



69. þing Lionsumdæmis 109

Álftanesi 10.-11. maí 2024

20  
24

# Þingblað

*Lionsklúbbur Álftaness  
boðar til þings*





# Efnisyfirlit

	Bls.
Kveðja frá forseta Íslands, Guðna Th. Jóhannessyni	1
Kveðja frá bæjarstjóra Garðabæjar, Almari Guðmunssyni	3
Ávarp fjölumdæmisstjóra, Sigfríð Andradóttur	4
Lionssöngurinn	6
Um Álftanesið	7
Lionsklúbbur Álftaness	10
Lionsklúbburinn Seyla	12
Að snúa vörn í sókn – Rannsóknarstofa í gigtarsjúkdómum LSH	15
Rannsóknir á sjálfsofnæmi - Verkefni fyrir Lionshreyfinguna	18
Dagskrá	21
Dagskrá - Þing Lionsumdæmis 109A	22
Dagskrá - Þing Lionsumdæmis 109B	23
Dagskrá - 69. þing Lions fjölumdæmis 109	24



## Kveðja forseta Íslands

Ágætu liðsmenn Lionshreyfingarinnar á Íslandi.

Ég sendi ykkur öllum hlýjar kveðjur og þakkir fyrir drjúg störf í þágu samfélagsins í áranna rás. Um land allt hafa Lionsfélagar eftt samfélagið í heimabyggð, lagt mörgum góðum málum lið og látið til sín taka svo að eftir er tekið. Reyndar hafa þeir líka unnið margt verkið í kyrrþey og er það auðvitað ekki síður þakkarvert.

Í hugum Lionsmanna skiptir mestu máli að gera gagn. „Við leggjum lið.“ Þau einkunnarorð hreyfingarinnar eru sígild og sömuleiðis sú afstaða Melvins Jones, stofnanda hennar, að fáum farnist vel nema menn reyni að láta gott af sér leiða.

Um árabíl hefur Lionsklúbbur Álftaness sýnt þá hugsun í verki. Af mörgu er þar að taka og við Álftnesingar þökkum til dæmis fyrir þorrablótið sem haldið er ár hvert í samvinnu við Kvenfélag Álftaness. Allur ágóði af því rennur til góðgerðastarfs af ýmsu tagi. Ekki er síður mikilvægt að á vettvangi Lionsklúbbsins fær fólk tækifæri til að hittast og spjalla, eiga í samskiptum á þeim tímum þegar einsemd telst vaxandi heilbrigðisvandamál. Maður er manns gaman.

Ég býð alla gesti á landsþingi Lions hjartanlega velkomna til fundar á Álftanesi. Ég veit að sveitungar mínir munu taka vel á móti þingfulltrúum og óska ykkur öllum velfarnaðar í ykkar mikilvæga atbeina, landi og þjóð til heilla. Í þeim efnum hlakka ég ekki síst til þess að sjá hvernig samtakamáttur ykkar getur nýst til að styðja við rannsóknir á sviði lýðheilsu og læknávisinda en nýtt verkefni Lionshreyfingarinnar, sem kynnt er í þessu blaði og snýr að sjálfsöfnæmi, er áhugaverð viðbót við fyrri flóru. Þar er alltaf verk að vinna og þar hefur Lionshreyfingin svo sannarlega skipt sköpum í tímans rás.



Guðni Th. Jóhannesson



**ÍÞAKA**  
FASTEIGNAFÉLAG  
www.ithaka.is

Íþaka ehf. er fasteignafélag sem rekur og leigir út atvinnuhúsnæði, byggir upp lóðir og þróar lausnir til að mæta húsnæðisþörf fyrirtækja.

Við leggjum áherslu á skilvirkni og skjóta þjónustu, heilnæmt, sveigjanlegt og umhverfsvottað húsnæði sem uppfyllir þarfir atvinnulífsins á hverjum tíma. Aðalsmerki okkar eru gæði, traust, fágun og sveigjanleiki.

**Segðu  
hó!**



69. þing Lionsumdæmis 109

Álftanesi 10.-11. maí 2024

## Til þjónustu reiðubúin

„Fegursta starfið er þjónsstarfið“

Í Garðabæ leggjum við okkur fram um að veita góða þjónustu, finna leiðir til að vera lausnamiðuð og sækjumst eftir því að leysa málin á farsælan hátt. Við viljum að íbúar bæjarins finni að við erum hér til að þjónusta þau, skapa samfélag sem styður við fjölskyldur, einstaklinga og verðmætasköpun á öllum sviðum. Það gerum við með því að bjóða upp á sterkt skólakerfi fyrir alla aldurshópa, tryggja að við bjóðum upp á umhverfi sem er fallett og nærandi og með því að styðja við menningu, íþróttir og tómstundastarf. Félagsauður er okkur einkum hugleikin enda vitum við að hinn brennandi kraftur og elja sjálfbodaliða í félögum knýr áfram framfarir í samfélögum. Það er metnaður okkar að styðja vel við félögin í bænum okkar. Mér þykir því viðeigandi Lions þing ársins 2024 sé haldið hér í bænum, á Álftanesinu okkar fagra og græna.

Okkur í Garðabæ er það vel ljóst að Lions samtökin hafa sýnt bænum okkar mikinn hlýhug og rausnarskap í góðgerðarstarfi sínu. Hvort sem það eru gjafir til samfélagsins, árlegar ævintýraferðir fyrir leikskólabörnin á Holtakoti og á Krakkakoti eða sykursmælingar hér í bænum í nóvembermánuði. Þá er auðvitað ótalin hin mikilfenglega árvissa skötuveisla hér á Álftanesi sem allir vita að er ómissandi. Þó hægt sé að hafa ýmsar skoðanir á skötuilminum - og um leið viðurkenna að sá sem þetta ritar lætur sér saltfiskinn nægja - þá lætur þessi skata alltaf gott af sér leiða! Mér telst raunar til að skötuveislan hafi verið haldin í 25. sinn í desember síðastliðnum - og það er alltaf gaman að koma.

Það er ekki annað hægt en láta sig varða málefni Lions á Íslandi og þau verkefni sem félagarnir taka sér fyrir hendur. Það verður þó að segjast að auðurinn liggur auðvitað í félagsskapnum. Samheldnin, metnaðurinn til að móta leiðtoga, fræðsla til félaga og samfélaga. Viljinn til góðra verka minnir okkur á að við getum öll orðið að liði ef við gefum okkur að því. Við erum lánsöm í Garðabæ að eiga 4 Lionsklúbba í bænum okkar.

Ég vil óska Lions félögum innilega til hamingju með þingið og hrósa vinum mínum í Lionsklúbbi Álftaness fyrir að standa vel að verkefninu. Klúbburinn fagnar 40 ára afmæli á næsta ári og það verður gaman að fagna því.

Kæru vinir, ég býð ykkur velkomin – í Garðabæ, á Álftanes – og vona að þið njótið alls sem við höfum upp á að bjóða. Þar að auki veit ég að Lionsklúbbur Álftaness mun sjá til þess að þetta verði gott, fróðlegt og eftirminnlegt þing.

