

VÅRENS PROGRAM 2023



BRÖSTCANCERFÖRENINGEN
SKELLEFTEÅ

BEHÖVER VI VARANDRA I BRÖSTCANCERFÖRBUNDET?

Efter att ha haft uppdrag i Bröstcancerföreningen i Skellefteå under 8 år och 6 år som ordförande fick jag en ny upplevelse vid den Ordförandekonferens och 40 årsjubileum som jag hade förmånen att få delta under 1: a Advent-helgen.

Efter att ha läst många artiklar om Bröstcancerförbundets 40 åriga historia, efter 1 år i förbundets styrelse, efter att ha upplevt min egen sjukdomsupplevelse, efter ett långt yrkesliv i cancervårdens tjänst så blev jag själv överraskad över det som grep mig vid jubileet. Elisabeth Bergsten Nordström tidigare ordförande för oss i förbundet, numera är hon hedersmedlem och i egenskap av detta talade hon vid konferensen. Hennes ord tog tag i mig konkret och adekvat

UTAN FÖRBUNDET OCH FORSKNINGEN HADE VI INTE HAFT DE RESULTAT VI HAR NU.

32 patientföreningar som tillsammans utgör ett förbund som hela tiden kämpar för oss alla. Susanne Dieroff Hay heter vår nuvarande ordförande, och förbundet kansli finns på Hantverksgatan i Stockholm. Utbildningar och kurser ansvarar förbundet för, samt informationsmaterial inom skilda områden som berör oss medlemmar och stödmedlemmar.

Tillsammans med forskare så jobbar vi med att ständigt kamp mot med en vision om att ingen ska behöva drabbas av bröstcancer. Insamlingen till fonden 2022 blev 18,4 miljon till 20 forskningsobjekt. Vår patientförening känner ett stort ansvar för forskningen vid Umeå Universitetssjukhus, så en del av våra medel har under 2022 gått till bröstcancerforskningen där.

Individanpassad Screening kommer att rädda liv och detta är förbundets viktigaste fråga just nu. Socialstyrelsen är en viktig samtalspart i vårt förbunds arbete för oss att ge ansvariga direktiv om utveckling av metoder från mammografi till ultraljud bröst, skiktröntgen, MR röntgen och kontrastförstärkt mammografi. Täta bröst har en riskfaktor som behöver konstateras för att därmed kunna ha adekvat uppföljning, vilket vi fortsätter att arbeta för.

Så på första frågan där svaret är JA, hoppas jag att du förstår att som medlem är du prio ett i vårt förbund!

Och att du som medlem också är viktig för oss som förening i Skellefteå-området.

TACK FÖR ETT HÄRLIGT 2022 MEDLEMMAR OCH STYRELSEN

Lena Sandberg, ordförande



Verksamhetsberättelse 2022 Bröstcancerföreningen Skellefteå

2022 var ett år fyllt av förväntningar på att Covid-pandemin skulle avta, och sakta men säkert kunde vi under vårterminen anpassa oss till gemensamma aktiviteter då vårsolen kom fram. I första hand har SMS och epost använts då vi skickat meddelanden och nyheter till er medlemmar.

Må-Bra-dagen på Medlefors folkhögskola som var planerad i februari kunde inte genomföras p.g.a. pandemin. Däremot blev årsmötet den 24 mars en fysisk träff i de nya lokalerna för alla oss i Patientföreningar på Skeppargatan 16.

Vård och rehabilitering: Träff med presidiet för Folkhälsa och demokratinämnden i Skellefteå i augusti där vi lyfte aktuella frågor för vår medlemsgrupp. Rätten till en smartare individanpassad bröstcancer-screening, som kommer att rädda liv. Rätten till rehabiliteringsinsatser är lagstadgad och detta har vi och vårt förbund påtalat under lång tid. Även frågor med svar som fanns i höstens programblad. Läs gärna detta igen.

