


MARIA-BLADET

A scenic landscape featuring a calm lake in the background, surrounded by dense green trees. In the foreground, a weathered, light-colored metal bucket is filled with a variety of vibrant flowers, including large purple and pink bell-shaped flowers and smaller yellow ones. The scene is captured during the day, with soft lighting.

Våren 2015



Grattis! Pia Stenberg Gävle har Sveriges bästa bröstsjuksköterska

Bröstcancer-Sveriges finaste utmärkelser går i år till Barbro Linderholm, överläkare i Göteborg, och till Pia Stenberg, sjuksköterska i Gävle. Docent Barbro Linderholm, verksam vid Sahlgrenska Universitetssjukhuset, får BRO:s Utmärkelse och Pia Stenberg är Årets Bröstsjuksköterska.

Årets Bröstsjuksköterska 2014, är ett pris som har instiftats av BRO i samarbete med Novartis för att uppmärksamma bröstsjuksköterskornas viktiga arbete. I år går priset till **Pia Stenberg**, kontaktsjuksköterska vid den onkologiska kliniken på Gävle sjukhus. Hon får priset för att hon med glädje, värme och stort engagemang ägnar sig åt kvinnor som drabbats av bröstcancer. I motiveringen lyfts också att hon belönas för sina ”insatser i forskningsprojekt om stress och bröstcancer på sjukhus i regionen samt hur hon fört kunskaperna om stresshantering vidare i olika sammanhang”.

– Det går inte med ord att beskriva hur glad och tacksam jag är över att ha blivit nominerad av mina patienter i Bröstcancerföreningen Maria, säger Pia Stenberg.

Hon framhåller hur givande det är att arbeta med bröstcancerpatienter:

– Jag får energi av att de här kvinnorna ofta är väldigt engagerade i sin sjukdom och behandling. Det finns mycket glädje i min vardag trots att det kan handla om allvarliga frågor och människor i kris. /Karin Medin

Innehåll	sid
Ordförande har ordet	3
SOTA-kongress	3
Ny forskning	4
Tack alla som bidragit	4
Sminkväskor	5
Hälsodag	5
Aktiviteter våren 2015	6
Anhörigcenter	7
Aktiviteter hösten 2015	8
Kansliinformation	9
Våra sponsorer	10
Bra länkar	11
Styrelse, Valberedning o Kontaktpersoner	12

Årsmötet 9/3
anmälan
se kallelse



Ordförande har ordet

Den här hösten har varit intensiv på många sätt. Vi i BCF Maria har haft intressanta möten och arrangemang. Lena Öberg och jag besökte Hudiksvall i september och samtalade om verksamheten i stort och smått med medlemmarna där. Vi gjorde också reklam för boken Bröstcancerboken som vi haft ett flertal studiecirklar i. Vi åkte X-tåget vid 17.tiden och åter 20.20. Så det går utmärkt att resa kollektivt i länet även kvällstid. Vilket fler borde utnyttja och åka på våra möten i andra kommuner.

Rosa oktober går i rosa och vi har varit ute på många platser med information om tidig upptäckt och vikten av att undersöka sina bröst regelbundet. Vi har också sålt rosa produkter för tusentals kronor. En bra insats för bröstcancerforskningen.

25 oktober genomförde vi vår Hälsodag på Söders källa i Gävle. Dagen innehöll föreläsningar om ett hälsosamt liv på olika sätt. Föreläsningen om Ekologiskt-bra för hälsan? var synnerligen uppskattad och gav många nya kunskaper och aha upplevelser. Vi fick också prova på yoga i olika varianter och mindfulness. Och inte minst hade vi sju olika utställare som visade produkter av olika slag. Även de var nöjda med utfallet under dagen. Och drygt 80 personer med alla inräknade deltog under dagen.

Under helgen 21-23 november hölls BROs riksstämman i Stockholm på Frösunda. Vi hade tre delegater på plats, Lena Öberg, Karin Medin och Kerstin Tillemar. Liselott Olsson deltog som observatör och jag deltog som styrelseledamot i BROs styrelse. Stämman hade nya stadgar att ta ställning till och vi i BCF Maria hade förberett oss och hade flera yrkande. Vi fick gehör för några av våra förslag. Mer om stadgarna kommer i BRO-fästet senare.

