

VIKTORIABLADET



BRÖSTCANCERFÖRENINGEN KRONOBERG

Bröstcancerföreningen Kronoberg

Högsbyvägen 3B
352 74 Växjö

Hemsida: kronoberg.brostcancerforbundet.se
E-post: kronoberg@brostcancerforbundet.se
Bankgiro: 5778-0017
Swish: 123 082 66 36

Stöd oss
Bli medlem





Styrelsen



Kicki Fohlin
Ordförande
Mobil: 070-259 00 34
E-post: mh.fohlin@gmail.com



Catarina Fransson
Mötesorganisatör
Mobil: 073-340 15 85
E-post: c.fransson68@gmail.com



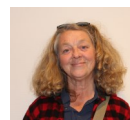
Kicki Gjörlöf Jönsson
Vice sekreterare
Mobil: 076-109 79 89
E-post: gjorloff.jonsson@hotmail.com



Margareta Lessmark
Kassör
Mobil: 072-744 43 93
E-post: mlessmark@gmail.com



Evelyn Håkansson
Stödpersonansvarig
Mobil: 072-184 56 98
E-post: evehak@hotmail.com



Susanne Eliasson
Sekreterare
Mobil: 073-101 39 03
E-post: susa.eliasson@gmail.com



Michaela Gunnarsson
Medlemsregisteransvarig, vice ordförande
Mobil: 070-686 48 18
E-post: itsnever2late@hotmail.se



Helen Jonasson
Tidning och sociala medier
Mobil: 076-023 78 60
E-post: helan28@hotmail.com



Lena Levin
Produktansvarig
Mobil: 070 983 43 48
E-post: lena.k.levin@telia.com

Stödpersoner

Vi har utbildade stödpersoner, som alla varit bröstcancerdrabbade. Vi finns till för Dig och Dina närstående med information och gemenskap. Hör av Dig till någon av oss. Du behöver inte vara medlem för att kontakta oss. Ingen ska behöva vara ensam med sin bröstcancer..

Stödpersonansvarig: Evelyn Håkansson Mobil: 072-184 56 98 E-post: evehak@hotmail.com

STÖDPERSONER:

IZEDINA PIRIJA, VÄXJÖ, född -57
Tel 070-496 46 81
E-post: izedina_pirija@hotmail.com

CARINA OLSSON, VÄXJÖ, född -46
Tel 070-829 22 29
E-post: aolssoncarina@gmail.com

EIWOR SJÖSTEN, VÄXJÖ, född -44
Tel 073-059 85 25
E-post: e.sjosten@telia.com

BARBRO JOHANSSON, LAMMHULT, född -48
Tel 070-893 08 60
E-post: barbroiskavenas@outlook.com

YVONNE BERGSTEDT, ALVESTA, född -50
Tel 073-996 61 86
E-post: y.bergstedt1@gmail.com

ANITA SVENSSON, LJUNGBY, född -57
Tel 070-982 78 13
E-post: nitansvensson57@icloud.com

EWABRITTA JOHANSSON, VÄXJÖ, född -55
Tel 070-206 04 83
E-post: ewabritta.johansson@telia.com

ANN STRANDMAN, VÄXJÖ, född -66
Tel 070-928 70 21
E-post: ann.strandman@hotmail.com

HELENA LINDHOLM, LESSEBO, född -65
Tel 072-322 83 38
E-post: linhel@telia.com

MARGARETA LESSMARK, VÄXJÖ, född -53
Tel 072-744 43 93
E-post: mlessmark@gmail.com

KICKI FOHLIN, URSHULT, född -59
Tel 070-259 00 34
E-post: mh.fohlin@gmail.com

ORDFÖRANDE HAR ORDET

Nu är jag inne på mitt andra år som ordförande och det är ett fantastiskt arbete som innehåller så mycket olika arbetsuppgifter. Vi arbetar intensivt i styrelsen med att vända och vrida på frågor för att hitta den lösning som vi tror kommer bli bäst för våra medlemmar och vår förening. Oftast är det ett kul och inspirerande jobb men när det hamnar frågor som att vi inte är välkomna i Centralhallen på våra sjukhus längre då är det arbetsuppgifter som tar mycket energi och skapar oro i vår förening. Vi berättar mer om detta tråkiga besked på sidan 10 -11.

Vi har ett nära samarbete med Bröstcancerförbundet och under denna termin har vi haft tre ordförandefika digitalt. Det är intressant att höra hur andra föreningar gör och vad vi kan lära av varandra. Förbundet genomför digitala utbildningar för oss i olika ämnen som hur vi ska bli bättre på sociala medier, hur vi når ut till medlemmar, rosa oktober mm.

Dessa utbildningar kan alla i styrelsen vara med på digitalt och det är både intressant och lärorikt för oss.



Nu ser vi fram emot en höst med mycket olika aktiviteter. Under oktober månad vill vi försöka att nå ut med våra kampanjer i hela länet. Vi har inte så många medlemmar i alla kommuner men det är ändå viktigt att få komma ut och berätta om vår verksamhet runt om i hela länet. Vi kommer vara på gator och torg men även göra företags- och föreningsbesök med information om vårt arbete. Hör av Dig om Du har ett förslag på vad vi ska göra, vi tar gärna emot tips.

Vi i styrelsen hoppas att vi ses till hösten på olika aktiviteter

Rosa hälsingar / Kicki

Årsmötet den 12 mars 2024

Vårt årsmöte hade vi i Pensionärernas Hus i Växjö.

Lite i korthet om vad som beslutades:

- Vi tog beslut på att höja medlemsavgiften till 200 kr från 1 jan 2025
- Gåvor som kommer till vår förening läggs i en medlemsfond som ska användas till aktiviteter som vänder sig till alla medlemmar.
- Sirenes Rehabiliteringsfond har två olika bidrag och beloppen beslutades till:
 - bidrag för inköp som fick ett maxbelopp på 2500 kr
 - bidrag för rehabilitering på 5000 kr
- Vi fick en ny styrelseledamot Kicki Gjørloff-Jönsson
- Vi avslutade vårt årsmöte med att ge en blomma och ett stort tack till Eivor Sjosten som slutade i valberedningen efter många år och som dessutom varit kvällens mötesordförande. Carina Olsson och Eivor Persson skulle avtackats men de var inte närvarande så det får ske vid ett senare tillfälle.

Ett stort tack framfördes till dessa tre för allt viktigt arbete de hjälpt till med i vår förening. Vi hoppas verkligen att vi få ha kvar dem som medhjälpare även efter de slutat som förtroendevalda, vi behöver Er och Ert engagemang i vår fina förening.

Föreläsning med Beata Barta



"Mammografin idag och i framtiden". Nya diagnostiska metoder och framtida möjligheter.

I mitten av april gästades Bcf Kronoberg av läkaren Beata Barta från radiologen och mammografin på lasarettet i Växjö. Det var en välbesökt och uppskattad föreläsning.

Beata gav oss en bakgrund till mammografins framväxt i Sverige och i Kronoberg. Hon berättade om olika kompletterande diagnostiska metoder, om AI som diagnostiskt verktyg, som kan leda till att fler bröstcancerfall upptäcks, om varför screening inte erbjuds kvinnor över 74 år och om hur man ska få fler utlandsfödda kvinnor att gå på mammografi.

