

**CANCER
REHAB
FONDEN**

CANCER REHAB RAPPORTEN



Många regioner nobbar rehabmetoden som patienterna prisar

NY CANCERSTRATEGI UTAN LÖSNINGAR | LIBA BRÖD BAKAR FÖR LIVET
MARTIN BERÄTTAR: »MINNENA FRÅN REHABVECKAN LEVER KVAR«



4 Pia Bothén Watkinson, generalsekreterare, har ordet.



6 CancerRehabFondens rehabprogram



8 Nyheterna som ska ge bättre vård

Tills politikerna lyssnar behöver vi bli ännu bättre	4
Generalsekreterare Pia Bothén Watkinson har ordet	
CancerRehabFondens rehabprogram	6
Så kan en rehabvecka se ut	
Kvalitetsstämpel och specialisering ska ge bättre vård	8
Årets nyheter	
Ny cancerstrategi utan lösningar	10
Regionerna behåller ansvaret för cancerrehabiliteringen	
Många regioner nobbar rehabmetoden som patienterna prisar	12
Varför behövs egentligen CancerRehabFonden?	
Hela vårdkedjan måste bidra till att hjälpa patienter tillbaka till livet	13
Tre frågor till Caroline Salmén, ny styrelseledamot	
Stiftelsen Bertil Strömberg om sitt stöd	14
Intervju med Torbjörn Arnér, ordförande	
Liba Bröd bakar för livet	15
Intervju med Elias Fadel, vd	
»Rehabveckan var proffsig och bra rakt igenom«	16
Ingela Wall, cancerdrabbad, berättar	
»Minnena från rehabveckan lever kvar«	17
Martin Lindhe, cancerdrabbad, berättar	
Källförteckning	18

INNEHÅLL

2025

12

Många regioner nobbar
rehabmetoden som
patienterna prisar

15

Liba Bröd bakar för livet

17

Husse Martin
Lindhe om rehab-
veckans positiva
effekter

PIA BOTHÉN WATKINSON, GENERALSEKRETERARE CANCERREHABFONDEN:

Tills politikerna lyssnar behöver vi bli ännu bättre

Med nya lagar och statsbidrag måste regionerna förmås att ta det ansvar som egentligen redan är deras.



JAG ÄR PRIVILIGIERAD genom att ha ett jobb som ofta ger mig positiv feedback. De patienter som CancerRehabFonden kan erbjuda stöd uttrycker ofta en stor, rörande tacksamhet. Ett enda sådant samtal kan ge mig ny energi som räcker i dagar.

JUST FÖR ATT jag vet att de pengar vi samlar in gör så mycket nytta, är det ett annat privilegium i jobbet att kunna följa hur gåvor och donationer fortsätter att komma in. De senaste åren har inte varit enkla för en samlingsorganisation av vår typ – pandemin omöjliggjorde de företagsbesök som tidigare ofta resulterat i donationer och kriget i Ukraina tar av naturliga skäl en stor del av de pengar människor är redo att skänka – men trots allt har vi kunnat hålla volymen uppe.

EFTERFRÅGAN på den typ av rehabilitering vi erbjuder ökar. Vi fortsätter att göra vårt bästa för att kunna ta emot så många som möjligt.

VI FORTSÄTTER också att ge ut CancerRehabRapporten. Den är ett bra sätt att berätta om vad vi gör. En av artiklarna i årets rapport handlar om paradoxen att vi fortsätter att kämpa på med insamlingar och rehabveckor men att vi samtidigt har åsikten att vi egentligen borde läggas ner – eftersom det vi gör borde finansieras som annan vård, alltså ytterst av alla oss skattebetalare.

PÅ DET POLITISKA planet går det trögt att få gehör. Eftersom vi tycker att regionerna inte tagit sitt ansvar på cancerrehabområdet har vi länge velat se ett större statligt engagemang. Vi hade hoppats på en öppning i det förslag till förnyad cancerstrategi som presenterades i vintras. När den inte kom satte vi vårt hopp till en statlig utredning med det lovande namnet »Vårdansvarskommittén«. Den kom i början av juni och föreslog ökad statlig inblandning i vården på några områden, men tyvärr inte i fråga om rehabilitering.

DET ÄR BARA ATT KÄMPA VIDARE. Regeringen måste visa ledarskap: med nya lagar och statsbidrag måste regionerna förmås att ta det ansvar som egentligen redan åvilar dem. Och tills politikerna lyssnar måste vi i CancerRehabFonden bli ännu bättre. Efterfrågan på den rehabilitering vi erbjuder växer ju hela tiden.

TILL SIST: CancerRehabRapporten är en viktig del av vårt arbete med att lyfta det ökade behovet av cancerrehabilitering. Ett mycket varmt tack till alla medverkande i årets rapport och ett särskilt tack till Martin och Ingela som berättar om sina erfarenheter som patienter och vad deltagandet på rehabveckan betydde för dem.

