

# SOLBLÄNK

Nr 2 • 2006



## Barnen i centrum

Barncancerföreningen informerar om sin verksamhet

Olle Björk ny generalsekreterare  
Skriv nu – om det som berör!  
Safari på Kolmården



**BARNCANCER  
FÖRENINGEN**

I STOCKHOLMSREGIONEN

# BCF STOCKHOLM

**Ordförande och ansvarig utgivare**  
Pernilla Ulfvengren, tel. 08-6530321  
mobil 070-787 09 06  
pernullaufvengren@indek.kth.se

**Vice ordförande**  
Monique Martin, tel. 018-34 05 57  
mobil 0708-16 77 00  
mm@eurobaby.com

**Sekreterare**  
Karin Mellström, tel. 08-754 34 76  
mobil 070-230 80 02  
karin.mellstrom@karobio.se

**Kassör och VISOMMIST-gruppen**  
Mona Granholm, tel. 08-754 49 27  
mobil 070-487 11 08  
mona.granholm@telia.com

**Familjekontaktgruppen**  
Carina Halfvards, tel. 08-590 71 590  
mobil 073-570 46 49  
carinahalfvards@hotmail.com

**Marknadsgruppen**  
Katarina Paulson, tel. 08-32 22 05  
mobil 070-747 43 05  
katarina.p@gmx.net

**Unga vuxna gruppen**  
Gustaf Laudon, tel. 08-540 240 75  
gustaf.laudon@telia.com

**Familjeekonomiska gruppen**  
Eva Malmström Olsson, tel. 08-646 72 17  
mobil 070-676 72 17  
evamols@hotmail.com

**Gotlandsgruppen**  
Tina Ahlin, tel. 0498-300 73  
mobil 0704-47 79 67  
tinaahlin@telia.com

**Övriga ledamöter**  
Monica Wessman tel. 08-751 14 28  
mobil 070-276 39 34  
monica.wessman@gmail.com  
Annelie Hupe tel. 08-581 741 82  
mobil 0709-66 06 36  
annelie@hupe.se

**Övriga suppleanter**  
Marie Bronner, tel. 08-564 620 00  
mobil 070-717 17 33  
family.bronner@telia.com  
Cecilia Berg, tel. 08-744 45 21  
Maria Larsson, tel. 08-583 51 194

**Föreningens representant i  
Barncancerfondens styrelse**  
Pernilla Ulfvengren (ledamot)  
Cecilia Berg (suppleant)

**Valberedning**  
Anna Levitsky-Dinev, mobil 070-631 68 59  
annalev@hotmail.com

**Redaktionsgruppen Solblänk**  
Maria Hjerpe, mobil 070-428 37 77  
maria.hjerpe@gmail.com  
Frida Axjö-Gelfgren, mobil 0733-70 67 60  
frida@fridasthlm.com

**Barncancerföreningen i Stockholmsregionen**  
Föreningslokal: Bråvallagatan 6  
Postadress: Box 76, 101 21 Stockholm  
Tel: 073-976 15 86  
E-post: barncancerforeningen@yahoo.com  
(stockholm@barncancerfonden.se)  
PG 90 02 90-8, BG 900-2908

## Hej ni fantastiska medlemmar!

Barncancerföreningen i Stockholm har varit mycket aktiv senaste halvåret och det fortsätter så som det ser ut nu. Vi har försett avdelningen på Astrid Lindgrens Barnsjukhus med DVD-spelare, nya myslampor i olika former, barbabappar, fotbollar och jordglober, samt nya fätöljer till patientrummen och många både nya och skänkta filmer i alla genrer. Som nyinsjuknad får man en ryggsgäck för sina favoritsaker man vill ha med sig under sjukhusvistelser. Till detta har vi fixat barbabappa-ryggsgäckar till barnen och sportryggsgäckar till ungdomarna. Det har skänkts många nya böcker till både barn och föräldrar och föräldrarummet har fått en ny kaffemaskin som ska hålla kaffet 'nybryggt längre'.

Jag blir så glad varje gång föreningstelefonen ringer och det är en glädjespridare; en sångare som vill skänka gage och ha en insamling under sitt uppträdande, två killar från England och Nya Zeeland som springer maraton och samlade in pengar under sex veckor på Rödabergsskolan där de jobbar, elevrådet på Edboskolan som har fått veta att en skolkompis har cancer och gör en insamling, en musiklärare som säljer sina noter till förmån för vår förening, konditorn i Täby kyrkby som säljer gårdagens bröd på lördagar och skänker pengarna till oss, listan är lång och rent god.

