



Krabbameinsfélagið

Ársskýrslur aðildarféлага

Fyrir aðalfund 25.5. 2024



Í Krabbameinsfélagi Íslands er 20 svæðafélög og 7 stuðningshópar. Félögin gegna öll mikilvægu hlutverki í stuðningi við fólk með krabbamein, fræðslu og forvarnir.

Efnisyfirlit:

Fjöldi félagsmanna í aðildarfélögunum.....	2
Krabbameinsfélag A-Húnavatnssýslu.....	3
Krabbameinsfélag Akraness og nágrennis.....	4
Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis	5
Krabbameinsfélag Árnessýslu.....	15
Krabbameinsfélag Austfjarða	21
Krabbameinsfélag Austurlands.....	28
Krabbameinsfélag Borgarfjarðar	30
Krabbameinsfélag Breiðfirðinga	34
Krabbameinsfélag Hvammstangalæknishéraðs.....	35
Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins	37
Krabbameinsfélag Norðausturlands	50
Krabbameinsfélag Rangarvallasýslu	51
Krabbameinsfélagið Sigurvon.....	52
Krabbameinsfélag Skagafjarðar.....	54
Krabbameinsfélag Snæfellsness	55
Krabbameinsfélag Suðausturlands	57
Krabbameinsfélag Suður-Þingeyinga	59
Krabbameinsfélag Suðurnesja	60
Krabbameinsfélag Vestur-Skaftafellssýslu	61
Krabbavörn Vestmannaeyjum.....	63
Brakkasamtökin.....	67
Brjóstaheill – Samhjálp Kvenna	72
Framför – félag BHKK greindra	74
Kraftur, stuðningsfélag fyrir ungt fólk með krabbamein.....	75
Ný rödd	87
Perluginir.....	88
Stómasamtök Íslands	89

Fjöldi félagsmanna í aðildarfélögunum

Félag	Fjöldi félagsmanna	Fjöldi fulltrúa
Krabbameinsfélag A-Húnavatnssýslu	185	1
Krabbameinsfélag Akraness og nágrennis	-	1
Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis	1667	6
Krabbameinsfélag Árnessýslu	450	3
Krabbameinsfélag Austurlands	-180	1
Krabbameinsfélag Austfjarða	568	3
Krabbameinsfélag Borgarfjarðar	240	2
Krabbameinsfélag Breiðfirðinga	36	1
Krabbameinsfélag Hvammstangalæknishéraðs	-	1
Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins	1213	6
Krabbameinsfélag Norðausturlands	-	1
Krabbameinsfélag Rangarvallasýslu	-	1
Krabbameinsfélagið Sigurvon	370	2
Krabbameinsfélag Skagafjarðar	-	1
Krabbameinsfélag Snæfellsnes	277	2
Krabbameinsfélag Suðausturlands	-	1
Krabbameinsfélag Suður Þingeyinga	-	1
Krabbameinsfélag Suðurnesja	-	1
Krabbameinsfélag Vestur-Skaftafellssýslu	48	1
Krabbavörn Vestmannaeyjum	514	3
Brakkasamtökin	163	1
Brjóstaheill – Samhjálp kvenna	100	1
Framför	-	1
Kraftur	1131	6
Ný rödd	-	1
Perluvinir		1
Stómasamtök Íslands	300	2
Samtals	7629	52



Krabbameinsfélag A-Húnavatnssýslu.

Stofnað: Á Blönduósi 2.nóvember 1968.

Fjöldi félagsmanna: 185

Stjórn

Formaður: Sveinfríður Sigurpálsdóttir

Ritari: Kristín Rós Sigurðardóttir

Gjaldkeri: Péturína L. Jakobsdóttir

Meðstjórnandi: Margrét Einarsdóttir

Meðstjórnandi: Viktoría Erlendsdóttir

Aðalfundur félagsins var haldinn 26. apríl í Bjarmanesi Skagaströnd. Þar afhenti stjórnin leikskólastjórum á Blönduósi og Skagaströnd gjafir sem eru sólarvarnatúbbur til notkunar í leikskólunum fyrir börnin. Velunnarasjóður KÍ styrkti okkur síðan með upphæð þessara forvarna er frá leið.

Ákveðið var á árinu að styrkja foreldra vegna bólusetningu drengja gegn HPV veiru um 20.000 kr. per hvern dreng sem greitt væri fyrir að lokinni bólusetningu á heilsugæslu fyrir júní 2024. Ekki er enn vitað um árangur þessa styrks en stjórnin vonar að foreldrar drengjanna noti þennan styrk eftir bólusetningu.

Í september fengum við kærkomna fræðsludaga. Þorri Snæbjörnsson frá Ráðgjafarþjónustu KÍ kom með tvo fyrirlestra, annar sem hann flutti var um Jafnvægi á milli virkni og hvíldar, haldið í matsal Húnaskóla og hinn var um Bjargráð gegn kvíða, haldið í Bjarmanesi á Skagaströnd, Góð mæting var á báða fyrirlestrana. Og erum við innilega þakklát Þorra fyrir góða fræðslu og þeim sem mættu.

Við fengum á haustdögum fjárhæðir sem lagðir voru inn á reikning okkar og til minningar um mætan dreng í samfélaginu. Slíkur vinarhugur er ómetanlegur og þökkum við sérstaklega vel fyrir. Félagið sá um bleikar filmur í október, bleika mánuði og var stofnun lýst upp í bleiku ásamt kirkjum í héraði. Styrkir samkvæmt reglum félagsins voru veittir vegna meðferðar félagsmanna sem sóttu um og er dvöldu á sjúkrahótelinu en styrkir þessir eru og veittir árlega. Formaður sótti tvo rafræna ánægjulega formannafundi á árinu.

Sveinfríður Sigurpálsdóttir, formaður.

Krabbameinsfélag Akraness og nágrennis

Stofnað: 9. febrúar 1969

Fjöldi félagsmanna:

Ekki barst ársskýrsla.

Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis

Stofnað 21. nóvember 1952

Fjöldi félagsmanna 1582

MANNAUÐUR

STJÓRN

Árlega er kosið til stjórnar á aðalfundi Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis. Stjórnin er skipuð sjö stjórnarmönnum, formanni og sex meðstjórnendum. Að auki eru tveir varamenn. Stjórnarseta aðalmanna er tvö ár.

Stjórn Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis 2023:

Pétur Þór Jónasson - Formaður

Inga Bára Ragnarsdóttir - Varaformaður

Hólmar Erlu Svansson - Gjaldkeri

Þórunn Sif Héðinsdóttir - Ritari

Guðmundur Karl Jónsson - Meðstjórnandi

Maron Björnsson - Meðstjórnandi

Hafdís Sif Hafþórsdóttir - Meðstjórnandi

Varamenn í stjórn eru: Sólveig Hulda Valgeirsdóttir, 1. varamaður Jón Helgi Óskarsson, 2. varamaður

STARFSFÓLK

Eva Björg Óskarsdóttir, Markaðs- og móttökustjóri

Marta Kristín Rósudóttir, Verkefnastjóri

Jenný Valdimarsdóttir, Ráðgjafi og verkefnastjóri

SJÁLFBODALIÐAR

Félagið er með nokkra sjálfbodaliða sem meðal annars halda utan um hópastarf á vegum félagsins. Við erum stolt af þessum flotta hóp og hlökkum til áframhaldandi samstarfs með þeim. Við þökkum þeim öllum sérstaklega fyrir dýrmæta vinnu fyrir hönd félagsins.

ÞJÓNUSTA OG STARFSEMI

Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis var stofnað 21. nóvember 1952. Starfssvæðið er frá Siglufirði í vestri og austur að Stóru Tjörnum í Fnjóskadal. Skrifstofa félagsins er að Glerárgötu 34, 2. hæð og þar deilir félagið húsnæði með Heilsu- og sálfræðipjónustunni. Opnunartími á skrifstofu er mánudaga - fimmtudaga frá kl. 10:00-14:00 en hægt er að mæta í viðtöl á milli kl. 09:00-16:00. Félagið veitir fólki sem greinst hefur með krabbamein og aðstandendum þeirra fjölbreytta þjónustu. Í boði er ýmis fræðsla, ráðgjöf og stuðningur, námskeið, heilsuefling, jafningastuðningur í karla- og kvennahópum og aðrir viðburðir.

SKRÁÐ SAMSKIPTI

Skráð samskipti við félagið voru 2.575 á árinu og fela í sér heimsóknarfjölda, símtöl og rafræn samskipti við félagið. Inn í þeim tölum eru ekki viðburðirnir: Kótilettukvöld, Bleikt boð í Hofi og styrkartónleikar á Græna Hattinum. Skráð samskipti árið 2022 voru 1.547, þetta er mikil aukning milli ára, eða 66,5 %. Aukning var í starfsdagskrá á milli ára sem útskýrir þessa aukningu auk þess var skráning markvissari árið 2023.

Samskipti og aðsókn eftir kyni og aldri

	Kona	Karl	Barn
Janúar	141	69	3
Febrúar	107	40	1
Mars	112	59	0
Apríl	79	21	0
Maí	72	31	0
Júní	85	29	0
Júlí	0	0	0
Ágúst	82	37	0
September	94	35	0
Október	124	48	0
Nóvember	141	43	2
Desember	70	49	2
Samtals	1107	461	8

Sumarlökun: 3. júlí til 8. ágúst.

Fjöldi viðtala á árinu



	Fjöldi
Ráðgjafarþjónustan	289
Eirberg	75
Samtals	364

Samskiptaleiðir við félagið

	Sími	Koma	Rafrænt
Janúar	46	73	37
Febrúar	56	44	12
Mars	64	91	21
Apríl	42	47	12
Maí	32	49	11
Júní	31	62	8
Júlí	0	0	0
Ágúst	34	61	23
September	34	73	14
Október	62	88	18
Nóvember	59	88	34
Desember	35	50	15
Samtals	495	726	205

Sumarlökun: 3. júlí til 8. ágúst.

RÁÐGJAFARÞJÓNUSTAN

Hjá Krabbameinsfélagi Akureyrar og nágrennis starfar einn ráðgjafi sem er á vegum Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélags Íslands. Samstarfssamningur er á milli Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis og Krabbameinsfélagsins sem tryggir faglegan og fjárhagslegan grundvöll fyrir heilbrigðismenntuðum ráðgjafa. Reglulega koma að auki sálfræðingur og félagsráðgjafi frá Ráðgjafarþjónustunni til Akureyrar til þess að sinna viðtölum.

RÉTTINDAMÁL

Ýmis úrræði eru fyrir hendi í samfélaginu fyrir þá sem greinast með krabbamein og aðra sjúkdóma. Fólk stendur þó oft misjafnlega að vígi hvað áunnin réttindi varðar. Krabbameinsfélagið hefur tekið saman upplýsingar um helstu úrræði sem í boði eru fyrir

krabbameinssjúklinga hjá Tryggingastofnun ríkisins, Sjúkratryggingum Íslands (SÍ), félagsþjónustu sveitarfélaga, stéttarfélögum og lífeyrissjóðum. Þessari samantekt er ætlað að hjálpa fólki að fá yfirsýn yfir úrræði sem það getur hugsanlega nýtt sér í erfiðum aðstæðum. Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis lagði áherslu á árinu að gera þessar upplýsingar aðgengilegri ásamt því að bjóða upp á viðtöl hjá félagsráðgjafa einu sinni í mánuði.

HÓPASTARF

Það eru fjórir hópar hjá félaginu sem hittast reglulega. Skapandi handverk og spjall hópurinn fyrir konur, Kátir karlar fyrir karla, Gönguhópur á vegum Göngum saman og svo leshópur. Sjálfboðaliðar leiða hópana áfram og alltaf er tekið vel á móti nýjum einstaklingum. Hóparnir voru virkir bæði á vor- og haustönn.

EIRBERGSPJÓNUSTA

Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis hefur verið í samstarfi við Eirberg seinustu ár til þess að hægt sé að bjóða upp á þessa þjónustu á Norðurlandi. Konur sem hafa farið í brjóstnám eða fleigskurð geta pantað tíma í Eirbergspjónustuna. Hjúkrunarfræðingur tekur á móti konunum, veitir ráðgjöf og mælir fyrir gervibrjóstum og ermum til að meðhöndla sogæðabjúg. Aðstaðan er til fyrirmyndar með hjólastólaaðgengi, rúmgóðu viðtalsherbergi og mátunarklefa. Komur í Eirbergspjónustuna á árinu voru 75 talsins

HEILSUEFLING

Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis býður einstaklingum sem greinst hafa með krabbamein og aðstandendum upp á Yoga nidra slökunarnámskeið hjá Sjálfsrækt. Yoga nidra er djúpslökun þar sem kennari leiðir iðkendur í hugleiðsluferðalag. Legið er á dýnum á gólfi, notast er við púða til stuðnings við líkamann og í boði er að nota teppi og augnhvílur. Tímarnir voru í boði einu sinni í viku allt árið nema yfir sumartímann. Í könnun sem var send út til þeirra sem nýttu sér námskeiðin kom í ljós mjög mikil ánægja með námskeiðin og voru þau talin nýtast vel.

Námskeiðin voru kostuð af Velunnurum og af Heilsueflingarsjóði sem er samstarfsverkefni Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis og minningarsjóðs Baldvins Rúnarssonar, sem fjármagnar sjóðinn.

Boðið var upp á tíma í markþjálfun í samstarfi við Sjálfsrækt. Markþjálfun er hentug fyrir einstaklinga sem eru að byggja sig upp eftir krabbameinsmeðferð og vilja styrkja sjálfan sig. Markþjálfunin fer fram með hnitmiðuðum reglubundnum samtölum sem byggja á trúnaði, heilindum og virðingu.

ÁRIÐ Í TÖLUM

14 NÁMSKEIÐ OG FYRIRLESTRAR

119 NÝIR ÞJÓNUSTUÞEGAR

289 VIÐTÖL VIÐ SKJÓLSTÆÐINGA

85 NÝIR FÉLAGSMENN

75 KOMUR Í EIRBERGSPJÓNUSTU

46 ENDURGREIÐSLUR Á SJÚKRAÍBÚÐ/HÓTELI

ÁRIÐ Í HNOTSKURN

Vorönn

- Hópastarf fyrir karla
- Hópastarf fyrir konur
- Leshópur
- Göngum saman hópurinn
- Yoga nidra námskeið hjá Sjálfsrækt
- 17. janúar og 31. janúar - Skrautritunarnámskeið með Vaivu
- febrúar - Námskeið fyrir einstaklinga sem greinst hafa með krabbamein
- 18. febrúar - Dekurhelgi á Húsavík
- 9. mars - Fyrirlestur um áhrif veikinda á fjölskyldu með Snæbirni geðhjúkrunarfræðing
- 23. mars - Kótilettukvöld
- 12. apríl - Fyrirlestur um samúðarþreytu fyrir heilbrigðisstarfsfólk frá Katrínu Ösp
- 8. maí - Aðalfundur félagsins
- 26. maí - HSN á Dalvík
- júní - HSN Hornbrekka á Ólafsfirði og HSN á Siglufirði
- 13. júní - Vorferð Skapandi handverk og spjall hópsins í Mývatnsveit
- júlí - 7. ágúst - Sumarlokun

Haustönn

- Hópastarf fyrir karla
- Hópastarf fyrir konur
- Leshópur
- Göngum saman hópurinn
- Yoga nidra hjá Sjálfsrækt
- 19. ágúst - Reykjavíkurmaraþon Íslandsbanka
- 23. ágúst - Opið hús hjá félaginu
- 27. september - Kynning hjá Píludeild Þórs
- 3. og 4. október - Sjálfsmildi og slökun fyrir heilbrigðisfólk
- 5-8. október - Dekurdagar á Akureyri, kynningarbásar á Glerártorgi og Centro
- 7. október - Kynningarbás á viðburðinum Kvenheilsa - breytingarskeiðið á mannamáli í Laugarborg

- 11. október - Námskeið fyrir einstaklinga sem hafa greinst með krabbamein
- 11. október - Bleikur viðburður á Ólafsfirði þar sem boðið var upp á erindi um hreyfingu og heilsu og reynslusögu
- 20. október - Bleiki dagurinn
- 22. október - Bleik messa í Akureyrarkirkju
- 25. október - Heimsókn frá Eirberg
- 29. október - Bleik messa í Gleráarkirkju
- 3. nóvember - Uppgjör á Bleikum október í Hofi
- 7. nóvember - Fyrirlestur frá Áslaugu kynfræðingi á Amtsbókasafninu
- 9. nóvember - Styrktartónleikar á Græna Hattinum
- 14. nóvember - Kransanámskeið með Ölmum hjá Salvíu
- 23. nóvember - Kynning á félaginu á Húsavík
- 2. desember - Kynning á félaginu á Glerártorgi
- 13. desember - Opið hús hjá félaginu
- 14. desember - Tekið á móti Einari sem gekk Póstleiðina

VIÐBURÐIR

DEKURHELGI Á HÚSAVÍK

Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis í samstarfi við Sjálfsrækt bauð upp á dekurhelgi á Húsavík 18.-19. febrúar. Þar gafst tækifæri til að slaka á í nærandi umhverfi og hlaða batterín. Einstaklingar sem greinst höfðu með krabbamein á seinustu tveim árum gátu skráð sig og tekið með sér aðstandanda. Þátttökugjald var 5.000 krónur á mann. Dekurhelgin tókst mjög vel og voru 18 einstaklingar sem fóru. Í ferðinni var innifalið, dvöl á Fosshótel Húsavík í eina nótt, vinnustofa með Sjálfsrækt, fæði og aðgangur í Geo Sea sjóböðin.

KÓTILETTUKVÖLD

Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis hélt kótilettukvöld 23. mars í tilefni af Mottumars. Viðburðurinn var haldinn á Vitanum Mathús og var dagskráin glæsileg en Villi Vandræðaskáld veislustýrði, Raddir Kalla sungu nokkur vel valin lög og Guðrún Arngríms, Maja Eir og Halli tóku nokkur hress lög í lokin. Að auki var happdrætti með frábærum vinningum. KEA-Kótilettufélag eðal Akureyringa, mætti á svæðið með fulltrúa sem færði félaginu peningagjöf að andvirði 150.000 kr.

SAMÚÐARÞREYTA

Fyrirlestur fyrir heilbrigðisstarfsfólk um Samúðarþreytu með Katrínu Ösp Jónsdóttur var haldinn 12. apríl í Hofi. Katrín Ösp er hjúkrunarfræðingur að mennt og fyrrum starfsmaður félagsins en vinnur í dag hjá Heilsu- og sálfræðiþjónustunni. Katrín hefur sérhæft sig í starfstengdum áföllum og örmögnun (samúðarþreytu). Það voru 40 einstaklingar sem mættu

á fyrirlesturinn og boðið var upp á súpu og spjall í lokin. Fyrirlesturinn var styrktur af Heilbrigðisráðuneytinu.

ÁHRIF VEIKINDA Á FJÖLSKYLDUR

Snæbjörn Ómar Guðjónsson sérfræðingur í geðhjúkrun á Sjúkrahúsinu á Akureyri hélt fyrirlestur um áhrif veikinda á fjölskyldur á Amtsbókasafninu 9. mars. Snæbjörn telur einn mikilvægasta þátt í almenntri hjúkrun vera þann að veita fjölskyldum sjúklinga stuðning á erfiðum tímum. Á fyrirlesturinn mættu um 30 manns. Fyrirlesturinn var styrktur af Heilbrigðisráðuneytinu.

REYKJAVÍKURMARAFON

Reykjavíkumaraþon Íslandsbanka fór fram laugardaginn 19. ágúst. Níu glæsilegir hlauparar tóku þátt fyrir Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis. Í heildina söfnuðu þau 460.245 krónum fyrir félagið. Félagið vill þakka þeim og öllum sem styrktu þá kærlega fyrir. Ykkar stuðningur skiptir máli.

BLEIKUR OKTÓBER

Október er ótrúlega skemmtilegur og líflegur mánuður hjá Krabbameinsfélagi Akureyrar og nágrennis. Mánuðurinn er tileinkaður konum sem greinst hafa með krabbamein, bleikur litur er nýttur til þess að minna á málefnið og sýna konum samstöðu og stuðning. Félagið var sýnilegt í kringum Dekurdaga sem eru alltaf fyrstu helgina í október.

Slökun fyrir heilbrigðisstarfsfólk

Í tilefni Dekurdaga bauð Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis heilbrigðisstarfsfólki og öðrum sem starfa innan heilbrigðisgeirans að mæta og eiga notalega stund saman hjá Sjálfsrækt. Farið var yfir að sýna sér sjálfsmildi, mikilvægi þess að slaka á og endað á góðri slökun. Það voru tvær dagsetningar í október í boði og voru báðir dagarnir vel sóttir.

Uppgjör á Bleikum október

Föstudaginn 3. nóvember var haldinn viðburður í Hofi þar sem félagið lokaði bleikum október með stæl. Hrafnhildur og Guðrún frá Sjálfsrækt héldu erindi um sjálfsmildi, en þær hafa mikla þekkingu þegar kemur að heilsu og vellíðan og fóru þær yfir mikilvægi þess að sýna sjálfum sér mildi og hlúa að sjálfum sér. Dekurdagskonurnar Inga Vestmann og Vilborg Jóhannsdóttir afhentu síðan ágóða söfnunar Dekurdaga sem í ár hljóðaði upp á 5.700.000 milljónir. Þeim tekst alltaf að toppa sig! Að lokum steig á stökk Sirrý Arnardóttir með fyrirlesturinn Góð samskipti. Boðið var upp á kaffi og léttar veitingar. Viðburðurinn var kostaður af Velunnurum Krabbameinsfélags Íslands.

STYRK TARTÓNLEIKAR

Þann 9. nóvember hélt félagið styrktartónleika á Græna Hattinum þar sem frábært tónlistarfólk gaf vinnuna sína. Fram komu Ásdís Arnardóttir sello leikari og Steinunn Hailer Halldórsdóttir píanóleikari, Sönghópurinn Jódís, Guðrún Arngrímsdóttir, Rúnar Eff og Bryndís Ásmunds. Öll miðasala rann beint til félagsins en miðaverðið var 4.000 kr. Þakkir fær Græni Hatturinn fyrir að lána félaginu aðstöðuna að kostnaðarlausu.

PÓSTLEIÐIN SEYÐISFJÖRÐUR - AKUREYRI Á AÐVENTU 2023

Á aðventu gekk Einar Skúlason gömlu póstleiðina frá Seyðisfirði til Akureyrar og safnaði styrkjum fyrir Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis. Vegalengd gönguleiðarinnar var ca. 280 km og tók 12 daga. Einar gekk með allt á bakinu og tjaldaði ýmist eða gisti í húsi þegar það bauðst. Hann var með gervihnattasendi á sér sem sendi staðsetningu með reglubundnu millibili svo hægt var að fylgjast vel með honum á leiðinni. Meðal viðkomustaða var Egilsstaðir, Fjallssel ofan Fellabæjar, Skeggjastaðir og Skjöldólfsstaðir í Jökuldal, Sænavatn á Jökuldalsheiði, Möðrudalur á Fjöllum, Reykjahlíð í Mývatnssveit, Arndísarstaðir og Fosshóll í Bárðardal, Ljósavatnsskarð, Sigríðarstaðir, mynni Fnjóskadals, yfir Vaðlaheiði og endaði Einar á Ráðhústorginu á Akureyri þann 14. desember við góðar móttökur. Hægt var að styrkja verkefnið með því að kaupa jólakort í bakpokann hjá Einari eða með því að senda kveðjur rafrænt. Jólakortið, sem sýndi útlínur Herðubreiðar, var hannað af listamanninum Lindu Guðlaugsdóttur og var það hennar framlag til söfnunarinnar. Einar safnaði samtals 1.251.500 krónum fyrir félagið.

HEIMSÓKNIR TIL NÁGRANNAR SVEITARFÉLAGANNA

Til að koma á móts við einstaklinga sem búa fyrir utan Akureyri fóru starfsmenn félagsins til Dalvíkur, Ólafsfjarðar, Siglufjarðar og Húsavíkur á árinu. Hægt var að koma í kaffi og spjall og fá upplýsingar um starfsemi félagsins.

- 26. maí - HSN á Dalvík.
- 2. júní - HSN Hornbrekka á Ólafsfirði og HSN á Siglufirði.
- 11. október - Bleikur viðburður á Ólafsfirði þar sem boðið var upp á erindi um hreyfingu og heilsu og reynslusögu.
- 23. nóvember - Kynning á félaginu og erindi um þreytu í kjölfar krabbameinsgreiningar á Húsavík

MARKAÐS- OG KYNNINGARMÁL

Það er mikilvægt að okkar félagsmenn hafi góðan aðgang að upplýsingum frá félaginu og því er heimasíða félagsins, kaon.is reglulega uppfærð með fréttum ásamt því að allir þeir sem

skráðir eru á póstlista félagsins fá tilkynningu þegar ný frétt kemur inn. Öllum fréttum er líka deilt á facebook síðu félagsins, en þar er einnig deilt margskonar fróðleik og fræðslu.

Vefmiðlar á svæðinu, Akureyri.net, Vikublaðið og Kaffið.is voru duglegir að skrifa og birta fréttir í tengslum við félagið. Félagið auglýsti reglulega í Dagskránni ásamt vefmiðlinum Akureyri.net.

Félagið gaf út á árinu ný minningarkort í samstarfi við myndlistakonuna Lindu Óla.

Nýr upplýsingabæklingur um félagið og helstu þjónustu var gefinn út. Bæklingnum var dreift sem víðast á Akureyri og í nágrannasveitarfélögunum.

Félagið fékk birta auglýsingu á stórum skjá í Akureyrarsundlaug.

Á árinu færði félagið Almennu göngudeildinni á Sjúkrahúsinu á Akureyri upplýsingaskjá sem staðsettur er í móttöku göngudeildar. Á skjánum birtast upplýsingar um starfsemi félagsins og gagnlegar upplýsingar fyrir einstaklinga sem greinst hafa með krabbamein og aðstandendur þeirra. Skjárinn er partur af því að auka sýnileika félagsins með von um að sem flestir viti af félaginu og geti leitað til þess.