Beata är en engagerad läkare och föreläsare och hon presenterade sitt material på ett entusiastiskt och lättillgängligt sätt. Intresset var stort och frågorna många.

Tack Beata för en väldigt intressant kväll!

Vill du läsa mer om Beatas föreläsning och fakta om Mammografi? Gå in på vår hemsida eller scanna QR-koden här under så kommer du till artikeln på vår hemsida.



Vinprovning

På Skottdagen den 29/2 gästades bröstcancerföreningen av Bertil Axelsson från Munkskänkarna. Vi var ca 30 deltagare som samlades på Pensionärernas hus. Bertil hade tagit med sig fyra olika röda viner, två från den "gamla" världen, dvs Europa och två från den "nya" världen, dvs Nord- och Sydamerika. Vi fick ett vinprovningsskema att fylla i och instruerades i hur vi skulle poängsätta utseendet (färg, djup, grumlighet), doften, aromen (bärig, blommig, kryddig), smaken (fyllighet, torrhet, syra) och slutligen ge en helhetsbedömning av vinet. Mycket lärorikt och underhållande att lyssna på Bertils föreläsning. Kvällen avslutades med en fantastisk buffé från restaurangskolan och vi åkte hem mätta och belåtna och med nya kunskaper i bagaget.



Modevisning på Åsikten



Modevisning i Ljunga 11 april

Det blev som vanligt fullt hus när vi bjöd in till Modevisning på Åsikten. Det var mer än 100 damer som hade tackat ja till vårens visning.

Butikerna som gemensamt arrangerat modevisningen var Carpe Diem, Feminett, Kappahl och Lindex. De visade oss nyheter från vårens sortiment av kläder, skor och väskor. En del modeller hade fler lager med kläder på sig och några hade endast snygga underkläder/badkläder. Carpe Diem och Feminett berättade kort vad mannekängerna hade på sig och Lindex och Kappahl hade musik till sina framträdande. Det blev en bra mix med både prat och härlig musik.



Jannes Blomsterhandel skänkte de vackra rosorna.



Det var stor efterfrågan på lotter så tyvärr hade vi inte lotter så att alla fick köpa. Det ska vi ändra på till nästa gång. Butikerna hade skänkt vinster till lotteriet. Det var många lyckliga vinnare som fick en vinst med sig hem.



Det var en fantastisk kväll med massor med prat, skratt, fika och dessutom fick vi njuta av allt snyggt som butikerna just packat upp. Butikerna bjöd in oss att komma och handla och det var många som hittade en favorit som skulle inhandlas. Vi blev påmindas om att det är viktigt att stötta den lokala handeln för att få ha butikerna kvar.



Cancerrehab Öland

Efter att jag haft Bröstcancer -13 och en Autoimmun sjukdom vid namn PRCA -21, fick jag tips om att jag kunde ansöka till CanceRehab Öland, en tredagarsretreat med fokus på mental och fysisk återhämtning. Dagarna på retreaten leds av Victoria Vestman, grundaren till CancerRehab Öland. Hon samarbetar med Mia och Lars som driver Marsjö Bo & Yoga, ett vandrarhem på Marsjö gård på norra Öland. Victoria drabbades själv av bröstcancer 2019, vilket absolut var en fördel när vi berättade om våra "resor" vid samlingarna.



Victoria Vestman

Jag sökte och fick först avslag, men de fick ett återbud så fick jag möjligheten till en plats ganska nära inpå nästa retreat som var den 20, 21 och 22/9-2023.

I ansökan skrev jag kort information om mig själv, berättade om min cancer och sjukdomsresa och varför jag ville komma till Cancerrehab Öland. Man kan önska vilket av tillfällena man helst vill delta om det är flera retreatar inplanerade.



På Marsjö gård, i samarbete med Cancerrehab Öland, bor man i ljusa och fint inredda rum med helpension kostnadsfritt, tack vare att en mycket generös privatperson sponsrat retreaterna 2023 och 2024. Vi fick möjlighet att tacka och prata med honom som gör detta för att hedra sin frus minne. Deltagarna står för resan till och från retreaten.

Vid ankomsten samlades vi inne i matsalen och fick en välfylld goodiebag med skänkta produkter. Vi fick välja rum, två långväga deltagare hade kommit kvällen innan för att slippa köra långt samma dag. Vi var sex kvinnor och Victoria, som samlades ute i pergulan för att presentera oss för varandra.

Dagarna innehöll många fina samtal, vistelse i naturen, träningspass, lymfmassage, yoga, meditation och promenader. En eftermiddag körde vi till havet där vi mediterade och de som ville kunde bada. Det fanns också tid för vila och egen tid när det behövdes.



Maten som lagades och serverades av Mia och Lars är växtbaserad, glutenfri och sockerfri (honung och dadlar förekommer) Mycket odlas i deras egen trädgård. Det var underbart att äta frukost och se Mia komma in med en korg full med grönsaker, bla ett gigantiskt Blomkålshuvud, som skulle tillredas till lunch och middag senare på kvällen.

På vandrarhemmets övervåning har Mia och Lars inrett ett stort rum där vi samlades för yoga, meditation och gong vila. Jag är så tack-sam för att jag fått vara med och ta del av dagarna på retreaten.

Önskar att fler kommer att söka och få uppleva lika go gemenskap och fina stunder som vi fick.



I dagsläget ingår inte CancerRehab Öland i något avtal med Regionerna på rehabilitering efter en cancerdiagnos, men Victoria jobbar för att det ska kunna bli så i framtiden.

Hemsida: halsosamtmedvictoria.se/cancerrehab/

Catarina Fransson

Patient och Närståenderådet

Jag har ett uppdrag i Patient och Närståenderådet i RCC Syd (Regionalt cancercentrum) , det är intressant och lärorikt . Vi har fyra möten varje termin, ett av dessa brukar vara fysiskt övriga via Teams. På förra mötet fick vi ta del av forskningsresultat från Centrum för Primärvårdsforskning. Det låter inte så spännande men det är så viktig forskning. Primärvården har byggt upp bra rutiner för att ta hand om patienter med kol, diabetes och hjärtsjukdom men det finns inte samma självklara sätt att ta hand om cancerpatienter. Det behövs ett bättre samarbete mellan specialistvården och primärvården för att cancerpatienterna ska kunna få sin cancerrehabilitering i primärvården. Under hösten så kommer det bli workshops i vår region där både specialistvården och primärvården finns med.

Kicki Fohlin

Ärftlig cancer

I Region Blekinge har det öppnats en mottagning för personer med ärftlig ökad risk för cancer. I Blekinge räknar man med att det finns ca 100 patienter som behöver samordning och uppföljning. Syftet med uppföljningsprogrammet är att tidigt upptäcka om det håller på att utvecklas någon form av cancer.

