



UNGkrefit

Årsrapport
2025



Innhold

1.	Styreleders ord	5
2.	Formål	6
3.	Tilbud og aktiviteter	8
4.	Informasjonsarbeid	20
5.	Interessepolitikk	30
6.	Strategi- og handlingsplan	34
7.	Organisering	36
8.	Representasjon	40
9.	Økonomi	44

1. Styreleders ord

Kjære leser!

Det er med både stolthet og vemod jeg skriver mine siste ord til årsberetningen som styreleder i Ung Kreft. Etter 11 år i Hovedstyret – i ulike roller og sammenhenger – er det umulig å ikke stoppe opp og reflektere over den utviklingen vi har vært en del av.

Da jeg først ble engasjert i Ung Kreft, var organisasjonen ganske annerledes, mer sårbar og i større grad preget av enkeltpersoners innsats. Vi hadde et sterkt engasjement og en tydelig vilje til å skape noe viktig, men også et stort behov for struktur, forutsigbarhet og langsiktighet. I dag fremstår Ung Kreft som en moden organisasjon, med tydelig retning, solid drift og en stadig sterkere posisjon – både for medlemmene våre og i samfunnet for øvrig.

Gjennom disse årene har vi utviklet oss organisatorisk, faglig og politisk. Vi har bygget strukturer som gjør oss mindre avhengige av enkeltpersoner, styrket tilbudene til medlemmene våre og tatt en tydeligere rolle som interessepolitisk aktør. Ung Kreft har blitt en organisasjon som ikke bare skaper fellesskap og støtte, men som også setter dagsorden og bidrar til reell endring.

Samtidig er det viktig å understreke at det som virkelig har båret organisasjonen frem, er menneskene. Frivillige, tillitsvalgte, ansatte og medlemmer – alle har bidratt til å forme Ung Kreft til det det er i dag. Det er et fellesskap preget av styrke, åpenhet og en vilje til å stå opp for hverandre, også når livet er på sitt mest krevende.

For meg personlig har Ung Kreft vært mer enn et verv eller et engasjement. Det har vært en arena for læring, for utvikling og for tilhørighet – og den muligheten som gjorde at jeg i dag har den jobben jeg har. Jeg har fått oppleve hva det betyr når mennesker går sammen for å skape noe som er større enn seg selv – og hvor mye det faktisk er mulig å få til når man gjør nettopp det.

Det vil du også se i denne årsberetningen, alt det bra som skjer i organisasjonen og alle tilbudene vi har. Jeg vil særlig trekke fram Ung Kreft-rommet på Radiumhospitalet, noe vi har jobbet med over lang tid etter inspirasjon fra Danmark.



I tillegg må jeg også nevne all aktiviteten som skjer rundt i fylkesgruppene våre, som altså er drevet av frivillige som selv har egen erfaring som ungdom berørt av kreft.

Når jeg nå takker for meg, gjør jeg det med stor tillit til at organisasjonen vil fortsette å utvikle seg og stå sterkt i årene som kommer. Ung Kreft har vist en imponerende evne til å tilpasse seg, til å vokse og til å holde fast ved sitt viktigste oppdrag: å være der for unge kreftrammede, pårørende og etterlatte – og å jobbe for deres rettigheter og livskvalitet.

Takk til alle jeg har fått samarbeide med gjennom disse årene. Det har vært en reise jeg vil bære med meg videre.

Asgeir Fagerli Langberg
Styreleder i Ung Kreft

3. Tilbud og aktiviteter

Likepersonsarbeid i alt vi gjør

Ung Kreft bygger sitt arbeid på frivillighet og likepersonsinnsats. Våre likepersoner er ikke fagpersoner, men medmennesker som bruker egne erfaringer med kreft for å støtte andre i en lignende situasjon.

De fleste som tar kontakt med Ung Kreft, enten digitalt eller gjennom våre arrangementer, vil møte likepersoner i alderen 15–35 år. Medlemmene våre fremhever ofte at en av de viktigste kvalitetene ved Ung Kreft er muligheten til å møte andre unge kreftrammede og pårørende som forstår hvordan det oppleves å være ung og berørt av kreft.

Ung Kontakt

Likepersonstjenesten Ung Kontakt, har hatt jevnlig pågang det siste året. Gjennom Ung Kontakt kobler vi unge kreftrammede, pårørende og etterlatte sammen med likepersoner. For å bli godkjent som likeperson, må alle gjennomføre to e-læringskurs (introduksjonskurs og likepersonskurs), dette i regi av Ung Kreft. For å bli godkjent som likeperson i Ung Kontakt (ha én-til-én samtaler), må man også gjennom et fysisk likepersonskurs som går over en helg. Dette kurset er utarbeidet og arrangeres i samarbeid med Kreftforeningen og andre pasientforeninger. Kurset settes opp med jevne mellomrom på ulike steder i landet. I 2025 ble det arrangert fire fysiske likepersonskurs, i Stavanger, Bergen, Oslo og Kristiansand. Ung Kreft hadde totalt syv deltakere fordelt på disse kurshelgene. Det ble også holdt et kurslederkurs i Oslo for å kurse flere kursholdere. Ung Kreft hadde én deltaker på dette kurset.

Sosionomen i Ung Kreft har ansvaret for Ung Kontakt, og holder i dette arbeidet. I 2025 mottok Ung Kreft 16 henvendelser med ønske om en likepersonssamtale. Alle fikk tilbud om samtale. I tillegg til dette foregår det mange likepersonssamtaler og aktiviteter på arrangementene våre.

I 2024 ble det opprettet en arbeidsgruppe for likepersonsansvarlige fra ulike pasientforeninger. Ønsket med denne arbeidsgruppen er å dele erfaringer, gi støtte og veiledning i likepersonsarbeidet. Arbeidsgruppen fortsatte sine møter i 2025, og har hatt tre fysiske møter i løpet av dette året. Sosionom i Ung Kreft er representant inn i denne gruppen.

Fuck Cancer

Fuck Cancer er et felles konsept og varemerke som forvaltes av Ung Kreft og Kreftforeningen. Vi har brukt Fuck Cancer til workshops og innsamling siden 2016, og det er i dag et av Ung Kreft sine viktigste inntektskilder. Fuck Cancer er ikke bare en inntektskilde, det er også en mulighet for frivillige, bedrifter og skoler til å skape en møteplass der man kan gjøre noe meningsfullt sammen. Det er også en mulighet for å skape en møteplass der alle som blir med kan være med å gjøre en forskjell gjennom frivillig innsats og et sted man kan snakke sammen. Det har i 2025 blitt avholdt litt over 190 workshops rundt omkring i hele landet. Det inkluderer åpne og lukkede workshops arrangert av frivillige, skoler, og bedrifter som har kjøpt bedriftspakker.

I 2025 solgte og sendte vi ut 31 bedriftspakker, til en samlet verdi på 501 500 kr. Vi har sendt ut over 75 utstyrspakker til frivillige, og over 80 utstyrspakker til skoler. Ung Kreft fikk et overskudd på 2 250 544 kr. Fuck Cancer- inntektene utgjør ca. 1/4 av inntektene til Ung Kreft i 2025.

I løpet av året har Ung Kreft og Kreftforeningen samarbeidet om arbeidet med Fuck Cancer. Vi hadde andre året med konseptet «årets armbånd», som er et armbånd som produseres og selges i et begrenset opplag. Ung Kreft og Kreftforeningen får stadig etterspørsel etter å legge til rette for å lage flere typer design av armbåndet. For å få det til å gå opp med logistikken, er det å lage en ny variant årlig, noe som passer til logistikken. I år valgte vi å kjøre en kampanje om ensomhet i lansering av årets armbånd.

Vi startet med Fuck Cancer-dagene 16.-18.september i 2024 der vi oppfordret skoler og bedrifter til å gjøre en ekstra innsats ved å arrangere perleworkshops, og der vi lanserer årets armbånd i nettbutikken. På Kreftforeningens Vitensenter arrangerte vi Fuck Cancer-dagene perleworkshop 16.september 2025, og vi er veldig takknemlige for at vi fikk overskuddsbakst fra Åpent Bakeri Barcode dagen før, som vi da solgte til inntekt for saken. Det var bra oppmøte med fulle lokaler, og mange ble sittende flere timer.



Gjenbruk av parykker og hodeplagg

Ung Kreft har gjennom 2025 formidlet og lagt til rette for gjenbruk av parykker og hodeplagg slik at de som ikke har økonomi til å kjøpe egne parykker, kan få en pent brukt parykk. Tiltaket kom i gang etter familien til Maren Walvik Johnsen, som døde i 2023, donerte hennes pent brukte parykker og hodeplagg til Ung Kreft med håp om at organisasjonen kunne gi dem videre til noen som trenger dem. Tilbudet har blitt promotert i sosiale medier.

Gjennom 2025 har vi fått donert mange parykker, og vi har også sendt 30 parykker til Vardesenteret ved Radiumhospitalet slik at de også kan drive tilbudet der. I 2026 ønsker vi å ha noen parykker liggende på Ung Kreft-rommet, og planlegge for egne dager der krefttrammede kan komme og prøve og mulig velge seg ut en parykk de vil beholde.



Livsmestringskurs for unge krefttrammede, i samarbeid med LMS

I mars og april 2025 arrangerte Ung Kreft livsmestringskurs for unge krefttrammede mellom 18 og 35 år, dette i et samarbeid med Lærings- og mestringscenteret ved Oslo Universitetssykehus. Kurset gikk over fire kursdager, hvor to dager var fysiske samlinger på Vardesenteret på Radiumhospitalet. De to siste samlingene i april var digitale. Kurset var åpent for alle i hele landet.