REKSTUR

Starf Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis byggist alfarið á stuðningi einstaklinga og fyrirtækja en stærsti styrkurinn kemur frá Velunnurum Krabbameinsfélagsins. Félagið er þakklátt öllum þeim sem velja að styrkja félagið og láta gott af sér leiða en Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis er skráð á almannaeillaskrá. Á heimasíðu félagsins og Facebooksíðu eru flestar styrkveitingar birtar. Heildarvelta félagsins 2023 nam kr. 36,8 milljónum. Afkoma ársins nam kr. 5,8 milljónum.

FÉLAGSMENN

Ein af grunnstoðum Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis eru félagsgjöldin sem félagsmenn okkar greiða einu sinni á ári. Félagsgjöldin voru 4.500 kr. og koma í heimabanka félagsmanna árlega en hægt er að skrá sig á heimasíðu félagsins, kaon.is. Á árinu 2023 voru samtals 85 nýir einstaklingar sem skráðu sig sem félagsmenn. Stjórn félagsins þakkar öllum félagsmönnum kærlega fyrir stuðninginn.

ENDURGREIÐSLUR

Félagið tekur þátt í að niðurgreiða kostnað á íbúðum og dvöl á sjúkrahóteli fyrir sína félagsmenn, á meðan krabbameinsmeðferð stendur. Reglum um niðurgreiðslu var breytt í lok árs 2023 og var styrkur hækkaður svo hægt var að fá allt að 100.000 kr. endurgreitt. Á árinu sóttu 50 félagsmenn um endurgreiðslu sem er um 50 % aukning frá árinu á undan en þá sóttu 26 um. Greitt var um 3 milljónir til félagsmanna.

VELUNNARAR

Velunnarar eru ómetanlegt bakland krabbameinsfélags Íslands allan ársins hring. Velunnarar Krabbameinsfélags Íslands eru þeir sem kjósa að styðja við baráttuna gegn krabbameini með mánaðarlegu framlagi og styrkja þannig rannsóknir, fræðslu og forvarnir og endurgjaldslausar ráðgjöf og stuðning til krabbameinsgreindra og aðstandenda þeirra. Árlega sækir Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis um styrk sem aðildarfélag í sjóðinn. Félagið fær rekstrarstyrk fyrir allt að 50 % kostnaði ásamt verkefnastyrkjum. Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis fékk árið 2023 styrk upp á 12.868.417 kr. Takk kæru Velunnarar fyrir ykkar stuðning, til að skrá sig er hægt að fara inn á heimasíðu Krabbameinsfélagsins, krabb.is.

GJAFIR TIL SJÚKRAHÚSSINS Á AKUREYRI

Á árinu færði félagið Almennu göngudeildinni upplýsingaskjá sem staðsettur er í móttökunni hjá þeim. Á skjánum birtast upplýsingar um starfsemi félagsins og gagnlegar upplýsingar fyrir einstaklinga sem greinst hafa með krabbamein og aðstandendur þeirra. Í lok árs afhenti Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis Lyflækningardeild Sjúkrahússins á Akureyri fjórar svokallaðar verkjadýnur. Þær eru sérstaklega hannaðar fyrir sjúklinga með verki en reynast einnig vel sem legusáravörn. „Við höfum hingað til þurft að forgangsraða þeim sem þurfa hvað mest á þessum dýnum að halda þar sem við áttum ekki nógu margar, núna verður þetta auðveldara fyrir okkur“ segir Þóra Ester Bragadóttir, deildarstjóri lyflækningadeildar.

STYRKIR

Hér má sjá brot af þeim fjölmörgu styrkjum sem félagið fékk á árinu. Frekari upplýsingar um styrkina er að finna inn á kaon.is

Krabbameinsfélag Árnessýslu

Stofnað: 29.maí 1971

Fjöldi félagsmanna: 450

Saga félagsins

Krabbameinsfélag Árnessýslu var stofnað 29. maí 1971

Á árunum um 1970 kom saman hópur fólks úr Árnessýslu undir stjórn Brynleifs H. Steingrímssonar, læknis á Selfossi, til að vinna að undirbúningi stofnunar deildar í Krabbameinsfélagi Íslands. Tilgangur þess var meðal annars að koma á fót leitarstöð fyrir krabbamein í samvinnu við Krabbameinsfélag Íslands og Heilsuverndarstöðina á Selfossi, sem þá var nýstofnuð.

Stofnfundur Krabbameinsfélags Árnessýslu var haldinn 29. maí 1971 og er félagið 23. aðildarfélag Krabbameinsfélags Íslands. Á stofnfundinum voru um tuttugu manns, en stofnfélagar urðu 216. Á næstu árum var félagið duglegt að afla félagsmanna og urðu félagar flestir um 520.

Árið 2001 var átak í gangi hjá Krabbameinsfélagi Íslands um að opna svæðisskrifstofur úti á landsbyggðinni og var opnuð skrifstofa Krabbameinsfélags Árnessýslu að Kirkjuvegi 8. Var félagið stutt á þeim stað og fékk inni í húsi Rauða krossins í Árnessýslu árin 2003 til fyrri hluta árs 2005. Þá var tekið á leigu skrifstofuherbergi að Eyravegi 15 og innifalin voru afnot af fundarsal. Þar var félagið til ársins 2013 og fékk síðan inni að Skólavöllum 1 næstu tvö árin, þar til það fékk aftur inni hjá Rauða krossinum að Eyravegi 23. Var félagið þar þangað til haust 2020 en þá var húsnæði að Eyravegi 31 tekið á leigu. Starfsmaður var ráðinn í hlutastarf árið 2002 og í dag er starfsmaður í 70% starfi. Sinnir hann rekstri félagsins og heldur utan um starfið.

Margt hefur breyst á síðustu árum varðandi áherslur í starfi krabbameinsfélagsins. Jafnframt því að sinna fræðslustarfi er lögð meiri áhersla á að styðja félagsmenn og halda utan um þá í krabbameinsferlinu. Frá 1996 hefur félagið greitt hluta af kostnaði fyrir þá sem þurfa að dvelja á sjúkrahótelum á meðferðartíma og einnig tekið þátt í kostnaði við félags- og sálfræðipjónustu. Mikil áhersla er lögð á sálrænan stuðning se mog félagslega þáttinn og stendur félagið fyrir fyrirlestrum og námskeiðum til sjálfshjálpar. Stuðningshóparnir Brosið og Smárarnir eru starfræktir hjá félaginu og endurhæfing í kjölfar krabbameinsgreiningar.

Krabbameinsfélag Árnessýslu hefur vaxið mikið frá árinu 2016 og hafa áherslur breyst með það að markmiði að vera sýnilegri í samfélaginu, styðja við einstaklinga og fjölskyldur í krabbameinsferlinu auk þess að efla vitundarvakningu varðandi fylgikvilla þess að greinast með krabbamein. Krabbameinsfélag Árnessýslu er eitt af öflugri aðildarfélögum Krabbameinsfélags Íslands hvað varðar starfsemi og nýtur þaðan bæði fjárhagslegra styrkja og faglegs stuðnings.

Fjöldi félagsmanna:

Í apríl 2024 voru skráðir 450 félagsmenn í félaginu.

Stjórn:

Aðalfundur var haldinn 04. maí 2023

Þá var kosin stjórn félagsins:

Formaður: Svanhildur Inga Ólafsdóttir

Varaformaður: Eygló Aðalsteinsdóttir

Gjaldkeri: Karen Öder Magnúsdóttir

Ritari: Guðbjörg Guðmundsdóttir

Meðstjórnendur: Guðmunda Egilsdóttir

Meðstjórnendur: Högni Jóhannsson

Varamaður: Katrín Klemenzardóttir

Starfsmaður: Erla G. Sigurjónsdóttir í 70% starfi

Haldnir voru tíu stjórnarfundir á árinu, talið frá Aðalfundi í apríl 2023.

Fulltrúar stjórnar tók þátt í tveimur fundum hjá KÍ og formannafundum.

Starfsemi:

Árið 2023 var viðburðarmikið og fjölbreytt.

Endurhæfingarhópur félagsins efldist, þátttaka í starfsemi félagsins jókst og félagsmönnum fjölgaði. Unnið var markvisst að því að kynna starfsemi félagsins, meðal annars með skrifum í fréttu-og samfélagsmiðla, bjóða fyrirtækjum og félagasamtökum að koma í heimsókn í húsnæði félagsins og/eða fá kynningu á þeirra viðburði. Sú vinna gekk vel og hefur skilað aukinni vitund í samfélaginu á þeirri öflugu starfsemi sem félagið heldur úti auk þess sem kynningar hafa auðveldað fólki aðgengi að þjónustu félagsins.

Samstarf við krabbameinsdeild Heilbrigðisstofnunar Suðurlands hefur aukist og betri samfella á milli greiningar, meðferðar og endurhæfingar orðið í krabbameinsferlinu. Hefur það samstarf orðið til þess að einstaklingar nýta stuðning og þjónustu félagsins fyrr í krabbameinsferlinu en áður var. Stjórnarmenn félagsins hafa haft reglulega viðveru á krabbameinsdeildinni og kynnt

starfsemi félagsins sem hefur skilað betri upplýsingum og aðgengi nýgreindra að þjónustu félagsins.

Reglulegir og fjölbreyttir fyrirlestrar hafa opnað aðgengi aðstandenda að starfi félagsins þar sem boðið er uppá fræðsluefni sem nýtist fólki almennt, óháð því hvað það er að takast á við í lífnu.

Samstarf við Ráðgjafapjónustu Krabbameinsfélags Íslands með komu ráðgjafa á Selfoss var tilraunaverkefni Krabbameinsfélags Íslands árið 2021-2023, til að auka stuðning við aðildarfélög á landsbyggðinni. Verkefnið skilaði aukinni eftirspurn eftir viðtölum sem Krabbameinsfélag Árnessýslu hefur brugðist við með samstarfssamningi við fagfólk í samtalsmeðferð og aukið við styrki til félagsmanna til að sækja slíka meðferð.

Endurhæfingarhópur félagsins hefur eflst og stækkað og fleiri félagsmenn nýta sér bæði andlega, félagslega og líkamlega endurhæfingu á vegum félagsins. Öflugir samstarfsaðilar hafa komið að verkefninu sem hefur gefið aukið tækifæri til að efla fjölbreytni endurhæfingarinnar. Á árinu 2023 var skipulögð endurhæfing frá haustmánuðum og fram á sumarmánuði. Endurhæfingin hefur verið styrkt af Velunnarasjóði Krabbameinsfélagsins sem tilraunaverkefni en er í dag orðinn einn af föstum rekstrarþáttum félagsins.

Jafningjastuðningshópurinn Brosið var endurvakinn á árinu en lengi vel var sá hópur eina starfsemi félagsins. Í kjölfar þess að félagið flutti í húsnæðið á Eyraveginum 2020, hafði dregið úr skipulögðum tímum þar sem hópurinn hittist en í kjölfar eftirspurnar félagsmanna var hópurinn endurvakinn og er nú einu sinni í mánuði. Félagsmenn halda sjálfir utan um starfsemi hópsins sem hefur sannað gildi sitt og mikilvægi jafningjastuðnings.

Helsta starfsemi og viðburðir ársins 2022.

- Opið hús var áfram þrjá daga í viku og sáu sjálboðaliðar um að manna vaktirnar. Jafnt og þétt hefur gestum fjölgað á opnunartímum auk þess sem nokkrir félagar hafa það sem fastan lið í sinni daglegu rútínu að koma í opið hús. Heimsóknunum í opið hús hefur fjölgað jafnt og þétt yfir árið og frá því að hafa verið um 5-10 manns daglega árinu áður eru 10-15 manns að mæta í opið hús. Gestabók liggur á borðum í opnu húsi og gefur sýn á fjölda gesta yfir árið.
- Mánaðarlega var boðið upp á fræðslu, fyrirlestra eða námskeið yfir starfsárið. Þátttaka hefur almennt verið mjög góð.
- Samstarf við fyrirtæki í samfélaginu sem stóðu fyrir góðgerðardögum eða sölu viðburðatengdra afurða yfir árið skilaði góðum styrkjum inn í félagið. Má þar helst nefna styrki sem félaginu voru veittir í tengslum við MottuMars og Bleikan október.
- Annar af tveimur hápunktum ársins 2023 var Styrkleikarnir (Relay for life) sem haldnir voru í fyrsta sinn á Íslandi í apríl 2022. Krabbameinsfélag Árnessýslu var gestgjafi leikanna í annað sinn og með öflugri sjálfboðavinnu, ómetanlegu samstarfi og velvilja samfélagsins í heild, var um að ræða vel heppnaðan og góðan viðburð sem á stað í hjarta okkar um alla tíð.

- Bleika boðið sem nú er fastur liður í starfsemi félagsins var haldið á Hótel Selfossi í október 2023. Um gríðarlega stóran og glæsilegan viðburð er að ræða sem skipulagður er af félagsmönnum og öll vinna unnin í sjálfboðastarfi. Einstakt samstarf við Hótel Selfoss og veitingamanninn Tómas Þóroddson gerði það að verkum að öll umgjörð var eins og best var á kosið. Viðburðurinn er allra stærsti fjáröflunarviðburður félagsins og þunginn af fjáröflun felst í sölu happdrættismiða þar sem fjöldi glæsilegra vinninga er í boði.
- Félagið fór í Vorferð í júní 2023 og heimsótti kaupstaðinn Akranes. Félagsmenn fengu fjölbreytta kynningu á kaupstaðnum auk þess að njóta þeirrar náttúrufegurðar sem Akranes býr yfir.
- Jólahlaðborð var haldið í Tryggvaskála í desember og var þátttaka mjög góð. Félagsmenn fjölmenntu ásamt mökum eða nánum vinum og nutu matarins saman í góðum félagsskap auk þess sem brugðið var aðeins á leik.

Hópastarf

Hópastarf fyrir einstaklinga 18-45 ára hefur verið starfrækt frá 2022 og hittist hópurinn aðra hverja viku. Ýmist er hist í létt spjall, spilað, fönðrað eða hvað sem fólk vill gera.

Hópurinn Smárarnir sem eingöngu er fyrir karlmenn hefur reynt að halda dampi og hittist annan hvern þriðjudag kl.17:30. Hópurinn er jafningjastuðningur og lögð er áhersla á að bjóða uppá viðburði sem miða að áhugasviði karla. Einn af stjórnarmönnum félagsins heldur utan um starfsemi hópsins. Að jafnaði eru um 3-5 karlmenn að mæta og stöðugt er leitað leiða til að efla þátttöku karla.

Endurhæfingarárópurinn tekur mið af andlegum,- líkamlegum,- og félagslegum þáttum. Hópurinn stundar líkamlega endurhæfingu í aðstöðu Gym800 sem veitir hópnum aðgang að aðstöðunni, félaginu að kostnaðarlausu. Hópurinn sækir jóga einu sinni í viku í Yoga Sálir, stundar ýmiskonar iðju (leir, málum, kortagerð ofl.), reglulega hópfundi og sálgæslu.

Í desember lagði félagið áherslu á samverur sem fjölskyldur gátu átt saman. Má þar nefna námskeið í hurðakransagerð og piparkökuhúsa málun. Einnig hefur félagið boðið uppá sálgæslu í desember.

Viðburðir

- Félagið tók þátt í Mottumars, samstarf við GK Bakarí á Selfossi og boðið var uppá Mottumars kaffi og meðlæti í opnu húsi.
- Bleikur október var stór og skemmtilegur mánuður. Bleika boðið heppnaðist vel og hafa gestir aldrei verið eins margir.
- Styrkleikarnir í apríl 2023



- Margir fyrirlestrar og námskeið voru haldin á árinu. Sem dæmi má nefna fyrirlestra um minnistækni, streitustjórnun, krabbameins geislameðferð, núvitund og jákvæða sálfræði.
- Vorferð á Akranes.
-

Markaðsstarf og kynningarmál

Heimasíða félagsins

- Heimasíða félagsins er www.krabbameinsfelagarnessyslu.net Uppfærsla var gerð á haustmánuðum 2023 þar sem utanumhald um fyrri heimasíðu hafði verið af skorum skammti. Stjórn félagsins sér nú alfarið sjálft um heimasíðuna og gerir það eftir sinni bestu þekkingu og getu.

Facebooksíða félagsins

- Auk heimasíðunnar er Facebooksíða félagsins helsti auglýsinga og samskiptavettvangur félagsins
- Félagið heldur úti tveimur síðum, annarsvegar „like“ síðu þar sem 852 manns fylgjast með og hinsvegar lokaðan facebookhóp sem heitir Brosið og 350 einstaklingar eru inn á og hefur þeim fjölgað töluvert á starfsárinu. Brosið er meira notaður sem vettvangur til að koma skilaboðum beint til virkra félagsmanna og like síðan er meira hugsuð sem almennur vettvangur til að auglýsa starfsemi félagsins.
- Greinaskrif í fréttamiðla og á samfélagsmiðla eru markaðsleið sem félagið nýtir reglulega til að koma fréttum af starfsemi félagsins reglulega til samfélagsins.

Samstarf

Félagið er í virku samstarfi við Krabbameinsfélag Íslands um að veita ráðgjöf og stuðning til einstaklinga sem greinst hafa með krabbamein og aðstandenda þeirra. Stjórn félagsins og sjálfboðaliðar njóta handleiðslu fagfólks frá Ráðgjafapjónustunni.

Gott samstarf er við krabbameinsdeild Heilbrigðisstofnun Suðurlands og er félagsráðgjafi deildarinnar helsti tengiliður nýgreindra við þjónustu félagsins. Nýgreindir geta óskað eftir símtali frá félaginu og verða sjálfboðaliðar við þeirri beiðni innan mjög skamms tíma.

Fjármál

Félagið hefur notið gríðarlega margra styrkja á starfsárinu 2023 sem varið er í aukna þjónustu og viðburði á vegum félagsins. Áhersla er lögð á að þjónusta og stuðningur sé félagsmönnum að kostnaðarlausu.

- Helstu kostnaðarliðir voru: Laun starfsmanns og launatengd gjöld. Námskeið, veitingar, styrkir til félagsmanna vegna samtalsmeðferðar.

- Helstu tekjur voru: Gjafir frá fyrirtækjum, gjafir frá einstaklingum, félagssgjöld, gjafir frá félagasamtökum, styrkveiting úr Velunnarasjóði Krabbameinsfélag Íslands, Bleika Boðið.
- Sótt var styrki: Í Velunnarasjóð Krabbameinsfélags Íslands

Lokaorð

Árið 2023 fór hratt og vel af stað í starfsemi félagsins. Hluti stjórnar og fjöldi sjálfboðaliða kom að skipulagi og undirbúningi fyrir Styrkleikanna sem haldnir voru í apríl. Raunin er hinsvegar sú að verkin falla mikið til í hendur sömu sjálfboðaliða sem leggja sig alla fram og gefa af sínum frítíma til starfsemi félagsins. Vegna aukinna verkefna í daglegu starfi félagsins var tekin ákvörðun innan stjórnar félagsins að standa ekki fyrir Styrkleikunum að nýju árið 2024.

Viðburðir voru almennt mjög vel sóttir, nýjir félagsmenn nýttu sér þjónustuna og sýnileiki félagsins varð enn meiri.

Lögð var áhersla á að bjóða upp á fjölbreytta og gagnlega fræðslu sem allir gátu tengt við. Leitast var eftir að fá fagfólk úr heimabyggð í sem flest verkefni, fagfólk frá Ráðgjafaþjónustu Krabbameinsfélags Íslands en einnig voru fengnir fyrirlesarar annarsstaðar frá.

Starfsemi félagsins eflist með hverju árinu og aukin þátttaka félagsmanna staðfestir að markmið félagsins um að vera sýnilegri og aðgengilegri í samfélaginu, hefur tekist að stóru leyti. Gott má þó alltaf bæta og hefur félagið lagt sig fram við að kynna starfsemina bæði innan minni félagahópa, fyrirtækja sem og í samfélaginu í heild. Það sem af er starfsársári 2024, hefur verið aukning á að félagasamtök hafa óskað eftir kynningu á félaginu inn á sína fundi eða viðburði. Það er félaginu mikið ánægjuefni að fá slík tækifæri til að kynna starfsemina.

Hvert starfsár býður uppá ný tækifæri til að gera betur, lesa í þarfir og óskir félagsmanna og gera okkar besta til að mæta þeim. Áhersla verður lögð á stuðning við fjölskyldur á starfsárinu 2024 og leitað fjölbreyttra leiða til að efla þátttöku aðstandenda.

Aukin þjónusta kallar á aukna þátttöku sjálfboðaliða og mikilvægi þess að hlúa vel að sjálfboðaliðunum og efla þá í sínu starfi.

Takk fyrir samstarfið á árinu.

F.h stjórnar Krabbameinsfélags Árnessýslu,

Svahildur Ólafsdóttir, formaður.

Krabbameinsfélag Austfjarða

Stofnað: 1970

Fjöldi félagsmanna: 568

Krabbameinsfélag Austfjarða var stofnað 21. apríl 1970. Félagið hefur verið með virka stjórn og haldið úti öflugum starfi í gegnum tíðina. Markmið félagsins er að styðja við bakið á krabbameinsgreindum og aðstandendum. Félagið styrkir krabbameinsgreinda með því að niðurgreiða aksturs- og gistikostnað meðan á meðferð stendur. Félagið heldur úti fræðslu- og forvarnarstarfi til að hvetja fólk til að vera vakandi fyrir einkennum sem og til að minnka líkur á krabbameinum.

Stjórn:

Aðalfundur var haldinn 24. apríl 2023.

Þá var kosin stjórn félagsins:

Formaður: Hrefna Eypórsdóttir

Varaformaður: Jóhann Sæberg Helgason

Gjaldkeri: Guðmundur Rafnkell Gíslason

Ritari: Gunnhildur Ósk Sæbjörnsdóttir

Varamenn: Jóhanna Ríkey Jónsdóttir, Sunna Björg Guðnadóttir

Framkvæmdastjóri/Starfsmaður er Hrefna Eypórsdóttir

Stjórn fékk umboð aðalfundar til að starfa undir fjögurra manna aðalstjórn þar sem vantar einn inn í stjórn félagsins.

Haldnir voru 5 stjórnarfundir á árinu.

Formannafundir KÍ voru 3.

Fundir með skrifstofum aðildarfélaganna voru 3

Fundir vegna Styrkleikanna voru 11.

Fundir vegna aðildarfélagakerfis voru 8.

Starfsemi:

Árið 2023 var gott ár fyrir félagið og byrjaði rólega með almennu starfi félagsins. Skrifstofan var opin einn dag í viku á fimmtudögum kl 10-14.

Febrúar fór í almennt starf, starfsmaðurinn okkar fór á námskeið á vegum Almannaheilla varðandi rekstur og bókhald félagasamtaka. Svo fór dágóður tími í undirbúning fyrir Mottumars.

Mottumars kom í öllu sínu veldi, veðrið var til trafala og voru fræðsluerindi frá KÍ sem búið var að auglýsa blásin af sökum veðurs. En við sendum frá okkur fræðsluefni vítt og breitt, markaðssettum fyrir skipaáhafnir á okkar svæði og hvöttum þær til að kaupa sokka. Við sendum þeim bréfpóst með efni um mikilvægi heilsueflandi lífsvenja og um einkenni sem þarf að vera vakandi fyrir sem og kynningu á starfi félagsins. Einnig fórum við með fræðslufyrirlestur fyrir starfsfólk Verkmennaskóla Austurlands og ræddum um samstarf okkar á milli um heilsutengdar forvarnir fyrir nemendur skólans. Í mars fengum við einnig úthlutað úr Velunnarasjóði KÍ og auk styrks til rekstrar fengum við styrk vegna eftirtalinna verkefna:

- Fræðsluverkefni
- Bæklingur um félagið
- Hópastarf
- Pólsk messa
- Vísindaferð starfsmanns (í Skógarhlíðina)
- Bleikt konukvöld
- Mottumarskvöld
- Aðventukvöld
- Hvíldarhelgi (sameiginlegur styrkur með Krabbameinsfélagi Austurlands)

Í apríl héldum við aðalfundinn okkar, vorum með jafningastuðning í konuhópnum okkar og gáfum innréttingu í lyfjagjafaherbergið í umdæmissjúkrahúsi austurlands í Neskaupsstað. Við fórum með fræðsluefni og sólarvarnir í alla leikskóla á okkar svæði og sendum þeim tölvupóst um sólarvarnir barna og óskuðum eftir að það yrði áframsent á foreldra.

Maí hófst á 1. maíhlaupi Launafls og Krabbameinsfélagsins og var það 3. skipti síðan við komum inn í hlaupið sem er fjáröflun fyrir okkur. Það voru 19 hlauparar sem tóku þátt og stóðu sig frábærlega.

Sumarið var nokkuð rólegt hvað viðburði varðar framan af en skrifstofan var opin köflótt í kringum sumarfrí en þrátt fyrir sumarfrí hefur alltaf verið opið fyrir símann og tölvupóstur vaktaður og okkar fólk aðstoðað eins og best við getum.

Í júní ákváðum við að láta prenta boli fyrir þá sem ætluðu að taka þátt og hlaupa fyrir félagið í Reykjavíkumaraþoni. Það væri gaman að vera sýnilegri og taka aðeins þátt fyrir hlauparana okkar.

Í ágúst var Reykjavíkumaraþon Íslandsbanka haldið og var metfjöldi þátttakenda að hlaupa fyrir félagið og hæsta upphæð sem safnast hefur að sama skapi en það voru 13 hlauparar sem hlupu og það söfnuðust 1.093.058. Við fengum starfsfólk KÍ til að taka okkar vakt við að útdeila bolunum til okkar hlauparar þar sem enginn úr stjórn átti heimangengt til að vera á staðnum.