Jag lämnar BROs styrelse efter årsskiftet då jag vill vara mer ledig och njuta av min nya frihet. Jag har nämligen avslutat min anställning och kan titulera mig fritidsforskare. Mycket angenämt. Det gäller att ta ut all glädje i förskott. Man vet ju inte hur det blir sedan. Så jag hoppas ni firat jul och nyår ordentligt och fortsätter att fira allt ni kan. Livet blir roligare då. Och roligt hoppas jag vi ska ha i vår med lite annorlunda aktiviteter i Gäve. Titta efter aktivitetskalendern. Alla är hjärtligt välkomna.

Yvonne Bäckius, ordförande i BCF Maria

State of the Art - SOTA kongressen 2-3 oktober.

Ordnas av Svenska Bröstcancergruppen (SweBCG) vartannat år. Under två dagar träffas läkare, sjuksköterskor och annan personal för att sammanfatta och uppdatera det aktuella kunskapsläget avseende olika aspekter av bröstcancer utifrån ett evidensbaserat perspektiv och med utgångspunkt från SweBCG:s Nationella Riktlinjer. Vi var ett två personer från BCF Maria som deltog.

Om sexualitet och bröstcancer

En bröstcancerbehandling innebär en påfrestning inte bara för den som genomgår den, utan drabbar ofta relationen. Enligt en europeisk undersökning separerar vart fjärde par (25%) efter att kvinnan fått bröstcancer, att jämföra med de 7% som går skilda vägar när mannen drabbats av cancer. Alessandra Graziottin, gynekolog och sexolog från H San Raffaele Resnati i Milano föreläste kring sexuella problem och behandlingsmöjligheter i samband med bröstcancer. Ingen lämnades oberörd av Alessandra Graziottins engagerande föreläsning, en del kanske kände sig provocerad av hennes sensuella sätt att beskriva de sexproblem som hon ansåg var mycket vanliga hos unga bröstcancerkvinnor. Vi hoppas kunna anordna ett möte under våren ang. sexualitet och bröstcancer och vad som kan göras för att underlätta att ha ett bra samliv även under behandling av olika slag. Håll utkik efter annonser eller e-post.

Ny forskning inom bröstcancerbehandlingen!

Den 19.11 hölls ett välbesökt möte i Folkets Hus med överläkare Per Edlund och forskningssköterska Lena Persson, Gävle sjukhus.

Per inledde med att berätta att bröstcancer tenderar att öka i antal men det glädjande är att dödligheten i sjukdomen minskar. Förebyggande verksamhet och behandlingar har blivit bättre.

Nytt är att strålningen har minskat ner till 3 veckor istället för 5 veckor för de som opererat bort en tårtbit. Nya studier visar att resultatet är lika bra med färre veckor. Det blir en stor vinst för kvinnorna och för vården som kan ta emot fler under den frigjorda tiden.

Vården undviker också att stråla vissa grupper med god prognos och liten tumör, företrädesvis äldre kvinnor. Strålning kan påverka hjärtat negativt med hjärtsvikt som följd. Här är det viktigt att prata med sin doktor om vilken behandling som ska ges. Kvinnor med stor oro måste få ta den behandling som hon anser bäst. Viktigt att påpeka att det finns ingen övre åldersgräns för behandling mot bröstcancer.

Kvinnor som genomgår hormonbehandling med tamoxifen och som bedöms ha hög återfallsrisk rekommenderas att äta medicinen under tio år.

Övrig hormonbehandling med t.ex aromatashämmare erhåller dessa under fem år. Aromatashämmare som anastrozol, letrozol, exemestan är effektivare än tamoxifen för postmenopausala kvinnor.

Biverkningarna är många vid användning av dessa läkemedel men som det ser ut idag finns inga alternativ. Vanligaste biverkningarna är ledvärk i 30 %, svettning/vallning 35 %, frakturer 10 % mm.

