



# Skýrslur aðildarféлага Krabbameinsfélags Íslands fyrir aðalfund 4. maí 2019

## Efnisyfirlit:

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins.....	3
Krabbameinsfélag Akraness og nágrennis .....	10
Krabbameinsfélag Borgarfjarðar.....	15
Krabbameinsfélag Snæfellsness.....	16
Krabbameinsfélag Breiðfirðinga .....	16
Krabbameinsfélagið Sigurvon .....	17
Krabbameinsfélag Hvammstangalæknishéraðs.....	18
Krabbameinsfélag A-Hún. ....	19
Krabbameinsfélag Skagafjarðar .....	20
Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis.....	21
Krabbameinsfélag Suður Þingeyinga .....	25
Krabbameinsfélag Norðausturlands .....	26
Krabbameinsfélag Austurlands .....	27
Krabbameinsfélag Austfjarða.....	27
Krabbameinsfélag Suðausturlands .....	28
Krabbameinsfélag Vestur-Skaftafellssýslu .....	29
Krabbameinsfélag Rangárvallasýslu.....	29
Krabbameinsfélag Árnessýslu .....	30
Krabbavörn Vestmannaeyjum .....	31
Krabbameinsfélag Suðurnesja .....	33
Brjóstaheill – Samhjálp Kvenna.....	35
Krabbameinsfélag Framför .....	36
Kraftur, stuðningsfélag.....	37
Ný rödd, samtök fólks sem hefur misst raddbönd vegna krabbameins. ....	44
Stómasamtök Íslands .....	45
Styrkur, samtök krabbameinssjúklinga og aðstandenda þeirra.....	47

# Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins

Stofnað: 8. mars 1949

Fjöldi félagsmanna: 1407

## Stjórn:

Formaður: Árni Einarsson

Varaformaður: Ásgerður Sverrisdóttir

Gjaldkeri: Jón L. Árnason

Ritari: Anna Sigurborg Harðardóttir

Meðstjórnendur: Arnar Hauksson, Hafrún Dóra Júlíusdóttir, Þórunn Sævarsdóttir

Varamenn: Anna Jóhannesdóttir, Magnús Gunnarsson, Þorbjörg Guðmundsdóttir

Framkvæmdastjóri: Guðlaug B. Guðjónsdóttir

## Starfsemi 2018-2019

Stjórnarfundir voru níu milli aðalfunda og sóttu varamenn þá til jafns við aðalmenn.

### *Fræðslu- og forvarnastarfsemi*

Í samstarfssamningi við Krabbameinsfélag Íslands frá því í mars 2014 er kveðið á um fræðslu- og fagráð sem skuli skipað fimm manns og tveimur til vara. Þrír aðalmenn eru tilnefndir af Krabbameinsfélagi Íslands og tveir af Krabbameinsfélagi Reykjavíkur. Framkvæmdastjóri Krabbameinsfélags Reykjavíkur skyldi vera starfsmaður ráðsins. Ráðið starfaði ekki á starfsárinu. Hlutverk ráðsins á að vera að marka stefnu í fræðslumálum Krabbameinsfélagsins og leggja fram framkvæmda- og kostnaðaráætlun þar sem gerðar eru tillögur um helstu verkefni komandi árs. Krabbameinsfélag Reykjavíkur óskaði eftir endurskoðun á samningi félaganna í febrúar 2015. Formenn félaganna hafa verið með málið í vinnslu en endurskoðun samnings ekki lokið.

### *Útgáfumál og fræðsluverkefni*

Miklar endur- og viðbætur hafa verið gerðar á veffræðsluefninu „Krabbamein í blöðruhálskirtli - Leiðbeiningar fyrir karla sem eru nýgreindir með sjúkdóminn“. Fræðsluefnið er að þessa dagana að koma úr prenti en óskir komu um að efnið væri til prentað. Stuðningshóparnir Frískir menn og Góðir hálsar standa að útgáfu efnisins með aðstoð félagsins og Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins. Einnig stendur til að láta þýða og staðfæra fræðsluefni frá sama breska aðila (Prostate Cancer UK) um krabbamein og kynlíf, sem er sérstaklega unnið fyrir þá sem hafa greinst með krabbamein í blöðruhálskirtli og aðstandendur þeirra. Styrkur fékkst til þessa verkefnis að hluta úr Velunnarasjóði Krabbameinsfélagsins. Vinna við gerð fræðsluefnis um næringu og krabbamein í samstarfi okkar, Ráðgjafarþjónustunnar og Landspítala hefur tafist. Búið er að yfirfara af Ráðgjafarþjónustunni grunn að fræðsluefni um að greinast aftur en það efni hafði

vinnuhópur á vegum félagsins unnið fyrir nokkru. Efnið verður aðgengilegt vef Krabbameinsfélagsins. Styrkur fékkst úr Velunnarasjóðnum til að þýða fræðsluefni um réttindi krabbameinssjúklinga fyrir fólk af erlendum uppruna. Búið er að vinna grunn að efninu sem verður til að byrja með þýtt á ensku og pólsku. Verkefnið er unnið í samvinnu við Ráðgjafarþjónustuna. Fræðslurit Krabbameinsfélagsins í nýja forminu eru átta talsins en mörg rit eru til viðbótar eingöngu á vefsíðu Krabbameinsfélagsins svo og annað fræðsluefni sem Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins hefur aðstoðað við að útbúa með yfirllestri og fleiru.

### *Tóbaksvarnir og fl.*

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins hefur gegnum árin staðið fyrir reykleysisnámskeiðum. Ingibjörg K. Stefánsdóttir svarar fyrirspurnum einstaklinga, fyrirtækja og stofnana um tóbaksvarnir sem koma gegnum vefinn og í síma. Einnig hefur hún veitt ráðgjöf varðandi fræðsluefni tengt tóbaksmeðferð. Félagið vinnur náið með Ráðgjöf í reykbindindi (Reyksímanum á Húsavík). Félagið hefur boðið aðildarfélögum Krabbameinsfélagsins aðstoð ef þau vilja standa fyrir reykleysisnámskeiðum á sínum félagasvæðum.

Áfram hefur verið unnið að verkefninu „Líf án tóbaks“. Árni formaður félagsins og Guðlaug framkvæmdastjóri hafa á starfsárinu unnið með Jóni Steinari Jónssyni heilsugæslulækni og Karitas Ívarsdóttir ljósmóður ásamt Jóhönnu S. Kristjánsdóttur frá Ráðgjöf í reykbindindi. Útbúin hafa verið stutt fræðslumyndbönd „Nýtt líf án tóbaks“ með skilaboðum til barnshafandi kvenna sem nota tóbak eða nikótín á meðgöngu. Mæðravernd á heilsugæslustöðvum landsins getur nýtt fræðsluefnið til að kynna afleiðingar tóbaksneyslu á meðgöngu í samskiptum sínum við verðandi forelda sem nota tóbak. Ef viðkomandi vill fá aðstoð við að takast á við tóbaksneyslu fer beiðni til starfsfólks Reyksímans sem tekur að sér stuðning til tóbaksleysis. Viðmælendur í fræðslumyndunum eru Ragnheiður Bjarnadóttir, yfirlæknir mæðraverndar Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins, Karitas Ívarsdóttir, ljósmóðir á Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins, og Þórður Þórkelsson, yfirlæknir vökudeildar Barnaspítala Hringisins, sérfræðingur í nýburalækningum. Páll Kristinn Pálsson hjá Epos kvikmyndagerð var framleiðandi. Lýðheilsusjóður styrkti verkefnið.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins og Fræðsla og forvarnir í samstarfi við Skjöld, forvarnarfélag hjúkrunarfræðinema við Háskóla Íslands, stóðu í nóvember sl. fyrir fræðslunámskeiði um rafsígarettur. Námskeiðið var fyrir forvarnarfulltrúa framhaldsskóla, starfsfólk félagsmiðstöðva, skólahjúkrunarfræðinga og fleiri sem starfa með börnum og ungmennum. Það var greinilegt að mikil þörf var fyrir fræðslunámskeið sem þessu því troðfullt var á námskeiðinu eða rúmlega 90 þátttakendur. Á námskeiðinu fóru Árni formaður Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins og framkvæmdastjóri Fræðslu og forvarna yfir stöðu og þróun mála varðandi notkun tóbaks og rafsígarettar á Íslandi og Guðlaug framkvæmdastjóri kynnti væntanleg lög um rafsígarettur og einkum þá þætti sem snúa sérstaklega að ungu fólki. Lára Sigurðardóttir, læknir og doktor í lýðheilsuvísindum, ræddi í

fjarfundabúnaði frá Bandaríkjunum um hvað rafsígarettur væru, eiginleika þeirra, efnainnihald, áhrif, skaðsemi, markaðssetningu og rafsígarettur sem valkost gagnvart hefðbundnum reykingum. Þátttakendur á námskeiðinu voru allir mjög uggandi yfir hinni miklu aukningu á rafsígarettunotkun hjá ungu fólki. Öllum þátttakendum á námskeiðinu var boðinn aðgangur að lokuðum hópi á Facebook þar sem ýmislegt fræðslu- og umræðuefni er sett inn. Einnig er í boði þar að senda inn fyrirspurnir um rafsígarettur og það sem tengist notkun á þeim. Bæði í Morgunblaðinu og á RÚV var námskeiðinu og fræðslunni gerð góð skil. Bréf var sent út til allra skólustjóra á höfuðborgarsvæðinu þar sem kynnt var boð félagsins um að hjúkrunarfræðinemar úr Skildi - forvarnarfélagi hjúkrunarfræðinema hófu í byrjun mars að fara í skólana með fræðslu í 10. bekkjum grunnskólanna á höfuðborgarsvæðinu. Starfsfólk í félagsmiðstöðvum hefur líka óskað eftir fræðslu og kynningu. Verkefnið er styrkt af velferðarráðuneytinu. Félagið hefur óskað eftir áframhaldandi styrk til að geta farið með fræðsluna einnig út á land.

Krabbameinsfélag Hafnarfjarðar hefur síðustu ár í samstarfi við Hafnarfjarðarbæ unnið dyggilega að forvörnum gegn tóbaksneyslu barna og ungmenna og að sjálfsögðu var haldið áfram með það verkefni á þessu starfsári. Að undanförunu hefur áherslan beinst að munntóbaksforvörnum og á þessu starfsári bættist við fræðsla um rafsígarettur. Hin góða fyrirmynd, Jón Ragnar Jónsson tónlistar- og fjölmiðlamaður, heimsótti í janúar sl. nemendurna í 8. bekk í Hafnarfirði. Jón er mikill aufúsugestur í skólunum.

Guðlaug svaraði árlegum spurningalista frá Alþjóðaheilbrigðismálastofnuninni (WHO) um ýmislegt er snýr að tóbaksvörnum á Íslandi. Norræn félagasamtök í tóbaksvörnum funda reglulega og hafa með sér margvíslegt samráð. Guðlaug er fulltrúi Krabbameinsfélagsins í þessu samstarfi sem hefur verið ákaflega gefandi.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins sendi inn umsögn um frumvarp til laga um rafrettur og áfyllingar fyrir rafrettur í mars 2018. Það var fagnaðarefni og mjög tímabært að lög um rafrettur voru samþykkt þó að félagið hefði viljað ganga lengra og búið að álykta í nokkur skipti um mikilvægi þess að lög yrðu sett. Lögin tóku gildi 1. mars 2019 og það verður fróðlegt að sjá hvernig til tekst.

Guðlaug situr í fagraði landlæknis um tóbaksvarnir.

### *Hættan er ljós og samnorrænt átak*

Fimmtán ár eru síðan átaksverkefnið „Hættan er ljós“ hófst en það er samstarfsverkefni Geislavarna ríkisins, Embættis landlæknis, húðlækna og Krabbameinsfélagsins. Stefna átaksins er að stuðla að skynsamlegri hegðun landsmanna í sól og að draga enn frekar úr almennri notkun ljósabekkja. Árlega er gerð könnun átakshópsins á ljósabekkjanotkun landsmanna og haldið er áfram að fræða um afleiðingar óhóflegra sólbaða. Á þessu tímabili hefur dregið verulega úr notkun ljósabekkja. Á norrænum fundi geislavarnastofnana núna í mars var fjallað um „Hættan er ljós“ átakið til að leggja áherslu á hve miklu er hægt að áorka með sameinuðum kröftum mismunandi aðila sem vinna saman.

Guðlaug er fulltrúi Krabbameinsfélagsins í norrænu samstarfi um varnir gegn húðkrabbameini. Norræna samstarfið felst í því að bæta upplýsingar um öryggi í sólinni og hvernig skynsamlegt er að njóta sólarinnar á sem öruggastan hátt. Guðlaug hefur svarað erlendum fyrirspurnum og könnunum í samstarfi við Geislavarnir ríkisins.

### *Bleiki mánuðurinn*

Málþing um brjóstakrabbamein var haldið í húsi Krabbameinsfélagsins 18. október á vegum Brjóstaheilla – Samhjálpur kvenna, Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins og Ráðgjafarþjónustunnar. Yfirskrift málþingsins var „Doktor Google og Google maps. Hvernig verður vegferðin?“

### *Skógarganga*

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins og Skógræktarfélag Hafnarfjarðar buðu til skógargöngu í lok október en þetta er verkefni sem Krabbameinsfélag Hafnarfjarðar hefur staðið að í mörg ár. Safnast var saman við Gróðrarstöðina Þöll við Kaldárselsveg og þar flutti ávarp Anna Sigurborg Harðardóttir, fyrrverandi formaður Krabbameinsfélags Hafnarfjarðar og nú stjórnarmaður í Krabbameinsfélagi höfuðborgarsvæðisins. Síðan var gengið um skógarsvæði Skógræktarfélags Hafnarfjarðar. Ýmsar kynjaverur urðu á vegi göngufólks, flestar mjög ljósfælnar, og um skóginn ómuðu mörg hrollvekjandi hljóð. Að göngu lokinni var varðeldur og síðan var boðið upp á heitt súkkulaði og kleinur í húsakynnum þallar. Skemmtilegt samstarf við Skógræktarfélag Hafnarfjarðar. Félagið bindur vonir til þess að hægt verði að fá fleiri skógræktarfélög í lið með okkur svo standa megi fyrir fleiri skógargöngum.

### *Nemendur og skólar*

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

### *Samstarf félagasamtaka í forvörnum*

Samstarf félagasamtaka í forvörnum, SAFF, stendur að ýmsum verkefnum í forvörnum s.s. fræðsluverkefni um kannabis, fræðsluverkefni sem tengist útisamkomum og frítíma fólks. 25 samtök standa að SAFF. Guðlaug er fulltrúi Krabbameinsfélagsins í stjórn samtakanna.

Frá stofnun árið 2004 hefur SAFF staðið fyrir árlegri forvarnaviku í október, Viku 43, þar sem sjónum er beint að ýmsum forvarnamálum, vakin athygli á hlutverki og forvarnastarfi félagasamtaka og gildi samstarfs í forvörnum. Með vikunni vilja félagasamtökin sem að henni standa minna á að almenn þátttaka, einhugur og víðtækt samstarf foreldra, félagsamtaka og skóla, er lykillinn að árangri í forvörnum. Sérstaklega er vakin athygli á mikilvægi forvarna gagnvart börnum og unglíngum og með hvaða hætti hver og einn getur lagt sitt að mörkum. Árni Einarsson, formaður Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins og framkvæmdastjóri FRÆ-Fræðslu og forvarna, hefur leitt þessa vinnu. Stjórn SAFF ákvað að

standa ekki fyrir Viku 43 árið 2018 en tengja vikuna svokölluðum Forvarnadegi sem haldinn er á hverju hausti á svipuðum tíma í því sem næst öllum grunnskólum landsins og er beint sérstaklega að unglingum í 9. bekk en einnig taka fjölmargir framhaldsskólar þátt í verkefninu. Stjórn SAFF mat það svo að vegna mikillar skörunar á viðfangsefni Viku 43 og Forvarnadagsins, að báðir viðburðir eru á sama tíma og þar sem nokkur aðildarsamtök SAFF standa einnig að Forvarnadeginum væri heppilegra að tengja þessa tvo viðburði betur og gera þá þannig markvissari. Að þessu er unnið. SAFF hefur undanfarin tvö ár, 2017 og 2018, staðið ásamt fleirum, meðal annars Krabbameinsfélagi höfuðborgarsvæðisins, að því að kanna notkun á rafsígarettum og viðhorf til þeirra meðal Íslendinga 18 ára og eldri. Úrvinnsla á könnuninni 2018 stendur yfir og verður samhliða gerður samanburður á niðurstöðunum frá 2017. Á vettvangi SAFF er nú unnið að hugmynd sem Samgöngustofa hefur kynnt Samstarfinu um að ráðast í umfangsmikið fræðslu- og vitundarvakningarverkefni um ávana- og vímuefnaneyslu og byggja það á víðtæku samstarfi sem næði helst til samfélagsins alls.

