



Årsrapport Kreftforeningens  
**Stafett for livet**  
**2025**



## INNHold

Årsoppsummering Kreftforeningens Stafett for livet 2025	4
24 timer med omsorg, minner, engasjement og håp	5
15 stafetter i 2025	6
Ministafetter	6
Nøkkeltall Stafett for livet 2025	7
Organisering	8
Mentorene- våre viktige støttespillere	8
Stafett for livet - til for deg	9
Fighterne og deltakerene	10
Stafett for livet – en viktig arena for synlighet	11
Samler inn penger til viktig kreftforskning	12
Stafetter i barnehager og skoler	13
Vil du bli frivillig?	14
Vil du være med i 2026?	15
Kreftforeningens tilbud, kurs og aktiviteter	16
Kreftforeningens rådgivningstjeneste	17

# Årsoppsummering Kreftforeningens Stafett for livet 2025

Kreftforeningens Stafett for livet 2025 har vært rekordenes år! Flere stafetter satte nye rekorder, enten på innsamlede midler, antall deltakere, antall fightere eller antall runder som er gått.

Tre nye stafetter, Nittedal, Øygarden og Arendal Grimstad, har blitt gjennomført med stort engasjement, og skapt nye arenaer hvor lokalsamfunnet kan vise sin støtte til alle som rammes av kreft.

Stafett for livet ble arrangert første gang i Norge i 2017 og er bygget på frivillighet. Årets resultater viser hvilken enorm kraft dette engasjementet har. Bak hvert tall står hundrevis av frivillige som har planlagt, organisert og gjennomført stafettene, fra rigging og logistikk til aktiviteter og omsorg for fightere. Mange av dem har vært med fra starten. Det setter vi enormt stor pris på.

Deres innsats har gjort det mulig å samle tusenvis av mennesker til fellesskap og håp, og å skape trygge møteplasser for alle som rammes av kreft.

Våre frivillige har ikke bare bidratt med tid, men også med kreativitet og lokal forankring. De har mobilisert skoler, barnehager og bedrifter, arrangert perleverksteder, laget filmer og skapt aktiviteter som gir mening.

Denne dugnadsånden har resultert flere millioner kroner til kreftsaken og en synlighet som når millioner gjennom presse og sosiale medier. Evalueringene viser at stafettene oppleves som inkluderende og meningsfulle, takket være frivillige som gir av seg selv for å skape fellesskap. Uten dem ville Stafett for livet ikke vært mulig. De er selve hjertet i konseptet.

**Tusen takk!**



## 24 timer med omsorg, minner, engasjement og håp

Stafett for livet er en hyllest til alle som er berørt av kreft og med fellesskap og håp i fokus.

Et helt døgn skal lagene gå eller løpe, for å være sammen og vise sin støtte til alle som rammes av kreft. Symbolikken bak er enkel, men brutal: Kreft tar ikke pause. Selv om man kanskje ikke tenker på kreft hele tiden, så er den der – hele døgnet.

Derfor varer Stafett for livet i 24 timer. Deltakerne går eller løper ikke mot hverandre, men med og for hverandre.

Arrangementet er et omsorgstilbud og en lavterskel møteplass der mennesker kan finne fellesskap og styrke, og møte andre som er i liknende situasjon. Stafetten gir rom for personlig engasjement gjennom for eksempel å samle inn penger. Den skaper også verdifulle møteplasser i lokalsamfunnet.

Stafett for livet er den norske utgaven av det internasjonale konseptet Relay for Life, som arrangeres i 34 land.

## 15 stafetter i 2025

Ringsaker, Kristiansand, Karmøy, Trondheim, Ålesund, Førde, Tromsø, Gjøvik, Harstad, Fredrikstad, Odda og Sandefjord.

3 nye stafetter av året var Nittedal, Øygarden og Arendal Grimstad.

## Ministafetter

En ministafett er en forenklet utgave av Stafett for livet, med samme mål: å vise støtte til alle som rammes av kreft. Den kan vare fra noen minutter til en hel dag og inkluderer ofte åpningstale, lysseremoni, avslutning og opplegg for fightere. Ministafetter gjør det enklere å nå flere og arrangere stafett.

I 2025 ble det arrangert tre ministafetter  
Ministafett for livet Nes  
Ministafett for livet Andenes  
Ministafett for livet Lyngen

Cancerfonden i Sverige arrangerte i år sin 1. stafett og har i forkant fått oppleve den helt spesielle Stafett for livet atmosfæren og fått erfaringer fra å delta på stafettene i både Tromsø og Ringsaker. Nå kan du i Norden delta på Stafett for livet på Island, Danmark, Sverige og Norge.



## Nøkkeltall Stafett for livet 2025

I 2025 har vi forsøkt å løse registrering av oppmøtte ved bruk av armbånd. Erfaringene viser at metoden fungerer der det er én hovedinngang, men er utfordrende i åpne områder. Det pågår arbeid for å utvikle en mer universell løsning.

