

Verksamhetsplan 2020-2021

Vår vision

*Ingen ska behöva
drabbas av
bröstcancer.*

Vår mission

*Alla i Stockholms län
ska ha rätt till bästa
kända bröstcancervård.*

Vårt medlemslöfte

*Ingen ska behöva
vara ensam med sin
bröstcancer.*



**BRÖSTCANCERFÖRENINGEN
AMAZONA STOCKHOLM**

Kortfattad beskrivning av föreningens verksamhet:

Bröstcancerföreningen Amazona är en ideell förening vars främsta uppgift är att stödja bröstcanceropererade i Stockholms län och att sprida kunskap om bröstcancer och vikten av tidig upptäckt. Vi stödjer forskning inom området bl.a. genom att värva deltagare till olika typer av studier och vi verkar för att bröstcancerpatienter ska få en god vård.

Bröstcancerföreningen Amazona i Stockholms län bildades år 1978. Vi ingår i Bröstcancerförbundet. Totalt finns det 33 bröstcancerföreningar i Sverige med sammanlagt ca 11 000 organiserade medlemmar. Amazona är den största föreningen med ca 2000-medlemmar. Amazona omsatte år 2019 ca 3,0 msek. Föreningens verksamhet finansieras av medlemsintäkter, bidrag från Region Stockholm, RCC, lönebidrag, privata gåvor, företagsgåvor, annonsintäkter, m.m. Verksamheten möjliggörs tack vare en stor mängd ideella insatser. Föreningen leds av ordförande och en styrelse på 11-14 personer.

Amazonas arbete styrs av våra fastställda stadgar och vi utgår från vår vision, mission och medlemslöfte.

Vår vision är att ingen ska drabbas av bröstcancer.

Vår mission är att alla i Stockholms län ska ha rätt till bästa kända bröstcancervård.

Vårt medlemslöfte innebär att ingen ska behöva vara ensam med sin bröstcancer.

Amazonas huvudsakliga verksamhetsgrenar.

Nedan beskrivs föreningens huvudsakliga verksamhetsgrenar kortfattat.

Stödpersonverksamhet. Vi har ett 40-tal utbildade stödpersoner som träffar patienter, som nyligen behandlats för sin bröstcancer, på de flesta av Stockholms sjukhus. Våra stödpersoner fungerar som stöd åt bröstcancerpatienter under och efter hela behandlingstiden. Många kontaktar oss när de fått sitt bröstcancerbesked och inför operation eller sin första behandling. Minst två stödpersoner tjänstgör vid alla Amazonas aktiviteter. Totalt har vi ett fyrtiotal utbildade, aktiva stödpersoner i vår förening. Till gruppen stödpersoner finns också en grupp med värdinnor anslutna. Dessa hjälper till med det praktiska i samband med alla våra temakvällar.

Volontärer. Amazona har ett femtiotal volontärer som deltar i olika evenemang främst under Rosa Oktober. Volontärer har en kunskap om föreningens vision, mission och medlemslöfte samt kan undervisa i självundersökning.

Medlemsaktiviteter. Även i år planerar vi för ett brett utbud av aktiviteter. Innehållet anpassas efter medlemmarnas behov och önskemål. En viktig uppgift är att stödja bröstcancerpatienter att komma tillbaka till ett aktivt och bra liv. Ett 70-tal temakvällar/patientutbildningar genomförs varje år, oftast i samarbete med vårdpersonal. Syftet med våra temakvällar är att sprida kunskap om bröstcancer och att erbjuda medlemmarna kunskap och stöd. Stödet består även av olika typer av samtalsgrupper, mötesplatser för kvinnor med bröstcancer, samt vårt kansli som är öppet fyra timmar varje dag för besök och samtal. Dagtid anordnar vi temaföreläsningar för medlemmar som lever med metastaserad bröstcancer. All forskning visar att bra kost, motion och rörelse är av stor betydelse för cancerdrabbade och vi vill därför att erbjuda våra medlemmar hjälp med att komma tillbaka till ett hälsosamt, aktivt och rörligt liv. Vi planerar en mängd olika friskvårdande aktiviteter under perioden. Några exempel är matinspirationskurser, stadspromenader, vattengymnastik, yoga, "kom-igång-kurs" i samarbete med Friskis&Svettis i Stockholm, hantverkskurser, bokcirklar m.m. Amazona erbjuder även olika former av rehabilitering. Vi planerar retreatar på Sigtunastiftelsen samt rehabiliteringsveckor på Masesgården. Speciell rehabilitering och friskvård erbjuder vi för medlemmar med metastaserad bröstcancer både på Sigtunastiftelsen och på Masesgården. Vi ska satsa på att utöka vår verksamhet för våra medlemmar som lever med metastaserad bröstcancer. För oss i