#### *Vefsíðumál og og samfélagsmiðlar*

Félsbókarsíða Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins er notuð til koma á framfæri því sem félagið stendur fyrir og til að styrkja stöðu þess. Guðlaug situr í vefstjórnunarhópi hjá Krabbameinsfélagi Íslands. Þar hefur Guðlaug gert athugasemdir um að aðildarfélögum Krabbameinsfélagsins sé ekki gert nógu hátt undir höfði og Árni formaður hefur tekið þetta upp á stjórnarfundum Krabbameinsfélags Íslands.

#### *Stuðningur við sjúklinga*

Tveir stuðningshópar starfa undir verndarvæng Krabbameinsfélags Reykjavíkur. Annars vegar eru það Góðir hálsar, stuðningshópur um krabbamein í blöðruhálskirtli, og hins vegar Stuðningshópur kvenna með krabbamein í kvenlíffærum (áður krabbamein í eggjastokkum). Hvor hópur um sig hittist reglulega á rabbfundum og fræðslufundum, karlahópurinn fyrsta miðvikudag í mánuði (ekki júlí og ágúst) og kvennahópurinn síðasta miðvikudag í hverjum mánuði á veturna. Hóparnir hafa undanfarin mörg ár haldið sameiginlegan aðventufund þar sem rithöfundar hafa komið og lesið úr bókum sínum og boðið er upp á tónlistar- og skemmtiatriði.

Góðir hálsar hafa frá upphafi tekið þátt í verkefninu „Karlarnir og kúlurnar“ þar sem hópur karla fékk tækifæri til að æfa golfsveifluna og fræðast um gildi jafningjastuðnings. Verkefnið er unnið í samvinnu við Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins, Fríska menn og Kraft.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins hefur í samstarfi við Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins, Góða hálsa og Landspítala, kynnt sér belgískt prógramm sem er sérsníðið fyrir karla með krabbamein í blöðruhálskirtli og eru á andhormónameðferð. Búið er að taka þetta upp í fleiri löndum, m.a. á nokkrum sjúkrahúsum í Danmörku. Við höfum verið í samskiptum við eitt af þeim og fengið ráðleggingar og upplýsingar. Fyrst og fremst miðast prógrammið við það að efla karlana í að hreyfa sig meira og styrkja, huga að

mataræðinu og að tjá sig um sjúkdóminn. Tilgangur námskeiðsins er ekki síst jafningjastuðningur. Styrkur fékkst úr Velunnarásjóði til að koma verkefninu á laggirnar.

Stuðningshópur kvenna með krabbamein í kvenlíffærum hefur að undanfögnu notið góðrar aðstoðar og stuðnings Reynis Tómasar Geirssonar, sérfræðings í kvensjúkdómum og fyrrverandi prófessors. Hópurinn á erfitt uppdráttar og fáar nýjar konur bætast við.

Bæði Góðir hálsar og kvennahópurinn hafa tekið þátt í samstarfsfundum stuðningshópanna sem Ráðgjafarþjónustan boðar til.

Félagið er í góðu samstarfi við stuðningshópa Krabbameinsfélagsins og aðstoðar þá eftir þörfum, t.d. við gerð fræðslu- og fundarefnis, árskýrslna, yfirlestur og fleira. Guðlaug var í ritnefnd LífsKrafts sem Kraftur, stuðningsfélag fyrir ungt fólk sem greinst hefur með krabbamein og aðstandendur, gaf út í febrúar sl. Guðlaug var einnig í ritnefnd fyrstu bókarinnar sem kom út árið 2003.

### *Happdrættið*

Tekjum af happdrætti Krabbameinsfélagsins hefur í nær sextíu og fimm ár verið varið í fræðslu. Það má segja að fræðsla um krabbamein og krabbameinsvarnir byggist að miklu leyti á happdrættisfé og að happdrættið eigi sinn þátt í þeim mikla árangri sem náðst hefur í tóbaksvörnum síðustu áratugi. Heildarsala happdrættismiða í happdrættunum 2018 var miklu lakari en árið á undan og engar augljósar skýringar á því. Vinningsbíll gekk út bæði í sumar- og jólahappdrætti. Vinningsbíll var til sýnis í báðum happdrættunum eina viku í Smáralind og þar fór fram sala á lausasölumiðum. Kynning og auglýsingar voru í fjölmiðlum og á Facebook. Sala miða í netverslun Krabbameinsfélagsins er góð viðbót.

### *Fjármál*

Afkoma félagsins á reikningsárinu var jákvæð um rúmar þrjú hundruð þúsund með því að taka tvær milljónir króna úr happdrættissjóðnum. Kostnaður við fræðslustarfsemi félagsins var rúmar 22 milljónir króna. Árið 2018 skilaði happdrættið félaginu rúmum 17 milljónum króna í tekjur. Aðrir tekjuliðir, eru félagsgjöld, auk vaxtatekna og styrkja. Engin skipulögð penna/merkjasala aðildarfélaganna fór fram árið 2018 en Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins seldi eldri vörur.

### *Samstarf við ýmsa aðila*

Snertifletir Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins og Krabbameinsfélags Íslands eru fjölmargir. Formaður Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins situr í stjórn Krabbameinsfélags Íslands og er mikilvægur tengiliður á milli félaganna. Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins fylgist vel með þróun mála hjá Krabbameinsfélags Íslands og aðildarfélag þess og leggur eflingu félagsins lið eftir mætti. Gjaldkeri Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins, Jón L. Árnason, er fulltrúi í fjáröflunarráði Krabbameinsfélagsins. Það á að hafa það hlutverk að efla, samhæfa og hafa yfirumsjón með fjáröflun Krabbameinsfélags Íslands, svæðafélaga þess og stuðningshópa. Mjög mikilvægt er að það



sé virkt til að vinna að því að forðast skörun í fræðsluátökum og fjársöfnunum aðildarfélaga og Krabbameinsfélags Íslands. Ráðið er með til skoðunar endurskoðun á starfsreglum sínum. Einnig er verið að endurskoða reglur um velunnarakerfi Krabbameinsfélagsins.

Krabbameinsfélag Íslands boðaði til vinnufundar fulltrúa aðildarfélaga og starfsmanna um nýsamþykkt krabbameinsáætlun til ársins 2030 þann 22. febrúar sl. Á fundinum sem var mjög skemmtilegur og fræðandi unnu þátttakendur við að forgangsraða atriðum í áætluninni. Það er mikið fagnaðarefni að krabbameinsáætlunin hafi loksins verið samþykkt.

Krabbameinsfélag Reykjavíkur hefur átt gott samstarf við Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins, hefur aðstoðað við afleysingar í sumarfríi starfsmanna, við útgáfumál og fl. og Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins mun áfram styðja starfsemina eftir bestu getu.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins á 15% í húseigninni að Skógarhlíð 8.

Guðlaug var vorið 2018 skipuð í stjórn Almannaheillasamtaka Íslands til næstu tveggja ára sem fulltrúi Krabbameinsfélagsins.

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

#### *Lokaorð*

Fyrsta starfsári Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins er nú lokið. Verkefni sem félögin tvö, Krabbameinsfélag Reykjavíkur og Krabbameinsfélag Hafnarfjarðar, hafa sinnt undanfarin ár, hefur verið haldið áfram af fullum krafti og ný verkefni þegar verið sett á laggirnar eða eru í undirbúningi. Okkar, sem leiðum þetta sameinaða félag, bíður nú að festa það í sessi, efla það og sækja fram af auknum þunga og kynna hið nýja nafn.

Á starfsárinu urðu einnig þau tímamót að í mars 2019 voru liðin sjötíu ár frá stofnun beggja félaganna. Krabbameinsfélag Reykjavíkur, fyrsta krabbameinsfélagið í landinu, var stofnað 8. mars 1949 og Krabbameinsfélag Hafnarfjarðar var stofnað 10. apríl sama ár. Félögin voru stofnuð af framsýnu fólki og grunngildin og markmiðin sem lagt var upp með eru enn í dag í fullu gildi. Góður árangur hefur náðst í flestu því sem ætlunin var að vinna að og mikið áunnist, ekki síst fyrir tilverknað félaganna tveggja og annarra sem fylgdu í kjölfarið og með stofnun regnhlífarinnar, Krabbameinsfélags Íslands, sem hefur vaxið og dafnað í áranna rás og er orðið stórveldi meðal almannaheillasamtaka í landinu. Félögin tvö sátu mörgum þeim fræjum sem Krabbameinsfélag Íslands tók síðar yfir og efldi af dugnaði og urðu mörg að megin viðfangsefnum þess.

*Guðlaug B. Guðjónsdóttir og Árni Einarsson.*

# Krabbameinsfélag Akraness og nágrennis

Stofnað: 9. Febrúar 1969

## Stjórn og kjörnir fulltrúar:

Formaður: Sólveig Ásta Gautadóttir

Gjaldkeri: Auður Finnbogadóttir

Meðstjórnendur: Jóna Björk Sigurjónsdóttir, Ástrós Una Jóhannesdóttir, Hlédís Sveinsdóttir

Varamaður: Thelma Hrund Sigurbjörnsdóttir

Kjörnir skoðunarmenn reikninga eru Hrefna Rún Ákadóttir og Ragnheiður Stefánsdóttir. Ekki náðist að full skipa í stjórn á aðalfundi félagsins þann 30. apríl 2018 og verður varamaður virkur þar til meðstjórnandi finnst. Hlédís Sveinsdóttir kom inn í stjórn á haustmánuðum 2019. Alma Auðunsdóttir hætti í stjórn og eru henni þökkuð góð störf í þágu félagsins.

## Starfsemi

Félagið var stofnað 1969 og hefur markmið félagsins verið að sinna forvarnarstarfi og fræðslu í sínu nærsamfélagi. Rekstur félagsins er byggður á framlögum velunnara/félagsmanna, sölu minningarkorta og fjáröflunum.

Krabbameinsfélag Akraness og nágrennis hefur aðsetur að Suðurgötu 57 og er í samvinnu við Endurhæfingarhúsið HVER. Allir, hvort heldur þeir sem eru greindir með krabbamein, aðstandendur eða vinir krabbameinsgreindra, geta komið aflað sér upplýsinga til að mynda hvert skal snúa sér varðandi ýmis réttindamál. Hægt er að hafa samband í síma 431-2040 eða senda tölvupóst á [akranes@krabb.is](mailto:akranes@krabb.is) einnig er félagið á facebook.

## Heilsuefling

Í nokkur ár hefur verið boðið upp á vikulegt jóga yfir vetrarmánuðina. Leiðbeinandi er Bára Jósefsdóttir og hefur hún verið með jóga alla föstudaga sem hefur verið vel sótt og þar hefur myndast góður hópur, 10-12 manns sækja tímana og njóta þau stuðnings hvors annars.

## Bleikur október

Félagið hefur lagt upp með að vera sérstaklega sýnilegt í október og hefur staðið fyrir bleikri göngu síðast liðin ár sem hefur lukkast vel.

Í ár var gangan í minningu Arndísar Höllu Jóhannesdóttur stjórnarkonu sem lést í byrjun árs 2018. Hún var virk í stjórn og hafði verið í sambandi við Kraft -Stuðningsfélag við ungt fólk með krabbamein og aðstandendur þeirra á haustmánuðum 2017. Hún var byrjuð að skipuleggja perludag þar sem fólk á Akranesi og víðar á Vesturlandi gæti sameinast og perlað armböndin „lífið er núna“ til stuðnings Krafti.

Þessari hugmynd Arndísar var fylgt eftir til minningar um hana með göngu sem fram fór 27.10.2018

Gengið var frá Akratorgi og niður í Brekkubæjarskóla. Þar vorum við ásamt fulltrúum frá Krafti með perl í minningu Arndísar Höllu Jóhannesdóttur. Mikð fjölmenni kom og var dagurinn vel heppnaður í alla staði.

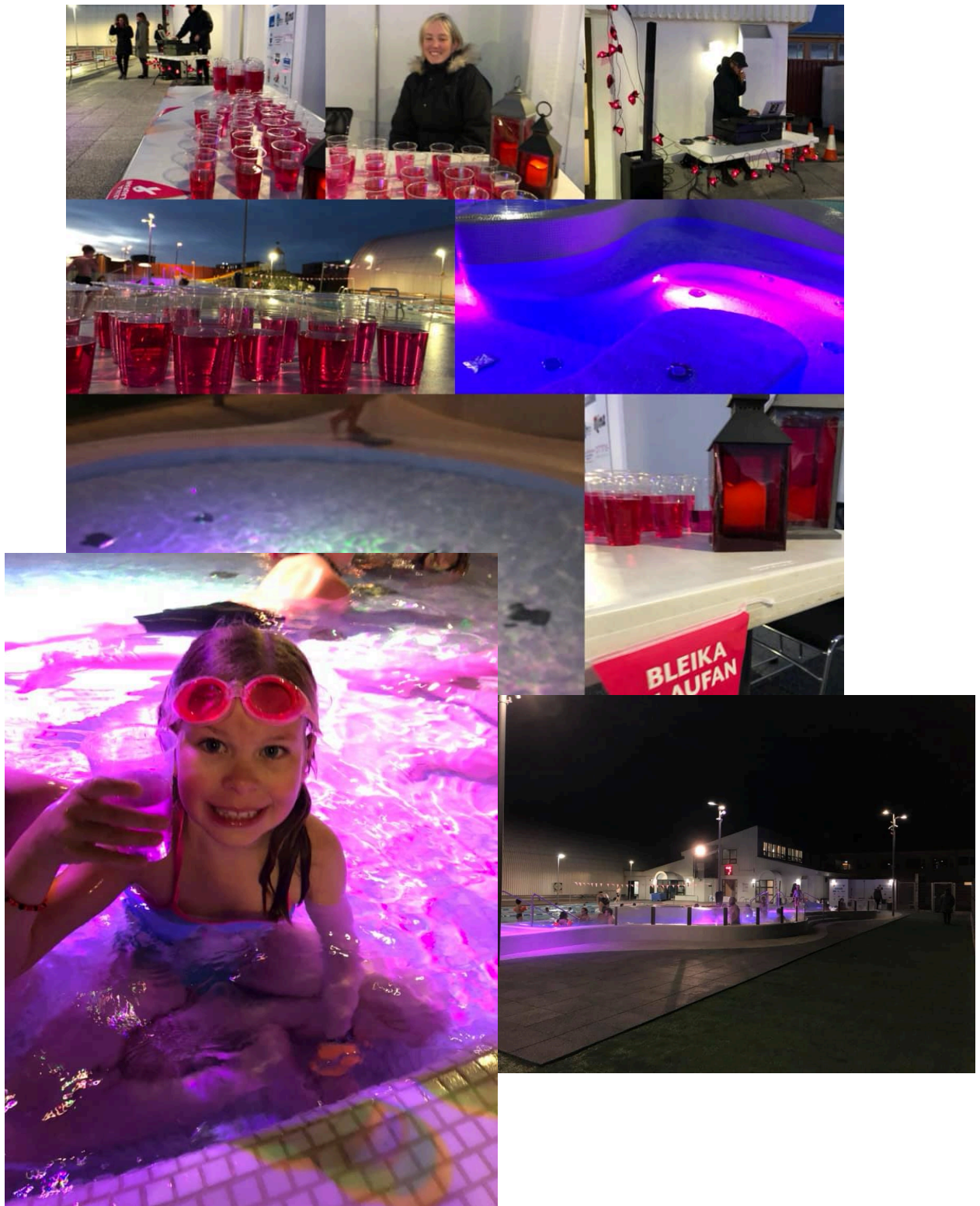
Smáprent fær sérstakar þakkir en Tinna Grímarsdóttir útbjó myndir og veggspjöld með tilvitnunum og myndum af Arndísi Höllu, og tók ekki krónu fyrir.