Þrátt fyrir að sumarið hafi verið heilt yfir rólegt til þess að gera að þá voru þó stíf fundarhöld og undirbúningur fyrir Styrkleikana sem voru haldnir í lok ágúst. Styrkleikarnir eru samstarfsverkefni KÍ, okkar og Krabbameinsfélags Austfjarða. Þeir ganga út á að lið skrá sig til þátttöku og halda boðhlaupskefli á hreyfingu, með göngu í heilan sólarhring, ýmist í kringum

einstakling sem hefur greinst með krabbamein, í minningu látinna, í kringum aðila sem eru í baráttunni eða til að fagna því að einstaklingur hafi sigrað baráttuna. En inn á milli voru líka lið sem voru bara undir eigin merkjum og bara almennt að veita málefnum athygli, stuðning og styrk. Samfélagið okkar sýndi enn og aftur eins og alltaf styrk sinn og sjálfbærliðar í kringum viðburðinn gerðu hann að því sem hann var. Þátttakendur sem komu og gengu voru yfir 1000 manns þennan sólarhring, það gáfu allir vinnuna sína í kringum viðburðinn sjálfan og söfnuðust miklir peningar frá bæði fyrirtækjum hér í Fjarðabyggð sem voru að styrkja leikana sjálfa og svo voru áheiti á í kringum liðin sem tóku þátt. Þetta var ótrúlega skemmtilegur sólarhringur sem lýsti vel baráttunni við krabbamein því það tekur sér aldrei frí. Yfir daginn var veðrið eins og best verður á kosið, bongóblíða eins og við segjum en um kvöldið þykknaði upp og það hefur sjaldan rignt jafn mikið og þessa nótt. Einn þátttakandi sem átti næturvaktina í sínu liði sagði að það hefði verið ótrúlega erfitt að hafa sig út í rigninguna en í ljósi aðstæðna og málefnisins sagði hún að það sem hefði hvatt hana áfram var að þetta væri bara þessi nótt, svo færi hún heim í hreint og þurrt rúm og gæti sofið allan daginn og hennar verkefni lokið. En það væri ekki svo með þá sem glíma við krabbamein, það er bara endalaus barátta meðan á henni stendur og ekkert hægt að fara í frí frá því.

Enginn vafi er á að með Styrkleikunum kynntust margir í nærsamfélaginu öflugum starfi krabbameinsfélaganna á okkar svæði.

September kom og fór. Formaðurinn fór á málþing í Reykjavík á vegum KÍ og LSH um briskrabbamein, skimanir og meðferðir. Vegna aukinnar aumsvifa og verkefna innan félagsins var ákveðið á stjórnarfundum að sækja um tilraunaverkefni til Velunnarásjódís KÍ um að auka hlutfall starfsmanns úr 33% í 50% í ár. Fengum við það samþykkt og greiðir því KÍ launin í eitt ár, þessa umfram prósentur, frá 1. október 2023 - 30. sept. 2024. Þess vegna opnuðum við skrifstofuna einnig á mánudögum og hefur síðan þá verið opið á mánudögum kl 13-15 og fimmtudögum kl 10-14. September fór auðvitað líka í að skipuleggja rosalega Bleikan október með stórri dagskrá.

Við erum félag með stórt þjónustusvæði, Fjarðabyggð og Djúpavog og vildum við reyna að vera með einhverja viðburði á hverjum stað til að reyna að nálgast okkar fólk og félagsmenn og úr varð glæsileg dagskrá á næstum öllum stöðum með aðstoð samfélagsins okkar. Við vorum með erindi fyrir leikskólastarfsfólk á Djúpavogi um hlutverk þeirra þegar barn á foreldri sem greinist með krabbamein, á Stöðvarfirði var Badmintontími, á Fáskrúðsfirði var Bleikur sundtími, á Reyðarfirði var bleikt kvöld sem var gríðarlega vel heppnað, á Eskifirði var Bleikt bíó og í Neskaupsstað var blandaður zumba og jóga tími. Svo voru bleikar messur í Neskaupsstað, Reyðarfirði, Fáskrúðsfirði og Djúpavogi. Við vorum með kynningarfund hjá Rótarý í Neskaupsstað. Svo voru fastir liðir eins og Sesam brauðhús seldi kökur og hluti ágóðans rann til félagsins, Krossfit stöðin hér á Reyðarfirði var með styrktartíma og spinning og stöðvaþjálfun á Fáskrúðsfirði var með styrktartíma. Svo eins og þið heyrið var mikið um dýrðir í Bleikum október í viðburðum og þrátt fyrir gleði og gaman er undirtóninn alltaf alvarlegur og málefnið þess efnis að við viljum ná til sem flestra með boðskapinn. Við pöntuðum kennslulíkön, brjóst og eistu til að geta nýtt á viðburðum og leyft fólki að finna

hvernig hnútar í brjósti og eistum þreifast og notuðum það á bleika kvöldinu okkar í október. Nú og svo aðstoðum við auðvitað alltaf KÍ með dreifingu, áfyllingu og að sækja varðandi sölu á Bleiku slaufunni.

Í nóvember vorum við með Hvíldarhelgi fyrir krabbameinsgreinda og aðstandendur á Fáskrúðsfirði í samvinnu við Krabbameinsfélag Austurlands. Þar komu 18 einstaklingar og áttu með okkur notalega helgi og var í boði fyrirlestur sálfræðings um þreytustjórnun vegna krabbameinsmeðferðar, músíkperapía, leiðsögn um franska safnið og kaffiboð í Gallerí Kolfreyju, kvöldvaka með Dúkkulísunum og svo almenn notalegheit með góðum mat og hvíld inn á milli. Aðventukvöldið okkar var í Safnaðarheimilinu á Eskifirði þar sem við áttum við dásamlega kvöldstund með góðu fólki, fengum bæði hugvekju inn í aðventuna og krýndum hvunndagshetjurnar okkar, Pál Óskarsson, Sigurjón Kristjánsson og Gunnar Th. Gunnarsson.

Í nóvember fengum við seinni úthlutun úr Velunnarasjóði:

- Tilraunaverkefni með aukna starfsþróun
- Römpum upp
- Aukastyrkur vegna sögu félagsins
- Kennslulíkön
- Tökum höndum saman
- Námskeið fyrir börn – dregið til baka vegna ónógrar þátttöku

Desember fór svo bara í almennt starf með jólakveðjum og smá samantekt á árinu. Við tókum aðstandendafund með lækni og hjúkrunarfræðingi varðandi skjólstæðing og höfum reynt að miðla og eiga samtalið við heilbrigðiskerfið okkar um bæði það sem er gott og vel gert og það sem er miður og þarfnast úrbóta og höfum við bæði verið í sambandi við kerfið hér eystra og eins á LSH.

Það sem gerðist svo flesta mánuði var auðvitað að Lóa okkar Björk Ólafsdóttir, ráðgjafi hjá KÍ kom austur með ráðgjöf fyrir krabbameinsgreinda og aðstandendur og erum við óendanlega heppin með hana og held ég að þeir sem njóti þjónustu hennar séu mjög glaðir með að fá þessa þjónustu hér í heimabyggð.

Nú og svo reynum við eins og alltaf að aðstoða eins og best við getum okkar skjólstæðinga með stuðningi, ráðgjöf, pappírsvinnu og vegna kostnaðar.

Við tókum þátt með Krabbameinsfélagi Íslands og einu öðru aðildarfélagi í að hanna og setja upp nýtt kerfi fyrir öll aðildarfélögin til að halda utan um félagatal þannig að allir væru að gera eins. Að sama skapi er þetta miðlægt kerfi til að geta geymt ársskýrslur og ársreikninga sem eru þá aðgengileg fyrir félagsmenn að skoða, gögn fyrir stjórnir félaganna sem eykur líkur á að þekking haldist innan stjórnanna þó breyting verði á þeim. Okkar félag var tilraunafélag og okkar gögn notuð til að keyra upp kerfið og nota sem sýnikennsla.

Við tókum þátt í nýrri stefnumótun Krabbameinsfélags Íslands varðandi nýjar áherslur og nálgun því mikilvægt er að taka þátt og hafa áhrif á það sem við getum því við sem búum

úti á landi búum við aðrar aðstæður og veruleika og þurfum að sækja þjónustuna lengra en þeir sem búa á höfuðborgarsvæðinu. Mjög mikilvægt er að okkar röddum sé komið vel á framfæri í starfi KÍ.

Mæting í skímanir gerðum við að umfjöllunarefni eftir birtingu lýðheilsuvísa og sendum út fjöldapóst á samfélagsmiðla og í tölvupóstum til fyrirtækja og félagasamtaka um að við þurfum að gera betur. Við nýttum einnig tækifærið í Bleikum október að hvetja til betri mætingar í skímanir.

Viðburðir

Mottumars

1.maí hlaup

Reykjavíkumaraþon

Styrkleikarnir

Bleikur október

Hvíldarhelgi

Aðventukvöld

Styrkir

Krabbameinsfélag Austfjarða styrkti krabbameinsgreinda félagsmenn á árinu. Félagið leggur sig fram um að ná til krabbameinsgreindra á svæðinu og veita styrki vegna gisti- og aksturskostnaðar þá vegna leigubíla- og/eða bílaleigubíla meðan á meðferð standur. Styrkupphæðin fyrir árið 2023 var 1.828.518.

Félagið gaf innréttinar í meðferðarherbergi þar sem gefnar eru lyfjagjafir, til Umdæmissjúkrahússins í Neskaupsstað og þar með að bæta enn frekar aðstöðu þeirra sem þiggja krabbameinslyfjameðferð hér eystra og einnig að bæta vinnuaðstöðu þeirra heilbrigðisstarfsmanna sem sinna okkar skjólstæðingum. Við eigum gott samband við HSA og eigum eflaust eftir að fara í áframhaldandi nauðsynleg verkefni til að bæta enn frekar aðstöðuna.

Fræðslu- og forvarnastarfsemi

Í mars var búið að setja upp fræðsluerindi á vinnustöðum hér eystra í samstarfi við fræðsludeild KÍ sem átti svo einnig að flytja á aðalfundi félagsins en veðurguðirnir stoppuðu það af svo það varð ekki af því en erindið var flutt á aðalfundinum þó af formanni félagsins.

Í apríl sendi félagið sólarvarnir á alla leikskóla á þjónustusvæðinu ásamt fræðsluerindi byggðu á efni frá fræðsludeild KÍ um mikilvægi sólarvarna barna og fullorðinna. Þetta verkefni hefur mælst vel af öllum aðilum sem að koma.

Í október var víðtæk fræðsla um forvarnir og einkenni krabbameina á viðburðum og samfélagsmiðlum.

Markaðsstarf og kynningarmál

Félagið fór á fund með forvarnarteymi Verkmenntaskóla Austurlands þar sem við lögðum línurnar að samstarfi um heilsutengdar forvarnir fyrir bæði starfsfólk og nemendur.

Félagið fékk umfjöllun í Austurfrétt, staðarmiðlinum í október vegna viðburða sem voru á vegum þess í tilefni af bleikum október.

Félagið tók þátt í Styrkleikunum og fékk þar heldur betur tækifæri til að kynna starf félagsins með bæði umfjöllun og svo samræðum við þátttakendur og gesti Styrkleikanna.

Formaður Krabbameinsfélags Austfjarða fékk þann heiður að taka þátt og segja sögu sína í herferð Bleiku slaufunnar ásamt fleiri frábærum konum.

Facebooksíða félagsins

Fjöldi pósta hafa verið birtir á Facebook síðu félagsins sem er helsti samskiptamáti félagsins við nærsamfélagið. Félagið sendi ár árinu 181 færslu á facebook síðu félagsins af ýmsum toga, greinar, fróðleik, fræðslu, auglýsingar um opnun og viðburði.

- Síðan er með 908 vini sem fylgjast með starfinu.

Samstarf

- Félagið er með samstarfssamning við Fjarðabyggð þar sem félagið fær 500.000 krónur á ári og sendum reglulega út fræðslupósta sem sveitarfélagið deilir á starfsmannavef sinn og nær þá fræðslan til allra starfsmanna þess.
- Félagið nýtur einnig samstarfs/velvilja Eskju sem leyfir félaginu að vera endurgjaldslaust í því húsnæði sem við höfum aðstöðu okkar í.
- Gott samstarf við KÍ og kemur Lóa B. Ólafssóttir ráðgjafi um það bil einu sinni í mánuði og veitir okkar skjólstæðingum viðtöl og nýtir þá aðstöðuna hjá okkar félagi.
- Félagið á gott samstarf við Krabbameinsfélag Austurlands og héldum við saman hina árlega Hvíldarhelgi fyrir Krabbameinsgreinda og aðstandendur sem heppnaðist mjög vel.

- Félagið fékk úthlutað fjármunum í verkefnastyrk úr Velunnarásjóði við að skrásetja sögu Krabbameinsfélags Austfjarða og voru aðilar sem tóku þau viðtöl við fyrrum formenn og stjórnarmenn félagsins ásamt því að taka myndir af þeim. Mjög flott og verður gaman að koma því í farveg.

Fjármál

Afkoma félagsins á reikningsárinu var jákvæð um 4.495.894.

- Helstu kostnaðarliðir voru: Rekstur þjónustuskrifstofu, styrkir til einstaklinga og innréttingar í lyfjagjafaherbergi Umdæmissjúkrahúss Austurlands í Neskaupsstað.
- Helstu innkomuliðir voru félagsgjöld, minningarkort og styrkir einstaklinga og fyrirtækja.

Lokaorð

Árið var gott en það bæði gaf og tók eins og gangur lífsins er. Við erum stórt félag á litlu svæði með fáum íbúum en fullt af félagsmönnum. Við þekkjumst persónulega, erum tengd annað hvort beint eða óbeint og því tekur oft svolítið meira á en venjulega þegar einhver greinist og veikist alvarlega. En við stöndum saman, gerum okkar besta til að styðja við bakið á krabbameinsgreindum og aðstandendum þeirra samhhliða því að vera sýnileg og sinna forvarnarfræðslu. Við höldum áfram að sinna því starfi sem við erum að sinna og reynum að fjölga verkefnum smátt og smátt og viljum leggja áherslu á nýju ári á fræðslu varðandi heilsutengdar forvarnir og að tileinka sér heilbrigðan lífsstíl.

Takk fyrir samstarfið.

Stjórnin

Krabbameinsfélag Austurlands

Stofnað 19. Apríl 1970

Fjöldi félagsmanna: 180

Skráðir félagar eru 180 en um áramót höfðu 121 greitt félagsgjaldið 5 til viðbótar hafa greitt frá áramótum. Þá greiddu 24 félagar árgjald ársins 2022 á árinu 2023.

Formlegir stjórnarfundir voru fjórir á árinu 2023 og voru þeir bæði í húsnæði félagsins og í netheimum.

Þar sem starfssvæði félagsins nær alveg frá Bakkafirði og niður á Seyðisfjörð ákvað stjórn að halda fund á Vopnafirði, til að minna a tilvist félagsins í apríl og var ágætis mæting. Stefna tekin á að halda fund á Seyðisfirði vor 2024

Í mars mánuði bauð félagið í mottumars-vöfíulukaífi í húsnæði félagsins, því miður var mæting ekki góð. Endurhuga þarf þessa hugmynd.

Allnokkrir fundir voru haldnir vegna Styrkleikana, t.d. var kynningarfundur þar sem Rakel hjá Krabbameinsfélagi Íslands kynnti leikana fyrir stjórn. Stjórn tók stóran þátt í Styrkleikum Krabbameinsfélags Íslands sem var í fyrsta skipti á austurlandi, á Vilhjálmssvelli helgina 26.-27. ágúst ásamt Krabbameinsfélagi Austfjarða. Mikill undirbúningur var lagður í leikana og mikið af fólki héðan og þaðan úr samfélaginu virkjað til að gera leikana sem glæsilegasta.

Svo virðist sem hefð sé að skapast fyrir að halda sameiginlega hvíldarhelgi með Krabbameinsfélagi Austfjarða. Nokkrir fundir voru með Hrefnu Eypórsdóttur, formanni krabbameinsfélags Austurlands vegna helgarinnar sem var að þessu sinni á Fosshótel Fáskskúðsfirði, þar sem félögin fengu hótelið út af fyrir sig (þar sem hótelið var í vetrarlokun) Nokkuð góð skráning var á helgina en þegar að helginni kom var þónokkuð um forföll. Boðið var upp á blöndu af afþreyingu, fræðslu og skemmtun.

Frá Krabbameinsfélagi Austurlands fóru Kristjana Sigurðardóttir og Jóna Björg Sveinsdóttir ásamt Guðmundu Völu Jónasardóttur

Það er enginn vafi á því að aukið samstarfi félaganna á Austurlandi og Austfjörðum skilar sér í öflugra starfi og betri þjónustu.

Jafningjastuðningurinn hefur haldið sínum dampi og hittist hann á tveggja vikna fresti í húsnæði félagsins Dynskógum 4 og hefur aðsókn verið nokkuð jöfn. Nokkrir nýjir bættust í hópinn og aðrir hættu. Ragnhildur Sveina Árnadóttir hefur haft umsjón með verkefninu ásamt formanni.

Félagið gaf sólarvörn á alla leikskólana á starfssvæðinu og fékk til þess góðan stuðning frá Lyfju á Egilsstöðum. Eitt af markmiðum Krabbameinsfélagsins er að fækka þeim sem fá krabbamein með öflugum forvörnum. Sólarvarnir skipta miklu máli fyrir alla og sérstaklega fyrir börn, sem eru viðkvæmari fyrir sólargeislum, en skaði af völdum sólar getur leitt til húðkrabbameins síðar á ævinni.

Fimm einstaklingar sóttu um endurgreiðslu til félagsins á dvalarkostnaði vegna krabbameinsmeðferða, samtals voru greiddar kr. 415.000 í dvalarstyrki.

Kvennfélagið Bláklukka færði félaginu peningagjöf að upphæð kr. 1.000.000 og starfsmannafélag Egilsstaðaskóla kr. 132.000.

Auk þess fékk félagið styrki og áheiti sem gjaldkeri fer nánar yfir hér á eftir.

Stjórn félagsins árið 2023 skipuðu: Kristjana Sigurðardóttir formaður, Jóna Björg Sveinsdóttir ritari, Kristjana Björnsdóttir gjaldkeri, Ásdís Sigurjónsdóttir og Ragnhildur Sveina Árnadóttir.

f.h. stjórnar Kristjana og Kristjana

Krabbameinsfélag Borgarfjarðar

Stofnað: 1970

Fjöldi félagsmanna: 240

Skýrsla stjórnar.

Á síðasta aðalfundi Krabbameinsfélags Borgarfjarðar sem haldinn var í byrjun apríl 2023 var kosið í nýja stjórn og að þessu sinni skipa stjórnina Helga Jónsdóttir, Kolbrún Sveinsdóttir, Hafdís Brynja Guðmundsdóttir, Guðlín Erla Kristjánsdóttir og Ingibjörg Inga Guðmundsdóttir.

Á árinu hefur ýmislegt verið gert af hálfu stjórnar og má meðal annars nefna.

að þann 16. apríl hittist nýskipuð stjórn á fyrsta fundi og skipti með sér verkum. Ákveðið var að nýta tæknina og hittast ekki bara í rauntíma heldur hafa spjallfundi yfir vefinn og hefur það reynst okkur vel þar sem stjórnarmenn eru ekki allir búsettir á sama svæði.

Fjöldi funda í nefndinni til dagsins í dag hafa verið: 4 fundir í rauntíma

4 veffundir, einnig hefur messenger spjall milli funda verið vel nýtt til að vera í sem bestum samskiptum.

Fundir í Krabbameinsfélagi Íslands eru haldnir eru á Teams og gefst það afar vel.

Aðalfundur KÍ 2023 var í maí, þar áttum við fulltrúa, 2x formannafundir aðildafélaganna, 1 x spjallfundur um hvað er á döfinni og kynning á fræðslu sem er í boði og fl. frá félaginu sem við njótum að sjáfsögðu góðs af.

1 x fundur með Rakel Ýr sem er tengiliður KÍ við aðildarfélögin. Rakel Ýr hefur verið einstaklega hjálpleg.

Verkefni félagsins á árinu.

- Í upphafi ræddum við þó nokkuð um styrki til þeirra sem greinast með krabbamein og hvernig best væri fyrir félagið að standa að þeim málum. Í framhaldi af því var ákveðið að setja á stað vinnu við að gera upplýsingabækling og koma þar á framfæri við fólk hvernig það getur sótt um styrk til félagsins. Kannað var hvernig önnur aðildarfélög standa að þessum málum og höfðum það til hliðsjónar við þá vinnu. Félagið veitir félagsmönnum 100.000 króna styrk til þess sem sem sækir um og ef viðkomandi er með barn eða börn á framfæri þá er greiddur styrkur sem samsvarar 20.000 kr. á hvert barn. Möguleiki er einnig á að sækja um ferða-eða gististyrk allt að 50.000 kr. Fjórir einstaklingar í Borgarbyggð hafa verið styrktir af félaginu þetta ár.

Nefndin gerði sér áætlun um viðburði sem áhugi var á að koma í verk og unnið var eftir henni í framhaldinu.

- **Húðverndarverkefni – „Mælum með sólarvörn“**

Félagið fór af stað með húðverndarverkefni fyrir börn á leikskólaaldri. Haft var sambandi við alla leikskólastjórnendur Borgarbyggðar og verkefnið kynnt. Þeir tóku allir mjög vel í hugmyndina. Veittur var ákveðinn styrkur, hann svaraði 500 krónum á hvert barn og leikskólastjórum var falið að kaupa sólarvörn að eigin vali sem starfsmenn leikskólanna sáu um að bera á börnin fyrir útiveru. Einnig voru teknir saman fræðslupunktur um húðkrabbamein og mikilvægi þess að verja húð ungra barna sem eru sérstaklega viðkvæm varðandi sólbruna og hættum sem honum fylgja. Í byrjun maí voru gjafabréf þessu tengt ásamt fræðslupunktum afhent til leikskólanna. Verkefnið mæltist vel fyrir.

- **Fræðslu- og upplýsingabæklingur**

Unnið var að gerð upplýsingabæklings um tilgang og starfsemi félagsins ásamt gagnlegum upplýsingum um hvert sé hægt að leita þegar fólk greinist með krabbamein. En tilgangur félagsins er meðal annars að styðja í hvívetna baráttu gegn krabbameini. Það tók okkur lengri tíma en áætlað var að koma honum í gagnið en nú er búið að fjölfalda hann og hægt að nálgast hann m.a.: á heilsugæslunni, á nuddstofum og hjá sjúkráþjálfurum í Borgarnesi. Hann verður einnig vistaður á facebooksíðu félagsins.

Haustviðburðir.

- **Fræðsluerindi**

Nefndin ákvað í september að standa fyrir fræðsluerindum fyrir allt starfsfólk í Grunnskólunum í Borgarbyggð. Fræðsluerindi sem byggir á því hvernig best megi grípa börn og ungmenni innan veggja skóla sem eiga foreldra eða nána aðstandendur sem hafa látist eða glíma við krabbamein. Þann 5. október var fyrra fræðsluerindið af tveimur. Þorri Snæbjörnsson sálfræðingur hjá Krabbameinsfélagi Íslands var með fyrra erindið í Grunnskóla Borgarfjarðar og mæltist það einkar vel fyrir hjá starfsmönnum.

Næsta erindi var haldið í Grunnskólanum í Borgarnesi þann 22. febrúar 2024 og var það Harpa Ásdís Sigfúsdóttir sérfræðingur hjá KÍ sem sá um fræðsluerindið þar. Góður rómur var einnig gerður af erindinu þar.

- „**Verum bleik fyrir okkur öll**“. Október mánuður var tileinkaður baráttu gegn brjóstakrabbameini og hvatningu til kvenna um að skella sér í skimun.
- **Bleik messa** var í samvinnu við sóknarpresta héraðsins í Borgarnesskirkju þann 29. okt. Mætingin var mjög góð, nánast full kirkja og viðburðurinn einkar fallegur. Seldur var bleikur varningur og rann ágóðinn til KÍ en þó nokkrir styrktu sérstaklega félagið okkar.
- Með hugvekju að þessu sinni í kirkjunni var Bjarney Bjarnadóttir sem fjallaði um það hvernig það er að vera með BRCCA genið og með það yfirvofandi alla daga og í meir hættu en flestir a fá krabbamein. Einnig ræddi hún lítillega um barnsmissi sem hún hefur upplifa, en þessi dagur er einnig tileinkaður barnsmissi.
- Tveir kórar sungu við þetta tækifri í kirkjunni. Þetta var einkar falleg og vel heppnuð kvöldstund.
- Þann 30. október stóð felagi fyrir bleikri rökkurgöngu út í Settutanga frá íþróttahúsinu í Borgarnesi. Markmið göngunnar var að sveipa umhverfi göngunnar bleikum ljóma og með því hugsa til allra þeirra sem glíma við eða hafa glímt við krabbamein. Þetta var yndisleg samvera og göngustjórinn Guðlín Erla hreif þá sem tóku þátt með einstökum hætti.
- Það er mat okkar í stjórn að báðir þessir viðburðir séu komnir til að vera, aðeins þurfi að auglýsa þá betur til að fá virkari þátttöku og hafa þá dreifðari um héraðið okkar.

Í dag 12. mars er annar viðburður félagsins á þessu ári og er hann í tengslum við aðalfund félagsins „**Blá ganga, Kalla útkall**“ tileinkuð körlum okkar allra, öfum, feðrum, sonum, og bræðum. Sem sagt, hvatning til þeirra um að fara í skimun rétt eins og við konur vorum hvattar til í bleikum október. Einnig erum við með fræðslu í tengslum við aðalfundinn um **gildi hreyfingar sem forvörn gegn krabbameini og í bataferli**. Steinar B. Aðalbjörnsson sérfræðingur hjá KÍ sem sér um erindið í lok fundar.

- Á döfinni
- Mottumessa- sunnudaginn 17. mars -kl 20:00 – Sýna samstöðu og stuðning - Hægt að styrkja KB á staðnum.
- „Lífið er núna“ perlað með Krafti.
- Áætlað að það verði gert með nemendum í 7.-10. bekk á smiðjuhelgi Grunnskólanna í Borgarfirði þann 13. apríl. Með því viljum við stuðla að því að nemendur hugsi um góðvek og sýni samhyggð með þeim sem berjast við þennan erfiða sjúkdóm sem krabbamein er. Jafnframt að fá vitneskju um að alltaf sé von og miklar framfarir í læknávisindum hvað bata og meðferð varðar.

Gjafir

Félagið hefur reynt að forvitnast um það hvort eitthvað sé sem vantar, hvað varðar tækjabúnað eða annað er vert er að gefa til hagsbóta fyrir íbúa sveitarfélagsins.

