

Årsberetning

2025 – 2026



Indholdsfortegnelse

FORORD.....	1
ARRANGEMENTER.....	2
LANDSDÆKKENDE ARRANGEMENTER.....	2
LOKALE ARRANGEMENTER.....	7
SJÆLLAND/ HOVEDSTADEN.....	9
SYDDANMARK.....	9
MIDTJYLLAND.....	10
NORDJYLLAND.....	11
LANDSMØDE 2025.....	12
FRIVILLIGHED I FNUG.....	13
FNUG – DREVET AF FRIVILLIGE	13
BESTYRELSEN	13
LOKALKOORDINATORER.....	13
SOCIALE MEDIER OG KOMMUNIKATION	13
HJEMMESIDE OG IT	13
ADMINISTRATION OG UDVIKLING.....	14
POLITIK OG INTERESSEVARETAGELSE.....	14
ALLE BIDRAG GØR EN FORSKEL.....	14
KOMMUNIKATION.....	14
SYNLIGHED OG SOCIALE MEDIER.....	14
INSTAGRAM OG FACEBOOK.....	14
TIKTOK.....	15
FNUGS IT-AFDELING.....	15
POLITIK.....	15
EULAR	15
SAMARBEJDE MED ANDRE FORENINGER.....	16
GIGTRAMTE BØRNS FORÆLDREFORENING.....	17
GIGTFORENINGEN.....	17
NETVÆRKS MØDE.....	19
GRØN KONCERT/ MUSKELSVINDSFONDEN	19
REGNSKAB.....	20
INDTÆGTER	20
UDGIFTER.....	20
OPSUMMERING.....	21
FREMTIDEN FOR FNUG.....	22

FORORD

I denne årsberetning ser vi tilbage på perioden fra generalforsamlingen i 2025 til generalforsamlingen i 2026. Regnskabsoversigten, der findes sidst i beretningen, omfatter regnskabsåret 2025 og fremlægges til godkendelse på generalforsamlingen i 2026.

Endnu et år er gået i FNUG, og året har været præget af både udfordringer, udvikling og stærke fællesskaber. Som forening har vi arbejdet målrettet for, at fastholde og udvikle vores aktiviteter og tilbud til unge med gig. Samtidig har udfordringen med, at finde tilstrækkeligt mange frivillige kræfter fyldt en væsentlig del af bestyrelsens arbejde gennem året.

Det står dog klart, at FNUG gør en forskel for mange unge. Foreningen spiller en vigtig rolle i medlemmernes liv ved, at skabe fællesskab, støtte og oplevelser, og det giver os motivation til fortsat, at udvikle organisationen og styrke vores tilbud.

Året har også budt på nye initiativer og samarbejder, som peger fremad og skaber gode muligheder for fremtidens FNUG. Derudover har vi investeret mange ressourcer i udviklingen af en ny hjemmeside, samt arbejdet med nye strategier og planlægningen af større forandringer, der skal være med til, at sikre foreningens fortsatte udvikling.

Blandt årets aktiviteter har der været stor opbakning til både UngeWeekend, sommerturen og familiearrangementerne. Det har været glædeligt, at opleve den flotte deltagelse fra både nye og mangeårige medlemmer, som sammen er med til, at skabe det særlige fællesskab, der kendetegner FNUG.

Denne årsberetning samler årets vigtigste højdepunkter, indsatser og fortællinger. Samtidig er den en anerkendelse af alle jer, der har bidraget til foreningen gennem året – som frivillige, deltagere, bestyrelsesmedlemmer, støttemedlemmer eller på anden vis. Jeres engagement er fundamentet for FNUG og gør det muligt, at skabe meningsfulde fællesskaber for unge med gig.

Tak for jeres støtte, engagement og opbakning.

Med venlig hilsen

Bestyrelsen



ARRANGEMENTER

I løbet af det sidste år, har FNUG afholdt 18 lokalarrangementer med forskellige faglige og sociale tilgange. Derudover har FNUG afholdt 7 landsdækkende events.

Landsdækkende arrangementer

JUL I ODENSE ZOO

FNUGs juletur gik i år til Jul i Odense Zoo, og endnu engang blev det en hyggelig og vellykket dag. Juleturen giver medlemmerne mulighed for, at tage en pause fra hverdagens gøremål og samles om en fælles oplevelse i godt selskab.

Dagen bød på hyggelige gåture gennem den smukt julepyntede zoo, hvor de mange lys, dekorationer og stemningsfulde omgivelser skabte den perfekte julestemning. Undervejs blev der grinet, snakket og nydt de mange indtryk, mens vinterkulden mindede os om årstidens komme.

Vi tog også en pause fra det kølige vejr og samledes indenfor til et varmt måltid, hvor der var mulighed for, at få varmen og nyde hinandens selskab. Samtalerne gik på alt fra julens traditioner og gaveindkøb til vinterens udfordringer og forventningerne til det kommende forår.

Juleturen er en god og hyggelig tradition for medlemmerne, og i FNUG håber vi, at kunne fortsætte denne årlige begivenhed mange år fremover.



