

VÅRE BARN

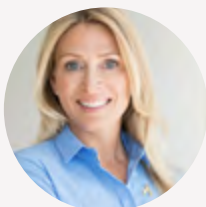
#2
2023

Barnekreftforeningens magasin

MEDLEMSHISTORIER

Barnekreftmåned 2023: Kreftfri. Men ikke frisk.

Seneffekter er sammensatt S. 6 Tilbake til en ny normal S. 16 Barnekreftappen S. 20



Kjære medlemmer
og støttespillere,

Før sommeren fikk jeg den beste telefonen jeg noensinne har fått. Like før klokken 17.00 den 19. juni ringte NRK for å fortelle at TV-aksjonen 2024 går til Barnekreftforeningen. Jeg jublet høyt av glede med tanke på hva det vil bety for alvorlig syke barn og deres nærmeste. TV-aksjonen vil gjøre det mulig for oss å finansiere alle fire familiesentrene vi lenge har ønsket å etablere. Endelig vil også norske barn få mulighet til å ha familien rundt seg mens de behandles for alvorlig sykdom. Familiesentrene vil være et kjærkomment tilbud til alle familier med alvorlig langtidssyke barn, uavhengig av diagnose. Vi er stolte av at vår forening går foran og for å skape dette flotte tilbudet til alle syke barn, og vi lover å gjøre alt vi kan for å skape engasjement og giverglede for denne viktige saken i det som omtales som verdens største dugnad.

Nå går vi inn september, Den internasjonale barnekreftmåneden. Vi vet at 7 av 10 barn sliter med ulike utfordringer etter endt behandling. Derfor retter vi i år søkelyset mot seneffekter. Vi håper å gi en større forståelse for at barn ikke nødvendigvis er helt friske, selv om de er kreftfri. Og vi utfordrer myndighetene til å satse på nye metoder som kan gi bedre og mer målrettet behandling, med mindre risiko for seneffekter.

Ønsker alle våre medlemmer
en fin høst!

Trine Nicolaysen
Generalsekretær



MEDLEMSHISTORIE

Briljerer i rollen som seg selv

Aurora har vært kreftfri i seks år, og har gått fra å være et lite barn til å bli en travel og engasjert tenåring. Hun elsker teater, og spiller både fiolin og horn. Selv om hun er kreftfri, må hun gå på medisiner resten av livet.



MEDLEMSHISTORIE

Klar for nye kamper

Olav fikk diagnosen akutt myelogen leukemi (AML) som tolvåring. – Det er vanskelig å forklare andre hvordan seneffektene påvirker meg, for jeg skjønner det ikke helt selv, sier Olav.



TV-AKSJONEN NRK

TV-aksjonen 2024

I juni kunngjorde NRK at Barnekreftforeningen er tildelt TV-aksjonen neste år. Dette gir oss mulighet til å realisere familiesentrene for langtidssyke barn og deres familier.



PROSJEKT

Barnekreftappen

Med få tastetrykk skal omsorgspersoner og foreldre finne all nyttig informasjon om barnekreft på ett sted: Barnekreftappen lanseres i løpet av september.

ANDRE TEMA

Leder	2
Hva har skjedd i organisasjonen?	4
Våre fylkesforeninger	5
Seneffekter er sammensatt	6
– Mer åpenhet, informasjon og kunnskap om seneffekter	12
– Skole er så mye mer enn undervisning	14
Tilbake til en ny normal	16
Hvordan kan jeg markere barnekreftmåneden?	18
FotballtrøyeFredag 2023	22
Flying Tiger Copenhagen: – Et hjerte som banker for barna	24
Oppskrift: Pasta la Dusta	26
Kalender	27
Om Barnekreftforeningen	27



Magasinet Våre Barn gis ut av Barnekreftforeningen.

Ansvarlig redaktør

Trine Nicolaysen

Redaksjon

Britt Ingunn Wee Sævig
Hanne Hafr
Ingrid Våset
Irene Rivalsrud
Maren Tanke
Marie Otterbeck Gravråk
Stine Nevjar

redaksjon@barnekreftforeningen.no

Prosjektledelse, konsept og design

Neuschnee AS/Maren Tanke

Trykk

HG Media AS

Tittelfoto

Atyp

Postadresse

Postboks 78 Sentrum, 0101 Oslo

Besøksadresse

Tollbugata 35, 0157 Oslo

Telefon

919 02 099

E-post

kontakt@barnekreftforeningen.no

Organisasjonsnummer

985 550 999

Gavekonto

7058 09 33333

Vipps

02099

barnekreftforeningen.no



Barnekreftforeningen er medlem av Innsamlingskontrollen.

Ferie med mening 2023

Samtidig som de aller fleste familier i vårt lille land fyller lange sommerdager med ferieturer, familietid og aktiviteter, arrangerer Barnekreftforeningen «Ferie med mening».

Tekst: Tonje Tunstad **Foto:** Hanne Hafr

De over 67 familiene som har deltatt på «Ferie med mening» i 2023, har alle et barn som har, eller har hatt kreft. De er helt vanlige familier, i helt uvanlige livssituasjoner. Sykdom tar ikke sommerferie, og dagene bestemmes av behandlingsprotokoll og barnets dagsform. Det er vanskelig å dra langt fra behandlende sykehus, og for både barnet selv, foreldre og eventuelle søsken, blir sommeren nok en påminnelse om hvor langt fra normalen det nye livet er.

Barnekreftforeningen synes at også disse (spesielt disse!) familiene fortjener en ordentlig fin ferie, og har siden den spede oppstarten på Vestlandet i 1986, gitt dette tilbudet til familier under eller rett etter kreftbehandling. Målet med «Ferie med mening» er å gi familier over hele landet gode opplevelser sammen, i omgivelser

som er tilrettelagte og trygge med tanke på livssituasjonen de er i. Ferieuken fylles med morsomme aktiviteter for barn og voksne i fellesskap med andre familier i lik situasjon, og med faglig innhold.

Mange frivillige

Uten Barnekreftforeningens mange frivillige hadde et arrangement av denne størrelsen vært helt umulig. På «Ferie med mening» møter familiene ulike typer frivillige, som bruker tid og krefter på å gjøre denne uken så trygg og verdifull som mulig for alle deltakerne. Ungdomshjelpere aktiviserer og tar vare på barna. Likepersoner er til stede når familiene trenger noen å snakke med. Sykepleiere er til stede for å ta blodprøver og bistå med det familiene måtte trenge en sykepleier til.

Og arrangørene står på tjuetjue sju for å passe på at alt går som det skal.

Om fellesskapet

For mange, både små og store, er «Ferie med mening» første gang de snakker ordentlig om det de står i, og møter andre som forstår hvordan det er. Både det å sette ord på følelsene sine og å bli møtt med forståelse, kan være til hjelp når en skal bearbeide krisen en står i, uansett hvor gammel en er. På «Ferie med mening» er takhøyden for følelser over hele registeret skyhøy.

Den felles forståelsen som oppstår på «Ferie med mening» har ikke sjelden vært opphavet til årelange vennskap for både barn og voksne, og den danner grunnlaget for det de fleste oppgir som det aller viktigste med samlingen – fellesskapet.





I **Oslo og Akershus** ble årets sommerfest ved Rikshospitalet en stor suksess. Dagen var fylt med glede og positivitet. Blant de mange høydepunktene var det spesielt rørende å få besøk av Fotballandslaget, som viste en varme og omsorg som satte sitt preg på festen. En hjertelig takk rettes mot eventbyrået «Lyn og Torden», NFF og alle våre andre sponsorer og bidragsyterere, som sammen skapte en minneverdig dag for så mange av oss.

TRØNDELAG

Magiske helikopterturer

I juni organiserte 330 skvadronen sammen med Luftkrigsskolens kadetter «SAR Queen dag» ved Universitetssykehuset St. Olavs hospital i Trondheim. Det var en fantastisk flott arrangement med mye glede for både pasienter og pårørende gjennom magiske helikopterturer og minneverdige øyeblikk.

