



HVATI

RIT ÍÞRÓTTASAMBANDS FATLAÐRA

2. TÖLUBLAÐ - 14. ÁRGANGUR 2004

AFMÆLISÚTGÁFA



Stærsti sigurinn er að vera með!

Úrvalið er hjá okkur!

 **RÚMFATA
LAGERINN**
HERBERGIÐ • BAÐIÐ • HEIMILIÐ
www.rumfatalagerinn.is

KAUPIÐ HEILDAREININGUNA Á ADEINS:

29.900,-

BAÐINNRETTING Á FRÁBÆRU VERÐI! „WATER-WHITE“
BADHERBERGISINNRETTING, EININGARNAR MÁ KAUPA ALLAR SAMAN EÐA STAKAR

Hár skápur
St. 30 x 166 x 35 sm.

7.500,-

Veggskápur
St. 30 x 64 x 20sm.

3.500,-

Vaskaskápur
St. 60 x 65 x 45 sm.

5.990,-

Vaskur

16.900,-

Spegill
St. 60 x 75 sm.

2.990,-

Ljósakappi
St. 60 x 18 x 2,8 sm.

4.990,-



HVATI

RIT ÍÞRÓTTASAMBANDS FATLAÐRA

2. TÖLUBLAÐ - 14. ÁRGANGUR 2004 - AFMÆLISÚTGÁFA

ÚTGEFANDI:

Íþróttasamband fatlaðra
Íþróttamiðstöðinni
Laugardal
104 Reykjavík
Sími: 514-4080
Myndsendir: 514-4081
Netfang: if@isisport.is
Veffang: www.isisport.is/if

RITSTJÓRI:

Sveinn Áki Lúðvíksson

RITNEFND:

Anna K. Vilhjálmsdóttir
Gísli Jóhannsson
Jóhann Arnarson

UMBROT:

Ábendi ehf. - Jens Ólafsson

PRENTUN:

Prentsmiðja Morgunblaðsins



EFNISYFIRLIT:

Jafnfætis öðrum	7
Allir eiga erindi á keppnisvöllinn	9
Ólympíumót fatlaðra 2004	10
Stóri draumurinn sem rættist	13
Sælkerakvöld á Broadway til stuðnings starfi ÍF	15
Íþróttamaður og íþróttakona ársins 2004	16
Guðrúnarbikarinn 2004	17
VISA Ísland og ÍF gera með sér samstarfssamning	17
Keppnin „Sterkasti fatlaði maður heims 2004“	19
15 ára starfsemi Special Olympics á Íslandi	21
Alþjóðavetrarleikar Special Olympics í Japan	22
Spennandi þróunarstarf í Hestamiðstöðinni í Saltvík	23
Siglingar fyrir alla	25
Múrbrjóturinn	25
Íslandsleikar Special Olympics í knattspyrnu utanhúss	27
Svipmyndir frá Ólympíumóti fatlaðra í Aþenu 2004	28
Íþróttasamband fatlaðra 25 ára	31
Ný sundlaug í Laugardal	33
Val á íþróttamanni ársins	33
Mót ÍF innanlands 2004	35
Að vera áhorfandi á Ólympíumóti fatlaðra í Aþenu 2004	37
Frá Félagi íslenskra sjúkrahjálfa	37
Mót ÍF innanlands 2004	39
Global Games - Heimsleikar þroskaheftra í Bollnes	40
Fækkun íslenskra keppenda í sundi á Ólympíumótum fatlaðra frá 1992 til 2004	44
Kristín Rós fær Sportstar verðlaunin	44
Sumarbúðir Íþróttasambands fatlaðra á Laugarvatni	45
Brot úr ferðalagi	46
Viðburðaríkt ár	46

Forsíðumyndin er af keppendum á Ólympíumóti fatlaðra í Aþenu 2004. Í baksýn má sjá rústir Akropolis.

Íþróttasamband fatlaðra (ÍF) var stofnað 17. maí 1979. ÍF er eitt af sérsamböndum innan Íþróttasambands Íslands (ÍSí) og hlutverk þess er að annast íþróttastarf fatlaðra á Íslandi og erlendis. ÍF er aðili að Alþjóðáólympíuhreyfingu fatlaðra og Special Olympics International.

Íþróttafélög innan ÍF eru: Þjótur, Akranesi – Kveldúlfur, Borgarnesi– Sól, Snæfellsbæ – Íþróttadeild fatlaðra, Stykkishólmi – Ívar, Ísafirði – Gróska, Sauðárkróki – Snerpa, Siglufirði – Akur, Akureyri – Eik, Akureyri – Bocciadeild Völsungs, Húsavík – Örvar, Egilsstöðum – Viljinn, Seyðisfirði – Ægir, Vestmannaeyjum – Suðri, Selfossi – Gnýr, Sólheimum Grímsnesi – Nes, Suðurnesjum – Fjörður, Hafnarfirði – Gáski, Mosfellsbæ – Björk, Reykjavík – Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík – Íþróttafélag heyrnarlausra, Reykjavík – Ösp, Reykjavík.

Ritstjórnargrein

Ágæti lesandi.

Íþróttasamband fatlaðra hefur nú starfað í 25 ár. Áður höfðu nokkur íþróttafélög með íþróttir fyrir fatlaða starfað og eiga því íþróttir fyrir fatlaða á Íslandi sér 30 ára sögu. Aðildarfélagin eru nú 22.

Hugsun þeirra sem stofnuðu sambandið á sínum tíma var að bjóða fötluðu fólki að geta stundað íþróttir og keppt í þeim á sama hátt og aðrir landsmenn. Í upphafi var hugsunin sú að nota íþróttir sem lið í endurhæfingu þeirra sem fatlaðir voru og um leið rjúfa félagslega einangrun þessa hóps. Fljótt kom í ljós að íþróttir hentuðu fötluðu fólki í miklu víðtækara samhengi og, eins og með alla aðra, eykur hreyfing áræði, þol og framfarir og hafa fatlaðir einstaklingar notfært sér þetta til að bæta heilsu sína, auka mátt sinn og til að njóta keppni við jafningja. Í sumum tilvikum hafa íþróttirnar gjörbreytt lífi einstaklinga og t.d. var fremsti spretthlauparinn á Ólympíuleikunum 1936 í Berlín, Jesse Owens, með lömunarveiki þegar hann var ungur.

Einnig hafa íþróttir fatlaðra gert það að verkum að minni kostnaður fellur á þjóðfélagið í formi sjúkrahúss- og lyfjakostnaðar og annarra þátta sem þjóðfélagið veitir. Í Ástralíu voru gerðar rannsóknir á þessum þætti og kom í ljós að við hverja 1 milljón dollara sem var eytt í íþróttaiðkun spöruðust 10 milljónir á öðrum vettvangi. Einn þáttur verður þó ekki metinn og er hann sá hversu nýtari þjóðfélagsþegnar þeir verða sem stunda íþróttir og þurfa þar af leiðandi oft á minni aðstoð að halda.

Það sem þó stendur upp úr er hin góða frammistaða okkar fólks í gegnum árin, dugnaður á mótum jafnt innanlands sem utan og hafa margir fatlaðir íþróttamenn aukið hróður Íslands með frábærri frammistöðu og framkomu.

Íþróttasamband fatlaðra hefur gefið út tímaritið Hvata sl. 14 ár. Í Hvata er leitast við að koma með fróðleik og upplýsingar um helstu mál sem snúa að sambandinu og íþróttum fatlaðra bæði í máli og myndum.

Eins og áður er getið þá fagnar Íþróttasamband fatlaðra á Íslandi 25 ára afmæli á þessu ári. Þessum

Í sumum tilvikum hafa íþróttirnar gjörbreytt lífi einstaklinga og t.d. var fremsti spretthlauparinn á Ólympíuleikunum 1936 í Berlín, Jesse Owens, með lömunarveiki þegar hann var ungur.

tímamótum hefur verið fagnað með margvíslegum hætti. Árið hefur verið viðburðaríkt af þessum sökum en einnig vegna stórmóta sem hafa farið fram á árinu. Því ákvað stjórn ÍF að í stað jólablaðs Hvata kæmi út afmælisrit sem færi í dreifingu

með Morgunblaðinu. Með því vonumst við til að sem flestir landsmenn fái innsýn í starf okkar og aðildarfélaga okkar.

Og viðburðirnir hafa verið margir. Bæði hafa verið innlend mót sem og heimsóknir. Meðal heimsókna var heimsókn forseta IPC, sem er Ólympíuhreyfing fatlaðra. Með honum var í för forseti Evrópusamtakanna EPC. Var heimsókn þeirra ánægjuleg og árangursrík og áttu þeir marga fundi á meðan á dvöl þeirra stóð m.a. með forseta Íslands, menntamálaráðherra og fulltrúa ÍSÍ. Það sem forsetanum fannst þó einna markverðast frá heimsókninni var, að íþróttir fatlaðra koma frá íþróttahreyfingunni og eru hluti íþróttamála á Íslandi en ekki frá hagsmunasamtökum fatlaðra eins og tíðkast annars staðar. Þetta fannst honum til fyrirmyndar og sýna hversu framarlega Íslendingar stæðu í íþróttamálum, enda sýndi árangur fatlaðra íslenskra íþróttamanna á alþjóðavettvangi, að vel væri staðið að málum hér heima.

Þeir skoðuðu einnig sögu-sýningu frá starfi ÍF, heimsóttu íslensk fyrirtæki s.s. Össur og Orkuveitu Reykjavíkur á Nesjavöllum.

Það er ekki hægt að segja að einn einstakur atburður hafi verið hátindur ársins, svo margir hlutir gerðust. Má þar nefna Global Games í Svíþjóð, þar sem þroskaheftir kepptu á sínum heimsleikum og stóðu Íslendingarnir sig mjög vel. Þar bar hæst þrjú heimsmet Gunnars Arnar Ólafssonar sundkappa, sem stingur sér varla í laug án þess að setja met.

Eins var árangur íslenskra keppenda á Ólympíumótinu í Aþenu einstakur, þar sem 3 keppendur komu heim með 4 verðlaunapeninga, en það voru þau Kristín Rós Hákonardóttir, sem sýndi enn hvers hún er megnug með því að setja nýtt heimsmet í baksundi og fá 2. verðlaun í 100 m. bringusundi.

Jón Oddur Halldórsson þreytti sína frumraun á Ólympíumóti í 100 og 200 m hlaupi og náði silfurverðlaunum í báðum hlaupum og var meðal annars á undan þáverandi heims- og Ólympíumeist-



ara. Ekki amaleg byrjun! Einnig tók Jóhann Kristjánsson þátt í borðtennis, en í þeirri erfiðu íþróttagrein höfum við ekki átt keppendur lengi. Jóhann stóð sig frábærlega vel, spilaði í sterkasta riðlinum og tapaði naumlega á móti sigurvegurum mótsins. Þessir ungu menn sem voru að heyja sína frumraun eiga sannarlega eftir að sýna getu sína á næstu mótum!

En árangur Kristínar Rósar var sá sem vakti mesta athygli og að sigrar í baksundinu á nýju heimsmeti í erfiðasta flokknum þótti einstætt afrek. Allavega varð árangur hennar til þess að Eurosport ásamt Alþjóðaólympíuhreyfingunni (IOC) valdi hana fremstu íþróttakonu úr röðum fatlaðra í Evrópu. Var henni veitt viðurkenningin í Ólympíusafninu í Lausanne í október sl. við hátíðlega athöfn. Var Kristín Rós þar ásamt öllum fremstu íþróttamönnum Evrópu sem tóku þátt í Ólympíumótinu í Aþenu.

Einnig hefur Kristín Rós verið kjörin kona ársins á Íslandi af tímaritinu Nýju lífi. Kristín Rós er vel að þessum viðurkenningum komin enda frábær íþróttamaður og einstaklingur.

Í þessu blaði er aðeins stiklað á stóru og er það von okkar sem að þessu blaði stöndum að það verði til þess að varpa litlu ljósi á störf Íþróttasambands fatlaðra.

Um leið og ég þakka þjóðinni vinsemi og veittan stuðning í gegnum árin óska ég öllum landsmönnum velfarnaðar á komandi árum.

Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður Íþróttasambands fatlaðra.



Íslenski hópurinn á Ólympíumóti fatlaðra í Aþenu 2004.

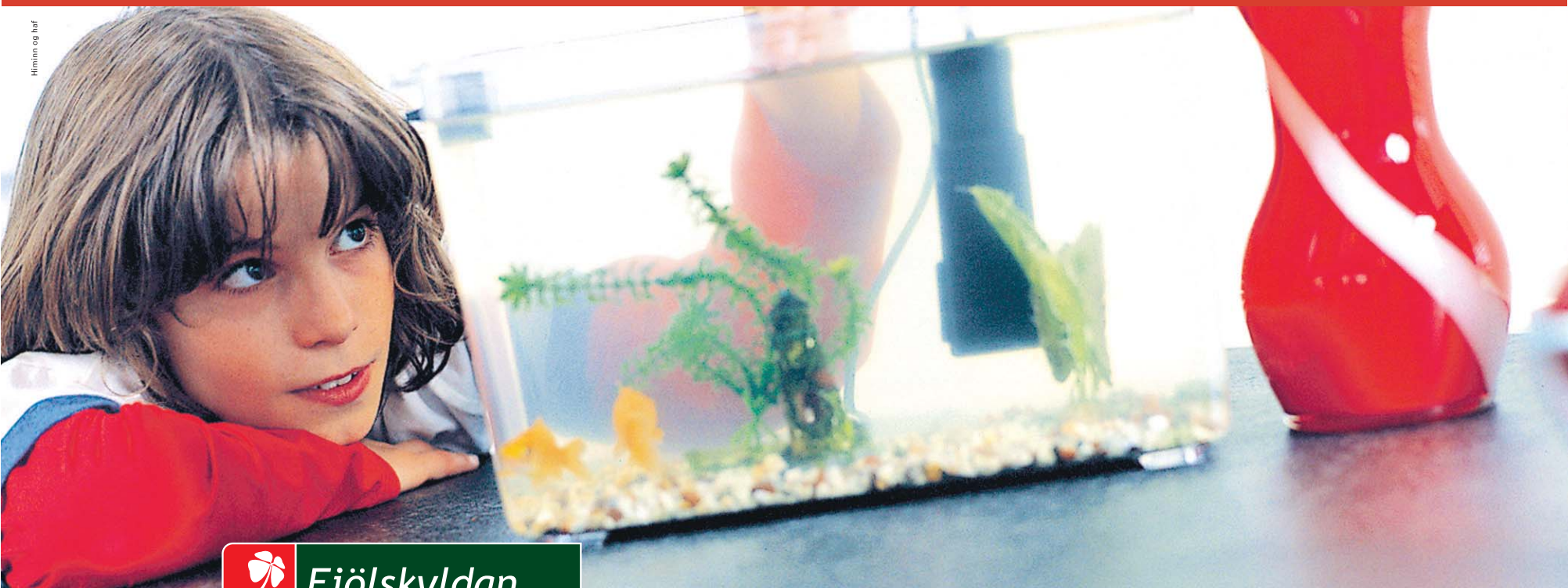
Byggingafélag
-fasteign til framtíðar-

SPARISJÓÐURINN

ÖBÍ

Ekki missa af endurgreiðslu!

Skráðu þig og þína í fjölskylduþjónustu SPRON



Fjölskyldan

Fjölskyldan hjá SPRON er sérstök þjónustuleið ætluð fjölskyldum af öllum stærðum og gerðum jafnt sem einstaklingum og er þjónustan án endurgjalds.

Ávinningur fjölskyldunnar getur orðið umtalsverður:

- 50% endurgreiðsla af öllum debetkortaárgjöldum fjölskyldunnar
- Endurgreiðsla á hluta af greiddum vöxtum vegna skuldabréfa, íbúðalána, yfirdráttar eða víxla fyrir skilvísa viðskiptavini.
- Tómskundastyrkir, vegleg gjöf við skráningu og fleira.

Með skráningu og skilvísi geturðu tryggt þér og þínum árlega endurgreiðslu.

 **spron**
– fyrir allt sem þú ert

Skráning í síma 550 1200, hjá þjónustuveri í síma 550 1400, á www.spron.is eða í næsta útibúi SPRON.

VIÐ STYÐJUM ÍÞRÓTTASAMBAND FATLAÐRA

Reykjavík

A. Wendel ehf, Sóltúni 1
AB varahlutir ehf, Bíldshöfða 18
Aðalblikk ehf, Vagnhöfða 19
Aldamót ehf, Síðumúla 21
Alefli ehf byggingaverktakar, Þverholti 15
Allrahanda/Ísferðir ehf, Hyrjarhöfða 2
Alsmíði ehf, Hamravík 62
Alþýðusamband Íslands, www.asi.is, Sætúni 1
Antik-bólstrun, Langholtsvegi 128
Antikmunir sf, Klapparstíg 40
Arkitektar Gunnar og Reynir sf, Laugavegi 32b
Arkitektastofa Finns og Hilmars sf, Bergstaðastræti 10
Arkís ehf, Aðalstræti 6
Asía ehf, veitingahús, Laugavegi 10
Áburðarverksmiðjan hf, Gufunesi v/Vesturlandsveg
Árbæjarapótek ehf, Hraunbæ 102b
Árni Reynisson ehf, Túngötu 5
Ársól sf, Efstalandi 26
Ásbyrgi, fasteignasala, Suðurlandsbraut 54
Áskirkja, Vesturbrún 30
Barnatannlæknastofan ehf, Faxafeni 11
Basecamp Ísland ehf, Bíldshöfða 18
Bending ehf, Bæjarflöt 8f
Betra líf ehf, Kringlunni 8
BGI málara ehf, Brekkubæ 17
Bifreiðabyggingar sf, Ármúla 34
Bifreiðaverkstæði H.P. ehf, Hamarshöfða 6
Bindir ehf, Stangarhyl 5
Bílahornið Stilling ehf, Skeifunni 11
Bílaleigan Hertz, Reykjavíkurlflugvelli
Bílamálun Halldórs Þ Nikulássonar, Funahöfða 3
Bílamálun Sigursveins Sigurðssonar, Skipasundi 30
Bílasala Íslands ehf, Skógarhlíð 10
Bílasalan Höfðahöllin ehf, Vagnhöfða 9
Bílasmiðurinn hf, Bíldshöfða 16
Bílastillingar Björns Steffensen, Hamarshöfða 6
Bílastjarnan, Bæjarflöt 10
Bjarni Guðmundsson, Hvassaleiti 18
Björgun ehf, Sævarhöfða 33
Björgvin Þorsteinsson hrl, Tjarnargötu 4
Björk, tóbaksverslun, Bankastræti 6
Björn Traustason ehf, Vogalandi 1
Blaðamannafélag Íslands, Síðumúla 23
Bláber ehf, Viðaríma 22
Blikksmiðja Austurbæjar ehf, Súðavogi 6
Body shop
Bolur ehf, Guðríðarstíg 8-10
Borgarholtsskóli, Mosvegi
Bókadrekin ehf, Vatnagörðum 14
Bókhaldsstofa Ingimundar T Magnússonar, Ármúla 15
Bókhaldspjónustan Viðvík ehf, Skeifunni 4
Brauðhúsið ehf, Efstalandi 26
Breiðholtskirkja, Þangbakka 5
BSRB, Grettisgötu 89
BT-sögun ehf, Tangarhöfða 6
Búseti svf, húsnæðissamvinnufélag, Skeifunni 19
Dagvist barna, Hafnarhúsinu Tryggvagötu 17
Dansskóli Jóns Péturs og Köru sf, Bolholti 6
DS lausnir ehf, Miðtúni 52
Dúndur ehf, Hlaðbæ 15
Dýraríkið ehf, Fells múla 26
Effect hársnyrtistofa, Bergstaðastræti 10a
Efling stéttarfélag, Sætúni 1
Efnamóttakan hf, Gufunesi
Eignamiðlunin ehf, Síðumúla 21
Eignarhaldsfél Kirkjuhvoll ehf, Kirkjutorgi 4
Endurskoðendapjónustan ehf, Skipholti 50d
Endurskoðun Hjartar Pjeturs ehf, Súðarvogi 7
Endurskoðun og Fasteignir ehf, Álftheimum 17
Endurskoðun og reikningsskil hf, Stangarhyl 5
Endurskoðunarskrifstofa, Laugavegi 178
ERF ehf, Rauðagerði 39
Fagtún ehf, Brautarholti 8
Fakta ehf, Hólavallagötu 11
Fasteignasalan Bifröst ehf, Vegmúli 2
Fasteignasalan Fasteign.is ehf, Borgartúni 22
Fasteignasalan Garður ehf, Skipholti 5
Fasteignasalan Miðborg ehf, Suðurlandsbraut 4a
Faxavélar hf, Funahöfða 6
Feró ehf, Steinaseli 6
Ferskar kjötvörur hf, Síðumúla 34
Félag bókagerðamanna, Hverfisgötu 21
Félag íslenskra hljómlistarmanna, Rauðagerði 27
Félag járníðnaðarmanna, Borgartúni 30
Félag múslima á Íslandi, Dalseli 34
Félag pípulagningameistara, Skipholti 70
Félagsbústaðir hf, Hallveigarstíg 1
Fiskbúð Einars, Háteigsvegi 2
Fiskbúðin, Freyjugötu 1