Tema på kurset var rettet spesielt mot det å få kreft i ung alder, rettigheter, selvbylde, identitet, seneffekter og stressmestring. I tillegg til et tverrfaglig team som bidro med fagkunnskap, fortalte to unge kreftoverlevende sine historier. Videre ble deltakerne delt inn i mindre grupper, hvor de fikk mulighet til å dele sine erfaringer med andre som var i en lignende situasjon. Kurset hadde 22 deltakere. I evalueringen kom det fram at de fleste var mest fornøyde med de fysiske dagene. Det planlegges derfor for et fysisk kurs over tre dager i 2026.

Rådgivningstjeneste

Rådgivningstjenesten tilbyr samtale med sosionom, hvor tema kan være råd og veiledning om ulike hjelpeinstanser, pårønderollen, jobb, studier, NAV og økonomi. Både medlemmer og fagpersoner kan ta kontakt, enten via epost eller telefon. I 2025 ble det gjennomført 28 besvarelser- og oppfølgingsamtaler.

Chat

Chatten er et anonymt samtaletilbud, der medlemmer kan ta kontakt for å chatte med fagperson om de temaene de ønsker. Det er sosionom i Ung Kreft som besvarer denne chatten. Det er også mulig å henvende seg med ønske om å komme i kontakt med en likeperson som selv har hatt kreft eller vært pårørende. Chat-tjenesten er derfor nært knyttet til likepersonstjenesten Ung Kontakt. I løpet av 2024 reduserte vi åpningstidene, fra fem til to dager i uken, tirsdager og torsdager fra kl. 10 – 14.

I 2025 fikk vi inn totalt 4 henvendelser. På grunn av få henvendelser og økte kostnader for tjenesten, ble tilbudet avviklet ved utgangen av 2025. Det ble vurdert at hjelpen kunne ivaretas gjennom våre andre eksisterende tilbud, som Rådgivningstjenesten og Ung Kontakt.

Tilsluttet



KREFTFORENINGEN



Sjukt Sprek

Sjukt Sprek er et ukentlig treningstilbud for unge kreftrammede og kreftoverlevende. Sjukt Sprek treningstilbudet har en AKTIV-instruktører som er spesialisert i å trene kreftrammede, noe som gjør at alle kan få tilpasset treningen til sitt nivå. Sjukt Sprek er en lavterskel treningstilbud der du kan møte andre unge som er i lignende situasjon.

I 2025 har det vært tre aktive grupper, i Oslo, Bergen og Trondheim. De har hatt treninger én gang i uka gjennom hele året, med unntak av ferier. I løpet av 2025 har det vært rundt 5 aktive medlemmer og to frivillige i Sjukt Sprek Trondheim, og 13 aktive medlemmer og en frivillig i Sjukt Sprek Oslo. I Bergen har Idrett Bergen Sør holdt tak i treningene med 6 aktive medlemmer og to frivillige. Det har i tillegg vært nye medlemmer på prøvetreninger i de ulike gruppene for å se om det kan være et tilbud som passer for dem.

Aktiv mot kreft har vært en viktig samarbeidspartner og sponsor til Sjukt Sprek i over 10 år. Tusen takk til Aktiv mot kreft som sponser trenerutgiftene til dette tilbudet!



12.

Ung Pårørende

Ung Pårørende er et samtalebaseret gruppetilbud på lavterskelnivå for unge pårørende og etterlatte. Man må være medlem i Ung Kreft for å delta. Samlingene blir ledet av engasjerte frivillige som selv er pårørende eller etterlatte. I løpet av høsten 2025 startet Ung Pårørende Bergen og Stavanger opp igjen, etter å ha vært inaktive over en periode. Ung Kreft har nå tre aktive grupper, dette i Bergen, Stavanger og Oslo. Gruppene møtes ca. hver tredje/fjerde uke.

Sommersamling for pårørende og etterlatte

I juni 2025 arrangerte Ung Kreft sommersamling for pårørende og etterlatte på Sørmarka Konferansehotell utenfor Oslo. Tilbudet var for dem som ønsket å møte andre i en lignende situasjon, få rom til å bearbeide sorg og snakke om temaer som sorg og vente-sorg. Totalt deltok 12 personer.

Ung Kreft sin sosisonom deltok sammen med en psykolog og tre frivillig likepersoner. De ledet hver sine samtalegrupper. I tillegg til gode samtaler, ble det også tid til hyggelige sosiale aktiviteter i flotte naturomgivelser.

Sommeraktivitetsuka på Montebellosenteret

Ung Kreft og Montebellosenteret har hatt et veldig godt samarbeid over mange år. I 2025 ble det nok en gang arrangert Ung Kreft- sommeraktivitetsuke for unge kreftrammede på Montebellosenteret i Mesnali. Kurssamarbeidet med Montebellosenteret legger opp til et rikholdig og variert aktivitets- og opplevelsesprogram for ungdom og unge voksne. Hensikten er å oppleve mestring, ha det gøy sammen og å få inspirasjon til økt fysisk aktivitet og friluftsliv ut ifra egne forutsetninger. Det sosiale fellesskapet, med mye latter og moro, er en viktig del av dette kurset.

I løpet av uka hørte kursdeltakerne inspirerende foredrag av blant annet Amund og Eivind Vold og deltok på mange spennende aktiviteter. Eksempler på aktiviteter er kanopadling, ballspill, fjelltur, frisbeegolf og yoga. I tillegg tilbyr kurset organisert gruppebasert aktivitet med styrke- og kondisjonstrening i gymsal og svømmebasseng. Frivillige hjelpere i Ung Kreft la opp til felles sosiale aktiviteter på kveldstid. Dette ble en ungdommelig, sosial, opplevelsesrik, allsidig og innholdsrik uke.

Ung Kreft bidrar med å betale for å legge til rette for spennende aktiviteter, og sender også 3-4 frivillige hjelpere til kurset, som selv har egne erfaringer med kreft.

13.

Fylkesgruppene

I løpet av 2025 har det vært mange varierte aktiviteter i fylkesgruppene. Det kommer stadig nye medlemmer til, og fylkesgruppene har også klart å rekruttere engasjerte styremedlemmer som har tatt på seg verv i fylkesgruppene. I 2025 arrangerte fylkesgruppene til sammen 85 arrangementer rundt omkring i landet. Medlemmene våre har hatt muligheten til å delta på alt fra turer i skog og mark, lage smykker, minigolf, sosiale kvelder, og mye mer. Ung Kreft er heldige som har så mange engasjerte frivillige som organiserer og gjennomfører aktiviteter og meningsfulle møteplasser for unge krefttrammede og pårørende lokalt.

Mot slutten av 2025 av innværende landsmøteperiode har vi 7 aktive fylkesgrupper i Ung Kreft.

I den årlige spørreundersøkelsen vi sender ut årlig, kom det også i år frem at lokale aktiviteter arrangert av fylkesgruppene er et viktig tilbud og møteplass for medlemmene våre.

Challenge

Digitale challenges har blitt et populært tilbud, og vi etterstreber å ha to challenges i året.

Det er opp mot 70-80 personer påmeldte i Facebookgruppen, men rundt 30-40 blir med på challenge. Selv om det er lavere deltakelse så har vi fått tilbakemeldinger om at det er et viktig tilbud. Aktivitetskoordinator Caroline har utviklet et bingobrett med valgfrie øvelser og insentiver for å fullføre flere aktiviteter. Treningsøkter og oppvarmingsøvelser blir satt opp av AKTIV-instruktører, og vi passer på å ta med alternative øvelser for de som har vansker med å gjøre de vanlige øvelsene.

Høsten 2025 hadde vi Ung Kreft Høstchallenge. Dette var en blanding av oppgaver som skulle fremme både fysisk og mental helse. Igjen ble bingobrettet benyttet som hovedchallenge, og hver uke fikk deltakerne utfordringer for både kropp og hode. Eksempelvis skulle deltakerne både fullføre en enkel styrkeøkt to ganger, samt skrive ned tre ting man var stolt av ved seg selv. Det var 77 medlemmer i Facebookgruppa, og på det meste var det 36 deltakere i den ene challenge.



Nye og sentrale tilbud

Digitale treff

I 2024 ble det holdt ett digitalt treff for etterlatte, og tre digitale treff for pårørende og etterlatte, som ble ledet av sosionom og likeperson i Ung Kreft. Hvert treff ble innledet av en frivillig som fortalte kort om sin historie. Dette dannet et fint grunnlag for videre samtale. Samlingene har hatt få deltakere, med gjennomsnittlig tre deltakere. Likevel ser vi at de som har deltatt har hatt nytte av treffene, da de har hatt mye til felles og kunnet dele erfaringer med hverandre. Ung Kreft ser at det er gunstig å ha digitale arrangementer der alle kan delta, uansett hvor de bor eller hva slags form de er i.

Helgesamling for kreftrammede mellom 35 og 40 år

I april 2024 ble det arrangert helgesamling for kreftrammede mellom 35 og 40 år på Sørmarka Konferansehotell, dette med prosjektmidler fra Kreftforeningen. Det var totalt seks deltagere og én likeperson. I løpet av helgen ble det tid til spørsmål, deling av erfaring og refleksjon i mindre grupper. Marianne Rønning Torkelsen fra Kreftforeningen holdt innlegg om arbeidsliv og rettigheter, og psykologspesialist Else Heyerdahl holdt innlegg om psykisk helse. Anniken Golf Rokseth fortalte om sin personlige historie. Vi mottok flere gode tilbakemeldinger, og et ønske om å arrangere flere slike samlinger for denne målgruppen.