VESTLAND

Pappa- og mammakvelder

Barnekreftforeningen Vestland arrangerer jevnlig pappa- og mammakvelder for sine medlemmer, der det nytes nydelig mat og gode samtaler. I juni hadde pappakvelden flere deltakere enn noen gang før. Ta kontakt med fylkesforeningen hvis du ønsker å delta neste gang.



INNLANDET OSLO OG AKERSHUS

En helg for familier

Barnekreftforeningen Innlandet arrangerte i samarbeid med Barnekreftforeningen Oslo og Akershus, en helg for familier som har mistet et kjært barn, på «Pers Hotell» i Gol i juni. Helgen var fylt med aktiviteter som bading, bowling og et besøk i Bjørneparken. Vi ønsker å takke for en givende helg!



AGDER

Flott teaterkveld

I juli var Barnekreftforeningen Agder så heldig å få billetter til forestillingen Peer Gynt av «The Norwegian Ibsen Company». Mange av våre medlemmer fikk anledning til å oppleve en fantastisk forestilling med flotte skuespillere og imponerende lyseffekter, på den spektakulære utendørsscenen «Fjæreheia Amfi» like utenfor Grimstad – til tross for en liten regnskur underveis.

SENEFFEKTER ER SAMMENSATT

Rundt 70 % av ferdigbehandlede etter barnekraft
opplever seneffekter. Symptomene kan være ulike og
alvorlighetsgraden varierende, og mange opplever en
kombinasjon av fysiske og psykososiale utfordringer.



– I de fleste tilfeller er det behandlingen, ikke selve kreftsykdommen, som forårsaker fysiske seneffekter, forteller Inga M. Johannsdottir, seksjonsleder ved barne- og ungdomsavdelingen for kreft og blodsykdommer ved Rikshospitalet.

Jobber for å begrense skader

Barneonkologen forteller at det har skjedd store fremskritt i bevissthet og kunnskap rundt skader som kan oppstå som resultat av kreftbehandling. – Før årtusenskiftet var hovedfokuset å øke overlevelsen med mer intensiv behandling. Fordi man så at dette fikk uønskede bieffekter, har fokuset til en viss grad endret seg.

– Mange ble overbehandlet. Da man gikk inn for å redusere strålebehandling og begrense bruk av medikamenter for pasientene med minst risiko, så man at de ble friske likevel, forteller Johannsdottir. – Dette er imidlertid forskning som tar tid, fordi vi må være sikre på at det ikke går ut over overlevelsen.

Sammensatte utfordringer

– Seneffekter hos barn og unge som overlever kreftbehandling kan være vanskelige å sette fingeren på, fortsetter hun. – En ferdigbehandlet 14-åring vil, uavhengig av sykdom og behandling, ha utviklet seg til å ha andre fysiske og psykososiale egenskaper enn en 8-åring, som akkurat har blitt diagnostisert med kreft.

Et eksempel på dette er nedsatt kognitiv funksjon, som ikke er uvanlig å oppleve. Kreftbehandling kan gi fysiske skader på hjernevev og nervebaner, noe som kan føre til psykososiale utfordringer. De samme problemene kan imidlertid oppstå på grunn av reaksjoner som sorg, engstelse og sosial isolasjon, som mange opplever etter å ha vært gjennom en slik prosess. Det viser hvor sammensatte seneffekter kan være, og hvor viktig det er at det blir fulgt opp av spesialister.

Behov for oppfølging av spesialister

Barneavdelingen følger opp ungdommer i minimum 10 år, eller fram til de fyller 18.



«I de fleste tilfeller er det behandlingen, ikke selve kreftsykdommen, som forårsaker fysiske seneffekter.»

Inga M. Johannsdottir

Johannsdottir opplever imidlertid at det gjerne dukker opp spørsmål etter hvert som de unge modnes og utvikler seg. Ofte oppstår behovet for hjelp eller noen å snakke med, først ved 24–25 års alder.

– Det er heller ikke slik at alle merker noe til seneffektene selv, forteller Johannsdottir. – Kroppen kan ha fysiske skader man ikke er klar over, som vi oppdager ved blodprøver eller andre undersøkelser.

Johannsdottir ser et stort behov for at ferdigbehandlede unge voksne får mulighet til å få videre oppfølging av spesialister. Fastlegene har ikke alltid erfaring med barnekreft og mangler kanskje nødvendig kompetanse. Den engasjerte barneonkologen håper man vil finne midler og politisk vilje til å etablere seneffektpoliklinikker for barnekreftoverlevende i Norge, i likhet med i andre nordiske land. Her kan fagpersonell som leger, sykepleiere og sosionom utrede symptomer, tilby hjelp eller peke de unge i riktig retning. Klinikken kan også være et kompetansesenter, slik at helsepersonell fra andre avdelinger kan søke råd. Behovet har vært både faglig og politisk utredet, og Johannsdottir synes det er skuffende at det ikke er blitt fulgt opp i praksis.

Forebygging av seneffekter

– Barnekreft og voksenkreft er to forskjellige ting! Barn får andre krefttyper og ofte mer omfattende seneffekter fordi de fremdeles er under utvikling, forklarer

Johannsdottir. – Eksempler på dette er tannskader og forstyrrelser i vekstlinjer.

Selv om forskningen for å minimere seneffekter etter kreftbehandling tar tid, har den erfarne legen likevel noen råd som kan bidra til forebygging, eller til at symptomene reduseres.

– Vi gir generelle råd om livsstil som kan hjelpe til med å forebygge eller gjøre hverdagen med seneffekter bedre. Det handler om en sunn livsstil med fysisk aktivitet, sunt kosthold og sunne vaner. I tillegg er mental bearbeidelse av erfaringen som kreftpasient svært viktig, gjerne med støtte fra fagpersoner.

Hva er seneffekter?

Seneffekter er bivirkninger av kreftbehandling som oppstår under, eller kort tid etter primærbehandling, og vedvarer i minst et år. Det kan også være helseproblemer som oppstår lengre tid etter diagnose og behandling, og som årsaksmessig kan knyttes til behandlingen.

Rundt 70 % av de ferdigbehandlede etter barnekreft opplever seneffekter. De kan ha konsekvenser for fysisk, psykisk eller sosial funksjon, og være av varierende alvorlighetsgrad. Det er viktig å understreke at seneffekter er en uheldig konsekvens av en behandling som redder liv, og ikke en feil i behandlingen.

Det er vanskelig å forutse hvem som vil rammes av seneffekter, hvordan og i hvilken grad. Krefttype, lokasjon, utbredelse, behandlingsform og -mengde, barnets alder, genetisk utrustning og helseatferd som voksen er blant faktorene som spiller inn. I tillegg har barnets miljø betydning for utvikling og håndtering av psykososiale seneffekter.

Seneffekter som kan påvirke helse og livskvalitet:

- Hormonforstyrrelser
- Infertilitet
- Skader i hjerte og kar
- Muskel-, ledd- og skjelettskader
- Urinveisplager
- Lungefunksjon
- Skader på tenner og spyttkjertler
- Skader på syn og hørsel
- Skader på nervesystemet
- Risiko for tidlig aldring
- Ny kreft
- Kognitive utfordringer
- Fatigue
- Psykososiale utfordringer

SKUESPILLERTALENTET AURORA (15)



Briljerer i rollen som seg selv

– Da jeg var liten drømte jeg om å bli sykehusklovn!

Tekst: Stine Nevjar Foto: Atyp

Aurora Pladsen Midtgård smiler med hele fjeset. Latteren bobler i henne, og hun har et lurt glimt i øynene. – Det hender jeg ser sykehusklovnene når jeg er til kontroll, og jeg synes fortsatt det er gøy!

Travel tenåring

Nå er Aurora 15 år og drømmer om å bli skuespiller. Og kanskje var det sykehusklovnene som tente denne gnisten i henne? For Aurora har lange perioder på sykehus bak seg, og mange møter med de oppfinnsomme klovnene. Etter at hun som 8-åring fikk diagnosen Akutt myelogen leukemi (AML), måtte hun gjennom både cellegiftbehandling og benmargstransplantasjon. Og hun har på ingen måte glemst hvordan sykehusklovnene skapte gode øyeblikk for henne, med alle sine påfunn og ideer.

