

# SLUTTRAPPORT

## STAFETT FOR LIVET

Prosjektnummer 2017/HE1-159009



## Sammendrag

### Bakgrunn

Et av Kreftforeningens satsingsområder er å øke mestringsnivået hos pasienter og pårørende under og etter sykdom gjennom å utvikle gode tilbud, samt bidra til bedre livskvalitet for krefttrammede.

Våre omsorgstilbud er ofte spisset med tanke på konkrete målgrupper som pasienter, pårørende, etterlatte, barn, ungdom, voksne eller eldre. Vi så at Stafett for livet hadde et stort potensial som tilbud til alle uavhengig av målgruppe og kjønn. Tilbudet er en unik møteplass for dem som er rammet og berørt av kreft, hvor det er enkelt å finne støtte hos andre som er i samme situasjon som en selv. Gjennom stafetten kan deltakere og frivillige på ulike måter bidra med sitt personlige engasjement i sitt eget lokalmiljø. Stafetten er et fellesskap på tvers av interesser og aldergrupper.

### Gjennomføring

Arbeidet med Stafett for livet har hovedsakelig vært knyttet til rekruttering, opplæring og oppfølging av frivillige. Frivillige er rekruttert inn i ni grupper som hver har viktige oppgaver for planlegging og gjennomføring av arrangementet. Vi har også utviklet støtteverktøy frivillige har behov for (deltakerpåmelding, håndbok for frivillige, nettsider/sosiale medier).

Ettersom Stafett for livet (Relay for life) er et globalt fenomen, har vi også nyttiggjort oss av erfaringer fra andre land, som Belgia, Danmark og USA. Vi har invitert til en erfaringsamling i Norge og vi har deltatt på to samlinger for stafetter avholdt i Europa.

I prosjektperioden gjennomførte vi én stafett i 2017 og åtte stafetter (på syv steder) i 2018.

### Resultater

Målsetningene for arrangementene var 40 lag, 600 deltakere og 50 frivillige per arrangement. Den første stafetten på Randaberg i september 2017 ble en stor suksess. 47 lag med 1711 deltakere, 3000 besøkende og 60 frivillige var med i planleggingen og gjennomføringen.

I 2018 kan vi skilte med 12 892 deltakere, 645 fightere (personer som har eller har hatt kreft), 379 lag og 961 frivillige for åtte arrangementer i Harstad, Askøy, Randaberg, Karmøy, Kristiansand, Sandefjord, Nye Asker og Ringsaker. Vi har også gjennomført to enkle surveybaserte evalueringer blant deltakere og fightere, og til frivillige. Kort oppsummert er disse svært godt fornøyde med arrangementet: 75 % av lagkapteinene, 90 % av fighterne og 80 % av lagdeltakerne ønsker å delta på neste stafett.

### Videre planer

Stafett for livet kan til meget gode resultater i prosjektperioden. Vi har gjennom støtten fra Extrastiftelsen etablert et nytt tilbud og aktivitet i Kreftforeningen. Kreftforeningen har derfor vedtatt en plan for å etablere flere stafetter i Norge. Vi har ambisjoner om å etablere totalt 24 stafetter innen 2021.

**Stafett for livet** er et sosialt, positivt og samlende 24-timers arrangement for å vise støtte til alle som er eller har vært rammet av kreft, og minnes dem som har gått bort. Og så handler det om å feire livet – her og nå.

Gjennom å danne lag som alltid har minst én deltaker på banen under stafetten, går lokalsamfunnet sammen. Lagene består av familier, venner, skoler, foreninger, arbeidsplasser og andre. Bak hvert lag er det ofte en historie om en person – **en fighter** – som laget vil støtte, minnes eller feire at har blitt frisk. Fighterne er stafettens æresgjester og har et eget program underveis.

Det er gratis å delta på Stafett for livet, og det er alkohol- og tobakksfritt. Det 24 timer lange arrangementet er et symbol på kreftsykdommen. Den som aldri hviler, men som er til stede hele dagen, hele natten, hele døgnet. Den symboliserer også at noen alltid bør være på banen for den som er syk.

## 1. Bakgrunn og målsetning med prosjektet

Kreftforeningen har solid erfaring med å utvikle gode omsorgstilbud for kreftrammede. Tilbudene er tuftet på kreftrammedes behov. Et velkjent gjennomgående behov er det å treffe andre som befinner seg i en tilsvarende situasjon som en selv. De fleste tilbudene kreftrammede har, er permanente og langvarige, med relativt høy terskel for å delta. De er ofte spisset med tanke på målgrupper: pasienter, pårørende, etterlatte, barn, ungdom, voksne eller eldre. Kreftforeningen ønsket å etablere Stafett for livet for å gi et tilbud *på tvers av interesse- og aldersgrupper*. Det fantes ingen liknende type arrangement for vår målgruppe på landsbasis.

Vi ønsket å undersøke om Stafett for livet kunne appellere til den norske befolkningen, og spesielt dem som er berørt av og engasjert i kreftsaken. Stafett for livet er den norske utgaven av det amerikanske Relay for Life, startet av dr.med. Gordy Klatt i 1985. Det er i dag verdens største non-profit arrangement med over fire millioner deltakere og over 700 000 nåværende og tidligere kreftpasienter. Det er American Cancer Society som eier konseptet, og vi har tilsluttet oss Relay for Life for å starte opp stafett i Norge.

Målsetningen med prosjektet var at:

- flere kreftrammede får en møteplass og opplever støtte fra lokalmiljøet
- flere får informasjon om kreft og Kreftforeningens tilbud
- flere engasjerer seg som frivillige i sitt lokalmiljø
- flere vil være fysisk aktive



## 2. Gjennomføring og metoder

Prosjektet har vært tradisjonelt rigget. En prosjekteier, prosjektleder, styringsgruppe, prosjektgruppe og arbeidsgrupper. Styringsgruppen har bestått av utvalgte avdelingsledere. Det er gjennomført jevnlig møter for avklaringer og retningsvalg underveis. Styringsgruppen har sikret god forankring av prosjektet.

Vi har hatt en liten prosjektgruppe på tre personer. Vi har i tillegg hatt arbeidsgrupper forankret i mange ulike fagseksjoner i organisasjonen (markeds, juridisk, IT, administrasjon, forebyggende, forskning, informasjon/presse). Prosjektet har vært bredt forankret i organisasjonen. Dette har vært et viktig suksesskriterium for å lykkes.

Prosjektet er gjennomført i denne rekkefølgen med følgende overskrifter:

<b>Desember -16/april -17</b>	Lagd håndbok og opplæring for frivillige
<b>Desember -16/april -17</b>	Rekruttert og lært opp frivillige til første Stafett for livet på Randaberg (Rogaland)
<b>Januar-september -17</b>	Planlegging av første stafett
<b>Februar -17</b>	Påmeldingsløsning deltakere, nettsider, Facebook-sider
<b>Mai -17</b>	Studietur for frivillige til Danmark
<b>Juni -17</b>	Kartlegging av steder for nye stafetter 2018
<b>September -17</b>	Gjennomføring av første stafett
<b>Oktober -17</b>	Evaluering av første stafett
<b>Oktober -17/april -18</b>	Rekruttering og opplæring av frivillige til nye steder for 2018
<b>Desember -17/jan -18</b>	Revidert håndbok og opplæring av frivillige
<b>Januar/september -18</b>	Planlegging av åtte stafetter
<b>April -18</b>	Erfaringsssamling for ansatte og frivillige i Stafett for livet
<b>Juni -18</b>	Kartlegging av steder for nye stafetter 2019
<b>Juni -18</b>	Ledergruppen i Kreftforeningen beslutter å etablere Stafett for livet 2019–2021
<b>Mai -18/september -18</b>	Gjennomføring av åtte stafetter
<b>August -18</b>	Erfaringsssamling med stafetter fra Belgia, USA, Portugal og Danmark
<b>Oktober -18</b>	Evaluering av årets stafetter
<b>November -18</b>	Erfaringsssamling for ansatte og frivillige
<b>Desember -18</b>	Kartlegging av nye steder for etablering av stafetter 2020–2021

Det er ikke benyttet en ressursgruppe av brukere/frivillige. Vi gjennomførte en undersøkelse gjennom vårt brukerpanel (tidligere/nåværende pasienter, pårørende og etterlatte). Oppslutningen om arrangementet er vurdert til å være så stor at vi med trygghet kan si at dette er et viktig tilbud.

### 3. Resultater og vurdering

Prosjektet hadde et mål om 5400 deltakere, 360 lag og 450 frivillige. Vi kan vise til solid måloppnåelse på alle områder:

Stafett	Antall fightere	Antall deltakere	Antall lag	Antall frivillige
Kristiansand	100	1311	37	173
Karmøy	57	1400	54	100
Randberg <sup>1</sup>	123	3837	95	175
Ringsaker	65	1600	54	100
Harstad	76	1650	38	97
Askøy	82	2355	65	91
Nye Asker	78	1150	43	130
Sandefjord	115	1300	40	155
<b>Totalt</b>	<b>696</b>	<b>14 603</b>	<b>426</b>	<b>1021</b>

#### *Flere har fått en møteplass*

Hva gjelder målet om at flere kreftrammede får en møteplass og opplever støtte fra lokalmiljøet, kan prosjektet vise til meget gode resultater, se tabell over. Vi vil spesielt fremheve fighterne, nåværende eller tidligere kreftpasienter, som er arrangementets æresgjester. De er en del av åpningsseremonien, blant annet for å motta støtte og hyllest fra lokalmiljøet. De får også et eget arrangement (mat, underholdning o.l.) under stafetten. Sammenliknet med andre land (USA, Danmark, Belgia) kan Norge vise til meget høye fightertall allerede første år. Vi tolker dette som at vi har lyktes med å lage en god arena der mennesker i tilsvarende situasjon, på tvers av alder, kjønn og diagnoser, kan møte hverandre. Om de har anledning, kan de også delta på resten av stafetten som lagdeltakere.