Hafið þökk fyrir allt það góða sem þið hafið gert fyrir samfélagið okkar og verið ævinlega velkomin í Garðabæ.

Almar Guðmundsson,  
bæjarstjóri Garðabæjar



Fagfólk óskast í fjölbreytt störf í leikskólum Garðabæjar

Nánar um laus störf á [starfabaer.is](http://starfabaer.is)



# Ávarp fjölumdæmisstjóra

## Sigfríð Andradóttir

Hér erum við mætt á Álftanesið í boði Lionsklúbbs Álftaness og með aðstoð frá Lionsklúbbum Seylu til að sameina krafta okkar á 69. fjölumdæmisþingi Lions á Íslandi. Það hefur aldrei fyrr verið eins nauðsynlegt fyrir okkur lionsfélaga að hittast, fræðast og hafa gaman saman. Árin eftir Covid hafa verið erfið fyrir alla félagsstarfsemi í landinu, já, öllum heiminum. Lionsfélögum fækkar en þá er einmitt samkoma eins og þessi rétti staðurinn til að mæta á.

Á lionsþingi hittum við félagi alls staðar af landinu sem hafa sömu hugsjón og við, að láta gott af sér leiða. Við förum í skólana til að fræðast um hvað felst í því starfi sem við höfum tekið að okkur í klúbbum okkar, svæðinu, umdæminu, já, fyrir okkur öll sem eru í Lions. Hvort sem það er formaður, ritari, gjaldkeri eða svæðisstjóri. Við höfum ekki gleymt mökunum okkar því við bjóðum upp á skemmtilegt hópefli til að fræðast um hvað er að vera maki lionsfélaga.

Eftir skólana er þingsetning og svo eru umdæmisþingin, þar fræðumst við um hvað hefur verið að gerast í umdæminu öllu yfir starfsárið, hittum tilvonandi umdæmisstjóra og fræðumst um þau markmið sem hann/hún hefur sett sér fyrir umdæmið, kynningu á alþjóðaforseta og hver eru markmið hans.

Á kynningarkvöldinu erum við afslöppuð, fáum okkur jafnvel eitthvað sterkara en kók að drekka, fáum eitthvað létt til að gæða okkur á og já, einmitt til að spjalla og til að kynna makana okkar fyrir félögum sem við höfum kynnst yfir daginn.

Á laugardeginum er svo fjölumdæmisþingið. Þar fræðumst við um hin ýmsu verkefni sem eru í gangi bæði hér heima og á alþjóðavísu. Við fáum kynningu á hinum ýmsum málefnum sem eru í gangi í þjóðfélaginu, sem lionsklúbbar eru jafnvel að styrkja og kynnumst tilvonandi embættismönnum Lions á Íslandi. Við fræðumst um alþjóðaverkefni, fáum kynningu á hvað er verið að gera varðandi markaðs- og kynningarmál og margt fleira. Þar eru veittar viðurkenningar fyrir góð störf fyrir hreyfinguna og hvar næstu þing verða haldin.

Svo um kvöldið er lokahófið, þar leggja þinghaldarar Lionsklúbbur Álftaness og Lionsklúbburinn Seyla allt upp úr að umgerðin verði hin glæsilegasta, allir fá gott að borða, góð skemmtatriði og ball. Þar geta klúbbar fjölmennt og haldið smá árshátíð og haft gaman saman.

Það er góð ástæða fyrir því að við sem vinnum fyrir hreyfinguna í heild hvetjum lionsfélaga til að fjölmenna á þingin. Þar fyllumst við innblæstri og komum tvíefld til baka í klubbinn okkar og segjum þar frá því öllu skemmtilega sem við fræddumst um, öllu skemmtilega fólkinu sem við kynntumst og hvetjum næstu stjórnir til að mæta á þing því það hefur sannað sig aftur og aftur að þeir klúbbar sem senda sínar verðandi stjórnir á þingið eru stærstu og öflugustu klubbarnir í landinu.



Ég óska ykkur öllum skemmtilegs og fræðandi þings og að þið farið reynslunni ríkari heim.

Sigfríð Andradóttir,  
Fjölumdæmisstjóri í MD 109  
Íslandi

# Lionssöngurinn

Þeir gleðjast æ, sem góðum málstað þjóna,  
hver göfug hugsjón tengir vinabönd.  
Og það er takmark allra landsins ljóna  
að líkna sjúkum, rétta hjálparhönd.  
Og týnum aldrei trú á máttinn hljóða,  
en tendrum ljós svo myrkrið víki á braut.  
Það yrði farsælt framlag allra þjóða  
í friði og eining leysa hverja þraut.

*Höfundur ljóðsins er Aðalheiður Þórarinsdóttir frá Ytra Ósi við Hólmavík, en maður hennar var Lionsfélagi. Það var fyrst sungið við þekkt lag við ljóðið *Vísur Íslendinga (Hvað er svo glatt)* eftir Jónas Hallgrímsson. Sigfús Halldórsson tónskáld og Lionsfélagi samdið lagið sem nú er oftast notað (*Litla flugan*). Lkl. Ægir færði hreyfingunni ljóðið að gjöf árið 1977.*



# Um Álftanesið

*Fljúga hvítu fiðrildin  
fyrir utan gluggann,  
þarna siglir einhver inn  
ofurlítil duggan.*



Þessa barnagælu orti Sveinbjörn Egilsson, kennari í Bessastaðaskóla, fyrsti skólastjóri MR og skáld, fyrir tvö hundruð árum eða svo. Ekki eru menn sammála um hverju hann var að lýsa, en fallett hefur það verið og á Álftanesi var það.

Álftanes stendur á milli Skerjafjarðar og Hafnarfjarðar. Það var þess vegna í landi landnámsmannsins Ingólfs Arnarsonar. Bróðursonur hans, Ásbjörn Össurarson, er talinn hafa fengið nesið til búsetu þótt ekki liggi fyrir hvar hann bjó. Sumir benda á Garða, aðrir á Bessastaði.

Hinn forni Álftaneshreppur náði öldum saman yfir svæði sem nú er Garðabær og Hafnarfjörður, en árið 1878 var honum skipt eftir kirkjusóknum í Bessastaðahrepp og Garðahrepp. Garðahreppi var síðar skipt í tvennt, Garðahrepp og Hafnarfjörð en Bessastaðahreppur varð Sveitarfélagið Álftanes árið 2004 og sameinaðist Garðabæ árið 2013.

Í dag er utanvert Álftanes, áður Bessastaðahreppur, í raun vesturbær Garðabæjar með vel á þriðja þúsund íbúa (2.600) og er í hraðri uppbyggingu. Byggt er hér óðum að þéttast og mörg hús í byggingu, einkum fjölbýlishús að undanfögnu. Hér er grunnskóli, leikskólar, tónlistarskóli, sundlaug, golfvöllur, íþróttamiðstöð og samkomusalir.

