

## Skýrsla stjórnar U3A Reykjavík starfsárið 2025 – 2026

Lögð fram á aðalfundi samtakanna 24. mars 2026



Stjórn U3A Reykjavík starfsárið 2025-2026.

Frá vinstri: Stefanía Traustadóttir, Birna Sigurjónsdóttir, Þórleif Drífa Jónsdóttir, Hjördís Hendriksdóttir, Jón Ragnar Höskuldsson, Einar Sveinn Árnason og Vigdís Pálsdóttir.

## Efnisyfirlit

<b>Stjórn og stjórnarstarf.....</b>	<b>3</b>
<b>Fjármál .....</b>	<b>3</b>
<b>Félagar.....</b>	<b>4</b>
<b>Rafræn miðlun U3A Reykjavík.....</b>	<b>5</b>
<b>Starfið á vettvangi U3A 2025-2026.....</b>	<b>5</b>
Hópastarf .....	6
Námskeið.....	8
Innlend samskipti – kynningarstarf .....	9
Erlend samskipti.....	10
<b>Starfið framundan .....</b>	<b>10</b>
<b>Að lokum.....</b>	<b>11</b>

## Skýrsla stjórnar U3A Reykjavík fyrir starfsárið 2025 – 2026

### Stjórn og stjórnarstarf

Á aðalfundi 25. mars 2025 var Hjördís Hendriksdóttir endurkjörin formaður í þriðja sinn til eins árs. Þórleif Drífa Jónsdóttir, Birna Sigurjónsdóttir voru endurkjörnar til tveggja ára. Einar Sveinn Árnason, Stefanía Traustadóttir og Vigdís Pálsdóttir voru kosin árið 2024 í stjórn samtakanna til tveggja ára og héldu störfum sínum áfram. Jón Ragnar Höskuldsson var kosinn til tveggja ára.

Stjórn skipti með sér hlutverkum og starfsárið 2025 til 2026 var Birna Sigurjónsdóttir varaformaður, Stefanía Traustadóttir ritari, Jón Ragnar Höskuldsson var gjaldkeri og Einar Sveinn Árnason, Þórleif Drífa Jónsdóttir og Vigdís Pálsdóttir voru meðstjórnendur. Stjórnin hefur unnið samkvæmt starfslýsingu í 8. gr. í samþykkt samtakanna og er stjórnarstarfið unnið í sjálfböðavinnu.

Stjórnin hefur haldið 12 fundi á starfsárinu. Verkaskipting var staðfest á fyrsta stjórnarfundum eftir aðalfund. Á stjórnarfundum var almennt fjallað um starfsemi samtakanna og hvernig megi efla þau, dagskrá og skipulag viðburða, miðlun og upplýsingagjöf til félaga, viðhald heimasíðu, fjárhag, kynningar og samstarf við aðila innanlands sem erlendis.

Stjórnarmenn skiptu með sér að leita til fyrirlesara ásamt því að sjá um undirbúning og stýra fundum í streymi og í sal. Þeir skiptu einnig með sér þátttöku í hópastarfi og eru tengiliðir hópanna við stjórnina.

### Fjármál

Fjárhagsár samtakanna er almanaksárið.+

Ársreikningur almanaksársins 2025 verður lagður fram til samþykktar á aðalfundi 24. mars 2026 og fylgir hann hér í viðauka. Samkvæmt efnahagsreikningi er eigið fé í lok árs 2025 **16.042.842** og rekstrarafkoma ársins **2.472.725**. Tekjur voru samtals kr. **4.853.187**, þar af eru félagsgjöld **3.902.660**. Útgjöld U3A Reykjavík á tímabilinu voru samtals **2.380.462**.

