



Efterår
2024



Lokale tilbud til kræftramte i Hjørring Kommune



Kræftens Bekæmpelse
i Hjørring Kommune

www.cancerhjoerring.dk

Indholdsfortegnelse

Hjørring Kommunes tilbud og Gå-gruppe	3
Palliativ vejleder / hjemmesygeplejen	4
Sorggruppe for børn / Rehpa	5
Kræftrådgivning Aalborg	6
Kræftrådgivning Hjørring og generelt	7
Lokale genoptræningstilbud	8
Kreative aftener for kræftoverlevende med Mette Albæk	11
Motion & Café og Temacafé	12
Rabat til Vandhuset & Vendia Fitness	13
Brystkræftforeningen (tidligere DBO)	14
FOF tilbud	15
Senfølgergruppen for kræftoverlevende i Hjørring Kommune	17
Stafet For Livet Hjørring 2024	18
Lyserød Lørdag	19
Romulus tilbud	20
Kamillus Hjørring	21
Gå en tur i Bøgsted Skov – med Sindal Lokalforening	22
Lokalforeningen i Hjørring	23
Sponsorliste	24

Nyttige links:

www.cancer.dk

www.cancerforum.dk

www.frivillig.dk

www.sundhedscenter.hjoerring.dk

www.fof-vendsyssel.dk

www.brystkraeftforeningen.dk

Opfølgingsprogram: www.sst.dk

www.sundhed.dk/sundhedstilbud

www.cancerforsog.dk

Hjørring Kommunes tilbud om kræftrehabilitering



Har du fået kræft, kan vi støtte og vejlede dig til en god hverdag. Hjørring Sundhedscenter tilbyder forløb der er sammensat efter dine behov ud fra de tilbud der er til rådighed indenfor den kommunale kræftrehabilitering.

Vi er en tværfaglig gruppe der består af sygeplejersker, fysioterapeuter, ergoterapeuter og diætist. Vi kan sammen med dig arbejde for, at din hverdag bliver så god som mulig. Du kan selv henvende dig til os eller blive henvist fra sygehuset eller din praktiserende læge.

Tilbuddet på sundhedscenteret kan indeholde kræftkursus, træning på hold, vejledning ved diætist, ergoterapeut og sygeplejerske samt i håndtering af mentale udfordringer.



Gå-gruppe

Vi har en gå gruppe hvor kræftramte borgere og deres pårørende er velkommen til at deltage. Det er et uformelt socialt samtalerum hvor der kan drøftes store som små problemstillinger og udfordringer deltagerne står med.

Du kan ringe til Sundhedscenter Hjørring på tlf. 7233 5600 eller sende en email til hjoerringsundhedscenter@hjoerring.dk - og du vil blive kontaktet.

Palliativ vejleder/hjemmesygeplejen

Som et supplement til kræftrehabiliteringsforløbet, er det muligt at få kontakt med en palliativ vejleder, som er ansat i kommunens hjemmesygepleje.

Den palliative vejleder samarbejder med Sundhedscenteret omkring kræftrehabiliteringstilbuddet, hvor målet er at vores borgere oplever sammenhæng i kommunens tilbud.

Den palliative vejleder har særlig viden ifht. de problemstillinger, der for borgere og deres pårørende, kan følge med kræftsygdom og behandling.

Den palliative vejleder vil give besøg i hjemmet efter aftale og behov.

Kontakt hjemmesygeplejen på 72 33 64 00 på hverdage 8-14, så vil den palliative vejleder ringe dig op snarest muligt.

Øvrige tilbud i Hjørring Kommune

Team for Lindrende Behandling, Hjørring (tidligere Det Palliative Team)

Team for Lindrende Behandling er primært et udekørende team, men har også enkelte ambulante forløb på hospitalet.

Teamet har til opgave at yde den bedst mulige lindrende behandling, omsorg og psykosocial støtte til gavn for patienter med uhelbredelig sygdom, hvor helbredelse ikke længere skønnes muligt, og til støtte for deres pårørende.