– De betydde så mye for meg da jeg lå på sykehuset, sier hun. – Det er barnslig humor, men det er bare utrolig gøy!

Aurora har nå vært kreftfri i seks år, og har gått fra å være et lite barn til å bli en travel og engasjert tenåring. Hun elsker teater, og spiller både fiolin og horn. Ettersom hun var så liten da hun ble syk, synes hun det er vanskelig å vite hvordan kreften og behandlingen har påvirket henne.

– Jeg liker jo teater og musikk bedre enn idrett, men jeg vet ikke hvorfor det er sånn, sier den reflekterte tenåringen. – Jeg blir fort fysisk og mentalt sliten, men det kan jo hende at interessene er en del av personligheten min, og ikke har noe med seneffekter å gjøre.

Ikke alene

I hverdagen tenker ikke Aurora så ofte på at hun var alvorlig syk som barn.

– Det har jo alltid vært sånn, så det er ikke så stort lengre, sier hun. – De første årene ble jeg fort sliten, men det er bedre nå. Likevel gjør det fortsatt vondt å tenke på at andre barn sa jeg var lat, fordi jeg måtte ta mange pauser.

Noen påminnelser må Aurora likevel forholde seg til i det daglige. Hun må ta hormoner for å vokse og utvikle seg normalt, og i fjor ble det oppdaget at hun hadde for høyt jernnivå i blodet. Fordi cellegiftbehandling krever blodoverføringer, er dette ikke uvanlig. Aurora har tappet blod jevnlig det siste året, og jernnivået er nå på normalt nivå.

– Det er kjipt å gå på medisiner resten av livet, fordi det betyr at jeg aldri blir helt ferdig, sier Aurora tankefullt. – Jeg vil dele historien min fordi folk bør få vite at de ikke er alene med disse følelsene!

Overtenker

Aurora har nå begynt i 10. klasse. Hun stortrives blant elever og lærere på Humanistiskolen i Oslo, og har til og med spilt hovedrollen i skolens musikal! Da hun begynte på ungdomsskolen var hun imidlertid usikker på hvor mye hun skulle fortelle om seneffektene og hvordan de påvirker henne i hverdagen. Etter noen års erfaring, er likevel Auroras råd å være åpen om situasjonen, og å fortelle om det slik man selv føler er riktig.

– Først hadde jeg ikke lyst til å snakke om det, for jeg var redd for at det skulle være vanskelig for andre å høre om. Kanskje de kjenner noen som har kreft? Jeg overtenker nok hvordan jeg skal fortelle det, sier hun. – Men det er ikke tungt for meg å snakke om, så hvorfor skal det være tungt for andre?



Foto: André Clemetsen

Aurora var åtte år gammel da hun fikk diagnosen AML.



Foto: NRK/Espen Solli

Aurora på NRK Super!

Fra i høst blir Aurora å se i rollen som «Maja» i ungdomsserien «Klassen» på NRK Super, etter å ha blitt plukket ut blant 4.000 unge talenter på audition! Siden har alle ferier gått med til innspillinger.

– Vi er så glade for å ha Aurora med i «Klassen»! sier produsent Anniken Lien Skjeggedal, som beskriver Auroras rollefigur slik: – Maja skiller seg fra mengden med sin frittallende væremåte og fargerike stil. Hun sier det hun tenker og i blant går det fort og blir litt feil. Men hun mener aldri noe vondt. Hun har masse energi, livlig fantasi og er på mange måter klassens klovner.



STUDENT OG LANDSLAGSSPILLER OLAV (24)



KLAR FOR NYE KAMPER

Tekst: Stine Nevjar Foto: Privat

– Det er vanskelig å forklare andre hvordan seneffektene påvirker meg, for jeg skjønner det ikke helt selv.



Olav fikk diagnosen AML som tolvåring.

Olav Strand Ruud er 24 år og student i Trondheim. Han er i gang med sin bachelorgrad nummer to, spiller på landslaget i lacrosse og har vært festival-sjef. Det er lite som tyder på at den aktive studenten daglig kjenner på seneffekter etter kreftbehandling i tenårene.

En annerledes ungdomstid

Olav fikk diagnosen akutt myelogen leukemi (AML) som tolvåring, og de tidlige tenårene var preget av sykdom og cellegift. Da han var ferdig behandlet, etter to og et halvt år, gjenstod en lang opp-treningsperiode. Han måtte blant annet lære seg å gå på nytt.

– Jeg var heldig som kun fikk cellegift, og slapp unna stråling, sier Olav, som har en unik evne til å fokusere på det positive. – Det var tøft å trene opp kroppen igjen, men det var jeg på en måte forberedt på. Da jeg var syk fikk vi vite en del om de fysiske seneffektene som kunne oppstå, men det er rart at vi ikke fikk mer informasjon om det kognitive.

Hvem er Olav uten kreften?

Å være kreftfri betyr ikke nødvendigvis at sykdommen er et tilbakelagt kapittel. Olav forteller at den har preget han på ulike måter gjennom tenårene og i starten på voksenlivet.

– Det var vanskelig å finne min plass sosialt da jeg kom tilbake på skolen, forteller han. – Og det var ikke lett å vite hvem Olav var uten kreften.

Behandlingen satte også fysiske spor. Olav var liten av vekst og kom senere i puberteten enn sine jevnaldrende. Med fatigue og konsentrasjonsvansker ble videregående skole hardt arbeid for den ambisiøse gutten.

– Jeg ville gjerne studere, men det var ingen selvfølge at jeg kom meg gjennom videregående på en god måte. Mamma hjalp meg med å organisere og prioritere. Jeg er så takknemlig for at hun og andre rundt meg hjalp meg med å legge grunnlaget for å gå videre!

Fysisk endring i hjernen

Som student kjenner Olav fortsatt på seneffekter etter kreften og behandlingen, men heller ikke nå er det enkelt å definere hva som er hva.

– Jeg kan føle skyld for at jeg ikke får til så mye som jeg burde, og at det er jeg som er treig når det er noe jeg ikke husker eller forstår. Skyldes det at faget er vanskelig, eller at cellegiften har påvirket hjernen min?

Olav synes det er spennende å lære om hvordan hjernen fungerer, og har deltatt i et forskningsprosjekt som studerer effekten cellegiftbehandling av AML i barneårene kan ha på hjernen til voksne.

– Jeg lærte at det er en fysisk forklaring på de kognitive utfordringene mine, forteller han. – Cellegift kan gjøre at koblingene i hjernen fungerer dårligere, og man blir faktisk litt «treigere».

Landslagsspiller med sykdomsfrykt

Kunnskap om seneffekter er viktig for å prioritere kreftene riktig, og for å forstå egne reaksjoner på hverdagslige hendelser. Olav spiller lacrosse, som er en tøff fysisk ball-sport, og er ofte både gul og blå etter kamp.

– Det er vanskelig å skille mellom hva som er «vanlig vondt» og hva som skyldes at jeg kjenner ekstra godt etter på grunn av bakgrunnen min. Jeg kan finne på å glemme at en motspiller har løpt rett inn i meg, og kjenner på en frykt for at noe er alvorlig galt.

Når vi snakker med Olav er han klar for å dra på tur så snart eksamen er overstått. Den unge mannen som satt i rullestol som følge av kreftbehandling for få år siden, skal spille cup i Belgia – med det norske flagget på brystet.

– Jeg har nådd et skikkelig hårete mål, rent fysisk. Å bli en del av landslaget i lacrosse var helt utenkelig for kort tid siden!

Olavs tips til et bedre liv med seneffekter

1. Skaff en almanakk

– Folk tror det bare er å ta seg sammen for å huske ting, men jeg er avhengig av å skrive ned alle gjøremål for å få til alt jeg vil. Da slipper jeg å bruke krefter på å huske.

2. Vær åpen

– Har du beinet i gips tar folk hensyn til begrensningene dine, men seneffekter er diffuse og folk tror at kreften er noe man er ferdig med. Vær tidlig ute med å fortelle, så slipper du å forklare når du står midt i en situasjon.

