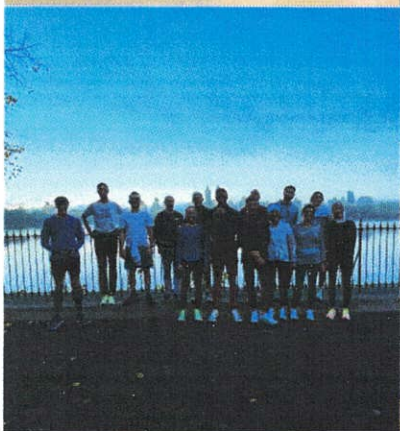
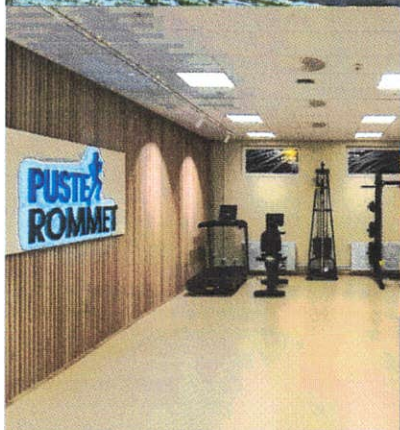
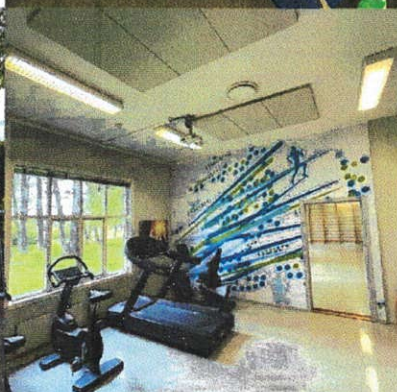
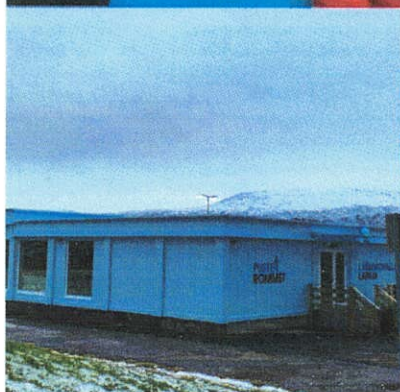




AKTIV 15 år mot kreft

ÅRSRAPPORT 2022



STYRETS BERETNING 2022

Aktiv mot kreft er en stiftelse som har som visjon å få persontilpasset trening inn som en del av kreftbehandlingen, samt bidra til å forebygge kreft ved å motivere til økt fysisk aktivitet generelt. FNs bærekraftsmål #3 God helse og livskvalitet er sentralt i vårt arbeid. I tillegg bidrar vi også innenfor bærekraftsmålene #4 God utdanning, #10 Mindre ulikhet og #17 Samarbeid for å nå målene gjennom vårt arbeid i inn – og utland.

Stiftelsen har sine kontorer på Vinderen i Oslo kommune og ble etablert den 15. november 2007 av Grete Waitz og Helle Aanesen. Sistnevnte er stiftelsens daglige leder. Stiftelsen fylte altså 15 år i 2022.

STIFTELSENS FORMÅL

Pusterom

For å bidra til visjonen om å få persontilpasset trening inn som del av kreftbehandlingen, er et av stiftelsens hovedformål å etablere treningssentre for kreftpasienter på norske sykehus - såkalte Pusterom.

Vi har pr 31.12.22 etablert 20 Pusterom. Målet vårt er å etablere Pusterom på alle landets kreftsykehus med tilstrekkelig pasientgrunnlag. I 2022 har vi åpnet Pusterom ved Lovisenberg sykehus i Oslo og ved Universitetssykehuset Nord-Norge (UNN) i Tromsø. Pusterommet ved Lovisenberg ble nesten fullfinansiert gjennom en generøs gave fra Tom Wilhelmsens Stiftelse på 4,2 millioner kroner. Til Pusterommet ved UNN fikk vi 1 million kroner fra den lokale stiftelsen Erna og Olav Aakres stiftelse. Vi har også åpnet Pusterom på Nordagutu og Kysthospitalet i Stavern som filialer av henholdsvis Pusterommet på sykehuset Telemark og Pusterommet på sykehuset i Vestfold. I løpet av 2023 vil vi åpne en filial av Pusterommet Ringerike sykehus ved Hallingdal Sjukestugu, samt planlegge for Pusterom ved det nye sykehuset i Hammerfest (Finnmarkssykehusene), det nye sykehuset i Nord Møre og Romsdal (Hjelseth), og sykehuset i Volda (filial til Pusterommet ved Sjukehuset i Ålesund).