Hoppas att läsningen ger nya insikter och ny inspiration!



Pia Bothén Watkinson
Generalsekreterare

CancerRehabFondens rehabprogram

Vägen tillbaka efter en cancerbehandling kan vara tung och många behöver stöd, men samhällets resurser räcker inte alltid till. Därför har CancerRehabFonden erbjudit cancerdrabbade professionell rehabilitering i över 40 år.

Att genomgå en cancerbehandling innebär en stor påfrestning för både kropp och psyke. Behandlingen kan leda till biverkningar som fatigue (extrem trötthet), smärta och nervskador. Psykologiska följdtilstånd som ångest och en rädsla för återfall är också vanliga. Det kan vara svårt att komma tillbaka till en fungerande vardag.

Professionellt stöd under rehabveckan

CancerRehabFonden erbjuder fem dagars rehabprogram, som är kostnadsfria för deltagarna. Rehabprogrammen leds av erfarna och legitimerade psykologer, terapeuter, dietister och yogainstruktörer. Målet är att deltagarna ska få med sig verktyg och metoder hem som hjälper dem att hantera sin livssituation.

Viktigt att få möta andra drabbade

De utvärderingsenkäter som deltagarna får svara på visar hur viktigt det är att

möta andra drabbade och att kunna dela erfarenheter under professionell handledning. Det är ofta både efterlängtat, stärkande och en av de viktigaste delarna av rehabveckan. Deltagarna uppskattar också samtalen med psykolog eller terapeut. Utvärderingarna visar även att närheten till natur har spelat stor roll för deltagarnas mående och att de tar med sig ny kunskap om kost och fysisk aktivitet in i sitt vardagsliv efter rehabveckan.

Erfarna rehabutförare och expertkunskap

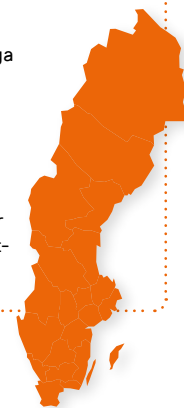
CancerRehabFonden samarbetar med flera erfarna rehabutförare som genomför våra program på olika orter i landet. Rehabprogrammen utgår från det nationella vårdprogram för cancerrehabilitering som tagits fram av Regionala cancercentrum i samverkan. Utifrån det har riktlinjer utarbetats kring kostråd, motion, samtal och information.

CancerRehabFonden samarbetar med flera rehabutförare som genomför våra rehabiliteringsprogram på olika orter i landet.

- Rehabcenter Mösseberg, Falköping
- Lydiagården, Höör
- Medlefors, Skellefteå
- Foodpower, Stockholm
- Foodpower, Uppsala
- Foodpower, Degeberga

5

Cancerrehabveckan är fem dagar lång och kostnadsfri för deltagarna.



Dagarna på rehabveckan innehåller:



Samtal i grupp. Vi vet hur viktigt det är att få träffa och prata med andra cancerdrabbade, som alla delar liknande erfarenheter.



Mindfulness. Deltagarna får stöd med att på olika sätt hantera de ofta svåra känslor som kommer efter att den medicinska behandlingen har avslutats.



Fysisk aktivitet. Att röra på sig har stor effekt för välmåendet. Fysisk aktivitet som stavgång, vattengymnastik och yoga kan vara en start.



Kostråd. Kosten har stor betydelse för den som genomgått cancerbehandling. Deltagarna får med sig inspiration till att laga mat som både smakar och gör gott.



1772

Hela 1772 cancerdrabbade sökte till de rehab-program vi genomförde förra året. Av dessa kunde vi erbjuda plats till 336 personer. Med mer resurser kan vi hjälpa fler.

Kvalitetsstämpel och specialisering ska ge bättre vård

Ny europeisk kvalitetsstämpel för svenska universitetssjukhus och ny satsning på specialiserad cancerrehabilitering. Det är några av årets nyheter.

CCC

= Comprehensive Cancer Center



Kvalitetsstämpeln CCC ska vässa vård och forskning

FLERA SVENSKA UNIVERSITET med tillhörande universitetssjukhus kan numera kalla sig »Comprehensive Cancer Center«, CCC. Det innebär att de uppfyller höga kvalitetskrav som ställs upp av Organisation of European Cancer Institutes. Efter en utvärdering har de blivit ackrediterade att kalla sig CCC. I Sverige finns nu fem CCC (Karolinska i Stockholm, Lund, Göteborg, Linköping och Uppsala) och ett sjätte (Umeå) har ambitionen att bli godkänd.

KORT KAN MAN SÄGA att man får ackreditering om man har en samlad

cancervård med högspecialiserad kompetens, där forskning och vård samarbetar nära. Skillnaden mot tidigare är förmodligen marginell, men det anses att strävan att nå godkännande inneburit att man ytterligare vässat sina kvalitetsambitioner. I sina måldokument nämner samtliga svenska CCC att de också ska arbeta med rehabiliteringsfasen av cancersjukdom.