Styrelsen består i år av tretton personer och vi har en samlad erfarenhet av föreningsarbetet på runt 40 år så det är minsann inga nybörjare. Dessutom har vi ett gäng gotlänningar som engagerat sig lokalt och gjort ett fantastiskt jobb med Kneippbydagen som vi hoppas blir en årlig företeelse. Dessutom planeras Barncancerföreningarnas dag på Kolmården. I höst anordnar VISOMMIST en fridfull helg för oss som mist ett barn i cancer.

Vi har anställt Lotten som mat- och lekinspiratör under sommaren. Lotten besöker avdelningen och gör sånt som personalen en gång hann vid sidan av sitt ordinarie arbete, sprida doften av nybakt, göra milkshakes och fruktbufféer tillsammans med barnen.

Nu har jag hamnat i rävsaxen, ingen nämnd ingen glömd... och får ta till några nämnda några glömda. Jag hoppas att min redogörelse ovan visar på den energi som finns i föreningen.

Det är oerhört svårt att planera verksamheten då man inte vet när nästa glädjespridare ska ringa och därför är ditt medlemskap så viktigt för oss. Tveka inte att sprida budskapet om vår verksamhet och samtidigt om vårt behov av ökat stöd.

Känner du en lokal eller en global företagare, tipsa om företagsmedlemskap! Eller om du har någon idé om sponsring som skulle glädja barnen och närstående, hör av dig! Har du möjlighet att kolla i kassan där du handlar om de vill stödja oss genom att låta oss ställa ut insamlingsbössor? Eller vill du skänka din skärgårdsvilla till oss som ett alternativ till Almers hus på Västkusten? Tveka inte att höra av dig ...

Fortsatt härlig sommar! Pernilla Ulfvengren





Pernilla Ulfvengren och Katarina Paulson i Tyresö centrum

# Barnen i centrum

Text & foto: Maria Hjerpe

Rodamco äger ett flertal olika köpcentra runt om i Stockholm och bjöd under maj och juni in ett antal organisationer med fokus på barn, att vara på plats i deras gallerior under några dagar.

Förutom oss, var bland andra Unicef, BRIS och Rädda Barnen närvarande. Aktuella köpcentra var Bålsta, Eurostop Arlanda, Tyresö, Täby, Solna och Väsby.

Vi hade en monter, där vi informerade om vår verksamhet och ett par gånger under de här dagarna blev vi intervjuade på scenen. Som bonus var Tobbe Trollkarl där och trollband publiken med sina magiska tricks.

Då kampanjen vid tiden för tidningens tryck ännu inte är avslutad, har vi inte fått något resultat från insamlingen. ●



---

## En heldag i Furuviiksparken

Text: Theresia Hagberg

Under Kristi Himmelfärdshelgen besökte vi Furuvik, som ligger söder om Gävle, för första gången. Barncancerfonden hade bjudit in föreningarna från hela landet.

Bilresan från Stockholm tog cirka en och en halv timme och under vår vistelse i parken hade vi tur med vädret, det kom endast några få regndroppar.

Parken är från 1900-talets början och ligger vid havet. Den bjuder på en vacker parkmiljö, nöjesfält, cirkus, kängurupromenad, zoo och sockervadd.

Det var roligt att gå runt och titta på djuren, för nästan alla hade fått tillökning i familjen. Vem kan motstå att klappa ett litet lamm eller en glad killing? Vi hade sett fram emot att hälsa på kängururna men just när vi var inne i deras park var

det matdags, så de var inte ett dugg intresserade av att komma fram till oss. Det blev karusellåkning och en tur i vattentunnorna på fortet. Vi provade lyckan på chokladhjuln utan resultat, så därför satsade vi på 'vinst varje gång' istället och vann en liten apa.

Ett stort tack till Barncancerföreningen Stockholm för en mycket trevlig upplevelsedag. ●

# Fem snabba med Olle Björk

## – ny generalsekreterare för Barncancerfonden

### 1. Vad har du för bakgrund?

Jag är barncancerläkare sedan 30 år – och bonde!

