

Ársskýrslur aðildarfélaga

Fyrir aðalfund 9.5. 2026



Efnisyfirlit:

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

Fjöldi félagsmanna í aðildarfélögunum	1
Krabbameinsfélag A-Húnavatnssýslu.....	2
Krabbameinsfélag Akraness og nágrennis.....	4
Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis	5
Krabbameinsfélag Austfjarða	13
Krabbameinsfélag Austurlands.....	20
Krabbameinsfélag Árnessýslu.....	23
Krabbameinsfélag Borgarfjarðar.....	32
Krabbameinsfélag Breiðfirðinga	38
Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins	39
Krabbameinsfélag Hvammstangalæknishéraðs	50
Krabbameinsfélag Norðausturlands.....	52
Krabbameinsfélag Rangarvallasýslu.....	53
Krabbameinsfélagið Sigurvon	54
Krabbameinsfélag Skagafjarðar	56
Krabbameinsfélag Snæfellsness.....	58
Krabbameinsfélag Suðausturlands.....	61
Krabbameinsfélag Suður-Pingeyinga	62
Krabbameinsfélag Suðurnesja	64
Krabbameinsfélag Vestur-Skaftafellssýslu.....	67
Krabbavörn Vestmannaeyjum	68
Brakkasamtökin	72
Brjóstaheill – Samhjálp Kvenna	76
Framför – félag BHKK greindra	77
Kraftur, stuðningsfélag fyrir ungt fólk með krabbamein	84
Ný rödd	95
Perluvinir.....	96
Stómasamtök Íslands	97

Fjöldi félagsmanna í aðildarfélögum

Félag	Fjöldi félagsmanna	Fjöldi fulltrúa
Krabbameinsfélag A-Húnavatnssýslu	x	1
Krabbameinsfélag Akraness og nágrennis	-	1
Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis	1511	6
Krabbameinsfélag Austfjarða	760	4
Krabbameinsfélag Austurlands	245	2
Krabbameinsfélag Árnassýslu	604	4
Krabbameinsfélag Borgarfjarðar	271	2
Krabbameinsfélag Breiðfirðinga	-	1
Krabbameinsfélag Hvammstangalæknishéraðs	X	1
Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins	1230	6
Krabbameinsfélag Norðausturlands	-	1
Krabbameinsfélag Rangarvallasýslu	-	1
Krabbameinsfélagið Sigurvon	X	1
Krabbameinsfélag Skagafjarðar	X	1
Krabbameinsfélag Snæfellsnes	X	1
Krabbameinsfélag Suðausturlands	-	1
Krabbameinsfélag Suður Þingeyinga	290	2
Krabbameinsfélag Suðurnesja	X	1
Krabbameinsfélag Vestur-Skaftafellssýslu	X	1
Krabbavörn Vestmannaeyjum	544	3
Brakkasamtökin	187	1
Brjóstaheill – Samhjálp kvenna	-	1
Framför	165	1
Kraftur	1098	6
Ný rödd	-	1
Perluvinir	X	1
Stómasamtök Íslands	-	1
Samtals	6905	52



Krabbameinsfélag A-Húnavatnssýslu.

Stofnað: Á Blönduósi 2.nóvember 1968.

Fjöldi félagsmanna: Ekki skilað inn fjöldatölu

Stjórn: Kosin á aðalfundi 2025

Formaður: Sveinfríður Sigurpálsdóttir, sveinfridur@simnet.is og s. 862 4528.

Ritari Kristín Rós Sigurðardóttir, gjaldkeri Péturína L. Jakobsdóttir, meðstjórnandi Margrét Einarsdóttir og meðstjórnandi Viktoría Erlendsdóttir.

Starfsemin 2025

Á aðalfundinum sem haldinn var í apríl í Húnabúð, var úthlutað til Lilju Ingólfssdóttur leikskólanum á Skagaströnd og Kristínu Birgisdóttur leikskólanum í Húnabyggð, gjafir í formi sólarvarna fyrir leikskólabörnin til notkunar að sumri. Einnig fylgdu ráðleggingar, fræðsla á pappír um hættur af sól til foreldra. Afhent var þakklætisbréf til konu sem styrkti veglega félagið s.l. ár.

Á stjórnarfundum var ákveðið og gert að færa Hollvínasamtökum HSN Blönduósi styrk í tilefni 20 ára afmæli þeirra, í formi upphæðar til tækjakaupa. Lög félagsins eru frá 2002 og þarfnast þau uppfærslu og skuli endurskoða fyrir næsta aðalfund.

Formaður sagði frá tillögu sem var samþykkt af Sr. Eddu Blönduóskirkju, um að hafa bleika messu að tilefni Bleika mánaðarins í október og vonandi áfram næsta ár. Í þeim mánuði auk messunar voru kirkjur á Skagaströnd og Blönduósi ásamt HSN, lýst upp í bleiku en félagið útvegar filmurnar til staðana og setur sinn metnað í slíkt. Mikið var rætt um fræðsluefni og síðan ákveðið að tala við Telmu Björk Jónsdóttur, hönnuði bleiku slaufunar 2025 að heimsækja okkur en hún á ættir að rekja í Húnabyggð. Hún kom síðan 27. okt og var með athyglisverða fræðslu og frásögn um líf sitt með krabbamein. Fjöldi manns mætti og hlustaði á hana og eru við afar þakklát fyrir framlag hennar. Kaon á Akureyri býður okkur nýlega, að fá ráðgjafa frá þeim með fræðslu sem félagið ætlar að nýta sér. Til þess að fólk fengi meiri upplýsingar um félagið opnuðum við Facebook síðu, þar sem hægt er að kaupa minningarkort undir leita og fleiri upplýsingar um okkur sem vert er að skoða.

Stjórnin hefur fundið fyrir velvilja fólks til að styrkja félagið sem veitir á hverju ári þeim á móti stuðning og fjárhagsstyrki eftir reglum, til þeirra sem veikjast af sjúkdóminum og eru

skráðir félagar. Fjáraflanir okkar eru félagsgjöldin og sala minningarkorta en félagar teljast nú á annað hundrað. Stjórnin minnir á sölu minningarkorta félagsins sem ávalt fást hjá formanni, á Facebook félagsins og hægt er að kaupa þau á vefnum www.krabb.is og leita þeirra undir nafni Krabbameinsfélags Austur-Húnavatnssýslu. Eins er á þessum vef líka hægt að gerast félagi og velunnari okkar félags sem ekki veitir af til þess að félagið aðstoði áfram sem endranær þá sem kljást við veikindi og að styrkja þar með um leið samfélagið í héraðinu.

Sveinfríður Sigurpálsdóttir

Formaður

Krabbameinsfélag Akraness og nágrennis

Stofnað: 9. febrúar 1969

Fjöldi félagsmanna: Ekki skilað inn fjöldatölu

Ekki barst ársskýrsla frá félaginu.

Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis

Stofnað 21. nóvember 1952

Fjöldi félagsmanna 1511

Ársskýrsla 2025

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 í senn en eitt ár hjá varamönnum.

Stjórn Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis 2025:

Pétur Þór Jónasson, formaður

Hafdís Sif Hafþórsdóttir, varaformaður

Arnar Árnason, gjaldkeri

Ingunn Eir Eyjólfsdóttir, ritari

Guðmundur Karl Jónsson, meðstjórnandi

Katrín Júlía Pálmadóttir, meðstjórnandi

Maron Björnsson, meðstjórnandi

Varamenn í stjórn eru: Sólveig Hulda Valgeirsdóttir, 1. varamaður

Kristján Aðalsteinsson, 2. varamaður

STARFSFÓLK

Eva Björg Óskarsdóttir, verkefnastjóri móttöku, kynninga og vefmiðla

Marta Kristín Rósudóttir, verkefnastjóri dagskrár og viðburða

Hulda Sædís Bryngeirsdóttir, hjúkrunarfræðingur PHD, ráðgjafi hjá Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins

Jenný Valdimarsdóttir, ráðgjafi og verkefnastjóri hjá Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins

SJÁLFBOÐALIÐAR

Félagið er með nokkra sjálfboðaliða 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 Ljósavatnsskrarði. Skrifstofa félagsins var til ársloka að Glerárgötu 34, 2. hæð og þar deildi félagið húsnæði með Heilsu- og sálfræðiþjónustunni. Opnunartími á skrifstofu er mánudaga til fimmtudaga frá kl. 9:00-15:00 og föstudaga 9:00-12:00. 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 ýmsir viðburðir.

SKRÁÐ SAMSKIPTI

Skráð samskipti við félagið voru 2.900 á árinu og fela þau í sér heimsóknarfjölda, símtöl og rafræn samskipti við félagið. Inn í þeim tölum er ekki viðburðurinn Kótiletukvöld. Skráð samskipti við félagið árið 2024 voru 2.662 og því var 8.94 % aukning milli ára. Samskipti og aðsókn eftir kyni og aldri

	Kona	Karl	Barn
Janúar	99	74	1
Febrúar	130	87	0
Mars	89	74	2
Apríl	61	36	1
Maí	141	62	0
Júní	128	31	2
Júlí	10	3	0
Ágúst	146	50	0
September	184	106	0
Október	355	130	2
Nóvember	212	116	0
Desember	154	70	0
Samtals	1709	839	8

Sumarlokun: 3. júlí til 30. júlí.

Fjöldi viðtala á árinu

	Fjöldi
Ráðgjafarþjónustan	467
Eirberg	71
Siglufjörður	26
Samtals	564

Samskiptaleiðir við félagið

	Sími	Koma	Rafrænt
Janúar	45	105	19
Febrúar	53	134	24
Mars	70	161	20
Apríl	46	133	18
Maí	33	159	15
Júní	37	73	14
Júlí	3	8	2
Ágúst	52	133	31
September	67	193	31
Október	107	345	45
Nóvember	58	258	14
Desember	58	137	28
Samtals	629	1839	261

Sumarlokun: 3. júlí til 30. júlí.

RÁÐGJAFARÞJÓNUSTAN

Hjá Krabbameinsfélagi Akureyrar og nágrennis starfa nú tveir ráðgjafar á vegum Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélags Íslands en Hulda Sædís Bryngeirsdóttir, hjúkrunarfræðingur PhD. hóf störf sem ráðgjafi í febrúar 2025. Samstarfssamningur er á milli Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis og Krabbameinsfélagsins sem tryggir faglegan og fjárhagslegan grundvöll fyrir heilbrigðismenntuðum ráðgjöfum. Árið 2025 fóru ráðgjafarnir líka reglulega á Sauðárkrók og Húsavík og buðu upp á viðtöl.

HEILSUEFLING

Heilsuefling sem félagið býður upp á er fyrir styrki frá Minningarsjóði Baldvins Rúnarssonar og velunnurum Krabbameinsfélagsins.

- Yoga nidra námskeið einu sinni í viku í samstarfi við Sjálfsrækt allt árið nema yfir sumartímann.
- Líkamsræktarkort fyrir einstaklinga sem greinst hafa með krabbamein, á stöð sem þeim hentar.

HÓPASTARF

Hópastarf er alltaf mjög vel sótt hjá félaginu en það eru sjálfboðaliðar sem leiða hópana áfram. Vel er tekið á móti öllum nýjum sem vilja mæta. Hóparnir voru virkir bæði á vor- og haustönn. Að auki var bætt við nýjum karla- og kvennahópum sem eru leiddir af fagaðilum, Snæbjörn Ómar geðhjúkrunarfræðingur með karlahóp og Hulda Sædís ráðgjafi með kvennahóp.

- Skapandi handverk og spjall fyrir konur
- Kátir karlar fyrir karlmenn
- Jafningastuðningur fyrir karlmenn með Snæbirni geðhjúkrunarfræðingi
- Jafningastuðningur fyrir konur með Huldu Sædísí ráðgjafa
- Leshópur
- Gönguhópurinn Göngum saman

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 fleygskurð 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 71 talsins

VIÐTÖL Á SIGLUFIRÐI

Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis bauð upp á viðtöl á Siglufirði árið 2025. Félagið fékk aðstöðu á heilsugæslunni á Siglufirði og voru viðtölin vel nýtt, alls 26 viðtöl.

ÁRIÐ Í HNOTSKURN

Vorönn

- Hópastarf fyrir karla, tveir hópar • Hópastarf fyrir konur
- Leshópur
- Göngum saman hópur
- Yoga nidra námskeið hjá Sjálfsrækt
- 22. janúar - Hádegiserindi í streymi. Næring og matarvenjur
- 22. janúar - Opið hús á skrifstofunni
- 13. febrúar - Fræðsla á bókasafninu með Snæbirni. Áhrif veikinda á fjölskyldur
- 24.-27. febrúar - Viðtöl í boði á Siglufirði
- 26. febrúar - Námskeið fyrir einstaklinga sem greinst hafa með krabbamein með Jenný, þrjú skipti
- 27. febrúar - Súpukvöld fyrir heilbrigðisstarfsfólk
- 6. mars - Kótiletukvöld á Vitanum
- 14. mars - Viðtöl og opið hús á Húsavík
- 15. mars - Hvíldarhelgi á Húsavík
- 5. maí - Fyrirlestur frá Sjálfsrækt á Amtsbókasafninu um sjálfsmyndhyggju
- 14. maí - Opið hús á Húsavík
- 2. júní - Fyrirlestur frá Ingu Dagný á Amtsbókasafninu, ACT og langvarandi veikindi
- Júlí - Lokað vegna sumarleyfa

Haustönn

- Hópastarf fyrir karla, tveir hópar
- Hópastarf fyrir konur, tveir hópar
- Leshópur • Göngum saman hópur
- Yoga nidra námskeið hjá Sjálfsrækt
- 7. ágúst - Opið hús á skrifstofunni
- 23. ágúst - Reykjavíkummaráþon Íslandsbanka
- 27. ágúst - Opið hús á Húsavík
- 28. ágúst - Pitsuveisla fyrir krakka á Greifanum
- 2. september - Opið hús á skrifstofunni
- 2. september - Erindi á Amtsbókasafninu frá Sjálfsrækt, um styrkleika og gildi
- 10. september - Yoga nidra hjá Sjálfsrækt fyrir heilbrigðisstarfsfólk
- 11. september - Viðtöl á Sauðarkróki
- 17. september - Frítt í Skógarböðin
- 22. september - Opið hús á Dalvík
- 6. október - Fyrirlestur með Snæbirni geðhjúkrunarfræðingi á Amtsbókasafninu. Áhrif veikinda á fjölskyldur
- 7. október - Opið hús á skrifstofunni
- 9.-12. október - Dekurdagar á Akureyri
- 14. október - Styrkleikar í VMA
- 15. október - Eirberg með kynningu
- 23. október - Viðtöl á Sauðarkróki
- 4. nóvember - Samvera á Dalvík
- 18. nóvember - Tvö snyrtinámskeið
- 26. nóvember - Hjálpartækjakynning frá stuðningsþjónustu Akureyrarbæjar
- 4. desember - Viðtöl á Sauðarkróki
- 9. og 10. desember - Kransanámskeið
- 11. desember – Jólhittingur hópsins Skapandi handverk og spjall

VIÐBURÐIR

HVÍLDARHELGI Á HÚSAVÍK Í MARS

Undanfarin ár hefur félagið boðið upp á hvíldarhelgar fyrir einstaklinga sem greinst hafa með krabbamein og aðstandendur þeirra. Alls fór 21 einstaklingur með í ferðina. Áhersla er á að gefa fólki tíma til að hlaða batteríin og eiga notalega samverustund. Innifalið í ferðinni var: Gisting í eina nótt á Fosshótel Húsavík, hádegismatur, tveggja rétta kvöldverður og morgunmatur, fræðsluerindi um krabbameinstengda þreytu, gönguferð og aðgangur í Geosea. Þátttökugjald var 5.000 kr. per einstakling sem var nýtt upp í kostnað. Mjög mikil ánægja var með ferðina og fékk hópurinn frábært veður á Húsvík. Kea sjóðurinn styrkti verkefnið fyrir 350.000 kr.

KÓTILETTUKVÖLD

Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis hélt árlegt kótilettukvöld þann 6. mars. Viðburðurinn var haldinn á Vitanum Mathús og voru seldir um 100 miðar. Veislustjóri var Eva Reykjalín og Rúnar Eff tók nokkur lög. Helstu styrktaraðilar: Vitinn Mathús, Kjarnafæði Norðlenska og Grand þvottur.

REYKJAVÍKURMARAPON

Reykjavíkumaraþon Íslandsbanka fór fram laugardaginn 23. ágúst en 23 frábærir hlauparar tóku þátt fyrir hönd Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis. Í heildina söfnuðust 1.571.999 kr. Félagið þakkar öllum sem tóku þátt og styrktu kærlega fyrir.

SKÓGARBÖÐIN

Þann 17. september fengu einstaklingar sem eru að nýta sér þjónustu hjá félaginu frítt í böðin í boði Skógarbaðanna. Boðsmiðar voru einnig fyrir einn aðstandenda og svo voru fleiri miðar í boði fyrir barnafjölskyldur. Það var ótrúlega mikil ánægja með þetta framtak og voru um 100 manns sem nýttu sér boðsmiðana. Skógarböðunum er þakkaður stuðningurinn.

DEKURDAGAR

Árlegir Dekurdagar voru haldnir 9. - 12. október, en þá fyllist bærinn af bleikum slaufum í staura og víðar. Félagið var mjög sýnilegt á þeim dögum og var með kynningar- og sölubása á nokkrum viðburðum í tengslum við dagana. Í ár söfnuðust 7,7 milljónir til styrktar félaginu.

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.

GJAFIR FRÁ FÉLAGINU

- Loftdýna var gefin á Sjúkrahúsið á Siglufirði.
- Tveir hægingastólar í líknarrými SAK.

REKSTUR

Starf Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis byggist alfarið á stuðningi einstaklinga og fyrirtækja en stærsti styrkurinn kemur frá Velunnurum Krabbameinsfélags Íslands. Félagið er þakklátt öllum þeim sem velja að styrkja félagið og láta gott af sér leiða en Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis er skráð á almannaheillaskrá. Heildarvelta félagsins 2025 nam 41,9 milljónum og var afkoma ársins 2,9 milljónir.

FÉLAGSMENN

Ein af grunnstoðum Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis er félagsgjöldin sem félagsmenn okkar greiða einu sinni á ári. Félagsgjaldið er 4.800 kr. og kemur í heimabanka félagsmanna árlega en hægt er að skrá sig á heimasíðu félagsins, kaon.is. Á árinu 2025 skráðu 60 nýir einstaklingar sig í félagið. Stjórn félagsins þakkar öllum félagsmönnum kærlega fyrir stuðninginn.

ENDURGREIÐSLUR

Félagið tekur þátt í að niðurgreiða kostnað á íbúðum og dvöl á sjúkrahótelum fyrir sína félagsmenn, meðan á krabbameinsmeðferð stendur. Félagið greiðir allt að 100.000 kr. á ári upp í dvalarkostnaðinn en reikningarnir geta verið frá nokkrum þúsundköllum upp í hundriði þúsunda. Árið 2025 greiddi félagið um 2,9 milljónir fyrir 45 félagsmenn. Að auki voru greiddir út auka styrkir t.d. vegna ferða erlendis að upphæð 930.000 kr.

VELUNNARAR

Velunnarar eru ómetanlegt bakland Krabbameinsfélags Íslands allan ársins hring. Árlega sækir Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis um styrk sem aðildarfélag í sjóðinn. Félagið fær rekstrarstyrk fyrir allt að 50% kostnaði. Félagið fékk árið 2025 styrk upp á 16.022.870 kr.

NOKKRIR AF FRÁBÆRU STYRKJUM ÁRSINS

Styrkur frá Herði

Hörður hefur verið reglulegur styrktaraðili við félagið í gegnum árin. Styrkina veitir hann til minningar um bróður sinn Sigurð Viðar Óskarsson, en hann lést úr krabbameini árið 2010. Hörður smíðar fallegt skart úr gamalli mynt sem hann selur undir merkjum Mynthringar og allskonar. Í mars selur Hörður mottur og í október slaufur, í ár skilaði salan 826.000 kr. En samtals frá árinu 2018 hefur Hörður styrkt Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis um 3.247.000 kr. Starfsfólk Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis og stjórn þakkar Herði kærlega fyrir ómetanlegan stuðning í gegnum árin.

Styrkur frá Anítu

Aníta 11 ára bjó til armbönd og seldi til styrktar félaginu vegna þess að amma hennar greindist með ólæknandi krabbamein. Í október færði hún félaginu styrk upp á 100.000 kr.

Styrkur frá íbúum Melateigs

Fulltrúar íbúa og eigenda fasteigna við Melateig 1 til 41 á Akureyri færðu félaginu styrk upp á 600.000 þúsund krónur. Á myndinni má sjá þá Leif Brynjólfsson, Bjarna Fannberg Jónasson, Helga Jónsson og Pétur Þór Jónasson formann KAON.

Styrkur frá Eik Fasteignafélagi

Styrkurinn var tileinkaður þátttöku gesta sem tóku þátt í gjafaleik á Dekurkvöldi Glerártorgs þann 9. október 2025. Eik fasteignafélag styrkti félagið um 1.000 kr. fyrir hvern þátttakanda

sem tók þátt í leiknum, en alls tóku 341 gestir þátt. Styrkurinn var því að upphæð 341.000 krónur.

Styrkur frá Stefaníu Töru

Stefanía Tara Þrastardóttir seldi bleikan varning í október og allur ágóði rann til Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis, eða 477.000 kr. Þetta hafði Stefanía um verkefnið að segja: „Þetta var náttúrulega algjörlega gert fyrir Mömmu, þar sem hún hefur notið mjög góðs af starfi KAON í gegnum öll sín veikindi. Og þetta hefði ekki verið gerlegt nema með dyggri aðstoð frá Mömmu og Danna mínum, en þau láta sér fátt um finnast þegar Stebbu Stuð dettur eitthvað í hug, segja bara já og amen og græja og gera allskonar með mér. Takk fyrir að hjálpa mér að styrkja KAON!“

Styrkur frá Dekurdögum

Frumkvöðlarnir á bakvið Dekurdaga eru þær Vilborg Jóhannesdóttir og Inga Vestmann. Dekurdagar hafa verið einn stærsti bakhjarl Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis undanfarin ár. Styrkurinn í ár setti met en hann var 7,7 milljónir. Upphæðin safnaðist með þátttökugjöldum fyrirtækja, sölu á bleikri slaufu í staur og almennum styrkjum frá fyrirtækjum og félagasamtökum. Það fóru 1500 slaufur upp í staura og batt Vilborg allar slaufurnar. Dekurdagar fengu aðstoð frá þremur félagasamtökum, Lionsklúbbum Sunnu á Dalvík, Lionsklúbbum Sif í Eyjafjarðarsveit og Lady Circle 22. Eins aðstoðaði Ragnildur Vestmann við sölu á slaufum á Ólafsfirði og Anna Vala við að hengja upp slaufur. Stjórn og starfsmenn vilja koma þökkum til allra þeirra einstaklinga, fyrirtækja, sjálfboðaliða og félagasamtaka sem styrktu með einum eða öðrum hætti.

Krabbameinsfélag Austfjarða

Stofnað: 1970

Fjöldi félagsmanna: 760

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 endurspegla yfirmarkmið Krabbameinsfélaganna, að fækka þeim sem fá krabbamein, fækka þeim sem deyja af völdum krabbameina og auka lífsgæði krabbameinsgreindra. Félagið styður við bakið á krabbameinsgreindum og aðstandendum á fjölbreyttan hátt. Félagið styrkir krabbameinsgreinda fjárhagslega með því að niðurgreiða aksturs- og gistikostnað meðan á meðferð stendur, sem og að veita þeim fræðslu og stuðning. Félagið heldur úti öflugri fræðslu- og forvarnarstarfi til að hvetja fólk til að vera vakandi fyrir einkennum sem og til að minnka líkur á krabbameinum. Félagið sinnir öflugri hagsmunabaráttu og reynir að vera í góðu sambandi við alla aðila sem koma að krabbameinsgreindum til að berjast á móti þeim ójöfnuði sem hallar á fólk af landsbyggðinni. Félagið er einnig að styrkja baklandið fyrir krabbameinsgreindra á svæðinu með því að styrkja tækjakaup og vinnu við að bæta aðbúnað við krabbameinsmeðferðir á Umdæmissjúkrahúsi Austurlands í Neskaupsstað en einnig með námsstyrkjum til heilbrigðisstarfsfólks sem hefur hug á að sérhæfa sig eða bæta við sig þekkingu í tengslum við þjónustu við krabbameinsgreinda og aðstandendur.

Stjórn:

Aðalfundur var haldinn 13. mars 2025

Þá var endurkjörin stjórn félagsins:

Breyting varð þó á að Sunna Björg Guðnadóttir varamaður gaf kost á sér sem aðalmaður í stjórn.

Formaður: Hrefna Eypórsdóttir

Varaformaður: Jóhann Sæberg Helgason

Gjaldkeri: Guðmundur Rafnkell Gíslason

Ritari: Gunnhildur Ósk Sæbjörnsdóttir

Meðstjórnandi: Sunna Björg Guðnadóttir

Varamenn: Jóhanna Ríkey Jónsdóttir

Framkvæmdastjóri/Starfsmaður er Hrefna Eypórsdóttir

Stjórn fékk umboð aðalfundar til að finna varamann þar sem reglur félagsins kveða á um 2 varamenn.

Haldnir voru 4 stjórnarfundir á árinu.

Formannafundir KÍ voru 3.

Fundir vegna Styrkleikanna voru 2.

Fundir vegna aðildarfélagakerfis voru 1.

Fundir vegna stýrihóps um framtíðarsýn aðildarfélaganna voru 10.

Starfsemi:

Félagið er með framkvæmdarstjóra/starfsmann í 50% starfshlutfalli en í 100% starfshlutfalli í mars og október. Félagið er með þjónustuskrifstofu á Reyðarfirði sem er opin á mánudögum kl. 13-15 og fimmtudögum kl. 10-14. Auk þess er alltaf símavakt hjá félaginu.

Janúar

Skipulagsvinna fyrir komandi ár, hagsmunagæsla og í kjölfar ábendinga frá okkar skjólstæðingi til Landspítalans var ákveðið að færa samráðsfundi krabbameinslækna á miðvikudaga í stað föstudaga. Við tókum virkan þátt í að vekja athygli á ósanngjarnri gjaldskrá brjóstaskimunar fyrir áhættueftirlit og konur sem greinst hafa með krabbamein. Með samstilltu átaki fékkst lækkun á því gjaldi niður í 500 kr líkt og með lýðgrundaða brjóstaskimun.

Félagið skilaði inn skýrslu vegna almannaheillaskrá. Það voru tæplega 70 einstaklingar og fyrirtæki sem styrktu félagið samtals um 2.989.520 sem falla undir reglur um styrki til félaga á almannaheillaskrá og eiga von á endurgreiðslu/skattaafslætti þess vegna.

Febrúar

Formaður félagsins fór í viðtal á mbl.is varðandi mikilvægi sjálfskoðunar brjósta. Opnuðum bóksafn hjá félaginu og bættum við þó nokkrum bókum.

Félagið sendi frá sér greinar og erindi á stjórnvöld og fjölmiðla varðandi lokun flugbrautar á Reykjavíkurflugvelli og fór formaður félagsins í fréttaviðtöl vegna þessa.

Þá var undirbúningur fyrir fjölbreyttan Mottumars í fullum gangi.