Amazona betyder rehabilitering väldigt mycket mer än vad sjukvården erbjuder. Rehabilitering är till stor del friskvård och vår förhoppning är att vi även i framtiden kan erbjuda medlemmar ett brett urval av olika aktiviteter. Under 2019 hade vi över 4 000 bröstcancer drabbade som deltog i våra aktiviteter.

Ett antal bröstcancerdrabbade orkar inte komma tillbaka till sitt ordinarie arbete. Sedan flera år erbjuder vi praktikplats och arbetsträning på vårt kansli.

Information. Information ges via vår hemsida www.amazona.se som publiceras under hela 2020 samt genom vår medlemstidning Amazonabladet. Vi delar dessutom ut ett kuvert och en liten sminkväska med information till nyinsjuknade kvinnor vid alla Stockholms bröstcentra. Vi har två huvudsakliga målgrupper för vår information:

1. Bröstcancerbehandlade och deras närstående. Vår målsättning är att kontinuerligt informera våra medlemmar om nyheter och behandlingar av bröstcancer.
2. Övriga (allmänheten) för att sprida kunskap om att mammografi och självundersökning leder till tidig upptäckt av bröstcancer och räddar liv.

Informationen skiljer sig åt eftersom det är olika typer av kunskap som dessa grupper söker.

Intressepolitisk verksamhet och samverkan med sjukvård. I det intressepolitiska uppdraget har vi verksamhet inom samtliga åtta områden som anges av Region Stockholm. Dessa områden är:

- | | | |
|------------------|--------------------------|-------------------|
| 1. Utbildning | 2. Arbetsmarknadspolitik | 3. Bostadspolitik |
| 4. Socialpolitik | 5. Kollektivtrafik | 6. Kultur |
| 7. Integration | 8. Hälsa- och sjukvården | |

Det viktigaste och mest omfattande arbetet sker inom hälso- och sjukvården. Vi finns representerade vid nästan alla sjukhus och sjukvårdsområden i Stockholm där vi bevakar bröstcancerdrabbades intressen. Vi är även medlemmar i Funktionsrätt Sverige. Sedan många år har vi etablerat ett nära samarbete med bröstcancersjukvården i Stockholms län och deltar regelbundet i många olika projekt. Vi driver aktivt ett antal frågor inom bröstcancerområdet. Vi medverkar i flera olika grupper inom Regionala Cancer Center Stockholm Gotland (RCC).

Styrelse, ekonomi och kansli

Vår styrelse består av 14 personer. Styrelsen planerar att under 2020 och 2021 att ha minst 6 protokollförda sammanträden per år. En planeringshelg för styrelse och arbetsgrupper planeras för verksamhetsåret 2020 och 2021 om ekonomiskt utrymme finns. Styrelsen kommer att arbeta mellan styrelsemötena i arbetsgrupper där det löpande arbetet sker. I dessa arbetsgrupper ingår totalt ca 30 personer. Flera i vår styrelse är även utbildade stödpersoner. Vårt kansli har öppet fyra timmar per dag och många kommer dit för samtal.

Konferenser. Vår styrelse och våra stödpersoner blir inviterade till olika konferenser i Sverige, Europa och Norden. Vi brukar försöka bevista 1 – 2 konferenser per år i Sverige för att hålla oss uppdaterade om utvecklingen inom bröstcancerområdet. Utlandskonferenser bekostas vanligtvis ej av vår förening.

Ekonomi För ekonomisk sammanställning hänvisas till Amazonas budget för 2019. Budget för 2021 görs våren 2020.