I tillegg er vi fortløpende i dialog med flere sykehus, som Østfold (og Cato senteret), Førde Sentralsjukehus og Nordlandssykehuset Bodø.

Parallelt med å etablere nye Pusterom jobber vi målrettet med å få persontilpasset trening inn som del av kreftbehandlingen ved å få retningslinjer/krav inkludert i den nasjonale kreftstrategien, og videre inn i oppdragsdokumentene til Helseforetakene. For tre år siden gledet vi oss over å lese i Nasjonal Kreftstrategi 2018-2022: «Fysisk aktivitet bør derfor i større grad inkluderes i behandlingsoppleggene. Stiftelsen Aktiv mot kreft har i stor grad bidratt til dette gjennom bl.a. etablering av Pusterom ved sykehusene og utdanning av AKTIVinstruktører.» Videre har strategien satt som mål at «det skal legges til rette for tilbud om fysisk aktivitet i hele pasientforløpet». I 2020 gledet vi oss over at det i handlingsplanen for fysisk aktivitet 2020-2029 stod at fysisk aktivitet skal inkluderes i relevante pakkeforløp og faglige retningslinjer. Gjennom 2021 har vi sittet i ressursgruppen til Helsedirektoratet som

utarbeider det nye Pakkeforløp Hjem for kreftpasienter. I 2022 har Helsedirektoratet lovet økt fokus på dette gjennom sitt arbeid med ny Aktivitetshåndbok og reviderte handlingsprogram for hver enkelt kreftform. Vårt fokus er at disse skal bidra til konkrete henvisninger til persontilpasset trening på Pusterommene før, under og etter behandling. Vi har i 2022 skrevet kronikker som blant annet har kommet på trykk i Dagens Medisin for kontinuerlig å minne helsepersonell og politikere på viktigheten av fysisk aktivitet generelt i forebyggingsarbeid og persontilpasset trening:

<https://aktivmotkreft.no/vi-ma-tenke-nytt-rundt-behandling-av-kreftpasienter/>

AKTIVinstruktør studiet – «Trening og kreft»

Å legge til rette for trening etter endt kreftbehandling i nærheten av pasientens hjem var utgangspunktet for at vi i samarbeid med Norges Idrettshøgskole (NIH) og Oslo Universitetssykehus (OUS) lanserte AKTIVinstruktør studiet i 2014. Deltidsstudiet «Trening og kreft» sertifiserer deltakerne til å bli AKTIVinstruktører og være kvalifisert til å trene kreftpasienter etter endt behandling. Deltidsstudiet består av nettbasert undervisning og en tre dagers undervisningssamling. For å bestå studiet må studentene gjennom en 14-dagers case-basert hjemmeeksamen og en avsluttende muntlig eksamen og gir 5 studiepoeng. Studiet er åpent for fysioterapeuter, NOKUT-godkjente Personlige Trenere samt innehavere en relevant idrettsvitenskapelig utdanning.

Studiet ble fra høsten 2014 også tilbudt som valgfag på en av bachelor-retningene på NIH, Trening, helse og prestasjon og gir her 10 studiepoeng.

I 2022 ble det gjennomført to runder med deltidsstudier, et emne på vår- og ett på høstsemesteret, samt et valgbart emne for bachelorstudenter i 5. semester. Ved utgangen av 2022 var det utdannet totalt ca. 720 AKTIVinstruktører i Norge, fordelt over hele landet. Vår målsetning er at det skal finnes AKTIVinstruktør(er) der det tilbys trening, slik at kreftpasienter kan finne en AKTIVinstruktør i nærheten av der hen bor. Vår politiske målsetning er at kreftpasienter skal få 10-12 timer hos AKTIVinstruktør på resept etter endt behandling. Dette har vi spilt inn til Helsedirektoratet under utarbeidelsen av «Pakkeforløp hjem» hvor Aktiv mot kreft var invitert til å sitte i ressursgruppen.