### 2. Varför Barncancerfonden?

Jag vill fortsätta att arbeta med barncancer och jag hoppas att min erfarenhet kan vara till nytta för fonden och för samarbetet med föreningarna.



### 3. Vad innebär ditt jobb?

Jag leder Barncancerfondens arbete och det handlar om att både ha hand om hur medlen kommer in och hur de används. Min största uppgift är att på olika sätt stödja olika barncancerverk-samheter i Sverige, men också internationellt. Vi har gemensamma samnordiska och sameuropeiska projekt som vi driver, för att snabba på utvecklingen och få fram nya behandlingar.

### 4. Hur ser du på fonden och föreningen, hur kan ni fungera parallellt?

Båda är nödvändiga för varandra! Fonden bygger på att det finns ett engagemang i hela Sverige och föreningarna står för det nationella engagemanget som finns i barncancerfrågan.

### 5. Hur ser framtiden ut för fonden?

Jag tror att Barncancerfonden engagerar många, men vi har allt hårdare konkurrens från andra organisationer som också är be-hjärtansvärda. Vi måste arbeta med stor sammanhållning natio-nellt för att kunna klara oss med den konkurrens som finns. ●

---

# Medaljer till minne av Rebecka

Text: Pernilla Ulfvengren

När Rebecka dog våren 2003 famlade jag efter fotfäste. Någonstans dök tanken upp att finna ett uttryckssätt att hedra Rebeckas kamp. Då slog det mig att trots hennes enorma prestation fick hon aldrig någon medalj.

Jag bestämde då att jag skulle springa hem medaljer åt henne. En maratonmedalj för varje månad hon levde efter beskedet att hon inte skulle överleva. Det blev hela 14 månader...

I lördags fick hon sin tredje medalj, Stockholm Marathon 2006 (tidigare Stockholm 2003 och New York 2005).

Förutom att jag hedrar henne under loppet så är det många timmars löpning innan man startar och varje gång orken sviker mig tänker jag på henne och orkar lite till. Löpning är i min mening bättre än all terapi, jag orkar både fysiskt och psykiskt mer, känner mig duktig, får tid att tänka, kan ta i när jag är arg och varje gång jag berättar att jag ska springa maraton berättar jag också varför. Detta gör att Rebecka kommer till tals oftare och jag kan berätta hur fantastisk hon var och hur mycket jag älskar henne. ●





# KOLMÅRDEN BJUDER PÅ ÄNNU EN SAFARI

Aktiviteten har blivit något av en tradition nu när vi ger oss iväg på äventyret för tredje året i rad. Dagen arrangeras för samtliga föreningars medlemmar i samarbete med Kolmårdens pressansvarige, Silvy Bohlin. Vi kan inte nog tacka Kolmården för denna oerhört exklusiva och vansinnigt jättetrevliga aktivitet!

- 2 september** Ingen planerad aktivitet.  
Entrébandet ger fri entré till Kolmårdens samtliga avgiftsbelagda aktiviteter inklusive Tropicariet, samt fri parkering.
- 3 september** Kolmårdens program för Barncancerföreningarna.  
Entrébandet ger fri entré till Kolmårdens samtliga avgiftsbelagda aktiviteter inklusive Tropicariet, samt fri parkering.
- Klockan 9.30** Samling utanför Safariparken
- Hela dagen** Personal i Barnens Lantgård, som hjälper barnen att närma sig djuren, berättar om de olika djurens vanor och egenheter.
- Hela dagen** Wild Camp, barn från åtta år är välkomna.

Dessutom bjuds det på delfinshow exklusivt för våra medlemmar. På entrébiljetten till delfinshowen anordnas ett lotteri efter showen, så håll hårt i biljetten!

Personal i Apariet som informerar om apornas liv, egenheter och livsmönster samt svarar på frågor.

Program med exakta tider delas ut vid ankomsten.

## Logi

För oss som vill komma redan på lördagen har vi ordnat logi på närliggande vandrarhem och stugbyar.

Bokning av dessa platser kommer att vara möjlig från 1 augusti. För att kostnaden för logi ska bli rättvis har vi fördelat den totala summan på samtliga bäddar vilket ger ett pris på mellan 70-85 kronor per säng beroende på hur många anmälningar som kommer in.

Håll utkik efter mer info på vår hemsida (klicka på Stockholm) [www.barncancerforeningen.se](http://www.barncancerforeningen.se).