Styrelsen har skrivit 3 debattartiklar om vikten av att planera för Hospicevård i Skellefteå, utöver det uttalande som årsmötet skickade till samtliga partiets företrädare i Region och Kommun.

Vid dialog-träff/café den 24/10 med Jonas Holm, läkare och bröstkontaktssjuksköterskan Victoria Nilsson i aulan Skellefteå lasarett kom många deltagare som fick svar på sina frågor. MEN vården i vårt område har stora personella problem, vilket leder till en minskning av vårdplatser på hela sjukhuset på 50 % och därmed en vårdgaranti som inte fungerar. Vårdförbundet har aktivt bidragit till att leda vår patientgrupps frågor regionalt och på riksnivå.

Fler aktiva medlemmar: Vi har fått fler stödmedlemmar vilket vi hade som ambition inför detta år. Vi har nått ut till fler medlemmar tack vare större träffar som resan till Källan, Må-bra-dag på Medlefors. Däremot kunde inte träff med nya medlemmar genomföras under hösten p.g.a. för få anmälningar.

Vattengympa: En 35 år gammal tradition, som fortsätter med digital teknik. Fler är välkomna att delta. Vid en träff med lasarettets Rehab-ansvariga i höst presenterades nya och gamla direktiv för en säkrare bad miljö.

Stödperson: Är en medlem som efter genomgången behandling kan ställa upp och vara ett STÖD för andra. Styrelsen jobbar med frågan att få några som kan vara stödpersoner samt att de också ska få utbildning via förbundet.

Styrelsen: Tre nya ledamöter förstärkte efter årsmötet, men under hösten fick vi ett avhopp samt Carina Dahls bortgång, så efter oktober är vi fem aktiva. Kassören och sekreteraren har erbjudits att delta i förbundets utbildningar. Ordföranden deltog vid förbundets 40 års jubiléet i november.

Rosa oktober: En härligt Rosa månad, då styrelsens ledamöter ansvarade för att möta frågor från de som passerade i entrén på lasarettet. Info-material samt förbundets produkter och Sverigelotter såldes under 5 måndagar mellan kl. 9-12.

Samverkan övriga patientföreningar: Den nya lokalen för oss 8 patientföreningar som är utan personal fungerar bra, men det är svårt att få till inredning så den fungerar optimalt.

Gemensamma möten har hållits med alla andra föreningar.

Entrén mot Skeppargatan är inte så handikappvänlig.

Vi hade ett samarbete med Prostatföreningen "Guldgubben" den 13/11 vid en Sång och Musikkonsert i S:t Olovs kyrka med ConBrio och Skellefteå Manskör. Läkaren Li Nilsson talade om Bröstcancer och aktuella vårdinsatser. Insamling till forskning vid NUS om bröstcancer. Projektet "hopp trots allt" med Guldgubbarna väntar på besked från Allmänna Arvsfonden

Kontakt med Regionalt Cancercentrum RCCNORR: Information digitalt finns att läsa. Inga personliga möten detta år.

Bröstcancerföreningen Västerbotten: Den nya styrelsen i Umeå deltog vid Må-bra-dagen på Medlefors och vi har samtalat om gemensamma möjligheter att fler kan nå våra verksamheter i hela länet.

Stödja Forskning: En återbetalning av avgifter från Folksam gjorde det möjligt att skicka en större summa till bröstcancerforskningen vid NUS. Insamlingen vid konserten i november har ännu inte redovisats från Guldgubbarna, och kommer som intäkt under 2023. Dessa pengar ska gå till forskning.

Stödja OASEN, Björken: Vårt bidrag är uppskattat tillskott till verksamheten för de personer som kan delta i aktiviteter som personalen ordnar för tillfälligt boende på Björken i Umeå.

Övrigt: Vårterminens program avslutades med bilresa till Byske i maj, sopp-middag på Vårdshuset och besök i Handelsträdgården alldeles i närheten. I juni gick resan till Skelleftehamn och Anna-Karin Dahlbergs glaskonstverkstad samt en titt in i Brolle och Mimmis affär, även denna resa blev uppskattad, då många inte hade varit i denna del av kommunen på länge.