For øvrig opplever Kreftforeningen en annen kjønns- og aldersfordeling enn på våre andre tilbud til kreftrammede. Vi ser at det i gjennomsnitt deltar flere menn, og at gjennomsnittsalderen er lavere enn på andre tilbud vi har. Vi ser også at arrangementet tiltrekker seg barnefamilier. Dette er i tråd med erfaringer fra andre land. Dette gjør mye for inntrykket av stafettene. Mange tror at dette er et idrettsarrangement som handler om å prestere, men ligner mer enn festival for å feire og minnes. Gjennom deltakere som deltar som lag sammen med familie og venner, skapes det en unik arena der mennesker med liknende erfaringer kan finne hverandre. Vi bevisstgjør dette gjennom aktiv bildebruk på nettsider og sosiale medier, se vedlegg 1 og 2.

#### *Flere har fått informasjon om Kreftforeningen*

Til målet om at flere får informasjon om kreft og Kreftforeningens tilbud, ønsker vi også å vise til at vi når mange med vårt budskap. Over 12 000 mennesker har deltatt på arrangement i regi av Kreftforeningen og fått mulighet til å møte oss og få informasjon om kreft og hva man kan gjøre når en selv eller ens nærmeste blir rammet. Mange deltakere har ikke vært i kontakt med oss før, og vi opplever at Stafett for livet gir en lavterskelmulighet for informasjon.

Arrangementene er en helt ny arena for Kreftforeningen, også med tanke på å forstå hvilken målgruppe vi møter og hvilke behov disse har. Vi skal bruke tiden fremover til å samle kunnskap om dette. Dette er også i tråd med erfaringer fra andre land. Vi har en god dialog med andre land for best mulig å bruke arenaen som informasjonskanal for dem som er berørt av kreft og engasjert i kreftsaken.

<sup>1</sup> Randberg har gjennomført to stafetter 2017–2018.

### *Flere frivillige*

Prosjektet hadde også som mål at flere skulle engasjere seg som frivillige i sitt nærmiljø. Vi har rekruttert, lært og fulgt opp nærmere 1000 frivillige. De fleste har ikke vært frivillige i Kreftforeningen før. Dette prosjektet har bidratt til å utvikle frivilligheten i Kreftforeningen på spesielt to punkter:

- 1) Volum. Det er behov for mange frivillige for å planlegge og gjennomføre arrangementet. Dette har gitt oss verdifulle erfaringer med hensyn til å behandle og forvalte større grupper med frivillige. Dette utfordrer oss på å jobbe mer effektivt med opplæring og oppfølging. Dette blir også viktige utviklingsområder for veien videre.
- 2) Målrettet rekruttering. Frivillige er delt inn i ni arbeidsgrupper som hver er viktige for planlegging og gjennomføring av arrangementene. Vi har vært avhengige av frivillige med spesielle kompetanser og erfaringer. For eksempel har vi rekruttert frivillige som har solid erfaring fra gjennomføring av større arrangementer som sykkelritt, festivaler o.l. Dette utfordrer og utvikler Kreftforeningens systemer for opplæring og oppfølging. Vi vil også fremover bruke tid på å «tune» våre opplegg, slik at de frivillige får en god opplevelse hos oss. Det er behov for å knytte Stafett for livet og de frivillige tettere til Kreftforeningen.

### *Flere har fått mulighet til å være aktive*

Prosjektet har også hatt som mål at flere skulle være fysisk aktive. Arrangementet er gratis. Det er heller ingen spesielle krav til hvordan deltakerne gjennomfører Stafett for livet. Det betyr at deltakerne selv bestemmer om de vil gå, løpe, trille barnevogn eller rullestol under sin deltakelse. Dette mener vi gjør terskelen så lav som mulig for å drive fysisk aktivitet. Kreftforeningen vil i tiden fremover arbeide for å tydeliggjøre helsegevinsten i å delta. Det kan med fordel også jobbes med å redusere ulikhet ved å invitere en bredere del av lokalmiljøet. Dette vil i stor grad handle om at hver enkelt stafett klarer å engasjere en større bredde av det lokale organisasjons- og foreningslivet.

### *Øvrige resultater*

Kreftforeningen har generelt sett et godt samarbeid med kommunene vi har valgt som stafettsteder. Stafett for livet har bidratt til ytterligere å styrke samarbeidet med kommuner. Kommunene har bidratt økonomisk (utlån av arena), som deltakere/ambassadører og med generell synlighet for kreftsaken. Dette gjør det også enklere å samarbeide med kommunen om andre saker innenfor forebygging og generelt arbeid for bedre levekår for dem som er rammet av kreft.

Vi ser også at viktige samfunnsaktører vurderer Stafett for livet som en god arena. Helseminister Bent Høie deltok på vår første stafett på Randaberg. Generalsekretær i Extrastiftelsen Hans Christian Lillehagen deltok på Ringsaker i 2018, og statssekretær i Kulturdepartementet Frida Blomgren deltok på arrangementet i Nye Asker (Spikkestad).

Prosjektet ser også muligheten for god økonomisk bærekraftighet på arrangementene. Stafett for livet gir et unikt utgangspunkt for samarbeid og støtte fra lokalt organisasjons- og næringsliv. Mange bedrifter har bidratt med hel- og delspensing av produkter og tjenester. Dette bidrar til at kostnadene holdes på et minimum. Det har også gitt en vinn-vinn-situasjon ettersom mange organisasjoner og bedrifter benytter arrangementet til teambuilding og støtte rundt kolleger som selv er eller har vært rammet av kreft. Kreft og arbeidsliv er et område Kreftforeningen ser med fordel kan knyttes enda tettere sammen også på Stafett for livet.

## 4. Produkter og omtale av prosjektet

Med støtte fra Extrastiftelsen har vi produsert verktøy til og for våre frivillige. Vi har laget en håndbok for arrangementet som vil revideres årlig (vedlegg 1). Vi har også laget en brosjyre for å sikre enhetlig informasjon om Stafett for livet (vedlegg 2).

Vi har videre laget en egen [nettside](#) tilpasset deltakere, fightere og frivillige. Her medfølger en egen side for påmelding av lag. Det er også opprettet Facebook-sider for hvert arrangement.

Stafett for livet har fått et formidabelt antall presseoppslag med 429 oppslag fra januar 2017 til desember 2018. Nedenfor følger et lite utvalg av historier om hvordan det oppleves å delta som lagdeltaker, fighter og frivillig (fra Retriever).

- [«Vakkert med regn under Stafett for livet»](#), fra Kristiansand.
- [«Den lange marsjen mot kreft»](#), fra Harstad.
- [«Kreften tar jo aldri fri»](#), fra Sandefjord.
- [«Norge på langs syv ganger»](#), fra Ringsaker.

## 5. Konklusjon og veien videre

Vi har gjennom prosjektet erfart at det er et behov for et arrangement som Stafett for livet. Kreftforeningen er opptatt av brukermedvirkning og kartlegging av brukeres behov er en del av forarbeidet ved oppstart av nye tilbud. Ved å tilby Stafett for livet fyller vi et behov det er utfordrende å spørre berørte om. Det vil si at oppslutningen om arrangementet i prosjektperioden og fremover bekrefter at dette er et viktig tilbud til dem som er berørt av kreft og engasjert i kreftsaken.

Kreftforeningen har gjennom støtten fra Extrastiftelsen etablert et nytt tilbud. Vi har også vedtatt en plan om å øke antall stafetter til 24 i løpet av 2021. Arrangementene vil gjennomføres årlig. Dette er et ambisiøst mål og vil utfordre organisasjonen på flere områder. Vi opprettholder derfor prosjektstrukturen (prosjektgruppe, styringsgruppe, arbeidsgrupper) for å sikre fortsatt bred forankring. Vi har også vedtatt å kalle tilbudet Kreftforeningens Stafett for livet, for å skape en tettere tilknytning til Kreftforeningen, og tydeliggjøre at det er vi som står bak arrangementet.

Vi satser på en kontrollert vekst og legger kvalitet fremfor kvantitet til grunn for videre utvikling. Vi har derfor nedfelt noen kriterier som skal innfris før vi etablerer nye arrangementer, se vedlegg 3. Selv om man oppfyller alle kriteriene, vil det gjøres en totalvurdering for videre etablering.