Fiskbúðin Hafrún ehf, Skipholti 70
Fiskiðjan Reykás ehf, Grandagarði 33
FisMac ehf, Fiskislóð 83
Fjarhitun hf, Suðurlandsbraut 4
Fjármál heimilanna ehf, Funafold 21
Fjármálaeftirlitið, Suðurlandsbraut 32
Flugskóli Íslands hf, Reykjavíkurlflugvelli
Focus-tölvuvörur ehf, Blesugróf 19
Fraktlausnir ehf, Skútuvgi 12e
Framvegis-miðstöð um símenntun, Síðumúla 6
Fröken Júlía ehf, Mjódd
Fullorðinsfræðsla fatlaðra, Borgartúni 22
Fulltingi ehf, Suðurlandsbraut 18
Færeyska sjómannaheimilið, Brautarholti 29
Fönix ehf, heimilistækjaverslun, Hátúni 6a
G Hannesson Company ehf, Borgartúni 23
G.S. varahlutir, Bíldshöfða 14
Gallabuxnabúðin Kringlunni, Kringlunni 4-12
Gallery Sautján
GÁB ehf, Faxafeni 11
Gáski ehf, Bolholti 6-8
GB tjónaviðgerðir ehf, Draghálsi 8
Geislatækni ehf Laser-pjónustan, Krókhálsi 5b
Gissur og Pálmi ehf, byggingaverktaki, Álfabakka 14a
Gítarskóli Ólafs Gauks, Síðumúla 17
Gjögur ehf, Grenivík, Kringlunni 7
GlaxoSmithKline, Þverholti 14
Gleraugnasalan ehf, Laugavegi 65
Gluggahreinsun Loga, Funafold 4
GP arkitektar, Suðurlandsbraut 4
Grant Thornton endurskoðun ehf, Suðurlandsbraut 20
Greiddan, hárgreiðslustofa, Háaleitisbraut 58-60
Gró ehf, Skútuvgi 10b
Guðmundur Arason ehf - smíðajárn, Skútuvgi 4
Guðmundur Jónasson ehf, Borgartúni 34
Guðrún ehf. tískuverslun, Rauðarárstíg 1
Gullbrá ehf, snyrtivöruverslun, Nóatúni 17
Gullnáman, Tjarnargötu 4
Gunnar Rósarson Tangó ehf, Vegmúla 2
Gústaf Þór Tryggvason, Tjarnargötu 10d
Gæðafæði ehf, Bíldshöfða 14
Gæfumunir ehf, Grandavegi 47
Hafgæði sf, Fiskislóð 28
Halli gullsmiður, Skólavörðustíg 8
Hampiðjan hf, Bíldshöfða 9
Haukur Randversson, Smáraríma 20
Hárgreiðslustofan Stubbalubbar, Barðastöðum 1-3
Hármiðstöðin, hárgreiðslustofa, Hrístateigi 47
Háskólafljölritun ehf, Fálkagötu 2
HBH Veitingar ehf, Skólabrú 1
Heilsubrunnurinn ehf, Kirkjuteigi 21
Heimilisprýði, v/Hallarmúla
Hersir-ráðgjöf og þjónusta ehf, Suðurlandsbraut 12
Heyrnartækni ehf, Álftheimum 74
HGK ehf, Laugavegi 13
Hitastýring hf, raftækjavinnustofa, Þverholti 15a
Hjálpræðisherinn, Garðastræti 38
Hópfæðamiðstöðin ehf, Hesthálsi 10
Hótel Jörð, gistiheimili, Skólavörðustíg 13a
Hótel Óðinsvé hf, Þórsgötu 1
Hótel Reykjavík hf, Rauðarárstíg 37
Hraði hf, fatahreinsun, Ægissíðu 115
Hraðmyndir ehf, Hverfisgötu 59
Hreinsitækni ehf, Stórhöfða 35
Hreyfimyndasmiðjan ehf, Garðsenda 21
Hringsjá, starfspjálfun fatlaðra, Hátúni 10b
Hugmót ehf, Skipholti 29
Hundasnyrtistofan ehf, Dugguvogi 2
Húsafriðunarnefnd ríkisins, Suðurgötu 39
Húsakaup, Suðurlandsbraut 52
Húsaklæðning ehf, Ingólfsstræti 3
Húsalagnir ehf, Súðarvogi 7
Húsmæðrafélag Reykjavíkur, Baldursgötu 9
Húsun ehf, Hamarshöfða 6
Húsvirki, verktaki, Lágmúli 5
Hverfisbarinn ehf, Hverfisgötu 20
Höfðakaffi ehf, Vagnhöfða 11
Höfði fasteignamiðlun ehf, Suðurlandsbraut 20 og Bæjarhrauni 22
Hönnun hf, Grensásvegi 1
Icon auglýsingahús, Laugavegi 26
Iðntré ehf, Kambaseli 69
IMG þekkingarsköpun hf, Laugavegi 170
Innheimtustofnun sveitarfélaga, Lágmúla 9
Internet á Íslandi, Isníc, Dunhaga 5
ISS Ísland ehf, Ármúla 40
Ísdekk ehf, Tunguhálsi 8
Íslandsbanki hf, Stórhöfða 17
Íslandsbanki hf, Háaleitisbraut 58
Íslenska umboðssalan hf, Krókhálsi 5f
Ísloft blikk- og stálsmiðja ehf, Bíldshöfða 12
Ísólfur Pálmarrson-hljóðfærumboð sf, Skipholti 5

Jafnfætis öðrum

Um leið og ég fagna tuttugu og fimm ára afmæli Íþróttasambands fatlaðra, furða ég mig á því, að þá fyrst, fyrir aldarfjórðungi, hafi vaknað skilningur og framtak til að sinna fötluðum í íþróttum, nær sjötíu árum eftir stofnun ÍSÍ, átta árum eftir að ég sjálfur lagði skóna á hilluna, ekki nema tíu árum áður en ég settist í stjórn Íþróttasambands Íslands. Og þó voru íþróttir í öndvegi alla öldina, sókn og metnaður og skilningur á gildi hreyfingar og líkamsræktar og mikið fyrir íþróttafólk gert.

En í allan þennan tíma sátu fatlaðir á lengdar; án þátttöku, án samtaka, án aðgerða innan og utan hinnar skipulögðu íþróttahreyfingar.

Þess heldur er ástæða til að þakka forystumönnum og öllu því góða fólki, sem stóð að og stuðlaði að skipulögðu starfi fyrir fatlað íþróttafólk, þakka Íþróttasambandi fatlaðra fyrir tilveru sína og tilgang, störf og stjórnun á þessum vettvangi. Sú starfsemi hefur stækkað og styrkt ímynd íþróttanna og ÍSÍ. En hún hefur að sjálfsögðu verið merkilegust og mikilvægust fyrir íþróttafólkið sjálft, sem ekki hefur getað gengið heilt til skógar í sinni lífsbaráttu, en hefur engu að síður fengið tækifæri til að njóta æfinga og keppni og lífsfyllingar á vettvangi

Sérstök íþróttafélög, víðsvegar um landið, hafa sprottið upp og sinnt sínu heimafólki og ÍF hefur, af stórhug og djörfung, skapað verkefni fyrir afreksfólk á alþjóðavettvangi, sem aftur hefur leitt til þess að mörg af okkar mestu og bestu afrekum í íþróttum hafa verið unnin af fötluðu íþróttafólki. Sérstök ástæða er til að nefna frammistöðu Kristínar Rósar og þær viðurkenningar sem henni hafa hlotnast.

Íþróttaiðkunar. Sérstök íþróttafélög, víðsvegar um landið, hafa sprottið upp og sinnt sínu heimafólki og ÍF hefur, af stórhug og djörfung, skapað verkefni fyrir afreksfólk á alþjóðavettvangi, sem aftur hefur leitt til þess að mörg af okkar mestu og bestu afrekum í íþróttum hafa verið unnin af fötluðu íþróttafólki.

Sérstök ástæða er til að nefna frammistöðu Kristínar Rósar og þær viðurkenningar sem henni hafa hlotnast.

Störf Íþróttasambands fatlaðra einkennast af alúð og nærgætni, metnaði og góðu skipulagi og það er heiður fyrir Íþrótt- og Ólympíu-samband Íslands að eiga sam-



bandið að og geta ljáð því stuðning. Þar standa fatlaðir jafnfætis öðrum, með skyldum og réttindum og ábyrgð, sem hver og einn í röðum ÍF hefur fyllilega unnið til.

Ég sendi mínar bestu kveðjur í tilefni afmælisins

Ellert B. Schram, forseti ÍSÍ.



Morgunblaðið



*„gamlir skór
falla best að fæti“*

Grillið - sprengdi skalann!

„Grillið á Hótel Sögu er samnefnari fyrir lúxus í veitingum. Þar fellur allt í einn og sama farveg glæsibragis, allt frá virðulegum húsakynnum og víðáttumiklu útsýni yfir í frábæra þjónustu og matreiðslu á heimsmælikvarða. Það er gott að vita af svona klassa hér á landi. Í rauninni sprengir Grillið fimm stjörnu skalann, sem notaður hefur verið í þessum flokki greina um veitingahús ★★★★★★ ...“

- Jónas Kristjánsson matargagnrýnandi

Allir eiga erindi á keppnisvöllinn

Fáum er gefið að breyta sýn heillar þjóðar, færa samfélaginu ný gildi, skapa gleði og stolt í hugum þúsundanna, sanna að áhugi og einbeitni eru forsenda betri heilsu, festa í sessi þann skilning að þátttakan er sigrinum æðri, að íþróttir eru ekki forréttindi hinna ófötlðu heldur á hver og einn erindi á keppnisvöllinn.

Öllu þessu hefur Íþróttasamband fatlaðra áorkað á merkum ferli. Í aldarfjórðung hefur starf þess markað djúp spor, spunnið sterka þræði úr íþróttanda og samfélags-hugsjón okkar Íslendinga; náð að umbreyta viðhorfum og væntingum þjóðarinnar.

Nú er fötlun ekki lengur talin hindrun. Nú kappkostum við að veita öllum tækifæri til að vera með. Nú fögnum við árangri á mörgum sviðum sem áður voru utangarðs.

Íþróttasamband fatlaðra hefur þjálfað þúsundir í ólíkum greinum og fært okkur keppnishetjur í

fremstu röð, afreksfólk sem borið hefur hróður lands og þjóðar um víða veröld, náð fjölda heimsmeta í íslenskar hendur.

Íþróttasamband fatlaðra hefur þjálfað þúsundir í ólíkum greinum og fært okkur keppnishetjur í fremstu röð, afreksfólk sem borið hefur hróður lands og þjóðar um víða veröld, náð fjölda heimsmeta í íslenskar hendur.

Þátttaka Íþróttasambands fatlaðra á Ólympíumótum og Special Olympics er burðarás í alþjóðastarfi íþróttafólks. Það hafa verið forréttindi að fylgja íslenska liðinu á slík mót og kynnast virðingu og aðdáun sem þau þar njóta. Ég þakka þá samfylgd og einnig gleði og samkennd sem keppendur hafa fært okkur Íslendingum.



Við vitum aldrei hvenær erfiðleika ber að garði, hvenær börn okkar, ættingjar eða vinir þurfa að glíma við fötlun eða andlega erfiðleika.

Vonin boðar þá birtu hins nýja dags; trúin á gjöfult líf verður vegnasti á langri leið.

Við getum treyst því að Íþróttasamband fatlaðra mun gera þá göngu gleðiríka

Ólafur Ragnar Grímsson.



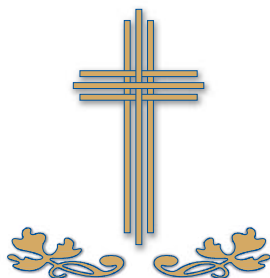
Forseti Íslands, hr. Ólafur Ragnar Grímsson, ásamt Arnold Schwarzenegger á Alþjóðaleikum Special Olympics árið 1999.

1X2

WWW.1X2.IS



HEREFORD
STEIKHÚS



ÚTFARARSTOFA
HAFNARFJARÐAR



Orkuveita
Reykjavíkur

Ólafur Magnússon, framkvæmdastjóri fjármála- og afrekssviðs ÍF

Ólympíumót fatlaðra 2004

Því fylgir ávallt kvíðablandin tilhlökkun að taka þátt í ólympíumóti fatlaðra hvort heldur hjá keppendum, fararstjórum, stjórn Íþróttasambands fatlaðra og þeim öðrum sem að undirbúningi íslensku ólympíumótsfaranna hafa staðið. Tilhlökkunin felst í að vera þátttakandi á stærsta íþróttamóti fatlaðra og sjá og upplifa allt það besta sem íþróttir fatlaðra hafa upp á að bjóða en jafnframt bíða keppendur, fararstjórar og aðrir með kvíðablandinni eftirvæntingu eftir að keppni hefjist. Þá fæst staðfesting á því hvort rétt hefur verið að undirbúningi staðið og hvort íslensku keppendurnir standa enn einu sinni undir þeim væntingum sem til þeirra eru gerðar.

Ísland hafði áunnið sér rétt til að senda fimm keppendur á 12. Ólympíumót fatlaðra sem fram fór í Aþenu í september sl. en vegna deilna Alþjóðaólympíuhreyfingar fatlaðra (IPC) og íþróttasamtaka þroskaheftra (INAS-Fid), um flokkunarmál, voru þroskaheftir íþróttamenn útilokaðir frá keppni að þessu sinni. Deila þessi upphófst eftir að upp komst að Spánverjar höfðu á Ólympíumótinu, sem fram fór í Sydney árið 2000, sent íþróttamenn til keppni þroskaheftra, sem ekki flokkuðust sem slíkir. Er upp um þessi svik komst krafðist stjórn IPC þess að INAS-Fid kæmi fram með flokkunarkerfi sem kæmi í veg fyrir að slíkt gæti endurtekið sig. Því miður höfðu deiluaðilar ekki enn komið sér saman um slíkt flokkunarkerfi áður en mótið í Aþenu hófst og því guldu þroskaheftir íþróttamenn um allan heim þessa gjörnings Spánverja. Vonandi sér nú fyrir enda á þessari deilu þannig að þroskaheftum íþróttamönnum verði gert kleift á ný að taka þátt í þeim mótum sem haldin eru á vegum IPC.

Aldrei höfðu því færri keppendur

frá Íslandi tekið þátt í ólympíumóti eða einungis þrír, en þeir voru Jóhann Rúnar Kristjánsson, sem keppti í borðtennis, Jón Oddur Halldórsson, sem keppti í frjálsum íþróttum, og Kristín Rós Hákonardóttir, sem keppti í sundi. Jón Oddur og Jóhann voru að taka þátt í sínu fyrsta ólympíumóti en Kristín Rós var að taka þátt í sínu fimmta. Með þátttöku sinni braut Kristín Rós blað í íþróttasögu fatlaðra því enginn fatlaður íþróttamaður hefur nokkru sinni tekið þátt í svo mörgum ólympíumótum. Hún tók fyrst þátt í mótinu sem fram fór í Seoul í Suður-Kóreu 1988, þá 17 ára gömul.

Óhætt er að fullyrða að Grikkir hafi komið öllum á óvart með því að standa að framkvæmd eins glæsilegasta ólympíumóts sem haldið hefur verið — vandamálin, sem búið hafði verið við, reyndust ekki til staðar og kæmu slík mál upp leysti gríska aðstoðarfélagið úr þeim á „sinn hátt“.

Forsmekkinn af því sem koma skyldi fengu þátttakendur síðan með glæsilegri opnunarhátíð, sem hófst með inngöngu fulltrúa þeirra

136 landa sem þátt tóku í mótinu. Á opnunarhátíðinni og nokkra fyrstu daga mótsins heiðruðu íslenska hópinn með nærveru sinni félagsmálaráðherra, hr. Árni Magnússon og frú, skrifstofustjóri ráðuneytisins, Þór Þórarinnsson og frú auk, eiganda



Röðun efstu þjóða í verðlaunasæti:

Nr.	Land	Gull	Silfur	Brons	Samtals
1	Kína	63	46	32	141
2	Bretland	35	30	29	94
3	Kanada	28	19	25	72
4	Bandaríkin	27	22	39	88
5	Ástralía	26	38	36	100

Norðurlöndin

21	Svíþjóð	8	7	6	21
29	Danmörk	5	3	7	15
33	Finnland	4	1	3	8
38	Noregur	3	1	1	5
47	Ísland	1	3	0	4
73	Færeyjar	0	0	1	1

Rúmfatalagersins, Jakúp Jacobsen og frú. Rúmfatalagerinn var aðalstyrktaraðili Íþróttasambands fatlaðra vegna undirbúnings og þátttöku sambandsins í mótinu.

Í þeirri glæsilegu umgjörð sem Grikkir höfðu skapað upplifði fólk síðan glæsileg afrek fatlaðra íþróttamanna. Hvort heldur fólk var þarna að upplifa ólympíumót fatlaðra í fyrsta sinn eða hafði verið viðstatt slíkt mót áður sem íþróttamaður, þjálfari, áhorfandi eða fjölmiðlamaður — að sjá fatlaða íþróttamenn framkvæma það sem ekki var talið mögulegt er ólýsanleg upplifun sem líður manni aldrei úr minni.

Árangur íslensku keppendanna var einkar glæsilegur þar sem Kristín Rós vann til einna gullverðlauna og einna silfurverðlauna auk þess að setja eitt heimsmet og Jón Oddur vann til tveggja silfurverðlauna á-

samt því að setja Íslands- og Norðurlandamet í þeim greinum, er hann tók þátt í. Jóhann Rúnar veitti og andstæðingum sínum harða keppni í sínum flokki í borðtenniskeppninni þó svo hann tapaði öllum sínum leikjum.

Íþróttasamband fatlaðra vill að lokum koma á framfæri þakklæti til samstarfsaðila sinna og annarra stuðningsaðila fyrir ómetanlegan stuðning við þátttöku Íslands á þessu 12. Ólympíumóti fatlaðra Einnig færum við tengilið Íslands við framkvæmdanefnd Ólympíumótsins og sérlegum aðstoðarmanni íslenska hópsins, Irenu Lypropolus, þakkir fyrir hennar aðstoð og síðast en ekki síst íþróttafólkinu sjálfu og þjálfurum þess fyrir þeirra þátt í þeim glæsilega árangri sem náðist í Aþenu — til hamingju



Kristín Rós Hákonardóttir og Jón Oddur Halldórsson með verðlaunapeninga sína.



Sund: Kristín Rós Hákonardóttir (flokkur S7)

Keppnisgreinar	Besti árangur	Árangur ÓL 2004
50 m skriðsund	0:35,63 Íslandsmet	0:35,47 Íslandsmet, 4. sæti
100 m skriðsund	1:16,81 Íslandsmet	1:17,26 5. sæti
100 m baksund	1:25,83 Heimsmet	1:25,56 Heimsmet, 1. sæti
100 m bringusund	1:35,64 Heimsmet	1:38,84 2. sæti



Frjálsar íþróttir: Jón Oddur Halldórsson (flokkur T35)

Keppnisgreinar	Besti árangur	Árangur ÓL 2004
100 m hlaup	13,45 Íslandsmet	13,36, Íslands- og Norður-landamet, 2. sæti
200 m hlaup	27,78 Íslandsmet	27,27, Íslands- og Norður-landamet, 2. sæti

Borðtennis: Jóhann Rúnar Kristjánsson (flokkur C2)

Árangur ÓL 2004

Frakkland: 1 : 3 (11 – 3, 7 – 11, 7 – 11, 7 – 11)
Japan: 0 : 3 (9 - 11 , 7 - 11, 7 - 11)
Suður-Kórea: 0 – 3 (10 – 12, 8 – 11, 6 – 11)

(Þess ber að geta að allir þeir einstaklingar sem Jóhann keppti á móti voru hærri á styrkleikalista Alþjóðaborðtennisnefndar fatlaðra, en þar skipaði Jóhann 22. sætið)



Félagsmálaráðuneytið óskar Íþróttasambandi fatlaðra og viðkomandi íþróttamönnum hjartanlega til hamingju með frábæran árangur á Ólympíumóti fatlaðra í Apenu í sumar

VIÐ STYÐJUM ÍÞRÓTTASAMBAND FATLAÐRA

Íspólar ehf, Grandagarði 14
Íþróttafélagið Fylkir, Fylkisvegi 6
J. S. Gunnarsson hf, Fossaleyni 10
Jón Ásbjörnsson hf, Geirsgötu 11
Jón Ól. Þórðarson ehf, Barónsstíg 5
Kaldalónsútgáfan sf, Bauganesi 29
Kafólska kirkjan á Íslandi, Hávallagötu 14-16
Kerfispróun ehf, Fákafeni 11
Kjaran ehf, Síðumúla 12-14
Kjartan Gunnarsson, Starhaga 4
Kjöthöllin ehf, Skipholti 70 og Háaleitisbraut
Klapparholt ehf, Esjugrund 68
Klébergsskóli
Knattspyrnufélagið Víkingur, Traðarlandi 1
Knattspyrnusamband Íslands, Laugardal
Kópsson - Bílaþrif, Bildshöfða 6
KPMG endurskoðun hf, Borgartúni 27
Krabbameinsfélag Íslands, Skógarhlíð 8
Kraftur hf, Vagnhöfða 1
Krydd og Kaviar ehf, Reykjavíkurlflugvelli
Kynning og markaður - KOM ehf, Borgartúni 20
Kælivélar ehf, Hryggjarseli 10
Lagastoð ehf, Lágmúla 7, 6. hæð
Landbúnaðarráðuneytið, Sölvhólsgötu 7
Landslag ehf, Þingholtsstræti 27
Landssamband hestamannafélaga, Engjavegi 6
Langholtskirkja, Sólheimum 13
Laugarneskirkja, Kirkjuteigi
Láshúsið ehf, Bildshöfða 16
Leðurverkstæðið Víðimel 35 sf, Víðimel 35
Legalis lögmannsstofan, Lágmúla 7
Leikskóli KFUM og KFUK, Holtavegi 28
Lindin, kristið útvarp FM 102,9, Krókhálsi 4
Linsur og Gleraugu ehf, Laugavegi 60
List og saga ehf, Engjaseli 41
Listakot leikskóli, Holtsgötu 7
Listasafn Hótel Holt ehf, Bergstaðastræti 37
Listdansskólinn, Engjateigi 1
Litli söðlasmiðurinn, D-Tröð 1
Lífstykkjabúðin ehf, Laugavegi 4
Ljósabær ehf, Faxafeni 14
Logoflex ehf, Höfðabakka 9
Lyfjadreifing ehf, Krókhálsi 14
Lyngvík ehf, Síðumúla 33
Lýsing hf, Suðurlandsbraut 22
Lögfræðiskrifstofa Arnar Clausen, Barónsstíg 21
Lögfræðistofa Kristjáns Stefánssonar, Austurstræti 10a
Lögmannsstofan Nestor ehf, Laugavegi 182
Lögmenn Fortis ehf, Laugavegi 7
Löndun ehf, Kjararvogi 21
M3 arkitektar ehf, Laugavegi 59, 2 hæð
Magnús og Steingrímur ehf, Bildshöfða 12
Margt smátt ehf, Guðríðarstíg 6-8
Markaðsráðgjöf ehf, Lyngrima 3
Málmsteypa Ámunda Sigurðssonar, Skipholti 23
Málningaþjónustan Litaval ehf, Garðsstöðum 44
Mánafoff ehf, Bolholti 4
Már Vilhjálmsson, Heiðargerði 78
MEBA - Magnús E. Baldvinsson ehf, Kringlunni 8-12
Menntamálaráðuneytið, Sölvhólsgötu 4
Menntaskólinn í Reykjavík, Lækjargötu 7
Menntaskólinn við Hamrahlíð, Hamrahlíð 10
Merki og myndhönnun ehf, Skeifunni 8
Miðaprentun ehf, Vagnhöfða 7
Mjólkursamsalan í Reykjavík, Bitruhálsi 1
Móa ehf, Hverfisgötu 103
MP Fjárfestingarbanki hf, Skipholti 50d
Múr- og málningarþjónustan Höfn ehf, Réttarhálsi 2
Nikita ehf, Skipholti 25
Nonnabiti, Hafnarstræti 11
NOW VÍTAMÍN
Nói-Síríus hf, Hesthálsi 2-4
Oddgeir Gylfason, tannlæknir, Síðumúla 28
Olíudreifing ehf, Gelgjutanga
Orkuvirki ehf, Tunguhálsi 3
Ortis ehf, Faxafeni 11
Ottó B. Arnar ehf, Ármúla 29
Ólafur G Gústafsson hrl, Kringlunni 7
Ólafur Þorsteinsson ehf, Vatnagörðum 4
Ósal ehf, Tangarhöfða 4
Pallaþjónustan ehf, Eyjarslóð 1
Phanom ehf, Laugavegi 103
Plastco ehf, Skútuvogi 10c
Plúsmarkaðurinn, Hátúni 18b
Port-verslunarfélag ehf, Síðumúla 34
Pottþétt ehf, Hjalalandi 30
Poulsen ehf, Skeifunni 2
Prentsmiðjan Gutenberg ehf, Síðumúla 16-18
Pökkun og flutningar ehf, Smiðshöfða 1
Rafás, rafverktaki, Fjarðarási 3
Rafbjarg ehf, Fiskakvísl 6

