



## SANDEFJORD KREFTFORENING

Orgnr 983 893 325

Vippsnr 115466

Gavekonto 9488 05 84841

[post@sandefjordkreftforening.no](mailto:post@sandefjordkreftforening.no)

[ung@sandefjordkreftforening.no](mailto:ung@sandefjordkreftforening.no)

[Facebook.com/Sandefjord-Kreftforening](https://www.facebook.com/Sandefjord-Kreftforening)

[Facebook.com/Sandefjordkreftforeningung/](https://www.facebook.com/Sandefjordkreftforeningung/)

[www.sandefjordkreftforening.no](http://www.sandefjordkreftforening.no)



## SANDEFJORD KREFTFORENING

SANDEFJORD KREFTFORENING UNG

Vennskap – omsorg – håp

ANDEBU – SANDEFJORD – STOKKE

## AKTIVITETSOVERSIKT

(oppdatert 12.02.2025)

### KREFTOMSORGSTEAMET:

Kreftsykepleier Marit Bjelland – tlf 928 98 503

Kreftsykepleier Silje Kvestad – tlf 409 07 831

Kreftsykepleier Tina Haugen – tlf 909 64 911

Veileder/samtalepartner Vidar Dalby Landmark –  
tlf 409 15 777

### MANDAG:

- **Gå-gruppe** rundt Bugårdsdammen, Sandefjord.  
Fra kl. 13:30 -15:00. Vi går det vi klarer.
- **Bassentrening** – Sandefjord Medisinske Senter.  
Kl 11:30–13:30. Ta kontakt med Tone E. Haavardsholm  
tlf 990 18 109 – kontortid mandager kl 0900 -1400.
- **SANDEFJORD KREFTFORENING UNG:**  
**Medlemsmøter** avholdes i Dronningensgate 32, 3211  
Sandefjord, første mandag i måneden, kl 18:00.  
Ta kontakt med Jan Henning Lunde – tlf 906 60 529

### TIRSDAG:

- «**Tirsdagstreffet**»  
Prinsensgate 4-6, 3211 Sandefjord.  
Fra kl 11:00 -12:30. Lunsj-treff for pasienter og  
pårørende. I regi av Kreftomsorgsteamet.  
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 med Tone – 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 behov.  
Ta kontakt med Kreftomsorgsteamet. Gratis.

### ONSDAG:

- **Medlemsmøter** avholdes i Prinsensgate 4-6,  
3211 Sandefjord, hver andre onsdag i måneden.  
Kl 1800 (se mer [www.sandefjordkreftforening.no](http://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+2C)** på TEAM  
TRENINGSSENTER, Ranvikskogen 2, 3212 Sandefjord.  
Fra kl 11:15 -12:15/12:15-13:15.  
Treningstilbud til medlemmer av Sandefjord  
Kreftforening som har spesielle behov.  
Ta kontakt med Kreftomsorgsteamet. 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 Kreftomsorgsteamet.