Eins og vænta má um svo afmarkað byggðarlag hefur lengi verið hér þróttmikið félagslíf. Fjölmörg félög eru hér starfandi, svo sem ungmenna- og íþróttafélag, kvenfélag, kór, skátafélag, hestamannafélag, golfklúbbur, Rauða kross deild, lista- og menningarfélag, félag eldri borgara, félag um sögu Bessastaða, Lionsklúbbur Álftaness (1985), Lionsklúbburinn Seylan (2012) og síðast og ekki síst körfuknattleiksdeild Álftaness, sem hefur verið svo sigursæl að undanfögnu að undrum sætir. Hefðbundnar skemmtanir eru þórrablót í umsjá kvenfélagskvenna og Lionsmanna og skótuveisla sem Lionsmenn sjá um. Þessar samkomur eru ákaflega vel sóttar.

Utanvert Álftanes, sem áður náði til Bessastaðahrepps, er mjög láglent, grasgefið og mýrlent, hæsti punkturinn við Sviðholt er einungis 15 metrar yfir sjávarmáli. Þvert yfir nesið, frá Bessastöðum og vestur úr, gengur gróinn malargarður, Bessastaðagrandinn, sem ísaldarjökullinn ruddi upp og vitnar um hvar hann stöðvaðist. Á Grandanum miðjum er stór og mikill álagasteinn, Grásteinn, sem ýmsar sögur eru bundnar við. Þar er vissara að fara varlega. Vestast á Grandanum er skemmtilegur veitinga- og gististaður, Hlið, þar sem áður var útræði. Þangað komu menn víða af landinu til róðra á vetrarvertíðum.

Álftanes er þekkt fyrir að vera mikil náttúruparadís, útsýni er mikið og fagurt, bjartar tjarnir og auðugt fuglalíf. Hér er viðkomustaður margæsarinnar vor og haust. Nesið er kjörið til útivistar, gönguleiðir margar, víðátta mikil og heillandi fjara. Herminjar eru nokkrar við Jörva og á Garðaholti. Á nesinu eru Bessastaðir, bústaður forseta Íslands og fyrrum aðsetur Bessastaðaskólans, einu íslensku menntastofnunarinnar á árunum 1805-46, að hann var fluttur til Reykjavíkur (Lærði skólinn, síðar MR). Á Bessastöðum er Bessastaðastofa (1766) og Bessastaðakirkja (vígð 1796). Á Bessastöðum hafa verið grafnar upp merkar fornminjar og þar er saga við hvert fótímal.

Inn í Álftanes skerast margar vikur og út úr því skaga ýmis nes og tangar. Hér voru áður miklar mýrar sem nú hafa flestar verið ræstar fram. Á nesinu eru þrjár tjarnir sem standa rétt innan við fjörukambinn og eru stundum saltar og merkilegar fyrir lífríki sitt. Þær heita Kasthúsatjörn, Halakotstjörn og Breiðabólstaðatjörn. Skógtjörn, Lambhúsatjörn og Bessastaðatjörn bera einnig tjarnanöfn sem bendir kannski til þess að þær hafi áður verið sjálfstæð vötn þótt sjórinn hafi nú brotið sér leið inn í þær. Ásgeir Ásgeirsson, forseti, lét á sínum tíma (1953) loka Bessastaðatjörn til sjávar til að draga þar úr áhrifum sjávarfalla og verja æðarvarp.

Á síðustu öld, fram yfir stríð, var Álftanes landbúnaðarhérað þar sem reynt var að ræsa fram mýrar, rækta gras og framleiða mjólk og kjöt. Ræktunin tókst ekki sem skyldi og landbúnaðinum hnignaði smám saman þegar leið á öldina (1960). Fólki fækkaði á nesinu og voru íbúar aðeins 117 árið 1940 en fór síðan fjölgandi þegar eftirspurn eftir landspildum og byggingarlóðum hófst. Núverandi þróun, þéttbýlismyndunin, hófst þó ekki að marki fyrr en upp úr 1970 þegar ákveðið var að hér yrði ekki byggður flugvöllur, en hann hafði þá verið á teikniborðum í um 10 ára skeið.



Grásteinn. Á steininum eru fjar sem sýna að reynt hefur verið að færa hann úr stað eða brjóta hann niður.

Áður en landbúnaðurinn náði sér á strik var hér öldum saman mikil arabátaútgerð í bland við búskap. Blómatími fiskveiða náði hámarki á 19. öld, nálægt 1880, en endaði með aflagbresti um aldamótin 1900 þegar fiskur hvarf úr Faxaflóanum. Álftnesingar misstu því af vélbátaútgerð og hér varð ekki byggð höfn. Á 19. öldinni voru hins vegar gerðir héðan út tugir báta á vetrarvertíð, talað er um allt upp í 200 áraskip seint á 19. öldinni og árið 1880 bjuggu hér 600 manns. Það er sami fjöldi og 100 árum síðar þegar þéttbýlismyndunin var komin á skrið.

Á Álftanesi hafa á síðari öldum búið ýmsir merkir menn og merkar konur. Snorri Sturluson átti t.d. Bessastaði um tíma, síðar Noregskonungur (1241) og enn seinna Danakonungur. Þar sátu um aldir hirðstjórnar konungs, amtmenn og stiftamtmennt ásamt landfógeta. Svo til allir mennta- og embættismenn á fyrri hluta 19. aldar stunduðu nám í Bessastaðaskóla. Á nesinu bjuggu síðan á árum áður kempur eins og Sveinbjörn Egilsson, Grímur Thomsen, Ísleifur Einarsson, Benedikt Gröndal og Theodóra Thoroddsen. Á Skansinum, gömlu fallbyssuvirki norðan Bessastaða, hlaðið til að verjast sjóreyfurum, bjó Óli Skans sem allir kunna vísurnar um.

Þá má geta þess að á síðari árum hefur áberandi margt skapandi fólk, skáld, tónlistarmenn, málara og aðrir lista- og fræðimenn tekið sér hér bólfestu. Slíkir einstaklingar kunna eins og við hin vel að meta víðáttu nessins og nálægðina við náttúruna. Eitt er víst; framtíðin er björt hér á nesinu græna. Íbúar þess og stjórnvöld í Garðabæ eru sammála um að nýta og varðveita með réttum hætti þau verðmæti sem hér er að finna, merka sögu, lifandi náttúru og gott samfélag fólks.