Í október var einnig boðið upp á Bleikt sund, þar buðum við upp á bleikan drykk (Vatn með ögn af rauðrófusafa) lýsing heitupottana var bleik og stemmingin bleik. Við fengum til liðs við okkur Idda



sem sá um ljúfa tóna fyrir sundlaugargesti. Virkilega ljúf og notaleg stund sem verður örugglega endurtekin.



## Styrkur til félagsins

Soffía G. Þórðardóttir ljósmóðir fagnaði nýverið 70 ára afmæli sínu. Á afmælisdaginn afþakkaði hún gjafir en hafði þess í stað söfnunarkassa og tók við frjálsum framlögum. Alls söfnuðust í kassann 208.500 kr., sem Soffía ákvað að láta renna til Krabbameinsfélags Akraness og heiðra þannig minningu föður síns, Þórðar Jónssonar og systur sinnar, Agnesar Sigrúnar Þórðardóttur, sem bæði létust úr krabbameini með 16 daga millibili í janúar 1991.



*Sólveig Ásta th Soffía tv*

## Vélmennið nærvera (Beam pro)

Félagið fjárfesti í byrjun árs í Beam pro vélmenni, eða nærveru. Vélmennið gerir fólki kleift að stunda skóla eða vinnu að heiman.

Tækið er nú í notkun í Grundarskóla á Akranesi, þar sem krabbameinsgreindur drengur nýtir nærveru til að taka þátt í skólastarfi með bekkjarfélögum sínum en vegna veikindanna á hann ekki möguleika að mæta sjálfur í skólann.

Nærveran kemur sér því vel. Hún er í skólanum og hann stjórnar henni með tölvu að heiman/sjúkrahúsi. Hann sér þá samnemendur og þau hann.

Mikil gleði er með þessa nýjung.



### Lokaorð

Síðast liðið starfsár hefur verið viðburðaríkt og skemmtilegt. Það sem upp úr stendur er góð þátttaka í október á bleikum viðburðum s.s. göngu og perli til minningar um Arndísi Höllu. Nýja vélmennið fékk góðar viðtökur og er það von okkar sem að félaginu stöndum að það eldist vel og megi nýtast þeim sem á því þurfa að halda á komandi árum. Starfsemin hefur verið svipuð frá ári til árs þar fastir viðburðir eru á sínum stað en alltaf reynt að finna upp á einhverjum nýjungum í starfinu. Markmið komandi árs er að vera áfram sýnileg og styðja þá sem til okkar leita.



# Krabbameinsfélag Borgarfjarðar

Stofnað: 1970

Fjöldi félagsmanna: u.þ.b. 240.

## Stjórn:

Formaður: Sóley Sigurþórsdóttir

Ritari: Helga B Þorsteinsdóttir

Gjaldkeri: Guðrún Helga Andrésdóttir

Meðstjórnendur: Árni Ingvarsson og Jónmundur Hjörleifsson

## Starfsemi:

Stjórn félagsins fundaði nokkrum sinnum á árinu formlega og óformlega í gegnum tölvupóst. Einn fulltrúi félagsins þ.e. formaðurinn Sóley Sigurþórsdóttir fór á aukaformannafund, formannafund svo og á aðalfund KÍ í maí.

Ákveðið var að ráðast ekki í fjáröflun þar sem fjárhagsstaða félagsins var í ágætu jafnvægi en reyna frekar að auka félagaaðild. Ekki náðist það markmið en nýir félagar voru aðeins færri en þeir sem hættu í félaginu vegna aldurs.

Auk félagsgjalda hefur félagið nokkrar tekjur at sölu minningakorta og í sumar voru hlauparar sem völdu að heita á félagið í Reykjavíkur maraþoninu í ágúst.

Í byrjun ársins bauð félagið upp á námskeið í Núvitund og slökun. Elín Kristinsdóttir sem menntað hefur sig á þessu sviði tók þetta að sér fyrir hönd félagsins. Þeir sem mættu nutu þess að ræða málin hugleiða það sem Elín hafði fram að færa en því miður var ekki góð mæting á þetta námskeið.

Að öðru leyti var starfið hefðbundið enda er megin tilgangur félagsins er sem fyrr að styðja við bakið á krabbameinssjúklingum á svæðinu veita styrki og greiða fyrir húsaleigu. Öll stjórnin var virk í þessum hluta starfseminnar en óvenju margir á okkar svæði veiktust á árinu.

Aðalfundur var haldin í byrjun nóvember. Frekar góð mæting var á fundinn og góðar umræður urðu um fræðsluerindin frá KÍ. Þemað var karlar og krabbamein Jóhanna E Torfadóttir fjallaði um Mataræði og lífsstíll en Ásgeir R. Helgason kom víða við í umfjöllunum sinni um karla og krabbamein.

Stjórnarmeðlimir gáfu kost á sér til áframhaldandi starfa og fengu stuðnings fundarins til þess.

Sóley Björk Sigurþórsdóttir, formaður

## Krabbameinsfélag Snæfellsness

Stofnað: 2005

Fjöldi félagsmanna: 85

### Stjórn:

Formaður: Sveinbjörg Eyvindsdóttir

Ritari: Guðmunda Hagalín Þórðardóttir

Gjaldkeri: Magnea Sigurbjörg Kristjánsdóttir

Meðstjórnendur: Margrét Hjálmarsdóttir og Svanborg Siggeirsdóttir

### Starfsemi:

Engin.

## Krabbameinsfélag Breiðfirðinga

(nær yfir Reykhólahrepp og Dalabyggð)

Stofnað: 19. okt. 2005

Fjöldi félagsmanna: 31

### Stjórn:

Formaður: Jóna Valgerður Kristjánsdóttir Mýrartungu 2, 381 Reykhólahreppi

Ritari: Þrúður Kristjánsdóttir, Sunnubraut 19, 370 Búðardal.

Gjaldkeri: Ingibjörg Kristjánsdóttir, Króksfjarðarnesi, 381 Reykhólahreppi

Meðstjórnendur: Edda Tryggvadóttir, Búðardal, Idíana Ólafsdóttir, Reykhólum.

### Starfsemi:

Við styðjum krabbameinssjúklinga og aðstandendur í okkar heimabyggð, ýmist með fjárframlögum og/eða greiðslu á húsaleigu í Reykjavík fyrir þá sem þurfa að dvelja þar vegna veikinda eða rannsókna. Enn einu sinni sendum við s.l. sumar auglýsingu um þetta á hvert heimili á okkar svæði. Einnig eru upplýsingar um félagið og starfsemina á vef sveitarfélaganna. Við höldum árlega fræðslufund um krabbamein og venjulega í tengslum við aðalfundinn. Að öðru leyti er starfið fólgið í ýmsum fjáröflunum, seljum t.d. minningarkort og jólakort sem stjórnarmenn sjá um. Einnig hafa handverksmarkaðir í Búðardal og Króksfjarðarnesi tekið ýmislegt í sölu fyrir okkur. Þá sjáum við um að lýsa upp stofnanir á Reykhólum og Búðardal með bleiku ljósi í október. Enginn starfsmaður er á launum hjá félaginu.



# Krabbameinsfélagið Sigurvon

Stofnað: 2001

Fjöldi félagsmanna: 370

**Stjórn:** Endurkjörin á aðalfundi 12. mars 2019

Formaður: Helena Hrund Jónsdóttir

Ritari: Þórir Guðmundsson

Gjaldkeri: Tinna Hrund Hlynisdóttir Hafberg

Meðstjórnendur: Hlynur Kristjánsson og Auður Ólafsdóttir

## Starfsemi:

Starf Sigurvonar á árinu 2018 snerist sem fyrr að mestu leyti um fjárhagslegan og andlegan stuðning á starfsvæði sínu á norðanverðum Vestfjörðum og Ströndum. Félagið hefur til að mynda greitt gistikostnað fyrir félagsmenn er þeir þurfa að sækja meðferð til Reykjavíkur og gista í íbúðum Krabbameinsfélags Íslands eða á sjúkrahótel. Stuðningshópurinn Vinir í von var sem fyrr með reglulegar samverustundir yfir vetrartímam. Hópurinn hefur notið góðvildar geðræktarmiðstöðvarinnar Vesturafis, sem lætur honum í té aðstöðu að Suðurgötu 9 á Ísafirði. Þess fyrir utan hefur hópurinn einnig hist á veitingahúsum Ísafjarðar, blótað þorra og gert ýmislegt annað til að lyfta sér upp.

Í mars var haldinn fræðslufyrirlestur fyrir karlkyns nemendur í Menntaskólanum á Ísafirði um eistnakrabbamein. Tókst það með eindæmum vel og sýndu menntskælingar mikinn áhuga og spurðu mikils.

Sigurvon tók einnig þátt í að vekja athygli á árvekni- og fjáröflunarátakinu Bleikum október. Var víða lýst upp bleikri lýsingu til að vekja athygli á að mánuðurinn er tileinkaður baráttunni gegn krabbameini hjá konum. Að vanda var Safnahúsið lýst upp sem og fleiri fyrirtæki og stofnanir hér vestra. Thelmu Hjaltadóttur, starfsmanni Krabbameinsfélagsins Sigurvonar, var að þessu sinni afhent bleika slaufan sem þakklætisvott fyrir vel unnin störf í þágu Sigurvonar.

Félagar Sigurvonar úr Krafti, stuðningsfélagi fyrir ungt fólk með krabbamein, komu vestur í október og og fengu aðstoð fulltrúa Sigurvonar við framkvæmd viðburðar í Grunnskólanum á Ísafirði þar sem sjálfboðaliðar komu saman og perluðu armbönd en sala þeirra er helsta fjáröflunarleið Krafts. Sömu helgi var haldið stuðningsfulltrúanámskeið á Ísafirði á vegum Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélags Íslands og Krafts fyrir stuðningsnet sem byggist á jafningastuðningi. Í kjölfarið voru útskrifaðir fimm stuðningsfulltrúar sem geta veitt jafningastuðning á Vestfjörðum. Sigurvon aðstoðaði einnig við við undirbúning og umgjörð námskeiðsins.

Þá var haldið kaffihúsakvöld á aðventunni þar sem m.a. fór fram tónlistarflutningur og happdrætti. Vel var mætt og boðið var upp á léttar veitingar af hálfu Sigurvonar. Ráðgert er að aðventukvöld af þessu tagi verði haldið annað hvert ár til móts við bleikt boð í október.

Var þetta í annað sinn sem það var gert. Stjórn félagsins stóð fyrir símasöfnun fyrir jólin sem gafst vel en þá gátu velunnarar styrkt félagið með því að hringja í þrjú mismunandi símanúmer sem stóðu fyrir þrjár mismunandi fjárhæðir. Ágóðinn var nýttur til þess að veita styrkþegum ársins aukalega jólastyrk.

## Krabbameinsfélag Hvammstangalæknishéraðs

Stofnað: 13. október 1968

Fjöldi félagsmanna: Ekki er haldið félagatal

### Stjórn:

Formaður: Soffía Anna Steinarsdóttir

Ritari: Jóna Guðrún Ármannsdóttir

Gjaldkeri: Sigurbjörg Geirsdóttir

Meðstjórnendur: Marín Sigurbjörg Karlsdóttir og Elsche Oda Apel

### Starfsemi:

Aðalfundur var haldinn 11. júní 2018. Geir Karlsson gaf ekki kost á sér til frekari formannssetu og við tók Soffía Anna Steinarsdóttir. Að öðru leyti er stjórn skipuð sama fólki og áður; Sigurbjörg Geirsdóttir gjaldkeri, Jóna Guðrún Ármannsdóttir, Marín Sigurbjörg Karlsdóttir og Elsche Oda Apel meðstjórnendur.

Einn stjórnarfundur var haldinn 18. september í aðdraganda haustbasarsins. Þar fyrir utan má segja að tölvutækni hafi verið nýtt með samskiptum stjórnarmeðlima gegnum tölvupósta í nokkur skipti.

Starfsemi félagsins hefur verið með minnsta móti undanfarin ár en á árinu fagnaði félagið 50 ára afmæli og af því tilefni var haustbasarinn öllu veglegri en áður. Stjórn félagsins stóð fyrir sláturgerð í október og var slátrið selt á haustbasarnum ásamt ýmsu öðru matarkyns og handverki sem félaginu var gefið af velunnurum þess. Kaupfélag Vestur Húnavetninga gaf allt hráefni til sláturgerðarinnar og Félagsheimilið á Hvammstanga styrkti félagið með því að leyfa afnot af eldhúsi þess til verksins.

Félagið gaf sjúkradeild HVE Hvammstanga vökvadælu á árinu auk þess að styrkja krabbameinssjúka á svæðinu fjárhagslega.

## Krabbameinsfélag A-Hún.

Stofnað: Á Blönduósi 2. nóvember 1968.

Fjöldi félagsmanna: 210

### Stjórn:

Formaður: Sveinfríður Sigurpálsdóttir, Brekkubyggð 11, 540 Blönduós, s. 862 4528  
sveinfridur@simnet.is

Ritari: Kristín Rós Sigurðardóttir, Tindum, 541 Blönduós

Gjaldkeri: Péturína L. Jakobsdóttir, Hólabraut 9, 545 Skagaströnd

Meðstjórnandi: Margrét Einarsdóttir, Árbraut 12, 540 Blönduós

Meðstjórnandi: Viktoría Erlendsdóttir, Árbraut 18, 540 Blönduós

### Starfsemi milli aðalfunda 2018-2019:

Stjórnin hélt marga fundi á starfsárinu og hafði auk þess óformlega fundi með tölvupósti. Er leið á sumarið kom í ljós að KÍ ætlaði ekki að útvega hluti til sölu að hausti. Ástæðan var sú að mjög mörg aðildarfélög eru hætt að selja hluti á haustin og er það leitt fyrir minni félög. En félagið átti nokkuð af óseldum hlutum svo að hefðbundin sala fór fram.

Aðalfundur 2018 var haldinn 2. maí sem var með seinna móti og ekki var ráðist í að fá fyrirlesara að þessu sinni en ákveðið að stjórnin einbeitti sér að því að hefja undirbúning að 50 ára afmælinu.

Krabbameinsfélagið í Austur-Húnavatnssýslu var stofnað 2. nóvember 1968 af miklum myndarskap fyrstu stjórnar þess og félaga á stofnfundi. Ákveðið var vegna mjög margra annarra viðburða í héraðinu að færa afmælið til 3. mars á þessu ári. Stjórn skipti með sér verkum og send voru út boðskort til fyrrverandi formanna og til eins úr fyrstu stjórninni. Einnig fóru beiðnir um styrki vegna þessa stórafmælis til fjölmargra fyrirtækja í héraði og út fyrir það. Mörg fyrirtæki veittu styrki sem félagið er afar þakklátt fyrir. Afmælið var síðan haldið í Félagsheimilinu Blönduósi þar sem það var stofnað og mættu yfir hundrað manns. Flutt var upprifjun um sögu félagsins, erindi frá Krabbameinsfélagi Akureyrar og nágrennis af framkvæmdastjóra þess og frá Krabbameinsfélagi Íslands einnig af framkvæmdastjóra þess, mörg tónlistaratriði voru flutt og loks viðamikið veislukaffi að lokum. Pistill um sögu félagsins var sendur í Húnavökuritið hér í héraði. Þó nokkrir gengu í félagið í afmælisveislunni eða síðar.

Veittir voru árlega styrkir vegna dvalar við krabbameinsmeðferðar bæði innanlands og erlendis. Í október s.l. var HSN Blönduósi og 2 kirkjur í héraðinu lýstar upp í bleiku til að minna á átak KÍ um krabbamein í konum. Strandarklúbbur 6 kvenna frá Skagaströnd hlaut verðlaun í Bleika mánuðinum frá KÍ.

Einnig að vetri færðum við HSN Blönduósi að gjöf Talley loftdýnu í sjúkrarúm að verðmæti 250.000 kr. eftir afslátt frá fyrirtækinu. Fór dýnan strax í notkun.

Formaður sat líka auka aðalfund og formannafund KÍ í Reykjavík.