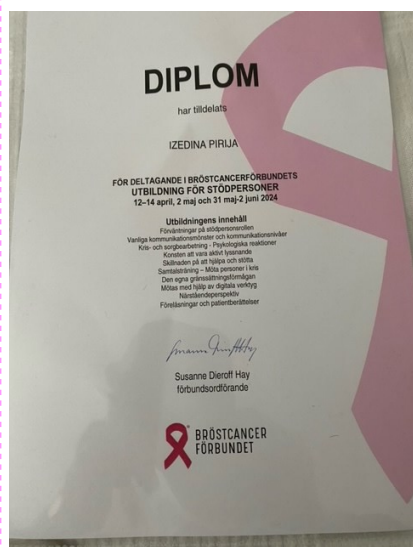
Enligt statistiken är 5-10 % av all cancer orsakad av ärftliga faktorer, dvs medfödda genetiska förändringar. Om flera nära släktingar har drabbats av en cancerform med hög ärftlighet kan man få genomgå en utredning för ärftlig cancer. Denna utredning görs vid klinisk genetik i Lund. Om utredningen skulle visa att du har konstaterad ökad risk för ärftlig cancer rekommenderas Du att börja på ett uppföljningsprogram.

Det är just denna samordning och uppföljning som mottagningen i Blekinge ska ta hand om. I vår region pågår också ett arbete med hur omhändertagandet av personer med ökad risk för cancer ska organiseras.



Kicki Fohlin

Nya stödpersoner



Evelyn Håkansson och Izedina Pirja har under våren utbildat sig till stödpersoner i regi av Bröstcancerförbundet Stockholm. Vi välkomnar nya uppdrag, ta gärna kontakt.



Café-träffar

Caféträffar i Växjö och Ljungby

Under våren har vi haft nio caféträffar i Växjö och Ljungby. Det är många som kommer på dessa fikaträffar, det är ett enkelt sätt att träffas och prata en stund. Vi får ofta höra att det betyder mycket att träffa andra som har liknande erfarenheter. Ibland är det samtal om väder och vind och vissa träffar blir det allvarliga samtal. Är man ny medlem är det ett utmärkt sätt att träffa andra medlemmar. Vi har haft fler besökare på våra caféträffar denna termin än tidigare. Det känns som ett gott betyg att det är en uppskattad aktivitet.



Pärlorna



Till hösten har vi planerat in 8 träffar för oss som pärlar armband, pratar och fikar tillsammans.

Armbanden säljs sen vid olika aktiviteter som vi har.

Du behöver inte anmäla dig men om du undrar något kan du kontakta Kicki Gjørloff Jönsson eller höra av dig på vår mail

Gransholm

En härlig vårdag!

En av de vackraste av vårens söndagar, inbjöds Bröstcancerföreningen Kronobergs alla arbetande resurspersoner, stödpersoner och styrelse, till en inspirationsdag på Villa Gransholm i vackra omgivelser i Gemla.



Vi samlades till en workshop under ledning av Jeanette Frank, samtalsterapeut och canceröverlevare, tillika styrelseledamot i BCF Johanna i Göteborg.

Syftet var gemenskap, inspiration, egenutveckling, självutforskning och lärande men också en dag fylld av trevlig samvaro, god mat och ny kunskap.

Vi fick prova på olika övningar, bl a guidade meditationer, visualiseringsövningar och "skogsbad" Ett tillfälle för reflektion om egna behov och att öva på att stanna i känslor utan att värdera dem, lyssna till vår inre vänliga och omtänksamma röst.



Efter en intensiv men härlig dag kunde vi sammanfatta att vi alla var mycket nöjda med fantastisk god service, god mat och fika av personalen på Villa Gransholm.

Vi tror också att de flesta av de 27 deltagarna kunde konstatera att dagens reflektioner gav en del nyttiga och fina funderingar kring inte bara de negativa konsekvenserna av cancersjukdom, men också ett fokus på att leva i nuet, hitta de friska, ljusa och positiva sidorna av Livet som det är, och kanske några nya nycklar till att hitta fram till en inre trygg plats.



Gåvor

Vi har fått en testamentsgåva från en medlem i Ljungby. Enligt testamentet skulle Bröstcancerför-
eningen Viktoria och Barncancerfonden dela på Evys kvarlåtenskap. Det är en fantastisk ära att vi fick
bli mottagare till denna gåva. Det känns stort att vår förening har betytt så mycket för Evy. Det måste
vara den finaste uppskattningen man kan få som förening. Testamentsgåvan kommer ge oss möjlighet
att göra aktiviteter för våra medlemmar. Nedan kommer en presen-
tation av Evy som en av hennes bekanta har skrivit.

Evy Tillgren

Evy hade ett stort hjärta för både Bröstcancerfonden (då hon själv
varit drabbad) samt barnfonden min stora dag (då hennes stora sorg
var att aldrig fått ett eget barn).

Hon levde ett enkelt liv tillsammans med sin man Yngve.

Trädgården och handarbete var hennes stora passioner. Perfekt i alla
avseenden!

Jätteduktig.

Promenader var inplanerade varje dag – fm o em- ett måste oavsett
väder.

Mat- samma tid var dag.

Hålla tiden- nu pratar vi minut eller mindre.

Korrekt & ärlig – är bra ord för att beskriva Evy som person.

Intelligent och välinformerad om allt från krig till vem som är bäst i
fotboll eller vad lokalpolitikerna står för.

Hon gav sina tillgångar till saker hon tyckte var viktiga!

Det kan jag bara hålla med om.



Carina Ingelsten, bekant till Evy

Burskapsägande Borgerskapet

Jag fick ett överraskande samtal torsdagen den 11/4 !

Hej Göran Hegborn här, det var länge sen vi sågs (en barn-
domsvän)

Jag träffade en kvinna som varit på er sminkkurs
och hon var så nöjd och att hon fick ta med sig ”grejorna ”hon
använt på kursen hem och allt var helt GRATIS!

Då fick jag (Göran) en idé! Burskapsägande Borgerskapet i
Växjö ska imorgon dela ut 10 000 kr till Cancerstiftelsen i Kro-
nobergs län och Pro-liv.

Självklart ska även Bröstcancerföreningen i Kronoberg också få
samma Gåva!

Göran frågade om jag kunde komma och ta emot checken?

Såklart släpper man allt annat och for till deras årsmöte!

Jag lovade att vi skulle ställa upp och informera om våra vision-
er

vid ett tillfälle när dom har sina damer med vid ett lunchmöte!

Kändes fint att ställa upp för bröstcancerföreningen!



Carina Olsson

Ett stort tack till Burskapsägande för denna fina gåva.

Kampen för vårt bord i centralhallen i Växjö och Ljungby

I mars fick vi ett brev från kommunikationsavdelningen i Region Kronoberg som påtalade att vi inte fick ha kvar vårt bord i centralhallen i Växjö eller Ljungby. Vi blev inte utkastade även om det kändes så, vi fick erbjudande om att stå inne i biblioteket bakom en bokhylla.



