

Lungeforeningen har frivillige aktiviteter i 72 ud af 98 kommuner

Hovedbudskaber

- Lungeforeningen har 24.483 medlemmer i 2021. Det er mere end en femdobling af medlemstallet i 2010, hvor foreningen havde ca. 4.600 medlemmer.
- Et vigtigt omdrejningspunkt i foreningen er det frivillige arbejde, og i dag har Lungeforeningen over 300 frivillige, og har frivillige tilbud i 72 af landets 98 kommuner, som arrangerede mere end 7.000 arrangementer årligt før corona-pandemien ramte.
- I 50 kommuner er der lungekor, i 48 kommuner er der lokale netværk og i 28 kommuner er der lokalafdelinger.
- De frivillige tilbud er mest udbredt i Region Sjælland, hvor 88 pct. af kommunerne har tilbud, mens udbredelsen er lavest i Region Syddanmark, hvor 64 pct. af kommunerne har frivillige tilbud.

Baggrund

Det frivillige arbejde har altid været vigtigt i Lungeforeningen. Året rundt bidrager mere end 300 frivillige til at støtte og bakke op om lungesagen. De er spredt rundt i hovedparten af landets kommuner og laver et kæmpe stykke arbejde for lungerne fx i netværksgrupper, lokalafdelinger og ved forskellig events. Det frivillige arbejde bliver muliggjort via de øvrige medlemmers støttebidrag til Lungeforeningen og flere steder via støtte fra de kommuner, de frivillige samarbejder med.

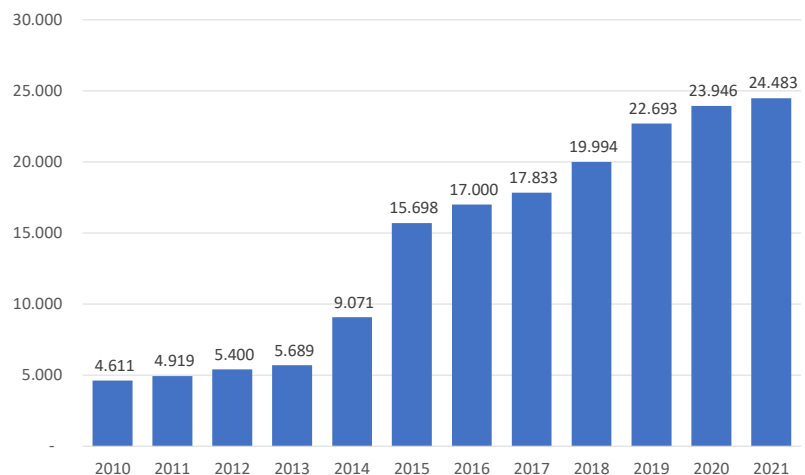
Den frivillige indsats er med til at skabe tryghed og give mennesker med en lungesygdom tæt inde på livet en bedre indsigt, i deres egen eller pårørendes sygdom, og er med til at afhjælpe, at mennesker med lungesygdom sidder alene med deres sygdom.

Tæt på 25.000 medlemmer

Der findes omkring 700.000 mennesker, der lever med en lungesygdom i Danmark. Mange har astma eller lungesygdommen KOL. Andre er født for tidligt og har fået infektionsskader på lungerne. Atter andre har en sjælden medfødt lidelse.

Uanset diagnose repræsenterer Lungeforeningen de mange syge danskere i dag, og de lungesyge har en forening i ryggen, der taler deres sag i offentligheden og på Christiansborg, når der skal forhandles nye love. Men det har ikke altid været sådan. I 2010 havde Lungeforeningen kun godt 4.600 medlemmer, men har i 2021 mere end femdoblet medlemstallet og har i dag 24.483 medlemmer.

Medlemstal Lungeforeningen



Tilbage i 2010 valgte den daværende lille Lungeforening en ny strategi, der skulle medvirke til at gøre foreningen større og tilbuddene for medlemmerne bedre.