UNGEWEEKEND JUL OG FORÅR

Juleweekenden i december bestod af en tur i sommerhus nær Bogense, hvor medlemmerne fredag aften fik en præsentation af arrangørerne og arrangementet, og derefter blev der spillet pakkeleg.

Dagen efter stod på kreativt juleværksted, hvor alle sad og fordybede sig før medlemmerne sammen, kørte til Odense zoo, hvor der samtidig også var julearrangement med FNUG. Lørdag aften blev der slappet af, og søndag blev der afholdt en workshop hvor ungerelaterede emner var oppe og vende. Der var blandt andet brainstorming med udgangspunkt i forberedelsen i at hjælpe Gigtforeningen til at udvikle samtalekort til samtalemakkere.

Ungeweekenden i maj gik til Lalandia i Billund. Da medlemmerne ankom fredag aften, blev de sat i gang med en kreativ aftenaktivitet. Denne lød på: "Skriv et brev til dit fremtidige jeg/en du holder af". Derudover var der forskellige kreative syslerier, malebøger samt små spil hvis det lystede.

Lørdag fik deltagerne besøg af projektleder for Samtalemakker og ergoterapeut fra Gigtforeningen. Her blev der lavet et oplæg for det færdige arbejde, de som gigtpatienter havde været med til at erfare til. Dertil en dialog og et lille oplæg om energiforvaltning og en snak om Gigtforeningens rådgivning.

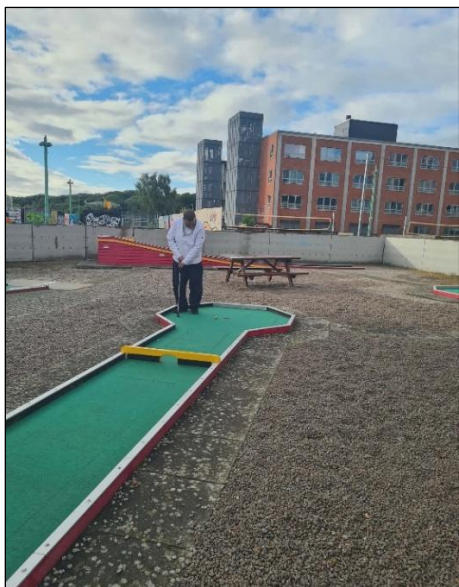
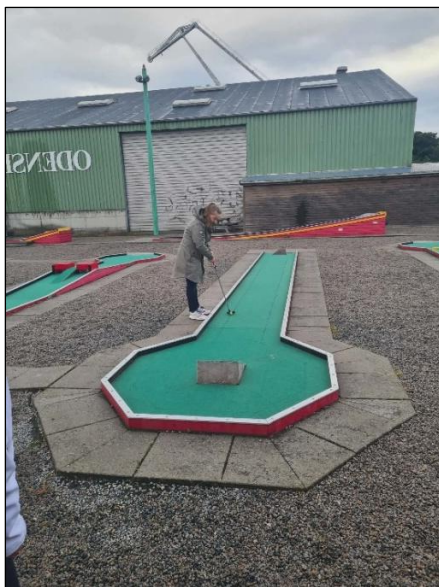
Resten af weekenden blev brugt på Lalandias aktiviteter, afslapning, flere hyggelige kreative stunder og en tur på Bones.



NATIONAL FNUG-DAG

En tilbagevendende begivenhed, som vi hvert år gør en indsats for, at markere for vores medlemmer. Her inviteres vores medlemmer til en hyggelig dag/aften med gode samtaler over, et måltid mad.

I Syddanmark blev der afholdt FNUG- dag i Odense, hvor medlemmerne havde en hyggelig og sjov aften. Aftenen startede på Café Mauritz, hvor der blev spist noget lækkert mad og snakket om alt og ingenting. Derfra gik turen videre til Odense havn, hvor der, trods regn, blev spillet en omgang minigolf, som var til stor morskab for medlemmerne.



GRØN KONCERT I AALBORG

I år var første gang, FNUG deltog på Grøn Koncert i Aalborg, og det blev en rigtig god oplevelse.

Vi deltog som frivillige, hvor vores opgave var at dele Fisherman's Friends lakridspastiller ud til koncertgæsterne. Under vagten arbejdede vi side om side med en anden forening, og det gav en hyggelig og anderledes ramme for dagen.

Da vagten var slut, havde vi mulighed for at blive på pladsen og nyde resten af koncerten sammen. Vejret viste sig ikke fra sin bedste side, men det lod vi os ikke slå ud af. Vi holdt ud, holdt humøret højt og fik trods regn og gråvejr skabt en rigtig god oplevelse sammen.

Dagen blev endnu et fint eksempel på, hvad FNUG også handler om: Fællesskab, oplevelser og det at være sammen – også når vejret ikke helt spiller med.