Sjukt lyst på jobb - Jobbsøkerkurs

I 2025 har Ung Kreft i samarbeid med Montebellosenteret og Kreftforeningen startet på et prosjekt som går ut på å utvikle et jobbsøkerkurs, et spesialisert tilbud for unge kreftoverlevende som står utenfor arbeidslivet eller ønsker støtte i overgangen tilbake til eller ut i første jobb. Kurset skal piloteres i mai 2026. Målet med kurset er å gi deltakerne verktøy, trygghet og faglig støtte som er tilpasset de unike utfordringene mange opplever etter kreftbehandling.

Kurset er utviklet med utgangspunkt i innsikt fra medlemmer og fagmiljøer, og skiller seg fra tradisjonelle jobbsøkerkurs gjennom sitt tydelige fokus på mestring etter sykdom. Deltakerne lærer ikke bare om CV, intervju og jobbsøking – de får også hjelp til å utforske egne styrker etter behandling, håndtere fatigue og usikkerhet, og forstå hvordan man kan finne en jobb man kan stå i over tid.

Arbeidet i 2025 har bestått av innholdsutvikling, samarbeid med fagpersoner og planlegging av kursgjennomføring på Montebellosenteret, som gir en trygg og helhetlig ramme for deltakerne. I løpet av året har prosjektgruppen jobbet med program, kursstruktur, materiell og en kommunikasjonsplan.

Kurset skal bidra til at unge kreftrammede og kreftoverlevende får bedre forutsetninger for å stå i jobb, bruke sine erfaringer på en trygg måte og bygge et fellesskap med andre som forstår situasjonen deres.

Prosjektet er støttet av Stiftelsen Dam.

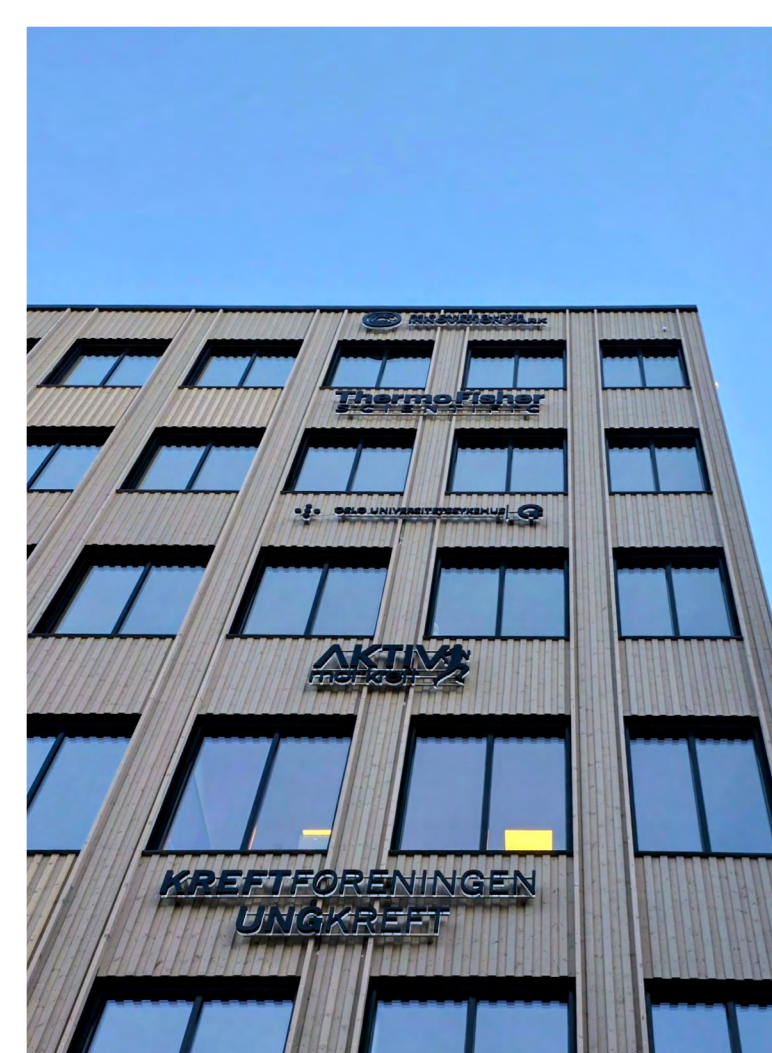
Webinar

I 2025 inviterte Ung Kreft til to direkte sendte webinarer om fatigue og fertilitetsbevarende behandling. Webinarene ble spilt inn i et profesjonelt studio, LO Media Studio. I etterkant av sendingene, er opptakene blitt lagt ut på Ung Kreft sine nettsider slik at flere kan få glede av dem. På webinaret om fatigue, snakket fagpersonene Vibeke Vike og Anette R. Øverbø fra Kysthospitalet i Stavern, om hvordan vi kan forstå fatigue og hvordan leve best mulig med denne senvirkningen. Vi fikk også høre en personlig historie, der erfaringer med fatigue og mestringsstrategier ble delt. Sendingen ble ledet av Kristin Molven, lege og representant fra Fortellerkorpset i Ung Kreft.

Webinarer om fertilitetsbevarende behandling ble ledet av Asgeir Fagerli Langberg, styreleder i Ung Kreft. Lege og avdelingsleder ved Reproduksjonsmedisinsk avdeling på Oslo universitetssykehus og professor i medisin ved Universitetet i Oslo, Peter Zoltan Fedorcsak, fortalte om ulike muligheter som finnes for fertilitetsbevarende behandling i forbindelse med kreftbehandling. Vi fikk også her høre to personlige historier, der temaet ble belyst.

I november 2025 arrangerte Sorgstøttealliansen, som er et nettverk av fagmiljøer og organisasjoner for etterlatte familier, et webinar for dem som har mistet noen som stod dem nær. Klinisk sosionom, Knut Andersen fra høyskolen VID, stod for det faglige innlegget. Webinarer har vært holdt flere år på rad, og blir arrangert i forbindelse med en kommende julehøytid, da denne tiden kan kjennes ekstra tung og vanskelig for mange. Webinarer ble delt og annonsert i Ung Kreft sine kanaler.





Ung Kreft-rommet

I 2025 har Ung Kreft arbeidet målrettet med å utvikle Ung Kreft-rommet – et nytt fysisk samlingssted i John Ugestads hus, rett ved siden av Radiumhospitalet, som hadde offisiell åpning 15 jan. 2026. Rommet skal gi unge berørt av kreft et trygt sted å møtes, hente støtte og bygge fellesskap. Målet har vært å etablere et lavterskel, inkluderende og stabilt tilbud som kombinerer sosialt fellesskap, erfaringsutveksling og faglig innhold.

Arbeidet gjennom 2025 har bestått av tett samarbeid med Kreftforeningen og OUS Radiumhospitalet. I dialogmøter ble det enighet om en felles visjon: å skape en møteplass hvor unge pasienter og pårørende kan oppleve normalitet, trygghet og kontinuitet, og samtidig få tilgang til fagpersoner på sine premisser. Oslo Universitetssykehus har ansatt en UNGkoordinator som skal ivareta dette og som jobber med å imøtekomme ungdom og unge voksnes behov.

I løpet av 2025 ble det også startet arbeid med en samarbeidsavtale mellom Ung Kreft, Kreftforeningen og OUS, hvor målsettingen er å samarbeide om god oppfølging av unge pasienter og pårørende knyttet til sykehuset, og for unge kreftoverlevende.

Gjennom året har prosjektgruppen arbeidet med praktiske løsninger og utvikling av rommets identitet – fra spørsmål om grafisk profil og navn, til utforming av aktiviteter og planlegging av markedsføring og åpning. I tillegg har innspill fra unge medlemmer blitt brukt aktivt i planleggingen. De fremhever særlig behovet for sosiale aktiviteter som gir rom for normalitet, fellesskap og uformelle samtaler – noe som i stor grad har påvirket prioriteringene i utviklingen av rommets program.

Ved utgangen av 2025 sto Ung Kreft-rommet klart til åpning tidlig i 2026. Året har vært preget av etablering, planlegging og samarbeid – og har lagt et solid grunnlag for et varig og viktig tilbud for unge berørt av kreft.



4. Informasjonsarbeid

Erfaringsarkiv for pårørende og etterlatte

Vi har fullført arbeidet med å etablere et erfaringsarkiv på nettsiden vår for unge pårørende og etterlatte. Målet har vært å skape et samlet og lett tilgjengelig ressurssted hvor målgruppen finner filmer, artikler, podkastepisoder og annen relevant informasjon – alt på ett sted.

Alle filmene, som dekker ulike temaer som berører unge pårørende og etterlatte, er nå ferdig produsert. Det samme gjelder den komplette podkastsesongen. Knut Andersen medvirker som fagperson og ekspert på sorgbearbeidelse i tre av episodene. I tillegg har vi ferdigstilt intervjuer med unge pårørende og etterlatte som deler sine personlige historier og erfaringer i egne episoder.

Vi har også gått systematisk gjennom vårt eksisterende innholdsarkiv og sortert ut tidligere produserte artikler og ressurser som passer inn i de fem temaene erfaringsarkivet er bygget rundt: mestring, eksistensielle spørsmål, komplisert sorg, vennskap og kommunikasjon. Parallelt har vi produsert nye artikler for å sikre et bredt og dekkende innholdstilfang.