Forskning

Aktiv mot kreft bidrar med midler til en studie med prostatakreftpasienter ved Norges idrettshøgskole (NIH). Bakgrunnen for studien er at hormonbehandling fører til redusert muskelmasse og dårligere blodsukkerregulering, og i dette studiet undersøkes det om trening kan motvirke dette. Denne studien pågår, og så langt har tre masterstudenter levert sine masteroppgaver på det foreløpige datamaterialet. Inkludering av deltakere til studien stoppet opp mellom 2020 og 2022 på grunn av Covid-19, men er nå gjenopptatt.

Aktiv mot kreft bidrar med midler til en studie med kvinner som har blitt behandlet for brystkreft ved Norges idrettshøgskole (NIH). Bakgrunnen for studien er at slik behandling kan gi seneffekter, som for eksempel en noe forhøyet risiko for hjerte- og karsykdommer. I denne studien skal man undersøke om fem måneder med utholdenhetstrening kan påvirke risiko for slike seneffekter. Forskerne skal også undersøke om tidligere brystkreftbehandling kan

påvirke effekten av trening, både på hjerte og karsykdom, men også mer generelle treningseffekter som kondisjon. De inkluderer derfor en gruppe med kvinner i samme aldersgruppe som aldri har hatt kreft før.

Inklusjonen i studien er nå ferdig, og det er nå inkludert 140 kvinner som har hatt brystkreft og 70 kvinner som ikke har hatt kreftsykdom. Det er to stipendiater tilknyttet studien, og innen sommeren 2023 har 7 masterstudenter levert sine oppgaver på data fra studien. Så lang er det publisert to artikler fra denne studien: en protokollartikkel, som beskriver studien i detalj, og en artikkel hvor vi har sammenlignet den epigenetiske signaturen mellom kvinnene som har hatt kreft og de kreftfrie kvinnene. Her ser vi at kvinner som har hatt brystkreft har en epigenetisk signatur som er mer lik det man ser hos langt eldre kvinner. Videre ser vi at fem måneder med utholdenhetstrening fører til forandringer som gjør den epigenetiske signaturen mer lik de kreftfrie kvinnene.

I samarbeid med Sophie Fosså og Lene Thorsen har vi i 2022 gjort en grundig gjennomgang av hvordan Pusterommene skal kode aktiviteten sin likt. Med lik koding vil registrerte data være sammenliknbare på tvers av Pusterommene, og et godt utgangspunkt for forskning av aktiviteten. Det vil i 2023 gjennomføres en kvantitativ undersøkelse om selvrapportert nytte av aktivitetene på Pusterommet. Videre har vi gitt midler til Fosså/Thorsen for å undersøke sammenheng mellom fysisk aktivitet og overlevelse blant langtidsoverlevende etter testikkelkreft. Artikkelen er akseptert for publikasjon i International Journal of Cancer juni 2023.

Aktiv mot kreft fokuserer fremdeles på forskningen som pågår i USA innen «Exercise Oncology», og sammen med vår amerikanske søsterstiftelse AKTIV Against Cancer Inc. bidrar Aktiv mot kreft med til sammen \$3,3 mill. over en 5-års periode til flere forskningsprosjekter ved Memorial Sloan Kettering Cancer Center (MSKCC) i USA, under ledelse av Dr. PhD Lee Jones.

Denne satsingen på forskning i USA ble blant annet muliggjort gjennom støtte fra Kavlifondet som i perioden 2017-2020 bidro med NOK 5,4 millioner til et omfattende forskningsprosjekt og et utvekslingsprogram for norske forskere. Forskerne Tormod Skogstad Nilsen (NIH), Elisabeth Edvardsen (NIH/OUS), og Guro Birgitte Stene (St.Olav/NTNU) deltar fortsatt i forskningsprosjekter med MSKCC og har gjennom 2022 fortsatt å samarbeide tett med Lee Jones' Lab.

INTERNASJONALT ARBEID

Etiopia

Aktiv mot kreft har siden 2012 vært hovedbidragsyter til Oslo universitetssykehus (OUS) og deres utvekslingsprosjekter for å utdanne onkologer, kreftsykepleiere og stråleterapeuter i Etiopia. Bakgrunnen var at det fantes 3 onkologer og ingen kreftsykepleiere eller stråleterapeuter i dette landet med nå snart 120 mill. innbyggere.