Þorgeir Magnússon,  
Lkl. Álftaness



# Lionsklúbbur Álftaness

Lionsklúbbur Álftaness verður fertugur á næsta ári, en klúbburinn var stofnaður 20. mars 1985. Stofnfélagar voru á sínum tíma 32 talsins og nokkrir þeirra eru enn virkir í félagsskapnum. Í dag eru félagar 38 en misjafnlega virkir eins og gengur. Formaður er Jörundur Jökulsson. Við fundum annan hvern fimmtudag og reynum að hafa fundina þannig að það sé tilhlökkunarefni að sækja þá:

*Loks er úr mér allur hundur,  
loksins vænkast hagur minn;  
loks er haldinn Lionsfundur,  
lifi fimmtudagurinn!*

Til að halda svona körlum saman verður að rækta góðan anda innan hópsins, annars er ekkert Lions. Félagar týna þá tölunni. Þetta er okkar reynsla. Við reynum því að hafa gaman á fundunum, borðum góðan mat, spáum í hlutina, förum með vísnamál og vísnaátur og spjöllum um það sem helst brennur á mönnum. Hér eru tvö dæmi um vísnaátur eftir Sigtrygg Jónsson:

<i>Oft er festur fjarska vel, flækist um í neti, einn ég kaldan alltaf tel, þó annar hitnað geti.</i>	<i>Efst á húsin oft það fer, undir fót það setur. Brennheitt gjarnan barið er, barnið meitt það getur.</i>
---	--

Við eigum okkur líka borðbæn sem sem við förum þó ekki oft með en hljóðar svo:

*Guð blessi þann mat sem að eigum við ótinn saman  
og ölið sem rennt er á krús fyrir væga borgun.  
Mikið lifandis skelfingar ósköp er annars gaman  
að eiga ekki að fara í vinnuna snemma á morgun.*

Stundum fáum við til okkar fyrirlesara til að fjalla um sérhæfð efni eða förum út í bæ til að brjóta upp formið. Við höfum farið í nokkrar jeppaferðir og einu sinni héldum við námskeið í vísnaátur. Konukvöld er fastur liður, stundum úti á landi, og eiginkonunum þá gert hátt undir höfði samanber vísuna:

*Lítið á meyjarnar hérna svo blíðar á brá,  
brosandi hneigiast þær til þess sem nefna ei má.  
Og ljúfari eiginmenn, laglegri og betri en vér  
eru líkast til, svei mér þá, hvergi til nema hér.*

Klúbburinn hefur nokkrum sinnum farið í skemmtiferðir til útlanda og er ein slík fyrirhuguð í haust.

Okkur reynist best að hafa fjáröflunarverkefnið fá en sem stærst í sniðum, lætur vel að taka tarnir og drífa hlutina af. Þorrablót í febrúar og skötuveisla á Þollák eru dæmi um slíkt og eru löngu orðnir rótgrónir viðburðir í bæjarlífinu. Skötuveislan er á vissan hátt aðalsmerki okkar. Hún er sérlega vinsæl, enda vandað til verkunar skötunnar, saman ber limruna:

*Rétt fyrir Jesúm í jötunni  
étum við börðin á skötunni  
og lyktin er best  
ef hún líkist því mest  
að lögn hafi bilað í götunni.*

Verkefni okkar til öflunar fjár til góðra verka eru auðvitað orðin fjölmörg á þessum bráðum fjörutíu árum, allt frá perusölu í gamla daga, uppsetningu jólaljósa, þökulagningar, stéttagerðar, björgunarstarfa, málningarvinnu og keyrslu hrossataðs í heimagarða, til fyrr nefnds þorrablóts og skötuveislu. Þeim fjármunum sem þannig hefur verið safnað hefur verið veitt til ýmissa brýnna mála, bæði innan sveitarfélagsins og utan. Í samvinnu við aðra Lionsklúbba á landinu hefur verið stutt við hjálparkerfi Lionshreyfingarinnar þegar kall hefur komið, hvort sem það eru hörmungar úti í heimi eða líknarmál innanlands. Innan sveitar hefur fé verið veitt til ýmissa þarfra mála sem ekki verða rakin hér, en þeir þekkja sem notið hafa. Stundum höfum við sinnt hópum sérstaklega, þreytt spilamennsku við eldri borgara, haldið bingóskemmtanir og lengi farið árlega í vorferðir með útskriftarárgang leikskóla-barna upp í sveit.

Við höfum fengið á okkar fund félaga úr Lionshreyfingunni sem greint hafa frá þeim vanda sem fólk hér og þar um heiminn glímir við, en það er einmitt hlutverk Lions að hjálpa og þjóna, samanber hin ágætu einkunnarorð, „Við leggjum lið.“ Það hefur verið ánægjulegt að starfa í Lions að þessum viðfangsefnum sem hér hafa verið nefnd og á klúbbum okkar er enginn bilbugur.



Verðið svo öll velkomin á Lionsþing 2024 á Álftanesi, megi það bæði verða starfsamt og skemmtilegt!

Jörundur Jökulsson,  
formaður Lkl. Álftaness



# Lionsklúbburinn Seyla

Lionsklúbburinn Seyla var stofnaður á Álftanesi árið 2012. Klúbburinn samanstendur nú af 22 konum sem ýmist búa eða hafa búið á Álftanesi. Eitt af markmiðum Lions hreyfingarinnar er „að tengja félagana böndum vináttu, góðs félagsanda og gagnkvæms skilnings“. Þetta markmið hefur verið leiðarljós klúbbsins, ekki síst á félagsfundum, enda er góður félagsandi forsenda góðra verka. Klúbburinn fundar einu sinni í mánuði, annan fimmtudag hvers mánaðar frá september fram í maí, í safnaðarheimili Bessastaðasóknar. Á hefðbundnum fundi er borðað saman, starf klúbbsins skipulagt og stundum er einhvers konar fróðleikur eða skemmtun á dagskrá. Af og til bregður klúbburinn svo undir sig betri fætinum og heldur fundi sína annars staðar.



10 ára afmælisfundur klúbbsins var haldinn í veislusal Braggans í Nauthólsvík. Þessi mynd var tekin við það tilefni.

Annað markmið Lions hreyfingarinnar er „að hvetja þjónustuviljuga fólk til að leggja lið í sínu samfélagi, án persónulegs fjárhagslegs ávinnings og að hvetja til dugnaðar og eflingar siðgæðis í viðskiptum, iðnaði, atvinnulífi, opinberri þjónustu og einkarekstri“. Eftir þessu markmiði hefur klúbburinn starfað allt frá stofnun, með hliðsjón af stefnu sinni sem hljóðar þannig:

*Við í Lionsklúbbum Seylu leggjum rækt við vináttu okkar á milli með gæsku og gleði að leiðarljósi. Með samvinnu okkar leggjum við lið í nærumhverfinu. Áherslur okkar beinast að verkefnum sem snerta ungmenni, aldraða og náttúru. Við tökum þátt í sameiginlegum verkefnum Lions á landsvísu og styðjum við alþjóðleg verkefni hreyfingarinnar.*

Klúbburinn hefur aflað fjár í líknarsjóð með ýmsum hætti. Árviss verkefni eru m.a. fjórhreinsun, en allt frá fyrsta starfsári hefur klúbburinn hreinsað strönd Lambhaga og Skógtjarnar. Síðustu tíu ár hefur klúbburinn einnig staðið fyrir kvennagolfmóti á Álftanesgolfvelli sem fram fer í byrjun sumars og fyrir jólin hefur klúbburinn bakað sögur í stórum stíl og selt Álfnesingum og nærsveitungum. Nýju fjáröflunarverkefni var svo hleypt af stokkunum í vor sem var loppumarkaður sem haldinn var á Garðatorgi.



Á 10 ára afmæli klúbbsins gaf klúbburinn íbúum Álftaness bekk til að tylla sér í gönguferðum. Bekkurinn er staðsettur við kynningarskilti um gömlu höfnina við Seylu og Skansinn.