EN ANNAN VIKTIG förkortning på cancerområdet, som funnits i några år, är RCC, Regionalt Cancercentrum. Även sådana finns det sex av. Namnet

tillkom när de flesta regioner fortfarande hette landsting och »region« stod för samarbete mellan flera landsting. RCC (med ett nationellt paraply kallat RCC i Samverkan) är alltså ett sätt för regioner i samma del av Sverige att söka samverkan, exempelvis för mer rationellt resursutnyttjande.

ALLA AKTÖRER är överens om att nära samarbete mellan RCC och CCC är önskvärt och strukturer för att främja det har också etablerats.

Aleris öppnar cancerrehabilitering i Solna

PRIVATÄGDA ALERIS har öppnat vad de kallar en »rehabiliteringsstation« i Frösunda i Solna, en bit norr om Stockholm. Anläggningen ligger på ett tidigare regementsområde och rymmer därför delvis i fint upprustade kaserner och invigdes i februari 2025 i närvaro av bland andra sjukvårdsregionrådet Talla Alkurdi (S) och CancerRehabFondens generalsekreterare Pia Bothén Watkinson.

VERKSAMHETEN OMFATTAR olika typer av rehabilitering, däribland en med särskild inriktning på inbegripande rehab för patienter som haft cancer.

Grunden är ett avtal med Region Stockholm inom ramen för det som kallas »Vårdvalet«. Aleris får dock bara betalt för de patienter som verkligen remitteras och efter de första månaderna är det bara ett tiotal cancerpatienter.

AVSIKTEN MED VERKSAMHETEN är att erbjuda det man kallar specialiserad cancerrehabilitering för att ge »fysisk, psykisk och existentiell återhämtning.« Men då detta skrivs sommaren 2025 har som sagt antalet patienter som remitterats från Region Stockholm varit få.



Invigning av Aleris rehabiliteringsstation i Solna. Pia Bothén Watkinson, Talla Alkurdi och Sara Degerman Carlsson klipper bandet.



Ny cancerstrategi utan lösningar

Trots de omvittnade bristerna i regionernas sätt att sköta rehabiliteringen av cancerpatienter tycks kraven på ett ökat statligt ansvar klinga ohörda.

Varken i underlagsrapporten inför en uppdaterad cancerstrategi eller i utredningen om förstatligande av sjukvården finns förslag om ändrad ansvarsfördelning på rehabområdet.

»Jag är besviken på patienternas vägnar«, säger Pia Bothén Watkinson, generalsekreterare på CancerRehabFonden.

Professor Mef Nilbert, som intervjuades i förra årets CancerRehabRapport, har haft regeringens uppdrag att förnya Sveriges strategi på cancerområdet från 2009. Hennes rapport överlämnades i slutet av 2024.

CancerRehabFonden inbjöds att kommentera rapporten i ett remissvar. I svaret ges beröm för att rapporten inte döljer eller tonar ner de uppenbara problem som finns i fråga om rehabilitering. Bland annat berör rapporten följande problem:

- Brist på resurser
- Brist på information till patienterna
- Oklara ansvarsförhållanden
- Otillräcklig kvalitetsuppföljning
- Brister i IT-system som försvårar smidigt samarbete mellan vårdaktörer

Otydligt ansvar

Några citat ur rapporten, kallad »Bättre tillsammans«, kan återges för att illustrera att insikten om bristerna finns och att problemen är dokumenterade:

»I jämförelse med flera andra sjukdomstillstånd där rehabiliteringsbehov är vanligt förekommande, till exempel stroke, är rehabilitering vid cancersjukdom i lägre utsträckning integrerat i hälso- och sjukvården. I andra sjukdoms-



grupper finns tydliga rutiner för när patienten ska bedömas av specialutbildad rehabiliteringsprofession.»

»I utredningens dialoger framkommer att det kan vara svårt att överblicka aktuella utbud (av rehabresurser).«

»Möjligheten att utvärdera olika rehabinsatser är små genom att de praktiskt taget aldrig rapporteras till nationella kvalitetsregister.«

»Ansvaret för rehabiliteringen av patienter med cancer är otydligt, när och av vem som rehabilitering ska initieras, bedrivs och följas upp.«

»Vårdprogrammet för cancerrehabilitering beskriver omfattande insatser i relation till vad som i praktiken erbjuds och genomförs.«

Besvikelse över bristen på förslag

Men just för att problemen redovisats så tydligt blir, enligt CancerRehabFonden, besvikelsen desto större när konkreta förslag till förbättringar saknas.