Sveinfríður Sigurpálsdóttir, formaður.

# Krabbameinsfélag Skagafjarðar

Stofnað 12. júní árið 1966.

Félagsmenn eru ríflega 500.

Þjónustuskrifstofa er á Heilbrigðisstofnunni á Sauðárkróki.

Starfsmaður er María Reykdal.

Símar 453 6030 og 863 6039. Netfang skagafjordur@krabb.is. Vefsíða krabb.is/skagafjordur.

Stuðningshópur: Dugur.

## Stjórn:

Formaður: Dalla Þórðardóttir.

Varaformaður: Guðmundur Gunnarsson

Ritari: Sara Valdimarsdóttir

Gjaldkeri: Helga Gígja Sigurðardóttir

Meðstjórnandi: Ágústa Eiríksdóttir

Meðstjórnandi: Þorsteinn Þorsteinsson.

## Starfsemi:

Á starfsárinu var boðið upp á ýmis námskeið. Ber þar fyrst að nefna það námskeið, sem hvað lengst hefur verið við lýði, en það er dvöl á Löngumýri um hásumar fyrir ekkjur og ekkla krabbameinssjúkra. Þau sem heimsótt hafa Löngumýri vita hve móttökur þar eru hlýjar og viðmót allt og andrúmsloft einstakt. Því er það ekki furða að fólk sem einu sinni hefur kynnst staðnum, leitast við að heimsækja hann aftur og aftur.

Krabbameinsfélagið styrkti fólk til að sækja sundnámskeið, sem haldin voru bæði fyrir og eftir jól.

Í febrúarmánuði var yfirskrift námskeiðsins Einbeiting og minni. Í aprílmánuði stendur félagið fyrir tveimur námskeiðum, María Reykdal kennir á HAM námskeiði og í lok mánaðar er á Löngumýri rætt um þreytu. Þau eru mörg sem kvarta undan síþreytu, minnisleysi og einbeitingarskortu í kjölfar lyfjainngjafar og meðferðar.

Starfsmaður félagsins hefur stýrt og haft umsjón með samverustundum fyrir bæði sjúka og aðstandendur þeirra, þar sem fólk getur rætt um breytta stöðu í tilverunni og leitað stuðnings. Mikil nauðsyn er að þessu starfi og að hafa vettvang fyrir fólk til að ræða við þau sem eru í svipuðum aðstæðum.

Sem fyrr nýtur félagið skilnings og stuðnings samfélagsins. Í haust komu boð frá Verslunarmannafélagi Skagafjarðar, sem safnað hafði fjármunum til styrktar félaginu og var framlagi veitt móttaka á fundi. Á liðnum árum hafa nemendur Varmahlíðaraskóla oftast einu sinni safnað umtalsverðu fé með því að hlaupa ákveðna vegalengd og í vor er leið lögðu nemendur í Árskóla á Sauðárkróki fram söfnunarfé til að styrkja starfið. Það var ánægjulegt að sækja útskriftarathöfn í skólanum á falletgu vorkvöldi og finna hlýhug starfsmanna og nemenda, enda er það svo að sífellt eru fleiri að greinast og nær allar fjölskyldur eiga einhvern í nærhópi, sem glímur við þann vággest, sem krabbamein er.

Nýlega hélt Samband skagfirskra kvenna, SSK, aðalfund sinn og þar var Krabbameinsfélagi Skagafjarðar afhentur ágóði af árlegri vinnuvöku kvenfélaganna. SSK lætur afrakstur vinnuvökunnar renna til einhvers góðs málefnis og er þetta ekki í fyrsta sinn sem Krabbameinsfélagið fær að njóta hans.

Þörfin fyrir styrktarfé er sístæð og ómetanlegt að eiga slíka hauka í horni.

María Reykdal, starfsmaður, er til ráðgjafar og viðtala á skrifstofutíma og oft endranær. Aðalfundur félagsins árið 2019 verður fyrir miðjan maímánuð.

Dalla Þórðardóttir.

## Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis

Stofnað 21. nóvember 1952

Skráðir félagsmenn árið 2018 eru 1.418

### 1.0 Stjórn og starfsmenn

#### 1.1 Stjórn

Eftirtaldir aðilar skipa stjórn Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis:

Guðrún Dóra Clarke, formaður

Friðrik Vagn Guðjónsson, varaformaður

Dóróthea Jónsdóttir, gjaldkeri

Brynjólfur Ingvarson, meðstjórnandi

Anna Hulda Júlíusdóttir, meðstjórnandi

Lára Betty Harðardóttir, ritari

Anna Ólafsdóttir, meðstjórnandi

Hólmfríður Kristjánsdóttir, meðstjórnandi

Ólöf Elfa Leifsdóttir, meðstjórnandi

#### 1.2 Skrifstofa KAON

Frá 1. janúar 2018 var opið á skrifstofunni mánudaga, miðvikudaga og fimmtudaga frá kl. 13:00 til 16:00 og þriðjudaga frá kl. 13:00-17:00 auk þess sem boðið var upp á viðtalstíma utan opnunartíma á skrifstofunni. Símatími var þessa sömu daga frá kl. 13:00-16:00. Skrifstofan var staðsett í leiguhúsnæði að Glerárgötu 24, 2. hæð, á Akureyri en 20. september var flutt í stærra húsnæði að Glerárgötu 34, 2.hæð og er opnunartími frá 1.september mánudaga, þriðjudaga, miðvikudaga og fimmtudaga frá kl. 13:00 til 16:00 auk þess sem boðið er upp á viðtalstíma utan opnunartíma á skrifstofunni.

Starfsmenn voru fjórir og skiptu á milli sín 2,8 stöðugildum í byrjun árs. Framkvæmdastjóri, Halldóra Björg Sævarsdóttir textílkennari og Katrín Ösp Jónsdóttir hjúkrunarfræðingur voru báðar í 70% stöðu. Eva Björg Óskarsdóttir grafískur hönnuður var ráðin í 100% starf frá

Vinnumálastofnun í sex mánuði þar sem VMST greiðir laun og 8% í lífeyrissjóð. Hún sér um net, kynningar- og markaðsmál. Regína Ólafsdóttir er í 40% stöðu auk þess sem Sigrún Jónsdóttir sjúkrabjálfari, Magnfríður Sigurðardóttir iðjubjálfi og Brynjólfur Ingvarsson geðlæknir eru sjálboðaliðar sem starfa í nánum tengslum við félagið.

Vegna mikils vaxtar hjá félaginu voru stöðugildi aukin. Frá og með 1. september fór Halldóra í 100% stöðu, Katrín í 85% og Eva var ráðin í 100% stöðu. Þann 1. október fór Regína Ólafsdóttir sálfræðingur í 80% stöðu.

Stöðugildi félagsins voru 3,65 um áramót.

## **2.0 Fundir**

### **2.1 Stjórnarfundir**

Stjórnin hélt 10 bókaða stjórnarfundum á árinu 2018.

### **2.2 Aðalfundur KAON**

Aðalfundur félagsins var haldinn á Akureyri 24. apríl 2018. Stjórn lagði fram tillögu um að árgjald til félagsins yrði 3.500 kr. og var sú tillaga samþykkt. Breytingar urðu á stjórn er nýr formaður tók við og einnig komu fjórir nýir meðstjórnendur inn.

### **2.3 Aðalfundur Krabbameinsfélags Íslands**

KAON átti tvo fulltrúa á aðalfundi KÍ að þessu sinni.

### **2.3 Samráðsfundir**

Starfsmenn sóttu tvo samráðsfundi starfsmanna svæðaskrifstofa KÍ.

### **2.5 Formannafundur**

KAON átti tvo fulltrúa á formannafundi KÍ árið 2018.

## **3.0 Starfsemin**

Mjög öflug starfsemi er rekin á vegum og í tengslum við Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis. Skráðar heimsóknir á skrifstofu KAON hafa aukist til muna og voru um 1.500 á árinu. Þetta eru einstaklingar sem sækja skapandi handverkið, jóga, karlahittingurinn auk fræðslufunda og námskeiða sem haldin eru á vegum KAON.

Opin hádegishittingur er á þriðjudögum fyrir hópa s.s nýgreinda, aðstandendur og svo Norðan-Kraft sem er hópastarf fyrir yngra fólkið (18-45 ára). Einnig er hópastarf fyrir ekkjur og ekkla, og „Út í lífið“ er hópastarf fyrir konur á vorönn og karla á haustönn. Leshópur og svo Hugræn atferlismeðferð sem fer einnig fram í hópastarfi.

Boðið hefur verið upp á streymi þegar Kraftur hefur verið með fræðslu og einnig þegar fræðsla er hjá Ráðgjafarþjónustunni. Hefur það gefist vel og umræður skapast eftir fræðsluna.

Tókum þátt í Ljósmyndasýningunni „Bleik“ í október sem haldin var á Glerártorgi.

Fyrri hluta árs sóttu u.þ.b. 10 einstaklingar samveru á Keramikloftinu í hverri viku en Keramikloftinu var svo lokað 1. september.

Samtals má því segja að það hafi verið 1.650 heimsóknir í fjölbreytta viðburði og fræðslu á vegum félagsins árið 2018.

### **3.1 Fræðsla/fundir o.fl.**

Starfsmenn sinna ýmiss konar fræðslu sem tengjast forvörnum, stuðningi og kynningu á starfsemi félagsins, fyrir hópa, einstaklinga og heilbrigðisstarfsfólk. Opnunarhátíð var haldin í tilefni af flutningum í nýtt húsnæði í Bleika mánuðinum og Mottuboð haldið í tilefni af Mottumarsdeginum. Jólakransagerð var haldin fyrir ungmenni og aðstandendur.

### **3.2 Endurhæfing**

KAON bauð krabbameinsgreindum og aðstandendum upp á jóga og slökun alla fimmtudaga í húsnæði félagsins sem Katrín og Regína skiptust á að vera með.

- Vatnsleikfimi í innilaug Sundlaugar Akureyrar tvisvar í viku sem Sigrún Jónsdóttir sjúkráþjálfari sér um.
- Einstaklingsþjálfun í samstarfi við sjúkráþjálfara á Bjargi tvisvar í viku.
- Yoga sem Arnbjörg er með er alla miðvikudaga frá 1. október.

### **3.3 Skapandi handverk og spjall**

Skapandi handverk og spjall er í boði alla fimmtudaga frá kl. 13-16 og hefur verið mjög vel sótt. Umsjón hefur Halldóra Björg Sævarsdóttur textílkennari og er boðið upp á samveru þar sem fólk getur komið með handavinnu og spjallað saman yfir kaffibolla. Auk þess sem sérstök fræðsla um valin verkefni hefur verið nokkrum sinnum í vetur í tengslum við handverkið. Í boði hefur verið körfugerð, heklaðar ljósakúlur og heklað utan um krukkur.

### **3.4 Keramikloftið**

Á hverjum miðvikudegi frá kl. 13-18 hittist fólk á Keramikloftinu. Þar er hægt að vinna með gler, mosaik, keramik o.fl. Þessi samvera hefur gefist vel og hefur verið mjög vel sótt. KAON hefur stutt við þessa starfsemi með ýmsu móti frá byrjun. Þessi starfsemi lokaði þann 1. september.

### **3.5 Karlahópur**

Þeir hittast alla laugardaga og spjalla og eru með fræðslufundi.

### **3.6 Viðtöl og stuðningur við skjólstæðinga**

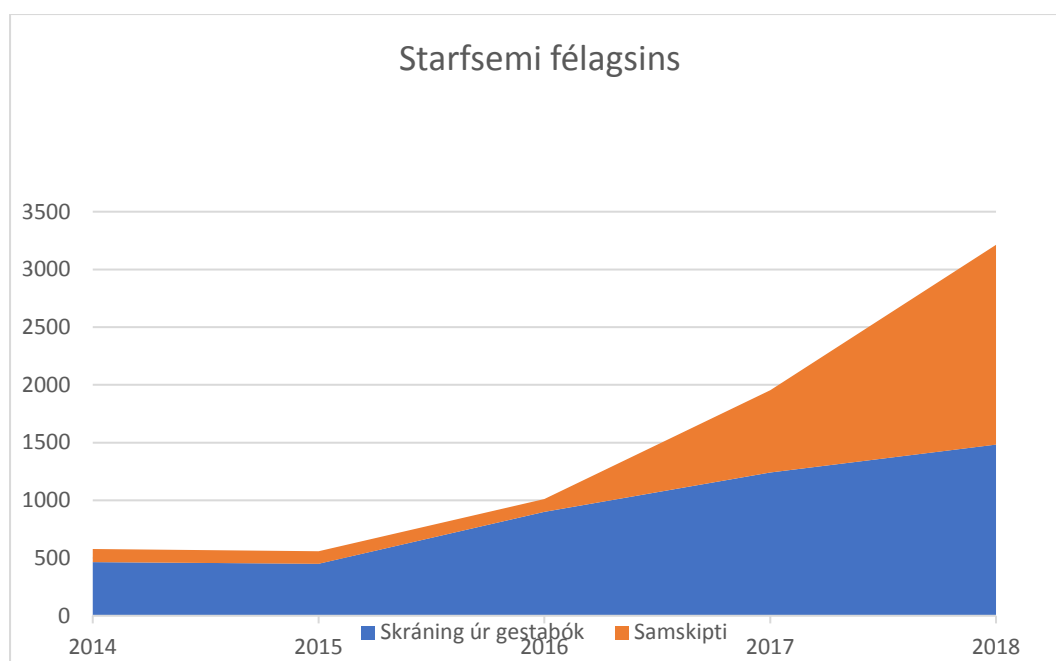
Skráð viðtöl, símtöl og annar stuðningur við skjólstæðinga og aðstandendur undir liðnum samkipti eru 1.730 talsins árið 2018. Það var gert átak í skráningum árið 2018 svo tekið skal fram að samanburður við fyrri ár er erfiður og mögulega skekkja í honum. Eins skal tekið fram að skráning í gestabók sem reynt er að styðjast við gæti verið vanskráð, það eru ekki allir sem muna eftir að skrá sig í bókina svo tölur þar gætu verið mun hærri.

Til gamans eru þessar tölur settar hér fram með fyrrgreindum fyrirvörum.

Tafla 1  
Tölulegar upplýsingar frá 2014-2018

	2014	2015	2016	2017	2018	Aukning
<b>Skráning úr gestabók</b>	<b>465</b>	<b>450</b>	<b>900</b>	<b>1.240</b>	<b>1.483</b>	<b>20%*</b>
<b>Samskipti</b>	114	108	110	714	1.730	142%*
- Símtöl				79	668	
- Tölvupóstur				490	845	
- Viðtöl				145	217	
<b>Fjöldi viðburða</b>				21	24	
<b>Aðsókn á viðburði</b>					1.650	

\*Aukning milli 2017-2018



### 3.7 Stóma

Stómasamtökin hafa haldið fundi sína í húsnæði félagsins eins og undanfarin ár.

### 3.8 Íbúðir Krabbameinsfélagsins í Reykjavík.

KAON greiðir reikninga fyrir afnot af íbúðum og dvöl á sjúkrahóteli að fullu og er þetta alltaf verulega stór útgjaldaliður hjá félaginu.



#### 4.0 Tekjur/ Fjáraflanir

Rekstrarstyrkur frá KÍ greiðir helming af launum starfsmanna og verkefnisstyrkur frá KÍ gerir okkur kleift m.a. að halda námskeið fyrir krabbameinsgreinda og aðstandendur þeirra. Aðrar tekjur eru félagsgjöld og styrkir sem félaginu bárust frá félagasamtökum, fyrirtækjum og einstaklingum á árinu. Sú velvild og stuðningur sem allir þessir fjölmörgu aðilar sýna okkur er ómetanlegur og gerir okkur kleift að styðja á margvíslegan hátt við bakið á þeim íbúum á okkar félagssvæði sem greinast með krabbamein og aðstandendum þeirra.

Öllum þessum aðilum færum við innilega þakkir. Án þessa stuðnings væri þetta ekki mögulegt.