Verkefnið kastað til bata á vegum KÍ og Brjóstaheill er árlegt og reyndum við að hvetja okkar brjóstakrabbameinskonur til þess að taka þátt en það var engin sem átti heimangengt en vonum svo sannarlega að einhverjar komist næst.

Í samstarfi við Brakkasamtökin vöktum við athygli á ferðakostnaði sem fólk situr uppi með ef læknatími fellur niður með skömmum fyrirvara. Við sendum erindið á þingmenn og ráðherra og varð umræða um þetta bæði á þinginu og á fréttamiðlum og nýjustu fréttir sem við 3 höfum er að það er verið að undirbúa einhverjir breytingar á þessu fyrirkomulagi þannig að fólk sitji ekki sjálf uppi með kostnaðinn.

Mars

Mottumars kom í öllu sínu veldi með fjölda viðburða:

- Fjölskylduganga í samvinnu við Göngufélag Suðurfjarða í Skálavík, Fáskrúðsfirði. • Gönguskíðakennsla í Oddsskarði
- Mottumarshlaup í samstarfi við Eyrina heilsurækt.
- Mottumarskvöld með Kára Kristjáni Kristjánssyni handboltamanni, Gunnari Bjarna Ragnarssyni krabbameinslækni, Jóni Hilmari tónlistarmanni og frábærum gestum sem sóttu kvöldið.
- Mottumarsmessa í Reyðarfjarðarkirkju og kaffi á eftir.
- Mottumarsdagur í leikskólum og grunnskólum þar sem var hlaupið og gerðar hreyfiprautir.
- Aðalfundur félagsins haldinn 13. mars.
- Hvíldarhelgi á Egilsstöðum í samvinnu við Krabbameinsfélag Austurlands.
- Hlaupahópar bjuggu til Strava hlaupamottur sem komu vel út.

Þá voru haldin 2 fræðsluerindi um þegar foreldri barns á leikskóla greinist með krabbamein, annars vegar á Eskifirði og hins vegar á Vopnafirði.

Þá var haldið fræðsluerindi um heilsutengdar forvarnir og spurningakeppni fyrir nemendur í Verkmenntaskóla Austurlands.

Félagið fór á 5 vinnustaði með 6 erindi á svæðinu með Mottumarserindi á bæði íslensku og ensku.

Að lokum var félagið með opið hús og sýndi í streymi málþing Krabbameinsfélags Íslands um blöðruhálskirtilskrabbamein.

Apríl

Félagið byrjaði apríl á Skíðakennslu Mottumars í Oddsskarði sem hafði frestast vegna veðurs í mars. Þá hélt félagið námskeið fyrir allt viðbragðsteymi Austurlands, heilbrigðisstarfsfólk, sjúkraflutningamenn, slökkviliðsmenn, lögreglu, presta og aðra sem koma 4 að áfallastörfum á svæðinu. Námskeiðið sem haldið var heitir Áföll, hvað svo? og var það Sigrún Sigurðardóttir prófessor við Háskólann á Akureyri sem var með þetta 4 klst námskeið sem rúmlega 30 manns sóttu og var mikil ánægja með það. Markmið námskeiðsins var að styrkja bakland viðbragðs- og áfallateymisins á svæðinu í kjölfar röð erfiðra áfalla í samfélaginu. Maður kemur í manns stað en það er dýrt fyrir samfélagið að missa fólk úr þessum teyrum því erfitt getur verið að manna þessar stöður ef fólk dettur úr vinnu vegna t.d. vinnutengdra áfalla og það kemur niður á okkar skjólstæðingahópi.

Árlega sólarvarnarverkefnið var á sínum stað þar sem við færðum öllum leikskólum á okkar svæði sólarvarnir og sendum út fræðslu á miðlum og heim til foreldra á íslensku, ensku og pólsku.

Þá tókum við virkan þátt í að hvetja okkar krabbameinsgreindu einstaklinga til þess að taka þátt í stórrí lífsgæðarannsókn sem KÍ sendi út bæði með því að deila því á okkar

samfélagsmiðla en einnig með því að hafa samband við okkar skjólstæðinga og hvetja þá til þess að taka þátt.

Júní – Júlí - Ágúst

Félagið hélt áfram með umræðuna um kostnað á sjúkrahótelinu og ósk um þak á greiðslur líkt og er með lyfjakostnað og lækniskostnað en höfðum ekki erindi sem erfiði ennþá.

Í júní tókum við 2 fundi til að aðstoða Húsvíkinga sem héldu Styrkleika þar og svo var stöðug vinna við safna og auglýsa hlaupara fyrir Reykjavíkumaraþon.

Þá héldum við áfram í hagsmunagæslu og tókum þátt í að vekja athygli varðandi biðtíma eftir geislameðferðum með því að finna fólk sem var tilbúið að koma fram í fjölmiðlum og segja sína sögu og þeirra sýn á vandamálið.

Í lok ágúst skall svo á með Reykjavíkumaraþoni þar sem voru 9 hlauparar sem söfnuðu áheitum fyrir félagið.

September

Félagið átti fulltrúa á fundi með talskonu sjúklinga á Landspítala varðandi hagsmunamálið krabbameinsgreindra og aðstandenda. Sendum erindi til KÍ um endurbætur á íbúðum KÍ á Rauðarárstíg til að auka notkun á þeim, margt orðið þreytt og lúið þar.

Október

Fjölbreytt verkefni í bleikum október:

- Félagið ásamt Krabbameinsfélagi Austurlands auglýsti námskeið með Lóu Ólafsdóttur ráðgjafa sem heitir: Heilinn og hamingjan og var mjög mikil ánægja með það.
- Félagið skrifaði undir samning um ókeypis aðgengi í sund og þreksali í sveitarfélaginu fyrir þá sem eru í virkri krabbameinsmeðferð og í ár eftir meðferð til endurhæfingar og uppbyggingar. Aðilar að samningnum eru Fjarðabyggð, Eyrin Heilsurækt, Ungmennafélagið Leiknir Fáskrúðsfirði og Ungmennafélagið Súlan á Stöðvarfirði. Sambærilegur samningur var svo gerður af félaginu fyrir hönd Krabbameinsfélags Austurlands við sveitarfélagið Múlaþing og Vopnafjarðarhrepp.
- Bleik vatnsleikfimi sem var frábær þátttaka í og rann ágóðinn til félagsins.
- Bleik ljósaganga í samvinnu við Göngufélag Suðurfjarða þar sem mættu 57 manns.
- Barre styrktartími hjá Eyrinni heilsurækt sem einnig var styrktartími fyrir félagið.
- Bleik messa í Fáskrúðsfjarðarkirkju sem var notaleg að venju. 6
- Bleikt kvöld þar sem fram komu Þórhalla Ágústsdóttir hjúkrunarfræðingur og sagði frá meistaranámi sínu í krabbameinshjúkrun og hljómsveitin Pondrok sá um tónlistarflutning. Það var metþátttaka og mættu yfir 130 manns á kvöldið.
- Á bleika kvöldinu var félagið með kjólasölu með dyggri aðstoð ungra kvenna úr Lady Circle í Fjarðabyggð. En félagið auglýsti eftir gefins kjólum sem það myndi svo selja í fjáröflun fyrir félagið. Viðtökurnar voru framar vonum og komu hátt í 400 kjólar í söfnuninni og hefur svona tæplega helmingur þeirra selst. Þetta var mjög

skemmtilegt framtak og margar konur urðu bæði kjólum fátækari á meðan aðrar urðu ríkari af kjólum.

- Þá kom Eirberg brjóstaþjónusta aftur í heimsókn og bauð upp á sína þjónustu hjá okkur.
- Að lokum héldum við Bleikt bíó til styrktar félaginu þar sem við sýndum Downtown Abbey – The Grand Finale í samstarfi við Valhöll bíó á Eskifirði. Það var frábær mæting og skemmtileg stemmning þar sem hluti gesta komu þrúðbúnir í anda myndarinnar.

En í október bárust félagi allskonar gjafir frá félagasamtökum bæði í formi peningagjafa og annarra sem er ómetanlegt og styrkir starfið okkar. Litla listahátíðin, tombola, kvenfélagsfundir, fundir slysavarnadeilda, íþróttadeilda, vatnsleikfimi.

Þá vorum við á ferð og flugi og fórum á 4 vinnustaði með fræðsluerindi, fórum hálfan dag í Alcoa Fjarðarál þar sem fyrst var boðið upp á opið fræðsluerindi fyrir starfsfólk en svo var haldið út á allar starfsstöðvar með fræðslu og þrívíddarlíkan af brjósti og pung og hvöttum starfsfólk til þess að þreifa og kenndum sjálfsskoðun og bentum á mikilvægi þess að þekkja sinn líkama. Að lokum fengum við félag eldri borgara á svæðinu í heimsókn til okkar í fræðslu um einkenni, forvarnir, réttindi og fleira sem var mjög góð stund og fór fram gott samtal.

Nóvember

Nóvember var án viðburða en skrifstofan opin á sínum hefðbundna opnunartíma, samband haft við krabbameinsgreinda í þjónustu hjá félaginu og vinna við að vekja athygli á heilsutengdum forvörnum og öðru.

Desember

Í byrjun desember hélt félagið hið árlega og notalega aðventukvöld í safnaðarheimili Eskifjarðarkirkju. Þar krýndum við hvunndagshetjurnar okkar sem þó hvorug átti heimangengt 7 vegna heilsuverkefna en færðum við þeim góðar gjafir heim. Við fengum hugvekju frá séra Benjamín sem fór það vel úr hendi að venju, fengum rithöfundinn Særúnu Hlín Laufeyjardóttur til þess að lesa úr jólabókinni sinni. Þá var auðvitað lifandi jólatónlist frá ungu upprennandi tónlistarfólki frá Neskaupsstað. Dásamleg stund og svo gott að koma saman svona í upphafi aðventu.

Viðburðir

Mottumars með 6 viðburðum

Hvíldarhelgi

1.maí hlaup

Reykjavíkumaraþon

Bleikur október með 6 viðburðum

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 stendur. Styrkupp hæðin fyrir árið 2025 var 4.326.062.

Fræðslu- og forvarnastarfsemi

Félagið hefur verið öflugt í að vera með hreyfitengda viðburði til að vekja athygli á ávinningi þess að stunda heilsusamlegan lífstíl. Þar má nefna göngur í tengslum við Mottumars og Bleikan október, vatnsleikfimi, skíðakennslu, Mottumarshlaup og 1. maíhlaup. Þá deilum við reglulega fróðleik og hvatningu um hreyfingu á samfélagsmiðlum 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 febrúar og október vorum við með fræðslu fyrir hópa, vinnustaði og félagsamtök um árveknimálefni, Ertu að grínast með þinn lífsstíl og Listin að lifa.

Í apríl var námskeiðið Áföll, hvað svo? Fyrir viðbragðs- og áfallateymi hér eystra sem var vel sótt og mögulega verður framhald á, á okkar vegum eða annarra.

Stóðum fyrir námskeiðinu Heilinn og hamingjan fyrir krabbameinsgreinda á Austurlandi öllu.

Markaðsstarf og kynningarmál

Félagið skrifaði undir samning við Fjarðabyggð, Múlaþing, Eyrina Heilsurækt, UMF Leiknir og UMF Súlan um ókeypis aðgengi að líkamsrækt og sundi fyrir krabbameinsgreinda á Austurlandi.

Félagið fékk bæði auglýsingar og umfjallanir í Austurfrétt vegna viðburða í átaksmánuðunum. En einnig hefur félagið nýtt sér samvinnu við Fjarðabyggð um að auglýsa viðburði hjá félaginu.

Félagið sendi frá sér erindi um Reykjavíkurlflugvöll sem vatt upp á sig með frekari greinaskrifum og fréttaviðtölum.

Facebooksíða félagsins

Fjöldi pósta hafa verið birtir á Facebook síðu félagsins sem er helsti samskiptamáti félagsins við nærsamfélagið. Félagið birti á árinu 232 færslur á facebook síðu sinni sem voru af ýmsum toga, greinar, fróðleikur, fræðsla, auglýsingar um opnun og viðburði og fengu færslurnar okkar tæplega 513.000 skoðanir samtals. Fylgjendur síðunnar okkar eru 1084.

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. 9
- Félagið nýtur einnig 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 Hvíldarhelgi fyrir krabbameinsgreinda og vorum með sameiginlegt námskeið í Bleikum október.

Fjármál

Afkoma félagsins á reikningsárinu var neikvæð um 3.548.270 kr.

- Helstu kostnaðarliðir voru: Styrkir til krabbameinsgreindra og rekstur þjónustuskrifstofu.
- Helstu innkomuliðir voru félagsgjöld, styrkur úr velunnarasjóði, samstarfssamningur, minningarkort og styrkir einstaklinga og fyrirtækja.

Lokaorð

Árið var viðburðaríkt, gefandi, skemmtilegt og erfitt. 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 samhliða 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 halda áfram að leggja áherslu á fræðslu varðandi heilsutengdar forvarnir og að tileinka sér heilbrigðan lífsstíl.

Takk fyrir samstarfið.

Stjórnin

Krabbameinsfélag Austurlands

Stofnað 19. Apríl 1970

Fjöldi félagsmanna: 245

Skýrsla stjórnar fyrir starfsárið 2025

Félagið

Stofnað 20.apríl 1970

Þjónustar Múlaþing, Fljótsdalshrepp, Vopnafjörð og Bakkafjörð.

Fjöldi félagsmanna: 245

Stjórn félagsins 2025

Stjórn félagsins árið 2025 skipuðu:

- Kristjana Sigurðardóttir, formaður
- Kristjana Björnsdóttir, gjaldkeri
- Guðmunda Vala Jónasdóttir, ritari
- Ragnhildur Sveina Árnadóttir, meðstjórnandi
- Jóna Björg Sveinsdóttir, meðstjórnandi

Varamenn:

- Bryndís Snjólfisdóttir
- Elísabet Sigurðardóttir

Félagatal og stjórnarstörf

Skráðir félagar í lok árs 2025 voru 245. Félögum hefur fjölgað hægt og rólega á undanförunum árum, en jafnframt hefur félagið þurft að kveðja góða félaga.

Formlegir stjórnarfundir á árinu voru fjórir talsins, bæði staðfundir í húsnæði félagsins og fjarfundir. Aðalfundur félagsins var haldinn 11. mars 2025

Starfsemi og þjónusta

Krabbameinsfélag Austurlands hefur það að leiðarljósi að styðja einstaklinga sem greinast með krabbamein og aðstandendur þeirra, ásamt því að vinna markvisst að forvörnum gegn krabbameini. Félagið er rekið á grunni ötuls sjálfboðastarfs þar sem einstaklingar leggja fram tíma sinn og krafta af einlægni og samhug. Sjálfboðastarfið er hornsteinn starfseminnar og

gerir félaginu kleift að veita mikilvæga þjónustu á starfssvæðinu. Þar er lögð áhersla á stuðning og jafningjatengsl sem skipta sköpum fyrir þá sem á þurfa að halda.

Lóa Björk Ólafsdóttir, ráðgjafi hjá Krabbameinsfélagi Íslands, kemur austur um það bil einu sinni í mánuði og hittir krabbameinsgreinda einstaklinga og aðstandendur þeirra. Samtal og ráðgjöf frá hlutlausum aðila er afar mikilvægur þáttur í bataferli einstaklinga. Mæting til Lóu hefur verið mjög góð og er félagið afar ánægt með þetta samstarf.

Jafningjastuðningur í húsnaði félagsins hefur að jafnaði verið í boði tvisvar í mánuði. Mæting var ágæt framan af ári en dalaði þegar leið á árið.

Sölufulltrúi frá Stulabergi heimsótti félagið tvisvar á árinu og kynnti stoðvörur sem eru í boði hjá fyrirtækinu.

Snæbjörn Ómar Guðjónsson, sérfræðingur í geðhjúkrun hélt fyrirlesur um áhrif krabbameins á fjölskyldur og aðstandendur á vopnafirði

Forvarnir og samfélagsverkefni

Félagið gaf sólarvörn á alla leikskóla á starfssvæðinu með góðum stuðningi frá Lyfju á Egilsstöðum. Forvarnir eru stór þáttur í starfi félagsins og sólarvarnir skipta miklu máli, sérstaklega fyrir börn sem eru viðkvæmari fyrir skaðlegum áhrifum sólargeisla. Slíkur skaði getur aukið líkur á húðkrabbameini síðar á ævinni.

Viðburðir ársins

Í Bleikum október var eftirfarandi dagskrá:

- Boðið var upp á samveru á Vopnafirði með spjalli, tónlist og veitingum. Frosprakki samverunnar var Krístrún Ósk félagsmaður.
- Í boði var bleikt Zumba hjá Auði Völu og rann ágóðin til félagsins.
- Bleik messa var haldin í byrjun mánaðar þar sem Þorgeir Arason messaði og Hrefna Eypórsdóttir var gestur.

Hvíldarhelgi

Félagið hélt hvíldarhelgi í mars á Gistihúsinu á Egilsstöðum í samstarfi við Krabbameinsfélag Austfjarða. Þar var krabbameinsgreindum einstaklingum boðið að koma ásamt maka eða aðstandanda og njóta hvíldar og samveru. Helgin tókst afar vel og voru þátttakendur ánægðir.

Fjáröflun og styrkir

Félagið var í fyrsta skipti skráð í góðgerðarskráningu Reykjavíkumaraþons. Nokkrir einstaklingar hlupu fyrir hönd félagsins og rann ágóði hlaupsins til starfseminnar.

Helstu innkomu liðir félagsins eru félagsgjöld, sala minningarkorta, styrkur úr velunnarasjóði og styrkir frá einstaklingum og fyrirtækjum.

Stærsti styrkur sem félagið fékk á árinu var frá Alcoa Fjarðarál að upphæð 1.000.000 kr. Með öðrum styrkjum hefur félagið fengið rúmar 2 milljónir í styrki á árinu.

Framlög og gjafir

- Alcoa Fjarðaál.....1.000.000
- Félag sauðfjárbænda Héraði.....40.000
- Gym690 Vopnafirði.....35.000
- ÍBR áheit.....692.666
- Kvenf.Lindin Vopnaf.....100.000
- Snyrtist.Alda.....11.023
- Svd.Sjöfn Vopnafirði.....46.000
- Ungmennaf. Pristurinn.....77.000

Sex einstaklingar sóttu um styrk hjá félaginu á árinu og voru tæpar 1.700.000 króna greiddar í styrki (sjá nánar í ársreikningi).

Markaðsstarf og kynningarmál

- Félagið hefur virka facebooksíðu (<https://www.facebook.com/krabbameinsfelagausturlands>) Þar auglýsir félagið viðburði ásamt því að pósta efni frá Krabbameinsfélagi Íslands.
- Sérstök facebook síða (lokuð síða) er fyrir jafningastuðning krabbameinsgreinda. Þar eru hittingar auglýstir ásamt ýmsu efni frá Krabbameinsfélagi Íslands.
- Bæklingur með grunnupplýsingum um þjónustu Krabbameinsfélags Íslands við landsbyggðina, liggur víða t.d. á heilbrigðisstofnunum í sveitarfélaginu. Í þeim bæklingi má lesa um Krabbameinsfélag Austurlands og þá þjónustu sem félagið veitir og hvernig er hægt að hafa samband.

Lokaorð

Starfsárið 2025 hefur sýnt enn og aftur mikilvægi Krabbameinsfélags Austurlands og þeirrar þjónustu sem það býður upp á. Við þökkum öllum þeim sem stóðu að baki starfseminni á árinu – sjálfbóðaliðum, styrktaraðilum, samstarfsaðilum og félögum fyrir þeirra framlag.

Áfram höldum við að vinna að markmiðum félagsins: að veita stuðning, efla forvarnir og auka lífsgæði þeirra sem greinast með krabbamein.

Takk fyrir samstarfið

Stjórnin

Krabbameinsfélag Árnassýslu

Stofnað: 29.maí 1971

Fjöldi félagsmanna: 604

Saga félagsins

Krabbameinsfélag Árnassýslu var stofnað 29. maí 1971

Á árunum um 1970 kom saman hópur fólks úr Árnassýslu 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 Árnassýslu 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 Árnassýslu að Kirkjuvegi 8. Var félagið stutt á þeim stað og fékk inni í húsi Rauða krossins í Árnassýslu 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 haustið 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 sjúkrahóteli á meðferðartíma og einnig tekið þátt í kostnaði við félags- og sálfræðiþjónustu. Mikil áhersla er lögð á sálrænan stuðning sem og félagslega þáttinn og stendur félagið fyrir fyrirlestrum og námskeiðum til sjálfshjálpar. Jafningja stuðningshópar eru starfræktir hjá félaginu og endurhæfing í kjölfar krabbameinsgreiningar.

Krabbameinsfélag Árnassýslu 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 Árnassýslu er eitt af öflugri aðildarfélögum Krabbameinsfélags Íslands hvað varðar starfsemi og nýtur þaðan bæði fjárhagslegra styrkja og faglegs stuðnings.

Fjöldi félagsmanna:

Við lok árs 2025 var fjöldi skráðra félagsmanna 604 og fjölgaði þeim um 73 á milli ára.

Stjórn:

Aðalfundur var haldinn 10. apríl 2025

Þá var kosin stjórn félagsins:

Formaður: Svanhildur Inga Ólafsdóttir

Varaformaður: Eygló Aðalsteinsdóttir

Gjaldkeri: Karen Öder Magnúsdóttir

Ritari: Guðbjörg Guðmundsdóttir

Meðstjórnandi: Guðmunda Egilsdóttir

Varamaður: Högni Jóhannsson

Varamaður: Johanna Biddy Biström

Starfsmaður: Erla G. Sigurjónsdóttir í 70% starfi

Breyting varð á stjórn félagsins frá fyrra ári, Johanna Biddy kom ný í stjórn og Katrín Stefanía Klemenzardóttir lauk stjórnarsetu. Eru henni færðar bestu þakkir fyrir sín störf í þágu félagsins.

Stjórnarfundir voru haldnir mánaðarlega yfir starfsárið að frátöldum júlímánuði.

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

Starfsemi:

Árið 2025 var viðburðaríkt 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, þiggja boð um að kynna starfsemi félagsins hjá félagasamtökum og vera sýnileg í samfélaginu.

Stjórn félagsins er gríðarlega þakklát öllum þeim félagasamtökum sem hafa gefið félaginu tækifæri til að kynna starfsemina innan þeirra funda og samkoma. Slík tækifæri hafa skilað aukinni þekkingu til samfélagsins á starfseminni auk þess að greiða leið þeirra sem á þurfa að halda, inn í starfsemi félagsins.

Markmið ársins 2025

Á fyrsta stjórnarfundum ársins 2025 var tekin ákvörðun að miða fræðslu og viðburði ársins að forvörnum og var það í takt við áherslur Krabbameinsfélags Íslands sem fjallaði um heilsulæsi á árinu með hvatningu á heilbrigðan lífsstíl. Horft var til þessara markmiða í skipulagi á starfsemi félagsins og þeirri fræðslu sem boðið var uppá.

Krabbameinsfélag Árnæssýslu hefur í gegnum tíðina lagt áherslu á andlega, líkamlega og félagslega endurhæfingu og hafa markmið 2025 spunnist vel inn í þær áherslur.

Í forvarnarskyni gegn félagslegri einangrun hefur öflugt félagsstarf skilað árangri sem og fjölbreytt tækifæri til samveru, að deila reynslu, þiggja stuðning og þiggja aðstoð við að ná að fóta sig að nýju í breyttum veruleika. Einnig hefur líkamleg endurhæfing verið góð forvörn gegn síðbúnum kvillum í kjölfar krabbameinsmeðferða, hvort sem um ræðir lyfjagjöf, geislameðferðir og/eða skurðaðgerðir. Hafa þátttakendur í líkamlegri endurhæfingu náð að byggja upp styrk og þol í kjölfar meðferða.

Fjölbreytt námskeið hafa verið í boði yfir árið. Má þar nefna; Námskeiðið *Bætt rúttína, betri svefn, betri líðan*, námskeið um *þreytustjórnun* og námskeið um *síðbúna kvilla í kjölfar krabbameinsmeðferðar*, en öllum námskeiðum var streymt frá Krabbameinsfélagi Íslands.

Endurhæfing félagsins hefur eflst og fleiri félagsmenn nýta sér bæði andlega, félagslega og líkamlega endurhæfingu á vegum félagsins. Öflugir samstarfsaðilar hafa komið að endurhæfingunni sem hefur aukið tækifærin til að efla fjölbreytni endurhæfingarinnar. Vikulega er boðið uppá iðju þar sem félagsmönnum gefst tækifæri til skapandi starfa á ýmsa vegu, má þar nefna leirmótun, akrílmálun, konfektgerð, hekl og margt fleira.

Bæði yoga nidra, slökun og teygjur eru einnig fastir liðir í endurhæfingunni auk þess sem boðið er reglulega upp á sálgæslu.

Á haustmánuðum 2025 hóf félagið samstarf við Sjúkraþjálfun Selfoss sem veitir nú líkamlega endurhæfingu tvisvar sinnum í viku, í hópi, undir faglegri leiðsögn Stefáns Magna Árnasonar sjúkraþjálfara. Aðsókn og ánægja með endurhæfinguna hefur verið mikil og fjölgar félagsmönnum stöðugt sem sækja endurhæfinguna hjá Sjúkraþjálfun Selfoss. Hefðbundin tilvísun til sjúkraþjálfara þarf að vera til staðar og er faglegt mat lagt í upphafi um hvort hentugra sé fyrir einstaklinginn að hefja einstaklings- eða hóppþjálfun. Full skráning hefur verið í endurhæfingarhópinn á haustönn og blikur á lofti um að fjölga þurfi um hóp til að mæta þjónustubörfinni.

Samstarf við krabbameinsdeild Heilbrigðisstofnunar Suðurlands hefur aukist á árinu og betri samfella á milli greiningar, meðferðar og endurhæfingar orðið í krabbameinsferlinu. Einstaklingum býðst símtal frá félaginu þar sem starfsemi og þjónusta er kynnt í upphafi. Hefur samstarfið orðið til þess að einstaklingar nýta stuðning og þjónustu félagsins fyrr í krabbameinsferlinu en áður var. Stjórnarmenn félagsins hafa einnig haft reglulega viðveru á krabbameinsdeildinni og kynnt starfsemi félagsins sem hefur skilað betri upplýsingum og aðgengi nýgreindra að þjónustu félagsins.

Fjárhagslegir styrkir til félagsins

Á árinu 2025 hefur félagið notið mikils stuðnings frá ýmsum félagasamtökum, fyrirtækjum og ekki síst samfélaginu í heild. Félagið hefur hlotið marga fjárhagslega styrki sem hafa gefið félaginu aukið svigrúm til að bjóða félagsmönnum uppá fjölbreytta þjónustu og stuðning.

Fjölmargir styrkir bárust félaginu frá einstaklingum og minni fyrirtækjum sem öfluðu fjár til styrktar félagsins á ýmsan hátt, má þar nefna að vinkonurnar Magnea Kristín, Heiðrún Ýr, Fanney Frigg, Fanney Rut og Vaka Röfn sem allar eru 8 ára, gengu í hús og seldu hluta af dótinu sínu sem þær höfðu ekki lengur not fyrir og gáfu félaginu ágóðann, vinkonurnar Hildur Rut Einarsdóttir og Katrín Eldey Felixdóttir máluðu og teiknuðu myndir sem þær seldu til styrktar félagsins, framtak mæðgnanna Agnesar Óskar, Lovísu Þóreyjar og Evu Dagmar sem eiga og reka Gömlu kartöflugeymsluna á Eyrarbakka, en þær seldu bleikt bakkelsi einn dag í október og rann allur ágóðinn til félagsins. Starfsfólk VISS vinnu- og hæfingarstöðvar á Selfossi sem gaf ágóða af sölu varnings sem þar er búinn til og framtak Eyrúnar B. Magnúsdóttur félagsmanns, sem gaf hluta af hagnaði sölu leirmuna sem hún hannaði og framleiddi í tilefni af Bleikum október.

