

Curo BLADET #10

TIDNINGEN OM CUROS VERKSAMHETER

25 år
med resor
för hälsans
skull

3

**Samtal och
keramik**

stöd för
bröstcancer-
patienter

4

Dela gärna
med dig av
CuroBladet
till andra
när du har läst
färdigt!

**Puff om
ekonomin**

Bättre och
bättre

6

ORDFÖRANDE HAR ORDET

Att fylla 30 år är en stor händelse för de flesta men ingen självklarhet för ett stort antal cancerdrabbade. För många av dem sträcker sig tidshorisonten kanske några år eller ibland bara månader framåt.

Delar av Curo styrelse samlas två gånger i månaden för att gå igenom alla nyinkomna ansökningar och se hur vi på bästa sätt kan hjälpa till. Att få ta del av andras livsöden motiverar oss då vi vet att arbetet har stor betydelse för så många.

Under 2024 är det 30 år sedan Curo startades. Då behoven ständigt ökar behövs vi nu mer än någonsin. Därför måste föreningen få fortsätta att finnas till så att vi kan arbeta vidare för att hjälpa alla de som behöver stöd i en svår situation. Den möjligheten får vi tack vare alla fantastiska medlemmar och givare som ser till att vi snabbt kan vidareförmedla deras generösa gåvor. Det är med stolthet vi på Curo arbetar vidare för att hjälpa de utsatta. Det hoppas vi få göra i många år till.

Roland Eriksson



Curo Riksföreningen för Cancersjuka är en allmännyttig, ideell förening som verkar för att göra livet lättare för cancerdrabbade och deras anhöriga.

Curo
Hasselvägen 19, 195 33 Märsta
E-post: info@curo.nu
Telefon: 08-626 96 62
Org.nr: 802407-6047



Mer plats för lek



Mats Hildén är överlekare på lekterapin på Falu Lasarett som har fått större lokaler.

Lekterapi på Falu lasarett är placerad i sjukhusets hjärta. En frizon för lek och avkoppling som skapar trygghet för barn, ungdomar och deras familjer.

För unga patienter är lekterapi en lagstadgad rättighet. Här på Landstinget Dalarnas största sjukhus har **Mats Hildén** arbetat som lekterapeut på barn- och ungdomsavdelningen sedan 2002. Till vardags är han känd som "överlekaren".

Sjukhusmiljön kan kännas skrämmande och lekterapeuterna arbetar med förberedelser inför olika provtagningar, behandlingar och undersökningar. Varje månad får man besök av Clownjouren. Är man spruträdd kanske en sjukhusclown kan få en att skratta så mycket att man inte märker sticket alls.

"Jag hörde talas om sjukhusclowner för ett antal år sedan och fick följa med dem under en dag på Akademiska sjukhuset i Uppsala, och det var helt fantastiskt."

Mats tog kontakt med Curo för några år sedan och får sedan dess varje år biobiljetter så att barnen med sina kamrater eller föräldrar kan få en stunds rekreation utanför sjukhuset. Glada barn och lugna föräldrar ger Mats och hans kollegor energi i det dagliga arbetet.

"När föräldrarna ser att barnen har något roligt att göra mår de också lite bättre."

Härliga hälsoresor genom åren med Peters Buss AB



FOTO: Marius Hofman, flickr.com
FOTO: vistparnu.com

Många cancerpatienter har via Curo rest med Peters Buss AB till det trestjärniga Tervis Hälsospahotell i den populära bad- och kurorten Pärnu i Estland.

Peter zu Putnitz arrangerar hälsoresor till Estland som specialitet och har ett 25 år långt samarbete med Curo. För någon som har genomgått en tuff cancerbehandling på sjukhus betyder det oerhört mycket att få möjlighet till eftervård och rehabilitering.

Tervis Hälsospahotell erbjuder ett femtiotal behandlingar, varav många är specifikt anpassade för äldre eller de som lever med kronisk sjukdom, har problem med hjärta eller leder och muskler. Peter berättar:

"I Estland har man en annorlunda syn på sjukvård och lång erfarenhet av alternativbehandlingar. Många som gör en hälsoresa hit har haft en förfärlig tid. Här får de lugn, ro och vila och kan njuta av behandlingar och god mat."