Vid större besvär uppmanas kvinnor att prata med sin läkare om detta för att pröva andra alternativ.

Lena Persson, berättade därefter om att det görs många kliniska studier på läkemedel i Gävle. Det är viktiga studier för att få fram verksamma läkemedel och säkerställa kvaliteten. Innan en studie kan påbörjas är det en hel del arbete att informera patienterna, skriftliga intyg ska skrivas under och avtal ska upprättas. Under studien dokumenteras allt i patientens journal.

ABF-caféet ordnade med fika till alla. En intressant kväll med många frågor från deltagarna.

Tack alla som bidragit till

att vi i höstas kunde skicka ca 100 proteser, peruker, schampo mm till Onkologia- ja hematologiaklinik på sjukhuset Regionaalhaigla i Tallin



Ett särskilt tack till **Salong Lexe i Gävle** som skänkt 7 kartonger innehållande peruker med tillbehör samt **Valbo resetjänst** som ordnade transporten från Sverige till Tallin.

Tack framföres också till **Karin Medin** som såg till att allt kom till Valbo resetjänst.

Thank You! Thank You! Thank You! Very, very good!

We are very grateful for the package You sent us. It means a lot to our patients and helps them a lot. Thank You all for Your help!

Kind regards,

Merike Värik

Regionaalhaigla

Sminkväskor ???

Ja, varför får alla som opererar sig för bröstcancer en sminkväska av BCF Maria? Jo, därför att vårt motto är:

Gemenskap, kunskap, glädje, empati – bry sig om ger energi

Vi hoppas naturligtvis att vi kan sprida lite *glädje* med den lilla presenten och att den kan förmedla lite *empati* från oss – vi vet hur det känns, vi har varit med om "samma resa" om än den kan se olika ut för oss!

Dessutom vill vi naturligtvis tala om att BCF Maria finns. I vårt län drabbas mer än 250 kvinnor om året av bröstcancer. Vår förening kan ge *kunskap* om bröstcancer genom olika träffar, både lokalt och nationellt. Man mår också bra av att få känna *gemenskap* med kvinnor som drabbats av samma öde.

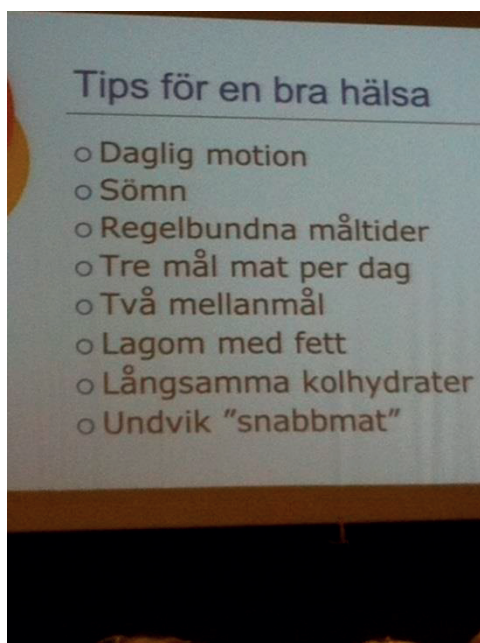
Bry sig om ger energi! Javisst – och STOR energi har särskilt tre kvinnor lagt på att skaffa/tigga små presenter att lägga i sminkväskorna. Det är *Inger, Majsan och Sonja*. Bra jobbat tjejer!

Lotta



Hälsodag i Gävle

Den 25 oktober mellan 10.00 - 16.30 anordnade Bröstcancerföreningen Maria en Hälsodag på Söders Källa, Gävle. Programmet var en blandning av "prova på pass" och föreläsningar.



Dagen invigdes av kommunalrådet i Gävle Carina Blank (som också är bröstopererad)

Erika Andersson pratade sedan under rubriken "Ekologiskt bra för hälsan"

Två gånger under dagen var det prova på pass med Lisbeth Pedersen om Mindfulness samt olika typer av Yoga med Viktoria Anderson och Jan Nilsson.

