

ÁRSSKÝRSLA 2021



Krabbameinsfélag
Akureyrar og nágrennis



Stofnað 21. nóvember 1952

Þjónustumiðstöð

Glerárgata 34 - 2.hæð

600, Akureyri

S: 461-1470

Netfang: kaon@krabb.is

www.kaon.is

Ábyrgðarmaður: Marta Kristín Rósudóttir

Hönnun og umbrot: Snædís Birna Jósepsdóttir
og Eva Björg Óskarsdóttir

Maí 2022

EFNISYFIRLIT

MANNAUÐUR	4
ÞJÓNUSTA OG STARFSEMI	6
MIÐLAR	9
RÁÐGJAFARÞJÓNUSTAN	10
REKSTUR	11
VIÐBURÐIR	12
STYRKIR	13

MANNAUÐUR

STJÓRN

Árlega er kosið til stjórnar á aðalfundi Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis en stjórnarseta er tvö ár.

Stjórn Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis 2021.

Anna Hulda Júlíusdóttir - Formaður
Jón Gunnlaugur Stefánsson - Varaformaður
Hólmur Erlu-Svansson - Gjaldkeri
Marta Kristín Rósudóttir - Ritari
Arna Jakobsdóttir - Meðstjórnandi
Elva Sigurðardóttir - Meðstjórnandi
Guðrún Dóra Clarke - Meðstjórnandi (út júlí 2021)
Selma Dögg Sigurjónsdóttir - Meðstjórnandi

STARFSFÓLK



Eva Björg Óskarsdóttir
Skrifstofustjóri - Fæðingarorlof frá nóvember



Snædís Birna Jósepsdóttir
Skrifstofustjóri frá september



Jenný Valdimarsdóttir
Ráðgjafi og verkefnastjóri
Ráðgjafarþjónustunnar frá júní.

Þakkir fyrir vel unnin störf fyrir félagið fá:

Halldóra Björg Sævarsdóttir
Framkvæmdastjóri

Katrín Ösp Jónsdóttir
Ráðgjafi og verkefnastjóri
Ráðgjafarþjónustunnar

SJÁLFBODALIÐAR

Við erum með nokkra sjálfbodaliða sem aðstoða okkur reglulega. Þeir hafa ýmis hlutverk eins og að sjá um hópastarf á okkar vegum, taka á móti fólki, hella uppá kaffi og ganga frá eftir hittingana. Það er mjög dýrmæt að hafa sjálfbodaliða sem eru tilbúnir að aðstoða félagið.

Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis var stofnað 21.nóvember 1952. Starfssvæðið er frá Siglufirði í vestri og austur að Stóru Tjörnum í Fnjóskadal. Helstu verkefni er stuðningur og fræðsla við einstaklinga með krabbamein og aðstandendur þeirra ásamt námskeiðum og viðburðum. Þjónustumiðstöð félagsins er að Glerárgötu 34 - 2. hæð á Akureyri. Skrifstofan er opin mánudaga til fimmtudaga frá 10:00-16:00. Heimasíða félagsins er kaon.is og þar er að finna frekari upplýsingar um félagið og starfsemi þess.



ÞJÓNUSTA OG STARFSEMI

Starf félagsins árið 2021 litaðist bæði af Covid-19 og húsnæðisbreytingum. Í forgang á árinu var að bjóða upp á ráðgjöf og stuðning fyrir einstaklinga með einstaklingsviðtölum ásamt því að veita persónulega þjónustu í gegnum síma og tölvupóst. Vegna Covid-19 var lítið um hópastarf fyrri hluta árs en það byrjaði á fullum krafti í september.

Opnunartími þjónustumiðstöðvarinnar var eins og áður, mánudaga-fimmtudaga frá 10-16 en lokað var í júlí vegna sumarleyfa. Um haustið urðu húsnæðisbreytingar hjá félaginu og deilir það nú húsnæðinu að Glerárgötu 34 með Heilsu og Sálfræðiþjónustunni.



SKRÁÐ SAMSKIPTI

Skráð samskipti við félagið voru 1783 á árinu og telur það til heimsóknarfjölda og símtala í þjónustumiðstöðunina.

Skráð rafræn samskipti á árinu voru 146 og telur það til fjarviðtala og þjónustu í gegnum tölvupóst.