# Kreftforeningens Stafett for livet

Håndbok for frivillige 2019



Foto: Kreftforeningen



Foto: S.H Photography



Foto: Kreftforeningen



Foto: Kreftforeningen

## **Innhold**

**3 Slik organiseres Kreftforeningens Stafett for livet**

**5 Frivillige og Kreftforeningens Stafett for livet**

6 Opplæring og oppfølging

**6 Kommunikasjonsverktøy**

**7 Hva er Kreftforeningens Stafett for livet?**

7 Hvorfor arrangerer Kreftforeningen Stafett for livet

8 Dette går pengene til

8 Historien

**8 Om Kreftforeningen**

**9 Rolle og oppgavebeskrivelser**

9 Stafettleder

10 Nestleder

11 Økonomiansvarlig

12 Logistikkgruppen

13 Underholdningsgruppen

14 Fightergruppen

15 Sponsorgruppen

16 Lysgruppen

17 Informasjon og PR-gruppen

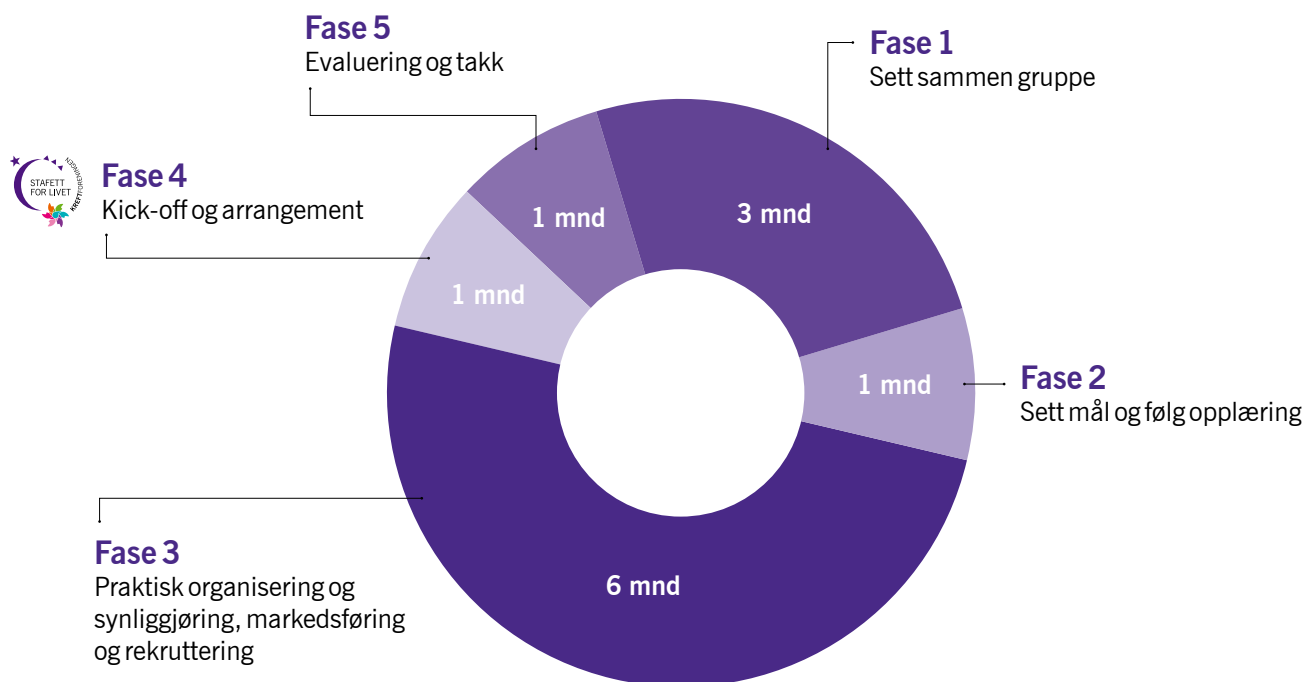
18 Laggruppen

19 Matgruppen



# Slik organiseres Kreftforeningens Stafett for livet

Planleggingen av stafetten starter tolv måneder før selve arrangementet. Vi har delt arbeidet inn i fem faser. Tidsbruk i hver fase vil variere.



## Arbeidsgrupper

Kreftforeningens Stafett for livet planlegges og gjennomføres av våre frivillige. Frivillige inndeles i ulike arbeidsgrupper som har ulike roller og oppgaver. Bakerst i håndboken finner du beskrivelser for hva hver gruppe skal gjøre. Det finnes i tillegg veiledende sjekklister for lederne av de ulike gruppene. Dette er ikke utfyllende lister, men skal være en støtte og inspirasjon for hver enkelt gruppe i planleggingsarbeidet.

### Oversikt over organiseringen:

<b>Styringsgruppen</b> 3 frivillige	<b>Kontaktperson i Kreftforeningen</b>
<b>Ledergruppen</b> 8 frivillige + styringsgruppen	
<b>Arbeidsgrupper</b> 5-10 frivillige per gruppe	
<b>Frivillige på dagen</b>	

**Styringsgruppen** består av stafettleder, nestleder og økonomiansvarlig. **Stafettleder** har hovedansvar for planlegging og gjennomføring av stafetten lokalt, med fokus på å lede og koordinere ledergruppen. **Nestleder** bistår stafettleder i dette arbeidet. **Økonomiansvarlig** skal holde orden på inntekter og utgifter for hele arrangementet og ha oversikt over sponsorinntekter og donasjoner som gis til stafetten.

**Ledergruppen** består av alle lederne fra hver av arbeidsgruppene og styringsgruppen.

Arbeidsgruppen for **lag** jobber med å få lag til å melde seg på stafetten. De holder møter for lagkapteinene, hvor de informeres og inspireres til hvordan de kan bidra til stafetten. Alle kan være med å rekruttere lag, uavhengig av hvilken arbeidsgruppe de tilhører.

Arbeidsgruppen med ansvar for **figterne** inviterer nåværende og tidligere kreftpasienter til stafetten og skal arrangere fighterrunden, samt et eget program for figterne under stafetten.

Arbeidsgruppen med ansvar for **lys** arrangerer lysseremonien, og står for salg av lysposer før og under selve stafetten.

Arbeidsgruppen med ansvar for **logistikk** skal sikre at alle nødvendige fasiliteter er på plass, og at sikkerheten er ivaretatt. Gruppen sørger også for alt det praktiske som telt, stoler, bord, parkeringsforhold osv.

Arbeidsgruppen med ansvar for **mat** skal sørge for at det er nok mat og drikke tilgjengelig for deltakere, fightere, frivillige og besøkende.

Arbeidsgruppen med ansvar for **underholdning** skal sørge for at det er underholdning under arrangementet. Underholdningen kan både være på scenen og på teltplassen.

Arbeidsgruppen med ansvar for **informasjon og PR** skal sørge for å få informasjon om Kreftforeningens Stafett for livet ut i lokalmiljøet. Dette kan være gjennom pressemeldinger og lokalpresse, brosjyrer, plakater, nettside, sosiale medier osv.

Arbeidsgruppen med ansvar for **sponsorer** skal jobbe med å skaffe støttespillere til det lokale arrangementet.

For å få til en vellykket stafett, er det viktig at alle arbeidsgruppene samarbeider, og ikke jobber hver for seg. Alle gruppene er like viktige for en vellykket stafett. Mange av arbeidsoppgavene kan flyte litt over i hverandre, og derfor er det viktig å ha god dialog slik at man ikke jobber dobbelt. Det er også viktig at arbeidsgruppene respekteter hverandres arbeidsområder, og ikke «tråkker i hverandres bed». Er du frivillig i logistikk-gruppa, men kjenner noen i avisa og har en god historie, så ta kontakt med PR-gruppa og de tar dette videre.

**Kontaktpersonen fra Kreftforeningen** skal være rådgiver og støttespiller for styringsgruppen. All kontakt til Kreftforeningen skal i utgangspunktet gå via styringsgruppen, og kontaktpersonen tar det videre inn i organisasjonen dersom dette trengs.



Foto: Olaf Grodem

*«For å få til en vellykket stafett, er det viktig at alle arbeidsgrupper samarbeider, og ikke jobber hver for seg. Alle gruppene er like viktige for en vellykket stafett.»*



Foto: Bård Bernissen



## Frivillige og Kreftforeningens Stafett for livet

Du planlegger og gjennomfører stafetten som frivillig i Kreftforeningen. Kreftforeningen og deltakerne er avhengige av ditt engasjement og din kunnskap for at arrangementet skal bli vellykket. Du får mulighet til å gjøre en forskjell for mange mennesker i ditt nærmiljø.

Å være frivillig i Kreftforeningens Stafett for livet gir et allsidig og spennende arbeid med mening, hvor du får organisasjons- og prosjekterfaring. Det er også mulig å få en karriere som frivillig ettersom det er flere lederoppgaver på ulike nivåer. Selve arrangementet er en positiv opplevelse og en god mulighet for å få venner for livet!