3. Ikke stress

– Noen perioder i livet, som i studietiden, er det vanskelig å ta det rolig. Prøv likevel å ta hensyn til deg selv, kanskje får du det bedre hvis du ikke er med på alt.

4. Les deg opp

– Seneffekter er vanskelig å sette fingeren på. Å lære om mulige konsekvenser av kreft og behandling, har hjulpet meg å forstå hva som er hva, og akseptere utfordringer som dukker opp.



– Mer åpenhet, informasjon og kunnskap om seneffekter!

– Det forskes for lite på psykososiale utfordringer etter kreft og kreftbehandling hos barn og ungdom, sier Hanne Cathrine Lie, førsteamanuensis ved Avdeling for atferdsmedisin ved Universitetet i Oslo.

Tekst: Stine Nevjar

– Kreft hos barn og unge er annerledes enn kreft hos voksne, og har helt andre konsekvenser for livet de skal leve etter at behandlingen er avsluttet, fortsetter hun. – Mer forskning bør fokusere spesifikt på disse gruppene.

Verktøy for viktige samtaler

Dette jobber den engasjerte forskningspsykologen daglig for å gjøre noe med. I 2018 ble hun tildelt forskningsstøtte fra Barnekreftforeningen til prosjektet «Ferdigbehandlet – hva nå?». Prosjektet, som ledes av barnesykepleier og stipendiat Elna Hamilton Larsen, studerer overgangen fra aktiv kreftbehandling til poliklinisk oppfølging hos ungdom. Fra å ha tett kontakt med leger og tverrfaglig helsepersonell, kjenner mange på følelsen av å bli «overlatt til seg selv» når behandlingen avsluttes.

– Neste kontroll kan være måneder fram i tid, og det som er en lykkens dag kan også virke skremmende. Den nye normalen kan dessuten være annerledes enn normalen var før kreftsykdommen. Kroppen er kanskje ikke like sterk, og de

unge kan ha gått glipp av mye sosialt sammenlignet med sine jevnaldrende.

I forbindelse med prosjektet har forskerne utarbeidet et kommunikasjonsverktøy med aktuelle temaer for samtaler mellom ungdom og helsepersonell.

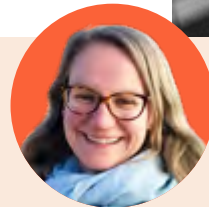
– Vi ønsker å bidra til at ungdom, gjennom forståelse og kunnskap, håndterer utfordringene bedre, forteller Lie.

Hindringer for god kommunikasjon

Forskeren erfarer at det er store, umettede behov for tilrettelagt informasjon om psykososiale seneffekter. Hun forteller at flere hindringer kan stå i veien for at de unge får kunnskapen de trenger.

– Det kan oppleves som utfordrende, men helsepersonell må ta ansvar for å bringe relevante temaer på banen, insisterer hun. – Ungdommene har ingen forutsetninger for å vite hva de skal spørre om.

Lie beskriver hvordan foreldre og barn i noen tilfeller ønsker å beskytte hverandre. På den ene siden vil foreldre skåne barna sine for vanskelig informasjon. På den andre siden prøver barna å beskytte foreldrene. De kan føle at de har påført dem



«Det er viktig at foreldre til barn og ungdom som er, eller har vært, rammet av kreft legger opp til åpenhet.»

Hanne Cathrine Lie

nok bekymring i sykdomsforløpet, og ønsker ikke å skape flere «problemer» for sine nærmeste.

– Det er viktig at foreldre til barn og ungdom som er, eller har vært, rammet av kreft legger opp til åpenhet, understreker hun. – Gjør det tydelig at «Du kan fortelle meg alt om hvordan du har det. Jeg tåler det, og jeg er her for å hjelpe deg!»



Foto: Jonathan Sanchez/Unsplash

Den nye normalen

Psykososiale seneffekter kan påvirke hverdagslivet på ulike måter og i varierende grad. De kan oppleves som vanskelige å sette fingeren på, og det kan være nyttig å bli kjent med egne grenser, og kroppen sin, «på nytt» etter endt behandling.

– Noen tenker at utfordringene de opplever ikke er alvorlige nok, og lar være å ta det opp med helsepersonell, forteller Lie. – Mitt råd er å snakke med legen! Da vil du få hjelp til å forstå hva som kan skyldes kreftbehandlingen, og råd om hvordan utfordringene kan håndteres.

Ungdommene fortjener kred!

– Voksne er ofte sykmeldte i en periode etter avsluttet behandling, forteller Lie. – De har behov for å «komme seg igjen», både fysisk og mentalt. Barn er derimot ofte utålmodige etter å komme tilbake

til venner og aktiviteter, men livet etter behandling svarer ikke nødvendigvis til forventningene.

I sine studier har Lie sett at de som tør å være åpne, ofte finner gode mestringsstrategier. Hun jobber for at forskning og litteratur skal bli mindre problemorientert og mer fokusert på ressursene som bor i barn og unge.

– Jeg vil gjerne gi ungdommene våre kred for å finne løsninger! Jeg slutter aldri å bli imponert over hvordan de finner sine egne strategier for å håndtere kognitive og fysiske utfordringer. Dette er en gjeng som mestrer det utroligste!

SCAN QR-KODEN FOR
Å LESE MER OM SENEFFEKTER
PÅ WEBSIDEN VÅR



Forsker på fatigue blant ungdom som har hatt kreft

I et annet prosjekt finansiert av Barnekreftforeningen studerer Hanne Cathrine Lie, i samarbeid med Marie Hamilton Larsen og Ellisiv Lærum-Onsager, fatigue blant ungdom som har hatt kreft. Prosjektet tar sikte på å bidra med kunnskap om hvor vanlig det er, hvem som er mest utsatt, og hvordan hverdagen deres blir preget. Forskerne ønsker å utarbeide gode rutiner for informasjon om og håndtering av fatigue ved etterkontroller.

Vanlige utfordringer med livet etter kreft i ung alder

- Å oppleve utenforskap fordi man ikke har samme referanserammer som sine jevnaldrende
- Å ha erfaringer som gjør en moden på en annen måte enn vennene sine
- Før ville man kanskje skille seg ut, nå vil man helst være som de andre
- Fysiske påminnelser som gjør at man aldri «slipper unna»
- Å se frisk ut til tross for seneffekter, og derfor oppleve mangel på forståelse
- Å kjenne på frykt for tilbakefall
- Noen blir utsatt for erting og mobbing
- Enkelte har mistet venner og føler seg ensomme
- De som er gamle nok til å reflektere over hva de har vært gjennom kan ha behov for hjelp til å bearbeide erfaringene
- Å ha utfordringer som gjør at man skiller seg ut og må forklare at man har utfordringer, men når? Til hvem?
- Noen har et ønske om å være som alle andre, men kjenner samtidig på et behov for anerkjennelse for hva de har vært gjennom

– Skole er så mye mer enn undervisning!

– Skole er den viktigste tilhørighetsarenaen for barn og unge. Det er mye fokus på utenforskap, men for oss handler skole om «innenforskap».

Tekst: Stine Nevjar



Ved Sykehuskolen i Oslo tilbys undervisning til elever i grunnskolen og videregående skole fra hele landet, som er lagt inn på sykehuset i kortere eller lengre perioder. Åsmund Haugrav Wætten var rektor ved skolen i perioden 2017–2023. Han forteller at sykehuskolen følger opp tett fra første innleggelsesdag, for å kunne gi et tilpasset undervisningstilbud.

En pause fra sykdom

Sykehuskolen jobber for å motivere barn og ungdom til å være fysisk til stede og delta i undervisning så ofte de kan. Elevenes påvirkning på egen hverdag, og deltakelse i estetiske og praktiske prosjekter, skal gjøre undervisningen til et positivt avbrekk fra sykdommen.

– Når elevene kommer tilbake til den vanlige skolen sin, skal de slippe å kun fokusere på alt de *ikke* har vært med på, sier den engasjerte rektoren. – Sykehuskolen gir dem mulighet til å fortelle om ting de *har* gjort, som opplevelser de har hatt, prosjekter de har vært med på og venner de har fått.