Samskipti og aðsókn eftir kyni og aldri

	Kona	Karl	Barn*
Janúar	84	27	2
Febrúar	73	23	0
Mars	135	53	3
Apríl	86	52	4
Maí	82	21	4
Júní	104	22	3
Júlí	35	11	1
Ágúst	53	16	1
September	158	32	0
Október	109	27	1
Nóvember	94	42	1
Desember	44	13	0
Samtals	1057	339	20

*Skjólstaðingar upp að 18 ára aldri eru skráðir sem börn (öll kyn)

Fjöldi viðtala á árinu

Staðviðtal	Fjarviðtal
347*	5

*Þar af voru 92 komur í Eirberg

Samskiptaleiðir við félagið

	Sími	Koma	Facebook og email
Janúar	55	38	5
Febrúar	38	27	13
Mars	67	61	13
Apríl	33	47	19
Maí	36	35	19
Júní	56	52	12
Júlí	18	18	8
Ágúst	39	23	8
September	84	71	18
Október	57	73	6
Nóvember	59	67	10
Desember	15	41	10
Samtals	557	553	141

HÓPASTARF

Þegar hópastarfið byrjaði aftur lifnaði skrifstofa félagsins við. Það varð strax mjög góð mæting í hópastarfið og greinilegt að fólk var tilbúið að hittast á ný.

Skapandi handverk og spjall

Á fimmtudögum var boðið upp á opið hús fyrir konur sem greinst hafa með krabbamein. Konurnar taka oft með sér handverk að heiman og sinntu því í bland við spjall og veitingar. Umsjón með hópnum höfðu Valla og Nunna sjálfboðaliðar. Mæting var góð og í hvert skipti komu um 10-15 konur.

Leshópur

Einu sinni í mánuði hittist leshópur hjá okkur og ræðir bækur sem hópurninn velur sér og fær sér kaffi. Umsjón með hópnum hefur Margrét Baldursdóttir sjálfboðaliði.

Kátir karlar

Á laugardögum var húsið opið fyrir karla sem greinst hafa með krabbamein. Umsjón með hópnum hafði Brynjólfur Ingvarsson, sjálfboðaliði. Lagt var upp úr léttu spjalli og góðum stuðning við nýliða og hefur þessi stuðningur reynst vel. Í hverri viku mættu í kringum 10 karlar.



NÁMSKEIÐ OG FRÆÐSLA

Eftir að starfið fór af stað aftur í september, náðum við að halda nokkur góð námskeið

Gott útlit - Betri líðan

Námskeiðið Gott útlit - Betri líðan er snyrtinámskeið fyrir einstaklinga í krabbameinsmeðferð eða þá sem hafa nýlega lokið krabbameinsmeðferð. Kristjana Rúnarsdóttir sérfræðingur frá Lancome var leiðbeinandi og fór yfir umhirðu húðar, förðun og fleira. Mætingin var mjög góð og haldin voru tvö námskeið sama daginn fyrir 8 einstaklinga í hvort skipti.

Yoga nidra

Við buðum upp á nokkur Yoga nidra námskeið hjá Arnabjörgu í Óm yoga- og gongsetri. Námskeiðin voru mjög vinsæl og oftast var biðlisti fyrir næsta námskeiði. Námskeiðið var greitt úr Heilsuefningarsjóð félagsins sem er samstarfsverkefni með minningarsjóð Baldvins Rúnarssonar.



Áslaug Kristjánsdóttir

Áslaug Kristjánsdóttir, hjúkrunar- og kynfræðingur kom til okkar í nóvember og hélt fyrirlestur um ýmislegt sem getur komið upp í samböndum og kynlífi þegar einstaklingur greinist með krabbamein. Til að nýta ferðina bauð hún upp á para- og kynlífsráðgjöf fyrir þá sem vildu nýta sér það að kostnaðarlausu.

Karlanámskeið

Við höldum 4 vikna námskeið fyrir karla í krabbameinsmeðferð og þá sem hafa nýlengið krabbameinsmeðferð. Ýmis fræðsla var á námskeiðinu um krabbamein, krabbameinsmeðferð og þá þjónustu sem er í boði fyrir einstaklingana á svæðinu. Jenný Valdimarsdóttir ráðgjafi sá um námskeiðið og voru 7 þátttakendur.