Under 9 dagars vistelse ingår läkarbesök samt 18 måltider och lika många schemalagda behandlingar som massage, värmebehandling och rörelseterapi. Här finns även flera pooler och bastur och en vacker strand.



"Min största vinst var att få kroppsmassage varje dag. Och jag kunde köpa till extra manuell lymfmassage och det var så välbehövligt", säger Margaretha Rosertz. Hon är ordinerad livslång medicinering och har besökt hälsospahotellet i Pärnu vid flera tillfällen.



Nu planerar Peter att snart gå i pension, men någon enstaka tur till Pärnu blir det kanske ändå. Curo tackar för det fina samarbetet genom åren.

Darija har fokus på mamma och barn



På Linköpings Universitetssjukhus har kuratorn Darija Duronja-Kokic dragit i gång ett projekt där bröstcancerpatienter stöttar varandra i samtalsgrupper. Och hon ordnar även aktiviteter där barnen kan vara med.

Darija Duronja-Kokic är hälso- och sjukvårdskurator på kirurgiska klinikkens bröst enhet vid Linköpings Universitetssjukhus. Under en längre period har hon bland de patienter som behandlas för bröstcancer märkt ett ökat behov av att få ses och samtala om sin situation. Så 2021 drog hon i gång ett projekt för att starta samtalsgrupper.

”Jag ville skapa möjligheten att låta kvinnor i olika faser av sjukdomen träffas i mindre grupper för att få prata om sina erfarenheter. Även om man är färdigbehandlad har många inte hunnit bearbeta sina egna känslor.”

Efter ett tips om hur rehabiliteringsprojekt kan söka ekonomiskt stöd tog Darija kontakt med Curo och fick snabbt ett positivt besked om bidrag. Hösten 2021 kunde hon därmed börja hålla ett antal samtalsträffar för två grupper. Darija inleder med att först undersöka patienternas behov av samtal om olika ämnen. Varje träff tilldelas sedan ett specifikt tema där man fokuserar på att prata om t ex kroppen, relationer, strategier och sjukdomens påverkan samt behovet av återhämtning.

I projektet har Darija även inkluderat medicinsk yoga som nu erbjuds permanent på

Linköpings Universitetssjukhus. Efter ett statsbidrag kunde hon utöver samtalsgrupperna tillsammans med Anna Ottosson från Food-Power arrangera ett cancerrehab i två dagar med föreläsningar om kostens betydelse.

Enligt Hälso- och sjukvårdslagen är sjukvården skyldig att vid allvarlig sjukdom ge barn information, råd och stöd. På bröst enheten har man väl inarbetade rutiner för att utifrån ett helhetsperspektiv bemöta barn som anhöriga. Men Darija kände att här fanns mycket mer att göra.

När en förälder insjuknar drabbas hela familjen och under behandlingstiden är en mamma kanske tvungen att avstå från att följa med barnen på olika aktiviteter. För ensamstående mammor är det ännu tuffare att klara vardagen med orken i behåll.

Darija kartlägger varje familjs unika situation och ordnar med stöd av Curo tillfällen med gemensamma aktiviteter som MÅBRA-DAGEN, en workshop där mammor och barn får skapa i keramik tillsammans. Där upptäcker även barnen att de inte är ensamma om vad deras familj går igenom. Det hjälper dem att bygga ett eget nätverk av viktiga kontakter vilket minskar risken för att de senare ska må dåligt.



Tillsammans med dietisten Anna Ottosson från Foodpower, expert på mat och cancer, arrangerades ett cancerrehab om hur mat kan stärka immunförsvaret.

"Att ha fått möjligheten att träffa andra i samma situation har varit ovärderligt. Alla är extremt tacksamma för det stöd vi fått av gruppterapin och att kunna träffas och gråta och skratta tillsammans."