Organisationen skriver i sitt svar:

»Trots att antalet canceröverlevare nu med råge överstiger en halv miljon människor ägnas de ganska förstrött intresse. Cancervård i Sverige är akutinsatser – cellgifter, strålning och operationer – inte eftervård. Vi menar att det kan betecknas som en vårdskandal, för det är belagt att det i gruppen canceröverlevare finns stora vårdbehov som inte behandlas. Det kan också uttryckas så att det finns en stor underdiagnostisering av cancerrehabilitering.«

Överlag var de förändringar Mef Nilbert föreslog ganska små. De innebar bland annat att resonemang från EU:s cancerstrategi skulle föras in och anpassningar göras till medicinska framsteg som skett inom till exempel screening och precisionsmedicin.

Siffersatta mål och sockerskatt

I vissa fall handlade det om att kvantifiera mål utifrån ambitioner som redan finns, för att på det sättet öka pressen på aktörerna att nå målen. Exempelvis sägs att i 80 procent av fallen ska behandling ha startats 21 dagar efter diagnos. Ibland är det dock svårt att se skillnaden mellan gamla mål och nya. Exempelvis lyder ett förslag:

»Regeringen föreslås ge Cancercentrum i uppdrag att vidareutveckla Min



»Jag är besviken å patienternas vägnar.«

Pia Bothén Watkinson, generalsekreterare på CancerRehabFonden, angående förslaget till Sveriges nya cancerstrategi.

Vårdplan till en individuell behandlings- och uppföljningsplan.»

Tanken med »Min Vårdplan« har från början varit att den ska utgöra just en individuell behandlings- och uppföljningsplan, så vad utredaren vill uppnå med sitt förslag är inte kristallklart. När det gäller att förebygga cancer har utredaren faktiskt ett konkret, ganska radikalt, förslag. Det handlar om att göra nyttig mat billigare och onyttig dyrare. Hon skriver:

»Regeringen bör överväga att genomföra nödvändiga kvarstående utredningar för att kunna ta beslut om sänkt mervärdesskatt på frukt och grönsaker samt utreda höjd skatt eller producentavgift på varor med tillsatt socker.«

Uppföljningsmottagningar istället för »svart hål«

På rehabområdet finns ett förslag om ett femårigt försök med det utredaren kallar »uppföljningsmottagningar«. Det motiveras med att det bland patienter finns ett behov av en tydligare struktur för omhändertagande efter cancerbe-

handling. Idag, skriver utredaren, beskrivs tiden efter behandling inte sällan som »ett svart hål« när det gäller ingångar till hälso- och sjukvården vid behov som uppstår efter avslutad behandling. För att erbjuda en personcentrerad uppföljning och öka kunskapen om nya arbetssätt, föreslås en statlig satsning på ett femårigt försöksprogram, med uppföljningsmottagningar i utvalda regioner. Utredningen föreslår att programmet finansieras via ett statsbidrag till regionerna som fördelas av Socialstyrelsen.

I sitt remissvar har CancerRehabFonden synpunkter på förslaget men landar i att det »låter lovande«. Organisationen anser alltså att sådana mottagningar har en roll att fylla och ser mycket positivt på modellen med ett direkt statligt ansvarstagande för finansiering.

CancerRehabFonden föreslår att uppföljningsmottagningar – möjligen med ett annat namn – inrättas i alla regioner och får det samlade ansvaret för att patienters behov av rehabilitering identifieras och åtgärdas. De blir nav och en kvalitetsgaranti i rehabiliteringsverksamheten. Tanken är inte att de ska ta över verksamheter som nu bedrivs utan komplettera dem. Den befintliga ansvarskedjan, där behandlande läkare och kontaktsjuksköterska har det primära ansvaret för att informera om och planera rehabilitering, bör inte rivas upp. De nya mottagningarna blir en backup och ett skyddsnät som säkrar att ingen patient faller mellan stolarna och att det alltid finns någonstans att vända sig exempelvis vid sena komplikationer.

Mycket lite om rehab i Vårdansvarskommittén

Efter det klena utfallet av »Bättre tillsammans« satte CancerRehabFonden sitt hopp till »Vårdansvarskommittén« som presenterades i början av juni 2025. Den tillsattes för att två av partierna (KD och SD) i det nuvarande regeringsunderlaget vill se ett förstatligande av svensk sjukvård. Få trodde att resultatet av utredningen, med representanter för samtliga partier, skulle landa i ett skarpt förslag om förstatligande och så blev det inte heller. Men enligt direktiven kunde man också analysera och komma med förslag kring specifika områden där staten borde ta ett större ansvar. En kort lista med fem sådana områden fanns också med i utredningens betänkande. De berörde så skiftande områden som lagring av vacciner och användning av ambulanshelikoptrar. Men alltså ingenting om cancerrehabilitering. Över huvud taget berördes frågor om rehabilitering mycket lite.