Ein af þeim gjöfum sem klúbburinn hefur gefið Álftanesskóla var bókin Viltu vera meðm sem fjallar um einelti.

Markmið þessara verkefna er annars vegar að láta gott af sér leiða í nærumhverfi og samfélagi, en um leið að afla fjár í líknarsjóð sem nýttur er til fleiri góðra verka. Klúbburinn hefur styrkt ýmis verkefni á vegum Lions á landsvísu og erlendis, gefið gjafir m.a. til ungmennastarfs ýmis konar á Álftanesi, auk þess að leggja lið í gegnum aðra sjóði, svo sem Líknarsjóð Álftaness og Alþjóðahjálparsjóð Lions.

Klúbburinn er opinn fyrir konur sem hafa áhuga á að láta gott af sér leiða í góðra vina hópi. Áhugasamar geta sent tölvupóst á [lionsklubburinnseyla@gmail.com](mailto:lionsklubburinnseyla@gmail.com) til að fá frekari upplýsingar.

Edda R. H. Waage og Guðrún María Skúladóttir,  
Lkl. Seyla



## Stjórn klúbbsins á starfsárinu 2023-2024

- Hólmfríður Þorvaldsdóttir, formaður
- Edda R. H. Waage, ritari
- Guðrún Gísladóttir, gjaldkeri

## Viðtakandi stjórn á starfsárinu 2024-2025

- Rut Helgadóttir, formaður
- Hervör Poulsen, ritari
- Sigurlín Scheving, gjaldkeri

Bílavarahlutir, barnabílstólar, olíur, smurefni, verkfæri og efna- og rekstrarvara



69. þing Lionsumdæmis 109

Álftanesi 10.-11. maí 2024

AB varahlutir  
um land allt!

ab.is

567-6020



MERKJUM  
BÍLA OG GLUGGA

Fáðu tilboð!  
prentun@myndform.is



MYNDFORM  
PRENT

## Að snúa vörn í sókn

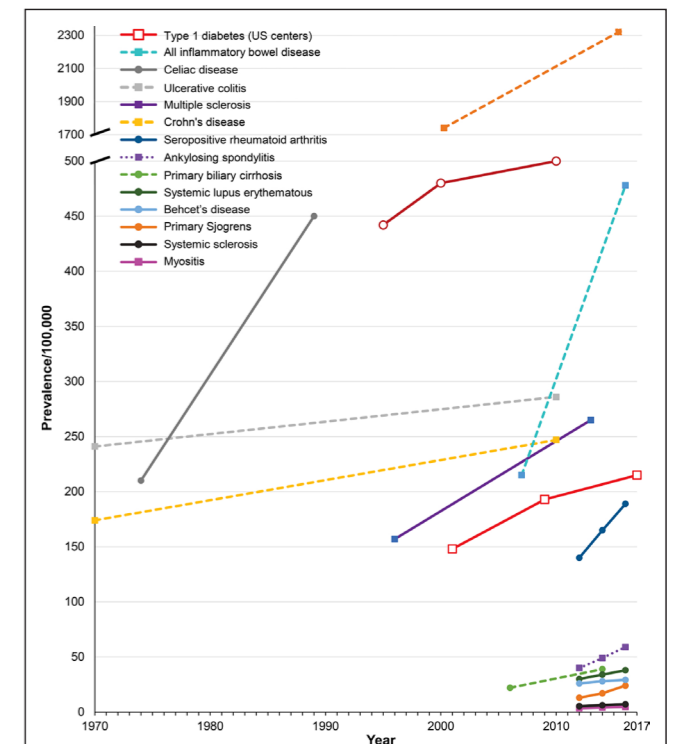
### Rannsóknarstofa í gigtarsjúkdómum LSH

Árið 1996 var Rannsóknarstofa í gigtarsjúkdómum stofnuð en að stofnun hennar komu Lions hreyfingin, Vísindaráð Gigtarfélags Íslands, Landspítalinn og Læknadeild HÍ. Lions hreyfingin hafði þá staðið fyrir landsöfnun með sölu á rauðu fjórdrinni en auk fjáröflunar var fræðsla og kynning á gigtarsjúkdómum mikilvægur hluti af landsátakinu. Rannsóknarstofan í gigtarsjúkdómum er hluti af Gigtardeild LSH en stofnun rannsóknarstofunnar hefur verið forsenda þess að hægt sé að stunda rannsóknir á sviði gigtarsjúkdóma á Íslandi. Verkefni hafa verið fjölbreytt m.a. á sviði faraldsfræði, klínískra rannsókna og grunnrannsókna. Þannig hefur landsátak Lions hreyfingarinnar fyrir tæpum 30 árum verið gjöfult og stuðlað að mikilvægri uppbyggingu á þjónustu við gigtarsjúklinga sem og stutt við rannsóknir.

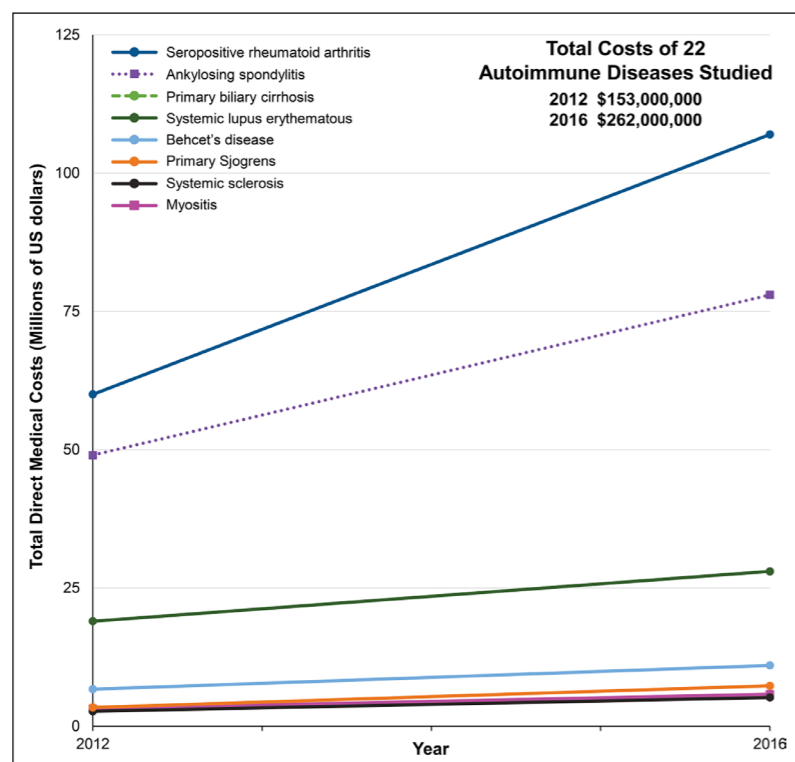
Gigtarsjúkdómar eru oft sjálfsöfnæmissjúkdómar en í sjálfsöfnæmi brenglast skynjun ónæmiskerfisins og það fer að ráðast á líffæri líkamans [1]. Algengi sjálfsöfnæmissjúkdóma virðist fara vaxandi í heiminum (mynd 1) [2] en talið er að um 1 af hverjum 10 séu með sjálfsöfnæmissjúkdóm af einhverjum toga [3]. Í sumum sjálfsöfnæmissjúkdómum er að finna mót efni sem eru einkennandi fyrir viðkomandi sjúkdóma en algengi sjálfsmótefna er nokkuð hátt. Áætlað er að þriðjungur 60 ára og eldri sé með eitt eða fleiri sjálfsmótefni [4].