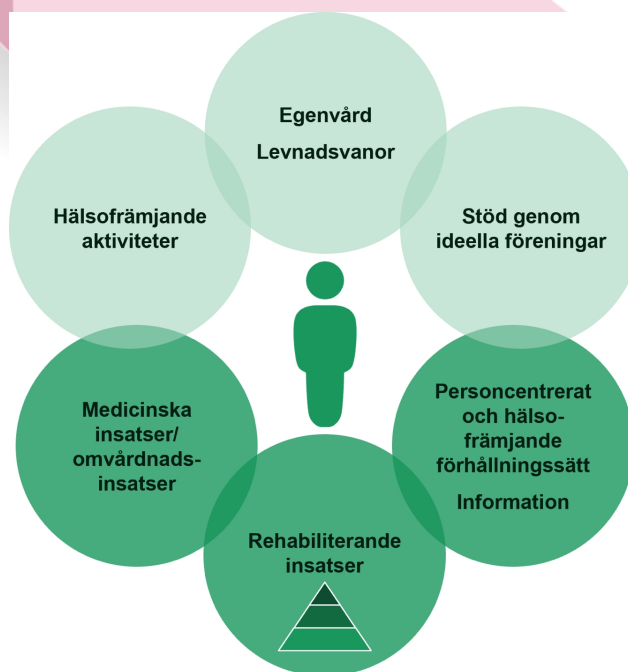
I skrivelsen står anledningen till att vi inte får vara kvar är ”att entréhallarna ska vara helt rena från information som inte har med besöket att göra. Intrycken ska vara så få som möjligt så att man lättare hittar det man behöver, och man ska helst inte bli mer ”påmind” än nödvändigt om sjukdomar....”

Under våren har vi arbetat intensivt med hur vi ska kunna få kommunikationsavdelningen i Region Kronoberg att ändra sitt beslut. Vi har haft möten, frågan har lyfts på olika möten på sjukhuset och det har pågått en febril aktivitet för att få till en ändring. Vi har fått ett helhjärtat stöd från personalen på sjukhuset de uttrycker sin bestämda åsikt att vi gör ett viktigt arbete för cancerdrabbade genom att finnas på sjukhuset varje vecka. De vill ge oss sitt stöd och det kommer att skickas en skrivelse till kommunikationsavdelningen för att försöka ändra beslutet. Vi finns en dag i veckan året om med undantag för lite semester i juli på sjukhuset i Växjö. I Ljungby finns vi på sjukhuset två dagar varje vecka under oktober månad och det har varit mycket uppskattat.

Vi får så mycket uppskattning av besökare som kommer till våra bord och berättar och frågar. Det känns viktigt att vi som patientförening få vara på ställen där vi kan möta bröstcancerpatienter. Det är stor skillnad på att få en länk till vår webbplats i min vårdplan än att möta våra stödpersoner/medlemmar som står vid vårt bord för en pratstund.

I cancerrehabiliteringen finns vi patientföreningar (ideella föreningar) med som en av bollarna i ansvarsfördelningen, (se figur nedan) vi ligger utanför hälso- och sjukvården men våra cirklar möts och det är just det som sker när vi har vårt bord på sjukhuset.

Ansvarsfördelning av insatser inom cancervårdprocessen



De mörka cirklarna motsvarar insatser som hälso- och sjukvården ansvarar för. De ljusa cirklarna motsvarar insatser som patienten behöver ta eget ansvar för, vid behov med stöd av hälso- och sjukvården.

RCC har gjort en enkätundersökning 2024 om cancerrehabilitering och där kan man utläsa följande:

Om Du skulle söka information om cancerrehabilitering vad skulle Du vända Dig då? (Du får ge mer än ett svarsalternativ)

Kontaktsjuksköterska 51 %
Behandlande läkare 42 %
Patientföreningar 32 %

Hur fick Du information om cancerrehabilitering? (Du får ge mer än ett svarsalternativ)

Kontaktsjuksköterska 33 %
Behandlande läkare 27 %
Patientförening 23 %



I denna enkät ser vi att patientföreningar är en viktig källa för att sprida information och det är viktigt att vi får finnas med i nätverket runt cancerpatienten. Vi har cafe-träffar, sminkkurser, vattengympa, föreläsningar och samtalsgrupper som vi tipsar våra besökare om. Det kan vara en släkting, granne, arbetskamrat eller kompis som söker upp oss för att få lite mer information. Det är så mycket samtal under en dag på sjukhuset, vi berättar om vikten att gå på mammografi och undersöka sina bröst. Vi berättar om rehabveckor, hårsättningsbidrag och bröstproteser etc. Vi pratar om en hälsosam livsstil om vikten att vara fysiskt aktiv, äta hälsosamt och påminner om att det är viktigt att bara prata en stund, det får oss att må bättre. Social samvaro är bra för hälsan.

Vi möter personal från olika avdelningar, det är lätt att ställa en fråga när vi möts vilket hjälper oss att ha en bra kommunikation med våra närmaste kontaktpersoner inom hälso- och sjukvården. Det skulle kännas som en stor förlust att mista vår kontaktyta, en plats där vi som patientförening möter både bröstcancerdrabbade, närstående och de som arbetar i bröstcervården.



Vi kommer fortsätta att kämpa för att få vara kvar men fram till något nytt bestäms i denna fråga så kommer vi inte att vara på sjukhuset i Växjö.



Höstens Sminkkurser

Här kommer de nya tiderna
Fredag 20/9 - 24 11,00-12.30
Tisdag 29/10 -24 11,00-12.30
Onsdag 4/12 - 24 11,00-12.30

Plats Athena Centrallasarettet,
Makeup Artist Tania Honores Aguilera
ger tips och råd hur du sminkar dig.
Du behöver inte vara medlem.
Max 8 deltagare.
Anmälan till Carina Olsson
Mail: aolssoncarina@gmail.com
Mobil: 070 829 22 29

Kurserna tar ca 1.5 timme
och är kostnadsfria.
Sminkkurserna sponsras av
Cancerstiftelsen i Kronoberg.



Tre supernöjda deltagare
tillsammans med Tania på
en sminkkurs under våren.



Avtackning av Ulrik Narbe



I april slutade Ulrik Narbe sin anställning
på Onkologen efter många år. Vi är många
bröstcancerdrabbade som haft Ulrik som
ansvarig Onkolog.
Tack Ulrik för ditt stora kunnande och
lugn, du har varit en trygghet för många av
oss.
Margareta blev Ulriks sista patient i Växjö
så hon överlämnade en liten present från vår
förening.

Avtackning av Eva Tvede



Eva Tvede har varit ledare för Vattengym-
pan i Ljungby under många år. Eva har be-
stämt att hon ska sluta och avtackas av sina
elever med en fin blomma.
Ett stort tack till Eva för allt du gör för vår
förening.

Rågårds och Inunders Modevisning 25/4 2024



Så glada vi blev när vi fick en inbjudan till att medverka på modevisning i Växjö som arrangerades av Rågårds & Inunder.

Det blev en helt fantastisk kväll på Rågårds på Västerport i Växjö. Det kom 150 gäster och det bjöds på bubbel och en liten tallrik med godsaker. Butikerna hade byggt upp en catwalk mitt i butiken och alla gästerna satt runt om. Det var en fartfylld föreställning med allt snyggt som kommit in i båda butikerna. Det var ursnygga baddräcker, häftiga set med trosor/bh från Inunder och allt snyggt för både dam och herr som Rågårds presenterade.



