



## Må-bra-lunch 27 maj

Njurcancerföreningen bjuder in till lunchmöte om kost och motion relaterat till cancer. Vi pratar också om den trötthet som är den vanligaste påverkan på livskvaliteten i samband med en cancerbehandling.

Lunchmötet hålls på Stallmästaregården, "Lilla Tings", Norrtull, Stockholm, och direktsänds via Njurcancerföreningens facebook och via youtube.

Länk till direktsändningen på youtube: <https://youtube.com/live/yV9olh90f3M?feature=share>

Hoppas du vill delta på plats eller titta online och därefter ta en promenad eller annan fysisk aktivitet. Må-bra-lunchen kommer att spelas in och läggas på vår hemsida för dem som önskar titta i efterhand.

### Program

#### 11.30

Lunchsmörgås och kaffe serveras.

#### 11.45

Välkomna, programmet startar.

Positiva effekter av fysisk aktivitet och hälsosam kost vid cancer. Stephanie Bonn, styrelsemedlem i Njurcancerföreningen, docent i epidemiologi vid Institutionen för medicin Solna, Karolinska Institutet.

Frågor från publiken.

#### 12.15

Vad påverkar livskvalitet mest vid en cancerbehandling? Tröttheten, enligt såväl patienter som vårdpersonal, visar en undersökning. Redovisning av resultatet. Lotte Gaasvik, medicinsk rådgivare onkologi, IPSEN.

#### 12.30

Avslutning och start promenad eller annan fysisk aktivitet i grupp eller enskilt, vad som passar just dig! Njurcancerföreningen önskar bilder eller en kort video från aktiviteterna som vi ska sammanställa i en film. Skickas till: [info@rmpmedia.se](mailto:info@rmpmedia.se)

**Välkomna!**

*Mötet genomförs med stöd av:*

