



Kræfter til Kræft

Patient og Støtteforening

Nyhedsbrev

NR. 106

JANUAR 2023

SEND OS DIN MAIL ADRESSE

Side 2

Kommende arrangementer:

Indkaldelse til ordinær generalforsamling

Side 3

Tidligere arrangementer

Side 4

Brügger Akupunktur

Side 4

Joyful Choir

Side 5

Udbringning af blomster og julegaver

Side 6

Julegave til Hospice Søholm

Side 7

Event 2024

Side 8

HUSK KONTINGENT 2023 KR. 100,-

Side 9

Vi har brug for jeres mailadresser

Side 10

Hvad har Kræfter til Kræft doneret i 2022

Side 11

Tusinde tak for modtagne gaver

Side 12

Det kærlige måltid

Side 13

De hyggelige sider

Side 14

Adresseliste

Side 16

OBS OBS OBS OBS OBS

**Dette vil være det sidste nyhedsbrev,
der bliver udsendt pr. post.**

Vi vil forsætte med at udsende nyhedsbreve.
De bliver blot udsendt på mail.

**Så det er meget vigtigt, at I sender
jeres e-mail adresse til os på
info@ktkaarhus.dk.**

OBS: Hvis I har skiftet mailadresse -
f.eks. fra stofamail, se mere på side 10.

**Så vil I stadig modtage nyhedsbrevet,
samt andre vigtige informationer fra os, såsom :**

- nye og relevante indsamlinger,
 - nye tiltag,
 - indbydelser til arrangementer,
 - indbydelser til vores store event,
- hvor du / I har mulighed for at få en masse gode informationer og ny viden.

HUSK - SEND OS DIN E-MAIL ADRESSE

info@ktkaarhus.dk

Så kan vi kontakte jer med nyhedsbreve, informationer,
reminder m.m.

KOMMENDE ARRANGEMENTER:

Indkaldelse til Ordinær Generalforsamling

KRÆFTER TIL KRÆFT

Tirsdag den 21. marts 2023 kl. 19.00

i Lokalcenter Møllestiens lokaler, indgang Grønnegade 10, 8000 Århus C

DAGSORDEN:

1. Valg af dirigent
2. Bestyrelsens beretning
3. Fremlæggelse af det reviderede regnskab for år 2022.
4. Fastsættelse af kontingent for år 2024
5. Indkomne forslag
6. Arbejdsprogram for det nye år
7. Valg af bestyrelsesmedlemmer
Følgende fra bestyrelsen er på valg i år:
Birgit Skou Ernstsén
Lone Riis
Annette Kønig
8. Valg af suppleanter
9. Valg af 1 statsaut. revisor / 2 revisorer
10. Eventuelt

Forslag, som ønskes behandlet under punkt 5 og 6, bedes fremsendt inden 6. marts 2023 til formanden:

Birgit Skou Ernstsén

Rosendalvej 33, Stautrup

8260 Viby J

e-mail: bs@kabelmail.dk

I forbindelse med generalforsamlingen er foreningen vært ved et lille traktement, og efterfølgende afholdes amerikansk lotteri.

Med venlig hilsen – og PÅ GENSYN!

Bestyrelsen

Tilmelding til Winnie Ebling tlf. 2175 4820 eller mail: webling@mail.dk
senest 14. marts 2023

TIDLIGERE ARRANGEMENTER:

Torsdag den 6. oktober 2022 havde vi besøg af Mariette Brügger fra Brügger Akupunktur - www.akubrugger.dk. Hvor vi trods meget få fremmødte havde en fantastisk aften.

Mariette gav os en spændende indføring i akupunkturens verden. Hun fortalte, med udgangspunkt i patienthistorier, om hendes arbejde med kræftpatienter, og de bivirkninger under og efter et behandlingsforløb samt de senfølger som mange oplever, og som Mariette med god effekt kan behandle.

Deltagerne blev instrueret i nogle få akupunkturpunkter og fik gennemgået enkle, gode kostråd og en opskrift på en styrkende Brændenælde-drik, og der var masser af tid til individuel snak om de muligheder, der er for behandling i Akupunkturens verden.

Tak til Mariette for en spændende aften.