Kansliet Kansliet bemannas dagligen. Två anställningar finns på 80% och 75% samt två bidragsanställningar på 50 % respektive 75 %. För den sistnämnda tiden fördelar sig så att 50 % är

avsatt för att stötta vårt kansli med diverse administration och för att ta emot besökare och erbjuda dagligt stöd till kvinnor som drabbats av bröstcancer och 25 % är avsatt för tidnings- och trycksaksproduktion. Medel för denna lönebidragsanställning reserveras vid varje årsbokslut. Denna anställning ser vi som en rehabiliteringsinsats för att lättare kunna återgå till arbete efter avslutad cancerbehandling.

Lokal. Amazona betalar hyra för en trerumslägenhet som inrymmer kansli och möteslokaler på Frejgatan 56 i Stockholm. Vi erbjuder dagliga aktiviteter i vår egen lokal. Vi hyr även in större föreläsningssalar och konferensrum när vår egen lokal inte räcker till.

Biblioteksverksamhet. Vi erbjuder våra medlemmar att låna böcker och tidningar på temat bröstcancer. Vårt bibliotek uppdateras kontinuerligt.

Verksamheten stödpersoner

Stödpersonerna är kärnan i Amazonas verksamhet och det ursprungliga upphovet till att bröstcancerföreningen bildades. Ett fyrtiotal utbildade aktiva stödpersoner finns i Amazona. En stödperson är en medlem som själv har haft bröstcancer eller en närstående. Vi erbjuder en speciell utbildning på ca 40 timmar för att kunna stötta och hjälpa andra som drabbas. Vi har även en manlig stödperson som har till uppgift att stötta anhöriga till bröstcancerdrabbade.

För att Amazona ska fortsätta att vara den tongivande patientföreningen i Stockholms Län behöver vi behålla och helst öka antal medlemmar. Under 2019 har antal engagerade medlemmar stigit och vi måste fortsätta trenden under 2020. Värkning av nya stödpersoner, värdinnor, volontärer och nya medlemmar kommer att vara i fokus även under 2020 - 2021.

Värkning och utbildning av stödpersoner och värdinnor

Utbildning av nya stödpersoner

Vi utbildar nya stödpersoner under förutsättning att ekonomiskt utrymme finns. Utbildningen är på 40 timmar och leds av terapeut. Behov finns att utbilda ett tiotal nya stödpersoner vartannat år. Under 2020 planerar vi att genomföra en utbildning för 12 nya stödpersoner under förutsättning att det finns ekonomiskt utrymme. Vi kommer även att undersöka behov av manliga/ närstående stödpersoner och lägga fram en handlingsplan på att skapa en grupp med aktiva närstående stödpersoner.

Vidareutbildning stödpersoner

Följande verksamhet planeras för vidareutbildning av stödpersoner:

- Studiebesök hos sjukvården varje år.
- Konferens för samtliga stödpersoner, värdinnor och styrelse.
- Föreläsningar av sjukvårdspersonal.
- Kurs med erfarenhetsutbyte för samtliga stödpersoner.
- Kurser i retorik, samtal, sorg och krishantering
- Studiebesök hos rehabiliteringsanläggning
- Studiebesök hos peruk/protesutprovare
- Terminsavslutning för alla volontärer som jobbar ideellt. Ett sätt att lära känna varandra för att bättre kunna arbeta tillsammans.

Värdinnor och Volontärer

Värdinnorna och volontärer tjänstgör också under rosa oktober och är behjälpliga med försäljning och information om självundersökning. Under 2019 har vi utökat aktiviteter kring Rosa Oktober och noterat behov av fler volontärer.

Mål. Amazona kommer att rekrytera fler värdinnor och volontärer under 2020. Alla värdinnor och volontärer ska erbjudas fortbildning.

Värkning av nya medlemmar

Syfte. Amazona är en patientorganisation och ska vara en levande förening. För att kunna uppnå det måste vi fortsätta ha uppsökande verksamhet och aktiv medlemsvärkning.