Nettstedet er ferdigstilt, og hele erfaringsarkivet ble lansert våren 2025. Dette er et omfattende prosjekt, hvor filmer, en hel podkastsesong og både nytt og historisk innhold for første gang er samlet og presentert i én helhet. Målet er å gi unge pårørende og etterlatte et etterlengtet ressurssted som kan støtte dem gjennom en krevende livsfase, og bidra til økt mestring, forståelse og fellesskap.

Nyhetsbrev

I 2025 ble det sendt ut totalt syv nyhetsbrev til medlemmer, helsepersonell og andre interesserte. Nyhetsbrevet handler om hva som rører seg i det unge kreftmiljøet, og informasjon om Ung Kreft sine tilbud.

Hedersprisen 2025

I 2025 delte Ung Kreft ut hedersprisen til Pia Olsrud, som en anerkjennelse for hennes betydelige engasjement og innsats for unge berørt av kreft. Prisen tildeles personer som har gjort en ekstraordinær forskjell i møte med unge kreftrammede, pårørende eller etterlatte, og som gjennom sitt arbeid eller engasjement har bidratt til økt forståelse, støtte og fellesskap.

Pia Olsrud har gjennom sitt virke vist et sterkt samfunnsengasjement og et oppriktig ønske om å løfte unge stemmer som ofte står i krevende livssituasjoner. Hennes bidrag har styrket arbeidet for å skape tryggere møteplasser, bedre informasjon og større åpenhet rundt hvordan det er å leve med eller nær kreft i ung alder.

Ung Kreft er stolte av å anerkjenne hennes innsats, og hedersprisen 2025 reflekterer både takknemlighet og respekt for det arbeidet hun har lagt ned – og den forskjellen hun har gjort for mange.





Forskning på unge kreftoverlevende

I siste periode har Ung Kreft tatt del i et internasjonalt samarbeidprosjekt med deltakende forskere fra Universitetet i Agder, Sørlandet sykehus HF og NAFKAM ved Universitetet i Tromsø i Norge, Mittuniversitetet i Sverige, samt University of California San Francisco og Northwestern University, Chicago i USA. Andre samarbeidspartnere er Ung Kreft i Norge, i tillegg til Ung Cancer, Maxa Livet i Sverige, og Ung Kræft i Danmark.

Ung Kreft er en godkjent søkerorganisasjon i Stiftelsen Dam hvor vi kan søke om prosjekter rettet mot målgruppen vår. Også eksterne samarbeidspartnere kan søke forskningsprosjekter gjennom oss. I 2024 fikk vi gjennomslag for WAYA 2, som er et forskningsprosjekt som er en randomisert kontrollert studie som sammenligner effekten av et friluftsprogram med et velværsprogram på opplevd helse og velvære til unge mennesker (16-39 år gamle) som er rammet av kreft. Naturens helsefremmende kvaliteter er blitt mer anerkjent de siste årene. Naturbaserte intervensjoner representerer helhetlige og effektive tilnærminger innen helsearbeid, men vi har begrenset kunnskap om hvordan naturbasert rehabilitering fungerer og oppleves for unge mennesker som er rammet av kreft. Dette undersøkes i WAYA2-studien.

Ung Kreft hjelper også andre forskningsprosjekter med rekruttering av deltakere. Vi bidro til å rekruttere deltakere til en studie som ble ferdig i 2025, "The Conundrums of Surviving Cancer While Being Young. A Three-way Qualitative Study of the Narratives and Lived Experience of Young Adult Cancer Survivors", av Eva-Mari Andersen. Ung Kreft har også skrevet artikkel om Eva-Mari Andersen i bladet vårt, Unge Krefter.

FAMCAN er et forskningsprosjekt vi også bidrar inn i. Denne studien handler om belastningen for pårørende av kreftpasienter. Prosjektet ledes av Astrid Syse ved FHI og er utviklet i nært samarbeid med Kreftforeningen, Ung Kreft og sluttbrukere. Kunnskapen om belastningen for pårørende er viktig for brukerorganisasjoner og vil utgjøre et viktig kunnskapsgrunnlag for videre politisk arbeid rettet mot å styrke pårørendes rettigheter ved sykdom i familien.

I tillegg til dette gjør Ung Kreft mindre bidrag inn i ulike studier som berører unge kreftrammede og pårørende.

Annen profilering

Foruten kanalene som allerede er nevnt, profilerer vi oss ved flere av landets kreftsykehus og legekontorer ved hjelp av plakater, brosjyrer, bøker og lignende. Helsepersonell kan enkelt bestille informasjonsmateriell gjennom et skjema på nettsiden. Vi står også på stand ved aktuelle anledninger. Sekretariatet i Ung Kreft inviterer også seg selv til sykehus og kreftavdelinger for å fortelle mer om våre tilbud, og i løpet av 2024 har vi holdt presentasjon og hatt dialog med flere sykehus. En god del av denne jobben gjøres i ute i fylkesgruppene. Ellers så har Ung Kreft vært profilert i både landsdekkende og lokale aviser i løpet av det siste året.

Unge Krefter

Unge Krefter er Ung Kreft sitt medlemsmagasin og en av våre viktigste flater for å løfte frem historier, erfaringer og kunnskap som speiler livet til unge kreftrammede, pårørende og etterlatte. Bladet kombinerer personlige fortellinger, faglige artikler, intervjuer og innhold fra våre aktiviteter og prosjekter, og fungerer både som informasjonskanal og som en inngang til fellesskapet for nye medlemmer. Hver utgave distribueres til rundt 2050 mottakere over hele landet, inkludert sykehus, kreftkoordinatorer og samarbeidspartnere.

I 2025 ble arbeidet med Unge Krefter integrert i en ny og mer helhetlig kommunikasjonsstrategi. Innholdet som produseres til bladet planlegges nå i sammenheng med øvrige kommunikasjonsflater, og artikler, historier og fagstoff tilpasses og gjenbrukes på nettsiden, i sosiale medier og i nyhetsbrev. Denne måten å jobbe på har styrket både kvaliteten og rekkevidden til innholdet vårt. Det gjør at vi kan løfte frem viktige temaer på flere plattformer samtidig, nå bredere ut og sikre at ressursene våre brukes effektivt. Erfaringene fra 2025 viser at denne integrerte modellen gir mer konsistent kommunikasjon, bedre historiefortelling og større synlighet for målgruppen.

Innholdet i Unge Krefter speiler temaene som opptar unge berørt av kreft: psykisk helse, seneffekter, identitet, endret utseende, relasjoner, studier og arbeid, fysisk aktivitet og hverdagsliv etter behandling. De personlige historiene er en sentral del av bladet og gir rom for stemmer som ellers sjelden blir hørt, mens faglige artikler og intervjuer med helsepersonell bidrar med kunnskap og trygghet.

Evalueringen for 2025 viser at Unge Krefter fortsatt er et av våre mest brukte og verdsatte tilbud. En stor andel av respondentene oppgir at de har lest bladet det siste året, og de fleste gir det 4 eller 5 av 5 i tilfredshet. Mange trekker frem at de setter pris på de personlige historiene og at bladet gir både gjenkjennelse og nyttig informasjon om temaer som seneffekter, psykisk helse og identitet. Flere sier også at bladet har hjulpet dem å føle seg mindre alene. Medlemmene etterspør mer av det bladet allerede gjør godt – særlig flere personlige historier og mer innhold om psykisk helse, seneffekter og hverdagsliv etter kreft.

Tilbakemeldingene bekrefter at Unge Krefter fortsatt fyller en viktig funksjon i Ung Kreft sitt arbeid som en kilde til kunnskap, fellesskap og gjenkjennelse for unge berørt av kreft, og som en sentral del av vår helhetlige kommunikasjonsstrategi.

Tegneseriestriper

Tegneseriestripene som ble laget i 2023/2024 i samarbeid med Kine Berntsen, skaper stort engasjement i sosiale medier. Det er tydelig at dette er format som treffer mange. Vi har derfor brukt disse jevnt i våre kanaler, både for å promotere tilbud, og illustrere hvordan det er å være ung og berørt av kreft i diverse situasjoner. Det ble også laget en ny stripe i 2025, og vi ønsker å få laget flere i 2026.

Det fysiske tegneserieheftet har blitt distribuert gjennom Fylkesgruppene og Fortellerkorpset, samt sendt til sykehus. Vi skal også ha hefter liggende på Ung Kreftrommet fra 2026.

Prosjektet ble realisert gjennom støtte fra Stiftelsen Dam.

Norske hemmeligheter

I 2025 fortsatte Ung Kreft å formidle prosjektet Norske hemmeligheter, som setter ord på tankene og følelsene unge kreftrammede, pårørende og etterlatte ofte bærer alene. Prosjektet bygger på et stort innsamlingsarbeid i samarbeid med Norske Hemmeligheter, hvor over 270 anonyme hemmeligheter ble sendt inn og senere illustrert og presentert i både digitalt og fysisk format.

Gjennom året har vi distribuert heftet Norske hemmeligheter bredt, både til unge pasienter og pårørende, til sykehusmiljøer og gjennom våre arrangementer. Vi har også videreført visningen av illustrasjonene i sosiale medier.