FYSIOFNUG

Foreningen har i flere omgange tilbudt online fysioterapitræning, der gør det muligt for medlemmer, at deltage, uanset hvor i landet de befinder sig. Efter ca. et års pause, startede vi samarbejdet med Artrosefys op igen, hvor vi denne gang både tilbød fysioterapitræning og yoga, da FNUG har fået forespørgsler om afholdelsen af flere online arrangementer.

Det har været et forsøg på, at gøre det nemmere, at deltage i FNUGs arrangementer på en hverdag, hvor man er presset på tiden.

FNUG har desværre ikke haft held med, at skabe interesse for disse arrangementer, trods afprøvet både på forskellige ugedage og tidspunkter, og derfor er dette kapitel nu blevet lukket.

TRÆN MED FRA STUEN!

KALDER ALLE I FNUG!

🕒 **D. 6/4**

OPSTARTER ONLINE TRÆNING HVER MANDAG FRA KL. 16-17



KOM OG TRÆN MED FYSIOTERAPEUT FREJA HJÆRE JENSEN!

TRÆNINGEN TILPASSER SÅ ALLE KAN VÆRE MED

FNUG TRÆNING

Online træning hver anden mandag kl. 16-17 med fysioterapeut Freja Hjære Jensen

Program

Opvarmning

Stille og rolig opvarmning, hvor vi bevæger hele kroppen igennem, som alle kan være med til.

Styrketræning med egen kropsvægt

Øvelserne udføres både liggende, siddende og stående. Hver øvelse varer 1 minut med en kort pause mellem øvelserne. Vi arbejder med følgende muskelgrupper:

- Ben
- Mave og ryg
- Arme og skuldre

Nedvarmning og udstræk

Træningen afsluttes med en nedvarmning bestående af dynamiske udstrækningsøvelser

FNUG YOGA

Online træning hver anden mandag kl. 16-17 med fysioterapeut Freja Hjære Jensen

Program

Opvarmning

Stille og rolig opvarmning, hvor vi bevæger hele kroppen igennem, som alle kan være med til.

Yoga

Øvelserne udføres både liggende, siddende og stående. Hver øvelse varer 1 minut med en kort pause mellem øvelserne. Vi arbejder med følgende muskelgrupper:

Nedvarmning og udstræk

Træningen afsluttes med en nedvarmning bestående af dynamiske udstrækningsøvelser

Lokale arrangementer

I FNUG stræber vi efter, at afholde lokalarrangementer i alle regioner i det omfang det er muligt. Formålet er, at tilbyde unge med giggt både sociale og faglige aktiviteter. Arrangementernes fokus er, at give den unge med giggt mulighed for, at mødes med andre unge fra deres lokalområde, og at give mulighed for, at kunne tale med andre unge om de ting, der er svære i livet som unge med giggt. Ud over disse har vi traditionen tro, også afholdt julefrokoster i regionerne. I år var det i lokalområderne Aalborg, Odense, Aarhus og København, hvor der var mulighed for at julehygge.

Nedenfor er listet et skriv om de forskellige julefrokoster og et lille udpluk fra de forskellige regioner.

JULEFROKOSTER 2025

I **København** samledes medlemmerne i år om hyggelige italienske lækkerier, i hyggelige omgivelser på restaurant Pulino. Der blev delt om stort og småt, og hyggen udviklede sig til en tur videre på bar for, at sparke julemåneden rigtigt i gang.



I Odense samledes medlemmerne, om en hyggelig omgang pakkespil med julegodter og varm kakao. Alle åbnede pakker og fik noget med hjem, som de var glade og tilfredse med. Efter grin og gavekrig drog de videre på Flammen, hvor der blev disket op med en lækker julebuffet med alverdens valgmuligheder, at fylde maverne med.



I Aarhus samledes medlemmerne over en lækker frokost på Raadhus Kafeen, hvor menuen stod på smørrebrød. For at sparke julestemningen i gang blev de opfordret til at ikklæde sig en julesweater. Der blev hygget og erfaringsudvekslet, hvordan gigten arter sig forskelligt blandt medlemmerne i vintermånederne.

I Aalborg tog medlemmerne også en tur på Flammen og mæskede sig i deres lækre julebuffet. Efterfølgende udfordrede de sig selv og hinanden i samarbejde og kommunikation ved, at besøge escaperoomet Locked, hvor de skulle finde på løsninger for, at komme ud igen.

Her blev der også opfordret til, at hoppe i julesweateren og synge julesange for, at skabe den bedste mulige julestemning.



Sjælland/ Hovedstaden

MUSEUMS- OG CAFÉBESØG - MAPS I KØGE

Som en del af FNUGs aktiviteter, har vi været på besøg på Museum for Art in Public Spaces (MAPS) i Køge. MAPS er et spændende museum, der arbejder med kunst i det offentlige rum og favner bredt inden for global samtidskunst. Museet er et sted, hvor kunst ikke blot udstilles, men også undersøges, udvikles og opleves i fællesskab.

Besøget bød på en dag med opdagelse og refleksion i de udstillede værker. Efter museumsbesøget nød vi en let frokostenretning i hyggelige omgivelser, hvor der var god tid til dialog, erfaringsudveksling og til, at lære hinanden bedre, at kende på tværs af deltagerne.