Mål. Alla nyinsjukna ska få sminkväskan med informationen om Amazona vid besök på bröstcentrum. Amazona ska vara mer synliga och informera om verksamheten. Fler aktiviteter kommer att genomföras tillsammans med våra tre bröstcentra i Stockholms Län. Vi ska fullfölja vårt medlemslöfte om att ingen ska behöva vara ensam med sin bröstcancer.

Verksamheten medlemsaktiviteter

Syfte. Amazona erbjuder en mängd olika aktiviteter. Syftet är att förmedla korrekt information till bröstcancerdrabbade och deras närstående.

Friskvårdsaktiviteter är en viktig del av Amazonas verksamhet. All forskning visar hur viktigt motion och kost är för cancerpatienter, både under behandling och för rehabilitering och återhämtning. Vi planerar under perioden att fortsätta erbjuda stadspromenader, varmvattengymnastik, yoga och andra aktiviteter med fokus på rörelse. Amazona planerar även att erbjuda matlagningskurser där man fokuserar på bra kost.

Mål. Att kunna erbjuda aktuella och intressanta föreläsningar för våra medlemmar. Sprida kunskap om behandlingssätt och förebyggande åtgärder. Att kunna bjuda in forskare, välrenommerade vårdprofessionen samt relevanta aktörer inom alternativa behandlingar.

Att fortsätta erbjuda friskvårdsaktiviteter, förmedla rörelsegädjen och uppmana medlemmar till ett aktivt liv.

Under 2020 kommer vi att fortsätta med rehabilitering/ friskvård för medlemmar med spridd bröstcancer.

Vi planerar att fortsätta med bildterapi under 2020.

Information för bröstcancerbehandlade och deras närstående

Tidningen Amazonabladet

Syfte. Att sprida information om våra olika aktiviteter och medicinska nyheter genom vår tidning Amazonabladet 4 gånger per år. Tidningen är vår löpande kontaktväg till Amazonas medlemmar. Tidningen trycks i ca 3 500 exemplar per gång och skickas ut till våra medlemmar och till alla sjukvårdsinrättningar där man behandlar kvinnor för bröstcancer i Stockholms län.

Mål. Tryckning och distribution av vår tidning Amazonabladet i 3 500 exemplar 4 ggr per år. Amazonabladet ska vara en intressant tidning som förmedlar korrekta uppgifter. Vårt mål är att förbättra distributionen av Amazonabladet till andra vårdenheter bl. a Vårdcentraler och Mödravårdscentraler, samt referera om våra föreläsningar och intressanta händelser inom onkologi.

Granskning av medicinska rapporter

Syfte. Att publicera medicinska rapporter på ett enkelt och förståeligt sätt för patienter.

Mål. Att rapporter som berör bröstcancerpatienter i Stockholms län granskas och sammanställs till en patientvänlig information.

Broschyrer till nyopererade

Syfte. Amazonas stödpersoner ska informera nyopererade patienter om föreningen samt ge tips vart man kan vända sig för att få hjälp vid specifika frågor.

Mål. Att ta fram nytt informationsmaterial och kunna distribuera det via fler kanaler såsom vårdcentraler, Mödravårdscentraler, etc. Att kunna dela ut dessa broschyrer till kvinnor som nyligen har opererats för bröstcancer utan att behöva ta betalt för broschyrerna.

Följande informationsmaterial ska vara tillgängligt:

- Brev till nyopererade med information om Bröstcancerföreningen Amazona,
- Information om rehabiliteringsmöjligheter via Region Stockholm,
- Annat informationsmaterial efter behov – t.ex. Bröstcancer – vad händer när man drabbas? Funderingar och frågor inför läkarbesöket, Vad säger jag till barnen, Du och din arm osv.

Sminkväska till kvinnor som nyligen fått diagnosen bröstcancer

Omtanke och gemenskap är syftet med gåvan som delas ut till våra medsystrar. Fr.o.m. våren 2008 får alla patienter som behandlas för bröstcancer i Stockholm en gåva i form av en sminkväska.

