

Med hjertet i centrum

20.08.2025

- 1 Hvem er vi
- 2 Danmark og hjertesygdom
- 3 Vores vision
- 4 Sådan gør vi en forskel
- 5 Sammen skaber vi resultater
- 6 Bliv en del af hjertesagen

Agenda



01

Hvem er vi



Vores formål er at bekæmpe hjertesygdomme



**Vi støtter
forskning**
i hjertesygdomme,
årsagerne,
forebyggelse og
behandling

**Vi arbejder for at
forebygge**
hjertesygdomme



**Vi arbejder politisk
og varetager
interesser**
for mennesker med
hjertesygdom
og deres pårørende



**Vi støtter
mennesker
med hjerte-
sygdomme og
deres pårørende**

Fakta om Hjerteforeningen



Hjerteforeningen
er grundlagt i

1962

og er den næst-
største NGO på
sundhedsområdet.

H. M. Dronning Mary
er protektor for
Hjerteforeningen.

120.000

medlemmer

89

lokalforeninger og klubber

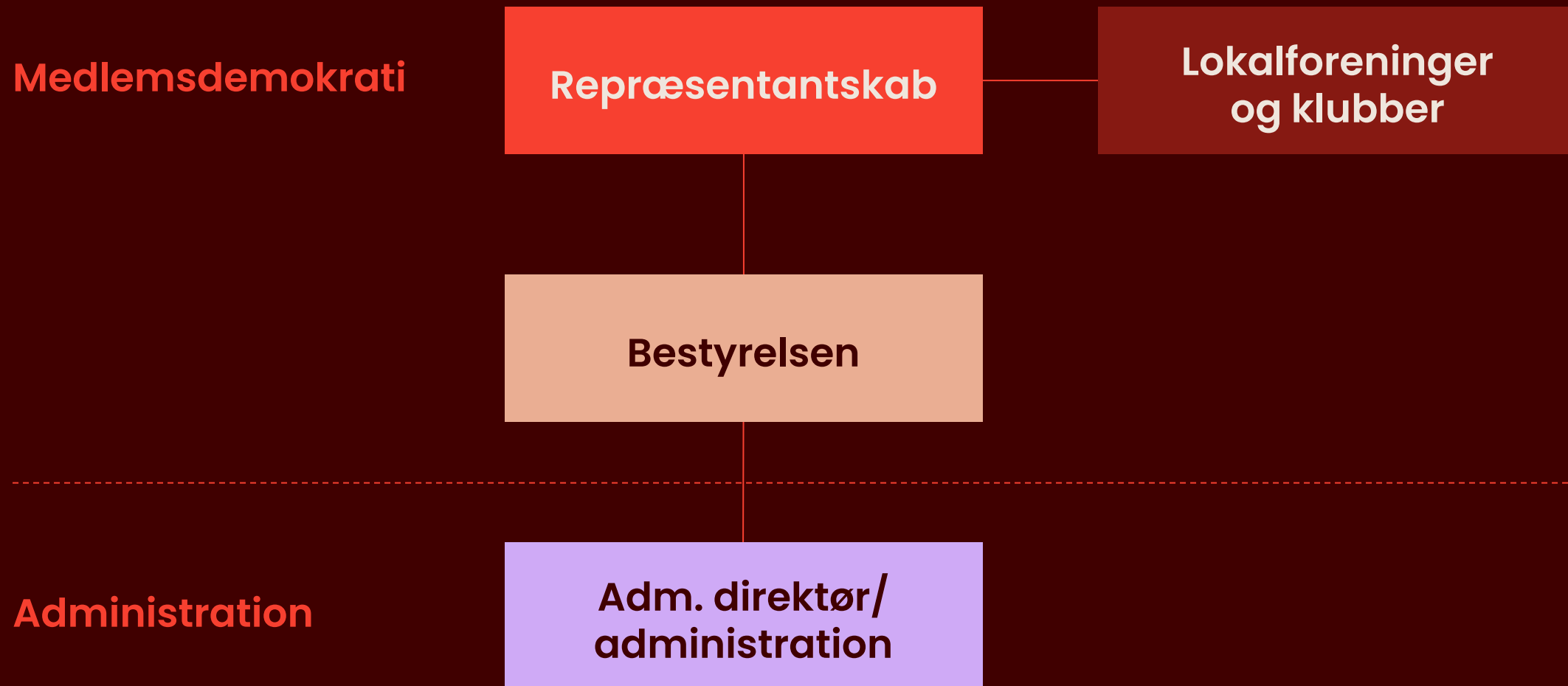
2.000

frivillige over hele landet

185

mio. kr. indsamlet i 2024

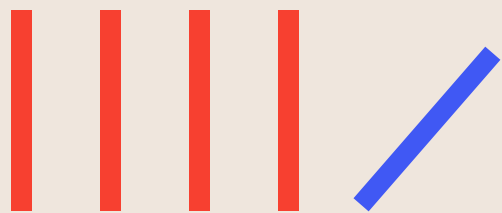
Medlemsdemokrati



02

Danmark og hjertesygdom

Hjertetal



1 ud af 5
danskere
dør af
hjertesygdom



500 børn får hvert år
konstateret en medfødt
hjertefejl inden for de
første tre måneder efter
fødslen.