Syddanmark

STØB OG DESIGN STEARINLYS - CAFÉ LUMI ODENSE

Som en del af FNUGs aktiviteter, har vi været på workshop hos Café Lumi, hvor tålmodighed og kreativitet kom på prøve i arbejdet med at støbe vores egne lys.

Deltagerne valgte selv farver til lysene, og undervejs i processen blev der taget stilling til både tykkelse og eventuelle mønstre. Det gav en sanselig og fordybende oplevelse, hvor små valg fik stor betydning for det færdige resultat.

Undervejs opstod der også samtaler om, hvordan kroppen reagerer forskelligt, på den fysiske del af processen – blandt andet hvor tungt det kan føles, at håndtere fire lys ad gangen. Det gav anledning til refleksion over både håndværket og den kropslige oplevelse i, at støbe lys.



KOM OG SPIS MED DIN BESTYRELSE – BONES VEJLE

FNUG afholdt en hyggelig og uformel aften på Bones Vejle, hvor medlemmer og bestyrelsen mødtes over god mad og godt selskab.

Aftenen gav deltagerne mulighed for, at møde bestyrelsen i afslappede rammer, stille spørgsmål, dele idéer og blive klogere på arbejdet i foreningen. Fokus var på fællesskab, nærvær og dialog – helt uden formelle dagsordener.

Der blev spist, grinet og snakket på tværs, og arrangementet styrkede relationerne i fællesskabet for unge med gig. Både nye og gamle medlemmer deltog og bidrog til en rigtig hyggelig aften.



Midtjylland

FNUG TAR' KEGLER- BOWL'N FUN SKIVE

FNUG afholdt et vellykket familiearrangement hos Bowl'n Fun Skive med bowling og spisning.

Aftenen startede med bowling, hvor både børn og voksne deltog og hyggede sig på tværs af familierne i en afslappet og sjov stemning. Der blev spillet med masser af grin, hep og gode oplevelser på banerne, samt udvikling af strategier for, hvordan man bedst skåner en gigtramt krop, når der spilles bowling med familie og venner.

Efterfølgende var der fælles spisning, hvor deltagerne samledes og rundede aftenen af i hyggelige rammer. Arrangementet bidrog til fællesskab og gode oplevelser for hele familien i FNUG.

MØD EN FRIVILLIG – SUPER SUSHI SKIVE

Det var en aften, hvor man havde mulighed for at møde en af FNUGs frivillige. FNUG inviterede på sushi, hvor medlemmer kunne komme med ideer og forslag til, hvad de godt kunne tænke sig, der kom af arrangementer. Det var samtidig en aften, hvor man kunne stille spørgsmål til, hvad FNUG er, og hvad det vil sige, at være frivillig i foreningen.

Nordjylland

DU ER SMYK, AALBORG

FNUG afholdt en kreativ dag hos, Du er Smyk i Aalborg.

I de inspirerende omgivelser i smykkecaféen fik medlemmerne mulighed for, at slippe kreativiteten løs og designe deres egne personlige smykker. Med hjælp fra et stort udvalg af perler, vedhæng og materialer blev der skabt unikke designs, samtidig med, at der i god stemning blev hygget med kaffe og snak. Arrangementet gav plads til både fordybelse, grin og nærvær, og det var en skøn oplevelse, at være sammen om noget kreativt i rolige og afslappede rammer.



EAT AND TALK- CAFÉ VESTERÅ AALBORG

FNUG afholdt et Eat & Talk, hvor medlemmer mødtes til en hyggelig og uformel snak om gigts og hverdagsliv.

Arrangementet gav deltagerne mulighed for, at dele erfaringer og løsninger, stille spørgsmål og tale åbent om de udfordringer, der fylder i dagligdagen, når man lever med gigts. Stemningen var præget af fællesskab, genkendelse og støtte – kombineret med god mad og samtaler i rolige rammer.

Landsmøde 2025

I 2025 holdt FNUG landsmøde på Danhostel i Fredericia. Fredagen bød på en ekstraordinær generalforsamling, hvor bestyrelsen havde stillet et forslag om, at støttemedlemmer kan stille op til bestyrelsen, hvis der ikke er nok ordinære medlemmer, der stiller op. Det blev vedtaget.

Lørdagen startede med den ordinære generalforsamling, hvor vi sagde farvel til nogle bestyrelsesmedlemmer, som takkede af, mens nye ansigter kom til og tog over. Resten af dagen stod på hygge og afslappet stemning, hvor der blev snakket på kryds og tværs over kaffe og kage.

For dem med ekstra energi, var der om eftermiddagen mulighed for, at tage i svømmehallen eller komme helt ned i gear til en yogasession med en instruktør, hvor man virkelig kunne slappe af og mærke kroppen på en ny måde.

Aftenen blev rundet af med festmiddag og underholdning, hvor en entertainer fik flere medlemmer op fra stolene og inddrog dem i sit show – blandt andet med nogle ret sjove indslag, hvor de skulle hjælpe med, at tage noget af hans træningstøj af, til han til sidst stod meget bar.