Etterspørselen etter heftet har vært større enn forventet. Både fagpersoner, unge brukere og samarbeidspartnere har uttrykt ønske om flere eksemplarer. På bakgrunn av dette planlegger Ung Kreft å trykke opp en ny runde hefter i 2026, slik at flere kan få tilgang til dette viktige formidlingsarbeidet.



Podkast, sesong 7

I 2025 produserte Ung Kreft en ny sesong av podkasten Bekreftet – en prat om kreft og sånn, denne gangen med et tydeligere fokus på unge pårørende og etterlatte. Sesongen besto av seks episoder som på en varm, ærlig og faglig trygg måte tok for seg temaer som komplisert sorg, eksistensielle spørsmål, reaksjoner hos unge pårørende og hvordan relasjoner endrer seg etter tap. Episodene ble publisert gjennom våren og sommeren 2025, med fagperson Knut Andersen medvirkende i flere av dem – blant annet Hvem er jeg nå? (19. mai), Diagnose: Komplisert sorg (16. juni) og Å være pårørende og etterlatt (30. juni).

Gjennom sesongen løftet vi frem både faglige perspektiver og sterke personlige historier: unge som har mistet foreldre, unge som har stått i krevende sykdomsforløp i familien, og unge som lever med sorg som preger identitet, relasjoner og hverdagsliv. Episodene Pårørende og etterlatt som tenåring (5. mai) og Ble skjermet for fars kreftdiagnose (2. juni) brukte autentiske erfaringer for å synliggjøre utfordringene mange unge står i, og gi lytterne støtte gjennom gjenkjennelse og erfaringsutveksling.

Alle episodene var knyttet til tematiske bolker som også speiler erfaringsarkivet for unge pårørende og etterlatte: mestring, vennskap, eksistensielle spørsmål, komplisert sorg og kommunikasjon. Produksjonen resulterte i en helhetlig sesong som samspilte med øvrige ressurser Ung Kreft lanserer for denne målgruppen.

Podkasten er et av Ung Kreft sine mest brukte og mest verdsatte tilbud. Spørreundersøkelsen fra 2025 viser at podkasten spiller en viktig rolle i å skape fellesskap, gi gjenkjennelse og formidle kunnskap om livet med og etter kreft. Mange medlemmer beskriver at podkasten hjelper dem å føle seg mindre alene, og at de setter stor pris på de ekte og personlige historiene som deles. Podkasten får gjennomgående høye tilfredshetskårer, og trekkes frem som en kanal som gir innsikt i seneffekter, psykisk helse, fertilitet, identitet og andre temaer som er viktige for unge kreftrammede og pårørende. Medlemmene etterspør også mer innhold – et tydelig tegn på at podkasten oppleves som relevant, nyttig og viktig.

Sesong 7 hadde over 3500 lyttere fordelt på seks episoder. Det tilsvarer rundt 580 lyttere per episode. For en nisjepodkast som retter seg mot unge berørt av kreft, er dette svært sterke tall og langt over det som er vanlig for podkaster med en så smal målgruppe. Dette viser at podkasten er en viktig kanal for både støtte, informasjon og gjenkjennelse – og at den når langt utover vår egen medlemsmasse.

Revidering av boka, “Kreft.Shit.Hva nå?”

Ung Kreft har i samarbeid med fagpersoner og brukerrepresentanter gitt ut boken, «Kreft. Shit. Hva nå?». Boka er nå ca. fem år gammel, og vi ser et behov for å gjøre en faglig og visuell oppdatering. I 2025 ble det søkt Stiftelsen Dam om økonomisk støtte til dette arbeidet. Ung Kreft er glade for å ha fått innvilget denne søknaden, og i samarbeid med fagpersoner og referansepersoner, er vi nå i gang med å kvalitetssikre og oppdatere boken.

Boka har vært viktig for mange unge kreftrammede, noe som vi ønsker å videreføre i revideringen. Vi ønsker også å tilby en oversiktlig og lettlest bok, som kan brukes som et oppslagsverk. Vårt overordnede mål, er å bidra til å gi unge kreftrammede god og oppdatert kunnskap, veiledning og svar på det de lurer på. Videre gi dem støtte gjennom å kunne lese om andres erfaringer. Boka skal kunne bestilles gratis av helsepersonell og medlemmer via vår nettside, og leses og lastes ned digitalt. Den reviderte utgaven skal være ferdig innen september 2026.

Annen profilering

I tillegg til våre digitale informasjonskanaler profilerer Ung Kreft seg ved en rekke av landets kreftsykehus og legekontorer gjennom brosjyrer, bøker og annet informasjonsmaterieill. Helsepersonell kan enkelt bestille materieill via et eget bestillings skjema på nettsiden.

Ung Kreft er dessuten til stede på relevante arrangementer og står innimellom på stand for å synliggjøre våre tilbud. Sekretariatet tar også initiativ til å besøke sykehus og kreftavdelinger for å informere fagmiljøer om våre tjenester. I løpet av 2025 har vi gjennomført flere slike presentasjoner og dialogmøter.

Ung Kreft har også vært synlig i både landsdekkende og lokale medier gjennom det siste året, noe som har bidratt til økt kjennskap til våre tilbud og vårt arbeid.

Sosiale medier

Ung Kreft driver likepersonsarbeid gjennom sosiale medier. Vi har to Facebook-grupper for medlemmer mellom 15 og 35 år, en for kreftrammede og en for pårørende, hvor de kan dele erfaringer og bli kjent med andre i samme situasjon. Vi har også en Facebook-gruppe for medlemmer som er over 35 år, og en Facebook-gruppe for småbarnsforeldre. Hver gruppe har moderatører og likepersoner som følger aktiviteten i gruppene og svarer på spørsmål ved behov.

På Snapchat lar vi medlemmene våre ha takeovers, hvor de kan dele sin hverdag og fortelle om hva de går igjennom. Vi får tilbakemeldinger om at mange setter pris på Snapchat-kontoen vår, siden den gir et filtrert innblikk i hvordan det er å være ung kreftrammet eller pårørende. Mange kontakter personen som har takeover for å stille spørsmål eller dele egne erfaringer. Snapchat er den største kanalen til Ung Kreft, med 14,214 følgere.

Instagram fungerer som et fellesskap hvor våre følgere kan finne støtte. Kanalen fremmer likepersonsarbeid gjennom deling av blant annet personlige historier, informasjon om arrangementer og tilbud og #ungkreft.

På TikTok har vi lagt ut videoer som viser fram våre tilbud, fakta, samt illustrerer hvordan det er å være ung og berørt av kreft. Vi har også skapt synlighet på plattformen ved å engasjere oss i andres innhold.

Vår spørreundersøkelse for 2025 viser at av alle våre tilbud så er våre lukkede Facebook-grupper det medlemmene anser som viktigst og mest relevant (76% rangerte det høyest). Instagram og Snapchat-takeovers kommer også høyt oppe på lista over våre mest populære tilbud, med henholdsvis 30,5% og 26,7% - det vil si som nummer 6 og 8 over totalt 15 oppførte tilbud i spørreundersøkelsen.

Dette forteller oss at sosiale medier er viktige plattformer for våre medlemmer, og at vi skal etterstrebe å holde aktiviteten og kvaliteten oppe ved å formidle historier og informasjon, ha jevnlig Snapchat-takeovers og kommunisere med medlemmene via disse kanalene. En viktig del av dette er også at vi tilrettelegger for at unge berørt av kreft kan finne hverandre gjennom sosiale medier. Mange føler seg alene, men ved hjelp av Facebook-gruppene, Snapchat og Instagram, oppdager de at det er mange andre unge i samme situasjon.

Fortellerkorpset

I 2023 utdannet Ung Kreft 15 fortellere og 11 fortellere vår 2025, hvorav alle tok kurs i presentasjonsteknikk, levert av LENT. Gjennom 2025 har representanter fra Fortellerkorpset deltatt på 21, veldig varierte, oppdrag. De har vært på skoler, sykehus, universitet, høyskoler, besøkt bedrifter m.m.

Fortellerne bruker sine egne erfaringer til å formidle kunnskap om hvordan det er å være ung kreftrammet, pårørende eller etterlatt. Det kan eksempelvis være hvordan ivareta unge pasienter, hvordan være en god kollega eller venn til en med kreft, hvordan leve med uhelbredelig kreft som ung eller hvordan seneffekter påvirker livskvaliteten. Fortellerkorpset er på mange måter en viktig form for brukermedvirkning, der fortellerne gjennom varierte oppdrag formidler kunnskap og behov om unge som er berørt av kreft.

Det har kommet mye positivt ut av prosjektet, Fortellerkorpset, og Ung Kreft har gjort dette til et fast tiltak i organisasjonen. De som ble rekruttert i første runde har valgt å engasjere også i andre roller i Ung Kreft, og er i dag blant annet representert i Ung pårønderåd i Pårørendealliansen, en har deltatt på både nasjonale og internasjonale arenaer for å sette fokus på farene med antibiotika resistente bakterier, i samarbeid med Kreftforeningen. To fra Fortellerkorpset har blitt med i Hovedstyret. Mange av de har delt historien sin i sosiale medier, de har hatt Snapchat-takeover, stilt opp i nyhetsartikler og innlegg i sosiale medier.

Fortellerkorpset er en suksess, og ifølge medlemsundersøkelsen mener medlemmene at dette er et av de viktigste prosjektene vi jobber med. Ung Kreft retter en stor takk til Stiftelsen Dam og Kreftforeningen som har støttet prosjektet.



