



Kära föreningsmedlem

"Ljus i mörkret".

GynCancerFöreningen GCF Stockholm har genom nya styrelseledamöterna Christina Wallentin och Kari Sturén Nilsson under det gångna året fått en nytändning till stånd genom stort engagemang och nya idéer. Nu åsyftas ett uppsökande arbetssätt utöver våra Öppna Hus med erbjudande av träffpunkter med socialt program för kvinnor med gynekologisk cancersjukdom och deras anhöriga. Vi har vandrat, fikat och samtalat under enkla premisser. Under årets sista medlemsaktivitet samlades vi i en härlig lokal i Norra Hammarbyhamnen. Det blev glögg, pepparkakor och trevlig samvaro med mycket samtal och skratt.

Just detta önskar vi fortsätta med och förhoppningsvis också nå ut till ännu fler medlemmar.

Vi hoppas att få till stånd en egen anslagstavla på Gynekologiska mottagningen på Radiumhemmet med möjlighet att där liksom på hemsida, Facebook och Twitter tipsa om nyinsatta aktualiteter.

Samtalsgrupper har varit till hjälp och stöd för många medlemmar under de senaste åren. Välkommen med Din anmälan.

Vi fortsätter vårt målgruppsarbete gentemot vårdens företrädare, beslutsfattare och politiker. Extra viktigt när vi nås av uppgifter om besparingar inom Onkologkliniken på Karolinska Universitetssjukhuset!

2015 fyller vår riksorganisation Gynsam 15 år. Välkommen till jubileet och firandet.

Andra tips är Världscancerdagen och GynCancerdagen med traditionella föreläsningar och diskussioner.

Innehåll

- 1 Hälsningar från ordförande
- 1 Samtalsgrupper
- 2 Sensommarvandring på Söder
- 3 Kalendarium med Vårens aktiviteter
- 4 Information och stöd Föreningsinformation

Tack för att Du genom Ditt medlemskap har stöttat vår verksamhet under det gångna året.

Välkommen med synpunkter, idéer och önskemål för det fortsatta arbetet.

**God Jul och Gott Nytt År 2015
önskar styrelsen
genom ordförande
Birgit Feychting**

Samtalsgrupp

Vad är det som är bra med att delta i en samtalsgrupp för kvinnor med gynekologisk cancer? När man drabbas av en cancersjukdom innebär det oftast att man hamnar i en omfattande kris som kan sitta i under lång tid. Livet har för alltid förändrats. Rent generellt visar forskningen

att gruppterapi är hjälpsamt för att bearbeta kriser och existentiella frågor. Man kan få hjälp att uttrycka sig kring det som hänt, vara delaktig i livet och få perspektiv på tillvaron. I denna grupp får man samtala under sekretess med andra kvinnor med liknande erfarenheter under ledning av

en kompetent gruppterapeut. Här få man ta del av andras upplevelser, vilket kan upplevas som hjälpsamt, man kan känna sig mindre ensam, och det brukar också kännas meningsfullt att dela med sig av sina tankar och på så sätt hjälpa andra.

Sensommarvandring på vårt vackra Söder



I slutet av sommaren träffas vi på Slussen för att gå en vandring på Södermalm. Vår ciceron är vår ordförande Birgit Feychting som är gammal söderbo. Himlen är mörkt, mörkt grå och vi är rädda för att himlen ska öppna sig i vilken sekund som helst.

Birgit börjar sin visning uppe på gångbron vid Katarinahissen. Därifrån har man en helt fantastisk utsikt över stora delar av Stockholms innerstad och inloppet utifrån skärgården. Biltrafiken är intensiv nedanför i den minst sagt omdebatterade Slussen. Det är fascinerande att se hur bilarna åker in i en tunnel och kommer upp någon helt annan stans. Att det fungerar!

De stora passagerarfärjorna ser ut att ta upp hela vattenytan mellan Prins Eugens Waldemarsudde på Djurgården och Fåfången på Söder vid Danviksberget. Fåfången har kallats Patons malmgård eller Funchska malmgården efter vilken familj som varit ägare.

Från gångbron tittar vi ner på Stockholms äldsta torg, Södermalmstorg, där Stockholms stadsmuseum ligger med ingång från Ryssgården. På Södermalmstorg ser vi också huset där Anders Zorn hade sin ateljé och där Evert och Astri Taube bodde senare. Bakom det ligger Laurinska huset med sina karaktäristiska torn.

Efter att Birgit har berättat om de olika husen går vi till Mosebacke torg som skapades efter en stor brand 1857. På 1600-talet låg det en kvarn här som hette Mosis kvarn, och därav har torget fått sitt namn. Här ligger Södra teatern som ritats av Johan Fredrik Åbom och invigdes 1859. Här finns också ett 32 meter högt vattentorn som Ferdinand Boberg har ritat.

Vi går ner längs Hökens gata mot Götgatan.

På Urvädersgränd 3 ligger Bellmanshuset. Här bodde Carl Michael Bellman 1770-1774. Tillbaka på Mosebacke går vi ut på Mosebacke Terrass. Där finns en skylt med text från August Strindbergs Röda Rummet.

Promenaden går vidare på smala kullerstengator med små, rödmålade, låga hus och vi kommer fram till Katarina kyrka. Här finns en kyrkogård med gamla anor. Här har



legat många kapell innan kyrkan stod färdig 1695. Den har brunnit vid två tillfällen, senast 1990. På denna plats brände Christian Tyrann sina offer efter Stockholms blodbad i november 1520. På denna vackra kyrkogård ligger många kända personer begravda, bland annat Cornelis Vreeswijk, Per Anders Fogelström och Anna Lindh.