**21 985**

Antal deltakere påmeldt

**11 234**

Antall gjester på dagen

**692**

Antall påmeldte lag

**993**

Antall fightere

**107**

Skole- og barnehagestafetter

**47 276**

Totalt engasjerte gjennom Stafett for livet

Dette er en økning på alle områder sammenliknet med 2024.



## Hvem deltar?

70 % kvinner,  
30 % menn

Største aldersgruppe  
er 46–60 år

## Organisering

Kreftforeningens Stafett for livet er organisert med en styringsgruppe, nasjonal arbeidsgruppe, en kontaktperson ved hvert regionskontor og frivillige ved den enkelte stafett.

Nasjonal arbeidsgruppe for Kreftforeningens Stafett for livet 2025 har bestått av Lars Kristensen (nasjonal leder), Håkon Larsson-Fedde, Elisabeth Dahlberg, Anne Rui og Linda Sørлие Petersen.

Arbeidsgruppen har hatt digitale møte hver uke ved behov. Det har vært satt opp faste møter hver 14. dag for rådgiverne i region.

## Mentorene- våre viktige støttespillere

I tillegg har vi en mentorgruppe som består av frivillige. Mentorgruppen ble opprettet i 2019.

Medlemmene skal være mentorer for stafettene ved behov, gi råd, dele erfaringer og være en sparringspartner både for frivillige, rådgiverne og for nasjonal arbeidsgruppe.

Mentorgruppen har digitalt møte med arbeidsgruppen hver 3. uke. Vi har i 2025 utvidet mentorgruppen med tre dyktige og erfarne stafettfrivillige:

**Gunnar Elvsveen**  
stafettleder, Stafett for livet Ringsaker

**Brita Margrethe Bergli Kristensen**  
stafettleder, Stafett for livet Harstad

**Steinar Reppesgård**  
stafettleder Stafett for livet Sandefjord

### Kontaktpersoner i regionene:

**Vestland:** Håkon Larsson-Fedde

**Nord- Norge:** Elisabeth Dahlberg

**Midt- Norge:** Hilde Wormdahl

**Innlandet:** Linda Sørлие Petersen og Anne Rui

**Oslo og Akershus:** Frida Bakken Ulseth og Gry Ekeberg Bodin

**Vestfold, Telemark, Buskerud og Østfold:**  
Janniken Klaveness- Steffen Gusfre/ Frida Bakken Ulseth (vikar)

**Agder:** Hanne Borgen Ottersen og Gry Fosseli

**Rogaland:** Vegard Vetrhus og Tina Opstad

### Mentorgruppen 2025 har bestått av:

Hans Jarle Einarsen

Åge Lavik

Heidi Nordsveen

Rune Lunde (gikk ut av mentorrollen høsten 2025)

Gunnar Elvsveen

Brita Margrethe Bergli Kristensen

Steinar Reppesgård

## Stafett for livet - til for deg

Stafett for livet (Relay for Life) er et globalt fenomen, og vi har hatt erfaringsutvekslinger med flere land. Vi deltok også på Global Realy For Life Forum for ansatte som jobber med Stafett for livet i hele verden. Forumet var i regi av American Cancer Society, hvor erfaringsutveksling og nettverksbygging stod sentralt.



## Fighterne og deltakerene

Evalueringene viser at **90 % ønsker å delta igjen**, og motivasjonen handler om mer enn aktivitet, det handler om å støtte en god sak, gi håp, minnes noen de har mistet og bygge fellesskap.

Stafettene beskrives som rørende, magisk, meningsfylt. Lysseremonien trekkes frem som høydepunkt. Det viser at vi lykkes med å lage stafetter og møteplasser som skaper fellesskap og samhold for de som deltar, og som gir de som ønsker det en mulighet å vise sin støtte og engasjere seg i kreftssaken. Stafettene skaper en arena som forener lokalsamfunn, mobiliserer ressurser og setter kreftssaken i fokus.

## Stafett for livet – en viktig arena for synlighet, påvirkning og dialog

Synligheten i media under årets stafettsesong har vært veldig god. **380 presseoppslag** er registret, med en potensiell rekkevidde på **8,7 millioner** mennesker, og en annonseverdi på **12 millioner** kroner.