Korraften

Den 22. november havde Kræfter til Kræft besøg af det
18 mand store kor Joyful Choir.

Vi var ca. 35 tilhørere, som nød de fantastiske sange.

Det var en vidunderlig aften med dejlige sange introduceret af korets
leder, som spillede klaver og blev akkompagneret af to mænd, der
spillede bas og guitar.

Fire sange var fællessange, så tilhørerne fik også lov til at røre deres
røster.

Stor tak til kor, dirigent samt de to musikanter for en skøn oplevelse.



Andre arrangementer:

Vi samarbejder med flere foreninger for at gøre det bedre for
kræftpacienterne.

DBO (Dansk Brystkræft Organisation) har nogle arrangementer i foråret,
f.eks. et om Lymfødeme 7. februar.

Se flere og mere på <https://brystkraeft.dk/kredse/aarhus>

Ligeledes har foreningen Propa (Prostatakræftforeningen)
flere arrangementer

se mere på <https://propa.dk/>

Udbringning af blomster og julegaver

Hvert år slut november afleverer vi julebuketter til alle kræftafdelinger og afdelinger, hvor der er indlagt kræftpatienter på Aarhus Universitets Hospital

Igen i år valgte vi buketter fra Living Flowers, som er buketter, der kan holde ca. 6 måneder.
Her kan I se en af årets buketter



Traditionen tro var vi igen i 2022 ude med julegaver til kræftpatienter, som skulle tilbringe deres jul på hospitalet.

Gaven var i år en æske chokolade, som blev udleveret til kræftafdelingerne den 22. december.

Der var i alt 94 patienter indlagt i år. Alle afdelingerne var glade for vores besøg og takkede for gaverne på patienternes vegne.



JULEGAVE TIL HOSPICE SØHOLM

Hvert år giver vi også en julegave til Hospice Søholm, og i år havde de ønsket sig nogle lammeskind til nogle hyggestole, hvilket vi donerede og håber, at de bringer glæde i hverdagen på Hospice Søholm.



Kræftens Bekæmpelse forventninger til 2023

Kræftens Bekæmpelse forventer sig meget af 2023. Spørger du deres nye forskningschef, professor Mads Melbye, er hans forventning, at året blandt andet vil have fokus på personlig medicin.

Personlig medicin kaldes også skræddersyet behandling eller præcisionsmedicin. Det er en behandling, som er tilpasset den enkelte patient. Der er allerede gjort store fremskridt inden for feltet, men de håber, at det i fremtiden kan føre til et kvantespring inden for behandlingen af kræft.

Personlig medicin er dog kun ét af de fokusområder, forskerne vil arbejde med i 2023. Men uanset hvilket forskningsprojekt, der er tale om, er endemålet at skabe håb, fremskridt og gøre en forskel for kræftpatienter.

EVENT (2024)

I 2022 afholdt vi et stort event med mange virksomheder og foreninger, som gav gode input til kræftpatienter og deres pårørende.

Desværre kom der kun omkring 80 gæster forbi, men de fik til gengæld en masse god viden med sig hjem.

Vi har valgt at lave næste store event i 2024, og vi vil gerne have flere med til at planlægge arrangementet, og ikke mindst få reklameret for det, så vi kan hjælpe endnu flere kræftpatienter og deres pårørende.

Var det noget, som du kunne have lyst til at hjælpe med ?

Vi har brug for alle slags kræfter.

Så kontakt gerne Annette König på
mail: **annette.b.koenig@gmail.com**



HUSK KONTINGENT FOR 2023 - 100 kr.

I dette Nyhedsbrev er indlagt et girokort til indbetaling af kontingent for det nye år.

Der kan indbetales via banken, MobilePay eller kontant i forbindelse med vores generalforsamling.

Banken
Regnr. 1551, Kontonr. 4453166

MobilePay
20419

Som vedtaget på generalforsamlingen i marts 2022 er kontingentet kun 100 kroner, men et ekstra bidrag er naturligvis altid velkomment!

Kontingentet på 100 kr. dækker kun medlemskab for en person. To personer kan naturligvis indbetale sammen, husk bare at anføre begge navne.

Vi vil gerne pointere, at nye medlemmer, som er indmeldt i løbet af november og december 2022 ikke behøver at betale kontingent for indeværende år.