En af de byggesten, der blev brugt i strategien, var foreningens mere end 100 år gamle historie. Oprindeligt hed foreningen Nationalforeningen til Tuberkulosebekæmpelse og havde en afgørende rolle i tuberkulosebekæmpelsen fra den blev stiftet. Foreningen drev flere behandlingsinstitutioner og sørgede for at sende røntgenbiler ud i fjerne afkroge af Danmark for at diagnosticere danskerne. Dengang var det frivillige arbejde også af stor vigtighed for foreningen. I 1908 begyndte foreningen at samle penge ind via salg af høstblomster, som i øvrigt er Lungeforeningens logo i dag. På den særlig høstblomstdag hvert efterår solgte frivillige over årene millionvis af små papirblomster for 10 øre pr. stk. og rejste på denne måde penge til at bygge kystsantorier, hospitaler og nye boliger til de tuberkuloseramte.

Den positive forskel, foreningen havde gjort i sin fortid, blev brugt aktivt til at minde offentligheden om foreningens i dag meget vigtige formål¹ i nutiden, og mange af de erfaringer man gjorde i foreningens tidlige år, er senest blevet brugt, da corona-pandemien ramte Danmark.

En anden byggesten var formuleringen af en vision, som daværende og nye medlemmer kunne se sig selv i, og som fokuserer på, at alle lungepatienter skal kunne leve et så godt og aktivt liv, som muligt. Det betyder bl.a., at Lungeforeningen har arbejdet for at kunne tilbyde lokale aktiviteter i nært samarbejde med kommuner og drevet af frivillige.

Lungeforeningens vision:

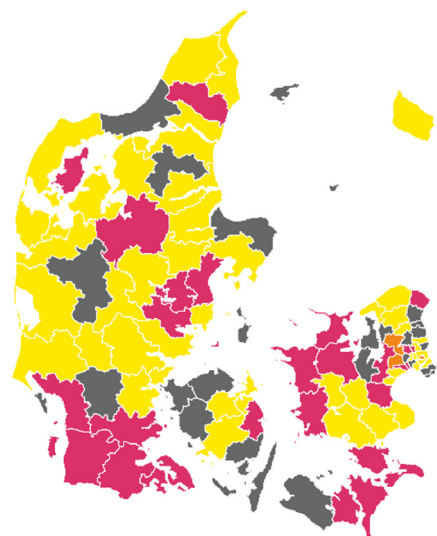
Det nyfødte barns første selvstændige handling er at trække vejret. Og når vi en dag holder op, markerer dét livets afslutning. Derfor skal vi passe på de lunger, der sætter os i stand til at trække vejret. Vi skal forebygge, at lungerne bliver syge. Vi skal hjælpe alle dem, hvis lunger alligevel er blevet det. Og vi skal forbedre mulighederne for, at de kan blive helbredt igen.

Lungeforeningens frivillige tilbud

Frivillige tilbud i næsten tre ud af fire kommuner

I dag er det frivillige arbejde et af omdrejningspunkterne for Lungeforeningens arbejde. Foreningen har mere end 300 frivillige, der på daglig basis tager initiativer til samarbejde med andre om sang i lungekor, træningsaktiviteter, bankoarrangementer eller netværk, hvor deltagerne jævnligt mødes, så lungesyge ikke skal sidde isoleret med deres sygdom. En opgørelse fra før corona-pandemien ramte viste, at Lungeforeningens frivillige havde over 7.000 frivillige aktiviteter fordelt ud over året.

De frivillige repræsenterer også en vigtig stemme for Lungeforeningen,



- Lungekor/netværk
- Lokalafdeling
- Lungekor/netværk og lokalafdeling
- Ingen lokalaktiviteter

¹ <https://www.lunge.dk/om-os/viden-vedtaegter>

særligt i det lokale miljø, hvor de hver dag medvirker til at kæmpe for bedre forhold for de lungesyge.

