

Ett nyhetsbrev från Psoriasisförbundet. Svårt att läsa? Öppna i din webbläsare.



PSORIASISFÖRBUNDET NYHETSBREV

Vi hoppas att du vill fortsätta som prenumerant på nyhetsbrevet! Klicka på knappen nedan för att ge ditt samtycke.

Jag samtycker!

Hallå medlem!

Är du medlem? Glöm inte att uppdatera ändrade uppgifter på [Mina sidor](#).

Du är också välkommen att ringa 08 60 36 36 eller mejla info@pso.se

Har du psoriasisartrit?

Fysisk aktivitet är oerhört viktigt vid psoriasisartrit.

Psoriasisförbundet har ett antal träningsfilmer för dig som behöver lite hjälp att hitta en träningsform som passar just dig. Här hittar du exempelvis [uppmjukningsövningar](#).

God Jul & Gott Nytt År!

Det här är årets sista nyhetsbrev! Nästa nyhetsbrev kommer i början av februari 2019. Vi önskar er alla en riktigt god jul och ett gott nytt år!

Psoriasisförbundets eldsjäl finns bland finalisterna i Årets volontär 2018

Psoriasisförbundets förtroendevalda består av över 400 eldsjälar och en av dem är Izabella Bergqvist från Bollnäs, hon är en av finalisterna för Årets volontär 2018. Izabella sitter både i valberedningen för förbundet och som kassör i Gävleborgs länsavdelning, och vi är inte förvånade att hon har blivit finalist utav de 118 inkomna nomineringar till Volontärbyrå. På Frivilligdagen koras vinnaren och då kommer hela förbundet hålla tummarna.

Årets volontär arrangeras av [Volontärbyrå](#).

Stort grattis från alla oss på Psoriasisförbundet!

Psoriasiskompassen



[Psoriasiskompassen](#) är din vägledare för att hitta rätt när du behöver information. Här hittar du länkar till

information som finns på vår hemsida och länkar till externa källor som kan vara bra att känna till.



Från idé till forskning.

Ett mått slump, två mått pengar och tre mått hårt arbete.
Det är grundreceptet för vetenskaplig forskning.

Sakta men säkert ger den medicinska forskningen oss ny kunskap, effektivare mediciner och bättre behandlingar.

Den 17 december kommer nästa nummer av Psoriasistidningen, som traditionsenligt innehåller årets forskningstema. Där kan du läsa om varför det kan ta 15 år att utveckla nya läkemedel, och inom vilka områden som det saknas viktig kunskap om psoriasis. Vi porträtterar också två forskare som får forskningsanslag av Psoriasisförbundet.

Psoriasistidningen är en medlemsförmån och utkommer med sex nummer om året som skickas direkt till din brevlåda. Ett medlemskap kostar 225 kronor om året. Är du inte redan medlem blir du det enkelt här:

www.psoriasisforbundet.se/engagera-dig/bli-medlem

Nya behandlingsrekommendationer för psoriasis och psoriasisartrit

Läkemedelsverket samordnar arbetet med uppdatering av behandlingsrekommendationer för psoriasis och psoriasisartrit (som vänder sig till professionen). I detta arbete medverkar Psoriasisförbundets ordförande Tina Norgren tillsammans med en rad hudläkare, reumatologer, en hudsjuksköterska, en allmänläkare och flera experter från Läkemedelsverket.

Rekommendationerna måste harmonisera med de nationella riktlinjerna, d.v.s. vara moderna, vilket de inte är. De senaste kom 2011. Arbetet med detta påbörjades i november och beräknas vara färdigställt sommaren 2019.

Behandlingsrekommendationerna vänder sig i första hand till professionen och belyser behandlingar på ett sätt som kompletterar information exempelvis i FASS.

Mer information finns att läsa på Läkemedelsverkets hemsida:

www.lakemedelsverket.se/psoriasis

Internationella Psoriasisdagen 29 oktober 2018

Missade du Psoriasisförbundets livesändning på Facebook? Det går bra att se den i efterhand.

Deltog på livesändningen gjorde Marina Tuutma, ordf. Distriktsläkarföreningen och AnnaKarin R Olofsson Vårdenhetschef PO Gastro, Hud och Reuma, Karolinska Universitetssjukhuset. Barbra Bohannan, Psoriasisförbundet, ledde samtalet

Om du vill se sändningen i efterhand följ denna länk: <https://www.psoriasisforbundet.se/fakta-o-rad/materialbanken/filmsida/>

Här hittar du också mer filmmaterial.



Varje lott kostar 25 kr styck och du kan vinna upp till 100 000 kr. Allt överskott går till forskning och information om psoriasis och psoriasisartrit.

Beställ dina lotter genom att ringa och beställa på 054-15 51 70, eller genom att mejla psoriasislotten@pso.se med ditt namn och din adress. Du kan också enkelt skicka in [din beställning via webben här](#).