Detta blir särskilt förvånande när man betänker att kommitténs ordförande Jean-Luc af Geijerstam till vardags är generaldirektör för myndigheten Vård- och omsorgsanalys. Det råkar nämligen vara den instans som levererat underlaget till översynen av cancerstrategin med den nyss nämnda uppräknings av problem inom rehabiliteringen. Bedömningen att »ansvaret är otydligt« räckte tydligen inte för att Vårdansvarskommittén skulle ta upp frågan.

Många regioner nobbar rehabmetoden som patienterna prisar

Behövs CancerRehabFonden? Borde inte regionerna betala för de uppskattade rehabveckorna, som en del av den skattefinansierade vården? Jo, det tycker även CancerRehabFonden själva.



DET ÄR OVANLIGT att regioner remitterar patienter till rehabveckor, men det förekommer.

En region som sticker ut positivt är Region Stockholm. Där remitterades förra året över 500 personer till rehabveckor som liknar de veckor CancerRehabFonden erbjuder. Några andra regioner gör det också. Men flertalet regioner använder alltså inte denna form av rehabilitering.

När regionerna genom åren ställts inför frågan varför det är så, har svaren ofta gått ut på att veckorna är dyra och effekten obevisad. Man har påpekat att regionerna är skyldiga att ställa upp med ett mycket bredare spektrum av rehabinsatser än vad som täcks in under rehabveckorna.

FRÅN CANCERREHABFONDEN håller man med om att organisationens rehabveckor inte täcker in allt det regionerna är skyldiga att tillhandahålla. Men man har synpunkter på påståendet att effekten är obevisad.

»Jag är den första att hålla med om att det borde finnas mer vetenskapliga utvärde-

ringar av vilka rehabinsatser som verkligen gör nytta«, säger Pia Bothén Watkinson, generalsekreterare på CancerRehabFonden. Men frågan är om inte vi har mer »evidens«, alltså bevisad effekt, än de flesta andra insatser. Hon pekar bland annat på följande:

»I professor Mef Nilberts rapport om cancerstrategin får metoden med det utredningen kallar 'grupprehabilitering' ett erkännande. Rapporten konstaterar att det är en av byggstenarna inom rehabiliteringsmedicin. För den enskilda patienten med cancer kan det vara av värde att möta andra patienter med liknande erfarenheter, heter det. Och just sådana möten i kombination med sakkunnig rådgivning är idén bakom CancerRehabFondens veckor.«

PIA BOTHÉN WATKINSON LYFTER fram att det finns en del utvärderande forskning att luta sig mot. När det gäller utländska studier är det svårt att veta om internatvistelserna liknar de som erbjuds i Sverige. Men några studier som undersökt det man kallar »inneliggande rehabilitering«, vilket torde mot-

svara ungefär de svenska rehabveckorna, finns tillgängliga på nätet. Pia Bothén Watkinson citerar en sammanfattning:

»Det finns god evidens för att inneliggande rehabilitering för cancerpatienter är både säker och effektiv vad gäller funktionell återhämtning, symptomlindring och hemgång.«

DET HON ALLRA MEST trycker på är dock svaren i de utvärderingar organisationen själv gör efter varje rehabvecka. Det positiva gensvaret är överväldigande. 97 procent av de svarande uppger att veckan förbättrat deras psykiska hälsa och 89 procent att den fysiska hälsan påverkats positivt.

»Forska gärna mer om effekterna av våra veckor, säger Pia Bothén Watkinson. Men jag vill påstå att regionerna lägger pengar på åtskilligt där beslutsunderlagen är svagare! Vi kommer med gott samvete fortsätta att hävda att många fler patienter borde få remiss till en rehabvecka.«

Hela vårdkedjan måste bidra till att hjälpa patienter tillbaka till livet

3 frågor till Caroline Salmén, som är ny ledamot i CancerRehabFondens styrelse samt forskare, kirurg och biträdande överläkare.

Berätta kort om ditt arbete

Jag är kirurg och biträdande överläkare på kirurgkliniken på Danderyds sjukhus och möter cancerpatienter regelbundet. Jag forskar också inom onkologi på Karolinska institutet med fokus på metastaser från pancreas och kolorektalcancer.

Vad är dina tankar kring dagens cancerrehabilitering?

Idag skiljer sig eftervården åt beroende på var du bor, men också beroende på vilken typ av cancer du har. Även mindre patientgrupper behöver få plats. Och vi får inte glömma bort de som lever med kronisk cancer.

Vi behöver ett ökat samarbete både inom och mellan regioner för att ge patienter en chans att komma tillbaka. Där fyller CancerRehabFonden en viktig roll. De möter deltagare från hela Sverige och med olika cancerdiagnoser, vilket ger en övergripande bild som jag tror behövs för att utveckla rehabiliteringen.

Vad fick dig att engagera dig i CancerRehabFondens arbete?