Formålet er at sikre patienten en god livskvalitet i den sidste tid. Vi tilbyder lindrende behandling og støtte til patienter med blandt andet kræft samt patienter med kroniske sygdomme i den sidste fase.

Kræftpatienter med behov for lindrende behandling kan henvises til enhed for lindrende behandling på Regionshospital Nordjylland. Henvielsen kan komme fra praktiserende læge eller sygehuslæge. Enheden kan kontaktes på tlf. 97 64 04 90. Telefontid mandag - fredag kl. 8.15 – 14.00.

Enheden arbejder tæt sammen med hospice Vendsyssel i Frederikshavn.



Sorggruppe for børn

I Hjørring kommune er der en sorggruppe for børn og unge, der har mistet en mor, far, søster eller bror. Her kan børnene dele tanker og følelser med andre. Inden man optages i gruppen kommer barnet/den unge og deres forældre til samtale med gruppelederne.

Læs mere på www.hjoerring.dk og søg på "Sorggruppe for børn"
Mail: kloevergaarden.postkasse@hjoerring.dk

For flere oplysninger og deltagelse kan du henvende dig til Familiehuset Kløvergården på tlf. 72334970.
Telefontid er mandag – fredag mellem kl. 8.00 og 14.00.

Rehpa - videnscenter for rehabilitering og Palliation

Vi samler den nyeste viden fra vores egen og andres forskning og peger på, hvad du kan få af hjælp og hvor.

- Lever du med en livstruende sygdom som fx kræft?
- Er du rask efter at have været i behandling for en livstruende sygdom?
- Er du pårørende til et menneske, som lever med eller er rask efter en livstruende sygdom?

Så kan du her på REHPAs hjemmeside finde en lang række informationer om rehabilitering og lindring af fx fysiske smerter. Vi samler den nyeste viden fra vores egen og andres forskning, og peger på, hvilken hjælp du kan få og hvor. Du kan læse mere på dette link:

<http://www.rehpa.dk/borger/>



Kræftrådgivning i Aalborg

Kræftens Hus i Aalborg har en bred vifte af tilbud til alle, der er berørt af kræft. Huset tilbyder bl.a. terapeutiske samtaler og rådgivning, og du kan bare komme ind uden tidsbestilling.

Ønsker du at aftale en tid, er det også muligt ved henvendelse til Kræftens Bekæmpelse i Aalborg, tlf. 70 20 26 85 eller aalborg@cancer.dk

Du kan finde os på www.cancer.dk og på [Facebook](#)

Åben rådgivning i Aalborg

Steenstrupsvej 1, tlf. 70 20 26 85

aalborg@cancer.dk

www.cancer.dk

Åbent: Mandag, tirsdag, onsdag og torsdag kl. 10-16. Fredag kl. 10-13

Husk de generelle råd om smitteforebyggelse.

Uden for kræftrådgivningens åbningstid kan du som altid ringe til Kræftlinjen alle hverdage kl. 9-21 og lørdag-søndag kl. 12-17 på 80 30 10 30.

Kræftlinjen har lukket på helligdage.



Kræftrådgivning i Hjørring

Tidspunkt: Første mandag i måneden kl. 9-14.
Ingen rådgivning i juli måned.

Rådgivningen finder sted i Sundhedscentret, Bistrupvej 3 i Hjørring.

Her kan du komme frem med alle dine ubesvarede spørgsmål i forbindelse med din kræftsygdom f.eks. omkring din jobsituation, raskmelding, familieproblemer mm.

Tidsbestilling nødvendigt ved henvendelse til Kræftens Bekæmpelse i Aalborg på tlf.: 70 20 26 85

Generel kræftrådgivning

Få gratis telefonrådgivning på Kræftlinien

Tlf. 80 30 10 30. Åbent alle hverdage kl. 9 – 21, weekender kl. 12 – 17.
Kræftlinien har lukket på helligdage.