Mottumars

Slagorð Mottumars árið 2025 hjá Krabbameinsfélagi Íslands var; *Lífstíll, ertu að gínast* og vakin var athygli almennings á bæði heilbrigðum og óheilbrigðum lífstíl. Krabbameinsfélag Árnessýslu tók virkan þátt í vitundarvakningunni tengda Mottumars og bauð uppá fyrirlestur um næringu, fyrirlestur og fræðslu um heilbrigðan lífstíl. Oddfellow, stúka 28 Atli tók virkan þátt í Mottumars og bauð öllum karlmönnum frítt í sund einn dag í mars og hvatti karlmenn til hreyfingar auk þess sem félagið kynnti starfsemi sína í samfélaginu.

Boðið var til Mottumars kaffi í opnu húsi hjá félaginu sem var mjög vel sótt.

Kiwanisklúbburinn Búrfell ásamt Hvíta húsinu á Selfossi buðu til hrossakjötsveislu á síðasta degi vetrar.

Bleikur október

Október er allajafna annasamur, fjölbreyttur og skemmtilegur. Félagið bæði stendur fyrir viðburðum og tekur þátt í viðburðum á vegum annarra sem leggja málefnið lið.

Bleikur október miðar að vitundarvakningu varðandi krabbamein hjá konum og slagorð sett fram út frá áherslum hvers ár. Í ár lagði Krabbameinsfélagið upp með slagorðið, *Það er list að lifa* og var tileinkað öllum þeim sem lifa með krabbameini.

Í Bleikri messu í Selfosskirkju sagði Helena Bragadóttir frá reynslu sinni af því að greinast með ólæknandi krabbamein og áskorunum sem hún og fjölskylda hennar takast á við daglega í lífi með krabbameini. Árlega er félagið í samstarfi við kirkjur í Árnessýslu og taka virkan þátt í bleikum messum.

Bleika boðið, sem nú er fastur liður í starfsemi félagsins, var haldið á Hótel Selfossi í október 2025. Um gríðarlega stóran og glæsilegan viðburð er að ræða sem skipulagður er af

félagsmönnum og öll vinna unnin í sjálfböðastarfi. Einstakt samstarf við Hótel Selfoss, veitingastað Hótel Selfoss og skreytingafyrirtækið Tilefni.is 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. Það er ómetanlegt að finna samhuginn frá eigendum fyrirtækja og fjölbreyttum hópi listafólks sem er tilbúið að gefa vinninga í happdrættið svo það megi verða sem glæsilegast. Veislustjóri Bleika bóðsins síðustu ár hefur verið Gabríel Werner Guðmundsson en hann hefur komið að starfsemi félagsins á ýmsan hátt frá árinu 2016. Í ár var það grínistinn og uppistandarinn Ari Eldjárn sem steig á svið og kitlaði hláturtaugarnar og var ekki annað að sjá en hann hafi sjálfur skemmt sér vel í hópi hláturmildra og glaðra gesta. Magnús Kjartan söngvari hefur einnig lagt félaginu lið á ýmsan hátt síðustu ár og hélt hann uppi stuðinu fram eftir kvöldi. Magnús hefur sjálfur tekist á við krabbamein og þekkir því vel til hversu mikilvæg starfsemi félagsins er.

Var þetta í sjöunda sinn sem viðburðurinn var haldinn og stjórn félagsins sammála að gott má alltaf bæta og ýmsar hugmyndir að nýjungum komnar á borð fyrir næsta viðburð.

Gallery Listasel á Selfossi hefur síðustu ár veitt félaginu ómetanlega aðstoð og stuðning með utanumhaldi og umsjón uppboðs á fallegum og stórkostlegum listaverkum sem félaginu hafa verið gefin. Í ár var það listaverkið KrunkKrunk eftir listmálarann Ingvar Thor sem var boðið upp.

Styrktarsjóður

Á árinu 2025, veitti Lionsklúbbur Selfoss, félaginu styrk að upphæð 2.000.000 og lagði þar grunn að stofnun styrktarsjóðs sem ætlað er að mæta félagsmönnum sem standa þurfa straum af þungum útgjöldum vegna krabbameinsmeðferðar. Við reglugerð og útfærslu varðandi umsóknarferli var horft til annarra félagasamtaka sem veita styrki og voru reglur lesnar yfir af löglærðum einstaklingi. Þriggja manna úthlutunarnefnd var skipuð sem hefur það hlutverk að fara yfir umsóknir um styrki. Ein umsókn var afgreidd á árinu. Stjórn félagsins tók ákvörðun um að 20% af öllu styrktarfé sem berst félaginu, muni renna í sjóðinn svo hann megi eflast og stækka og félaginu verði unnt að veita styrki sem um munar, til félagsmanna.

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. Lögð er áhersla á fjölbreytt fræðsluefni sem miðar bæði að almennum þáttum í daglegu lífi fólks, sem og sérhæfðu efni sem snýr að krabbameinsferlinu. Sem dæmi má nefna að árið 2025 bauð félagið uppá fyrirlestra um lífeyrismál, þarmaflórana, næringu og heilbrigðan lífsstíl, heilbrigði og hreyfingu,.

Aukinni eftirspurn eftir sálrænum stuðningi hefur verið mætt með samstarfssamningi við fagfólk í fjölskyldumeðferð og hefur félagið aukið við styrki til félagsmanna til að sækja slíka meðferð.

Jafningjastuðningshópurinn Brosið hittist einu sinni í mánuði, jafningjastuðningshópurinn Upprekjurnar hittist vikulega og halda félagsmenn sjálfir utan um starfsemi hópanna sem hafa sannað gildi sitt og mikilvægi jafningjastuðnings. Karlahópur félagsins hittist einu sinni í mánuði og hópur fyrir yngra fólk hittist einu sinni í viku.

Vorferð

Vorferð félagsins er árlegur viðburður og býður félagið í dagsferð þar sem markmiðið er að styrkja félagslega þáttinn og gera sér dagamun. Í ár var haldið í austurátt og áfangastaðurinn var Hvolsvöllur. Á ferðalaginu var fyrst stoppað í smáspunaverksmiðjunni **Uppspuna** þar sem hjónin Hulda Brynjólfssdóttir og Tyrfingur Sveinsson bændur í Lækjartúni eiga og reka verksmiðjuna heima á búi sínu samhliða búskap. Þar var vel tekið á móti hópnum og boðið uppá kynningu um það sem fer fram í verksmiðjunni, en einnig ýmsan fróðleik um íslensku sauðkindina, ullina af henni, hvað má gera úr henni og hvað hefur verið gert úr henni hingað til.

Því næst var farið í **Lava center** á Hvolsvelli þar sem fram fer stórbrotin sýning um fjölbreytta eldvirkni og jarðskorpuhreyfingar á Íslandi og hvernig landið hefur orðið til á milljónum ára.

Að lokum gæddi hópurinn sér á góðgæti á **Eldstó Art Café** á Hvolsvelli en Eldstó hefur þá sérstöðu að maturinn, drykkurinn, leirmunirnir og olíumálverkin á staðnum eiga sameiginlegan uppruna úr sveitinni.

Helsta starfsemi og viðburðir ársins 2025.

- Opið hús þrjá daga í viku þar sem sjálboðaliðar sjá 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. Heimsóknum í opið hús hefur fjölgað jafnt og þétt yfir árið og eru 10-15 manns að mæta reglulega í opið hús. Gestabók liggur á borðum í opnu húsi og gefur sýn á fjölda gesta yfir árið.
- Golfnámskeið fyrir félagsmenn í samvinnu við Golfklúbb Selfoss (GOS) var haldið í maí og fram í júní. Kennari námskeiðsins var Alexandra Eir PGA golfkennari. Námskeiðið var félagsmönnum og aðstandendum að kostnaðarlausu. Þátttaka var góð og lauk námskeiðinu með litlu golfmóti.
- 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. Félagasamtök í samfélaginu hafa einnig jafnt og þétt yfir árið veitt styrki til félagsins og hafa tækifæri til kynninga á starfsemi félagsins oft fylgt slíkum styrkveitingum.

- Bleika boðið sem nú er fastur liður í starfsemi félagsins var haldið á Hótel Selfossi í október 2025.
- Félagið fór í vorferð í júní 2025.
- Í desember stendur félagið fyrir fjölskyldusamveru þar sem boðið var uppá piparkökumálun. Var samveran vel sótt og áttu félagsmenn og aðstandendur góða samveru.
- Félagið hefur síðustu ár boðið uppá sálægslu í desember sem er opin öllum félagsmönnum. Sálægsla getur verið mikilvæg þar sem krabbamein getur haft mikil sálræn áhrif og stuðningur því mikilvægur.

Hópastarf

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

Hópurinn Upprekjurnar tók til starfa haustið 2023 og hittist einu sinni í viku. Hópurinn er fyrir alla félagsmenn og felst í jafningjastuðningi og félagslegri samveru. Yfir árið 2025 voru að jafnaði átta manns sem nýttu hópin vikulega.

Hópurinn Smárarnir sem eingöngu er fyrir karlmenn hefur hist einu sinni í mánuði en mæting hefur verið heldur dræm. Ýmsar leiðir hafa verið farnar til að efla karlahópinn, þörf á að finna hentugri leiðir til að efla þátttöku karlanna í slíkum jafningjastuðningshópi.

Markaðsstarf og kynningarmál

Heimasíða félagsins

- Heimasíða félagsins er www.krabbameinsfelagarnessyslu.net Uppfærsla var gerð á haustmánuðum 2023 þar sem ut anumhald um fyrri heimasíðu hafði verið af skornum 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, annars vegar „like“ síðu þar sem 925 einstaklingar fylgjast með starfseminni og auglýsingum og hins vegar lokaðan facebookhóp sem heitir Brosið og 425 einstaklingar eru inná og hefur þeim fjölgað töluvert á starfsárinu. Brosið er meira notað 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. Einnig hefur félagið notið aðstoðar með hönnun og prentun á auglýsingum. Eftirtalin fyrirtæki fá bestu þakkir fyrir góða samvinnu og styrki á árinu.
 - Prentverk Selfoss, Gunnar Gunnarsson
 - Dagskráin Fréttablað Suðurlands
 - Sunnlenska.is

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 Ráðgjafabjónustunni.

Gott samstarf er við krabbameinsdeild Heilbrigðisstofnun Suðurlands og eru félagsráðgjafi og iðjubjálfi deildarinnar helstu tengiliðir 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 2025 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, endurhæfing, aðkeypt fagleg þjónusta vegna fræðslu og námskeiða, veitingar, styrkir til félagsmanna vegna samtalsmeðferðar.
- Styrktarsjóður var stofnaður.
- Helstu tekjur voru: Gjafir frá fyrirtækjum, félagasamtökum og einstaklingum, félagssgjöld, styrkveiting úr Velunnarasjóði Krabbameinsfélag Íslands, Bleika boðið.
- Sótt var styrki: Í Velunnarasjóð Krabbameinsfélags Íslands fyrir rekstri félagsins.

Lokaorð

Árið 2025 hefur verið viðburðaríkt, fjölbreytt og skemmtilegt. Árið fór hratt og vel af stað í starfsemi félagsins og öflug stjórn vann bæði þétt og vel saman.

Stjórn félagsins tók ákvörðun á fyrsta stjórnarfundum í janúar 2025 að leggja áherslu á forvarnir og heilueflingu, efla fræðslu og hvatningu til félagslegrar samveru, efla hreyfingu og að hlúa að andlegu hliðinni.

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

Lögð var áhersla á að bjóða upp á fjölbreytta og gagnlega fræðslu sem allir gætu tengt við. Leitast var eftir að fá fagfólk úr heimabyggð í sem flest verkefni, námskeiðum frá

Krabbameinsfélagi Íslands var streymt í húsnæði félagsins og félagsmenn hvattir til að hittast á Eyraveginum og nýta sér námskeiðin.

Samstarf við Sjúkrþjálfun Selfoss færði líkamlega endurhæfingu á hærra faglegt stig og hafa félagsmenn náð góðum árangri í að byggja upp þol og styrk.

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. Á starfsárinu 2025 hefur félagið fengið fjölmörg tækifæri til að kynna starfsemi sína og er ánægjulegt að sjá og heyra viðbrögð viðstaddra sem fá vitneskju um okkar öfluga starf. 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.

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 Árnassýslu,

Svahildur Ólafsdóttir, formaður.

Krabbameinsfélag Borgarfjarðar

Stofnað: 1970

Fjöldi félagsmanna: 271

Krabbameinsfélag Borgarfjarðar var stofnað 14.febrúar 1970 á stofnfundi á Hótel Borgarnesi fyrir Borgarnes-og Kleppjárnsreykjälæknishéruð. Stofn fundurinn var haldinn að frumkvæði Krabbameinsfélags Íslands og héraðslækna á svæðinu. Allir fundarmenn gerðust stofnfélagar 21 að tölu. Félagsmönnum hefur fjölgað hægt og bítandi í tímans rás og eru nú 271. Frá stofnfundi 1970 hefur félagið starfað óslitið. Hlutverk og tilgangur Krabbameinsfélags Borgarfjarðar er að styðja í hvívetna baráttu gegn krabbameini og stuðla að forvörnum. Félagið er eitt af aðildarfélögum Krabbameinsfélags Íslands og nýtir fræðslu og ráðgjöf þess. Einnig veitir félagið félagsmönnum sínum fjárstyrk samkvæmt reglum félagsins og reynir eftir bestu getu að vera stuðningur fyrir þá sem þess óska.

Skýrsla stjórnar.

Á síðasta aðalfundi Krabbameinsfélags Borgarfjarðar sem haldinn var í húsnæði Dvalarheimilis Brákarhlíðar fyrir ári síðan eða 12. mars 2025 gaf öll stjórn félagsins kost á sér til endurkjörs og var það samþykkt samhljóða af fundarmönnum. Stjórnina skipa þær: Helga Jónsdóttir, Kolbrún Sveinsdóttir, Hafdís Brynja Guðmundsdóttir, Guðlín Erla Kristjánsdóttir og Ingibjörg Inga Guðmundsdóttir.

Stjórnin fundar reglulega bæði í rauntíma og yfir vefinn. Það hefur reynst okkur afar vel að nýta tæknina og funda með þeim hætti, þannig sparast tími og akstur milli staða. Búseta stjórnarmanna dreifist víða í Borgarbyggð og hentar þetta form stjórninni vel. Stjórnin er í afar góðu sambandi og leysir mörg mál með þessum hætti hratt og örugglega.

Ýmislegt hefur verið gert á árinu, þetta helst:

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

4 formlegir veffundir, síðan samskipti á messenger spjallþræði milli funda til að vera í sem mestum og bestum samskiptum.

Formannafundir hjá Krabbameinsfélagi Íslands eru haldnir á Teams og hefur það gefist afar vel. Frá síðasta aðalfundi Krabbameinsfélags Borgarfjarðar þar til nú, hafa þeir verið 4. Einn fundur hefur verið með talskonu sjúklunga í Skógarhlíðinni og hann var einnig á Teams.

Aðalfundur og málþing KÍ 2025 var 23.-24. maí, þar áttum við fulltrúa á báðum viðburðum.

Rakel Ýr Sigurðardóttir er tengiliður KÍ við aðildarfélögin og er hún okkur mjög mikilvægur tengiliður og má segja að við séum mikið í sambandi við hana er við kemur viðburðum, fræðslu og fl. er til fellur.

Nefndin gerði sér áætlun um viðburði sem félagið vildi hrinda í verk og unnið var eftir henni í framhaldinu.

Verkefni félagsins á árinu.

- Félagið styrkir þá einstaklinga í Borgarbyggð sem greinast með krabbamein og sækja um styrk til félagsins.
- Eins og á síðasta ári hefur styrkjum verið þannig háttað að félagsmenn sem sækja um styrk til Krabbameinsfélags Borgarfjarðar fá 100.000 króna styrk 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 gististyrk allt að 50.000 kr.
- Félagið gerði fyrir nokkru síðan kynningarbækling um starfsemi félagsins, þar má meðal annars finna hvernig hægt er að sækja um styrk til félagsins. Bæklingurinn liggur frammi á Heilsugæslunni ásamt fleiri stöðum í Borgarbyggð, einnig má sjá hann á Facebooksíðu Krabbameinsfélags Borgarfjarðar.

Fræðsluerindi og forvarnir.

Félagið hefur lagt nokkuð upp út fræðslu og forvörnum. Það er einu sinni þannig, að það verður trúlega aldrei hægt að koma í veg fyrir krabbamein en það er hægt að minnka líkur á þeim með ýmsum hætti og teljum við og aðrir, að þar komi forvarnir og lífsstíll sterkastar inn.

- Fyrsta fræðsluerindið var haldið í tengslum við síðasta aðalfund þann 12.mars 2025 og bar yfirskriftina „Fangaðu tímann með jákvæðu hugarfari“. Það var Ingibjörg Inga Guðmundsdóttir sem sá um erindið, meðal annarst til að benda á að hugarfar hefur mikil áhrif á frammistöðu, sjálfsmýnd og getu fólks til að takast á við mismunandi verkefni og áskoranir í lífinu.
- Í janúar 2026 stóð félagið fyrir fræðslu til ungmenna í Borgarbyggð sem bar yfirskriftina „Notkun og áhrif orkudrykkja á líðan og svefnheilbrigði ungmenna“. Allir nemendur í 7.-10. bekk í Grunnskóla Borgarfjarðar, Grunnskólanum í Borgarnesi og nemendur í Menntaskóla Borgarfjarðar fengu þetta fræðsluerindi. Einnig gaf félagið fræðslu til foreldra/aðstandenda um þetta sama málefni og var því streymt til þeirra

yfir vefinn. Stefanía Ösp Guðmundsdóttir hjúkrunarfræðingur hjá Heilsulausnum sá um fræðsluna og gerði það einkar vel og fagmannlega. Mikil ánægja er með þetta framtak félagsins til forvarna.

- Í dag 18. mars er þriðji fræðsluviðburður félagsins á þessu tímabili. „Líðan og bjargráð karla með krabbamein“ sem Steinþór Kristjánsson sálfræðingur og sérfræðingur hjá Krabbameinsfélagi Íslands sér um.
- Í farvatninu er að vekja athygli á skaðsemi sólbruna á húð hjá ungum börnum á leikskólaaldri. Gefin verður ákveðin upphæð á hvert barn í hverjum leikskóla í Borgarbyggð sem leikskólastjórar nýta til kaupa á sólarvörn fyrir börnin. Krabbameinsfélag Borgarfjarðar stóð fyrir samskonar verkefni fyrir 3 árum síðan og ætlar að endurtaka það aftur nú í apríl/maí þar sem það mæltist mjög vel fyrir.

- **Bleikur október**

Október mánuður var tileinkaður baráttu gegn brjóstakrabbameini og hvatningu til kvenna um að fara í skimun. Félagið stóð fyrir því að lýsa upp kirkjurnar í Hvanneyri, í Reykholti ásamt gamla héraðskólahúsinu, Bæjarkirkju og Stafholtskirkju líkt og Borgarneskirkjan hefur verið lýst til nokkurra ára til að vekja fólk til umhugsunar um mikilvægi skimunar og sýna samkennd með þeim sem há eða hafa háð hetjulega baráttu. Félagið fór í samvinnu við sóknarpresta héraðsins um bleikar kyrrðarstundir, bleikar rökkurgöngur og erindi þeim tengdum.

Bleikar messur voru haldnar sem hér segir:

Í Reykholti þann 12. október, þar sem Sr. María Guðrúnar Ágústsdóttir leiddi bænastund og Ingibjörg Kristleifsdóttir flutti áhugaverða hugvefju sem hún kallaði „Er sem er“.

Á Hvanneyri þann 26. október, var Sr. María Guðrúnar Ágústsdóttir aftur með okkur í liði og Hraundís Guðmundsdóttir ræddi við þátttakendur um eigin reynslu við að takast á við krabbamein af mikilli einlægni. Í lokin sköpuðust góðar, áhugaverðar og gagnlegar umræður.

Í Borgarnesi þann 19. október var bleik messa sem Sr. Heiðrún Helga Bjarnadóttir sá um og hafði hún safnað saman og deildi ýmsum sögum kvenna sem hún þekkir og hafa staðið frammi fyrir þeirri áskorun að greinast. Félagið þakkar þessum hugrökku konum fyrir að deila reynslu sinni, þær gerðu það snilldar vel.

Þessir viðburðir voru vel sóttir og vöktu athygli, rétt eins og vonast hafði verið til. Viðburðir sem vert er að endurtaka að mati stjórnar.

- **Marsmánuður. „ Mottu mars“**

Mottumarsmánuðurinn sem Krabbameinsfélag Íslands hefur tileinkað sérstaklega körlum. Hann er tileinkaður körlum okkar allra, öfum, feðrum, sonum og bræðum. Í ár er einkunnarorðin **enginn er einn** í baráttunni við krabbamein.

Við tökum að sjálfsögðu þátt í honum til dæmis með „Blárri göngu“ hér í dag, höldum aðal-og fræðslufund félagsins og hvetjum karlmennina okkar til að fara í skimun.

Krabbameinsfélag Borgarfjarðar hefur merkt inn þrjár 500 metra gönguleiðir til að minna á málefnið, (2 x 250 m) sem félagið hugsar sem áminningu um hversu hreyfing er mikilvæg og einnig sem áheitagöngur. Merkingar mottuleiðanna verða uppi út marsmánuð í Skallagrímssgarðinum í Borgarnesi, í Reykholti í Snorragarði og á Hvanneyri frá Skemmunni að Landbúnaðarháskólanum. Tilvalið er að skreppa og ganga eina til tvær mottuleiðir, allt eftir getu og vilja hvers og eins. Hægt er að heita ákveðinni upphæð á hverja mottuleið sem viðkomandi gengur, (á hvern metir mottunnar eða hvað sem verða vill) heita á sjálfan sig um að fara í skimun eftir að hafa gengið mottuleiðina eða breyta lífsstíl til hins betra

Ef einstaklingar vilja heita á félagið okkar er hægt að sjá númer á reikningi félagsins í upplýsingabæklingi á Fb.síðu félagsins.

Vertu með og hvettu aðra til þátttöku það eru 12 dagar eftir.

Gjafir / styrkir

Félagið hefur nú þegar styrkt félaga á þessu ári um 1.112.250

Styrkir til félagsins

Margir hafa sýnt félaginu velvilja og styrkt það fjárhagslega í gegnum árin. Núna hefur t.d.

- Geirabakarí gefið félaginu ákveðna upphæð af hverri seldri bleikri tertu í bleikum mánuði sem nam alls 268.000.-



- Einstaklingar hafa styrkt félagið eða heitið á það fyrir 65.000

Við erum afskaplega þakklát fyrir velvilja í samfélaginu í garð félagsins sem gerir það að verkum að það getur látið gott af sér leiða. Stjórn félagsins sendir öllum þeim sem hafa styrkt félagið eða stutt það með einhverjum hætti bestu þakkir fyrir fallegan hug.

Félagsgjaldi hefur verið stillt í hóf og hefur ekki hækkað í þó nokkur ár, hefur verið 2000 krónur en lagt er til að hækka það í 3500 krónur. Sú tillaga verður borin upp á fundinum hér í eftir. Á síðasta aðalfundi félagsins kom fram að fólki fannst árgjaldið of lágt en ákveðið var þá að bíða með hækkun í eitt ár.

Það er hugur í Krabbameinsfélagi Borgarfjarðar sem vill láta gott af sér leiða og vera til staðar fyrir þá sem þess þurfa. Með stuðningi, hjálp ykkar og samfélagsins getum við skapað kröftugt aðildarfélag sem lætur til sín taka. Það skiptir okkur máli að sem flestir séu aðildarfélagar og ef einhverjir hér eru ekki skráðir í félagið þá er möguleiki á að skrá sig hér hjá okkur.

- Þann 21. janúar báðu Rótarýfélagar í Borgarbyggð um kynningu á félaginu sem orðið var við og bættust þá 8 félagar í hóp félagsins. Félögum fjölgar og það er vel. Hverjum og einum er fagnað.

Þetta var helst að segja af starfsemi félagsins.

Lokaorð.

Rósu Marinósdóttur þakka ég góða fundarstjórn og samstarfskonum mínum í stjórn þakka ég frábært samstarf og dugnað. Nýja einstaklinga sem gáfu kost á sér til starfa fyrir félagið býð ég velkomna. (Gróa Erla Ragnvaldsdóttir, Guðjón Friðbjörn Jónsson,(í varastjórn) Jón Eiríkur Einarsson,(í aðalstjórn) Jónína Pálsdóttir og Þórólfur Sveinsson (skoðunarmenn reikninga)

Ég vil biðja Hafðísi Brynju sem hættir í stjórn félagsins að þyggja blómvönd frá félaginu fyrir einstaklega góða samvinnu og góð störf í þágu félagsins til sjö ára.

Einstök, hugrökk, kraftmikil og góð manneskja.

Ég vil að lokum gera orð Krabbameinsfélags Íslands sem tileinkuð eru marsmánuði

„Enginn einn“ og áherslu okkar í Krabbameinsfélagi Borgarfjarðar „Við erum til staðar fyrir þig“ að mínum, um leið og ég slít fundi þakka góða áheyrn og óska ykkur góðrar heimferðar.

Ingibjörg Inga Guðmundsdóttir

Krabbameinsfélag Breiðfirðinga

Stofnað: 19. Okt. 2005

Ekki barst ársskýrsla frá félaginu.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins

Stofnað: 8.mars 1949

Fjöldi félagsmanna: 1.230

Pistill formanns

Það er alltaf lærdómsríkt að líta yfir farinn veg. Í starfi Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins eru verkefni margbreytileg. Á milli ára breytast áherslur og umfang en markmiðin haldast óbreytt: að efla forvarnir og fræðslu, efla umræðu og samstarf, standa vörð um hagsmuni almennings í krabbameinsmálum og þannig fækka þeim sem greinast með krabbamein.

Starfsárið sem nú liggur að baki hefur verið fjölbreytt. Við höfum sinnt stórum sem smáum verkefnum sem snúa að fræðslu og forvörnum, sinnt hagsmunagæslu og samvinnu við hagaðila og önnur krabbameinsfélög. Sum verkefni eru ný og spennandi, önnur eru endurtekið efni og mörg verkefnanna krefjast þolinmæði og festu. Enda mikilvægt að sofa aldrei á verðinum og minna stöðugt á það sem skiptir mestu máli, t.d. heilsusamlegar lífsvenjur, mikilvægi reglulegra skimana og almenna árvekni um eigin heilsu.

Áfengis- og tóbaksvarnir eru dæmi um sífellda hagsmunabaráttu þar sem þekking, vísindi og reynsla segja eitt, en hagsmunaaðilar annað. Rannsóknir hafa um langt árabil sýnt skaðsemi áfengis og tengsl þess við ýmsar tegundir krabbameina. Samt stöndum við stöðugt frammi fyrir kröfum um aukið aðgengi að áfengi.