Vi vandrar vidare till Mäster Mikael's gata och kommer fram till Cornelisparken som är tillägnad Cornelis Vreeswijk. Här finns en staty som föreställer trubaduren, gjord av Bitte Jonason Åkerlund. Vi korsar Renstiernas gata för att komma till Fjällgatan. Där går vi förbi Hälsans Hus som på 1915-talet inhyste Radiumhemmet. På Fjällgatan passerar vi huset där Per Anders Fogelström bodde. Vi går också förbi Stigbergets Borgarrum där många av oss har varit då föreningen har haft många aktiviteter och möten där.

Vi avslutar vår vandring på söder med att titta på den vidunderliga utsikten uppifrån Ersta. Först nu efter dryga två timmar börjar de mörka molnen släppa ifrån sig sina droppar.

Wiveka Ramel



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 den 10 februari, 10 mars, 14 april och 12 maj.
- **Plats:** Sektionen för Cancerrehabilitering, Karolinska Universitetssjukhuset, Solna.

Årsmöte

- Separat kallelse kommer i senare utskick.
- **Tid:** Torsdagen den 12 mars kl 18.00.
- **Plats:** Stigbergets borgarrum, Fjällgatan 34, Södermalm i Stockholm.
- Sedvanlig årsmötesförhandling, måltid och samkväm. Föreläsare meddelas senare.

Världscancerdagen 2015

- **Tid:** Onsdagen 4 februari kl 13-17.
- **Plats:** Konferens 7A Odenplan, Stockholm
- **Arrangör:** Nätverket mot cancer, mer information på deras hemsida, www.natverketmotcancer.se

Samtalsgrupp

Läs om samtalsgrupper på sidan ett. Om du vill anmäla intresse att delta i samtalsgrupp hör av dig till birgit.feychting@telia.com telefon 08-644 84 46, 070-644 20 41

Gynsams årsmöte

Tid: 17-18 april i Stockholm
Boka denna helg då Gynsam fyller 15 år 2015.
Ytterligare information, program och anmälan kommer i Gynsamposten.

Picknick i Haga

Vi planerar för picknick i Hagaparken under maj månad.
Mer information i nästa nummer av GCF-Bladet!

Gyncancerdagen 2015

Tid: Måndag 13 april
Arrangör: Nätverket mot gynekologisk cancer, mer information på deras hemsida, www.gyncancer.se

Vi uppdaterar medlemsregistret

Vårt medlemsregister behöver ses över.

Föreningen kommer under våren att skicka ut ett brev till alla medlemmar där vi ber er att fylla i era adressuppgifter inklusive eventuell e-post adress. Ni kommer att få ett formulär att fylla i och ett frankerat returkuvert. Bara att lägga på posten!

Vi är väldigt tacksamma för er hjälp och hoppas att denna översyn av vårt register ska vara något som ger oss fler möjligheter att kommunicera och komma ut med information snabbare och enklare.

Vi hoppas kunna erbjuda de som så önskar att få utskick från föreningen via er e-post istället för

vanlig post. Detta sparar både miljö och pengar. Naturligtvis är det upp till dig hur du vill ha dina utskick. Fyll i formuläret och tala där om dina önskemål.

Vi hoppas också att du har glädje av vår nya hemsida, www.gcfstockholm.se.

Vår facbooksida kan du läsa även om du inte själv är med i facebook.
Adress: www.facebook.com/gcf.nu.

Vi finns även på Twitter så har du twitter följ oss på twitter.com/GCFStockholm.

Styrelsen

Information och Stöd

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

Mån-fre kl 09.00-13.00

Tel: 020-59 59 59

E-post: infostodlinjen@cancerfonden.se

www.cancerfonden.se

Cancerupplysningen ger information, råd och stöd i frågor som rör cancersjukdomar.

Bemannad av legitimerad sjuksköterska med specialistkompetens.

Mån-fre kl 09.30-12.00, 13.00-15.00

Tel: 08-517 766 00

E-post: cancerinfo@karolinska.se

Venusmottagningen rådgivning för sex och samlevnad. Tel: 08-517 770 36

Föreningsinfo

GynCancerFöreningen

GCF Stockholm

Box 222 45

104 22 Stockholm

Org.nr: 802403-0556

Kontaktelefon: 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: Birgit Feychting

Vice ordförande: Wiveka Ramel

Sekreterare: Christina Wallentin

Kassör: Catharina Rahm

Ledamöter: Margareta Wärja,

Susanne Rehlin,

Kari Sturén Nilsson

Suppleant: Tina Lindberg,

Irmeli Holmertz-Bonow,

Adjungerade: Karin Bergmark,

Annelise Prebo,

Catherine Dahlström

Revisorer:

Agneta Permark, ordinarie extern,

Gunder Forss ordinarie intern,

Annelise Prebo, revisorssuppleant

Valberedning: Kjell Bergfeldt

(sammankallande)

GCF-Bladet:

Layout: Kari Sturén Nilsson

Webbredaktör: Kari Sturén

Nilsson

Stödpersoner

Stödpersoner med egen sjukdomshistorik:

Ann-Christine Broström 070-766 49 96

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

Susanne Rehlin 08-580 303 92,

070-736 00 67

Lina Nyberg 0766-27 68 36

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 2015) på Plusgirokonto nr 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