Hertil kommer de mange frivillige, der hvert år i regi af Team Rynkeby Fonden også understøtter oplysningsarbejde og samler penge ind til Børnelungefonden via skole- og cykelløb, som kan blive brugt på livsvigtig forskning i lungesygdomme, samt det arbejde der løbende foregår i de mere end 18 landsdækkende netværk eller når frivillige støtter andre mennesker med lungesygdom i f.eks. Facebookgrupper og lignende.

”Svært syge mennesker, der lever med alvorlige lungesygdomme lever typisk isoleret i deres hjem og mange bor alene. Med tiden bliver deres nære relationer færre, og i takt med at tilknytningen til andre mennesker svinder ind, vokser ensomheden. Det er en af grundene til, at vi i Lungeforeningen er meget optaget af at begrænse denne ensomhed, og arbejder for, at lungesyge kan finde fællesskaber og derved igen få mod på livet”, fortæller Anne Brandt, direktør i Lungeforeningen og Børnelungefonden.

Netop i forhold til ensomhed spiller de frivillige tilbud en vigtig rolle. Lungeforeningen har aktive frivillige i 72 af landets 98 kommuner. I 50 kommuner er der lungekor, i 48 kommuner lokale netværk og i 28 kommuner lokalafdelinger.

Lungeforeningen har dermed frivillige tilbud i næsten tre ud af fire kommuner, men ambitionerne stopper ikke der.

”Vi vil sikre, at der er gode tilbud til lungesyge i alle landets kommuner, og hvis der sidder nogen og tænker, at de gerne vil starte et frivilligt tilbud for lungesyge op i nogen af de grå kommuner på kortet, sidder vores dygtige frivillighedskonsulenter klar til at hjælpe med at komme i gang, så her skal de bare gribe telefonen og ringe til os”, siger Anne Brandt, direktør i Lungeforeningen.

De frivillige lungetilbud er mest udbredt i Region Sjælland

De frivillige tilbud er mest udbredt i Region Sjælland, hvor 88 pct. af kommunerne har tilbud organiseret af frivillige, mens der er mindst udbredelse i Region Syddanmark, hvor 64 pct. af kommunerne har frivillige tilbud i regi af Lungeforeningen

	Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden
Lungekor	45%	68%	36%	76%	38%
Lokalafdeling	18%	21%	27%	47%	28%
Netværksgruppe	64%	47%	55%	65%	31%
Frivilligt tilbud	73%	84%	64%	88%	66%

Lungekor er, ligesom de øvrige tilbud, mest udbredt i Region Sjælland, hvor tilbuddet eksisterer i 76 pct. af kommunerne, mens Midtjylland følger efter med en udbredelse på 68 pct. Færrest lungekor ses i Syddanmark, hvor 36 pct. af kommunerne oplever sang i lungekor. Sjælland er også i front, når det kommer til at nedsætte lokalafdelinger. Det er sket i 47 pct. af kommunerne, mens det er mindst udbredt i Nordjylland. Nordjyderne ligger til gengæld højt, når det gælder netværksgrupper, hvor der er mulighed for dette i 64 pct. af kommunerne. Det er på linje med Sjælland, som ligger højest med 65 pct. af kommunerne dækket. Region Hovedstaden har den laveste dækning af netværksgrupper, idet tilbuddet kun findes i 31 pct. af kommunerne.

Et eksempel på en lokalafdeling med mange tilbud er Holbæk Lokalafdeling, hvor den lokale bestyrelse på ni medlemmer sørger for masser af aktiviteter til de mere end 500 medlemmer af foreningen. Det sker i tæt samarbejde med kommunen, som støtter med medarbejdertimer og stiller lokaler til rådighed.

”Vi har fire netværk, der dyrker gymnastik forskellige steder i kommunen. Så har vi lungekor, der synger hver uge på nær i ferierne, et svømmehold, der svømmer om torsdagen og et bowlinghold, der spiller om tirsdagen, samt et cykelhold med seks 2-hjulede el-cykler og en 3-hjulet el-cykel, som kan lånes af medlemmerne. Herudover afholder vi to lungecaféer om året, samt en hel del andre arrangementer, som planlægges løbende”, siger Erik Hansen fra Holbæks lokalafdeling.