Regionala träffar hösten 2018

Under hösten har Psoriasisförbundet satsat på regionala träffar. Från norr till söder. Det har varit värdefull och viktig tid för att mötas regionalt och fokusera på arbetet med de nationella riktlinjerna för psoriasis, medlemsutveckling, ungdomsfrågor och praktiska verktyg för att kommunicera internt och externt. Det har varit mycket skratt och inspiration, kombinerat med allvarliga diskussioner om utveckling- och förnyelsefrågor. Till varje regionsträff har allmänheten bjudits in till en öppen föreläsning där en specialist har berättat om psoriasisartrit. Samtliga har varit väldigt uppskattade och välbesökta.



Ungdomsverksamhet

Många unga inom förbundet har berättat att de önskar träffa andra i samma situation, och därför var det självklart för oss att göra en satsning under hösten i samband med att Psoriasisförbundet har haft regionala träffar ute i landet.

Ämnen som diskuterades var bland annat egna erfarenheter av vård och behandling, hur det är att växa upp med psoriasis och/eller psoriasisartrit, samt vad framtiden har att erbjuda. Många ungdomar hade fantastiska idéer på hur arbetet kan utvecklas och vilka aktiviteter de själva skulle vilja delta i. Detta tar vi med oss i vårt arbete, och alla som fick ta del av ungdomsträffarna kom därifrån med en känsla av inspiration och framtidstro.

- **Vill du veta mer om vad som händer inom förbundet för unga?** Hör av dig till ungkontakt@pso.se - du kan också höra dig till Desirée Sterner om du har några frågor på desiree.sterner@pso.se
- **Är du intresserad av att delta i utvecklingen av förbundets barn- och ungdomsverksamhet?** Kontakta Desirée Sterner för mer information på ovan epost.

Bor du i Uppsala?

Länsavdelningen i Uppsala behöver förstärkning för att kunna fortsätta sitt arbete. Om du bor i Uppsala län, har tid att avvara och brinner för att avdelningen ska finnas kvar är du varmt välkommen att höra av dig. Engagemang finns i många olika former och det råder inte brist på engagemang för Uppsala. Nu ska vi gemensamt ta fram hur engagemanget ska omvandlas i praktiken.

Kontakta Desirée Sterner, samordnare verksamhet, på 08 600 36 36 eller via mejl desiree.sterner@pso.se

Bor du i Skåne och är ungdom?

Kvällsträffar i Skåne för ungdomar

Under våren kommer länsavdelningen i Skåne anordna kvällsträffar för alla unga med särskilt fokus på åldern 15-30. Träffarna kommer hållas kl. 18.00-20.00 under datumen 28/1, 25/2, 25/3 och 29/4 i Malmö-Vellinges behandlingsmottagning som ligger på [Baskemöllegatan 3D](#) i Malmö. Teman för träffarna är "Att vara ung med psoriasis", "Vård och behandling", "Fysisk hälsa" samt "Psykisk hälsa och framtidsplanering". Träffarna är gratis och du behöver inte anmäla dig, men för att kunna beräkna fika uppmuntras intresseanmälan på länets hemsida. Håll utkik där och på sociala medier för mer kontinuerlig information!

Skåne hittas här: www.psoriasisforbundet.se/skane/

Julkappstips



En julkapp med sol i tryck

Vi är tre tjejer som går sista året på Kattegattgymnasiet i Halmstad och nu läser vi kursen ungföretagsamhet. Denna kursen ger oss möjligheten att starta upp ett eget företag och driva det fram till studenten.

Vi kände att vi ville göra något extra med den här chansen, vi ville kunna hjälpa andra. Det tog några lektioner innan vi kom på att designa en egen tröja med ett eget tryck på samt att vi ville skänka pengar till någon organisation.



En av oss har psoriasis så vi kom snabbt på att vi ville skänka pengar till förmån för psoriasis.

För varje såld t-shirt skänker vi totalt 30 kr.

För beställning eller mer information når du oss lättast på mejl: psosunuf@gmail.com Vi tar även emot beställningar på Facebook där vi heter: [Pso/sun UF](https://www.facebook.com/Pso/sunUF) samt på vårt instagramkonto: [@psosunuf](https://www.instagram.com/psosunuf)

Hälsningar Hanna, Maja och Lina

Skänk en gåva genom ditt sparande



Historisk avkastning är ingen garanti för framtida avkastning. De pengar som placeras i fonden kan både minska och öka i värde och det är inte säkert att du får tillbaka hela det insatta kapitalet.



Hej! Du får detta nyhetsbrev för att du har anmält ditt intresse för nyhetsbrev från oss på Psoriasisförbundet. Om du inte vill ha några fler nyhetsbrev klickar du här: [Avsluta prenumeration.](#)