Deltagare i samtalsgrupp



Konstnären och bildterapeuten Madeleine van Nigtevecht från Björkfors Arthouse håller i mycket uppskattade keramikkurser där mammor och barn får skapa tillsammans. Här är hon tillsammans med Darija Duronja-Kocic på vernissage på Linköpings universitetssjukhus.

"Föräldrarollen påverkas av sjukdomen så det är viktigt både att stärka den och samtidigt synliggöra barnen i cancervården. Många barn är rädda för att följa med sin mamma till sjukhuset och jag vill hjälpa till att avdramatisera sjukhusbesöken."

Sedan projektet startades har femtio kvinnor och nästan lika många barn deltagit i olika aktiviteter. Utvärderingar visar att de är mycket nöjda med stödet och att de känner sig stärkta av möjligheten att lära känna andra i samma situation.

Darija är mycket tacksam för det stöd hon hittills har fått, inte minst från Curo, men hoppas framöver att projektet ska ges ekonomiska förutsättningar på lång sikt.

"Som småbarnsförälder har jag haft stort behov av den här sortens stöd. Att prata med andra i samma situation och bolla hur man ska 'överleva' en vardag där en ettåring tar all energi samtidigt som man inte själv lyckats återhämta sig."

Deltagare i samtalsgrupp

Skaparglädje minskar oro

Som för så många andra kom cancerbeskedet som en chock för Lisa Fällman. Men genom kuratorprogrammet på Linköpings Universitetssjukhus fick hon och familjen möjlighet att träffa andra i samma situation.

Det var på våren 2022 när Lisa Fällman besökte den årliga mammografin som man upptäckte en tumör i ena bröstet.

”Jag hade inte känt av någonting och efter undersökningen brukar man ju få svaret rätt snabbt. Men den här gången dröjde det. Och så en dag kom i stället ett brev från Region Östergötland där man bara kort meddelade att man ville ta nya bilder.”

Vid nästa undersökning ingick även biopsi och ultraljud och efter några veckors nervös väntan kom så beskedet. Då en tumör hade upptäckts på två ställen i det vänstra bröstet fick hon direkt en tid för operation. Det skulle räcka med att ta bort en mindre del men Lisa valde att operera bort hela bröstet. Efter sommaren visade det sig att tumören inte hade spridit sig så det behövdes ingen fortsatt behandling med strålning eller cytostatika.

”Även om bröstcancer är en vanlig sjukdom känner man sig fruktansvärt ensam.”

Lisa är mamma till Maja och Nisse som då var 9 år och 5 år gamla. Efter operationen ringde en kurator snabbt upp för att höra sig för om familjens behov av stöd. Det var så Lisa och hennes familj kom i kontakt med kuratorn Darija Duronja-Kocic och hennes program för bröstcancerpatienter på Linköpings Universitetssjukhus.



”Det var en jättebra kontakt som var med under hela resan. Och redan vid det andra besöket följde barnen med till sjukhuset.”

Lisa bor i Norrköping och hon har valt att inte delta i samtalsgrupperna. Men när hon fick en inbjudan till MÅBRA-DAGEN på sjukhuset kände hon att det var något hon ville göra tillsammans med sin dotter.

”Vi kunde bara sätta oss ner och skapa och prata, det var fantastiskt! Tänk att en plats där man har varit med om så negativa saker plötsligt kan kännas så positiv. Och att få prova på keramik var jätteroligt.”

Lisa uppskattar möjligheten att träffa andra mammor och barn som befinner sig i samma situation. Det föll sig naturligt för alla att spontant börja prata, jämföra erfarenheter och ställa frågor till varandra.

Nu ser hela familjen fram emot nästa besök på sjukhuset. De är bjudna på vernissage där keramiken som Lisa och Maja skapade tillsammans med de andra mammorna och deras barn ställs ut. Och den här gången följer maken och sonen också med.

Mer pengar till rekreation för barn

Insamlingen har tyvärr minskat, men trots det har utdelningen till ändamålen ändå kunnat hållas på en hög nivå och hamnar på lite över 73 % för 2023.