Foto: Kreftforeningen



Foto: Bård Bernisen

## Retningslinjene for Kreftforeningens Stafett for livet

Som frivillig i Kreftforeningens Stafett for livet er det viktig at du kjenner til og følger retningslinjene for stafetten:

- Kreftforeningens Stafett for livet er et lokalt, frivilligdrevet arrangement i regi av Kreftforeningen.
- Kreftforeningens Stafett for livet bidrar til opplysning om kreft og Kreftforeningens arbeid.
- Kreftforeningens Stafett for livet arrangeres i tråd med rammene for arrangementet. Disse er like i hele Norge og resten av verden.
- Navnet på arrangementet er Kreftforeningens Stafett for livet [sted].
- Mange vil vise at de støtter Kreftforeningen og stafetten. Det er derfor viktig at kun godkjente logoer skal benyttes, i samsvar med retningslinjene for disse.
- Alle innsamlede midler går til Kreftforeningens arbeid.
- Det er gratis å delta på Kreftforeningens Stafett for livet.
- Kreftforeningens Stafett for livet er et tobakks- og alkoholfritt arrangement.

## Opplæring og oppfølging

Som frivillig i Kreftforeningen får du oppfølging og opplæring tilpasset de oppgavene du skal gjøre:

Gruppe	Rekruttering	Opplæring	Oppfølging
Styringsgruppen	Rekrutteres av kontaktperson i Kreftforeningen	Basisopplæring (e-læring) Aktivitetsopplæring Lederopplæring Teamleder-spillet Kick-off	Følges opp av kontaktperson i Kreftforeningen
Ledergruppen (ledere av arbeidsgrupper)	Rekrutteres av styringsgruppen	Basisopplæring (e-læring) Aktivitetsopplæring Teamleder-spillet Kick-off	Følges opp av styringsgruppen
Frivillige i arbeidsgruppen	Rekrutteres av styrings- og ledergruppen	Basisopplæring (e-læring) Aktivitetsopplæring Kick-off	Følges opp av leder i arbeidsgruppen
Frivillige på dagen	Rekrutteres av arbeidsgruppene	Basisopplæring (e-læring) Kick-off	Følges opp av leder i arbeidsgruppen

Som frivillig i Kreftforeningens Stafett for livet signerer du en samarbeidsavtale og taushetsløfte. Frivillige som kun engasjerer seg på selve arrangementsdagen signerer på en navneliste. Alle frivillige er da inkludert i Kreftforeningens forsikringsordning. Vi forventer at du deltar på avtalte møter og opplæringen som tilbys.

## Kommunikasjonsverktøy

Som frivillig i Kreftforeningen får dere tilgang til [Frivillighetsportalen](#). Her får du oversikt over hvem som er med i frivilliggruppen og tilgjengelig materiell for planlegging og gjennomføring av Kreftforeningens Stafett for livet.

Det er opprettet en Facebook-side for hvert arrangement, som skal brukes som kommunikasjonskanal med lokalbefolkningen. Det er fint om du liker og deler denne med ditt nettverk. Du finner også informasjon og kontaktinformasjon på nettsidene til Kreftforeningen: <https://kreftforeningen.no/stafettforlivet>.



## Hva er Kreftforeningens Stafett for livet?

Kreftforeningens Stafett for livet er et sosialt, positivt og samlende 24-timers arrangement for å vise støtte til alle som er eller har vært rammet av kreft, og minnes de som har gått bort. Men mest av alt handler stafetten om å feire livet – her og nå.

Gjennom å danne lag som alltid har minst én deltaker på banen under stafetten, går lokalsamfunnet sammen. Lagene består av familier, venner, skoler, foreninger, arbeidsplasser og andre. Bak hvert lag er det ofte en historie om en person - en fighter- som laget vil støtte, minnes eller feire at har blitt frisk. Fighterne er stafettens æresgjester, og har et eget program underveis.

Hver deltaker bestemmer selv tempoet- dette er ingen konkurranse. Ofte har lagene egne aktiviteter for å samle inn penger til Kreftforeningen, men dette er opp til hvert enkelt lag. Det er gratis å delta på Kreftforeningens Stafett for livet, og det er alkohol og tobakksfritt.

**Hvorfor 24 timer?** Den lange stafetten er et symbol på kreftsykdommen. Den som aldri hviler, men som er til stede hele dagen, hele natten, hele døgnet. Den symboliserer også at noen alltid bør være på banen for den som er syk.

### Hvorfor arrangerer Kreftforeningen Stafett for livet

Kreft rammer mange. I 2017 fikk i følge Kreftregistret cirka 33.500 en kreftdiagnose og det var rundt 273 700

som på ett eller annet tidspunkt har fått minst én kreftdiagnose og som fortsatt er i live. Rundt disse personene kan vi regne med at det står i alle fall to personer som er pårørende. De aller fleste har mange flere enn det.

Kreftforeningens Stafett for livet gir en ny arena for de som er rammet av kreft. Han som vil støtte kollegaen som fikk kreft i fjor, hun som vil minnes en lærer som døde i forrige måned, han som vil feire at pappa endelig ble kreftfri. Stafett for livet representerer en ramme med lav terskel for å støtte, feire og minnes. De fleste andre tilbud til kreftrammede er permanente og man blir ofte delt inn i ulike målgrupper som pasienter, pårørende, etterlatte, barn, ungdom, voksne eller eldre.

Gjennom Stafett for livet ønsker Kreftforeningen å skape en møteplass på tvers av interessegrupper og alder, og gi en god og lærerik opplevelse for de som er berørt av kreft. Her er det enkelt å finne støtte i andre som er i samme situasjon som en selv. De som er rammet vil også oppleve det som godt at lokalsamfunnet viser støtte på denne måten, og det vil gi håp, åpenhet og ny giv.

Kreftforeningens Stafett for livet vil også bidra til å skaffe inntekter til Kreftforeningens arbeid.

Kreftforeningens Stafett for livet arrangeres av frivillige i Kreftforeningen, og første stafett i Norge ble arrangert i Randaberg utenfor Stavanger i 2017. I 2018 fikk vi i tillegg sju nye stafetter: Ringsaker, Askøy, Kristiansand, Karmøy, Harstad, Sandefjord og Nye Asker.

### Dette går pengene til

Kreftforeningens Stafett for livet er først og fremst et arrangement for å skape et lokalt fellesskap for og med de som er berørt og engasjert i kreftsaken. Kreftforeningen opplever stor giverglede fra mange. Det kan være enkeltmennesker, organisasjoner, kommuner eller bedrifter som ønsker å støtte. Pengene går til Kreftforeningens arbeid: mer og bedre kreftforskning, tilbud til pasienter og pårørende, internasjonalt arbeid, informasjon, politisk påvirkning og forebygging av kreft. Cirka 83 % av inntektene brukes på formålsarbeid og 1% går til administrasjon. De resterende 16 % brukes på å skaffe inntekter.

### Historien

Kreftforeningens Stafett for livet er den norske utgaven av den amerikanske Relay For Life, drevet av frivillige i The American Cancer Society. Det ble startet av den amerikanske legen Gordon Klatt. I 1985 bestemte Klatt seg for å gjøre noe ekstra for alle kreftpasienter han var i kontakt med gjennom sitt arbeid. Klatt lånte et lokalt idrettsanlegg og løp rundt banen i 24 timer, og venner og familie betalte \$25 for å løpe en halv time sammen med ham. Han samlet inn \$27.000 på ett døgn og 300 venner, familie og pasienter kom for at se på eller delta.

Relay For Life er i dag den største non-profit fundraising-aktiviteten i verden. I 2017 ble Stafett for livet arrangert i 30 land over hele verden, det ble det samlet inn over 273 millioner dollar, og det deltok mer enn 3,5 millioner mennesker inkludert over 232 000 fightere.



Foto: Kreftforeningen



Foto: S.H. Photography



Foto: Kreftforeningen

## Om Kreftforeningen

Kreftforeningen er en av de største bruker- og interesseorganisasjonene i Norge. Vi har 118 000 medlemmer, 27 000 frivillige og 190 medarbeidere som med sitt engasjement skaper gjennomslag for kreftsaken. Kreftforeningens formål er å arbeide for å forebygge og bekjempe kreft samt bedre livskvaliteten for pasienter og pårørende. Kreftforeningen er en viktig samfunnsaktør. Gjennom forskning og forebygging, informasjon, støtte, rådgivning og politisk arbeid bekjemper vi kreft lokalt, nasjonalt og globalt.

Kreftforeningen er pådriver for økt engasjement for kreftsaken. Inntektene våre får vi fra testamentar, gaver, medlemskontingenter, kampanjer og tippemidler. Oppslutningen om oss gir oss stor gjennomslagskraft overfor politikere og beslutningstakere. Kreftforeningen finansierer en betydelig andel av kreftforskningen i Norge, og er den største ikke-offentlige finansieringskilden til kreftforskning.

# Rolle og oppgavebeskrivelse

# STAFETTLEDER

Kreftforeningens Stafett for livet er et arrangement i regi av Kreftforeningen med fokus på felleskap og lokalt engasjement. Godt lederskap er viktig for at deltakere, fightere og frivillige skal oppleve Stafett for livet som et trygt og troverdig arrangement. Som stafettleder er du med på motivere kommuner, nærmiljø, lokalt næringsliv og frivillige til økt engasjement for kreftsaken og Kreftforeningen.

**Ambassadører for kreftsaken.** Alle som er frivillige og ansatte i Kreftforeningen er ambassadører for kreftsaken og er Kreftforeningens ansikt utad. Vi treffer mange mennesker og noen ganger er de i en sårbar situasjon. At vi er pålitelige er derfor ekstra viktig for alle som representerer Kreftforeningen. Vi forventer også at alle ansatte og frivillige er snus og røykfrie når vi deltar i aktiviteter i regi av Kreftforeningen.