– For de som er innlagt i institusjon, er hverdagene ofte preget av mye tid som det eneste barnet, omgitt av mange voksne i hvite frakker, sier Wætten. – På skolestua lukter det ikke sykehus. Vi går i vanlige klær og vi snakker ikke om sykdom med mindre elevene selv tar initiativ.

Mestring og opplevelser

Skolestua er et begrep Åsmund bruker i bred forstand. Det omfatter aktiv bruk av naturen og skolehagene som er etablert ved både Ullevål, Rikshospitalet og Radiumhospitalet.



«På skolestua lukter det ikke sykehus. Vi går i vanlige klær og vi snakker ikke om sykdom med mindre elevene selv tar initiativ.»

Åsmund Haugrav Wætten

– Elevene har selv vært med på utformingen av skolehagene. De har designet og bygget vekstkasser og plantet blomster, planter og grønnsaker. Skolen disponerer dessuten en parsell, der fremoverlente lærere sørger for stadig nye prosjekter. De var tidlig ute med å fokusere på kortreist, økologisk mat, og har blant annet dyrket gulrøtter i mange farger, og laget egne grønnskålchips!

Sammensatt elevmasse

Ettersom skoledagene i stor grad styres av elevens interesser, må lærerne ved sykehuskolen ha bred kompetanse, og kunne undervise fra 1.–13. trinn. Wætten forklarer at elever i videregående skole som blir lagt inn på sykehus, ofte er bekymret for fraværet det medfører. For denne gruppen er det viktig å delta i undervisning på sykehuskolen slik at de blir vurdert i alle fag og kan ta eksamen.

– Vi har tilbud til både barn med skoleplikt, altså barne- og ungdomsskole, og til ungdom med skolerett, altså videregående. Det er naturligvis stor forskjell på elevenes behov, og på videregående handler det ofte om eksamensforberedelser.

Sykehuskolen samarbeider tett med avdelingen der eleven er innlagt. De ansatte får helseinformasjon som er relevant for undervisningen, og er underlagt taushetsplikt på samme måte som medisinsk personell. Det holdes også hyppige samarbeidsmøter med relevante ressurser som kontaktlærere, sosiallærere, PPT og helsesykepleiere fra elevens hjemsted.

Tilbud til søsken

At Barnekreftforeningen er blitt tildelt TV-aksjonen 2024 (*les mer om dette på side 19*) for å bygge familiesentre i nærheten av universitetssykehusene, ser Wætten på som svært positivt. Rektoren understreker spesielt pårørende søskens behov for oppfølging.

– Sykehuskolen tilbyr undervisning til de syke barnas søsken så sant det er kapasitet, men dessverre har de per nå ikke lovfestet rett til dette. I utkastet til ny opplæringslov, som er under behandling, er søsken definert som rettighetshavere, og jeg håper dette vil bli vedtatt.

– Skole er så mye mer enn undervisning! Alle barn er opptatt av å være normale, og skole er normalt. I en hverdag preget av uforutsigbarhet og vonde situasjoner, gir skolen barn og ungdom en følelse av normalitet, kontroll og noe annet å fokusere på, avslutter Wætten.

Mange rettigheter

Alle som har syke barn under behandling har rett til en samtale med sosionom ved sykehuset. Sosionomen opplyser og veileder i forhold til hvilke rettigheter du har. Barnekreftforeningen tilbyr også våre medlemmer inntil to timers gratis juridisk veiledning hos Advokatfirmaet Lippestad.

Tekst: Stine Nevjar



Barnekreftforeningens seneffektseminarer 2023

BERGEN: 3. juni

SANDEFJORD: 26. august

TROMSØ: 30. september

TRONDHEIM: 18. november



Einar Stensvold, Overlege, PhD og Elna Hamilton Larsen, Barnesykepleier



Amalie Rongved, barnekreftoverlever, deler erfaringer fra sitt liv med seneffekter



Tilbake til en ny normal

Når et barn eller en ungdom som har vært gjennom kreftbehandling skal tilbake til hverdagen, er det ikke uvanlig å oppleve at livet blir litt annerledes enn før. Ved å arrangere seneffektseminarer, ønsker Barnekreftforeningen å øke kunnskap og forståelse rundt utfordringer barn og unge kan møte etter at kreftbehandlingen er avsluttet.

Mer forståelse – mindre frustrasjon

Når kroppen endelig er kreftfri og hverdagen igjen kan normaliseres, kan utfordringer knyttet til fysisk eller mental helse påvirke dagliglivet i større eller mindre grad. Aktiviteter og situasjoner som tidligere har gått av seg selv, kan for noen kreve en helt annen tilnærming og energibruk. Kanskje vil det føles riktig å tenke og prioritere litt annerledes enn før, for å finne seg mest mulig til rette i livet etter kreftbehandlingen.

Når barn og unge opplever seneffekter etter kreftbehandling, involverer det ikke bare den som har vært syk, men også foreldre og søsken. For at den nye hverdagen skal bli så god som mulig for hele familien, er det derfor viktig at familiemedlemmene har felles forståelse og kunnskap om hvordan seneffekter kan påvirke aktiviteter og prioriteringer. Ved å lære om, og snakke åpent om, fysiske og psykososiale seneffekter etter kreftbehandling, kan forventningene tilpasses situasjonen. Slik kan

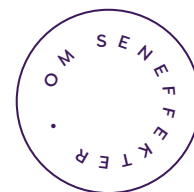
hele familien bidra til at den nye hverdagen blir fylt med positive opplevelser, ikke med skuffelser og frustrasjon.

Seneffektseminarer

Barnekreftforeningen arrangerte årets første seneffektseminar i begynnelsen av juni. Samlingen ble holdt ved Quality Hotell Edvard Grieg i Bergen, og var et resultat av tett samarbeid mellom Fylkesforeningene i Vestland og Rogaland, Barnekreftforeningen sentralt og

«Mange ungdommer og unge voksne sliter, også lenge etter at behandlingen er avsluttet. Ofte klarer de ikke å knytte det til kreftbehandlingen de har vært gjennom. Vi ønsker at seneffektseminarene skal bidra til at viktige brikker faller på plass, slik at de får en bedre hverdag.»

Britt Ingunn Sævig, fagsjef i Barnekreftforeningen



Seneffektsamling i Bergen



Psykologspesialist Jeanette Røseth om livssorg i familien

Stiftelsen Dam. Sistnevnte støtter samlingene i alle fire regioner økonomisk, slik at landets fremste fagpersoner på feltet kan stille opp og dele sin kunnskap, uavhengig av hvor i landet seminaret finner sted.

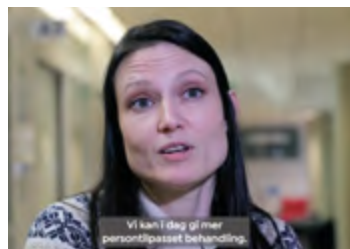
Seneffekter er sammensatt, og programmet på Barnekreftforeningens seminarer gjenspeiler nettopp dette. Helsepersonell med ulik faglig tilnærming ivaretar forskjellige aspekter barnekreftoverleverne og deres familier forholder seg til etter avsluttet kreftbehandling. I tillegg får familiene som deltar anledning til å snakke med både fagpersoner og likesinnede om egne erfaringer. Samvær og gode samtaler med gamle og nye bekjentskaper i en liknende situasjon, er av uvurderlig betydning for mange av deltakerne.

SCAN QR-KODEN FOR MER INFORMASJON OG PÅMELDINGSSKJEMA



Filmer om seneffekter

På seneffektseminaret i Bergen sommeren 2023, lanserte Barnekreftforeningen fire filmer om seneffekter etter kreftbehandling finansiert av Stiftelsen Dam. I hver av filmene får vi møte en barnekreftoverlever som forteller sin personlige historie, og vi får faglige innspill fra profesjonelle på feltet. Målet med filmene er å formidle kunnskap om seneffekter for å skape økt forståelse hos barnekreftoverleverne selv, deres familier, venner og på andre sosiale arenaer. Filmene kan sees samlet eller hver for seg, og er tilgjengelige på Barnekreftforeningens YouTube-kanal.



