

GCF-BLADET



Medlemsinformation från GynCancerFöreningen GCF Stockholm

december 2016

Med GCF mot 2017 med förnyad energi och stort engagemang!

Nu när vi närmar oss årets sista veckor blir det naturligt att göra en återblick på det år som varit.

För GCF Stockholm har 2016 varit ett föreningsår som jag tycker har passerat med en väldig fart. Det har varit mycket engagemang kring att få vår nya hemsida på plats och att sedan hålla den uppdaterad, något vi nu sätter stor vikt vid. Nästan varje vecka publicerar vi nya inlägg där, t.ex. relevant och aktuell information med avseende på gyncancer eller tips om våra (eller andras) aktiviteter. Jag hoppas att ni besöker hemsidan, och har ni synpunkter på förbättringar så får ni gärna berätta det för oss.

Under året har vi också hunnit fylla 20 år som förening. Det är vi stolta över och många av er har delat den glädjen med oss både vid festligheter på Stigbergets Borgarrum och i samband med föreläsningarna på Radiumhemmet i oktober. Tack för ert engagemang!

Vi har haft stort fokus på cancerrehabilitering under det gångna året. Inte minst genom de samtalsgrupper och inspirationskurser som vi har anordnat, men också i våra kontakter med sjukvårdens företrädare. På hemsidan har

vi nyligen skrivit ett inlägg om vart man kan vända sig om man har behov av rehabilitering efter genomgången cancersjukdom. För hjälp och stöd finns att få på olika håll – både för knoppen och kroppen!

Nu inför 2017 har vi många tankar och idéer kring att försöka erbjuda fler möjligheter för våra medlemmar att komma samman. Nyligen träffades – genom Annelise Prebos stora engagemang – flera personer för ett uppskattat besök på Hallwylska palatset.

Att få ett avbrott i vardagen och göra någonting lättsamt, men ändå få tillfälle att utbyta tankar med en utomstående som man delar en sjukdomserfarenhet med, den kombinationen verkar många både efterfråga och uppskatta. Vi kommer därför att försöka anordna fler sådana träffar nästa år, så håll utkik på hemsidan under fliken *För medlemmar/På gång* för information om kommande aktiviteter.

Jag är också glad över att kunna berätta att visom patientförening finns representerad vid den helt nyuppstartade enheten *Patientflödesledningsgrupp Gyn*, som är ett forum där vi som patientföreträdare tillsammans

med professionen för gyncancer, träffas för att ta fram och bevaka de bästa arbetsformerna. Gruppen består av sektionschefer, samordnande kontakt-sjuksköterskor, gynonkologer, representanter från KI, radiolog, patolog, verksamhetsutvecklare samt sektionsledare från gynonkologmottagningen och kvinnokliniken och så vi, GCF Stockholm. Under dessa möten kommer vi få tillfälle att ta del av vad som händer och planeras för gyncancervården men också kunna lämna synpunkter utifrån våra erfarenheter som patienter – allt i syfte att göra vården bättre.

Att nu avslutningsvis glatt önska God Jul känns lite klivet när jag vet att så många av er har haft ett tufft och svårt år, kanske tvingats hantera såväl rädsla, ovisshet och ibland smärtsamma behandlingar och tunga besked. Kanske befinner du dig där just nu..? För andra har 2016 varit ett år utan nya sjukdomssymtom, ett år som man därför ser tillbaka på med tacksamhet och lättnad. Till er alla skänker jag mina varmaste tankar och hoppas att vi tillsammans ska få ett riktigt bra 2017.

Christina Wallentin
ordförande

Du är viktig!

I tjugo års tid har vår förening bedrivit sin verksamhet. På olika sätt försöker vi i GCF Stockholm skapa mötesplatser och sammankomster av olika slag, där vi som har berörts av gynekologisk cancer kan mötas i en slags trygg vetskap om att vi delar den speciella erfarenhet det innebär att ha fått en cancerdiagnos, eller att vara anhörig till någon som är eller har varit cancersjuk.

