

AKTIVITETSPLAN 2022

Dette er aktivitetsplanen til Brystkreftforeningen Sogn.

Vi har treningskveldar på GNIST i kulturhuset i Sogndal.

Frå deira heimesida har vi henta følgjande informasjon:

«Idrettssenteret AS ønsker å tilby «Trening for alle»!

Gnist er et lavterskel-treningstilbud for deg som har behov for tilpasset trening og tett oppfølging grunnet sykdom, skade eller andre helseutfordringer.

Som gnist-medlem vil du ha:

- lett tilgjengeleg informasjon/kunnskap frå tilsette med høy fagleg kompetanse,
- sosial støtte av andre medlemmer og tilsette,
- moglegheit for å oppleve ekte rørsle-glede.»

Brystkreftforeninga Sogn sponsar alle medlemmane som deltek på dette med 100 kr pr måned. Idrettssenteret trekker denne summen frå medlemskontigenten.

Vi ber om at ein melder seg på dei ulike aktivitetane (er det færre enn tre påmelde kan aktiviteten bli avlyst, i så fall får du beskjed).

Alle aktivitetane er per i dag ikkje tidfesta, vi vil kome med meir informasjon når det nærmer seg.

Vi håpar å sjå nettopp deg - vel møtt!

Dato	Aktivitet	Ansvarleg/ påmelding til
25.01.2022	Bading i Lustrabadet kl 18.00 med instruktør Gerd Teigen. Gratis for medlemar	Heidi, 41 50 77 52 Lindis ; 90168449
02.02.2022	Årsmøte på Lustraporten	Styret
12.02.22	Likepersonkurs på BesteBakken med kurshaldar Birgitte Harris	Kristin 91703968
01.03.2022	Bading og pizza i Lustrabadet kl 18.00 med instruktør Gerd Teigen. Gratis for medlemar	Heidi, 41 50 77 52 Lindis ; 90168449
Mars	Matkurs for inntil 20.pers, truleg på vidaregåande i Sogndal. Sender ut informasjon og påmelding når det nærmer seg	Lindis, 90168449/ Katrine , 90885798
29.03.2022	Bading i Lustrabadet kl 18.00 med instruktør Gerd Teigen. Gratis for medlemar	Heidi, 41 50 77 52 Lindis ; 90168449
26.04.2022	Bading og pizza i Lustrabadet kl 18.00 med instruktør Gerd Teigen. Gratis for medlemar	Heidi, 41 50 77 52 Lindis; 90168449
01.06.2022, kl 17.00	Tur til dagsturhytta i Lærdal og omvisning på Øyri. Mat i etterkant, eventuelt med niste. Kjentperson; Lisbeth Skjulhaug	Kristin, 91 70 39 68

23.09.22	Bading i Lustrabadet kl 18.00 med instruktør Gerd Teigen. Gratis for medlemar	Heidi, 41 50 77 52 Lindis; 90168449
September	Mat og prat på kafé, tema er Rosa Sløyfe Årdal	Kristin, 91 70 39 68
25.10.2022	Bading og pizza i Lustrabadet kl 18.00 med instruktør Gerd Teigen. Gratis for medlemar	Heidi, 41 50 77 52 Lindis ; 90168449
02.10.2022	Oktober er Rosa Sløyfe månaden. I år håper me på å arrangere Rosa Sløyfe marsj/ løp i Sogndal	Heidi, 41 50 77 52
Slutten av oktober	Fagdag , arbeider med program, meir info kjem	Lindis, 90 16 84 49 Styret
Medio november	Kurs i glassblåsing med Merete Reim i Aurland, besøk på gardbutikken til jordbruksskolen m.m. Vil bli ein eigenandel. Vi kjem tilbake med meir info.	Anja, 95 00 45 58 Lindis ; 90168449
November	Juleverksted /julemiddag for Årdal	Kristin, 91 70 39 68
29.11.2022	Bading i Lustrabadet kl 18.00 med instruktør Gerd Teigen. Gratis for medlemar	Heidi, 41 50 77 52 Lindis; 90168449
Januar 2023	Årsmøte på ViteMeir, informasjon om Montebello og rettar ein har som kreftsjuk/ ferdigbehandla	styret

Ellers vil vi minne dykk alle på at de kan bidra til Brystkreftforeningen Sogn sin økonomi via Norsk Tipping sin Grasrotandel. Sjå Norsk Tipping sine nettsider for meir informasjon.