

GCF-BLADET



Medlemsinformation från GynCancerFöreningen GCF Stockholm

April 2016

Kära medlemmar, närstående och andra.

Kära viktiga medlemmar i GynCancerFöreningen GCF Stockholm, alla närstående och andra som ännu inte tagit steget att stödja vår patientförening för gynekologisk cancer.

Vi är inte ensamma med denna diagnos, det är tyvärr många kvinnor som drabbas av gynekologisk cancer. Inom region Stockholm-Gotland är det 150 kvinnor som varje år får diagnosen äggstockscancer, 300 får livmoderkroppscancer, 100 livmoderhalscancer och 40 kvinnor får vulva- och vaginalcancer.

Jag upplever att vi är en tyst och anonym cancergrupp, det vill jag att vi tillsammans ändrar på.

Vi vet i dag att det råder brist på läkartider, att man kan få möta olika läkare men också brister vad gäller uppföljning efter det att man blivit färdigbehandlad. Från föreningens sida skulle vi aldrig ha krafter att kämpa på med vårt ideella arbete om vi inte också såg ljusglimtar och förbättringar.

I min senaste ledarspalt informerade jag om kontaktsjuksköterskornas värdefulla arbete. Utan dem skulle många av oss inte orka igenom vår behandling, vilket är något vi ofta får höra i våra möten med medlemmar och patienter.

I Cancerplanen 2016-2019 - där vi varit med vid olika workshops och lämnat synpunkter - är det nu uppmärksammat att utredning

och uppföljning av kvinnor med gynekologisk cancer inte har fungerat tillfredsställande. Detta är något vi som patientförening har haft god kännedom om utifrån egna erfarenheter och de samtal vi har i samband med våra Öppet Hus och telefonsamtal med er alla. Vi följer nu med intresse och engagemang det Centrum för Cancerrehabilitering som ska öppnas vid Sabbatsbergs sjukhus där man inledningsvis kommer att prioritera buk-bäckenområdet, där gyncancer ingår.

Vi får samtal från kvinnor och anhöriga som vittnar om hur livskvaliteten förändrats i och med insjuknandet. Att förstå/acceptera vad man har gått igenom är en process som tar tid. Ofta går vi igenom stora och avancerade ingrepp vars omfattning vi inte riktigt inser när vi är mitt uppe i behandling och nära efterförlopp, men som kan sätta stora spår i kropp och själ. Vardagen påverkas också ofta av biverkningar som kommer successivt. Det kan vara en trötthet som inte går att sova bort, det kan handla om inkontinens - som vi är väldigt dåliga på att prata om - men även det viktiga fortsatta samlivet där också våra närstående blir berörda. Tyvärr blir vi inte helt friska i våra kroppar i och med att vår behandling är avslutad.

Det är just detta med livskvalitet som vi nu vill fokusera lite extra på.

Kom till våra Öppet Hus och träffa oss stödpersoner och andra kvinnor som har massor av bra tips och erfarenheter att dela, det som blir unikt är att du träffar just kvinnor med egna erfarenheter av en upplevelse lik din egen. Vi som är verksamma inom föreningen behöver också hålla oss uppdaterade om hur ni som nyligen har varit patienter upplever vården idag, detta är värdefull information för oss att ha i våra kontakter med profession och politiker.

Anmäl dig också gärna till våra samtalsgrupper eller till Inspirationsserien, allt under ledning av vår erfarna leg. Psykoterapeut Karin Johannesson.

Stort tack till er som hade möjlighet att delta på vårt årsmöte den 17 mars där vi tillsammans hade en riktigt trevlig kväll. Extra stort tack från mig att få ert förtroende att fortsätta vara ordförande för GCF Stockholm. Jag vill passa på att förtydliga att man inte behöver vara styrelsemedlem för att bli delaktig i arbetet i och runt föreningen. Jag tror det finns många som på ett eller annat sätt kan bidra utifrån de förutsättningar man själv har - och alla krafter är varmt välkomna!

Nu hoppas jag vi ses vid kommande Öppet Hus den 10 maj!

***Christina Wallentin
Ordförande***

Fortlöpande samtalsgrupp för kvinnor som har fått återfall i gynekologisk cancer

Du som har fått ett eller flera återfall av gynekologisk cancer är välkommen till samtalsgrupp i GynCancerFöreningen GCF Stockholms regi.