Søndag sluttede vi af med fælles brunch, inden det var tid til afrejse.



FRIVILLIGHED I FNUG

FNUG – drevet af frivillige

FNUG er bygget på frivillighed. Uden vores engagerede frivillige, ville foreningen ikke eksistere, og derfor er vi utrolig taknemmelige for den indsats, som hver eneste frivillig bidrager med.

Vores frivillige spiller en afgørende rolle, i arbejdet for unge med gig. De er med til, at skabe fællesskaber, arrangere aktiviteter og vise nye medlemmer, at de ikke står alene med deres diagnose. Samtidig er de med til, at udvikle foreningen og sikre, at FNUG fortsat er et sted, hvor unge med gig kan mødes, dele erfaringer og skabe relationer.

I FNUG ønsker vi, at være en aktiv og nærværende forening. Derfor betyder de frivilliges engagement, kreativitet og initiativ utrolig meget for os. Vi vil gerne sige en stor tak til alle, der er med til, at bære, styrke og udvikle FNUG.

Der findes mange forskellige måder, at være frivillig på, og der er plads til både små og store bidrag.

Bestyrelsen

Bestyrelsen består af formand, kasserer, bestyrelsesmedlemmer og suppleanter. Bestyrelsen arbejder sammen om, at udvikle foreningen, træffe beslutninger og sikre, at FNUG fortsat skaber værdi for medlemmerne. Opgaverne fordeles på tværs af bestyrelsen, og man hjælper hinanden med både store og små projekter.

Lokalkoordinatorer

Som lokalkoordinator er du med til, at skabe aktiviteter og fællesskab i dit lokalområde. Det kan være alt fra cafébesøg, gåture og biografture til større arrangementer som sommeraktiviteter eller julefrokoster. Formålet er, at skabe mødesteder, hvor unge med gig kan lære hinanden at kende og have gode oplevelser sammen.

Sociale medier og kommunikation

Vores kommunikationsgruppe hjælper med, at fortælle FNUGs historie og skabe synlighed omkring foreningen. Her kan man bidrage med opslag, billeder, videoer, grafik og indhold til blandt andet Facebook, Instagram, TikTok og YouTube.

Hjemmeside og IT

Denne gruppe arbejder med, vedligeholdelse og udvikling af FNUGs hjemmeside. Opgaverne kan blandt andet være opdatering af indhold, grafisk materiale, nyheder og udsendelse af nyhedsbreve. Gruppen samarbejder tæt med vores eksterne samarbejdspartnere om hjemmeside og kommunikation.

Administration og udvikling

Her kan frivillige bidrage med opgaver som medlemsservice, kontakt til samarbejdspartnere, fondsansøgninger, projektudvikling og andre administrative opgaver, der er med til, at sikre foreningens drift og udvikling.

Politik og interessevaretagelse

Denne gruppe arbejder med de politiske og faglige områder, der har betydning for unge med gig. Frivillige kan deltage i konferencer, kongresser, møder og arrangementer, hvor de repræsenterer FNUG og bidrager til, at sætte fokus på de udfordringer og behov, unge med gig oplever.

Alle bidrag gør en forskel

Det smukke ved FNUG er, at ingen indsats er for lille. Uanset om du har lyst til, at være med i en arbejdsgruppe, arrangere aktiviteter, tage billeder, hjælpe med sociale medier eller byde nye medlemmer velkommen, er der plads til dig.

Hver eneste frivillig gør en forskel. Sammen skaber vi et stærkt fællesskab for unge med gig – og derfor skal der lyde en stor og hjertelig tak til alle, som bidrager til FNUG.

KOMMUNIKATION

Synlighed og sociale medier

I de seneste år, har FNUG styrket sin indsats på sociale medier for, at møde medlemmerne dér, hvor de allerede er aktive i deres hverdag. Sociale medier giver os mulighed for, at være tættere på medlemmerne og dele flere sider af foreningslivet end tidligere.

FNUG tilbyder i dag både fysiske og digitale aktiviteter, og vores sociale kanaler gør det muligt, at kommunikere om arrangementer, fællesskab og hverdagslivet med gig på en mere nærværende og uformel måde. Ikke alt indhold behøver, at formidles gennem nyhedsbreve eller længere artikler. Sociale medier giver os mulighed for løbende, at være synlige i medlemmernes feed, med reklamevideoer, information om kommende aktiviteter, relevante nyheder og personlige fortællinger fra livet som ung med gig.

Instagram og Facebook

FNUGs Instagram og Facebook-profiler bruges primært til, at informere medlemmerne om kommende arrangementer og aktiviteter. Informationerne deles hovedsageligt via stories på begge platforme, mens større arrangementer og særlige initiativer også præsenteres gennem opslag i feedet.

Når flere arrangementer er åbne for tilmelding samtidig, samles informationen ofte i fælles opslag, der giver et samlet overblik over de aktuelle tilbud.