---

## Hva skal jeg gjøre

- Rekruttere, lede og koordinere frivillige i ledergruppen.
- Legge en enhetlig plan for arrangementet.
- Bistå økonomiansvarlig med å lage budsjett for arrangementet.
- Holde kontakt med kontaktpersonen fra Kreftforeningen.
- Sørg for at alle bidragsytere mottar en takk.
- Evaluere arrangementet.

---

## Hvem ser vi etter

- Du må ha erfaring med og ønske om å lede ulike mennesker for en felles sak.
- Du har gode samarbeidsevner, evne til å delegere og få ting til å fungere.
- Du kan bruke data som arbeidsverktøy.

---

## Hvor mye tid tar det

- Opplæring ved oppstart, e-læring, aktivitetskurs av fire timer og lederopplæring av åtte timer.
- Jevnlig deltakelse på planleggingsmøter med styrings- og ledergruppen.
- Møter med viktige samarbeidspartnere og kontaktperson i Kreftforeningen.
- Delta på stafetten.
- Evaluering og takk til alle bidragsytere i etterkant av arrangementet.

---

## Hva får jeg ut av å være frivillig

- Du bidrar til å arrangere et viktig arrangement for de som er berørt og engasjert i kreftsaken.
- Du får erfaring med å lede engasjerte frivillige.
- Støtter Kreftforeningens arbeid.



Kreftforeningen er en av de største bruker- og interesseorganisasjonene i Norge med over 118 000 medlemmer og 27 000 frivillige. Arbeidet vårt er basert på innsamlede midler og gaver. Vi jobber for å forebygge og bekjempe kreft samt bedre livskvaliteten for pasienter og pårørende.

# NESTLEDER

Kreftforeningens Stafett for livet er et arrangement i regi av Kreftforeningen med fokus på felleskap og lokalt engasjement. Godt lederskap er viktig for at deltakere, fightere og frivillige skal oppleve stafetten som et trygt og troverdig arrangement. Som stafettleder er du med på motivere kommuner, nærmiljø, lokalt næringsliv og frivillige til økt engasjement for kreftsaken og Kreftforeningen.

**Ambassadører for kreftsaken.** Alle som er frivillige og ansatte i Kreftforeningen er ambassadører for kreftsaken og er Kreftforeningens ansikt utad. Vi treffer mange mennesker og noen ganger er de i en sårbar situasjon. At vi er pålitelige er derfor ekstra viktig for alle som representerer Kreftforeningen. Vi forventer også at alle ansatte og frivillige er snus og røykfrie når vi deltar i aktiviteter i regi av Kreftforeningen.

---

### Hva skal jeg gjøre

- Bistå stafettleder med å rekruttere og koordinere frivillige i ledergruppen.
- Bistå økonomiansvarlig med å lage budsjett for sin lokale stafett.
- Sørge for at stafetten gjennomføres i henhold til retningslinjene.
- Bistå stafettleder med evalueringen av arrangementet.

---

### Hvem ser vi etter

- Du må ha erfaring med å planlegge og arrangere større arrangementer.
- Du har gode samarbeidsevner og får ting til å fungere.
- Du kan bruke data som arbeidsverktøy.

---

### Hvor mye tid tar det

- Opplæring ved oppstart, e-læring, aktivitetskurs av fire timer og lederopplæring av åtte timer.
- Jevnlig deltakelse på planleggingsmøter med styrings- og ledergruppen.
- Delta på stafetten.
- Evaluering og takk til alle bidragsyttere i etterkant av arrangementet.

---

### Hva får jeg ut av å være frivillig

- Du bidrar til å arrangere et viktig arrangement for de som er berørt og engasjert i kreftsaken.
- Du får erfaring med å lede engasjerte frivillige.
- Støtter Kreftforeningens arbeid.



Kreftforeningen er en av de største bruker- og interesseorganisasjonene i Norge med over 118 000 medlemmer og 27 000 frivillige. Arbeidet vårt er basert på innsamlede midler og gaver. Vi jobber for å forebygge og bekjempe kreft samt bedre livskvaliteten for pasienter og pårørende.





# ØKONOMIANSVARLIG

Kreftforeningens Stafett for livet er et arrangement i regi av Kreftforeningen, med fokus på felleskap og lokalt engasjement. Alle inntekter går til Kreftforeningens arbeid og Kreftforeningen har det overordnede ansvaret for økonomi, budsjett og regnskap. God økonomistyring er viktig for å opprettholde Kreftforeningens omdømme som en troverdig organisasjon. Som økonomiansvarlig i Kreftforeningens Stafett for livet bidrar du til å skape struktur og forutsigbarhet for samarbeidspartnere. Som en del av styringsgruppen bidrar du til å motivere kommuner, nærmiljø, lokalt næringsliv og frivillige til økt engasjement for kreftsaken og Kreftforeningen.

**Ambassadører for kreftsaken.** Alle som er frivillige og ansatte i Kreftforeningen er ambassadører for kreftsaken og er Kreftforeningens ansikt utad. Vi treffer mange mennesker og noen ganger er de i en sårbar situasjon. At vi er pålitelige er derfor ekstra viktig for alle som representerer Kreftforeningen. Vi forventer også at alle ansatte og frivillige er snus og røykfrie når vi deltar i aktiviteter i regi av Kreftforeningen.

---

### Hva skal jeg gjøre

- Lage budsjett og regnskap for sin lokale stafett.
- Ha oversikt over alle inngående og utgående fakturaer, transaksjoner og donasjoner.
- Sette deg inn i og bruke administrative løsninger som benyttes av Kreftforeningens (Basware, Vipps og Min innsamling).
- Støtte stafettleder og nestleder i oppfølging av ledergruppen.

---

### Hvem ser vi etter

- Du må ha erfaring med økonomi- og administrasjonsarbeid.
- Du arbeider strukturert og systematisk.
- Du har gode samarbeidsevner og får ting til å fungere.
- Du kan bruke data som arbeidsverktøy.

---

### Hvor mye tid tar det

- Opplæring ved oppstart, e-læring, aktivitetskurs av fire timer og lederopplæring av åtte timer.
- Jevnlig deltakelse på planleggingsmøter med styrings- og ledergruppen.
- Delta på Stafett for livet-arrangementet.
- Evaluering og takk til alle bidragsyttere i etterkant av arrangementet.

---

### Hva får jeg ut av å være frivillig

- Du bidrar til å arrangere et viktig arrangement for de som er berørt og engasjert i kreftsaken.
- Du får erfaring med å planlegge og arrangere et større arrangement.
- Støtter Kreftforeningens arbeid.



Kreftforeningen er en av de største bruker- og interesseorganisasjonene i Norge med over 118 000 medlemmer og 27 000 frivillige. Arbeidet vårt er basert på innsamlede midler og gaver. Vi jobber for å forebygge og bekjempe kreft samt bedre livskvaliteten for pasienter og pårørende.

# LOGISTIKKGRUPPEN

Kreftforeningens Stafett for livet er et stort arrangement der deltakere og frivillige skal få en positiv og trygg opplevelse før, under og etter arrangementet. God logistikk er avgjørende for et godt arrangement. Som frivillig i logistikkgruppen skal du bidra til å sikre at nødvendige fasiliteter er på plass, inkludert system for sikkerhet og håndtering av personskafe.

**Ambassadører for kreftsaken.** Alle som er frivillige og ansatte i Kreftforeningen er ambassadører for kreftsaken og er Kreftforeningens ansikt utad. Vi treffer mange mennesker og noen ganger er de i en sårbar situasjon. At vi er pålitelige er derfor ekstra viktig for alle som representerer Kreftforeningen. Vi forventer også at alle ansatte og frivillige er snus og røykfrie når vi deltar i aktiviteter i regi av Kreftforeningen.

---

### Hva skal jeg gjøre

- Lage en plan for all logistikk knyttet til arrangementet.
- Sikre god logistikk i forkant og under arrangementet, samt opprydning i etterkant.
- Gjøre relevante myndigheter og beboere i området oppmerksomme på arrangementet.
- Sikre at alle relevante tillatelser er søkt.
- Takke bidragsyttere i etterkant av arrangementet.

---

### Hvem ser vi etter

- Du er systematisk og velorganisert.
- Du har erfaring med å planlegge og gjennomføre arrangementer.

---

### Hvor mye tid tar det

- Opplæring ved oppstart, e-læring og aktivitetskurs av fire timer.
- Jevnlig deltakelse på planleggingsmøter med arbeidsgruppen.
- Delta på stafetten.

---

### Hva får jeg ut av å være frivillig

- Du bidrar til å arrangere et viktig arrangement for de som er berørt og engasjert i kreftsaken.
- Du blir en del av et team med andre frivillige.
- Du får erfaring med å løse større logistiske oppgaver.
- Støtter Kreftforeningens arbeid.



Foto: S.H Photography

Kreftforeningen er en av de største bruker- og interesseorganisasjonene i Norge med over 118 000 medlemmer og 27 000 frivillige. Arbeidet vårt er basert på innsamlede midler og gaver. Vi jobber for å forebygge og bekjempe kreft samt bedre livskvaliteten for pasienter og pårørende.