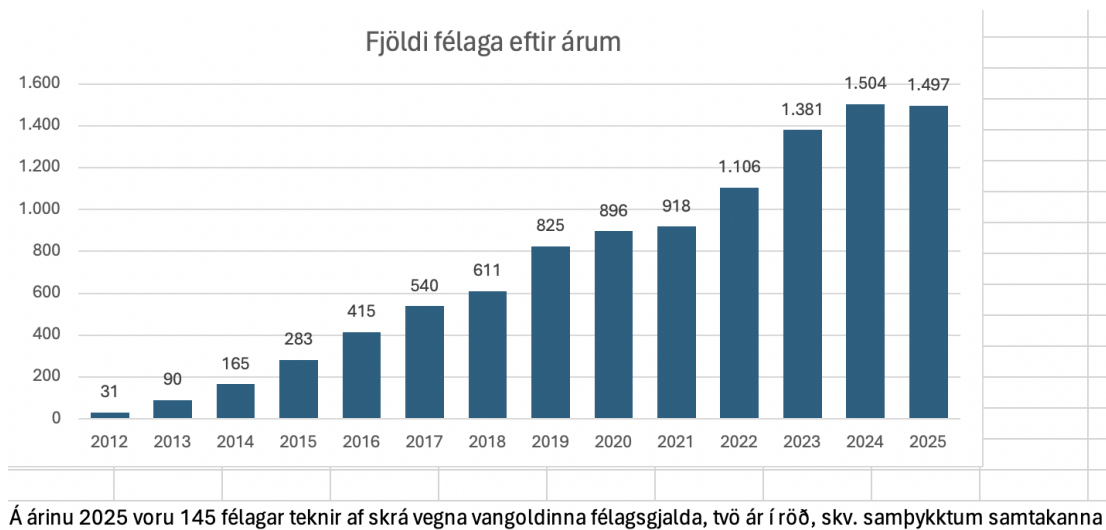
Skoðunarmenn reikninga eru Lilja Ólafsdóttir og Gylfi Þór Einarsson og Þórleifur Jónsson til vara.

Rétt er að taka fram:

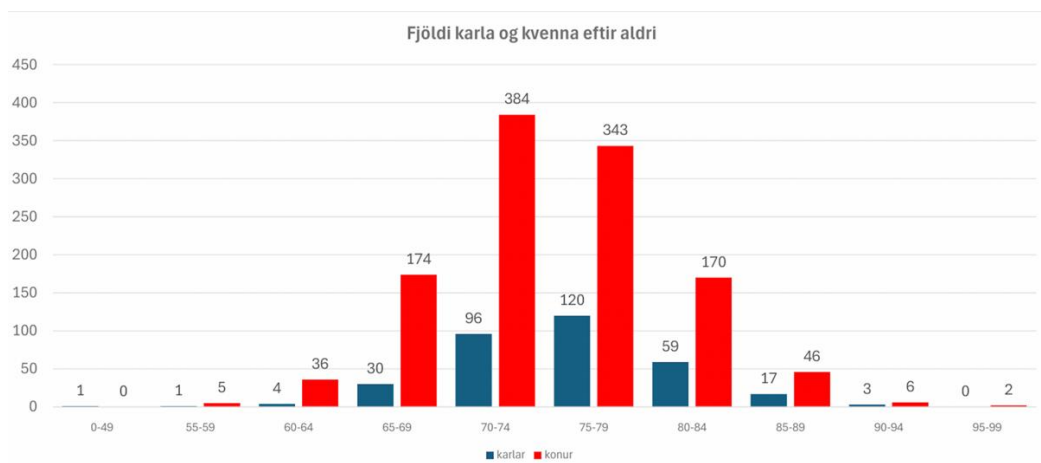
Í eignastöðu er innifalinn styrkur frá Félags- og vinnumarkaðsáðuneyti árið 2023 fyrir þýðingavinnu og til rekstrar næstu ára og einnig innstæður frá Vöruhúsi tækifæranna, sem var lagt niður í árslok 2024, samtals að upphæð um 4 milljónir króna. Þessir styrkir hafa verið og verða nýttir áfram fyrir starfsemi U3A Reykjavík.

## Félagar

Ánægjulegt er að sjá að áhugi á að tengjast starfi samtakanna heldur áfram að aukast. Í lok ársins 2025 voru félagar tæplega 1500 talsins.



Hér að neðan má sjá fjölda kvenna og karla eftir aldri. Tæpur helmingur félaga eða eða um 47% eru á aldursbilinu 65 til 74 ára.



Áhugavert er einnig að skoða kynjaskiptingu. Konur eru í meirihluta í félaginu eða um 78%. Karlar virðast koma seinna inn í félagið eða eftir sjötugt meðan konum fjölgar mest um 65 ára aldurinn.

## Rafræn miðlun U3A Reykjavík

Vefsíða U3A Reykjavík, [www.u3a.is](http://www.u3a.is), er grunnur að upplýsingum um starfsemi félagsins, þar birtast fréttir og ýmsar grunnupplýsingar um U3A innanlands og erlendis. Á síðunni birtast auglýsingar um alla viðburði á döfinni og fréttir af starfinu. Á árinu var aukið við upplýsingar um hópastarfið og einnig voru upplýsingar um félagið á ensku endurnýjaðar og uppfærðar.