Allir eða lang flestir þurfa á þjónustu heilsustofnunar HSV (Heilbrigðisstofnun Vesturlands) eða öldrunarþjónustu að halda einhvern tíma á lífsleiðinni og því verðugt verkefni að gefa eitthvað sem nýtist.

- Félagið gaf lyfjadælu til Dvalarheimilisins Brákarhlíðar á fyrri hluta árs 2023 sem kom sér einkar vel.
- Búið er að panta skoðunarbekk fyrir mæðravernd og krabbameinsleit fyrir HSV. Bekkurinn mun koma í byrjun apríl og verður þá afhentur stofnuninni. (hann kostar á bilinu 900.000 – 1.000.000)

Það er hugur í Krabbameinsfélagi Borgarfjarðar sem vill láta gott af sér leiða og vera til staðar fyrir þá sem þess þurfa. Með stuðningi og hjálp frá samfélaginu er hægt að skapa kröftugt aðildarfélag sem lætur til sín taka.

Það skiptir máli að sem flestir séu aðildarfélagar og ef einhverjir eru ekki skráðir í félagið þá er möguleiki á að skrá sig hér á fundinum á þar til gerð blöð sem liggja hér frammi.

Bestu þakkir. Ingibjörg Inga Guðmundsdóttir.

Krabbameinsfélag Breiðfirðinga

Stofnað: 19. Okt. 2005

Fjöldi félagsmanna: 36

Krabbameinsfélag Breiðfirðinga var stofnað 19. október 2005 að Laugum í Sælingsdal. Félagsgjald er 3.000 kr. Félagar eru 36. Eitt kvenfélag er styrktaraðili.

Segja má að þessi skýrsla sé að nokkru leyti endurtekið efni frá fyrra ári

Handverksfélagið ASSA Króksfjarðarnesi veitti félaginu veglegan styrk að upphæð kr. 155.000,- Sem var ágóði af nytjamarkaði sem þar err.

Einnig hljóp Ingibjörg Jóhannsdóttir í Íslandsbankahlaupinu og safnaði rúmlega kr. 76.000,- sem kemur félaginu mjög vel.

Félagsstarfið hefur því verið í lágmarki þetta ár. Stjórnin hefur því aðallega verið í símasambandi, en ekki formlegir stjórnarfundir verið haldnir, formaður og gjaldkeri sátur einn formannafund sem var súmfundur. Reynt hefur verið að láta félagið virka fyrir þá sem þurft hafa á því að halda, s.s. með fjárhagsaðstoð.

Við höfum alltaf greitt húsaleigu í íbúðunum á Rauðarárstíg fyrir fólk af okkar félagssvæði sem þarf að vera í Reykjavík vegna krabbameinsrannsókna eða meðferðar. Sama gildir um dvöl á sjúkrahótel Landsspítalans.

Til fjáröflunar seljum við jólakort, minningarkort, og ýmsan varning við ýmis tækifæri. Einnig höfum við sölubás hjá Handverksfélaginu Össu sem er með verslun í Kaupfélagshúsinu í Króksfjarðarnesi á sumrin og jólasölu í desember. Einnig var jólasala í Árbliki þetta árið. Þá hafa verslanir á svæðinu selt bleiku slaufuna og Mottu-Mars sokka. Reykhólakirkja er alltaf lýst upp með bleiku ljósi í október og einnig Mjólurstöðin í Búðardal. Enginn starfsmaður er á launum hjá félaginu.

Stjórn Krabbameinsfélags Breiðfirðinga er þá þannig skipuð árið 2023:

Formaður : Indiana Ólafsdóttir Hellisbraut 16 380 Reykhólahreppi

Gjaldkeri: Ingibjörg Kristjánsdóttir Garpsdal 381 Reykhólahreppi

Ritari: Jónína Magnúsdóttir Gröf 371 Búðardal

Varaformaður : Edda Tryggvadóttir Dalbraut 10 370 Búðardal

Meðstjórnandi: Guðrún Ingvarsdóttir Lækjarhvammi 2 370 Búðardal

Varastjórn: Arnar Eysteinnsson Stórholti Saurbæ 371 Búðardal

Áslaug Finnsdóttir Hömrum 371 Búðardal.

Krabbameinsfélag Hvammstangalæknishéraðs

Stofnað: 13. október 1968

Fjöldi félagsmanna: Ekki haldið félagatal

Saga félagsins

Stofnað: Félagið er stofnað árið 1968. Tilgangurinn var fyrst og fremst að standa fyrir hópskoðun vegna leitar á legháls- og brjóstakrabbameini. Annað markmið félagsins var að veita almenna fræðslu. Ákveði var að innheimta ekki árgjöld, þannig að í raun er ekki haldin nein félagaskrá. Í dag styður félagið aðallega við krabbameinsveika einstaklinga fjárhagslega.

Stjórn:

Guðrún Helga Marteinsdóttir, formaður (2020)

Rannveig Erla Magnúsdóttir, gjaldkeri (2020)

Þorbjörg Helga Sigurðardóttir, ritari (2018)

Marín Sigurbjörg Karlsdóttir, meðstjórnandi (2014)

Elsche Oda Apel, meðstjórnandi (2003)

Endurskoðaði reikninga:

Guðmundur Haukur Sigurðsson

Starfsemi árið 2023

Haldinn var aðalfundur mánudaginn 22. apríl 2024. Tölvu og símataækni var notuð í aðra fundi og til ákvarðanatakna og skrafaráðs. Formaður hefur setið teams fundi á vegum Krabbameinsfélags Íslands.

Fjárhagsstaða

Fjáröflun árið 2023

Engar formlegar fjáraflanir voru haldnar á árinu en félaginu bárust fjölmargir styrkir og seldi minningarkort. Áheiti vegna reykjavíkumaraþons gáfu okkur 476,059 kr.

Fjárhagsstaða félagsins er góð í lok árs.

Því miður komst enginn frá á Aðalfund KÍ 2023.

Guðrún Helga Marteinsdóttir

Formaður

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins

Stofnað: 8.mars 1949

Fjöldi félagsmanna: 1.213

Skýrslan nær yfir síðasta starfsár, frá aðalfundi 20. mars 2023 til aðalfundar 18. mars 2024.

Stjórn og starfsmenn

Frá síðasta aðalfundi hefur stjórn Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins verið þannig skipuð: Árni Einarsson formaður, Ásgerður Sverrisdóttir varaformaður, gjaldkeri er Jón L. Árnason, ritari er Hafrún Dóra Júlíusdóttir og meðstjórnendur Arnar Hauksson, Magnús Gunnarsson og Vala Smáradóttir. Í varastjórn eru Gestur Svavarsson, Jóhanna Kristjánsdóttir og Kristjana G. Guðbergsdóttir.

Stjórnarfundir voru níu milli aðalfunda og sóttu varamenn þá til jafns við aðalmenn. Formaður, gjaldkeri og framkvæmdastjóri funduðu eftir þörfum.

Guðlaug B. Guðjónsdóttir er framkvæmdastjóri í fullu starfi. Jóhanna Kristjánsdóttir hjúkrunarfræðingur og starfsfólk fyrirtækisins Heilsulausna eru okkur innan handar varðandi tóbaksvarnir og ráðgjöf fyrir skóla, einstaklinga og fyrirtæki.

Félagsmenn eru 1.213, þar af eru 31 ævifélagar og 13 heiðursfélagar.

Fræðslu- og forvarnastarfsemi

Í samstarfssamningi við Krabbameinsfélag Íslands frá því í mars 2014 er kveðið á um fræðslu- og fagrað sem skuli skipað fimm manns og tveimur til vara. Krabbameinsfélag Reykjavíkur óskaði eftir endurskoðun á samningi félaganna í febrúar 2015. Fulltrúar félaganna funduðu í janúar á síðasta ári sl. og ræddu ýmsar hliðar á samstarfi félaganna. Unnið er að tilhögun samstarfs félaganna.

Útgáfumál og fræðsluverkefni

Árveknisskilaboðin sem eru byggð á „European Code Against Cancer – tólf leiðir til að draga úr líkum á krabbameini“ fóru í áframhaldandi birtingu á samfélagsmiðla í maí sl. Herferðin náði til um sextíu þúsund manns með rúmlegar 275.000 birtingum. Herferðin náði betur til kvenna en karla. Skilaboðin um „Ekkert áfengi er best“, „Hollt fæði“ og ristilskimun skiluðu bestum niðurstöðum. Skilaboðin um áhættuþættina áfengi og tóbak voru nýtt í janúar 2024 og skilaboð um að skimun, ristilskimun og brjóstaskimun auk ljósabekkjaáhættunnar og hvatning til karla að fylgast með eistunum eru í birtingu núna í mars. Með skilaboðunum sem eru myndskreytt með skemmtilegum persónum á að koma á framfæri við almenning ávinningi af ýmiss konar hollum lífsháttum sem skipta máli, t.d. varðandi krabbameinsáhættu og mikilvægi skimana.

Beðið er eftir að skimun fyrir ristil- og endaparmskrabbameini verði að veruleika hjá Samhæfingarmiðstöð krabbameinsskimana. Félagið vill leggja sitt af mörkum við að kynna mikilvægi þessarar forvarnar og fulltrúar félagsins og fleiri hafa fundað nokkrum sinnum á starfsárinu varðandi fræðslumál.

Í Mottumars 2023 voru klippur með völdum skilaboð úr fræðslumyndinni „Karlamein – um krabbamein í blöðruhálskirtli“ sýndar á samfélagsmiðlum. Skilaboð þessi vekja alltaf mikla athygli.

„Fimm staðreyndir um áfengi og krabbamein“ sem gefnar voru út af Alþjóða heilbrigðismálastofnuninni á þar síðasta ári hafa verið nýttar sem skilaboð á samfélagsmiðlum og fengið mjög gott áhorf. Klippurnar voru nýttar í janúar sl..

Verkefninu „Þurr janúar“ var hleypt af stokkunum í desember 2021. Markmið þess er að hvetja þá sem nota áfengi til að endurmeta sína neyslu og viðhorf til áfengis, t.d. með því að sleppa allri áfengisneyslu í einn mánuð á ári. Verkefnið er samstarfsverkefni FRÆ (Fræðsla og forvarnir), IOGT á Íslandi og Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins. Sett var upp sérstök vefsíða, www.eiginheilsa.is. Jákvæðar hvatningar voru birtar nánast daglega í janúar 2024 á fésbókarsíðu verkefnisins og margir deildu þeim áfram. Verkefnið gekk vel og þátttaka jókst mikið. Áfram verður unnið við að bæta fræðslufni inn á vefsíðuna.

Ólögleg vefsala áfengis fær óáreitt að viðgangast af yfirvöldum. Guðlaug skrifaði grein sem birtist í janúar á Vísí undir yfirskriftinni „Hver er áfengisstefnan?“. Beiðni um greinina kom frá ákveðnum hópi forvarnarfólks sem vinnur að því að mótmæla því að sérhagsmunaaðilar komist upp með alls konar lögleysu. Við þurfum að vera öflug í því að árétta krabbameinsáhættuna sem fylgir áfengisneyslu.

Guðlaug sótti málþing um lýðheilsu og áfengi sem haldið var í febrúar sl. sem samtökin FRÆ - Fræðsla og forvarnir ásamt Foreldrasamtökum gegn áfengisauglýsingum, IOGT á Íslandi og SAFF - Samstarfi félagasamtaka í forvörnum stóðu að.

Aftur og aftur koma fram frumvörp sem miða að því að auka aðgengi að áfengi, t.d. með sölu á framleiðslustað, vefverslun, afnámi banns við heimabruggun o.fl. Öll þessi frumvörp ganga þvert á öll forvarnasjónarmið, vegna þess að það er viðurkennt að með auknu aðgengi eykst neyslan. Nokkur forvarnarfélög, m.a. Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins, og einstaklingar sem láta sig forvarnir varða hafa um nokkurn tíma haft reglulegt samráð um hvernig bregðast skuli við þessum aukna þrýstingi. Umsagnir voru sendar um frumvörp um breytingar á áfengislögum þar sem áréttað voru tengsl áfengis og krabbameins og mikilvægi góðra forvarna. Mjög er orðið þarft að gerð sé heildstæð stefna í áfengisforvörnum.

Félagið styrkti Gunnar Hersvein heimspeking um 100.000 kr. í tengslum við útgáfu bókar hans „Vending – vínlaus lífstíll“. Gunnar hélt fjölmennt heimspekikaffi um bókina í janúar sl. ásamt Láru Sigurðardóttur lækni. Þar var rætt á opinskáan hátt um skaðsemi áfengis.

Fræðslurit Krabbameinsfélagsins í nýja forminu eru átta talsins en mörg rit eru til viðbótar eingöngu á vefsíðu Krabbameinsfélagsins svo og annað fræðsluefni sem Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins hefur látið útbúa eða aðstoðað við með yfirlestri og fleiru.

Í samstarfi við dag- og göngudeild blóð- og krabbameinslækninga 11 B er búið að þýða mikið af fræðsluefni deildarinnar yfir á pólsku.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins, Brjóstamiðstöð Landspítalans og Félag kvenna í atvinnulífinu eru í samvinnu við að finna leiðir til að bæta mætingu í skimun fyrir brjóstakrabbameini. Átakið nefnist „Skrepp í skimun“. Einungis um 52% kvenna mæta í reglubundna skimun og sú tala hefur lækkað mikið undanfarin ár sem er mikið áhyggjuefni. Íslenskar konur eru með lélegustu mætinguna í skimun af Norðurlöndunum. Þessu verðum við að breyta. Markmið átaksins „Skrepp í skimun“ er að draga fram hversu mikilvægt og einfalt það er að mæta í brjóstaskimun og fjölga þeim sem koma í skimun. Átakið hefur verið sýnilegt fyrst og fremst á samfélagsmiðlum. Einnig hafa birst vefborðar, sjónvarpsauglýsingar, umhverfisauglýsingar og fl. Fyrstu auglýsingarnar birtust í haust en mikill þungi hefur verið í birtingum núna að undanfögnu. Allar konurnar sem tala til okkar gengum skilaboðin gáfu vinnu sína. Auglýsingastofan EnnEmm sá um hönnun herferðarinnar. Krabbameinsfélögin á landsbyggðinni fá boð um að nýta samfélagsmiðlauglýsingarnar á sínum félagssvæðum þegar brjóstaskimun er í gangi þar. Búið er að þýða skilaboðin á pólsku og ensku og eru þau að fara í birtingu núna.

Félagið hefur gert margar fræðslumyndir gegnum tíðina og samhliða áttakinu um að bæta mætingu í skimun var ákveðið að gera fræðslumynd um brjóstakrabbamein. Krabbamein í brjóstum er um 28% allra krabbameinstilfella hjá konum á Íslandi. Árlega greinast að meðaltali 260 konur með brjóstakrabbamein auk 2-3 karla og um 50 deyja. Meðalaldur við greiningu er 62 ár og tíðni brjóstakrabbameins eykst með hækkandi aldri. Um 3.800 konur eru á lífi sem hafa greinst með þennan sjúkdóm. „Brjóstamein – fræðslumynd um brjóstakrabbamein“ var frumsýnd á Rúv í lok september sl. Í þessari nýju heimildamynd er fjallað um stöðuna hér á landi hvað varðar greiningu, meðferð og horfur þeirra sem fá krabbamein í brjóstum með viðtölum við lækna og einstaklinga sem glímt hafa við sjúkdóminn. Svanheiður Lóa Rafnsdóttir yfirlæknir og sérfræðingur í brjóstaskurðlækningum og Ólöf Kristjana Bjarnadóttir krabbameinslæknir voru faglegir ráðgjafar ásamt fleira heilbrigðisstarfsfólki. Fræðslumyndin var gerð af Epos kvikmyndagerð fyrir Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins með styrk frá Pfizer (Icepharma), AZ Medica ehf, Daiichi-Sankyo (Icepharma), Novartis (Vistor) og Veritas (Vistor). Nú er verið að útbúa stutt skilaboð úr myndinni til að sýna á samfélagsmiðlum sem einnig verða þýdd á pólsku og ensku. Myndin sjálf er aðgengileg á vef Krabbameinsfélagsins krabb.is með enskum og pólskum undirtexta. Einnig er myndin á vef RÚV.

Tóbaksvarnir o.fl.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins hefur gegnum árin staðið fyrir reykbíndindisnámskeiðum en engin námskeið hafa verið haldin að undanfögnu þar sem fáar beiðnir koma þar um. Félagið vann mjög náið með Ráðgjöf í reykbíndindi (Reyksímanum á

Húsavík. Því miður var þjónustu Ráðgjafar í reykbíndindi sagt upp um áramótin 2021-22. Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins, sem hefur um árabíl sinnt tóbaksvörnum, átti mjög farsælt samstarf við starfsfólk Ráðgjafar í reykbíndindi sem voru okkar mestu sérfræðingar í reyk- og tóbaksbíndindi. Við vísuðum mörgum þeim sem til okkar leituðu varðandi aðstoð við að hætta tóbaksnotkun til Ráðgjafar í reykbíndindi. Sérstaklega þegar reykbíndindisnámskeiðum félagsins fækkaði. Jóhanna Kristjánsdóttir, sem var verkefnastjóri þjónustunnar, hefur komið að sem sérlegur ráðgjafi og sinnt fræðslu við hin ýmsu verkefni sem Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins hefur sinnt í tóbaksvörnum. Má þar nefna átak í Mottumars fyrir nokkrum árum, þátttöku í verkefnahópi um að vinna sérstaklega með ófrískum konum sem nota tóbak (og þeirra maka), verkefnið „Nýtt líf án tóbaks“ sem unnið var í samstarfi við Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins og aðstoð og fræðslu á námskeiðum um rafsígarettunotkun í grunn- og framhaldsskólum. Fyrirspurnum til okkar um aðstoð til reykleysi eða um að hætta nikótínnotkun hefur fjölgað. Langflestar eru frá einstaklingum með fjölþættan vanda. Þar sem Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins (HH) tók við verkefnum Ráðgjafar í reykbíndindi og fjármagni þá höfum við vísað flestum fyrirspurnum til HH.

Við höfum lengi viljað ná til hópa sem af ýmsum félags- og menningarlegum ástæðum hefur gengið lakar að ná til með tóbaksvarnir og reykleysisupplýsingar en annarra. Það yrði gert með því að virkja til samstarfs fyrirtæki/vinnustaði þar sem reykingar eru almennari meðal starfsfólks en almennt er, með samstarfi við ýmsa aðila sem veita atvinnulausum þjónustu og aðstoð, samstarfi við félög fólks af erlendum uppruna sem vegna tungumálatakmarkana eiga erfitt með að notfæra sér upplýsingar og fræðslu á íslensku. Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins og Krabbameinsfélag Íslands stóðu árið 2022 fyrir þjálfunar- og leiðbeinendanámskeiði fyrir þrjá Pólverja til að halda utan um reykbíndindisnámskeið og ráðgjöf fyrir landa þeirra hér á landi sem reykja/nota tóbak og vilja fá aðstoð við að hætta. Vitað er að reykingar eru mjög útbreiddar í pólska samfélaginu hér á landi. Jóhanna S. Kristjánsdóttir, hjúkrunarfræðingur og okkar helsti sérfræðingur í tóbaksvörnum, var sérlegur ráðgjafi og leiðbeinandi og útbjó fræðsluefni til að nýta á námskeiðum og við ráðgjöf. Ásgeir Helgason sálfræðingur og sérfræðingur hjá Krabbameinsfélaginu leiðbeindi varðandi samtaltækni og Nina Slowinska félagsráðgjafi hjá Krabbameinsfélaginu er tengill við pólska samfélagið hér og við leiðbeinendurna. Leiðbeinendurnir hafa eftir námskeiðið allir tekið nokkra einstaklinga í ráðgjöf við að hætta að reykja. Tveir af leiðbeinendunum eru hættir vegna annarra verkefna. Sá þriðji hefur sinnt nokkrum fyrirspurnum. Beiðni um samstarf var send til stjórna tveggja landsbyggðarféлага þar sem óskað er eftir samvinnu við að skipuleggja reykbíndindisnámskeið og ráðgjöf fyrir Pólverja hér á landi sem reykja og vilja fá aðstoð við að hætta. Því miður varð ekki af þessu samstarfi.

Félagið stóð fyrir nokkrum árum að verkefninu „Nýtt líf án tóbaks“ í samstarfi við Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins og fleiri þar sem útbúnað voru stuttar fræðslumyndir sem miða að því að aðstoða ófrískar konur í að hætta að nota tóbak og/eða nikótín. Ráðgjöf í reykbíndindi tók að sér að sinna beiðnum frá heilsugæslunni varðandi ófrískar konur. Það er aðstoð, sem er mjög sérhæfð, og byggir á löngu skjólstæðingasambandi.

Fræðsluverkefni okkar varðandi rafsígarettur í grunnskólum tók breytingum þegar eftir að lög um þær tóku gildi og notkun á nikótínþúðum fór að aukast. Margvíslegt samstarf við FRÆ og Ungmennafélag Íslands varðandi útbreiðslu, aðgengi og viðhorf til reyklauss tóbaks er búið að vera í gangi á starfsárinu. Með samstilltu átaki og breiðri nálgun samstarfsaðila viljum við vinna að því að koma böndum á þennan vágast sem reyklaust tóbak er, sérstaklega meðal ungs fólks og tryggja þann góða árangur sem hefur náðst í tóbaksvörnum. Saman fengu samstarfsaðilarnir 1,7 milljón króna styrk úr Lýðheilsusjóði til að sinna fræðslu um reyklaust tóbak. Sumarið og haustið 2022 var nýtt til að undirbúa málþing undir yfirskriftinni „Nikótín og heilsa“ sem haldið var 11. október 2022. Búið er að vinna úr upptökum á fyrirlestrunum á málþinginu þannig að þeir eru aðgengilegir á netinu. Einnig er verið að vinna úr þessu efni og útbúa fræðsluefni fyrir skóla og íþróttafélög. Fundað hefur verið með ýmsum sem þekkingu hafa á þessum málaflokki svo sem Láru Sigurðardóttur og hjúkrunarfræðingi frá Heilsulausnum og Jóhönnu stjórnarmanni okkar. Ungmennafélagið hefur virkjað ungmennaráðið til samstarfs. Verkefnið verður unnið áfram, eftir því sem styrkur úr Lýðheilsusjóði leyfir en verkefnið fékk viðbótarstyrk að upphæð ein milljón kr. í úthlutun í febrúar 2023.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins og fleiri eru að láta Gallup gera könnun núna varðandi notkun og viðhorf til nikótínþúða, til sölu tóbaks, nikótínvara, áfengis á netinu og fl. Hluti þessarar könnunar hefur verið gerð árlega frá 2017 (ekki 2023) og gefur okkur tækifæri á að meta breytingar á ýmsum þáttum á milli ára.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins og Heilsulausnir, sem m.a. sinna fræðslu í grunn- og framhaldsskólum, eru í samvinnu fyrst og fremst á sviði tóbaks- og nikótínvarna, en einnig um mikilvægi hreyfingar og mataræðis og heilbrigðra lífshátta almennt.

Eftirlitshlutverk varðandi rafsígarettur og nikótínvörur er núna hjá Húsnæðis- og mannvirkjastofnun en var áður hjá Neytendastofu. Við leitum reglulega eftir upplýsingar um stöðu mála varðandi eftirlitið og höfum verið ánægð með hversu vel þessu hlutverki er sinnt. Neytendastofa fer núna með eftirlit með banni við auglýsingum á nikótínvörum og fjölmiðlanefnd tekur fyrir kærur um brot á lögum um tóbak og nikótínvörur í fjölmiðlum. Félagið sendi nefndinni eina kæru og viðkomandi fyrirtæki fékk áminningu og stjórnvaldssekt.

Guðlaug og Jóhanna stjórnarmaður okkar sóttu evrópsku tóbaksvarnarráðstefnunni sem haldin var í Madrid í apríl sl. Auk þeirra sóttu ráðstefnuna tveir starfsmenn frá Embætti landlæknis. Í yfirlýsingu ráðstefnunnar var kallað eftir virkri þátttöku einstaklinga (sér í lagi ungs fólks), stofnana, fyrirtækja, heilbrigðisstarfsmanna, fjölmiðla, sérfræðinga, samfélagsins og stefnumótenda við að taka höndum saman um að ná hinu endanlega markmiði um „Tóbakslausa kynslóð“ í Evrópu. Yfirlýsingin var þýdd og birt á Facebook-síðu okkar.

Í tilefni af alþjóðlega tóbakslausa deginum 31. maí 2020 létum við þýða skilaboð frá Alþjóðaheilbrigðismála stofnuninni (WHO) og fleirum um áherslur tóbakslausa dagsins. Yfirskrift skilaboðanna var „Við þurfum mat, ekki tóbak“. Í skilaboðum okkar voru landsmenn hvattir til að huga að því hvernig viðhalda má þeim mikla árangri sem náðst hefur í

tóbaksvörnum á síðustu áratugum og bregðast við aðsteðjandi vanda af hörku, til heilla fyrir landsmenn, og ekki síst ungu kynslóðina. Guðlaug skrifaði grein sem birtist á Vísi.

Norræn félagasamtök í tóbaksvörnum funda reglulega og hafa með sér margvíslegt samráð. Guðlaug er fulltrúi Krabbameinsfélagsins í þessu samstarfi, sem hefur verið ákaflega gefandi. Samráðshópurinn fundaði í Stokkhólmi í ágúst sl. Þar var farið yfir stöðu mála í löndunum með sérstakri áherslu á nýrri nikótínvörur. Einnig fengum við mjög áhugavert rafrænt erindi frá Nýja-Sjálandi um þau stóru tóbaks- og nikótínvarnarskref sem voru fyrirhuguð í landinu.

Guðlaug var með rafrænt erindi um stöðu Íslands varðandi tóbaksvarnir á stórri sænskri rafrænni tóbaksvarnarráðstefnu, LUFT, í september sl. Þar var áherslan líka á nýrri nikótínvörurnar auk þess að kynna almennt stöðu Íslands í tóbaksvörnum.