Lokale tilbud i samarbejde med Kræftens Bekæmpelse i Hjørring

Fysisk træning for kræftramte kvinder v/ fysioterapeut Gerda Nørgaard

Kurset er for kvinder, der har haft kræft inden for de seneste år.

OPSTART: 9. september 2024 kl 16:30 – 18:00

Tid: Mandage kl. 16:30 – 18:00

Sted: Hjørring Sundhedscenter, Bistrupvej 3, 9800 Hjørring

Tøv ikke med at kontakte fysioterapeut Gerda Nørgaard, hvis du har spørgsmål til træningsforløbet.

Tilmelding: Gerda Nørgaard tlf. 41 42 60 54, gerne SMS, men også ok med opringning.



Motion og fysisk træning for kræftramte mænd v/ Herman Søberg

OPSTART: 3. september 2024.

Tid: Tirsdage kl. 16.00 – 17:00

Sted: Hjørring Sundhedscenter, Bistrupvej 3, 9800 Hjørring.

Kurset er for mænd med alle former for kræft. Alle er velkomne og vi har aldrig venteliste. Hovedtemaet er som vanligt smidighed, balance, vejrtrækningstræning og socialt samvær.

Motto: Der er plads til alle, så tøv ikke med at møde op eller kontakte instruktøren.

Kurset er et samarbejde mellem Kræftens Bekæmpelse og Prostataforeningen PROPA.

Tilmelding til: Herman Søberg, tlf. 29 10 45 52 eller pr. mail:
soberg37@gmail.com



Malerhold for kræftramte og tidligere kræftramte

OPSTART: 28. august 2024.

Sidste gang i efterårssæsonen er den 27. november 2024

Der er plads til nye på holdet.

Tid: Onsdage kl. 13.00 – 16.00

Sted: Vendsyssel Kunstmuseum i Hjørring

Underviser: Eigil Mørch

På kurset vil du gennem kreativ udfoldelse på lærred få mulighed for at få bearbejdet dine følelser, og på den måde måske komme videre med dit liv.

Det er gratis at deltage. Vi får en kop kaffe undervejs.

Tilmelding: Christa Hederstierna, tlf. 24 44 37 11 eller pr. mail: hstjerne@has.dk

Kreative aftener for kræftoverlevende

v/ Mette Albæk

Arrangementerne er et samarbejde mellem Kræftens Bekæmpelses lokalafdeling i Hjørring og Mette Albæk design.

Tid: Tirsdage kl. 19 - 21.30

Sted: Mette Albæk Design. Tårsvej 40, 9870 Sindal

Der er følgende mødedage hos Mette Albæk design i Lendum:
20. august, 24. september, 22. oktober og 26. november 2024

Vi oplever ofte, at det at udfolde sig kreativt har gavnlige effekter på stress, angst, depression og kroniske smerter.

Håndarbejde kan hjælpe os til at bevare et sundt sind og fremme vores mentale sundhed. Kreativ udfoldelse kan give et tiltrængt pusterum. På disse kreative aftener kan du sammen med ligestillede få et sted, hvor du kan strikke eller hækle, slappe af, hente erfaringer, dele og bare være.

Disse aftener vil blive brugt til hyggeligt samvær, hvor der er mulighed for hjælp til at finde det rigtige håndarbejde i forhold til dine eventuelle senfølger, som er kommet i forbindelse med din sygdom og behandling. Mette kan hjælpe dig med at finde et håndarbejdsprojekt, hvor du kan opnå en terapeutiske effekt.

Det handler om mindfulness, flow, motivation og trivsel, hvor håndarbejdet og samvær med ligestillede er det fælles.

Tilmelding

Der vil også i 2024 være en egenbetaling på 50 kroner som betales direkte til Mette Albæk på selve dagen. Tilmelding til dorthehostrup@godmail.dk tlf 40 59 46 03 og senest på selve dagen kl. 12.00.

Om Mette Albæk

Mette Albæk er uddannet sygeplejerske, neuropædagog, taktilpædagog og NLP practitioner.