Fyrir hvern viðburð fá félagsmenn sendar auglýsingar í tölvupósti þar sem þeir eru hvattir til að skrá sig til þátttöku á vefsíðu félagsins. Að auki gefur U3A út mánaðarlegt rafrænt Fréttabréf sem sent er með tölvupósti á alla félagsmenn þar sem sagt er frá viðburðum U3A á komandi vikum auk annars fróðleiks og greina. Þá er opin facebook-síða U3A Reykjavík þar sem vakin er athygli á viðburðum U3A en einnig á öðrum áhugaverðum viðburðum sem gætu átt erindi til félaga U3A.

Öll samskipti við félagsmenn fara fram með rafrænum hætti og því er mjög mikilvægt að netföng félagsmanna séu rétt.

## Starfið á vettvangi U3A 2025-2026

Starfið á vettvangi samtakanna hefur verið blómlegt og fjölbreytt og einkennst af mikilli þátttöku félagsmanna og öflugu hópastarfi. Aðalfundur var haldinn 25. mars 2025 í Hæðargarði 31.

Haustið 2025 fór starfið af stað félagsfundir þar sem félagsmenn lögðu fram hugmyndir og tillögur að viðburðum.

Eins og áður hafa fræðslufundir á þriðjudögum verið kjarni starfseminnar. Stjórnin nýtir hugmyndir frá félagsmönnum sem koma fram á félagsfundir til að tryggja fjölbreytta dagskrá auk þess sem stjórnarmenn leitast við að fá fyrirlesara um málefni sem eru ofarlega á baugi á hverjum tíma. Bókmenntahópur hittist á þriggja vikna fresti. Menningarhópur hefur áfram séð um mánaðarlega viðburði á starfsárinu, heimsóknir í söfn og tónleika ásamt samveru og spjalli. Umhverfishópur hefur staðið fyrir tveimur fyrirlesturum og í byrjun júní 2025 stóð menningarhópur fyrir ferð til Færeyja, þátttaka var góð og ferðin tókst í alla staði vel.



Á starfsárinu hafa alls verið 52 viðburður á vegum félagsins, þar af 29 fyrirlestrar. Þeim hefur verið streymt til félagsmanna ásamt því að upptaka hvers fyrirlesturs er nú aðgengileg félagsmönnum í 30 daga eftir flutning. Að meðaltali hafa um 170 félagar notið þess að fylgjast með hverjum fyrirlestri ýmist í sal í Hæðargarði, í streymi eða með áhorfi eftir á.

Hæst fór áhorfið í 433 fyrir einn fyrirlestur.

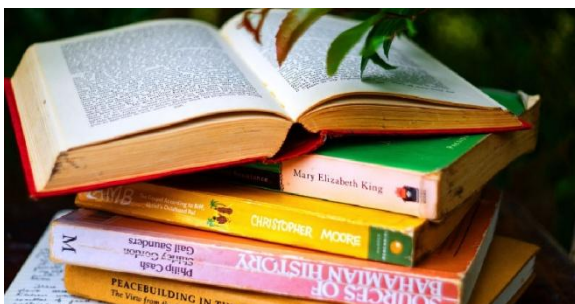
Yfirlit yfir fyrirlestra, námskeið, heimsóknir og ferðir má sjá í viðauka II við þessa skýrslu. Öllum fyrirlesurum eru færðar þakkir fyrir þeirra framlag.

## Hópastarf

Eins og áður hafa nokkrir hópar verið virkir í U3A Reykjavík á starfsárinu 2025-2026. Þetta eru fimm hópar sem tilgreindir eru hér á eftir. Þrír þeirra skipuleggja viðburði sem eru auglýstir opnir fyrir félagsmenn, menningarhópur, umhverfishópur og ferðahópur.

Upplýsingar um hópa og tengiliði má finna á heimasíðu félagsins [u3a.is](http://u3a.is)

## Bókmenntahópur



Umsjón með bókmenntahópi hefur Ásdís Skúladóttir. Hópurinn hittist á miðvikudögum á þriðgja vikna fresti kl. 19:30-21:00 í Félagsmiðstöðinni Hæðargarði 31. Á fundum er rætt um áhugaverðar bækur sem félagar hafa lesið.