#### 5.0 Húsnæði

Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis hafði í mörg ár leigt 110 fermetra húsnæði að Glerárgötu 24. Salurinn rúmaði um 25-30 manns í sæti, auk þess sem skrifstofurými gaf tækifæri til að taka viðtöl. Flutt var í stærra og endurbætt húsnæði sem er um 230 fermetrar, 20. september 2018. Þar er rými fyrir 3 skrifstofur, fjölnota herbergi sem nýtist fyrir hópastarf, fræðslur og jóga, móttaka, tvö viðtalsherbergi og opin aðstaða sem rúmar um 40-50 manns.

#### 6.0 Samskipti við fjölmiðla

Starfsmenn hafa átt mjög góð samskipti við fjölmiðla á félagssvæðinu og hafa bæði birst viðtöl í dagblöðum og tímaritum, auk þess sem allir starfsmenn hafa komið oftast en einu sinni í sjónvarpsviðtöl vegna ýmissa viðburða sem tengjast t.d. starfsemi félagsins auk þess að vekja athygli á ýmsu sem hefur verið ofarlega á baugi í almennri umræðu í þjóðfélaginu. N4 sjónvarp hefur verið alveg stórkostlegt með að kynna starfsemi okkar og koma til móts við kostnað vegna auglýsinga t.d. í Sjónvarpsdagskránni. Færum við þeim bestu þakkir fyrir.

## Krabbameinsfélag Suður Þingeyinga

Stofnað: 1968

Fjöldi félagsmanna: 345

#### Stjórn:

Formaður: Jóhanna Björnsdóttir, Sólbrekku 7 640 Húsavík

Ritari: Halla Lovísa Loftsdóttir, Álfanesi, 641 Húsavík

Gjaldkeri: Edda Björg Sverrisdóttir, Laugarholti 7, 640 Húsavík

Meðstjórnendur: Gunnlaug María Eiðsdóttir, Heiðargerði 4, 640 Húsavík

Aðalbjörg Sigurðardóttir, Álfhóli 10, 640 Húsavík

Ingigerður Arnljótsdóttir, Gautlöndum, 660 Mývatnssveit

#### Starfsemi:

Krabbameinsfélag Suður Þingeyinga er að styrkja málefni sem tengjast heilsu og forvörnum gegn krabbameini ásamt því að styrkja einstaklinga á svæði félagsins sem greinst hafa með krabbamein með ýmsum hætti. Félagið styrkir aðila sem þurfa að dvelja í Reykjavík í lengri eða skemmri tíma vegna krabbameinsmeðferðar með greiðslu á gistikostnaði. Félagið

stendur fyrir sölu á minningarkortum og fer ágóðinn af sölnni óskiptur til Krabbameinsfélags Suður-Pingeyinga.

Fyrirtæki og einstaklingar á svæði Krabbameinsfélags Suður Pingeyinga styrkja félagið myndarlega ár hvert. Félagið hefur gefið fé til Styrktarfélags Heilbrigðisstofnunar Norðurlands á Húsavík til kaupa á ýmsum búnaði til sjúkradeildarinnar sem nýtist krabbameinsveikum og öðrum sjúkum á stofnuninni.

Starfsemi félagsins hefur verið með minnsta móti árið 2018 af ýmsum ástæðum, en stjórnin er í góðu sambandi á veraldarvefnum.

Jóhanna Björnsdóttir

## Krabbameinsfélag Norðausturlands

Stofnað:

Fjöldi félagsmanna: 86

### **Stjórn:**

Formaður: María Hermundsdóttir

Ritari: Enginn

Gjaldkeri: Enginn

Meðstjórnendur: Bjarney Hermundardóttir

### **Starfsemi:**

Í lágmarki.

## Krabbameinsfélag Austurlands

Stofnað 19. apríl 1970

Fjöldi félagsmanna: 140

### Stjórn:

Formaður: Björgvin Kristjánsson

Gjaldkeri: Kristjana Björnsdóttir

Ritari: Jóna Björg Sveinsdóttir

Meðstjórnendur: Karólína Ingvarsdóttir og Ásdis Sigurjónsdóttir.

### Starfsemi:

Hvíldarhelgi í KMA við Eiðavatn þar sem krabbameinsgreindum og mökum þeirra er boðið er uppá ýmiskonar fræðslu og meðferðir í bland við skemmtun og spjall. Greiðslur dvalarkostnaðar þeirra sem dvelja þurfa fjarri heimili vegna meðferða. Fjölskylduráðgjafi starfar hjá félaginu sem verktaki og er gert ráð fyrir 8 kls. á mánuði hið minnsta og leigir félagið aðstöðu hjá STARFA að Miðvangi á Egilsstöðum. Gjaldkeri sér alfarið um fjármál félagsins.

Kristjana Björnsdóttir gjaldkeri

## Krabbameinsfélag Austfjarða

Stofnað: 21. Apríl 1970

Fjöldi félagsmanna: 522

### Stjórn:

Formaður: Jóhann Sæberg

Ritari: Sólveig Friðriksdóttir

Gjaldkeri: Heiður Hreinsdóttir

Meðstjórnendur: Svanbjörg Pálsdóttir, Guðmundur Rafnkell Gíslason

### Starfsemi:

Dagný Reynisdóttir hefur verið með Raja jóga og hugleiðslu fyrir krabbameinsgreinda og aðstandendur.

Þorri Snæbjörnsson sálfræðingur kom til okkar í mars og var með stuðningsfulltrúanámsskeið þáttakendur voru alls 9.

Í september var hvíldar- og slökunarhelgin á Eiðum það var góð aðsókn og helgin tókst mjög vel.

Í október perluðum við með Krafti í samstarfi við heilsueflingarnefnd ALCOA

Í nóvember krýndum við hvunndagshetjurnar okkar.

Í desember var einstaklega vel heppnað aðventukvöld. Við fengum til okkar 2 austfirski rithöfunda að lesa uppúr bókum sínum og kór Reyðarfjarðarkirkju tók nokkur lög.

Við styrkjum skjólstæðinga okkar til dæmis , bílaleigu- og leigubílakostnað og íbúðakostnað í Reykjavík meðan á meðferð stendur.

Við ætlum okkur að gera enn betur á þessu ári í að styðja við okkar skjólstæðinga. Við ætlum til dæmis að bjóða þeim fría sálfræðiaðstoð/fjölskylduráðgjöf í heimabyggð og árskort í sund sem gildir í allar sundlaugar í Fjarðabyggð.

Við erum að útbúa nýjan blöðung til að dreifa á heilsugæslustöðvar og sjúkradeildarinnar á Neskaupsstað með upplýsingum um okkar starfsemi.

## Krabbameinsfélag Suðausturlands

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

Fjöldi félagsmanna:

### Stjórn:

Formaður, Snæfríður Svavarsdóttir,

Gjaldkeri, Ólöf Óladóttir,

Ritari, Eyrún Axelsdóttir

Meðstjórnendur, Ester Þorvaldsdóttir og Hjálmar Jens Sigurðsson.

### Starfsemin 2018-2019

Félagið styrkir einstaklinga sem dvelja þurfa langdvölum í Reykjavík vegna krabbameinsmeðferðar.

Aðalfundur var haldinn þann 20. apríl 2018. Þórhildur Kristjánsdóttir hætti í stjórn og sæti hennar tók undirrituð. Þórhildi er þakkað gott samstarf árin á undan.

### *Bleikur október*

Sunnudaginn 7. október var bleik helgistund í Hafnarkirkju þangað sem gestir mættu í bleiku. Sr. María Rut Baldursdóttir var prestur í messunni. Formaður félagsins kynnti starfsemi Krabbameinsfélagsins, bæði Íslands og Suðausturlands. Að stund lokinni bauð Pakkhúsið upp á súpu og brauð. Frjáls framlög bárust félaginu að athöfn lokinni.

Fræðslukvöld var haldið fimmtudagskvöldið 27. október í sal Ekru. Arnar Hauksson dr. med. var með fræðslu um kvenheilsu og krabbamein og var að venju góð mæting og þátttaka kvenna hér á svæðinu. Sr. María kom og spilaði á fiðluna sína og söng fyrir gestina.

#### *Mottumars*

Priðjudaginn 19. mars stóð félagið hér fyrir vel heppnuðu fræðslukvöldi í sal Ekru. Jóhann Johnsen læknir var með fræðsluerindi fyrir karla var vel mætt. Karlakórinn Jökull tók lagið fyrir gesti.

#### *Fræðsla og fleira*

Góð mæting er á fræðslufundi sem félagið stendur fyrir og ávallt vel tekið á móti okkar fólki þegar fjáraflanir eru í gangi. Fyrirtæki og einstaklingar standa einnig þétt við bakið á félaginu með fjárstuðningi og styrkveitingum.

Gott samstarf er á milli Heilbrigðisstofnunar Suðurlands Hornafirði og félagsins með áherslu á forvarnir og fræðslu. Veittir hafa verið styrkir til einstaklinga. Greiðir félagið jafnframt leiguhluta einstaklinga í krabbameinsmeðferð, hvort sem dvalið er í íbúðum Krabbameinsfélagsins eða gist á Sjúkrahótelinu meðferðardagana. Krabbameinsfélag Suðausturlands er með eigin minningarkort.

Snæfríður Svavarsdóttir, formaður

## Krabbameinsfélag Vestur-Skaftafellssýslu

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

Fjöldi félagsmanna: 48

#### **Stjórn:**

Formaður: Rannveig E.Bjarnadóttir.

Ritari: Margrét Einarsdóttir

Gjaldkeri: Erna Ólafsdóttir

Meðstjórnendur: Elías Guðmundsson, Ingvar Jóhannesson.

#### **Starfsemi:**

Starfsemi er lítil sem enginn hjá okkur, aðalfundur var haldinn á Ströndinni í Vík 3. Maí 2018, félagsgjald er kr. 2.000.- og er það eina fjáröflun félagsins. Hver sem þarf á krabbameinsmeðferð að halda á okkar svæði getur sótt um styrk til félagsins til endurgreiðslu á húsnæði á meðan dvöl þeirra stendur fjarri heimabyggð.

## Krabbameinsfélag Rangárvallasýslu – skýrsla barst ekki

# Krabbameinsfélag Árnassýslu

Stofnað: 29. maí 1971

Fjöldi félagsmanna: 279

**Stjórn:** Endurkjörin á aðalfundi í apríl 2019

Formaður: Svanhildur Ólafsdóttir

Ritari: Katrín Klemenzdóttir

Gjaldkeri: Ingibjörg Jóhannesdóttir

Meðstjórnendur: Eygló Aðalsteinsdóttir, Rannveig Bjarnfinnsdóttir, Sighvatur Eiríksson, Sólrun Guðjónsdóttir og Halldóra Stóra.

## Starfsemi:

Starfsárið 2018 var mjög gott og viðburðaríkt hjá félaginu. Töluverð fjölgun félaga var jafnt og þétt yfir árið og þátttaka í viðburðum almennt góð. Við árslok 2018 var fjöldi félagsmanna 279.

- Félagið naut góðs samstarfs við Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins og fékk meðal annars til sín námskeiðið og fyrirlestra bæði á vor og haustönn.
- Fastir hittingar hjá Brosinu, stuðningshópi félagsins og þátttakendum fjölgaði töluvert.
- Næringarfræðingurinn Berglind Blöndal var með fyrirlestur um hollt og gott mataræði
- Einnar nætur gisting í Bergheimum, makar voru velkomnir með.
- Október var viðburðaríkur og skemmtilegur. Bleik messa í samstarfi við Selfoskirkju þar sem félagi sagði frá reynslu sinni af ferlinu og hve mikilvægur vinahópurinn reyndist henni auk þess sem fjórar vinkonur hennar sögðu frá sinni upplifun af því að eiga vinkonu í krabbameinsferli.
- Slegið var upp stórveislu í Tryggvaskála í tilefni af Bleikum október. Bleika boðið fór fram úr öllum væntinum og var salurinn smekkfyllur af konum og körlum. Haldið var happdrætti með ótal mörgum glæsilegum vinningum og sá Sigga Kling um að skemmta gestum. Tryggvaskáli gaf veitingar og ungt tónlistarfólk af svæðinu söng nokkur lög. Mjög vel heppnað kvöld sem er vonandi komið til að vera árlegur viðburður hjá félaginu.
- Í október var ljósmyndasýningin Bleik sett upp í Krónunni. Tveir félagar tóku þátt í sýningunni og vakti hún verðskuldaða athygli bæjarbúa. Fánúm bleiku slaufunnar var flaggað á aðal hringtorg bæjarins og bleikar slaufur hengdar á tré og staura á aðalgötunni.
- Regluleg greinaskrif í Dagskrána (svæðisfréttamiðill) um krabbameinsferlið, aukin virkni á samfélagsmiðlum og umtal hefur gert félagið sýnilegra og sífellt fleirri leita eftir stuðningi og ráðgjöf.
- Á vormánuðum bauð félagið uppá fjögurra vikna golfnámskeið sem var opið bæði félögum og mökum þeirra. Námskeiðinu lauk síðan með innanfélagsmóti og hamborgaraveislu í lokin.
- Bæði á vor og haustönn bauð félagið uppá jóganámskeið tvisvar sinnum í viku í samstarfi við YogaSálir á Selfossi.

- Kynning á starfsemi Krafts.
- Jólagleði var haldin með félögum, boðið var uppá mat og haldinn var pakkaleikur.

Svanhildur Ólafsdóttir, formaður

## Krabbavörn Vestmannaeyjum

Stofnað 25.04.1949 (endurvakið 03.05.1990)

Félagsmenn um 350

**Skrifstofa félagsins er opin á þriðjudögum kl 13-15**

**Starfsmaður er Guðný Halldórsdóttir sími 857 3991 netfang [krabbavorn@krabb.is](mailto:krabbavorn@krabb.is)**

**Stjórn** kosin á aðalfundi 06.03.2019

Formaður: Sigurbjörg K. Óskarsdóttir, Illugagötu 77,900 Vestmannaeyjum 844 2482  
[sigurbjk@sjova.is](mailto:sigurbjk@sjova.is)

Varaformaður: Guðný Halldórsdóttir

Ritari: Ingibjörg Andrea Brynjarsdóttir

Gjaldkeri: Sigríður Gísladóttir

Meðstjórnandi: Olga Sædís Bjarnadóttir

Meðstjórnandi: Kristín Valtýsdóttir

### Starfsemi 2018

Frá síðasta aðalfundi hefur stjórn Krabbavarnar í Vestmannaeyjum verið þannig skipuð: Sigurbjörg formaður, Guðný varaformaður, Ingibjörg ritari, gjaldkeri Sigríður og meðstjórnendur eru Kristín og Hrafnhildur

Í Krabbavörn eru 350 félagar og er ársgjaldið ekki hátt eða 2.500 á ári. Krabbavörn eru samtök sem hafa það hlutverk að styðja þá sem greinst hafa með krabbamein og aðstandendur þeirra. Félagið er rekið með styrkjum frá velunnurum félagsins sem er okkur ómetanlegt og þökkum við fyrir þann hlýhug.

Grasrótarsamtök eins og Krabbavörn þurfa að vera í stöðugri endurskoðun til þess að starfsemi félagsins staðni ekki, t.d með því að endurnýja stjórn með reglulegum hætti. Engar reglur eru til um það hversu lengi stjórnaseti er hjá félaginu og þyrfti að skoða það.

Þegar félagsmaður greinist með krabbamein getur hann sótt til félagsins ferðastyrk en við greiðum 25.000 fyrir hverja ferð ásamt því að við greiðum fyrir leigu á íbúðum við Rauðarárstíg og einnig fyrir sjúkrahótel. 27 einstaklingar hafa fengið styrk frá félaginu á einhvern hátt á síðasta starfsári.

Ýmsar upptakomur okkur til heilla voru á starfsárinu, vil ég þar nefna áramótagönguna sem er orðinn stór þáttur af jólahaldi Eyjamanna en þar greiðir fólk gjald til að taka þátt í göngunni sem rennur til Krabbavarnar. Marsmánuður var mánuður skeggfánananna en þeir blöktu við mörg fyrirtæki til að minna okkur á að karlmenn fá líka krabbamein. Í ár ætlum við

að gera betur, Viðar prestur ætlar að vera með Pound leikfimi n.k laugardag eða 9. mars kl 12:30 það kostar 2000 inn og rennur sú fjárhæð sem safnast óskert til félagsins en Poundið fer fram í Agóges sem leigir okkur húsnæðið að kostnaðarlausu og að sjálfsögðu hvetjum við alla til að mæta.