Höstens Medlemsblad skickades ut via posten, påminnelser om anmälningdags för aktiviteter har gått ut via SMS, e-mail, hemsidan och FB grupper.

Fredag den 2/9 bussutfärd till Källans spahotell. 36 personer mellan 30–95 år kom med. Vi startade med morgonfika i Norsjö på Jueters café, även lite shopping på samhället. Lunch intogs på Källan. Därefter egna val; promenader ute, bad, spabehandlingar, samtal i smågrupper. Carpe Diem var mottot för dagen och det blev en mycket positiv respons på denna gratis resa med mat och fika, och tillfälle att lära känna varandra.

Lördag den 12/11 Må-bra dag på Medlefors med föreläsning om det som man mår bra av Ann-Helen Höggrud, lärare på skolan. Vår medlem Susanne Sundberg ledde ett uppskattat yogapass. Vi fick god lunch och fika, samt gemensamma samtal och förslag på föreningens framtida aktiviteter.

Patrik Ekvall känd från TV och Bröstcancerförbundets Ambassadör gästade Sara kulturhus den 21/11 och presenterade sin bok om sin fru och hennes kamp mot cancern, och föreningen fick delta i foajén för att presentera vår verksamhet.

Antal medlemmar/stödmedlemmar per den 2022-12-31: 214

Styrelsemöten: 8 fysiska styrelsemöten.

Dessutom digitala möten med bröstcancerförbundet under året för samråd och information.

AKTIVITETER VÅREN 2023

Februari

Onsdag 8/2 kl.19-20 Vattengympa i lasarettets varmbassäng ca11 ggr/termin. Kostnad för medlemmar: 300 kr/termin. Program via TV-skärm. Kom i tid för att hinna duscha före. Anmälan till Lisbeth via sms 0703756438. Ledare: Lisbeth Ignberg och Annica Simma.

Torsdag 16/2 kl.13-15. Makramé/Café Vi lär oss den "gamla konsten" med snören. Ledare: Britt Svanborg. Gratis kurs och enkelt fika. Lokal: Skeppargatan 16. Ingen anmälan.

Mars

Torsdag 2/3 kl.13-15 Makramé/café. Vi fortsätter att träna och umgås. Vi ger varandra god r d och tankar om att Fånga dagen. Ledare: Britt Svanborg. Gratis kurs och enkelt fika. Lokal: Skeppargatan 16. Ingen anmälan.

Måndag 13/3 kl.18.30 Träff med nya medlemmar
Lokal: Skeppargatan 16. Personlig inbjudan kommer att skickas ut.

Måndag 20/3 kl.18.30 **ÅRSMÖTE** med underhållning av Mikael Bohman, Mal  med de bästa l tarna och sk nten. Vi bjuder på smörgåstårta, och gemenskap.

Anmälan: Senast onsdag den 15/3 till Lena 070-6800108 eller e-post skelleftea@brostcancerforbundet.se Ange matintolerans!

Lokal: Skeppargatan 16 i Matsalen samma lokal som 2022. Ekonomi och andra handlingar presenteras på årsmötet. 3-4 ledamöter behövs, valen  r förberedda, men styrelsen ser gärna fram emot att få fler förslag.

Torsdag 30/3 kl.13-15 Makramé/café. Vi fortsätter att träffas. Ledare: Britt Svanborg. Gratis kurs och enkelt fika. Lokal: Skeppargatan 16. Ingen anmälan.