5. Interessepolitikk

Ung Kreft har i 2025 styrket sitt politiske arbeid gjennom aktiv deltakelse i høringsprosesser, politiske allianser og arbeidsgrupper som arbeider for bedre rammevilkår for unge berørt av kreft. Som pasientorganisasjonen som spesifikt løfter unges interesser i kreftfeltet, har vi hatt en tydelig stemme i flere viktige prosesser.

I 2025 deltok Ung Kreft i høringsarbeid innen:

- Nasjonal folkehelsepolitikk (NOU 2025:8)
- Forebygging av hudkreft og solariumspolitikk
- Endringer i stønadsordninger (parykk)
- Reviderte pakkeforløp for kreft
- Momskompensasjon for frivillige organisasjoner

Ung Kreft har deltatt i politiske samarbeidsprosesser i regi av Kreftforeningen, blant annet med innspill til arbeidet med Nasjonal kreftstrategi 2025–2035.

Ung Kreft bidro også med en personlig historie i forbindelse med representantforslag på Stortinget om en mer hensiktsmessig sykelønnsordning for langtids sykmeldte, som ble løftet frem i media gjennom TV2-saken om unge som rammes av dagens ordning.

Vi har i tillegg deltatt i følgende politiske initiativ og arbeidsgrupper:

- Likhetsløftet, et felles politisk opprop initiert av FFO og Unge Funksjonshemmede, for å sikre menneskerettighetene til personer med funksjonsnedsettelse.
- Felles opprop om totalrevisjon av pasient- og brukerrettighetsloven, i samarbeid med Kreftforeningen og 26 andre organisasjoner.
- Innspill til Redd Barna og Unge Funksjonshemmede, i prosjekt om inkludering av barn og unge med funksjonsnedsettelse i kommuner.

Unge funksjonshemmede

I 2025 har Ung Kreft videreført det viktige samarbeidet med Unge Funksjonshemmede, som er en sentral politisk aktør for ungdom med funksjonsnedsettelse. Samarbeidet gir oss tyngde i politiske prosesser og tilgang til verdifulle nettverk. Vi har deltatt i deres politiske nettverk, bidratt med innspill i møter og hatt jevnlig dialog om saker som berører våre medlemmer, blant annet om helse, arbeid og inkludering. Dette partnerskapet styrker vår mulighet til å påvirke nasjonal politikk og sikre at unge berørt av kreft får bedre rettigheter og tilpassede tjenester.

Styreleder i Ung Kreft ble i 2025 valgt som 2. nestleder i styret til Unge Funksjonshemmede.

Unge Funksjonshemmede har lenge vært en av de mest sentrale stemmene i Norge for å få CRPD (FNs konvensjon om rettighetene til mennesker med nedsatt funksjonsevne) gjort til norsk lov med forrang. Dette har Ung Kreft bidratt med å fremme.

Deres innsats har særlig bestått av:

1. Langvarig politisk påvirkning for inkorporering av CRPD

UF har i mange år jobbet for at CRPD skal inn i menneskerettsloven – noe som betyr at konvensjonen får samme status som den europeiske menneskerettskonvensjonen og barnekonvensjonen.

De har påvirket:

- Regjering, stortingspolitikere og utvalg
- Høringsprosesser
- Ungdomsorganisasjoner

Dette arbeidet har nådd frem, og i desember 2025, vedtok Stortinget inkorporeringen av CRPD. Endringen trer i kraft 1. januar 2026.

Pårørendealliansen

Ung Kreft er medlem av Pårørendealliansen, et landsdekkende samarbeid som arbeider for å styrke rettighetene og støtteordningene for pårørende i Norge. Gjennom medlemskapet bidrar Ung Kreft inn i et viktig politisk fellesskap som løfter pårørendes situasjon på tvers av diagnosegrupper og alder. Ung Kreft er med i alliansen for å sikre at unge pårørendes behov blir hørt. En representant fra Ung Kreft har sittet i ungdomsrådet til Pårørendealliansen gjennom 2025, og har kommet med mange viktige bidrag. Medlemskapet gjør det mulig for Ung Kreft å nå bredere ut med våre brukerstemmer og bidrar til at unge pårørende kan få bedre støtte, tydeligere rettigheter og større anerkjennelse i samfunnet.

Sorgstøttealliansen

Sorgstøttealliansen er et kompetansenettverk for fag- og likepersoner som møter etterlatte og pårørende. I februar 2024 ble organisasjonen Sorgstøttealliansen stiftet, og ble registrert som forening i Brønnøysund. Arbeidsgruppa ble da definert som et styre. Alliansen består av et styre samt representanter fra helsetjenesten, frivillige lag- og organisasjoner samt tros- og livssynssamfunn. Deltakere i alliansen inviteres til samlinger to til tre ganger i året. Møtene er fysiske, og er fortrinnsvis heldagssamlinger. Sorgstøttealliansen jobber for å løfte frem sorg som fagfelt, og gi økt kunnskap og bevissthet om konsekvenser av tap ved død. Dette gjøres blant annet gjennom å skape samarbeid mellom ulike aktører i sorgfeltet og de gjennomfører seminarer, fagdager og workshops. Ung Kreft har én representant i alliansen.

Samarbeid med Kreftforeningen

I 2025 har Ung Kreft videreutviklet og styrket samarbeidet med Kreftforeningen, et samarbeid som har vært avgjørende for at unges stemmer blir løftet fram i nasjonale prosesser. Gjennom året har Ung Kreft deltatt i møter, gitt innspill og fått muligheten til å bli med på felles politiske initiativer i regi av Kreftforeningen, særlig i saker som berører unge kreftrammede og pårørende.

Som del av samarbeidet har Ung Kreft bidratt med innspill til arbeidet med Nasjonal kreftstrategi 2025–2035, og deltatt i felles politiske drøftinger om hvordan oppfølgingen av unge pasienter og unge pårørende kan styrkes. Kreftforeningen har også inkludert Ung Kreft i flere innspillmøter gjennom året, noe vi setter stor pris på, da det gir større gjennomslag for saker som er viktige for målgruppen vår.

Et annet sentralt område for samarbeid i 2025 har vært etableringen av Ung Kreft rommet på Radiumhospitalet. Her har Kreftforeningen vært en viktig strategisk partner, og samarbeidet har bidratt til at prosjektet har fått nødvendig oppmerksomhet og støtte internt i sykehuset og eksternt i helsetjenesten.

Sammen har Ung Kreft og Kreftforeningen også stått bak flere politiske initiativ i 2025, blant annet:

- støtte til Likhetsløftet, et opprop for å sikre funksjonshemmedes menneskerettigheter i norsk lovverk
- et felles opprop om totalrevisjon av pasient- og brukerrettighetsloven
- samarbeid om mediesaker som tydeliggjør unges behov i møte med helse og velferds-systemet, blant annet knyttet til sykelønnsordningen for unge langtidssykmeldte.

Kreftforeningen er flinke til å orientere Ung Kreft om sitt politiske arbeid, og inviterer oss inn der vi har en viktig stemme.

Ny nasjonal kreftstrategi

Den nye nasjonale kreftstrategien ble lansert 14. februar 2025 av helse- og omsorgsminister Jan Christian Vestre. Strategien heter «Felles innsats mot kreft. Nasjonal kreftstrategi 2025–2035».

Partnerskap mot kreft – Ung Kreft representerer unges stemme

Ung Kreft ble invitert inn til å bidra i Partnerskap mot kreft, hvor vi bidrar inn med kunnskap og erfaringer fra vår målgruppe. Gjennom partnerskapet har Ung Kreft deltatt i felles prosesser med Kreftforeningen og andre aktører i kreftfeltet, der vi blant annet har bidratt med drøfting og innspill til målområder, tiårsmål, overordnede tiltak innenfor nasjonal kreftstrategi 2025-2035.

Samarbeidet er en viktig plattform for å sikre at unges stemme blir hørt på nasjonalt nivå.



6. Status for strategi- og handlingsplan

I 2025 har Ung Kreft arbeidet systematisk for å følge opp målene i strategi og handlingsplanen som ble vedtatt på Landsmøtet i april 2024. Planen slår fast at Ung Kreft skal nå ut til alle unge mellom 15 og 35 år som berøres av kreft, og tilby gode, relevante og tilgjengelige møteplasser og tjenester. Dette året kan hovedstyret rapportere om god progresjon på de aller fleste målområdene.

Vi har styrket innsatsen for unge pasienter og pårørende i helsetjenesten, blant annet gjennom arbeidet med etableringen av det nye Ung Kreft-rommet ved Radiumhospitalet, som åpnet 15. jan 2026. Samtidig har vi holdt fast ved et bredt spekter av medlemstilbud, både fysisk og digitalt, og flere av våre åpne tilbud, som podkast, webinarer og Snapchat takeovers, har nådd langt ut og får gode tilbakemeldinger.

Den vedtatte strategien understreker også viktigheten av sterke samarbeid, attraktiv intern og eksternt kommunikasjon samt en bærekraftig økonomi. Arbeidet med disse målsettingene er godt i gang: Ung Kreft har videreutviklet partnerskap med andre aktører i kreftfeltet, synliggjort politiske saker som angår målgruppen og styrket økonomien gjennom målrettet prosjektarbeid og utvikling av Fuck Cancer konseptet.

Slik står vi ved utgangen av 2025 solid plassert for å nå både delmål og langsiktige mål i strategiperioden 2024–2026, og arbeidet videreføres i 2026 med tydelig retning og god fremdrift.