Jag vill gärna bidra till att hela vårdkedjan uppmärksammar hur patienter ska kunna komma tillbaka till livet igen,

efter cancer eller med cancer. För många är inte cancer något man drabbas av en gång, utan den kan återkomma. Då behöver man verktyg för att hantera till exempel rädslan för återfall.

Av erfarenhet vet jag hur viktigt det är för patienter att möta andra med liknande erfarenheter. Att förstå att man inte är ensam i det man gått igenom, eller i de känslor man bär på.



Stiftelsen Bertil Strömberg om sitt stöd

Torbjörn Arnér är ordförande för Stiftelsen Bertil Strömberg, som har stöttat Cancer-RehabFonden sedan 2020. Här berättar han om hur stiftelsen grundades och om stödet till cancerdrabbade.



» ... vi har förstått att dessa rehabprogram uppskattats mycket av deltagarna.«

Torbjörn Arnér, ordförande i Stiftelsen Bertil Strömberg

»**BERTIL VAR EN KLIENT** till mig sedan senare delen av 70-talet och han var en stor entreprenör. Han var snickare i grunden och byggde upp sin ekonomi på byggandet av småhus på Ekerö. Han investerade senare i hyresfastigheter i Stockholm och beslöt att en del av hans kvarlämnade förmögenhet skulle gå till en allmännyttig stiftelse som bildades efter hans frånfalle.

Bertil brydde sig mycket om sina 'portvakter', det vill säga de bostadslösa som han noterade ofta fann sin nattliga bostad i fastigheternas trapphus och källare.

BERTIL STRÖMBERG gick bort 2002 och Stiftelsen har sedan tillblivelsen 2004 stöttat många organisationer som haft anknytning till hemlösa människor och som hjälper dem med bostad, övernattning och mat.

STIFTELSEN HAR FÅTT inblick i CancerRehabFondens verksamhet och erfarit att de som har drabbats av cancer många gånger upplever en form av 'hemlöshet' och isolering efter cancer. Vi har därför funnit att detta kan vara i överensstämmelse med stiftelsen stadgar, även om bidragen till CancerRehabFonden kan komma andra än ekonomiskt behövande till del.

VI HAR FÅTT MÖJLIGHET att träffa cancerdrabbade som fått ta del av CancerRehabFondens rehabilitering, och vi har förstått att dessa rehabprogram uppskattats mycket av deltagarna. Stiftelsens krav på återrapportering för utgivna bidrag har skett genom auktoriserad revisor, vilket stiftelsen har som krav för att utge medel till olika organisationer.«

Liba Bröd bakar för livet

Genom att stötta CancerRehabFonden vill Liba Bröd bidra till att fler människor får den livsviktiga rehabilitering som ofta glöms bort efter en cancerdiagnos.

Vd Elias Fadel, berätta lite om Liba Bröd – hur startade ni och vad vill ni lyfta med ert bröd?

Vårt bageri Liba Bröd grundades år 1992 i Göteborg, Sverige. Vi är ett familjeföretag där bageriyrket har varit med oss i flera generationer sedan 1846. Idag är vi sjätte generationen som värnar om konsten och hantverket att baka tunnbröd. Med åren har vårt sortiment blivit bredare – från traditionellt tunnbröd till proteinwraps. Vi når olika konsumentsegment: från hälsomedvetna till smakäventyrare och även dem som söker praktiska vardagsbröd.

De som äter våra bröd vet att de passar till alla måltider, från frukost till middag, från wraps till pizzabotten, ett bröd för allt. Därför kallar vi våra bröd för Möjligheternas bröd!

Idag är vi drygt 100 anställda, omsätter över 200 miljoner kronor samt export till Norge, Danmark och fler länder. Vi är välrepresenterade i flera livsmedelsbutiker så som Ica, Lidl, Coop och snabbköpskedjor.

Hur kommer det sig att ni valt att stödja cancerrehabilitering?

Vi valde att sponsra cancerrehabilitering eftersom vi tror på ett samhälle där ingen ska stå ensam efter en så allvarlig livsutmaning. Rehabilitering är ofta en bortglömd del, men det är avgörande för att människor ska kunna återgå till livet. Det är en fråga om mänsklig värdighet.

»För oss handlar det inte om en engångsdonation, utan om ett långsiktigt engagemang.«

Elias Fadel, vd Liba Bröd

Ni har varit med länge, hur började det?

Cancerrehabilitering är en fråga som berör oss på djupet. Flera i vårt team har varit i kontakt med cancer, direkt eller indirekt. Därför känns det naturligt att stötta just rehabilitering.

För oss handlar det inte om en engångsdonation, utan om ett långsiktigt engagemang. Vi vill bidra över tid till att fler får möjlighet att återhämta sig både fysiskt och psykiskt, och vi ser det som en självklar del av vårt företags värderingar och ansvarstagande.