Många insamlingsombud har arbetat länge för föreningen, den som varit med Curo längst kom hit för hela 27 år sedan. Den senaste tiden har flera valt att sluta, antingen på grund av sjukdom eller ålder. Vi har valt att inte anställa ny personal.

För att spara ytterligare på insamlade medel gör vi istället fler utskick till bidragsgivare utan att först ringa upp. Många bidragsgivare uppskattar telefonsamtalet med vår trevliga personal men på det här sättet spar vi pengar som istället kan delas ut. Och det tror vi att alla tycker är viktigast.

REHABILITERING OCH EFTERVÅRD

Många har det tufft ekonomiskt. Familjer med ett barn som är svårt sjukt, eller om man själv är sjuk, medför många extra utgifter man inte alltid har ekonomiska resurser till. Vi vet att många inte ens har råd att lösa ut de mediciner man behöver.

Här kan Curo göra en rejäl insats. Med våra generösa givares hjälp kan vi erbjuda barnfamiljer ett ännu större ekonomiskt stöd för rekreation. Till vuxna erbjuder vi rehabiliteringsvistelser som ger kraft och energi att komma tillbaka till arbetslivet efter en ofta lång och besvärlig sjukdomstid.

CLOWNER, MÅLERI OCH AKTIVITETER

På sjukhus runt om i landet får clown- och målarverksamheter fortsatt stöd från Curo. Barnrättspiloterna har fått rekreativmaterial till barnen på Västerås sjukhus. De har även fått biobiljetter liksom Målarverkstan på Akademiska barnsjukhuset i Uppsala och Lekterapi på Falu lasarett.

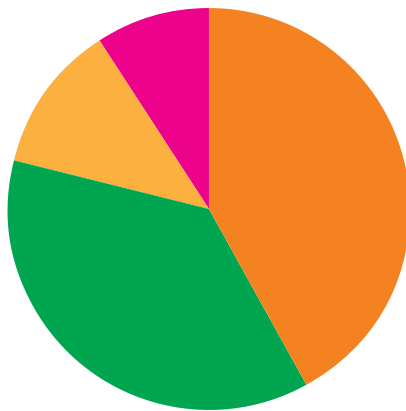
Genom de MÅBRA-DAGAR som anordnas på Linköpings Universitetssjukhus får mammor

möjlighet att delta i olika aktiviteter tillsammans med sina barn.

Under året har Curo också fortsatt kunna ge bidrag till alla som ansökt och uppfyllt våra regler för bidrag

Så här användes pengarna under 2023

Utdelning till verksamheter	73,3 %
Lön till personal	16,2 %
Telefon och porto	3,6 %
Kontorshyra	1,5 %
Data och underhåll	2,4 %
Administration	3,0 %
TOTALT	100 %



● Clownverksamhet	42%
● Rehab vuxna	37%
● Målarverkstan	12%
● Rekreation barn	9%

VILL DU OCKSÅ STÖDJA CURO?

I snart 30 år har vi samlat in gåvor till verksamheter som underlättar vardagen för många cancersjuka. Det är enkelt att hjälpa till - varje bidrag är lika välkommet!

Plusgiro: 647303-7
Bankgiro: 5146-2869
Swish: 123 690 8412

Vill du stödja oss regelbundet? Använd gärna *Autogiro* då det minskar våra administrativa kostnader.



Följ Curo på Facebook!

Vill du läsa tidigare nummer av Curobladet? De finns på vår webbsida; curo.nu/nyheter/curobladet

Så här fungerar Autogiro

Vi strävar hela tiden efter att minska våra administrativa kostnader. Här kan du hjälpa till!

Genom att skänka ditt bidrag via Autogiro minimeras kostnaderna för att hantera insamlandet. Du bestämmer själv vilken summa som automatiskt ska dras från ditt konto varje månad. Bekvämt för dig och enklare för oss!