Aðalfundur Krabbameinsfélags Íslands var 5. maí, aukaformannafundur var fyrsta mál á dagskrá þar sem reglur um ráðstöfun framlaga Velunnara Krabbameinsfélags Íslands voru til umfjöllunar einnig var kynning á starfsemi Krabbameinsfélags Íslands í tölum, máli og myndum ásamt hefðbundnum fundarstörfum

Sjö tinda gangan er einn fastur liður hjá eyjaskeggjum um Jónsmessu og er alltaf mjög góð þátttaka, sú ganga veitir okkur einnig fjárstyrk.

Hautsalan hefur ávalt gengið vonum frammar og erum við þakklátar fyrir það.

Aukaaðalfundur Krabbameinsfélags Íslands sem var haldinn sunnudaginn 16. september, í Skógarhlíð 8. Og í framhaldi af honum var formannafundurinn haldinn

Tilfni aukaaðalfundarins var erindi sem Krabbameinsfélag Íslands sendi velferðarráðuneyti og svar ráðuneytisins við erindinu auk tillagna stjórnar félagsins. (öll gögn þar af lútandi eru trúnaðarmál)

Í október var bærinn með bleikum ljóma, fánar með bleikri slaufu blöktu á hún til að minna okkur á að lífið getur tekið U beygju. Bleikt kvöld var hjá verzlunum og rann hluti sölnunar frá ýmsum fyrirtækjum til Krabbavarnar.

Það að greinast með krabbamein er mikið áfall, bæði fyrir þann sem greinist og ekki síður fyrir fjölskyldu og aðstandendur. Veikindaferlið tekur oft mikið á, á margan og ólíkan hátt.

Verkefninu er ekki endilega lokið þó sjúkdómurinn hafi læknast. Við höfum ítrekað séð hversu mikilvægt það er fyrir einstaklinga að geta leitað til okkar, til að fá stuðning og styrk í slíkum aðstæðum bæði félagslega og fjárhaglega. Þess vegna skiptir miklu máli að við eflum starfsemi okkar og hvetjum þá sem næstir okkur eru til að ganga í félagið til að efla það.

Það að vera félagsmaður í góðgerðarfélagi eins og Krabbavörn gefur okkur trú á samfélagið, trú á að við getum hjálpað þeim sem eiga um sárt að binda.

Krabbavörn í Vestmannaeyjum er gott og öflugt félag að leita til og erum við stolt af því.

Sigurbjörg Kristín Óskarsdóttir



# Krabbameinsfélag Suðurnesja

Stofnað: 15. nóvember 1953.

Fjöldi félagsmanna: 950

## Stjórn:

Formaður: Hannes Friðriksson.

Ritari: Brynja Aðalbergsdóttir

Gjaldkeri: Grétar Grétarsson.

Meðstjórnendur: Agnar Guðmundsson, Jón Axelsson.

Varastjórn: Stefán Sigurðsson og Styrmir Jónsson.

## Starfsemi 2018 – 2019

Starfið hefur gengið vel og er með hefðbundnum hætti. Rekstrarformið er í föstum skorðum á líðandi ári.

Í þjónustumiðstöðinni er opið tvisvar í viku og koma margir til að ræða sín mál við forstöðumann og við þá sem hafa reynslu af krabbameinum ásamt öðrum málum sem viðkemur því ferli. Haldnir eru fræðslufundir mánaðarlega þar sem fræðsla tengd krabbameinum er í fyrirrúmi. Starfsmaður sinnir skrifstofustörfum fyrir félagið og veitir skjólstaðingum allar þær upplýsingar sem þeir óska eftir, í samvinnu við Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélags Íslands. Starfsmaður annast einnig kynningu á starfi félagsins, skipuleggur námskeið og vinnur að öflun nýrra félagsmanna.

Undirbúningur fyrir Bleikan október hófst í maí og lögð var lokahönd á hann í ágúst og september. Í ár var ljósmyndasýningin Bleik og var hún staðsett í bókasafni/Ráðhúsi Reykjanesbæjar og var hún vel sótt. Petrína Sigurðardóttir tók þátt í sýningunni fyrir okkar svæði og var heiðruð með bleiku slaufunni. Í tilefni af Bleikum október þá héldum við bókakvöld þar sem Marta Eiríksdóttir kom og las úr bók sinni. Við enduðum mánuðinn með bleikri messu í Ytri-Njarðvírkirkju sem var mjög vel sótt eða yfir 160 manns komu og áttu góða stund.

Mottumars gekk ekki síður en við tókum einnig þátt í ljósmyndasýningunni Meiri menn og gekk hún vonum framar. Sveinn Björnsson tók þátt í henni fyrir okkar svæði og sagði sína reynslusögu. Við afhjúpuðum einnig vefgáttina Karlaklefinn.is. og komum henni á framfæri út mánuðinn. Matti Osvald hélt fræðslukvöld tengt karlmönnum og krabbameinum og var það vel sótt. Blá messa var haldin að þessu sinni í Útskálakirkju í Suðurnesjabæ.

Lokað var í júlí vegna sumarfrí starfsmanns og opnað aftur í ágúst.

Stjórn Krabbameinsfélags Suðurnesja finnur fyrir skilningi á því sem verið er að gera og mikla velvild í garð félagsins í samfélaginu sem m.a. lýsir sér í því að margir einstaklingar og félagasamtök ánafna til félagsins peningum sem fara í starfið og styrki til krabbameinsgreinda. Við tókum sérstaklega fram að einn velgjörðarmann, hann Sigurð Wium Árnason sem kom færandi hendi þann 30. október og færði félaginu tvær milljónir að gjöf til minningar um konu hans, Auði Bertu og son þeirra, Svein Wium en bæði létust úr krabbameini fyrir mörgum árum. Þetta er annað sinn sem Sigurður gefur félaginu svona

stóra gjöf. Stofnaður var minningarsjóður tileinkaður Auði og Sveini og er sjóðurinn tileinkaður þeim sem eiga sárt um að binda og þurfa aðstoð í ferlinu að greinast með krabbamein.

Krabbameinsfélag Suðurnesja afhenti nýtt ómskoðunartæki til Heilbrigðisstofnunar Suðurnesja en tækið leysir af hólmi eldra tæki sem komið var á þritugsaldurinn og kvensjúkdómalæknar á HSS hafa haft til afnota. Greiningartækið er notað til að greina meinsemdir í innri kynfærum kvenna og til að fylgjast með fósturmyndum og fósturþroska á meðgöngu. Krabbameinsfélag Suðurnesja hafði frumkvæðið að þessari gjöf með stuðningi frá Lions – og Lionessuklúbbi Suðurnesja, Oddfellowstúkunnar og Rótarýklúbb Keflavíkur undir formerkinu „margt smátt gerir eitt stórt“. Nýja ómskoðunartækið er að andvirði nærri fjögurra miljóna króna.

Ein af fjáröflunarleiðum Krabbameinsfélags Suðurnesja er sala á minningarkortum. Árgjaldið fyrir félagsmenn er 3000 kr.

Svala Berglind Robertson hjúkrunarfræðingur með sérnámi í krabbameins- og líknarhjúkrun og sálsgæslu er með viðtöl við krabbameinsgreinda og aðstandendur hjá Krabbameinsfélagi Suðurnesja og er hægt að bóka tíma hjá félaginu í síma 421-6363.

Om-setrið býður þeim sem greinst hafa með krabbamein og eru að byggja sig upp í jógatíma tvisar í viku en þetta er samstarf á milli Krabbameinsfélags Suðurnesja og Om-setursins og er þetta skjólstæðingum að kostnaðarlausu.

Lögfræðistofa Suðurnesja býður upp á ókeypis lögfræðiþjónustu fyrir okkar skjólstæðinga.

Prestaköll á Suðurnesjum veita sálsgæslu í tengslum við erfiðleika og áföll í lífi fólks.

Við hófum samstarf við heimahjúkrun HSS sem tók að sér að fara með fræðslufni til krabbameinsgreindra í fyrstu heimsókn og láta vita af okkur.

Fleiri eru að sækja í styrki hjá okkur og aðstoð eftir greiningu. Reynt er eftir bestu getu að koma til móts við þarfir hvers og eins.

Fyrir hönd Krabbameinsfélags Suðurnesja  
Sigríður Erlingsdóttir forstöðumaður

## Brjóstaheill – Samhjálp Kvenna

Stofnað: Félagið var stofnað árið 1979 og sem formlegt félag sjálfboðaliða árið 2001.

Fjöldi félagsmanna: Um 100

### Stjórn:

Formaður: Brynja Björk Gunnarsdóttir

Varaformaður: Anna Sigríður Arnardóttir

Ritari: Dóra Júlíussen

Gjaldkeri: Thelma Hólm Másdóttir

Meðstjórnendur: Heiða Birgisdóttir, Hildur Baldursdóttir, Guðrún Kristín Svavarsdóttir

Bakhjarlar stjórnar: Guðrún Sigurjónsdóttir, Hrefna Ingólfssdóttir

### Starfsemi:

Árið 2018 var viðburðarríkt. Brjóstaheill – Samhjálp kvenna er aðili að Europa Donna, Evrópusamtökum brjóstafélaga og starfa með samtökunum. Við erum einnig í góðum og nánum samskiptum við norrænu brjóstasamtökin og sótti Dóra Júlíussen afmæli sænsku samtakanna fyrir okkar hönd s.l. sumar. Dóra sótti einnig Norrænu ráðstefnuna í Færeyjum í byrjun september en hún er haldin annað hvert ár og skiptast Norðurlöndin á að halda hana. Við héldum hana á Íslandi árið 2016 og 2020 verður hún haldin í Finnlandi. Í júlí s.l. fóru 14 vaskar konur á okkar vegum að veiða í Varmá í Hveragerði en verkefnið „Kastað til bata“, samstarfsverkefni okkar og Ráðgjafarþjónustu KÍ er haldið ár hvert og hefur löngu sannað gildi sitt. Þar býðst konum sem greinst hafa með brjóstakrabbamein að fara í laxveiði, undir stjórn þrautreyndra veiðimanna sem leiðbeina konunum við veiðina. Einnig eru í för sjálfboðaliðar frá Brjóstaheillum – Samhjálp kvenna, konunum til stuðnings. Þessar ferðir hafa tekist eindæmum vel og hafa konurnar sem farið hafa haldið hópinn, stutt hver aðra og hafa einnig boðið sig fram sem sjálfboðaliðar í framhaldinu. Í september s.l. sótti formaður og Guðrún Kristín Svavarsdóttir ráðstefnu í Mílanó á vegum Europa Donna, „The 1st metastatic breast cancer advocacy training conference“ þar sem fjallað var um stuðning við konur sem endurgreinast og lifa með krónískt krabbamein og fer þessi hópur stækkandi um allan heim með bættum meðferðum og úrræðum. Við munum sækja framhaldsnámskeið í júní n.k. á vegum Europa Donna í Mílanó. Einnig sóttu 2 fulltrúar okkar ráðgjafanámskeið Europa Donna í Mílanó í nóvember s.l. Heiða Birgisdóttir stjórnarkona og Sara Ómarsdóttir, sem starfar með Krabbameinsfélagi Akureyrar og nágrennis að þróun þjónustu fyrir okkar konur og mun koma að „Kastað til bata“ sem verður nú haldið á Norðurlandi. Þær eru báðar einnig meðlimir í Krafti. Bleika boðið var haldið 15. október í KÍ og daginn eftir var bleika málþingið sem bar yfirskriftina „Doktor google og google maps – Hvernig verður vegferðin. Málþingið var vel sótt en það er samstarfsverkefni Brjóstaheilla – Samhjálp Kvenna, Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins og Ráðgjafarþjónustu KÍ. Í lok árs voru haldnir undirbúningsfundir fyrir námskeiðið „Mín leið“ sem er að breskri fyrirmynd, ætlað konum sem greinst hafa með brjóstakrabbamein og hafa lokið meðferð. Þetta námskeið er samstarfsverkefni Landspítalans, Ráðgjafarþjónustu KÍ og Brjóstaheilla – Samhjálp Kvenna og hófst nú í ársbyrjun 2019 og haldin hafa verið 4 námskeið sem mikil ánægja er með.

Við lítum björtum augum til verkefna þessa árs.

## Krabbameinsfélag Framför

Stofnun: 12. febrúar 2007 að frumkvæði Odds Benediktssonar

Félagsmenn: 25

**Stjórn:** Á félagsfundi sem haldinn var 8. apríl 2019 var ný stjórn kosin:

Þráinn Þorvaldsson formaður

Hinrik Greipsson gjaldkeri og ritari

Óskar Einarsson meðstjórnandi

Guðmundur Einarsson, varamaður

Sigurður Skúlason, varamaður

### **Starfsemi:**

Samtök karla sem greinst hafa með blöðruhálskirtilskrabbamein. Engin starfsemi hefur verið í félaginu undanfarin ár en nú unnið er að endurskipulagningu og markmiðasetningu. Meðal nýjunga er áhugi fyrir breyttu sameiginlegu fundafyrirkomulagi, Góðra hálsa og Frískra manna. Áhugi er fyrir að fá maka til samstarfs með stofnun sérstaks stuðningshóps fyrir maka. Einnig er áhugi fyrir að leita eftir erlendu samstarfi. Umsókn Framfarar um aðild að Evrópusamtökum blöðruhálskirtilsgreindra manna, Europa UOMO, er í umsóknarferli. Europa UOMO er öflugur málsvari og stuðningssamtök BHKK samtaka í 24 Evrópulöndum.

# Kraftur, stuðningsfélag

Stofnað: 1. október 1999

Fjöldi félagsmanna: 807

## Stjórn:

Formaður: Ástrós Rut Sigurðardóttir

Ritari: Ösp Jónsdóttir

Gjaldkeri: Elín Sandra Skúladóttir

Meðstjórnendur: Kristín Erla Þráinsdóttir, Þórir Hall Stefánsson; varastjórn: Sóley

Kristjánsdóttir, Birkir Már Birgisson

## Starfsemi:

### Starfsmenn Krafts

Núverandi starfsmenn Krafts eru þau Hulda Hjálmarsdóttir, framkvæmdastjóri, sem er í 100% starfi, Ragnheiður Davíðsdóttir, verkefnastjóri, í 50% starfi, Hrefna Björk Sigvaldadóttir, viðburða- og fjáröflunarstjóri í 100% starfi og Þorri Snæbjörnsson, sálfræðingur og umsjónarmaður Stuðningsnets Krafts, sem er í 30% starfi. Þorri sálfræðingur er sameiginlegur starfskraftur Krafts og Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins og starfar hjá KÍ í 70% starfi. Auk þessara þriggja starfsmanna starfar Atli Már Sveinsson, þjálfari og umsjónarmaður FítónsKrafts, sem verktaki. Aðrir sem starfa fyrir félagið eru Elín Kristín Klar sem stýrir StelpuKrafti, Birkir Már Birgisson sem hefur umsjón með StrákaKrafti ásamt Þorra, Ragnheiður Guðmundsdóttir og G. Sigríður Ágústsdóttir, sem stýra gönguhópnum Að klífa brattann og Kristín Þórsdóttir markþjálfari og Pála Margrét Gunnarsdóttir, jógakennari. Þess skal getið að sumir þessara aðila starfa sem sjálfboðaliðar hjá félaginu.

### *Stuðningsnetið, vinna sálfræðings og viðtalstímar á LSP*

Þorri Snæbjörnsson, sálfræðingur félagsins, heldur utan um Stuðningsnet Krafts ásamt því að veita félagsmönnum okkar sálfræðiþjónustu. Á starfsárinu hefur sálfræðingur Krafts veitt 167 viðtöl sem 67 einstaklingar þáðu en til samanburðar veitti hann á fyrra starfsári 107 viðtöl sem 48 einstaklingar þáðu. Þá hefur sálfræðingur fengið 24 stuðningsbeiðnir um jafningjastuðning og haldið 4 stuðningsfulltrúanámskeið, tvö í Reykjavík, eitt á Akureyri og eitt á Ísafirði. Þátttakendur voru alls 28 og samtals útskrifuðust 21 nýir stuðningsfulltrúar. Þess skal getið að árið 2017 sameinaðist Stuðningsnet Krafts Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins til að netið geti þjónað breiðarði aldurshópi. Hefur það samstarf gengið vel en komið hefur í ljós að kynna þarf starfsemi stuðningsnetsins betur til að fá inn fleiri stuðningsbeiðnir. Þá var sálfræðingur með erindi á málþingi fyrir KAON á Akureyri um viðbrögð barna við álagi og erfiðleikum ásamt því sem hann hélt minnisnámskeið á Grundarfirði, Sauðárkróki og Selfossi á vegum Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins.