Kvällens konferencier var Eiwor Sjösten. Hon bjöd på all information om det vi såg på catwalken blandat med en och annan rolig historia. Det var en sån proffsig tillställning med catwalk, musik, bubbel & tilltugg. Innan kvällen var slut kunde vi prova och köpa med oss nåt snyggt från Rågårds. Inunders sortiment blev vi inbjudna att komma och prova på Båtsmanstorget. Det fanns så mycket läckert och snyggt i underkläder, badkläder och sovkädrer som många av oss ville ha till sommaren.



När allt var klart fick vi en gåva på hela överskottet från modevisningen, vi fick 8451 kr till vår förening. En helt fantastisk gåva, ett stort tack till Rågårds & Inunder.



Rosa Nyheter

Nya rön om bröstcanceroperationer

En stor randomiserad studie, publicerad i New England Journal of Medicine, visar att det är onödigt att operera bort lymfkörtlarna i armhålan hos bröstcancerpatienter med metastaser i portvaktskörteln, även för subgrupper.

Studien genomfördes på 67 sjukhus i Danmark, Grekland, Italien, Tyskland och Sverige. Över hälften av de 2500 deltagarna kom från Sverige. Patienterna randomiserades i två ungefär lika stora grupper där ena gruppen enbart genomgick portvaktskörtelbiopsi medan den andra även genomgick kompletterande axillutrymning, dvs fick lymfkörtlarna i armhålan bortopererade.

”Man kan säga att det gör absolut ingen skillnad att inte göra en axillutrymning. Skillnaden i överlevnad är så otroligt liten mellan grupperna, det är ett ännu mer robust resultat än vad vi väntade oss”, säger kirurgen Jana de Boniface, studiens försteförfattare och docent vid Karolinska institutet.

Längre tillbaka opererades alltid lymfkörtlarna i armhålan bort vid bröstcancer. För ca 20 år sen ändrades riktlinjerna till att enbart rekommendera axillutrymning när metastas påvisades i portvaktskörteln.

Genom att undvika borttagning av lymfkörtlar i armhålan kan man också undvika att patienterna får biverkningar som lymfödem i armen med ökad infektionsrisk, smärta och rörelsesvårigheter.

(Källa: Tidningen Lymfan nr 2 2024)



Nytt blodprov kan förutse bröstcanceråterfall

- Ett nytt blodprov kan visa om en person som haft bröstcancer kommer få återfall - flera år tidigare än man hade sett det på röntgenbilder.
- Det visar brittisk forskning som BBC rapporterar om.
- Blodprovet som fortfarande är i ett tidigt stadie, kan hitta spår av tumörens DNA innan det blivit ett fullständigt återfall - och forskarna hoppas att det ska leda till att man kan sätta in behandling tidigare.

Källa: Sveriges radio VETENSKAPSRADION NYHETER Publicerat måndag 3 juni 2024

Revolution för bröstrekonstruktion

I de allra flesta fall av bröstcancer behöver läkarna inte avlägsna hela bröstet. Finalisten till Årets Unga Idé 2024, Álvaro Morales López, Akira Science, kan revolutionera bröstrekonstruktion. Hans uppfinning inom vävnadsteknik fyller hålrummen så att kroppen kan självläka.

Materialet Akimed är ett biologiskt nedbrytbart material som går att 3D-printa och skraddarsy till form och storlek för varje patients särskilda behov. Materialet främjar också naturlig vävnadstillväxt.

Akira Science primära inriktning ligger på att återskapa mjukvävnad hos människor, särskilt vid bröstrekonstruktion efter tumöroperationer. Metoden fungerar som ett alternativ till permanenta silikonimplantat. Just nu fokuserar de på bröstrekonstruktion men i framtiden är flera applikationer möjliga.

Källa: Företagarna 27 maj 2024

Smart behå upptäcker bröstcancer

Omkring 375 000 europeiska kvinnor får årligen diagnosen bröstcancer och för cirka 95 000 av dem är sjukdomen dödlig. Bröstcancer är den vanligaste cancerformen bland kvinnor inom EU, så det finns all anledning att sätta in effektiva förebyggande åtgärder.

Nu finns det goda nyheter från England, där en grupp forskare vid Nottingham Trent-universitetet arbetar för högt tryck med att färdigställa en speciell teknik som ska kunna registrera bröstcancer i tid.

Den lilla apparaten ska antingen kunna placeras i en behå – eller ingå i en "smart behå" där enheten är integrerad i tyget.

Registrerar även de minsta tumörerna

Med elektriska vågor kan tekniken skanna och registrera små förändringar både inuti och utanpå celler. Det är genomförbart i och med att tumörvävnaden är tätare än normala och friska vävnader och innehåller mindre vatten.

Det innebär att enheten kan mäta förändringar och tillväxt i eventuella tumörer som inte är större än två millimeter.

"Tekniken kan mäta förändringar i bröstvävnaden och på så sätt förbättra patientens chans att överleva. Bröstcancer kan utvecklas så fort att en tumör kan växa från en till två millimeter på allt från sex månader till bara sex veckor.

Så detta ska bli ytterligare en möjlig väg att observera hur fort tumören växer", förklarar Dr. Yang Wei, som är knuten till Nottingham Trent-universitetet, där han arbetar med tillämpning av elektronikteknik och elektroniska textilier.

Information direkt från behå till smartmobilen

Kort förklarat är det möjligt genom att information från enheten registreras och skickas via en smartmobil både till behåbärraren och läkare eller klinisk vårdpersonal. Med hjälp av denna information går det att göra en bedömning av tumörens storlek och tillväxthastighet.

Den kontinuerliga övervakningen är extremt viktig eftersom tumörtillväxten varierar så mycket från patient till patient, vilket gör det mycket svårt att följa tumörförloppet noga – särskilt om tumören är mindre än en centimeter stor.

Kan reducera samhällets kostnader

En annan detalj som är viktig att ta med i beräkningen är att det kan gå flera månader mellan MR-undersökningarna, som är det vanliga sättet att övervaka tumörtillväxten. Eftersom det kan hända mycket under den tiden innebär direktrapporteringen från patientens behå en enorm fördel.

Det är med andra ord inte bara liv som kan räddas. Den nya tekniken kan också spara in samhällets resurser och kostnader. Förhoppningen är att den ska reducera behovet av andra kontrollåtgärder.

För närvarande är forskargruppen i slutskedet av finjusteringen av den elektroniska enhetens funktioner och ska därefter optimera och utvärdera tekniken.

Den enhet som ska göra det möjligt att noga följa tillväxten av bröstcancertumörer har dock inte testats på människor ännu. Det blir nästa steg på vägen till den färdiga behå.

Källa: illustrerad Vetenskap

Minskad risk att få bröstcancer efter fetmakirurgi

Kvinnor som genomgått fetmakirurgi hade lägre risk att utveckla bröstcancer än de som fått annan fetmabehandling, enligt en svensk studie.

Fetma ökar risken för många olika former av cancer, bröstcancer är en av dem. Men kvinnor som genomgår fetmakirurgi minskar risken att utveckla cancerformen med över 30 procent. Studien bygger på svenska data om 2 876 kvinnor med fetma.