April

Tisdag 18/4 kl.13-15 Sl jdeftermiddag med broderi, på Handens Hus (intill Nordan g rden), kl. 13.00- 15.30 Ledare Ulrika Hedlind Berggren Hemsl jdskonsulent. Material finns att köpa på plats

Maj

Måndag 29 maj kl.18 Trädgårdskväll hos Oves blommor i Kusmark. Doris Ekefjärd ger råd inför sommarens blomsterupplevelser. Vi bjuds på Fika. Vi samåker i bilar tillsammans kl.17.30 från Skeppargatan 16 vid Oden på innergården. Anmälan senast 26/5 till Doris 0702361523 eller e-post skelleftea@brostcancerforbundet.se

Juni

Vi planerar ett besök hos Kågedalens pärla Svedjan Ost i Storkågeträsk. Vi återkommer med mera information och anmälan senare.

VÄLKOMNA TILL VÅR GEMENSKAP!
TA GÄRNA MED EN VÄN SÅ BLIR VI FLER MEDLEMMAR.

Program finns på vår hemsida och FB sida Bröstcancerföreningen Skellefteå.

En vinterdag

Av. Doris Ekefjärd Författare till boken "Njut varje minut"

Vi har fått mer snö än vi behöver och tydligen får vi ännu mer framöver. Och jag har kämpat och klättrat upp på snöhögens allra högsta topp. I öster syns Sara, reslig och grann i dag lyser solen på henne minsann I söder är Bonnstan, där tiden stått still och den vackraste kyrkan den ligger intill. Och sträcker jag mig ännu ett litet stycke så ser jag i väster ända till Myckle. Men typiskt nu börjar jag visst att vingla och snön den fortsätter sakta att singla jag faller så mjukt mot snödrivans djup jag faller och faller det tar aldrig slut. Snön täcker mig snart, den täcker spåren. Nåja jag tinar nog fram, närmare våren.



Gåvor och sponsring till vår lokala förening tas tacksamt emot.

Plusgiro: 235377-9 Swish: 1232703858

STYRELSEN 2022

Ordförande Lena Sandberg 070-680 0108

Vice ordförande Carina Hedlund 070-562 4313

Kassör Lisbeth Ignberg 070-375 6438

Sekreterare Doris Ekefjärd 070-2361523

Suppleant Pia Wernersson 070-6046656

Ledamöter som avgått under året:

Carina Dahl

Birgitta Roos

Föreningslokal:

Besöksadress: Skeppargatan 16, 93130 Skellefteå, portkod dagtid 5001. Hiss finns.

epost: skelleftea@brostcancerforbundet.se

Hemsida: <https://skelleftea.brostcancerforbundet.se/>

OBS! Vi saknar fortfarande många mobil-telefonnummer och epost-adresser.

Som medlem/stödmedlem i vår förening betalar du en årsavgift på 200 kr/år – inbetalningsavi sänds från Bröstcancerförbundet i november året före aktuellt år.

Formuläret på hemsidan är kopplat med ett "Swish Handelskonto" vilket gör att numret inte är utskrivet/angivet på hemsidan. Det är en process personen går igenom att lämna sina personuppgifter och ange hur man vill betala.

Väljer man swish, så anger man sitt mobilnummer och en anmodan att betala avgiften sänds av processen ut till medlemmen, som öppnar sin swish-app och betalar utan att behöva mata in mottagarnummer.

Vilka förmåner ingår?

- Magasin B, 4 nummer /år.
- Möjligheter att delta i våra aktiviteter: Vattengympa, föreläsning, fester.
- Träffa andra i samma situation och ta del av stödpersonsfunktionen.
- Aktivt verka för att föreningen är med och påverkar att förbättra bröstcancervården.
- Vi bjuder på fika och annat gott
Det finns möjlighet för **DIG** att göra en insats i styrelsen eller som resurs.

INBJUD GÄRNA DINA NÄRSTÅENDE TILL MEDLEMSKAP

STÖDPERSONVERKSAMHETEN

- Stödpersonen arbetar ideellt och har tystnadsplikt. När det gäller medicinska frågor hänvisas till sjukvårdspersonal.
- Vi stödjer dig och dina anhöriga i era funderingar och delar med oss av våra egna erfarenheter om Du önskar.