Sama gildir um tóbak og nikótín. Mikill árangur hefur náðst síðustu áratugi í baráttunni við tóbakið en eftir að nýjar nikótínvörur ruddu sér til rúms á síðustu 15 árum er líkt og við séum komin í sömu gömlu hjólförin þar sem tekist er á um frelsi einstaklingsins og staðreyndir um skaðsemi. Hægt gengur að fá íslensk stjórnvöld til að taka af skarið og innleiða strangari reglugerðir. En okkar starf felst m.a. í aðhaldi við stefnu stjórnvalda, áminningu um þeirra ábyrgð í lýðheilsumálum og mikilvægi skýrra langtímamarkmiða.

Það er fátt ánægjulegra en að sjá verkefni skila árangri. Árið 2023 hrundum við af stað áttakinu *Skrepp í skimun* sem hvatti konur til að skreppa í brjóstaskimun þegar boð barst. Ástandið þá var ekki ásættanlegt, skimunartölur voru alltof lágar. Átakið vakti athygli og síðan 2023 höfum við ásamt Brjóstamiðstöð verið dugleg að miðla skilaboðunum. Það er því verulega ánægjulegt að sjá jákvæðar hækkandi tölur fyrir árið 2025. Því fleiri konur sem mæta reglulega í brjóstaskoðun því meiri líkur á því að þær sem greinast greinist með staðbundinn sjúkdóm.

Í nokkurs konar sjálfstæðu framhaldi af *Skrepp í skimun* settum við í loftið í janúar vitundarvakninguna *Leghálsskimun - lítið mál!* Hugmyndin kviknaði á vormánuðum og dafnaði hratt þegar réttu samstarfsaðilarnir bættust í hópinn. Herferðin náði til tugþúsunda, skapaði umræður og sendi skýr skilaboð um mikilvægi þess að mæta í skimun. Sem hluta af herferðinni

opnuðum við upplýsingavefinn leghalsskimun.is. og frumsýndum fræðslumyndina *Frá óvissu til vonar – Leghálskrabbamein á Íslandi.*

Happdrættið okkar, sem fagnaði 70 ára afmæli 2025, hélt áfram að vera mikilvæg tekjulind og vettvangur fyrir samskipti og fræðslu. Miklar breytingar hafa orðið á sölumynstri, við höfum fækkað útsendum miðum töluvert án þess þó að glata kaupendum og aukið verulega sölu í vefverslun. Skilaboðin um sólarvarnir í sumarhappdrættinu og skimun í jólahappdrættinu sýndu að jafnvel í leik og happdrætti er rými til að miðla fræðslu og forvörnum.

Á árinu kvöddum við Guðlaugu Birnu Guðjónsdóttur eftir 28 ára starf fyrir félagið. Hún hefur sinnt félaginu af ótrúlegum krafti, elju og hugsjón í öll þessi ár, er botnlaus brunnur af fróðleik og upplýsingum og hefur haft djúpstæð áhrif á starfsemi félagsins og annarra aðildarfélaga KÍ, og þau fjölmörgu líf sem félagið hefur snert. Það eru fáir starfsmenn í Skógarhlíðinni sem ekki hafa leitað til Gullu til ráðgjafar eða til að sækja upplýsingar. Hún hefur verið hjarta og sál félagsins í öll þessi ár og þökkum við henni kærlega fyrir allt sem hún hefur lagt af mörkum.

Stefnumótun sem hófst á 75 ára afmæli félagsins lauk vorið 2025 og við tók innleiðing aðgerða. Ráðist hefur verið í aðgerðir sem voru í forgangi, m.a. gerð nýs samstarfssamnings við Krabbameinsfélag Íslands sem enn er í vinnslu og endurmörkun félagsins. Endurmörkunin, sem unnin var í samstarfi við StudioFin, leiddi af sér nýtt, bjart og jákvætt útlit sem endurspeglar traust, tengingu og von. Það er gaman að fylgjast með því hvernig þetta nýja útlit verður hluti af daglegu starfi og hvernig það skapar samræmdari, skýrari ímynd út á við.

Persónulega eru þessi tímamót mér einnig kær. Á þessum aðalfundi læt ég af formennsku og þar með lýkur minni stjórnarsetu hjá félaginu sem hófst fyrst árið 2013. Ég mun áfram sinna starfi mínu sem framkvæmdastjóri félagsins og hlakka til að vinna með nýrri stjórn. Ég er þakklát fyrir það traust sem mér hefur verið sýnt og það hefur verið heiður að starfa með því góða fólki sem setið hefur í stjórn KH.

Verkefnin okkar eru krefjandi og starfsumhverfið síkvikt en verkefnin eru göfug og gefandi. Það sem situr eftir þegar litið er yfir síðasta starfsár er mikilvægi samvinnu og samtals þegar unnið eru að stórum og mikilvægum markmiðum. Við erum afskaplega stolt af okkar verkefnum og þakklát fyrir allt það góða samstarf sem við höfum verið hluti af.

Ég hlakka til áframhaldandi samvinnu með skýra stefnu Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins að leiðarljósi og veit að félagið verður áfram öflugt afl í baráttunni gegn krabbameinum.

Vala Smáradóttir

Formaður og framkvæmdastjóri Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins

Stjórn og starfsmenn Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins

Krabbameinsfélag Reykjavíkur, stofnað 8. mars 1949, og Krabbameinsfélag Hafnarfjarðar, stofnað 10. apríl 1949, sameinuðust í Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins þann 19. mars 2018. Þessi félög eru elstu krabbameinsfélög Íslands.

Stjórn

Frá síðasta aðalfundi hefur stjórn Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins verið þannig skipuð: Formaður Vala Smáradóttir, varaformaður Magnús Gunnarsson, gjaldkeri Jón L. Árnason, ritari Helga Tryggvadóttir og meðstjórnendur Hafrún Dóra Júlíusdóttir, Sigrún Perla Böðvarsdóttir og Jóhanna Kristjánsdóttir. Í varastjórn eru Eyrún Magnúsdóttir, Bára O'Brien Ragnhildardóttir og Garðar Örn Þórsson.

Stjórnarfundir voru tíu á tímabilinu og sóttu varamenn þá til jafns við aðalmenn. Auk þess funduðu varaformaður, gjaldkeri og framkvæmdastjóri eftir þörfum til að tryggja skilvirka ákvarðanatöku og samfellu í verkefnum.

Starfsmenn

Í lok nóvember lét Guðlaug B. Guðjónsdóttir af störfum eftir 28 ár í starfi. Hún starfar þó áfram að ákveðnum verkefnum þar til þeim lýkur. Í desember hóf störf Svanbjörg Hróðný Einarsdóttir í 50% stöðu fulltrúa. Jóhanna Kristjánsdóttir hjúkrunarfræðingur er okkur innan handar varðandi tóbaksvarnir og ráðgjöf.

Félagar

Félagsmenn eru 1.230 talsins. Þar af eru 29 ævifélagar og 19 heiðursfélagar.

Bleikur mánuður

Í bleikum október 2025 efldum við sýnileika okkar á samfélagsmiðlum og settum *Skrepp í skimun* auglýsingaherferðina okkar aftur af stað. Við birtum einnig kostaðar auglýsingar með árveknisskilaboðum um ljósabekki, mataræði, skimun, áfengi, hreyfingu og sjálfskoðun á brjóstum. Athyglisvert var að skilaboðin um mataræði fengu mesta athygli.

Auk þess voru klippur úr *Brjóstamein*, fræðslumynd okkar um brjóstakrabbamein, í dreifingu á YouTube.

Myndin var einnig endursýnd á RÚV að okkar beiðni.

Jóhanna Kristjánsdóttir, stjórnarmaður, hjúkrunarfræðingur, tóbaksvarnarsérfræðingur og skrifaði jafnframt skoðanagrein á Vísí um nikótín, konur og krabbamein.

Bleika málþingið 2025

Bleika málþingið um brjóstakrabbamein var haldið í húsi Krabbameinsfélagsins 14. október 2025. Að málþinginu stóðu Brjóstaheill – Samhjálp kvenna, Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins og Krabbameinsfélag Íslands. Yfirskrift málþingsins var *Það er list að lifa með krabbameini*, sem jafnframt var slagorð bleika mánaðarins.

Ásta Einarsdóttir, stjórnarkona í Brjóstaheillum – Samhjálp kvenna, setti málþingið. Í kjölfarið fluttu sérfræðingar og konur með reynslu af krabbameini erindi. Helga Tryggvadóttir, krabbameinslæknir og stjórnarkona í Krabbameinsfélagi höfuðborgarsvæðisins, fjallaði um hvað væri ólæknandi krabbamein. Þorri Snæbjörnsson, teymisstjóri hjá ráðgjöf og stuðningi

Starfsmenn Krabbameinsfélag Íslands kynntu þá fjölbreyttu þjónustu sem félagið veitir einstaklingum og aðstandendum þeirra. Harpa Ásdís Sigfúsdóttir, félagsráðgjafi hjá Krabbameinsfélagi Íslands, fór yfir réttindi fólks til framfærslu í langvinnum veikindum. Sigurlín Ívarsdóttir deildi persónulegri reynslu sinni af því að greinast og lifa með ólæknandi krabbamein í erindi sem bar heitið *Röndóttla slaufan*. Kristgerður Garðarsdóttir sagði frá sinni vegferð í erindinu *Ég og vinur minn (krabbinn)*. Thelma Björk Jónsdóttir, hönnuður og andlit Bleiku slaufunnar árið 2025, flutti lokaerindi dagsins, *Listin að lifa með ólæknandi krabbamein*.

Fundarstjóri var Bára O'Brien Ragnhildardóttir, stjórnarkona í Krabbameinsfélagi höfuðborgarsvæðisins. Mæting var góð, bæði á staðnum og í streymi, og skapaðist uppbyggileg stemmningin þar sem fræðsla, reynsla og samstaða fóru hönd í hönd.

Mottumars

Í Mottumars 2025 voru skilaboðin *Líf, ertu að grínast?* og *Ekki humma fram af þér heilsuna* og árið 2026 *Enginn einn*. Starfsfólk Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins tók þátt í pökkun Mottusokka, sölu í Smáralind og framkvæmd Mottumarshlaupsins. Þess utan kostuðum við birtingu árveknisskilaboða á samfélagsmiðlum um skoðun á eistum, þátttöku í ristilskimun, áhrif áfengis, hreyfingar, tóbaks og nikótíns, auk notkunar ljósabekkja. Skilaboðin um áfengi hlutu hvað mesta athygli.

Skrepp í skimun

Hvatningarverkefnið *Skrepp í skimun* sem hrundið var af stað í október 2023 lifir enn góðu lífi. Brjóstamiðstöðin nýtir auglýsingarnar á samfélagsmiðlum til að hvetja til brjóstaskimana á

landsbyggðinni þegar það á við. Í Bleikum október voru auglýsingarnar einnig keyrðar í kostuðum færslum á samfélagsmiðlum.

Það er ánægjulegt að segja frá því að veruleg aukning hefur orðið í brjóstaskimunum síðustu ár. Þó að verkefni sem þetta sé ekki eina ástæðan fyrir aukinni þátttöku má kannski meta það sem svo að það hafi verið „þúfan sem velti hlassinu“. Aukin umræða um mikilvægi skimunar hefur skapað þrýsting á frekari aðgerðir, svo sem lækkun komugjalda og bættu þjónustu á landsbyggðinni. Nú er skimun til dæmis í boði á Reykjanesi. Við nýtum þennan árangur sem hvatningu inn í komandi verkefni.

Vitundarvakning – leghálsskimun lítið mál

Veturinn 2025 kviknaði hugmyndin um að ráðast í vitundarvakningu um leghálsskimanir, sem yrði eins konar sjálfstætt framhald af hvatningarátakinu *Skrepp í skimun*. Mikilvægt var að verkefnið yrði unnið í samstarfi, og því var leitað til réttra samstarfsaðila og haldnir fundir með hverjum þeirra. Þeir sem tóku jákvætt í verkefnið voru Kraftur, Lífskraftur, Samhæfingarstöð krabbameinsskimana og Ungar athafnakonur.

Markmið herferðarinnar var að skapa aukna umræðu um leghálsskimanir með það langtímamarkmið að hækka þátttökuhlutfall kvenna. Markhópurinn var konur á aldrinum 28–34 ára auk þess að ná til erlendra kvenna á skimunardri. Fyrsti fundur hópsins var haldinn í september 2025 og hittist hópurinn alls fimm sinnum fram til febrúar; fjórum sinnum í persónu og einu sinni á Teams. Hópurinn fékk auglýsingastofuna Hvíta húsið til liðs við sig til að hanna og framleiða herferðina.

Herferðin var frumsýnd á viðhafnarsýningu í Smáralind 13. janúar og fór í kjölfarið í dreifingu á samfélagsmiðlum, umhverfismiðlum og netmiðlum. Hún var send út á íslensku, ensku og pólsku, og var einnig sérstaklega miðlað inn á íslensk-pólska netmiðla. Samhliða herferðinni var send út fréttatilkygning og fór Vala í tvö viðtöl vegna vitundarvakningarinnar, í Síðdegisútvarpið á Rás 2 og í Mannlega þáttinn á Rás 1.

Upplýsingavefurinn leghalsskimun.is var opnaður sem lendingarsíða herferðarinnar.

Herferðin var keyrð frá 14. janúar til 9. febrúar og skiluðu birtingar góðum árangri. Á miðlum Meta náðist til rúmlega 60.000 einstaklinga og dekkar það um 85% markhópsins (konur 25–44 ára). Á YouTube náðist til 36.000 manns á tímabilinu og um 4.500 heimsóknir voru skráðar á vefsíðuna. Verkefninu er hvergi nærri lokið og verða skilaboðin birt víðar á næstu misserum. Markmiðið að ná betur til erlendra kvenna er stórt verkefni sem unnið verður að áfram.

Frá óvissu til vonar – Fræðslumynd um leghálskrabbamein

Fræðslumynd um leghálskrabbamein á Íslandi fór í framleiðslu vorið 2025. Kvikmyndafyrirtækið EPOS framleiddi myndina, líkt og okkar fyrri fræðslumyndir. Tökur fóru

fram á haustmánuðum og var myndin frumsýnd á RÚV 8. janúar. Viðhafnarsýning var haldin í Smárabíó 13. janúar þar sem fjölda gesta var boðið að vera viðstaddur. Fyrirtækjum og félögum var boðið að taka þátt með kynningarbásunum fyrir sýninguna sem gerði viðburðinn líflegan og skemmtilegan. Eftir sýninguna voru góðar og gagnlegar panelumræður.

Meðal þátttakenda voru Florealis, Vistvera, World Class, Nola og Númer eitt, ásamt Krafti, Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins, Krabbameinsfélaginu og Ungum athafnakonum.

Myndina má enn nálgast inni á spilara RÚV og fara svo klippur úr myndinni á íslensku, ensku og pólsku, í dreifingu á næstunni.

Hættan er ljós

Rúm tuttugu 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 almennri notkun ljósabekkjja. Árlega hefur Gallup gert könnun fyrir átakshópinum og haldið er áfram að fræða um afleiðingar óhóflegra sólbaða. Ekki var send út könnun 2025 en verið er að undirbúa ungmennavagn með Gallup sem væntanlega fer af stað á næstunni.

Á árinu fengum við kynningu á áhugaverðum niðurstöðum rannsóknar sem unnin var af BS-nema í læknisfræði undir handleiðslu Bárðar Sigurgeirssonar húðlæknis, en gögnin sem lágu til grundvallar voru kannanir síðustu 20 ára og tengsl við tölur um húðkrabbamein skoðuð. Rannsóknin er merkileg að því leyti að hvergi í heiminum eru til jafn ítarlegar kannanir um sólbruna og ljósabekkjabruna yfir eins langt tímabil og á Íslandi.

Gengið með jákvæðri sálfræði

Í maí var félagsfólki boðið að taka þátt í viðburði í Elliðaárdal þar sem jákvæðri sálfræði var blandað saman við útivist. Genginn var hringur um dalinn undir leiðsögn Ingu Berg, sem gaf þátttakendum verkefni til að vinna með á meðan á göngunni stóð. Boðið var upp á veitingar að göngu lokinni, meðal annars frá MS sem styrkti viðburðinn ásamt Ölgerðinni. Meðan þátttakendur gæddu sér á veitingum hélt Inga Berg stutt erindi og sendi göngumenn að lokum heim með góð og jákvæð skilaboð til að vinna með! Um 30 manns tóku þátt í göngunni.

Tóbaksvarnir

Norrænt samstarf

Norræn félagasamtök í tóbaksvörnum funda reglulega og eiga með sér margvíslegt samráð. Jóhanna Kristjánsdóttir, hjúkrunarfræðingur og sérfræðingur í tóbaksvörnum, hefur verið fulltrúi félagsins frá hausti 2024 þegar hún tók við af Guðlaugu. Haustið 2025 bættist Vala

Smáradóttir, formaður stjórnar og framkvæmdastjóri, einnig í hópinn. Þetta var tíunda árið sem hópurinn kom saman, en Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins var einn af stofnmeðlimum hans. Samráðshópurinn hélt rafrænan fund í apríl 2025 og síðan staðfund í Finnlandi í ágúst. Á fundunum var farið yfir stöðu mála í löndunum, framtíðaráætlanir, reglugerðir Evrópusambandsins og þróun á markaði, þar á meðal innreið nýrra nikótínvara.

Umsagnir og aðkoma að lagasetningu

Í ágúst sendi félagið umsögn í samráðsgátt stjórnvalda um nýtt tóbaksvarnarfrumvarp þar sem lagt var til að nikótínvörur yrðu felldar undir sama regluverk og tóbak. Félagið fagnaði frumvarpinu en lagði áherslu á hertari aðgerðir, meðal annars varðandi hámark nikótínmagns (20 mg/ml) og algert bann við bragðefnum.

Síðar í sama mánuði funduðu Vala og Jóhanna með fulltrúum heilbrigðisráðuneytisins eftir að hafa sent ráðherra ályktun aðalfundar um skort á tóbaksvarnarstefnu í apríl. Þar kom fram að frumvarpið, sem átti að leggja fram á haustþingi, yrði ekki lagt fram fyrr en í fyrsta lagi í febrúar vegna andstöðu þvert á flokka. Fulltrúar ráðuneytisins lögðu áherslu á að hefja kynningu á skaðsemi nikótíns áður en frumvarpið yrði lagt fram og töldu samstarf við forvarnarsérfræðinga, þar á meðal KH, lykilatriði. Engin eftirfylgni hefur þó orðið þrátt fyrir ítrekaðar fyrirspurnir. Þegar þessi skýrsla er rituð hefur frumvarpið enn ekki verið lagt fram.

Eftirlit og breytingar á regluverki

Í janúar funduðu Jóhanna og Vala með fulltrúum heilbrigðiseftirlitsins á höfuðborgarsvæðinu vegna frumvarps um breytt regluverk á sviði hollustuhátta. Þar er lagt til að heilbrigðisnefndir verði lagðar niður og eftirlit fært til Umhverfis- og orkumálaráðuneytisins. Þetta myndi fela í sér að eftirlit með sölu tóbaks- og nikótínvara yrði ekki lengur í höndum þeirra sérfræðinga sem sinnt hafa því um árabíl.

KH sendi umsögn þar sem hvatt var til endurskoðunar frumvarpsins frá grunni, þar sem samþykkt þess óbreytts myndi veikja tóbaksvarnir, auka heilsufarslega áhættu og grafa undan forvörnum. Stjórnvaldsaðgerðir eins og slíkt eftirlit séu grundvallaratriði í tóbaksvarnarstarfi og frumvarpið þjónaði hvorki lýðheilsu né hagsmunum almennings.

Ábendingar til fjölmiðla og eftirlitsaðila

KH sendi tvisvar ábendingar til RÚV vegna sýnilegra reykinga. Fyrri ábendingin var vegna viðtals við tónlistarkonuna Bríeti í Kastljósi þar sem hún reykti vindil. Svar barst þar sem fram kom að reynt yrði að bæta úr. Síðari ábendingin var send þættinum *Vikan með Gísla Marteini*, þar sem aftur voru sýndar reykingar í tónlistaratriði Bríetar. Svar barst frá dagskrárstjóra sem sagði að málið yrði skoðað frekar.

Ýmsar ábendingar voru einnig sendar til Fjölmíðlanefndar og Neytendastofu vegna auglýsinga og annarra birtinga sem taldar eru brjóta gegn lögum eða reglugerðum, m.a. varðandi áfengi, tóbak, nikótín og ljósabekki.

Fræðsluskilaboð

Í tilefni alþjóðlegs dags án tóbaks voru birt fræðsluskilaboð á Facebook-síðu félagsins alla vikuna á undan. Á sjálfum deginum birtist skoðanagrein eftir Jóhönnu og Völu undir heitinu *Nú er tími til aðgerða: Tóbaks- og nikótínfrítt Ísland.*

Saga tóbaksvarna

Sveinn Magnússon læknir og heiðursfélagi 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 eru Árni Einarsson, Guðlaug og Jónas Ragnarsson. Sótt var um styrk til verkefnisins hjá Lýðheilsusjóði árið 2023 sem úthlutaði okkur 500.000 kr. í mars 2023 til fyrsta áfanga verksins. Ekki hafa frekari styrkir fengist fyrir verkefninu. Stefnt er á útgáfu á árinu.

Vefnámskeið um nikótínfíkn og bjargráð

Síðasta vor barst Krabbameinsfélaginu hugmynd frá Akademies um vefnámskeið um nikótín, nikótínfíkn og bjargráð. Vala hjá KH og Sigrún Elva hjá KÍ unnu grunn að námskeiðinu með efni frá Jóhönnu Kristjánsdóttur. Upphaflega átti Akademies að standa straum af framleiðslukostnaði í stúdíói sínu. Þrátt fyrir að handrit sé vel á veg komið hafa samningar ekki náðst og hefur framleiðsla verið sett á bið. Vonast er til að hægt verði að taka verkefnið upp að nýju á árinu.

Áfengisforvarnir

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins tekur virkan þátt í samstarfshópi um forvarnir ásamt nokkrum forvarnarsamtökum (IOGT, FRÆ og Foreldrasamtökunum gegn áfengisauglýsingum), fulltrúa frá Embætti landlæknis og einstaklingum með sérþekkingu eða áhuga á málaflökknum. Hópurinn fjallar um opinbera stefnumörkun í ávana- og vímuefnamálum og hefur samráð um þau þingmál sem koma fram.

KH hefur einnig tekið þátt í sameiginlegum verkefnum hópsins, meðal annars *Purrum janúar*. Í janúar og febrúar voru árveknisskilaboð um áfengi keyrð í kostuðum færslum á samfélagsmiðlum KH. Í febrúar skilaði KH inn umsögn í samráðsgátt stjórnvalda um mál nr. S-11/2026, drög að stefnu í áfengis- og vímuvarnarmálum til ársins 2035.

Happdrættið

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins hefur umsjón með rekstri og framkvæmd happdrættis Krabbameinsfélagsins og nýtir tekjur af því fyrst og fremst til fræðslu- og forvarnarstarfs og eru tekjur úr happdrættinu helsti tekjustofn félagsins.

Árið 2025 fagnaði happdrætti Krabbameinsfélagsins 70 ára afmæli, en fyrsta bílahappdrættið var haldið árið 1955. Undanfarin ár hefur markmiðið verið að fækka heimsendum miðum og auka sölu í vefverslun. Þeim markmiðum hefur verið náð með góðum árangri. Á milli ára fækkaði heimsendum miðum um rúmlega 17.000 og vefsala jókst um tæp 120% milli jólahappdrætta.

Sumarhappdrætti

Í sumarhappdrættinu var lögð áhersla á mikilvægi sólarvarna og aðgátar í sólinni. Í tilefni 70 ára afmælis var ákveðið að hafa verðlaunin sérstaklega vegleg og var í fyrsta vinning BYD SEAL U rafmagnsjepplingur frá VAT ehf.

Bíllinn var til sýnis í Smáralind í viku í júní, þar sem sala á happdrættismiðum fór fram samhliða. Það vakti sérstaka ánægju að í sumarhappdrættinu hlaut hin rótgróna herra-fataverslun JMJ hf. á Akureyri fyrsta vinning. JMJ hf. hefur stutt baráttuna gegn krabbameinum með kaupum á happdrættismiðum um langt árabíl.

Jólahappdrætti

Í jólahappdrættinu var megináherslan á mikilvægi brjóst- og leghálsskimana. Sala gekk vel og jókst verulega í vefverslun frá árinu áður.

Ekki var unnt að hafa happdrættisbíllinn til sýnis í Smáralind þetta árið. Sala fór þó fram í Fjarðarkaupum í tvo daga og í Smáralind í fjóra daga í desember.

Samstarf

Stuðningur við sjúklinga

Félagið er í góðu samstarfi við stuðningshópa Krabbameinsfélagsins og veitir þeim aðstoð eftir þörfum, meðal annars við gerð fræðslu- og fundarefnis, fréttabréfa, ársskýrslna, yfirlestur og ýmis önnur verkefni. Guðlaug hefur til að mynda aðstoðað Brjóstaheill á árinu við þýðingu og textavinnslu á fræðslubæklingnum *Að greinast aftur með brjóstakrabbamein*.

Á árinu tók félagið þátt í vinnuhópi um stafvæðingu á stuðningsneti Krafts og Krabbameinsfélagsins. Stuðningsnetið hefur verið hjarta starfsemi Krafts frá stofnun félagsins

árið 1999. Vala stýrði verkefninu og lauk fyrsta hluta þess með þróun á prótótýpu sem unnin var í samstarfi við Stefnu.

Vefmál og samfélagsmiðlar

Fésbókarsíða Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins er notuð til að koma á framfæri því sem félagið stendur fyrir og til að styrkja stöðu þess. Verið er að vinna að vefsíðu fyrir félagið og er stefnt á að hún verði komin í loftið fyrir tóbakslausa daginn. Til að koma á framfæri skilaboðum vitundarvakningarinnar *Legskimun lítið mál* var búin til upplýsingasíðan legskimun.is. KH á einnig Youtube-síðu og í bígerð er að setja upp TikTok - síðu sem til að byrja með væri tengd YouTube- síðunni en að sjálfsgöðu er á dagskránni að nýta þennan líflega miðil betur.

Fjármál

Afkoma félagsins á reikningsárinu var neikvæð um rúmar 15,7 milljónir króna. Kostnaður við fræðslustarfsemi nam tæpum 36,8 milljónum króna. Árið 2025 skilaði happdrættið félaginu tæpum 23 milljónum króna í tekjur. Aðrir tekjuliðir voru félagsgjöld, styrkir og vaxtatekjur. Eignarstaða félagsins er áfram sterk.

Styrkveitingar

Styrkveitingar ársins voru þrjár og námu samtals tæpri einni milljón króna.

KH styrkti verkefni Heilsulausna um fræðslu fyrir foreldra og nemendur í grunn- og framhaldsskólum um 600.000 kr.

Námsferð starfsfólks Brjóstamiðstöðvar Landspítala hlaut styrk til námsferðar sem mun nýtast geislafræðingum, ritara og hjúkrunarfræðingi deildarinnar. Gert er ráð fyrir að tíu starfsmenn taki þátt í ferðinni. Fyrir liggur styrkur sem nær yfir flugfargjöld og samþykkt var að veita viðbótarstyrk að upphæð 30.000 kr. á hvern þátttakanda.