Hun har gennem 30 år som sygeplejerske arbejdet med mennesker i sorg og krise. Hun arbejder også med neuropædagogik, hjernens funktion og kognitive problemers indflydelse på mennesker med skader i hjernen, enten efter direkte skader eller som følge af fx kemoterapi.

Mette er certificeret i håndarbejdspsykologi ved psykolog Anne Kirketerp. Med denne baggrund hjælper hun med at få håndarbejdspassionen til at blomstre og håndarbejdsprojekterne til at blive det mentale fitnesscenter.



Motion & Café

Fra den 14. august starter vi igen op med café i umiddelbar forlængelse af tilbuddet om træning til kræftpatienter.

Det er et samarbejde mellem Hjørring kommune og Kræftens Bekæmpelse.

Formålet med cafeen er at skabe et frirum, hvor der er plads til samvær og erfaringsudveksling med ligesindede. Det er frivillige, der understøtter samtalen og skaber en hyggelig ramme for det sociale samvær.

Det er gratis café, te, småkager, frugt og mere på bordet.

Temacafé

Den første onsdag i måneden inviterer vi en kompetent og spændende gæst til at holde en kort tale om et emne. Efterfulgt af mulighed for spørgsmål og diskussioner.

Temacafeen er gratis og forgår uden tilmelding. Tema vil blive annonceret på forhånd.

OPSTART: 14. august 2024

Tid café: Hver onsdage kl. 9:30 - 10:45

Tid temacafé: Hver den første onsdag i måneden kl. 9:30 - 10:45

Sted: Sundhedscenteret foyeområde

Selvom cafeen starter umiddelbart efter Hjørring Kommunes tilbud om træning til kræftpatienter, så er tilbuddet også åbent for andre kræftpatienter.

Venlig hilsen Caféteamet

PARKVENDIA
VANDHUSET

VENDIAFitness FORENING SIDEN 1981



Få rabat på genoptræning med din lokalforening

Fordelagtige rabatter på træning i VendiaFitness

F.eks. Kontrakt **KUN 180,-** pr. måned (PBS aftale)
eller
3 måneders medlemskab (normalpris 995,-) **KUN 695,-**
Se de andre rabataftaler på www.cancerhjoerring.dk

- kan sættes i bero fra min. 1 måned ad gangen (15,- pr. md.)
- tilbud om personligt træningsprogram og oplæring
- du er velkommen til at komme og få en prøvetime

Rabat på indgangsbilletten til Vandhuset

1 voksen (normalpris 45,-) **KUN 35,-**
1 barn (normalpris 33,-) **KUN 25,-**

Du kan tage en ledsager med til samme pris. Der udstedes kort ved tilmelding, og kortet skal fremvises.

Tilmeld dig hos Sanne på tlf. 21 14 51 96 eller mail: sannej1963@gmail.com

Brystkræftforeningen



Brystkræftforeningen (DBO)

DBO kreds Vendsyssel er nedlagt, og der er kommet en kreds i Nordjylland med udgangspunkt i Aalborg.

Foreningen har i den forbindelse skiftet navn.

Foreningen hed frem til marts 2023 Dansk Brystkræft Organisation (DBO), hvilket stadig er foreningens sekundære navn.

Foreningens primære navn er fremover **Brystkræftforeningen**.

Du kan læse mere om foreningens arbejde på www.brystkraeftforeningen.dk samt følge os på Facebook.

Vil du være del af den nye kreds Nordjylland, så er du velkommen til at kontakte os her: www.brystkraeftforeningen.dk/lokalkredse/nordjylland

Kreds Nordjylland holder til i Kræftens Bekæmpelses rådgivning på Steenstrupsvej 1, 9000 Aalborg.