Av dessa har hälften genomgått fetmakirurgi. Andra hälften har fått traditionell behandling som livsstilsförändringar och läkemedel via vårdcentral. Kvinnorna följdes i snitt under 24 år. Resultaten, som publicerats i Jama Surgery, visar att totalt 154 av kvinnorna utvecklade bröstcancer. Men det var betydligt färre i gruppen som opererats med fetmakirurgi.

- Eftersom bröstcancer är en så vanlig sjukdom är det väldigt relevant, säger Magdalena Taube, docent i molekylär och klinisk medicin vid Sahlgrenska och en av forskarna bakom studien. Ytterligare en upptäckt som forskarna gjorde var att kvinnor som hade höga insulinnivåer när de gick med i studien fick ett ännu större skydd mot bröstcancer efter kirurgin.

De minskade sin risk att få bröstcancer med 52 procent när de genomgick en fetmaoperation jämfört med de som inte genomgick kirurgi.

- Det finns olika teorier om vad som ligger bakom kopplingen mellan fetma och bröstcancer och insulinnivåer är en av de saker som diskuteras. I den här studien kan vi tydligt visa att insulinet har en viktig roll, säger Magdalena Taube. Att hålla nere insulinnivåerna kan vara ett sätt att arbeta preventivt för att minska risken för cancer.

- När vi tittade på dem som hade låga insulinnivåer så visade det sig att kirurgin inte gör någon skillnad för risken att utveckla bröstcancer. Både kirurgigruppen och de som hade konventionell fetmabehandling löper samma risk, säger Magdalena Taube.

Patienterna anslöt till studien mellan 1987 och 2001. Det var innan de nya bantningsläkemedlen som Ozempic gjorde entré. Hur viktnedgång med sådana preparat skulle påverka risken för bröstcancer vet inte forskarna i dag.

- Men jag hoppas att det görs sådana studier framöver, säger Magdalena Taube.

Källa: Svenska Dagbladet 23 maj 2024

Samtalsgruppen Spridd Cancer

BCF Kronoberg har sedan slutet av 2022 en samtalsgrupp för dem som lever med kronisk spridd cancer. Gruppen leds av Evelyn H som är stödpersonsansvarig och Lena Rosenberg, som är mångårig och erfaren stödperson.

I gruppen samlas 4-8 deltagare.

Vi har träffats en gång i månaden, då vi under 1,5-2 tim fikar, samtalar om det som känns angeläget just där och då, delar erfarenheter och tips om behandling, rehabmöjligheter, stödkontakter, nyttig litteratur eller aktualiteter med mera.

Deltagarna föreslår själva vad som önskas, och vi kan också invitera externa resurser vid behov. Hittills har formen inte varit stramt strukturerat, utan relativt oformell, men kan komma att ändras, om det uppkommer önskan om mer tematiskt eller terapeutiskt innehåll.

Vi kan både samtala om det svåra, men också skratta tillsammans! Flera av deltagarna har också kontakt utanför gruppen och fungerar därför som extra stöd som man delar glädje och svårigheter med.

Lever Du själv med spridd cancer, eller känner du någon som Du tror skulle ha nytta och glädje av att ha kontakt i vår samtalsgrupp?

Tipsa gärna om oss och/eller ta kontakt!

Evelyn Håkansson

0721-845698

evehak@hotmail.com

Workshop om Lymfhälsa 16/9 kl. 17.00

Vad är Lymfhälsa?

Välkommen på en föreläsning med Lymgmassören och Lymfrådgivaren Victoria Vestman. Hon berättar om hur vårt Lymfsystem fungerar, hur det är kopplat till vår hälsa och vad du kan göra för att hålla dig frisk.

Viktoria driver Cancerrehab Öland på Öland som hon också kommer att berätta om.

Föreläsning med Victoria den 16/9.

17.00 kaffe och fralla

17.30 - 19.30 Föreläsning samt workshop med IR- matta, kompression samt egenvårdsmassage.

Lokal: Högsbyvägen 3B i Räppe

Anmälan senast 5/9 på vår mail och meddela ev. allergi

Kostnadsfritt.



Adventsfest med musikquiz 27/11 kl. 18.00

Vi bjuder in till en kul kväll med god mat och underhållning. Det blir en smakrik buffe från Svenssons Gårdscafé i Lamnhult. Den som vill kan köpa ett glas vin för 50 kr.

Trio med Rumpa inleder kvällen. Det bjuds på skönsång, en och annan klurig quizfråga men framför allt en massa låtar med hög igenkänning!

Trion är från Växjö och har underhållit i 10 år.

Anmälan till vår mail senast 15/11, anmäl ev. allergi.

Pris 300 för medlemmar och 400 för övriga.

Lokal: Pensionärernas hus på Bergövägen 1 i Växjö.

Betalning via swish eller bankgiro.



Tandhälsa - vid cancerbehandling

Bisfosfonater är ett läkemedel som används för att behandla benskörhet. Vid bröstcancerbehandling används bisfosfonater främst för att minska risken för återfall samt för att förhindra att skelettet kalkas ur vid hormonell behandling med aromatashämmare, t.ex. Letrozol.

Bisfosfonaterna kan administreras intravenöst (t.ex. zoledronat), i tablettform (t.ex. alendronat) eller subkutant (t.ex. prolia). Bisfosfonater finns kvar bundet i benvävnaden flera år efter avslutad behandling. Prolia är till skillnad från t.ex. alendronat en monoklonal antikropp och har en kortare halveringstid (månader-år).

Bisfosfonater kan också användas till patienter med metastaserad bröstcancer med spridning till skelettet för att minska risken för skelettrelaterad smärta och frakturer. Då används t.ex. zoledronsyra och Denosumab. Läkemedlet ges då i högre dos.

Inför påbörjandet av behandling med bisfosfonater är det viktigt att kontrollera sitt tandstatus hos sin tandläkare. Detta på grund av den ökade risken att drabbas av käkbensnekros, s.k. MRONJ (medical related osteonecrosis of the jaw). Definitionen av tillståndet innebär att käkbenet är blottat eller blottat genom en fistel under minst 8 veckors tid. Där strålbehandling mot området inte förekommit.



Therese Fohlin

Risken att drabbas är relativt låg. Förekomsten hos cancerpatienter som behandlas med hög dos är ca 1-15% och för patienter som behandlas mot benskörhet är förekomsten lägre, ca 0,12%. Det mesta tyder alltså på att det finns en relation mellan bisfosfonaternas potens och risken för att drabbas av käkbensnekros efter medicinering. Kvinnor drabbas i högre utsträckning än män och står för 2/3 av fallen.

Det har föreslagits flera anledningar till risken att drabbas av käkbensnekros ökar vid medicinering med bisfosfonater men mekanismen är inte helt klarlagd. Närvaro av inflammation och infektioner spelar roll för utvecklingen.