Félagið sendi inn umsagnir um þingmál stjórnvalda varðandi frumvarp um breytingar á lögum um tóbaksvarnir. Nú hafa þessar breytingar tekið gildi þannig að við uppfyllum okkar alþjóðlegu skuldbindingar. Það skref gerir það að verkum að Ísland geti farið að huga að næstu stóru skrefum í tóbaksvörnum. Til dæmis með því að taka upp eftir mörgum öðrum löndum og tímasetja hvenær stefnt skuli að tóbaks- og nikótínlausu landi og ákveða sem fyrst að taka upp „einsleitar“ tóbaksumbúðir. Því ber að fagna að dregið hefur verulega úr reykingum á undanförunum árum, ekki síst meðal barna og ungmenna. Þessari þróun þarf að fylgja eftir með því að setja aukinn kraft í að ná til þeirra sem vilja takast á við tóbaks- og nikótínfíkn sína. Auk öflugs forvarnastarfs er það ein hagkvæmasta heilbrigðisaðgerð sem til er, bæði fyrir þjóðfélagið og einstaklingana sjálfa.

Guðlaug svaraði árlegum spurningalista frá Alþjóða heilbrigðismálastofnuninni (WHO) um ýmislegt er snýr að tóbaksvörnum á Íslandi.

Guðlaug sat í fagraði landlæknis um tóbaksvarnir þar til í október sl. Jóhanna Kristjánsdóttir stjórnarmaður okkar situr í ráðinu fyrir okkar hönd.

Guðlaug og Jóhanna sóttu málþing NLFÍ um nikótínþúða núna í mars á þessu ári.

Svein Magnússon læknir er að taka saman sögu tóbaksvarna á Íslandi að beiðni félagsins. Ísland var lengi vel leiðandi þjóð í tóbaksvörnum, hlutverk Krabbameinsfélagsins og ekki síst okkar félags hefur verið stórt í þessari sögu og mikilvægu forvarnarstarfi. Í ritnefnd með Sveini er Árni, Guðlaug og Jónas Ragnarsson. Sótt var um styrk til verkefnisins hjá Lýðheilsusjóði sem úthlutaði okkur núna í mars 500.000 kr. í fyrsta áfanga verksins.

„Hættan er ljós“

Tuttugu ár eru síðan átaksverkefnið „Hættan er ljós“ hófst, en það er samstarfsverkefni Geislavarna ríkisins, Embættis landlæknis, húðlækna og Krabbameinsfélagsins. Stefnan hefur verið að stuðla að skynsamlegri hegðun landsmanna í sól og að draga enn frekar úr almenntri notkun ljósabekkja. Árlega hefur Gallup gert könnun fyrir átakshópin og haldið er áfram að fræða um afleiðingar óhóflegra sólbaða. Núna var ákveðið að gera ekki spurningavagn meðal almennings heldur kanna sérstaklega stöðu barna og ungmenna. Ungmennavagn var gerður

síðast árið 2016 og vísbendingar voru um að þrátt fyrir 18 ára aldurstakmark, sem tók gildi árið 2011, hafi ungmenni enn nokkuð greiðan aðgang að sólbaðsstofum.

Niðurstöður könnunarinnar sýna að um 8% ungmenna á aldrinum 12-17 ára notuðu ljósabekk einu sinni eða oftár árið 2023. Það er ekki marktækur munur á þessari niðurstöðu og niðurstöðu úr síðustu könnun árið 2016. Samkvæmt könnuninni eru þeir sem nota ljósabekki fyrst og fremst á aldrinum 15-17 ára. Einungis 1% ungmenna á aldrinum 12-14 ára höfðu notað ljósabekk á síðastliðnu ári en meðal 15-17 ára var hlutfallið 14%. Sama hlutfall stúlkna og drengja á aldrinum 12-17 ára hafði notað ljósabekk árið 2023. Þegar niðurstöður ársins 2023 eru bornar saman við niðurstöður frá árinu 2016 sést að þeir sem nota ljósabekki á annað borð fara oftár í ljós en áður. Til dæmis fjölgar þeim sem fara vikulega eða oftár í ljós úr 0,3% í 0,9% og þeir sem fara 1-3 sinnum í mánuði fjölgar úr 0,7% í 2%.

Í ár var bætt við spurningu sem snýr að þekking ungmenna á hættunni við notkun ljósabekkja. Um 92% ungmennanna eru sammála þeirri fullyrðingu að notkun ljósabekkja geti valdið húðkrabbameini. Þeir sem hafa ekki notað ljósabekk á síðustu 12 mánuðum eru meira sammála þessari fullyrðingu en þeir sem hafa farið í ljós (93% miðað við 73%).

Mælingar á ljósabekkjanotkun ungmenna, 12-17 ára, hófust árið 2006 og mældist þá 29% en mælist nú 8%. Hlutfallið hefur því lækkað verulega frá árinu 2006.

Í haust hafði útvarpskona frá RÚV samband við okkur varðandi skoðun hennar að ljósabekkjanotkun yngri en 18 ára væri að aukast. Hún fékk aðgang að okkar gögnum og góð umfjöllun varð í kjölfarið.

Guðlaug svaraði fyrirspurnum og óskum um aðgengi að gögnum okkar um „Hættan er ljós“ (kannanir og fræðsluefni) frá íslenskum læknum og fræðifólki vegna stórrar evrópskrar ráðstefnu um sortuæxli sem haldin var í október sl.

Guðlaug hefur svarað erlendum fyrirspurnum og könnunum í samstarfi við Geislavarnir ríkisins.

Bleiki mánuðurinn

Málþing um brjóstakrabbamein var haldið í húsi Krabbameinsfélagsins 19. október 2023 á vegum Brjóstaheilla – Samhjálp kvenna, Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins og Krabbameinsfélags Íslands. Yfirskrift málþingsins var „Verum bleik fyrir okkur öll“ sem var slagorð bleika mánaðarins. Guðrún Kristín Svavarsdóttir, stjórnarkona í Brjóstaheillum – Samhjálp kvenna setti málþingið. Álfheiður Haraldsdóttir og Hrefna Stefánsdóttir, sérfræðingar á Rannsókn- og skráningarsetri Krabbameinsfélagsins voru með yfirlit um þátttöku í skimun fyrir brjóstakrabbameini á Íslandi, Svanheiður Lóa Rafnsdóttir, yfirlæknir á Landspítala og sérfræðingur í brjóstaskurðlækningum, kynnti átakið „Skrepp í skimun“, Sigrún Elva Einarsdóttir lýðheilsufræðingur og sérfræðingur í fræðslu og forvörnum hjá Krabbameinsfélaginu kynnti niðurstöður úr svonefndum Áttavita um reynslu kvenna sem greinst hafa með krabbamein, Andhormónar – aukaverkanir og aðstoð við sjúklinga var yfirskrift erindis Þóru Þórsdóttur sérfræðings á Brjóstamiðstöð í krabbameinshjúkrun og

Rannveig Björk Gylfadóttir, sérfræðingur í krabbameinshjúkrun á Brjóstamiðstöð fjallaði um þróun á stuðningsþjónustu við lok krabbameinsmeðferðar á Brjóstamiðstöð Landspítalalok. Melkorka Matthíasdóttir, jarðfræðingur og leirlistakona var með reynslusöguna „Það þarf að segja góðar sögur“. Halla Þorvaldsdóttir, framkvæmdastjóri Krabbameinsfélags Íslands kynnti samantekt og áherslur málþingsins. Fundarstjóri var Guðrún Gunnarsdóttir varaformaður Félags kvenna í atvinnulífinu og deildarstjóri heilbrigðissviðs Fastus. Málþinginu var einnig streymt.

Skógarganga

Um 150 manns mættu í skógargöngu Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins og Skógræktarfélag Hafnarfjarðar þann 24. október sl. við Gróðrarstöðina Þöll við Kaldársselsveg. Magnús Gunnarsson stjórnarmaður í báðum félögunum flutti ávarp. Frá Þöll var gengið um skógarsvæði Skógræktarfélags Hafnarfjarðar undir leiðsögn Steinars Björgvinssonar skógfræðings. Veðrið hefði ekki getað verið betra og dulúðug tunglsbirtan leiddi okkar gegnum skógarstíga þar sem hinar ýmsu kynjaverur, lifandi og framliðnar með tilheyrandi hljóðum, hrelltu á skemmtilegan hátt unga sem aldna. Að göngu lokinni var boðið upp á heitt súkkulaði og kleinur í húsakynnum þallar.

Nemendur, skólar o.fl.

Formaður og starfsfólk félagsins aðstoða nemendur, kennara framhaldsskóla og háskóla og fleiri við heimildaöflun vegna ýmissa skrifa, rannsókna og kennslu sem tengist krabbameini og forvörnum.

Samstarf félagasamtaka í forvörnum

Samstarf félagasamtaka í forvörnum, SAFF, stendur að ýmsum verkefnum í forvörnum svo sem fræðsluverkefni um kannabis og fræðsluverkefni sem tengist útisamkomum og frítíma fólks. Alls 25 samtök standa að SAFF. Samstarfið byggist á virðingu fyrir fjölbreytni, ólíkri aðkomu samtaka í forvörnum og mismunandi áherslum. Guðlaug er fulltrúi Krabbameinsfélagsins í stjórn samtakanna.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins, í samstarfi við Fræðslu of forvarnir og SAFF, hefur undanfarin ár staðið, ásamt fleirum, meðal annars, að því að kanna notkun á rafsígarettum og nikótínþúðum, notkun áfengis og viðhorf til þess meðal Íslendinga 18 ára og eldri. SAFF sendir inn umsagnir um hin ýmsu frumvörp sem varða forvarnir; svo sem áfengi, tóbak og nikótínvörur.

Vefsíðumál og samfélagsmiðlar

Fésbókarsíða Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins er notuð til að koma á framfæri því sem félagið stendur fyrir og til að styrkja stöðu þess. Umræða hefur verið í stjórn um að félagið láti gera sína eigin vefsíðu og nýti sér betur ýmsa samfélagsmiðla.

Stuðningur við sjúklinga

Einn stuðningshópur starfar núna undir verndarvæng Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins, Stuðningshópur kvenna með krabbamein í kvenlíffærum (áður krabbamein í eggjastokkum). Þetta starfsár hafa samskiptin að mestu verið símleiðis og í tölvupóstum. Hópurinn er mjög fámennur. Stuðningshópurinn hefur notið góðrar aðstoðar og stuðnings Reynis Tómasar Geirssonar, sérfræðings í kvensjúkdómum og fyrrverandi prófessors.

Félagið er í góðu samstarfi við stuðningshópa Krabbameinsfélagsins og aðstoðar þá eftir þörfum, t.d. við gerð fræðslu- og fundarefnis, fréttabréf, árskýrslna, yfirlestur og fleira.

Styrkveitingar

Styrkveitingar félagsins á reikningsárinu voru fimm. Heilbrigðisstarfsfólk fékk styrki vegna sérnáms, fræðsluferða og ráðstefna.

Happdrættið

Tekjum af happdrætti Krabbameinsfélagsins hefur í sextíu og átta ár verið varið í fræðslu. Það má segja að fræðsla um krabbamein og krabbameinsvarnir hafi lengi vel byggst að miklu leyti á happdrættisfé og óumdeilt er að happdrættið á ríkan þátt í þeim mikla árangri sem náðst hefur í tóbaksvörnum marga síðustu áratugi.

Heildarsala happdrættismiða í happdrættunum 2023 var mun lakari en árið á undan. Vinningsbíll var til sýnis í sumarhappdrættinu eina viku í Smáralind og einnig í desember í jólahappdrætti. Kynning og auglýsingar voru í fjölmiðlum og á samfélagsmiðlum. Sala miða í netverslun Krabbameinsfélagsins er góð viðbót. Sala happdrættismiða til fyrirtækja var hjá fyrirtækinu Markaðsráði.

Stjórn félagsins er að skoða ýmsa möguleika varðandi sölufyrirkomulag happdrættismiða í samráði og samvinnu við fleiri utanaðkomandi aðila. Meðal annars er Maskína að klára könnun um happdrættismál okkar.

Fjármál

Afkoma félagsins á reikningsárinu var jákvæð um rúmar 3,2 milljónir króna en var neikvæð um tæpar 2,6 milljónir króna fyrir fjármunatekjur og fjármagnsgjöld. Kostnaður við fræðslustarfsemi var rúmar 29,5 milljónir króna. Árið 2023 skilaði happdrættið félaginu

tæpum 28 milljónum króna í tekjur. Aðrir tekjuliðir, eru félagsgjöld og styrkir, auk vaxtatekna. Eignarstaða félagsins er góð.

Samstarf við ýmsa aðila

Snertifletir Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins og Krabbameinsfélags Íslands eru fjölmargir. Á þessu starfsári átti félagið engan fulltrúa í stjórn Krabbameinsfélags Íslands.

Aðalfundur Krabbameinsfélags Íslands var haldinn 13. maí 2022 eftir hádegi. Fyrir hádegi var formannafundur. Á föstudeginum 12. maí var málþing um síðbúna fylgikvilla og langvinnar aukaverkanir.

Formannafundir voru haldnir í maí, í september/október, janúar og í mars. Guðlaug hefur sótt suma af samráðsfundum starfsmanna aðildarféлага.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins á 15% í húseigninni að Skógarhlíð 8.

Guðlaug sat í stjórn Almannaheilla þar til á aðalfundi samtakanna sem haldinn var í júní sl. sem fulltrúi Krabbameinsfélags Íslands og var þar gjaldkeri. Guðlaug starfaði með Almannaheillum að undirbúningi fyrir Fund fólksins sem var í september 2023. Frumvarp um Almannaheillafélög sem Almannaheill hefur barist fyrir um árábil var loks samþykkt á Alþingi vorið 2021. Einnig var á þinginu samþykkt frumvarp um breytingar á skattalögum sem meðal annars heimilar einstaklingum og fyrirtækjum sem styrkja almannaheillafélög að draga styrki og gjafir til þeirra frá skattskyldum tekjum sínum og um undanþágu greiðslu af fjármagnstekjum. Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins er skráð á almannaheillaskrá Skattsins en sú skráning er forsenda þess að styrkjendur geti dregið styrki/gjafir til félagsins frá skattskyldum tekjum sínum. Mikil starfsemi er hjá samtökunum, meðal annars með áherslu á heimsmarkmið Sameinuðu þjóðanna en Almannaheill eru með samning við forsætisráðuneytið um kynningu á markmiðunum fyrir félagasamtök og verkefni varðandi samfélagslega nýsköpun. Almannaheill hefur húsnæði til afnota sem er í eigu Styrktar- og líknarsjóðs Oddfellowa. Hefur það gjörbreytt starfsemi Almannaheilla. Fyrir liggur heimild aðalfundar frá 2023 um að Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins sækir um skráningu sem félag til almannaheilla.

Guðlaug er í stýrihópi fyrir „Meðvera og Heilsuvera“, verkefni Landspítalans og fleiri um rafræna samskiptagátt fyrir krabbameinssjúklinga. Félagið hefur stutt við verkefnið fjárhagslega.

Guðlaug situr í stjórn Fræðslu og forvarna (FRÆ) og SAFF.

Félagið hefur átt gott samstarf við stuðningshópa Krabbameinsfélagsins, starfsmenn og stjórn Fræðslu og forvarna (FRÆ), starfsmenn Ungmennafélags Íslands, IOGT og fleiri. Einnig má minnst á afar gott samstarf við starfsfólk Arion banka og Jón Óla Sigurðsson varðandi happdrættið og fleira.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins er ásamt nokkrum forvarnarsamtökum (IOGT, FRÆ, Foreldrasamtökin gegn áfengisauglýsingum) og einstaklingum þátttakandi í samstarfshópi um

forvarnir. Hópurinn ræðir saman um opinbera stefnumörkun í ávana- og vímuefnamálum og haft er samráð um þau þingmál sem koma fram.

Lokaorð

Krabbameinsfélag Reykjavíkur var stofnað 8. mars 1949 af framsýnu fólki. Stofnfundurinn var haldinn í hátíðarsal Háskóla Íslands, um sjötíu manns sóttu fundinn en stofnfélagar voru á þriðja hundrað.

Í fyrstu voru uppi hugmyndir um að stofna eitt félag fyrir allt landið, en horfið var frá því og ákveðið að stofna sérstök félög víðs vegar um landið, sem síðan gætu myndað með sér samband, Krabbameinsfélag Íslands. Það gekk eftir og næst á eftir Krabbameinsfélagi Reykjavíkur var Krabbameinsfélag Hafnarfjarðar stofnað 10. apríl sama ár í Sjálfstæðishúsinu í Hafnarfirði. Næstu ár bættust við fleiri félög og Krabbameinsfélag Íslands var stofnað árið 1951 að undirlagi Krabbameinsfélags Reykjavíkur.

Árið 2018 var samþykkt tillaga á aðalfundum Krabbameinsfélags Reykjavíkur og Krabbameinsfélags Hafnarfjarðar um sameiningu félaganna og að nafn hins sameinaða félags yrði Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins. Það var gert á sameiginlegum aðalfundi félaganna 19. mars 2018. Félagssvæði hins sameinaða félags nær yfir Kópavog, Hafnarfjörð, Garðabæ, Seltjarnarnes, Mosfellsbæ og Reykjavík. Í ár eru því liðin 75 ár frá stofnun félaganna tveggja sem nú mynda Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins.

Tilgangur Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins hefur frá upphafi verið hinn sami og samhljóða öðrum krabbameinsfélögum í landinu: Að styðja í hvívetna baráttuna gegn krabbameini. Í lögunum er skilgreint hvernig ná skuli þessum tilgangi;

- Fræða almenning um krabbamein og krabbameinsvarnir.
- Stuðla að aukinni menntun heilbrigðisstétta í greiningu, fyrirbyggjandi aðgerðum og meðferð krabbameins.
- Veita krabbameinssjúklingum stuðning.
- Stuðla að krabbameinsrannsóknum hér á landi.

Að þessum markmiðum hefur verið unnið með ýmsum og fjölbreyttum hætti, eins og saga félagsins vottar. Í upphafi var ákveðið að leggja sérstaka áherslu á fræðslustarf því mikilvægt þótti að auka þekkingu á krabbameinum. Þar var tóbaksvarnastarfið umfangsmest og eitt stærsta verkefni félagsins um langa hríð. Krabbameinsfélagi Reykjavíkur var falið árið 1963 að annast stóran hluta fræðslustarfsemi krabbameinssamtakanna og veturinn 1975-1976 hóf félagið víðtæka herferð gegn reykingum. Fram til ársins 2004 sinnti félagið tóbaksvarnafræðslu í skólum landsins en þá fluttust tóbaksvarnir til Lýðheilsustöðvar. Félagið hélt þó áfram að hjálpa fólki að hætta að reykja og hefur haldið fjölda námskeiða bæði fyrir almenning og starfsfólk fyrirtæki á öllu landinu.

Árangur Íslendinga í tóbaksvörnum er svo eftirtektarverður að félaginu þykir ástæða til að skrásetja hvernig hann raungerðist og hefur eins og áður sagði, fengið Svein Magnússon lækni

til þess að taka saman sögu tóbaksvarna á Íslandi, ekki síst varðandi hlut okkar félags í þeirri sögu og hann er svo sannarlega stór.

Félagið hefur einnig lagt áherslu á fræðslu um afleiðingar óhóflegra sólbaða og notkun ljósabekkja og tekið þátt í könnunum um ljósabekkjanotkun landsmanna. Markmiðið er að stuðla að skynsamlegri hegðun landsmanna í sól og draga úr almennri notkun ljósabekkja. Sérstök áhersla er á að fræða ungt fólk.

Fræðslustarfið hefur verið í ýmsu formi og beinst að ýmsum þáttum krabbameinsmála. Gefin hafa verið út fjölmörg fræðslurit, veggspjöld og gerðar fræðslumyndir. Á seinni árum hafa samfélagsmiðlar í auknum mæli verið vettvangur fræðslu- og upplýsingastarfsins. Þar má nefna árveknisskilaboðin sem eru byggð á „European Code Against Cancer – tólf leiðir til að draga úr líkum á krabbameini“ og „Skrepp í skimun“, samstarfsverkefni félagsins með Brjóstamiðstöð Landspítalans og Félagi kvenna í atvinnulífinu um að bæta mætingu í skimun fyrir brjóstakrabbameini.

Stærsti tekjuliður félagsins hefur lengst af verið happdrættið, Strax árið 1951 var farið að ræða stofnun happdrættis á vegum félagsins en ekki varð af því fyrr en árið 1955. Til ársins 1965 var happdrættið undir formerkjum Krabbameinsfélags Reykjavíkur en eftir það í nafni Krabbameinsfélagsins.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins leggur mikla áherslu á frumkvæði, samstarf og stuðning við aðra í viðleitni sinni til þess að efla krabbameinsforvarnir og annað sem varðar málaflokkinn. Árið 1957 kom félagið til dæmis á fót krabbameinsleitarstöð fyrir almenning til að greina krabbamein í byrjunarstigi en Krabbameinsfélag Ísland tók við rekstri hennar ári síðar. Félagið hefur einnig lagt ýmsum stuðningshópum lið og aðstoðað þá eftir þörfum, t.d. við gerð fræðslu- og fundarefnis, fréttabréf, árskýrsla, yfirlestur og fleira.

Meðal markmiða félagsins er að stuðla að krabbameinsrannsóknum. Það hefur meðal annars verið gert með myndarlegu stofnframlagi (10 milljónir) þegar Vísindasjóður Krabbameinsfélags Íslands var stofnaður árið 2015 og svo aftur á síðasta ári (2023) þegar félagið lagði sjóðnum til 5 milljónir. Annað markmið félagsins er að stuðla að aukinni menntun heilbrigðisstétta. Það hefur félagið gert um árábil með því að styrkja heilbrigðisstarfsfólk til þátttöku í sérnámi, námskeiðum og ráðstefnum víða um heim.

Félagið hefur látið í sér heyra varðandi opinbera stefnumörkun, svo sem lagasetningu, sem varðar krabbameinsmál og sendir til að mynda inn umsagnir um þingmál stjórnvalda sem varða málaflokkinn.

Það sem hér hefur verið nefnt eru aðeins nokkur dæmi sem sýna fjölbreytnina í starfi félagsins. Það er áfram verk að vinna þótt áskoranirnar breytist og þörf sé breyttra eða nýrra leiða. Það er Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins og annarra krabbameinsfélaga að standa vaktina.

Mikilvægt er að krabbameinsfélögin séu sterk. Þau tengjast nærsamfélögum sínum og virkja þátttöku fjölda fólks, auk annarra sem koma að starfi þeirra. Saman mynda þau tengslanet

fólks með fjölbreytta reynslu og þekkingu. Í því felast dýrmætir möguleikar til nýsköpunar og frumkvæðis sem standa verður vörð um og virkja.

Árni Einarsson, formaður Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins

Guðlaug B. Guðjónsdóttir, framkvæmdastjóri Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins

Krabbameinsfélag Norðausturlands

Stofnað: 18. Ágúst 1970 og endurvakið 2.maí 2006.

Fjöldi félagsmanna:

Ekki barst ársskýrsla.

Krabbameinsfélag Rangarvallasýslu

Stofnað: 7.maí 1971 og endurvakið 15.apríl 1993

Fjöldi félagsmanna:

Ekki barst ársskýrsla.

Krabbameinsfélagið Sigurvon

Stofnað: 2001

Fjöldi félagsmanna: 370

Árið 2023 var viðburðaríkt hjá Sigurvon. Eitt af stærstu verkefnum var að félagið sameinaðist krabbameinsfélagi Vesturbyggðar og Tálknafjarðar (KVOT). Starfsvæði Sigurvonar nær því núna yfir alla Vestfirði. Af því tilefni héldu stjórnarmeðlimir kynningarfundir á Patreksfirði og Hólmavík í október. Gaman og gagnlegt þótti að hitta félagsmenn Sigurvonar á báðum stöðum.

Hreyfihópur Sigurvonar hóf æfingar í lok maí og var það fjórða sumarið hans. Hreyfihópurinn er starfræktur fram að Reykjavíkumaraþoni Íslandsbanka í ágúst. Upphaflega var hópurinn hugsaður til að styðja við bakið á þeim sem hlaupa til styrktar Sigurvon í maraþoninu en það er ekki skilyrði fyrir þátttöku. Hópurinn var mjög virkur í sumar en þátttakendur taka þátt á sínum forsendum undir tilsögn Árna Heiðars Ívarssonar, einkaþjálfara og hlaupara með meiru. Nú var hlaupaplanið gert opinbert í sameiginlegri Facebook-grúppu þannig að allir sem vildu gátu tekið þátt sama hvar þeir voru staddir á Vestfjörðum. Þetta sumarið voru Ísfirðingar og félagar í hlaupahópi Öllu á Drangsnesi virkastir en vonir standa til að hægt sé að efna til æfinga alls staðar á Vestfjörðum næsta sumar.

Sigurvon efndi til fjölskylduhátíðar á Eyrartúni á Ísafirði í júlí þar sem einnig var efnt til sameiginlegrar göngu um bæinn. Boðið var upp á grillaðar pylsur, hoppikastala og fjör. Maraþonmennirnir sungu og spiluðu fyrir hátíðargesti með liðsstyrk Hjördísar Þráinsdóttur. Með hátíðinni vildi stjórn Sigurvon þakka þann hlýhug og velvilja sem samfélagið hefur sýnt félaginu um leið og hvatt var til hreyfingar og skemmtunar fyrir alla fjölskylduna.

3.822.702 krónur söfnuðust í þágu Sigurvonar í áheitasöfnuninni í Reykjavíkumaraþoni Íslandsbanka þetta árið. Langtum meira en nokkurn tímann hefur safnast í þessari mikilvægu fjáröflun. Þar af safnaði Hlaupahópur Öllu rúmum þremur milljónum króna! Og hópurinn 501st Legion Iceland Garrison setti líka skemmtilegan svip á skemmtiskokkið með því að hlaupa í Star Wars búningum auk þess að safnað rúmlega 355.000 kr. í þágu Sigurvonar.

Í bleikum október voru tvær heiðurslaufur veittar. Hlaupahóp Öllu Sigurvonar fyrir framtakið í maraþoninu ásamt Þrání Arnaldssyni fyrir frábært framtak þar sem hann og liðsfélagar hans í handboltadeild Harðar framleiddu bleika styrktartreyju og seldu í október 2022. Ágóðinn af sölnunni rann til Sigurvonar og bleiku slaufunnar.