Lunchmaten och de båda mellanmålen under dagen var gjorda på ekologiskt odlade och Kravmärkta råvaror.

Isa Wallmyr, kostpedagog från Alfta berättade om kost som stärker efter en cancersjukdom

Den sista föreläsningen för dagen hade snabbt ändrats då personen som skulle hålla föreläsningen hade insjuknat, hon ersattes av en föreläsning om hälsa av Andre Kalk, Kungsgården

Bilden visar några handfasta råd som Isa Wallmyr gav oss.

Under dagen fanns inspirerande utställare på plats t.ex. Bodyshop, Balkonetten, 1,6 miljoners klubben med flera. 71 deltagare mötte upp denna hälsodag som kändes inspirerande och trivsamt. Ett stort **Tack** till Söderskälla till alla deltagare, utställare och föreläsare som gjorde dagen möjlig!

Vad vill du att vi ska ha för aktiviteter i BCF Maria?

Skicka ett mail till kansli@bcfmaria.se och berätta.

Eller ring in på telefonsvararen 026 - 14 31 80.

Aktiviteter våren 2015

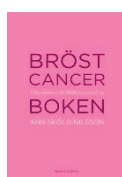
Detta händer i Gävle



Promenader och samtal

Promenaderna runt Hälsans Stig, Gävle börjar igen måndagen den **12 januari** och håller på varje måndag t.om den 13 april
Samling vid Konserthuset kl. 10.00 .

Välkommen



Studiecirkel om bröstcancerboken i Gävle, 5-6 sammankomster
Måndagen den 26 januari kl 18.00, Folkets Hus.
Anmälan till kansliet

Välkommen

Den 3 februari, kl. 16.00, Gävle Sjukhus, Biblioteket, ingång 14 mittemot strålningen

Lite flärd Bodyshop visar sminkning och vi tränar lite på sjalknytning (för dig som känner dig lite glämlig under eller efter behandling)

Anmäl om du vill vara med till kansliet senast 29 januari



Mindfulness i Gävle

BCF Maria erbjuder medlemmarna en Mindfulnesskurs, som består av 6 träffar med träning i form av enkla tanketräningar, avslappningsövningar, meditation och yoga.

Var: Tullbomsgården, Gävle.

När: Kursstart i februari

Tid: Tisdagar kl 14.30-16.00

Ledare: Lisbeth Pedersen, Diplomerad Mindfulnessinstruktör, hälsocoach och beteendevetare

Kostnad: 600 kr

Anmälan: Till kansliet 026-14 31 80 eller mail kansli@bcfmaria.se

Mer information om kursen kan ges av Lisbeth Pedersen 0702-22 40 37



Träff för Unga kvinnor den 24 mars på Tullbomsgården kl. 18.00



dvs du som har haft bröstcancer och är under 50 år

Eva Pettersson från Kungsängsliljan, Bröstcancerförening i Uppland

Berättar om hur man jobbar i Uppsala

Eva berättar och vi fikar tillsammans

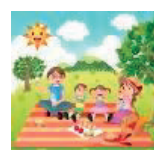
Välkommen

Den 13 maj kl 18.00 Stavgång

Boulognerskogen, Gävle, samling vid Kraftverket, Strömdalen



och Picknick på parkeringen



Detta händer i Hudiksvall



Cafékvällar i Hudiksvall

Sista tisdagen i månaden med början i januari på Anhörigcenter.

Eva Brandt Sundberg kommer att föreläsa en tisdag, vilken är ännu inte bestämt.

Detta händer i Sandviken

Onsdagen 4 februari, kl 18.00 börjar vår Yoga

Wilma håller Yogakurs med oss i BCF Maria.

Yogan pågår 7 gånger således slut 18 mars. Varje tillfälle ca 1 timme

Kursen kostar 500 kr.

Vi kommer att vara på Plangården. OBS! Begränsade antal platser, först till kvarn

Anmälan senast 26 januari till Inger Nilsson, 0706-78 37 02 eller inger.nilsson@comhem.se



Detta händer i Södra Hälsingland

Ovanåker – Bollnäs:



Myaskväll för medlemmar, måndag 9 februari kl 18.00

Vi träffas vid eller i bassängen Karlslund, Bollnäs.