Sjálfsöfnæmissjúkdómar valda vanlíðan, vinnutapi og örorku einstaklinga í samfélögum og leiða til mikils kostnaðar fyrir bæði sjúklinga og heilbrigðiskerfið (mynd 2) [2].

Því miður vantar heildartölur fyrir sjálfsöfnæmissjúkdóma en oft er vitnað í um tveggja áratuga gamlar tölur frá Bandaríkjunum, sem gerðu ráð fyrir að sjálfsöfnæmissjúkdómar kostuðu þá samfélagið a.m.k. 100 milljarða dollara en þetta var líklegast mikið vanmat þar sem ekki voru taldir til nema hluti sjálfsöfnæmissjúkdóma. Fólk með einn sjálfsöfnæmissjúkdóm er í aukinni áhættu á að fá aðra sjálfsöfnæmissjúkdóma en einnig eru tengsl milli virkni ýmissa sjálfsöfnæmissjúkdóma og aukinnar áhættu á hjarta- og æðasjúkdómum og í sumum tilfellum auknum líkum á krabbameini [5]. Beinþynging og brot af hennar völdum er oft fylgifyrirkomur þessar sjúkdóma [5].



Mynd 1 sýnir nokkur dæmi um aukandi algengi sjálfsöfnæmissjúkdóma. Mynd er tekin úr grein Miller, F.W. Curr Opin Immunol. Vol 80. 2023 [2].



Mynd 2 sýnir dæmi um aukinn kostnað heilbrigðiskerfisins vegna sjálfsofnæmissjúkdóma í Kóreu. Mynd er tekin úr grein Miller, F.W. Curr Opin Immunol. Vol 80. 2023 [2].

Margt hefur breyst frá stofnun Rannsóknarstofunnar. Ekki er hægt að líkja saman upplýsingatækni nútímans við þá tækni sem var til staðar árið 1996. Fyrir utan miklar tækniframfarir þá hefur vísindapekking einnig tekið miklum framfaraskrefum m.a. á erfðum og sýklum. Þessar breytingar hafa leitt af sér frjóan jarðveg fyrir framfarir í vísindum en þar að auki hefur Ísland ákveðna sérstöðu í heiminum m.a. hvað varðar möguleika á gagnaöflun. Það eru fá samfélög eins og Ísland sem geta náð til og skráð alla sjúklinga sem greinast með sjálfsofnæmi/ gigtarsjúkdóm. Það eru einnig fá samfélög sem búa yfir jafnmiklum erfðaupplýsingum eða eru með jafn umfangsmiklar rannsóknir á landsvísi eins og Hjartavernd hefur staðið fyrir á Íslandi. Því eru einstök tækifæri fólgin á Íslandi til þess að kanna tilurð sjálfsofnæmis og innbyrðis tengsl milli sjúkdóma og stuðla að lækningu eða forvörnum.

Mikilvægt er að leita leiða til að snúa við þessari aukningu á sjálfsofnæmi sem sést á heimsvísu. Uppbygging rannsóknarinnviða í sjálfsofnæmissjúkdómum á Íslandi af þeirri stærðargráðu sem að Rannsóknarstofa í gigtarlækningum leggur til er langtímaverkefni til næstu ára. Mikilvægt skref í þessa átt er að efla núverandi gagnagrunn og rannsóknarinnviði Rannsóknarstofunnar. Á sama tíma er mikilvægt að vekja athygli á og fræða landsmenn um sjálfsofnæmi og gigtarsjúkdóma. Við biðlum því til Lions hreyfingarinnar um að halda áfram þeirri samvinnu sem hófst fyrir tæpum þrjátíu árum með stofnun Rannsóknarstofu í gigtarsjúkdómum og styðja okkur í næsta áfanga uppbyggingar og nútímavæðingu Rannsóknarstofunnar.

1. Fridkis-Hareli M: **Immunogenetic mechanisms for the coexistence of organ-specific and systemic autoimmune diseases.** *J Autoimmune Dis* 2008, **5**:1.
2. Miller FW: **The increasing prevalence of autoimmunity and autoimmune diseases: an urgent call to action for improved understanding, diagnosis, treatment, and prevention.** *Current opinion in immunology* 2023, **80**:102266.
3. Conrad N, Misra S, Verbakel JY, Verbeke G, Molenberghs G, Taylor PN, Mason J, Sattar N, McMurray JJV, McInnes IB et al: **Incidence, prevalence, and co-occurrence of autoimmune disorders over time and by age, sex, and socioeconomic status: a population-based cohort study of 22 million individuals in the UK.** *Lancet* 2023, **401**(10391):1878-1890.
4. Dillon CF, Weisman MH, Miller FW: **Population-based estimates of humoral autoimmunity from the U.S. National Health and Nutrition Examination Surveys, 1960–2014.** *PLOS ONE* 2020, **15**(1):e0226516.
5. **Enhancing NIH Research on Autoimmune Disease.** In.: The National Academies Press; 2022.

Dr. Katrín Þórarinsdóttir er yfirlæknir á gigtardeild LSH og rannsóknarstofu í gigtarsjúkdómum. Hún sérhæfði sig í gigtarlækningum í Gautaborg, Svíþjóð og hefur starfað sem gigtarlæknir frá 2015. Þá hefur hún unnið að gigtarrannsóknnum frá 2012 en hún lauk doktorsprófi árið 2019 við Gautaborgarháskóla, Svíþjóð og hlaut í framhaldi nýdoktorsstyrk til frekari rannsókna við Háskólann í Cambridge, Bretlandi.



# Rannsóknir á sjálfsöfnæmi

## Verkefni fyrir Lionshreyfinguna

Með þessu blaði hleypir Lionsklúbbur Álftaness af stokkunum verkefni sem ætlað er að styrkja frekari uppbyggingu á rannsóknum á sjálfsöfnæmi á Landspítalanum. Rannsóknarstofa í gigtarsjúkdómum á Landspítalanum stendur að meðferð, skráningum, rannsóknum og þróun úrræða til að lágmarka skaðleg áhrif þeirra sjúkdóma sem undir sjálfsöfnæmi falla, en þeir eru fjölmargir, þ.á.m. flestir gigtarsjúkdómarnir. Með styrktarverkefninu er markmiðið að styðja af metnaði við mikilvægt starf deildarinnar og aðstoða þau við að skapa hér Öndvegissetur (Center of Excellence) sem getur nýtt sérstakar aðstæður á Íslandi til að skapa eitthvað einstakt á þeirra sviði.