Sminkväskan är i en vacker sammetskvalitet med Rosa Bandet broderat på framsidan av väskan. Vi kommer att dela ut ca 2 500 väskor per år och projektet pågår fram till och med 2021. Totalt kommer vi att skänka bort ca 35 000 sminkväskor. I sminkväskan finns en liten informationsbroschyr som handlar om Amazonas verksamhet samt information om rätten till rehabilitering.

Syfte med projektet är:

- Att väcka intresse för att Amazona är ”bra för mig” som bröstcancerbehandlad
- Skänka ett stänk av glädje mitt i allt omtumlande som nydiagnostiserad med bröstcancer

Mål. Att under 2020-2021 fortsätta att dela ut sminkväskan på alla sjukhus där bröstcancerpatienter behandlas.

Hemsida amazona.se; amazona.nu

Syfte. Att via vår hemsida ständigt ha aktuell information om vad som gäller för bröstcancerbehandling i vårt län. Att publicera medicinska rapporter på ett lättillgängligt sätt. Att sprida kunskap om bröstcancer. Att inge patienterna hopp om att de flesta blir friska.

Mål. En levande hemsida som är uppdaterad efter de senaste rönen som gäller för bröstcancerbehandling i Stockholms län. Att publicera forskningsrapporter av intresse för våra medlemmar och som av utrymmesskäl inte kan publiceras i vår tidning. Under hösten 2018 gjorde Bröstcancerförbundet en nylansering och omprofilering av sin hemsida samt byte av logotype. Amazona och Bröstcancerförbundet beslöt om att behålla Amazonas hemsida och länka till/från Bröstcancerförbundets hemsida.

Facebook och Instagram

Syfte. För att nå fler finns Amazona även på Facebook och på Instagram, dels som förening dels som en grupp för unga kvinnor. Vi har över 4 000 inläggsinteraktioner på vår FB-sida vilket är en ökning med ca 20% jämfört med föregående år.

Mål. Sociala media är ett sätt att nå en bredare publik. Vi vill fortsätta informera om ny forskning

om pågående studier samt om vår verksamhet på sociala media. Vi vill öka spridning av våra inlägg med 10% under 2020 samt öka insamling på FB.

Föreläsningkvällar för Amazonas medlemmar

Syfte. Att genom föreläsningar för ca 150-300 personer per tillfälle sprida kunskap om bröstcancer. Oftast är det läkare som ställer upp för att hålla dessa föreläsningar. (Vi försöker blanda skolmedicin, komplementärmedicin och kost för att få en bra mix på våra föreläsningar). Föreläsningarna brukar vara mycket uppskattade. Vi betalar lokalhyra för dessa föreläsningkvällar, förtäring till deltagarna samt arvode till våra föreläsare.

Mål. Ett intressant program med föreläsningar om bröstcancer minst 3 gånger per år som vid varje tillfälle lockar ca 150-300 besökare.

Biblioteksverksamhet för Amazonas medlemmar

Syfte. Att tillhandahålla aktuella böcker på temat bröstcancer och dess behandling för utlåning till våra medlemmar.

Mål. Ett intressant bibliotek som tillhandahåller litteratur inom området bröstcancer, behandling och rehabilitering. Tillhandahålla böcker som handlar om komplementära behandlingsformer.

Information i förebyggande syfte

Syfte. Att sprida kunskap om att tidig upptäckt av bröstcancer räddar liv. Att lära kvinnor vikten av regelbunden självundersökning av sina bröst och att man deltar i mammografiscreeningen. Till vår hjälp har vi en "bröstväst" med inbyggda tumörer där man får undersöka hur en tumör kan kännas. Alla kvinnor får med sig en broschyr om hur man själv undersöker sina bröst. Vi medverkar vid olika större kvinnoarrangemang, t.ex. Lidingöloppet och 25-mannaorientering och mässor för att sprida information. De mässor vi regelbundet brukar medverka vid är Seniormässan och mässan Allt för hälsa. Rosa oktober är en kampanj riktad till denna målgrupp. Huvudsyftet med kampanjen är att samla in pengar till bröstcancerforskning och att göra allmänheten uppmärksam på att tidig upptäckt av bröstcancer räddar liv.