Vi äter lite god mat tillsammans (självkostnadspris). Tar ett dopp i poolen, sitter i bastun eller bara hänger vid poolkanten!

Tillfälle till massage finns också.

Anmälan senast 2/2 Bollnäs: Eva Lindgren, 070 538 49 87

Edsbyn: Sonja, 0271 215 60, 070 268 78 57

eller Liselotte, 0730 53 67 15

Söderhamn – Bollnäs – Ovanåker:

Måndag 20 april Balconetten – Köpmangatan Söderhamn

Kaola Abusager som äger butiken delar med sig av sin kunskap om bra BH och visar senaste mode för baddräkter, sportkläder och snygga underkläder, samt bjuder på lite förtäring.

Anmälan senast 13/4 till kansliet telefon 026 14 31 80 eller kansli@bcfmaria.se

För samåkning kontakta Sonja Rask, 0271 215 60, 070 268 78 57 eller Eva Lindgren, 070 538 49 87



Detta händer i Gävleborg

Anhörigcenter

Tonåringar och unga vuxna.

Det är mycket man kan fundera över i livet. Inte minst när någon anhörig drabbas av en allvarlig sjukdom. Det kan vara svårt att prata om detta med sina kompisar, många upplever att de inte förstår.

Att träffa andra som är i liknande situation kan hjälpa dig.

Sedan några år tillbaka ordnar Anhörigcenter i Gävle tillsammans med sjukhuset en möjlighet att få samtala om hur det är att leva med sådana erfarenheter. Även tonåringar och unga vuxna som bor i en annan del av Gävleborg får delta.

Har du frågor eller vill anmäla ditt intresse hör av dig till Anhörigcenter:

Tel: 026-17 23 23 E-post: anhorigcenter.omv@gavle.se

Följ med till Stockholm fredag den 8 maj 2015



Bussresa för medlemmar till Stockholm, där vi besöker Eva Melke som är en special butik för oss bröstopererade. Vi kan prova och få råd om underkläder, BH, badkläder mm Därefter besöker vi Ulriksdals Slottsträdgård där vi även äter lunch.

Buss från Hudiksvalls Busstation kl 06.15
Söderhamns resecentrum kl 06.50
Gävle, Scandic Väst kl 08.00 där vi äter frukost
Bussen går från Scandic kl 08.45

Pris för resa, frukost och lunch 250 kr

Anmäl till kansliet senast **28 april** tfn 026-14 31 80, mail

kansli@bcfmaria.se

Inbetalning till vårt PG 88 515-2 senast **4 maj**.

Aktiviteter hösten 2015

Nu tar vi tillsammans bussen och båten till Åland 29-30 augusti 2015



Dag 1 (lördag 29/8)

Avresa kl 05.15 från Hudiksvall

Avresa kl 06.30 från Söderhamn

Avresa kl 07.30 från Gävle

Kl 10.00 avresa med M/S Eckerö till Åland



Smakbyn

Kl 10.00 Brunchbordet i restaurangen (inkl juice/mjölk/vatten och kaffe).

Kl 13.00-17.00 (lokal tid) guide på Åland, inkl kaffe och ålandspannkaka i Smakbyn på Kastelholm.

Logi på Hotell Pommern i Mariehamn. I grundpriset ingår del i tvåbäddsrums inkl middag och frukost.



Hotell Pommern



Dag 2 (söndag 30/8)

Sovmorgon och frukost på hotellet.

Ev några timmars shopping i Mariehamn innan guideturen på Åland fortsätter. Dagen innehåller ett besök på Stallhagens bryggeri (med smakprov).

Kl 18.30 (lokal tid) avresa med M/S Eckerö mot Sverige. Skärgårdsbordet serveras kl 18.30 (exkl dryck).

Kl 19.30 (lokal tid) ankomst till Grisslehamn

Direkt färd mot hemorterna, åter i Gävle ca kl 21.50, Söderhamn ca kl 22.50, Hudiksvall ca kl 23.30.