Yfirsýn vantar yfir fjölda sjúklinga og nýgengi sjálfsöfnæmissjúkdóma hér á landi, en tölur frá nágrannalöndum benda til að um 8-10 % íbúa á norðurhveli jarðar séu haldin þessum sjúkdómum. Þetta jafngildir því að í samfélaginu séu 30-40.000 einstaklingar með þessa sjúkdóma, flestir þeirra ógreindir og því ekki yfirsýn yfir umfang og alvarleika stöðunnar.

Vegna einstakra aðstæðna hér á Íslandi, svo sem smæðar landsins, sterkra innviða og rekjanleika út frá kennitölum og erfðaupplýsingum, er fyrirhugað að efla rannsóknir á sjálfsöfnæmi og byggja upp frekari aðstöðu á Landspítalanum fyrir þá starfssemi. Ljóst er að slíkt getur laðað að jafnt innlenda sem erlenda fagaðila og hagaðila og sá árangur sem hér getur náðst getur nýst langt út fyrir landsteinana.

Hlutverk Lionshreyfingarinnar felst annars vegar í að ýta undir vitundarvakningu og opna umræðu um þessi mál og hins vegar í að afla fjármuna til að efla deildina til frekari rannsókna á sjálfsöfnæmi. Rannsóknirnar annast sérhæft fagfólk á Landspítalanum en dr. Katrín Þórarinnsdóttir yfirlæknir gigtardeildar stýrir þeim. Katrín lýsir stöðu mála og fyrirætlunum rannsóknarhópsins í grein annars staðar í blaðinu.



Lionsklúbbur Álftaness fékk upphaflega fyrirspurn frá dr. Katrínu Þórarinnsdóttir um aðstoð og hefur haft frumkvæði að þessu styrktarverkefni innan Lions. Við erum tilbúnir til að leiða verkefnið áfram og vonumst til að fá stuðning Lionshreyfingarinnar og Lionsklúbba um land allt ásamt styrktaraðilum til að hægt verði að ýta þessu framfaramáli áfram í samfélaginu.

Þess ber að geta að Lionshreyfingin hefur áður komið til liðs við rannsóknir á sjálfsöfnæmi, því afraksturinn af sölu Rauðu fjaðrarinnar árið 1996 rann til þeirra og lagði grunn að núverandi rannsóknarstofu í gigtarsjúkdómum. Sá stuðningur hefur skipt sköpum í þróun þessara mála á Íslandi sem undirstrikar mikilvægi Lions og annara slíkra samtaka í þróun og framförum í okkar samfélagi.

Eitt markmiðið með útgáfu þessa blaðs er að ýta úr vör umræðu og safna fjármunum til að koma þessu mikilvæga verkefni af stað. Afraksturinn af útgáfu blaðsins rennur allur í slíkan sjóð en auglýsingar og styrktarlínur frá framsæknum fyrirtækjum hafa nú þegar skilað upphæðum sem skipa máli. Það liggur fyrir að rannsóknir á sjálfsöfnæmi geta leitt til nýrrar þekkingar og úrræða. Það getur haft mikinn fjárhagslegan ávinning fyrir samfélagið og gagnast fjölda fólks og fjölskyldum með því að draga úr eða koma í veg fyrir alvarlegar afleiðingar þessara flóknu sjúkdóma.



Með þakklæti til þeirra sem þegar eru komin á vagninn með okkur og við bjóðum fleiri velkomna til að leggja málinu lið.

Jónatan Smári Svavarsson,  
Lkl. Álftaness

Lionsklúbbur Álftaness þakkar eftirtöldum aðilum stuðninginn við útgáfu þessa blaðs



69. þing Lionsumdæmis 109

Álftanesi 10.-11. maí 2024

## Dagskrá

### Fimmtudagur 9. maí

19:00 - 21:00 Skráning og afhending þinggagna: Íþróttamiðstöðin Álftanesi

### Föstudagur 10. maí

08:00 - 10:30 Skráning og afhending þinggagna: Íþróttamiðstöðin Álftanesi

09:00 - 12:30 Skólar embættismanna, formanna, ritara, gjaldkera og svæðisstjóra

11:00 - 12:00 Að vera maki Lionsfélaga, námskeið fyrir maka

12:00 - 13:00 Hádegisverður

13:10 - 13:20 Safnast saman fyrir framan þingstað. (Munið eftir stóru klúbbfánunum)

13:30 - 14:00 Skróðganga leggur af stað. Myndataka að lokinni skróðgöngu.

14:15 - 15:15 Þingsetning í sal íþróttamiðstöðvarinnar

15:30 - 16:00 Kaffihlé

16:00 - 18:30 Umdæmisþingi A-umdæmis 109 framhaldið

16:00 - 18:30 Umdæmisþingi B-umdæmis 109 framhaldið

20:00 - 23:00 Kynningarkvöld: Íþróttamiðstöðin Álftanesi - Léttar veitingar

### Laugardagur 11. maí

09:00 - 10:00 Skráning og afhending þinggagna: Íþróttamiðstöðin Álftanesi

10:00 - 12:00 Fjölumdæmisþingi framhaldið

12:00 - 13:00 Hádegisverður

13:00 - 13:30 Kynning á verkefnum

13:30 - 16:00 Makaferð

13:30 - 15:00 Fjölumdæmisþingi framhaldið

15:00 - 15:10 Kaffihlé

15:10 - 16:30 Fjölumdæmisþingi framhaldið

19:30 - 01:00 Lionshátíð í Íþróttamiðstöðinni Álftanesi

(með fyrirvara um breytingar)



OLIFA

BACCO  
SEA PRODUCTS



Kapteinn Morgan  
EHF.



G.RUN

BÍLASTÖÐIN EHF.



## LIONS INTERNATIONAL LIONS á Íslandi

Fjölumdæmi 109 – Hlíðasmára 14, 201 Kópavogi.  
Sími.: 561 3122. Netfang: lions@lions.is



## LIONS INTERNATIONAL LIONS á Íslandi

Fjölumdæmi 109 – Hlíðasmára 14, 201 Kópavogi.  
Sími.: 561 3122. Netfang: lions@lions.is



### Þing Lionsumdæmis 109A haldið á Álftanesi

**Þingi framhaldið föstudaginn 10. maí 2024, kl. 16:00**

- 1. Kosning embættismanna þingsins:** Umdæmisstjóri DG Friðrik Hansen Guðmundsson
  - a) Þingforseti
  - b) Þingritari
- 2. Kjörbréfanefnd**
- 3. Ársskýrsla umdæmisstjóra**
- 4. Umræður um skýrslu umdæmisstjóra**
- 5. Kjörbréfanefnd skilar álit**
- 6. Kynning frambjóðenda**
- 7. Ávarp**
- 8. Kjöri frambjóðenda lýst**
- 9. Ávörp nýkjörinna frambjóðenda**
- 10. Tillögur**
- 11. Svæðisstjórar fara yfir starf vetrarins**
- 12. Önnur mál**
- 13. Þingslit**