Faglig program, Barnekreftforeningens seneffektseminar i Bergen, juni 2023

- *Livssorg i familien.*
Foredrag av psykologspesialist Jeanette Røseth
- Bakgrunn for og visning av Barnekreftforeningens filmer om seneffekter
- *Amalie Rongved, barnekreftoverlever, deler erfaringer fra sitt liv med seneffekter.*
Panelsamtale med Amalie og Britt Ingunn Sævig, fagsjef i Barnekreftforeningen
- *Seneffekter etter kreft hos barn og ungdom.*
Foredrag av Inga Maria Johannsdottir, seksjonsleder BKB, Oslo universitetssykehus
- *Forskning på seneffekter og tiden etter behandling – hva har vi funnet?*
Foredrag av Einar Stensvold, Overlege, PhD og Elna Hamilton Larsen, Barnesykepleier, Barneavdeling for kreft- og blodsykdommer, Rikshospitalet og PhD Med. Fakultet UiO
- *Rehabilitering etter kreftbehandling.*
Britt Ingunn Sævig informerer om rehabiliteringssentre

Hvordan kan jeg markere BARNEKREFTMÅNEDEN?

September er Den internasjonale barnekreftmåned
og vi håper at du vil være med å markere den.

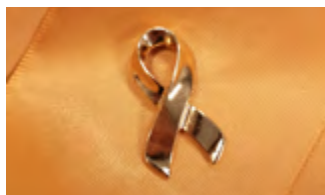


1

Kjøp og bær en gullsløyfe

Gullsløyfen er det internasjonale symbolet for barnekreft. Sløyfen ble laget i gull siden gull er et av de edleste mest verdifulle metallene vi har. Gi din støtte og bær en gullsløyfe for barn og ungdom med kreft. Det finnes flere butikker som selger gullsløyfen. Blant annet våre samarbeidspartnere Elkjøp, Nille og Espresso House.

Gullsløyfen kan kjøpes på nett på barnekreftforeningen.no



2

Kjøp et HÅP-armbånd

I år har Barnekreftforeningen lansert armbånd med teksten «HÅP» og gullsløyfen. Håp er en av Barnekreftforeningens fire verdier: Mot, Håp, Styrke og Glede. Armbåndene er fargerike, komfortable og fleksible. Armbåndene er ikke designet for å være perfekte og dyrebare, men for å vise at vi står sammen i kampen mot barnekreft!

Armbåndene kan kjøpes via våre nettsider.



3

Delta på «Løp for meg»

For sjette året på rad arrangerer Barnekreftforeningen den aktive innsamlingsaksjonen «Løp for meg». Gjennom hele september løper vi sammen over hele landet til inntekt for barnekreftsaken. I år som i fjor inviterer vi store og små, og det spiller ingen rolle hvor fort eller langt du løper. Det som virkelig betyr noe, er den viktige saken du løper for.

Finn ditt lokale løp på barnekreftforeningen.no/lopformeg

Andre arrangementer

Barnekreftforeningens 13 fylkesforeninger arrangerer flere arrangementer i løpet av september for sine medlemmer. Invitasjoner og påmelding finner du på barnekreftforeningen.no

4

Støtt oss eller start din egen innsamlingsaksjon

Et av Barnekreftforeningens hovedmål er at ingen barn skal dø av kreft, og at flere barn skal få et godt liv etter behandling. For å få til dette trengs det mer støtte til forskning. Gjør som hundrevis av andre og start din egen innsamling. Sammen kan vi nå målet. På våre nettsider kan du starte din egen innsamling eller støtte en som allerede er opprettet.

Start din egen innsamling på barnekreftforeningen.no/minaksjon

Sosiale medier

Vi ønsker å se hvordan du markerer Barnekreftmåned, derfor håper vi at du tagger oss i sosiale medier! @Barnekreftforeningen #barnekreftforeningen #lopformeg #barnekreftmåned #gullsløyfe



TV-AKSJONEN 2024 TIL BARNEKREFTFORENINGEN

En bedre hverdag for alvorlig syke barn og deres familier

Stemningen var høy blant medlemmer og ansatte da NRK i juni kunngjorde at Barnekreftforeningen er tildelt TV-aksjonen i 2024.

– Dette gir oss mulighet til å realisere familiesentrene for langtidssyke barn og deres familier, jubler generalsekretær Trine Nicolaysen. – Familiesentrene er et prosjekt vi har jobbet med i flere år. Vi har vært fast bestemt på å gjennomføre etableringen, men uten finansiering gjennom TV-aksjonen ville det ha tatt vesentlig lengre tid, utdyper hun. – Nå vet vi at langtidssyke barn og deres familier vil få tilbud om «et hjem hjemmefra», i nærheten av fire Universitetssykehus, om få år!

Et udekket behov

I Sverige, Danmark og Finland ønskes familier med langtidssyke barn velkommen til familiesentre i nærheten av behandlingsansvarlige sykehus i perioden barnet er under behandling. I Norge har vi ingen tilsvarende tilbud, og Barnekreftforeningen

søkte om TV-aksjonen 2024 for å etablere familiesentre ved Universitetssykehusene i Tromsø, Trondheim, Bergen og Oslo.

Familiesentrene vil gi langtidssyke barn, og deres foreldre og søsken, et sted å bo med rom for privatliv i kritiske perioder. Her vil de få tilbud om hjelp til å håndtere de praktiske og mentale utfordringene alvorlig sykdom hos barn fører med seg. Fagpersoner og frivillige vil tilby informasjon og støtte, slik at foreldrene kan være der for barna gjennom krisen. Barnekreftforeningen er spesielt opptatt av at søsken til alvorlig syke barn skal inkluderes på sine premisser.

«Jeg er helt sikker på at dette blir en TV-aksjon som vil engasjere befolkningen i 2024.»

Vibeke Furst Haugen, kringkastingsjef

Verdens største dugnad

19. juni ble det klart at Barnekreftforeningens søknad trakk det lengste strået blant de 14 organisasjonene som søkte om å bli tildelt TV-aksjonen 2024. Avgjørelsen tas av kringkastingsjefen etter innstilling fra Innsamlingsrådet for TV-aksjonen.

– Jeg er helt sikker på at dette blir en TV-aksjon som vil engasjere befolkningen i 2024, sier kringkastingsjef Vibeke Furst Haugen.

NRK TV-aksjonen blir omtalt som verdens største dugnad, og et stort apparat settes i sving for å samle inn så store beløp som mulig. De siste årene har innsamlingsbeløpet ligget på over 250 millioner kroner.

– Vi gleder oss stort til å samarbeide med TV-aksjonen for å bidra til en bedre hverdag for alvorlig syke barn og deres familier, sier generalsekretær Trine Nicolaysen.

Tekst: Stine Nevjar **Foto:** NRK

Det er med
sommerfugler
i magen og
fingrene kryssset
at vi lanserer
**Barnekraft-
appen!**

Tekst: Kine Gjerstad Eide

Følg med på nettsidene
til Barnekreftforeningen
for mer informasjon.

Med få tastetrykk skal omsorgspersoner og foreldre finne all nyttig informasjon om barnekreft samlet i én app. Dette synes vi er et veldig spennende produkt. Fordi: Jo mer vi har jobba med dette, jo mer sikrere er vi på at appen trengs!

Grunnlaget for appen er skapt gjennom de siste 40 årene. Frivillige har utformet skriv, velkomstbrev, informasjonsmateriale og mye annen informasjon for å hjelpe dem som kommer etter. Det er et vanvittig stykke arbeid som ligger til grunn og som stolt bygges videre på!

Hvem er appen for?

I første omgang skreddersys appen for de som nylig har fått vite at deres barn har kreft. Det utelukker på ingen måte andre fra å ta i bruk appen, men det er greit å ha i bakhodet at det er for denne gruppen alt innhold er tilpasset, og det er denne gruppen sine hensyn som er blitt vektlagt mest underveis i utviklingen.