Rafey ehf, Hamrahlíð 33a
Rafha ehf, Suðurlandsbraut 16
Rafhönnun hf, Ármúla 42
Rafiðnaðarskólinn ehf, Skeifunni 11b
Raflagnir Íslands ehf, Hamarshöfða 1
Raf-Ós hf, Kambaseli 21
Rafstilling ehf, Dugguvogi 23
Rafsvið sf, Haukshólum 9
Rafteikning hf, Suðurlandsbraut 4
Raftíðni ehf, Eyjarslóð 3
Raftæknistofan, Grensásvegi 3
Raftækniþjónusta Trausta ehf, Síðumúla 9
Rafverk hf, Skeifunni 3e
Rafverk sf, Ármúla 40
Rafvirkjaþjónustan ehf, Torfufelli 11
Raförninn ehf, Suðurhlíð 35
Rakarastofan Dalbraut ehf, Dalbraut 1
Reiknistofa bankanna, Kalkofnsvegi 1
RETRO, Kringlan og Smáralind
Reykjaprent ehf, Síðumúla 14, 2. hæð
Reykjavíkurhöfn, Hafnarhúsinu Tryggvagötu 17
Reykjavíkurprófastsdæmi eystra, Þangbakka 5
Réttingaverkstæði Bjarna Gunnarssonar ehf, Bildshöfða 14
Rikki Chan, veitingasala, Kringlunni og Smáratorgi
RST Net ehf, Smiðshöfða 6
Rögn, heildverslun, Ármúla 17a
S. M. verktakar sf, húsasmiði, Þverási 15
S.B.S. innréttingar, trésmiðja, Hyrjarhöfða 3
Salatbarinn ehf, salatbarinn.is, Faxafeni 9
Salon Ritz ehf, Laugavegi 66
Samband íslenskra bankanna, Nethyl 2
Samfylkingin, Hallveigastíg 1
Samtök um kvennaathvarf
Scannar á Íslandi ehf, Grandagarði 1a
Schomburg-Ísland ehf, Kristnibraut 29
Securitas hf, Síðumúla 23
Seljakirkja, Hagaseli 40
Setberg, bókaútgáfa, Freyjugötu 14
SFR stéttarfélag í almannaðjónustu, Grettisgötu 89
Sigurborg ehf, Grandagarði 11
Sigurraf ehf, Stararima 5
SíBS, Síðumúla 6
Sínus ehf, Grandagarði 1a
Sjálfsbjörg, landssamband fatlaðra, Hátúni 12
Sjálfstæðisflokkurinn, Háaleitisbraut 1
Sjómannafélag Reykjavíkur, Skipholti 50d
Skandinavía leikir ehf, Vegmúla 2
Skóverslunin Bossanova, Bankastræti 4
Skyggna-Myndverk ehf, Skipholti 17
Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins bs, Skógarhlíð 14
Smárin ehf, Bildshöfða 14
Snyrtistofan Gyðjan ehf, Skipholti 50d
Sólbaðsstofan Smart ehf, Grensásvegi 7
Sónn, verkstæði, Einholti 2
Sprinkler pípulagnir ehf, Bildshöfða 18
SR múr ehf, Hverafold 25
Stallur ehf, Viðarrima 21
Stapi ehf, jarðfræðistofa, Ármúla 19
Stálvídd ehf, Fiskislóð 22
Stillur sf, Dýri Guðmundsson endurskoðandi, Grensásvegi 16
Straumur ehf, umboðs- og heildverslun, Höfðabakka 9
Stuðlar, meðferðarstöð ríkisins fyrir unglinga, Fossaleyni 17
Styrktarfélag vangefinna, Skipholti 50c
Sundlaugar í Laugardal, Sundlaugavegi 32
Svanur Ingimundarson málari, Fiskakvísl 13
Svefn og heilsa ehf, Engjateigi 17-19
Sveinsbakarí, Arnarbakka 4-6
Sviðsmyndir ehf, Skútuvogi 4
Sýningakerfi hf, Sóltúni 20
Sængurfatagerðin, Baldursgötu 36
Sölkubækur ehf, Skólavörðustíg 4
Talakönnun hf, Borgartúni 23
Tandur hf, Hesthálsi 12
Tankahreinsun ehf, Skeljagranda 7
Tannlæknafélag Íslands, Síðumúla 35
Tannlæknastofa Þórarins Jónssonar, Faxafeni 14
Tannlæknastofa Ástu B Thoroddsen, Stigahlíð 44
Tannlæknastofa Björns Þorvaldssonar, Síðumúla 25
Tannlæknastofa Friðgerðar Samúelsdóttur, Laugavegi 163
Tannlæknastofa Guðrúnar Ólafsdóttur, Snorrabraut 29
Tannlæknastofa Hauks Þorsteinssonar, Óðinsgötu 4
Tannlæknastofa Ketils Högnasonar, Snorrabraut 29
Tannlæknastofa Ragnars M Traustasonar, Grensásvegi 16
Tannlæknastofa Sigurðar Benediktssonar, Faxafeni 5
Tannlæknastofa Sigurðar Róssarssonar, Laugavegi 74
Tannsmíðaverkstæðið ehf, Síðumúla 29
TARK Teiknistofan ehf - Arkitektar, Brautarholti 6
Teiknistofa Halldórs Guðmundssonar ehf, Skúlatúni 6
Teiknistofa Ingimundar Sveinssonar, Ingólfstræti 3
Teiknistofan Óðinstorgi sf, Óðinsgötu 7
Teiknistofan Skólavörðustíg 28 ehf, Eyjarsljóð 9

Stóri draumurinn sem rættist

Draumur sérhvers íþróttamanns er að komast á ólympíumót og var það svo sannarlega draumur minn þegar ég hóf íþróttuferil minn. Ég og þjálfarar mínir, Helgi Þór Gunnarsson, Líney Arnarsdóttir og Kristján Jónasson, settum upp áætlun í enda árs 1999 með það að markmiði að ná lágmörkum fyrir ólympíumót sem átti að halda í Aþenu árið 2004.

Þetta tókst hjá okkur og draumurinn varð að veruleika en það kostaði fórnir, blóð, svita og tár en það var allt saman þess virði hver einasta stund. Morguninn þann 11. september 2004 vorum við mættir, ég og Helgi þjálfari, upp í flugstöð með landsliði Íslands, fararstjórn og lækni á leið til Grikklands á Ólympíumót fatlaðra. Þá hugsaði ég: „Þetta er að verða að veruleika og ég er á leiðinni á ólympíumót, hólý mólý!“ Það tók okkur svona um það bil 20 tíma að komast til Aþenu þannig að það var komið fram yfir miðnætti að grískum tíma þegar við komum þangað.

Koman í þorpið

Þegar við komum að Ólympíuþorpinu þurftum við að gera grein fyrir okkur, framvísa vegabréfum og undirrita hitt og þetta til þess að fá passa til að nota á mótinu. Það gekk allt saman vel, en þá segir Óli Magg við okkur að við þurfum að bíða eftir strætó sem gengur um þorpið og muni skutla okkur að húsinu okkar. Þá hugsaði ég með mér: „Vá því lík stærð!“ Ég ætlaði bara að trylla þetta á stólnum en það var ekki alveg svo einfalt. Næsta dag vöknudum við rétt fyrir hádegi og þá sá maður hvað þorpið var **stórt**, það gat rúmað 15 þúsund manns eða álfíka stórt og Grafarvogurinn. Innan svæðisins var matartjald sem gat tekið 3 þúsund manns í sæti í einu. Það tók íslenska liðið um 10 mínútur að komast frá heimili sínu í matartjaldið, samt áttum við heima nálægt matartjaldinu. Margir þurftu að taka strætó, þorpið var margfalt stærra heldur en ég var búinn að ímynda mér. Innan þorpsins gat maður farið í bíó, sund, tölvuver, nudd, klippingu, líkamsrækt og billjard. Svo var þarna frjálsíþróttavöllur í fullri stærð, einnig var þarna risastórt hjólastólaverkstæði og margt fleira. Þetta var allt svo yfirtengilega stórt og flott að ég vissi bara hreinlega ekkert hvernig ég átti að vera, allt var þetta gert fyrir íþróttamanninn svo honum liði sem best.

Beðinn um að vera fánaberi

Á þriðja degi var haldinn fundur hjá íslenska liðinu. Sveinn Áki aðalfararstjóri og formaður ÍF hélt fundinn og lagði hann fram þá spurningu hvort ég væri ekki til í að vera fánaberi íslenska liðsins og ég hélt það nú og samþykkti það og tilkynnti að það væri mér mikill heiður að bera fánann fyrir Íslands hönd. Setningarhátíðin var þann 17.

Setningarhátíðin var þann 17. september og íslenska liðið var mætt fyrir utan leikvanginn vel fyrir setningu og fáninn var festur á hjólastólinn hjá mér með sérstökum festingum. Við vorum að nálgast völlinn og ég farinn að fá undarlega tilfinningu í magann. Þetta voru alls konar tilfinningar í einum litlum íslenskum maga, svo þegar við komum inn á leikvanginn þá losnaði um þetta allt saman og ég vissi ekki hvort mig langaði að gráta eða hlæja. Það var yndisleg tilfinning, 80 þúsund manns klappandi og flautandi, þetta er næstum því ólýsanlegt.

september og íslenska liðið var mætt fyrir utan leikvanginn vel fyrir setningu og fáninn var festur á hjólastólinn hjá mér með sérstökum festingum. Við vorum að nálgast völlinn og ég farinn að fá undarlega tilfinningu í magann. Þetta voru alls konar tilfinningar í einum litlum íslenskum maga, svo þegar við komum inn á leikvanginn þá losnaði um þetta allt saman og ég vissi ekki hvort mig langaði að gráta eða hlæja. Það var yndisleg tilfinning, 80 þúsund manns klappandi og flautandi, þetta er næstum því ólýsanlegt.

Á miðju vallarins var búið að koma fyrir risastóru tré og það var það fyrsta sem ég sá þegar við gengum inn á völlinn. Ég vissi ekki hvað var eiginlega að gerast. Þessi stund, sem var einstök á sinn hátt, á seint eftir að líða mér úr minni.

Keppnin sjálf

Daginn eftir hina glæsilegu setningarhátíð tók alvaran við. Snemma dags var hafinn undirbúningur dagsins. Borðtenniskeppnin var fyrst á dagskrá mótsins. Þegar við fórum í keppnishöllina þá

vorum við í lögreglufylgd, einn bíll fyrir framan rútuna og annar fyrir aftan með blá blikkljós en ferðin frá þorpinu að borðtennishöllinni tók svona 40 mín. Gríðarleg öryggisvarsla var alls staðar þar sem keppendur fóru um, leitað var í hverjum bíl og á hverjum manni og undir og ofan á bílunum. Yfir íþróttasvæðunum sveimaði allan daginn risalofthar með öflugri myndavéla-



keppendurnir áttu líka aldeilis góða að, fylgdarfolkið okkar, þjálfarana, fararstjórnina og lækinn, allt er þetta fólk snillingar hvert á sínu sviði. Þeim færi ég mínar bestu þakkir. Það er mikil auðlegð að eiga slíka vini og féлага, án þeirra hefðum við lítið gert.

Baráttan heldur áfram

Æfingin skapar meistarann, það er engin vafi. Ég á mér nýjan draum. Ég hvet alla til að nálgast sinn draum því ég veit að hann getur ræst, ég mun halda mínu striki og æfa og keppa. Ég ætla ekki að láta mig vanta á ólympíumótið sem haldið verður í Peking árið 2008.

*Baráttukveðjur.
Gleðilega hátíð og farsælt
komandi nýtt ár.*

*Jóhann Rúnar Kristjánsson,
borðtenniskappi.*



Jóhann í leik á Ólympíumótinu í Aþenu 2004.



Orka til að takast á við hvað sem er

Gæðakönnun Neytendasamtakanna á morgunkorni
Neytendablaðið 2.tbl., júní 2003

Vörutegund	Heildar-einkunn	Orka (kcal)	Fita (g/100 g)	Sykur (g/100 g)	Trefjar (g/100 g)
Weetabix	4,7	343	3	5	7
Cheerios	4,1	368	6	5	6
Corn Flakes	3,3	381	1	8	2
Havrefras	3,0	359	7	12	7
Fitness	2,6	362	1	17	4
Special K	2,3	381	1	16	2

Weetabix fær bestu einkunn!



Sælkerakvöld á Broadway til stuðnings starfi ÍF

Pórarinn Guðlaugsson, matreiðslumeistari, var langt leiddur af Parkinson sjúkdómnum þegar hann fór í aðgerð í Svíþjóð sem hann vissi að gæti breytt lífi hans til hins betra, ef vel tækist til. Hann hét því með sjálfum sér, að ef aðgerðin myndi heppnast skyldi hann láta gott af sér leiða á einn eða annan hátt.

Aðgerðin tókst vel og Pórarinn var staðráðinn í að efna sitt heit. Í sumar kom hann ásamt Tryggva Frey Elínarsyni á skrifstofu Íþróttasambands fatlaðra þar sem rædd var hugmynd að sælkerakvöldi á Broadway til stuðnings starfsemi ÍF. Það fór ekki framhjá starfsfólki ÍF á þessum fundi að þarna fór

á Broadway föstudagskvöldið 3. september 2004. Sælkerakvöldið tókst mjög vel. Landslið matreiðslumeistara, sem var að undirbúa sig fyrir þátttöku í Ólympíumóti matreiðslumeistara 2004, sá um glæsilegan kvöldverð og fjölmargir aðilar lögðu sitt af mörkum til að skapa góða stemmn-

Það fór ekki framhjá starfsfólki ÍF á þessum fundi að þarna fór maður sem ætlaði sér að standa við sín fyrirheit. Hann þekkti vel þá vanlíðan og erfiðleika sem fylgja heilsutapi, en var nú búinn að ná miklum bata og var uppfullur af bjartsýni og gleði yfir því að geta lagt öðrum lið.

maður sem ætlaði sér að standa við sín fyrirheit. Hann þekkti vel þá vanlíðan og erfiðleika sem fylgja heilsutapi, en var nú búinn að ná miklum bata og var uppfullur af bjartsýni og gleði yfir því að geta lagt öðrum lið. Stjórn Íþróttasambands fatlaðra fagnaði að sjálfsögðu þessu framtaki og ákveðið var að sælkerakvöld til stuðnings starfsemi ÍF yrði haldið

ingu. Guðni Ágústsson, landbúnaðarráðherra, var heiðursgestur sælkerakvöldsins. Landbúnaðarráðuneytið gaf 50 lambalæri til verkefnisins, en sérstök áhersla var lögð á að kynna gæði íslenska lambalærisins þetta kvöld og landslið matreiðslumeistara hafði framreitt kjötið á ólíkan hátt þannig að gestir gátu valið hinar ýmsu útfærslur.



Landslið ÍF ásamt landsliði matreiðslumeistara.



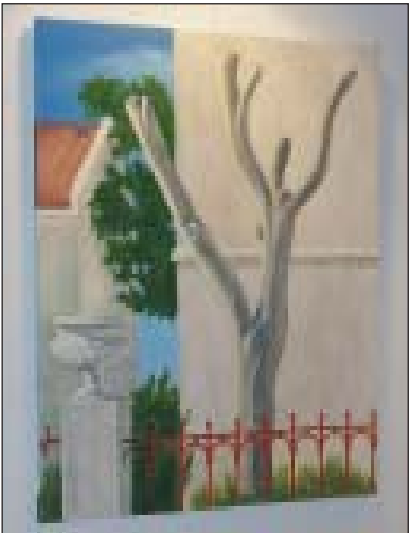
Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍF, afhendir Þórarni, Tryggva og Guðmundi gjafir og þakkar stuðninginn.

Kynnir var Guðlaug Elísabet Ólafsdóttir og Árni Johnsen stjórnandi uppboði þar sem m.a. voru boðin upp glæsileg listaverk eftir Tryggva Árnason og Pétur Gaut, áritaðar íþróttatreyjur og fótbolli áritaður af Chelsea-liðinu, málverk eftir Kristínu Rós Hákonardóttur og margt fleira. Uppboðið gekk mjög vel og var fólk duglegt að bjóða í þá muni sem í boði voru.

Að lokinni dagskrá hélt hljómsveitin Karma uppi stuði fram á nótt. Landslið ÍF, sem var á leið til Apenu, fékk mikla hvatningu frá gestum Broadway þetta kvöld og sá mikli samhugur og stuðningur, sem fram kom, hefur án efa haft hvetjandi áhrif á þeirra baráttu þegar á hólmið var komið.

Við undirbúning og framkvæmd sælkerakvöldsins naut Pórarinn ekki síst liðsinnis tveggja aðila, bróður síns Guðmundar Guðlaugssonar og Tryggva Freys Elínarsonar.

Allir þeir, sem lögðu verkefninu



Málverkið eftir Tryggva Árnason, sem boðið var upp á sælkerakvöldinu.

lið á einn eða annan hátt fá innilegar þakkir frá Íþróttasambandi fatlaðra og sérstakar þakkir fær Pórarinn Guðlaugsson fyrir að sýna okkur öllum, að allt er hægt sé viljinn fyrir hendi.



Íþróttamaður og íþróttakona ársins 2004

Á hverju ári velja sérsambönd ÍSÍ íþróttamann og konu úr viðkomandi íþróttagreinum. Íþróttasamband fatlaðra er þar engin undantekning og var valið vegna ársins 2004 tilkynnt í hófi sem haldið var á Hótel Sögu miðvikudaginn 8. desember sl. Fyrir valinu þetta árið urðu þau Kristín Rós Hákonardóttir, sundkona, og Gunnar Örn Ólafsson, sundmaður, en þau stóðu sig frábærlega vel á þeim mótum sem þau tóku þátt í á árinu, s.s. Ólympíumóti fatlaðra sem haldið var í Aþenu í september sl. en þar tók Kristín Rós þátt í 4 sundgreinum. Gunnar Örn tók m.a. þátt í Heimsmeistaramóti þroskaheftra, sem haldið var í Hong Kong í janúar sl., og Global Games í Svíþjóð í sumar.

Kristín Rós hóf að æfa sund árið 1982 með Íþróttafélagi fatlaðra í Reykjavík og meðal þjálfara hennar þar og í öðrum sundfélögum og deildum hafa verið Erlingur Jóhannsson, Inga Maggý Stefánsdóttir, Ingi Þór Einarsson, Kristín Guðmundsdóttir, Mark Taylor, Ólafur Þór Gunnarsson o.fl. Kristín Rós, sem keppir í flokki hreyfihamlaðra, hefur verið spastísk vinstra megin frá því hún var 18 mánaða gömul en þá fékk hún vírus í höfuðið sem olli fötlun hennar. Hún á að baki glæsilegan feril og hefur á undanförunum árum verið ókrýnd sunddrottning heimsins í sínum flokki. Á Ólympíumóti fatlaðra, sem fram fór í Aþenu í september sl.,

sport sem í samstarfi við Alþjóða-ólympíuhreyfinguna (IOC) hefur frá árinu 2000 veitt viðurkenningar til þeirra íþróttamanna í Evrópu, sem skarað hafa fram úr í hinum ýmsu íþróttagreinum. Í ár tilnefndu 28 alþjóðasambönd alls 54 íþróttamenn vegna framúrskarandi árangurs á árinu og veittu þessir einstaklingar viðurkenningum sínum viðtöku í hófi sem haldið var þeim til heiðurs hinn 18. október sl. í höfuðstöðvum IOC í Lausanne í Sviss.

Kristín Rós var tilnefnd til þessara verðlauna af hálfu Alþjóða-ólympíuhreyfingar fatlaðra (IPC) ásamt knapanum Lee Pearson frá Bretlandi, en þetta var í fyrsta sinn



Íþróttamaður og íþróttakona ársins 2004 úr röðum fatlaðra: Gunnar Örn Ólafsson og Kristín Rós Hákonardóttir.

Framkvæmdastjóri IPC, Miguel Sagarra, sem viðstaddur var þessa athöfn fyrir hönd samtakanna, sagði við þetta tækifæri að það, að fatlaðir íþróttamenn væru nú meðal þeirra sem viðurkenningar hlytu, undirstrikaði það að nú væri litið til íþróttafærni þessara einstaklinga en ekki fötlunar þeirra.

sýndi hún enn og sannaði styrk sinn með því að vinna til gullverðlauna í 100 m baksundi ásamt því að setja nýtt heimsmet í greininni. Hún vann síðan til silfurverðlauna í 100 m bringusundi. Í dag á hún 6 heimsmet í 50 m laug og 9 heimsmet í 25 metra laug. Elstu metin eru frá árinu 1999 og þau nýjustu frá Ólympíumótinu 2004.

Með þátttöku sinni í Ólympíumótinu í Aþenu vann Kristín Rós einnig það afrek að taka þátt í sínu fimmta ólympíumóti og er fyrsti íþróttamaðurinn úr röðum fatlaðra sem nær þeim árangri. Kristín Rós hefur unnið 6 gullverðlaun, 2 silfurverðlaun og 4 bronsverðlaun á þeim ólympíumótum sem hún hefur tekið þátt í.

Til gamans má geta þess að Kristín Rós var á dögnum verðlaunuð af sjónvarpsstöðinni Euro-

sem fatlaðir íþróttamenn voru meðal þeirra sem viðurkenningar hljóta.

Framkvæmdastjóri IPC, Miguel Sagarra, sem viðstaddur var þessa athöfn fyrir hönd samtakanna, sagði við þetta tækifæri að það, að fatlaðir íþróttamenn væru nú meðal þeirra sem viðurkenningar hlytu, undirstrikaði það að nú væri litið til íþróttafærni þessara einstaklinga en ekki fötlunar þeirra.

Gunnar Örn hefur æft sund frá 1993 fyrst hjá Íþróttafélaginu Ösp, síðan samhliða með SH og KR og nú með sunddeild Ungmennafélags Selfoss. Þjálfarar hans hafa verið Anna Bjarnadóttir, Ingigerður M. Stefánsdóttir, Mads Claussen og Ingi Þór Einarsson. Hans fötlun er þroskahömlun, flokkur S14.

Líkt og flest besta afreksfólk úr röðum fatlaðra hóf Gunnar Örn þátt-

töku sína í alþjóðlegum mótum með keppni á Norrænu barna- og unglingamóti sem fram fór í Svíþjóð árið 1997.

Gunnar Örn hefur undanfarin ár verið í stöðugri framför og er í dag einn af fremstu sundmönnum þroskaheftra í heiminum. Gunnar Örn hafði áunnið sér keppnisrétt á Ólympíumóti fatlaðra, sem fram fór í Aþenu í september sl., en vegna deilna Alþjóðaólympíuhreyfingar fatlaðra (IPC) og samtaka þroskaheftra íþróttamanna (INAS-FID) um flokkunarmál varð ekki af þátttöku þroskaheftra á mótinu.

Gunnar Örn er mjög metnaðarfullur og er tilbúinn að leggja mikið á sig til að ná árangri í sinni íþrótt. Hann er góður félagi og öðru ungu sundfólki góð fyrirmynd.

Árangur Gunnars Arnar á árinu 2004:

Innanlands tók Gunnar Örn þátt

í Íslandsmóti ÍF í sundi 26.–28. mars og í Bikarkeppni ÍF 27. nóvember sl. og sigraði þar í öllum þeim greinum sem hann tók þátt í. Stærstu mót Gunnars Arnar á erlendri grund voru Heimsmeistaramót þroskaheftra, sem fram fór í Hong Kong, þar sem hann vann 2 gullverðlaun, 1 silfurverðlaun og 3 bronsverðlaun auk þess að setja fimm Íslandsmet og Heimsleikar þroskaheftra (Global Games) sem fram fóru í Svíþjóð, en leikar þessir voru haldnir til þess m.a. að gefa þeim þroskaheftu sundmönnum, sem ella hefðu keppt á Ólympíumóti fatlaðra í Aþenu, tækifæri til keppni. Á Heimsleikunum vann Gunnar Örn 3 gullverðlaun, 1 silfurverðlaun og 1 bronsverðlaun, setti 6 Íslandsmet og 4 heimsmet auk þess að vera valinn sundmaður mótsins.