For at nå ud til endnu flere unge, producerer vi desuden reels i forbindelse med større arrangementer og aktiviteter. Reels fungerer både som inspiration, stemningsskabende indhold og som markedsføring af foreningens tilbud.

TikTok

På TikTok deler FNUG videoer, der både kan fungere som optakt til kommende arrangementer og som tilbageblik på afholdte aktiviteter, eksempelvis Ungeweekend. Formatet giver mulighed for, at kommunikere på en måde, der er relevant og engagerende for unge målgrupper.

Platformen bruges også til, at give medlemmer og frivillige mulighed for, at dele indblik i deres hverdag gennem takeover-videoer. Indholdet kan spænde fra en dag på studie eller arbejde til oplevelser på ferie eller besøg på hospitalet. Formålet er, at skabe genkendelse, fællesskab og forståelse for de mange forskellige måder, det kan være, at leve som ung med gig.

TikTok skal rumme både underholdning, læring og personlige fortællinger og samtidig være med til, at vise, hvad FNUG er, og hvad foreningen kan tilbyde sine medlemmer.

FNUGs IT-afdeling

Hjemmeside – YouTube – Nyhedsbrev

Digitaliseringen og de nye platforme tog fart, og har nu været under udvikling i godt 1,5 år. Der har været mange rettelser og optimeringer, for at vores hjemmeside mm. gør det nemmere for medlemmer og frivillige at navigere rundt på. Der er stadig meget at arbejde med endnu, og flere punkter og emner er stadig under redigering.

Vores samarbejde med Attityde kører forsat sideløbende med månedlige statusrapporter og reklamer på SoMe.

Tanker om hele mail-setupet og SoMe, ift. Reklamer, nyhedsbreve, arrangementer mm. er en del af et nyt projekt. Derved har det kørt lidt stille i år, da vi stadig arbejder på fornyelse.

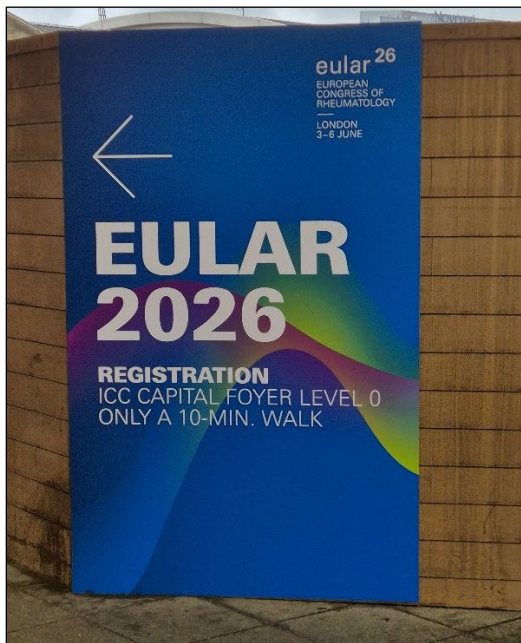
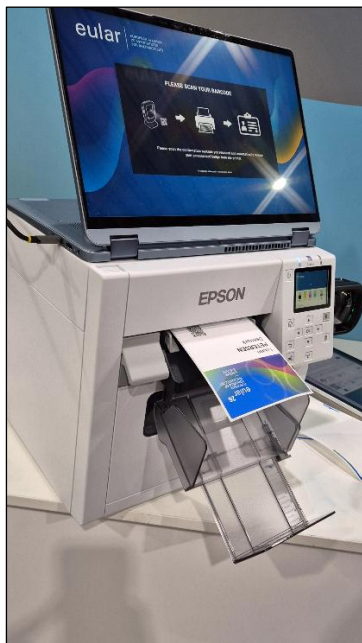
POLITIK

EULAR

Vi har i de seneste år deltaget i EULAR i forskellige lande, og online. Ved dette års EULAR, sendte vi et hold på 3 afsted til London. Teamet for politik stod for afholdelsen, og tilbød et af vores medlemmer at kunne få lov at deltage med dem. Dette var for at afprøve, om det havde vores medlemmers interesse. Medlemmer med interesse skulle skrive en ansøgning for at blive valgt ud til denne konference. Deltagerne afholdt en del teams møder forud for afrejse, for at snakke om selve programmet for EULAR. Hvad der var af interesse for dem selv, og for FNUG og for vores medlemmer.

Det blev delt rigtig flot op ift. konferencens program. De 3 deltagere tog til hver deres oplæg, for at få mest muligt ud af det, og for at blive klogere på flest mulige emner. Der blev noteret og taget billeder af oplægene, og opsummeret efter hvert oplæg.

Da dette års Eular gik over alt forventning, har de 3 deltager aftalt at tage afsted næste år. Eular 2027 bliver afholdt i Berlin.



SAMARBEJDE MED ANDRE FORENINGER

FNUG har samarbejde med flere forskellige foreninger, interessenter og virksomheder for, at styrke resultater i foreningen. Det er for FNUG vigtigt, at indgå i forskellige former for samarbejde, da foreningen er baseret på ungdom og frivillighed. Derfor er den ekstra sparring vigtig for FNUGs muligheder.