Nordic Lung Conference 2026. Beiðni barst um styrk vegna þátttöku á Nordic Lung Conference 2026, þar sem óskað var eftir stuðningi við flug og gistingu fyrir Charlottu Pisinger, lækni og sérfræðing í tóbakstengdum sjúkdómum. Heildarkostnaður er áætlaður um 147.000 kr. Styrkveiting var samþykkt og stefnt er að því að skipuleggja heimsóknina tímanlega til að tryggja sem besta nýtingu dvalar hennar á landinu.

Í nýrri stefnumótun félagsins var lagt til að farið yrði í heildstæða endurskoðun á styrkveitingum. Á meðan sú vinna stendur yfir hefur stjórn ákveðið að veita ekki styrki frá félaginu. Stjórn hefur þó umboð til að endurskoða þá ákvörðun ef tilefni gefst.

Guðlaug kvödd

Eftir 28 ár í þjónustu við Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins kveðjum við Guðlaugu Birnu Guðjónsdóttur, eða Gullu, með djúpu þakklæti og virðingu. Á þessum tíma hefur hún gegnt lykilhlutverki í starfsemi félagsins, þar af 27 ár sem framkvæmdastjóri og síðasta árið sem sérfræðingur. Framlag hennar spannar ótal verkefni, stór sem smá, og hefur mótað bæði innra starf og ímynd félagsins á áþreifanlegan og varanlegan hátt.

Guðlaug hefur alla tíð unnið af ótrúlegum krafti, elju og sterkri hugsjón. Hún býr yfir víðtækri þekkingu og reynslu sem hún hefur ávallt verið reiðubúin að miðla. Áhrif hennar ná langt út fyrir daglegt starf; hún hefur verið burðarás í samskiptum við aðildarfélög Krabbameinsfélagsins og stuðningsaðila og hefur með störfum sínum snert fjölmörg líf.

Þrátt fyrir hin formlegu starfslok heldur Guðlaug áfram að leggja sitt af mörkum. Hún er í ritstjórn *Sögu tóbaksvarna*, tekur þátt í vinnuhópi um nikótínvarnir og situr í stjórn félagsins *Fræðsla og forvarnir*. Þekking hennar og reynsla mun því áfram nýtast á mikilvægum sviðum forvarna og fræðslu.

Við þökkum henni innilega fyrir ómetanlegt framlag og óbilandi hollustu við málefnið.

Stefnumótun og endurmörkun

Vinnu við stefnumótun lauk á starfsárinu, en innleiðingu er ekki lokið. Það er verkefni nýrrar stjórnar að ákveða næstu skref og aðgerðir til innleiðingar.

Sem hluti af stefnumótunarvinnunni fór fram endurmörkun félagsins. Guðlaug og Vala fóru á fundi og vinnustofu með fyrirtækinu StudioFin, og lauk þeirri vinnu í lok sumars. Nýtt útlit félagsins leit dagsins ljós í september.

Nýtt merki endurspeglar gildi félagsins — traust, tengingu og von — með einföldum, mannlegum formum. Í því má sjá manneskju styðja aðra, sól og tungl færast yfir fjöll, og svo má líka túlka það sem uppsveiflu á línuriti. Litirnir eru bjartir og jákvæðir og endurspeglar sömu gildi.

Krabbameinsfélag Hvammstangalæknishéraðs

Stofnað: 13. Október 1968

Fjöldi félagsmanna: ekki haldið félagatal

Skýrsla stjórnar Krabbameinsfélags Hvammstangslæknishéraðs fyrir starfsárið 2025.

Saga félagsins

Stofnað: Félagið er stofnað árið 1968. Starfsvæði er Húnaþing vestra. Tilgangurinn var fyrst og fremst að standa fyrir hópskoðunum vegna leitar á legháls- og brjóstakrabbameini. Annað markmið félagsins var að veita almenna fræðslu. Ákveðið var að innheimta ekki árgjöld, þannig að í raun er ekki haldin nein félagaskrá. Í dag styður félagið aðallega við krabbameinsveika einstaklinga fjárhagslega. Núverandi stjórn hefur áhuga á að bjóða upp á að gerast félagi í krabbameinsfélaginu og borga árgjöld. Facebooksíða félagsins er helsti auglýsinga og samskiptavettvangur félagsins.

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)

Endurskoðandi reikninga:

Aldís Olga Jóhannesdóttir

Starfsemi árið 2025.

Haldinn var aðalfundur þriðjudaginn 17. Mars 2026. Tölvu og símataækni var notuð í aðra fundi og til ákvarðanatakna og skrafaráðs. Formaður hefur setið teams fundi á vegum Krabbameinsfélags Íslands.

Fjarhagsstaða – Gjafir og styrkir

Fjáröflun var haldin á árinu, en kom stjórn saman ásamt fjölmörgum sjálfboðaiðum og tók slátur. Gerð voru 735 slátur á einum degi og seldist allt upp og hefði verið hægt að selja meira hefði það verið til.

Styrkir voru veittir til þeirra einstaklinga sem til okkar leituðu en þeir voru 2 á árinu.

Engar gjafir voru gefnar á árinu.

Félaginu bárust fjölmargir styrkir og seld voru minningarkort.

Fjárhagssatða félagsins er góð í lok árs.

Því miður komst enginn frá stjórn á Aðalfund KÍ 2025.

Guðrún Helga Marsteinsdóttir

Formaður

Krabbameinsfélag Norðausturlands

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

Ekki barst ársskýrsla frá félaginu.

Krabbameinsfélag Rangarvallasýslu

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

Ekki barst ársskýrsla frá félaginu.

Krabbameinsfélagið Sigurvon

Stofnað: 2001

Fjöldi félagsmanna: ekki skilað inn fjölda

Ársskýrsla 2025

Starfsemi Sigurvonar var með mjög venjubundnum hætti árið 2025. Hreyfihópur Sigurvonar hóf æfingar í byrjun júní og var það fimmta 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. Þátttakendur taka þátt á sínum forsendum undir tilsögn Árna Heiðars Ívarssonar, einkapjálfara og hlaupara með meiru.

Sigurvon efndi til fjölskylduhátíðar við félagsheimilið á Patreksfirði í ágúst. Til stóð að grillað yrði úti við leik og fjör en veðurguðirnir vildu heldur bjóða upp á slagviðri svo hátíðin var snögglega færð innandyra með aðstoð og góðvild starfsfólks félagsheimilisins. Boðið var upp á grillaðar pylsur, tónlist og fjör. 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. Og á sama tíma kynna félagsstarfið á sunnanverðum Vestfjörðum sem bættist við starfssvæði félagsins eftir sameiningu við Krabbameinsfélag Vesturbyggðar og Tálknafjarðar (KVOT) árið 2023.

Tæplega ein og hálf milljón króna söfnuðust í áheitasöfnun fyrir Sigurvon í Reykjavíkumaraþoni Íslandsbanka í ágúst. Alls bárust 266 áheiti á þá sem hlupu í þágu félagsins.

Sigríður Sverrisdóttir og Elín Magnfreðsdóttir fengu heiðursslaufur Sigurvonar í bleikum október. Stjórnin ákvað að heiðra þær fyrir dygga og langa þátttöku í stuðningshópnum Vinum í von en þær hafa mætt nánast í hvern einasta hitting í árafjöld.

Haldið var aðventukvöld í bryggjusal Edinborgarhússins á Ísafirði í desember sem ætluð var sem kyrrðarstund í amstri jólanna. Keyptar voru veitingar frá Edinborg Bistro og í staðinn lögð áhersla á heimatilbúin skemmtiatriði frá stjórn Sigurvonar. Gjaldkerinn, séra Fjölur Ásbjörnsson, flutti fyrst hugvekju. Að henni lokinni flutti hann nokkur jólalög ásamt formanninum Mörthu Kristínu Pálmadóttur og ritaranum Hjördísi Þráinsdóttur við kertaljós og jólaskreytingar. Gestir snæddu sér á smákökum og heitu súkkulaði með meiru og hafði einhver

orð á að eina stjórnin sem hefði mögulega geta skilað betri skemmtiatriðum hefði verið Stjórnin með þeim Siggu Beinteins og Grétari Örvars í fyrirrúmi.

Þá hittast stuðningshóparnir Vinir í von og Karlavon 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

Krabbameinsfélag Skagafjarðar var stofnað árið 1966.

Í stjórn eru nú:

Formaður Dalla Þórðardóttir,
varaformaður. Þorsteinn Þorsteinsson,
ritari, Sara Regína Valdimarsdóttir,
gjaldkeri Þuríður María Jónsdóttir,
meðstjórnandi Hrönn Jónsdóttir.

Starfsmaður í 20% starfshlutfalli er María Reykdal.

Á liðnum starfsvetri hafði félagið engan fastan stað fyrir fundi stjórnar, samfundi félaga og aðstöðu fyrir viðtöl, en nú horfir til vetri vegar.

Félagaði hefur fengið vilyrði fyrir herbergi á efri hæð menningarhússins Miðgarðs og er verið að leggja síðustu hönd á að laga þar til. Þar verður unnt að bjóða fólki til samtals, varðveita gögn félagsins og fleira. Lyfta er í húsinu og er aðgangur að salerni, sem er mun betra, en í því húsnæði, sem fyrr hefur boðist. Stjórn gart ekki hugsað sér að taka á leigu aðstöðu, þar sem hreyfihömluðu fólki yrði erfitt eða ómögulegt að koma.

Starfið:

Félagið hélt fjóra auglýsta viðburði, sem ætlaðir voru til þess að uppörva og styrkja krabbameinsgreinda og aðstendendur. Raunar sækja viðburðina mun fleiri en þeir, einnig þau sem koma vilja til að styrkja málefnið. Boðið er upp á mat og skemmtun úr héraði, talað orð og tónlist.

Bleikt boð var haldið á Löngumýri 29. október 2025.

Að venju var tekið á móti fólki með bleikum drykk og síðan er boðið upp á súpu, brauð og kaffi. Aðgangseyrir er kr. 5000.

Félagið fær jafnan heimafólk til að skemmta og að þessu sinni var það tenórinn Snorri Snorrason sem gladdi samkomuna með söng. Undirleikari var sem oft fyrr Rögnvaldur Valbergsson. Sr. Halla Rut Stefánsdóttir sagði frá reynslu sinni af því að greinast með krabbamein. Fólki er jafnan boðin greiðsla, en það kýs ávallt að styðja málefnið. Í lok kvölds gekk fram María Sjöfn Jónsdóttir, sem hafði hannað, unnið og selt armbönd og gaf félaginu ágóðann.

Blátt boð, sem haldið var í mars, var með sama sniði.

Súpufundur á Starrastöðum var nýlunda, en tókst svo vel að framhald verður á .

Jólahittingur var haldinn snemma á aðventu á Kaffi Krók. Hann var vel sóttur og lét fólk vel af. Lengi var setið og margt spjallað. Þar skemmtu viðstöddum með söng þrjár stöllur framan úr Blönduhlíð, og nefna þær sig Hljómbra. Við þetta tækifæri afhentu þær gjaldkera félagsins afrakstur skemmtunar, sem þær höfðu boðað til í Miðgarði í nóvember. Var skemmtunin afar fjölmenn og söfnuðust þar kr. 865. 000.

Sem fyrr styrkjum við fólk til farar í lyfjameðferðir og geisla.

Í ráði nú í vetur er að efna til minnst tveggja fræðslufunda, súpufunda og auðvitað til boðanna tveggja, sem svo vel hafa verið sótt. Óþarft er að breyta um þegar vel gengur.

Dalla Þórðardóttir.

Krabbameinsfélag Snæfellsness

Stofnað: 27.september 2005

Fjöldi félagsmanna: ekki skilað inn fjölda

Skýrsla stjórnar 2025 - 2026

Aðalfundur félagsins var haldin mánudaginn 20. mars 2025 kl. 20:00 á Klifi í Ólafsvík. Áður en aðalfundurinn var settur sagði Þorbergur Bæringsson fundargestum sína sögu af því að greinast með krabbamein í blöðruhálskirtli. Krabbamein í blöðruhálskirtli er algengasta krabbamein karla og er um fjórðungur allra meina sem greinist hjá körlum á Íslandi. Þorbergi var þakkað fyrir erindi sitt og fékk að gjöf mottumars sokka og innrammaða blaðagrein frá 2014 þar sem Þorbergur ásamt eiginkonu sinni og dóttur afhentu Eiríki Jónssyni yfirlækni gjafabréf að upphæð 700.000 kr. upp í söfnun á aðgerðarþjarki eða róbót sem Landspítalinn var að safna fyrir á þeim tíma. Aðgerðarþjarkurinn eða róbótinn hefur nýst til margvíslegra skurðaðgerða en þó einkum við þvagfæraskurðlækningar og aðgerðir á grindarholslíffærum kvenna. Sitjandi stjórn bauð sig öll fram til áframhaldandi starfa, sem var samþykkt samhljóða. Aðalfundurinn var mjög góður, þar áttu margar gagnlegar umræður sér stað og fleiri aðilar sögðu sína sögu.

Fjölbrautaskóli Snæfellinga hélt góðgerðarbingó fyrir félagið okkar sem bæði nemendur og starfsfólk tóku þátt í, í lok þemadaga skólans. Á bingóinu söfnuðust alls 55.500 kr. sem Hrafnhildur skólameistari afhenti Sirrý og Mjöll stjórnarkonum félagsins. Skólinn óskaði þess að styrkurinn myndi nýtast félaginu vel í okkar góða starfi.

Áhöfn og útgerð Ólafs Bjarnasonar SH137 styrkti félagið og hvöttu jafnframt einstaklinga og fyrirtæki til að láta gott af sér leiða í tengslum við Mottumars á síðasta ári. Crossfit stöðin í Snæfellsbæ tók áskoruninni og hvatti til hreyfingar laugardaginn 29. mars þar sem allt þátttökugjald á æfingar þann daginn rann óskiptur til félagsins. 1

Félagið okkar fékk tengilið við Krabbameinsfélag Íslands til að auðvelda öll samskipti og auka tengsl vegna fræðslu, námskeiða o.fl. Þorri Snæbjörnsson sálfræðingur er tengiliður okkar og var Sirrý sett sem tengiliður frá félaginu okkar. Inga Fanney Jónasdóttir hljóp í Reykjavíkummaraponi Íslandsbanka til styrktar Krabbameinsfélagi Snæfellsness og erum við henni mjög þakklát.

Á stjórnarfundi í september sl. var tekin sú ákvörðun að félagið myndi halda upp á Bleikan október og Mottumars til skiptis, næsti viðburður yrði því í tengslum við Mottumars og aðalfund félagsins. Ákveðið var að kanna hvort Krabbameinsfélagið Framför sem er félag karlmanna með krabbamein í blöðruhálskirtli hefði tök á því að koma með erindi á aðalfundinn og þökkum við þeim fyrir frábært erindi. Sr. Karen Hjartardóttir sóknarprestur í Grundarfirði hafði samband við félagið vegna bleikrar messu og óskaði eftir samstarfi við

okkur um aðstoð við að finna einstakling til að segja sína sögu í messunni og að félagið myndi taka að sér sölu varnings að messu lokinni til styrktar Krabbameinsfélagi Íslands. Úr varð að félagið fékk Lísu Ásgeirsdóttur stjórnarkonu til að segja sína sögu af því að greinast með krabbamein og að lokinni messu sáu þær Guðrún og Eygló stjórnarkonur um að selja bleikar styrktarvörur. Jafningjahópurinn í Snæfellsbæ missti húsnæðið sitt í Áttthagastofu en fékk sem betur fer inn í Félagsheimilinu Klifi. Félagið fékk góða styrki á árinu og má þar meðal annars nefna styrk í september sl. frá Guðrúnu Alexandersdóttur í Ólafsvík sem hélt upp á 90 ára afmælið sitt, hún óskaði sér að þeir sem vildu gleðja hana settu frjáls framlög í bauk sem hún svo færði svo Krabbameinsfélaginu okkar. Ólína í Samkomuhúsinu á Arnarstapa seldi dúka sem Sveina hjúkrunarfræðingur og fyrrum formaður Krabbameinsfélags Snæfellsness hafði búið til, kallaðar Sveinudúllur. Vignir og Páley í Grundarfirði styrktu félagið í tilefni 60 ára afmælis þeirra hjóna. Lionsklúbburinn Rán í Ólafsvík og Lionsklúbburinn í Stykkishólmi styrktu bæði félagið, starfsfólk grunnskólans í Snæfellsbæ styrktu einnig félagið og færum við þeim öllum kærar þakkir fyrir góðvild sína í okkar garð. Krabbameinsfélagið tók þátt í minningarhátíð þar sem Perlað var af Krafti sem aðstandendur Berglindar Rósu Jósepsdóttur höfðu óskað eftir að halda í tilefni þess að Berglind eða Begga Jobba eins og hún var kölluð hefði orðið 40 ára þennan dag. Yfir 200 einstaklingar mættu til að perla og um fjörutíu mínútum eftir að viðburðurinn hófst voru allir úthlutaðir stafir búnir. En framleidd voru alls 219 armbönd en hæglega hefði verið hægt að búa til 100 -150 armbönd til viðbótar hefðum við fengið meiri efnivið. Félagið bauð gestum upp á grillaðar pylsur og aðstandendur buðu upp á kaffi og meðlæti. Þessi viðburður tókst með 2 eindæmum vel og var gaman að upplifa kraftinn, samhuginn og gleðina þegar fólk alls staðar af nesinu sameinast í einu verkefni. Upplýsingabæklingur félagsins fór í yfirlestur og var því næst sendur í Steinprent til uppsetningar og prentunar afraksturinn má sjá á borðunum hjá ykkur.

Félagið keypti þrjú eintök af bókinni „Kona verður orðlaus“ eftir Birnu Konráðsdóttur, bókin fjallar um málóða konu sem varð "orðlaus" bæði vegna krabbameins í barka og samskipta við íslenska heilbrigðiskerfið. Bækurnar ætlar félagið að gefa, eitt eintak á hvert bókasafn bæjarfélaganna á Snæfellsnesi. Krabbameinsfélagið fékk beiðni frá Sr. Karen Hjartardóttir um samstarf við félagið vegna blárrar messu í Grundarfirði þann 22. mars nk. Með sölu varnings líkt og gert var í bleiku messunni í haust og er stefnt að því. Vegna mikils áhuga á málefnum krabbameinsfélagsins var ákveðið að athuga hvort sr. Karen hefði tök á að vera fundarstjóri á aðalfundi félagsins í kvöld og erum við henni þakklát fyrir að hafa tekið það að sér.

Til upplýsingar þá sótti félagið um tvo styrki árið 2025 í velunnarasjóð Krabbameinsfélags Íslands annarsvega fyrir verkefni í formi gjafapoka til krabbameinsgreindra einstaklinga á starfssvæðinu og hins vegar til prentunar, hönnunar og dreifingar á upplýsingabæklingnum um félagið. Við höfum gjafapokaverkefnið haustið 2024 og afhentu fyrstu pokana þá en á síðasta starfsári afhenti félagið 10 gjafapoka. Í hverjum gjafapoka er teppi frá Icewear, Pepp bókinn með uppbyggjandi orðum, grjónapúðar, súkkulaði og nú verður bæklingnum bætt við. Þess má geta að grjónapúðarnir og gjafapokarnir eru hannaðir fyrir félagið og gerðir á

vinnustöðum fyrir fólk með skerta starfsgetu í Snæfellsbæ og í Stykkishólmi. Fyrir þessi tvö verkefni fékk félagið styrk að upphæð 1.620.000 kr. Að því sögðu þá hefur stjórn félagsins lokið yfirferð á störfum sínum frá síðasta aðalfundi.

Krabbameinsfélag Suðausturlands

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

Ekki barst ársskýrsla frá félaginu.

Krabbameinsfélag Suður-Þingeyinga

Stofnað: 1968

Fjöldi félagsmanna: 290

Krabbameinsfélag Suður Þingeyinga var stofnað 28. ágúst 1968 í þinghúsinu að Breiðumýri. Fyrsti formaður félagsins var frú Kolbrún Bjarnadóttir frá Ystafelli.

Undanfarin ár hefur félagið legið í dvala en þó veitt einhverja styrki til Heilsugæslu Húsavíkur. Einnig hefur verið greitt fyrir ferða- og gistikostnað fyrir þá krabbameinsjúklinga sem óskað hafa eftir því.

Haustið 2025 var hafist handa við að endurvekja starfsemi félagsins þar sem ljóst var að þörfin fyrir jafningjastuðning væri töluverður. Krabbameinsfélag Íslands kom að máli við núverandi formann til að kanna áhuga á að stíga inn í stjórn Krabbameinsfélags S-Þingeyinga, þar sem núverandi stjórn hefði setið lengi og vildi draga sig til hlés og hætta.

Eftir vandlega athugun ákvað ég að stökkva til og taka við keflinu og undirbúa aðalfund og kjör á nýrri stjórn. 18. febrúar 2026 tók svo ný stjórn formlega við starfinu. Stjórnina skipa:

- Ásgerður Arnadóttur formaður
- Guðrún Kristinsdóttir ritari og vara formaður
- Gunnhildur Gunnsteinsdóttir Gjaldkeri
- Berglind Ólafsdóttir Meðstjórnandi
- Aðalbjörg Sigurðardóttir Meðstjórnandi og sat einnig í fyrri stjórn.
- Pétur Guðni Pétursson Varamaður
- Ingólfur Freysson Varamaður.

Á síðasta ári voru skráðir 290 félagsmenn í félaginu.

Aðalfundur var svo haldinn 7. apríl í Bjarnahúsi safnaðarheimili Húsavíkurkirkju. Ný lög fyrir félagið voru samþykkt á þessum aðalfundi og ársreikningur samþykktur fyrir árið 2025.

Þar var kjör stjórnar staðfest auk þess að Berglind Júlíusdóttir tók við sem varamaður og Ingólfur Freysson steig til hliðar.

Enginn launaður starfsmaður er hjá félaginu.

Starfsemi:

Félagið stóð ekki fyrir neinni starfsemi á árinu, 2025 en aðstandendur stóðu fyrir því að halda hér glæsilega Styrkleika í byrjun ágúst þar sem veðurguðirnir tóku virkan þátt með stórkostlegu veðri. Kunnum við þeim miklar þakkir fyrir þetta framtak. Ég held að óhætt sé að segja að allir bæjarbúar hafi verið snortir og stoltir af þessum vel heppnaða viðburði. Þátttaka var mjög góð.

Sumardaginn fyrsta þann 24. apríl 2025 boðuðu svo séra Sólveig Halla og Ásgerður til súpufundar í Bjarnahúsi til að kanna áhuga á að stofna stuðningshóp fyrir krabbameinsgreinda, aðstandendur og einnig þá sem náð hafa bata. 23 mættu til fundar og ákveðið var að rúlla af stað með reglegum hittingum í Bjarnahúsi. Hópurinn hlaut nafnið Lóan. Nokkrar vaskar konur tóku að sér að stýra hópnum og hefur hann hist aðra hverja viku í Bjarnahúsi. Auk þess stóð hann fyrir bleikum október þar sem perluð voru armbönd fyrir KRAFT.

Á þriðja hundrað manns mætti á viðburðinn. Þess skal getið að Krabbameinsfélag Suðurlandshóla sá um að greiða fyrir þann kostnað til féll við þennan viðburð.

Lóan finnur fyrir miklum stuðningi og velvilja í héraðinu og er ljóst að þörfin var mikil fyrir fjölþættan stuðning.

Stofnuð var Fb síða fyrir hópinn og er hægt að nálgast linkinn fyrir hana á síðu aðildarfélagsins á krabb.is.

Félagið hefur hafið samstarf við Stéttarfélagið Framsýn, en þar höfum við frían aðgang að fundarsölum félagsins. Höfum við nýtt þá aðstöðu fyrir ráðgjafafundi þar sem Jenný hefur komið frá Krabbameinsfélagi Íslands með ráðgjöf.

Lokaorð:

Árið hefur verið viðburðaríkt og skemmtilegt hjá Lóunni. Krabbameinsfélag Suðurlandshóla mun geta greint frá mörgum góðum viðburðum fyrir árið 2026 á næsta þingi.

Að lokum vill núverandi stjórn þakka fráfaramandi stjórn fyrir vel unnin verk.

Takk fyrir samstarfið,

Stjórn Krabbameinsfélags Suðurlandshóla.

Krabbameinsfélag Suðurnesja

Stofnað: 15.nóvember 1953.

Fjöldi félagsmanna: ekki skilað inn fjölda

Krabbameinsfélags Suðurnesja

Ársskýrsla 2024-25

Unnin fyrir aðalfund félagsins þann 22. maí n.k.

Starfsárið var með hefðbundnu sniði að mestu leyti en föstu liðirnir snúast mikið um október og mars en önnur verkefni eru fjáraflanir, söfnun nýrra félagsmanna og kynningarmál. Starfsemin er enn ekki alveg búin að ná sér á strik eftir Covid, engu að síður gengur vel að kynna félagið og sífellt fleiri hafa samband og leita til okkar. Betur má ef duga skal og hefur stjórn félagsins samþykkt að halda fjögur kynningarkvöld í haust þar sem boðið verður upp á fönður og fyrirlestra, markmiðið er að hafa fjölbreytta dagskrá sem hentar bæði aðstandendum og þeim sem hafa fengið greiningu, en tilgangurinn er að mynda jafningjahópa sem hafa möguleika til að hittast utan skrifstofutíma. Dagskráin er tilbúin og búið að bóka salinn en viðburðirnir verða auglýstir í sumarlok og vonast félagið eftir góðum undirtektum frá nærsamfélaginu.

Bleikur október er tileinkaður brjóstakrabbameini og bleika litnum en átakið hefur fest sig í sessi eins og þekkt er. Krabbameinsfélag Suðurnesja hefur í samstarfi við íþróttafélag Keflavíkur, Njarðvíkur og nú líka Grindavíkur staðið fyrir kynningarátaki í október mánuði. Körfuknattleikslíð fyrrnefndra félaga, bæði karla og kvenna hafa hitað upp í bolum frá félaginu sem verður að teljast góða auglýsing því mikið af þeirra leikjum eru sýndir í sjónvarpi enda félögin á Suðurnesjum í fararbroddi í íslenskum körfuknattleik.

Sú hefð hefur myndast að kirkjur svæðisins hafa skipst á að halda bleika messu þar sem Krabbameinsfélag Suðurnesja býður upp á fyrirlestur/reynslusögu einstaklings úr nærsamfélaginu.

Í ár var fenginn einstaklingur sem hefur gengið í gegnum greiningu og meðferð á brjóstakrabbameini og er búsett í Reykjanesbæ og heitir Hólfríður Jennýjar-Árnadóttir. Hún býr yfir þeirri reynslu sem hver einstaklingur sem greinist með krabbamein finnur fyrir en hugarfar hennar er einstaklega jákvætt og fjallaði hennar inntak um það hvernig hægt er að tækla krabbamein með jákvæðu hugarfari. Það var vel mætt í bleiku messuna sem að þessu sinni var haldin í Keflavíkurkirkju og ber að þakka öllum þeim sem að komu og sérstaklega Sr. Erlu Guðmundsdóttur sem sá um veg og vanda skipulagsmála í samvinnu við starfsmann Krabbameinsfélags Suðurnesja.