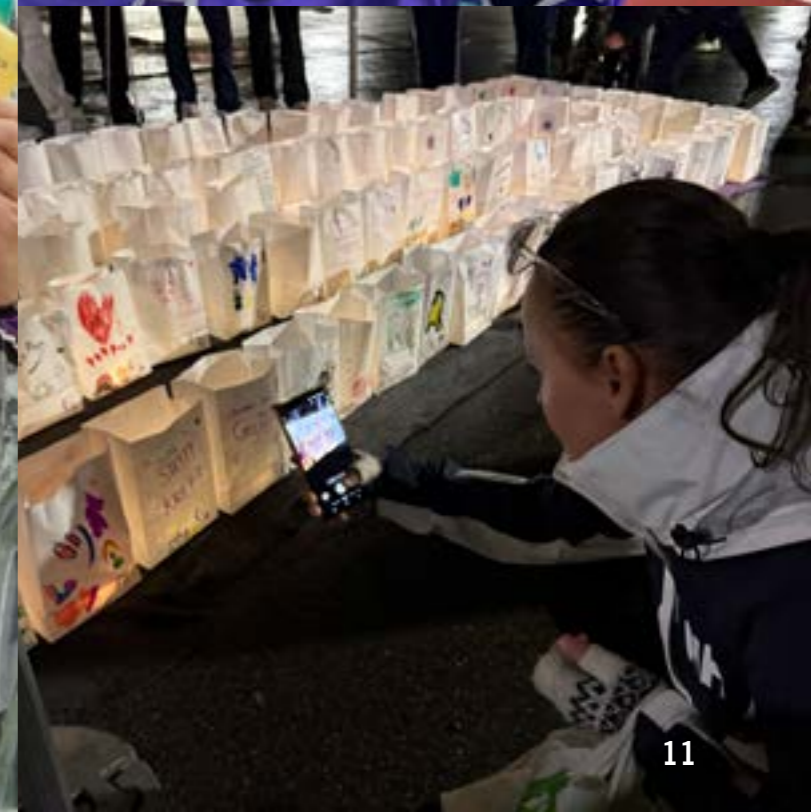
Stafettene har dessuten vært en nøkkelarena for politisk dialog i forbindelse med årets stortingsvalg, med over 70 stortingskandidater til stede og bred spredning i sosiale medier. Dette gir varige relasjoner og påvirkning som styrker framtidens helsepolitikk.



## Hva sier fighterne?

Spesielt ønsker vi å gi de som har eller har hatt kreft - fighterne - et sted de kan møte andre i samme situasjon og gi dem et pusterom fra hverdagen. De er arrangementets æresgjester, og er en del av åpningsseremonien, blant annet for å motta støtte og hyllest fra lokalmiljøet. De får også et eget program (mat, underholdning o.l.) under stafetten.

De aller fleste fighterne oppgir at de opplever at de er en æresgjest, og at de får en pause fra hverdagen. Fighterne fremhever håp, fellesskap og innsamling som viktige grunner til at de deltar.



# Samler inn penger til viktig kreftforskning

**Totalt er det samlet inn 10,2 millioner kroner til kreftsaken** gjennom Vipps, digitale innsamlinger, gaver og tjenester.

En stor takk til alle frivillige som jobber med økonomi og sponsorarbeid, og ikke minst til alle våre fantastiske støttespillere som har bidratt med

økonomiske bidrag eller gitt oss varer og tjenester gratis.



Alle innsamlede midler går til Kreftforeningens formålsarbeid innen forskning, politisk påvirkning, informasjon og helseopplysning, forebygging, internasjonalt arbeid og omsorg til kreftrammede og pårørende.



# Stafetter i barnehager og skoler

Skole- og barnehagestafettene har fortsatt stor betydning, med 107 skolestafetter og 13 124 deltakere i 2025. Mange av dem har også samlet inn penger til Kreftforeningen.

Skolene og barnehagene bestemmer selv hvordan de vil legge opp sin stafett, og det er et mål at dette skal være et lavterskeltilbud som skal være enkelt å arrangere.

I utgangspunktet varer en skole- eller barnehagestafett i 24 minutter og arrangeres på et egnet område nær skolen eller barnehagen.



«Det er viktig at barn og ungdom får kunnskap om kreft, som de fleste blir berørt av på en eller annen måte i løpet av livet. Samtidig er det viktig å lære barn og ungdom at man i motgang, kan stå sterkere sammen og at engasjement er vesentlig for å utvikle et velfungerende samfunn». –

*Lene Svenskerud, lærer ved Nes Ungdomsskole i Ringsaker.*

«Det er fint å kunne være med å løpe for de syke barna»-

*Deltaker barnehagestafett.*

Se og les mer om skolestafett her:

[Skolestafett for livet på Erdal skole | Kreftforeningen \(youtube.com\)](#)

[Norwegian Cancer Society - Relay For Life School | Kreftforeningen \(youtube.com\)](#)

Ønsker din barnehage eller skoler og arrangere mini stafett kan dere bestille pakken her.

<https://kreftforeningen.no/stafettforlivet/kreftforeningens-skolestafett-for-livet/>

## Vil du bli frivillig?

Vi trenger frivillige både i arbeidsgruppene som planlegger selve stafetten og til å hjelpe oss under selve arrangementet. Velg det som passer deg. Du kan også være frivillig noen timer under stafetten selv om du deltar på lag.