Mål. Deltagande i mässor och medverkan i olika arrangemang under hela året för att sprida information om självundersökning av bröst och vikten av tidig upptäckt. Vi vill utöka deltagande i evenemang och öka medvetenhet om bröstcancer under hela året; #alltidrosa.

Information till utlandsfödda kvinnor

Syfte. Att i samarbete med kvinnoorganisationer komma i kontakt med utlandsfödda kvinnor i invandrartäta områden och informera dem om bröstcancer, mammografi och självundersökning. Vi vill på så sätt öka kunskapen om bröstcancer och att tidig upptäckt räddar liv.

Mål. Att i samarbete med olika nätverk hålla föreläsningar och informationskvällar om mammografi och självundersökning. Vi vill bidra till jämlik vård i Stockholms Län.

Hemsidan med förebyggande information

Syfte. Att via vår hemsida ständigt ha aktuell information om vad som gäller för bröstcancerdiagnostik i Stockholms län. Att sprida kunskap om sjukdomen bröstcancer och dess behandlingar. Att upplysa kvinnor om täta och svårbedömda bröst och att dessa kvinnor behöver kompletterande undersökningar.

Mål. En levande hemsida som är uppdaterad efter de senaste rönen som gäller för bröstcancerbehandling i vårt län. Målgruppen är här friska kvinnor, som vi upplyser om vikten av självundersökning och att trippeldiagnostik alltid ska användas vid utredning av knölar i bröstet. Vi sprider saklig information om bröstcancer, diagnostik, täta bröst, undersökningar, behandlingar, biverkningar, uppföljning, eftervård, rehabilitering, hjälpmedel, m.m.

Föreläsningar med förebyggande information

Syfte. Att erbjuda allmänheten att delta i föreläsningar av allmän karaktär om bröstcancer vid 5-6 tillfällen per år. Föreläsningen hålls oftast av oss själva och ger en del faktainformation om bröstcancer samt även den psykologiska biten hur man kan hjälpa en kvinna som drabbas. Ibland arrangeras detta tillsammans med läkare.

Mål. Hålla föreläsningar för allmänheten i Stockholms län för att ge kunskap om bröstcancer 5-6 gånger per år. Föreläsningarna hålls i första hand av Amazonas medlemmar. Målet är att nå mer än 200 personer som inte har bröstcancer genom dessa föreläsningar.

Rosa Oktoberkampanjen

Syfte. Att sprida kunskap om bröstcancer och vikten av att själv regelbundet undersöka sina bröst och att gå på mammografi. Att under oktober månad samla in pengar till bröstcancerforskningen. T.ex. brukar vi finnas vid några större butikscentrum och motionsanläggningar under helger i oktober för att nå ut till så många kvinnor som möjligt. Vi finns även vid några av de större sjukhusen under oktober månad för att sprida information om självundersökning och att tidig upptäckt räddar liv. Vi medverkar även vid olika typer av motionsanläggningar såsom Curves, Friskis & Svettis m.fl. Vi deltar i olika mässor där vi pratar om självundersökning och vikten av mammografi. Målet är att nå ca 25 000 kvinnor med dessa arrangemang.

Mål. Att under oktober månad samla in minst 50 000 kronor till Bröstcancerfonden och att delta vid minst 10 större arrangemang för att upplysa allmänheten om bröstcancer och dessutom samla in pengar till forskningen.

Intressepolitisk verksamhet

Amazonas arbete inom det intressepolitiska uppdraget är följande:

1. **Utbildning.** Här genomför vi en mängd olika insatser. Vi genomför varje år ca 70 temamöten och ett 60-tal kurser för att ge bröstcancerpatienter större kunskap kring sjukdomen bröstcancer och vi erbjuder även utbildning i egenvård. Mer om detta kan läsas i bilaga 2 om verksamheten medlemsaktiviteter. Separata utbildningar görs för Amazonas volontärer och patientföreträdare i form av ett trettiotal mötestillfällen, konferenser, seminarier och utbildningsdagar. Amazonas stödpersoner genomgår separat utbildning. Se bilaga 1 Verksamheten Stödpersoner för ytterligare information. Andra viktiga utbildningsinsatser är den verksamhet vi har när vi informerar på mässor och torg under oktober månad där vi undervisar om självundersökning och att tidig upptäckt räddar liv. Vår tidning Amazonabladet och vår hemsida är också viktigt utbildningsmaterial. Likaså våra föreläsningkvällar i ABF-huset. För mer information se bilaga 3 Verksamheten Information.
2. **Arbetsmarknadspolitik.** Vi gör flera insatser för att stötta och hjälpa dem som blir arbetslösa. Vi erbjuder både praktikplatser och lönebidragsanställningar hos Amazona för sådana personer. Ett bra sätt att få träna inför återgång till yrkeslivet. Samtliga anställda vi har haft på praktikplats eller lönebidrag har gått vidare till andra arbetsuppgifter inom andra företag.

