



Nordre Follo
kommune

Velkommen til turgruppe!

Turgruppen er for **kreftrammede, pårørende og etterlatte**.

Hver torsdag kl. 13.00 møtes en gjeng med turglade mennesker på parkeringsplassen ved Østre Greverud idrettshall. Her treffer du andre i samme situasjon, og i tillegg blir du kjent i marka. Vi legger opp til lette turer med en hyggelig sosial stemning, hvor alle er velkomne. Husk drikke, og kle deg etter forholdene – vi går uansett vær!

Tid:

Torsdager kl. 13.00–15.00. Se turplan på side 2.

Møtested:

Parkeringsplassen ved Østre Greverud idrettshall.

Adresse: Kongeveien 29, 1415 Oppegård

Kontakt:

Kreftkoordinator: Nina Reitan, tlf. 932 99 070

Kreftkoordinator: Ragnhild Sollid, tlf. 959 51 770

Pris/påmelding:

Gratis. Ingen påmelding.

Turgruppen ledes av kreftkoordinatorerne i Nordre Follo.

Vi håper å se deg!

Med vennlig hilsen

Kreftkoordinator Nina Reitan, Ragnhild Sollid og Mona Lyngdal



| Turplan Våren 2020 | Ukedag | Dato | Varighet |
|-----------------------------------|---------------|----------------|-----------------------------|
| | Torsdag | 23.01.20 | Kl.13.00–15.00 |
| | Torsdag | 30.01.20 | Kl.13.00–15.00 |
| | Torsdag | 06.02.20 | Kl.13.00–15.00 |
| | Torsdag | 13.02.20 | Kl.13.00–15.00 |
| | Torsdag | 20.02.20 | Vinterferie |
| | Torsdag | 27.02.20 | Kl.13.00–15.00 |
| | Torsdag | 05.03.20 | Kl.13.00–15.00 |
| | Torsdag | 12.03.20 | Kl.13.00–15.00 |
| | Torsdag | 19.03.20 | Kl.13.00–15.00 |
| | Torsdag | 26.03.20 | Kl.13.00–15.00 |
| | Torsdag | 02.04.20 | Kl.13.00–15.00 |
| | Torsdag | 09.04.20 | Påskeferie |
| | Torsdag | 16.04.20 | Kl.13.00–15.00 |
| | Torsdag | 23.04.20 | Kl.13.00–15.00 |
| | Torsdag | 30.04.20 | Kl.13.00–15.00 |
| | Torsdag | 07.05.20 | Kl.13.00–15.00 |
| | Torsdag | 14.05.20 | Kl.13.00–15.00 |
| | Torsdag | 21.05.20 | Kristihimmelfartsdag |
| | Torsdag | 28.05.20 | Kl.13.00–15.00 |
| Torsdag | 04.06.20 | Kl.13.00–15.00 | |
| Torsdag | 11.06.20 | Kl.13.00–15.00 | |
| Torsdag | 18.06.20 | Kl.13.00–15.00 | |
| Sommerferie | | | |