Risken för att drabbas kan påverkas av flera saker:

- Lång behandlingsperiod
- Hög dos
- Samtidig rökning eller dålig munhygien
- Samtidig behandling med andra cancerläkemedel eller immunhämmande preparat
- Ingrepp så som tandextraktion eller kirurgi i käkbenet
- Infektioner i munhålan (så som tandlossning, rotpetsinfektioner eller skavsår från proteser)

Förebyggande tandvård har därför ansetts vara en av de viktigaste åtgärderna för att minska risken att drabbas. Risken att utveckla käkbensnekros kan minska genom att t.ex. tänder med infektioner avlägsnas innan påbörjandet av behandling samt att patienten ser till att optimera sin egen munhygien.

Smärta, svullnad, rörlighet på tänder, känselpåverkan och bihålesymptom kan vara tidiga tecken på en käkbensnekros.

Vid misstanke om en käkbensnekros ska man som patient hänvisas vidare till en specialisttandläkare i käkkirurgi.

Patienter som får bisfosfonater i hög dos (t.ex. Zometa, Xgeva) ska remitteras till sjukhustandvård inför påbörjandet av behandling för att gå igenom tandstatus och t.ex. ta bort tänder med infektioner. Eftersom dessa patienter klassas som hög-risk patienter för utveckling av käkbensnekros ska eventuella tandextraktioner som behöver utföras under pågående behandling utföras av eller i samråd med käkkirurg eller sjukhustandläkare och man ska följa upp läkningen efteråt.

Patienter som får behandling i låg dos (t.ex. alendronat eller prolia) är risken för nekros lägre. Vid behov av tandextraktioner kan dessa utföras i allmäntandvård men ska göras så långt från administrationen av läkemedlet som möjligt. Har man stått på en låg-dos behandling mer än 3 år bedömer man risken som något högre.

Therese Fohlin, Tandläkare



BOKTIPS



Mitt bröst, mitt liv - den tunna tråden av Janet Hedendahl Carlsson , Justine Kirk

Hur gör man det ofattbara begripligt? Hur hanterar man ett sjukdomsbesked som väcker tankar om döden och kastar en in i en tillvaro av ovisshet?

Psykoterapeuten Janet Hedendahl Carlsson har hjälpt många kvinnor med bröstcancer att förstå och hantera de prövningar en cancerbehandling innebär, och oron att berövas sin kvinnlighet och livskraft. När Janet själv fick bröstcancer ville hon dela med sig av insikterna hon fått i samtal med sina patienter.



Existensboosten : Din handbok om lyckan, mörkret och meningen med livet - av Siri Helle

Vad säger psykologisk forskning om livets stora frågor som lycka, motståndskraft och meningen med livet? Och hur använder man den kunskapen i vardagen för att stärka sitt existentiella immunförsvar, eller helt enkelt för att må okej i en värld som blir alltmer tuff att hantera. Hur gör man å ena sidan för att stå ut, å andra sidan för att öka sitt välbefinnande?

Siri Helle introducerar begreppet psykologisk rikedom och visar konkret hur du använder motgångar för att växa, skapar ett meningsfullt liv och lär dig att njuta mer – oavsett vad livet bjuder.



Kraften i maten - Anna Ottosson

Maten är ett viktigt verktyg i kampen mot cancer – det vet vi idag, genom tung forskning. Vissa faktorer i maten vi äter kan öka risken för cancer, medan andra minskar risken.

Den här boken är för dig som vill veta mer om de allra senaste rönen kring mat och cancer. Men allra mest är den en inspirationskälla, fylld med tips och konkreta verktyg som kan stärka din hälsa, med hjälp av det du ställer på bordet varje dag.

Dietisten Anna Ottosson, som länge jobbat med ämnet, ger dig recept som skyddar och stärker både dig och din familj – och bjuder samtidigt på en djupare förståelse för de möjligheter som finns. Bokens råd vilar på Världscancerfondens kostrekommendationer.



Hur långt är nu? : om cancer, kantstötta kaffekoppar och det eviga hoppet av Jane Oksanen

När Janes fyraåriga dotter drabbas av cancer tvärnitar familjens liv och det trygga vardagspuslet byts ut mot en ny tillvaro på avdelningen för barn med blod- och tumörsjukdomar. Vi får följa Jane under en smärtsam tid i livet när hon kastas mellan hopp och förtvivlan och Melina är nära att lämna dem flera gånger. Övriga vänskap uppstår mellan familjer som liksom dem kämpar för sina sjuka barn.

"Hur långt är nu?" är en bok om kampen mot cancer och hur det är att hålla någon man älskar i handen när det är som mörkast – men framför allt är det en bok om vad vi förmår när vi måste, om det som kan bära en framåt när det är tungt och vad som är viktigt på riktigt.



En bok till dig som står bredvid någon nära som blivit sjuk i cancer. En bok som både ger tröst och perspektiv, och som är konkret och användbar.

Att stå bredvid cancer av Ola Ringdahl handlar om att vara drabbad av sjukdom trots att man själv inte är sjuk; om att vilja vara stark för en människa man älskar, samtidigt som man ska hantera sin egen oro, stress och sorg.

"Vi är så många som lever bredvid någon som är allvarligt sjuk. Men vi är aldrig huvudpersonerna. Vi är stödtrupperna. Cancer är en lömsk sjukdom som man aldrig vet hur den utvecklas. Så vi är bara tvungna att vänta. Det är svårt att erkänna och det är svårt att prata om. Livet gör ont och vi människor behöver människor, även om det bara är ett kort sms från nån som skriver 'kram, tänker på er' en tidig tisdagsmorgon."

Perspektivet är personligt och inkännande. Reflektioner och resonemang varvas med intervjuer med personer som ger olika perspektiv och svar på svåra frågor.

Aktiviteter i Ljungby hösten 2024

Cafeträffar i Ljungby, Lilla Hembageriet,

Onsdagen 28/8 16-18

Onsdagen 25/9 16-18

Onsdagen 23/10 16-18

Onsdagen 27/11 16-18

Köp det Du vill ha och betala själv, ingen föransmälan,

Om Du har några frågor eller tips på ämnen som vi ska ta upp på cafeträffarna så kontakta Maria Andersson Strandberg 073 342 52 82

Tjejerna i Odensjö bjuder in till



Den 14/9 kl 18 kör vi tjejkväll på Ljungby Arena.

Det blir en härlig helkväll med enbart tjejer.

Kostnad 395 kr och då ingår middag, kaffe och kaka.

Dricka finns att köpa i baren.

Man kan boka en plats i bussen som går ifrån Lidhult i samband med bokningen. Kostnad att åka buss med Mjåla buss tur och retur är 100 kr. Veddelat om ni vill ha en plats i bussen i samband med anmälan. Betalning för bussen görs tillsammans med anmälan till Tjejkvällen.

Viktigt att ni anger antalet i ert sällskap för det är bordsplacering och glöm ej allergier
Anmälan görs till Malin 070 2435240, helst mess men går bra att ringa

Anmälan gäller inte förrän man har betalat

PIC•COLLAGE

Vattengymnastik, Lasarettet Ljungby

10 ggr start 24 september 2024 kl. 18.15.

