



HFU i Follo sommeråpningstider 2025



Uke	Nordre Follo HFU Ski Timebestilling til p-stav og spiral, ellers drop-in Tlf: 64878661 Selvtest alle dager 8.30-15.30	Nesodden HFU Berger helsestasjon Drop-in	Ås HFU Drop-in mandag og onsdag. Ellers konsultasjon etter avtale. Tlf: 64962240 eL. hfu@as.kommune.no Vi er også på helsenorge.	Vestby HFU Timebestilling for spiral og p-stav, ellers drop-in. Tlf: 64 98 03 50	Frogn HFU Timebestilling til p-stav, spiral og psykisk helse, ellers drop-in. Tlf: 64906262	Enebakk HFU Timebestilling Tlf: 64992210	
25	Mandag + torsdag 14.30-17.30	Mandag 11.00-15.00	Mandag: 08.30-11.00 Onsdag: 14.30-19.00	Tirsdag 15.00 -17.30	Mandag 14:30- 17:30	Torsdag 14.00-15.30	
26	Mandag + torsdag: 14.30-17.30	Mandag 11.00-15.00	Mandag: 8.30 – 11.00 Onsdag: 14.30-19.00	Tirsdag 13.00 - 14.30	Mandag 14:30- 17:30	Torsdag 14.00-15.30	
27	Mandag: 12.00-15.00 Torsdag 12.00-15.00	Mandag 11.00-15.00	Mandag: 08.30-11.00 Onsdag: 14.30-19.00	Tirsdag 13.00 - 14.30	Stengt	Torsdag 12.00-15.00	
28	Mandag 12.00-15.00 Torsdag 12.00-15.00	Mandag 11.00-15.00	Mandag: Stengt Onsdag: 14.30-19.00	Tirsdag 13.00 - 14.30	Stengt	Torsdag 12.00-15.00	
29	Stengt/Kun selvtest	Mandag 11.00-15.0	Stengt/Kun selvtest	Stengt	Stengt	Torsdag 12.00-15.00	
30	Stengt/Kun selvtest	Mandag 11.00-15.00	Stengt/Kun selvtest	Tirsdag 13.00 - 14.30	Stengt	Torsdag 12.00-15.00	
31	Mandag: Kun selvtest. Torsdag: 12.00-15.00	Mandag 11.00-15.00	Mandag: 8.30 – 11.00 Onsdag: 14.30-19.00	Tirsdag 13.00 - 14.30	Stengt	Torsdag 12.00-15.00	
32	Mandag + torsdag 14.30-17.30	Mandag 11.00-15.00	Mandag: Stengt Onsdag: 14.30-19.00	Tirsdag 13.00 - 14.30	Stengt	Torsdag 14.00-15.30	
33	Mandag + torsdag: 14.30-17.30	Mandag 11.00-15.00	Mandag: 8.30 – 11.00 Onsdag: 14.30-19.00	Tirsdag 13.00 - 14.30	Mandag 14:30- 17:30	Torsdag 14.00-15.30	

Du finner mer informasjon på våre facebook- og instagramsider, samt på kommunenes hjemmesider. VELKOMMEN TIL OSS☺