



Kræfter til Kræft

Patient og Støtteforening

NR. 85

Nyhedsbrev

AUGUST 2012

Kommende arrangementer	Side 2
Hvorfor kede sig i ihjel, når man kan dø af grin sammen med andre.	Side 2
Jule Bankospil	Side 3
Donation til D7	Side 4
Hospice Søholm	Side 5
Stort indtag af kød øger risikoen for at dø tidligere	Side 6
Kræftforskere i gennembrud	Side 6
Opskrifter	Side 7
Vitamin suppe	Side 7
Grovflute	Side 7

KOMMENDE ARRANGEMENTER:



Nyt super foredrag på programmet.

Hvorfor kede sig ihjel alene? når du kan dø af grin sammen med andre!!!

Hvad er humor – kan man købe den på tilbud?

Er livet noget at grine af?

Hvad kan vi gøre for at få det lidt sjovere?

Få fod på dit liv med hele hovedet!!

Annemarie Hessellund Beanland

vil komme med bud på ovenstående,

så glæd dig til en super dejlig aften.

Tirsdag den 18. september kl. 19.30

Sted: Lokalcentret Møllestien,
Indgang Grønnegade 10, 8000 Århus C.

Gratis for medlemmer

Ikke medlemmer 75,- kr.

ÆNDRING AF ARRANGEMENT I SEPTEMBER.

Pga. sygdom er Præsten og krokroen afløst og
ændret til ovenstående foredrag.



JULE-BANKO

Tirsdag den 6. november kl. 19

Sted: Lokalcenter Møllestien, Grønnegade 10,
Gratis Parkering i p-kælderen.

Vi gentager den store succes fra de sidste år med en rigtig hyggelig og sjov aften med bankospil for vores medlemmer.

Vi vil byde på lidt godt til ganen i løbet af aftenen, hvor der vil være mulighed for at vinde nogle gode ting.

Så der bliver rigeligt at spille om i løbet af aftenen, hvor vi alle har mulighed for at komme i julehumør og have en rigtig hyggelig aften sammen.

Ta' gerne naboen eller venner med. Alle er velkomne.
Medlemmer medbringer en lille gave til max 25,- kr.
Ikke medlemmer betaler 50,- kr. og medbringer en lille gave til max. 25,- kr.

Alle får udleveret 1 plade og der kan købes ekstra plader for 5,- kr. pr. stk.



Vi glæder os til at se rigtig mange medlemmer



Donation

I maj mdr fik vi en ansøgning fra onkologisk afd D7-amb bygn. ang blomster/planter og blade.

Der var tale om blade som tilgodeser en bred gruppe .

Det er Hjemmet, Familiejournalen, Boligliv og Illustreret videnskab samt National geografic

De skriver at de ønsker en god oplevelse for patienter og pårørende, da ventetiden godt kan føles temmelig lang det kender vi sikkert alle

Bestyrelsen blev enige om at det var en god investering, og bladene ligger allerede på afd. D7 til gavn for patienterne.



Hospice Søholm

Hospice Søholm flytter til september 2012 til nye rammer, hvor adressen bliver Bispevej 68, Stavtrup 8260 Viby.

Adressen ligger blot et stenkast fra vores nuværende hospice. De nye rammer bliver cirka 2200 kvm stort og indrettet med stuer på 44 kvm.

Stuerne er organiseret omkring to atriumgårde, som er forbundet ved en mellembygning - indrettet med ankomst og foyer.

Mod atriumgårdene findes fordelingsarealer og wellness rum samt gæsteværelser, fælles opholdsrum og pårørendekøkken.

Alle stuer er med overdækket terrasse.

Bygherre er Aarhus Kommune og arkitekterne bag er Sahl Arkitekter. Hospice Søholm er en selvejende institution med driftsoverenskomst med Region Midtjylland, hvorfor vi er et af flere tilbud, som Region Midtjylland har til mennesker med en livstruende sygdom samt deres pårørende.

Formålet med et ophold på Hospice Søholm er at give den enkelte patient en optimal symptomlindring og være med til at skabe mulighed for livskvalitet, hvor der er plads til at leve livet, og der er ro og rum til en værdig afslutning.

Omsorgen gælder også de pårørende.

Med de nye rammer kan vi dermed tilbyde vores patienter og pårørende tidssvarende omgivelser under deres ophold hos os.

Den 16. september kl 13 – 17 holder vi Åbent Hus.