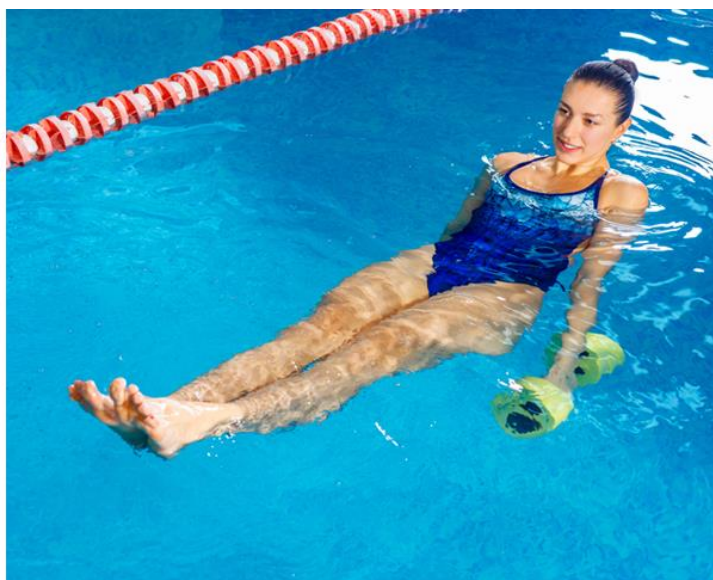


FOF Vendsyssel

i samarbejde med



Kræftens Bekæmpelse



FOF tilbud i samarbejde med Kræftens Bekæmpelse i Hjørring

Bevægelse for kræftramte

v/ Merete Bonde Pilgaard, sygeplejerske.

Det er bevægelsesformer som understøtter kroppens egen helingsproces og kan bruges som supplement til anden rehabilitering (eller behandling) ud fra den tanke at krop, sind og følelser er tæt forbundet. Øvelserne er blide og rolige. Alle kan være med. Du kan lave øvelserne på en yogamåtte, stående eller siddende på en stol.

Hold 44369

Tid: Onsdag 16:00 - 17:00 **Start:** 11-09-24 **Mødegange:** 12 **Pris:** 782,- kr.

Sted: Vendia Hallen, lok. aktivitetsal 2, Thomas Morildsvej 11, Hjørring

Yoga for kræftramte Specialhold

Underviser: Grethe Mariann Maurseth, yogainstruktør

- Tilrettelagt i samarbejde med Kræftens Bekæmpelse.

Aktiv hensyntagende yoga for nuværende og tidligere kræftramte. Øvelserne tilpasses den enkelte, så alle kan være med. Med yogaøvelser, åndedrætsteknikker og afspænding skaber vi fysiske og mental balance og optimerer betingelserne for restitution, styrke og sundhed

Hold 44480

Tid: Tirsdag 13:20 - 14:30 **Start:** 10-09-24 **Mødegange:** 12 **Pris:** 893,- kr.

Sted: FOF Din Yoga Skole, lok. sal 1, P. Nørkjærs Plads 9 2. Th., Hjørring (her er elevator)



Varmtvandstræning for kræftramte Specialhold

v/ Zetty Jørgensen, social- og sundhedsass.

For alle - uanset alder og køn - der er i eller har afsluttet en kræftbehandling.

Hold 44570

Tid: Torsdag 12:20 - 12:45 **Start:** 05-09-24 **Mødegange:** 13 **Pris:** 545,-

Hold 43571

Tid: Torsdag 13:15 - 13:40 **Start:** 05-09-24 **Mødegange:** 13 **Pris:** 545,-

Hold 43572

Tid: Torsdag 14:15 - 14:40 **Start:** 05-09-24 **Mødegange:** 13 **Pris:** 545,-

Sted: Vandhuset, lok. bassin 32 gr., Børge Christensensvej 4, Hjørring

Bemærk den lavere pris. Kræftens Bekæmpelse lokalafd. Hjørring støtter med tilskud.

Tilmelding til

FOF, Vestbanegade 5, 1. sal, 9800 Hjørring, tlf.: 70 25 50 50

www.fof-vendsyssel.dk



Netværksgruppe for kræftoverlevende med senfølger

Netværksgruppen er for personer, der oplever senfølger efter kræft.

I gruppen støtter og hjælper vi hinanden med at tackle de problemer, som kræftsygdommen samt behandlingerne har medført for den enkelte.