Förutom ambitionen att vilja vara en länk kvinnor och anhöriga emellan, strävar vi också efter att utgöra en länk mellan sjukvården och patienten. Den samlade kunskap som vi gemensamt har fått under sjukdomstiden, den vill vi göra någonting gott utav.

Därför försöker vi i GCF Stockholm, att så långt det är möjligt, vara delaktiga i utformningen av olika processer och program inom cancervården. I samarbete med kontaktsjuksköterskor, som representanter i Patient- och Närståenderådet, genom att delta i workshops och processarbeten m.m. försöker vi att göra oss hörda, ge våra synpunkter, uppmuntra eller säga ifrån. Allt i hopp om att kunna påverka gyncancervården i positiv riktning.

Men föreningen är beroende av din hjälp för att kunna fortsätta det här arbetet. Även om du själv inte känner något behov av att träffa ”gyncancersystrar” eller gå på informationsträffar, är ditt medlemskap viktigt för att vi ska kunna fortsätta att försöka göra vården bättre. Genom ditt medlemskap blir vår röst starkare. Tack för ditt stöd!

Vill du vara med?

Vi i styrelsen är en envis samling, men så ligger också GCF:s verksamhet oss varmt om hjärtat. Och trivs ihop gör vi också. Men som alla verksamheter blir vi sårbara när för många uppgifter hamnar på alltför få axlar. Vi behöver – och välkomnar – därför varje nytillskott av energi, perspektiv och erfarenheter.

Är du mitt uppe eller nyss har avslutat din cancerbehandling, så ska du ägna kraften åt dig själv och inte åt oss. Men annars får du gärna vara med och aktivt utveckla föreningen, antingen som styrelsemedlem eller som adjungerad (vilket innebär att du är del-



Nyhetsbrev via e-post

Vi arbetar ständigt med frågan om hur vi ska kunna förbättra kommunikationen med er medlemmar. Idag är GCF-bladet, hemsidan – och emellanåt något extra utskick – de sätt som vi kan berätta för er om sådant som hänt och om vad som är på gång framöver. Ändå känns det som att något saknas, för GCF-bladet är ju relativt kostsamt både vad gäller tryck, porto och arbetsinsats och hemsidan förutsätter att ni själva aktivt söker er dit med jämna mellanrum för att informationen ska nå ut i tid.

Vi har därför för avsikt att efter årsskiftet börja skicka ut nyhetsbrev via e-post. På det viset kan vi nå er även med relativt kort varsel, t.ex. med tips om föredrag, träffar etc. Våra huvudaktiviteter kommer vi som vanligt alltid att berätta om i GCF-bladet, så att även du som saknar e-post ska kunna hålla dig informerad och följa med i vad som händer i föreningen.

Om du vill ha våra nyhetsbrev via e-post, så skicka oss ett enkelt mejl till e-postadressen info@gcfstockholm.se och skriv t ex:

Jag, Förnamn Efternamn, vill gärna ta emot nyhetsbrev från er till min e-postadress som är

Med varje mejl kommer det förstås också att finnas anvisningar om hur man enkelt och omgående kan avsäga sig framtida nyhetsbrev, om man så önskar.

aktig men utan formellt ansvar). Hur mycket och vad du vill göra avgör du själv.

Högst på vår önskelista står någon som skulle vilja sköta Facebook åt oss. Att ta hand om medlemsregister, vara våra öron i olika sammanhang eller hjälpa till med utskick eller logistik runt medlems-träffar är bara några exempel på saker som behöver göras.

Är du intresserad eller vill veta mer, så kontakta oss – gärna genom att mejla till info@gcfstockholm.se

Kalendarium

Öppet Hus

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

Tider:

Tisdagar kl 18.00–20.00

Datum:

13 december 2016,
10 januari, 14 februari, 14 mars,
11 april och 9 maj 2017.

Plats:

Sektionen för Cancerrehabilitering, Karolinska Universitetssjukhuset, Solna. (För mer info, se vår hemsida).

Glöggkväll

Välkommen i år igen, till vår traditionsenliga glöggkväll!