# UNDERHOLDNINGSGRUPPEN

Kreftforeningens Stafett for livet handler om fellesskap og skal være en arena for å støtte, feire og minnes. Det er viktig at arrangementet oppleves som stemningsfullt for alle som deltar. Underholdningsprogrammet er med på å understøtte dette. Som frivillig i underholdningsgruppen har du ansvar for å lage et helhetlig og variert program for hele arrangementet.

**Ambassadører for kreftsaken.** Alle som er frivillige og ansatte i Kreftforeningen er ambassadører for kreftsaken og er Kreftforeningens ansikt utad. Vi treffer mange mennesker og noen ganger er de i en sårbar situasjon. At vi er pålitelige er derfor ekstra viktig for alle som representerer Kreftforeningen. Vi forventer også at alle ansatte og frivillige er snus og røykfrie når vi deltar i aktiviteter i regi av Kreftforeningen.

---

### Hva skal jeg gjøre

- Lage en plan for underholdning under stafetten.
- Skaffe og følge opp ulike bidragsytere til programmet, inkludert konferansier.
- Takke bidragsytere i etterkant av arrangementet

---

### Hvem ser vi etter

- Du må være imøtekommende og kunne skape engasjement.
- Du bør ha kontakt med nettverk innenfor lokalt kultur- og foreningsliv.
- Du kan være kreativ.

---

### Hvor mye tid tar det

- Opplæring ved oppstart, e-læring og aktivitetskurs av fire timer.
- Jevnlig deltakelse på planleggingsmøter med arbeidsgruppen.
- Fortløpende arbeid med å skaffe og følge opp bidragsytere.
- Delta på stafetten.

---

### Hva får jeg ut av å være frivillig

- Du bidrar til å arrangere et viktig arrangement for de som er berørt og engasjert i kreftsaken.
- Du blir en del av et team med andre frivillige.
- Du får erfaring med å planlegge og gjennomføre et større arrangement.
- Støtter Kreftforeningens arbeid.



Kreftforeningen er en av de største bruker- og interesseorganisasjonene i Norge med over 118 000 medlemmer og 27 000 frivillige. Arbeidet vårt er basert på innsamlede midler og gaver. Vi jobber for å forebygge og bekjempe kreft samt bedre livskvaliteten for pasienter og pårørende.

# FIGHTERGRUPPEN

Fighterne er æresgjestene på Kreftforeningens Stafett for livet-arrangementet. Det er mennesker som på et tidspunkt har fått beskjeden «du har kreft». Det kan være de som er i behandling og de som er friskmeldte. Fighterne åpner stafetten med en fighterrunde og får et eget tilpasset arrangement i løpet av dagen. Som frivillig i fightergruppa bidrar du til å gjøre dette til en spesiell dag for fighterne.

**Ambassadører for kreftsaken.** Alle som er frivillige og ansatte i Kreftforeningen er ambassadører for kreftsaken og er Kreftforeningens ansikt utad. Vi treffer mange mennesker og noen ganger er de i en sårbar situasjon. At vi er pålitelige er derfor ekstra viktig for alle som representerer Kreftforeningen. Vi forventer også at alle ansatte og frivillige er snus og røykfrie når vi deltar i aktiviteter i regi av Kreftforeningen.

---

### Hva skal jeg gjøre

- Rekruttere og følge opp fightere til fighterrunden, og tilpasset arrangement på stafetten.
- Planlegge og gjennomføre eget program for fighterne på arrangementsdagen.
- Takke bidragsyttere i etterkant av arrangementet.

---

### Hvem ser vi etter

- Du må være imøtekommende og kunne møte mennesker i ulike situasjoner.
- Du bør ha kunnskap og/eller erfaring om kreft, og hvordan det påvirker pasienter og pårørende.
- Du bør ha kontakt med miljøer der pasienter/tidligere pasienter deltar: Kreftforeningens tilbud, Vardesenter, sykehus, pasientforeninger, etc.

---

### Hvor mye tid tar det

- Opplæring ved oppstart, e-læring og aktivitetskurs av fire timer.
- Jevnlig deltakelse på planleggingsmøter med arbeidsgruppen.
- Fortløpende arbeid med rekruttering og oppfølging av fightere.
- Delta på Stafett for livet-arrangementet.

---

### Hva får jeg ut av å være frivillig

- Du bidrar til å arrangere et viktig arrangement for de som er berørt og engasjert i kreftsaken.
- Du blir en del av et team med andre frivillige.
- Du får erfaring med å skape gode møter for mennesker i ulike situasjoner.
- Støtter Kreftforeningens arbeid.



Foto: S.H Photography

Kreftforeningen er en av de største bruker- og interesseorganisasjonene i Norge med over 118 000 medlemmer og 27 000 frivillige. Arbeidet vårt er basert på innsamlede midler og gaver. Vi jobber for å forebygge og bekjempe kreft samt bedre livskvaliteten for pasienter og pårørende.



# SPONSORGRUPPEN

Kreftforeningens Stafett for livet er først og fremst en møteplass og et tilbud for alle som er berørt av kreft. Kreftforeningens aktiviteter er tuftet på innsamlede midler. Dette gjelder også Stafett for livet. Å arrangere Kreftforeningens Stafett for livet har både en inntekts- og en kostnadsside. Det er et mål å samle inn mest mulig penger til kreftsaken, samtidig som kostnadene holdes på et minimum. Sponsorgruppen er med på å sørge for at en større del av inntektene går til kreftsaken og at kostnadene kan holdes på lavest mulig nivå.

**Ambassadører for kreftsaken.** Alle som er frivillige og ansatte i Kreftforeningen er ambassadører for kreftsaken og er Kreftforeningens ansikt utad. Vi treffer mange mennesker og noen ganger er de i en sårbar situasjon. At vi er pålitelige er derfor ekstra viktig for alle som representerer Kreftforeningen. Vi forventer også at alle ansatte og frivillige er snus og røykfrie når vi deltar i aktiviteter i regi av Kreftforeningen.

---

### Hva skal jeg gjøre

- Skaffe støttespillere og donasjoner (varer, tjenester, kapital) til den lokale stafett.
- Følge opp støttespillere.
- Sørge for å utarbeide nødvendig sponsormateriell, i henhold til Kreftforeningens maler.
- Takke bidragsytere i etterkant av arrangementet.

---

### Hvem ser vi etter

- Du har godt nettverk i lokalt nærings- og foreningsliv.
- Du er utadvendt og kan skape engasjement.

---

### Hvor mye tid tar det

- Opplæring ved oppstart, e-læring og aktivitetskurs av fire timer.
- Jevnlig deltakelse på planleggingsmøter med arbeidsgruppen.
- Fortløpende rekruttering og oppfølging av støttespillere.
- Delta på Stafett for livet-arrangementet.

---

### Hva får jeg ut av å være frivillig

- Du bidrar til å arrangere et viktig arrangement for de som er berørt og engasjert i kreftsaken.
- Du blir en del av et team med andre frivillige.
- Du får erfaring med kontakt og arbeid opp mot lokalt næring- og foreningsliv.
- Støtter Kreftforeningens arbeid.



Kreftforeningen er en av de største bruker- og interesseorganisasjonene i Norge med over 118 000 medlemmer og 27 000 frivillige. Arbeidet vårt er basert på innsamlede midler og gaver. Vi jobber for å forebygge og bekjempe kreft samt bedre livskvaliteten for pasienter og pårørende.

## Rolle og oppgavebeskrivelse

# LYSGRUPPEN

Som frivillige med ansvar for lysseremonien er du med på å lage Kreftforeningens Stafett for livets mest bevegende innslag. Dette er også ett av tre faste innslag under stafetten. Når mørket faller på, slukkes lysene på banen og det tennes stearinlys i små papirposer som er oppstilt foran scenen eller langs banen. På hver pose er det gjerne tegninger og navn på personer man vil minnes eller støtte.

**Ambassadører for kreftsaken.** Alle som er frivillige og ansatte i Kreftforeningen er ambassadører for kreftsaken og er Kreftforeningens ansikt utad. Vi treffer mange mennesker og noen ganger er de i en sårbar situasjon. At vi er pålitelige er derfor ekstra viktig for alle som representerer Kreftforeningen. Vi forventer også at alle ansatte og frivillige er snus og røykfrie når vi deltar i aktiviteter i regi av Kreftforeningen.

---

### Hva skal jeg gjøre

- Selge og koordinere salg av lysposer i tiden frem mot stafetten og på selve dagen.
- Planlegge og arrangere lysseremoni på arrangementet.
- Takke bidragsyttere i etterkant av arrangementet.

---

### Hvem ser vi etter

- Du må være imøtekommende og kunne møte mennesker i ulike situasjoner.
- Du er velorganisert.
- Du kan være kreativ

---

### Hvor mye tid tar det

- Opplæring ved oppstart, e-læring og aktivitetskurs av fire timer.
- Jevnlig deltakelse på planleggingsmøter med arbeidsgruppen.
- Fortløpende arbeid med salg av lysposer.
- Delta på stafetten.