Gigtramte Børns Forældreforening

FNUGs samarbejde med GBF går på, at FNUG, med nogle års mellemrum, deltager på deres årlige familiekursus i marts måned. Her får vi lov til, at fortælle om, eller vise hvem vi er, via en stand med flyers eller med et lille oplæg. Det er en god mulighed, hvor både FNUG og GBF får noget ud af det, og det er et samarbejde vi ønsker at fortsætte med.

Gigtforeningen

Gigtforeningen og FNUG har et tæt samarbejde. FNUG og Gigtforeningen arbejder sammen for, at gøre livet lidt lettere (og meget mere forståeligt) for unge med gigtsygdom.

FNUG står med de unges stemmer og erfaringer fra hverdagen – alt det, der faktisk sker i skole, på studie, arbejde og i fritiden. Gigtforeningen bidrager med viden, faglighed og et stærkt netværk, der kan få ting til, at ske på et større plan.

Sammen prøver de, at sætte fokus på, at gigtsygdom ikke kun er en “voksen-ting”, men noget unge også lever med – og som man sagtens kan have et aktivt liv med, selvom det nogle gange er svært.

Målet er, at blive hørt, skabe bedre løsninger og fjerne noget af det tabu og de misforståelser, der stadig kan være omkring unge med kroniske sygdomme.

Ungeprojekt

Projektet er bygget op om hovedmålet, at flere børn og unge med gigtsygdom oplever, at være en del af et fællesskab samt at have større social og mental trivsel. I FNUG bakker vi op om dette og har i juni 2025 skrevet under på en støtteerklæring om projektet. Gigtforeningen søger fortsat midler for at sikre finansieringen til projektet, og har indtil videre fået midler til udviklingen af deres ene projekt “Samtalemakker”, som er blevet gjort mere ungepræget, hvortil vi i FNUG har hjulpet til udviklingen af samtaleemner, der er blevet til samtalekort. Disse kan anvendes til samtalen med samtalemakkeren, eller til andre relevante personer som f.eks. ens studiegruppe, familie, venner, kæreste/datingpartner. Emnerne på samtalekortene er baseret på et ungeliv med gigtsygdom, og omhandler blandt andet studie, arbejde, seksualitet og venner.

Der er via en kampagne hos Gigtforeningen kommet mere fokus på unge med gigtsygdom, hvor enkelte af FNUGs medlemmer har deltaget i interviews om overgangen fra barn til voksen, at blive holdt udenfor grundet sin

sygdom, og valget om at skulle dele sin sygdom med sin omgangskreds. Denne har til formål at oplyse de unges netværk om livet med gig.

FNUG fortsætter med at støtte op om ungeprojektet, og afventer at høre mere om planen fremadrettet.



DanBioPæd

DanBioPæd er en national elektronisk database, der bruges som offentligt register til at indsamle data om patienters børnegigt, ligesom DANBIO bruges til data om patienternes gig i voksenafdelingen. Ida, som er en af vores frivillige, er blevet en del af styregruppen, der skal bidrage til udviklingen af DanBioPæd-databasen. Her sidder hun som repræsentant for FNUG sammen med en repræsentant fra GBF og forskellige børnereumatologer. Idas funktion er, at bidrage med sine egne og andre unges oplevelser med juvenil reumatoid arthritis, og hjælpe med at kigge på fx spørgsmålenes formulering, brugergrænsefladen og lignende. I udviklingen medfølger også, at dataene fra DanBioPæd overgår til DANBIO ved transitionsskift fra børne til voksenafdelingen. Dette er en vigtig udvikling for unge patienter, og derfor er FNUG glade for at være med i dette.

Planen er, at projektet bliver udviklet og udfoldet over onlinemøder, og med fysiske møder 1-2 gange om året, men der er grundet sygdom ikke sket det store indenfor det seneste år.



Netværksmøde

FNUG er stadig en del af et netværk for ungdomsforeninger for kroniske unge, der arbejder med og støtter kronisk syge og unge. Vores frivillige i ungegruppen, Elena og Ida har været FNUGs repræsentanter på møderne. Netværksmøderne omhandler forskellige emner, der vedrører det arbejde de forskellige deltagende foreninger laver. Netværket udfolder sig 4 gange årligt hvor foreningerne skiftes til at have værtsrollen i deres hovedkvarter.

Grøn Koncert/ Muskelsvindsfonden

Siden 2023 har FNUG været en del af samarbejdet med Grøn Koncert og Muskelsvindsfonden – et samarbejde, vi er rigtig glade for at være en del af.

Her får vi mulighed for at være frivillige side om side med andre foreninger, bidrage til et godt formål og samtidig møde en masse glade koncertgæster undervejs.