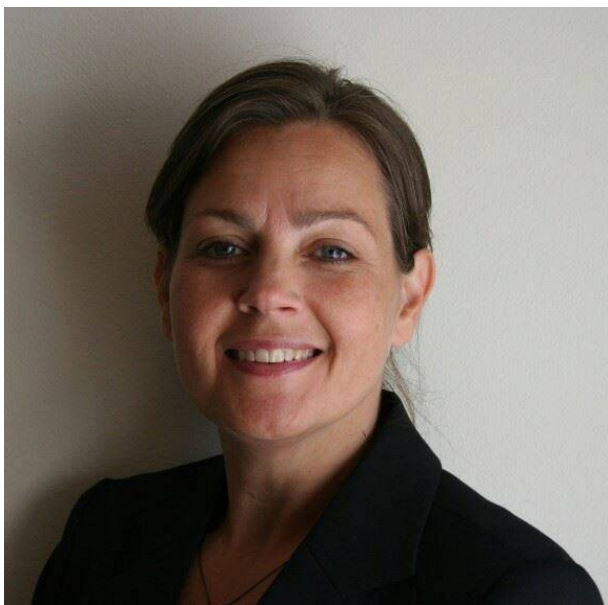
Áföll og aðlögun að breyttum aðstæðum

Karen Júlía Sigurðardóttir sálfræðingur og Hildur Inga Magnadóttir markþjálfari og ráðgjafi frá Heilsu og Sálfræðipjónustunni, héldu fyrirlestur um áföll og aðlögun að breyttum aðstæðum eftir áföll. Boðið var upp á súpu, brauð og spjall að erindi loknu. Þátttaka var góð, en 6 manns mættu á fyrirlesturinn og töluvert áhorf var á streymi. Fyrirlesturinn var styrktur af Heilbrigðisráðuneytinu.

Núvitundarnámskeið

Í mars var haldið núvitundarnámskeið með áherslu á þreytu og verki fyrir einstaklinga í krabbameinsmeðferð eða þá sem hafa greinst með krabbamein á síðastliðnum 2 árum. Kennarar voru Aðalheiður Sigfúsdóttir og Kristín Viðarsdóttir, sálfræðingar.

Það voru 8 þátttakendur á námskeiðinu. Námskeiðið var styrkt af Heilbrigðisráðuneytinu og Velunnurum.



Síðbúnar afleiðingar krabbameinslyfjameðferðar

Dóróthea Jónsdóttir, tölvunarfræðingur, hélt fyrirlestur um síðbúnar afleiðingar krabbameinslyfjameðferðar. Það mættu 8 manns á fyrirlesturinn og töluvert áhorf var á streymi. Boðið var upp á brauð og salat að erindi loknu.

Fyrirlesturinn var styrktur af Heilbrigðisráðuneytinu.

EIRBERGSPJÓNUSTA

Konur sem hafa farið í brjóstnám eða fleigskurð geta pantað tíma í Eirbergspjónustuna í þjónustumiðstöð okkar. Hjúkrunarfræðingur tekur á móti konunum, veitir ráðgjöf og mælir fyrir gervibrjóstum og ermum til að meðhöndla sogæðabjúg. Aðstaðan er til fyrirmyndar með hjólastólaaðgengi, rúmgóðu viðtalsherbergi og mátunarklefa.

Eirbergspjónustan er samstarfsverkefni milli félagsins og Eirbergs og er mikilvæg þjónusta fyrir konur á landsbyggðinni.

Komur í Eirbergspjónustuna á árinu voru 92, árið áður voru komurnar 52.

MÍÐLAR

Það er mikilvægt að okkar félagsmenn hafi góðan aðgang að upplýsingum frá okkur og því er vefurinn reglulega uppfærður með fréttum ásamt Facebooksíðu okkar.

RÁÐGJAFARÞJÓNUSTAN

Hjá Krabbameinsfélagi Akureyrar og nágrennis er einn faglegur ráðgjafi sem er á vegum Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins.

Í Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins er boðið upp á fræðslu, upplýsingar, ráðgjöf og stuðning við fólk sem hefur greinst með krabbamein og aðstandendur þeirra.

Samstarfssamningur er á milli

Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis og Krabbameinsfélagsins sem tryggir faglegan og fjárhagslegan grundvöll fyrir heilbrigðismenntuðum ráðgjafa. Krabbameinsfélagið greiðir laun og launatengd gjöld fyrir ráðgjafann, ásamt föstum starfsmanna- og rekstrartengdum kostnaði.

Reglulega kom starfsmaður frá Ráðgjafarþjónustunni til Akureyrar til þess að veita handleiðslu og viðtöl.

STAÐVIÐTÖL

Covid-19 hafði áhrif á viðtalsfjölda á árinu en mikilvægt var að geta boðið upp á viðtöl og fjarviðtöl fyrir okkar skjólstæðinga. Félagið hefur góða aðstöðu til að bjóða upp á viðtöl þar sem auðvelt er að halda tveggja metra fjarlægð og gæta allra helstu sóttvarna. Alls komu 347 einstaklingar í staðviðtöl á árinu, þar af 92 konur í Eirbergspjónustu.