Nýr stuðningshópur var stofnaður fyrir karla með krabbamein í haust og hlaut nafnið Karlavon. Var það sú tillaga sem hlaut flest atkvæði í nafnasamkeppni sem efnt var til af félaginu. Hópurinn er bæði ætlaður karlmönnum sem eru í krabbameinsferð eða hafa glímt við sjúkdóminn. Þeir hittast hálfsmánaðarlega á föstudögum. Hópnum var komið á laggirnar í samstarfi við Vesturafl en er nú starfræktur undir styrkri stjórn Davíðs Björns Kjartanssonar sem situr í stjórn Sigurvonar.

Þá var stuðningshópurinn Vinir í von reglulega yfir vetrartímann en um er að ræða samverustundir krabbameinsgreindra og aðstandenda þeirra. Nokkur nýliðun var í hópnum í ár en öllum félögum er hjartanlega vel tekið.

Krabbameinsfélag Skagafjarðar

Stofnað: 12.júní árið 1966

Ekki barst skýrsla

Krabbameinsfélag Snæfellsness

Stofnað: 27.september 2005

Fjöldi félagsmanna: 277

Stjórn:

Aðalfundur var haldinn 19.03.2023

Fundargestir voru átta utan stjórnar. Margrét Hjálmarsdóttir gaf ekki kost á sér til áframhaldandi setu í stjórn en í hennar stað var kjörin Eygló Kristjánsdóttir. Sigurpór Hjörleifsson gaf kost á sér sem varamaður í stjórn og var kjörinn með lófaklappi. Stjórn er því svo skipuð:

Formaður: Mjöll Guðjónsdóttir, Grundarfirði

Gjaldkeri: Svanborg Siggeirsdóttir, Stykkishólmi

Ritari: Sólrún Guðjónsdóttir, Grundarfirði

Meðstjórnendur: Guðrún Hrönn Hjartardóttir, Grundarfirði, og Pétur Steinar Jóhannsson, Ólafsvík. Eygló Kristjánsdóttir, Snæfellsbæ og Sigurpór Hjörleifsson, Stykkishólmi eru varamenn í stjórn.

Skoðunarmenn reikninga: Jóna Björk Ragnarsdóttir og Jóhann Ragnarsson.

Starfsemi

Starfsemi félagsins hefur verið að fara af stað hægt og rólega. Stjórnin hélt áfram að vekja athyggili á félaginu í gegnum Facebook síðu félagsins og stóð einnig fyrir ýmsum viðburðum á árinu.

Félagsdeildin Von í Grundarfirði hefur náð að halda sínu starfi gangandi með mánaðarlegum samverustundum.

Í Stykkishólmi hefur jafningjahittingur verið mánaðarlegur og hefur samveran hlotið nafnið Byr. Bæði krabbameinsgreindir og aðstandendur hafa verið að mæta mánaðarlega yfir veturinn.

Í Snæfellsbæ hefur jafningjahittingurinn Líf einnig hist mánaðarlega yfir veturinn og hafa bæði krabbameinsgreindir og aðstandendur verið að mæta þar.

Samfélagið á Snæfellsnesi hélt vel utan um félagið því við fengum gríðarlegan fjölda styrkja frá ýmsum aðilum sem getir er hér fyrir neðan. Megum við þó til með að segja frá því ein stjórnarkonan, Eygló Kristjánsdóttir, gekk Jakobsveginn og safnaði áheimum til félagsins sem að lokum voru kr. 1.365.000. Ákveðið var á stjórnarfundum að þessi styrkur yrði nýttur til að veita félagsmönnum styrk til hreyfingar.

Styrkir

- Félagið styrkti 8 aðila að upphæð kr. 537.608
- Félagið fékk styrki frá kvenfélagi Hellissands, kr. 100.000, kvenfélagi Ólafsvíkur kr. 37.000, hvoru tveggja vegna fyrirlestra Eyglóar Kristjánsdóttur um göngu hennar eftir

Jakobsveginum, Jóni Snorrasyni og fjölskyldu kr. 100.000 og vegna örtónleika í Grundarfjarðarkirkju kr. 99.949. Guðmundur Runólfsson hf. Styrkti félagið um kr. 260.000 og Valgerður Helga Ísleifsdóttir stóð fyrir bingói til styrktar félaginu og gafi okkur kr. 727.000. Áheitaþanga Eyglóar Kristjánsdóttur um Jakobsvegin veitti félaginu kr. 1.365.000 og svo fékk félagið kr. 7.000 krónur með sölu minningarkorta á vef Krabbameinsfélags Íslands. Úr velunnarasjóði Krabbameinsfélags Íslands fékk félagið kr. 972.845 og eru þeir peningar sérstaklega til ákveðinna verkefna. Samtals eru því styrki til félagsins kr.3.668.794.

Fræðslu- og forvarnastarf

Á árinu stóðum við fyrir tveimur stórum viðburðum, annars vegar fyrirlestri Þorra Snæbjarnarsonar sálfræðings og hins vegar því að perla af krafti með Krafti.

17. apríl hélt Þorri Snæbjörnsson sálfræðingur Krabbameinsfélags Íslands fyrirlestur fyrir okkur um áhrif veikinda á fjölskyldur. Bæringsstofa í Sögumiðstöðinni var fullsetin og vel það.

Þann 15. maí perluðum við af krafti í samvinnu við Kraft og vorum í Fjölbautaskóla Snæfellinga. Það mætti þó nokkur fjöldi til að perla og er áætlað að það hafi verið a.m.k. 120 á staðnum þegar mest var.

Fyrirhugað var að Bergþór Pálsson myndi flytja fyrirlesturinn Lífsgleði eftir pöntun þann 5. nóvember en vegna veðurs varð að fresta því þar til núna í lok febrúar.

Markaðsstarf og kynningarmál

Facebook síða félagsins hefur orðið mun virkari og hefur ritari félagsins aðgang að henni og setur inn efni á síðuna.

Takk fyrir samstarfið.

Stjórnin

Krabbameinsfélag Suðausturlands

Stofnað 21. apríl 1970 og endurvakið 1. október 2002.

Félagatal ekki haldið.

Saga félagsins

Krabbameinsfélag Suðausturlands var stofnað 21. apríl 1970 og endur-vakið 1. október 2002. Félagið styrkir einstaklinga sem dvelja þurfa langdvölum í Reykjavík vegna krabbameinsmeðferðar. Félagið aflar tekna m.a. með minningakortum sem seld eru hjá félaginu.

Stjórn:

Stjórnin er þannig skipuð:

Formaður: Snæfríður Hlín Svavarsdóttir

Gjaldkeri: Ólöf Óladóttir

Ritari: Eyrún Axelsdóttir

Meðstjórnendur: Ragnheiður Rafnsdóttir og Sonja Garðarsdóttir

Styrkir

Félagið styrkti einstaklinga á síðasta ári vegna meðferða og gistinga og eru um 90% af því sem borgað er úr sjóðnum sem fer í þ.h. styrki.

Samstarf

Félagið hefur verið í góðu samstarfi við Heilbrigðisstofnun Suðurlands hér á Höfn. Í september var félaginu færð peningagjöf að upphæð 454,000 sem safnaðist í áttæðis afmæli einstaklings á Höfn. Í október var svo bleik messa í Hafnarkirkju þar sem einnig safnaðist upphæð fyrir félagið. Við erum afskaplega þakklát fyrir.

Fjármál

Afkoma félagsins á reikningsárinu var neikvæð en góð. Helstu kostnaðarliðir voru: ferða- og gistikostnaður til sjúklinga sem fara þurfa til Reykjavíkur v. meðferða og styrkir til sjúklinga.

Lokaorð

Árið hefur verið afar rólegt hjá félaginu okkar eins og síðustu ár, en við horfum bjartsýn fram á veginn.

Takk fyrir samstarfið.

Stjórnin

Krabbameinsfélag Suður-Þingeyinga

Stofnað: 1968

Fjöldi félagsmanna:

Ekki barst ársskýrsla.

Krabbameinsfélag Suðurnesja

Stofnað: 15.nóvember 1953.

Fjöldi félagsmanna:

Ekki barst ársskýrsla.

Krabbameinsfélag Vestur-Skaftafellssýslu

Stofnað: 6. Maí 1971, endurvakið 22.nóvember 2004 og aftur 8. Maí 2009.

Fjöldi félagsmanna:

Skýrsla stjórnar – formaður

Takk fyrir traustið sem mér var sýnt að kjósa mig formann á aðalfundi í fyrra. Ég er líka afar þakklát fyrir samstarfskonur mínar í stjórninni. Við lögðum strax upp með að efla starfsemi félagsins, gera okkur sýnilegri og auka fræðslu í heimahéraði.

Með þau markmið að leiðarljósi settum við upp dagskrá fyrir árið

- Taka þátt í bleikum október og þá vill svo vel til að það eru hátíðir heima í héraði bæði í Vík og á Klaustri þar sem við gátum tekið þátt, verið með kynningarbása og selt varning til styrktar Krabbam.fél en einnig að hitta fólk og eiga samtal og þessar kynningar skiluðu okkur hvorki meira né minna en 21 nýjum félaga. Sem er frábær viðbót.
- Ljósagöngur voru einnig á dagskrá á báðum stöðum og tókust vel. Í ljósagöngunum er gengið inn í myrkrið með ljós og hér í Vík er hægt að mynda fallegan ljósafoss þegar fólkíð gengur niður í halarófu með ennisljós eða annan ljósgjafa. Það var krefjandi ganga hér í Vík sem var farin upp á Reynisfjall í hífandi slagviðri en við minntum okkur á að það var þínu táknrænt fyrir málstaðinn, það er ekki oft logn og blíða í kringum krabbann. Og allir komu heilir niður aftur, rjóðir í kinnnum og þáðu kakó og kleinur. Á Klaustri var gengið í rólegra haustveðri, tókst einnig vel.
- Taka þátt í Mottumars- vera með einhvers konar fræðslu eða árvekni í tengslum við hann. Að þessu sinni fengum við fyrirlestur frá Jónínu Lóu Kristjánsdóttur hjúkrunar og fjölskyldufræðingi um það hvernig við tökumst á við áföll og afleiðingar þeirra. Við viljum leggja áherslu á að sú fræðsla sem er miðlað á okkar vegum nýtist fólki í alls konar aðstæðum, ekki endilega þeim sem takast á við krabbamein. Vel var mætt á fyrirlesturinn og hann var afar áhugaverður. Hún var að benda á leiðir til að auka seiglu og fjallaði um eðlileg einkenni og líðan í kjölfar áfalla og fjalla um hvaða þættir skipta máli þegar kemur að bata. Einnig er farið í nokkrar leiðir til að vinna með sjálfan sig eftir áföll með því að nota skynjunar vitund til að draga úr líkamlegri spennu.

Við höfum mætt mikilli velvild í samfélaginu og fyrir það viljum við sérstaklega þakka. Félaginu bárust styrkir og vil ég þá fyrst nefna að Grunnskólinn á Klaustri hélt góðgerðardaga í haust og gaf ágóðann af þeim til Krabb.fél.

Lionsklúbburinn Suðri gaf félaginu peningaupphæð.

Hestamannafélagið Sindri gaf einnig peninga til minn. um Kristínu Erlu í Sólheimahjáleigu sem lést á síðasta ári af völdum krabbameins.

Af heilum hug viljum við þakka velgjörðarfólki fyrir stuðninginn og gerum okkar besta til að nýta féð til að styrkja félagið okkar og félagsmenn. En það hefur tíðkast undanfarin ár að styrkja þá sem þurfa að fara í meðferð í Reykjavík til uppihalds. Við viljum benda fólki á að hafa samband við okkur og sækja um slíka styrki ef á þarf að halda.

Við tengdum okkur líka inn í Krabbameinsfélag Íslands. Formaður sat aðalfund þess á síðasta ári og þau vekja athygli á atburðum á okkar vegum inni á heimasíðu sinni.

Við útbjuggum Facebook síðu í nafni félagsins okkar. Þar getum við miðlað upplýsingum og viðburðum og fólk getur sent okkur skilaboð.

Haldnir voru 4 stjórnarfundir, bæði í nærveru og fjarveru. Vegna vegalengda okkar á milli nýtum við tæknina töluvert til að hafa fundi.

Krabbavörn Vestmannaeyjum

Stofnað: 25. Apríl 1949 (endurvakið 03.05.1990)

Fjöldi félagsmanna 514

Krabbavörn Vestmannaeyja stendur á gömlun grunni, það var stofnað af Einari Guttormssyni lækni 25.04.1949, félagið var þá deild innan Krabbameinsfélags Íslands og fór 1/3 hluti af innkomu félagsins til KÍ. Eftir að hafa starfað um tíma féll starfsemi félagsins niður en var endurvakið 03.05.1990. og hefur starfað nær óslitið síðan.

Krabbavörn Vestmannaeyja er grasrótasamtök sem vinna þarft verk og nýtur starfið velvildar og þakklæti í samfélagi Vestmannaeyja. Félagið er starfrækt eingöngu á styrkjum og öll vinna í nafni félagsins er sjálfboðavinna.

Á síðasta ári voru skráðir 514 félagsmenn í félaginu.

Stjórn:

Aðalfundur var haldinn 7. Mars 2024

Þá verður kosin ný stjórn félagsins þar sem Ingibjörg Andrea hættir sem ritari:

Formaður: Sigurbjörg Kristín Óskarsdóttir

Varaformaður: Valgerður Þorsteinsdóttir

Gjaldkeri: Olga Sædís Bjarnadóttir

Ritari: Margrét Þóra Guðmundsdóttir

Meðstjórnendur: Kristín Valtýsdóttir og Guðrún Gísladóttir

Varamenn: Fjóla Róbertsdóttir

Félagið þakkar fráfarandi ritara fyrir vel unnin störf í þágu félagsins.

Á starfsári 2023 voru haldnir 7 stjórnarfundir.

Stjórn tók þátt í 2 fundum hjá KÍ

Stjórn tók þátt í 11 viðburðum/fundum fyrir hönd félagsins á árinu.

Starfsemi:

Starfsemi félagsins var í góðu farvegi þetta starfsárið, unnið að föstum viðburðum sem hafa tilheyrt félaginu til margra ára ásamt öðrum upptákum eins og gríðalega vel heppnuðu bleiku kvöldi og opnu húsi þar sem starfsemi félagsins var kynnt.

Hópastarf

Á starfsári 2023 var opið hús á þriðjudögum frá 13-15, hafa þessir fundir alltaf verið mjög vel sóttir, einnig voru fundir á miðvikudagskvöldum þar sem karlklúbbur Krabbavarnar hittast.

Viðburðir

Í upphafi árs var farið í að vinna að undirbúningi með opið hús á vegum félagsins sem við nefndum „veistu fyrir hverju Krabbavörn stendur? Langar þig að vita merira?“ sem var haldinn 30.03

þar var starfsemi félagsins kynnt ásamt því að fá aðila bæði frá HSU í vestmannaeyjum og frá KÍ en þessir aðilar mættu með fróðleg erindi.

Gyða Arnórsdóttir sagði frá hvaða þjónusta er í boði hjá HSU í Vestmannaeyjum gagnvart okkar fólki

Sólrun Gunnarsdóttir félagsráðgjafi hjá HSU í Vestmannaeyjum sagði okkur frá sínum störfum og Sigrún Eva Einarsdóttir var sérstakur gestur frá Krabbameinsfélagi Íslands. Áhöfnin á Dalarafn mættu og afhentu félaginu ágóða af dagatali sem áhöfnin lét gera.

Við sem stóðum að undirbúningi þessara viðburðar runnum algjörlega blint í sjóinn með hver þátttakan yrði en eins og svo oft áður þá var þétt setið.

Innanbæjarferð var farin með góðum hópi innan félagsins og þar var ýmislegt gert og skoðað, Steingrímur og Þóranna buðu hópnum til kirkju sinnar einnig var Hvíta húsið heimsótt ásamt fleiru skemmtilegt sem gert var.

Helga Dís, Beta Rán, Oddný Bára, Sigrún Anna, Embla Rún og Antonía Emma færðu krabbavörn tombólustyrk.

KFS léku gegn Hvítu riddurunum í húkkaraleik 3.ágúst á íslandsmóti 3 deildar karla í knattspyrnu, allur ágóði miðsdölnunnar rann til krabbavarnar

Ýmsir aðilir hlupu okkur til styrktar í Reykjavíkumaraþoninu.

Í september var golfmót Úlla open haldið og allur ágóði af mótinu rann til Krabbavarnar.

Þ. 29.9 bauð Helga Jónsdóttir stjórninni í bleikt bubbluboð í glerhýsi þeirra hjóna en tilefnið var að fá afhenda peningagjöf frá Vilborgar systrar stúku Oddfellow, einnig afhentu þær félaginu mósaik listaverk sem unnið var að Helgu sjálfri en verkið lýsir konu sem nýlega hefur greinst með krabbamein, hún hefur enn sítt hár, lítur í von til himins og finnur að það er von ...sem er nafnið á þessari mynd.

6.október var bleikt boð haldið og varð það ævintýraleg samkoma sem seint verður toppuð... enn og aftur komum við okkur á óvart með mætingu á viðburð sem félagið heldur sér til styrktar.

Í október hélt Viðar Breiðfjörð uppboð á listaverki er nefndist Fold, ágóði myndarinnar rann til Krabbavarnar.

22.október var bleik messa þar sem Valgerður sagði frá sinni sögu og Stína okkar sagði frá starfi félagsins.

Í endaðan október var haldið kótilettukvöld, Gunni og Pétur færðu félaginu styrk en þess má geta að þeir félagar hafa styrkt krabbavörn um tæpar tvær milljónir frá upphafi kótilettukvöldsins.

Hin árlega Áramótaganga var á sínum stað en þar greiðir fólk gjald til að taka þátt í göngunni sem rennur til Krabbavarnar.

Námskeið

Engin námsekið voru haldin árið 2023

Styrkir

- Félagið styrkti 28 einstaklinga á árinu.
- Félagið hefur greitt meðferðastyrki, styrki vegna íbúðar og sjúkrahótelskostnaðar einnig eru greiddir útfarastyrkir.
- Styrkir samtals á síðasta starfsári nam 2.825.000 kr.

Fræðslu- og forvarnastarfsemi

Opið hús var 30.03 er bar heitið,, veistu fyrir hverju Krabbavörn stendur? Langar þig að vita merira?“ þar var starfsemi Krabbavarnar kynnt ásamt því að fá aðila bæði frá HSU í vestmannaeyjum og frá KÍ en þessir aðilar mættu með fróðleg erind.

Útgáfumál og fræðsluverkefni

- Félagið gaf út upplýsinga bækling sem dreifður var í öll hús í Vestmannaeyjabæ ásamt því að þeir liggja frammi á biðstofu HSU í Vestmannaeyjum.

Markaðsstarf og kynningarmál

Facebooksíða félagsins

- Yfir 100 póstar hafa verið birtir á Facebook síðu félagsins árið 2023. Síðan er með 1,5K sem líkar við síðuna og 1,5K fylgjendur.
- Áframdeilingar á efni Krabbameinsfélags Íslands

Bæjarblöðin hafa verið dugleg að fjalla um starfsemi félagsins og styrkt félagið á þann hátt.

Samstarf

Krabbavörn hefur verið í samstarfi við ÍBV íþróttafélag, Friðarból sem sér um áramótagönguna presta Landakríkju ásamt einstaklingum sem koma að viðburðum tengda félaginu.

Fjármál

Afkoma félagsins á reikningsárinu var jákvæð.

- Helstu kostnaðarliðir voru: styrkir til félagsmanna
- Helstu innkomuliðir voru styrkir
- Sótt var styrki til: engir styrkir voru sóttir árið 2023

Lokaorð

Árið 2023 var gjöfult ár fyrir félagið hvað varðar styrki til félagsins á einn eða annan hátt, félagið er lánsamt að hafa alla þá styrktaraðila sem hugsa til þess og bæjarbúa alla sem sýna félaginu hlýhug.

Kærleikur er magnað verkfæri, sem félagið finnur fyrir í samfélaginu og erum við ævinlega þakklát fyrir það.

Takk fyrir samstarfið.

Stjórnin



Brakkasamtökin

Stofnað: 2015

Fjöldi félagsmanna: 163

Stofnað:

Brakkasamtökin voru stofnuð árið 2015 og hafa starfað síðan þá með hagsmunabaráttu BRCA arfbera að leiðarljósi. Stofnun samtakanna spratt frá því að það voru nokkrir eldhugar sem fundu mikla þörf á bættri þjónustu við þá sem lifa með aukinni áhættu á krabbameini. Samtökin voru stofnuð eftir að haldnir höfðu verið margir hittingar þar sem jafningjastuðningur var í fyrirrúmi.

Brakkasamtökin hafa frá upphafi lagt mikla vinnu í að koma út fræðslu og vitundarvakningu um arfgeng krabbamein í bæði ræðu og riti. Haldnir hafa verið fræðslufundir með flestum fagaðilum sem koma að erfðarannsóknunum, eftirliti og áhættuminnkandi aðgerðum sem og staðið fyrir fundum með jafningjastuðningi að leiðarljósi.

Brakkasamtökin hafa unnið stíft að því að koma sjónarmiðum arfbera á framfæri, m.a. í tengslum við að efla skimun og eftirlit fyrir þá sem bera BRCA eða aðrar meinvaldandi breytingar sem auka líkurnar á krabbameini.

Fjöldi félagsmanna: Á síðasta ári voru skráðir 163 félagsmenn í Brakkasamtökunum.

Stjórn:

Aðalfundur var haldinn rafrænn þann 16. nóvember 2023 ný stjórn var kosinn

Formaður: Jóhanna Lilja Eiríksdóttir

Gjaldkeri: Hrefna Eypórsdóttir

Meðstjórnendur: Inga Rut Gunnarsdóttir, Katrín Agnes Ellertsdóttir, Steinunn Markúsdóttir.

Haldnir voru 8 stjórnarfundir á árinu.

Stjórn tók þátt í 4 fundum hjá Krabbameinsfélagi Íslands og mættu 3 stórnarmenn á Brismálþing.

Starfsemi:

- Árið 2023 hefur verið viðburðaríkt en mikil vinna hefur farið í innri vinnu eins og félagatal og heimasíðu. Samtökin ákváðu að fá fagaðila til að gera nýja heimasíðu og gera þjónustusamning við þá aðila vegna vinnu við uppfærslu og að setja inn efni. Tilboði frá Snædal var tekið og hafa þeir staðið sig vel í þeirri vinnu og opnum við þá heimasíðu formlega hér síðar í dag. Grunnupplýsingar eru komnar þar inn en vinna er enn í gangi áður en síðan verður fullgerð.
- Vinna fór í að setja upp formlegt félagatal og koma félagsgjöldum í fast form með því að senda út greiðsluseðla. Félagsmenn eftir söfnun.
- Samtökin létu hanna fyrir sig nýtt logo sem við frumsýnum núna, en Mirosław Rajkowski hannaði það fyrir okkur.
- Harpa Dís Hákonardóttir var með fallegan og fróðlegan þátt um Brakka á RÚV. Lífið með brakka.
- Kaffifundur var með Kristjáni Skúla Ásgeirsyni brjóstaskurðlækni á Klíníkinni, hann var haldin í kjölfar Kveiks Þáttarins um brjóstapúða. Margar konur urðu óöruggar eftir þáttinn, verandi með brjóstapúða eftir að hafa farið í áhættuminnkandi aðgerðir. Ákvað því stjórnin að óska eftir upplýsinga- og fræðslufundi í samvinnu við Kristján Skúla, sem var mjög vel heppnaður. Á fundinn komu 30 konur á staðinn og voru 100 að fylgjast með í streymi.
- Samtökin voru búin að eiga samtal innan stjórnar og við forsvarsmenn Krabbameinsfélags Íslands og var send inn formleg umsókn um aðild sem var samþykkt í mars. Það var svo á aðalfundi KÍ í maí að fundargestir greiddu atkvæði með því að samtökin fengju formlega inngöngu og sáu Anna Margrét Bjarnadóttir, fyrrum formaður og Hrefna Eypórsdóttir gjaldkeri um að vera talsmenn samtakanna á þeim viðburði.
- Vorum með 2 jafningja fundi, þeir tókust mjög vel. Það væri mjög gott að fá einhverja í verkefnavinnu að sjá um þá fundi þótt þær séu ekki endilega í stjórn, þar sem stjórnin er dreifð um landið.
- Reykjavíkumaraþon Íslandsbanka var okkur mikilvæg fjáröflun. Samtökin auglýstu eftir hlaupurum sem svöruðu kallinu. Það voru 7 hlauparar sem hlupu og var þetta mesta upphæð sem hafa safnast fyrir samtökin í Reykjavíkumaraþoninu. Samtökin eru einstaklega þakklát þeim sem hlupu fyrir okkur. Hugmynd er uppi að fá með okkur í lið fleiri aðila til að sjá um Reykjavíkumaraþonið á þessu ári og láta prenta boli og hvatningaborða fyrir okkur.
- Samtökin undirbjuggu kynningu í samstarfi við verslunina Sassy sem er með toppa og brjóstahöld fyrir konur sem hafa farið í áhættuminnkandi aðgerðir, óháð hvort þær hafi farið í uppbyggingu eða ekki. Sú kynning gekk ekki upp vegna ónógrar þátttöku en stefnum á að reyna það aftur síðar.
- Samtökin fengu boð á kynningu með Intuens segulómunar fyrirtæki. Jóhanna Lilja og Hrefna fóru á fundinn fyrir hönd samtakanna. Mjög áhugaverður fundur varðandi segulóm skoðanir á brjóstum í tengslum við brjósta eftirlit BRCA arfbera. Þar var

einnig talað um heilskimanir sem fyrirtækið stefndi á en hlaut ekki hljómgrunn fagaðila í heilbrigðiskerfinu.