Eitt af hefðbundnum liðum október mánaðar hefur verið samstarf Krabbameinsfélags Suðurnesja og HSS (Heilbrigðisstofnun Suðurnesja) en í ár náðist það ekki því verið var að taka móttöku HSS í gegn og átti þeirri vinnu að vera lokið en því miður náðist það ekki. Mjög gott

samstarf hefur myndast milli HSS og Krabbameinsfélags Suðurnesja svo þessi liður mun detta inn aftur í haust.

Þar sem einn af lykilþáttum forvarna gegn krabbameini er hreyfing hefur Krabbameinsfélag Suðurnesja lagt áherslu á að virkja samfélagið til þess að hreyfa sig og leggur sig fram um að tengja félagið við sem flest íþróttafélög í nærumhverfinu en eitt þessarra félaga er 3N sem er þríþrautafélag sem heldur úti æfingum allt árið um kring og býður upp á margvíslega hreyfingu. Ein hreyfingin er útihlaup og í samstarfi Krabbameinsfélags Suðurnesja og 3N er haldið Bleika hlaupið sem fór fram 26. október 2024. Hlaupalengdir voru tvær, 5 km eða 10 km og frítt í sund í Vatnaveröld í boði Reykjanesbæjar.

Krabbameinsfélag Suðurnesja hefur verið í samstarfi við fyrirtæki á svæðinu sem hafa séð um sölu á bolum og varningi í tengslum við Bleikan október og Mottumars en eigendur herrafata verslunarinnar Marion eiga bestu þakkir skilið fyrir einstaka velvild í garð félagsins við sölu á varningi fyrir okkur og ávallt hægt að treysta á þau. Við náðum ekki að fara í átakið að sækja nýja félagsmenn en við höfum sett okkur markmið að vera sýnileg tvo laugardaga á ári í anddyri Samkaupa. Stefnan var sett á fyrsta laugardag í desember og fyrsta laugardag í mars en það náðist ekki að manna þær vaktir en stendur til að gera betur næsta vetur.

Mottumars var eins og október mikill vinnumánuður en Krabbameinsfélag Suðurnesja var í samstarfi við 3N og bauð upp á Mottumars Hlaup og nú í fyrsta skiptið var boðið upp á sérstakt krakkahlaup sem heppnaðist gríðarlega vel. Samstarfið við Reykjanesbæ er að festast betur í sessi en bærinn bauð upp á tónlistaratriði, frítt í Vatnaveröld og seldu einnig vöflur til styrktar félaginu. Þetta var í annað sinn sem ég sem starfsmaður stend fyrir svona hlaupi í samstarfi við 3N og virkilega gaman að sjá heilu fjölskyldurnar mæta saman og taka þátt. Það er mikil virkni í félögum 3N og samstarfið með þeim Guðnýju Petrínu Þórðardóttur og Berki Þórðarsyni forsvarsfólki 3N einstaklega gott.

Kynningastarfsemi Krabbameinsfélags Suðurnesja í samstarfi við körfuknattleiksfélögin hélt áfram í mars og nú undir áttakinu Mottumars. Forsvarsmenn þessarra félaga eiga miklar þakkir skilið því venjulega eru þeir að selja auglýsingar á sína upphitunarboli en sýna samfélagslega ábyrgð í verki og kynna Krabbameinsfélag Suðurnesja án þess að rukka fyrir það sem er alls ekki sjálfsagt. Þau fyrirtæki sem hafa keypt auglýsingu á upphitunarboli félaganna eru líka að ganga í takt og sýna skilning og samþykkingu að „hvíla“ hefðbundnu upphitunarboli félaganna sem eru þaktir auglýsingum.

Bestu þakkir til allra sem hlut eiga að máli þar en það er of langur listi til að telja upp.

Það sem var nýtt og áhugavert á árinu og ánægjulegt að nefna eru Styrkleikarnir sem Krabbameinsfélag Íslands kynnti fyrir félaginu og stakk upp á að við myndum halda. Með stuttum fyrirvara var ákveðið að halda leikana og dagsetningin 6. - 7. september valin. Á styrkleikunum er atriði sem kallast ljósastund og því fannst okkur tilvalið að tengja Styrkleikana við Ljósanætur hátíðina sem var einmitt þessa helgi. Þetta verkefni var virkilega lærdómsríkt og sumt heppnaðist vel og annað ekki. Dögurðin sem körfuknattleiksdeild Keflavíkur heldur ávallt á laugardagsmorgni á Ljósanótt reyndist félaginu vel og buðum við nokkrum

einstaklingum og fjölskyldum þangað og áttum náðuga stund saman. Veðurguðirnir voru okkur ekki hliðhollir en ljósastundin fór fram í aftaka veðri og máttum við þakka fyrir að geta tendrað kertin í pokunum. Engu að síður var stundin falleg og ræðan hennar Hólmfríðar Jennýjar Árnadóttur áhrifamikil þar sem hún ræddi þakklæti og jákvætt viðhorf krabbameinsgreindra en alltof fáir nutu þessarar stundar vegna veðurofsans. Enn og aftur var það tengingin við Íþróttafélögin sem komu sterk inn en meistarflokkur kvenna og karla í knattspyrnu tóku hring til að sýna stuðning og 3N Þríprautarfélag mætti á laugardagsmorgninum og tók nokkra upphitunarhringi fyrir laugardagsæfinguna sína. Þó það hafi ekki verið margir sem lögðu leið sína á HS Orku völlinn í Reykjanesbæ þá voru yfir 500 hringir gengnir á vellinum og ekki útilokað að reyna við þetta verkefni aftur í náninni framtíð þó það verði með einhverju öðru sniði því það reyndist erfitt að fá fólk til að skrá sig og skuldbinda sig til þess að ganga í 24. klst. en það var samt ánægjulegt að sjá hversu áhugasamir bæjarbúar voru en auðvitað tekur tíma að kynna og festa í sessi svona viðburð og því ekki útilokað að reyna aftur og nýta reynsluna.

Heilbrigðisstofnun Suðurnesja hefur opnað nýja álmu og með tilkomu hennar hefur aðstaða fyrir krabbameinssjúka á Suðurnesjum stórbatnað. Þar er hægt að sækja ýmissa þjónustu eins og blóðprufur, lyfjagjöf og annað.

Starfsmaður Krabbameinsfélags Suðurnesja fór í heimsókn og hélt kynningu á Krabbameinsfélaginu fyrir starfsmenn heimahjúkrunar og dagdeildar lyfjagjafar. Eins og gefur að skilja eru þarfir krabbameinsgreindra eins ólíkar og þær eru margar en það var gott að hittast og bera saman bækur upp á framtíðina og auka skilning á starfsemi hvors annars.

Krabbameinsfélag Suðurnesja hefur í gegnum tíðina styrkt Heilbrigðisstofnun Suðurnesja með ýmissum tækjakaupum og prýða nú tveir lyfjagjafa stólar þessa nýju deild sem Krabbameinsfélag Suðurnesja gaf.

Horft er til framtíðar að halda svona kynningafundi oftari en starfsmaður Krabbameinsfélags Suðurnesja færði deildinni ýmissa bæklinga og lesefni frá Krabbameinsfélagi Íslands sem munu liggja frammi á nýju deildinni.

Í lokin er ágætt að nefna að hið hefðbundna starf skrifstofunnar er að standa opin fyrir krabbameinsgreinda og aðstandendur þeirra. Skrifstofan er með opnunartíma milli 16:00 - 19:00 á þriðjudögum og fimmtudögum en annars eftir þörfum og síminn opin þess á milli. Stefnt er að því að halda fjóra viðburði næsta haust til að finna út þörfina fyrir félagsstarfi utan skrifstofutíma. Vonandi mun það mælast vel fyrir og verða vel sótt.

Krabbameinsfélag Vestur-Skaftafellssýslu

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

Á síðasta aðalfundi var stjórnin endurkjörin, Margrét Steinunn formaður, Margrét Lilja gjaldkeri og Þórunn ritari.

Auður óskaði ekki eftir endurkjöri í varastjórn en í hennar stað var Anna Huld Óskarsdóttir kjörin.

Félagið stóð fyrir árlegri ljósagöngu í Vík í Mýrdal 14. nóvember. Þetta var 4. gangan og að þessu sinni var metþátttaka, um 90 manns sem gengu í blíðskaparveðri uppá Reynisfjall og mynduðu ljósafoss á leiðinni niður. Félagið bauð svo upp á kakó og kleinur á eftir.

Við fundum fyrir mikilli samstöðu og góðri stemmingu í hópnum.

Í mottumars höfum við lagt áherslu á að fá fræðslu sem nýtist fólkinu í samfélaginu. Að þessu sinni kom Ingibjörg Rósa Björnsdóttir til okkar með fyrirlestur og vinnustofu um hamingjuna. Mæting var með ágætum og fólk ánægt með framtakið.

Við sóttum um styrk úr Velunnarasjóði KÍ og fengum jákvætt svar við henni. Það er því stefnt á að efla fræðslu og stuðning í heimabyggð að afloknum sumarleyfum.

Við auglýstum og veittum styrki til einstaklinga sem hafa verið í krabbameinsmeðferð á þessu ári. Hver styrkur var að upphæð 150.000.- Tveir einstaklingar sóttu um og fengu.

Reynt hefur verið að nálgast fólk af erlendum uppruna með búsetu á svæðinu til að bjóða þeim ferðastyrki.

Haldnir voru 3 stjórnarfundir á árinu. Við nýtum okkur tæknina til að funda þar sem búseta okkar er nokkuð dreifð.

Krabbavörn Vestmannaeyjum

Stofnað: 25. Apríl 1949, endurvakið 03.05.1990

Fjöldi félagsmanna 544

Krabbavörn Vestmannaeyja stendur á gömlum grunni, það var stofnað af Einari Guttormssyni lækni 25. apríl 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. maí 1990 og hefur starfað nær óslitið síðan.

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

Á árinu 2025 voru skráðir 544 félagsmenn í félaginu.

Stjórn:

Aðalfundur var haldinn 24. apríl 2026.

Þá var kosin ný stjórn félagsins þar sem Kristín Valtýsdóttir hætti sem meðstjórnandi.

Formaður: Þórunn M. Sigurbergsdóttir

Varaformaður: Valgerður Þorsteinsdóttir

Gjaldkeri: Olga Sædís Bjarnadóttir

Ritari: Guðrún Gísladóttir

Meðstjórnendur: Fjóla Róbertsdóttir og Vera Björk Einarsdóttir

Varamaður: Snjólaug Elín Árnadóttir

Félagið þakkar Kristínu Valtýsdóttur fyrir vel unnin störf í þágu félagsins.

Skoðunarmenn: Lára Emilsdóttir og Inga Jóna Jónsdóttir, varamaður; Sigríður Gísladóttir

Á starfsárinu 2025 voru haldnir 7 stjórnarfundir. Stjórnin tók þátt í 2 fundum hjá KÍ.

Formaður fór á formannafund og aðalfund KÍ 23. og 24. maí í Reykjavík, auk formannafundar á netinu 18. september - fyrir bleikan október.

Ráðstefna á vegum Brakka samtakanna var haldin í Reykjavík 5.-6. sept. og fór formaður að sjá leikritið „Hvers vegna ég?“ sem var mjög áhrifaríkt.

Stjórn tók þátt í 15 viðburðum/fundum fyrir hönd félagsins á árinu.

Starfsemi:

Starfsemi félagsins var í góðum farvegi þetta starfsárið, unnið var að föstum viðburðum sem hafa tilheyrt félaginu til margra ára ásamt öðrum upptökum.

Hópastarf

Á starfsári 2025 var opið hús á þriðjudögum frá kl. 13-15. Hafa þessir fundir alltaf verið mjög vel sóttir, einnig voru fundir á miðvikudagskvöldum þar sem karlklúbbur Krabbavarnar hittist. Þar mætir fólk sem hefur gengið í gegnum krabbamein, fólk sem er í krabbameinsmeðferð og aðstandendur krabbameinssjúklinga.

Viðburðir

Mottumars - **Hippakvöld** var haldið í 14. mars; matur, happdrætti og tónlist.

Bekkur og borð voru afhent á Viktartorgi þriðjudaginn 15. apríl með yfirskriftinni LÍFIÐ ER NÚNA, í góðu veðri. Boðið var upp á kaffi og súkkulaði. Þakklætisgjöf Krabbavarnar til Vestmannaeyjabæjar.

Föstudagurinn langi, 18. apríl, sr. Viðar Stefánsson sippaði í safnaðarheimili Landakirkju eftir messu og náði hann yfir **10 þús. sippum** og góðu framlagi til Krabbavarnar.

Perlað af Krafti - sunnudaginn 5. maí var perlað í Höllinni til styrktar Krafti.

15. maí - **Innanbæjarferð**, fórum í Hvíta húsið að mála grjót og borðum saman á Vöruhúsinu.

4. júní - Guðrún Gísla og Vera Björk heimsóttu Kertaverksmiðjuna með bleikar bollakökur sem þakklæti fyrir kerti sem kertaverksmiðjan Heimaey gaf Krabbavörn.

9. ágúst voru haldnir **Styrkleikar** í Herjólfsdal á vegum Krabbameinsfélags Íslands, Bjarni Ólafur Guðmundsson hafði umsjón þeim og Rakel Ýr Sigurðardóttir frá Krabbameinsfélagi Íslands kom og var með varning til sölu. Styrkleikarnir stóðu í sólarhring og tóku margir þátt.

16. ágúst var haldið **Úlla golfmót** og rann ágóði til Krabbavarnar. Kristín og Olga mættu og veittu viðtöku fjárframlagi til Krabbavarnar.

Reykjavíkur maraþon var haldið 23. ágúst og fjórir þátttakendur hlupu fyrir Krabbavörn.

Bleikur október - Bleikar messur voru haldnar 19. okt. og 26. okt. Kristín Valtýsdóttir sagði sögu sína sem aðstandandi krabbameinssjúklings og sagði frá starfsemi Krabbavarnar á báðum stöðum. Vera Björk Einarsdóttir talaði í Landakirkju og Lilja Óskarsdóttir talaði í Hvítasunnukirkjunni, en þær hafa báðar glímt við krabbamein.

Bleikur dagur – 22. október í Líknarsalnum – Kynning frá Veru lífsgæðasetri um mikilvægi og þörf fyrir að sinna aðstandendum.

Kótelettukvöld var haldið 16. okt. og fékk Krabbavörn framlag frá kvöldinu og hjálpuðu nokkrir frá Krabbavörn til á kvöldinu.

Ljósaganga á Eldfell fimmtudaginn 20. nóvember, gengið var í rigningu og roki og boðið upp á hressingu í Arnardrangi á eftir.

Árman Halldór Jenson lék **Trölla** í desember og safnaði áheitum, afhenti framlög til Krabbavarnar 23. desember á Vöruhúsinu og þakkaði stjórn Krabbavarnar fyrir framlagið.

Áramóttaganga er fastur þáttur af jólahaldi hjá mörgum Eyjamönnum, en þar greiðir fólk gjald til að taka þátt í göngunni sem rennur til Krabbavarnar.

Krabbavörn fékk hárkollur að gjöf og var ákveðið að gefa LJÓSINU þær og var tekið við þeim með þakklæti.

Krabbavörn keypti súrefnistæki til að ferðast með fyrir einn félagsmann og mun Sjúkrahúsið (HSU) hafa umsjón með tækinu.

Styrkir:

- Félagið styrkti 32 einstaklinga á árinu.
- Félagið hefur greitt meðferðarstyrkir, styrki vegna íbúðar- og sjúkrahótels kostnaðar, einnig eru greiddir útfararstyrkir.
- Styrkir samtals á síðasta starfsári námu 6.948.692 kr.

Fræðslu- og forvarnastarfsemi

Fyrirlestrar voru haldnir þann 22. október í Líknrasalnum að tilefni bleika dagsins. Þar var fagleg kynning frá Veru lífgæðasetri og fyrirlestrar sem Thelma Gunnarsdóttir sálfræðingur, Ragnheiður Perla Hjaltadóttir og Arna Hrund Baldursdóttir hjúkrunarfræðingar héldu um mikilvægi og þörf fyrir að sinna aðstandendum.

Gefinn var út bæklingur á pólsku *Stuðningur og ráðgjöf* - við erum hér fyrir þína nánustu.

Markaðsstarf og kynningarmál

Facebooksíða félagsins

- Margir póstar hafa verið birtir á Facebook síðu félagsins árið 2025. Síðan er með um 1.600 fylgjendur.
- Á síðunni koma m.a. fram áfram deilingar 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 veitingastaðina Vöruhúsið og Einsa kalda, ÍBV íþróttafélag, Friðarból sem sér um áramóttagönguna, presta Landakirkju, ásamt fleiri einstaklinga sem koma að ýmsum viðburðum tengdum félaginu. Krabbavörn fær afnot af Arnardrangi húsi Rauða krossins.

Fjármál

Afkoma félagsins á reikningsárinu var jákvæð.

- Helstu kostnaðarliðir voru styrkir til félagsmanna.
- Helsta innkoma voru styrkir.
- Engir styrkir voru sóttir árið 2025 af Krabbavörn.

Lokaorð

Árið 2025 var gjöfult ár fyrir Krabbavörn þegar kemur að styrkjum til félagsins. Félagið er lánsamt að njóta mikils trausts og velvildar frá styrktaraðilum sem sýna málefnum þess ávallt kærleika og stuðning. Stjórn Krabbavarnar er ævinlega þakklát fyrir þann hlýhug sem félaginu er sýndur. Þórána hefur sinnt formennsku í eitt ár. Hlutverkið kom henni skemmtilega á óvart og hefur reynst henni bæði ánægjulegt og gefandi. Árið hefur verið lærdómsríkt og uppbyggilegt, og hún hefur fundið fyrir sterkri samstöðu, hlýjum anda og einlægum áhuga innan stjórnar.

Takk fyrir samstarfið.

F.h. stjórnar

Þórána M. Sigurbergsdóttir

Brakkasamtökin

Stofnað: 2015

Fjöldi félagsmanna: 187

Saga félagsins

Stofnun og upphaf

Brakkasamtökin voru stofnuð árið 2015 og hafa starfað óslitið síðan þá með hagsmunabaráttu BRCA arfbera að leiðarljósi. Tilurð samtakanna á rætur að rekja til hóps eldhuga sem upplifðu mikla þörf fyrir bættar upplýsingar, stuðning og þjónustu fyrir einstaklinga sem lifa með aukinni áhættu á krabbameini vegna arfgengra stökkbreytinga. Samtökin urðu til í kjölfar fjölda funda og óformlegra samverustunda þar sem jafningjastuðningur var í fyrirrúmi. Þar kom skýrt fram þörf fyrir skipulagt félag sem gæti sameinað raddir arfbera, veitt stuðning og beitt sér fyrir réttindum þeirra.

Fræðsla og vitundarvakning

Frá upphafi hafa Brakkasamtökin lagt mikla áherslu á fræðslu og vitundarvakningu um arfgeng krabbamein, bæði í ræðu og riti. Haldið hefur verið fjöldi fræðslufunda með fagaðilum sem koma að erfðarannsóknunum, skimun, eftirliti og áhættuminnkandi aðgerðum. Jafnframt hafa samtökin staðið fyrir og tekið þátt í fjölmörgum fundum þar sem jafningjastuðningur hefur verið í brennidepli, enda er samvera og samtal við aðra í svipaðri stöðu mikilvægur þáttur í starfsemi félagsins.

Ráðstefnur og þátttaka í opinberri umræðu

Brakkasamtökin hafa staðið fyrir tveimur stórum ráðstefnum sem markað hafa mikilvægan áfanga í starfsemi félagsins. Sú fyrri, *Á brakkann að sækja*, var haldin árið 2018 og sú síðari, *Skref fyrir skref*, fór fram árið 2025. Auk þess hafa samtökin tekið virkan þátt í málþingum og opinberri umræðu um málefni arfbera, bæði á vettvangi heilbrigðiskerfisins og í samfélaginu almennt.

Hagsmunagæsla og áhrif

Samtökin hafa frá upphafi unnið markvisst að því að koma sjónarmiðum BRCA arfbera á framfæri. Sérstök áhersla hefur verið lögð á að efla skimun, bæta eftirlit og tryggja jafnræði í heilbrigðisþjónustu fyrir þá sem bera BRCA eða aðrar meinvaldandi erfðabreytingar sem auka líkur á krabbameini.

Með samtali, fræðslu og samvinnu við stjórnvöld, heilbrigðisstofnanir og aðra hagaðila hafa Brakkasamtökin orðið öflugur talsmaður hópsins.

Fjöldi félagsmanna

Á síðasta starfsári voru skráðir 187 félagsmenn í Brakkasamtökunum

Stjórn:

Aðalfundur var haldinn 1. febrúar 2025 og ný stjórn var kosin.

Formaður: Jóhanna Lilja Eiríksdóttir Gjaldkeri: Hrefna Eypórsdóttir Meðstjórnendur: Inga Rut Gunnarsdóttir, Steinunn Markúsdóttir.

Haldnir voru 3 almennir stjórnarfundir á árinu, en margir vinnufundir um viss málefni.

Starfsemi Brakkasamtakanna á árinu

Fundir og jafningjastuðningur

Á árinu voru haldnir fjölmargir fundir og viðburðir með áherslu á jafningjastuðning, upplýsingamiðlun og samtal um málefni BRCA arfbera.

- Haldinn var fundur á Reyðarfirði 15. janúar þar sem mikil og góð umræða skapaðist, meðal annars um málefni karla með BRCA og eftirlit þeirra.
- Þann 30. janúar var haldinn fundur með BRCA körlum og öðrum sem hafa greinst með blöðruhálskirtilskrabbamein, í samstarfi við Framför – félag karla með krabbamein í blöðruhálskirtli og aðstandenda.
- Samtökin héldu þrjá jafningjafundi á árinu, tvo í Reykjavík og einn á Reyðarfirði. Fundirnir tókust mjög vel og mæting og þátttaka var góð.

Aðalfundur og stjórnarstörf

Árangur náðist í tveimur veigamiklum baráttumálum á árinu:

1. Kostnaður vegna gistinætur eftir áhættuminnkandi brjóstnám á Klíníkinni var felldur niður.
2. Skimunargjöld arfbera voru jöfnuð við gjöld þeirra sem hafa greinst með brjóstakrabbamein og almenna skimun.

Auk þess vinna samtökin áfram að eftirfarandi málum:

- fósturvísagreiningum (PGD)
- ferðakostnaði vegna eftirlits
- bættri skipulagningu eftirlits
- aðgengi að segulómun
- endurgreiðslu ferðakostnaðar þegar tímar falla niður af hálfu heilbrigðisstofnana

Rannsóknir og vísindasamstarf

Brakkasamtökin tóku þátt í og aðstoðuðu við tvær rannsóknir á árinu sem snúa að BRCA arfberum:



- Fjölbætta greiningu á utanfrumuerfðaefni arfbera.
- Rannsókn á áhrifum BRCA2 999del5 stökkbreytingarinnar á ónæmissvar arfbera.

Samtökin eru einnig tilbúin til samstarfs um frekari rannsóknir eftir þörfum.

Viðburðir og ráðstefnur

Stærsti viðburður ársins var tveggja daga ráðstefna Brakkasamtakanna og Krabbameinsfélags Íslands, haldin 5.–6. september (sjá nánar í kafla um fræðslu- og forvarnastarf).

Önnur starfsemi

- Samtökin tóku þátt í Reykjavíkurmaraþoni Íslandsbanka sem mikilvægri fjáröflun. Sjö hlauparar hlupu fyrir samtökin.
- Formaður samtakanna hélt erindi á málþingi um einstaklingsmiðaða heilbrigðisþjónustu í samstarfi við Heilbrigðisráðuneytið og Landspítala.
- Áframhaldandi vinna fór fram við herferðina **Þreifaðu þann þriðja**.

Fræðslu- og forvarnastarfsemi

Fræðslu- og forvarnastarf hefur verið einn af hornsteinum starfs Brakkasamtakanna frá upphafi. Á árinu var lögð rík áhersla á vitundarvakningu, fræðslu og miðlun upplýsinga til arfbera, aðstandenda og fagfólks.

Ráðstefna Brakkasamtakanna og Krabbameinsfélags Íslands

Dagana **5.–6. september** var haldin tveggja daga ráðstefna í samstarfi við Krabbameinsfélag Íslands. Fyrri dagurinn fór fram í Þjóðleikhúsinu þar sem sýndur var einleikurinn *Why Me* með Christinu Selden. Að sýningu lokinni var haldinn viðburður í Kristalsal Þjóðleikhússins. Í fyrsta sinn á Íslandi var haldið **Show and Tell** þar sem sjö konur voru módel og sýndu uppbyggingu eftir brjóstnám ásamt því að spjalla við gesti. Einnig var boðið upp á þrívíddar geirvörtu- og baugatattoo á módeli í Kristalsalnum.

Seinni dagur ráðstefnunnar fór fram í húsnæði Íslenskrar erfðagreiningar. Þar fluttu fimm fyrirlesarar erindi og kynningarbásar voru á vegum félaga og fyrirtækja sem veita þjónustu þessum hópi. Þá kynntu þrír rannsakendur rannsóknir sem eru í gangi á BRCA-tengdum þáttum með veggspjöldum. Ráðstefnan þótti einstaklega vel heppnuð og vakti mikla athygli.

Herferðin „Þreifaðu þann þriðja“

Áframhaldandi vinna fór í herferðina **Þreifaðu þann þriðja**, sem miðar að því að hvetja konur og arfbera til að þreifa brjóst sín einu sinni í mánuði. Markmið herferðarinnar er að efla sjálfsskoðun brjósta og gera einstaklinga virka þátttakendur í eigin eftirliti. Konur sem hafa fundið hnút í brjósti hafa deilt reynslu sinni, auk þess sem áhrifavaldar hafa tekið þátt í að miðla skilaboðunum áfram.

Útgáfumál og fræðsluverkefni

Samtökin hófu vinnu við að þýða og yfirfara bók um BRCA, sem er ætlað að nýtast bæði arfberum og fagfólki sem fræðsluefni í framtíðinni.

Markaðsstarf og kynningarmál

Markaðs- og kynningarstarf samtakanna hefur verið mikilvægt til að auka sýnileika, miðla upplýsingum og efla tengsl við félagsmenn og almenning.

Heimasíða félagsins

Unnið hefur verið áfram að þróun og endurbótum á heimasíðu félagsins, sem fór í loftið árið 2024. Heimasíðan er mikilvægur upplýsingavefur fyrir starf samtakanna, baráttumál, fræðslu og herferðir á borð við **Preifaðu þann þriðja**.

Facebook

Á Facebook-síðu Brakkasamtakanna höfðu verið birtir **118 póstar** á árinu og fjölmörg story. Sjáum ekki eitt ár aftur í tímann en dæmi um síðustu 90 daga þá hafa 16.073 séð pósta og story, þar af eru 55 prósent fylgjenda og 45 prósent sem eru ekki fylgjendur. Síðan er með **1.606 fylgjendur** sem fylgjast með starfi samtakanna og miðlun upplýsinga.

Instagram

53 póstar og fjölmörg story á Instagram-síðu samtakanna. Sjáum ekki eitt ár aftur í tímann en dæmi um síðustu 90 daga þá hafa 12.628 séð pósta og story, þar af eru 53.1 prósent fylgjenda og 46.9 prósent sem eru ekki fylgjendur. Síðan er með **512 fylgjendur** og er notuð til að miðla fræðslu, herferðum og viðburðum með sjónrænum hætti.

