

Varmt välkomna till

LJUSPUNKTEN

"Ingen ska vara ensam med sin cancer"
Nu startar vi upp vårens träffpunktsaktiviteter

Ljuspunkten Kalendern våren 2020

Gävle, Tullbomsgården

S. Kopparslagargatan 7, Gävle

JANUARI

Mån 27 januari kl 17.00-21.00

Matprat, inspiration med näringsterapeut Catarina Wikström. Vi börjar med soppa 18.00

FEBRUARI

Mån 10 februari kl. 13.00-15.00

Kreativ inspiration. Om skapande med Ann-Britt Schön och Inger Öberg, med melodier av Barbro Hörberg.

Tors 6 februari kl. 17.00-19.00 Snackcafé (prostata)

Mån 24 februari kl 17.00-21.00

Om lymfterapi. Lymftmassör Anette Bergqvist Kungsbergs Friskvård, med start kl. 18.00

MARS

Mån 2 mars kl. 17.00-21.00

Träna må bra och lev.

Om träning och cancer, personligt och inspirerande med Pamela Andersson Alseld, chefredaktör för ToppHälsa. Pamela startar kl. 18.00

Tors 5 mars kl. 17.00-19.00 Snackcafé (prostata)

Mån 16 mars kl. 17.00-21.00

Om hjälpen i livets slutskede.

Palliativa teamet informerar med start kl. 18.00

APRIL

Mån 20 april kl. 17.00-21.00

Om Hildegard av Bingen. Annika Norin berättar om denna intressanta nunna som verkade på 1100-talet.

Tors 2 april kl. 17.00-19.00 Snackcafé (prostata)

MAJ

Mån 18 maj kl. 17.00-21.00

Om rehabilitering. Dietisten Emma Nisukangas mfl. berättar om möjligheter för rehab efter slutförd cancerbehandling, med start kl. 18.00

Måndag 25 maj kl. 10.00-12.00

Promenad i Hemlingby, avslutning vid grillen.

Vi reserverar oss för eventuella ändringar i programmen.

Hudiksvall, Lokal: Spiltan

Brunnsgatan 8, Hudiksvall

JANUARI

Ons 22 januari kl. 18.00

Om strålning, strålsador samt om standardiserade vårdförloppet.

Cancersamordnare Per Fessé

FEBRUARI

Ons 19 februari kl. 18.00

Matprat, inspiration med näringsterapeut Catarina Wikström.

MARS

Ons 4 mars kl. 18.00, Om rehabilitering.

Dietisten Emma Nisukangas berättar om möjligheter för rehab efter slutförd cancerbehandling.

Ons 25 mars kl. 18.00

Om hjälpen i livets slutskede.

Palliativa teamet informerar med start kl. 18.00

APRIL

Onsd 22 april kl. 18.00

Om Hildegard av Bingen. Annika Norin berättar om denna intressanta nunna som verkade på 1100-talet.

MAJ

Ons 20 maj kl. 18.00

Kreativ inspiration. Om skapande med Ann-Britt Schön och Inger Öberg, med melodier av Barbro Hörberg

MARS BOLLNÄS

Kulturhuset Bollnäs

Tis 17 mars kl. 18.00

Om rehabilitering. Dietisten Emma Nisukangas berättar om möjligheter för rehab efter slutförd cancerbehandling, samt presentation av Ljuspunkten och dess föreningar.

Vi finns på Facebook: **Ljuspunkten**