Når man laster ned og tar i bruk appen for første gang, må man lage en bruker. Deretter får man ett eller flere introduksjonsspørsmål. Foreldre som i dag har barn under kreftbehandling, får bare ett introduksjonsspørsmål før de er inne i appen. Alle andre får litt flere, dette for å kartlegge hvem som bruker appen, slik at innholdet etterhvert kan tilpasses ut fra om det er besteforeldre, lærere, søsken eller andre som bruker appen.

Hva gjør appen

Appen svarer på tre ting:

1. Gir informasjon

Den gir trygg og oppdatert informasjon om barnekreft, så vel som informasjon om en rekke temaer rundt dette.

For eksempel viser den forslag til pakkelister til sykehuset og gir oversikt over økonomiske rettigheter. Den kommer også med forslag til hva man kan be venner og naboer om hjelp til, den gir råd rundt hvordan man kan snakke om kreft med andre og hva man kan forvente av reaksjoner hos seg selv, og andre.

2. Sortere og navigi

Appen gir mulighet til å lagre, samt å sortere informasjonen i egne mapper. I tillegg kan man laste opp informasjon fra mobil, slik som PDF, bilder, eller rett og slett skrive egne notater. For eksempel kan man ta bilde av dokumenter man får på sykehuset.

3. Trygg sosialisering

Tilbakemelding i intervjuprosessen viste at mange synes det var vanskelig å vite hva man kan delta på. Samtidig kom det også tydelig frem at deltakelse i aktiviteter eller arrangementer, hadde en tydelig positiv effekt. Derfor viser appen hva som skjer og som man trygt kan delta på.

Hele appen er bygd opp med tanke på at foreldre som opplever å få et barn med kreft, allerede har nok å tenke på. De har ikke behov for å sette seg inn i noe helt nytt. Derfor er det brukt kjente knapper og ikoner som gjør det enkelt å navigere.

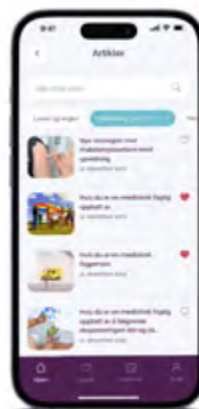
Til høyre ser du et bilde av appen:

Legg merke til menyen nederst. Har du kanskje sett noe som ligner andre steder?

Hva nå?

Nå venter vi spent på tilbakemeldinger fra dere! Blir appen brukt som forventet? Finner dere det dere trenger? Har vi lagt til riktig og tilstrekkelig informasjon, eller ønsker dere kanskje lengre tekster? Vil dere ha mer eller mindre bilder? Og ikke minst, hjelper appen? Får dere en følelse av at den tilfører en slags støtte? Dette og mye mer er spørsmål vi gjerne vil ha svar på.

Så nøl ikke med å gi oss dine tanker og innspill til appen. Hele poenget er at den skal gi støtte, og det kan bare dere svare på om den gjør!



Lurer du på noe?

Ta kontakt med:
Kine Gjerstad Eide
Prosjektleder Helseapp
kine@barnekreftforeningen.no
eller ring på 411 08 655



FotballtrøyeFredag 2023 ble en enorm suksess

5. mai ble den tredje utgaven av FotballtrøyeFredag avholdt. Med et rekordstort engasjement fra både folk og bedrifter knuste Barnekreftforeningen alle tidligere rekorder.



Samlet inn rundt
50.000 kroner

Kaffikroken på Joker Finnås

Den første fredagen i mai er på god vei til å bli en merkedag i Barnekreftforeningen og i folkets kalender. For tredje år på rad ble det arrangert FotballtrøyeFredag, med mål om å samle så mange som mulig på samme lag i kampen mot barnekreft.

I år opplevde vi en stor vekst fra året før og satte nye rekorder på engasjement og penger innsamlet. Dette er uvurderlige midler som hjelper oss i arbeidet med å kunne tilby mer hjelp til de som rammes av barnekreft, og som får oss et steg nærmere målet om at ingen barn skal dø av kreft. Årets lag strakk seg fra Elkjøp og DNB i Oslo, innom Joker Finnås på Bømlo og til 7. klasse på Alvdaal Barneskole.

Det kollektive engasjementet nasjonalt for FotballtrøyeFredag var helt enormt. #fotballtrøyefredag trendet hele dagen på Twitter, hashtaggen ble brukt over 4.000 ganger på Instagram. Og bedrifts-Norge mobiliserte på LinkedIn med så mange bedrifter at vi til slutt mistet tellingen. I tillegg fant mange lokalsamfunn sammen og stilte opp for saken.

– Vi i Barnekreftforeningen er overveldet over engasjementet og kreativiteten folk stiller opp med. Vi ønsker å rette en enorm takk til alle som er med å bidra til at FotballtrøyeFredag virkelig har blitt en kampdag som setter spor, sier Daniel Faldmo, rådgiver for Aksjoner og Event i Barnekreftforeningen.



TEAM RYNKEBY

Team Rynkeby sykler fra Oslo til Paris for en god sak

Team Rynkeby er et sykkellag som består av flere hundre syklistar som hvert år sykler fra Oslo til Paris for en god sak, en bedre helse og for en fantastisk opplevelse. De er Barnekreftforeningens aller største bidragsyter og har siden oppstarten i 2014 samlet inn over 70

millioner kroner til barnekreftsaken. Samtidig som de trener seg opp til den lange turen i løpet av året, samler de inn sponsorer, arrangerer skoleløp og avholder flere arrangementer for å gjøre både turen – og støtten til Barnekreftforeningen – mulig!

Foto: mTabs



Samlet inn over
86.000 kroner

1.000 BURPEES FOR BARNEKREFTFORENINGEN

En ny tradisjon

For tredje år på rad samlet spreke folk seg i sommervarmen på Voldsløkka i Oslo og andre steder i landet. Markus Tveit, mannen bak innsamlingen, forteller at det blir nytt arrangement i 2024.



Elkjøp Sortland samlet
inn 216.010 kroner

Ikke bare Elkjøp Sortland markerte FotballtrøyeFredag. Også på Elkjøp Tromsø stilte de ansatte opp for saken

Sett av dato for neste
FotballtrøyeFredag:
3. mai 2024



Samlet inn over
77.000 kroner

Engasjerte elever ved
Alvdal Barneskole

LØP FOR MEG

Løp for en god sak
i hele september

Også i år arrangerer Barnekreftforeningen den aktive innsamlingsaksjonen, «Løp for meg». Løpet er lagt til september for å markere Den internasjonale barnekreftmåneden. Barnekreftforeningen inviterer store og små til å løpe for barn og unge som er rammet av kreft. Det spiller ingen rolle hvor fort eller langt du løper – det som virkelig betyr noe, er den viktige saken du løper for. Gjennom din deltakelse er du med å bekjempe barnekreft! Kanskje finnes det et løp i nærheten av deg?

Tagg gjerne bildene i sosiale medier med @barnekreftforeningen og #løpformeg – så ser vi hvem som løper sammen med oss!

SCAN QR-KODEN
FOR MER INFO
OM LØP FOR MEG



FLYING TIGER COPENHAGEN OG BARNEKREFTFORENINGEN

– ET HJERTE SOM
BANKER FOR BARNNA

Tekst: Stine Nevjar Foto: Flying Tiger Copenhagen

Martin Sörenhag er Flying Tiger Copenhagens administrerende direktør i Norden, og matchmakeren bak partnerskapet mellom bedriften og barnekreftsaken. Siden starten i Sverige i 2016, er samarbeidet blitt utvidet til alle de nordiske landene. I 2020 ble bedriften en av hovedsamarbeidspartnere til Barnekreftforeningen her i Norge.