REYKJANESBÆR



Guðrúnarbikarinn 2004

Miðvikudaginn 8. desember sl. tilkynnti Íþróttasamband fatlaðra hverjir urðu fyrir valinu sem íþróttamaður og íþróttakona sambandsins fyrir árið 2004. Við sama tækifæri var tilkynnt hver myndi hljóta Guðrúnarbikarinn, en bikarinn er til minningar um Guðrúnu Pálsdóttur og var gefinn af eiginmanni hennar Össuri Aðalsteinssyni árið 2000. Í reglugerð um bikarinn segir m.a.: „Bikarinn skal afhendast konu þeirri sem hefur starfað sérlega vel á liðnu ári í þágu fatlaðs íþróttafólks. Bikarinn má afhenda fyrir störf að þjálfun, félagsstörfum eða öðrum þeim verkefnum sem talin eru hafa stuðlað að bættum hag fatlaðs íþróttafólks á árinu.“

Íþróttasamband fatlaðra nýtur aðstoðar aðildarfélaga sinna við val á þeirri konu sem hljóta skal Guðrúnarbikarinn. Eftir að tilnefningar höfðu borist fyrir árið 2004 komst stjórn ÍF að þeirri niðurstöðu að Guðrúnarbikarinn fyrir árið 2004 hlyti Sigríður Þórarinsdóttir, sjúkraþjálfari og þjálfari íþróttafélagsins Sólar í Snæfellsbæ.

Sigríður Þórarinsdóttir var tilnefnd af íþróttafélaginu Sól, Snæfellsbæ en hún hefur stutt mjög vel við bakið á þessu nýja félagi allt frá stofnun þess árið 2001. Hún hefur séð um þjálfun hjá félaginu frá upphafi og byggt upp mjög skemmtilega æfingatíma þar sem fjölbreytni ræður ríkjum.

Sigríður hefur verið valin sem aðstoðarmaður á Norrænt barna- og unglingamót á vegum ÍF og hefur alla tíð sýnt mikinn áhuga á íþróttastarfi fatlaðra og samstarfi við ÍF.

Árið 1997 óskaði ÍF eftir ábendingum um fötluð börn og unglinga sem ekki höfðu tekið þátt í íþróttum fatlaðra en velja átti nokkra einstaklinga úr þeim hópi á Norrænt barna- og unglingamót. Sigríður var þá sjúkraþjálfari í Snæfellsbæ og kom með ábendingu um Jón Odd Halldórsson sem þá var 15 ára. Hann var í kjölfarið valinn á Norræna barna- og unglingamótið þar sem fram komu einstakir hæfileikar hans sem íþróttamanns.



Sigríður ásamt Jóni Oddi.

VISA Ísland og ÍF gera með sér samstarfssamning

VISA Ísland og Íþróttasamband fatlaðra undirrituðu samning um samstarf vegna undirbúnings og þátttöku íslensks íþróttafólks fyrir Ólympíumót fatlaðra í Apenu. VISA og Ólympíuleikarnir tengjast órjúfanlegum böndum þar sem VISA Ísland er einnig styrktaraðili ÍSÍ og VISA International er alheimsstyrktaraðili Ólympíuleikanna og Ólympíumóta fatlaðra.

Þrír íslenskir íþróttamenn tóku þátt í mótinu að þessu sinni en það voru þau Kristín Rós Hákonardóttir, sundkona, Jóhann Kristjánsson, borðtennismaður og Jón Oddur Halldórsson, frjálsíþróttamaður. Ólympíumótið var sett 17. september 2004 og sjónvarpið sýndi frá mótinu daglega á meðan á því stóð.



Frá undirritun samningsins: Leifur Steinn Elísson, aðstoðarframkvæmdastjóri VISA, Kristín Rós Hákonardóttir, Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍF, og Jóhann Kristjánsson.

VIÐ STYÐJUM ÍÞRÓTTASAMBAND FATLAÐRA

Tengi sf, Ármúla 21
Tennis- og badmintonfélag Reykjavíkur, Gnoðarvogi 1
Texti ehf, Síðumúla 23
Thai matstofan ehf, Suðurlandsbraut 52
Timor ehf, Réttarhálsi 2
Tinna, hárgreiðslustofa, Furugerði 3
Tónskóli Sigursveins D. Kristinssonar, Engjateigi 1
Trésmiðjan Búlki ehf, Tangarhöfða 3
Trésmiðjan Kompaníið hf, Bíldshöfða 18
Túnþökuþjónustan ehf, Reykási 43
Túrbó ehf, Lynghálsi 12
Tölvar ehf, Síðumúla 1
Umslag ehf, Lágmúla 5 (bakhús)
Uppdæling ehf, Fosshálsi 1
Úti og inni sf, Þingholtsstræti 27
Vagnar og þjónusta hf, Hyrjarhöfða 6
Valhúsgögn ehf, Ármúla 8
Valhöll fasteignasala ehf, Síðumúla 27
Varahlutaverslunin Kistufell hf, Brautarholti 16
Vatikanið ehf, Skólavörðustíg 14
Vátryggingafélag Íslands hf, Ármúla 3
Veggsport, Stórhöfða 17
Veifarærasalan Dímon, Austurbugt 5
Veitingahúsið Caruso, Þingholtsstræti 1
Verðbréfaskráning Íslands hf, Laugavegi 182
Verðbréfastofan hf, Suðurlandsbraut 18
Verkfræðistofa Aðalsteins Þórðarsonar, Suðurlandsbraut 10
Verkfræðistofa Guðmundar og Kristjáns hf, Laugavegi 178
Verkfræðistofa HH, Akraseli 31
Verkfræðistofa Sigurðar Thoroddsen hf, Ármúla 4
Verkfræðistofan VIK ehf, Laugavegi 164, 2 hæð hægrí
Verslunartækni ehf, Draghálsi 4
Verslunin Fríða frænka, Vesturgötu 3
Verslunin Svalbarði ehf, Framnesvegi 44
Vélamiðstöð ehf, Gylfaflöt 9
Vélar og skip ehf, Hólmaslóð 4
Vélaver hf, Lágmúla 7
Vélsmiðjan Harka hf, Hamarshöfða 7
Vilhjálmsson sf, Sundaborg 1
Vinnumálastofnun, Hafnarhúsinu Tryggvagötu 17
Vífilfell hf, Stuðlahálsi 1
Víkurvagnar ehf, Dvergshöfða 27
Vörslusviptingar, Tangarhöfða 4
Waldorfleikskólinn Sólstafir, Grundarstíg 19
www.geymsla.is, Bæjarflöt 6
Yggdrasill ehf, Kárustíg 1
Yogastöðin Heilsubót, Síðumúla 15
Þ Þorgrímsson og Co ehf, Ármúla 29
Þ.G. verktakar ehf, Fossaleyni 16
Þingvallaleið ehf, Skógarhlíð 10
Þrep hf, endurskoðunarskrifstofa, Skipholti 50b
Þrif og þvottur ehf, Reykjavíkurvegi 48
Þýðingþjónusta Boga Arnars, Engjasei 43
Ægir, seglagerð, Eyjarlóð 7
Óflun ehf, Faxafeni 5
Ögurvík hf, Týsgötu 1
Ökumælar ehf, Viðarhöfða 6

Seltjarnarnes

Bílanes, Bygggörðum 8
Bókasafn Seltjarnarness, Eiðistorgi 11
Byggingafélagið Gróttu ehf, Lindarbraut 11
Lea RE-171
Ljósmyndastúdíó Péturs Péturssonar, Austurströnd 8
Prentsmiðjan Nes ehf, Hrólfsskálavör 14
Rafþing, rafverktaki, Bollagörðum 43
Seltjarnarneskaupstaður, Austurströnd 2
Vélasalan Verkstæði ehf, Bygggörðum 12
Vökvatækni ehf, Bygggörðum 5
Önn ehf, verkfræðistofa, Eiðistorgi 15

Vogar

Egilsson og Rossen ehf, Hvammsgötu 3
Silungur ehf, Stóru-Vatnsleysu
V.P. vélaverkstæði ehf, lðndal 6

Kópavogur

ALARK arkitektar ehf, Dalvegi 18
Allt mögulegt ehf, Auðbrekku 26
Básfell ehf, Smiðjuvegi 4a
Bifreiðaverkstæði Friðriks Ólafssonar ehf, Smiðjuvegi 22
Bifreiðaverkstæði Kópavogs ehf, Skemmuvegi 34
Bílvogur ehf, Auðbrekku 17
Blikkform ehf, Smiðjuvegi 52
Blikksmiðja Einars ehf, Smiðjuvegi 4b
Blindrabókasafn Íslands, Digranesvegi 5
Borgarhella ehf, Smiðjuvegi 9
Bókasafn Kópavogs, Hamraborg 6a

Brostu ehf-Tannlæknastofa Páls Æ Pálssonar, Hamraborg 5
BSA.is ehf, Skemmuvegi 6
DK Hugbúnaður ehf, Hlíðasmára 17
Endurskoðun og uppgjör ehf, Hlíðarsmára 9
Ferðaþjónustan Þ.I.Þ. ehf, Álfaheiði 22
Fjárfestingamiðlun Íslands ehf, Hlíðasmára 8
Fjölvirki ehf, Reynihvammi 2
Formbólstrun, Laufbrekku 4
Framrás, ástandsgreining ehf, Auðbrekku 24
G. Gunnarsson ehf, Hlíðasmára 8
Goggi ehf, Auðbrekku 19
Gott fæði ehf, Smiðjuvegi 11
Gunnar Örn ehf, Hlíðarhjalla 57
Gæðaflutningar ehf, Hvannhólma 12
Hafrós ehf, Hagasmára 1
Hegas ehf, Smiðjuvegur 1
Hellur og garðar ehf, Kjarrhólma 34
Húsbygg ehf, Hlíðasmára 9
Hvellur - G. Tómasson ehf, Smiðjuvegi 8
Íslandsspil sf, Smiðjuvegi 11a
Janus - Tinna, Auðbrekku 21
Jarðvélar sf, Bakkabraut 14
Járnsmiðja Óðins ehf, Smiðjuvegi 4b
Jón Eldon múrari
KB ráðgjöf, Hlíðasmára 17
Kjörbær ehf, Birkigrund 31
Kópavogsblóm, Dalvegi 2
Kópavogsbær, Fannborg 2
Kælivélar ehf, Smiðjuvegi 38
Lagnatækni ehf, Hamraborg 12
Linkur ehf, Akralind 8
Lögmannsstofa SS ehf, Hamraborg 10
Markholt ehf, Hásölum 13
Málning ehf, Dalvegi 18
Móbílar ehf, Dimmuhvarfi 29
Móly, hannyrðaverslun, Hamraborg 7
Nova-Bossanova ehf, Smáralind
Nýmót ehf, Lómasölum 1
Ólafur Magnússon, Bræðratungu 13
Pílutjöld ehf, Smiðjuvegi 4a
Pípulagnaverktakar ehf, Hlíðasmára 8
Pottagaldrar mannærkt í matargerð, Laufbrekku 18
Rafmiðlun ehf, Auðbrekku 2
Rafport ehf, Nýbýlavegi 14
Rafþjónusta G.S. ehf, Akralind 2
Reynir bakari, Dalvegi 4
S. Guðjónsson ehf, Auðbrekku 9-11
Skrauthús ehf, sími 8964900,
Smurstöðin Stórahjalla ehf, Stórahjalla 2
Snælandsskóli, Víðigrund
Sport café, Bæjarlind 4
Stálbær ehf, Smiðjuvegi 9a
Steinadalur ehf, Hlynsölum 1
Svansprent ehf, Auðbrekku 12
Svæðisskrifst málefna fatlaðra, Digranesvegi 5
Særós RE 207, Þinghólsbraut 30
Tekk ehf vöruhús - Company, Bæjarlind 14-16
Tengi ehf, Smiðjuvegi 11 a
Tinna ehf og Janus ehf, Auðbrekku 21
Tómstunda- og menningarsvið Kópavogskaupstaðar, Fannborg 2
Tréfag ehf, Ísalind 4
Ungmennafélagið Breiðablik, Dalsmára 5
Útsaumur og merkingar ehf, Hrauntungu 45
Valflutningar ehf, Brekkuhvarfi 11
Vegurinn, Smiðjuvegi 5
Vektor, hönnun og ráðgjöf ehf, Nýbýlavegi 6
Verkfræðistofa Snorra Ingimarssonar ehf, Hamraborg 11
Vetrarsól, Askalind 4
Vídd ehf, flísaverslun, Bæjarlind 4
www.mannval.is, Lautasmára 39
Ömmubakstur ehf, Kársnesbraut 96

Garðabær

Bæjarsjóður Garðabæjar, Garðatorgi 7
Garðaflug ehf, Holtsbúð 43
Garðasókn, Kirkjuhvoli
Hafnasandur sf, Birkiási 36
Héðinn Schindler lyftur hf, Lyngási 8
Húsgögn ehf smíðastofa og viðgerðir, Gilsbúð 3
Íslenska félagið ehf, Suðurhrauni 3
Kjarnavörur hf, Miðhrauni 16
Kvótabankinn, Heiðarlundi 1
Loftorka Reykjavík hf, verktaki, Miðhrauni 10
PharmaNor hf, Hörgatúni 2
Samhentir-Kassagerð ehf, Suðurhrauni 4
Sjóklæðagerðin hf, Miðhrauni 11
Tarsus ehf, Garðaflöt 16-18
Tréás ehf, Marargrund 4
Ungmennafélagið Stjarnan, Ásgarði
Uppfylling sf, Hofslundi 1

Keppnin „Sterkasti fatlaði maður heims 2004“

Það var í sumar að Arnar Már Jónsson, þjálfari hjá Íþróttafélagi fatlaðra í Reykjavík, kom að máli við mig og spurði hvort ég, Hjalti Árnason, væri tilbúinn að koma að þessari frábæru keppni fatlaðra í haust. Ég ákvað að reyna að leggja mitt af mörkum. Fljótlega kom í ljós að Íslenska útvarpsfélagið hafði áhuga á þessum viðburði. Einnig stendur til að senda Eurosport valda kafla. Fjöldi fyrirtækja var tilbúinn að leggja okkur lið. Það reyndist erfitt að ná sambandi við fatlaða íþróttamenn í öðrum löndum þar sem Ólympíumót fatlaðra var að fara í gang og erfitt var að ná sambandi við erlenda keppendur þar sem skrifstofur íþróttasambanda voru víða lokaðar vegna mótsins. Fljótlega voru það Finni og Svíi sem höfðu áhuga á að mæta en Svíinn forfallaðist þannig að aðeins Tahvo Jauhojärvi frá Finnlandi kom erlendis frá og keppti hann í flokki sitjandi.

Keppt var í tveimur flokkum, sitjandi og standandi. Sérstakir hjólastólar voru notaðir fyrir keppni í flokki sitjandi. Mótið var opið öllum fötluðum að öðru leyti. Gríðarlegur áhugi var hjá íslensku keppendunum og fljótlega höfðu 10 skráð sig.

keppni þar sem engin kvörtun berst til dómara eða mótshaldara.

Þarna voru saman komnir 10 öflugir strákar sem allir voru staðráðnir í því að standa sig og hafa gaman af því sem í boði var. Tahvo frá Finnlandi var í sérflokki og áttu Íslendingarnir svolítið langt í land



Mótið hófst síðan í Hljómskálagarðinum og þótt veðurguðirnir hafi ekki verið sérstaklega liðlegir þá kom það á daginn að keppendur voru í góðu formi og þrátt fyrir erfiðar aðstæður voru þeir tilbúnir að leggja sig fram í keppninni. Gríðarlega góður keppnisandi var alveg frá fyrsta degi. Allir voru tilbúnir að hvetja og hjálpa. Þetta er í fyrsta skipti sem ég stend fyrir

Þarna voru saman komnir 10 öflugir strákar sem allir voru staðráðnir í því að standa sig og hafa gaman af því sem í boði var.



pó bæði Alexander og Þorsteinn hafi staðið sig með sóma. Fljótlega kom í ljós að þá Hörð Arnarson og Kristberg Jónsson hungraði mest í titilinn. Framan af mátti ekki á milli sjá en þegar síðasta greinin var búin kom í ljós að Kristbergur hafði sigrað með aðeins einu stigi. Það

Steingrímur Þórðarson, tvöfaldur Edduverðlaunahafi, tók mótið upp fyrir Sýn og sá um alla dagskrárgerð. Tókst það svo vel að góðir möguleikar eru á að Eurosport sýni frá þessum viðburði.

Keppendur stóðu sig vel í aflraununum en ekki síður slógu þeir í



var mikil stemmning sem einna helst minnti á úrslit í feðurðar-samkeppni. Kristbergur notaði tækifærið og þakkaði mömmu sinni, starfsmönnum, mótshöldurum og tímavörðum fyrir framlag sitt.

Eftir að hafa dregið truckka, lyft grjóti, áburðarpokum, tekið á Herkúlesarhaldi, krossfestulyftu o.fl. var keppendum og aðstandendum boðið til veislu á Kaffi Reykjavík þar sem allir áttu ánægjulega stund.

gegn í viðtölum með hnyttum tilsvörum og einlægni. Eftir á að hyggja var þetta stórskemmtilegt mót sem hafði allt til að bera, spennu, hraða og frábæra persónuleika sem aðrir íþróttamenn gætu tekið sér til fyrirmyndar að mörgu leyti. Ég vil nota tækifærið og þakka stuðningsaðilum, ÍFR, ÍF og einnig Kiwanisklúbbum Viðey sem gaf glæsilega bikara og verðlaun.



Gleðileg jól!

15 ára starfsemi Special Olympics á Íslandi

Special Olympics — hvað er það? Special Olympics International eru fjölmennustu íþróttasamtök í heiminum og voru stofnuð árið 1968 af Kennedy fjölskyldunni í Bandaríkjunum. Helsti forsvarsmaður var Eunice Kennedy Shriver en sonur hennar, Timothy Kennedy Shriver, hefur nú tekið við hlutverki móður sinnar.

Samtökin voru upphaflega stofnuð með það að markmiði að bjóða upp á íþróttir fyrir þroskaheft fólk og stuðla að aukinni virðingu í garð þessa hóps. Starfsemin hefur vaxið ótrúlega hratt og nær nú um heim allan.

Það sem aðgreinir keppnisfyrirkomulag Special Olympics frá öðrum íþróttasamtökum eru reglur sem gilda um keppnisform. Allir keppendur eru flokkaðir í úrslitahópa samkvæmt getu hvers og eins og hér er því um að ræða jafna keppni, hvort sem um er að ræða þá sterkustu eða veikustu.

samtakanna, sem hefur tekið miklum breytingum í átt til aukins lýðræðis.

Aðild Íslands að Special Olympics

Árið 1989 gerðist Íþróttasamband fatlaðra aðili að samtökunum og er hægt að fullyrða að sú ákvörðun hafi haft mikla þýðingu fyrir íþróttastarf fyrir þroskahefta á Íslandi. Íslendingar hafa tekið þátt í fjölmörgum verkefnum á vegum samtakanna en síðasta stórverkefni var þátttaka Íslendinga á alþjóðasumarleikum Special Olympics á

Samtökin voru upphaflega stofnuð með það að markmiði að bjóða upp á íþróttir fyrir þroskaheft fólk og stuðla að aukinni virðingu í garð þessa hóps. Starfsemin hefur vaxið ótrúlega hratt og nær nú um heim allan.

Aðalskrifstofa samtakanna er í Washington og í fyrstu var allri starfsemi stýrt frá Bandaríkjunum. Nú eru samtökin einnig með skrifstofu í Brüssel, sem sér um málefni Evrópulanda. Aðildarlönd í Evrópu hafa haft mikil áhrif á stjórnskipulag

Írlandi árið 2003. Þar tóku 50 Íslendingar þátt í keppni í 10 greinum og framundan er þátttaka í alþjóðavetrarleikum Special Olympics í Nagano í Japan 2005.

Á Íslandi hefur starfsemi Special Olympics verið uppbyggð í tengsl-



Frá opunarahátíð Alþjóðaleika Special Olympics á Írlandi 2003.



Greinarhöfundur, ásamt Kristjáni Svanbergssyni, við afhendingu á viðurkenningarskildi vegna 15 ára starfsemi SO á Íslandi.

um við starf Íþróttasambands fatlaðra. Reglur samtakanna kveða á um að starfsemi Special Olympics skuli vera sjálfstæð og óháð í hverju landi en mikil áhersla var lögð á að sýna fram á mikilvægi þess að Ísland fengi undanþágu frá þessum reglum þannig að allt íþróttastarf fatlaðra yrði áfram á einum stað. Íslandi tókst að hljóta undanþágu og starfsemi Special Olympics á Íslandi hefur því þróast sem hluti af starfsemi Íþróttasambands fatlaðra. Ísland hefur jafnframt þurft að uppfylla strangar kröfur um stjórnskipan starfseminnar hér á landi og þátttöku í Evrópu- og alþjóðasamtöki. **Ekki bara íþróttastarf!**

Samtökin leggja sífellt meiri áherslu á aðra þætti en íþróttastarfið s.s. þætti sem varða daglegt líf þroskaheftra, heilsufar, menntun og virka þátttöku í samfélaginu. „Healthy athletes“ (heilbrigð íþróttafólk):

Verkefni í samstarfi við lækna- samtök víða um heim. Á leikum samtakanna er boðið upp á ókeypis

þjónustu fyrir keppendur þar sem augnlæknar, tannlæknar, sjúkraþjálfarar og aðrir skoða keppendur og veita þjónustu ef þörf er á. Íslenskur læknir tók þátt í þessu verkefni í Dublin 2003.

„Get into it“ (Vertu með):

Samstarfsverkefni alþjóðahreyfingar Special Olympics og skóla í Evrópulöndum. Ísland var fyrsta landið í Evrópu sem tók þátt í þessu verkefni sem hefur verið tilraunakeyrt í Setbergsskóla í Hafnarfirði. Markmið námsefnisins er að hvetja til umræðna um gildi þess að virða alla jafnt og útiloka ekki þá sem virðast á einhvern hátt „öðruvísi“!

„Athlete Leadership“ (leiðtogaþjálfun):

Verkefni sem þjálfar þroskahefta til þátttöku m.a. í leiðtogastarfi. Ráðstefna verður haldin á Íslandi í lok janúar 2005 þar sem þátttakendur verða úr hópi íþróttafólksins.

Sjóvá-Amennar og Íslandsbanki eru aðalstyrktaraðilar Special Olympics á Íslandi.



Kringlunni 7, Reykjavík



Alþjóðavetrarleikar Special Olympics í Japan

Dagana 26. febrúar til 5. mars 2005 fara fram alþjóðavetrarleikar Special Olympics í Nagano í Japan. Ísland hafði sótt um kvóta í alpagreinum og fyrirhugað var að skrá fyrstu Íslendingana til keppni á skíðum. Vegna snjóleysis tókst ekki að ná þessu markmiði og Ísland afboðaði þátttöku í september. Þegar tilboð barst til Íslands að Special Olympics á Íslandi gæti nýtt kvóta landsins til þátttöku í annarri grein var ákveðið að skoða málið. Ísland fékk tveggja vikna frest til að taka ákvörðun og staðfesta þátttöku. Niðurstaðan varð sú að Ísland myndi senda tvo keppendur til þátttöku í listhlaupi á skautum.