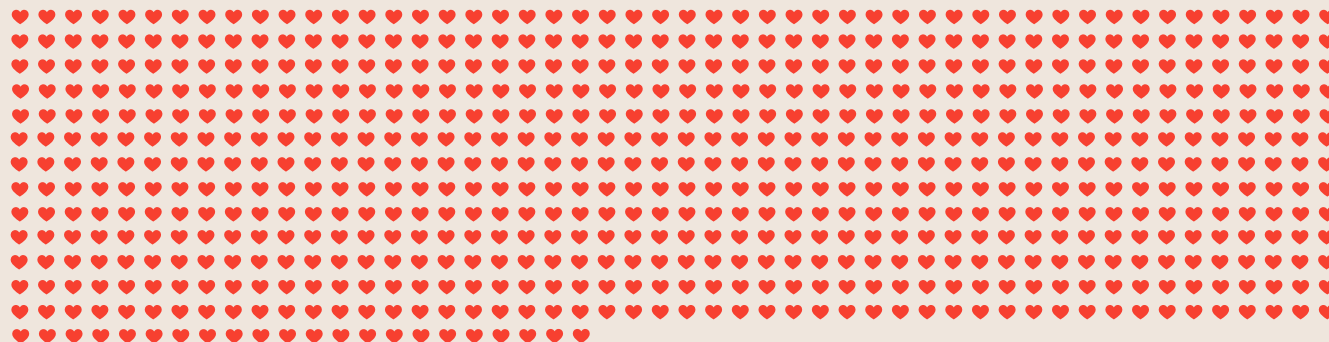


Hvert år rammes
65.600 danskere af
en hjertesygdom.



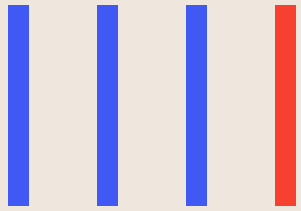
Over halvdelen af alle,
der er **55 år**, vil i løbet af
livet få en
hjertesygdom.

672.000
danskere
lever med
et sygt
hjerte



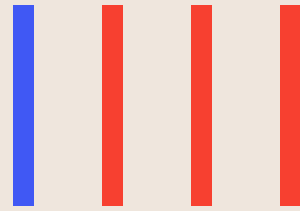
♥ = 1.000 syge hjerter

Danskernes sundhed er udfordret



3 ud af 4

med hjertesygdom oplyser, at de lever med andre kroniske sygdomme.

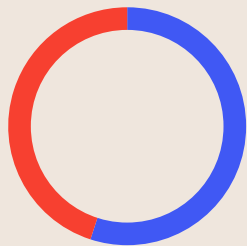


1 ud af 4

med hjertesygdom har symptomer på angst.

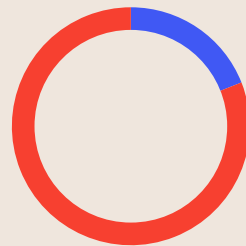
Vores sundhedsvæsen er udfordret

Der er behov for 40.000 ekstra ansatte i sundhedsvæsenet i 2030, hvis opgaverne skal løses som i dag.



55 %

af danskerne bevæger sig mindre end anbefalingerne.



19 %

af danskerne spiser ikke efter anbefalingerne.

Uddannelsesniveau har betydning for hjertesundheden

De, der har grundskole som højest opnåede uddannelsesniveau, har over dobbelt så høj risiko for at dø af hjertesygdomme som jævnaldrende med en lang videregående uddannelse.

Vi kan forebygge
over 50 % af alle
hjertesygdomme



03

Vores vision

Vores vision

Hjerteforeningen kæmper for hjertesunde liv for alle

Vi kæmper for en befolkning med stærke, sunde hjerter. Vi vil sikre hjertesunde rammer og gøre flere danskere i stand til at passe på deres eget og hinandens hjerter. For et sundt hjerte giver os mere tid sammen, flere sunde leveår og bedre livskvalitet.