Verdifulle overskuddsvarer

Som ansvarlig for det svenske markedet, ble Sörenhag i 2016 oppmerksom på den store mengden overskuddsvarer som ble liggende igjen i butikkene etter kampanjer. Synet fikk ham til å ønske at varene, i stedet for å være til overs, skulle komme til nytte i en annen sammenheng. Sörenhag kontaktet Barncancerfonden (vår søsterforening i Sverige), og produktene ble donert til svenske sykehus som såkalte «stikkpresanger». Slik sørget Sörenhag personlig for at barn med kreft fikk en hyggelig overraskelse i bytte mot et stikk i armen når de skulle ta blodprøver, eller ved andre undersøkelser. Samtidig fikk overskuddsvarerne et nytt liv der de skapte helt andre verdier enn de opprinnelig var tiltenkt.

– Jeg følte at dersom vi kan være med å hjelpe, så må vi det. Slik er det bare, forteller Sörenhag. – Og det fine er at denne tankegangen har satt preg på hele bedriften. De ansatte opplever virkelig at de er med på å gjøre en forskjell.

Måltrettet arbeid og intern stolthet

Samarbeidet med Barnekreftforeningen har altså solid forankring på alle nivåer

i Flying Tiger Copenhagen. – Støtten til barnekreftsaken er noe av det jeg er mest stolt av å ha oppnådd i jobben min, sier den engasjerte direktøren.

Flying Tiger Copenhagen jobber strukturert med partnerskapet, blant annet med et eget årshjul for aktiviteter. En dedikert ambassadør i hvert land koordinerer arbeidet og sørger for å skape engasjement i hele bedriften.

– Flying Tiger Copenhagen er gode på å knytte barnekreftsaken til sin merkevare og sitt budskap, sier Irene Rivelsrud, partneransvarlig i Barnekreftforeningen. – De begynte med å «gi en tier» i 2020, og siden har bedriften støttet barnekreftsaken med over 2,1 millioner kroner!

Siden 2020 har Flying Tiger Copenhagen støttet Barnekreftforeningen med 2,1 millioner kroner!

– I Barnekreftforeningen er vi dypt takknemlige for den økonomiske støtten, men partnerskapet har også en annen dimensjon, fortsetter hun. – Ved å ha et så tydelig fokus i butikkene, bidrar de til verdifull synlighet og engasjement rundt saken vår.

Vær en superhelt

Flying Tiger Copenhagen støtter altså barnekreftsaken på ulike måter. Leker, spill og effekter som doneres til sykehus og sommerleiren «Ferie med mening» skaper

smil, latter og fine stunder, og kommer slik barna direkte til gode. I tillegg står bedriften bak en rekke initiativer som genererer viktig økonomisk støtte. Blant annet går en del av salgssummen på utvalgte produkter til Barnekreftforeningens arbeid.

Den største kampanjen er imidlertid «Superhero month», som arrangeres hvert år i barnekreftmåneden september. Da kler de ansatte seg ut som superhelter, og oppfordrer alle kunder til å «gi en tier» til barnekreftsaken. Ifølge Sörenhag skaper kampanjen både samhold, stolthet og konkurranse blant de ansatte.

– Det er så gøy at ansatte i Flying Tiger Copenhagen kler seg ut som superhelter, for det er virkelig det de er! De hjelper oss jo å bekjempe barnekreft, sier Rivelsrud. – I september 2022 samlet de inn over en halv million kroner på denne måten. Nå er vi spente på resultatene i 2023!

Kontrasten mellom den lekne butikken Flying Tiger Copenhagen og en alvorlig sak som barnekreft, kan virke stor. Likevel er arbeidet de gjør helt i tråd med Barnekreftforeningens visjon om å spre håp, glede og gode øyeblikk. Tar du en tur innom en av butikkene i løpet av september vil du både se og føle det store engasjementet og hjertet for saken. Du trenger ikke ha superkrefter for å være en superhelt!

MER OM VÅRE SAMARBEIDSPARTNERE KAN DU LESE PÅ BARNEKREFTFORENINGEN.NO



Martin Sørenhag,
administrerende
direktør i Norden

«Flying Tiger Copenhagen er barnas butikk, og *hjertet* er en av våre verdier. Som partner av Barnekreftforeningen jobber vi for barnas beste, og med en sak som ligger nær hjertet. Vi er en perfekt match!»

Flying Tiger
Copenhagen arrangerer
«Superhero month»
i hele september



I september
er det «Super-
hero month»

I september kler de ansatte seg ut som superhelter, og oppfordrer alle kunder til å «gi en tier» til barnekreftsaken

Pasta la Dusta

Vegetarolognese med linser

Visste du at ...

Linser er rike på næringsstoffer og proteiner og milde på smak?



Følg @kremno_elin
på Instagram

Foto: Elin Vatnar Nilsen

Elin Vatnar Nilsen er utdannet konditor og driver bloggen krem.no. Til høsten lanseres hennes nye kokebok for barn: «Bukkene Bruses kokebok». Tusen takk til Elin som deler denne nydelige og smakfulle oppskriften med oss!

OPPSKRIFTEN
GIR 4 PORSJONER

INGREDIENSER

- 2 stalker stangselleri, i biter
- 2 gulrøtter, i terninger
- 2 fedd hvitløk, revet eller finhakket
- 1 liten løk, finhakket
- 1–2 ss tomatpuré
- 1 boks (ca. 400 g) hermetiske tomater
- 120 g (ca. 1½ dl) røde linser
- 6 dl vann og 1 terning grønnsakbuljong eller 5 dl ferdig grønnsakbuljong og 1 dl vann
- 10 cherrytomater
- 2–3 ts tørket oregano
- frisk basilikum
- Linguine eller spaghetti (pasta)

FREMGANGSMÅTE

- 1 Ha litt olje i en stekepanne og stek selleri, gulrøtter, løk og hvitløk på middels varme til løken er myk.
- 2 Tilsett tomatpuré og tørket oregano. Fres sammen med grønnsakene et par minutter.
- 3 Ha i hermetiske tomater, vann og grønnsaksbuljong (evt. buljongterning).
- 4 Skyll linsene godt og ha i panna.
- 5 La koke i 40–50 minutter. Rett før servering, tilsett cherrytomater og litt finhakket basilikum.
- 6 Kok pasta som anvist på pakken og server.

02. – 03. september**Likepersonssamling**

Gardermoen

15. – 17. september**Familietur til Danmark****22. – 24. september****Helg for foreldre som har mistet**

Dr. Holms Hotel, Geilo

30. september**Seneffektseminar Nord**

Scandic Ishavshotellet, Tromsø

06. – 08. oktober**Sorgsamling**

Hadeland Hotell, Gran

08. – 11. oktober**Ungdomstur til Trondheim****27. – 29. oktober****Ledersamling 2023**

Scandic Fornebu, Fornebu

18. november**Seneffektseminar Midt-Norge**

Scandic Nidelven, Trondheim

24. – 26. november**Ungdomstur til Gøteborg****01. – 03. desember****Ungdomstur til Polen**

ALLE ARRANGEMENTER I VÅRE
FYLKESFORENINGER LEGGES UT FORTLØPENDE
PÅ [BARNEKREFTFORENINGEN.NO/AKTIVITETER](https://barnekreftforeningen.no/aktiviteter)



Bekjempe barnekreft og gi familier støtten de trenger.

Samfunnsoppdrag

Barnekreftforeningen skal være en støttepartner og informasjonskilde for familier som rammes av barnekreft slik at de ikke føler seg alene. Samtidig ønsker vi å være den største pådriveren i Norge til å sette fokus på barnekreft i media og i samfunnet. Vi skal bidra til forskning og utdanning for å bekjempe barnekreft.

Verdier

Vi gir håp til hverandre og omverdenen.

Vi har mot til å si ifra på vegne av familiene.

Vi har styrke til å støtte barna og familiene som er rammet.

Vi skaper glede i hverdagen.

Følg oss på sosiale medier:



Facebook



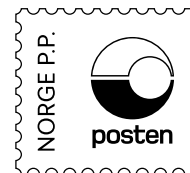
Instagram



YouTube



LinkedIn



Returadresse: Barnekreftforeningen, Postboks 78 Sentrum, 0101 Oslo

KREFTFRI

MEN IKKE FRISK

September er Den internasjonale
barnekreftmåned. Støtt forskning på barnekreft,
så flere barn kan få et godt liv etter behandling.

VIPPS 02099

 Barnekreft
foreningen