Høyre: Under åpningsfesten 15. januar 2026 fortalte Martyna, en av brukermedvirkerne bak det nye Ung Kreft-rommet, om sine erfaringer som pårørende da søsteren var kreftsyk og innlagt på Radiumhospitalet.



7. Organisering

Ekstraordinært Landsmøte 2025

I 2025 avholdt Ung Kreft et ekstraordinært landsmøte for å gjennomføre nødvendige valg til Hovedstyret og Etikk- og kontrollkomiteen, i tråd med organisasjonens vedtekter. Møtet ble arrangert digitalt 27. april, og var åpent for alle betalende medlemmer med stemmerett. På landsmøtet deltok både fysiske og digitale delegater, og totalt 23 stemmeberettigede registrerte seg ved møtestart.

Møtet behandlet tre valgsaker:

Valg av to nye faste medlemmer til Hovedstyret

Valg av tre varamedlemmer

Valg av ny oppnevning av jurist til Etikk- og kontrollkomiteen

Landsmøtet ble gjennomført på en ryddig og demokratisk måte, med enstemmig godkjenning av innkalling, sakliste og forretningsorden. De nyvalgte representantene styrker organisasjonen i det videre arbeidet, og sikrer at Ung Kreft har et solid og representativt styre i perioden fremover.

Hovedstyret

Hovedstyret er ansvarlig for organisasjonens virksomhet og består av seks styremedlemmer og tre varamedlemmer. Ung Kreft har et engasjert styre som følger godt med på alt som skjer i organisasjonen. I løpet av perioden har Hovedstyret hatt 7 møter, som både har vært fysiske og digitale møter. Hyppigheten har vært jevnt fordelt utover året. Det å veksle mellom fysiske og digitale møter er noe som fungerer veldig godt. Da får man hatt hyppigere møter, og man prioriterer å ta de største diskusjonssakene på de fysiske møtene. Hovedstyret og daglig leder samarbeider godt. Styreleder har hatt ukentlige samtaler og møter sammen med daglig leder.



Styret fra april 2025

Styreleder:	Asgeir Fagerli Langberg	2024 - 2026	Ung Kreft Oslo og Akershus
Nestleder:	Bjørn Jansøn Engvik	2024 - 2026	Ung Kreft Oslo og Akershus
Styremedlemmer:	Tonje G. Grønvold	2025 - 2027	Ung Kreft Oslo og Akershus
	Karoline Hegna	2025 - 2027	Ung Kreft Vestfold, Buskerud og Telemark
	Susanne Mariell Ådnevik Bergum	2024- 2026	Ung Kreft Agder
	Emelie Johanne Johansen Wold	2024 - 2026	Ung Kreft Nordland
1. vara:	Helene Steen Wold	2025 - 2026	Ung Kreft Midt-Norge
2. vara:	Pia Lisland	2025 - 2026	Ung Kreft Oslo og Akershus
3. vara:	Hanne Marie Gøranson	2025 - 2026	Ung Kreft Midt-Norge

Ungdomsstyret

Ung Kreft er den eneste pasientorganisasjonen for krefttrammede og pårørende som har som hovedformål å jobbe for unges interesser. Målgruppen vår er unge krefttrammede og pårørende mellom 15 og 35 år. Ung Kreft er dermed ikke en ren ungdomsorganisasjon, og for å sikre ungdomsmedvirkning for alle under 26 år, har Hovedstyret oppnevnt et ungdomsstyre som fremmer ungdommenes behov og ønsker i Ung Kreft.

Ungdomsstyret april 2025 – april 2026:

- Leder: Emelie Johanne Johansen Wold
- Styremedlem: David Heitmann
- Styremedlem: Tonje Grønvold
- Styremedlem: Helene Steen Wold

Tillitsvalgte og frivillige

I 2025 har fylkesgruppene gjennomført et bredt spekter av aktiviteter og møteplasser for medlemmene sine. Gjennom året har fylkesstyrene vist godt organisasjonsarbeid og lykkes med å rekruttere nye frivillige inn i lokale styrer og arrangementer.

Sentralt har vi arbeidet målrettet for å sikre frivillige til våre faste tilbud. Likepersonstjenesten har vært særlig prioritert, og på nasjonale samlinger har vi stort sett klart å stille med tilstrekkelig antall likepersoner og frivillige. Sekretariatet har hatt tydelig fokus på å invitere og følge opp likepersoner, og vi ser en positiv utvikling i antallet som ønsker å bidra.

Samtidig har vi hatt utfordringer med å rekruttere nok frivillige til Ung Pårørende-gruppene og Sjukt Sprek-gruppene, der mangelen på lokale ressurser flere steder har begrenset aktiviteten. Men mot slutten av 2025, har vi klart å rekruttere flere nye ildsjeler, og vi håper å ha aktive grupper i flere byer i 2026.

Gjennom Fuck Cancer har vi fortsatt et stort engasjement blant frivillige som bidrar med å holde workshops, perle og montere armbånd, samt stå på stand og selge produktene. I tillegg har vi gode samarbeid med frivillige støttespillere og virksomheter som bidrar med innsamlingsaktiviteter og probono-arbeid, noe som har vært viktig for å styrke både tilbudene våre og organisasjonens synlighet gjennom året.

Oppfølging av lokale grupper og tilbud

I oppfølging av lokale grupper og frivillige har vi gjennom det siste året brukt digital opplæring i stor grad, men vi reiser også ut og møter de frivillige etter behov. Både sekretariatet og frivillige fra Hovedstyret bidrar til dette. En kombinasjon av digital og fysisk oppfølging er en god praksis. Sekretariatet og hovedstyret står også til disposisjon dersom fylkesgruppene ønsker å invitere oss til årsmøter eller styremøter.

Digitale kurs

Sekretariatet har holdt digitalt lynkurs for tillitsvalgte i fylkesgruppene. Vi bruker også e-kurs til opplæring av de frivillige. Under siden «for frivillige» kan man ta Introkurs, likepersonskurs, kurs for sjukt sprek-frivillige, ung pårørende-frivillige, fylkesgruppe-frivillige og kurs i sosiale medier.

Ung Kreft har også et e-kurs om hvordan man arrangerer Fuck Cancer workshops, som også inkluderer en opplæringsfilm. Dette er et viktig verktøy for å sikre at alle får den opplæringen de trenger.

Ung Kreft har også et e-kurs om hvordan man arrangerer Fuck Cancer workshops, som også inkluderer en opplæringsfilm. Dette er et viktig verktøy for å sikre at alle får den opplæringen de trenger.

Sekretariatet

Organisasjonen hadde 4 stillinger, som tilsvarer 4 årsverk fra januar-juni 2025. Martine Kvarstein Ouren, kom tilbake fra foreldrepermisjon juni 2025, og Caroline Thanh Tran har fått forlenget kontrakt på bakgrunn av at Ung Kreft er involvert i mange prosjekter, og vi trenger nok ressurser for å oppfylle våre forpliktelser.

Pensjon

Ansatte har pensjonssparing i Storebrand.

Følgende var ansatt i sekretariatet i 2025

Stilling	Prosent	Navn	Kommentar
Daglig leder	100 % Åremål	Annika Fallsen Huhtala	
Aktivitets- og frivillighetskoordinator	100 % Fast ansatt	Martine Kvarstein Ouren	I permisjon fra juni 2024 - juni 2025.
Sosionom	100% Fast ansatt	Kristin Anette Raugland	
Kommunikasjonsansvarlig	100% Fast ansatt	Anne Silje Bø	
Vikar aktivitets- og frivillighetskoordinator	100 % Vikariat / midlertidig ansatt i prosjekt	Caroline Thanh Tran	

8. Representasjon

Ung Kreft deltar i forskjellige utvalg, vi svarer på høringer og deltar i ulike nettverk som jobber for viktige saker for Ung Kreft. Det siste året har vi vært representert i mange møter og samarbeid:

Måned	Representasjon	Hvem
Januar 2025	DIGmøteplass, Kreftforeningen Innlandet	Annika Fallsen Huhtala
	Ekspertutvalget Bufdir	Annika Fallsen Huhtala
	Ovarialvevsbank årsmøte	Annika Fallsen Huhtala
	Fuck Cancer-konseptet, Kreftforeningen	Annika Fallsen Huhtala
	Topplederforum i Frivillighet Norge, perspektivmeldingen	Annika Fallsen Huhtala Caroline Thanh Tran
	Befaring på dagens ungdomsrom, Radiumhospitalet og Vardesenteret med Sequoia og Aker Young	Annika Fallsen Huhtala Caroline Thanh Tran
Februar 2025	Verdens kreftdag, div arrangement. Perleverksted Bydel Ullern	Annika Fallsen Huhtala Caroline Thanh Tran Fortellerkorpset
	Møte med Vardesenter i Bodø	Annika Fallsen Huhtala
	Møte med Kreftkoordinatorer i Bodø, om tilbud til pårørende	Annika Fallsen Huhtala
	Arvelig kreft, Kreftforeningen	Annika Fallsen Huhtala
	Likhetsløftet, markering utenfor Stortinget	Annika Fallsen Huhtala
	Politisk nettverksmøte Unge Funksjonshemmede	Annika Fallsen Huhtala
	Informasjonsmøte om gentesting av svulst, Kreftforeningen. Presentasjon om unge berørt av kreft.	Annika Fallsen Huhtala
	Workshop om pårørendeundersøkelsen, Helsedirektoratet	Annika Fallsen Huhtala
	Møte i arbeidsgruppe for likepersonansvarlige – på tvers av pasientforeninger	Kristin Raugland
	Møte i samarbeidsforum for likepersonarbeid	Kristin Raugland

