

NYHETSBREV, 8 jan 2026

MEDLEMSAVGIFT

Vi kommer att i ett separat mejl om ett par veckor skicka ut fakturor på medlemsavgiften för 2026. Det kostar blott 150 kronor för medlem och 50 kronor för anhörig att vara med i vår förening. Vi hoppas att du håller med om att för den lilla summan får man mycket (tidning, föreläsningar, medlemskvällar, sociala arrangemang bland annat). Du bidrar också via medlemsavgiften till en förbättring av prostatacancervården lokalt genom att möjliggöra våra kontakter med vården. Dessutom skänker vi årligen en stor summa (se nedan!) till Prostatacancerfonden eller till forskning på Akademiska sjukhuset. Har du redan betalat medlemsavgiften eller blev medlem sista kvartalet 2025 får du ingen faktura.

FÖRENINGEN 20 ÅR

Onsdagen den 25 november kombinerade vi den vart annat år återkommande *"En kväll om prostatacancer"* med att fira föreningens 20 år. 170 medlemmar och icke medlemmar hade hörsammat vår inbjudan. Aldrig förr har vi haft så många under en föreläsningskväll! Och de som kommit fick tvåfalt lön för mödan. De fick lyssna till fem överläkare från Akademiska sjukhuset som höll högkvalificerade föredrag. I en förlängd paus serverades under minglande tunnbrödsrullar och bubbel.

113.000 KRONOR TILL PROSTATACANCERFONDEN!

Under året har styrelsen beslutat att skänka sammanlagt 113.000 kronor till Prostatacancerfonden för att bidra till forskning med målet en bättre prostatacancervård. Den stora summan har möjliggjorts bland annat genom ett överskott på golftävlingen Provarikampen, gåvor, aktiviteter under Mustaschkampen och att många medlemmar bidrar via sina medlemsavgifter. Detta i kombination med synnerligen låga kostnader inom föreningen.

STÅR DU INFÖR BEHANDLING MED STRÅLNING?

Information om strålbehandling

våren 2026



**AKADEMISKA
SJUKHUSET**

När?	<u>Tisdagar 3/2, 3/3, 7/4, 5/5, 2/6</u> <u>Klockan 15:00 - 16:00</u>
För vem?	<u>Patienter och närstående är välkomna</u>
Innehåll?	<u>Information om strålbehandling,</u> <u>med besök i behandlingsrum</u>
Var?	<u>Strålbehandlingen, rum Fotonen vid hissarna</u> <u>Akademiska Ingång 101, våning SV</u>
Drop in	<u>Ingen föranmälan eller registrering krävs.</u>
	<u>Välkomna!</u>

HUR OFTA GÅR DU IN PÅ VÅR HEMSIDA?

På föreningens hemsida hittar du aktuell och intressant information. Du kommer in på hemsidan via denna länk: <https://prostatacancerforbundet.se/om-oss/patientforeningar/uppsala/prostatacancerforeningen-i-uppsala-lan/>

VAD HÄNDER UNDER VÅREN 2026

**Informationsbord
Akademiska sjukhuset
Onsdag 28 januari**

Vi ställer upp vårt informationsbord vid ingång 70 klockan 9.30 och finns där några timmar. Med oss har vi informationsskrifter och prylar att sälja för att ekonomiskt stödja vår verksamhet. Välkommen att besöka oss!

**Kunskap och AI - så
hjälper Prostatacancer-
förbundets digitala
verktyg dig**

Onsdag 4 februari

Prostatacancerförbundet har byggt upp en omfattande kunskapsbank om prostatacancer på prostatacancer.se. Där finns förutom mycket läsning också en AI-baserad chatbot som hanterar över 95 språk och ger tillförlitlig information från Nationella vårdprogrammet, standardiserade vårdförlopp för prostatacancer och våra egna böcker *Bra att veta om prostatacancer* och *Sex, samliv och prostatacancer*.

Under föredraget berättar och visar Lars Tomasson från Prostatacancerförbundet:

- Hur kunskapsbanken är uppbyggd och varför den är unik
- Hur chatboten fungerar och vilka frågor den kan hjälpa dig med
- Varför den är ett komplement till, inte en ersättning för, kontakt med vården

Målet är att ge dig verktyg för att hitta rätt information när du behöver den – enkelt, snabbt och tryggt.

Föreläsningen riktar sig till dig som känner behov av att skaffa information om prostatacancer men inte vet hur du ska finna den.

Tid och plats: Kl 18 träffas vi på Folkuniversitetet Bergsbrunnagatan 1 i Uppsala.