Prosjektet har som mål å gjøre Etiopia i stand til å utdanne onkologer, spesialsykepleiere i onkologi og stråleterapeuter med egne lærere og veiledere i løpet av noen år. Black Lion Hospital skal i fremtiden fungere som opplæringscenter for nye kreftavdelinger i Etiopia.

Norske samarbeidspartnere i prosjektet er Oslo universitetssykehus (OUS), OsloMET, Universitetet i Oslo (UiO) og Farmasøyter uten grenser (FUG) i tillegg til de etiopiske samarbeidspartnere Black Lion Hospital og Addis Ababa University. Aktiv mot kreft har bidratt til begge prosjektene med til sammen 20 mill. over 10 år.

Uttevslingsprosjektet bidrar til at norske kreftoverleger, kreftsykepleiere og stråleterapeuter lærer opp etiopiske leger og sykepleiere som ønsker å spesialisere seg innenfor onkologi.

Totalt er nå 50 legespesialister i onkologi ferdig utdannet siden oppstart i 2013 og omtrent 30 leger er p.t. under spesialistutdanning. Spesialistene arbeider i hovedsak ved universitetssykehusene Black Lion Hospital og St. Paul Millennium Hospital Addis Abeba, Jimma, Harar, Hawassa, Gonder og Mekele, som alle har eller planlegger strålebehandling. Totalt er 70 kreftsykepleiere utdannet gjennom et masterprogram siden oppstart 2015. Disse arbeider i hovedsak også ved sykehusene angitt ovenfor. 12 sykepleiere er nå under utdanning.

Utdanningsprogram for stråleterapeuter for bemanning av alle de syv planlagte sentrene i Etiopia ble utsatt pga. pandemien, men startet opp mars 2021, og 8 stråleterapeuter er nå under utdanning.

Pandemien har bremset fremdriften og tilstedeværelsen i Etiopia og vi har også erfart at fjernundervisning har vært vanskelig på grunn av tekniske utfordringer. Aktiv mot kreft har derfor vært pådriver for å etablere et videokonferanserom ved Addis Ababa University og et MDT-rom (MultiDisciplinary Teams) ved Black Lion Hospital. som kan kommunisere godt med tilsvarende rom ved OUS. Disse vil finansieres av Aktiv mot kreft og installeres på forsommeren 2023 etter forsinkelser med å få varene inn til landet.

I fremtiden vil det være sentralt å kunne drive nettbasert undervisning og veiledning, men ikke minst forsterke dialogen i multidisiplinære team om pasientbehandling, og forlenge et allerede godt fundert samarbeid.

USA

Aktiv mot kreft etablerte sin amerikanske «søsterstiftelse» AKTIV Against Cancer Inc. som en 501c3 non-profit organisasjon i USA i 2014. Dette ble delvis gjort på oppfordring fra vår største bidragsyter, adidas, men også som en naturlig videreutvikling av stiftelsen da Gretes navn fremdeles var sterkt og hennes posisjon unik innen løping i New York.

Det daglige arbeidet med å drive og utvikle stiftelsen i USA blir utført av konsulenter i selskapet WeinsteinCarnegie under ledelse av Harrie Bakst. Styret bestod i 2022 av Helle Aanesen (Chair), Lars Scofield, Jennifer Thomas, Stan Brajer, Adam Binder og Chris Torrente.

Den norske og amerikanske stiftelsen deler visjon og målsetning om å få fysisk aktivitet inn som del av kreftbehandlingen. I USA har vi valgt å nå dette målet gjennom først å bidra til forskning innen «Exercise Oncology» ved MSKCC - se også punkt over om forskning.

I 2022 har stiftelsen gradvis dreiet arbeidet mot fokus på implementering av fysisk aktivitet og stiftelsen er i spennende dialog med sykehuskjeden Summit Health og det anerkjente kreftsykehuset MD Anderson Cancer Center. Dette er ny satsing vi mener sykehusene er motiverte og 'modne' for nå, og som vi har stor tro på fremover.