Pris per person: 3000 Kr

Resan kan genomföras med minst 35 personer.

I priset ingår: Resa med buss från Hudiksvall-Söderhamn-Gävle t/r, båtresa med Eckerölinjen t/r, Brunchbord ombord, kaffe och ålandspannkaka samt middag på hotellet dag 1, frukost på hotellet, provsmakning på Stallhagen samt skärgårdsbuffé ombord dag 2, logi med del i dubbelrum på hotell i Mariehamn

Anmälan till kansliet **senast 1 juni** 2015, telefon 026-14 31 80 e-post kansli@bcfmaria.se

Vattengymnastiken



Plats och kontaktpersoner

Delsbo simhall tisdagar kl 19.30, Ingrid Jacobsson 0706-15 47 22

Hudiksvalls sjukhus onsdagar kl 16.30, anmälan till Kerstin Edmundsson 0650-178 52

Söderhamns sjukhus måndagar kl 17.00, Ingeli Lundh 0702-98 70 67

Sandvikens sjukhus torsdagar kl 18.00, Inger Nilsson 0706-78 37 02

Gävle sjukhus tisdagar kl 17.00 och 18.00, Lillemor Nilsson 0705-45 17 92

Vattengymnastiken är till för bröstcanceropererade medlemmar i BCF Maria. I mån av plats kan andra medlemmar delta en termin i taget. Fördelning av platser sker varje termin och medlemmar som är bröstcanceropererade ska prioriteras.

Du vet väl att BCF Maria finns på Facebook.

Där liksom på **hemsidan** försöker vi ha aktuell information samt sådant som tillkommer efter Maria-bladets tryckning.

Vår adress på Facebook är Bröstcancerföreningen Maria

Hemsidan är www.bro.se/gavleborg

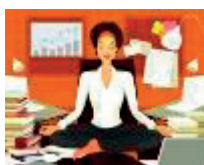


Ge en gåva via telefon

PayByCall

Ring 0939-100 00 25 så skänker du 25 kronor till Bröstcancerfonden. Kostnaden dras på din telefonräkning. Uppringningskostnad tillkommer.

Hör av dig till kansliet!



Alla medlemmar önskas en härlig vår och sommar. Du skall aldrig tveka att höra av dig till kansliet om det är något du undrar över. Det vi inte kan ta vi reda på.

BCF Maria har en fond där medlemmar kan söka bidrag

Vända dig också till kansliet för att få hjälp med olika ansökningar såsom t ex stipendium mm.

Tveka inte utan ring 026-14 31 80 eller e-post kansli@bcfmaria.se

Du som inte anmält din e-post, gör det redan idag så du inte missar någon information.

Manusstopp

Vill du ha med något i Mariabladet till hösten 2015 är manusstopp 1 juni 2015.

Skicka i så fall det du vill ha med, till kansliet eller till inger.nilsson@comhem.se



Redaktör

Du som har ett brinnande intresse för att sammanställa och designa vårt Mariablad hör av dig till mig på telefon 0706-78 37 02 eller via e-post inger.nilsson@comhem.se

Stort tack till våra sponsorer som på olika sätt stödjer vår verksamhet.



ABF Gävleborg, Joe Hill Platsen 3, Gävle, tfn 026-60 01 60 eller abf.gavleborg@abf.se

ABF Hälsingekusten, Trädgårdsgatan 17, Hudiksvall tfn 0650-542430 abf.halsingekusten@abf.se

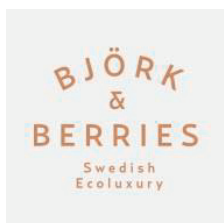
Sök bland kurser, studiecirklar, föreläsningar och evenemang. Kasta dig ut på ett äventyr. Gör en annan värld möjlig.

aBonnet

aBonnet, en butik för kvinnor som tappar sitt hår. Här finns aBonnets (färdigsydda sjalar), mössor och kepsar. aBonnet har många alternativ till peruk www.abonnet.se

amoena

Amoena är världsledande på produkter för bröstopererade kvinnor; bröstproteser, delproteser, underkläder, badkläder, nattkläder, träningskläder och tillbehör. www.amoena.se



BJÖRK & BERRIES är ett ekolyxvarumärke inom skönhetsvård med ursprung i den svenska naturen och traditioner. Det hela började med handplockade björklöv som omvandlades till en naturlig parfym, och idag förädlar våra experter svenska ingredienser och omvandlar dem till produkter för ansikte, kropp och hem – för den medvetna kunden.