Stundum er fólk hvatt til að lesa ákveðna bók eða höfund en aldrei er um skyldulesningu að ræða. Stundum koma í heimsókn rithöfundar og/eða bókmenntafræðingar. Fjöldi þátttakenda er takmarkaður en nýskráning er á hverju hausti

## Menningarhópur

Hópnum stýrir menningarnefnd, Ingibjörg Ásgeirsdóttir, umsjónarmaður hópsins, Birna Sigurjónsdóttir, Ólafía Sveinsdóttir og Vigdís Pálsdóttir.

Markmið menningarhóps U3A Reykjavík er að efna til heimsókna í leikhús, tónleika, söfn og ferða á áhugaverða menningarstaði. Lögð er áhersla á að saman fari helst ánægjuleg upplifun og tími til að setjast saman yfir mat eða kaffi. Þá gefst stund til að ræða það sem heyrt var eða séð eða bara spjalla saman um það sem fólki liggur á hjarta.



Menningarnefndin skipuleggur viðburði hópsins, að jafnaði einu sinni í mánuði. Á starfsárinu fór hópurinn m.a. í heimsókn í Eldfjalla- og jarðskjálftasýningu á Hvolsvelli og í Hafrannsóknarstofnun. Einnig sá hópurinn leiksýningu í Þjóðleikhúsinu og sá kvikmyndina Hamnet. Sömuleiðis skipulagði nefndin ferð til Færeyja vorið 2025. Allir viðburðir menningarhópsins eru auglýstir á heimasíðunni og í pósti þannig að félagar í U3A geta skráð sig til þátttöku. Fjöldatakmörkanir ráðast af aðstæðum á þeim stað sem heimsóttur er og ákvörðunum þeirra sem taka á móti.

### Umhverfishópur



Umsjón með hópnum hefur stýrihópur sem í eru Birna Sigurjónsdóttir, Hrefna Sigurjónsdóttir, Jórunn Erla Eyfjörð, Kolbrún Hjaltadóttir, Robert Magnus og Valborg E. Baldvinsdóttir. Stýrihópurinn skipuleggur fundi og viðburði hópsins sem eru opnir öllum félagsmönnum U3A Reykjavík.

Markmið umhverfishóps U3A Reykjavík er að fræða og upplýsa um það sem ógnar náttúru Íslands, bæði lífríki lands, ferskvatns og sjávar og jarðminjum og hvetja til umræðu um þessi mál. Einnig að vekja athygli á leiðum til umhverfis- og náttúruverndar og efna til aðgerða sem bæta umhverfi og vinna gegn loftslagsvá. Einnig að hvetja félagsmenn til að láta til sín taka í umhverfismálum og birta hvatningar og ábendingar um umhverfisvænan lífsmáta.

Umhverfisnefnd hefur skipulagt tvo fyrirlestra á starfsárinu. Þann fyrri flutti Kristín Helga Jónsdóttir um stöðu náttúruverndar og þann síðari formaður ungra umhverfissinna Laura Sólveig Lefort Scheefer um loftslagsráðstefnuna COP30 sem haldin var í Brasilíu. Umhverfishópurinn kynnti starfið í U3A og umhverfishópin á fundi hjá Aldin sem eru samtök eldri borgara um loftslagsmál og hyggur á frekara samstarf við þann hóp.

Umhverfishópur mun áfram standa fyrir fræðslu um náttúruvernd og loftslagsvá og stuðla þannig að aukinni vitund um hvað við getum lagt af mörkum til verndunar umhverfis og til að vinna gegn loftslagsvá. Hópurinn verður eins og áður tengiliður U3A út á við varðandi umhverfismál og gerir einnig tillögur að fyrirlestrum á vegum U3A Reykjavík á þessu sviði.

## Ferðahópur



Ferðahópur var stofnaður eftir ferð sem farin var á vegum félagsins til Tyrklands. Í hópnum eru Birna Sigurjónsdóttir, Guðríður Þorsteinsdóttir, Ingibjörg Ásgeirsdóttir, Jón Björnsson og Ólafía Sveinsdóttir. Markmið hópsins er að skipuleggja áhugaverðar og fræðandi ferðir fyrir félagsmenn. Fyrsta ferðin verður farin til strandbæja við Eystrasaltið vorið 2026.

Ferðanefnd leitaði til Bændaferða sem skipulagði ferðina út frá hugmyndum hópsins. Fullbókað er í ferðina. Frekari ferðir eru í undirbúningi og verður leitað til félagsmanna til að kanna áhuga þeirra á áfangastöðum.