Skautaaðferðir eru ekki á vegum aðildarfélaga ÍF og því var leitað til annarra aðila varðandi tilnefningar. Hjá Sérdeild Fjölbautaskólans í Breiðholti hefur verið lögð áhersla á markvissa íþróttapjálfun nemenda og í samvinnu við kennara þar var ákveðið að velja tvo nemendur til þátttöku í Nagano.

Undirbúningsferli hefur verið óvenjulegt og aðferðafræði ekki samkvæmt hefðbundnum reglum en ákveðið var að nýta það tilboð sem barst, ekki síst í þeim tilgangi að kynna alþjóðavetrarleika Special Olympics sem haldnir eru fjórða hvert ár. Á Íslandi eru vetraríþróttir

Glæsilegar skautahallir eru til staðar í dag í Reykjavík og á Akureyri sem bjóða upp á góða aðstöðu fyrir alla þá sem áhuga hafa. Fatlaðir nemendur geta farið með sínum jafnöldrum á skauta og þeir sem á þurfa að halda geta fengið lánaða sérútbúna sleða.



mjög lítið stundaðar af fötluðu fólki og þarna gafst tækifæri til að benda á skautaiðkun sem góðan valkost fyrir alla. Glæsilegar skautahallir eru til staðar í dag í Reykjavík og á Akureyri sem bjóða upp á góða aðstöðu fyrir alla þá sem áhuga hafa. Fatlaðir einstaklingar geta farið með sínum jafnöldrum á skauta og þeir sem á þurfa að halda geta fengið lánaða sérútbúna sleða.

Keppendur hafa verið valdir og undirbúningsferlið er í fullum gangi en það eru þau Sandra Ólafsdóttir og Stefán Erlendsson sem verða fulltrúar Íslands á svellinu í Nagano. Þjálfarar og fararstjórar verða Jó-

hann Arnarson og Guðrún Hallgrímsdóttir. Skautafélag Reykjavíkur og Skautafélagið Björninn hafa aðstoðað við undirbúning og keppendur eru nú skráðir félagar í Skautafélaginu Björninn, sem mun sjá um þjálfun keppenda fram að mótinu í febrúar.

Allir þeir sem komið hafa að verkefninu hafa sýnt mikinn áhuga á að leggja málinu lið og allt undirbúningsferlið hefur verið mjög ánægjulegt, jafnt fyrir keppendur sem aðra.

Nánari upplýsingar má fá á heimasíðu samtakanna: <http://www.specialolympics.org>.

Ertu þreyttur í baki eða með stífa vöðva?

Baksætið – léttibelti og nuddstafurinn Theracane halda þér gangandi



Seljum kæli og hitapoka, bakkbelti og hlífur, heilsukodda o.fl

www.eflingehf.is s. 461-2224



Nú bjóðast hópferðir fyrir hreyfihamlaða og aldraða í sérútbúnum hópferðabíl, sem er sá fyrsti sinnar tegundar hérlandis. Eins og áður er einnig boðið upp á almennar hópferðir.

Upplýsingar og pantanir eru hjá Hannesi Hákonarsyni
Heimasími 557 4130 • Farsími 852 3011

HR Hópferðapjónusta
Reykjavíkur

Sími 587 8030 - Fax 587 8031 - GSM 892 3011

VIÐ STYÐJUM ÍÞRÓTTASAMBAND FATLAÐRA

Vefur hf, heildverslun, Hagaflöt 2
Vélsmiðja Sigurðar Jónssonar ehf, Miðhrauni 8

Hafnarfjörður

Aðalskoðun hf, Hjallahrauni 4
Ársæll Sigurðsson HF-080
Ás, fasteignasala, Fjarðargötu 17
Bíla kjallarin ehf, Stapahrauni 11
Bíla spítalinn ehf, Kaplahrauni 1
Blátún ehf, Grandatröð 4
Byggingafélagið Kambur ehf, Strandgötu 11, 2.hæð
Bæjarbakarí ehf, Bæjarhrauni 2
Dalakofinn sf, Fjarðargötu 13-15
Eiríkur og Einar Valur hf, Þúfubarði 19
Endurskoðun Ómars Kristjánssonar slf, Bæjarhrauni 8
Finpússning, Íshelli 2
Fjarðarkaup ehf, Hólshrauni 1
Fjarðarstál ehf, Eyrartröð 6
Fjörukráin - Hótel Víking, Strandgötu 55
Flensborgarskólinn, Brekkugötu 19
FM-hús ehf, Bæjarhrauni 8
Fura ehf, Hringhelli 4
G.S. múrverk ehf, Hvassabergi 4
Gaflarar ehf, Lónsbraut 2
Geymslusvæðið ehf, Hraungörðum
Hafnarfjarðarkirkja, Strandgötu
Hagvagnar hf, Melabraut 18
Hársnyrtistofan Fagfólk ehf, Fjarðargötu 19
Hlaðbær-Colas hf, malbikunarstöð, Hringhelli 3
Hópbílar hf, Melabraut 18
Hraunhamar ehf, Bæjarhrauni 10
Hvalur hf, Reykjavíkurvegi 48
Höfn öldrunarmiðstöð, Sólvangsvegi 1
Ísmenn ehf, pípulagnir, Flatahrauni 5b
Ísrör ehf, Hringhelli 12
Jeppahlutir 4x4 ehf, Íshelli 4
Karton ehf, Trönuhrauni 8
Kerfi ehf, Flatahrauni 5b
Kjötbankinn ehf, Flatahrauni 27
Knattspyrnufélagið Haukar, Íþróttamiðstöðinni Ásvöllum
Mynd ljósmyndastofa ehf, Bæjarhrauni 26
Netagerð Jóns Holbergssonar ehf, Hjallahrauni 11
Nýsir hf, Flatahrauni 5a
Rafholt ehf, Blómvöllum 6
Samtak ehf, Skútahrauni 11
Sjúkraþjálfarinn ehf, Strandgötu 75
Spennubreytar, Trönuhrauni 5
Stímir hf, Drangahrauni 5
Stýrivélaþjónustan ehf, Stapahrauni 5
Suðulist ehf, Lónsbraut 3
Suðurverk hf, Drangahrauni 7
Tannlæknastofa Harðar V Sigmarssonar sf, Reykjavíkurvegi 60
Tannlæknastofa Jóns Björgvinssonar, Reykjavíkurvegi 60
Tjaldur RE 96
Trésmiðaverkstæði Jóns Rafns ehf, Stapahrauni 1
VBS-verkfræðistofa ehf, Bæjarhrauni 20
Veidiþúðin Við lækinn, Strandgötu 49
Verkalýðsfélagið Hlíf, Reykjavíkurvegi 64

Bessastaðahreppur

Íþrótta- og tómstundafulltrúi Bessastaðahrepps, Íþróttamiðstöðinni

Keflavík

18 JÁ Hársnyrting Harðar, Hafnarstræti 16
Bífreiðastöð Keflavíkur ehf, Vatnsnesvegi 16
Blámi GK og Dímon KE-48
Bústoð ehf, Tjarnargötu 2
DMM lausnir ehf, lðavöllum 9b
Efnaaug Suðurnesja - BK-hreinsun ehf, lðavöllum 11b
Eldvarnir ehf, lðavöllum 3g
Firmex - Alex ehf, Aðalgötu 60
Fjölbrautaskóli Suðurnesja, Sunnubraut 36
Geimsteinn ehf, Skólavegi 12
Húsagerðin ehf, trésmiðja, Hólmgarði 2c
Húsanes ehf, Hafnargötu 20
Intro ehf, Hafnargötu 90
Ísfoss ehf, Hafnargötu 60
Keflavíkurkirkja, Kirkjuvegi 25
Málverk sf, Skólavegi 36
Myllubakkaskóli, Sólvallagötu 6a
Persóna fataverslun, Hafnargötu 29
Plastgerð Suðurnesja ehf, Framnesvegi 21
Rafiðn ehf, Víkurbraut 1
Sjúkraþjálfunarstöðin Átak ehf, Aðalgötu 10
Starfsmannafélag Suðurnesja, Hafnargötu 15
Tannlæknastofa Einars og Kristínar, Skólavegi 10
Umbrot ehf, Víkurbraut 13
Varmamót ehf, Framnesvegi 19

Verkfræðistofa Suðurnesja hf, Víkurbraut 13
Verslunarmannafélag Suðurnesja, Vatnsnesvegi 14
Ökuleiðir svf, Sími 421-4141

Grindavík

EVH verktakar ehf, Mánasundi 6
Grindavíkurkaupstaður, Víkurbraut 62
Grindavíkurkirkja
Grindin ehf, trésmiðja, Hafnargötu 9a
Grímsnes ehf, Hafnargötu 31
Guðfinnur Birgisson, Norðurvör 11
Martak ehf, Hafnargötu 21
Myndsel ehf, Hafnargötu 11
Selháls ehf, Ásabraut 8
Ungmennafélag Grindavíkur
Vísir hf, Hafnargötu 16
Þorbjörn Fiskanes hf, Hafnargötu 12

Sandgerði

Kvenfélagið Hvöt
Nesmúr ehf, Holtsgötu 26
Nonni GK-129
Sjávarmál ehf, Ásabraut 10
Skálm ehf, Brekkustíg 20
Tros ehf, Hafnargötu 9

Garður

Hólmsteinn hf, útgerð, Garðhúsum
Raflagnavinnustofa Sigurðar Ingvarssonar, Heiðartúni 2
Raftýran sf, Gerðavegi 30
Sveitarfélagið Garður, Melbraut 3
Útskálakirkja, Útskálum

Njarðvík

Fram Foods Ísland hf, Brekkustíg 22
Samband sveitarfélaga á Suðurnesjum, Fitjum
Toyotasalurinn Reykjanesbæ, Njarðarbraut 19

Mosfellsbær

Afltak ehf, Völuteigi 1
Fagbók ehf, Þverholti 3
Garðyrkjustöðin Gróandi, Grásteinum
Gylfi Guðjónsson, ökukennari, sími 696-0042, Stórateigi 22
Í toppformi ehf, Íþróttamiðstöðinni Varmá
Ísfugl ehf, Reykjavegi 36
Mottó ehf, Flugumýri 24
Pizzabær ehf, Þverholti 2
Rafþjónusta Ingólfs ehf, sími 566-6355, Víðiteigi 24
Reykjalundur, Mosfellsbæ
Skálatúnsheimilið
Snjólfur ehf, Grænumýri 3
Söluturninn Rebbi ehf, Lágholti 21
Umbi sf, kvikmyndafélag
Ungmennna- og íþróttafélagið Afturelding, Íþróttamiðstöðinni Varmá
Vatnsverk ehf, pípulagnir, Engjavegi 6
Vélsmiðjan Orri ehf, Flugumýri 10

Akranes

Bífreiðastöð Þórðar Þ Þórðarsonar, Dalbraut 6
Bílver, bílaverkstæði ehf, Akursbraut 13
Bjarg ehf, verslun, Stílholti 14
Byggðasafn Akraness, Gördum
Dvalarheimilið Höfði, Sólmundarhöfða
Fasteignasalan Hákot ehf, Kirkjubraut 28
Fiskco ehf, Kalmansvöllum 3
Híbýlamálun Garðars Jónssonar ehf, Einigrund 9
Innri-Akraneshreppur, Heynes II
Jón Þorsteinsson ehf, Kalmannsvöllum 6
Lögmannsstofa Tryggva Bjarnasonar, Kirkjubraut 28
Markstofa ehf, Merkigerði 18
Mozart ehf, Skagabraut 31
Penninn Akranesi, Kirkjubraut 54
Rafnes sf, Heiðargerði 7
Runólfur Hallfreðsson ehf, Krókatúni 9
Sjúkraþjálfun Georgs Janussonar, Kirkjubraut 28
Smurstöð Akraness sf, Smiðjuvöllum 2
Straumnes ehf, rafverktakar, Krókatúni 22-24
Trésmiðjan Kjölur hf, Akursbraut 11a
Tölvuþjónustan á Akranesi ehf, Esjubraut 49
Verkalýðsfélagið Hörður, Ytri Hólmi 1
Verslun Einars Ólafssonar, Skagabraut 9-11
Verslunin Nína, Kirkjubraut 4
Vélsmiðja Ólafs R Guðjónssonar, Smiðjuvöllum 6
Vignir G. Jónsson hf, Smiðjuvöllum 4
Þorgeir og Ellert hf, Bakkatúni 26
Öryggismiðstöð Vesturlands ehf, Skólabraut 2

Siglingar fyrir alla

Það er einhver ævintýraljóni sem fylgir því að sigla um höfin á seglskútu. Margir eiga sér þann draum, en færri láta hann rætast. Allir geta látið drauminn rætast því það er auðveldara en margur heldur og siglingar henta öllum.

Í byrjun desember var haldin ráðstefna í Hollandi á vegum IFDS (International Foundation for Disabled Sailing) undir yfirskriftinni YES (Young Enabled Sailors). Frá Íslandi sóttu ráðstefnuna Svanur Ingvarsson frá ÍF og Birgir Ari Hilmarsson frá Siglingasambandinu. Á ráðstefnunni var fjallað um allt sem viðkemur siglingum fyrir fatlaða ásamt því sem búnaður var kynntur á staðnum.

er að fá rafmótora í þessa báta og stýripinna til að stjórna öllum aðgerðum um borð. Annar bátur sem er algengur er Sonar, þriggja manna bátur sem hægt er að setja í sérútbúin sæti til að hann henti hverjum sem er. Þá er mjög spennandi bátur á markaði í Bretlandi sem heitir Challenger. Um er að ræða þriggja skrokka bát þar sem stýrimaður situr í miðskrokk bátsins og eru tveir



Siglingar eru stundaðar um allan heim sem keppnisíþrótt. Í vissum flokkum keppa fatlaðir og ófatlaðir á jafnréttisgrundvelli en þá eru bátar sérbúnir eftir þörfum hvers og eins.

Mismunandi bátar
Siglingar eru stundaðar um allan heim sem keppnisíþrótt. Í vissum flokkum keppa fatlaðir og ófatlaðir á jafnréttisgrundvelli en þá eru bátar sérbúnir eftir þörfum hvers og eins. Sú bátstegund sem er algengust í slíkum keppnum er 2.4mR sem er smækkuð útgáfa af bátum sem notaðir eru í Ameríkubikarnum. Í þessum bátum situr stýrimaðurinn í botni bátsins svipað og í kajak þar sem hann hefur öll stjórnþæki. Hægt

hliðarskrokkar til að koma í veg fyrir að bátnum hvolfi.
Ólympíumót fatlaðra
Siglingar hafa verið stundaðar sem íþrótt fyrir fatlaða frá árinu 1980 og var fyrst keppt í siglingum á Ólympíumóti fatlaðra í Barcelona árið 1996. Á Ólympíumóti fatlaðra í Apenu var keppt á tveimur tegundum báta, Sonar og 2.4mR. Sonar er þriggja manna bátur og tóku 15 áhafnir þátt eða alls 45 keppendur. 2.4mR er eins manns

bátur og tóku 16 keppendur þátt í þeim flokki og voru því keppendur í siglingum alls 61.
Fyrir ánægjuna
En siglingar snúast um meira en keppni og eru því margir sem sigla sér til ánægju enda fátt sem jafnast á við það að stýra báti og fást við náttúröflin. Til eru bátar sem sérstaklega eru hannaðir með þarfir fatlaðra í huga og hægt að aðlaga þá að öllum og eru dæmi um að

fólk sem er lamað upp að hálsi sigli sjálft í eins manns báti. Hægt er að gera breytingar á flestum bátum og koma fyrir búnaði eftir því hvað hentar hverjum og einum.
Siglingasamband Íslands hefur hug á því að gera siglingar að íþrótt fyrir alla og mun í því sambandi beita sér fyrir því að aðgengi að íþróttinni verði með þeim hætti að allir geti komist á sjó og notið þess frelsis sem í siglingum felst.

Múrbrjóturinn

Í hófi sem haldið var á Grand Hótel Reykjavík á alþjóðadegi fatlaðra 3. desember sl. afhenti Þorgerður Katrín Gunnarsdóttir menntamálaráðherra Múrbrjóta Landssamtakanna Þroskahjálp. Múrbrjóturinn er viðurkenning samtakanna til þeirra sem þykja hafa skarað fram úr í að ryðja fötluðum og fjölskyldum þeirra nýjar brautir í jafnréttisátt. Múrbrjótana hlutu Íþróttasamband fatlaðra vegna öflugrar starfsemi í 25 ár og Leikskólinn Kjarrið í Garðabæ vegna starfsmanna- og uppeldisstefnu sinnar. Fyrir hönd ÍF tók formaður sambandsins Sveinn Áki Lúðvíksson við viðurkenningunni að viðstöddum gestum. Íþróttasamband fatlaðra vill þakka Landssamtökunum Þroskahjálpar fyrir viðurkenninguna og tekur þeim sem hvatningu í starfi og vonast til að þetta megi verða hvatning fyrir aðra að vinna að jafnréttismálum fatlaðra.





Gleðileg jól

HVAÐ SEM FRAMTÍÐIN FÆRIR
VISA UM ALLA FRAMTÍÐ



Íslandsleikar Special Olympics í knattspyrnu utanhúss

Áttundu Íslandsleikar Special Olympics í knattspyrnu voru haldnir á íþróttavellinum á Selfossi laugardaginn 11. September, en þessir leikar eru samvinna Íþróttasambands fatlaðra og Knattspyrnusambands Íslands, sem leggur m.a. til dómara í leikina. Þetta voru fjórðu leikarnir sem haldnir eru utanhúss en áður hafa verið haldnir utanhúss leikar á Akureyri, Akranesi og í Hafnarfirði. Innanhússleikarnir hafa að jafnaði verið haldnir í mars eða byrjun apríl og verið í tengslum við knattspyrnuviku þroskaheftra í Evrópu, sem nýtur mikils stuðnings Knattspyrnusambands Evrópu, UEFA.

Mótið hófst kl. 13:00 á laugardeginum með því að Kristinn Guðlaugsson, formaður knattspyrnunefndar ÍF, bauð alla keppendur velkomna og setti mótið. Að því loknu hófst sameiginleg upphitun allra, en henni var stjórnað af Páli Guðmundssyni knattspyrnuþjálfara með meiru.

Það voru 8 lið sem mættu til leiks frá 5 félögum og voru keppendur um 50 talsins. Um kl. 13:20 hófst síðan keppnin og var keppt í tveimur riðlum; A og B riðlum. Hver leikur stóð í 2 x 8 mínútur og sáu dómarar frá KSÍ til þess að lögum og reglum knattspyrnunnar væri framfylgt. Leikirnir fóru mjög vel fram þó hart væri barist í hverjum leik Úrslit á leikunum urðu eftirfarandi.

A – riðill:						B – riðill:					
Suðri – Ösp	1-8					Blandað – Ösp2	3-5				
Nes – Þjótur	3-1					Eik1 – Eik2	5-0				
Ösp – Nes	5-1					Blandað – Eik1	2-8				
Suðri – Þjótur	0-6					Ösp 2 – Eik2	12-0				
Nes – Suðri	7-0					Blandað – Eik2	9-0				
Þjótur – Ösp	1-4					Ösp2 – Eik1	5-2				
Lokaúrslit:						Lokaúrslit:					
	U	J	T	Mörk	Stig		U	J	T	Mörk	Stig
Ösp	3	0	0	17-3	9	Ösp2	3	0	0	22-5	9
Nes	2	0	1	11-6	6	Eik1	2	0	1	15-7	6
Þjótur	1	0	2	8-7	3	Blandað	1	0	2	14-13	3
Suðri	0	0	3	1-21	0	Eik2	0	0	3	0-26	0



ráða ekkert við þó margt trölíð komi af Suðurlandinu.

Talið er að um 25 þúsund þroskaheftir einstaklingar stundi knattspyrnu víðs vegar í Evrópu og markmið með knattspyrnuvikum af þessu tagi er að tvöfalda þann fjölda fyrir árið 2005, fá fleiri þjálfara að þjálfun þessara einstaklinga og síðast en ekki síst, að auka þau tækifæri sem þroskaheftum gefast til knattspyrnu-



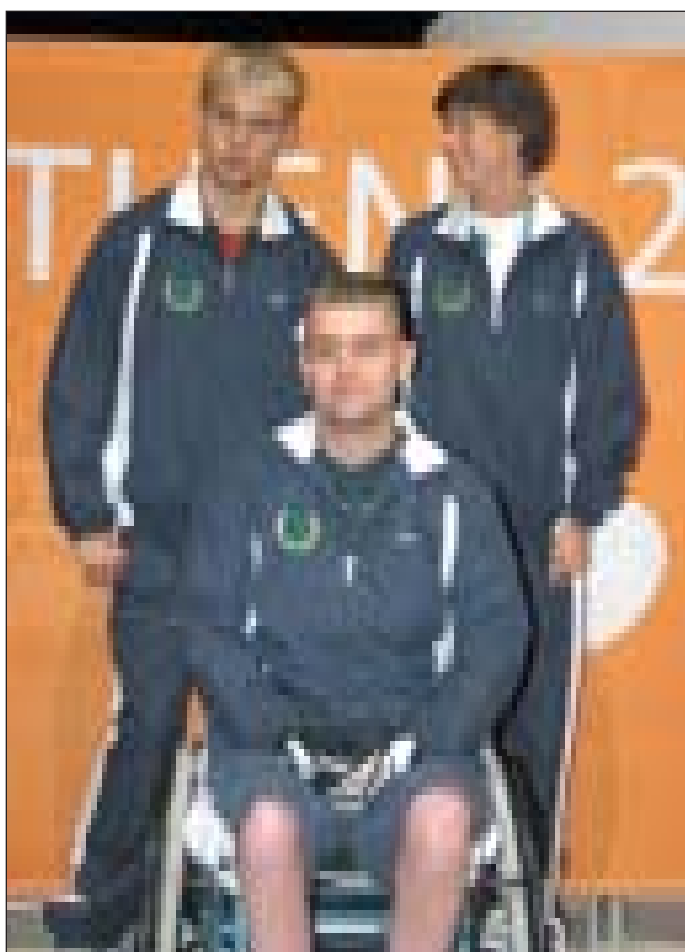
iðkunar.