På inntektssiden begynte vi å komme tilbake til 'normalen' etter pandemien, og vi hadde 9 deltakere med i Boston Marathon (US\$ 76.000) og 30 deltakere i New York City Marathon (US\$ 48.000). I tillegg fikk vi igjen arrangert vår årlige 'fundraiser' AKTIV Against Cancer Award og Luncheon på New York Athletic Club, hvor vi hedret adidas med vår hovedpris og Chaunté Lowe med the Inspiration Award.

FOREBYGGENDE ARBEID / INNTEKTER

Inntektsbringende arrangement

Aktiv mot kreft tilbyr deltakelse i noen store idrettsarrangement til inntekt for sitt arbeid. De som deltar for Aktiv mot kreft betaler startkontingenten direkte til Aktiv mot kreft og denne inntekten går i sin helhet til vårt arbeid. 2020 og 2021 har vært preget av avlyste arrangement og digitale løsninger, men i 2022 ble de aller fleste arrangement gjennomført som vanlig.

Holmenkollmarsjen

Lørdag 12. mars var vi med på Holmenkollmarsjen, og vi hadde flere Pusteromsbrukere som gikk for oss. Vi hadde stand med servering av kaffe og boller til deltakerne sammen med Nord kaffe i mål.

Golfturnering

1. september arrangerte vi vår charity golfturnering på Bærum Golfklubb for tredje året på rad. Med 64 deltakere ble det en flott dag på Bærum med scrambleturnering, auksjon og loddtrekning av fine premier. Til sammen samlet vi inn ca. 125.000 kr.

Oslo Maraton

Vi hadde med ca. 100 deltakere i Oslo maraton 17. september. Til sammen gav dette en inntekt på drøyt 185.000 kr. (startkontingenter og donasjoner). 3 km ble gjeninnført som distanse i 2022, og det var dermed mulighet til å løpe enten 3,10,21 eller 42 km.

New York City Marathon

Det 52. New York City Marathon ble arrangert 6. november, og for første gang siden 2019 hadde vi med en gjeng med norske løpere. Til sammen 10 stk. Løp med Aktiv mot kreft på brystet, noe som gav oss en inntekt på ca. 300.000 kr.

I tillegg har vi vært veldedig samarbeidspartner til: Flåmsdalenløpet, Ottaløpet, Anthonstafetten, Jølster Maraton, Haukelirennet og Føyen/NorskEiendoms skiskytterstafett, DHL stafetten, Country to Country for Cancer (C2C4C). Disse arrangementene har gitt oss en fin inntekt og samtidig skapt viktig aktivitet.

Andre arrangement

Verdens kreftdag 4. februar

I anledning Verdens kreftdag hadde vi en digital treningsøkt med vår ambassadør Yngvar Andersen fra Pusterommet på Radiumhospitalet.

Arendalsuka

Arendalsuka 2022 startet med den årlige sykkelturen fra Pusterommet i Skien til Arendal sammen med ansatte fra en del av fadderbedriftene våre samt Pusteromsbrukere. I løpet av uken hadde vi to arrangement:

- «Gi gass, pasientene har hastverk» en debatt om persontilpasset trening og medisin sammen med våre fadderbedrifter Abbvie og GSK.
- «Prehabilitering – før og etter en kreftdiagnose» en debatt om utfordringer og muligheter med innføring av prehabilitering i behandlingsforløpet sammen med Vestre Viken HF.

I tillegg hadde vi morgentrim på Torget sammen med vår ambassadør Yngvar Andersen i tre dager. Vi avsluttet uken med åpning av Pusterom på Nordagutu.

AKTIVdagen/15 års jubileum

På AKTIVdagen 23. september markerte vi Aktiv mot krefts 15-års jubileum med 15 ulike turer fra 15 Pusterom, som igjen genererte fysisk aktivitet til støtte for formålet. Ordfører i Oslo Marianne Borgen var med på tur fra Skullerudstua sammen med DNT. I forbindelse med 15-års jubileet laget vi en ny brosjyre om vårt arbeid.

Fadderbedrifter

Stiftelsen har i 2022 videreført og videreutviklet samarbeidet med en rekke bedrifter hvor målet er at bedriftens ansatte skal komme i bedre fysisk form samtidig som bedriften støtter stiftelsens arbeid og tar sosialt ansvar.