- Þann 14. september var haldið málþing, Briskrabbamein og eftirlit með einstaklingum í hárrí áhættu. Það fóru þrír frá samtökunum, Jóhanna Lilja, Hrefna og Inga. Málþingið var mjög fróðlegt og eftir framsögu fyrirlesara á þinginu voru umræður um briskrabbamein og pressa á að eftirlit þyrfti að komast á strax.
- Síðasta sýningin um Sögu Sóleyjar var síðan í Keflavík á Ljósanótt og hékk hún uppi út október. Jóhanna Lilja fór ásamt Þórdísi ljósmyndara, vini hennar og Sóleyju og sáu um að koma upp og opna sýninguna. Sýningin er þá búin að fara hringferð um landið; Reykjavík, Vestmannaeyjar, Reyðarfjörð, Akureyri og Reykjanesbæ sem er heimabær Sóleyjar.
- Þann 20. október var umræðu viðburður um tónverkið Genatóna. Höfundarnir Esther, Keli og Robin töluðu þar um tónverkið sem er í vinnslu. Í tónverkinu er stökkbreytt erfðaeefni í BRCA2 geni hljóðgert. Endanlegur flutningur verður svo vonandi á Listahátíð Reykjavíkur í Norræna Húsinu í júní, en verið er að vinna að umsókn um að fá að flytja tónverkið þar. Það verður gaman þegar endanleg útgáfa verður flutt.
- Á árinu er búið að fylgja eftir málefnum sem varða eftirlit eftir áhættuminnkandi aðgerðir, skimanir fósturvísa, kostnað við ferðir í eftirlit og gistinótt sem þarf að greiða nóttina eftir áhættuminnkandi brjóstnám á Klíníkinni. Stjórnin hefur verið dugleg að ýta á ýmsa aðila s.s. Brjóstamiðstöðina, heilbrigðisráðherra og alþingismenn.
- Brakkasamtökin voru beðin um að taka þátt í málþingi Íslenskrar Erfðagreiningar: Lífsnauðsynleg vitneskja. Boðið var með stuttum fyrirvara svo þetta kallaði á þúsluspil til að geta gengið upp þar sem Jóhanna formaður var erlendis. Hrefna flaug suður og deildi sinni BRCA sögu ásamt Steinunni og Þórdísi ljósmyndara. Þær stóðu sig frábærlega og fengu samtökin góða og mikilvæga hlustun. Þar kom fram að Íslensk Erfðagreining getur framkvæmt skimanir á fósturvísunum fyrir meingerð í BRCA geni og þarf því ekki að fara erlendis í það ferli. Samtökin eru að vinna í að kynna málið fyrir stjórnvöldu og gera allt til að þessi þjónusta verði í boði hérlandis sem og að hún verði niðurgreidd af Sjúkratryggingum Íslands.
- Í umræðu innan stjórnar núna er að stofna styrktarsjóð fyrir BRCA arfbera. Sjóðurinn væri hugsaður til að koma til móts við kostnað kvenna við gistingu sem fylgir vegna áhættuminnkandi aðgerða. Er þá hugsað vegna gistikostnaðar á sjúkrahótelinu, íbúðum verkalýðsfélaga eða íbúðum Krabbameinsfélagsins.

Útgáfumál og fræðsluverkefni

- Kaffifundur með Kristjáni Skúla var síðan eftir þáttinn í Kveik þar sem allt varð vitlaust út af brjóstapúðunum. 26 janúar Mjög góð mæting, að um 30 hafi mætt og 100 á netinu.
- Málþing: Briskrabbamein og eftirlit með einstaklingum í hárri áhættu. Tókum þátt í þinginu sem var haldið af Landspítalanum og Krabbameinsfélagi Íslands.

Markaðsstarf og kynningarmál

Heimasíða félagsins

- Ný heimasíða var opnuð á aðalfundi samtakanna, 22. febrúar 2024

Facebook síða félagsins

- Það hafa verið birtir 33 póstar á Facebook síðu félagsins. Síðan er með 1303 vini sem fylgjast með starfinu.

Instagram

- Instagramsíða samtakanna er með 236 fylgjendur.
-

Samstarf

Samtökin hafa verið í samstarfi við Klíníkina og Kristján Skúla Ásgeirsson.

Brjóstamiðstöðina og Svanheiði Lóu Rafnsdóttur.

Fjármál

Afkoma félagsins á reikningsárinu var jákvæð/neikvæð.

- Helstu kostnaðarliðir voru við ljósmyndasýninguna og ferðakostnaður.
- Helstu innkomuliðir voru félagsgjöld og úr Reykjavíkumaraþoni.
- Sótt var styrki í Velunnarasjóð Krabbameinsfélags Íslands.

Lokaorð

Árið hefur verið skemmtilegt og það er mikið framundan hjá okkur, Við ætlum að halda áfram að berjast fyrir bættu aðgengi að fræðslu, upplýsingum og utanumhaldi fyrir okkar hóp.

Takk fyrir samstarfið.

Stjórnin

Brjóstaheill – Samhjálp Kvenna

Stofnað: 1979 og sem formlegt félag sjálfboðaliða árið 2001

Fjöldi félagsmanna: um 100

Stjórn:

Formaður: Brynja Björk Gunnarsdóttir

Varaformaður: Anna Sigríður Arnardóttir

Ritari: Dóra Júlíussen

Gjaldkeri: Thelma Hólm Másdóttir

Meðstjórnendur: Heiða Birgisdóttir, Hildur Baldursdóttir, Guðrún Kristín Svavarsdóttir

Bakhjarlar stjórnar: Guðrún Sigurjónsdóttir

Starfsemi: Brjóstaheill – Samhjálp kvenna er aðili að Europa Donna, evrópusamtökum brjóstafélaga og starfa með samtökunum. Við erum einnig í góðum og nánum samskiptum við norrænu brjóstasamtökin. Annað hvert ár er haldin norræn ráðstefna brjóstasamtaka á norðurlöndum en 2022 var hún haldin í Finnlandi og sóttu 5 stjórnarkonur ráðstefnuna og fengum hlýjar móttökur og mörg áhugaveð erindi voru haldin ásamt erindum formanna Norðurlanda.

Næsta ráðstefna verður haldin í ár í Kaupmannahöfn. Fyrirhugað er að hana sækji 4 reyndar stjórnarkonur og 2 nýliðar sem valdir verða með hjálp Krabbameinsfélaga á landsbyggðinni. Við höldum hana á Íslandi árið 2016 og var hún vel sótt. Verkefnið „Kastað til bata“ nú 15 ára en verkefnið „kastað til bata“, samstarfsverkefni okkar og Ráðgjafabjónustu KÍ er haldið ár hvert og hefur löngu sannað gildi sitt. Þar býðst konum sem greinst hafa með brjóstakrabbamein að fara í laxveiði, undir stjórn þrautreyndra veiðimanna sem leiðbeina konunum við veiðina. Einnig eru í för sjálfboðaliðar frá Brjóstaheillum – Samhjálp kvenna, konunum til stuðnings. Þessar ferðir hafa tekist eindæmum vel og hafa konurnar sem farið hafa haldið hópinn, stutt hver aðra og hafa einnig boðið sig fram sem sjálfboðaliðar í framhaldinu.

Ár hvert sækjum við erlendar ráðstefnur, námskeið og fundi á vegum Europa Donna en sökum heimsfaraldursins var slíkum heimsóknum slegið á frest og hafa verið haldnar sjaldnar en hist á zoom fundum og sótt ráðstefnur yfir netið.

Bleika málþingið var haldið 19. október s.l. í húsnæði KÍ og bar heitið „Verum bleik fyrir okkur öll“ og var haldin bæði í húsnæði KÍ og var streymt beint á netinu og komu þar fram margir áhugaverðir fyrirlestrar og er til upptaka af málþingi á vef krabbameinsfélagsins.

Námskeiðið „Mín leið“ sem er að breskri fyrirmynd, ætlað konum sem greinst hafa með brjóstakrabbamein og hafa lokið meðferð var haldið á vor- og haustmánuðum og var mikil



ánægja með þessi námskeið og eru þau komin til að vera að okkar mati. Þetta námskeið er samstarfsverkefni Landspítalans, Ráðgjafapjónustu KÍ og Brjóstaheilla – Samhjálpur Kvenna. Næsta verkefni teljum við vera sambærilegt námskeið ætlað konum með krónískt brjóstakrabbamein og leggjum mikla áherslu á að ráðist verði í þar

Við höldum úti facebook síðu sem er mjög vinsæl meðal kvenna sem greinst hafa með brjóstakrabbamein og geta konur sótt það jafningjastuðning og ráðgjöf. Einnig óskað eftir samtali ef þörf er á.

Við stefnum á að halda annan aðalfund í kringum bleika mánuðinn í haust og nota sumarið til að leggja drög að skipulagi starfsins innan félagsins fyrir næsta vetur og fyrir næstu stjórn til að styðjast við, fá hugmyndir og nýjar ferskar konur til að koma inn í stjórn í stað þessara sem óska eftir að hætta en vilja vera bakhjarlar stjórnar sem er gríðarlega mikilvægt.

Brynja Björk Gunnarsdóttir

Formaður

Framför – félag BHKK greindra

Stofnun 12. Febrúar 2007 og endurreist 8.apríl 2019

Félagsmenn:

Ekki barst skýrsla



Kraftur, stuðningsfélag fyrir ungt fólk með krabbamein

Stofnað: 1. október 1999

Fjöldi félagsmanna: 1.131

Ársskýrsla stjórnar Krafts, lögð fram á aðalfundi félagsins 30. apríl 2024

Fullt nafn: Kraftur, stuðningsfélag fyrir ungt fólk sem greinst hefur með krabbamein og aðstandendur.

Stofndagur: 1. október 1999.

Skráðir félagsmenn 30. apríl 2024: 1.131

Heimilisfang: Skógarhlíð 8, 105, Reykjavík.

Sími: 866-9600. Kt. 571199-3009

Netfang: kraftur@kraftur.org

Vefsíða: www.kraftur.org

Stjórn Krafts

Stjórn Krafts, starfsárið 2023-2024, skipa: Elín Sandra Skúladóttir formaður, Arnar Sveinn Geirsson varaformaður, Ragnheiður Guðmundsdóttir ritari, Guðni Þór Jóhannsson gjaldkeri, Linda Sæberg meðstjórnandi og umsjónarmaður StelpuKrafts, Egill Þór Jónsson varamaður, Halla Dagný Úlfisdóttir varamaður og Maren Davíðsdóttir varamaður. Á síðasta aðalfundi fékk stjórn félagsins leyfi aðalfundar til að sitja áfram vegna aðstæðna hjá félaginu. Fékk stjórnin leyfi aðalfundar til að sitja þangað til félagið væri komið á lygnan sjó og átti þá að boða til aukaaðalfundar til að kjósa nýja stjórn. Í janúar á þessu ári mat stjórnin að best væri ef stjórnin myndi sitja til næsta aðalfundar í apríl. Því varð engin breyting á mönnun stjórnar þetta starfsárið. Stjórnarfundir voru 14 talsins á starfsárinu frá síðasta aðalfundi í apríl 2023.

Starfsmenn Krafts

Breytingar hafa orðið á starfsmönnum Krafts síðasta starfsárið.

Núverandi starfsmenn Krafts eru: Hulda Hjálmarsdóttir, framkvæmdastjóri, sem kom úr fæðingarorlofi í ágúst, Þórunn Hilda Jónasdóttir, markaðs- og kynningarfulltrúi og Kristín Lilja Sigurðardóttir, fjármála- og fjáröflunarfulltrúi, allar í 100% starfi. Taka skal fram að framkvæmdastjóri kom inn í 50% hlutastarf í ágúst og jók við prósentu sína hægt og sígandi. Var framkvæmdastjóri kominn í fullt starf í desember 2023.

Kristín kom til starfa í desember 2023. Kristín Lilja leysir af Aðalheiði Dögg Finnsdóttir Helland sem fór í fæðingarorlof í byrjun mars á þessu ári og verður í orlofi út árið 2024.

Þá hætti Stefán Magnússon, framkvæmdastjóri, störfum hjá félaginu þann 30. mars 2023. Var Stefán ráðinn til eins árs í afleysingar framkvæmdastjóra í fæðingarorlofi. Vegna fráhvarfs

Stefáns tók stjórn að sér verkefni tengd rekstri og fjármálum félagsins sem hún gegndi að einhverju leiti til febrúar 2024 þar sem framkvæmdastjóri kom ekki strax í fullt starf eftir fæðingarorlof.

Ingibjörg Bryndís Árnadóttir, fræðslu- og hagsmunafulltrúi og umsjónarmaður NorðanKrafts fór í fæðingarorlof í mars 2023 en hætti eftir það störfum hjá félaginu um mánaðarmótin febrúar/mars 2024 þar sem hún fluttist búferlum til Akureyrar.

Þá er félagið með nokkra fasta verktaka í sérverkefnum hjá félaginu. Atli Már Sigurðsson íþróttافرæðingur – þjálfari FítónsKrafts og umsjónarmaður Að klífa brattann gönguhóps, Hrefna Lind Einarsdóttir – umbrot á blaði, Laila Sæunn Pétursdóttir, markaðsráðgjafi og verkefnastjóri, Rakel Erna Skarphéðinsdóttir – grafískur hönnuður, Guðlaug Ragnarsdóttir, umsjónarmaður AðstandendaKrafts og náms - og starfsráðgjafi, Róbert Jóhannsson, umsjónarmaður StrákaKrafts og Linda Sæberg, umsjónarmaður StelpuKrafts og Sigríður Þóra Ásgeirsdóttir – umsjónarmaður hlaðvarps Krafts.

Félagar Krafts

Fjöldi félagsmanna í Krafti eru 1.131. Á síðasta starfsári bættust við 103 félagsmenn. Aukning er í skráningu félagsfólks af erlendum uppruna eða 15 einstaklingar af þeim 103 sem bættust í hóp félagsfólks. Af félagsfólki okkar eru 484 aðstandendur, 510 einstaklingar krabbameinsgreindir og 135 einstaklingar sem við höfum ekki vitneskju um hvort séu krabbameinsgreindir eða aðstandendur. Um það bil 67% félagsfólks eru kvenkyns og 33% eru karlkyns.

Stuðningsnetið

Þorri Snæbjörnsson, sálfræðingur, er umsjónarmaður Stuðningsnetsins, sem er samstarfsverkefni Krafts og Krabbameinsfélagsins. Á starfsárinu hefur sálfræðingur fengið 21 beiðni um jafningjastuðning, samanborið við 24 beiðnir árið 2022. Haldin voru tvö stuðningsfulltrúanámskeið sem sjö einstaklingar kláruðu. Eitt endurmenntunarkvöld fyrir stuðningsfulltrúa var haldið á starfsárinu sem var illa sótt. Sem áður er áhyggjuefni hversu fáar stuðningsbeiðnir berast í Stuðningsnetið og fáir nýta sér þessa þjónustu. Kraftur hefur á starfsárinu verið í samtali við Krabbameinsfélagið hvernig hægt er að nútímavæða Stuðningsnetið svo það haldi áfram að lifa og gagnist fólki betur í breyttu samfélagi. Það verkefni er á algjörum byrjenda reit en er það fullséð að breytingu þarf að gera svo Stuðningsnetið haldi áfram að lifa. Stjórn félagsins leggur áherslu að farið verði í þá vinnu á næsta starfsári.

Þá veitir félagsmönnum Krafts Þorri sálfræðiþjónustu í gegnum Ráðgjafapjónustu Krabbameinsfélagsins.

Heimasíða og samfélagsmiðlar

Bætt var inn efni á vefsíðu félagsins fyrir enskumælandi einstaklinga sem gætu þurft á þjónustu félagsins að halda. Það er áframhaldandi verkefni að gera vefinn enn betri og

Þjónustuvænni. Liður í því er að gera meira efni aðgengilegt á ensku og fleirum tungumálum en félagið hefur fundið fyrir mikilli þörf á því í ljósi fjölbreyttara samfélags. Þá er rík þörf á því að bæta inn fræðsluefni og viðhalda fræðsluvefnum sem verður lögð áhersla á á komandi starfsári þar sem stjórn hefur ákveðið að ráða starfsmann í fræðslumál til að styðja við þessi verkefni. Samfélagsmiðlar eru öflugur vettvangur fyrir félagið til að miðla og fræða ásamt því að auglýsa söluvarning og starfsemi félagsins. Einnig eru þeir notaðir sem auglýsingaverkfæri, sérstaklega í vitundarvakningu félagsins.

Kraftur er á mörgum helstu samfélagsmiðlum; Facebook, Instagram, LinkedIn, Tik Tok og X.

Fylgjendur Krafts á samfélagsmiðlum;

- Facebook eru yfir 15.522 en voru um 15.100 fyrir ári síðan (yfir 80% konur).
- Instagram eru komnir yfir 6.800 en voru 6.500 fyrir ári síðan.
- Tik Tok eru 343 en voru 180 í fyrra. Félagið byrjaði þar 27. janúar 2023
- LinkedIn eru 57 fylgjendur, félagið byrjaði þar 20. Nóvember 2022
- X (áður Twitter) eru 73 fylgjendur, félagið er ekki mjög virkt þar

Þá er félagið með 14 Facebook-hópa sem notaðir eru sem upplýsingaveitur til félagsmanna og sem umræðuvettvangur, en misjafnt er milli hópa hve virkir þeir eru hverju sinni.

Útgáfustarfsemi og hlaðvarp

Kraftsblaðið kemur út einu sinni á ári og er blaðið sent til allra félagsmanna og er því dreift að auki á heilsugæslustöðvar og helstu læknastofur ásamt öllum deildum Landspítalans og sjúkrahúsa á landsbyggðinni. Árið 2023 var blaðinu einnig dreift á N1 stöðvar víðsvegar um landið við góðar undirtektir. Þá er blaðið aðgengilegt á rafrænu formi á heimasíðu félagsins ásamt öllu útgáfuefni. Eins og undanfarin ár var styrktarlínum og auglýsingum safnað í blaðið og safnaðist 3.922.000 kr.

Ritstjóri og ábyrgðarmaður blaðsins 2023 var Laila Sæunn Pétursdóttir. Í ritstjórn voru Sunna Kristín Hilmarsdóttir, Aðalheiður Dögg Finnsdóttir og Þórunn Hilda Jónasdóttir. Blaðið var prentað í 2.500 eintökum og kom út í júní 2023.

Í desember var gefið út jólakort sem var sent á alla félagsmenn og samstarfsaðila.

Ekki hafa verið gerðir fleiri hlaðvarpsþættir frá síðustu seríu, en síðasti þáttur kom út 8. júlí 2022. Hlaðvarpsþættirnir eru 32 talsins og hafa samfélagsmiðlar verið nýttir í að vekja athygli á þeim. Ekki hefur verið ákveðið hvenær verður farið í framleiðslu á næstu hlaðvarpsseríu.

Þjónusta og viðburðir fyrir félagsmenn

Félagið leggur sig fram við að bjóða upp á fjölbreytta þjónustu fyrir félagsmenn sína og aðlagga hana að hópi okkar félagsmanna hverju sinni. Bæta inn upplýsingum um félagsmenn

Fréttabréf

Eins og venjan er héldu mánaðarleg fréttabréf til félagsmanna áfram. Það er yfirleitt sent í upphafi mánaðar og í þeim er farið yfir dagskrá mánaðarins, helstu viðburði og nýlegar fréttir. Eru fréttabréfin send út í tölvupóstforritinu Mailchimp.

Afmæliskort

Sérstök afmæliskort sem eru undirrituð af starfsmönnum og send með bréfpósti halda áfram að vekja mikla ánægju hjá félagsmönnum. Eru afmæliskortin send út í kringum afmælsdag viðkomandi félagsmanns.

Félagskort/Lyfjakort

Rafrænu félagskortin héldu áfram. Félagskort Krafts gefur félagsmönnum tækifæri á því að auðkenna sig hjá ýmsum samstarfsaðilum félagsins og fá þannig sérkjör á vörum og þjónustu. Nokkrir nýir samstarfsaðilar og bættust við á tímabilinu sem veita afslætti og sérkjör. Félagskortin sýna einnig hvort félagsmenn séu með lyfjastyrk hjá Apótekanum.

Bókasafn Krafts

Á safninu er að finna yfir 50 bækur um mataræði, hreyfingu, svefn, rannsóknir tengdar krabbameini, andleg efni, sjálfssögur, málefni tengd börnum og fjölskyldum og margt annað. Öllum félagsmönnum Krafts stendur til boða að fá bækur af safninu að láni.

FítónsKraftur og Að klífa brattann

FítónsKraftur starfar í formi námskeiða, viðburða, fjarþjálfunar og útivistar sem stuðlar að bættri heilsu og vellíðan fyrir félagsmenn. Umsjónarmaður FítónsKrafts er Atli Már Sveinsson, en hann hefur einnig séð um göngurnar undir formerkjum Að klífa brattann, sem er gönguhópur sem fer í reglulegar göngur innan eða rétt utan höfuðborgarsvæðis. Á árinu 2023 voru haldnar 6 göngur þar sem mæting var 0 til 8 manns. Það komu 4 beiðnir um fjarþjálfun. Fátt var um námskeið tengt hreyfingu og útivist á starfsárinu en í mars 2024 hóf göngu sína nýtt göngunámskeið undir formerkjum Að klífa brattann en umsjónarmaður námskeiðsins er Bára Mjöll Þórðardóttir.

Stuðningsviðtöl

Sérstök stuðningsviðtöl fyrir félagsmenn eru reglulega veitt, sérstaklega fyrir nýja félagsmenn. Fara viðtölin fram ýmist í gegnum síma eða á skrifstofu Krafts. Getur fólk óskað eftir viðtali í gegnum heimasíðu félagsins og hefur starfsmaður þá samband og býður viðtal í gegnum síma eða að koma á skrifstofu Krafts. Viðtölin eru því ýmist bókuð með fyrirvara en einnig kemur fólk án þess að panta tíma. Starfsmenn Krafts hafa annast þessi viðtöl. Í fjarveru Huldu Hjálmarsdóttir tók Inga Bryndís Árnadóttir við viðtölunum en eftir að hún fór í fæðingarorlof tók Egill Þór Jónsson við viðtölunum tímabundið þangað til Hulda kom úr fæðingarorlofi í lok ágúst 2023.

Stuðningshópar

Kraftur heldur úti stuðningshópum fyrir unga krabbameinsgreinda og aðstandendur. Eftirfarandi stuðningshópar hafa verið starfræktir á starfsárinu.

StelpuKraftur

Stuðningshópur fyrir ungar konur sem greinst hafa með krabbamein sem hittast annan hvern miðvikudag. Hópurinn hefur verið undir handleiðslu Lindu Sæberg og Huldu Hjálmarsdóttur síðastliðið ár.

StrákaKraftur

Stuðningshópur yfir unga stráka sem greinst hafa með krabbamein sem hittist annan hvern miðvikudag. Hópurinn var undir handleiðslu Stefán Magnússon fram í mars 2023 og lagðist í smá vor- og sumardvala þar til Róbert Jóhannsson tók við honum í ágúst 2023.

AðstandendaKraftur

Stuðningshópur fyrir aðstandendur krabbameinsgreindra. Hefur hópurinn verið að hittast annan hvern fimmtudag síðastliðinn starfsvetur. Er þetta vettvangur fyrir aðstandendur til að fræðast og deila reynslu meðal jafningja. Guðlaug Ragnarsdóttir tók við AðstandendaKrafti haustið 2023 en hópurinn hafði legið í dvala eftir að Inga Bryndís fór í fæðingarorlof í febrúar.

NorðanKraftur

Stuðningshópur fyrir unga krabbameinsgreinda og aðstandendur á Akureyri. Hópastarfið er unnið í góðu samstarfi við Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis. Undanfarið starfsár hefur ekki verið mikil virkni í hópnum eftir að Inga Bryndís umsjónarmaður hópsins fór í fæðingarorlof.

Gjafapoki Krafts

Kraftur gefur nýgreindum gjafapoka með gagnlegum upplýsingum og gjöf frá félaginu. Er gjafapokinn afhentur inn á helstu krabbameinsdeildum Landspítalans. Markmiðið með gjafapokunum er að veita stuðning og bjóða fólk velkomið í klúbbinn sem enginn vill vera meðlimur í. Á síðasta starfsári fengum við Unbroken og Bláa lónið í samstarfs með okkur sem gefur varning í gjafapokann.

Náms- og starfsráðgjöf

Á síðasta starfsári byrjaði Guðlaug Ragnarsdóttir að veita félagsmönnum Krafts náms- og starfsráðgjöf. Enn sem komið er hefur þessi þjónusta ekki verið mikið nýtt hjá félagsmönnum okkar.

Minningarsjóður

Tilgangur Minningarsjóðsins er að styrkja aðstandendur til að standa straum af útfararkostnaði þegar félagsmaður fellur frá vegna krabbameins eða afleiðingum þess. Allur ágóði af sölu minningarkorta félagsins rennur óskiptur í sjóðinn. Stjórn samþykkti í byrjun þessa starfsárs að hækka styrkinn úr 250.000 kr. í 300.000 kr. En stjórn félagsins tekur ákvörðun um styrkupphæð til félagsmanna einu sinni á ári þegar ársreikningur félagsins liggur fyrir. Á þessu starfsári hafa níu manns hlotið styrk úr sjóðnum að upphæð 2.700.000 kr.

Styrktarsjóður Krafts

Stjórn félagsins ákvað að breyta nafni Neyðarsjóðsins í Styrktarsjóð Krafts en honum er ætlað að standa straum af kostnaði sem fellur utan greiðslupátttöku sem og öðrum tekjumissi sem getur hlotist vegna veikinda viðkomandi. Á starfsárinu uppfærði stjórn félagsins starfsreglur úthlutunarnefndar og sem gaf rýmri heimildir til úthlutunar til að mæta fjárhagsörðuleikum félagsmanna betur sem og hækkandi verðlagi í samfélaginu. Úthlutað var úr Styrktarsjóð félagsins tvisvar á síðasta starfsári. Apríl úthlutunin dróst fram í maí og fengu 5 aðilar samtals 2.414.123 kr. Í haustúthlutun 2023 fengu 4 aðilar samtals um 2.400.000 kr. Samtals 4.814.123 kr. Úthlutunarnefnd Styrktarsjóðsins fer með úthlutanir úr sjóðnum og samanstendur hún af þremur fulltrúum.