Stödpersoner i Skellefteå

Alexandra Andersson (gyncancer) 073-0449628

Lena Sandberg (bröstcancer) 070-6800108

ANDRA KONTAKTVÄGAR FÖR STÖD

- Kontaktsjuksköterskor: 090-785 00 00
- Gyncancer; Ida Edström
- bröstcancer; Victoria Nilsson

- Bröstcancerföreningen i Skellefteå
<https://skelleftea.brostdancerforbundet.se/>
- Bröstcancerförbundet
<https://brostdancerforbundet.se/fa-stod/>
- Nätverket mot gynekologisk cancer
<https://gyncancer.se/>
Nätverket mot gynekologisk cancer anordnar i år Gyncancerdagen, ***lördag 25 mars!***
Läs mer och anmäl dig på hemsidan. Dagen som i år är helt digital, innehåller spännande föredrag och diskussioner om bland annat de olika gyncancerdiagnoserna, sena biverkningar, ärftlighet och närståendestöd. Sist men absolut inte minst kommer vi ha en högaktuell diskussion om hur vården kan bli mer jämlik och vi gästas då av representanter från de nationella vårdprogrammen inom gynekologisk cancer.
- Nätverket mot cancer
<https://www.natverketmotcancer.se/>
- Cancerkompisar
<https://www.cancerkompisar.se/>

FACEBOOKGRUPPER

- Bröstcancer, den ovälkomna gästen!
- Bröstcancer - Her2-positiv
- Bröstcancer, före, under och efter
- Nätverket mot gynekologisk cancer

Följ gärna oss på Facebook; Bröstcancerföreningen Skellefteå

ÖVRIGT:

Förslag på Studiecirklar Se SENSUS HEMSIDA

<https://www.sensus.se/>

Hopp Trots Allt

<https://hopptrotsallt.se>

Cancer rehab fonden

<https://www.cancerrehabfonden.se/rehab-ny/var-cancerrehabilitering/>

Styrelsen tar gärna emot förslag om aktiviteter och resurshjälp.

Verksamhetsplan för Bröstcancerföreningen Skellefteå 2023

Digitala verktyg kan som alternativ användas i stället för fysiska möten. Även då inte speciella pandemi-restriktioner gäller.

- Programblad ska varje termin ska skickas till medlemmar och finnas tillgängliga för att delas ut som informationsmaterial.
- Kontaktmöjligheter via SMS, e-post & via hemsidan ska komplettera terminsprogrammen, då information behöver skickas till medlemmar.
- Annonser i Norran, FB och hemsidan är viktiga komplement för att nå nya medlemmar.
- Vattengympan är vår äldsta verksamhet och ska lyftas fram som en viktigt Rehab-insats.

- Nya medlemmar ska inbjudas till en personlig träff med styrelsen regelbundet.
- Forskning och inblick i vården för våra medlemmar är prioriterade ämnen i vår verksamhet.
- Forskning vid NUS ska uppmärksammas via föreläsningar, rapporter, och ekonomiskt stöd.
- Fortsatt engagemang för Hospice-vård i Skellefteå via debatter och kontakter.
- Reabsatsning tillsammans med "Guldgubbarnas" projekt "Hopp trots allt" ska fortsätta att planeras då besked från Allmänna Arvsfonden blir klart. Även andra cancer-relaterade patientföreningar är planerade att ingå i arbetet med bättre rehabilitering inom cancervården.
- Rosa oktober är den insamlingsinsats för forskning via Bröstcancerförbundet som vi kan utveckla om resurser finns. Information i lasarettets entré är ett positivt inslag.
- Aktivt finnas till för vår patientgrupp genom att dela ut information via Bröstkontaktsköterskan, och i samverkan med övriga patientföreningar sprida information om föreningen bl.a. vid vårdcentraler enligt verksamheternas riktlinjer.
- Nya styrelseledamöter ska få komma in i förtroendeuppdraget genom information och även via bröstcancerförbundets initiativ och utbildningar. Styrelsens arbetssätt ska ständigt utvärderas.
- Stödpersonverksamheten för unga och äldre ska utvärderas om det finns personliga resurser att tillgå. Utbildning ska erbjudas helst lokalt/regionalt. Intresserade kan ta kontakt med föreningen via ordförandens telefon.
- Samarbetet med nya Västerbottens Bröstcancerförening (Umeå) ska fortsätta aktivt.
- "Oasens" Rehabresurser vid hotell Björken ska stödjas ekonomiskt som tidigare.

