



SENFØLGERFORENINGEN
- Et godt liv efter kræft 

ÅRSBERETNING for år 2021-2022

Ved forperson Marianne Nord Hansen

Den 29. april 2022

En central indledning for Senfølgerforeningens årsberetning er foreningens reviderede visioner, missioner og organisering af foreningen.

Senfølgerforeningens visioner er at:

Alle kræftramte med senfølger har en forening, hvor de kan få støtte og vejledning til at bedre deres livskvalitet, et sundhedssystem hvor de bliver anerkendt, udredt og behandlet for deres senfølger, og et samfund med kendskab til senfølger.

I forhold til Senfølgerforeningens missioner arbejder vi indenfor 3 kerneområder, hvor vi vil tilbyde information, vejledning og aktiviteter til senfølgeramte, være en rådgivende kapacitet på den sundheds- og socialpolitiske scene, samt udbrede viden om senfølger i befolkningen.

I forlængelse af foreningens årlige visionsmøde er der i blevet nedsat et en række arbejdende udvalg, som er: Et medlemsudvalg, et frivilligudvalg, et økonomiudvalg, et kommunikationsudvalg og et politisk udvalg. Dette med henblik på, at vi som forening bliver skarpe på forenings mange opgaver og sikre, at der er en god ansvarsfordeling og udvikling på de respektive udvalgsområder.

Alle disse udvalg varetages af foreningens bestyrelsesmedlemmer og hvor vi, her i foråret, er gået i gang med at allokere interesserede medlemmer og frivillige i de forskellige udvalg.

Øget digitalisering i Senfølgerforeningen

I det forløbne år har Senfølgerforeningen haft et særligt fokus på at udvikle og sikre en øget digitalisering til gavn de mange senfølgeramte i Danmark.

Foreningens øgede digitalisering går lige fra online medlems- og udvalgsmøder til foreningens medlemsstyring. Vi har bl.a. fået etableret IT-redskaber til et bedre og mere informativt nyhedsbrev, som nu udsendes en gang om måneden.

Vi har fået etableret facebook grupper til brug for foreningens nu snart 12 fysiske lokale netværksgrupper, som er placeret forskellige steder i landet. Således, at kommunikationsvejene mellem tovholderne og deltagerne i de lokale netværk er blevet lettet.

Foreningens større tilgang til digitalisering har også vist sig at være til gavn for landets senfølgeramte, hvor vi nu via online-møder i langt højere grad rækker ud til flere senfølgeramte.

Vi har således erfaret, at de sociale medier er med til at fremme nye måder, hvor vi individuelt kan vejlede og rådgive vores medlemmer. Vi har således i årets forløb oprettet online-møder, hvor eksperter udefra støtter og vejleder senfølgerramte.

Online møder for senfølgeramte

Vi tilbyder foreningens medlemmer støttende og vejledende tilbud, hvor professionelle med erfaringer inden for senfølgeområdet giver online-ekspert-vejledning. Vi har for dette år med stor succes gennemført

12 online møder indenfor senfølge-smerter og inden for sociale problemstillinger som konsekvens af kræftbehandlinger.

Senfølgerforeningens 12 lokale netværk om senfølger

Men det er stadig godt, at senfølgeramte mødes fysisk, hvor vi fortsat i foreningen har et særligt fokus på foreningens fysiske lokale netværk. De snart 12 netværk har, udover at mødes en gang om måneden, også mulighed for at afholde aktiviteter, som giver mening for deltagerne. Som f.eks svømming, yoga, kreative aftener mv.

For at bestyrelsen bedre kan erfaringsudveksle med tovholderne har vi i 2022 igangsat online- møder med landets tovholdere. Hvor vi kan lære af hinandens erfaringer og hvor vi som forening, kan informere tovholderne om ny viden og tiltag indenfor senfølgeområdet. Bl.a. om de mange senfølgeklinikker, som dukker op i landet.

I slutningen af 2021 gjorde foreningen det første spadestik med henblik på at igangsætte et lokalt netværk for senfølger hos personer med anden etnisk baggrund. Vi har haft kontakt med en imam på Rigshospitalet, som vejledte os i, at et lokalt netværk, i første omgang, kunne tilbydes kvinder og med fysisk placering i et af de sociale steder, som kvinderne i forvejen benytter. Coronaen har udsat projektet, men vi forventer at genoptage planlægningen af dette netværk i sommeren 22.

