



Et møtested i Frogn for deg som er eller har vært berørt av kreft.

Torsdagskaffen er en møteplass hvor du kan utveksle erfaringer med andre som er i, eller har vært i lignende situasjon som deg. Vi ønsker at det skal være en arena med fokus på livskvalitet og mestring, hvor en kan dele gode råd og tips med hverandre. Både du som har eller har hatt kreft samt pårørende er hjertelig velkommen.

Torsdagskaffen holdes den første og tredje torsdagen i måneden, fra kl **13:30 – 15:00**. Vi møtes i 1.etasje ved Drøbak Hospital. Vi starter gjerne med et halvtimes innlegg, og tar kaffe og noe attåt etterpå. Tilbudet er gratis.

Vårens program er som følger:

- 02.02: **Håp og mening** - Atle Eikeland, Prostdiakon Søndre Follo Prosti
- 16.02: **Rettigheter ved kreftsykdom** – Ulf Wenersgaard, veileder NAV
- 02.03: **Kreft er ikke alt** – Turid Andersen, likeperson
- 16.03: **Munnpleie, råd og tips** – Aud Jorid Kjellsbø Hole, tannpleier
- 06.04: **Gode råd ved dårlig matlyst** – Iren Bylterud Sørensen, Boots Homecare
- 20.04: **Åpent tema**
- 04.05: **Oppmerksomt nærvær, kropp/pust** – Tone Holti, psykiatrisk sykepleier
- 18.05: **Åpent tema**
- 01.06: **Hvorfor være fysisk aktiv?** - Kommunal fysioterapeut
- 15.06: **Sommeravslutning**

Velkommen!!

Torsdagskaffen er etablert av kreftkoordinator Elisabeth Nilsen i samarbeid med Tone Holti fra Enhet for helse og koordinerende tjenester. Ta gjerne kontakt med kommunal kreftkoordinator på tlf 47468526 for spørsmål vedrørende torsdagskaffen.