Samstarf

Brakkasamtökin hafa átt í víðtæku samstarfi við fjölmarga aðila, félög, fyrirtæki og stofnanir. Samstarfið hefur verið lykilþáttur í að efla fræðslu, rannsóknir, ráðstefnuhald og baráttumál samtakanna.

Fjármál

Rekstrarafkoma félagsins var jákvæð og endurspeglar ábyrga fjármálastjórn þrátt fyrir mikla og umfangsmikla starfsemi á árinu

Lokaorð

Árið hefur verið annasamt og viðburðaríkt, þar sem mikil og metnaðarfull vinna hefur farið fram á vegum Brakkasamtakanna. Þrátt fyrir að verkefnin hafi verið mörg og krefjandi hefur starfið verið afar gefandi og skilað áþreifanlegum árangri í bættum réttindum, þjónustu og hagsmunum fyrir arfbera og aðra sem samtökin standa fyrir.

Starfið hefði ekki verið mögulegt án öflugs samstarfs við fjölmarga einstaklinga, stofnanir og samstarfsaðila, sem við færum okkar bestu þakkir. Þá viljum við sérstaklega þakka félagsmönnum, sjálfboðaliðum og öllum þeim sem hafa stutt við starf samtakanna með einum eða öðrum hætti.

Stjórnin horfir bjartsýn fram á veginn og mun áfram vinna af krafti að því að efla fræðslu, vitundarvakningu, réttindi og þjónustu fyrir þann hóp sem Brakkasamtökin standa vörð um.

Takk fyrir gott samstarf.

Stjórn Brakkasamtakann

Takk fyrir samstarfið.

Stjórnin

Brjóstaheill – Samhjálp Kvenna

Stofnað: 1979 og sem formlegt félag sjálfboðaliða árið 2001

Ekki barst ársskýrsla frá félaginu.

Framför – félag BHKK greindra

Stofnun 12. Febrúar 2007 og endurreist 8. apríl 2019

Fjöldi félagsmanna: 165

Saga félagsins

Stofnað: 2007

Krabbameinsfélagið Framför, félag karlmannna með krabbamein í blöðruhálsi og aðstandenda var stofnað þann 12. febrúar 2007. Tilgangur félagsins er að styðja karlmenn sem hafa greinst með krabbamein í blöðruhálskirtli og maka þeirra og aðstandendur. Aðal hvatamaður að stofnun félagsins var Oddur Benediktsson. Krabbameinsfélagið Framför starfar í dag á landsvísu sem sjálfstætt áhugamannafélag og er aðili að Krabbameinsfélagi Íslands og í samstarfi við Ljósið (einn stjórnarmaður kemur frá þeim).

Á aðalfundi hjá Krabbameinsfélaginu Framför þann 8. apríl 2019 var félagið endurreist fyrir forgöngu stuðningshópsins Frískir menn og kosin ný stjórn sem byrjaði að skilgreina og undirbúa gjörbreytta stefnumótun í uppbyggingu á framtíðarstarfi félagsins. Félagið samþykkti síðan á árinu 2020 öflugan grunn að nýrri hugmyndafræði og markvissa framtíðar stefnumótun um starfsemi félagsins.

Á síðasta ári voru skráðir 165 félagsmenn í félaginu.

Stjórn

Aðalfundur var haldinn 30. apríl 2025.

Þá var kosin stjórn félagsins en í henni sátu:

Formaður: Guðmundur Páll Ásgeirsson.

Varaformaður: Hólmfríður Sigurðardóttir.

Gjaldkeri: Gylfi Gunnarsson.

Ritari: Guðmundur Oddgeirsson.

Meðstjórnendur: Jakob Garðarsson, Finnbogi Gústafsson, og Sigurgeir L Ingólfsson.

Varamenn: Práinn Þorvaldsson, Henry Granz, Ólafur Arnalds og Gunnar Skagfjörð Gunnarsson.

Framkvæmdastjóri/Starfsmaður: Stefán Stefánsson

Fundir

Haldnir voru 5 margir stjórnarfundir á árinu.

Framkvæmdanefnafundir voru haldnir alla þriðjudagsmorgna.

Stjórn tók þátt í 1 fundum hjá KÍ

Stjórn tók þátt í 9 fundum/viðburður fyrir hönd félagsins á árinu.

Félagið sótti 2 fundi og 1 skóla árið 2025

Starfsemin

Árið 2025 hófst með því að taka saman eftir Bláa trefilinn 2024 því ekki var búið að fá senda til baka alla Bláu treflana, sem sendir voru út til fyrirtækja víða um land auk þess að sum af þeim góðu fyrirtækjum, sem voru með þann Bláu í skannasölu gera upp síðar. Lokaniðurstaða var nokkuð góð, hagnaður 2,3 milljónir eftir Bláan nóvember 2024.

Blár nóvember 2025

Í nóvember er stærsta átak okkar – Blár nóvember - sem snýst ekki bara um að ná í aura – heldur að kynna Framför rækilega, vitundarvakningu á blöðruhálskrabbu, kynna sem allra flesta sem geta hjálpað, segja frá hvað er að gerast og ekki síst tala um lausnir frekar en vandamál. Gefið var út 8 síðna sérblað, sem fylgdi aldreiþingum með Morgunblaðinu þann 6. nóvember 2025, en þá er Mogginn borinn í flest heimili og það er allmikil dreifing. Alls voru 16 greinar og viðtöl í sérblaðinu, farið víða, félagið kynnt, Makafélagið, Brakkamál, hvernig á að byrja að spyrja, greinar eftir Rafn Hilmarsson yfirlækni, Matta Ósvald hjá Ljósinu, Hörpu Ásdísi Guðmundsdóttur frá Krabbameinsfélagi Íslands, um Europa-Uomo með allt efni á íslensku ásamt öflugum gervigreindarforriti, reynslusögur þar sem uppbyggilegt viðtal var við Kjartan Má Kjartansson bæjarstjóra Reykjanesbæjarar á forsíðu.

Barmmerkinu Blái trefillinn dreift á rúmlega 115 sölustaði um allt land.

Málþingið Meira en bara meðferð var haldið þann 11. nóvember í húsnæði Krabbameinsfélags Íslands þar sem áherslan var á að krabbamein snýst ekki bara um frumur og líffæri, heldur líka manneskjuna sjálfa sem veikist, maka og aðra aðstandendur. Guðmundur Oddgeirsson og Kjartan M Kjartansson greindu frá reynslu sinni af blöðruhálskirtilskrabbameini og meðferð, Matti Oswald hjá Ljósinu og Harpa Ásdís Sigfúsdóttir hjá Krabbameinsfélagi Íslands héldu erindi m.a. um bjargráð.

Bláa gangan fór fram í Heiðmörk þar sem Guðmundur hjá Fjallafjör leiddi hópinn um söguslóðir en hann var einmitt um tíma í stjórn Framfarar.

Reynt var að koma okkar máli til fjölmiðla en þar var eins og venjulega barist um athygli. Eins og árið áður var gott og langt viðtal við Guðmund Pál Ásgeirsson formann og Hólmfríði Sigurðardóttur varaformann í Mannlegu þættinum á Rás2 og rúmlega klukkustundar viðtal við Guðmund Pál formann á Útvarpi Sögu. Við vildum eðlilega komast að víðar og þurfum að vinna í því.

Mottumars 2025

Krabbameinsfélag Íslands fór þess á leit við Hólmfríði Sigurðardóttur varaformann Framfarar og stjórnanda Traustra maka að greina frá reynslu sinni sem maki karls sem greinst hefur með krabbamein í blöðruhálskirtli. Reynslusögur“ er greinasafn Krabbameinsfélagsins sem miðlar reynslusögum einstaklinga sem greinst hafa með krabbamein ásamt viðtölum við fólk sem er tilbúið að stíga fram, segja sína sögu með það að leiðarljósi að aðstoða aðra í sömu sporum Um er að ræða einlægar og upplýsandi frásagnir um hvernig er að ganga í gegnum krabbameinsmeðferðir og mikilvægi vinahópa og aðstandenda í því ferli.

Fundir í félaginu

Félagsstarfið gekk nokkuð vel. Haldnir voru framkvæmdanefndafundir á hverjum þriðjudagsmorgni þar sem öll voru velkomin en eðlilega áttu ekki allir heimangengt – það var samt gleðilegt hve mörg mættu og voru virk.

Þrjár stjórnarfundir voru haldnir á árinu þar sem allir stjórnarmenn og varastjórnafólk var boðað en þar á líka við að sumir gætu ekki mætt vegna vinnu eða annarra anna. Á þessum stjórnarfundum var farið yfir stöðuna á félaginu, hvað er framundan, hvað er í gangi og hvaða verkefnum er verið að vinna í.

Aðalfundurinn 2025 fór fram 30. apríl og honum stýrði Henry Granz en Guðmundur Páll Ásgeirsson var fundarritari. Þegar farið var yfir ársskýrslunna nefndi Gunnar Skagfjörð Gunnarsson þá hugmynd að óska eftir styrkjum frá t.d. stéttarfélögum því það væri þeirra hagur að félagsmenn væru að greinast snemma. Hólmfríður Sigurðardóttir tók að sér stuðningshópin Traustir makar eins og árið áður. Að öðru leiti var ársskýrslan samþykkt einróma. Reikningar voru samþykktir og þar kom fram að Krabbameinsfélagið Framför Ársskýrsla fyrir starfsemina 2025 Síða 5 rekstrarafgangur 2024 voru 4,2 milljónir. Lagabreytingar voru þrjár og miðuðu að því að endurspegla betur starf félagsins. Undir liðnum kosning stjórnar var kosið hvert framboð en mótframboð voru engin. Formaður félagsins var áfram Guðmundur Páll Ásgeirsson, Hólmfríður var síðan valin varaformaður, Gylfi Gunnarsson gjaldkeri og meðstjórnendur Jakob Garðarsson, Finnbogi Gústavsson, Guðmundur Oddgeirsson og Sigurgeir L. Ingólfsson. Í varastjórn fóru Þráinn Þorvaldsson, Henry Granz, Ólafur Arnalds og Gunnar Skagfjörð. Skoðunarmaður reikninga er Áslaug Einarsdóttir hjá Verum bókhaldsstofu. Ákveðið var að á aðalfund Krabbameinsfélags Íslands færu Guðmundur Oddgeirsson og Gunnar Skagfjörð. Starfsáætlun og Fjárhagsáætlun voru samþykktar og í önnur mál nefndi Hólmfríður að PSA-mæling væri nú hluti af heilsufarseftirliti karlkyns starfsmanna Orkuveitunnar 45 ára og eldri.

Félagsstarfið

Félagstarf með fólki teljum við mjög mikivægt, næstum því grunnurinn, því það snýst ekki bara um að hittast heldur tengja fólk saman og styðja þannig við aðra. Þar kemur inn eitt okkar

sterkasta boðorð – Þú gengur ekki einn. Oft kemur einhver nýr, sem jafnvel var að greinast og fær góðar upplýsingar og stuðning.

Bókasafnið

Reyndar ætti frekar að tala um blaðsafn á bökkum. Í félagsstarfinu koma oft upp mál, sem brenna á okkur en oftast en ekki koma spurningar eða upplýsingar frá okkur sjálfum. Farið er í að safna þeim upplýsingum saman, skoða málin ofan í kjölinn og taka saman niðurstöðu með lausnum en gæta þess að það sé yfirfarið af sérfræðingum ef þar.

Nú eru 41 upplýsingabakkar tilbúnir, margir með sýnishornum og þar kennir margra grasa. Svo eitthvað sé nefnt er efni um þegar menn voru að greinast, hvað Framför er að gera, hvert er hægt sækja þekkingu ásamt stuðning hjá öðrum en Framför, mikið um þvagleka ásamt kynlífsmálum, mögulegar aukaverkanir vegna meðferða og fleira. Bæklingar Krabbameinsfélagsins Framfarar endurskoðaðir Frá desember fram í mars var unnið að endurskoðun á bæklingum Framfarar um krabbamein í blöðruhálskirtli og áætlað að þeirri vinnu verði lokið í mars 2026. Hólmfríður Sigurðardóttir varaformaður og framkvæmdastjórn félagsins tók þátt í verkefninu. Ákveðið var að fækka bæklingum úr þremur í einn.

Það sem vantaði ...

Það sem ekki náðist að gera í ár var að halda námskeiðið Kynlíf & Nánd, eins og við höfum verið með á hverju ári, en það stendur til bóta og verður haldið í mars 2026.

Fundir annarra krabbameinsfélaga

Í febrúar 2025 var Framför boðið að sitja aðalfundi Brakkasamtakana. Þar er öflugt starf og vilja samtökin vera í góðu sambandi við okkur. Hafa meðal annars verið með kynningu í Hellinum . Í september 2025 voru Brakkasamtökin með kynningu hjá Íslenskri erfðagreiningu um sín helstu viðfangsefni og buðu Framför að vera með bás, sem við og gerðum með mikið af upplýsingum um starf, stuðning, baráttumál og áherslur félagsins.

Í ágúst 2025 hélt Heilbrigðisráðuneytið málþing um einstaklingsniðna heilbrigðisþjónustu þar sem kynntar voru breytingar á samskiptum og mega heilbrigðisyfirvöld – jafnvel eiga – að hafa samband við aðstandendur og fjölskyldu fólks sem er með krabbamein til að upplýsa um sjúkdóminn en markmiðið er að fólk sé ekki að halda veikindum, sem jafnvel ganga í erfðir, frá sínum nánustu. Hugsunin er að ná snemma inn til að taka á veikindum tengdum erfðum. Þetta gæti tengst skimunar hugmyndum, sem Framför vill koma í gang.

Í september 2025 og febrúar 2026 voru haldnir rafrænir formannafundir formanna aðildarfélag Krabbameinsfélagsins Íslands þar sem kynnt var megininntak í herferð Bleiku slaufunnar í október 2025 og Mottumars 2026. Hvert faðildarélag og KÍ kynntu helstu verkefni.

Á septemberfundinum var auk þess að kynnt skýrsla vinnuhóps um framtíðaruppbyggingu aðildarfélaganna.

Fundir erlendis

Aðalfundur Europa-Uomo fór fram í Finnlandi í maí og mættu Guðmundur Páll formaður og Stefán framkvæmdastjóri þangað. Spennandi fundur enda meira farið í andlegu hliðina, rannsóknir á líðan, áhrif þess að taka sjúklingur tæki ákvörðun með lækni sínum, þunglyndi kvíða, kostnaði og við lækningu vs. langveika og fleira í þeim dúr. Það má því greina að áherslur UOMO eru meiri á líðan fólks í stað tæknilegu hliðarinnar. Það var líka tekin fyrir þróun á meðferðum ásamt nýrri tækni, sem enn eitt árið tekur stökk fram á við.

Veftímaritið Hellisbúinn

Eins og síðustu þrjú ár gaf Framför út í júní veftímaritið Hellisbúi – hellisbui.is – en þar voru birtar alls 23 greinar. Enn voru allir til í að koma með efni, svo sem Rafn Hilmarsson yfirlæknir á Landspítalanum með nýjasta nýtt úr sinni grein, Erna í Ljósinu, Rannveig Traustadóttir um að nota mat sem lyf, Lárus Þór Björnsson sjúkraþjálfari sérhæfður í blöðruhálsmálum með lausnum, Brakkasamtökin með upplýsandi grein, hispurslaus saga Ella, Sorgarmiðstöðin með sín störf og margt fleira.

Hópastarf

Makafélagið Traustir makar er undir stjórn Hólmfríðar Sigurðardóttur. Að jafnaði hafa fimm til sex makar mætt frá upphafi en hist er fjórum sinnum yfir veturinn. Hólmfríður hefur bent á að vekja þurfi meiri athygli á makafélaginu þegar karlarnir hittast í Hellinum, á mánaðarlegum fundum í Ljósinu og í öllum viðtölum við fjölmiðla. Í nóvember 2025 hitti Harpa Ásdís Sigfúsdóttir félagsráðgjafi hjá Krabbameinsfélagi Íslands makahópin og fór yfir mikilvægi maka sem stuðningur fyrir karla sína við greiningu og í kjölfar hennar ásamt álagi sem því fylgir fyrir maka. Hún lagði áherslu á að maki og aðrir aðstandendur haldi áfram að sinna eigin heilsu, vinum, áhugamálum og það án samviskubits. Harpa benti á að Krabbameinsfélag Íslands býður upp á fjölbreytta þjónustu sálfræðinga, félagsráðgjafa, hjúkrunarfræðinga auk námskeiða og stuðnings fyrir bæði karla og maka þeirra. Þjónustan er gjaldfrjál. Mikilvægt að halda Makafélaginu áfram og efla starfsemina.

Hellirinn, hittingur í Hverafoldinni, er haldinn alla fimmtudaga frá klukkan 16 til 18, en margir mæta fyrr til að spjalla eða bera upp ýmis atriði sem þarf að ræða. Það er kærkomið og fer þá samtalið oft fram inni í eldhúsi þegar verið að taka saman veitingarnar, sem eru að mestu kaffi og Sæmundur ásamt ýmsum hollum drykkjum, stöku sinnum kaka eða meira kruðerí. Árið 2025 var Hellirinn lokaður í örfá skipti vegna frídaga en mæting er að jafnaði 10 til 20 kallar, allt uppí 30. Sumir koma oftar, aðrir sjaldnar en það þarf ekki að skrá sig fyrirfram – bara mæta.

Sent er út boð um hitting fyrir hvern fimmtudag auk þess að látið er vita af mánaðarlegum fundum í Ljósinu, fundum hjá Traustum mökum og öðru sem á erindi.

Ýmislegt er gert til að krydda starfið. Brakkasamtökin voru með öflugt erindi, Rannveig Traustadóttir kynnti sína baráttu hvernig hún barðist viðkrabbamein með hollri fæðu.

Félagi Guðmundur Oddgeirsson var með bíó sagði frá þegar hann – í allri sinni hógværd - bjargaði bandaríska sjóhernum af Snæfellsjökli með aðra höndina bundna fyrir aftan bak. Guðmundur var líka með fyrirlestur um flugslysið í Ljósufjöllum og annað allt um vindmyllur.

Enn var Guðmundur að verki í september þegar farið var í jeppaferð á línuvegum og ekkert malbik. Þá mættu nokkrir á jeppum, keyrt var upp á hæðir og hóla með glæsilegu útsýni, Hellisheiðarvirkjun skoðuð, keyrt yfir ár og ekki síst drullupolla en það mátti finna þegar keyrt var yfir fyrsta leðjuna að allir urðu ekki meira 25 ára. Í lokin var sest niður í grasbala og drukkið kaffi og kók í gleri, maulaðar flatkökur með hangikjöti eða kæfu, kex og prins póló – gerist varla þjóðlegra.

Haldið var til Grindavíkur í skoðunarferð með leiðsögn, byrjað með góðum fyrirlestri og síðan keyrt um þorpið áður en farið var á veitingahús. Mjög áhrifarík ferð þar sem mátti koma með maka eða vin með sér.

Fræðslu- og forvarnastarfsemi

Kynningafundir

Kynningarfundur um starf Framfarar var haldinn að beiðni Oddfellowstúkunnar Baldurs í apríl 2025 og sá Stefán Stefánsson framkvæmdastjóri um hana. Einnig hélt Guðmundur Oddgeirsson í nóvember kynningu að beiðni Kiwanisklúbbsins Ölvers í Þorlákshöfn. Í kjölfarið var haft samband við skrifstofu Oddfellow, Kiwanis- og Lionsfélaganna. Við vorum beðnir um að senda kynningarhugmyndir á öll þessi félög, sem myndu síðar panta kynningarfundir. Við vorum einnig beðnir um kynningu á félaginu hjá krabbameinsfélögum á Austfjörðum, Akureyri og Stykkishólmi og verða þeir haldnir á árinu 2026.

Útgáfumál og fræðsluverkefni

Blár nóvember var haldin í nóvember og í því tilefni var, sem fyrr segir, gefið út sérblað, sem var prentað hjá Árvakri og dreift í aldreiðingum um landið.

Markaðsstarf og kynningarmál

Heimasíður félagsins eru þrjár – aðalsíðan er www.framfor.is en þar er líka vefur um heilsu www.framforiheilsu og vefur um hreyfingu www.framforilifsgaedum.is

Facebooksíða félagsins heitir Framför – félag karla með krabbamein í blöðruhálsi og aðstandendur og var hún nokkuð virk þar sem kynntir voru viðburðir félagsins og margra annara, sem við töldum eiga erindi.

Rætt hefur verið um aðra samfélagsmiðla, svo sem Instagram, Snapchat og fleira en ekki talin ástæða til að vera á þeim vettvangi.

Samstarf

Félagið er í góðum samstarfi við alla, sem gætu haft minnsta erindi við félagsmenn og kynnir félagið t.d. Krabbameinsfélag Íslands, Ljósið, Kraft, önnur krabbameinsfélög, Brakkasamtökin, Sorgarmiðstöðina, Píeta og fleiri.

Fjármál

Afkoma félagsins á reikningsárinu var jákvæð og markmiðið er að afla fjár eingöngu til starfsemi félagsins.

- Helstu kostnaðarliðir voru: Laun, húsaleiga og ferðir með félaga.
- Helstu innkomuliðir voru: Sérblaðið Blái trefillinn í nóvember, veftímaritið Hellisbúi, félagsgjöld og gjafir.
- Sótt var styrki til: Krabbameinsfélags Íslands og Heilbrigðisráðuneytisins en þeir styrkir voru mjög mikilvægir fyrir rekstur félagsins.

Lokaorð

Árið hefur verið kraftmikið með sterkari stjórn, félagið finnur fyrir þörfinni eins og fjölmörg símtöl og hittingar karla sem voru að greinast, voru að velja meðferð, í persónulegum vanda og fleira en það er einmitt helsta markmiðið að sinna þeim.

Takk fyrir samstarfið.

Fyrir hönd stjórnar og framkvæmdastjóra,

Stefán Stefánsson

Kraftur, stuðningsfélag fyrir ungt fólk með krabbamein

Stofnað: 1. október 1999

Fjöldi félagsmanna: 1.098

Stjórn Krafts

Stjórn Krafts, starfsárið 2025-2026, skipa: Viktoría Jensdóttir formaður, Hannes Rúnar Hannesson varaformaður, Brynhildur Arna Jónsdóttir ritari, Bára O'Brian gjaldkeri, Magnús Hafliðason meðstjórnandi, Jens Bjarnason varamaður, Halldóra Hálfánardóttir varamaður og Vilborg Anna Garðarsdóttir varamaður. Stjórnarfundir voru 10 talsins á starfsárinu frá síðasta aðalfundi í apríl 2025.

Starfsmenn Krafts

Í upphafi árs 2025 störfuðu fjórir starfsmenn í 100% stöðugildum hjá félaginu. Hulda Hjálmarsdóttir gegndi starfi framkvæmdastjóra, Þórunn Hilda Jónasdóttir var í hlutverki þjónustustjóra, Aðalheiður Dögg Finnsdóttir var í stöðu fjáröflunarstjóra og Katrín Þórhildur Petersen sinnti stöðu markaðs og kynningarstjóra. Tímabundið (janúar-apríl) starfaði Jens Bjarnason sem tengiliður stjórnar og framkvæmdastjóri í verktöku þar til Sólveig Ása Tryggvadóttir var ráðin í starfið þann 1. apríl 2025. Þá tók einnig til starfa Rakel María Eggertsdóttir við stöðu Þórunnar sem þjónustustjóri. Guðný Sara Birgisdóttir tók við stöðu Aðalheiðar sem fjáröflunarstjóri 1. ágúst. Eva Sigrún Guðjónsdóttir tók síðan við stöðu markaðs- og kynningarstjóra og loks var Ragnhildur Þóra Hafsteinsdóttir ráðin inn til að gegna nýrri stöðu sem fræðslu- og hagsmunastjóri félagsins og er hún í 50% starfshlutfalli.

Þá er félagið með nokkra fasta verktaka í sérverkefnum hjá félaginu. Atli Már Sigurðsson er í hlutverki íþróttifræðings, hann er þjálfari í FitonsKrafts, Hrefna Lind Einarsdóttir er grafískur hönnuður og hefur séð um umbrot á tímariti Krafts, Rakel Erna Skarphéðinsdóttir – grafískur hönnuður, Guðlaug Ragnarsdóttir, náms- og starfsráðgjafi og Bolli Már Bjarnason er umsjónarmaður StrákaKrafts. Fyrstu mánuði ársins var Viktoría Jensdóttir einnig umsjónarmaður StelpuKrafts.

Félagar Krafts

Fjöldi félagsfólks í Krafti í lok árs 2025 voru 1.098. Á starfsárinu bættust við 65 félagar. Um 67% félagsfólks voru kvenkyns og 33% karlkyns.

Rúmlega 50% félagsfólks voru krabbameinsgreindir og tæplega 50% aðstandendur.

Abler

Kraftur tók upp nýtt þjónustukerfi frá Abler í maí 2025 með það að markmiði að halda betur utan um félagsfólk og bæta þjónustuna enn frekar. Með kerfinu vildum við auka yfirsýn, einfalda samskiptaleiðir og gera skráningu á viðburði aðgengilegri.

Stór hluti skráðra félaga var hættur að nýta þjónustu Krafts eða skráði sig aðeins til að styrkja félagið. Með innleiðingu Abler vildum við aðgreina félagsfólk frá kærkomnum styrktaraðilum og buðum þeim að gerast frekar Kraftsvinir og sleppa við óþarfa tilkynningar frá Abler.

Í september 2025 höfðu 128 manns skráð sig úr félaginu (þar af 78 manns sem höfðu hug á því að gerast Kraftsvinir) og 322 manns höfðu ekki greitt félagsgjöld. Haft var samband við þessa 400 manns og svöruð símtöl voru alls 227. Af þeim 322 sem höfðu ekki greitt félagsgjöld sögðu 26 manns sig úr félaginu og alls gerðust 89 manns árlegir styrktaraðilar upp á 10.000 kr. Af þeim greiddu 56%.

Innleiðingin hefur ekki gengið hnökralaust fyrir sig en félagsfólk virðist almennt ánægt með bætt aðgengi og yfirsýn. Næstu skref verða ákveðin á nýju starfsári.

Heimasíða og samfélagsmiðlar

Það er áframhaldandi verkefni að gera vefinn enn betri og þjónustu vænni. Liður í því er að gera efnið aðgengilegra 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.

Samfélagsmiðlar spila stórt hlutverk í allri markaðssetningu félagsins, hvort sem um ræðir fræðslu eða upplýsingar um þjónustu til félagsmanna, upplýsingar um starfsemi Krafts, miðlun á reynslusögum félagsmanna eða auglýsingar á söluvarningi félagsins.

Kraftsmunavaktin

Haustið 2025 fór félagið af stað með “Kraftsmunavaktina” sem er liður að aukinni fræðslu á samfélagsmiðlum. Þar vinna fræðslufulltrúi, þjónustufulltrúi og kynningarstjóri saman að gerð myndbanda sem eiga að upplýsa félagsfólk sem og almenning um hagsmuni ungs fólks sem greinist með krabbamein.

Helstu samfélagsmiðlar eru nýttir við markaðssetningu; Facebook, Instagram, TikTok og LinkedIn.