Vill du och ditt företag också stötta CancerRehabFonden? En gåva till oss ger stoltare medarbetare och nöjdare kunder, samtidigt som ni ger cancerdrabbade livsviktig hjälp att komma tillbaka till livet.
Scanna qr-koden och ge en gåva!





»Rehabveckan var proffsig och bra rakt igenom«

Ingela har levt med kronisk cancer i snart tre år. Oviss-
heten om framtiden är det som är svårast att hantera,
säger hon, och rehabveckan hjälpte henne att kunna
leva mer i nuet. Det här är hennes berättelse.

»**JAG DIAGNOSTISERADES** med folli-
kulärt lymfom för snart tre år sedan.
Den är långsamväxande och prognosen
är god, men det är en kronisk sjukdom
som jag vet kommer att leda till döden.
Jag vet bara inte när. Jag kan leva i ett
par decennier till, men det kan också gå
snabbt. Det är den ovissheten jag måste
leva med, det är svårt och det påverkar
inte bara mig, utan hela familjen.

Jag arbetar heltid och har inte behövt
vara sjukskriven, jag har en aktiv fritid
och är glad att jag mår så bra. Men can-
cern finns där konstant i bakhuvudet.

DET VAR MIN LÄKARE som sa till mig
att söka cancerrehabilitering för att få
stöd att leva med cancer, men de pro-
gram som regionen erbjöd passade inte
mig, eftersom de riktade sig till botade.
Jag behövde få träffa andra i samma situa-
tion som jag. När jag googlade runt hitta-
de jag CancerRehabFonden, som erbjöd
rehabveckor för oss med kronisk cancer.

REHABVECKAN VAR PROFFSIG och
bra rakt igenom. Samtalen med de andra
betydde så mycket. Jag var bland de yng-
sta och den enda som inte hade biverk-
ningar av sjukdom eller behandlingar.
Flera hade spridd cancer och det var
otroligt värdefullt för mig att få träffa
dem och se hur levnadsglada de var. Det
tog jag med mig från mötena med de
andra. Jag lever och jag är inte cancer.



»Jag har en aktiv fritid och är glad att jag
mår så bra. Men cancer finns där konstant
i bakhuvudet.«

Psykoterapeuten var superbra. På bara
ett samtal förstod han hur jag funkade
och vad jag behövde. Han lärde mig att
plocka isär rädslan och dela upp den så
att jag bättre kan hantera den. Yogan
och övningarna i medveten närvaro var
också bra för mig. Framför allt and-
ningsövningarna har jag fortsatt att
använda mig av. Den vackra miljön och
naturen betydde också mycket. Att få
landa i lugnet och stillheten.

CANCER ÄR på något sätt så svart eller
vitt i människors medvetande, men vi
är många som lever länge med cancer

idag. Det är viktigt att få prata om det
för att öka förståelsen för hur det är. Jag
har varit orolig för att andra ska tro att
jag är sämre fungerande nu, det blir så
lätt fokus på sjukdomen, men det är inte
så. Det är snarare tvärtom. Jag är bättre
fungerande nu när jag fått perspektiv på
livet. Det finns ett annat lugn i mig.

JAG ÄR TACKSAM att jag fick möjlighet
att åka på en rehabvecka och att jag får
dela med mig av mina erfarenheter. Min
läkare säger hela tiden till mig att leva
och cancerrehabveckan lärde mig det.»



Martin tillsammans med Bostonterriern Frank, som införskaffades i rehabiliteringssyfte.

»Minnena från rehabveckan lever kvar«

Martin fick veta att han hade en tumör i sin ena njure och tänkte att allt skulle bli bra igen bara den opererades bort. När cancer sedan kom tillbaka hjälpte rehabveckan honom att bearbeta känslor han tidigare trängt undan.

»NÄR JAG FICK BESKEDET att jag hade en stor tumör i ena njuren blev jag helt tom. Min fru var med och hon ställde frågor till läkaren, men jag ville bara därifrån, för min känsla var att ju mer jag visste desto mer ångest skulle jag få. Tumören skulle opereras bort och jag tänkte att bara jag blir av med den blir allt bra.

Efter operationen fick jag förebyggande immunterapi och till en början såg allt bra ut, men vid min andra kontroll såg man metastaser i lymfan. Då blev det tungt.

En av våra grannar har också haft cancer. När hon fick veta att jag var sjuk kom hon och pratade med mig. Med bara några få ord hon sa kände jag att hon förstod vad jag gick igenom. Det var hon som sa till mig att söka till CancerRehabFonden.

JAG HADE EGENTLIGEN inga förväntningar på rehabveckan. När jag kom dit

tyckte jag att jag mätte bra. Det var nästan så att jag skämdes för att jag tog upp en plats för någon som hade det värre. Men när jag träffade de andra kände jag direkt en samhörighet. När man möter människor som är i samma situation kan man hoppa över de där första lagren av att lära känna. Samtalen blir djupa och handlar direkt om det som betyder något.