FJARVIÐTÖL

Ráðgjafarþjónustan tók stórt skref í þjónustu við fólk á landsbyggðinni með innleiðingu á fjarviðtalsbúnaðinum Kara Connect árið 2020. Búnaðurinn gerir ráðgjöfum kleift að tala við skjólstæðinga sína að heiman. Við tókum

nokkur fjarviðtöl í byrjun árs.





Mynd Auðunn Níelsson.

REKSTUR

Starf Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis byggist alfarið á stuðningi einstaklinga og fyrirtækja en stærsti styrkurinn kemur frá Velunnurum Krabbameinsfélagsins. Á árinu 2020 voru teknar stórar ákvarðanir tengt rekstri félagsins vegna fjárhagserfiðleika. Stærsta breytingin var að gera nýjan leigusamning og minnka húsnæði félagsins og þar með lækka leigukostnað um rúmlega helming. Félagið deilir nú skrifstofu sinni að Glerárgötu 34 með Heilsu og sálfræðipjónustunni. Einnig var gerð breyting á starfsmannafjölda og starfshlutföllum starfsmanna. Þar sem Covid-19 hafði áhrif á starf félagsins var hægt að halda ýmsum kostnaðarliðum lægri þar sem starfsemin snerist að mestu um ráðgjöf og almenna upplýsingagjöf. Heildarvelta félagsins 2021 nam 39 milljónum og drógst saman um 18% frá árinu áður. Hagnaður ársins 2021 var 5.9 milljónir.

ENDURGREIÐSLUR FÉLAGSMANNA

Félagið tekur þátt í að niðurgreiða kostnað á íbúðum og dvöl á sjúkrahótelum fyrir sína félagsmenn, á meðan krabbameinsmeðferð stendur. Félagsmenn geta sótt um endurgreiðslu sem nemur 50% af heildarkostnaði, allt að 40.000 kr á ári.

Á árinu sóttu 20 félagsmenn um endurgreiðslu til félagsins vegna gistikostnaðar og fengu þau greitt út eftir úthlutunarreglunni, samtals 512.183 kr.

Í lok árs tók stjórn ásamt starfsfólki félagsins þá ákvörðun að endurgreiða öllum sem fengu styrk á árinu 2021 að fullu og var það greitt út í janúar 2022.

Í heildinu var greitt út 963.437 kr til félagsmanna vegna gistikostnaðar á árinu..

VIÐBURÐIR

Vegna fjöldatakmakana og sóttvarnaraðgerða vegna Covid-19 reyndist erfitt að halda viðburði á vegum félagsins fyrri hluta árs. Hrúturinn var ekki haldinn í mars vegna samkomutakmarkanna og Dekurdagar í október með takmörkunum.



DEKURDAGAR

Októbermánuður er tileinkaður konum sem greinst hafa með krabbamein, bleikur litur er nýttur til þess að minna á málefnið og sýna konunum samstöðu og stuðning. Á Akureyri hafa verslunareigendurnir Vilborg í Centro og Inga í Pedromyndum staðið fyrir Dekurdögum síðastliðin 13 ár. Í ár voru seldar bleikar slaufur til að hengja upp í bænum eins og áður, klútar og fánar og gátu fyrirtæki og einstaklingar styrkt félagið með kaupum á þessum vörum. Í ár söfnuðust 4.300.000 kr. Framtak Dekurdaga skiptir starfsemi félagsins miklu máli og gott er að finna samstöðu frá fólki í október. Á Dekurdögum var félagið með kynningarbása á Glerártorgi og í Centro. Það var góð leið til að minna á félagið og spjalla við fólk sem hafði áhuga á félaginu. Einnig kom Gígja frá Eirberg og hélt kynningu á vörum frá þeim í bleiku boði sem við höldum í þjónustumiðstöð okkar með veitingum í boði Bakarísins við brúna.

KÓTILETTUKVÖLD

Í nóvember hélt Hvítasunnukirkjan á Akureyri Kótílettukvöld þar sem allur ágóðinn rann til Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis. Kvöldið heppnaðist mjög vel og boðið var upp á góðan mat, happdrætti og skemmtun. Okkur var boðið að mæta og höldum við kynningu á félaginu og sjálfboðaliði frá okkur sagði frá sinni reynslu af félaginu. Á kvöldinu söfnuðust 525.000 kr, takk kærlega fyrir okkur.