Telefonlinjen

Foreningen er blevet meget opmærksom på, at mange af de senfølgeramte, som kontakter vores telefonlinje, har behov for supplerende fagprofessionel rådgivning. Vi har derfor revideret vores telefonlinje, hvor der stadig kan ringes op på samme telefonnummer. Ved samtalen vurderes det, om den enkelte senfølgeramte har behov for yderligere rådgivning. Vi har i første omgang etableret en supplerende rådgivning inden for seksuelle problemer med en sexolog på telefonlinjen.

V forventer i det kommende år at kunne tilbyde supplerende professionel telefonrådgivning ved socialrådgiver, læge eller sygeplejerske.

Andre udadrettede aktiviteter i regi af Senfølgerforeningen

Foreningen har i årets forløb etableret nye aktiviteter, som er åbne for alle kræftramte, hvor målet for den enkelte er fællesskab og at hjælpe hinanden til at mestre til et godt liv efter kræft. Vi har i foråret etableret mindfulness i København.

Vejledning af studerende

Foreningen har i året vejledt en række studerende. Vi har vejledt en psykologistuderende, som i sin afsluttende opgave har skrevet om angst for tilbagefald. Samt vejledt to journaliststuderende, som i forbindelse med deres afgangseksamen har interviewet deltagere i foreningens lokale netværk om senfølger. Dette projekt har resulteret i en artikelserie om senfølger i Berlingske Tidende: Se herom i foreningens nyhedsbrev april 2022.

Foredrag

Foreningen har afholdt foredrag forskellige steder i landet. Mona Muusman fortalte åbent og ærligt om sit liv med kræft og senfølger og om sin positive tilgang til livet .

Onkologisk sygeplejerske Jeanett Kertevig fortalte om alternativ medicin og om, hvordan alsidig kost er dækkende for en sund ernæring for kræft- og senfølgeramte.

Vi er politisk aktive

Senfølgerforeningen har bl.a. været præsenteret ved oplæg for politikere i Region Hovedstaden og på Folkemødet 21 - hvor essensen har været at informere om, hvordan patienter stadig ikke bliver informeret om senfølger -og om, hvordan man ikke får hjælp for sine senfølger. Foreningen advokerer for, at alle

kræftpatienter og senfølgeramte får en individuel opfølgingsplan og rettidigt får vurderet deres risiko for udvikling af senfølger.

Samt, at vi som forening advokerer for, at der i Region Hovedstaden oprettes en senfølgeklinik.

Frivilligkampagne i april

Vi har i april 22 kørt en frivillig-kampagne, idet Senfølgerforeningens arbejde er drevet af frivillige. Lige fra det daglige arbejde i bestyrelsen, arbejde med telefonlinjen, medlemskontakten i de lokale netværksgrupper, praktiske hjælpere til arrangementer, planlægning og udførsel af medlemsaktiviteter, samt fagprofessionelles rådgivning af senfølgeramte.

Derudover er der et stort arbejde i kulissen, f.eks i forhold til lobbyisme på den nationale, regionale og kommunale sundhedspolitiske arena, PR, vidensopsamling- og deling, jura, og meget mere.

Mange frivillige har allerede meldt sig. Frivillige fagprofessionelle har også meldt sig. Vi er pt. i gang med at kontakte de frivillige og finde opgaver, som matcher deres ønsker i det frivillige arbejde.

En tak går til alle de personer, som har meldt sig ind i Senfølgerforeningen og til de mange, som fortsætter deres medlemskab. En stor tak går også til alle bestyrelsesmedlemmerne og de frivillige, som har meldt sig til frivilligt arbejde i foreningen.

Stor tak til de professionelle, som i foreningens regi rådgiver senfølgeramte personer - også stor velkommen til foreningens nye studentermedarbejder og tak til revisorerne for deres store indsats i godkendelse af året regnskab for 2021.

Samtidig stor velkomst til Huset Venture i Nordjylland, som har overtaget foreningens administration af regnskab.

Vi glæder os i det kommende år til, at Senfølgerforeningen i større udstrækning kan støtte og vejlede landets mange kræft- og senfølgeramte ved onlinemøder og ved mange nye aktiviteter.

Venlig hilsen
Marianne Nord Hansen
Forperson for Senfølgerforeningen