### Þing Lionsumdæmis 109B haldið á Álftanesi

**Þingi framhaldið föstudaginn 10. maí 2024, kl. 16:00**

- 1. Kosning embættismanna þingsins:** Umdæmisstjóri DG Baldur Ingi Karlsson
  - a) Þingforseti
  - b) Þingritari
  - c) Kjörbréfanefnd
- 2. Ársskýrsla umdæmisstjórnar:** Umdæmisstjóri Baldur Ingi Karlsson
- 3. Umræður um skýrslu umdæmisstjórnar**
- 4. Kjörbréfanefnd skilar álit**
- 5. Kynning frambjóðenda**
  - a) Til embættis annars varaumdæmisstjóra 109B 2024-2025
  - b) Til embættis fyrsta varaumdæmisstjóra 109B 2024-2025
  - c) Til embættis umdæmisstjóra 109B 2024-2025
- 6. Atkvæðagreiðsla**
- 7. Uppbrot**
- 8. Kjöri frambjóðenda lýst**
- 9. Ávörp**
- 10. Viðurkenningar**
- 11. Önnur mál**
- 12. Þingslit:** Umdæmisstjóri DG Baldur Ingi Karlsson

*ATH! Dagskráin er birt með fyrirvara um mögulegar breytingar*



69. þing Lions fjölumðæmis 109  
haldið á Álftanesi  
10.-11. maí 2024

**Þingi framhaldið laugardaginn 11. maí kl. 10:00**

1. **Þingi framhaldið:** Fjölumðæmisstjóri CC Sigfríð Andradóttir
2. **Kjör embættismanna:**
  - a) Þingforseti:  
Vara þingforseti:
  - b) Þingritari  
Vara þingritari:
  - c) Kjörbréfanefnd
3. **Kveðja frá alþjóðaforseta:** Alþjóðastjórnarmaður ID Pirkko Vihavainen
4. **Ársskýrsla fjölumðæmisstjóra:** Fjölumðæmisstjóri CC Sigfríð Andradóttir
5. **Umræður um ársskýrslu:** Þingforseti PID Jón Bjarni Þorsteinsson
6. **Kjörbréfanefnd skilar álit:** Formaður kjörnefndar PCC Benjamín Jósefsson
7. **Rauð fjöður 2025:** Formaður Rauðu fjaðrar nefndar VCC Geirþrúður Fanney Bogadóttir
  - a) Kynning mögulegra verkefna
  - b) Kosið um verkefni
8. **Reikningar Lions á Íslandi:** Fjölumðæmisgjaldkeri PDG Stefán Árnason
  - a) Reikningar fjölumðæmis fyrir starfsárið 2022-2023.
  - b) Fjárhagsáætlun starfsársins 2024-2025.
  - c) Tillaga um árgjald fyrir starfsárið 2024-2025
  - d) Bráðabirgðauppgjör starfsársins 2023-2024
9. **Alþjóðahjálparsjóðurinn:** LCIF stjóri PCC Björn Guðmundsson

**Hádegishlé**

10. **Ímynd Lions á Íslandi:** Markaðs- og kynningarstjóri Niels Finsen
11. **Mission 1,5 M:** Fyrirverandi alþjóðaforseti PIP Guðrún Björt Yngvadóttir
12. **Kynning á verkefnum sem Lionsklúbbar á Íslandi koma að:**

Fjölumðæmisstjóri CC Sigfríð Andradóttir

  - a) **Broskarlar í Afríku:**  
Gunnar Stefánsson  
Anna Helga Jónsdóttir
  - b) **Gigtarrannsóknir á Íslandi:**  
Katrín Þórarinsdóttir yfirlæknir gigtardeildar á Landspítalanum

**Kaffihlé**

13. **Tillögur:** Þingforseti PID Jón Bjarni Þorsteinsson
14. **Kjör vara fjölumðæmisstjóra starfsárið 2024 – 2025:**
  - a) Kynning á framboði til embættis vara fjölumðæmisstjóra,  
PCC Björn Guðmundsson kynnir framboð Önnu Blöndal
  - b) Kjör vara fjölumðæmisstjóra lýst.
  - c) Ávarp og markmið nýkjörins vara fjölumðæmisstjóra
15. **Kjör fjölumðæmisstjóra starfsárið 2024 – 2025:**
  - a) Kynning á framboði til embættis fjölumðæmisstjóra,  
PCC Björg Bára Halldórsdóttir kynnir
16. **Kjör embættismanna:** Þingforseti PID Jón Bjarni Þorsteinsson
  - a) Fjölumðæmisritari til eins árs 2024-2025 – Guðmundur Helgi Gunnarsson
  - b) Fjölumðæmisgjaldkeri til eins árs 2024-2025 – Stefán Árnason
  - c) Leiðtoga- og fræðslustjóri (GLT) til eins árs – Halldór Kristjánsson
  - d) Félagastjóri (GMT) til eins árs 2024-2025 – Jón Pálmason
  - e) Verkefnastjóri (GST) til eins árs 2024-2025 – Sigfríð Andradóttir
  - f) Útbreiðslustjóri (GET) til eins árs 2024-2025 – Kristófer Tómasson
  - g) Rauðu fjaðrar stjóri til eins árs 2024-2025 – Baldur Ingi Karlsson
  - h) Alþjóðasamskiptastjóri til tveggja ára 2024-2026 – Jónas Yngvi Ásgrímsson
  - i) Markaðsstjóri til tveggja ára 2024-2026 -
  - j) MedicAlert stjóri til þriggja ára 2024-2027 – Þór Steinarsson
  - k) Heilbrigðisstjóri til þriggja ára 2024-2027 – Jón Bjarni Þorsteinsson
  - l) Ritstjóri Lions til þriggja ára 2024-2027 – Þorkell Cýrusson
  - m) Netstjóri til þriggja ára 2024-2027 – Sigríður Guðmundsdóttir
  - n) Ungmennaskiptastjóri til þriggja ára 2024-2027 – Björg Bára Halldórsdóttir
  - o) Umhverfisstjóri til þriggja ára 2024-2027 – Dagný Finnsdóttir
  - p) Skoðunarmenn reikninga til eins árs 2024-2025:
    1. aðal. Þorleifur Sigurðsson
    2. aðal. Benjamín Jósefsson
    1. vara. Halldóra Ingibergsdóttir
    2. vara. Halldór Karl Hermannsson
17. **Lions þing í Ólafsvík 2025:** Þingstjóri PCC Hörður Sigurjónsson
18. **Ákvörðun um þingstað 2026:** Þingstjóri PCC Hörður Sigurjónsson
19. **Viðurkenningar:** Alþjóðastjórnarmaður Pirkko Vihavainen,  
fjölumðæmisstjóri Sigfríð Andradóttir, fyrirverandi alþjóðaforseti Guðrún Björt Yngvadóttir
20. **Önnur mál:** Þingforseti PID Jón Bjarni Þorsteinsson
21. **Þingslit:** Fjölumðæmisstjóri CC Sigfríð Andradóttir



**STEYPUSTÖÐIN**

STERKARI LAUSNIR



**STERKARI Á**  
**100% RAFMAGNI**