

**Hej alla vänner i T-Pro!**

## **ÅRETS HÄNDELSER - 2018**

### **Kära medlemmar i T-Pro.**

Årets slut kommer närmare och det är dags att göra en summering av årets händelser.

Året har varit mycket innehållsrikt med många förändringar i föreningen.

Vi började året med att närvara vid "Världscancerdagen" i Stockholm som arrangerades av Nätverk mot cancer under tema: "Frisk i ett land – sjuk i 21". Program med paneldiskussioner och medverkande av riksdags- landstings och regionpolitiker, myndigheter, sjukvård samt patientföreträdare om dagens cancervård och framtidens behov. Som moderator fungerade Göran Hägglund, tidigare socialminister (KD) och "pappa" till Nationella Cancerstrategi 2009.

T-pro har anslutats till Nätverk mot cancer som representant för prostatacancerförening i Örebro län.

Under året har vi arrangerat några föreläsningar. Vi började den 20 februari med en offentlig föreläsning med den samlande rubriken "Nej! Jag har fått prostatacancer! Nu är det kört! Eller? Bernt Åslund, styrelseledamot i Prostatacancerförbundet med läkemedel som ansvarsområde som berättade om sjukdomen, köerna, behandlingsalternativ, läkemedel, kvalitetskrav, prostatacancercentra och naturligtvis potensmedel.

Den andra föreläsningen var mycket intressant med Henrik Ugge, Sara Fintling och Petros Georgouleas från USÖ som talade om "Prostatacancervård på Urologkliniken – en uppdatering"

Den 6 mars hade vi vårt årsmöte på Conventum konferens. Ordförande och övriga styrelsemedlemmar blev omvalda utom Fredrik Ohlsson som avgick av personliga skäl. Vi fick två nya styrelsemedlemmar Mary-Ann Liss och Morgan Svensson. Gäst blev Mats Strandberg, känd från radiosporten som underhåll med imitationer av flera "kändisar". Därefter följde sedvanliga årsmötesförhandlingar.

Vi deltog i ett Öppet hus vid Onkologkliniken USÖ med informationsbord där vi visade broschyrer, böcker mm och informerade om föreningens verksamhet.

T-Pro Prostatacancerförening genomförde den 22 maj den årliga Gemenskapsresan som i år gick till Husbyringen i Hedemora. Vi reste 50 glada och förväntansfulla medlemmar och anhöriga och första anhalten blev Hedemora. Efter ett välbehövligt kaffe med smörgås på Café Wahlman startade resan genom den gamla 600 åriga staden på Badelundaåsen. Färden gick ut mot Husby med det vackra älvlandsskapet för att vid Näsgårdsön gå på Husbyringen. Vi besökte Klosters Bruk och Gudsberga kloster. I museet berättade guiden om den fascinerande historien om munklivet, kruttillverkningen, järnbruket och Gustaf de

Laval som här fick iden till separatorn. Därefter åkte vi till Stjärnsund där Christoffer Polhem grundade år 1700 ett manufakturverk. Vi besökte Polhemsmuseet där man visade en del av hans många uppfinningar. Därefter åkte vi mot Silvhytteå. Vi åt en utmärkt lunch på Långshyttans Brukshotell där vi fick en utmärkt service från ägarna Carina & Bengt Wahlin. Därefter stannade vi vid Husby kyrka med bakgrund i 1100 talet innan vi vände hem. Vi avslutade resan med kaffe och kaka på Lindesbergs rastplats. Våra medlemmar uppskattade verkligen hela resan och man ser framemot nästa års gemenskapsresa.

Onsdagen den 5 september 2018 kl 18.30 genomfördes en offentlig föreläsning med **Tobias Nordström** (Institutionen för medicinsk epidemiologi och biostatistik (MEB), C8 med tema **Nya verktyg för att upptäcka tidig prostatacancer**. Pågående projekt inkluderar studier av hur PSA-provet används och presterar samt utvärdering av nya blodprover för prostatacancerdiagnostik inom STHLM-studierna samt **Calle Waller**, Vårdpolitisk talesman med tema **Prepare for screening**. Berättar om prostatacancerförbundet syn och strategi inför införande av strukturerad PSA-testning.