**VÄL MÖTT PÅ KOLMÅRDEN!**

Monique Martin, Vice Ordförande  
Barncancerföreningen i Stockholmsregionen

# Skriv nu – om det som berör dig!

Många som skriver dagbok säger att det kan kännas skönt att få 'skriva av sig'. Man sorterar i tankar och känslor och sätter ord på det som är jobbigt. Kanske ser man då saker från nya håll. Att man faktiskt kan må bättre av att skriva har också forskningen visat.

'Skriv nu' är ett ungdomsprojekt som nyligen startat med medel från Barncancerfonden, och vi som leder det är forskare i psykologi vid Stockholms universitet. Projektet bygger på en metod som utarbetats av James Pennebaker, professor i psykologi i Texas, USA. Metoden som kallas 'expressivt skrivande', innebär att man under tre dagar, cirka tjugo minuter om dagen, skriver om sådant som är viktigt och berör en själv. Expressivt skrivande skiljer sig från dagboken genom att man inför varje skrivtillfälle får en speciell instruktion. Att skriva på detta sätt kan minska stresssymptom och öka det allmänna välbefinnandet. Det beror antagligen på att man i skrivandet bearbetar och ser sina upplevelser från nya håll. I "Skriv nu" vill vi undersöka om expres-

sivt skrivande kan fungera som stöd för ungdomar som har haft cancer.

Vill du vara med?

Är du mellan sexton och tjugo år och vill vara med i, eller veta mer om, projektet? Om du väljer att vara med i projektet, innebär det att du får instruktioner av oss inför skrivandet och att du skriver helt anonymt.

- Du skriver i cirka tjugo minuter, vid tre tillfällen under en vecka. Efter varje skrivstund får du svara på några frågor om dagens skrivande.

- Efter skrivarveckan skickar du in texterna i ett förfrankerat kuvert.
- En månad senare vill vi intervjua dig för att höra vad du tyckte om skrivandet.

Hör av dig om du vill veta mer, eller om du redan bestämt dig för att vara med. Du kan maila eller ringa till oss:

- Margareta Simonsson-Sarnecki  
Tel 08-16 37 05, 0708-68 21 00  
msi@psychology.su.se
- Ann-Charlotte Smedler  
Tel 08-16 38 72, 0736-80 73 72  
acsr@psychology.su.se



---

## Mat- och lekinspiratör på barnsjukhuset

Text: Maria Hjerpe Foto: Pernilla Ulfvengren



Lotten Eriksson är sedan den 8 maj Mat- och lekinspiratör på avdelning Q84 på Astrid Lindgrens Barnsjukhus. Jobbet innebär bland annat att hålla ordning i föräldraköket och att vara i lekrummet och måla och leka, men framför allt att uppmuntra barnen att själva vara med och baka och laga mat.

–Barnen ska få se maten som någonting roligt och gott, säger Lotten. Det kan vara skönt för dem att själva baka och att få känna lukten av mat, om det så är sockerkaka eller en fiskpinne.

Lotten har en bakgrund som grafisk formgivare och har jobbat mycket på fritids. När tjänsten upphör den 31 juli, flyttar hon till Göteborg och ännu är framtiden inte helt utstakad.

–Jag vill fortsätta med formgivningen, men samtidigt är jag inte främmande för att fortsätta med något liknande som det här. Det ger mig väldigt mycket, rent personligt, och det är skönt att känna att man gör nytta, säger hon. Man kan lära sig så mycket i mötet med barnen. De lever mycket mer i nuet än vuxna! ●



# Välkommen på VISOMMIST-träff

Årets VISOMMIST-helg kommer att hållas  
den 7-8 oktober på Stensnäs i Åkersberga

Anmäl ditt deltagande senast 27 augusti.

Kostnad: 150 kronor per person, syskon gratis.

Anmälan: till Mona Granholm på telefon 070-487 11 08  
eller e-post [mona.granholm@telia.com](mailto:mona.granholm@telia.com).

Betalning till Barncancerföreningen i Stockholmsregionen,  
senast den 27 augusti. Bankgiro 900-2908 eller plusgiro 90 02 90-8.

En förutsättning är att du är medlem i Stockholmsföreningen!

För mer info om Stensnäs, besök [www.stensnas.se](http://www.stensnas.se).

Varmt välkomna!