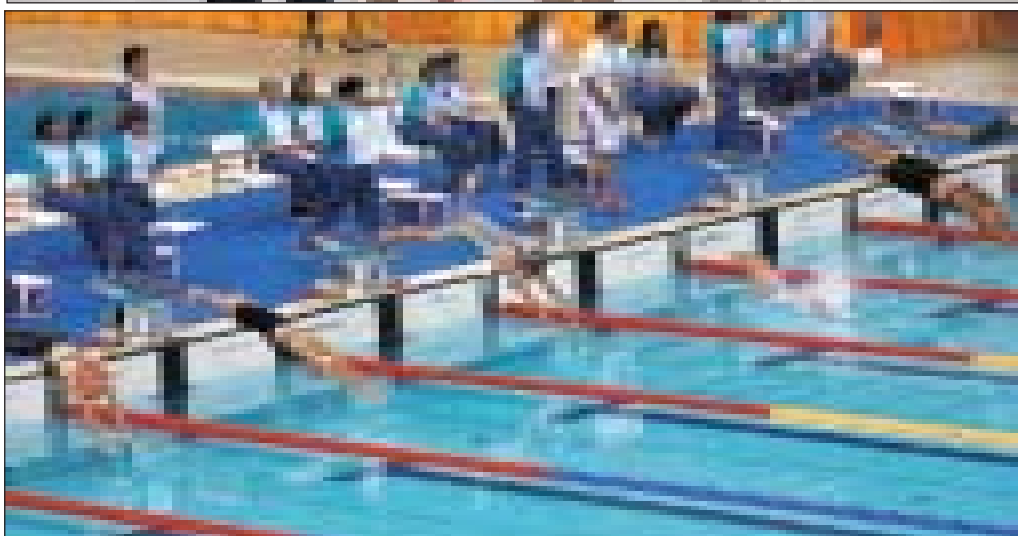
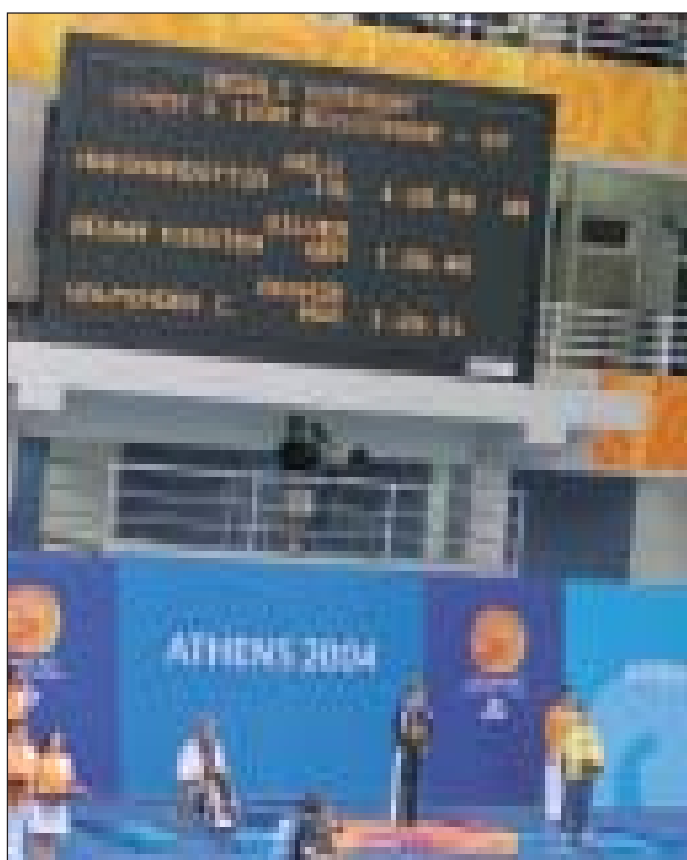
Verkefnið nýtur stuðnings UEFA, sem hefur mælst til þess að knattspyrnusambönd hinna ýmsu Evrópulanda styðji við bak þeirra sem fyrir verkefninu standa. KSÍ hefur tekið virkan þátt í Íslandsleikunum og vonandi verður þess ekki langt að bíða að knattspyrnufélög bjóði í auknum mæli upp á æfingar fyrir

þennan hóp. Knattspyrnuæfingar eru á vegum nokkurra aðildarfélaga ÍF en mörg þeirra hafa ekki tók á að bjóða upp á þessa grein í heimahéraði nema í samvinnu við knattspyrnufélagið á staðnum. Slík samvinna er að mati ÍF grundvöllur þess að vakning verði í greininni meðal fatlaðs íþróttafólks.



Svipmyndir frá Ólympíumóti fatlaðra í Aþenu 2004





VIÐ STYÐJUM ÍPRÓTTASAMBAND FATLAÐRA

Borgarnes

Blómabúð Dóru, Borgarbraut 58-60
Borgarbyggð, Borgarbraut 11
Bókhalds- og tölvupjónustan sf, Böðvarsgötu 11
Búvangur ehf, Brúarlandi
Dalbrún ehf, Brákarbraut 3
Dvalarheimili aldraðra Borgarnesi, Borgarbraut 65
Eyja- og Miklaholtshreppur, Hjarðarfelli
Félagsbúið Mófellsstöðum sf, Mófellsstöðum
Hársnyrtistofa Margrétar, Kveldúlfsgötu 27
Hvítársíðuhreppur, Sámsstöðum
Jörvi hf, vinnuvélar, Hvanneyri
Laugaland hf, Laugalandi
Meðferðarheimilið Hvítarbakka, Hvítarbakka
Samtök sveitarfélaga í Vesturlandskjördæmi, Bjarnarbraut 8
Skorradalshreppur, Grund
Sæmundur Sigmundsson ehf, Kveldúlfsgötu 17
Vatnsverk-Guðjón og Árni ehf, Egilsgötu 17

Stykkishólmur

Denni SH-52, Borgarflöt 3
Hvítasunnukirkjan Stykkishólmi, Skúlagötu 6
Málflutningsstofa Snæfellsness sf, Aðalgötu 2
Rauði kross Íslands Stykkishólmsdeild, Borgarbraut 1
Tindur ehf, Hjallatanga 10
Verkstjórafélag Snæfellsness, Skólastíg 15

Grundarfjörður

Farsæll ehf, Eyrarvegi 16
Góð mál ehf, Grundargötu 18
Guðni E Hallgrímsson, Grundargötu 42
Haukaberg, Hamrahlíð 1
Hjálmar ehf, Hamrahlíð 1

Snæfellsbær

Egill SH-195
Fiskiðjan Bylgja hf, Bankastræti 1
Fiskmarkaður Íslands hf, Norðurtanga
Friðrik Bergmann ehf, Grundarbraut 48
Fríða amma ehf, Brautarholti 26
Gimli, bókaverslun, Hraunási 1
Gistihúsið Langaholt sími 435-6789, Görðum
Háigarður ehf, Ökrum Hellnum
Heilsugæslustöðin Ólafsvík, Engihlíð 28
Hjallasandur ehf, Helluhóli 3
Hraðbúð Esso, v/Útnesveg
Hraðfrystihús Hellissands hf, Hafnarbakka 1
Sjávariðjan Rífi hf, Hafnargötu 8
Sverrisútgerðin ehf, Túnbrekku 16

Búðardalur

Skógræktarfélag Dalasýslu, Brekkuhvammi 10
Vestri sf, vinnuvélaleiga, Holti

Króksfjarðarnes

Kolur ehf, vinnuvélar og verktakar, Kinnarstöðum
Steinver sf, Reykhólum, Reykhólahreppi

Ísafjörður

Ametyst, hár- og förðunarstofa ehf, Mánagötu 2
Bakarinn ehf, Silfurgötu 11
Ferðaþjónusta Margrétar og Guðna ehf, Sindragötu 3
Félag opinberra starfsmanna á Vestfjörðum, Hafnarstræti 6
Fræðslumiðstöð Vestfjarða, Eyrargötu 2-4
Gamla bakarið, Aðalstræti 24
Hamraborg ehf, Hafnarstræti 7
Ís 47 ehf, Fagraholti 3
Ísafjarðarbær, Hafnarstræti 1
Ísblikk ehf, Árnagötu 1
Ísinn ehf, Sindragötu 13b
Ískrókur ehf, Hnífsdalsvegi 1
Kjölur ehf, Urðarvegi 37
Krossnes ehf, Króki 2
Löggiltir endurskoðendur Vestfjörðum hf, Aðalstræti 24
Mjólkursamlag Ísfirðinga, Sindragötu 2
Orkubú Vestfjarða hf, Stakkanesi 1
Sýslumaðurinn á Ísafirði, Hafnarstræti 1
Útgerðarfélagið Öngull ehf, Engjavegi 28
Vís ehf, Urðarvegi 19

Hnífsdalur

Trésmiðjan ehf, Strandgötu 7b

Bolungarvík

Bakkavík hf, Hafnargötu 80-96
Brún ehf, Heiðarbrún 10
Elías Ketilsson ehf, Þjóðólfsvegi 3
Heilbrigðisstofnun Bolungarvíkur heilsugæslusvið, Höfðastíg 15
Jakob Valgeir ehf, Grundarstíg 5
Málningarlagarinn sf, Heiðarbrún 1
Sigurgeir G. Jóhannsson ehf, Dísarlandi 14
Sparisjóður Bolungarvíkur, Aðalstræti 14
Verkalýðs- og sjómannafélag Bolungarvíkur, Hafnargötu 37

Súðavík

Súðavíkurhöfn, Grundarstræti 3

Suðureyri

Berti G ÍS 161, Eyrargötu 4
Flugalda ehf, Hjallavegi 5

Patreksfjörður

Bjarg ehf, Mýrum 14
Flakkarinn ehf, Brjánslæk
Grunnskólar Vesturbbyggðar, Aðalstræti 63
Nanna ehf, v/höfnina
Oddi hf, fiskverkun, Eyrargötu 1
Strönd ehf, Breiðalæk
Vestri hf - Oddi, Eyrargötu
Vesturbbyggð, Aðalstræti 63

Tálknafjörður

Bókhaldsstofan Tálknafirði, Strandgötu 40
Eik hf, trésmiðja, Strandgötu 37
Fjölskyldan Skógum, Skógum
Hraðfrystihús Tálknafjarðar, Miðtúni 3
Miðvík ehf, Túngötu 44

Þingeyri

Bibbi Jóns ÍS 65, Brekkugötu 31
Brautin sf, Ketilseyri

Staður

Kvenfélagið lðunn, Guðlaugsvík
Staðarskáli ehf, Stað Hrutafirði

Hólmavík

Café Riis ehf, Vitabraut 1
Kópnes ehf, Vitabraut 3
Lionsklúbbur Hólmavíkur

Drangsnes

Grímsey ST-002
Stefnir ST-47

Norðurfjörður

Árneshreppur, Norðurfirði

Hvammstangi

Egill Gunnlaugsson, dýralæknir, Hvammstangabraut 26
Heilbrigðisstofnunin Hvammstanga, Spítalastíg 1

Blönduós

Kvenfélag Svínavatnshrepps
Samband austur-húnvetn kvenna
Tvisturinn ehf, vöruflutningar, Norðurlandsvegur 1
Vélsmiðja Alla ehf, Mýrarbraut 19

Skagaströnd

Trésmiðja Helga Gunnarssonar ehf, Mánabraut 2
Örvi ehf, Hólabraut 24

Sauðárkrókur

Bífreiðaverkstæðið, Sleitustöðum
Bókhaldsþjónusta KOM ehf, Víðihlíð 10
Byggðastofnun, Ártorgi 1
Fiskiðja Sauðárkróks, Eyrarvegi 18
Háskóli á Hólum í Hjaltadal, Hólum í Hjaltadal
Heilbrigðisstofnunin Sauðárkróki, Sauðárhæðum
Hestamiðstöð Íslands, Aðalgötu 21

Íþróttasamband fatlaðra 25 ára

Íþróttasamband fatlaðra var stofnað 17. maí 1979 og á því aldarfjórðungs afmæli í ár. Af því tilefni var sett á stofn framkvæmanefnd í tengslum við hinar ýmsu uppákomur og fyrirhuguð hátíðarhöld vegna afmælisins.

Af þessu tilefni var ákveðinn heildarsvipur á öllum Íslandsmótum ÍF í ár til að minna á áfangann. T.d. fengu keppendur og þjálfarar sérmerkta boli, stór borði með merkjum aðildarfélaga var útbúinn, fánar ÍF blöktu o.m.fl. Fyrirtækið Ísspor hannaði sérstaka verðlaunapeninga, sem Lionsklúbburinn Víðarr gaf öllum sigurvegurum Íslandsmótanna.

Reykjavíkur. Keppt var í boccia sveitakeppni, sundi, borðtennis, bogfimi og lyftingum. Mæting var með eindæmum góð og aðildarfélög ÍF marseruðu undir dúndrandi lúðrablæstri Skólahljómsveitar Kópavogs. Borgarstjórinn í Reykjavík, Þórólfur Arnason, flutti ávarp og endaði með að láta þátttakendur búa til bylgu með handarsveiflum sem vakti mikla hrifningu, en for-

íþrottakennaranema frá Íþróttaskor KHÍ á Laugarvatni og settu þau fagmannlegan svip á mótið, þar sem þau aðstoðuðu meðal annars við dómgæslu og tímatöku undir styrkri stjórn Kára Jónssonar landsliðsþjálfara ÍF. Lokahófið var haldið á Hótel Íslandi, þar sem allt var skreytt með blöðrum, borðum og fánum. Maturinn var ljúffengur og Svanur Ingvarsson góður veislustjóri með Bjarna töframanni, en hljómsveitin Búálfarnir slógu í gegn með dunandi dansmúsík fram eftir nóttu.

Þann 17. maí var opið hús í Íþróttamiðstöðinni í Laugardal með afmælistertu og ljúfum harmónikutónum og góðum gestum frá aðildarfélögum, stjórnnum og nefndum.

Trompið var heilmikil sögusýning sem var sett upp í Tjarnarsal Ráðhúss Reykjavíkur þar sem hvert aðildarfélag ÍF skráði sögu síns



sýningarinnar heiðruðu alþjóðaforseti Ólympíuráðs fatlaðra (IPC) Phil Craven og forseti Evrópuráðsins (EPC) Robert Price Íþróttasamband fatlaðra með komu sinni. Var þeim boðið til forseta Íslands og borgarstjóra Reykjavíkur og kynntu þeir sér starfsemi ÍF með heimsóknum á ýmsa íþróttastaði.

Yfir sumarið var rólegt en þegar haustaði var Íslandsmót í ein-



Trompið var heilmikil sögusýning sem var sett upp í Tjarnarsal Ráðhúss Reykjavíkur þar sem hvert aðildarfélag ÍF skráði sögu síns félags í máli og myndum og einnig sýndir ýmsir forvitnilegir hlutir eins og gamall tréhjólástóll og verðlaunapeningar frá heimsmeistara- og ólympíumótum.



Í mars var haldið fjölmennasta Íslandsmótið á árinu í Laugardalshöllinni, ÍFR-húsinu og Sundhöll

maður ÍF Sveinn Áki Lúðvíksson setti mótið formlega. Við framkvæmd mótsins naut ÍF aðstoðar



félag í máli og myndum og einnig sýndir ýmsir forvitnilegir hlutir eins og gamall tréhjólástóll og verðlaunapeningar frá heimsmeistara- og ólympíumótum. Fengnir voru glerskápar og sýningarborð hjá Sýningarkerfum til að verja og sýna þessar gersemar.

Sögusýningin hófst með píanóleik og móttöku fyrir boðsgesti og aðildarfélög, forseta Íslands og ráðherra, íþróttafulltrúa ríkisins og hina ýmsu velunnara ÍF. Sýningin var opin í 3 daga með kynningu á boccia og borðtennis og kvikmyndasýningu af starfi ÍF í 25 ár. Í lok

staklingskeppni í boccia á Sauðárkróki og allt skreytt með blöðrum, borðum og fánum eins og vera ber í afmæli.

Nú er þessu merka afmælisári að ljúka og margs er að minnast. Margir sigrar hafa unnist, en betur má ef duga skal. Áframhaldandi stuðningur við fatlaða íþróttamenn er ómetanleg undirstaða ÍF og mörgum ber að þakka fórnfústa starf á liðnum árum. Íþróttasamband fatlaðra mun stefna að uppbyggingu starfsins hér eftir sem áður og gera það í sönnum íþróttanda.



Mikilvæg skref á góðu ári



Watching Jake walk to school for his first day of kindergarten.....priceless!

You helped make it possible-
Thank you OSSUR!

Sincerely,
The Franks
Jake, Madison, Julie & Steve

Mikilvægir áfangar náðust í starfi Össurar á því ári sem nú er að líða og gera það eftirminnilegt.

Á árinu bárust okkur einnig gleðilegar fréttir af fjölmörgum sem nota vörur frá okkur og má þar nefna að íþróttamenn sem fyrirtækið styrkir unnu til verðlauna á ólympíumóti fatlaðra. Önnur tíðindi glöddu okkur ekki síður. Nýverið barst okkur kveðja frá foreldrum sex ára gamals drengs í Bandaríkjunum. Með hjálp gervifóta frá Össuri getur hann nú gengið í skóla, eins og önnur börn á hans reki. Slíkar fréttir eru okkur hvatning í starfi.

Við óskum viðskiptavinum okkar, hluthöfum og landsmönnum öllum farsældar á komandi ári og þökkum samstarfið á því sem er að líða.



Val á íþróttamanni ársins

Undanfarið hefur nokkuð verið ritað um val á íþróttamanni ársins, sem er valinn af samtökum íþróttafréttamanna. Flestir eru sammála um að Ólafur Stefánsson hafi verið vel að þessum titli kominn í fyrra og er ég vissulega einn þeirra. Ég er samt á því að fötluðum íþróttamönnum sé ekki gert jafnhátt undir höfði og þeir eiga skilið.

Þeir, sem eru á þeirri skoðun að íþróttir fatlaðra séu ekki sambærilegar við aðrar greinar innan ÍSí, hafa ekki kynnt sér málið nógu vel. Mig langar hér að svara nokkrum þeim rökum sem hafa komið gegn afrekum fatlaðra íþróttamanna.

Þetta er svo ung grein, er þetta nokkuð sambærilegt?

Íþróttir fatlaðra eru vissulega ung grein samanborið við margar aðrar sem við erum að bera okkur saman við, vissulega mun yngri en t.d. knattspyrna en mun eldri en t.d. keppnisþolfimi og alþjóðleg mót íslenska hestsins.

Þetta er allt svo flokkaskipt, er þetta ekki eins og verið væri að keppa í flokki örvhentra og ljós-hærðra spjótkastara?

Þessu er vissulega ekki auðvelt að svara nema þá að háralitur og kasthendi skiptir ekki miklu máli fyrir spjótkastarann. Flokkarnir sem fötluðu íþróttamennirnir eru settir í eru til þess að þeir eigi kost á sanngjarnri keppni. Fjöldi annarra í-þróttamanna keppa í flokkum, júdó-maðurinn Bjarni Friðriksson og lyftingamaðurinn Skúli Óskarsson voru báðir í ákveðnum þyngdar-

flokkum þegar þeir unnu sín mestu afrek og voru valdir Íþróttamenn ársins. Það eru vissulega mismargir í hverjum flokki hjá fötluðum eins og hjá hinum, en t.d. í flokki Kristínar Rósar Hákonardóttur eru 37 einstaklingar á heimslistanum en það eru bara þeir sem keppt hafa á alþjóðlegum mótum, þá eru ótaldir allir þeir sem ekki ná lágmörkum á þessi alþjóðlegu mót.

Það er engin samkeppni í þessum greinum fatlaðra

Það á vissulega stundum við sérstaklega í flokkum mikið fatlaðra íþróttamanna, S1–S3, því það eru ekki svo margir í heiminum svona mikið fatlaðir sem stunda hverja grein. En þegar ofar kemur í fötlunar-skalann er um mun meiri samkeppni að ræða. En samkeppnin eða breiddin í flokki S7 í 100 m baksundi kvenna í heiminum er svipuð og breiddin í kúluvarpi kvenna í Evrópu, þ.e. 3. sæti á afrekslistunum er hlutfallslega álíka langt frá 1. sætinu í báðum greinum og sömuleiðis 10. sæti og 20. sæti. Það væri erfitt að útskýra fyrir ófatlaðri konu, sem væri yfirburðakona í kúluvarpi í Evrópu, að hún

kæmi ekki til álita sem Íþróttamaður ársins því það er svo lítil samkeppni í hennar grein.

Þetta er alltaf sama fólkið sem er að keppa á þessum stórmótum

Þegar Kristín Rós varð Ólympíu-mótsmeistari fyrst í Atlanta 1996 voru allt aðrar stelpur að keppa við hana en eru að keppa við hana í dag. Það er því komin ný kynslóð af stelpum sem vilja vinna okkar konu en þær geta það einfaldlega ekki.

Þetta er hvergi gert í heiminum

Ó jú, það eru til nokkur dæmi um að fatlaðir íþróttamenn hafi verið valdir íþróttamenn ársins í sínum löndum. Nærtækasta dæmið er frá Færeyjum þar sem fötluð sundkona, Katrina Johannsen, var valin Íþróttamaður ársins fyrir nokkrum árum. Hún var meðal annars valin fram yfir frægan keppanda í keppninni Sterkasti maður heims, Regin Vagdal. Frægasta dæmið er svo væntanlega frá Ástralíu þegar Louise Savage, sem keppir í hjólastólakappakstri, var valin Íþróttakona Ástralíu árið 1999. Hún var valin fram yfir heimsfræga íþróttamenn eins og Cathy Free-

mann og margfaldan heims-meistara og heimsmethafa í sundi, Susie O'Neill.

Fötluðu keppendurnir setja kannski 10 heimsmet á hverju ári, þarf þá ekki að velja þá alltaf?

Síður en svo! Ekki frekar en það þurfi að velja Ólaf Stefánsson aftur í ár, ef hann stendur sig jafnvel og hann gerði í fyrra.

Ég vil að lokum taka það skýrt fram að ég tel að Ólafur Stefánsson sé mjög vel að titlum sínum kominn. Hann er góð fyrirmynd fyrir alla íþróttæsku okkar. Það hafa líka flestir ef ekki allir þeir íþróttamenn, sem valdir hafa verið, átt sam-eiginlegt, enda geri ég ráð fyrir að hver sá sem verður þessa heiðurs aðnjótandi að vera valinn Íþróttamaður ársins sé ekki bara valinn vegna árangurs á vellinum heldur líka vegna þess að hann sé sterkur einstaklingur sem er til fyrirmyndar.

Kristín Rós Hákonardóttir er einn þeirra íþróttamanna sem hefur skarað fram úr í heiminum árum saman í sinni grein og er góð fyrirmynd fyrir alla íþróttamenn. Ég tel að íþróttafréttamenn hafi ekki sýnt henni þann heiður sem hún á skilið.

Erlingur Þ. Jóhannsson, íþróttafulltrúi Íþrótt- og tómstundaráðs Reykjavíkur

Ný sundlaug í Laugardal

Gamall og langþráður draumur sundmanna er að rætast. Í byrjun næsta árs verður tekin í notkun 50 metra innilaug við Laugardalslaug. Þessi laug er fyrst og fremst hönnuð sem æfinga- og keppnislaug, til sundkennslu og sem almenningssundlaug. Sem keppnislaug leysir þessi laug af hólmi tæplega 70 ára gamalt mannvirki, Sundhöll Reykjavíkur, sem þjónað hefur sundíþróttinni dyggilega en fullnægir ekki lengur þeim kröfum sem gerðar eru til keppnismannvirkja.

Bygging þessa mikla sundmannvirkis hófst fyrir tæpum fjórum árum, vinna við forsögn og hugmyndavinna á sér þó lengri sögu. Efnt var til samkeppni um hönnun og var lausn Ara M. Lúðvíkssonar arkitekts valin, en hann er hönnuður laugarinnar.

Við smíði þessarar laugar var farið að reglum Alþjóða sundsambandsins varðandi alla umgjörð sundmóta. Því verða með tilkomu þessa mikla mannvirkis opnir möguleikar á að halda sundmót á alþjóða mælikvarða þar sem allar aðstæður eru eins og best verður á kosið.