Birgitte

Vi har brug for jeres mailadresser

Bestyrelsen kunne byde velkommen til 30 nye medlemmer i 2022.
Vores medlemstal er på i alt 221 medlemmer
pr. 31. december 2022.

I forbindelse med, at vi går digitalt med vores Nyhedsbrev (kan læses andet sted i dette Nyhedsbrev), vil foreningen meget gerne have jeres mailadresser. Vi har i skrivende stund 98 mailadresser, det svarer til ca. halvdelen af foreningens medlemstal.

En gennemgang af mailadresser viser, at der er Stofanet mailadresser i blandt, så hvis du har været medlem af Aarhus Antenneforening, så har du måske fået en ny mailadresse.

En opfordring er, at I alle sammen meget gerne må skrive jeres mailadresse til **info@ktkaarhus.dk** eller som jeres besked ved betalingen af kontingentet, hvis I ønsker vores Nyhedsbrev tilsendt fremadrettet.

Har du nogle familiemedlemmer, gode venner eller veninder, som du tror vil være en del af foreningen så tag dem med til et af vores arrangementer og få dem meldt ind i foreningen – eller skriv på **info@ktkaarhus.dk** eller ved at ringe til en fra bestyrelsen, eller gå på **www.ktkaarhus.dk** og blive meldt ind.

Kræfter til Kræft kan altid bruge nye medlemmer.

På forhånd tak!
Birgitte

Hvad blev der doneret i 2022 ?

Efter vi i Danmark har været lukket ned i et par år med epidemien Covid-19, er der åbnet op i landet igen. Det har nu ikke smittet af på de helt store donationer i årets løb, men lidt er der doneret.

- I forbindelse med etablering af Sansehaven ved Strandbakkehuset, Børne og Ungehospice og Hospice Djursland, har Kræfter til Kræft doneret hængekøjebede med skovstammer i corteenstål, med slyngplanter og bundplanter. Ligeledes har vi doneret penge til flytning af en eksisterende granitløve udformet af Billedhugger Claus Ørntoft, som skulle have en ny plads i Sansehaven.

- I foråret blev det også til grøn forskønnelse af fællesområder på Kræftafdelingens to sengeafsnit på Aarhus Universitetshospital. Indkøb af flere store plantekasser på hjul, tilplantet med kunstige, og dermed ikke pasningskrævende grønne planter. Altanen, som er knyttet til afdelingerne, har fået et grønt pust med flere krukker, fyldt med skønne kunstige græsser, som heller ikke kræver meget pasning.

Foreningen fik afleveret 19 julebuketter fra Living Flowers. Living Flowers gør det i bæredygtige håndbundne buketter af høj kvalitet. Buketterne har en holdbarhed på min. 6 måneder således, at Universitetshospital i Skejby, sengeafsnit 1 og 2 og Brystscreeningen i Aarhus og Horsens har glæde af julebuketten langt ind i 2023.

Julegaven til Hospice Søholm var i år to lækre lammeskind.

Traditionen tro blev der også i år afleveret julegaver i form af dejlige chokoladeæsker til indlagte kræftpatienter i julen. I år var der flere indlagte end der har været de seneste mange år, ialt 94. Vi håber, at de alle fik en dejlig jul.

TUSINDE TAK

for modtagne gaver og tak for et godt samarbejde

Bestyrelsen for KRÆFTER TIL KRÆFT siger mange tusinde tak til alle, der i år 2022 har støttet vores forening.

Der skal specielt lyde en stor tak til de af vores medlemmer, som også har sendt foreningen en pengegave.

En varm tak til for et godt samarbejde med Aarhus Universitetshospital, Skejby, Brystscreeningen i Aarhus og Horsens.

Ligeledes en varm tak for et godt samarbejde med Hospice Djursland og Hospice Søholm.

GODT NYTÅR



**KOM TIL
GENERALFORSAMLINGEN
OG FÅ MULIGHED FOR AT VINDE
KOGEBOGEN
PÅ NÆSTE SIDE**

Det Kærlige Måltid



Et måltid mad er meget mere end kulhydrater og kalorier. Mad er kærlig omsorg, samvær og fællesskab”.