Aktiv mot kreft videreførte/inngikk i 2022 avtaler med følgende bedrifter – kalt fadderbedrifter: Takeda, Grieg Gruppen, JF Knudtzen AS, Advokatfirma Selmer DA, Qicraft, Lund Gruppen, Advokatfirmaet Føyen, RiksTV, Zalaris, Bristol-Myers Squibb, Astellas, Sanofi, Abbvie, Merck Norge, Cisco, Eurosign, GSK, MSD og Novartis.

Vi begynte med konseptet AKTIVkontor i 2018 og videreførte dette også i 2022. Bedriftene har fått en startpakke med enkelt utstyr, som strikker, rokkering, ball, balansepute etc. Målet er at de ansatte skal få muligheten til korte aktivitetsøkter i løpet av en ofte stillesittende arbeidsdag. I tillegg får fadderbedriftene jevnlig besøk av våre ambassadører, samt tilbud om ulike aktiviteter som skiteknikkurs, løpetrening, padel og tennis, noe som er med på å opprettholde et godt samarbeid. Vi har hatt mange arrangementer med fadderbedriftene våre, både digitale møter, foredrag og også en del faglig samarbeid.

Donasjoner/tildelinger

Vi har i 2022 mottatt gaver/donasjoner fra Eckbos legat, Sat Sapienti Stiftelsen, Lilly Constance og Karl Ingolf Larssons Stiftelse og Sparebank 1 Stiftelsen Vestfold/Telemark. I tillegg har vi fått gaver fra våre samarbeidspartnere:

Kraft til idretten

Kraft til idretten er et konsept for idrettslag hvor privatpersoner og bedrifter kan velge Polar Kraft som sin strømleverandør, og samtidig støtte sitt lag eller forening. I 2022 mottok Aktiv mot kreft kr. 191 308 fra Kraft til idretten og var med det største mottaker av idrettsstrøm. 1142 valgte å støtte Aktiv mot kreft i 2022.

Bingopenger

Tusen takk til K. Aspelund AS for at Aktiv mot kreft får være med som en av mottakerne av overskuddet fra Sandvika Bingo. Dette er et hyggelig bidrag til vårt arbeid og resulterte i 2022 med kr. 97 795 til Aktiv mot kreft.

Circle K

Samarbeidsavtalen med Circle var i utgangspunktet for 2022, men er nå forlenget til 2024. Circle K skal gjennomføre aktiviteter på stasjonene med sikte på å samle inn penger til Aktiv mot kreft. Circle K garanterer oss et minimumsbeløp på kr. 1 000 000 årlig avtaleperioden. I 2022 ble totalbeløpet kr. 1 187 410

ADMINISTRASJON

Administrasjonen i Aktiv mot kreft var i utgangen av 2023 på 3 årsverk. Styret har seks medlemmer og anser arbeidsmiljøet som godt. Stiftelsen forurensrer ikke det ytre miljø.

RESULTAT

Resultatet for Aktiv mot kreft i 2022 viser et underskudd på NOK 8.673.623. Dette resultatet er etter utdeling av gaver til formålene på ca. NOK 15,8 millioner.

Etter styrets oppfatning gir det fremlagte resultatregnskap og balanse et bilde av et svært aktivt år med etablering av fire nye Pusterom. Før etableringen av Pusterommet i Stavern i mai 2022 var det fem år siden forrige Pusterom ble etablert, og stiftelsen har i denne perioden spart opp en del midler. En del av disse oppsparte midlene har blitt brukt til å finansiere de fire nye Pusterommene.

Stiftelsen har relativt høye administrasjonskostnader i forhold til inntekter. Her er det viktig å påpeke at store deler av administrasjonskostnadene er forbundet med å skape aktivitet, noe som i tillegg til å gi pengene våre videre, er en viktig del av formålet vårt. Kostnadene til aktivitet er i hovedsak knyttet til arrangementskostnader, samt kostnader knyttet til aktivisering av fadderbedriftene.