BJÖRK & BERRIES strävar efter att främja en hållbar natur och hög kvalitet genom handplockade, naturliga och ekologiska ingredienser med dokumenterade resultat. Alla våra ekolyxprodukter tillverkas enligt våra "Ecoluxury Criteria". www.bjorkandberries.com

THE BODY SHOP.

The Body Shop, sponsrar bl a våra sminkkurser, butik på Drottninggatan 9, Gävle, 026-14 15 81 www.thebodyshop.se



Löwengrip Care&Color är ett svensktillverkat skönhetsmärke utvecklat av Isabella Löwengrip. LCC består av hår- och kroppsprodukter, en ansiktsserie, mascara och nagellack, anpassade för kvinnan som vill ha balans i vardagen – lugnande ingredienser som är effektiva och långtidsverkande med härliga dofter.



Genom samarbete med Swedbank Robur har medlemmarna möjlighet att spara i Swedbank Robur Humanfond, där två procent av de sparande medlemmarnas fondförmögenhet tillfaller BRO. Kontakta din lokala Swedbank.



Gemenskap, kunskap, glädje, empati – bry sig om ger energi!

Länkar som kan besökas:

www.1177.se/cancer

Besök denna webbplats som är landstingens och regionernas gemensamma webbplats för information om cancer. Webbplatsen är informativ, både för drabbade och närstående och vårdpersonal.

www.brca.se

Hemsidor som uteslutande handlar om ärftlig bröstcancer. Nätverk för personer med ärftlig cancer.

www.bro.se

Bröstcancerföreningarnas Riksorganisation (BRO) där finns information om bland annat Bröstcancerfonden, konto Plusgiro 90 05 91-9 eller Bankgiro 900-5919, där kan du ansöka om olika stipendium
Spridd bröstcancer med metastaser – råd till patienter och anhöriga som också finns på ytterligare 13 språk:

www.bro.se/gavleborg

Bröstcancerföreningen (BCF) Maria Gävleborgs län, din lokalförening

www.cancercentrum.se/uppsalaorebro

RCC = Regionalt cancercenter

Utvecklingsplan för Uppsala Örebro RCC 2014-2015

www.cancercentrum.se/Global/RCCUppsalaOrebro/nyheter/bilder_cancerplan/cancerplan_2014_2015.pdf

Rutin för kontaktsjuksköterska fastställd för Gävleborg

www.cancercentrum.se/sv/uppsalaorebro/Aktuellt/Nyhetsarkiv/rutin-kontaktssjukskoterska-faststalld-Gavleborg/

Nationella vårdprogrammet för bröstcancer, läs www.cancercentrum.se/sv/Vardprogram/Brostcancer/

www.karmastudien.se

Karmastudien - kan bröstcancer förebyggas? Det pågår en studie där man undersöker hur man kan förebygga återfall och samtidigt minska biverkningarna av anti-östrogeten Tamoxifen. Nya studier visar att läkemedlet har en skyddande effekt hos friska kvinnor med en känd förhöjd risk att drabbas av bröstcancer.

REHAB

www.cancerrehabfonden.se

Sök bidrag

Fokus på bidrag till REHABILITERING för ENSKILDA

Patientbidrag till medlemmar

Människor som är medicinskt färdigbehandlade behöver ofta hjälp och stöd för att hitta sin väg tillbaka till vardagen. För att underlätta ger vi bidrag till olika ändamål som stärker det friska. Bidragen är behovsprövade enligt riktlinjer från styrelsen. Endast ansökningar från föreningens medlemmar kan beviljas. Det betyder att du som vill söka bidrag behöver anmäla dig som medlem. Anmälan kan ske på hemsidan.