Torsdagen den 6 september åkte vi till Gårdsjötorp vid Kilsbergen där vi genomförde ett grillparty med underhållning av Trubaduren Jonas Amcoff. Först blev en tipspromenad med div. aktiviteter. Sedan blev de hamburgare med tillbehör + dricka o kaffe samt underhållning av Jonas.

Den 6 oktober deltog vi som vanligt i seniormässan på Conventum arena i Örebro. Det blev många besökare till vårt bord där vi svarade på många frågor om vården, prostatacancer utveckling mm.

Under året har vi fortsatt med våra samtalsträffar både för patienter och för anhöriga.

I slutet av 2018 har T-pro tillsammans med andra cancerföreningar startat föreningen "Livsgnistan stöd för cancerpatienter i Örebro län"

### Vad är Livsgnistan?

Livsgnistan kommer att vara en fysisk mötesplats för cancersjuka, anhöriga och närstående.

Livsgnistan skall finnas för alla cancersjuka, oavsett vilken cancersjukdom man drabbats av, detsamma gäller för anhöriga och närstående.

Man behöver ingen remiss eller tidsbokning. Det är bara att komma när man vill och kan. Det skall finnas fika till självkostnadspris.

Här skall människor med erfarenheter och upplevelser från olika cancerformer mötas och samtala. Man får träffa andra, prata och stödja varandra.

### Livsgnistan skall hjälpa patienter och närståendes behov

- Träffa människor i samma situation
- Dela berättelser och erfarenheter
- Få stöd
- Spontana möten som kan generera goda samtal
- Stöd att komma tillbaka till vardagslivet

- Stöd att ändra tanken
- Lära leva med cancer.

### Hur skall Livsgnistan bedrivas

Livsgnistan skall bedrivas av volontärer från olika patientorganisationer som själva har erfarenhet av cancersjukdom samt professionella vårdspecialister. Vi skall erbjuda stöd i form av samtal, fysiska aktiviteter, föreläsningar, rehabilitering, kulturarrangemang mm.

#### Planerade aktiviteter

- Skapande verksamhet (målning, hantverk mm)
- Fysiska aktiviteter såsom yoga, pilates, gymträning, promenader
- Samtal individuellt och i grupp med patient, närstående, barn
- Rådgivning av kurator, sjuksköterska, dietist, fysioterapeut
- Föreläsning av olika professioner från USÖ eller andra vårdinrättningar
- Aktiviteter som anordnas av de olika patientföreningarna
- Föreläsningar av bl.a. FK och AF
- Forskarföreläsningar i samarbete med bl.a. Folkuniversitetet och Örebro Universitet
- Kulturella arrangemang
- Olika kurser
- Olika rehabiliteringsformer

I Livsgnistan skall finnas möjlighet att möta andra i samma situation men kan också skapa möjlighet för information och aktiviteter av viktiga aktörer eller myndigheter som sjukvården, försäkringskassan och arbetsförmedlingen.

Vi ska inte ta över sjukvårdens arbete för cancerrehabilitering men vi skall vara ett komplement och erbjuda aktiviteter som de inte har.

#### **Vad planeras för 2019**

Vi kommer att anordna flera arrangemang för våra medlemmar med olika tema, underhållning, föreläsningar, lotterier mm.

Livsgnistan skall startas med en stor invigning under januari 2019 i vi hoppas att många medlemmar kommer att utnyttja möjligheten att träffa andra, prata eller medverka i olika aktiviteter.

I januari kommer också att startas en rehabiliteringskurs med medicinsk yoga. Annonser kommer inom kort

**Styrelsen i T-pro önskar alla en trevlig jul och ett lyckligt och aktivt 2019.**