---

### Hva får jeg ut av å være frivillig

- Du bidrar til å arrangere et viktig arrangement for de som er berørt og engasjert i kreftsaken.
- Du blir en del av et team med andre frivillige.
- Du får erfaring med å skape gode møter for mennesker i ulike situasjoner.
- Støtter Kreftforeningens arbeid.



Kreftforeningen er en av de største bruker- og interesseorganisasjonene i Norge med over 118 000 medlemmer og 27 000 frivillige. Arbeidet vårt er basert på innsamlede midler og gaver. Vi jobber for å forebygge og bekjempe kreft samt bedre livskvaliteten for pasienter og pårørende.

# INFORMASJON OG PR-GRUPPEN

Det er viktig at Kreftforeningens Stafett for livet er kjent i lokalmiljøet slik at folk har lyst til å delta på arrangementet som deltakere, frivillige, fightere, sponsorer eller besøkende. Det er også viktig å jobbe systematisk med formelle og uformelle kommunikasjonskanaler. Som frivillig i arbeidsgruppen vil du ha hovedansvar for å formidle hva Kreftforeningens Stafett for livet er.

**Ambassadører for kreftsaken.** Alle som er frivillige og ansatte i Kreftforeningen er ambassadører for kreftsaken og er Kreftforeningens ansikt utad. Vi treffer mange mennesker og noen ganger er de i en sårbar situasjon. At vi er pålitelige er derfor ekstra viktig for alle som representerer Kreftforeningen. Vi forventer også at alle ansatte og frivillige er snus og røykfrie når vi deltar i aktiviteter i regi av Kreftforeningen.

---

### Hva skal jeg gjøre

- Lage en plan for hvordan dere skal synliggjøre arrangementet lokalt.
- Ha ansvar for arrangementets Facebook-side.
- Sørg for at arbeidsgruppene har trykt materiell de har behov for.
- Sørg for kontakt med presse.
- Takke bidragsyttere i etterkant av arrangementet.

---

### Hvem ser vi etter

- Du har forståelse for kommunikasjon til ulike målgrupper.
- Du har kjennskap til lokale nettverk for media og presse.

---

### Hvor mye tid tar det

- Opplæring ved oppstart, e-læring og aktivitetskurs av fire timer.
- Jevnlig deltakelse på planleggingsmøter med arbeidsgruppen.
- Delta på stafetten.

---

### Hva får jeg ut av å være frivillig

- Du bidrar til å arrangere et viktig arrangement for de som er berørt og engasjert i kreftsaken.
- Du blir en del av et team med andre frivillige.
- Du får erfaring med informasjons- og PR-arbeid.
- Støtter Kreftforeningens arbeid.



Kreftforeningen er en av de største bruker- og interesseorganisasjonene i Norge med over 118 000 medlemmer og 27 000 frivillige. Arbeidet vårt er basert på innsamlede midler og gaver. Vi jobber for å forebygge og bekjempe kreft samt bedre livskvaliteten for pasienter og pårørende.

## Rolle og oppgavebeskrivelse

# LAGGRUPPEN

Kreftforeningens Stafett for livet er bygget opp rundt lagene som viser at lokalsamfunnet står sammen som et felleskap. Jo flere lag som deltar, desto større følelse av fellesskap. Å rekruttere og holde kontakten med kapteinene på de ulike lagene er en av de viktigste oppgavene for et vellykket arrangement. Ettersom det er gratis å delta på Kreftforeningens Stafett for livet er det også viktig å oppfordre lagene til å bidra til innsamling av penger til Kreftforeningens arbeid.

**Ambassadører for kreftsaken.** Alle som er frivillige og ansatte i Kreftforeningen er ambassadører for kreftsaken og er Kreftforeningens ansikt utad. Vi treffer mange mennesker og noen ganger er de i en sårbar situasjon. At vi er pålitelige er derfor ekstra viktig for alle som representerer Kreftforeningen. Vi forventer også at alle ansatte og frivillige er snus og røykfrie når vi deltar i aktiviteter i regi av Kreftforeningen.

---

### Hva skal jeg gjøre

- Rekruttere lag til stafetten og holde kontakt med dem.
- Opprett et «åpent lag» til de personer som ikke selv kan stille med et lag, men som gjerne ønsker å delta i stafetten.
- Planlegge og avholde lagkapteinsmøter.
- Sørg for at alle lag er påmeldt og får oppdatert informasjon.
- Takke bidragsytere i etterkant av arrangementet.

---

### Hvem ser vi etter

- Du har godt nettverk i lokalt organisasjons- og foreningsliv.
- Du er utadvendt og kan skape engasjement.

---

### Hvor mye tid tar det

- Opplæring ved oppstart, e-læring og aktivitetskurs av fire timer.
- Jevnlig deltakelse på planleggingsmøter med arbeidsgruppen.
- Arrangere to lagkapteinsmøter.
- Fortløpende rekruttering og oppfølging av lag.
- Delta på Stafett for livet-arrangementet.

---

### Hva får jeg ut av å være frivillig

- Du bidrar til å arrangere et viktig arrangement for de som er berørt og engasjert i kreftsaken.
- Du blir en del av et team med andre frivillige.
- Du får erfaring med kontakt og arbeid opp mot lokalt organisasjons- og foreningsliv.
- Støtter Kreftforeningens arbeid.



Kreftforeningen er en av de største bruker- og interesseorganisasjonene i Norge med over 118 000 medlemmer og 27 000 frivillige. Arbeidet vårt er basert på innsamlede midler og gaver. Vi jobber for å forebygge og bekjempe kreft samt bedre livskvaliteten for pasienter og pårørende.



## Rolle og oppgavebeskrivelse

# MATGRUPPEN

Deltakere og frivillige på Kreftforeningens Stafett for livet vil under arrangementet være i aktivitet. Matgruppen har en sentral rolle i å sørge for at deltakere, fightere og frivillige får nok mat og drikke under arrangementet. Det er mange sammenhenger mellom kosthold og kreft, så det er viktig at det finnes sunne alternativer tilgjengelig. Kreftforeningens Stafett for livet er et alkoholfritt arrangement.

**Ambassadører for kreftsaken.** Alle som er frivillige og ansatte i Kreftforeningen er ambassadører for kreftsaken og er Kreftforeningens ansikt utad. Vi treffer mange mennesker og noen ganger er de i en sårbar situasjon. At vi er pålitelige er derfor ekstra viktig for alle som representerer Kreftforeningen. Vi forventer også at alle ansatte og frivillige er snus og røykfrie når vi deltar i aktiviteter i regi av Kreftforeningen.

---

### Hva skal jeg gjøre

- Kontakte og følge opp leverandører av matvarer og tjenester for sponning av mat og drikke under arrangementet.
- Lage en plan for innkjøp og produksjon av mat og drikke til arrangementet.
- Sørge for å sette opp og bemanne matserveringssteder.
- Takke bidragsyttere i etterkant av arrangementet.

---

### Hvem ser vi etter

- Du har nettverk og/eller kjennskap til bedrifter innen matvareleveranse- og produksjon, og som leverer tjenester tilknyttet matvarer.
- Du kan være systematisk.
- Du bør kjenne til regler for håndtering av mat.

---

### Hvor mye tid tar det

- Opplæring ved oppstart, e-læring og aktivitetskurs av tre timer.
- Jevnlig deltakelse på planleggingsmøter med arbeidsgruppen.
- Fortløpende arbeid med å skaffe og følge opp leverandører.
- Delta på stafetten.

---

### Hva får jeg ut av å være frivillig

- Du bidrar til å arrangere et viktig arrangement for de som er berørt og engasjert i kreftsaken.
- Du blir en del av et team med andre frivillige.
- Du får erfaring med kontakt og arbeid opp mot lokalt næringsliv.
- Støtter Kreftforeningens arbeid.



Kreftforeningen er en av de største bruker- og interesseorganisasjonene i Norge med over 118 000 medlemmer og 27 000 frivillige. Arbeidet vårt er basert på innsamlede midler og gaver. Vi jobber for å forebygge og bekjempe kreft samt bedre livskvaliteten for pasienter og pårørende.



## Hva er Kreftforeningens Stafett for livet?

Kreftforeningens Stafett for livet er et gratis 24-timers arrangement hvor familie, venner, kollegaer eller andre danner lag og går sammen for å vise sin støtte til dem som er eller har vært berørt av kreft. Stafetten symboliserer at en kreftsykdom aldri tar pause, men er til stede hele døgnet og at det alltid bør være noen på banen for den som er syk.

Kontaktpersoner for din lokale stafett og mer informasjon finner du på [www.stafettforlivet.no](http://www.stafettforlivet.no)

«Det holder ikke å si at det var bra. Det var fantastisk, høytidelig, viktig, smertelig – på den gode måten – nærværende. Luften var full av kjærlighet, samhold, humor og en masse andre følelser, som gjør godt i sjelen.»

– deltaker på Kreftforeningens Stafett for livet



Foto: Kreftforeningen



#### Kreftforeningen

Kreftforeningen jobber for å forebygge og bekjempe kreft, samt bedre livskvaliteten for pasienter og pårørende. Dette gjør vi gjennom forskning og forebygging, informasjon, støtte, rådgivning og politisk arbeid både lokalt, nasjonalt og globalt. Inntektene våre får vi fra testamenter, gaver, medlemskontingenter og kampanjer. Kreftforeningen finansierer en betydelig andel av kreftforskningen i Norge, og er en av de største bruker- og interesseorganisasjonene i landet.