Avhandling: Interaktion vid besök i primärvården har betydelse för tillgång till cancervård

Cecilia Hultstrand Ahlin, doktorand vid Institutionen för Omvårdnad.

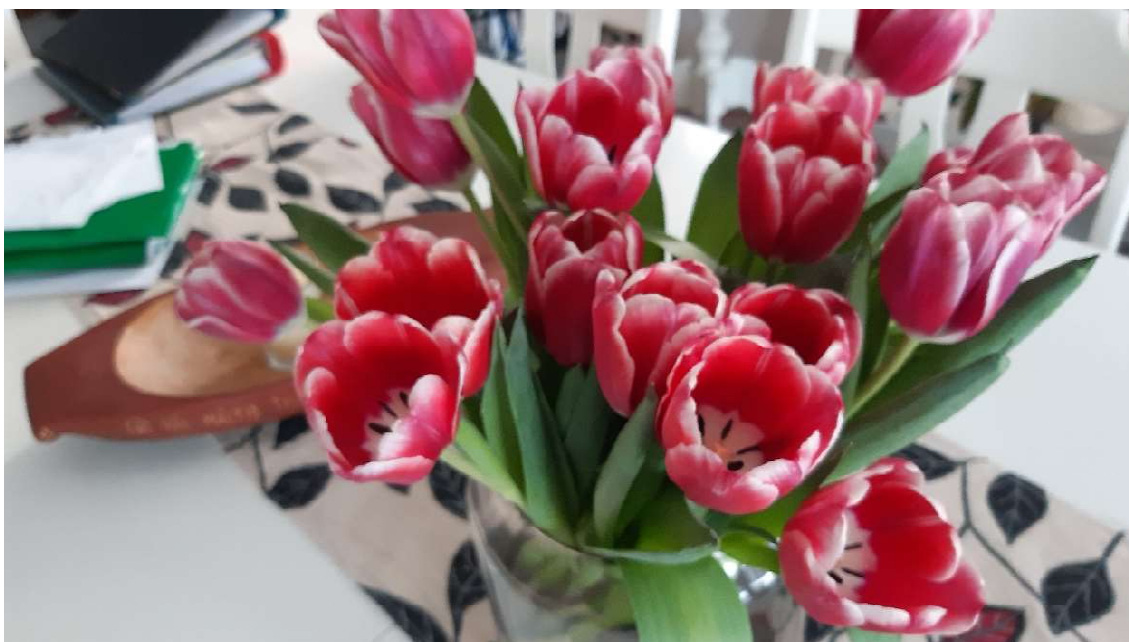
Samspelet under läkarbesöket i primärvården har betydelse för patientens tillgång till cancervård, visar en ny avhandling. Resultaten belyser vikten av ömsesidighet och tydlighet under mötet när patienten söker vård i primärvården för symtom som kan föranleda misstanke om cancer.

– Primärvården har en viktig men svår funktion, att identifiera och remittera patienter med potentiell cancer till vidare undersökningar, säger Cecilia Hultstrand, doktorand vid Umeå universitet.

I sin avhandling har Cecilia Hultstrand studerat läkarbesök i primärvården med patienter som söker för symtom som kan föranleda misstanke om cancer

Läs mer: <https://www.umu.se/nyheter/interaktion-i-primarvarden-har-betydelse-for-cancervard-11149033/>

Under hösten 2023 planerar vi att inbjuda Cecilia till oss i Skellefteå för att prata om sin forskning.



Utomhusfoton: Pia Wernersson
Blommor och porträttfoton: Lena Sandberg