## *Vefverslun og heimasíða*

Vefverslun Krafts hefur nú slitið barnsskónum en hún var tekin í notkun í janúar 2017. Æ fleiri kaupa varning félagsins í gegnum hana og er hún orðin ein af tekjuauðlindum félagsins. Í vefverslun er hægt að kaupa varning merktan félaginu, m.a. perluarmböndin okkar, boli, minnisbækur, taupoka, tannbursta, penna og pop-socket fyrir farsíma, allt með áletruninni Lífið er núna. Stefnt er að því að auka vöruúrvalið jafnt og þétt og leitast verður við að selja vandaðar og góðar vörur merktar slagorðum félagsins.

Næsta söluvara sem væntanleg er í vefverslun félagsins er hágæða vatnsflaska úr stáli, auðvitað merkt Lífið er núna. Einnig hefur félagið látið gera minningarkort og kort fyrir staka styrki í samstarfi við Reykjavík Letterpress og munu þau koma á heimasíðu félagsins á þessu ári. Þar mun fólk geta styrkt félagið í nafni einhvers og fengið kort til gjafar eða sent á þann aðila. Að auki munu tækifæriskort með mismunandi slagorðum koma í sölu á afmælisári félagsins.

Þess má geta að á síðasta ári hafa 11.725 vörur verið keyptar af rúmlega 6272 einstaklingum í vefverslun okkar fyrir tæplega 26 milljónir kr. Þá er einnig hægt að styrkja félagið í gegnum heimasíðuna, annað hvort með stökum styrkjum eða með því að skrá sig fyrir mánaðarlegum styrkjum.

Þá fór fræðsluvefur Krafts í loftið 20. apríl síðastliðinn og er hann byggður á nýju LífsKraftsbókinni. Vefurinn er hugsaður sem lifandi vefur með gagnkvæma virkni. Notendur geta skráð sig inn og geymt greinar og svör í sínu eigin viðmóti til minnis eða lesturs síðar. Hægt er að senda inn spurningar sem við svörum með aðstoð sérfræðinga. Greinarnar og svörin eru með merkingar (e. Tags) svo að notendur eiga þannig auðveldlega með að geta fundið tengd efni.

## *Útgáfustarfsemi*

Krafts-blaðið kemur út einu sinni ári og hafa öll blöðin, frá upphafi, verið gerð aðgengileg í rafrænu formi á heimasíðu Krafts. Blaðið er jafnan sent til allra félagsmanna, á allar heilsugæslustöðvar og helstu læknastofur ásamt því sem því er dreift á allar deildir Landspítalans og til annarra sjúkrahúsa á landsbyggðinni. Blaðið mun koma út í haust vegna 20 ára afmælis félagsins og verður það veglegt afmælisblað.

Bókin LífsKraftur kom út þann 4. febrúar og hefur bókin fengið nýtt útlit og auk þess verið endurskrifuð og uppfærð með áherslu á ungt fólk. Ákveðið var að gefa nýju bókinni nafnið Fokk, ég er með krabbamein og breyta alveg um útlit hennar. Kraftur fékk styrk frá Velferðarráðuneytinu til að standa straum af þeim kostnaði. Bókin er gefin á krabbameinsdeildum Landspítalans þeim sem á þurfa að halda og einnig er hægt er að nálgast hana í vefverslun Krafts, gegn sendingarkostnaði. Þá voru bæklingar félagsins uppfærðir í nýtt útlit og bæklingurinn Viðbrögð við áföllum uppfærður og endurprentaður.

## *Helstu verkefni og viðburðir á starfsárinu*

### *Sumargrillið*

Sumargrill Krafts var haldið í Guðmundarlundi í Kópavogi þann 21. júní. Grillvagn frá LE KOCK

grillaði hamborgara fyrir gesti, tónlistarmennirnir Ívar og Magnús tóku nokkur lög og Sirkus Íslands mætti á svæðið. Börnin fengu að leika sér í hoppukastala og bregða sér á bak hestum sem komið var með á svæðið. Alls mættu um 50 - 60 manns, þrátt fyrir óhagstætt veður, rigningarúða og kulda.

#### *Reykjavíkumaraþonið*

Árið 2018 hlupu um 300 manns fyrir Kraft í Reykjavíkumaraþoninu. Alls söfnuðust 4,6 milljónir sem er örlítið hærra upphæð en árið áður þegar tæplega 4,4 milljónir söfnuðust. Eins og undanfarin ár var Kraftur með kynningarbás í Laugardalshöllinni þar sem hlauparar Krafts gátu fengið afhentan hlaupabol ofl. Kraftur birti síðan opnu-auglýsingu í Fréttablaðinu þar sem hlaupurum og styrktaraðilum voru færðar þakkir fyrir stuðninginn og safnað var styrktarlínum til fjáröflunar.

#### *Nordic Cancer*

Árlega koma systurfélög Krafts á Norðurlöndunum saman og bera saman bækur sínar. Allt eru þetta félög sem styðja við ungt fólk sem greinst hefur með krabbamein og aðstandendur þess. Á síðasta ári var fundað í Finnlandi og fóru þær Kristín Erla Þráinsdóttir, varformaður, og Kolbrún Ýr Gunnarsdóttir, þáverandi starfsmaður Krafts. Helstu viðfangsefni ráðstefnunnar voru frjósemisaðstoð, síðbúnar afleiðingar krabbameins og endurkoma til vinnu. Þá kynntu systurfélögin nýjungar sem þau hafa verið að vinna með síðustu árin. Þar kom m.a fram að Noregur hafi nýverið farið af stað með hlaðvarp um málefni ungs fólks sem greinist með krabbamein. Næsta ráðstefna verður haldin í Noregi á haustdögum.

#### *Vísindaferð*

Tekið var á móti nemendum í einni vísindaferð á árinu fyrir háskólanema sem koma til með að starfa að málefnum krabbameinssjúkra eftir að þeir útskrifast. Tekið var á móti 25 félagsráðgjafanemum úr HÍ þann 9. nóvember á síðasta ári. Magnea Guðrún Guðmundsdótti, félagsráðgjafi á Landspítalanum og Hulda Hjálmsdóttir, framkvæmdastjóri Krafts, voru með kynningar. Ölgerðin og Rolf Johansen hafa styrkt Kraft í formi fljótandi veiga fyrir vísindaferðirnar.

#### *Aðventukvöld Krafts*

Aðventukvöld Krafts var haldið 6. desember fyrir félagsmenn og fjölskyldur þeirra. Þröngt máttu sátta sitja þar sem troðið var út úr dyrum. Dóri DNA dró út vinninga í happdrættinu, Guðrún Árný söngkona flutti jólalög og Ágúst Kristján Steinarsson las upp úr bók sinni, Riddarar hringavitleysunnar. Þá var að venju boðið uppá jólahlaðborð að hætti Krafts.

#### *Neyðarsjóður Krafts*

Neyðarsjóður Krafts úthlutaði tvisvar á síðasta starfsári. Átta manns sóttu um í vorúthlutun 2018 og sjö í haustúthlutun. Allir fengu úthlutað styrk nema einn, sem uppfyllti ekki skilyrði. Úthlutun á árinu nam samtals 5.748.000 kr. Enn á eftir að úthluta styrkjum í vorúthlutun 2019 en umsóknarfrestur rann út þann 16. apríl sl.

#### *Styrkur til lyfjakaupa*

Það er mikil búbot fyrir okkar krabbameinsgreindu félagsmenn að geta sótt lyf í Apótekarann sér að endurgjaldslausu. Því var það ánægjulegt að samningurinn við Apótekarann var

endurnýjaður til loka ársins 2019 í síðasta mánuði. Félagsmönnum okkar gefst því áfram kostur að geta sótt lyf sér að endurgjaldslausu. Á síðasta ári bárust um 100 lyfjabeiðnir frá 28 félagsmönnum.

### *Perlað með Krafti*

Perluviðburðir eru ennþá eftirsóttir hjá félaginu og hefur verið ráðinn inn starfsmaður til að halda utan um og sinna verkefnum þeim tengdum. Við fórum af stað með fjáröflunarátakið Perlubíkarinn í sumar í samstarfi við Tólfuna, stuðningsfélag íslenska landsliðsins, í aðdraganda HM í knattspyrnu karla. Um leið og átakið hófst var hafin sala á nýrri tegund perluarmbanda með sömu áletrun og áður en að þessu sinni í íslensku fánalitunum. Bæjarfélög og íþróttafélög gátu keppst um að perla sem flest armbönd á 4 tímum og í lok keppninnar stóð HSK á Selfossi uppi sem sigurvegari með 2308 perluð armbönd og fékk félagið afhentan perlubíkarinn sem var hannaður og búinn til úr perlunum okkar. Vegna mikillar eftirspurnar var ákveðið að hefja aftur sölu á svörtum og metal lituðum armböndum og hófst salan á þeim formlega með viðburði á Hotel Hilton Nordica 11. nóvember þar sem um 300 manns komu saman.

Alls hafa verið haldnir 58 perluviðburðir af öllum stærðum og gerðum á síðasta starfsári og hafa verið perluð tæplega 44 þúsund armbönd. Ótal bæjarfélög, íþróttafélög, fyrirtæki og stofnanir, saumaklúbbar og aðrir hópar í samfélaginu hafa óskað eftir viðburðum til að aðstoða Kraft við perlun armbanda og sér enn ekki fyrir endann á þeim beiðnum og er allt gert til að koma til móts við þær. Við hjá Krafti erum sjálfbóðaliðum og samfélaginu óendanlega þakklát fyrir að taka þátt í þessu með okkur.

### *Ungt fólk og krabbamein - fyrirlestraröð Krafts*

Haustið 2017 hófust reglulegir fræðslufundir á vegum Krafts undir yfirskriftinni “Ungt fólk og krabbamein”. Á hvern fyrirlestur er fenginn sérfræðingur um það málefni sem fjallað er um og auk þess reynslubolti sem getur miðlað af eigin reynslu. Fyrirlestrarnir hafa verið haldnir að jafnaði þriðja þriðjudag hvers mánaðar og hafa verið vel sóttir. Fyrirlestrarnir voru aftur teknir upp haustið 2018 með sama sniði.

### *FítónsKraftur*

FítónsKraftur, endurhæfing í formi hreyfingar og útivistar fyrir ungt fólk sem greinst hefur með krabbamein, starfaði áfram af krafti undir handleiðslu Atla Más Sveinssonar, íþróttufræðings, sem hefur sérhæft sig í endurhæfingu krabbameinsgreindra. Æfingar fara fram tvisvar í viku í Heilsuborg ásamt mánaðarlegum göngum eða annars konar útivist eða hreyfingu. Nú eru um 6-8 virkir þátttakendur í FítónsKrafti sem mæta á æfingar að staðaldri og fimm manns nýta sér fjarþjálfun FítónsKrafts sem boðið var upp á haustið 2018. Fjarþjálfun er nýjung í starfsemi FítónsKrafts til þess að koma til móts við þarfir þeirra sem sem búa á landsbyggðinni. Þeir geta fengið æfingaprógram sent í tölvupósti og eftirfylgni frá þjálfara.

### *Stefnumótunarvinna stjórnar*

Vegna mikilla umsvifa og breytinga á starfi félagsins ákvað stjórn Krafts að fá utanaðkomandi



aðila til að vinna að nýrri stefnu og stefnumótun með félaginu og marka stefnu þess til næstu þriggja ára. Viti Ráðgjöf eða Ágúst Kristján Steinarsson, félagsmaður og stjórnunarráðgjafi, var fenginn í starfið. Gústi hitti stjórn í nokkur skipti en megin vinnan fór fram á vinnudegi stjórnar og starfsfólks í september. Þá var send út viðhorfskönnun á félagsmenn og mánaðarlegra styrktaraðila til að fá endurgjöf á þjónustu og starfsemi félagsins. Þau svör voru síðan lögð til grundvallar við stefnumótunarvinnuna. Stefna stjórnar var samansett af nokkrum stefnuáherslum sem stuðla að því að efla stuðning á landsvísi við unga krabbameinsgreinda og aðstandendur. Einnig vann stjórn og starfsfólk að sameiginlegum gildum félagsins sem eiga að endurspegla fyrir hvað við stöndum í hvívetna.

#### *Breytingar á starfsemi Krafts - húsnæðismál og fl.*

Aukin umsvif Krafts og mun fjölbreyttari verkefni hafa kallað á ýmsar breytingar. Um mitt síðasta ár fékk félagið 45 fm. skrifstofu í kjallara hússins sem rúmar vel þrjá til fjóra starfsmenn. Um er að ræða rými sem áður var rannsóknarstofa HÍ og síðar geymsla KÍ. Leiguverð er kr. 2.200 pr. fermetra. Það var mikil breyting fyrir starfsfólk og stjórn að fara úr 6 fm í 45 fm! Frá afhendingu hafur Kraftur keypt húsgögn og innréttað skrifstofuna á smekklegan hátt. Eins og fram hefur komið eru þrír starfsmenn sem hafa þar vinnuaðstöðu auk þess sem félagið hefur aðgang að sameiginlegu rými. Nauðsynlegt reyndist að bæta við starfsmanni í fullt starf til að halda utan um hina ýmsu viðburði félagsins þar sem helstu verkefnin eru umsjón með vefverslun og skipulagning og framkvæmd perluviðburða. Kolbrún Ýr var ráðin til starfa í maí á síðasta ári til að gegna þessu starfi en hætti hún hjá félaginu í september. Hrefna Björk Sigvaldadóttir tók þá við hennar starfi, fyrst í 80% starfi en fór í fullt starf frá og með febrúar á þessu ári. Fram á mitt síðasta ár hafði Kraftur ekki greitt KÍ leigu fyrir skrifstofuhúsnæði en við flutninginn var gerður leigusamningur við KÍ.

#### *Afmælisárið*

Það er ótrúlegt en satt en Kraftur verður 20 ára á nýju ári og því ætlum við svo sannarlega að fagna. Á svona tímamótum lítur maður yfir farinn veg og hugsar til þess hversu mörgum við höfum hjálpað og stöndum við í þakkarskuld við þá eldhuga sem stofnuðu félagið á sínum tíma.

Vegna 20 ára afmælis félagsins var skipuð afmælisnefnd til að vera ráðgefandi og koma með hugmyndir fyrir afmælisárið. Ákveðið var að halda mánaðarlega viðburði 20. hvers mánaðar þar sem einhvers konar uppákomur verða til að minna fólk á að lífið er núna og til að vekja fólk til umhugsunar um málefni ungs fólks sem greinst hefur með krabbamein og aðstandendur.

Þeir viðburðir sem þegar hafa verið haldnir eru Lífið er núna fesival, LífsKraftur kom út, hlaðvarp fór í loftið, málþing var haldið og nýr fræðsluvefur félagsins leit dagsins ljós 20. apríl síðastliðinn. Hægt er að fylgjast með dagská afmælisársins inn á [www.lifidernuna.is](http://www.lifidernuna.is)

#### *Breytingar og nýjungar í þjónustu Krafts*

Með auknu fjármagni og stuðningi frá almenningi hefur Krafti gefist tækifæri á að auka starfsemina og styðja þannig enn betur við félagsmenn sína. Þá tókum við upp á því nýverið að halda betur utan um skráningu og mætingu á viðburði svo við sjáum hvað margir eru að

nýta sér þjónustu félagsins. Þjónusta sem bæst hefur við starfsemi félagsins á starfsárinu er eftirfarandi:

Stuðningshópar. Ungliðahópurinn hætti störfum með því formi sem hann var með áður. Ljósíð vildi draga sig til baka í því verkefni þar sem þeim fannst ekki vera nógu mikil endurnýjun í hópnum. Hópurinn hélt áfram störfum síðasta haust fram að áramótum en ákveðið var að leggja hópinn niður þar sem Kraftur er núna með ýmsa mánaðarlega viðburði fyrir alla félagsmenn sem og aðra stuðningshópa sem tóku til starfa. StelpuKraftur fór af stað síðastliðið haust sem er stuðningshópur fyrir ungar konur sem greinst hafa með krabbamein. Hafa fundirnir verið vel sóttir og alltaf eru ný andlit að bætast í hópinn. StrákaKraftur fór einnig af stað síðastliðið haust sem stuðningshópur fyrir stráka sem hafa greinst. Tók lengri tíma fyrir þann hóp að fara á flug en hefur gengið mjög vel frá áramótum, þar sem strákarnir hafa verið að hittast í pool, pottinum og skotfimi svo eitthvað sé nefnt. Stefnt er að því að stofna stuðningshóp fyrir aðstandendur næsta haust.