Fylgjendur Krafts á samfélagsmiðlum;

- Facebook eru yfir 15.942 en voru 15.692 fyrir ári síðan (yfir 80% konur).
- Instagram eru 7.791 en voru 7.491 fyrir ári síðan.
- Tik Tok eru 1003 en voru 681 í fyrra. Félagið byrjaði þar 27. janúar 2023
- LinkedIn eru 153 en voru 97 fylgjendur. Félagið byrjaði þar 20. Nóvember 2022
- Félagið er með aðgang á X (áður Twitter) en hefur ekki verið virkt þar í nokkur ár

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

Kraftsblaðið kemur út einu sinni á ári og er sent til allra félagsmanna, auk þess sem því er dreift á heilsugæslustöðvar, læknastofur og sjúkrahús um allt land. Blaðið er jafnframt aðgengilegt í rafrænu formi á heimasíðu félagsins ásamt öðru útgefnu efni.

Tímarit Krafts 2025 inniheldur fjölbreytt efni, þar á meðal viðtöl, greinar og umfjallanir um starfsemi félagsins, reynslusögur félagsmanna og fræðslu tengda krabbameini. Sérstök áhersla er lögð á vitundarvakningu ársins, „Ég á lítinn skríttinn skugga – Lífið er núna“, þar sem fjallað er um langtímaáhrif þess að greinast ungur með krabbamein og mikilvægi jafningjastuðnings.

Í blaðinu er einnig fjallað um helstu verkefni ársins, svo sem þróunarkerfnið „Sýndu kraft með þróun“, Lífið er núna festivalið í tilefni af 25 ára afmæli félagsins, og nýtt verkefni, Óskabrunninn, sem hefur það markmið að láta drauma félagsmanna rætast. Þá er farið yfir þjónustu félagsins, stuðningsnet, fjárhagslegan stuðning og fjölbreytta viðburði ársins.

Ritstjóri og ábyrgðarmaður blaðsins 2025 var Katrín Petersen. Í ritstjórn voru Aðalheiður Dögg Finnsdóttir, Rakel María Eggertsdóttir og Sólveig Ása Tryggvadóttir. Blaðið var prentað út í 1500 eintökum og gefið út 19. júní 2025.

Heildarkostnaður við útgáfu blaðsins nam 1.407.822 kr. með virðisaukaskatti (1.190.346 kr. án vsk). Stærsti kostnaðarliðurinn var prentun hjá Prentmet Oddi, sem nam 1.103.629 kr. með vsk. Annar kostnaður fólst meðal annars í uppsetningu, ljósmyndun og dreifingu.

Styrkir og auglýsingatekjur námu alls 895.000 kr. án vsk og var mismunur því 512.822 kr. sem félagið bar sjálft.

Þjónusta og viðburðir fyrir félagsmenn

Félagið leggur sig fram við að bjóða upp á fjölbreytta þjónustu fyrir félagsmenn sína og að laga hana að hópi okkar félagsfólks hverju sinni. Við sendum í byrjun hvers mánaðar fréttabréf um dagskrá félagsins og minnum á þjónustu félagsins sem hægt er að nýta sér.

Abler tók við af félagskortum

Félagskort Krafts gáfu félagsfólki tækifæri á því að auðkenna sig hjá ýmsum samstarfsaðilum félagsins og fá þannig sérkjör á vörum og þjónustu. Félagskortin féllu úr gildi með innleiðingu Abler en í stað félagskortsins sýnir félagsfólk nú félagsaðild sína á Abler. Það sparar félaginu ómældan tíma og kostnað við að útbúa félagskort fyrir rúmlega þúsund félagi. Nokkrir nýjir samstarfsaðilar bættust við á tímabilinu og á heimasvæði Abler má nú nálgast yfirlit yfir afsláttakjör og kóða til þess að nýta þau.

Lyfjakort

Apótekarinn styður við félagsfólk sem greinst hefur með krabbamein með því að kosta að fullu lyfseðilsskyld- og lausasölulyf, sem og vörur frá Gamla Apótekinu. Félagsfólk sem undirgengst krabbameinsmeðferð hefur kost á því að sækja um kortið. Lyfjakortin eru með sama sniði og gömlu félagskortin en í stað þess að útbúa félagskort fyrir rúmlega þúsund félaga útbúum við aðeins lyfjakort fyrir þá sem sækja um þau á heimasíðu félagsins. Félagskortin eru gefin út í 6 mánuði í senn og voru virk lyfjakort 49-70 í hverjum mánuði á árinu 2025. Samningurinn gildir til loka árs 2025 og verður endurnýjaður á nýju starfsári.

Stuðningsviðtöl

Fólk getur óskað eftir viðtali í gegnum heimasíðu félagsins eða við skráningu í félagið og hefur starfsmaður þá samband og býður viðtal í gegnum síma eða á skrifstofu Krafts. Einnig er ekki óalgengt að fólk komi við á opnunartíma skrifstofu. Ráðgjafapjónustan sem og félagsráðgjafar sem vinna í Skógarhlíðinni eru einnig dugleg að leiða fólk niður. Á síðasta starfsári voru stuðningsviðtöl 0-13 á mánuði eða um 5 viðtöl í mánuði að jafnaði.

Gjafapoki Krafts

Kraftur gefur nýgreindum gjafapoka með gagnlegum upplýsingum og vörum sem geta nýst þeim á erfiðum tímum. Gjafapokinn er afhentur inn á helstu krabbameinsdeildum Landspítalans. Markmiðið með gjafapokunum er að rétta út höndina og bjóða fólk velkomið í klúbbinn sem enginn vill vera í. Í lok árs 2025 inniheldur pokinn bókina Lífskraft, bækling um félagið, dagbók, handprjónaða sokka frá sjálfboðaliðum, húfu frá Krafti, Lífið er núna armband og vörur frá Unbroken og Danól. Þjónustustjóri er í góðu sambandi við starfsmenn deildanna og fer reglulega og fyllir á, ásamt því að dreifa bæklingum félagsins.

Minningarsjóður

Tilgangur Minningarsjóðsins er að styrkja aðstandendur í að standa straum af útfararkostnaði þegar félagsmaður fellur frá vegna krabbameins eða afleiðingum þess. Allur ágóði af sölu minningarkorta félagsins rennur óskiptur í sjóðinn. En stjórn félagsins tekur ákvörðun um styrkupp hæð til félagsmanna einu sinni á ári þegar ársreikningur félagsins liggur fyrir. Í maí árið 2025 var styrkurinn hækkaður úr 350.000 í 400.000 kr. Á árinu 2025 veitti Kraftur styrki úr minningarsjóðnum að fjárhæð 1.750.000 kr. Sem er 9,4% hækkun frá fyrra ári.

Styrktarsjóður Krafts

Styrktarsjóði Krafts er ætlað að standa straum af kostnaði sem fellur utan greiðslupátttöku sem og öðrum tekjumissi sem getur hlotist vegna veikinda viðkomandi. Úthlutað var úr Styrktarsjóð félagsins tvisvar á síðasta starfsári. Í vorúthlutun félagsins voru 7 einstaklingar sem fengu samtals 3.472.000 kr. Í haustúthlutun 2025 fengu 10 aðilar samtals um 4.700.000 kr. Samtals 8.172.000 kr sem er 36% hækkun milli ára. Úthlutunarnefnd Styrktarsjóðsins fer með úthlutanir úr sjóðnum og samanstendur hún af þremur fulltrúum.

Óskabrunnur

Félagsmönnum Krafts býðst að senda inn ósk í Óskabrunn Krafts, einnig geta aðstandendur og eða starfsfólk viðkomandi stofnana sent inn óskir fyrir hönd þeirra. Með því að verða við

óskum þeirra vonumst við til að gera stundir þeirra bærilegri og skapa góðar minningar á erfiðum tímum. Alls bárust félaginu 7 óskir á starfsárinu.

Lögfræðiaðstoð

Kraftur hefur fengið lögmannsstofuna Lögberg með sér í lið og stendur félagsfólki til boða að sækja til þeirra lögfræðipjónustu. Hægt er að óska eftir 15 mínútna símtali þeim að kostnaðarlausu. Sé þörf á frekari þjónustu er veittur 20% afsláttur af allri þjónustu sem og tímagjaldi hjá Lögbergi. Árið 2025 komu tvær umsóknir um lögfræðiaðstoð.

Náms- og starfsráðgjöf

Guðlaug Ragnarsdóttir að veitir félagsmönnum Krafts náms- og starfsráðgjöf. Enn sem komið er hefur þessi þjónusta ekki verið mikið nýtt hjá félagsmönnum okkar.

Markþjálfun

Markþjálfun var í höndum Kristínar Þórsdóttur sem lagði niður störf hjá Krafti á árinu. Markþjálfunin var ekki mikið nýtt og er framhaldið í skoðun hjá félaginu.

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, sem var um haustið breytt í þriðju hverja viku. Hópurinn hefur verið undir handleiðslu Viktoríu Jensdóttur og síðan Rakelar Maríu Eggertsdóttur frá því í apríl. Boðið er upp á margvíslega viðburði og uppbyggjandi fræðslu.

Kostnaður við starf hópsins árið 2025 var 1.067.729 sem er 49% aukning frá fyrra ári.

StrákaKraftur

Stuðningshópur fyrir unga stráka sem greinst hafa með krabbamein og boðið er upp á margvíslega viðburði og uppbyggjandi fræðslu. Starfið hafði fallið niður síðan á fyrra starfsári og til stóð að fara í greiningarvinnu til þess að virkja hópinn. Vorið 2025 var ákveðið að fjárfesta í strákakrafti og tók Bolli Már Bjarnason við umsjón. Fundað var með góðum hópi manna sem myndaði kjarna sem bættist svo í með tímanum. Starfið fór vel af stað og hittist hópurinn einu sinni í mánuði og er mæting góð.

Kostnaður við starf hópsins árið 2025 var 463.408 kr sem er 93% hækkun.

AðstandendaKraftur

Stuðningshópur fyrir aðstandendur krabbameinsgreindra og vettvangur fyrir aðstandendur til að fræðast og deila reynslu meðal jafningja. Erfitt hefur reynst að ná upp mætingu á viðburði Aðstandendakrafts og voru viðburðir því töluvert færri á þessu starfsári en því fyrra. Á nýju starfsári stendur til að leggja grunn að reglulegum viðburðum og fyrirlestrum fyrir aðstandendur.

Kostnaður við starf hópsins árið 2025 var 282.500 kr og er lækkun um 45% frá fyrra ári.

Fjölskyldukraftur

Fjölskylduviðburðir Krafts eru hugsaðir til þess að leiða saman fjölskyldur krabbameinsgreindra og létta undir á erfiðum tímum. Viðburðirnir eru yfirleitt vel sóttir en 6 viðburðir voru haldnir á árinu; Páskabingó, Viðburður í Húsdýragarðinum, Sumargrill, Skopp, Bíó og Aðventukvöld.

Fítónskraftur / Ofurkraftur

Fítónskraftur hefur ekki verið virkur á í sömu mynd og hann var áður. Umsjónarmaður Fítónskrafts er Atli Már Sveinsson íþróttafraeðingur en hann annast stakar umsóknir um fjarþjálfun og hafa alls 2 umsóknir borist á starfsárinu. Aðrir heilsueflandi viðburðir hafa verið óformlega flokkaðir undir Ofurkraft og heyra þar undir mánaðarlega viðburðir á borð við flot, gönguhópa, kajakferðir og endurnærandi helgi.

NorðanKraftur

Stuðningshópur fyrir unga krabbameinsgreinda og aðstandendur á Akureyri. Starfið lá niðri á starfsárinu en verður endurvakinn á nýju ári.

Kostnaður við starf hópsins árið 2025 var enginn

Helstu viðburðir á starfsárinu

Kröftug strákastund

Fimmta Kröftuga Strákastundin var haldin á Vinnustofu Kjarval, í umsjón Matta Ósvald markþjálfara og Þorra Snæbjörnssonar sálfræðings. Markmiðið með viðburðinum var að karlmenn sem þekkja krabbamein af eigin raun eða sem aðstandendur hittist og deili reynslu sinni og heyri í öðrum jafningjum. Auk þess vildum við opna umræðuna um krabbamein enn frekar og veita ungum karlmönnum innsýn í starfsemi Krafts. Óli Eðvald Bjarnason, Davíð Goði og Anton Bjarki Olsen deildu sinni reynslu og Bolli Már Bjarnason sló á létta strengi. 26 strákar voru skráðir á viðburðinn.

Páskabingó Krafts

Árlegt Páskabingó Krafts fór fram 15. apríl og Júlí Heiðar og Dísu voru bingóstjórar. Það mættu um 100 manns og var mikil spennan 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.

Endurnærandi helgi

Kraftur bauð félagsfólki og aðstandendum þeirra að njóta endurnærandi helgar á Eirð Retreat í apríl og október á starfsárinu. Markmiðið með helginni er að staldra aðeins við og hlúa að sjálfum sér í nærandi umhverfi og koma endurnærður til baka. Báðar helgar voru vel sóttar og myndaðist gott rými til jafningjastuðnings, bæði fyrir krabbameinsgreinda og aðstandendur.

Sumargrill Krafts

Sumargrillið var haldið í Hlöðunni Gufunesbæ þann 26. Júní og mættu um 170 manns. Hamborgarabúlla Tómasar grillaði borgara ofan í viðstadda, Ölgerðin skaffaði drykki og Ísbíllinn mætti á svæðið. Sirkús Íslands sá um andlitsmálningu og blöðrudýr auk þess sem sjálfboðaliðar poppuðu fyrir hópinn með poppvél. Á víð og dreif um svæðið voru leikir og þrautir frá Party.is og Lalli töframaður og Prettyboi Tjokkó stigu á svið. Mjög vel heppnaður dagur og frábært veður.

Kröftug Kvinnastund

Í bleikum október var haldin kröftug kvinnastund Krafts. Þrjár hugrakkar konur deildu sögum sínum; Sara Ísabella, Arna Ösp og Hildur. Viðburðurinn fór fram í Sykursalnum og Birna Rún stýrði.

Aðventukvöld Krafts

Aðventukvöld Krafts var haldið 15. desember 2025 og var mæting mjög góð. Oddfellow menn buðu sal sinn í Setbergi í Hafnarfirði til afnota fyrir viðburðinn. Boðið var upp á veitingar undir dagskrá kvöldsins. Ölgerðin skaffaði drykki og Jólásveinar mættu á svæðið, dönsuðu í kringum jólatré með börnunum og gáfu öllum börnum glaðning og happdrætti þar sem allir áttu séns á vinningum.

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 3.190 einstaklingar sem greiða að meðaltali 1.983 kr. á mánuði. Heildartekjur ársins af mánaðarlegum styrktaraðilum var 64.928.224 kr.- og er vöxtur upp á 8,4% á milli ára. Meirihluti Kraftsvina eru konur eða um 77%, karlar eru um 22%, og um 1% eru fyrirtæki.

Styrkir

Árið 2025 hlupu 119 einstaklingar fyrir Kraft og söfnuðu áheitum í Reykjavíkumaraþoninu sem voru samtals 19,827,063 kr.

Kraftur keypti aðgang að Billboard auglýsingum til að þakka hlaupurunum og þeim sem styrktu þá fyrir þeirra framlag. Einnig voru samfélagsmiðlar nýttir til að birta auglýsinguna og styrktarlínurnar. Alls safnaðist 8,749,500 kr. í gegnum það verkefni.

Á Fit & Run Expo var varningur seldur fyrir 199,830 kr án vsk

Kostnaður við Reykjavíkummarabónið var 4,153,422 kr, þar af er þóknun Takk fyrir öflun styrkja (30% af öflun, eða 3,254,814 kr), gjaldi fyrir Billboard auglýsingar, hönnun á auglýsingu, þátttöku á Fit & Run Expo og kostnaður við gjafapoka og hvatningarstöð Krafts.

Heildar hagnaður af Reykjavíkummarabóninu var 24,682,971 kr.

Að auki bárust Krafti ýmsir styrkir á tímabilinu, hér er ótæmandi upptalning:

- Norðurorka styrkti um 200,000 kr. fyrir NorðanKraft
- Heilbrigðisráðuneytið styrkti um 3,000,000 kr. fyrir Vitundarvakningu og Stuðningshópastarf
- Lýðheilsufélag læknanema styrkti Kraft um 119,500 kr. þegar þau unni blóðgjafakeppni
- Sorpa/Garðabær styrkti Kraft um 2,717,310 kr. vegna ágaóða af sölu á tónlistarhátíðinni Djazzþorpið á Garðatorgi
- Festi styrkti um 500,000 kr. vegna vitundarvaakningar
- Nemendarráð Valhúsaskóla safnaði 993,550 kr. með sölu
- Oddfellow styrkti Kraft um 500,000 kr.
- Arion og Vörður veittu tvo styrki, einn upp á 1,000,000 kr. fyrir vitundarvakningu og annan upp á 1,536,000 kr sem kom sem styrkur í nafni fyrirtækja sem eru í viðskiptum við Arionbanka og fengu tilnefningu sem framúrskarandi fyrirtæki 2025.
- Góði hirðirinn styrkti Kraft um 600,000 fyrir stuðningshópa
- Blakdeild Aftureldingar hélt Minningamót Mundu og safnaði 210,000 kr.
- Rauðás styrkti Kraft um 1,000,000 kr.
- Huginn Nemendafélag MA safnaði 1,086,000 í góðgerðaviku
- Lionsklúbburinn Álftanesi styrkti Kraft um 1,000,000

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 2025 var heildarsala í vefverslun um 10,7 milljónir. Voru 3.418 vörur keyptar í 2.041 pöntunum. Samanborið við fyrra ár þar sem sala í vefverslun var 11,7 milljónir. 3.343 vörur voru keyptar í 1.617 pöntunum. Sala dróst því saman um 8,55% á milli ára. Sala á varningi í gegnum umboðssölu, þar á meðan heildar hagnaður af umboðssölu Vera Design skarts, var 2.162.870 (án vsk) á árinu 2025.

Perlað af Krafti

2025 var ekki framleitt nýtt armband hjá Krafti en alltaf er mikil eftirspurn í það að fá að perla hjá fyrirtækjum, skólum og stofnunum. 36 perluviðburðir voru haldnir á árinu og nánast allir á seinni helming ársins til þess að byggja upp lager fyrir herferð í byrjun árs 2026. Venja hefur verið að gefa út nýtt armband annað hvert ár.

Árvekni - og fjáröflunarátak Krafts

22. janúar-12. febrúar 2025

Ég á lítinn skritinn skugga

Markmið vitundarvakningar Krafts þetta árið var að vekja athygli á mikilvægi starfsemi Krafts og styrkja enn frekar jákvæða ímynd félagsins. Vekja athygli á því að krabbamein snertir ekki einungis þann sem greinist með krabbamein heldur fjölmarga í kringum hann.

Vönduð auglýsing var unnin í samstarfi við Atlavík og Pipar/TBWA þar sem áhersla var lögð á að varpa ljósi á langvinnar afleiðingar krabbameins fyrir fólk sem greinist ungt.

Meðfram vitundarvakningu var sótt um virðissaukaskattfrjálst tímabil fyrir nýja vöru. Fjáröflunarvara 2025 var húfa sem unnin var í minningu Tótu Van Helzing. Tóta var félagsmaður í Krafti sem greindist með illvígt krabbamein í byrjun árs 2021 og lést í desember sama ár, þá nýorðin 31 árs. Tóta var þrjónahönnuður og var húfan unnin í samstarf við systur Tótu, Valgerði Önnu Einarsdóttur.

Markmið herferðarinnar var ekki síður að fjölga mánaðarlegum styrktaraðilum Krafts með samstarfi Takk. Þetta var gert með aukinn áherslu á vefsölu og útgáfu á þrjónauppskrift fyrir sokka í gjafapoka Krafts sem hægt er að nálgast á vef félagsins. Með frekari umferð inn á vef félagsins var hægt að safna saman hringilistum fyrir Takk. Vel gekk að fá Kraftsvini og bættust yfir 100 vinir við í herferð.

Vitundarvakningin gekk mjög vel og myndefnið hreyfði við mörgum. Húfusalan stóðst þó ekki væntingar miðað við húfusölu 2023. Alls seldust um 2100 húfur en á móti var framleiðsla á efni vitundarvakningar kostnaðarsöm.

Ekki náðist að vinna upp í kostnað á allri herferðinni en á móti kemur að búið er að fjárfesta vel í vörumerki félagsins og stefnt er að því að endurnýta auglýsinguna frá Atlavík með nýju stoðefni í komandi herferð.

Fræðslu-og hagsmunamál

Í upphafi árs vakti árverkniátak Krafts athygli á langtímaáhrifum krabbameina og vísaði til þeirra sem skuggamynd. Samkvæmt erlendum rannsóknum búa um 50-60% lifenda við langvinnar eða síðbúnar afleiðingar sem eiga ýmist rót sína að rekja til meðferðinnar eða krabbameinsins sjálfs. Því er mikilvægt að halda þessu á lofti og hvetja stjórnvöld til að fjármagna stuðning og þjónustu við þann fjölda fólks sem lifir eftir krabbameinsmeðferð.

Í lok sumars 2025 var ráðinn fræðslu- og hagsmunastjóri í 50% starfshlutfall, sem er ný staða innan Krafts. Með því var stigið mikilvægt skref í átt að markvissari fræðslu og aukinni hagsmunagæslu fyrir félagsfólk.

Á árinu var lögð sérstök áhersla á að auka aðgengi að fræðslu með því að setja á laggirnar Kraftsmunavaktina, þar sem félagsfólk fær aðgengilegar upplýsingar um félagið, krabbamein og mögulegar afleiðingar þess í gegnum samfélagsmiðla.

Samhliða því var unnið markvisst að því að efla samstarf við Landspítala og aðra krabbameinsþjónustu á Íslandi. Félagsráðgjafar og sálfræðingar innan spítalans voru boðaðir á kynningarfund um starfsemi félagsins sem hefur leitt til aukins samstarf og þess að fleiri skjólstæðingar eru upplýstir um og vísað í þjónustu Krafts. Kraftur fór einnig með fræðslu fyrir starfsfólk dagdeildar krabbameinsdeildar 11BC og á Sjúkrahúsinu á Akureyri og hefur orðið aukning á tilvísun þaðan í þjónustu Krafts.

Á seinni hluta ársins var unnið að frekari uppbyggingu fræðsluefnis og kortlagningu á málum sem snerta réttindi og hagsmuni félagsfólks, ss varðveislu frjósemi í gegnum krabbameinsmeðferðir, fjárhagsleg áhrif veikinda og framfærsluleiðir, líf- og sjúkdómatryggingar ásamt því að leggja drög að fræðsluefni um hvernig er gott að tala við börn um krabbamein.

Á árinu var blöðungur um starfsemi Krafts uppfærður og honum dreift á allar helstu heilbrigðisstofnanir landsins. Einnig var fræðsluefni félagsins uppfærð og gert sýnilegra á upplýsingaskjám innan krabbameinsþjónustu, með það að markmiði að ná til fólks á réttum tíma og í réttum aðstæðum.

Í lok árs var ráðist í sérstakt þakkarverkefni þar sem starfsfólki krabbameinsþjónustu um allt land var sýnt þakklæti í verki fyrir sitt mikilvæga starf. Verkefnið fólst í því að starfsfólki voru gefnar húfur, sem eru hluti af eldri fjáröflunarvöru félagsins. Verkefnið var unnið í samstarfi við Halldóru sem er í stjórn Krafts og starfar í Krabbameinsþjónustu landspítalans. Verkefnið vakti bæði jákvæða athygli og aukna vitund um starfsemi Krafts.

Á árinu var lögð áhersla á að varpa ljósi á þær áskoranir sem ungt fólk stendur frammi fyrir og stuðla að upplýstri umræðu um úrbætur. Fræðslu- og hagsmunastarf Krafts á árinu lagði þannig grunn að áframhaldandi þróun og auknum áhrifum til framtíðar.

Lokaorð

Síðasta starfsár einkenndist af miklum breytingum á starfsmannahópi Krafts. Hulda Hjálmarsdóttir lét af störfum eftir langan feril innan félagsins. Það má þakka henni fyrir góð störf og mikinn eldmód í þágu félagsins. Í kjölfarið urðu skipti á öllum stöðugildum skrifstofu Krafts.

Það var ákveðin þekking og stofnanaminni sem glataðist með þessum breytingum en vel hefur tekist til hjá nýju starfslíði sem kemur einnig með mikla reynslu að borðinu. Með nýju fólki kemur ferskur blær og ný tækifæri.

Ársskýrsla þessi sýnir Kraftinn í félaginu og stöðuga þróun á þjónustu við félagsmenn. Stefna hefur verið lögð á það að leita í ræturnar. Jafningjastuðningurinn er og verður hjarta félagsins.

Kapp hefur verið lagt á að þróa þann vettvang-með innleiðingu abler og auknum krafti í stráka- og aðstandenda Kraft svo eitthvað sé nefnt.

Aukin áhersla hefur einnig verið lögð á að hlúa vel að starfsfólki og sjálfbærni og sjálfbærni. Mikilvægur liður í frekari sjálfbærni skrifstofu. Hlýr og góður starfsandi skiptir lykil máli í þeirri þjónustu sem veitt er hjá Krafti.

Starfsmannabreytingar og minni fjárhagslegur ávinningur árveknisátaks félagsins 2025 skýrir afkomu ársins. Fjárhagsstaða félagsins stendur þó ennþá traustum fótum.

Félagið væri ekki á þessum stað án eldhuga í stjórn, sjálfbærni og starfsmanna sem hafa lagt sitt af mörkum í gegnum tíðina. Þetta eru aðilarnir sem skapa frumkvæði og drifkraft félagsins.

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

Áritun stjórnar

Formaður Krafts staðfestir með undirritun sinni ársskýrslu þessa fyrir starfsárið 2025.

Reykjavík, 22. apríl 2026.

Ný rödd

Stofndagur: 20. Desember 1980

Ekki barst ársskýrsla frá félaginu.

Perluvinir

Stofnuð: árið 2015

Fjöldi félagsmanna: ekki er haldið félagatal

Á aðalfundi sem haldinn var 13. maí 2025 var stjórn Perluvina endurkjörin. Í stjórn eru Kristín Einarsdóttir formaður, Kjartan Gunnarsson og Þórhalli Einarsson. Á árinu voru haldnir 7 fundir (jan, feb, mars, apr, maí, sept, nóv) og auk þess málþing október og svo jólafundur í desember þar sem snætt var saman ásamt mökum á veitingastaðnum Vox.

Að þessu sinni studdi IMF (International Myeloma Foundation) ekki ráðstefnu um mergæxli eins og samtökin hafa gert árlega frá árinu 2016. Perluvinir ákváðu þá að halda málþing um mergæxli í samvinnu við Blóðskimun. Málþingið var haldið þann 14. október kl 13-16 í húsi Íslenskrar erfðagreiningar, Decode, við Sturlugötu. Decode lánuðu okkur fínan sal á fyrstu hæð án endurgjalds. Myndform og Subway lögðu til veitingar. Rúmlega 50 manns sóttu málþingið.

Kristín sótti fund Norrænu samtaka um mergæxli í Stokkhólmi 30. maí til 1. júní þar sem aðallega var rætt um CAR-T meðferð.

Reikningar og félagsgjöld.

Perluvinir höfðu engar tekjur á árinu 2025 og eru engir reikningar lagðir fram. Ekki hafa verið innheimt félagsgjöld fram til þessa.

Kristín Einarsdóttir maí 2026

Stómasamtök Íslands

Stofnuð: árið 1980

Ekki barst ársskýrsla frá félaginu.