Flera fördelar med Autogiro

- Ditt stöd delas upp i mindre delar
- Valt belopp dras automatiskt från ditt konto
- Du slipper hålla reda på inbetalningskort
- Du slipper knappa in OCR-nummer
- Du behöver inte skicka PG/BG-inbetalningar
- Du slipper gå till posten/banken varje gång

Enkelt och säkert

Autogiro är enkelt och säkert att använda. Både din och vår bank kontrollerar och verifi-

erar att informationen till kontot är korrekt innan du ansluts till Autogiro.

Vill du avsluta Autogiro väljer du "Betala/ Överföra Autogiro" i din internetbank. Leta reda på den "Mottagare" som medgivandet avser. Klicka på "Ta bort".

Det kan skilja lite mellan olika banker, men principen är att när du tar bort medgivandet sker det ögonblickligen. Har du frågor om Curo och Autogiro, hör av dig till oss!

Gör så här: Ta del av villkoren innan du fyller i och skriver under blanketten. Skicka den i ett vanligt kuvert till:

*Curo Riksföreningen för Cancersjuka,
Hasselvägen 19, 195 33 Märsta.*

AUTOGIROANMÄLAN

Denna del fylls i av dig – klipp av, vik ihop och posta till oss.



Jag vill stödja Curo Riksföreningen för cancersjuka arbete genom att bidra med följande belopp från mitt bankkonto:

MÅNADSGIVARE Jag vill stödja Curo som månadsgivare via autogiro – se gåvovalkalternativ nedan.

KVARTALSGIVARE Jag vill stödja Curo som kvartalsgivare via autogiro – se gåvovalkalternativ nedan.

Gåvovalkalternativ per dragning via autogiro: 20 kr 50 kr 100 kr 200 kr 500 kr Annat belopp: _____ kr

OBS! Alla uppgifter ska vara ifyllda. Var vänlig texta.

Namn			
Adress		Postnr och Ort	
Telefon		E-post	
Kontoinnehavares Bank			
Clearingnr		Bank eller personkonto (Obs! plusgiro kan inte användas)	
Ort och datum		Namnunderskrift	
		Personnummer	

Genom att fylla i mina personliga uppgifter godkänner jag att Curo sparar informationen. Jag kan, när jag vill, kontakta Curo och be dem radera uppgifterna.

Kom ihåg att skriva under! Pengarna kommer att dras från ditt konto den 26:e i respektive månad. För kvartalsgivare görs dragning den 26:e februari, maj, augusti och november. Ta gärna en kopia av detta dokument för eget bruk innan du skickar iväg det.

MEGIVANDE TILL BETALNING VIA AUTOGIRO

Undertryckt ("betalaren"), medger att betalning får göras genom uttag från angivet konto eller av betalaren senare angivet konto, på begäran av angiven betalningsmottagare för betalning till denne på viss dag ("förfallodagen") via Autogiro. Betalaren samtycker till att behandling av personuppgifter som lämnats i detta medgivande behandlas av betalarens betalningsleverantör, betalningsmottagaren, betalningsmottagarens betalningsleverantör och bankgirocentralen BGC AB för administration av tjänsten. Personuppgiftsansvariga för denna personuppgiftsbehandling är

betalarens betalningsleverantör, betalningsmottagaren samt betalningsmottagarens betalningsleverantör. Betalaren kan när som helst begära att få tillgång till eller rättelse av personuppgifterna genom att kontakta betalarens betalningsleverantör. Ytterligare information om behandling av personuppgifter i samband med betalningar kan finnas i villkoren för kontot och i avtalet med betalningsmottagaren. Betalaren kan när som helst återkalla sitt samtycke, vilket medför att tjänsten i sin helhet avslutas.