NorðanKraftur. Á síðasta ári var send út viðhorfskönnun í tengslum við stefnumótunarvinnu félagsins þar sem kom í ljós að félagsmönnum á landsbyggðinni þótti vanta meiri stuðning við þá. NorðanKraftur var liður í því að bæta þjónustu og stuðning fyrir ungt fólk á landsbyggðinni og tók til starfa síðastliðið haust. Hópurinn er samstarfsverkefni Krafts og Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis. Hópurinn er starfræktur frá Akureyri og kemur saman aðra hverja viku. Er það vilji Krafts að auka starfsemina enn frekar á Akureyri og víðar á landsbyggðinni næsta árið.

Lífið er núna helgi Krafts. Dagana 26.- 27. október á síðasta ári bauð Kraftur félagsmönnum sínum upp á “Lífið er núna” helgi á Hótel Kríunesi við Elliðavatn. Um var að ræða endurnærandi og uppbyggjandi tveggja daga upplifun í samstarfi við KVAN. Þar gafst fólki kostur á að læra hvernig hægt er að takast á við breyttar aðstæður í lífinu og kynnast öðrum í svipuðum sporum. Boðið var upp á fjölbreytta dagskrá sem var sambland af fræðslu, útiveru og skemmtun. Alls dvöldu 20 manns þessa helgi sem var alfarið í boði Krafts. Þess má geta að Kraftur fékk styrk úr velunnarasjóð KÍ að upphæð 1 milljón króna fyrir þessu verkefni.

FítónsYoga. Frá síðasta hausti hefur Kraftur verið að bjóða félagsmönnum sínum upp á reglulega jógatíma sem miða að því að styrkja líkama og huga. Lögð er áhersla á teygjur, slökun og hugleiðslu. eru jógatímarnir fyrir krabbameinsgreinda og aðstandendur. Elín Sandra Skúladóttir byrjaði með jógatímana síðasta haust en tók Pála Margrét Gunnarsdóttir við þeim um áramótin þegar Elín fór erlendis í frekara nám. Hafa tímarnir verið ágætlega sóttir.

Að klífa brattann. Félagsmenn Krafts eru iðnir við að gauka að okkur hugmyndum. Tveir félagsmenn Krafts, Ragnheiður Guðmundsdóttir og G. Sigríður Ágústsdóttir, sem báðar hafa greinst með krabbamein, hafa tekið að sér að stýra hópnum “Að klífa brattann” sem er göngugópur fyrir félagsmenn Krafts og aðstandendur þeirra. Eftir greiningu gekk Ragnheiður Jakobsvegin og G. Sigríður í grunnbúðir Everest. Í sumar mun “Að klífa brattann” bjóða upp á tvær göngur í mánuði.

Markþjálfun. Kraftur býður félagsmönnum sínum uppá markþjálfun. Það er Kristín Þórsdóttir, sem nýlega útskrifaðist sem ACC markþjálfari frá Evolvía, sem sér um hana. Markþjálfun er aðferðafræði, byggð á samtölum, sem miða að því að laða það besta fram hjá hverjum og einum. Með aðferðafræðinni gefst kostur á að auka yfirsýn og bæta árangur bæði í einkalífínu sem og í starfi. Kristín gefur vinnu sína í þágu félagsmanna.

KynKraftur - paranámskeið. Í síðasta mánuði var haldið paranámskeið fyrir félagsmenn til að setja kraft í kynlífið. Námskeiðið var haldið í tvö skipti þar sem farið var yfir hvernig megi takast á við veikindi en eiga samt gott kynlíf. Námskeiðshaldarar voru Áslaug Kristjánsdóttir, hjúkrunar- og kynfræðingur, og Kristín Þórsdóttir, markþjálfari. Námskeiðið gekk vel og fengum við góða endurgjöf frá þeim sem sóttu það. Þetta er því örugglega námskeið sem komið er til að vera.

Fræðsla inn í menntaskólana - Fokk ég er með krabbamein. Kraftur vill nýta reynslu sína til að fræða aðra á jafningagrunni um krabbamein og hvert fólk getur leitað stuðnings og þjónustu. Því var það ákveðið eftir stefnumótunarvinnu félagsins að ráðast í það verkefni að fara með jafningjafræðslu inn í menntaskólana þar sem við tölum hispurslaust og opið um málefni tengd krabbameinum. Verkefnið er enn í mótun en stefnt er að því að fara af stað með það næsta vetur.

### *Fjármál og styrkir*

Mikil áhersla er lögð á ábyrgja fjármálastjórn og ráðdeild í rekstri. Kraftur byggir afkomu sína eingöngu á frjálsum framlögum frá einstaklingum og fyrirtækjum. Helstu kostnaðarliðir Krafts eru húsaleiga, laun og launatengd gjöld fyrir starfsmenn sína fjóra og rekstur sálfræðiþjónustu, stuðningsnetsins, FítónsKrafts og viðburðir og námskeið fyrir félagsmenn okkar. Krabbameinsfélag Íslands hefur alla tíð styrkt félagið með endurgjaldslausu húsnæði og annarri fyrirgreiðslu er varðar aðstöðu í húsinu. Eins og fram kemur fyrir í skýrslunni varð breyting þar á um mitt síðasta ár. (sjá kafla um breytingar á starfseminni)

Stærstu styrkir sem bárust á starfsárinu voru 1.7 milljónir frá Velferðarráðuneytinu, 500 þúsund frá Samfélagssjóði VÍS, 1 milljón frá Samfélagssjóði Valitors og 1.7 milljónir frá Creditinfo. Þá komu 4,6 milljónir í gegnum áheiti í Reykjavíkummaráðuneytinu. Nokkuð bar á því að Krafti bærust peningagjafir frá einstaklingum og fyrirtækjum sem ákváðu að styrkja Kraft og nýta peningana til góðra verka. Meira hefur borið á slíkum peningagjöfum undanfarin ár og því greinilegt að kynningarstarf Krafts og átök hafa skilað sér inn í hjörtu landsmanna. Mánaðarlegir styrktaraðilar eru orðnir 750 talsins sem skila félaginu um 1.000.000 kr. hvern mánuð. Stefnt er það því að mánaðarlegir styrktaraðilar geti staðið að mestum hluta undir rekstri, launum og launtengdum gjöldum félagsins. Konfektsalan gekk vonum framar í ár og var ágóði Krafts um 4 milljónir. Ágóði af sölu auglýsinga og styrktarlína í blaðið og þakkaropnu í Fréttablaðinu eftir Reykjavíkummaráðuneytinu nam um 3.413.500 kr.

Það skal áréttað að þessar tölur fylgja tímatali ársreiknings félagsins sem er frá 1. janúar 2018 til 31. desember sama ár.

### *Hagsmunabaráttta*

Á starfsárinu hélt Kraftur áfram að beita sér í hagsmunamálum ungs fólks sem greinst hefur með krabbamein og aðstandenda þess. Frá því félagið fór að beita sér á þessum vettvangi hefur ýmislegt þokast í rétta átt. Þannig hafa verið innleidd fleiri ný krabbameinslyf og breytingar til hins betra hafa orðið á greiðslupátttökukerfinu. Enn er þó langt í land að Íslendingar geti borið sig saman við hin Norðurlöndin og mun Kraftur halda áfram að berjast fyrir því og að greiðslupátttaka almennings verði á pari við þau. Þá hefur Kraftur ítrekað bent á mikinn kostnað sem fylgir tæknifrjóvgunarmálum ungs fólks sem greinst hefur með krabbamein sem hefur borið þann árangur að frjósemisverndandi úrræði fyrir þá sem greinast með krabbamein og eru að fara í lyfjameðferð, hafa lækkað. Einnig hefur Kraftur ítrekað bent á bílastæðavanda krabbameinsgreindra við Landspítalann og farið þess á leit að þeir sem mæta reglulega í krabbameinsmeðferð á spítalann fái endurgjaldslaus bílastæði á meðan meðferðin varir. Fulltrúar Landspítalans hafa fullan skilning á vandanum en eiga erfitt um vik vegna stórfelldra framkvæmda við spítalann sem skerða mjög þau fáu bílastæði sem fyrir voru. Kraftur mun hér eftir sem hingað til halda málinu gangandi. Eitt stærsta verkefnið framundan á þessum vettvangi er að þrýsta á stjórnvöld heilbrigðismála að niðurgreiða sálfræði- og tannlæknþjónustu krabbameinsgreindra og auka enn frekar niðurgreiðslu varðandi tæknifrjóvgun.

Kraftur er lítið félag með stórt hjarta. Það hjarta slær með félagsmönnum og þannig viljum við hafa það áfram.

## Ný rödd, samtök fólks sem hefur misst raddbönd vegna krabbameins.

Stofndagur: 20. desember 1980. Félagsmenn: 23

Netfang: [nyrodd@krabb.is](mailto:nyrodd@krabb.is) Vefsíða: [www.krabb.is/nyrodd](http://www.krabb.is/nyrodd)



### Stjórn kosin á aðalfundi 13.07.2017:

Formaður: Ragnar Davíðsson

Meðstjórnandi: Jón Erlendur Guðmundsson

Meðstjórnandi: Stefán Kr. Sverrisson

Varamaður: Ómar Einarsson

Endurskoðandi: Jónas Ragnarsson

Endurskoðandi til vara: Gunnjóna Una Guðmundsdóttir

### Starfsemi 2018

Ný rödd er stuðningsfélag þeirra sem misst hafa raddbönd og barkakýli vegna krabbameins. Heimsóknir til sjúklinga fyrir og eftir aðgerðir og jafningjafræðsla eru fastir liðir í starfseminni. Félagfundir eru haldnir með líku sniði og fyrri ár og fundað að jafnaði á tveggja mánaða fresti.

Ágætt samstarf er meðal félagsins og háls-, nef- og eyrnadeildar Landspítalans en fyrirhugað er sérstakt verkefni með teymi talmeinafræðinga á Landspítala sem miðar að miðlun jafningjafræðslu og samvinnu við sjúklinga fyrir og eftir aðgerðir. Þá hefur félagið notið velvildar krabbameinsfélaganna, tekið þátt í formannafundi og aðalfundi Krabbameinsfélags Íslands.

Fulltrúar Nýrrar raddar hafa gegnum tíðina sótt norrænnar ráðstefnur systurfélaga sinna á Norðurlöndum, þar sem kynntar eru helstu nýjungar í hjálpartækjum barkakýlislausra auk þess fjallað er um framfarir í lækningum og aðgerðum.

Ný rödd er aðili að Öryrkjabandalagi Íslands frá 2015. Formaður og stjórnarmenn sækja fundi hjá ÖBÍ og taka virkan þátt um hagsmunamál skjólstæðinga ÖBÍ.

Ragnar Davíðsson, formaður

## Stómasamtök Íslands

Stofnuð: Árið 1980:

Félagsmenn eru 300.

[www.stoma.is](http://www.stoma.is), [stoma@stoma.is](mailto:stoma@stoma.is)



### Stjórn:

Formaður: Jón Þorkelsson

Ritari: Sigurður Jón Ólafsson

Gjaldkeri: Eva Bergmann

Meðstjórnandi: Inger Rós Jónsdóttir

Fyrirliði ungliðahreyfingar: Jónína Rós Guðfinnsdóttir

**Starfsemi:** Hagsmunagæsla fyrir stómaþega á víðum grundvelli.

Starfsárið 2018-2019 var nokkuð hefðbundið hjá félaginu. Haldnir voru sex almennir félagsfundir á starfsárinu og voru þeir sem hér segir:

Almennir félagsfundir voru haldnir fyrsta fimmtudag í hverjum mánuði frá október til apríl að janúar mánuði undanskildum.

Aðalfundur félagsins var síðan haldinn í maí eins og lög félagsins segja til um.

Ungir stómaþegar hittust nokkrum sinnum óformlega yfir árið.

### Innlent samstarf:

- Stjórnarmenn sóttu fundi í nefndum og ráðum innan KÍ eftir því sem efni og ástæður gáfu tilefni til. Tveir fulltrúar okkar voru síðan á aðalfundi KÍ. Einnig á formaður sæti í stjórn Krabbameinsfélagsins og er formaður nefndar um úthlutun styrkja úr Velunnarasjóði. Þrír fulltrúar samtakanna sóttu aðalfund ÖBÍ. Einnig var formaður samtakanna kosinn til setu í kjörnefnd ÖBÍ sjöunda árið í röð.

- Haldinn sameiginlegur fundur með CCU samtökunum í apríl. Einnig útbjuggum við og létum prenta plakat til að styðja félagi úr CCU og Stómasamtökunum sem þyrftu e.t.v að nota salerni með stuttum fyrirvara í verslunum. Var því dreift víða ýmist prentuðu eða í rafrænu formi

#### **Erlent samstarf:**

- Ein sending af afskrifuðum stómavarningi fór til Úkraínu en og önnur til Zimbabwe. Einnig aðstoðuðum við sænsku samtökin (ILCO) við frekara starf í Zimbabwe en svíar eru þar með svokallað “twinning project“ í gangi. Stómasamtökin hafa fengið styrki til að auka þetta starf á þessu ári. Hugsanlegt er að það starf verði útvíkkað á næstu árum.
- Formaður samtakanna var áfram forseti Evrópusamtakanna, EOA, og leiddi stjórnarstörf.
- Norrænn ráðstefna var haldinn í Tampere í Finnlandi og tókst mjög vel. Fimm fulltrúar frá Stómasamtökunum tóku þátt.
- Norrænum formannafundi sem halda átti í Stokkholmi í apríl var frestað til haustsins.

#### **Útgáfumál:**

Fréttablað Stómasamtakanna var gefið út samkvæmt venju, kom út 4 sinnum og er sem fyrr undir ritstjórn Sigurðar Jóns Ólafssonar. Fréttabréfin er einnig að finna á pdf formi á heimasíðu samtakanna, [www.stoma.is](http://www.stoma.is).

Heimasíða samtakanna virkar mjög vel í dag en ef til vill er kominn tími til að huga að breytingum á henni.

#### **Almennt:**

Í lok starfsársins voru félagsmenn um 300 talsins, flestir á höfuðborgarsvæðinu en einnig er stór hópur virkur á Eyjafjarðarsvæðinu. Fjárhagur félagsins er ágætur í lok starfsársins. Er þar helst að þakka styrkjum frá Krabbameinsfélaginu og Öryrkjabandalaginu.

Virðingarfyllst,  
Jón Þorkelsson, formaður

# Styrkur, samtök krabbameinssjúklinga og aðstandenda þeirra

Stofnað: 20. október 1987

Fjöldi félagsmanna: 250

## Stjórn:

Formaður: Steinunn H. Friðriksdóttir

Varaformaður: Hólmfríður Friðriksdóttir

Meðstjórnendur: Bryndís Konráðsdóttir, Erna Nielsen, Snorri Ingimarsson, Þrúður Hjaltadóttir

## Starfsemi 2018 - 2019:

Formaður og varaformaður sátu aðalfund Krabbameinsfélags Íslands í Reykjavík í maí 2018 og aukaaðalfund í september sama ár og formannafundi sem haldnir voru í tengslum við aðalfundina. Í desember voru seld jólakort með myndum eftir Kristínu Gunnlaugsdóttur listmálara.

Fundir eru haldnir annan mánudag í mánuði yfir vetrartímann, kl. 17:00. Jólafundur var í desember. Félagar í Styrk tóku þátt í árlegri sæluviku sem haldin var á Löngumýri í Skagafirði í júlí 2018.

Steinunn Helga Friðriksdóttir