Gruppen startar under tidig höst 2016. Vi kommer att träffas en gång per månad med uppehåll för jul och nyår samt sommarmånaderna. Hur många gånger du vill komma till gruppen avgör du själv utifrån eget behov och ork. Sammansättningen av gruppen kommer därför att variera.

Syftet med samtalsgruppen är att varje gruppmedlem får möjlighet att dela med sig av sina egna personliga erfarenheter och upplevelser och att ta emot andras.

Samtalsgruppen leds av en erfaren legitimerad psykoterapeut.
Sekretess tillämpas.

Musik och bild kan komma att användas som komplement till samtalet.
För att delta i gruppen krävs medlemskap i GCF Stockholm och en intresseanmälan till

Karin Johannesson, samt inbetald avgift för samtalsgruppen.
Medlemskap i GCF Stockholm kostar 150 kr/år.
Summan betalas in på föreningens Plusgirokonto: 2 55 94-3.

Kostnad: 500 kr. Du får ett ”klippkort” som du kan använda för att delta vid 5 valfria tillfällen.
Denna avgift betalas in först då bekräftelse på plats givits.
Föreningen bjuder på kaffe/te och tilltugg.

Plats: Sektionen för Cancerrehabilitering, Helikopterhuset, Karolinska Universitetssjukhuset i Solna.

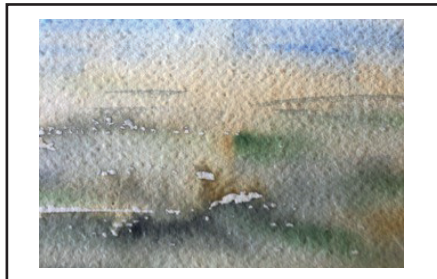
Tid: Tisdagar kl 18.00–20.00, 13 september, 11 oktober, 8 november och 13 december

För frågor, mer information och anmälan kontakta:
Karin Johannesson
Mail: karin.johannesson@telia.com
Mobil: 070-317 93 52 (Jag lyssnar alltid av telefonsvararen)

Inbjudan till INSPIRATIONSSERIE I GRUPP kring hur MUSIK, BILD, FÄRG OCH FORM kan användas för eget välbefinnande

Serien vänder sig till kvinnor som har drabbats av gynekologisk cancer och anordnas i GynCancerFöreningen GCF Stockholms regi.
Begränsat antal deltagare.
Gruppen träffas vid fyra tillfällen under höstterminen 2016.

Plats: Sektionen för Cancerrehabilitering, Helikopterhuset, Karolinska Universitetssjukhuset i Solna.



Tid: Torsdagar kl 18.00–20.00, 15/9, 29/9, 20/10 och 3/11
Kostnad: 400 kr för hela serien.
Du behöver vara medlem i GCF-Stockholm vars årsavgift är 150 kr.
Samtalsgruppen leds av en erfaren legitimerad psykoterapeut.
Sekretess tillämpas.
Information: För frågor, mer information och intresseanmälan kontakta: Karin Johannesson
Mail: karin.johannesson@telia.com
Mobil: 070-317 93 52 (Jag lyssnar alltid av telefonsvararen)

Kalendarium

Öppet Hus

Kom och träffa andra kvinnor med erfarenhet av gynekologisk cancersjukdom. Vi fikar och pratar i lättsam miljö. Utbildade stödpersoner finns på plats. Alla är välkomna, även anhöriga och icke medlemmar.

Tid: Tisdagar kl 18.00–20.00

Vårtider: 10 maj.

Hösttider: 13 september, 11 oktober, 8 november och 13 december.

Plats: Sektionen för Cancerrehabilitering, Karolinska Universitetssjukhuset, Solna.

Vårträff på Djurgården

Var med på en härlig promenad och picknick! Föreningen bjuder medlemmarna. Alla är hjärtligt välkomna!

Tid: Onsdagen den 25 maj kl 17.00.

Plats: Vi träffas på hållplats Nordiska Museet/ Vasamuseet vid Djurgårdsbron.

Anmälan: senast den 18 maj. info@gcfstockholm.se eller 073-650 36 66

Visning av Sidenväveriet

Följ med på ett spännande besök på en okänd Stockholmspärla - Almgrens Sidenväveri och Museum - och hör om intressant kvinnohistoria. Föreningen bjuder medlemmar. Välkomna!!

Tid: onsdagen 20 april kl. 13:00

Plats: Repslagargatan 15A (en tvärgata till St. Paulsgatan). T-bana Slussen, utgång Hökensgata. Handikappanpassat. Vi träffas strax innan utanför.