3. **Bostadspolitik.** Vi hjälper ofta till att förmedla kontakt när svårt sjuka medlemmar är i behov av ASIH eller bostadsanpassning p.g.a. det handikapp som bröstcancern innebär för dem.
4. **Socialpolitik.** Löpande kontakter med både Arbetsförmedling och Försäkringskassan. Vanligt med frågor kring rehabilitering från både Försäkringskassan och Arbetsförmedlingen. Vi hjälper även patienter med anmälan för behandlingsskada, kontakter med IVO, Patientnämnden, m.fl.
5. **Kollektivtrafik.** Vi finns med i Funktionsrätt Sverige och har representanter hos dem som gäller Färdtjänst för vår patientgrupp.
6. **Kultur.** Flera av våra kurser och temamöten är av kulturell natur. T.ex. Matinspiration, Bokcirkel, Rosendal, Uttryckande Konst, m.m.
7. **Integration.** Vi jobbar vidare med att uppmana utlandsfödda kvinnor att regelbundet gå på den mammografiscreening man kallas till samt att vi lär ut självundersökning av bröst. Stora skillnader finns i screeningdeltagande bland olika invandrargrupper.
8. **Hälso- och sjukvården.** Detta är vårt största och viktigaste område inom den intressepolitiska verksamheten. Kommande sidor in detta avsnitt berör vårt arbete inom hälso- och sjukvården.

Samverkan och samarbete med sjukvården, Regionen och myndigheter

Samverkan är ett område som kräver mycket resurser från vår organisation. Vi har en grupp på 10-14 personer som är aktiva inom samverkan. En av våra uppgifter är att göra politiker och landstingstjänstemän uppmärksamma på de brister som finns inom bröstcancervården och vilka förbättringar som behövs. Vi arbetar aktivt för att utöka resurserna för bröstcancervården. Valfrihet, samordning, lika vård och bättre information är ledord i vårt påverkansarbete.

Intressepolitisk verksamhet

En grundförutsättning för ett bra samverkansarbete är att löpande hålla sig informerad om hur vården fungerar för vår patientgrupp. Den informationen finns hos våra medlemmar. Vår uppgift är att alltid företräda patientkollektivets önskemål och aldrig enskilda individers önskemål. Dessa önskemål kommer fram i samband med de träffar vi har med våra medlemmar. En annan viktig förutsättning är löpande vårdkontakter för avstämning hur vården fungerar för vår patientgrupp.

Mål. Delta i aktiviteter organiserade av Funktionsrätt Sverige. Vi vill gärna fortsätta träffa bröstcancerprofessionen i länet för att framföra våra medlemmars åsikter. Vi kommer att fortsätta med förbättringsförslag till bröstcentra för våra medlemmars räkning. Vi planerar att delta i Patientråds arbete på alla bröstcentra i Stockholm och bygga ut verksamheten. Vi fortsätter att delta i ledningsgrupper på Bröstcancercentra.

Amazona vill gärna utöka samarbete med andra cancerföreningar i Stockholm.

Vi vill fortsätta att bygga ut samarbete med RCC, bli starta projekt som riktar sig mot invandrarkvinnor. Vi vill föra närmare dialog med processledare på RCC inom bröstcancer. Vi vill föra närmare samarbete med kontaktsjuksköterskor. Utökade samarbete med Cancer Rehabiliteringscentrum.