[Frivillig i Kreftforeningens Stafett for livet | Kreftforeningen](#)



Stafettene mottar hvert år varer og tjenester tilsvarende mange hundre tusen kroner. Dette kan være utstyr som vi får låne gratis, gratis annonsering i lokalaviser, varer som gis til oss for videresalg eller gaver til fightere. Slike eksempler er det mange av.

**Vi er svært takknemlig for det.**

På grunn av denne lokale støtten har kostnadene gått ned for de fleste stafetter. Det er gledelig at mange av våre stafetter har gode avtaler med leverandører slik at kostnadene holdes så lave som mulig.

En stor takk til alle frivillige som jobber med økonomi og sponsorarbeid, og ikke minst til alle våre fantastiske støttespillere som har bidratt med økonomiske bidrag eller gitt oss varer og tjenester gratis. Alle innsamlede midler går til Kreftforeningens formålsarbeid innen forskning, politisk påvirkning, informasjon og helseopplysning, forebygging, internasjonalt arbeid og omsorg til kreftrammede og pårørende.

## Vil du være med i 2026?

I 2026 arrangerer vi Kreftforeningens Stafett for livet følgende steder:

Andenes (ministafett) \* Arendal Grimstad \* Bjørnafjorden \* Bodø  
Fredrikstad \* Førde \* Gjøvik \* Harstad \* Jæren \* Karmøy \* Kristiansand  
Lyngen (ministafett) \* Mandal \* Nes (ministafett) \* Nittedal \* ONS+  
Global Relay For Life \* Ringsaker \* Sandefjord \* Tromsø \* Trondheim  
Øygarden \* Ålesund \* Flere stafetter kan komme til

Det er mange måter å delta i Stafett for livet på.  
Les mer om hvordan du kan bli med på [www.stafettforlivet.no](http://www.stafettforlivet.no)

**MELD DEG  
PÅ 2026**



Les mer om hvordan du kan bli med:

**Fighter:** [Fighter på Kreftforeningen Stafett for livet | Kreftforeningen](#)

**Lag:** [Hvem går du for? Kreftforeningens Stafett for livet](#)

**Foreninger og bedrifter:** [Forening og bedrifter for Stafett for livet | Kreftforeningen](#)

[Speiderne og barnehage engasjement for stafett for livet | Kreftforeningen](#)

**Kreftforeningens tilbud:**

[Kreftforeningens tilbud, kurs og aktiviteter](#)

[Kreftforeningen - Vi er til for alle rammet av kreft](#)

## Bli medlem i Kreftforeningen!

[Ingen skal møte kreft alene – Kreftforeningen](#)



Skann  
QR- koden  
for å bli  
medlem

## VIL DU SIKRE DEG VÅRE STAFETT FOR LIVET BUFF, ARMBÅND ELLER SOLBRILLER?

Bestill dem i nettbutikken:

[nettbutikk.kreftforeningen.no](http://nettbutikk.kreftforeningen.no)



# Kreftforeningens tilbud, kurs og aktiviteter

Les mer om våre tilbud: [kreftforeningen.no/tilbud](https://kreftforeningen.no/tilbud)



Skann QR- koden for våre tilbud



## Delta i Stafett for livet

Sammen skal vi gå eller løpe for å vise at det alltid bør være noen på banen for den som er syk.



## Kontakt Kreftforeningens rettshjelp

Kreftforeningens rettshjelp er et gratis tilbud til deg som er kreftpasient eller pårørende som har juridiske spørsmål.



## Kreftforeningens hverdagshjelp

Kreftforeningens frivillige tilbyr praktisk hjelp i og utenfor hjemmet, følge/transport og noen å snakke med.



## Vardesenteret

Vardesenteret er en gratis møteplass på de største sykehusene i landet for alle som er rammet av kreft. Her kan du få råd, delta på kurs og aktiviteter eller bare stikke innom.



## Temakafé for kreftpasienter, pårørende og etterlatte

Temakafé er et uformelt møte-sted for både kreftpasienter, pårørende og etterlatte.



## Treffpunkt – møteplass for barn og unge

Barn og unge som har alvorlig sykdom i familien eller som har mistet noen kan ha god nytte av å møte andre som har opplevd det samme.



Foto: Jorunn Valle Nilsen

# Kreftforeningens rådgivningstjeneste

## Trenger du å snakke med noen?

Hos Kreftforeningens rådgivningstjeneste treffer du erfarne fagfolk som har god tid til å snakke med både barn og voksne.

Det er helt gratis.  
**Ring 21 49 49 21**

Du kan også chatte med oss eller sende e-post.

Les mer: [kreftforeningen.no](https://kreftforeningen.no)



## TIL FOR DEG

### **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)