



SANDEFJORD KREFTFORENING

Orgnr 983 893 325

Vippsnr 115466

Gavekonto 9488 05 84841

post@sandefjordkreftforening.no

Facebook.com/Sandefjord-Kreftforening

KREFTOMSORGSTEAMET:

Kreftsykepleier Marit Bjelland – tlf 928 98 503

Kreftsykepleier Silje Kvestad – tlf 409 07 831

Kreftsykepleier Tina Haugen – tlf 909 64 911

Veileder og samtalepartner Vidar Dalby Landmark
– tlf 409 15 777



SANDEFJORD KREFTFORENING

Vennskap – omsorg – håp

ANDEBU – SANDEFJORD – STOKKE

AKTIVITETSOVERSIKT

(se også: www.sandefjordkreftforening.no)

MANDAG:

- **Gå-gruppe** rundt Bugårdsdammen, Sandefjord. Fra kl. 13:00 -14:30. Vi går det vi klarer. Ingen påmelding - bare møt opp. PS: Ingen aktivitet på vinteren.
- **BASSENGTRENING** – Sandefjord Medisinske Senter. Kl 1130–1330. Ta kontakt på tlf 990 18 109 - 908 41 247

TIRSDAG:

- **«TIRSDAGSTREFFET»**
Prinsensgate 4-6, 3211 Sandefjord.
Fra kl 11:00 -12:30. Lunsj-treff for pasienter og pårørende.
Ingen påmelding. Gratis.

ONSDAG:

- **Treningsgruppe (Gruppe 3)** på TEAM TRENINGSSENTER, Ranvikskogen 2, 3212 Sandefjord. Fra kl. 11:30 -12:30. Treningstilbud til medlemmer av Sandefjord Kreftforening, som har kreftrelaterte helseutfordringer. Ta kontakt på tlf 990 18 109. Gratis.
- **Treningsgruppe (Gruppe 2B)** på Sandefjord Medisinske Senter. Fra kl 10:00 -11:00. Treningstilbud til medlemmer av Sandefjord Kreftforening, som har spesielle kreftrelaterte helseutfordringer. Liten gruppe med individuell oppfølging av fysioterapeut. Ta kontakt med kreftsykepleier. Gratis.

ONSDAG:

- **Medlemsmøter** avholdes i Prinsensgate 4-6, 3211 Sandefjord, hver andre onsdag i måneden. Kl 1800 (se mer www.sandefjordkreftforening.no)

TORSdag:

- **Treningstilbud** på Sandefjord Medisinske Senter, i regi av Sandefjord kommune. Fra kl 10:30 -11:30. Treningstilbud i liten gruppe for de som har behov for ekstra tett oppfølging av fysioterapeut. Krever henvisning. Ta kontakt med kreftsykepleier.
- **Treningsgruppe (Gruppe 2A)** på TEAM TRENINGSSENTER, Ranvikskogen 2, 3212 Sandefjord. Fra kl 10:00 -11:00. Treningstilbud til medlemmer av Sandefjord Kreftforening som har spesielle kreftrelaterte helseutfordringer. Liten gruppe med individuell oppfølging av fysioterapeut. Ta kontakt med kreftsykepleier. Gratis.
- **Aktiv på dagtid** – Prinsensgate 4-6, 3211 Sandefjord: Et sosialt felleskap for medlemmer av Sandefjord Kreftforening, hvor aktiviteten er strikking, syng, hekling og andre former for håndarbeid/aktivitet. Annenhver torsdag kl 1000 – 1400. Ingen påmelding, - bare møt opp.

AKTUELLE KURS: Ta kontakt med kreftsykepleier.