Mars 2025	Trial lecture and public defence: Eva-Mari Andersen. Disputas om forskning på unge kreftoverlevende.	Annika Fallsen Huhtala
	WAYA2- samarbeidsmøte	Annika Fallsen Huhtala
	Verdensdagen for psykisk helse, ved bedrift	Caroline Thanh Tran Fortellerkorpset
	Nordic Youth Cancer møte	Annika Fallsen Huhtala Caroline Thanh Tran
	Samarbeidsmøte med Kreftforeningen	Annika Fallsen Huhtala Asgeir Fagerli Langberg
	Livsmestringskurs – kurs	Kristin Raugland Caroline Thanh Tran
	Nettverkssamling i Sorgstøttealliansen	Kristin Raugland
April 2025	OCCI- Lamell 4: Møte for å planlegge ungdomsrom, sammen med Sequoia	Annika Fallsen Huhtala Caroline Thanh Tran
	Kreftsakens vinterleker i regi av Kreftforeningen	Helene Steen Wold To frivillige
Mai 2025		
Juni 2025	NRK-nyheter, om cellegift og hvordan det redder liv. Kommentar til Wolfgang We sin podkast-episode.	Tonje Grønvold
	Befaring John Ugelstad hus med Aker Young, Sequoia og brukermedvirkere	Annika Fallsen Huhtala Asgeir Fagerli Langberg Bjørn Jansøn Engvik
	Medlemsmøte Pårørendealliansen	Annika Fallsen Huhtala
	Møte med ny UNGkoordinator ved OUS	Annika Fallsen Huhtala

Juli 2025		
August 2025	Arendalsuka	Annika Fallsen Huhtala Bjørn Jansøn Engvik Karoline Hegna Caroline Thanh Tran
September 2025	Landskonferanse i sosialt arbeid i somatisk sykehus- presentasjon av Sjukt lyst på jobb	Kristin Anette Raugland
	Presentasjon om Ung Kreft sine tilbud i felles møte med Sorgstøttealliansen	Kristin Anette Raugland
	ULIK-prisen til Unge Funksjonshemmede-jury	Bjørn Jansøn Engvik
	Stand og FCA perleworkshop Aker Tech House, med Aker Young	Annika Fallsen Huhtala Caroline Thanh Tran
	Coop Perleworkshop - kampanje Rosa Sløyfe	Annika Fallsen Huhtala Caroline Thanh Tran
	Nordic Youth Cancer meeting	Annika Fallsen Huhtala Martine Kvarstein Asgeir Fagerli Langberg Karoline Hegna
Oktober 2025	Årsmøte nettverk for kreftrehabilitering	Annika Fallsen Huhtala
	Overtakelse Ung Kreft-rommet	Annika Fallsen Huhtala
	DIGI-ung fagdag	Kristin Anette Raugland
	Representantskapsmøte i Kreftforeningen	Asgeir Fagerli Langberg
	EUnetCCC, annual meeting WP, T8.2.7	Annika Fallsen Huhtala
	Åpning av John Ugelstad hus	Martine Kvarstein Kristin Anette Raugland
	Tilskuddsdagen Fundraising Norge	Martine Kvarstein Ouren
	Radio Prix prisutdeling. Podkasten Unge Krefter var nominert til pris.	Anne Silje Bø Martine Kvarstein Ouren
	PanCARE4AYA- workshop	Annika Fallsen Huhtala
	Ekstraordinært årsmøte i Sorgstøttealliansen	Kristin Anette Raugland
November 2025	Åpning av John Ugelstad hus og 10-årsjubileum av Oslo Cancer Cluster	Annika Fallsen Huhtala Martine Kvarstein Ouren
	Nettverkssamling sosionomer	Kristin Anette Raugland
	Skolefaglig samarbeid- møte med OCCI	Annika Fallsen Huhtala
	EUnetCCC, WP, T8.2.7 survivorship core meeting	Annika Fallsen Huhtala
Desember 2025		

Brukermedvirkning

Ung Kreft har i perioden vært brukermedvirkere i diverse utvalg, forskningsprosjekter etc:

- Brukerrådet i helsedirektoratet (Asgeir Fagerli Langberg)
- Nasjonal behandlingstjeneste for fertilitetsbevarende behandling med eggstokkvev (Annika Fallsen Huhtala)
- Partnerskap mot kreft, Helsedirektoratet (Annika Fallsen Huhtala, Martine Kvarstein Ouren)
- FAMCAM-forskningsstudie, pårørende til kreftrammede (Annika Fallsen Huhtala)
- WAYA2- forskningsstudie, naturbasert rehabilitering for unge kreftoverlevende (Annika Fallsen Huhtala)
- Unge Funksjonshemmede, 2. nesteleder (Asgeir Fagerli Langberg)
- Pårørendealliansen ungdomsråd (Marte Mjelde)
- EU-CAYAS-NET, Europeisk prosjekt for unge kreftoverlevende (Martine Kvarstein og Glenn Fredrik Fletcher)
- Team Nav ung: Workshop «Hva om Nav hadde en egen side for unge?» (Caroline Thanh Tran)
- Helsedirektoratet, rådslag i arbeid med nasjonale råd for skjermbruk (Caroline Thanh Tran)



9. Økonomi

Inntektene i 2025 var på 7 551 179 kr. De totale utgiftene for 2025 var på 8 175 762 kr, som gir oss et resultat på 526 393 kr. Ung Kreft budsjetterte med et stort underskudd i 2025, men sentrale årsaker til at det har snudd er

1. Økte renteinntekter.
2. Økte prosjektinntekter.
3. Hovedstyret hadde kuttet i antall fysiske møter Per 31.12.2024 var.

Egenkapitalen/formålskapitalen til Ung Kreft sentralt på 8 018 664 kr.

I overgangen 2025-2026 har vi en andel øremerkede midler som overføres til 2026. Beløpet totalt sett er på 1 968 966kr og er ikke en del av den frie egenkapitalen til organisasjonen. I dette inngår prosjektmidler og øremerkede midler til spesifikke formål. Ung Kreft oppbevarer også midler på vegne av noen fylkesgrupper.

Tall fra årsregnskapet	2025	2024
Kontingenter	166 912	129 596
Salgsinntekter	2 250 544	2 202 587
Tilskudd	3 491 662	4 194 390
Gaver	232 617	290 896
Renteinntekter	379 727	234 692
Egenandeler	34 741	44 801
Refusjon kostnader	757 813	454 218
Sum inntekter	7 551 179	7 551 179
Forbruk av midler til formål	6 952 978	6 316 655
Administrasjon	900 934	772 511
Anskaffe inntekter	282 980	206 717
Finanskostnad	38 871	41 687
Sum utgifter	8 175 762	7 337 570
Resultat	526 393	213 609

I 2025 budsjetterte Ung Kreft i revidert budsjett med å gå i minus med -509 663 kr. I årsregnskapet endte vi opp med et overskudd kr 526 393 kr. Ung Kreft kan vise til sunn økonomistyring, og midlene ble brukt på en måte som kommer organisasjonens målgruppe til gode, i henhold til vedtektene, formålsparagrafen og strategi- og handlingssplan. Per i dag har vi en egenkapital/formålskapital som er tilnærmet lik ett års drift av Ung Kreft. Årsregnskapet er revidert av statsautorisert revisor, Moore AS.

Driftsmidler til Ung Kreft sine fylkesgrupper

Tilskudd til fylkesgruppene finansieres av Ung Kreft sin egenkapital og av Frifond organisasjon. Sistnevnte er en støtteordning gjennom Landsrådet for Norges barne- og ungdomsorganisasjoner (LNU). I 2025 mottok Ung Kreft 191 291 kr fra Frifond organisasjon, som gikk til å sikre aktiviteter lokalt for medlemmer under 26 år. Alle fylkesgrupper som har flere enn 5 medlemmer under 26 år blir tildelt Frifond organisasjon.

Ung Kreft ønsker å opprettholde et mest mulig likeverdig tilbud i alle fylkesgrupper. De gruppene som trengte det, fikk mulighet til å søke om ekstra støtte til aktiviteter fra sentralledet. Hovedstyret satte også av penger til å annonsere for fylkesgruppene i sosiale medier. Andre halvår ble det fordelt midler fra Frifond organisasjon, beregnet ut fra en vedtatt fordelingsnøkkel som tar hensyn til antall medlemmer i fylkesgruppen, antall arrangement, gjennomsnittlig oppmøte, geografi og antall besøk/arrangementer på sykehus.

Alle fylkesgrupper har levert sine årsrapporter og årsregnskap.



**Tusen takk til alle samarbeids-
partnere og støttespillere.**

SIGNATURES**ALLEKIRJOITUKSET****UNDERSKRIFTER****SIGNATURER****UNDERSKRIFTER**

This document contains 24 pages before this page
Dokumentet inneholder 24 sider før denne siden

Tämä asiakirja sisältää 24 sivua ennen tätä sivua
Dette dokument indeholder 24 sider før denne side

Detta dokument innehåller 24 sidor före denna sida

authority to sign
representative
custodial

asemavaltuus
nimenkirjoitusoikeus
huoltaja/edunvalvoja

ställningsfullmakt
firmateckningsrätt
förvaltare

autoritet til å signere
representant
foresatte/verge

myndighed til at underskrive
repræsentant
frihedsberøvende