



Pusterommet stengt fra 25. juni. Åpner man. 3. aug. 2026

Pusterommet tilbyr tilpasset aktivitet i grupper og individuelt for pasienter før, under og 4 - 6 mnd. etter avsluttet kreftbehandling. For pasienter med kronisk kreft gis gruppetilbud i ett år med ny individuell vurdering om videre trening etter dette. Henvising fra lege kreves for å delta.

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
(opptatt frem til kl. 10)	Konsultasjoner/opptatt	09:00 – 10:30 Egentrening	(opptatt frem til kl. 10)	Stengt
10:30 UNG gruppa (20-45 år) Styrkesirkel og strekk/avspenning	10:30 Lett styrke og strekk 45 min	10:30 Spinning 30 min 10:30 Styrke 50 min	10:30 Styrke yoga 30 min 11:00 Mediyoga 45 min	
Dialoggrupper 12-13		Pusterommet stengt 12 –13:15		Dialoggrupper 12-13
13.15-15:00 Egentrening	13:15 – 15:00 Egentrening (Åpen gruppe)	13.15 – 15.00 (Egentrening)	13:15 – 15:00 Egentrening	Stengt

Kontakt Pusterommet på 90283724 for spørsmål om tilbudet. Dialoggrupper og gruppetilbud på 443 kr i egenandel til frikort er nådd.

[Trene hjemme? På aktivmotkreft.no finner du de digitale tilbudene på Pusterommet LIVE/HJEMME.](https://aktivmotkreft.no)



Lovisenberg Diakonale Sykehus