Anmälan: senast 19 april info@gcfstockholm.se eller 073-650 36 66

Inbjudan till NY SAMTALSGRUPP hösten 2016 i GynCancerFöreningen GCF Stockholms regi

Inbjudan vänder sig till dig som nyligen har drabbats av gynekologisk cancer och är färdigbehandlad och önskar få dela dina tankar och erfarenheter med andra kvinnor.

Du kan vara ung eller gammal. Allas erfarenheter är betydelsefulla och unika.

Syftet med samtalsgruppen är att varje gruppmedlem får möjlighet att dela med sig av sina egna personliga erfarenheter och upplevelser och att ta emot andras.

Att få berätta, bli lyssnad på och ta del av andras berättelser, är en viktig del i rehabiliteringen och ett sätt att nå större förståelse för kroppsliga, existentiella och psykologiska reaktioner i samband med en cancersjukdom och dess behandling. Även praktiska frågor kan vara viktiga att få dela.

Musik och bild kan komma att användas som ett

komplement till samtalet.

Samtalsgruppen leds av en erfaren legitimerad psykoterapeut. Sekretess tillämpas.

Gruppens storlek är begränsad till max 5 personer. Gruppen träffas sammanlagt 6 tillfällen under höstterminen 2016.

Kostnad: 600 kr för hela serien. Föreningen bjuder på kaffe/te och lite tilltugg.

Du behöver vara medlem i GCF Stockholm vars årsavgift är 150 kr.

Plats: Fjällgatan, Hälsans Hus.

Tid: 7/9, 28/9, 19/10, 9/11, 30/11 och 21/12

Information: För frågor, mer information och intresseanmälan kontakta: Karin Johannesson
Mail: karin.johannesson@telia.com
Mobil: 070-317 93 52 (Jag lyssnar alltid av telefonsvararen)

Information och Stöd

Cancerfonden har informations- och stödlinje bemannad av legitimerad vårdpersonal med lång erfarenhet av cancervård.

Mån-fre kl 09.00-16.00

Tel: 020-59 59 59

E-post: infostodlinjen@cancerfonden.se

www.cancerfonden.se

Föreningsinfo

GynCancerFöreningen

GCF Stockholm

Box 222 45

104 22 Stockholm

Org.nr: 802403-0556

Kontakttelefon: 073-650 36 66

E-post: info@gcfstockholm.se

Hemsida: www.gcfstockholm.se

Facebook:

www.facebook.com/gcf.nu

Plusgirokonto: 2 55 94-3

Ordförande: Christina Wallentin

Vice ordförande: Kari Sturén Nilsson

Sekreterare: Roterande

Kassör: Catharina Rahm

Ledamöter: Anna Hallberg,

Tina Lindberg,

Karin Johannesson

Suppleant: Wiveka Ramel,

Irmeli Holmertz-Bonow,

Adjungerade: Karin Bergmark,

Annelise Prebo,

Catherine Dahlström,

Birgit Feychting

Revisorer:

Agneta Permark, ordinarie extern,

Gunder Forss ordinarie intern,

Annelise Prebo, revisorssuppleant

Valberedning: Birgit Feychting

(sammankallande)

GCF-Bladet:

Layout: Kari Sturén Nilsson

Webbredaktör: Kari Sturén

Nilsson

Cancerrådgivningen

Telefon: 08-123 138 00

1177.se/sthlm-cancerradgivningen

Cancerrådgivningen drivs av Regionalt cancercentrum Stockholm - Gotland.

1177
VÄRDGUIDEN

Stockholms läns landsting

Glöm inte att betala din årsavgift, 150 kronor för 2016!

Stödpersoner

Stödpersoner med egen sjukdomshistorik:

Christina Wallentin: 073-650 36 66

Birgit Feychting: 08-644 84 46, 070-644 20 41

Susanne Rehlin : 08-580 303 92, 070-736 00 67

Stödperson för anhöriga:

Wiveka Ramel: 08-660 51 31

Medlem/stödmedlem

Jag vill bli medlem/stödmedlem i GynCancerFöreningen GCF Stockholm och betalar in 150 kronor (avser år 2016) på Plusgirokontonr 2 55 94-3.

Information

Jag vill att ni skickar mig information om vad det innebär att vara medlem i GynCancerFöreningen GCF Stockholm.

Namn _____

Adress _____

Tel/Mobil _____

E-post _____

Plats för
frimärke

GynCancerFöreningen

GCF Stockholm

Box 222 45

104 22 Stockholm