## Ritstjórn

Sérstök ritstjórn U3A félaga sér um útgáfu Fréttabréfs U3A. Því er ætlað að vera vettvangur fræðslu og upplýsinga um málefni fólks á þriðja æviskeiðinu með virkni í fókus. Þar verða birtir fjölbreyttir pistlar og greinar um mál sem varða eldra fólk og tækifæri sem standa þeim til boða, jafnt fyrir sem eftir að hefðbundnu starfi lýkur. Þá birtir Fréttabréfið pistla um þróun mála eldri borgara innanlands sem erlendis. Félagar U3A Reykjavík eru hvattir til að koma með tillögur um umfjöllunarefni. Öll fréttabréfin má nálgast á vef U3A Reykjavík.

Ritstjóri Fréttabréfsins er Hjördís Hendriksdóttir, [hjordis.hendriks@outlook.com](mailto:hjordis.hendriks@outlook.com) og aðrir í ritstjórn eru þau Emil B. Karlsson, Hans Kristján Guðmundsson, Ingibjörg Rannveig Guðlaugsdóttir, Jón Ragnar Höskuldsson og Viðar Eggertsson.

## Námskeið

Í október 2025 voru haldin stutt námskeið undir heitinu: *Gervigreind og spjallbottar* sem Jón Ragnar Höskuldsson og Einar Sveinn Árnason sáu um. Námskeiðið var hugsað fyrir byrjendur með enga reynslu hafa af notkun spjallbotta, farið var í undirstöðuatriði, kynnt helstu hugtök í notkun spjallbotta og leiðbeint um aðgang og notkun á hugbúnaðinum. Námskeiðin voru alls þrjú og alltaf fullsetið. Jón Björnsson flutti námskeið sitt um Engla á tveimur fundum í október og nóvember við góðar undirtektir.

Námskeið eru ein leið til að ná markmiðum U3A um fræðslu og virkni félagsmanna og það væri góð viðbót við félagsstarfið að efla námskeiðahald á komandi ári.

## Innlend samskipti – Kynningarstarf

Heimasíða U3A Reykjavík gegnir mikilvægu hlutverki í að miðla upplýsingum um viðburði til félagsmanna. Þar eru allir viðburðir á vegum félagsins auglýstir og þar birtast fréttir af viðburðum sem eru á döfnni. Á heimasíðunni eru einnig upplýsingar um sögu félagsins og um verkefni sem U3A Reykjavík hefur tekið þátt í. Þar gefst áhugasömum tækifæri til að gerast félagi með einum smelli.

U3A Reykjavík er hluti af tengslaneti Fjölmiðlanefndar TUMA. Hlutverk tengslanetsins er að auðvelda upplýsingaskipti milli þeirra aðila sem vinna að miðlalæsi á Íslandi og greiða fyrir samstarfi meðlima. Aðilar tengslanetsins miðla þar þekkingu, rannsóknnum, verkefnum og öðrum úrræðum sem tengjast tengslanetinu. Fulltrúi stjórnar U3A í TUMA er Guðrún Bjarnadóttir.

U3A Reykjavík er aðili að samtökunum Almannaheill. Um er að ræða samtök almannaheillafélaga og sjálfseignarstofnana sem ætlað er að vinna að heill ótiltekns fjölda einstaklinga án hagnaðarsjónarmiða. Á heimasíðu samtakanna segir: „Almannaheill – samtök þriðja geirans vinna að sameiginlegum hagsmunamálum fyrir almannaheillasamtök og sjálfseignarstofnanir sem starfa í almannabágu, vinna að sem hagfelldustu starfsumhverfi fyrir þessa aðila, styrkja ímynd þeirra, efla stöðu þeirra í samfélaginu og koma fram fyrir hönd þriðja geirans gagnvart opinberum aðilum og fjölmiðlum. Þá vinna samtökin að því að heildarlöggjöf verði sett um starfsemi frjálsra félagasamtaka, að skattaleg staða þeirra verði bætt, og að sýnileiki þriðja geirans í þjóðfélaginu verði aukinn.“

U3A Reykjavík á sæti í Öldungaráði Reykjavíkurborgar. Öldungaráð hefur verið fært undir Mannréttindaráð og hefur þar sérstakan fundartíma fyrir málefni sem heyra undir það. Ráðið er borgarstjórn, nefndum og ráðum borgarinnar til ráðgjafar um málefni og hagsmuni borgarbúa sem eru 67 ára og eldri. Ráðið er vettvangur samráðs borgarbúa sem eru 67 ára og eldri, félagasamtaka þeirra, atvinnulífs og borgaryfirvalda og er virkur þátttakandi í allri stefnumörkun málaflokksins. Öldungaráðið er skipað sjö fulltrúum. Viðar Eggertsson er fulltrúi U3A Reykjavík í ráðinu og Birna Sigurjónsdóttir til vara.