Derfor går unge frivillige hver uge i køkkenet hos Det Kærlige Måltid for at tilberede indbydende, farverige og nærende måltider til sygdomsramte familier. Hver uge leveres fire hovedmåltider, en nærende suppe - og hver anden uge også en dessert - til døren hos modtagerne sammen med et håndskrevet kort fra de unge, som har lavet og pakket maden.

Siden organisationen blev stiftet i 2019, er der bragt 50.000 måltider ud til medborgere, der er ramt af akut livstruende sygdom eller traume, og som derfor mangler energi og overskud til selv at lave lækker og nærende mad.

Det Kærlige Måltid giver samtidig de unge frivillige muligheden for at være en del af et værdifuldt fællesskab, at få nye køkkenkompetencer og at opleve glæden ved at hjælpe andre. De unge frivillige er en blanding af ressourcestærke og sårbare unge.

Med støtte fra Betaniaforeningen i Danmark udgav Det Kærlige Måltid i 2022 en kokebog på Politikens Forlag. Overskuddet fra salget af kokebogen går ubeskåret til Det Kærlige Måltids indsats.

Kokebogen indeholder de bedste opskrifter fra Det Kærlige Måltid samt lækre opskrifter af nogle af Danmarks mest kendte kokebogsforfattere: Anne Hjernøe, Kirsten Skaarup, Claus Dalby, Ditte Ingemann, Anette Harbech Olesen og Tobias Hamann. Kokebogen koster 249,95 kr., og kan købes i Bog&Ide.





Gulerodssuppe

Ingredienser

Smør 15 g
Gulerødder i grove stykker
(ca. 400 g)
9 stk Grofthakket zittauerløg
(ca. 75 g)
1 Grøntsagsbouillon 1 liter
flødeost naturel 25%
100 g Groft salt
1 tsk
Friskkværnet peber
Pynt
Fintklippet purløg



Gulerodssuppe

1. Lad smørret blive gyldent i en tykbundet gryde.
2. Svits gulerødder og løg i ca. 1 min.
3. Tilsæt bouillon og lad suppen koge ved svag varme og under låg i ca. ½ time - til gulerødderne er møre.
4. Blend suppen med osten.
5. Tilsæt salt og peber og smag til.

Pynt med purløg og server straks med groft brød.

Salat med blomkål og rejer

Ingredienser

Vand 1½ liter

Groft salt 1½ tsk

Skrubbede små kartofler i halve 400 g

Blomkål i små buketter 700 g

Pillede, kogte rejer 400 g

Blancherede slikærter 125 g

Ristede sesamfrø 1 spsk

Brøndkarse i buketter 2 dl

Citron (usprøjtet) i både 1 stk.

Bring vand tilsat salt i kog i en gryde.

Kom kartoflerne i og kog dem ved svag varme og under låg i ca. 12 min.

Tilsæt blomkål og kog i yderligere ca. 2 min.

Hæld vandet fra kartofler og blomkål.

Dup rejerne tørre.

Flæk ærterne på langs.

Anret de lune kartofler og blomkålsbuketter, rejer og ærter i 4 dybe tallerkener.

Hæld evt. lidt dressing efter egen smag over, drys med sesamfrø og pynt med brøndkarse og citron.

KRÆFTER TIL KRÆFT ADRESSELISTE

**Formand:**

Birgit Skou Ernstsen

Tlf. 30 33 77 44

**Næstformand:**

Winnie Ebling

Tlf. 21 75 48 20

**Sekretær:**

Kitty Mogensen

Tlf. 23 47 19 46

**Kasserer:**

Birgitte S. Lundberg

Tlf. 20 29 35 79



Hanne Basse

Tlf. 23 68 51 57



Annette Kønig

Tlf. 20 48 84 99

**2. Sekretær**

Lone Riis

Tlf. 21 27 70 19

Suppleanter: Anne Marie Mathiesen og Kajsa Laila Carlsen

Nyhedsbrevet udkommer 2 gange årligt
READAKTION OG LAYOUT
Birgit Skou Ernstsen

www.ktkaarhus.dk

e-mail: info@ktkaarhus.dk

Reg. nr. 1551 Kontonr. 4453166

Mobilepay 20419