Med venlig hilsen

Anne Marie Mathiesen

Hospicechef

www.hospice-soeholm.dk

Stort indtag af kød øger risikoen for at dø tidligere

Der er højere risiko for at dø tidligere og for at dø af både kræft og hjertekarsygdomme, hvis man spiser store mængder rødt og forarbejdet kød. Det viser en amerikansk undersøgelse, der bygger på to store befolkningsundersøgelser med flere end 120.000 deltagende amerikanere. Ifølge undersøgelsen stiger dødeligheden med 13 procent for hver ekstra portion rødt kød, der bliver spist om dagen. Det tilsvarende tal for forarbejdet kød er 20 procent.

Vi anbefaler at begrænse indtaget af rødt kød og hvis muligt helt at undgå at spise forarbejdet kød. En mulighed er i højere grad at vælge fisk eller fjerkræ til. Fisk og fjerkræ er nemlig ikke sat i forbindelse med øget risiko for kræft, siger post.doc Rikke Egeberg fra Kræftens Bekæmpelse.

Mere præcist bliver det anbefalet, at man spiser mindre end 500 g om ugen af rødt og forarbejdet kød.

Kræftforskere i gennembrud

Danske kræftforskere har fået et bemærkelsesværdigt gennembrud, som kan få stor betydning for både diagnoser og behandling af kræftpatienter i fremtiden.

Mens kræftforskere verden over i årtier har forsøgt at finde svar på, hvorfor raske celler pludselig muterer og udvikler sig til kræft, er det lykkedes for et dansk forskerteam at afsløre en mekanisme, der styrer cellernes alarmsystem og koordinerer og reparerer beskadiget dna korrekt og rettidigt.

”Opdagelsen revolutionerer vores hidtidige forståelse af de molekylære mekanismer, som forbindes med reparation af dna,” siger lederen af forskningsteamet, Jiri Lukas.

Forskerne håber, at opdagelsen kan forbedre mulighederne for at diagnosticere kræft og forudsige kræftpatienters reaktion på f.eks. kemobehandling.

Fra JP 11/8-12

Opskrifter

som kan gøre hverdagen dejligere.



Vitaminsuppe – Tomat/Rodfrugtsuppe:

- ½ knoldselleri
- 1 persillerod
- 1 pastinak
- 1 porre
- 2 gulerødder
- 1 rød peberfrugt
- 1 fed hvidløg
- 1 tsk. Koriander
- 2 laurbærblade
- 1 spsk. hele peberkorn
- 2 dåser flåede tomater eller 1 fl.øko-mosedede tomater

Alt skæres i grove stykker, ristes let i olivenolie. Hæld vand på, så det dækker. Kog alt mørt og blend suppen og smag til med salt, peber og evt.lidt sukker. Spæd evt.med lidt vand

Grovflutes:

- ½ liter vand
- ¾ dl. olie
- 1 spsk. salt
- 40 gr. gær
- 110 gr. knækkede hvedekerner
- 300 gr. sigtemel
- ½ kg. hvedemel

Hvedekernerne bringes til kogepunktet i det halve af vandet. Herefter slukkes for varmen og kernerne står i vandet til blandingen er lunken. Varm det sidste af vandet sammen med olien og tilsæt salt. Gæren opløses heri og hvedekernerne med vandet røres i. Ælt dejen med melet og stil den til hævnings. Lad den hæve til dobbelt størrelse. Del derefter dejen i 2 dele, som trilles til flutes. Sættes atter til hævnings ca.20 minutter. Skær skrånit på overfladen og bag dem ved 210 grader

KRÆFTER TIL KRÆFT ADRESSELISTE

Formand:

Jonni de Linde
Engdalsvej 105
8220 Brabrand Tlf. 86 15 35 21

Næstformand:

Lis Sponholtz
Søndergade 22
8464 Galten Tlf. 86 94 72 20

Sekretær:

Kitty Mogensen
Hybenhaven 17
8520 Lystrup Tlf. 86 98 80 03

Kasserer:

Birgitte S. Lundberg
Rosendalvej 27, Stavtrup
8260 Viby J Tlf. 86 28 65 57

Birgit Skou Ernstsen
Rosendalvej 33, Stavtrup
8260 Viby J Tlf. 87 380 460

Inga Børsting Pedersen
Espedalen 15
8240 Risskov Tlf. 86 21 02 50

Else Mellergaard
Hvedemarken 23
8520 Lystrup Tlf. 86 22 32 46

Suppleanter:

Carlo Braüner, Lene Mørk Thomsen, Edward Phillip Jørgensen

www.ktkaarhus.dk

e-mail: info@ktkaarhus.dk

Reg. nr. 1551 Kontonr. 4453166

Nyhedsbrevet udkommer januar, maj og september, hvis vi har materiale nok tiludsendelse

READAKTION OG LAYOUT

Birgit Skou Ernstsen