Ýmsar nýjungar eru í þessari laug og má þar nefna að í hluta laugarkersins er falskur botn sem lyfta má upp þannig að dýpi í þeim hluta hentar til kennslu ósyndra. Eins og áður er komið fram er lengd laugarkersins 50 m. Nú er það svo að á sundmótum er ýmist verið að

keppa í 50 m brautarlengdum eða 25 m brautarlengdum. Til þess að koma til móts við þessa tilhögun er komið fyrir í lauginni færanlegu skilrími, þ.e. „brú“, sem ýmist er notuð til að afmarka grynri hluta laugarinnar frá þeim dýpri þegar sundkennsla fer fram eða til þess að afmarka 25 m brautarlengd þegar sundmót eru stíluð inn á þá brautarlengd.

Íþróttafélög fatlaðra munu hafa aðgengi til æfinga í þessari laug með sama hætti og önnur íþróttafélög og munu hefja þar æfingar um leið og mannvirkið verður tekið í notkun. Séð hefur verið fyrir aðgengi hreyfihamlaðra og eins og lög og reglugerðir kveða á um er lyfta á laugarbakkanum og stigar ofan í laugina sem henta hreyfihömluðum. Ekki eru sérstakir búnings- og baðklefar fyrir þessa laug, þeir eru þeir sömu og fyrir útilaugina og

ágætlega hæfir fyrir hjólastóla.

Það er von borgaryfirvalda og allra þeirra sem að þessu mannvirki

hafa komið að það verði sundíþróttinni til mikils framdráttar og ekki síst fötluðu íþróttafólki.

Vígslumót nýrrar innisundlaugar

Nýárssundmót fatlaðra barna- og unglinga 2005

Þann 2. janúar 2005 verður hið árlega Nýárs-sundmót fatlaðra barna og unglinga haldið.

Að þessu sinni verður mótið með öðru sniði en venjulega þar sem Íþróttasamband fatlaðra fékk heiðurinn af því að halda vígslumót nýrrar glæsilegrar 50 m innisundlaugar í Laugardalnum. Mótið hefst kl. 15:00.

Himnesk Símajól

Síminn óskar landsmönnum öllum
gleðilegra jóla og farsældar á nýju ári

Mót ÍF innanlands 2004

Íþróttasamband fatlaðra hefur frá stofnun 1979, staðið fyrir Íslandsmótum í allt að 6 greinum. Árið 2004 var engin undantekning hvað varðar mótahald og hófst árið að venju með Nýárssundmóti fatlaðra barna og unglunga sem haldið var í Sundhöll Reykjavíkur 4. janúar. Þá var haldið Íslandsmót í frjálsum íþróttum innanhúss í febrúar, í bogfimi, borðtennis, sundi, lyftingum og boccia-sveitakeppni í mars, í frjálsum íþróttum utanhúss í júní, í boccia-einstaklingskeppni í október og þá var haldin Bikarkeppni ÍF í sundi í nóvember. Lionsklúbburinn Víðarr gaf öll verðlaun á Íslandsmótum ÍF árið 2004. Hér eru nokkrar svipmyndir frá mótunum.



VIÐ STYÐJUM ÍÞRÓTTASAMBAND FATLAÐRA

Hólalax hf, Hólum 1
Kaupfélag Skagfirðinga, Ártorgi 1
Sjúkraþjálfun Sigurveigar ehf, Sæmundargötu 13
Skinnastöðin hf, Syðri-Ingveldarstöðum
Steinull hf, Skarðseyri 5
Stoð ehf, Aðalgötu 21
Vörumiðlun ehf, Borgarflöt 5

Varmahlíð

Akrahreppur Skagafirði, Miklabæ, Skagafirði
Varmahlíðarskóli

Hofsós

Snorri Þorfinnsson ehf, Suðurbraut 8

Siglufjörður

Bás ehf, Aðalgötu 34
Berg hf, byggingafélag, Norðurgötu 16
Egilssíld ehf, Gránugötu 27
Siglufjarðarkaupstaður, Gránugötu 24

Akureyri

Augnlæknastofan sf, Mýrarvegi - Kaupangi
AVH ehf Arkitektar og verkfræðingar, Mýrarvegi Kaupangi
Ás sf, gistiheimili, Skipagötu 4
Ásbyrgi - Flóra ehf, Frostagötu 2a
Bifreiðaverkstæði Bjarnhéðins ehf, Fjölнисgötu 2a
Bifreiðaverkstæði Sigurðar Valdimarssonar ehf, Óseyri 5a
Bílaleiga Akureyrar, Tryggvabraut 12
Björn Rögnvaldsson ehf, Þórunnarstræti 114
Blikkrás ehf, Óseyri 16
Brim hf, Fiskitanga
Börkur hf, trésmiðja, Dalsbraut 1
Dalrós Hulda Kjartansdóttir
Eining-löja, Skipagötu 14
Fasteignasalan Byggð, Strandgötu 29
Ferðaskrifstofa Akureyrar ehf, Ráðhústorgi 3
Félag málmíðnaðarmanna Akureyri, Skipagötu 14
Félag verslunar- og skrifstofufólks, Skipagötu 14
Félagsbúið Hallgilsstöðum, Hallgilsstöðum
Fremri ehf kynningarþjónusta, Þórsstígur 4
Föl ehf, Lerkilundi 24
Gerði ehf, Þórsmörk
Gleraugnasalan Geisli, Kaupangi
Glófi ehf, Frostagötu 1a
Glói ehf, Viðjulundi 2
Grand ehf, Jörvabyggð 10
Hártískan sf, Kaupangi við Mýrarveg
Heilsuhornið Ninna ehf, Glerártorgi
Hjálpræðisherinn á Akureyri, Hvannavöllum 10
Hlíðarskóli, Varpholti
Húsprýði sf, Múlasíðu 48
Íþróttamiðstöð Glerárskóla
Kjarnafæði hf, Fjölnisgötu 1b
KPMG endurskoðun Akureyri hf, Glerárgötu 24
Lundarskóli, v/Dalsbraut
Medulla ehf, Strandgötu 37
Menntaskólinn á Akureyri, Eyrarlandsvegi 28
Norðurmjólk, Súluvegi 1
Orlofsbyggðin Illugastaðir, Skipagötu 12
Sandblástur og málmhúðun hf, Árstíg 6
Sigtryggur og Pétur sf, Brekkugötu 5
Sjálfsbjörg Akureyri, Bugðusíðu 1
Sjúkraþjálfunin, Sunnuhlíð 12
Skinnaiðnaður Akureyri ehf, Gleráreyrum
Skóhúsið - Bónusskór, Brekkugötu 1a
Skrín ehf, Glerárgötu 36
Starfsmannafélag Árbaks EA-5
Starfsmannafélag Frosta
Stefán Jónsson málarameistari ehf, Bakkahlíð 2
Sveitahótelíð Sveinbjarnargerði, Sveinbjarnargerði
Tannlæknastofa Sigrúnar, Þórunnarstræti 114
Teikn á lofti ehf teiknistofa, Skipagötu 12
Tískuverslun Steinunnar, Hafnarstræti 97
Toyota Akureyri, Baldursnesi 1
Trésmiðaverkstæðið Mógil sf, Einhóli
Vaxtarræktin Akureyri, Íþróttahöllinni við Skólastíg
Vetraríþróttamiðstöð Íslands
Véla- og stálsmiðjan ehf, Gránufélagsgötu 47
Vélsmiðjan Ásverk ehf, Gránufélagsgötu 47
Vörður váttryggingafélag, Skipagötu 9
Þekking - Tristan hf, Hafnarstræti 91-95

Grenivík

Sparisjóður Höfðhverfinga, Ægissíðu 7

Grímsey

Bratti ehf, Gerðubergi
Grímseyjarhreppur, Eyvík
Grímskjör ehf, Hafnargötu 17
Sandvík hf, Hellu
Sigfús Jóhannesson, Vog
Sigurbjörn ehf, útgerð, Öldutúni 4
Stekkjarvík ehf, Hafnargötu 17
Sæbjörg ehf, Öldutúni 3

Dalvík

B.H.S., bíla- og vélaverkstæði, Fossbrún 2
Daltré ehf, Grundargötu 9
Gistihús Ytri-Vík, Kálfsskinni Árskógsströnd
Hafnasamlag Eyjafjarðar, Ráðhúsinu
Premmi sf, Hafnarbraut 5
Sæplast Dalvík ehf, Gunnarsbraut 12
Vélvirki hf, verkstæði, Sandskeiði 21

Ólafsfjörður

Dvalarheimilið og Heilsugæsla Ólafsfjarðar
Garðar Guðmundsson hf, Brekkugötu 25
Kristbjörg ehf, Múlavegi 6
Óskar Gíslason, Hornbrekkuvegi 7
Sjómannafélag Ólafsfjarðar, Brekkugötu 9
Sparisjóður Ólafsfjarðar, Aðalgötu 14
Valberg ehf, Strandgötu 4
Vélsmiðja Ólafsfjarðar hf, Múlavegi 3

Húsavík

Alli Geira hf, Garðarsbraut 50
Bílaleiga Húsavíkur ehf, Garðarsbraut 66
Bókaverslun Þórarins Stefánssonar, Garðarsbraut 9
Eðalbrauð ehf, Garðarsbraut 15
Fraganesbú, Fagranesi
Garðræktarfélag Reykhverfinga, Hveravöllum
Höfðavélar ehf, Höfða 24c
Kalli í Höfða ehf, Baughóli 25
Knarrareyri ehf, Garðarsbraut 18a
Langanes hf, útgerð, Skólagarði 6
Skipaafgreiðsla Húsavíkur ehf, Höfða 2
Skóbúð Húsavíkur, Garðarsbraut 13
Trésmiðjan Rein ehf, Reykjahverfi

Laugar

Kvenfélag Reykdæla, Narfastöðum
Norðurpóll ehf, Laugabrekku Reykjadal

Kópasker

Kelduneshreppur, Lindarbrekku
Silfurstjarnan hf, Núpsmýri
Öxarfjarðarhreppur, Bakkagötu 10

Raufarhöfn

Hótel Norðurljós, Aðalbraut 2
Ísstöð ehf, Höfðabraut 2
Jón Ketilsson, Tjarnarholti 10
Önundur ehf, Aðalbraut 41a

Þórshöfn

Ferðaþjónusta bænda, Ytra-Álandi
Geir ehf, Sunnuvegi 3
Haki ehf, Langanesvegi 29
Hraðfrystistöð Þórshafnar hf, Eyrarvegi 16
Svalbarðshreppur, Gunnarsstöðum
Þórshafnarhreppur, Langanesvegi 2

Vopnafjörður

Hofskirkja
Mælifell ehf, Háholti 2
Tangi hf, útgerð, Hafnarbyggð 17
Vopnafjarðarhreppur, Hamrahlíð 15

Egilsstaðir

Birkitré sf, Lyngási 12
Blómabær, Miðvangi 31
Bókasafn Héraðsbúa, Laufskógar 1
Egilsstaðakirkja, Laugavöllum 19
Hitaveita Egilsstaða og Fella, Einhleypingi 1
Malarvinnslan hf, steinefnaiðnaður, Miðási 33-35
Menntaskólinn á Egilsstöðum, Tjarnarbraut 25

Að vera áhorfandi á Ólympíumóti fatlaðra í Apenu 2004

Það eru líklega ekki margir sem átta sig á því hversu gríðarlega stórt og mikið mót ólympíumót fatlaðra er. Keppt er á sömu stöðum og leikvöngum og notaðir eru við ólympíuleikana. Ólympíuþorpið sjálft er líka heill heimur út af fyrir sig. Öll umgjörðin var glæsileg, ekki eins flott og í Sydney að mér er sagt, en ég var ekki þar, og þetta er það langflottasta sem ég hef upplifað. Skipulagið var eins gott og ég gat séð það fyrir mér, gríðarleg öryggisgæsla var á öllum leikvöngunum, málmeitarhlið út um allt og öryggisverðir á hverju strái. Þetta gerði allt skipulag enn flóknara en ella en mér fannst þetta takast ágætlega hjá þeim í heildina.

Ég dvaldi mest við sundlaugina enda er sund sú grein sem ég þekki best. Þar var nánast alltaf troðfullt af áhorfendum og þurfti að sitja þétt til að allir kæmust fyrir. Fjölmargir áhorfendur voru líka í borðtennis-höllinni þegar okkar maður var að keppa. Eins fór ég oft að horfa á innanhússhjólreiðar þar sem líka var þétt setið. Það virtist stundum vera tómlegt um að litast á frjáls-íþróttavellinum en það ber að hafa í huga að völlumurinn sá tekur líka ansi marga í sæti.

Í sundlaugarstúku innan um aðra „almenna“ áhorfendur, að ég var ekki sá eini sem var að velta þessu fyrir mér. En það var frábært að sjá hversu vel flokkunarkerfin virkuðu, því íþróttamenn með mjög mis-munandi fötlun voru að keppa hver við annan á jafnréttisgrundvelli.

Ég vissi svo sem alveg að þarna eru samankomnir margir af hæfileikaríkustu íþróttamönnum heimsins en sum afrekin gerðu mig alveg orðlausan. Kristín Rós olli mér ekki vonbrigðum, ég hef lengi talið hana

vel við þessar aðstæður og væri kominn til að vera.

Það var of margt sem gerði mig alveg orðlausan til að nefna það allt hér, en mig langar þó að nefna tvennt. Ég sá mjög spastískan mann í rafmagnshjólástól spila svakalegan tennisleik. Hann varð að sparka boltanum upp í loft með öðrum fætinum í uppgjöfinni áður en hann sló boltann. Ég skil ekki hvernig þetta er hægt. Ég get heldur ekki gleymt því þegar ég sá blindan mann stökkva 7 metra í langstökki. Hann gekk svo niður myndatökumann, sem hafði fært sig milli stökka hjá honum, þegar

hann fór til baka. Hann sá auðvitað ekkert! Það var líka skrítið að sjá stráka, sem ekki gátu gengið sjálfir vegna spasma, vera festa á reiðhjólin sín og æða af stað eins og eimreiðar á svakalegum hraða á meðan höfuð þeirra sveifluðust til og frá.

Þetta var allt ótrúleg upplifun. Þeir sem hafa áhuga á íþróttum og hafa ekki upplifað ólympíumót fatlaðra eða ólympíuleikana ættu að fara að huga að ferðinni til Peking eftir 4 ár, en þá ætla ég taka alla fjölskylduna með því þetta þurfa fleiri að upplifa.

Ég sá mjög spastískan mann í rafmagnshjólástól spila svakalegan tennisleik. Hann varð að sparka boltanum upp í loft með öðrum fætinum í uppgjöfinni áður en hann sló boltann. Ég skil ekki hvernig þetta er hægt.

Það var í raun aðeins eitt sem ég saknaði á þessu flakki mínu milli leikvanganna í Apenu og það er að ekki skuli hafa verið séð um að uppfraeða áhorfendur um fötlunar-flokkunarkerfin í hverri íþrótt fyrir sig. Ég er nokkuð vel að mér í flokkunarkerfi sundsins, en ég var oft alveg á gati þegar ég var að horfa á hjólreiðar eða tennis. Ég saknaði þess að ekki skyldu vera lágmarksupplýsingar um flokkunar-reglur í hverri íþrótt fyrir sig. Ég varð þess líka áskynja þegar ég sat uppi

einn fremsta íþróttamann sem Ísland hefur átt og hún stóð fyllilega undir væntingum. Hún er ótrúlegur íþróttamaður með mikla hæfileika. Jóhann var miklu betri í borðtennis en ég hafði gert mér grein fyrir, þó svo hann hafi mætt ofjörlum sínum þegar ég sá hann spila. Jón Oddur hefur mikla útgeislun og ég get bara séð hann vaxa sem íþróttamann í framtíðinni. Að sjá þennan glaðlynda strák glotta framan í myndavélina rétt fyrir ræsinguna í 100 m hlaupi sagði mér að hann nyti sín



Frá Félagi Íslenskra sjúkrabjálfa

Félag íslenskra sjúkrabjálfa (FÍSP) og Íþróttasamband fatlaðra hafa tekið höndum saman um að efla samstarf og samvinnu sín á milli. FÍSP er fagfélag sjúkrabjálfa, sem starfa á Íslandi, og eru flestir sjúkrabjálfarar á landinu meðlimir í fagfélaginu.

Nánast allir líkamlega fatlaðir einstaklingar hafa eitthvað haft af sjúkrabjálfum að segja og margir hverjir eru í reglulegri sjúkrabjálfun. Með auknu upplýsingaflæði til félagsmanna FÍSP um störf og starfsemi ÍF mun félagið reyna að virkja sjúkrabjálfa til að hvetja skjólstæðinga sína til að taka þátt í íþróttum fatlaðra. Sjúkrabjálfarar um allt land eru vel meðvitaðir um

fatlaða einstaklinga sem til þeirra hafa leitað í gegnum tíðina og ættu því sökum menntunar sinnar að vera vel hæfir til að meta færni og getu þessara einstaklinga til íþróttaiðkunar. Það er mikilvægt að einstaklingarnir sjálfir, aðstandendur og aðrir sem vinna með fötl-uðum einstaklingum, s.s. kennarar, stuðningsfulltrúar og félagsliðar, séu einnig vakandi fyrir þessum

þætti og setji sig jafnvel í samband við sjúkrabjálfarann til mats og ráðlegginga. Tækifæri fatlaðra einstaklinga til viðurkenningar á getu liggur víða og þar á meðal innan raða ÍF. Hreyfing er meðferðarform sem sjúkrabjálfarar nota til að bæta hreyfifærni og líðan einstaklinga. Rannsóknir hafa sýnt að hreyfing getur minnkað lyfjapörf einstaklinga

og í sumum tilfellum hreinlega komið í stað lyfja. Rétt og aukin hreyfing allra einstaklinga hlýtur því að vera sameiginlegt markmið og er þessi samvinna FÍSP og ÍF liður í því átaki Félags íslenskra sjúkra-bjálfa.

Auður Ólafsdóttir, formaður FÍSP.



SPARISJÓÐUR
NORÐLENDINGA





Persónuleg og fagleg vinnubrögð

Borgartún 20 • 105 Reykjavík
Sími: 544 4554
www.abendi.is



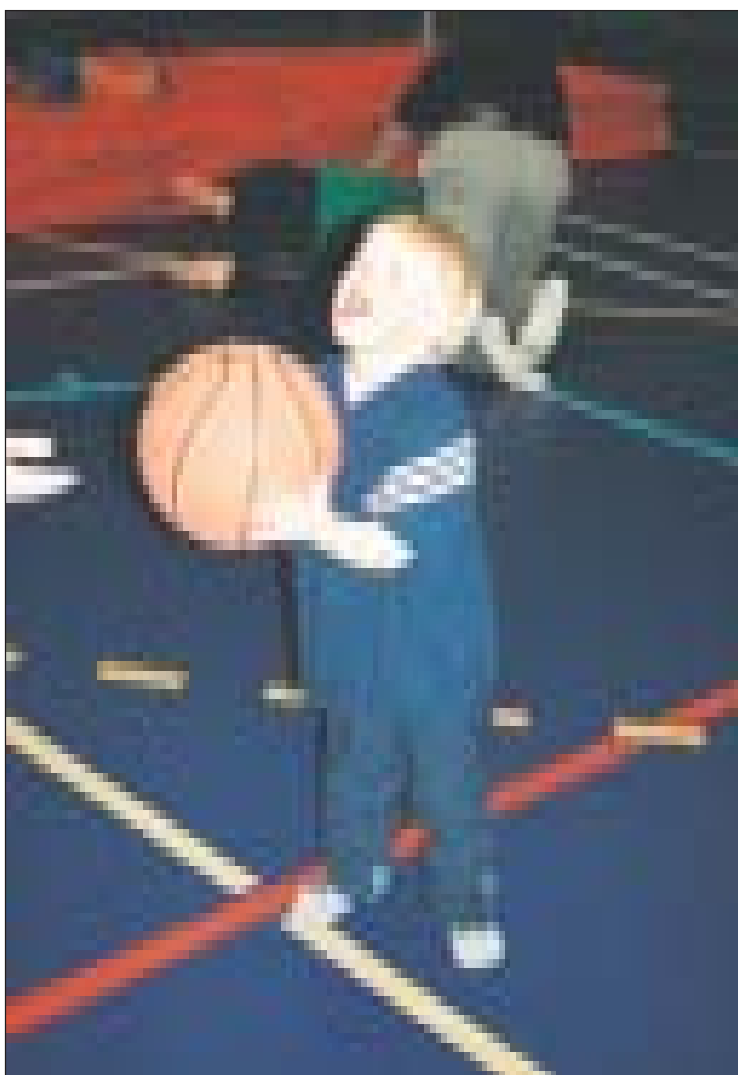
Verra veður, betri þjónusta.

Pegar veturinn kemur verður þjónustan okkar enn mikilvægari. Þá er sérstaklega brýnt að bíllinn sé klár í slaginn. Við bjóðum allar réttu vörurnar til að gera bíllinn þinn tilbúinn fyrir veturinn og erum til þjónustu reiðubúin, hvernig sem viðrar!



– öryggi í umferð!

Svipmyndir frá 25 ára starfi ÍF



Global Games - Heimsleikar þroskaheftra í Bollnes

Víkuna 26. júlí–2. ágúst 2004 fóru fram í Bollnes í Svíþjóð heimsleikar þroskaheftra, Global Games. Þessir leikar voru stærsti íþróttaviðburður þroskaheftra þar sem keppendur voru yfir 1000 frá 38 löndum og kepptu í frjálsum íþróttum, fótbolta, körfubolta, sundi, borðtennis og tennis. Í ár voru þroskaheftir ekki þátttakendur á Ólympíumóti fatlaðra í Aþenu og var því þetta veglega mót haldið í Svíþjóð. Íslendingar sendu sitt besta lið í sundi og borðtennis og skiluðu þau frábærum árangri.

Keppendur á Global Games voru:

Sund:

Bára B. Erlingsdóttir - Ösp, Gunnar Örn Ólafsson - Ösp/Sunddeild Selfoss, Jón Gunnarsson - Ösp, Lára Steinarsdóttir - Firði, Úrsúla Baldvinsdóttir - Ösp.

Borðtennis:

Gyða Karen Guðmundsdóttir – Ösp, Sunneva Jónsdóttir - Ösp.

Keppnin í borðtennis var geysilega hörð og voru margir mjög góðir keppendur. Sunneva og Gyða stóðu sig með stakri þýði. Þær voru óheppnar með andstæðinga í einstaklingskeppninni, drógust á móti mjög sterkum keppendum. Gyða tapaði öllum sínum leikjum en veitti góða mótspyrnu. Sunneva vann einn leik í sínum riðli og var óheppin að tapa síðasta leiknum á móti tékkneskri stúlku. Þess má geta að þær stóllur léku vináttuleik á mótii

Tékkunum tveimur dögum eftir keppni og unnu Gyða og Sunneva þá létt. Sýndu þær og sönnuðu að þær eiga vel heima í keppni eins og Global Games.

Sundfólkið stóð sig líka mjög vel. Bára gerði sér lítið fyrir og bætti sig áttfalt og setti átta Íslandsmet. Gunnar Örn setti fimm Íslandsmet og þrjú heimsmet og var hann valinn sundmaður mótsins og fékk bikar að launum. Má því ætla að laugardagurinn 31. júlí líði honum



seint úr minni, þrjú heimsmet á tveimur dögum, geri aðrir betur! Gunnar er sem sagt besti karlkyns sundmaður í heimi í sínum fötlunarflokki. Jón bætti sig áttfalt, Úrsúla sjöfalt og Lára fjórfalt.