Närmare dialog med **Region Stockholm** - politiker, tjänstemän, FOU, HSNf (Hälso- och Sjukvårdsnämndens förvaltning) – tjänstemän och öka deras förståelse för patientens situation, särskilt de med spridd bröstcancer.

Vi vill föra närmare dialog med **RCC** (Regionalt Cancercentrum Stockholm Gotland) samt öka förståelse för patienternas situation och behov. Samverkan och delaktighet från patienterna beträffande framtidens cancervård behöver förbättras. Amazona ska även fortsättningsvis vara

representerade i patient- och närståenderådet, i processutveckling bröstcancer, i projektet cancerrehabiliteringscentrum och i vårdprogramgruppen bröstcancer.

Fortsätta samarbete med SBU som expertkommentatorer för bröstcancerpatienter

Samarbete

- **Amazona bevakar** alla sjukvårdsfrågor och vårdinsatser som gäller bröstcancer. Vi bevakar vårdprogramarbetet, remisser inom området och ledtider och omhändertagande av patienterna.
- **Regelbundna kontakter med alla vårdgivare** som behandlar bröstcancer i länet. Representerade vid de större sjukhusen i Stockholm och övriga vårdgivare inom bröstcancer.
- **Samarbete med Försäkringskassa och Arbetsförmedling** – med frågor som rör sjukskrivning och arbetsförmåga för bröstcancerpatienter.
- **Aktivt samarbete med andra patientföreningar** inom cancerområdet för att ytterligare förstärka våra gemensamma vårdförbättringsförslag.
- **Regelbundna möten** med politiker och tjänstemän inom Region Stockholm.
- **Regelbundna besök** och utvärderingar av rehabiliteringsinsatser efter bröstcancer.
- **Avtalsskrivning** om bröstproteser och peruker.
- **Utbildningsaktiviteter** inom sjukvården (t.ex. vid utbildning av AT-läkare och ST-läkare inom onkologi samt utbildningen av kontaktsjuksköterskor inom bröst).
- **Utbildningsaktiviteter** inom kommuner.
- **EU-resolution om bröstcancer.** Vi bevakar att sjukvården i Stockholm lever upp till och följer den EU-resolution som finns när det gäller bröstcancer.
- **Mässor.** Amazona deltar i mässor för att demonstrera självundersökning av bröst och vikten av tidig upptäckt. Samtidigt informerar vi ofta om behandling av lymfödem och ger en allmän information om bröstcancer och vår förening.
- **Seminarier.** Vi deltar aktivt i de seminarier och kurser som sjukhusen anordnar på temat bröstcancer.

Viktiga frågor för Amazona

Amazona kommer att fokusera för följande frågor under 2020. Viktiga förbättringsområden för bröstcancerpatienter i Stockholm är:

- **En värdig cancervård** – där patientens trygghet sätts i centrum.
- **Ökade resurser** - främst inom onkologi och patologi.
- **Förbättrad uppföljning** av bröstcancerpatienter behövs.
- **Fortsatt mediciner** med antihormonell behandling räddar liv – bättre onkologisk uppföljning behövs.
- **Kortare väntetider och bättre tillgänglighet.**
- **Snabb och lätt tillgänglig diagnostik** med besked samma dag till ”friska” kvinnor.
- **Bibehållen god diagnostik** med kliniska undersökningar för kvinnor med bröstcancer.

- **Täta/svårbedömda bröst riskfaktor** – kvinnan ska informeras om detta, screening ej lämpligt.
- **Förbättrad patientinformation.** Skriftlig vårdplan till alla patienter utifrån patientens behov.
- **Patientens fria val** – Vården förser oss med korrekt information. Valet görs av patienten.
- **Förbättrade rehabiliteringsinsatser under pågående bröstcancerbehandling.** Speciella rehabiliteringsinsatser för patienter med spridd sjukdom.

Slutord

Medlemsrekrytering och ökad synlighet är de två aktiviteter som har högsta prioritet under det kommande verksamhetsåret. Med fler medlemmar och ökad synlighet kan vi fullfölja vårt vision, mission och medlemslöftet att ingen ska behöva vara ensam med sin bröstcancer.

Stockholm i mars 2020

Styrelsen i Bröstcancerföreningen Amazona