## Erlend samskipti



U3A Reykjavík er aðili að alþjóðasamtökunum AIUTA (International Association of Universities of the Third Age) sem eru samtök á annað hundrað U3A háskóla hvaðanæva í heiminum með milljónum þátttakenda. Meðfylgjandi mynd var tekin þegar Stefanía Traustadóttir sótti ráðstefnu samtakanna sem haldin var í Prag í október 2025. Á myndinni er hún með forseta Aiuta, François Vellas. Nánari upplýsingar um samtökin má finna á vefsíðu samtakanna <https://www.aiu3a.org/v2/index-en.html>



Meðal annarra tengsla U3A Reykjavík erlendis er hið afar virka tengslanet [Pass It On Network, PION](#), sem teygir sig til 68 landa um heim allan og fagnaði tíu ára tilvist á árinu 2023. Hans Kristján Guðmundsson hefur verið þar tengiliður fyrir Ísland síðustu árin. Markmið þessa tengslanets er fyrst og fremst að miðla hugmyndum og upplýsingum um það sem verið er að vinna víða um heim í málefnum efri áranna og þriðja æviskeiðsins og eru fjarfundir tengiliða haldnir mánaðarlega með opnum aðgangi til skoðanaskipta um þau mál sem eru á dagskrá hverju sinni. Auk þess er fréttum um málefni eldra fólks miðlað í fréttabréfinu [Global PIONeer Gazette](#). Fjallað er um starf PION á vef og í fréttabréfum U3A Reykjavík. Fundir PION, sem fara fram á Zoom, eru teknir upp og vistaðir á YouTube rás netsins, *Pass It On - YouTube*, og er þar hægt að skoða fjölmarga fundi, velja fund og hlusta.

Hægt er að finna frekari upplýsingar um [erlenda samstarfið](#) á vef U3A Reykjavík.

## Starfið framundan

Starf samtakanna hefur aukist og dafnað undanfarin ár og félögum hefur farið fjölgandi ár frá ári og eru þeir nú í mars 2026 tæplega 1.500 talsins. Fyrirlestradagskráin á þessu starfsári hefur verið mjög fjölbreytt svo sem sjá má í viðauka II.

Aðsókn á þriðjudagsfyrirlestrana hefur verið góð á starfsárinu eins og áður og í fjórðungi tilvika fyllir félagsfólk salinn til að hlýða á áhugaverða fyrirlestra. Hópastarfið hefur verið blómlegt í flestum hópum eins og fram kemur hér á undan.

Haldið verður áfram að streyma fræðslufyrirlestrum og hafa þá aðgengilega fyrir félagsmenn eftir flutning eins og verið hefur. LEB, landssamtök eldri borgara hefur áfram aðgang að upptökum og félög utan höfuðborgarsvæðisins geta sýnt þá sínu félagsfólki í sal.

Mikil vitundarvakning hefur orðið í samfélaginu um þriðja æviskeiðið og mikilvægi þess að vera virkur á þriðja æviskeiðinu. U3A mun halda áfram að þróast sem sívaxandi vettvangur fræðslu, upplýsinga, þekkingar og virkni hugans.

## Að lokum

Stjórn U3A Reykjavík vill að lokum þakka framlag félagsmanna og annarra sem gefið hafa vinnu sína í þágu samtakanna og formaður þakkar stjórnarmönnum sem leggja fram mikla sjálfboðavinnu við skipulag og framkvæmd viðburða.

U3A Reykjavík þakkar einnig aðstandendum félagsmiðstöðvarinnar í Hæðargarði 31 fyrir aðstöðu og annað sem þar er veitt án endurgjalds og fyrir það hlýja viðmót sem stjórn og félagar U3A Reykjavík hafa mætt þar síðan samtökin voru stofnuð.

Mars 2026

F.h. stjórnar U3A Reykjavík

Hjördís Hendriksdóttir, formaður