Lungekor, netværk og lokalafdelinger skaber livsglæde og

Lungekor er det mest udbredte frivillige tilbud rundt om i landet. Rigtig mange mennesker med lungesygdomme mødes ugentligt eller hver fjortende dag for at synge i kor sammen, og selvom det at blive forpustet ofte er en del af hverdagen for disse mennesker, så giver sangen luft til mere, end man skulle tro. Mange af sangdeltagerne har væsentlig nedsat lungekapacitet, men fordi sang er med til at træne og forbedre kontrollen over vejtrækningen, oplever deltagerne, at deres vejtrækning bliver forbedret og lettet af at synge i kor, og sikrer dem dermed større livskvalitet og bedre tackling af lungesyntomer i hverdagen. Samtidig får kordeltagerne glæde, energi og en følelse af samhørighed af at synge i kor sammen med andre, der også har en lungesygdom. Mennesker med lungesygdomme lærer via korsangen vejtrækningsteknikkerne, så de kan afspænde og kontrollere luften, så de får mest muligt ud af deres begrænsede lungefunktion. Dertil kommer det fællesskab, som opstår, når de mødes og synger.

Endvidere har et nyt studie, støttet af Danmarks Lungeforenings Fond, slået fast, at sangtræning via f.eks. lungekor er et effektivt middel til at forbedre både fysisk form og livskvalitet for mennesker med lungesygdommen KOL².

Udover lungekor er der i mange kommuner lokale netværk, hvor mennesker med lungesygdom (og evt. deres pårørende) mødes i netværk, og laver forskellige aktiviteter sammen, fx hører oplæg, spiser sammen, tager på udflugter, træner sammen og under corona også mødes virtuelt. Aktiviteterne sikrer, at deltagerne i netværket hele tiden holder kontakt med hinanden og på denne måde har god social kontakt, og dermed øger livsglæden og samtidig giver mulighed for at snakke med andre med samme sygdom, som dem selv.

Endelig er der oprettet lokalafdelinger i 28 kommuner, hvilket betyder, at lokalafdelingen er organiseret med egen bestyrelse, som udover at tilbyde arrangementer på linje med de lokale netværk, også har kontakt og bygger bro til deres kommune, og denne vej kan søge om midler til større arrangementer, men også sammen med kommunen invitere til arrangementer for mennesker med lungesygdomme i kommunen, hvor civilsamfund og kommuner aktivt deltager.

Lungeforeningen tilbyder også rådgivning og helt unikt nyt virtuelt mødested fremover

Udover de frivilligt drevne tilbud har Lungeforeningen en psykolog, en sygeplejerske, en læge og en familierapeut tilknyttet som frivillige rådgivere. De leverer hvert år en uvurderlig og unik indsats, når de rådgiver de mere end 1.000 mennesker, der ringer ind med spørgsmål til deres sygdom og hverdag.

Herudover udvikler Lungeforeningen i øjeblikket det virtuelle mødested ”Frirummet”, hvor mennesker med lungesygdom på sigt kan mødes med andre ligesindede, og deltage i spændende arrangementer med hver deres unikke indhold, fx. få gang i kroppen til underholdende og medrivende træningsarrangementer, synge for lungernes fulde kraft til korsang, eller mødes til en kop kaffe og høre inspirerende oplæg.

”Frirummet” er en videreudvikling af et unikt samarbejde, der opstod mellem Region Sjælland og flere kommuner i regionen under pandemien³. Her tog samarbejdspartnerne fat på at fremme lungesyge borgeres

² <https://www.lunge.dk/forskning/nyheder-sangtraening-giver-dig-pusten-tilbage>

³ <https://www.lunge.dk/lunger/nyheder-lungesyge-borgeres-livskvalitet-skal-forbedres-med-nye-online-muligheder>

livskvalitet gennem nye online muligheder faciliteret af frivillige skærmværter, da pandemien forhindrede de fysiske møder.