



**8:e
November
Kraftens Dag
i
Kraftens Hus**

Kraftens Dag i Kraftens Hus!

– En mötesplats för cancerdrabbade, närstående och föreningar

Har du känt att vården ofta pratar om dig – men sällan med dig?

Du som levt nära cancer, som patient, anhörig eller vän, vet hur mycket som aldrig blir sagt. På Kraftens Dag vänder vi på perspektivet. Här är det din erfarenhet, dina idéer och din röst som spelar roll. En dag för att hämta kraft, få nya insikter och upptäcka hur just du kan vara med och skapa förändring för andra.

En dag fylld av inspiration och nya möten

På förmiddagen möter du Hanna Rafstedt, sjuksköterska och regional samordnare som arbetar med att utveckla Min vårdplan och kontaktsjuksköterskans roll i cancervården. Hon visar hur "Min vårdplan" gör vården mer personlig och ger dig bättre kontroll över din resa. Det handlar om att ha en tydlig plan, en trygg kontaktperson och framför allt känslan av att aldrig behöva stå ensam.

Mitt på dagen öppnar vi upp för mingel och gemenskap. Här kan du möta patientföreningar, knyta nya kontakter och kanske upptäcka en tillhörighet du inte visste att du sökte. Vi lovar: inga tråkiga broschyrer – bara människor som vill något mer. Och självklart finns det något att äta på.

Efter lunchen tar Anna Karin Axzell Nymark plats på scenen. Anna Karin är ekonom, diplomerad coach och symbolpedagog med över trettio års erfarenhet av att leda förändringsarbete med människan i centrum. Hon talar om mening, mod och kraft – och hur vi kan hitta vägar att leva fullt ut även när livet skakar. Hennes föreläsning är en påminnelse om att vi alla kan bidra, och att varje litet steg faktiskt räknas.

Under hela dagen står också en idé tavla redo. Där kan du skriva ner vad du saknat i vården eller vad som hjälpt dig mest. Dina ord kan bli viktiga pusselbitar för framtiden – och skapa förändring för andra.

Kanske hittar du en förening att engagera dig i – eller så blir du nyfiken på PNR, patientrådet, som gör skillnad i vården varje dag. Vi behöver nya röster, nya idéer och människor som vill vara med och driva förändring framåt.



8:e
November
Kraftens Dag
i
Kraftens Hus



Agenda

- 10.00 – 10.30** Dörrarna öppnas – välkommen in!
- 10.30 – 10.40** Kraftens Hus hälsar välkomna
- 10.40 – 11.00** **PNR** – Patientrådet presenterar sig och sin verksamhet
- 11.00 – 12.00** **Hanna Rafstedt** *Min vårdplan – en mer personlig och trygg vård*
- 12.00 – 13.30** Lunch & mötesplats. Patientföreningarna presenterar sig och bjuder in till samtal
- 13.30 – 14.30** **Anna Karin Axzell Nymark** *Mening, mod och gemenskap – att hitta kraft när livet skakar*
- 14.30 – 14.50** **PNR** – Reflektioner och hur du kan engagera dig i PNR
- 14.50 – 15.00** Kraftens Hus rundar av dagen

PNR – Patient- och Närståenderådet är ett självständigt råd inom RCC Stockholm Gotland med uppdrag att lyfta fram patienters, närståendes och efterlevandes perspektiv i cancervården. Rådet består av ledamöter med egen erfarenhet av cancer, som patient eller närstående, och representerar en mångfald av åldrar, bakgrunder och erfarenheter. PNR arbetar strategiskt med övergripande frågor för att stärka en jämlik och personcentrerad cancervård, inte med enskilda ärenden.

Genom arbetsgrupper, remissarbete och dialog med RCC:s ledning bidrar rådet med analyser, förbättringsförslag och stöd i utvecklingen av cancervården. PNR driver också projekt och uppdrag där patienters och närståendes kunskap blir en del av vårdens beslutsprocesser. Målet är att skapa delaktighet, inflytande och en cancervård som utgår från dem som faktiskt berörs mest.

Platserna är begränsade, så boka din redan idag. Gör din lördag till något mer – kom till Kraftens Dag och låt din erfarenhet bli till kraft för andra.

Datum: 8 november 2025 – Anmäl Dig senast den 5:e november
Tid: 10:00-15:30
Plats: Kraftens hus Stockholm, Hantverkargatan 45G
Kostnad: Kostnadsfritt vid anmälan
Anmälan: Du kan anmäla Dig till hela dagen eller bara förmiddagen eller eftermiddagen. Skanna streckkoden eller gå in på sidan:
<https://link.webropolsurveys.com/S/A9A4CBF108EAB429>