## VISOMMIST

*Vi är ingen specialistgrupp,  
vi är endast föräldrar som  
själva mist barn i cancer.  
Genom vår egen erfarenhet  
vet vi hur viktigt det är att  
möta människor som bär på  
liknande upplevelser.*

Datum för inplanerade träffar  
med start klockan 19.00 är:

16 augusti

13 september

22 november

Vi håller till i lokalen  
på Brävallagatan 6, portkod 1067,  
vi planerar att sluta cirka 21.00.

Mona Granholm, tel 08-754 49 27  
[mona.granholm@telia.com](mailto:mona.granholm@telia.com)

Tommy Widell, mobil 070-930 45 00  
[tommywidell5@hotmail.com](mailto:tommywidell5@hotmail.com)



## Minnesblad och gratulationskort

**Vill du hedra minnet av en bortgångnen släkting eller vän?**

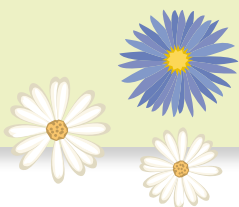
Vi skickar ett minnesblad till närmast anhörig eller till begravningsbyrån. Meddela oss den avlidnes namn och adressen till närmast anhörig.

**Vill du gratulera någon?**

Vi skickar ett gratulationskort med din hälsning på.

**Stöd Barncancerföreningen med ett bidrag**

I båda fallen sätter du in valfritt belopp på vårt plusgiro 900290-8 och tala om vad du vill att det ska stå. Samtidigt så stöder du Barncancerföreningen i Stockholm.



# FAMILJEDAG PÅ KNEIPPBYN!

## 26 AUGUSTI 2006

För familjer med barn som har eller har haft cancer samt  
Barncancerförbundet i Stockholmsregionen (där även Gotland ingår).

Fri entré och åkband till hela familjen  
Sommarland öppet 10-17, vattenland öppet 11-17

Lördag

- Klockan 10.00 är det samling utanför sommar- och vattenlands ingång (vid senare ankomst finns namnlista i kassan)
- Mötesplats på området för lite snack och fika.
- Klockan 18.00 har vi grillkväll. Gotländska hamburgare med tillbehör, läsk och vatten.

Vi hoppas på fint väder och beroende på hur många vi blir ordnar vi underhållning och lekar (kubb, pärk, varpa eller andra gutniska godsaker).

Stockholmare – kom till Gotland!

För er i Stockholm, ta en kortsemester och kom till Gotland!

Exempel på hur resan skulle kunna gå:

- Åk till Gotland med Destination Gotlands snabbfärja fredag klockan 11.00. Säg till vid bokningstillfället att ni deltar i Barncancerförbundets familjedag, så får ni ett rabatterat specialpris på 244 kronor per vuxnen och 140 kronor per barn med ålder 6-18 år, tur och retur.\*
- Fri bussresa till Kneippbyn (strax söder om Visby).
- Inkvartering i stuga/lägenhet på Kneippbyns camping, där ni erhåller 50 procent rabatt på boendet. Säg till vid bokningstillfället att ni deltar i Barncancerförbundets familjedag.
- Lördag 26 augusti Familjedagen på Kneippbyn
- Söndag 27 augusti rundtur till och i Visby eller till Vikingaby och Tofta strand.
- Hemfärd till Nynäshamn klockan 16.00.

Resan och boendet är inte bundet till särskilda avgångar eller dagar, men skall vara i anslutning till lördagen den 26 augusti.

För information om resa och boende:

- [www.kneippbyn.se](http://www.kneippbyn.se) (bokning boende tel 0498-29 61 50)
- [www.destinationgotland.se](http://www.destinationgotland.se) (bokning boende tel 0771-22 33 00)



Anmälan

Anmäl er gör ni till Tina eller Annika:

Tina Ahlin: tel 0498-275135, mobil 0732-000309

Mail: [annexenbygg@telia.com](mailto:annexenbygg@telia.com)

Annika Englund: tel 0498-271944, mobil:0734-169200

Mail: [anneng@tjelvar.org](mailto:anneng@tjelvar.org)

Sista anmälningsdag är söndagen 13 augusti 2006!

\* Priset gäller alla avgångar med de stora snabbfärjorna SF1500. Den lilla färjan SF700 kostar tur och retur 420 kronor för vuxna och 200 kronor för medföljande barn.