Vi erbjuder

- Rehabilitering för män och kvinnor med cancer på [Bräcke Diakoni RehabCenter Sfären](#) i Stockholm
- Rehabilitering för män och kvinnor med cancer på [Bräcke Diakoni RehabCenter Mösseberg](#) i Falköping
- Rehabilitering för män, kvinnor och unga med cancer på [Frötuna gård & retreat](#) i Uppsala
- Rehabilitering för färdigbehandlad, kronisk, bröst- eller ung cancer på [Lydiagården](#) i Höör, Skåne
- Rekreationsdagar för cancerdrabbade kvinnor på [Foodpower](#) på Österlen, Skåne

www.livslust.net

Sök bidrag

Våra kurs- och temadagar på Ljungskile Folkhögskola riktar sig till dig som har eller har haft cancer. Vi ger dig möjlighet att under ett par dagar lämna vardagen och att tillsammans med andra i liknande situation få nya perspektiv och verktyg för att hjälpa dig själv framåt. Rehabiliteringskurserna bekostas av diverse fonder, arbetsgivare etc.

Temadagar - Enskilda i grupp 13 – 17 april 2015

Parkkurs – att gå vidare tillsammans 16 -20 mars 2015

För unga vuxna 18-35 år 16-20 feb 2015

Styrelsen fram till årsmötet 2015

Organisationsnummer 885001-3197

Ordförande	Yvonne Bäckius	ybackius@hotmail.com	026-64 23 61
Vice ordf	Liselotte Lindblad-Olsson	borjelotta46@gmail.com	0730-53 67 15
Sekr	Inger Nilsson	inger.nilsson@comhem.se	0706-78 37 02
Kassör	Vivianne Bengtson	kassor@bcfmaria.se	0706-20 91 20
Ledamöter	Sonja Rask	sonja44rask@gmail.com	0271-215 60
	Kerstin Tillemar	kerstin.tillemar@nasviken.hjart-lung.se	0650-300 74
	Lena Öberg (KP-ansvarig)	lena.oberg@bredband.net	0706-61 46 10 026-51 33 55 0738-08 60 86
Suppleanter	Anette Bjurström	anette9@bredband2.com	0650-109 73 0739-71 83 49
	Celeste Cisneros (spanska)	celescisne@hotmail.com	0702-86 83 22
	Kerstin Lindy-Gustavsson	kerstin.lindy-gustavsson@hotmail.com	0703-58 00 11
	IngBritt Lundqvist	ingbritt.lundqvist@bredband.net	026-18 40 72
	Karin Medin	ke.medin@gmail.com	0705-97 71 77
Kansliet		kansli@bcfmaria.se	026-14 31 80

Valberedning fram till årsmötet 2015

Marianne Martinsson	martinsson@mbox.lidnet.se	0650-137 17 0730-65 13 67
Lillemor Nilsson	rlb.nilsson@hotmail.com	026-19 32 23 0705-45 17 92

Någon att tala med Våra kontaktpersoner

AVESTA	Vivianne Bengtson	vivianne@taktbo.se	0706-20 91 20
BOLLNÄS	Elisabeth Olander	skalabisa@yahoo.se	0706-70 23 33
EDSBY	Liselotte Lindblad-Olsson	borjelotta46@gmail.com	0730-53 67 15
DELSBO	Ingrid Jacobsson	ingrid.jacobsson@bredband2.com	0653-107 61
GÄVLE	Yvonne Bäckius	ybackius@hotmail.com	026-64 23 61
	Inga-Maj Sundell	inga_majsundell@hotmail.com	0705-43 21 27
	Lena Öberg (KP-ansvarig)	lena.oberg@bredband.net	026-51 33 55
SANDVIKEN	Inger Nilsson	inger.nilsson@comhem.se	0706-78 37 02

BCF Maria Plusgiro 8 85 15 – 2

Bröstcancerfonden Plusgiro 90 05 91-9 eller Bankgiro 900-5919