A romantic couple is shown in profile, about to kiss. The woman is on the left, with long dark hair, and the man is on the right, with short dark hair. They are both looking towards each other. The background is a bright, warm sunset or sunrise, with the sun low on the horizon, creating a strong backlight effect and lens flare. The overall mood is intimate and romantic.

**Hjertet
kalder**



Vores definition af hjertesundhed

Hjertesundhed er fysisk, social og mental velvære, der gør det muligt for dig at leve det liv, du gerne vil – både med og uden hjertesygdom.

Når du lever hjertesundt, styrker du dit hjerte og kredsløb, forebygger hjertesygdom og får flere sunde leveår.

Inspireret af WHO's definition



Vores strategiske ambitioner



Ambition 1

Vi vil **engagere**
Danmark i kampen for
en hjertesund fremtid

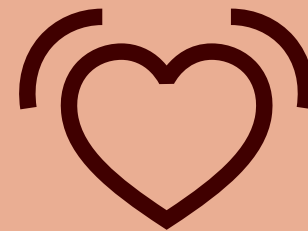
*Vi vil skabe en bevægelse,
der kæmper for danskernes
hjerter. Vi vil engagere flere i
vores kamp, så langt flere
kender og støtter hjertesagen.*



Ambition 2

Vi vil sikre de
bedste **rammer** for
et hjertesundt liv

*Vi vil styrke fokus på strukturel
forebyggelse, der kan reducere
risikoen for hjertesygdom,
mindske uligheden i sundhed
og sikre befolkningen flere
sunde leveår.*



Ambition 3

Vi vil **inspirere**
flere til at leve
hjertesundt

*Vi vil inspirere flere til at leve
hjertesundt i hverdagen og
sikre støtte til et hjertesundt
liv for både dem, der er ramt
af hjertesygdom, pårørende
og hjertebarnsfamilier.*

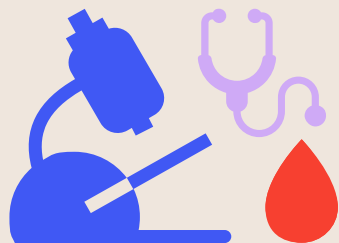
04

Sådan gør vi en forskel

A middle-aged man with a beard is sitting in a hospital bed, shirtless. He has several ECG electrodes attached to his chest, with wires leading to a medical monitor on the wall. To his right is a Philips ultrasound machine with its screen displaying a graph. The background shows a typical hospital room with medical equipment and blue curtains.

Vi støtter forskning i hjerte-
sygdomme, årsagerne,
forebyggelse og behandling

Vi støtter forskning og ny viden



Hjerteforeningen støtter forskning og ny viden inden for forebyggelse, behandling og livet med hjertesygdomme og uddeler hvert år ca.

30 mio. kr.



Hjerteforeningen

støtter forskning inden for strategisk udvalgte temaer.



Børnehjertefonden

støtter forskning i **medfødt** hjertesygdom.

Partnerskaber om forskningsstøtte



Støtte til fremtidens forskere inden for hjerteområdet

via Danish Cardiovascular Academy (DCAcademy) i samarbejde med Novo Nordisk Fonden.



Støtte til forskning i kvinders hjertesundhed

via Global Cardiovascular Research Funders Forum (GCRFF) og i samarbejde med Novo Nordisk Fonden.



Vi arbejder politisk og varetager
interesser for mennesker med
hjertesygdom og deres pårørende

Ensrettet →



Agenda 1

Sundhedsreformen
skal gøre
**hjertesundhed til en
politisk topprioritet**

Agenda 2
Nationale
mål for et
**hjertesundt
arbejdsliv**



Agenda 3

Opmærksomhed om
**ultraforarbejdede
fødevarer**
og behovet for klarhed



**Vi arbejder
for at forebygge
hjertesygdomme**



Et stort udvalg af
opskrifter, der gør
det nemt at **spise**
hjertesundt.



Nyhedsbreve med viden
om og inspiration til
hjertesundhed til
forskellige målgrupper.

Landsdækkende
gå-indsats, hvor
fællesskab og
bevægelse går
hånd i hånd.



Hjerteredderindsats
med fokus på viden
om **genoplivning**, så
flere lærer at **træde**
til ved **hertestop**.





**Vi støtter mennesker
med hjertesygdomme
og deres pårørende**



Gratis professionel
rådgivning på Hjertelinjen
og Børnehjertelinjen.

Støtte til familier
med hjertesygge
børn gennem
**viden, aktiviteter
og fællesskab** i
Børneklubben.