Tidpunkt:

Onsdag 14 december
kl 17.30-20.00 (cirka)

Plats:

Bcf Amazonas lokal, Frejg. 56

Föranmälan:

Senast den 12 december via tel 073-650 36 66 (mobilsvaret) eller info@gcfstockholm.se



Temakväll

Kom och möt två specialistsjuksköterskor från Cancerrådgivningen i en öppen dialog kring oro, symtom, biverkningar, sex och andra frågor som ofta väcks i samband med cancer. Den här kvällen delar de med sig av sin breda kunskap och långa erfarenhet av att möta människor i olika livssituationer i samband med cancer.

Tidpunkt:

6 februari 2017 kl 18.00

Plats:

Bcf Amazonas lokal på Frejgatan 56

Museibesök

Vill du få ett avbräck i vardagen och är ledig dagtid? Välkommen i så fall att följa med oss till Livrustkammaren och ta del av kungliga historiska ögonblick, fångade i fantastiska föremål.

Efteråt går vi som vill och fikar tillsammans på något närliggande café.

Tidpunkt:

21 februari 2017 kl 14
(samling i entrén kl 13:45)

Plats:

Slottsbacken 3

Föranmälan:

Senast den 17 februari till Annelise Prebo på telefon 0739-455042 (lämna namn och nummer på telefonsvararen).

Årsmöte

I mars är det dags igen för årsmöte med personval till styrelse m.m. Det blir också sedvanlig genomgång av det gångna årets verksamhet. Förutom en lättare måltid och samkväm, bjuder vi också på en föreläsning.

Separat kallelse och närmare information kommer att skickas ut senare med vanlig post.

Vill du ta kontakt med

valberedningen, så ring till Birgit Feychting på tel.nr 070-644 20 41 alt. 08-644 84 46.

Tidpunkt:

23 mar 2017 kl 18.00

Plats:

Stigbergets Borgarrum, Fjällgatan 34, Södermalm



Samtalsgrupp

Är du intresserad av att delta i en *Samtalsgrupp* eller vår *Inspirationsserie* ledd av leg. psykoterapeut?

Läs mer på vår hemsida www.gcfstockholm.se

Information och Stöd

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

telefontid: måndag-fredag, kl 09.00-16.00
telefon nr: 020-59 59 59
e-post: infostodlinjen@cancerfonden.se
hemsida: www.cancerfonden.se

Föreningsinfo

GynCancerFöreningen GCF Stockholm

adress: Box 222 45
104 22 Stockholm
org.nr: 802403-0556
telefon: 073-650 36 66
e-post: info@gcfstockholm.se
hemsida: www.gcfstockholm.se
plusgiro: 2 55 94-3

ordförande: Christina Wallentin
vice ordf: Kari Sturén Nilsson
sekreterare: roterande
kassör: Catharina Rahm
ledamöter: Anna Hallberg
Karin Johannesson
Tina Lindberg
suppleanter: Wiveka Ramel, Irmeli
Holmertz-Bonow

adjungerade: Karin Bergmark
Annelise Prebo
Catherine Dahlström
Birgit Feychting

revisorer: Agneta Permark
Gunder Forss

rev.suppleant Annelise Prebo
valberedning: Birgit Feychting

GCF-Bladet: Catharina Rahm
webbansvar: Catharina Rahm

Cancerrådgivningen

Telefon: 08-123 138 00

1177.se/sthlm-cancerradgivningen

Cancerrådgivningen drivs av Regionalt cancercentrum Stockholm - Gotland.

1177
VÄRDGUIDEN

Stockholms läns landsting

Har du
glömt att
betala din
årsårsavgift?

Det är aldrig
försent... :-)

150 kronor
för år 2016

Stödpersoner GCF

Stödpersoner med egen sjukdomshistorik:

Christina Wallentin: 073-650 36 66
Birgit Feychting: 08-644 84 46 eller 070-644 20 41
Susanne Rehlin : 08-580 303 92 eller 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 2017) till Plusgirokonto nr 2 55 94-3.

Nyhetsbrev m.m.

Som medlem tillåter jag att ni skickar Nyhetsbrev och annan information till min e-postadress, om jag också närsomhelst kan avsäga mig dessa.

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