

Bästa Moa-Lina medlem!

Sommaren står för dörren och vi har fått njuta några riktigt somriga dagar. Allt står i blom och världen är vackrare än någonsin. Jag hoppas att grönskan och alla blommor kan trösta dig om du har det svårt, och att du som känner dig pigg kanske får mer luft under vingarna den här årstiden, som en fjärl.

Men - det är också helt okej att bejaka sina känslor, dra ner persiennerna och stänga ute den pockande gassande solen som kan stressa dig att göra allt det där du egentligen vill men inte orkar. Att lyssna på kroppen och känslorna och göra det man vill och behöver är viktigt!



Jag vill berätta för dig om ett projekt som handlar om just detta, att låta känslorna få komma fram. Vi har ju en fantastisk medicinsk vård i Sverige, men vem tar hand om själen under vår cancerresa? Och vem bryr sig om hur vi återhämtar oss och hittar tillbaka till ett liv med livskvalitet?

Precis det här vill psykolog/psykoterapeut Anne Saari, en av våra medlemmar i Vadstena, och hennes dotter Margona lägga fokus på i ett dokumentärfilmprojekt som precis är i startgroparna. Margona är filmare och Anne har egen erfarenhet av bröstcancer. De är ivriga att komma igång och vill gärna ha medverkande från vår förening. Även våra systerföreningar i Västmanland, Sörmland och Örebro stödjer projektet.

Anne och Margona kommer att finnas med lite i marginalen på vårresan den 23 maj, så då finns det tillfälle att prata med dem och få veta mer. Naturligtvis är det helt okej att säga till om man inte vill vara med på film. Jag bifogar också Annes projektbeskrivning som är inskickad till Bröstcancerförbundet med en bön om att förbundet ska stödja projektet.

Efter vårresan och styrelsemötet i juni tar vi i styrelsen lite sommarlov. I augusti har vi en planeringsdag och bollarna är redan i rullning för en höst full med aktiviteter. Vi återkommer med aktivitetsbladet någon gång i sommar för de friskvårdsaktiviteter som rullar varje vecka.

**Skriv upp den 1 oktober i din kalender!** Då hoppas vi, på självaste nationella bröstcancerdagen, att så många som möjligt av våra medlemmar och närstående vill komma till Stadsmissionens café på Ågatan 3. Vi serveras soppa, umgås, lyssnar och lär samt diskuterar just kring närståendeperspektivet. Vi kommer att ha kompetenta medverkande samt en paneldiskussion.

Volontärerna har fått i uppdrag att fundera och planera för en må-bra-dag i höst. De två senaste åren har vi haft detta, och så länge vår ekonomi tillåter och någon/några orkar planera så fortsätter vi med denna tradition. Vi ser fram emot att må bra tillsammans!

Önskemål har kommit om en medlemskväll på temat bröstrekonstruktion. Därför har vi en arbetsgrupp i gång för att planera detta till senhösten. Temat mat och hälsa finns också på agendan för hösten. Detta och mycket annat kommer att erbjudas dig som medlem, så välkommen i bröstsystrars gemenskap!

Jag vill önska dig en fin-fin sommar med nya krafter till hösten.  
/ Ordförande Amie Fahlander

