ann-Mari Løkse på e-post amlokse@gmail.com eller på SMS til 971 67 163.
Juli	Ikke planlagt aktivitet		
August	Ikke planlagt aktivitet		
September	Rosa sløyfe	Kreftforeningens lokaler, Grønnegata 86-88, Tromsø	
Oktober	Rosa sløyfe-aktiviteter – blir sendt ut eget skriv til medlemmer		
November	Juleavslutning med servering av julemiddag	Kreftforeningens lokaler, Grønnegata 86-88, Tromsø	Påmelding kreves for at man skal få bestilt inn mat til alle som ønsker å delta. I tillegg tilfaller det en egenandel

Andre aktiviteter

Aktiviteter for våren 2020:

Aktivitet	Tidspunkt	Sted	Påmelding	Annet
Svømming på Tromsøbadet	Tirsdager kl. 20.00 til kl. 21.00. Oppmøtetidspunkt: kl. 19.40 da vi går samlet i bassenget	Tromsøbadet, Dramsvegen 190, Tromsø	Kari Fosby – e-post: m-fosby@online.no eller på telefon 926 24 994	Egenandel kr. 200,- for et semester som innbetales til konto 4750.27.19013 når

BRYSTKREFTFORENINGEN Tromsø og omegn

 Leder: Lene Rundhaug | T: +47 908 54 390 | E: tromso@brystkreftforeningen.no |

Organisasjonsnummer: 993 798 541 |

 W: www.brystkreftforeningen.no, Se lokalforeninger – Tromsø og omegn

Lukket Facebook-gruppe: Brystkreftforeningen Tromsø og omegn

	kl. 20.00. Svømmingen følger skoleruten.			du har fått bekreftet plass
Vanngym på Kurbadet	Onsdager kl. 18.30 til kl. 19.15	Kurbadet, Conrad Holmboes veg 95, Tromsø	Ann-Mari Løkse – e-post: amlokse@gmail.com eller på telefon 971 67 163	Egenandel kr. 300,- for et semester som innbetales til konto 4750.27.19013 når du har fått bekreftet plass
Pilates og Yoga	Tirsdager kl. 18.00 til kl. 19.00	Seminarbakken 4, Tromsø (rett overfor Seminaret)	Lene Rundhaug – e-post lenerundhaug@hotmail.com eller på telefon 908 54 390.	Egenandel kr. 300,- for et semester som innbetales til konto 4750.27.19013 når du har fått bekreftet plass
Café-treff	Kl. 12.00	Egon Restaurant		Bli annonsert på Facebook-siden til Brystkreftforeningen Tromsø og omegn

Aktiviteter i regi av Vardesenteret, UNN og Kreftforeningen våren 2020:

Aktivitet	Tidspunkt	Sted	Påmelding	Annet
Fysioterapi med avspenning	Tirsdager kl. 13.30 til kl. 14.30.	Fysioterapisalen, fløy B, 8 etg, UNN	Påmelding til Vardesenteret innen mandag kl. 14.00 på telefon 465 41 197	Brystkreftforeningen Tromsø og omegn har 5 plasser til denne aktiviteten. Påmelding hver uke til Vardesenteret, og det er «første mann til mølla».
Medi Yoga	Torsdager i partallsuker (23.01.2020, 06.02.2020, 20.02.2020, 05.03.2020, 19.03.2020, 02.04.2020, 16.04.2020, 30.04.2020, 14.05.2020, 28.05.2020 og 11.06.2020) kl. 10.00-12.00.	Vardesenteret, UNN (gamle pasienthotellet)	Påmelding til Vardesenteret innen mandag kl. 14.00 på telefon 465 41 197	Brystkreftforeningen Tromsø og omegn har 5 plasser til denne aktiviteten. Påmelding hver uke til Vardesenteret, og det er «første mann til mølla».

I tillegg er vi velkomne til å benytte oss av aktiviteter på ettermiddagstid – se program som ligger vedlagt.

Det vil komme nytt program for høsten som vil være tilgjengelig på sensommeren 2020.

Likepersonsarbeid

Rekruttering av nye likepersoner

Annet

Maske Bandagist avdeling Tromsø og Avalon inviterer til kundedag med fokus på fornyelse og komfort for deg som er brystkreftoperert torsdag 27. februar 2020 kl. 09.00 – 16.00.