Anmälan till Eva Tvede senast 16 sept.

mobil 073-092 41 76

Betala till vår swish eller bg, se längst ner på sidan

Skriv Ditt namn i meddelandet

Pris: 10 ggr kostar 450 kr

Tjejkväll på stan – torsdagen den 3 oktober mellan 16-20

Butikerna i centrum har öppet till kl 20.00. Det kommer vara fina erbjudande och det blir en prisutdelning kl 20. Då det lottas ut fina vinster bland de som gjort inköp under kvällen.

Vi kommer att ha ett bord på Carpe Diem med vårt rosa-oktober-sortiment. Kom och besök oss, vi säljer rosa band och pratar brösthälsa.

Rosa oktober på Lasarettet i Ljungby

Varje måndag och tisdag mellan 9-12 under oktober månad kommer vi ha ett bord i anslutning till Hälso biblioteket i Centralhallen på Lasarettet i Ljungby. Välkomna att besöka vårt bord och köpa ett rosa band eller bara prata en stund.

Modevisning torsdagen den 10 oktober kl 18.00 på Åsikten

Missa inte att få en glimt av höstens mode från butikerna i Ljungby. Det blir massor med snyggt i en härlig uppvisning från Carpe Diem, Feminett, Lindex och Kappahl. Det blir på samma sätt som vårens modevisning, en blandning av presentation av det vi ser på mannekängerna blandat med härlig musik. Det kommer bli en helkväll med snygga kläder, väskor och skor. Vi kommer att sälja lotter och Åsikten har fixat en go-fika till oss.

Pris 70 kr, kaffe och fralla ingår

Anmälan senast den 4/10 till Eva Tvede mobil 073- 092 41 76.

Betalning via swish eller bankgiro.

Adventsmys den 14 november kl 17.30 på Åsikten

Lite julstämning och inspiration av BM Trädgårdar. Bodil berättar om återbruk av från trädgårdar eller det som finns i naturen och visar hur Du skapar naturliga och stämningsfulla arrangemang.

Det kommer finnas möjlighet att köpa kransar och en del enkla adventplanteringar. Vi säljer lotter och dragningen blir efter Bodils visning.

Pris 70 kr, kaffe och fralla ingår

Anmälan senast 14 november till Eva Tvede mobil: 073-092 41 76

Betalning via swish eller bankgiro.



Anmälan

till:kronoberg@brostcancerförbundet.se

Betalning via swish 123 082 66 36,

eller bankgiro 5778-0017

Skriv Ditt namn i meddelandet

Aktiviteter i Växjö hösten 2024

Friskis och Svettis träning för kroniskt sjuka

Under höstterminen fortsätter vi på torsdagar kl. 15 med Cirkelfys-pass.

Första gången kan du boka dig via receptionen, 0470-571570.

Kostnad: 700 kr/termin

Frågor: Kontakta Clara Södergren

clara@jonkoping.friskissvettis.se

Våra pärlor

Vi träffas i Senus lokal på Norrgatan 15 och tillverkar armband

Datum: Onsdag 28/8, 4/9, 11/9, 18/9, 25/9, 6/11 och 20/11 kl.13.30 - 16.00

Ledare Kicki Gjørloff Jönsson

Vattengymnastik Växjö

Tisdagar 17.00-18.00 med start 27/8, 14 ggr

Rehabassängen Sigfrid,

Ledare: Frida Andersson

Max 20 deltagare

JF Liedholms väg 12, Växjö

Anmälan: kronberg@brostcancerforbundet.se

Anmälan senast 22/9.

Pris: 900 kr + medlemskap i Korpen

Grand Samarkand: Tjejkväll den 12 sept 16-20

En tjejkväll med massor av erbjudande i butikerna. Vi har ett bord och berättar om brösthälsa och säljer ur vårt rosa sortiment.

Cafeträffar på Skåres Växjö

Varannan måndag, mellan kl 14-16

Datum: 16/9, 30/9, 14/10, 28/10, 11/11 och 25/11

Både för medlemmar och för Dig som vill veta mer om oss i Bröstcancerföreningen. Vi försöker dela med oss av erfarenhet och så pratar vi och fikar. Att träffas och prata en stund kan vara värdefullt när livet är eller har varit fyllt av tankar kring en cancerdiagnos.

Köp vad Du vill och betala själv, ingen föranmälan.

”Hälsosamt med Victoria”

Måndagen den 16 september kl. 17.00

Workshop med Viktoria Vestman om Lymfhälsa.

Lokal: Högsbyvägen 3B i Räfte

Anmälan senast 5/9 till vår mail.

Kostnadsfritt

Sminkkurs

För Dig som drabbats av håravfall pga cytostatikabehandling, max 8 deltagare

Datum och tider:

20/9, 29/10, och 4/12 kl. 11.00-12.30

Plats Athena Centrallasarettet,

Sponsras av Cancerstiftelsen i Kronoberg

Anmälan till Carina Olsson

mail: aolssoncarina@gmail.com

Mobil: 070 829 22 29

Rosa oktober

Storgatan Växjö: Lördag 5/10 och 12/10 kl. 10.30 -14.00

Citygross Växjö : 3/10 och 10/10 mellan 15.00 - 17.00

Lakers: alla hemmamatcher samt Tjejkvällen på plan 4

Växjö DFF hemmamatcher i oktober (4-7 okt mot Trelleborg och 18-20 okt mot AIK)

Tingsryd : Utanför Härlins/Scorett. Lördagen den 5 oktober kl. 10-14

Alvesta, Lessebo, Uppvidinge, Markaryd och Älmhult tid och plats ej klart.

Existentiell hälsa - Ny samtalsgrupp

Vi har inlett ett spännande samarbete med sjukhusdiakon Titti Larsson Lundvall. Hon har lång erfarenhet av att leda samtalsgrupper inom olika aspekter av Livet och Hälsan.

Vi samlas vid 4 tillfällen på hösten och 4 på våren.

En mer utförlig beskrivning av kursen finns på vår hemsida.

Du hittar artikeln om du scannar Qr-koden här

bredvid.

Kostnad: 800 kr

Kursstart: 16/10

Bindande anmälan till vår mail senast 1/10.



Föreläsning med bröstkirurg Johanna Björkman och Imad Mohammed. tisdag 15/10 kl 18-19.30

Johanna och Imad kommer och ska prata under rubriken

”modern bröstcancerkirurgi från Halsted till direktrekonstruktion” Johanna pratar lite historia och till våra dagar,

Imad pratar om moderna tekniker som direktrekonstruktion, lambåer med ICAP och LICAP mm.

Lokal: Dockan, Mio min Mio

Anmäl till vår mail

Kostnadsfritt

Adventsfest Växjö

Mat och Musik onsdagen den 27 november kl. 18.00 i

Pensionärens Hus.

Det blir Musikquiz med Trio med Rumpa och en buffé från Svenssons Gårdscafé Lammhult.

Pris 300 kr för medlemmar och 400 kr för icke medlemmar.

Anmälan till vårt mail senast

15/11.

Betalning via swish eller bankgiro.



Anmälan till: kronberg@brostcancerforbundet.se

Betalning via swish 123 082 66 36,

eller bankgiro 5778-0017

Skriv Ditt namn i meddelandet