Kontaktpersoner for din lokale stafett og mer informasjon finner du på [www.stafettforlivet.no](http://www.stafettforlivet.no)  
For mer informasjon om Kreftforeningen, kontakt oss på 21 49 49 21, eller send e-post til [post@kreftforeningen.no](mailto:post@kreftforeningen.no)

# Kreftforeningens Stafett for livet

støtte – feire – minnes – gi håp



Foto: Kreftforeningen



Foto: Kreftforeningen



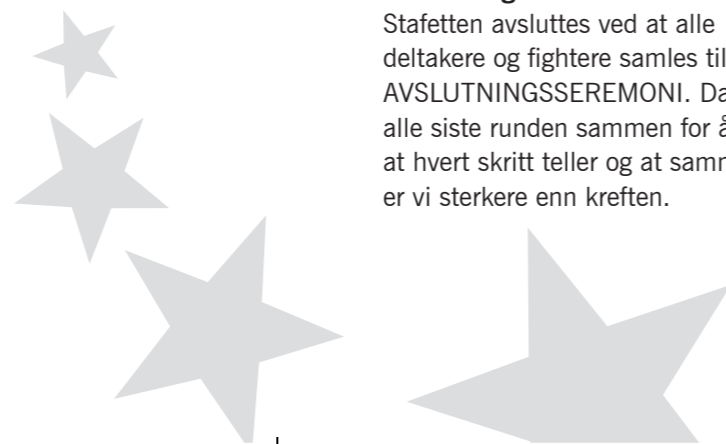
Foto: S.H. Photography



## I Kreftforeningens Stafett for livet går lokalsamfunnet sammen for å vise sin støtte

til dem som er eller har vært berørt av kreft. Det er også en anledning til å minnes dem vi har mistet.

Stafetten varer i 24 timer og symboliserer at kreft aldri tar pause, men er der hele døgnet og at det alltid bør være noen på banen for den som er syk.



## Hva skjer under Kreftforeningens Stafett for livet?

Hver stafett har sitt lokale preg, men noe er likt for alle:

### Åpningsseremoni og fighterrunde

Alle fightere (de som har eller har hatt kreft) og lagdeltakere ønskes velkommen, og stafetten åpnes. Fighterne går den første runden på banen, FIGHTERRUNDEN. Lagstafetten settes i gang. Alle lag må ha minst en deltaker på banen hele døgnet.

### Lysseremoni

Når det mørkner, tennes lysposene og LYSSEREMONIEN starter. Vi minnes de vi har mistet og gir styrke og støtte til de som kjemper i dag. Et av stafettens sterkeste øyeblikk for mange.

### Avslutningsseremoni

Stafetten avsluttes ved at alle deltakere og fightere samles til en AVSLUTNINGSSEREMONI. Da går alle siste runden sammen for å vise at hvert skritt teller og at sammen er vi sterkere enn kreften.



*«Tusen takk for at jeg fikk være med på fighterarrangementet, helt enestående. Det er lenge siden jeg har følt meg så inkludert, stolt og rørt. Dere er flinke og rause mennesker. Tusen takk av hele mitt hjerte.»*

– Fighter

## Det er mange måter å delta i Kreftforeningens Stafett for livet på:

### Fighter

Har du, eller har du hatt kreft? Da kan du bli med som fighter. Fighterne er stafettens æresgjester.

### Lagdeltaker

Stafetten holdes i gang av lagene som til enhver tid har minst en deltaker på banen. Alle kan danne et lag som består av venner, familie, kolleger, bedrifter eller andre som vil støtte kampen mot kreft.

Dere bestemmer selv hvor mange som skal være med på laget, og om dere vil løpe eller gå. Ofte har lagene egne aktiviteter for å samle inn penger til Kreftforeningen, men dette er opp til hvert enkelt lag. Lagene utpeker selv en lagkaptein.

### Bli frivillig

Kreftforeningens Stafett for livet er drevet av frivillige i Kreftforeningen, og vi trenger frivillige både før og under selve stafetten. Ta kontakt med din lokale stafett, og finn ut mer om hvordan du kan bidra.

### Sponsor eller støttespiller

Vi trenger lokale støttespillere og sponsorer for stafettene. Det er mange måter å støtte på, ta gjerne kontakt så kan vi snakke om mulighetene!

## Historien

Kreftforeningens Stafett for livet er den norske utgaven av den amerikanske Relay For Life, drevet av frivillige i The American Cancer Society.

Relay For Life ble startet av den amerikanske kreftlegen Gordon Klatt i 1985, da han bestemte seg for å gjøre noe ekstra for alle kreftpasientene han møtte. Han leide et lokalt idrettsanlegg og løp rundt banen i 24 timer. Venner og familie betalte \$25 for å løpe en halv time sammen med ham. Han samlet inn \$27.000 på ett døgn.

Relay For Life er i dag verdens største innsamlings-arrangement for kreftsaken.

## Hvorfor arrangerer Kreftforeningen Stafett for livet?

Gjennom stafetten ønsker Kreftforeningen å gi de som er rammet av kreft, pårørende og etterlatte en uformell arena hvor de kan feire livet, finne håp og støtte, men også et sted de kan minnes de som har gått bort. På Kreftforeningens Stafett for livet skal det være enkelt å møte andre som er i samme situasjon som en selv.

**FASE 0: Kartleggings- og vurderingsskjema for valg av nye steder for Stafett for livet**

<b>Distrikt:</b>	
<b>Navn på sted:</b>	
<b>Eksisterende stafetter i dette distriktet:</b>	
<b>Antall stafetter som skal etableres i distriktet 2018-2021:</b>	<b>3</b>

Gi konkrete beskrivelser for hvert potensielle sted i forhold til kriterier 1-10. Stikkord for beskrivelser i parentes. Beskrivelsen fylles inn av distriktskontor. Resultat og endelig konklusjon fylles inn i samråd med nasjonalt ansvarlig.

## **Sted: A**

1. Kommunen er positiv til Kreftforeningen og Stafett for livets grunnleggende prinsipper (kreftkoordinator/andre samarbeid, 24 timers arrangement, årlig)

Muligheter og styrker	Utfordringer og hindringer

Resultat basert på dette kriteriet: **JA** – **NEI** – **KANSKJE**

2. Kommunen har et aktivt lokalsamfunn (frivillighet, organisasjons- og foreningsliv, skoler etc.)

Muligheter og styrker	Utfordringer og hindringer

Resultat basert på dette kriteriet: **JA** – **NEI** – **KANSKJE**

3. Nærhet til pasientgrupper (sykehus med onkologisk behandling, aktive pasientforeninger, etc.).

Muligheter og styrker	Utfordringer og hindringer

Resultat basert på dette kriteriet: JA – NEI – KANSKJE

4. Aktiviteter og tilbud i regi av Kreftforeningen eller andre tilbud for våre målgrupper.

Muligheter og styrker	Utfordringer og hindringer

Resultat basert på dette kriteriet: JA – NEI – KANSKJE

5. Minimum 30 000 innbyggere innenfor regionen (innen radius 30 km).

Muligheter og styrker	Utfordringer og hindringer

Resultat basert på dette kriteriet: JA – NEI – KANSKJE

6. Tilgjengelig arena som kan lånes gratis (utendørs med minimum 400 m bane/rute)

Muligheter og styrker	Utfordringer og hindringer

Resultat basert på dette kriteriet: JA – NEI – KANSKJE

7. Aktivitet hos lokale handels- og næringsforeninger o.l. (potensielle samarbeidspartnere, lag, sponsorer)

Muligheter og styrker	Utfordringer og hindringer

Resultat basert på dette kriteriet: JA – NEI – KANSKJE

8. Større nasjonale bedrifter innen en viss radius som har deltatt på stafetter andre steder i landet<sup>1</sup> (potensielle samarbeidspartnere, lag, sponsorer)

Muligheter og styrker	Utfordringer og hindringer

Resultat basert på dette kriteriet: JA – NEI – KANSKJE

9. Andre potensielt konkurrerende tiltak i tidsrommet vår/høst (store fundraisers, sportsarrangementer etc.)

Muligheter og styrker	Utfordringer og hindringer

Resultat basert på dette kriteriet: JA – NEI – KANSKJE

<sup>1</sup> Kreftforeningen lagrer og har oversikt over alle sponsor- og støttespilleravtaler. Det kan lages lokale/regionale oversikter over potensielle samarbeidspartnere.

### Endelig konklusjon

<u>Vurderingskriterier</u>	JA – NEI – KANSKJE
1. Forpliktelse fra kommunen	
2. Aktivt lokalsamfunn	
3. Nærhet Pasientgrupper	
4. Tilbud og aktiviteter	
5. Antall innbyggere	
6. Arena	
7. Næringsliv	
8. Større bedrifter	
9. Konkurransen	

Endelig konklusjon for eventuell oppstart med videre arbeid: JA – NEI – KANSKJE

### Sammendrag vurderinger + anbefalt tidspunkt for oppstart inkludert vår/høst

Forklar kort her hvorfor du ønsker å gå videre med denne kartleggingen, eller ikke? Hvilken timing tror du er realistisk?