



Sarpsborg, Fredrikstad og Halden

*Innkalling til årsmøte
og
program for våren 2019*



Brystkreftforeningen sentralt tlf. 21492479

Godt nytt år til dere alle!

Du innkalles til
ÅRSMØTE TIRSDAG 5. FEBRUAR 2019 KL. 18.30
PÅ KAFÈ ØKS I FERJESTEDSVEIEN 5, 1606 FREDRIKSTAD.

Agenda for årsmøtet:

- **Årsberetning**
- **Regnskap**
- **Valg**
- **Evt. Innkomne saker**

Servering og utlodning. Ta gjerne med gevinst.

Dersom du har noe du ønsker at årsmøtet skal behandle, ber vi om at du tar kontakt med Unni på mail unnhan@hotmail.com eller ringer henne tlf. 458 61 600 innen 30.01.19.

Januar

- Medlemsmøte tirsdag 15. på Helsehuset i Sarpsborg kl. 18.30. Koordinatorene i våre tre kommuner informerer om tilbudene som finnes til oss. Enkel servering og loddsalg. Ta gjerne med en gevinst.

Februar

- Årsmøtet tirsdag den 5. kl. 18.30. Se innkalling over.

April

- Medlemsmøte mandag 29. på Helsehuset i Sarpsborg kl. 18.30. Foredragsholder Eli Marie Grindedal fra Oslo Universitetssykehus. Arvelig brystkreft. Enkel servering og loddsalg. Ta gjerne med gevinst.

Mai

- Sommeravslutning lørdag den 25. Heldagstur til Magnor Glassverk. Vi reiser med Interbuss fra Sarpsborg bussterminal kl. 08.00 og er tilbake ca.kl.19.30. Prisen inkluderer: buss, frokost, omvisning på Mangor inkl. kaffe/ vaffel og lunsj. Vi må være minimum 30 stk. Det er bindende påmelding, VIKTIG: RING på tlf 45861600. Kr. 400 til kontonr. 05310421016 innen 24.april.

Til informasjon

Det er viktig at dere melder ifra til Brystkreftforeningen i Oslo når dere får ny adresse (gate og/eller mail). Dere kan sende mail til post@brystkreftforeningen.no. Vi får adresselistene fra Oslo og sender ut program og mail med de adressene vi får fra dem.

Vi har likepersonstjeneste og lederen er : Ann Kathrine Lund, tlf 48261299. Vi trenger flere likepersoner.

På nyåret åpner vi brukerkontor på Helsehuset i Sarpsborg, åpningstider er ikke fastsatt enda, det kommer til å bli ulike kurstilbud. Kontaktperson: Unni Hansen tlf 45861600.

Vi fortsetter med våre kafétreff.

Fredrikstad: Sted: Quality Coffee & Bar. Kl. 12.00-14.00. Første tirsdagen i mnd.: 8/1 - 5/3 - 2/4 - 7/5 og 4/6

Sarpsborg: Sted: Kaffeliten. Kl. 12.00-14.00. Andre tirsdagen i mnd.: 15/1 - 12/2 - 12/3 - 9/4 - 14/5 - og 11/6

Halden: Sted: Wayne`s Coffee, Tistasenteret. Kl. 18.00-20.00. Andre onsdagen i mnd.: 9/1 - 13/2 - 13/3 - 10/4 - 8/5 og 12/6. Trivselstua, Helsehuset kl.11.30-13.30.: 29/1 - 19/2 - 26/3 - 30/4 og 28/5. Kreft-trim hver tirsdag kl. 12.30 - 13.30.

Blekkspruten, Rolvsøy

Tilbudet om vanngymping fortsetter som tidligere.

Man. kl 13.30-14.30 ons. kl 19.30-20.30 og fre. kl. 13.30-14.30. Det er flere ledige plasser både ons og fre. En gratis prøvetime.

Ta gjerne kontakt med Unni tlf 45861600, for mer informasjon.

Vanngymping er spesielt bra for de som har lymfødem i armen og de som har muskler - og skjelettsmerter.

Helsehuset Sarpsborg

Medisinsk yoga annenhver man. kl. 16.30 - 17.30 med Frode Henriksen, foreløpige datoer : 14/1 - 28/1 - 11/2 - 25/2 og 11/3, er vi mange nok,

fortsetter vi fram til juni. Påmelding: RING Unni på tlf 45861600,
Egenandel kr. 500, konto: 05310421016 innen 20. jan.

Fredrikstad Idrettsmedisin

Styrketrening med fysioterapeut hver tirs. Kl.17.00 - 18.00, med oppstart
8/1. Foreløpig 10 ganger. Påmelding: RING Unni på tlf 45861600,
Egenandel kr. 500, konto: 05310421016 innen 20. jan.

St. Croix Fredrikstad

Malekurs med instruktør annenhver tors. Kl. 19.30 - 21.30 :10/1 - 24/1 -
7/2 - 7/3 - 21/3 - 4/4 - 2/5, 16/5 og 23/5. Egenandel kr 200. konto:
05310421016 innen 20. jan.

GRASROTANDEL

Vi tar med glede imot penger fra Grasrotandelspotten. Når du tipper, er
det bare å si ifra at du vil støtte Brystkrefthforeningen Sarpsborg,
Fredrikstad og Halden. Org.nr. 912004740. Da finner maskinen fram til
oss. Takk for støtten!

Søk oss gjerne opp på **FACEBOOK – Brystkrefthforeningen
Sarpsborg, Fredrikstad og Halden.**

Avsender: Brystkrefthforeningen Sarpsborg, Fredrikstad og Halden
v/ Unni Hansen, Svrinveien 1A, 1636 Gamle Fredrikstad.