Snackcafé i Knivsta

Tisdag 10 februari

Tisdag 5 maj

Två kvällar under våren träffas vi med anhöriga för att prata om vår sjukdom under otvungna former. Vad vi tar upp avgör bland andra just du.

Kaffe/te och smörgås bjuder vi på!

Tid och plats: Kl 15 träffas vi på Lyckträffen, Sågverkstorget 10 i Knivsta.

Snackcafé i Uppsala

Onsdag 18 februari

Onsdag 20 maj

Två kvällar under våren träffas vi med anhöriga för att prata om vår sjukdom under otvungna former. Vad vi tar upp avgör bland andra just du.

Kaffe/te och smörgås bjuder vi på!

Tid och plats: Kl 18 träffas vi på Folkuniversitetet Bergsbrunnagatan 1 i Uppsala.

**Möte med
urologledningen**

Tisdagen 24 februari

Två gånger per år har vi möten med urologledningen på Akademiska sjukhuset. Hör av dig om det är något du vill att vi ska ta upp.

**Årsmöte med föredrag -
"Från cancer till toppen"
Onsdag 18 mars**

Kanske läste du denna rubrik i UNT den 15 augusti 2025
**"Fredrik fick prostatacancer
Besteg Kebnekaise
Glad i själen"**

I artikeln berättar *Fredrik Åstrand* om de första negativa tankarna efter beskedet om prostatacancer och därefter fokuseringen och träningen inför bestigningen av Kebnekaise tillsammans med ett gäng på 25 personer. Ett av syftena med aktiviteten var att samla in pengar till Mustaschkampen.

Fredrik besöker oss på årsmötet och berättar om resan från besked om prostatacancer till Kebnekaises topp.

Tid och plats: Kl 18 träffas vi på Folkuniversitetet Bergsbrunnagatan 1 i Uppsala.

**Sexologiska problem vid
prostatacancer
Onsdag 22 april**

Sexologiska problem drabbar en majoritet av de som opereras för prostatacancer. För de som strålas kommer problemen smygande med åren. Men läget är inte hopplöst, mycket kan göras.

Under åren har vi haft ett antal "sexkvällar" som rönt stort intresse, Hösten 2025 fick vi ställa in men då så många av våra medlemmar torde ha bekymmer vill vi göra ett nytt försök.

Du och din parter är varmt välkomna att lyssna till och prata med:

Sexologen Malin Swartling

Akademiska sjukhuset, föreläser om sexualiteten och livet efter prostatacancer.

Anna Ekwurtzel Johansson

Chef för urologmottagningen på Akademiska sjukhuset och ansvarig för sexmottagningen där berättar om verksamheten

Frida Hall Frydman

från butiken Lustgården berättar om hjälpmedel du/ni kan använda för att få fart på sexlivet igen.

Kaffe/te och smörgås serveras.

Tid och plats: Kl 18 träffas vi på Folkuniversitetet Bergsbrunnagatan 1 i Uppsala

**Bilens dag i Enköping
Lördag 9 maj**

Tillsammans med prostatacancerföreningen i Västmanland (Arosgubben) deltar vi i Lions arrangemang "*Bilens dag*" på torget i Enköping. Välkommen till vårt informationstält!

Informationsbord
Gränby centrum
Tisdag 19 maj

Vi ställer upp vårt informationsbord vid den östra ingången till Gränby centrum klockan 9.30 och finns där några timmar. Med oss har vi informationsskrifter och prylar att sälja för att ekonomiskt stödja vår verksamhet. Välkommen att besöka oss!

Grillkväll
Tisdag 26 maj

Vi träffas kl. 18 på Sommarro i Enköping för att njuta av Runes nygrillade hamburgare. En tipsrunda lär det väl också bli, liksom kaffe/te vid prisutdelningen.

Golftävlingen
Provarikampen
Söndag 31 maj

Det är 10-årsjubileum för vår golftävling, som även i år äger rum på Grönlunds golfklubb i Almunge. Samarbetet med Lena Wäppling Foundation, som samlar in pengar till forskning om äggstockscancer fortsätter. Har ni förslag på sponsor av golftävlingen är ni välkomna att kontakta föreningens sekreterare, Lars Gejke (0706 56 41).

HÖSTENS PROGRAM

I nästa nyhetsbrev, som vi skickar under april, presenterar vi höstens program.

Alla vår möten arrangeras i samarbete med



Ansvarig för detta nyhetsbrev är Dick Söderholm

Tel. 070 578 65 10

Mail: pcfuppsala@gmail.com

Mer information hittar du på vår hemsida:

<https://prostatacancerforbundet.se/om-oss/patientforeningar/uppsala/prostatacancerforeningen-i-uppsala-lan/>