Lokalforeninger i hele landet
med **caféer og foredrag**,
med fokus på viden og
fællesskab



Formidling af
viden og erfaring
gennem
**webinarer,
podcast,
nyhedsbreve
og publikationer.**



Motionshold i hele landet, der
skaber **trygge og motiverende
rammer for bevægelse og
fællesskab** for mennesker med
hjertesygdom.

**Patient-, pårørende- og
forældre støtteindsats**, hvor
frivillige stiller sig til rådighed for
samtaler med dem, der har
hjertesygdom tæt på livet.



Vi møder danskerne på flere kanaler



2,5 mio.

årlige sidevisninger
på hjemmesiden



217.000

modtager vores
nyhedsbreve



180.000

har modtaget vores
rådgivningsforløb på mail



145.000

følgere
på SoMe



115.000

modtager vores
medlemsmagasin



156.000

årlige podcast-afspilninger
og webinar-tilmeldinger

05

Sammen skaber vi resultater



Det frivillige fundament

Frivilliges tid og engagement gør en forskel for mennesker gennem fællesskaber og viden, der inspirerer til hjertesunde liv.

Frivillige er stærke ambassadører, der bringer hjertesagen tættere på danskerne gennem konkrete aktiviteter og lokale tilbud i hele landet.



Tilbud drevet af frivillige



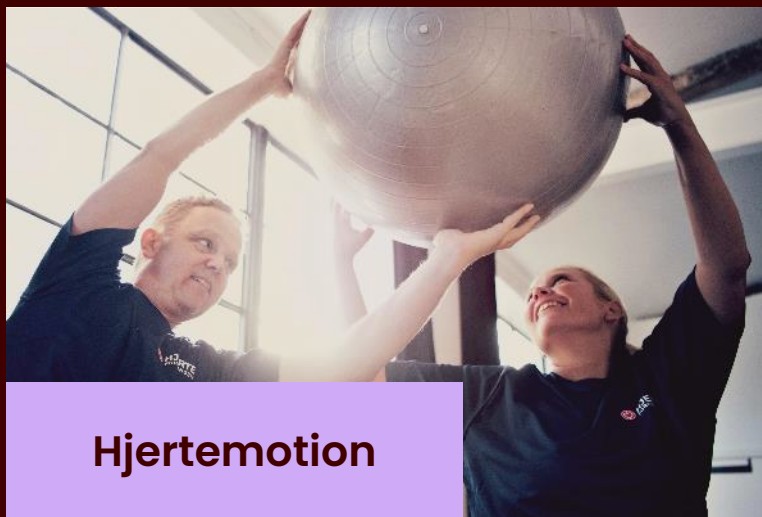
GÅ MED



**Hjerteredder-
kurser**



**Patientstøtte-
indsatsen**



Hjertermotion



**Hjertecaféer og
foredrag**



**Børneklubben
og GUCH**

Vi løfter hjertesundheden sammen med partnere, fonde og virksomheder



Ole Kirk's Fond

salling fondene

Clever

novo nordisk
fonden



PFA

Hines



Autohuset
VESTERGAARD



TrygFonden



Eksempel på samarbejde

Mad med mening

OLIOLI og Hjerteforeningen har sammen udviklet en hjertesund poké bowl.

Den opfylder så mange sundhedskrav, at den er nøglehulsmærket.

For hver bowl, OLIOLI sælger, donerer de 5 kroner til Hjerteforeningen.

Samtidig arrangerer vi Hjerteløb. Her går hele deltagergebyret til Hjerteforeningen.



OLIOLI
POKE BAR

x



Hjerte
foreningen

06

Bliv en del af hjertesagen

Hjertet kalder på dig



Bliv frivillig

i en lokalforening/klub eller i et
af vores tilbud



Donér

og støt kampen for
en hjertesund fremtid

Bliv medlem

og bliv en del af vores
fællesskab



Testamentér

din arv til Hjerteforeningen



Bliv partner

og bidrag til
hjertesundheden



OLIOLI
FOOD BAR

x

Hjerte
foreningen



Vær med til at gå forrest
for hjertet i os alle
sammen. Se, hvad du
kan gøre på
hjerteforeningen.dk

Tak for jeres tid



Med hjertet i centrum

I mødet mellem mennesker.

I relationerne og generationerne.

I de store og små øjeblikke.

I alle årene, i glæderne, i sorgerne.

Hver dag, hele livet, er det stærke,
sunde hjerte kernen i alt, hvad vi gør,
og i alt, hvad vi har.

Det dyrebareste, og det sårbareste.

Vores fælles hjertesag.



**Hjertet
kalder**