Styrkur til lyfjakaupa / Lyfjakort

Lyfjastyrkur til félagsmanna eru í formi lyfjakorta sem sótt er sérstaklega um til félagsins. Með lyfjakortunum fá félagsmenn öll krabbameinslyf, sem og önnur tengd lyf, þeim að endurgjaldslausu hjá Apótekaranum. Endurnýjaður var samningur við Apótekarann sem gildir til desember 2025. Skerpt var á samstarfinu við Apótekarann og samræmdar upplýsingar sem bæði var miðlað til starfsmanna Apótekarans sem og þeirra sem nýta sér lyfjastyrkinn hjá Krafti. Var það gert í kjölfarið af ábendingum sem félaginu bárust frá félagsmönnum varðandi afgreiðslu á þessum lyfjum sem og óskir frá starfsmönnum Apótekarans um betra upplýsingaflæði. Virk 6 lyfjakort í mars 2024 voru 53 talsins. Gildistíma lyfjakortana var breytt yfir í 6 mánuði og er því töluvert minni bakvinnsla á skrifstofunni vegna þeirra.

Helstu viðburðir á starfsárinu

Perlað af Krafti

Á starfsárinu voru haldnir 39 perluviðburðir víðsvegar um landið. En farið var hringinn í kringum landið í vitundarvakningu félagsins þar sem haldnir voru viðburðir á Akureyri, Neskaupstað, Selfossi, Akranesi og Borgarnesi. Samtals voru um 4500 manns sem perluðu um 15.257 armbönd á síðasta starfsári. En lang stærsti perluviðburðurinn var í Hörpu þar sem um 1500 manns mættu og perluðu 3581 armband. Viðburðirnir Perlað af Krafti eru mikilvægir fyrir félagið þar sem félaginu gefst tækifæri á að kynna starfsemi sína inn á vinnustöðum og í skólum. Eru þessir viðburðir því mikilvægir bæði fyrir fræðslu og kynningar og einnig til fjáröflunar þar iðulega fer fram sala á armböndum og öðrum söluvarningi félagsins.

Kröftug stráka-og kvennastund

Í október 2023 var haldin Kröftug kvennastund í Sykursalnum þar sem fram komu Sunna Kristín Hilmarsdóttir, Iðunn Björk Ragnarsdóttir og Berglind Häsler og deildu reynslu sinni. Fundarstjórn var í höndum Ingileifar Friðriksdóttur og Maríu Rut Kristinsdóttur og endaði Saga Garðars kvöldið með hláturssprengju. Stundin var virkilega kröftug og mættu um 60 konur.

Í mars 2024 var haldin Kröftug strákastund á Kexinu í umsjón Matta Osvald, heilsufræðings og markþjálfara Ljóssins og Róberts Jóhannssonar umsjónarmanni StrákaKrafts. Sóli Hólm, Tómas Þór, Rafn Heiðdal, Skúli Andrússon og Hilmar Orri sögðu frá sinni reynslu. Í lok stundarinnar

komu tónlistamennirnir Valdimar og Örn Eldjárn og tóku nokkur lög en um 50 strákar mættu á stundina.

Páskabingó Krafts

Árlegt Páskabingó Krafts fór fram 19. mars 2023. Lalli Töframaður sá um Páskabingóið af sinni einstakri snilld og töfraði fram hverja töluna á fætur annarri. Þetta er annað árið í röð sem Lalli sér um bingóið. Það mættu um 100 manns og var mikil spenna og gleði yfir bingóinu en viðstaddir höfðu kost á því að vinna egg frá Góu, Freyju eða Nóa Siríus. Allir sem komu fengu líka lítið páskaegg þegar þeir fóru.

Sumargrill Krafts

Sumargrillið var haldið í Guðmundarlundi 22. júní og mættu um 200 manns. Sirkus Íslands sá um andlitsmálun og blöðrudýr, börnin gátu skellt sér á bak á Krakkahestum, hoppukastalar og Instamyndir voru á svæðinu. Hamborgarabúlla Tómasar grillaði borgara ofan í alla viðstadda og Ölgerðin sá um drykki. Ísbíllinn mætti á svæðið og sáu sjálfboðaliðar um að poppa fyrir hópinn í glæsilegri poppvél frá Sirkus Íslands. Leikhópurinn Lotta mætti með skemmtilegt atriði og að lokum tók brekkusöngs meistarinn og söngvari Stuðlabandsins, Magnús Kjartan, nokkur vel valin lög og sendi alla syngjandi glaða heim.

Aðventukvöld Krafts

Kraftur hélt Aðventukvöld 7. desember 2023 og mættu um 140 manns. Boðið var upp á veitingar undir dagskrá kvöldsins. Vísinda Villi kom og gerði tilraunir fyrir krakkana. Jólasveinar mættu á svæðið og gáfu öllum börnum glaðning og allir áttu séns á happdrættisvinningum. Hreimur mætti og kláraði kvöldið með stæl. Nomy veislupjónusta gaf veitingar fyrir Aðventukvöldið sem við skilum þeim bestu þökkum fyrir.

Kraftur gekk á Grænahrygg

Í júlí 2023 stóð Kraftur fyrir göngu á Grænahrygg í samstarfi við Midgard Adventure. Um var að ræða dagsgöngu um náttúruundur Torfajökuls og Landmannalauga og fékk hópurinn að gista í Midgard Base Camp næturnar fyrir og eftir gönguna. Um 23 manns tóku þátt í þessari skemmtilegu göngu.

StelpuKraftur í Þórsmörk

Í september fór 13 stúlkna hópur í StelpuKrafti í ævintýraferð í Þórsmörk. Þar sem tekinn var veglegur göngutúr um Þórsmörkssvæðið. Ferðin endaði svo með hamborgaraveislu, pottaferð og einnar nætur gistingu í Midgard Base Camp.

StrákaKraftur í óvissu jeppaferð

Stefnt var á að bjóða StrákaKrafti í óvissu jeppaferð með Midgard Adventure en því miður var ekki næg þátttaka svo ferðin féll niður.

Flothetta og Silkitónheilun

Kraftur hefur boðið félagsmönnum sínum upp á tíma í flotmeðferð einu sinni í mánuði frá september og fram í júní 2024 sem hefur gefist vel og verið vel sótt. Haustið 2023 var líka boðið upp á tíma í Silkitónheilun í Eden jóga sem var vel sótt.

Fjölskylduviðburðir

Kraftur hefur boðið félagsmönnum sínum og fjölskyldum þeirra upp á reglulega fjölskylduviðburði. Við buðum fjölskyldum í Fjölskylduland, SKOPP, Evrópufrumsýningu á TROLL 3 í bíó, á skauta og í Minigolfgarðinn.

Krabbamein fer ekki í frí

Kraftur stóð fyrir vitundavakningunni Krabbamein fer ekki í frí í sjötta sinn en í þetta sinn fólst það í því að taka saman (oft skertan) opnunartíma ýmissa heilbrigðis- og þjónustuaðila krabbameinsgreindra og var það kynnt á vef og samfélagsmiðlum félagsins.

Ungt fólk og krabbamein – fyrirlestraröð Krafts

Frá árinu 2017 hefur Kraftur staðið fyrir reglulegum fræðslufundum undir yfirskriftinni „Ungt fólk og krabbamein“. Á síðasta starfsári voru engir fræðslufyrirlestrar haldnir undir þeim formerkjum en stuðningshóparnir fengu fræðslu inn í stuðningshópana.

Fjármál, sala og styrkir

Mikil áhersla er lögð á ábyrga fjármálastjórn og ráðadeild í rekstri. Kraftur byggir afkomu sína alfarið á frjálsum framlögum frá einstaklingum og fyrirtækjum. Helstu kostnaðarliðir Krafts eru húsaleiga, laun og launatengd gjöld og rekstur þjónustupátta fyrir félagsmenn sína sem og kostnað vegna viðburða og námskeiða.

Mánaðarlegir styrkir

Mánaðarlega styrktarsamfélag Krafts heldur áfram að eflast og eru nú samtals 2.830 einstaklingar sem greiða að meðaltali 1.830 kr. á mánuði. Heildartekjur ársins af mánaðarlegum styrktaraðilum var 56.086.324 kr. og er vöxtur upp á 14% milli ára. Rúmlega 80% styrkjenda eru konur og 20% karlar.

Styrkir til Krafts

Styrkir í gegnum áheitasöfnun og styrkjasöfnun í gegnum Miðlun á sér stað árlega í tengslum við Reykjavíkumaraþonið. Árið 2023 hlupu 130 einstaklingar fyrir Kraft og söfnuðu áheimum. Samtals 18.988.503 kr. Það var einn hópur sem skar sig úr þ.e. Boss jakkafata gaurarnir en þeir hlupu nokkur auka maraþon í vikunni undan maraþoninu og söfnuðu þeir rúmum 8 milljónum fyrir Kraft í Reykjavíkumaraþoninu. Kraftur keypti aðgang að Billboard auglýsingum til að þakka hlaupurunum og þeim sem styrktu þá fyrir þeirra framlag og safnaði auglýsinga- og styrktarlínum fyrir því. Við nýttum einnig samfélagsmiðla til að birta auglýsinguna og styrktarlínurnar. Alls safnaðist 5.390.000 kr. sem er til viðbótar við það sem safnaðist í maraþoninu. Uppgjör á Haustpeysu Havarí fór fram á árinu en í nóvember 2022 seldi Havarí Haustpeysu Prinsins í samstarfi við 66°norður, til styrktar Krafti og Styrktarsjóði Prins Póló. Kraftur fékk styrk upp á 1.017.580 kr. úr því verkefni. 9

Að auki bárust Krafti ýmsir styrkir á tímabilinu;

- BM Vallá veitti Krafti Hjálparhellustyrk 250.000 kr
- Deloitte veitti Krafti styrk að upphæð þess kostnaðar sem fer vanalega í að senda almenn jólakort að upphæð 350.000 kr
- Samfélagssjóður Eflu úthlutaði Krafti styrk sem nýttur verður í fjölskylduviðburði félagsins 500.000 kr.
- Vinir Njalla héldu metnaðarfulla tónleika til heiðurs Njáls Þórðarsonar (Njalla) hljómborðsleikara og rann allur ágóði tónleikanna sem og bola og húfusala til Krafts samtals 9.360.700 kr.
- Nemendur í 8. og 9. bekk Áslandsskóla í Hafnarfirði héldu fata- og bókamarkað og seldu heimatilbúin kerti á Menningardegi skólans til styrktar Krafti og söfnuðu 110.000 kr.
- Skátafélagið Vífill í Garðabæ seldu kanilsnúða í sunnudagskaffið til styrktar Krafti og rann allur ágóði til Krafts samtals 550.000 kr.
- Tvær ungar stúlkur tóku sig saman og voru með veitingasölu á 17. júní til styrktar Krafti og söfnuðu 30.250 kr. • Sporthúsið var með opna æfingu til styrktar Krafti og safnaði 90.000 kr.
- LS Retail gaf Krafti styrk að upphæð 200.000 í tilefni af bleika deginum.
- Gerðaskóli í Garði var með fatamarkað og kaffisölu til styrktar Krafti og safnaði 140.000 kr. Mýs og menn styrktu félagið um 606.424 kr eftir heilsueflingar keppni hjá fyrirtækinu.
- Fyrirtækið Jakob Valgeir ehf styrkti félagið um 400.000 kr.
- Kraftur fékk 2.000.000 kr styrk frá Heilbrigðisráðuneytinu, 700.000 kr styrk frá Lýðheilsusjóði Landlæknis fyrir hópa starfi félagsins.
- HS Orka veitti okkur 500.000 kr styrk fyrir fjölskylduviðburði félagsins.
- Landsvirkjun styrkti starfsemi félagsins um 300.000 kr.
- Gunnhildur Stefánsdóttir gaf okkur 181.000 kr.
- Team Tinna félagsamtök ákváðu að styrkja Kraft um 300.000 kr.
- Hvítasunnusöfnuðurinn gaf 53.000 kr. Sem var afrakstur af súpusölu sem þau voru með samhliða perluviðburði.
- Jóhann Þórarinsson afþakkaði gjafir á 50 ára afmælinu sínu og bað fólk um að styrkja Kraft í staðinn. Samtals safnaðist um 630.000 kr.

Vefverslun og sala varnings

Sala varnings Krafts fer fram á ýmsum stöðum; á skrifstofu félagsins, í gegnum umboðssölu, á viðburðum, í gegnum reikningsviðskipti og í vefverslun. Á árinu 2023 var heildarsala í vefverslun um 24 milljónir. Voru 5.193 vörur keyptar í 2.697 pöntunum. Samanborið við fyrra ár þar sem voru 3.575 vörur keyptar í 1.480 pöntunum. Er það aukning um 82% af pöntunum í vefverslun á milli ára. Söluhæstu vörurnar voru Lífið er núna húfurnar og perluarmböndin en einnig var góð sala á servíettum og ilmkertum, sérstaklega í nóvember og desember. Þá voru

útbúnir sérstakir „hátíðarpakkar“ með þremur vörum (servíettum, ilmkerti og Omnom súkkulaði) og seldust þeir einstaklega vel.

Samstarf við VERU DESIGN

Á vormánuðum ársins 2023 kom út Lífið er núna skartgripalína Krafts sem unnin var í samstarfi við VERU DESIGN. Voru þetta þrjár tegundir af armböndum og eitt hálsmen, sem hægt var að fá bæði í gulli og silfri. Allur ágóði af sölu skartgripalínunnar rennur til Krafts. Skartið er í boði í vefverslun Krafts sem og hjá öllum umboðsaðilum VERA DESIGN um allt land. Hagnaður af sölu umboðsaðila og VERA DESIGN er ca á pari við það sem skartgripalager Krafts kostar. Svo öll bein sala Krafts rennur nánast 100% til félagsins.

Árvekni - og fjáröflunarátak

Krafts Árlega stendur Kraftur fyrir árvekni- og fjáröflunarátaki þar sem markmiðið var að vekja athygli á ungu fólki sem greinst hefur með krabbamein og aðstandendum og á um leið fjárhagslegan stuðning fyrir félagið. Þetta árið var ákveðið að fara í söluátak á gylltu Lífið er núna armbandi þar sem félagið fagnar líka 25 ára afmæli á þessu ári.

Vertu perla - Berðu Lífið er núna armbandið

Frá 19. janúar til og með 12. febrúar 2023 stóð Kraftur fyrir áttakinu **Vertu perla - Berðu Lífið er núna armbandið**. Átakið vakti mikla athygli og vorum við sýnileg víðsvegar í þjóðfélaginu. Fólk fékk innsýn inn í heim félagsmanna okkar, þeim áskorunum sem þau standa oft frammi fyrir sem og hvaða þýðingu Lífið er núna armbandið hefur fyrir þau og að sjá aðra bera armbandið.

Perluðum við víðsvegar um landið svo sem í Hörpu, Akureyri, Neskaupstað, Höfn, Selfoss, Akranesi og Borgarnesi. Jafnframt voru fullt af velviljuðum fyrirtækjum og skólum sem peruðu með okkur af krafti. En um 3100 sjálfboðaliðar peruðu með Krafti um 10.000 armbönd á tímabilinu og í heild seldum við 8.224 armbönd.

Teningar lífsins var viðhafnarútgáfa af perluarmbandinu sem framleitt var af VERA DESIGN í tilefni af 25 ára afmælis Krafts í ár. Hægt var að fá armbandið í gull eða silfur útgáfu og var það til sölu í vefverslun Krafts og hjá umboðsmönnum VERA DESIGN. Heildarhagnaður vegna þessa var um 3,6 milljón króna.

Heildar hagnaður og styrkir fyrir vitunarvakninguna námu um 24,6 milljón í krónum sem munu nýtast í þágu ungs fólks sem greinst hefur með krabbamein og aðstandenda.

Baráttudagur gegn krabbameinum var 4. febrúar. Fengum við framhaldsskólana með okkur í lið með því að deila myndböndum á samfélagsmiðlum þar sem þau sýndu hvernig þau taka höndum saman gegn krabbameinum og sérstök mynd var útbúinn að til að vekja athygli á baráttudeginum með því að fá áhrifavalda til að deila þeim á sína áhrifavalda. Fékk þessi myndi mikla og góða dreifingu.

Lífið er núna dagurinn var haldinn í annað sinn 8. febrúar og hófst af krafti með eldgosi á Reykjanesinu. Á Lífið er núna daginn var fólk hvatt til að klæðast appelsínugulu, fagna lífinu og

deila því á samfélagsmiðlum. Þótt dagurinn sjálfur hafi aðeins fallið í skuggann á eldgosi fékk Kraftur nokkura umfjöllun í fjölmiðlum fyrir daginn.

Fræðslu-og hagsmunamál

Síðasta starfsár hefur fræðslu - og hagsmunafulltrúi félagsins verið í fæðingarorlofi. Því hefur sumt af hennar verkefnum legið í dvala meðan á fjarveru hennar stóð. Kraftur hefur ákveðin baráttumál í forgangi í sérstakri stefnu félagsins í hagsmunagæslu fyrir árin 2022 og 2023. Þar eru helstu baráttumálin

- **Krabbameinsáætlun stjórnvalda til ársins 2030.** Kraftur heldur áfram að beita sér fyrir því að pressa á stjórnvöld til þess að fjármagna krabbameinsáætlun sem gildir til ársins 2023
- **Tæknifrjóvgunarmál.** Kraftur vill stuðla að breytingu á reglugerð er varðar greiðsluþátttöku Sjúkratrygginga Íslands í uppsetningu frystra fósturvísa. Til gamans má geta þess að þetta mál er í góðum farvegi og breytinga vænta fljótlega á reglugerð þess efnis.
- **Upplýsingagjöf varðandi geymslu/förgun kynfruma.** Þá varðar þetta upplýsingagjöf löggiltra heilbrigðisstofnunar til þjónustuþega um meðhöndlun kynfruma fyrir og eftir andlát.
- **Tannlæknakostnaður.** Kraftur vill veita heilbrigðisyfirvöldum aðhald vegna greiðsluþátttöku og gjaldskrár Sjúkratrygginga Íslands við tannlækningar vegna alvarlegra sjúkdóma.
- **Endurhæfing krabbameinsgreindra.** Kraftur vill stuðla að því að endurhæfing verði tryggður partur af krabbameinsmeðferð allra og að endurhæfingarstofnanir fái fjármagn til að sinna endurhæfingarpörfum þessa sjúklingahóps.
- **Síðbúnar afleiðingar krabbameina.** Kraftur vill vekja athygli á mikilvægi eftirfylgni eftir meðferð sjúklinga til að fylgjast með heilsufari og síðbúnum afleiðingum krabbameinsmeðferða.
- **Ný krabbameinsdeild.** Kraftur vill beita sér fyrir þeirri brýnu þörf sem er á nýju húsnæði og leggja árar á bát með Krabbameinsfélagi Íslands að vekja athygli á málefni.
- **Umboðsmaður sjúklinga.** Kraftur vill vekja athygli á mikilvægi þessa og ákalli frá sjúklingum um sérstakan umboðsmann.

Á síðasta starfsári hefur Kraftur setið í vinnuhóp á vegum Heilbrigðisráðuneytisins vegna Krabbameinsáætlunar 2030 þar sem vinnuhópurinn vinnur að aðgerðaráætlun stjórnvalda í heilbrigðisþjónustu við krabbameinsgreinda.

Þá hefur Kraftur einnig á starfsárinu skilað inn tveimur umsögnum um lög er varðar umboðsmann sjúklinga sem og lög um dánaðaraðstoð. Þá er vert að nefna að félagið skilaði inn umsögn með dánaraðstoð þar sem félagsmenn Krafts tóku þátt í könnun á vegum heilbrigðisráðuneytisins þar sem kom í ljós að meirihluti okkar félagsmanna er hlynntur

dánaraðstoð. Þá tók Kraftur einnig þátt í málstofu á árinu er varðar ófrjósemisvanda krabbameinsgreinda í samstarfi við LífsKraft, styrktarfélag, þar sem helstu sérfræðingar og læknar sem koma að ófrjósemi komu og töluðu.

Lokaorð

Talsverðar breytingar áttu sér stað á síðasta starfsári á innri starfsemi Krafts, m.a. með mannabreytingum og nýjum starfshlutverkum. Undanfarin ár hefur félagið vaxið ört og vexti fylgja gjarnan vaxtaverkir. Félagið stendur vel fjárhagslega og vinnur nú í því að fjölga starfsmönnum félagsins. Það eru kraftmiklir tímar framundan, með vel mönnuðu félagi er kominn tími til þess að gefa í og veita félagsmönnum Krafts enn betri þjónustu í þeim erfiðu verkefnum sem þeir eru að takast á við.

Félagið væri ekki á þeim stað nema fyrir tilstilli eldhuga í stjórn félagsins, sjálfbóðaliða og starfsmanna á hverjum tíma. Það eru þau sem skapa frumkvæði og drifkraftinn í félaginu.

Fyrir hönd stjórnar Krafts vil ég þakka öllum þeim sem hafa unnið óeigingjarnt starf í þágu félagsins á árinu. Kraftur er lítið félag með stórt hjarta sem slær í takt með félagsmönnum sínum.

Ný rödd

Stofndagur: 20. Desember 1980

Fjöldi félagsmanna:

Ekki barst skýrsla

Perluginir

Stofnað: árið 2015

Perluginir- félag um mergæxli á Íslandi

Perluginir er félag þeirra sem greinst hafa með mergæxli og aðstandendur þeirra. Félagið var stofnað formlega 11. nóvember 2015 en áður hafði hópur fólks sem greinst hafði með mergæxli hist um árabíl í Perlunni og veitt hvort öðru stuðning. Nafnið er sprottið frá þessum fundum í Perlunni.

Haldnir eru fundi mánaðarlega að jafnaði yfir vetrarmánuðina.

Árlega er haldin ráðstefna þar sem farið er yfir það nýjasta í meðferð á mergæxli, ný lyf og kynntar rannsóknir mergæxli. Fyrsta ráðstefnan var haldin árið 2016. Ráðstefnurnar manns). Þetta fjölsamtökum. Í Myeloma Foundation, IMF) og eru rannsóknir í mSckotland, Feroy íslans, rlin next október. Ráðstefnurnar hafa verið fjölsóttar (80-110 manns) af Perluginum sem og heilbrigðisstarfsfólki. Hægt er að kynna sér umfjöllunarefni ráðstefnanna á vefsíðunni krabb.is/myeloma. Á vefsíðunni er einnig aðgengilegt kynningarefni um mergæxli.

Perluginir stóðu fyrir útgáfu smárits um mergæxli. Krabbameinsfélagið styrkti prentun ritins sem dreift er á spítölum til þeirra sem greinast.

Perluginir eru aðilar að alþjóðasamtökum um mergæxli (International Myeloma Foundation, IMF) og eru árlegar ráðstefnur kostaðar af þeim samtökum. Perluginir eru einnig aðilar að Evrópusamtökum um mergæxli (Myeloma Patients Europe, MPE).

Í stjórn Perluvina:

Kristín Einarsdóttir, formaður

Kjartan Gunnarsson

Þórhalli Einarsson

Stómasamtök Íslands

Stofnuð: árið 1980

Fjöldi félagsmanna: 300

Starfsárið 2023-2024 var frekar hefðbundið, og tókst að halda uppi nokkuð eðlilegu starfi þrátt fyrir að fundarsókn félagsmanna sé ennþá með Covid yfirbragði .. Það náðist að halda fimm almenna félagsfundi á starfsárinu en aðalfundur samtakanna var haldinn í maí eins og lög gera ráð fyrir. Nokkrir stjórnarfundir voru haldnir þegar leið á starfsárið og voru þeir hafðir að mestu með mætingu stjórnarmanna á fundarstað. Jólahlaðborð samtakanna var haldið í desember og var mæting töluvert betri en árið á undan.

Innlent samstarf:

- Formaður samtakanna sat í kjörnefnd Krabbameinsfélagsins og mætti að auki á formannafundi. Tveir fulltrúar okkar voru síðan á aðalfundi KÍ. Þrír fulltrúar samtakanna sóttu aðalfund ÖBÍ.

Erlent samstarf:

- Aftur tókst að senda stómavarning til Afríku og fóru þangað tvær sendingar, hvor um sig ríflega 100 kg... Samtökin fengu hins vegar ekki náð fyrir augum úthlutunarnefndar í utanríkisráðuneytinu og var því ekki hægt að fara til Uganda með fullmótað prógram til styrktar stómaþegum þar í landi. Formaður og annar stjórnarmaður til fóru þó til Uganda og leiddu þar starf sem tók ríflega viku og tókst með ágætum
- Formaður samtakanna var áfram forseti Evrópusamtakanna, EOA, og leiddi stjórnarstörf. Stjórnarfundir fóru bæði fram í gegnum netið og haldinn var fundur þar sem allir stjórnarmeðlimir mættu til Lyon í Frakklandi. Fundurinn var að hluta til haldinn í samstarfi við frönsk samtök og var mikið gagn að honum.
- Einn stjórnarmaður fór á sýningu á stómavörum í Bandaríkjunum og fann þar marga hnýsilega hluti sem kannski verður hægt að benda fólki á að nota.
- Norræn ráðstefna var síðan haldin hér á landi í september og tókst með miklum ágætum. Frændur okkar á norðulöndunum voru mjög ánægðir með bæði fyrirlestra og alla framkvæmd.

Útgáfumál:

Fréttablað Stómasamtakanna kom ekki út á árinu og eru margir sem sakna þess en heimasíðan á taka við hlutverki þess sem og aðrir samskiptamöguleikar í gegnum netið. Facebook síða á



vegum samtakanna hefur verið notuð töluvert á árinu til að miðla upplýsingum og streyma fundum.. Öll útgefin fréttabréf er einnig að finna á pdf formi á heimasíðu samtakanna, www.stoma.is.

Almennt:

Í lok starfsársins voru félagsmenn ríflega 300 talsins, flestir á höfuðborgarsvæðinu en einnig er stór hópur virkur á Eyjafjarðarsvæðinu. Þar fyrir utan dreifast stómaþegar um allar byggðir landsins. Fjárhagur félagsins er ágætur í lok starfsársins. Er þar helst að þakka styrkjum frá Krabbameinsfélaginu og Öryrkjabandalaginu.

Virðingarfyllt,

Jón Þorkelsson, formaður Stómasamtaka Íslands.