DET HÄR ÄR AUTOGIRO

Allmänt Autogiro är en betaljänst som innebär att betalningar utförs från betalarens konto på initiativ av betalningsmottagaren. För att betalaren ska kunna betala via Autogiro, ska betalaren lämna sin medgivande till betalningsmottagaren om att denne får initiera betalningar från betalarens konto. Dessutom ska betalarens betaljänstleverantör (t ex bank eller betalningsinstitut) godkänna att kontot kan användas för Autogiro och betalningsmottagaren ska godkänna betalarens som användare av Autogiro. Betalarens betaljänstleverantör är inte skyldig att pröva behörigheten av eller meddela betalaren i förväg om begärda uttag. Uttag belastas betalarens konto enligt de regler som gäller hos betalarens betaljänstleverantör. Meddelande om uttag får betalaren från sin betaljänstleverantör. Medgivandet kan på betalarens begäran överflyttas till annat konto hos betaljänstleverantören eller till konto hos annan betaljänstleverantör.

Definition av bankdag

Med bankdag avses alla dagar utom lördag, söndag, midsommarafton, julafton eller nyårsafton eller annan allmän helgdag.

Information om betalning

Betalaren kommer av betalningsmottagaren att meddela belopp, förfallodag och betalningssätt senast åtta bankdagar före förfalldagen. Detta kan meddelas inför varje enskild förfalldag eller vid ett tillfälle avseende flera framtida förfalldagar. Om meddelandet avser flera framtida förfalldagar ska meddelandet lämnas senast åtta bankdagar före den första förfalldagen. Detta gäller dock inte fall då

betalaren godkänt uttaget i samband med köp eller beställning av vara eller tjänst. I sådant fall får betalaren meddelande av betalningsmottagaren om belopp, förfalldag och betalningssätt i samband med köpet och/eller beställningen. Genom undertecknandet av detta medgivande lämnar betalaren sitt samtycke till att betalningar som omfattas av betalningsmottagarens meddelande enligt denna punkt genomförs.

Täckning måste finnas på kontot

Betalaren ska se till att täckning finns på kontot senast kl 00.01 på förfalldagen. Har betalaren inte täckning på kontot på förfalldagen kan det innebära att betalningar inte blir utförda. Om täckning saknas för betalning på förfalldagen får betalningsmottagaren göra ytterligare uttagsförsök under de kommande bankdagarna. Betalaren kan på begäran få information från betalningsmottagaren om antalet uttagsförsök.

Stoppa betalning (återkallelse av betalningsorder)

Betalaren får stoppa en betalning genom att kontakta antingen betalningsmottagaren senast två bankdagar före förfalldagen eller sin betalningsleverantör senast bankdagen före förfalldagen vid den tidpunkt som anges av betaljänstleverantören. Om betalaren stoppar en betalning enligt ovan innebär det att den aktuella betalningen stoppas vid ett enskilt tillfälle. Om betalaren vill att samtliga framtida betalningar som initieras av betalningsmottagaren ska stoppas måste betalaren återkalla medgivandet.

Medgivandets giltighetstid, återkallelse

Medgivandet gäller tills vidare. Betalaren har rätt att när som helst återkalla medgivandet genom att kontakta betalningsmottagaren eller sin betaljänstleverantör. Meddelandet om återkallelse av medgivandet ska för att stoppa ännu inte genomförda betalningar vara betalningsmottagaren tillhanda senast fem bankdagar före förfalldagen alternativt vara betalarens betaljänstleverantör tillhanda senast bankdagen före förfalldagen vid den tidpunkt som anges av betaljänstleverantören.

Rätten för betalningsmottagaren och betalarens betaljänstleverantör att avsluta anslutningen till Autogiro

Betalningsmottagaren har rätt att avsluta betalarens anslutning till Autogiro trettio dagar efter det att betalningsmottagaren underrättat betalaren här om. Betalningsmottagaren har dock rätt att omedelbart avsluta betalarens anslutning till Autogiro om betalaren vid upprepade tillfällen inte har haft tillräcklig kontobehållning på förfalldagen eller om det konto som medgivandet avser avslutas eller om betalningsmottagaren bedömer att betalaren av annan anledning inte bör delta i Autogiro. Betalarens betaljänstleverantör har rätt att avsluta betalarens anslutning till Autogiro i enlighet med de villkor som gäller mellan betalarens betaljänstleverantör och betalaren.



Curo Riksföreningen för Cancersjuka