Men Grøn Koncert handler for os om mere end selve frivilligvagten. Når dagens opgaver er klaret, får vi mulighed for at nyde koncerten sammen – iført FNUG-tøj og merchandise og med masser af gode vibes. På den måde er vi med til at gøre FNUG synlig og skabe opmærksomhed omkring unge, som lever med gig. Samtidig giver dagen noget mindst lige så vigtigt tilbage til os: fællesskab, gode oplevelser og nye minder sammen.

For os er Grøn Koncert derfor en helt særlig kombination af frivillighed, synlighed og sammenhold – og vi glæder os over fortsat at kunne være en del af det.

REGNSKAB

Indtægter

FNUG har i 2025 haft et nogenlunde stabilt indtægtsgrundlag. FNUG har modtaget ca. 64.000 kr. i medlemskontingenter, størstedelen kommer fra faste betalingsaftaler via betalingsservice og mobilepay subscription.

FNUG har i 2025 ikke søgt DUF midler, der i 2024 udgjorde 314.000 kr. Til gengæld har FNUG søgt og fået midler fra Social- og Boligstyrelsens pulje ULFRI på 231.000 kr. hvilket er et fald på 83.000. kr. I vores primære driftsmidler.

FNUG har indtægtsført 80.000 kr. i tilskud fra Handicappuljen, dette medfører et fald på 9.000 kr. i forhold til 2024.

Derudover har der været indtægter for 10.000 kr. Dette udgør i 2025 en samlet indtægt på 385.000 kr.

Udgifter

FNUG har i 2025 brugt ca. 158.000 kr. på medlemsaktiviteter, hvilket er fordelt på landsmøde, lokale og landsdækkende aktiviteter, hvilket er et fald på 52.000 kr. Fra 2024.

Landsmødet ligger stabilt på 63.000 kr. I 2025.

De landsdækkende aktiviteter beløber sig til 70.000 kr., hvilket er et fald på 41.000 kr. fra 2024. Der har været afholdt flere online aktiviteter og færre fysiske, hvilket forklarer faldet.

Omkostninger til lokalt arbejde udgør i 2025 24.000 kr., hvilket er 15.000 kr. mindre end i 2024. Det skyldes færre deltagere og derved færre omkostninger.

FNUG har i 2025 ikke haft omkostninger til internationalt arbejde, da vi ikke var deltagende på EULAR som året før.

Til PR har der været brugt ca. 57.000 kr., hvilket er et fald på 6.000 i forhold til 2024. Udgiften udgør målrettede reklamer på SoMe og Google Adds.

Hvilket i alt for formålsbestemte aktiviteter i 2025 udgør 214.000 kr. mod 281.000 kr. i 2024.

FNUG drives af unge frivillige, der mødes til arbejds møder for at planlægge alle medlemsaktiviteterne. Hertil afholder FNUG udgiften til indkvartering, forplejning samt transport. I 2025 var denne udgift på ca. 68.000 kr.

FNUG har i 2025 haft udgifter til administration på ca. 145.000 kr. Hvilket er 51.000 kr. mindre end i 2024. Dette skyldes primært, at der i 2025 ikke var udgifter til udvikling af hjemmesiden. Administrationen udgør derfor revision, mødeaktiviteter, kontor og omkostninger til hjemmeside.

Opsummering

FNUG har i 2025 haft et overskud på ca. 26.000 kr. Resultatet er overført til egenkapitalen, der nu er på 500.754 kr. Overskuddet skyldes færre udgifter til lokale og landsdækkende aktiviteter, på trods af et kraftigt fald i indtægter, grundet skiftet i driftsmidler fra DUF til ULFRI.

Fremtiden for FNUG

Fremtiden for FNUG handler om at styrke fællesskabet for unge med gigtsygdom og sikre, at endnu flere får en stemme i deres eget liv.

FNUG vil fortsat være et samlingspunkt, hvor unge kan mødes på tværs af landet, dele erfaringer og finde støtte i hinanden.

Fremtiden handler også om synlighed. FNUG vil fortsat arbejde for at bryde tabuer om kronisk sygdom hos unge og vise, at livet med gigtsygdom kan være aktivt, socialt og fuld af muligheder.

Fremtiden for unge med gigtsygdom handler om mere end sygdom – den handler om liv, muligheder og fællesskab. Selvom en gigtdiagnose kan ændre hverdagen, er det i dag muligt for langt de fleste unge at leve et aktivt liv med uddannelse, arbejde, fritid og drømme for fremtiden. Udviklingen indenfor behandling og medicin gør, at flere får bedre kontrol over deres symptomer og færre begrænsninger i dagligdagen.

Men fremtiden formes ikke kun af behandling og systemer. Den formes netop også af fællesskab. For FNUG er fællesskabet et vigtigt omdrejningspunkt, hvor de unge med gigtsygdom kan mødes, dele erfaringer og finde styrke i at være sammen med andre, som forstår deres hverdag.

Når unge får viden, støtte og et stærkt netværk, bliver det lettere at tage kontrol over eget liv og turde at drømme stort – også med gigtsygdom.

Fremtiden for unge med gigtsygdom er derfor ikke kun en medicinsk fortælling, men en fortælling om muligheder, selvstændighed og fællesskab.