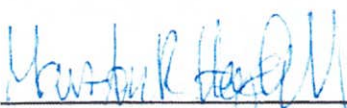
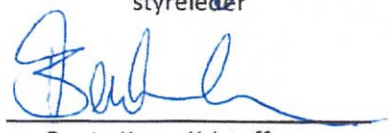
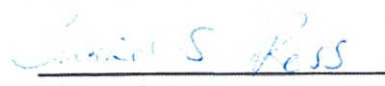
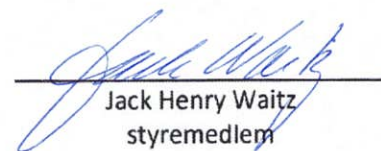
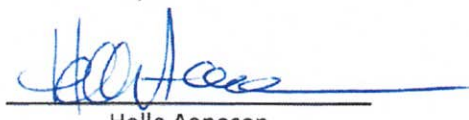
STYRET

Styret i Aktiv mot kreft hadde følgende sammensetning pr. 31.12.2022:

Birger Magnus, styrets leder
Tone Ik Dahl, medlem
Jack Waitz, medlem
Mari-Anne Rød Heyerdahl, medlem
Bente Kvam Kristoffersen, medlem
Ole Alexander Opdalshei, medlem

Verken styreleder eller styremedlemmer mottok honorar for dette arbeidet.

Oslo, 12. juni 2023


Birger Magnus
styreleder
Mari-Anne Rød Heyerdahl
styremedlem
Tone Ik Dahl
styremedlem
Bente Kvam Kristoffersen
styremedlem
Ingrid Stenstadvold Ross
styremedlem
Jack Henry Waitz
styremedlem
Helle Aanesen
daglig leder

Gaver til formålet 2022

Pusterom

Pusterommet, Tromsø	11 457 951
Pusterommet, Tønsberg (Kysthospitalet Stavern)	241 780
Pusterommet, OUS (Rikshospitalet)	72 000
Pusterommet, Lovisenberg	1 550 370
Pusterommet, Skien (Nordagutu)	237 028
Pusterommet, Ringerike (Hallingdal Sjukestugu)	29 044
Pusterommet, Diverse	253 595

Forskning

OUS - forskning Pusterommet (L. Thorsen/S. Fosså)	500 000
NIH - forskning prostatakreft/forskerstilling (T. S. Nilsen)	590 000

Etiopia

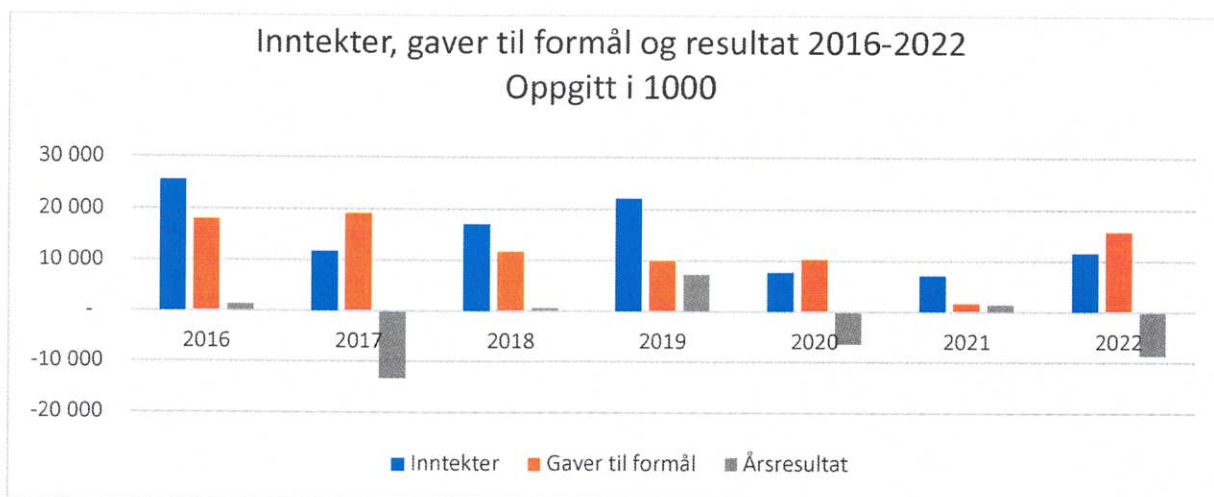
MDT-rom Etiopia	549 869
-----------------	---------

Diverse

Diverse gaver til stiftelsens formål	291 525
--------------------------------------	---------

TOTALT

15 773 162



	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
Inntekter	25 676	12 026	17 303	22 321	7 889	7 238	11 779
Gaver til formål	18 085	19 268	11 904	10 016	10 320	1 665	15 773
Årsresulta	1 345	-13 390	586	7 318	-6 457	1 446	-8 673