DET VAR BRA för mig att få prova på olika sätt att hantera stress och oro, befriande att släppa alla spörrar och att testa nytt. Jag insåg under veckan hur mycket jag hade förträngt, det var mycket som kom upp till ytan. Tidigare hade jag nog inte velat tänka på att jag var sjuk, men under den här veckan var jag tvungen att vara i verkligheten och hantera den.

Det var moment under de där dagarna som var väldigt känsllosamma, men det var aldrig jobbigt att dela med sig av det,

att vara ledsen eller gråta. Omgivningen var extremt trygg och omhändertagande. Både deltagare och de som arbetar där var helt fantastiska.

DET HJÄLPTE MIG att träffa andra som lever med kronisk cancer. Jag är inte ensam. För hur välvilliga andra människor än är, så kan dom inte sätta sig in i det vi går igenom. Samtidigt var det inte jag som hade det värst, det hade kunnat vara betydligt värre. Jag har lärt mig att uppskatta det. Jag tar också hand om mig själv på ett annat sätt än tidigare och är mer vältränad nu än före diagnosen.

Minnena från rehabveckan lever kvar. Jag tar tillvara på livet på ett annat sätt, är bättre på att leva i nuet och att inte oroa mig i förväg. De absolut värsta dagarna är väntan på besked efter en kontroll, men jag kan hantera det bättre än förut.»

Källor

Rapporter och publikationer

Bättre tillsammans – Förslag till en uppdaterad nationell cancerstrategi, 2024

Ansvar för hälso- och sjukvården, SOU 2025:62

Intervjuer

Caroline Salmén, biträdande överläkare inom kirurgi och ledamot i CancerRehabFondens styrelse

Torbjörn Arnér, ordförande Stiftelsen Bertil Strömberg

Elias Fadel, vd, Liba Bröd

Ingela Wall, cancerdrabbad

Martin Lindhe, cancerdrabbad

Övriga källor

cancerfonden.se

cancerrehabfonden.se

CancerRehabFondens remissvar över rapporten »Bättre tillsammans – Förslag till en uppdaterad nationell cancerstrategi«, Dnr S2024/02100

Syftet med CancerRehabRapporten 2025 är att lyfta viktiga frågor kring cancerrehabilitering och belysa konsekvenserna av att människor som drabbats av cancer inte alltid erbjuds rehabilitering, trots att de har rätt till det.

CancerRehabFonden är en ideell organisation som kostnadsfritt erbjuder rehabilitering till cancerdrabbade. Vår vision är att alla cancerdrabbade ska kunna få rehabilitering som hjälper dem tillbaka till livet.

Vuxna cancerdrabbade kan ansöka hos CancerRehabFonden om att få delta på ett veckolångt rehabiliteringsprogram med legitimerad personal. Programmet innehåller fysisk

aktivitet, kostråd, samtal i grupp och verktyg för att hantera ångest och stress.

CancerRehabFonden är helt fristående från andra cancerorganisationer och är beroende av gåvor från privatpersoner, företag och stiftelser. CancerRehabFonden har ett 90-konto, vilket innebär att Svensk Insamlingskontroll granskar att insamlade pengar går till ändamålet utan oskäliga kostnader. CancerRehabFonden är även medlem i Giva Sverige – en branschorganisation som arbetar för kvalitets-säkring av insamlingsbranschen och för att insamlingar bedrivs transparent och etiskt.

Ansvarig utgivare: Pia Bothén Watkinson

Texter och intervjuer: Lars Leijonborg, Catharina Nordström

Form: Russindesign

Foto: Adobe Stock, Aleris, Arnér & Partners, iStock, Liba Bröd, Hedvig Reuterswärd, Tove Smeds, Pernille Tofte och privata bilder.

Tryck: Sib-Tryck Holding AB





73 794

svenskar insjuknade i cancer 2023. Tack vare forskningens framsteg överlever allt fler och behovet av cancerrehabilitering ökar.

CANCERN I KROPPEN ÄR BORTA DÖDSÅNGESTEN ÄR KVAR

Vi ger cancerdrabbade livsviktig rehabilitering efter tuffa behandlingar. Din hjälp behövs – bli stödmedlem för endast 100 kronor/år.



Som stödmedlem stöttar du vår verksamhet och ger oss tyngd i det opinionsbildande arbetet. Anmäl dig på cancerrehabfonden.se scanna koden eller ring 08-522 001 00.

**CANCER
REHAB
FONDEN**

Drottninggatan 33 | 111 51 Stockholm | 08-522 001 00
info@cancerrehabfonden.se | cancerrehabfonden.se
Swish 900 20 64 | BG: 900-2064 | PG: 900206-4

Alltid senaste nytt i våra sociala medier.
Följ oss där!