Som nyt medlem af gruppen vil du møde ligesindede, som gerne vil lytte, hjælpe dig og fortælle om deres egne erfaringer. Vi har aftalt, at vi har tavshedspligt.

**Vi mødes på Sundhedscentret, Bistrupvej 3, 9800 Hjørring
den første tirsdag i hver måned fra kl. 16 – 18.**

I 2024 mødes vi:

- 6. august**
- 3. september**
- 1. oktober**
- 5. november**
- 3. december**

Nærmere oplysninger kan fås hos gruppens to tovholdere ved netværksgruppen Hjørring.

Anette Dam Hansen: anettedamhansen@hotmail.com / 2362 4460
Inge Holst Frederiksen: inge.hf@hotmail.com / 2392 4249



Stafet For Livet i Hjørring 2024: **10-ÅRS JUBILÆUM**

Stafetten i Hjørring afvikles i sidste hele weekend i august.

Tid: Lørdag den 24. august kl. 10.00 til søndag den 25. august.

Sted: Dyrskuepladsen i Hjørring, Halvorsmindevej 31, 9800 Hjørring

Her kan vi afholde en stafet med åbningstale, fighterrunde, underholdning, lysceremoni, holdtelte, scene, storskærm og en bane på 525 meter.

På stafettens facebookside vil der være livestreaming af aktiviteter under hele arrangementet. De enkelte hold og den enkelte deltager er meget velkomne til at optage egne aktiviteter, der kan offentliggøres på stafettens facebookside.

Du kan oprette hold, tilmelde dig på eksisterende hold eller tilmelde dig som fighter på stafettens hjemmeside. Det er også muligt at købe en lyspose.

www.stafetforlivet.dk/stafet/hjoerring

Du kan også følge Stafet For Livet i Hjørring på Facebook:
Stafet For Livet Hjørring



Lyserød lørdag i Hjørring

Tid: Lørdag den 5. Oktober 2024 kl. 10.00-13.00

Sted: Metropol Shoppingcenter, Hjørring

Lyserød Lørdag er en landsdækkende event under Støt brysterne kampagnen, som indsamler penge til brystkræftsagen i uge 40.

Igen i år vil lokalforeningen være repræsenteret i Metropolen i Hjørring, hvor du kan købe forskellige produkter som smykker, tørklæder, indkøbsnet mm. Der er desuden mulighed for at få en gratis kop kaffe og købe en "Støt brysterne-muffin".

Vi håber at se dig til Lyserød Lørdag.

Har du som frivillig eller erhverv lyst til at deltage og lave dit eget Lyserød Lørdag arrangement, kan du læse mere og tilmelde dig her:

<https://www.frivillig.dk/frivillige-aktiviteter-p2/fundraising/lyseroed-loerdag/>



Romulus tilbud

Til alle i Hjørring kommune der har, eller har haft kræft.

Det er lykkedes lave et super godt tilbud i samarbejde med Romulus ved Skallerup Seaside Resort.

Der bliver mulighed for at få en aften med lidt selvforkælelse og en god snak med ligesindede.

Der bliver mulighed for at få lidt at spise og drikke med efterfølgende adgang til Romulus inkl. Saunagus.

Arrangementet støttes af Kræftens Bekæmpelse i Hjørring.

Pris:

Romulus 200,- kr. (halv pris)

Spisning 109,- kr.

Kræftens Bekæmpelse i Hjørring giver et tilskud på 50,- kr. til ROMULUS og et tilskud på 59,- kr. til spisning.

DIN pris for spisning og Romulus er KUN 200,- kr.

Du kan også vælge kun at deltage i en af delene.
Romulus 150,- kr. eller spisning 50,-

Betaling skal indbetales på MobilePay 7509DU. I beskedfeltet skriver du, om du deltager i begge dele eller om det er spisning eller Romulus.

Tid: 4. november 2024 kl. 17.30

Tilmeldingsfrist: mandag den 21. oktober.

