

Sommarbrev juni 2025

Hej kära medlemmar!

Nu är det dags för det sista medlemsbrevet innan sommaruppehållet.

Tiden har gått snabbt och vi har hunnit med mycket sedan årsskiftet. Vattengympan och samtalsgruppen har varit mycket uppskattade, och vi hoppas kunna erbjuda båda aktiviteterna igen till hösten. Blomarrangemanget var också mycket uppskattat och på min balkong frodas nu en mäktig dahlia.

På våra samtalskvällar har vi tillsammans tillverkat 250 rosa och 6 blåa garnbollar, som symboliserar antalet kvinnor respektive män som diagnostiseras med bröstcancer i Västmanland varje år. Garnbollarna kommer att hängas upp i ett skyltfönster i Centrum under Rosa Oktober. Dessutom har ni medlemmar tillverkat massor av mormorsrutor som också kommer att pryda staden under oktober månad. Ett stort tack till alla som har bidragit – det betyder mycket!

Vi har blivit fler och vi är nu 232 medlemmar i Västmanland. Det är verkligen en blandad känsla. Å ena sidan är det fantastiskt att se att föreningen växer och blir starkare, vilket innebär mer stöd och resurser för alla medlemmar. Å andra sidan är det sorgligt att fler drabbas av bröstcancer.

Att ha en stark förening kan göra stor skillnad för att skapa medvetenhet, erbjuda stöd och påverka vården positivt. Hur känner du inför föreningens framtida arbete och mål? Finns det något särskilt du skulle vilja se att föreningen fokuserar på? VAD BEHÖVER DU AV OSS?

Ett mål för oss i år är att öka antalet **stödmedlemmar**.

Detta kan vara en vän, familjemedlem eller egentligen vem som helst som önskar stötta vår förening. Att bli stödmedlem är lätt och görs via vår hemsida [Bli medlem | Bröstcancerförbundet](#) och årsavgiften är 100 kronor/år. Som stödmedlem får man tillgång till alla våra aktiviteter och föreläsningar. Vi vet att stödmedlemmar kan bidra med sitt anhörigperspektiv, hjälpa oss ekonomiskt via medlemskapet samt engagera sig i föreningen.

Broschyr om mat

Nu finns broschyren "Mat för att må bra under och efter behandling" att ta del av via länken nedan. Broschyren vänder sig till den som behandlas eller har behandlats för cancer. Foldern är framtagen med 1177:s grafiska profil och är tänkt att delas ut av vårdpersonal som exempelvis kontakt-sjuksköterska eller dietist. Innehållet kompletterar den information som sedan tidigare finns om mat och cancer på 1177.se.

Innehållet är utformat av dietist inom ramen för det utvecklingsarbete av cancervården som sker med stöd av Regionala cancercentrum i samverkan.

[Mat under och efter cancerbehandling - RCC Mellansverige](#)

Diagnostiserade med bröstcancer 76 år eller äldre

Som ni vet fortsätter arbetet med screening för äldre. Förbundet har redan kontakt med magasin och tidningar som skriver artiklar som publiceras i oktober. Nu vill de ha patientberättelser.

Därför vi blivit tillfrågade om vi känner till någon som diagnostiserats med bröstcancer vid 76 års ålder eller äldre.

De behöver hitta personer som kan berätta sin historia, som kanske fått kämpa för att få remiss till mammografi. Som vill ställa upp med namn och bild.

Naturligtvis ska de själva godkänna alla texter innan de trycks. Det är viktigt att det ska kännas

okej.

Riktiga patientberättelser är det bästa sättet att engagera både allmänhet och beslutsfattare.

Hör av dig till mig om du eller någon du känner vill ställa upp.

E-post vastmanland@brostcancerforbundet.se

På tal om screening efter 74, så fick jag frågan vad man ska göra om man misstänker att man har en knöl i bröstet och är över 74 år.

Svaret är att **Kontakta vården**: Ring närmaste bröstmottagning eller din vårdcentral för att få en remiss till mammografi. Mammografiundersökningen är kostnadsfri.

Medlemsaktiviteter juni

5 juni 13.00 prat och promenad

Vi samlas vid dansbanan på Djäkneberget och tar en kort promenad, förhoppningsvis i solen. Promenaden avslutas med medhavd fika. Utlottning av en liten ävrraskning till en av deltagarna vid fiket. Meddela gärna om du kommer på telefon 0702-592560 (telefonsvarare).

11 juni 18.00 Samtalskväll på Hörntorpsvägen 4 ingång 25. Vi träffas, fikar och färdigställer material till Rosa Oktober.

15 juni Caféträff Surahammar klockan 15.00 vid Surahammars golfklubb

Vi på Bröstcancerföreningen bjuder på fika och ser fram emot att träffa dig.

Vänligen meddela oss om du har möjlighet att delta senast den 9 juni till

vastmanland@brostcancerforbundet.se eller SMS till 070 259 25 60

Vi hoppas att du vill vara med och dela denna stund med oss.

Till sist vill jag uppmärksamma att vi firar 40 år som förening i år.

Vårt jubileum kommer att gå av stapeln den 5 oktober hos Karlsson på Kajen.

Mer information och anmälan kommer i höst, men spara datumet redan nu!

Med önskan om en skön och avkopplande sommar!

Styrelsen gm

Elisabet Nore Evertsson

Ordf.