REYKJAVÍKURMARAFONIÐ

Vegna Covid-19 var Reykjavíkumaraþonið annað árið í röð haldið með breyttum hætti og 4. september hljóp hópur saman fyrir hönd félagsins á Akureyri. Hópurinn hittist við afleggjarann hjá Kristnesi og kláruðu 10 km fyrir utan þjónustumiðstöð félagsins. Þátttakendur voru 15 en svo var gott fylgdarlið sem aðstoðaði með því að hjóla með eða keyra. Starfsfólk félagsins var með vatnsstöð á leiðinni og svo var tekið á móti fólkinu með drykkjum og Hleðslu á endastöðinni. Í heildina safnaðist 949.000 kr fyrir félagið og þakkir fá þessir flottu hlauparar.

OPIÐ HÚS

Í september þegar sambúðin með Heilsu og sálfræðipjónustunni var formlega hafin, höldum við opið hús. Það var góð mæting og fólk gat fengið fræðslu og upplýsingar ásamt léttum veitingum.

STYRKIR

FÉLAGSMENN

Ein af grunnstoðum Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis eru félagsgjöldin sem félagsmenn okkar greiða einu sinni á ári. Félagsgjöldin eru 4.500 kr og koma í heimabanka félagsmann árlega. Í lok árs 2021 voru um 1.562 félagsmenn skráðir en innkoma félagsgjalda nam 4.907.000 kr. Það er aukning frá árinu á undan um 330.000 kr. Stjórn félagsins þakkar öllum félagsmönnum kærlega fyrir stuðninginn, þið eruð snillingar.



STYRKIR FRÁ SAMFÉLAGINU

Starf Krabbameinsfélags Akureyrar og nágrennis byggir alfarið á styrkjum frá einstaklingum, fyrirtækjum og félagasamtökum. Félagið er þakklátt öllum þeim sem velja að styrkja félagið og láta gott af sér leiða.

Félagið fékk tvo verkefnastyrki á árinu. Heilbrigðisráðuneytið styrkti um 400.000 kr verkefni sem hét Verkfæri í bakpokann. Haldið var núvitundarnámskeið með áherslu á þreytu og verki fyrir einstaklinga í krabbameinsmeðferð eða þá sem hafa greinst með krabbamein á síðastliðnum tveim árum, fyrirlestur um áföll og aðlögun að breyttum aðstæðum og fyrirlestur um síðbúnar afleiðingar krabbameinslyfjameðferðar.

Þá var einnig keypt eintök af bókinni Það sem ég hef lært eftir Önnu Lóu Ólafsdóttur til að afhenda skjólstæðingum sem koma í viðtöl til ráðgjafa. Norðurorka styrkti félagið um 500.000 kr fyrir verkefninu Börn sem aðstandendur en vegna Covid var ekki farið í að halda það námskeið og verður það gert 2022.

Dekudagar voru haldnir í tilefni Bleiks októbers og söfnuðust 4.300.000 kr fyrir félagið í gegnum það verkefni, einnig tóku nokkur fyrirtæki sig til og styrktu félagið sjálf í tilefni þess.

Undanfarin ár hefur Hörður Óskarsson styrkt félagið til minningar um bróðir sinn Sigurð Viðar Óskarsson sem lést úr krabbameini árið 2010. Hörður smíðar allskonar vörur úr gamalli íslenskri mynt sem dæmi myntslaufur og heitir fyrirtækið hans Mynthringar og allskonar. Þetta árið færði hann félaginu 210.000 kr.



VELUNNARAR

Árlega útdeilir Krabbameinsfélagið styrkjum frá Velunnurum félagsins til aðildarfélaga Krabbameinsfélagsins og sækir Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis um styrk þar á hverju ári. Félagið fær rekstrarstyrk fyrir allt að 50% kostnaði ásamt verkefnastyrkjum.

Velunnarar eru ómetanlegt bakland Krabbameinsfélagsins allan ársins hring. Velunnarar Krabbameinsfélagsins eru þeir sem kjósa að styðja við baráttuna gegn krabbameini með mánaðarlegu framlagi og styrkja þannig rannsóknir, fræðslu og forvarnir og endurgjaldslausu ráðgjöf og stuðning til krabbameinsgreindra og aðstandenda þeirra.

Krabbameinsfélag Akureyrar og nágrennis fékk 14.961.222 kr í úthlutun frá Velunnurum fyrir árið 2021. Auk 50.000 kr auka úthlutunar seinna á árinu fyrir fyrirlestri.



ÁRSSKÝRSLA 2021



Krabbameinsfélag
Akureyrar og nágrennis