Sted: Nordre Klitvej 21, Skallerup, 9800 Hjørring

Der startes med spisning på første sal ved Romulus kl.17.30, og derefter er der adgang til selve Romulus og kl. 19.00 vil der være saunagus.

PS. Der er fri frugt kaffe the og vand i Romulus området

Vi glæder os til at se dig - vel mødt.





Kamillus Hjørring

Kamillus Hjørring er en frivillig besøgstjeneste for mennesker med livstruende sygdomme og for døende i hele Hjørring Kommune.

Den frivillige kommer på familiens betingelser og fokuserer på den syges og familiens behov og ønsker. Tankegangen bag vores indsats er at give den syge og de pårørende den bedst mulige omsorg og støtte. Man påtager sig selvfølgelig ikke plejeopgaver.

Kerneydelserne er: adspredelse, tryghed og nærvær.

Alle frivillige har tavshedspligt.

Der tilbydes besøg dag, aften og nat både i private hjem og på ældrecentre.

Vi samarbejder med den kommunale hjemmepleje, personalet på alle ældrecentre og palliationssygeplejerskerne ved Regionhospital Nordjylland.

Vi er 4 koordinatore, der på skift har telefonen i lommen og kan kontaktes alle ugens dage både af professionelle og private personer.*

Kontakt koordinatorene på tlf. 23 41 30 68 for yderligere oplysninger.

Du kan også henvende dig skriftligt, på e-mail: frivillig@kamillus.dk

Eller du kan læse mere om os på www.kamillus.dk/hjorring



Lokalforeningen for Kræftens Bekæmpelse i Sindal

Efterårsaktivitet i Sindal lokalforening 2024 Gå tur i Bøgsted Skov

I Sindal Lokalforening har vi den årlige "Gå en Tur med Kræftens Bekæmpelse", søndag den 29. september fra kl. 10 - 14.

Turen er indledningsvis planlagt til Bøgsted Skov med naturvejleder Jakob Kofoed som guide. Turen udgår fra og slutter ved "Skovbo", Skovbovej 151, 9800 Hjørring.

Undervejs fortæller Jakob Kofoed om skovens træer, dyr og planter.

Midtvejs er der hvil, hvor der bliver serveret forfriskninger. Turen er cirka 5 kilometer. Alle er velkommen.

Der er et mindre deltagergebyr. Evt. overskud går til Kræftens Bekæmpelse. Turen er IKKE egnet for gangbesværede.

En detaljeret invitation udsendes senere.

Kontakt: Niels Helver, formand: nhelver@gmail.com 5186 6088
Find os på cancer.dk under Sindal lokalforening





Lokalforeningen for Kræftens Bekæmpelse i Hjørring

Mødeaktiviteter i Hjørring lokalforening 2024

Sted: Frivilligcenter Hjørring, Østergade 9, 9800 Hjørring

Tid: Kl. 19.00 til 20.30

Bestyrelsesmøder - datoer:

Onsdag den 24. juli 2024

Onsdag den 4. september 2024

Onsdag den 16. oktober 2024

Onsdag den 27. november 2024

Onsdag den 18. december 2024

Bestyrelsen i Hjørring:

Teddy Krieger (Formand)

fri-krieger@cancer.dk

Tel.: 29 25 05 25

René Lauritzen (Næstformand)

Helmuth Zickert (Kasserer, Stafet for Livet)

Thomas Mark (Sekretær, Motion & Café)

Ib Gosmer (Landindsamlingen)

Alice Kæhlershøj (Solkampagnen)

Hanne Møller Kristensen (Folder, Web og Facebook)

Carsten Pedersen (Suppleant)

Følg os på

Facebook under "Kræftens Bekæmpelse Hjørring Kommune"
eller på www.cancerhjoerring.dk

1000 tak til vores sponsorer:



Hjørring Sundhedscenter



Hjørring Kommune



VENDSYSSEL KUNSTMUSEUM
HJØRRING



Hjørring Sognegård



Sparekassen
DANMARK

PARKVENDIA
VANDHUSET



VENDIA **Fitness** FORENING SIDEN 1981