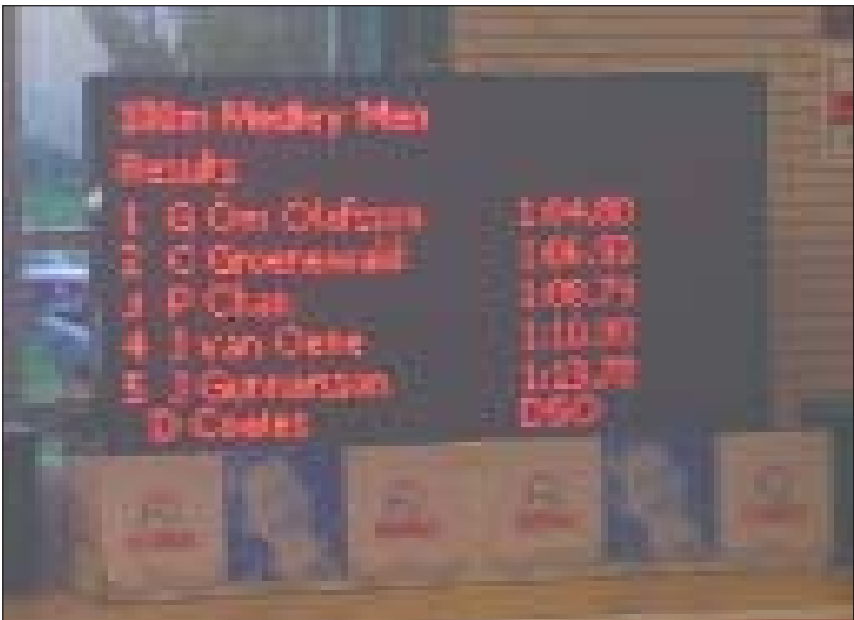
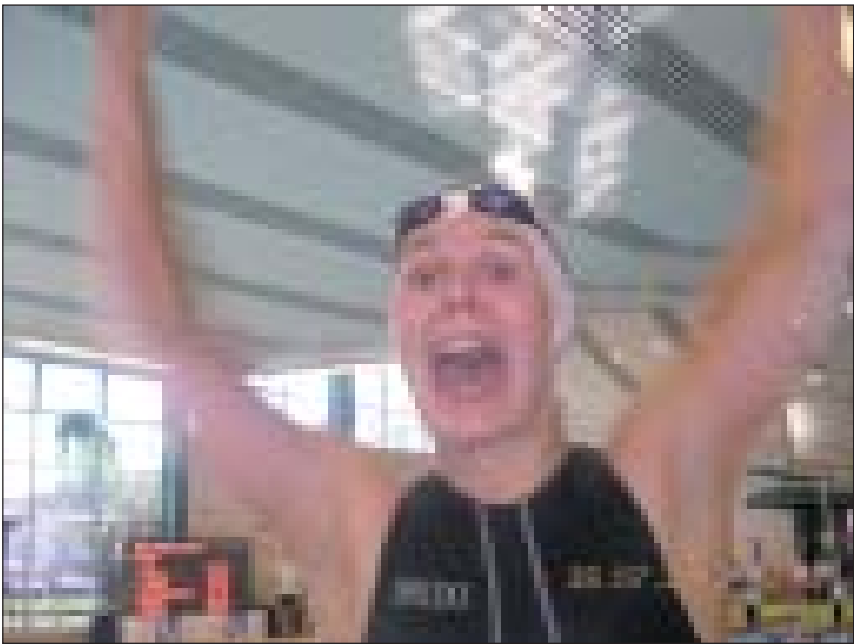
Þjálfarar voru:

Ingi Þór Einarsson, sundþjálfari,

Ingigerður M. Stefánsdóttir, sundþjálfari, Aldís Rún Lárusdóttir, borðtennisþjálfari.

Í fararstjórn voru:

Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍFog Ingigerður M. Stefánsdóttir.





www.sjova.is

Sumir nota stundum hjálm. En okkur finnst að allir ættu að nota hjálm yfir höfuð – alltaf. Hjálmar bjarga mannslífum. Sýndu fyrirhyggju – og njóttu lífsins áhyggjulaus!

Yfir höfuð – alltaf

Sjóvá-Almennar eru í eigu Íslandsbanka

VIÐ STYÐJUM ÍPRÓTTASAMBAND FATLAÐRA

Skógar ehf, Dynskógum 4
Skógrækt ríkisins, Miðvangi 2
Trésmiðja Guðna Þórarinssonar, Másseli
Verkfræðistofa Austurlands ehf, Selási 25

Seyðisfjörður

Bókaverslun Ara Bogasonar og Eiríks Sigurðssonar sf, Austurvegi 23
Lögmannsstofa Jónasar ehf, Hafnargötu 28
Þvottatækni hf, Strandarvegi 21

Borgarfjörður

Fiskverkun Kalla Sveins ehf, Vörðubrún

Reyðarfjörður

Skólaskrifstofa Austurlands, Búðareyri 4
Verkalýðsfélag Reyðarfjarðar, Brekkugötu 9
Þvottabjörn, þvottahús - fatahreinsun, Heiðarvegi 10

Eskifjörður

Eskja hf, Strandgötu 39
Sæberg ehf, Strandgötu 86
Tannlæknastofa Guðna Óskarssonar, Hólsvegi 3a

Neskaupstaður

Fjarðalagnir ehf, Nesbakka 14
Hempa ehf
Nestak ehf, byggingaverktaki, Nesbakka 2
Norðfjarðarkirkja, Egilsbraut 15
Rafgeisli Tómas R Zoéga ehf, Hafnarbraut 10
Samvinnufélag útgerðamanna, Hafnarbraut 6
Verkmenntaskóli Austurlands, Mýrargötu 10

Fáskrúðsfjörður

Loðnuvinnslan hf, Skólavegi 59

Stöðvarfjörður

Lukka ehf, Fjarðarbraut 11
Tryggingamiðstöðin, Borgargerði 18

Breiðdalsvík

Héraðsdýralæknir Austurlandsumdæmis syðra, Ásvegi 31
Hótel Bláfell ehf, Sólvöllum 14

Djúpivogur

Búlandstindur hf, Bakka 4

Höfn

Erlingur SF 65
Ferðaþjónust Smyrlabjörgum ehf, Smyrlabjörgum 1
Heilbrigðisstofnun Suðausturlands, Víkurbraut 31
Herborg SF-69
Skeggey ehf/Ósland, Miðási 17
Skinney - Þinganes, Krossey
Vökull stéttarfélag, Víkurbraut 4

Selfoss

Árnes Apótek ehf, Laugarási, Biskupstungum
Árvirkinn ehf, Eyravegi 32
Björgunarfélag Árborgar, Austurvegi 54
Borgarhús ehf, Minni-Borg
Bókaútgáfan Björk, Birkivöllum 30
Búnaðarfélag Grafningshrepps, Villingavatni
Búnaðarsamband Suðurlands, Austurvegi 1
Byggingarfélagið Árborg ehf, Bankavegi 5
Dýralæknaþjónusta Suðurlands sími 482-3060, Stuðlum
Fasteignasalan Bakki ehf, Sigtúni 2
Ferðaskrifstofan Suðurgarður ehf, Austurvegi 3-5
Flúðasveppir, Hrunamannahreppi
Fossraf ehf, Eyravegi 3
Fossvélar hf, Hrísmýri 4
Grímsneshreppur og Grafningshreppur, Borg félagsheimili
Guðmundur Tyrfingsson ehf, Fossnesi C
Hraungerðishreppur, Þingborg
Hrói Höttur, Austurvegi 22
Jeppasmiðjan ehf, Ljónsstöðum
Kvenfélag Gaulverjabæjarhrepps, Vorsabæjarhjáleigu
Lífeyrissjóður verkalýðsfélagsins á Suðurlandi, Austurvegi 38
Mjólkurbú Flóamanna, Austurvegi 65
Nesey ehf, Suðurbraut 7 Gnúpverjahreppi
Plastiðjan ehf, Gagnheiði 1
Plastmótun ehf, Læk
Prentsmiðja Suðurlands ehf, Eyravegi 21
Ræktunarsamband Flóa og Skeiða, Gagnheiði 35
Selfossveitur bs, Austurvegi 67
Set ehf, plaströverksmiðja, Eyravegi 41

Sjúkraþjálfun Selfoss ehf, Austurvegi 9
TAP ehf, Eyrarvegi 55
Verkfræðistofa Guðjóns, Austurvegi 44
Verkfræðistofa Suðurlands ehf, Austurvegi 3-5
Vélaþjónusta Ingvars, Gagnheiði 45
Vélgrafan ehf, Gagnheiði 49
Villingaholtshreppur, Mjósyndi

Hveragerði

Dvalarheimilið Ás, Hverahlíð 20
Eldhestar ehf, Völlum
Garðyrkjuskóli ríkisins, Reykjum
Garðyrkjustöð Ingibjargar, Heiðmörk 38
Gistiheimilið Frumskógar, Frumskógum 3
Grunnskólinn í Hveragerði, Skólamörk 6
Heilsustofnun NLFÍ, Grænumörk 10
Kjörís ehf, Austurmörk 15
Litla kaffistofan, Svínahrauni
Raftaug ehf, Borgarheiði 11h

Þorlákshöfn

Auðbjörg ehf, Óseyrarbraut 18
Fagus ehf, Unubakka 18-20
Fiskmark ehf, Hafnarskeiði 21
Frostfiskur ehf, Hafnarskeiði 6
Humarvinnslan-Portland ehf, Unubakka 21
Sveitarfélagið Ölfus, Hafnarbergi 1

Stokkseyri

Ferðaþjónustan Suðurströnd ehf, Heiðarbrún 24
Við fjöruborðið ehf, Háteigsvegi 34

Flúðir

Flúðafiskur, Borgarási

Hella

Ásahreppur, Kálfholti
Glerverksmiðjan Samverk ehf, Eyjasandi 2
Jón Guðmundsson, Berjanesi V-Landeyjum
Kvenfélag Oddakirkju
Kvenfélagið Sigurvon
Oddhóll ferðaþjónusta ehf, Hótel Rangá Suðurlandveg

Hvolsvöllur

Búaðföng, Stórólfsvelli
Fylkir, vörubílstjórafélag, Eystri-Torfastöðum 1
Héraðsbókasafn Rangæinga, Vallarbraut 16
Holtsprestakall, Holti
Krappi ehf, byggingaverktakar, Ormsvöllum 5
Kvenfélag Fljótshlíðar
Kvenfélagið Freyja, Skíðabakka 1
Rangárþing eystra, Hlíðarvegi 16

Vík

Byggingafélagið Klakkur ehf, Smiðjuvegi 9
Mýrdalshreppur, Austurvegi 17
Víkurprjón, Austurvegi 20

Kirkjubæjarklaustur

Héraðsbókasafnið Kirkjubæjarklaustri, Klausturvegi 4
Kvenfélag Skaftártungu, Ljótarstöðum
Systrakaffi ehf, Klausturvegi 13
Tjaldstæðið Kirkjubæ 2, Vestur Skaftafellssýslu

Vestmannaeyjar

Barnaskólinn í Vestmannaeyjum, Skólavegi 38-40
Bragginn sf, bílaverkstæði, Flötum 20
Bylgjan VE 75
Einar og Guðjón sf, Illugagötu 3
Eyjablikk ehf, Flötum 27
Frár ehf, Hásteinsvegi 49
Ísfélag Vestmannaeyja hf, Strandvegi 28
Íslandsbanki, Kirkjuvegi 23
Íþróttabandalag Vestmannaeyja, Félagsheimilinu við Heiðarveg
Jón Vídalín ÁR 1, Birkihlíð 9
Ós ehf, Illugagötu 44
Siglingatæki sf, Illugagötu 52b
Skattstofa Vestmannaeyja, Heiðarvegi 15
Stígandi hf, útgerð, Illugagötu 30
Vestmannaeyjabær, Ráðhúsinu
Vélaverkstæðið Þór ehf, Norðursundi 9
Viðar Sigurjónsson, Illugagötu 29
Volare ehf, Vestmannabraut 38

Styrktaraðilar Íþróttasambands fatlaðra vegna Ólympíumóts fatlaðra í Apenu árið 2004



ÖSSUR



Austurbakki hf.
P.O. BOX 909 – 121 REYKJAVÍK, ICELAND



ÖSTA- OG
SMJÖRSALAN SE



Haraldur Böðvarsson hf.
Stofnað 1906

FLUGFÉLAG ÍSLANDS
Air Iceland



SJÓVÁLMENNAR



ΑΘΗΝΑ 2004
ΠΑΡΑΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ



KB BANKI

Fækkun íslenskra keppenda í sundi á Ólympíumótum fatlaðra frá 1992 til 2004

Ólympíumót fatlaðra eru jafn mikilvæg í augum fatlaðra eins og ólympíuleikarnir eru hjá ófötlum. Ólympíumót fatlaðra hafa frá því í Seoul verið haldin á sama stað og Ólympíuleikarnir og fylgt í kjölfar þeirra. Heimaþjóðirnar hafa lagt mikið upp úr því að hafa sterkt lið og hafa undirbúið sig vel t.d. voru Grikkir með stórt lið í Sydney. Kínverjar, sem halda næstu leika árið 2008, mættu t.d. með 50 sundmenn í Aþenu en höfðu aðeins 7 keppendur í Barcelona. Sem dæmi um fjölgun má bera saman að í Barcelona tóku 56 þjóðir þátt með 487 keppendur en núna í Aþenu tóku 61 þjóð þátt með 560 keppendur.

Þegar Íþróttasamband fatlaðra var stofnað var fljótlega byrjað að huga að mótum erlendis og keppendur sendir út til að keppa fyrir hönd Íslands. Má því segja að brautin hafi verið rudd mjög snemma fyrir íslenskt afreksfólk. Boðið var upp á skipulagðar íþróttæfingar og sundmenn æfðu í íþróttafélögum með ófötlum til að fá betri keppni og meira æfingaálag, sem hefur skilað okkur sterkum sundmönnum.

Norðurlandapjóðirnar voru í byrjun með mjög fjölmenn og sterk sundlið. Norðurlandameistaramót voru haldin annað hvert ár og voru þau mjög góð hvað varðar styrkleika. Nú hafa mótin að mestu lagst af vegna fækkunar sundmanna og þeir sterku sundmenn, sem Norðurlöndin eiga, vilja frekar leita á sterkari mót til að fá betri keppni. Það er ekki bara á Íslandi sem keppendum hefur fækkað, t.d. voru kepp-

endur frá Norðurlöndum 57 árið 1992 en þessar þjóðir sendu í ár aðeins 23 keppendur á Ólympíumótið í Aþenu.

Íþróttir fyrir fatlaða eru ekki bara þjálfun til að koma út og hitta aðra fatlaða. Íþróttir fatlaðra eru afreks-íþróttir og fatlaðir íþróttamenn æfa jafn mikið og ófatlaðir íþróttamenn. Undanfarin ár hafa flestar þjóðir heims sett meiri peninga til að efla íþróttir fatlaðra og sífellt bætast nýjar þjóðir við sem setja íþróttir fatlaðra á verkefnalista sinn. Stóru þjóðirnar koma með alls konar hópa í kringum íþróttamennina, t.d. hafa Bretarnir lengi mætt með lið sérfræðinga sem tekur mjólkursýrurpróf eftir hvert sund. Bretarnir eru ekki þeir einu sem stunda alls konar rannsóknir til að fá sem mest út úr sínum íþróttamönnum. Fatlaðir íþróttamenn eru einnig að fá alls konar styrki og aðstoð frá ýmsum sérfræðingum til að geta stundað

íþrótt sína.

Ísland er lítið land, en hvað varðar höfðatölu stöndum við okkur frábærlega vel. Það var gaman að geta sagt úti í Aþenu að við hefðum einn sundmann en hefðum fengið þrenn verðlaun, það voru margir sem áttu erfitt með að trúa því.

En af hverju eigum við ekki fleiri afrekssundmenn í dag? Við þeirri spurningu er ekki til neitt einfalt svar. Sund er erfið íþrótt og það þarf mikinn aga til að ná langt. Aðstaða hér á landi hefur ekki verið mjög góð. Gott dæmi um það eru búningssklefar kvenna í Sundhöll Reykjavíkur þar sem komast þarf niður tröppur í búningssklefann og upp aftur í laugina. Á veturna í úti-laugum getur verið kalt fyrir þann hreyfihamlaða að koma sér á milli búningssklefa og ofaní laug. En með tilkomu nýju laugarinnar í Laugardal sjáum við fram á bjartari tíma. Við eigum marga unga og efnilega



sundmenn sem þarf að sinna vel.

Svo er eitt sem skiptir miklu máli en það er þáttur fjölmiðla. Það eru til mörg dæmi um það að þegar vel gengur í íþróttum, t.d. í handbolta, þá fara margir að æfa þá íþróttgrein. Hvað varðar íþróttir fatlaðra hefur umfjöllun ekki verið mjög mikil og maður fær stundum á tilfinninguna að það sé frekar dregið úr henni. Skemmst er þess að minnast að þegar Kristín Rós Hákonardóttir var þann 18. október sl. útnefnd íþróttakona fatlaðra á Eurosport fyrir frábæran árangur á Ólympíumóti fatlaðra í Aþenu var lítið fjallað um það í íslenskum fjölmiðlum.

Kristín Rós fær Sportstar verðlaunin

Þann 18. október sl. voru Sportstar Awards verðlaunin veitt í þriðja sinn. Að þessu sinni fór athöfnin fram í Ólympíusafninu í Lausanne í Sviss. Þessi verðlaun eru veitt af Eurosport í samvinnu við safnið og eru undir verndarvæng Jacques Rogge, forseta Alþjóða ólympíuhreyfingarinnar (IOC), Juan Antonio Samaranch, fyrrum forseta og núverandi heiðursforseta og Mario Pescante, forseta Evrópuþingarinnar.

Þarna voru 54 bestu íþróttamenn Evrópu samankomnir til að taka á móti viðurkenningu í 28 mismunandi íþróttagreinum.

Að þessu sinni var Kristín Rós Hákonardóttir valin besta íþróttakona Evrópu úr röðum fatlaðra. Er hún fyrsti íslenski íþróttamaðurinn, sem hlýtur þessa viðurkenningu. Kristín Rós er ákaflega vel að þessum verðlaunum komin. Hún hefur verið í fremstu röð fatlaðra sundmanna síðan hún byrjaði 15 ára gömul á sínu fyrsta ólympíumóti 1988 og nú í Aþenu gerði hún sér lítið fyrir og bætti eigið heimsmet í baksundi!

Fór hún til Lausanne til að taka á móti verðlauninum og var þar meðal margra frækinna íþróttamanna.

Þar mátti meðal annars sjá: Yelenu Isinbayevu og Christian Olson úr frjálsum, Alinu Kabaevu og Jordan Jovtchev úr fimleikum og Yanu Klochkovu og Pieter van den Hoogenband úr sundi. Var verðlaunaafhendingin mjög hátíðleg og með svipuðum hætti og Óskarsverðlaunaafhending hvað alla umgjörð snerti, þar sem verðlaunahafar komu í glæsikerrum og gengu á rauðum dregli inn í safnið.

Fyrr um daginn hafði Kristín Rós verið í viðtölum við útvarps- og sjónvarpsstöðvar og gefið eigin handaráritanir. Athöfninni sjálfri var svo sjónvarpað á Eurosport þann 24. október og náði útsendingin til milljóna manna um alla Evrópu.



ICELAND TRAVEL



Sumarbúðir Íþróttasambands fatlaðra á Laugarvatni

Í 18 ár hefur Íþróttasamband fatlaðra rekið sumarbúðir á Laugarvatni og hafa þær ætíð notið mikilla vinsælda. Í sumar voru haldin tvö vikunámskeið, það fyrra vikuna 25. júní til 2. júlí og það síðara 2.-9. júlí. Þátttakan í sumar var mjög góð eða um 100 þátttakendur. Gaman er frá því að segja að í ár komu óvenjulega margir nýliðar.



Í sumarbúðunum er alltaf mikið um að vera. Þátttakendur voru stöðugt að takast á við nýja hluti auk hefðbundinna dagskrárliða. Farið var í leiki af ýmsum toga, s.s. með fallhlíf, og í golf. Fyrir nokkru fjár-

festu sumarbúðirnar í golfkennslubúnaði er nefnist SNAG (Starting New At Golf). Áhöld þessi eru sérlega vel fallin til golfkennslu einstaklinga, sem ekki hafa fulla stjórn á hreyfingum líkamans, þar sem

kylfuhúsinn og boltinn eru stærri en í hefðbundnu golfi. Auk þess fylgja ýmis áhöld til að gera æfingar skemmtilegri s.s. hjálmur og vesti með frönskum rennilás.

Vatnið sjálft er alltaf jafn vinsælt og er fátt notalegra en að sigla um vatnið í glampandi sól og blíðu. Í sumar var farið með myndarlegan hóp í gönguferð kringum Laugarvatn sem var hin besta skemmtun.

Auk þess eru ýmsir fastir liðir í sumarbúðunum s.s. ratleikur, fjölþrautakeppni og ævintýraferðir. Á



hverju sumri er reynt að brydda upp á nýjungum. Í ár var keyptur risabolti sem er 180 sentimetrar í þvermál og nýttist hann vel til ýmissa leikja og hópeflis. Einnig var fjárfest í trampólíni sem var geysivinsælt og nýttist vel til samhæfingar- og jafnvægisþjálfunar.

Þó dagur sé að kveldi kominn þýðir það ekki að menn leggist með tærnar upp í loft því kvölddagskrá sumarbúðanna er margrómuð og má þar helst nefna kvöldvökur,

kaffihúsaferðir, bingó með endalausum vinningum og síðast en ekki síst dansleiki.

Ef þú, lesandi góður, ert fatlaður eða þekkir fatlaðan einstakling sem þarf á tilbreytingu að halda og er tilbúinn að takast á við nýja krefjandi og skemmtilega hluti skaltu ekki hika við að skoða sumarbúðir Íþróttasambands fatlaðra sem valkost. Sl. tvö ár hefur Pokasjóður styrkt sumarbúðirnar með myndarlegum hætti.



Brot úr ferðalagi

Á tímum mikilla breytinga þar sem ferðalög á milli landa eru að verða álíka venjulegir atburðir eins og að ferðast á milli landshluta á Íslandi þá er það samt enn þannig að sum lönd hafa sterkari ásýnd eða aðdráttarafl en önnur. Eitt þessara landa er Grikkland, ekki af því að það er í mikilli fjarlægð frá okkur eða sólin sé eitthvað fallelgri þar en annars staðar, heldur er það saga lands og þjóðar sem speglar svo sterkan lífsanda. Sagan er svo stórbrotin, litrík og fjölbreytileg að auðvelt er að fyllast lotningu þegar hún er skoðuð. Hún birtir mynd af ótrúlegum lífspræði sem hefur verið ofinn í gegnum aldirnar frá því löngu fyrir Kristsburð. Við skynjum stórbrotna hugsun, innsæi og skilning á mannlegu eðli, auk byggingarlistar sem á sér fáar hliðstæður. Sköpun þessarar feegurðar átti sér þó ákveðið upphaf.

Hugsunin og hugarfarið sköpuðu þær aðstæður sem urðu svo aflmiklar að mörk hins ófyrstíganlega urðu ekki til, heldur urðu þau verðug viðfangsefni á lífsleið hverrar manneskju.

komuna til Aþenu þegar við hittum glæsilega keppendur Íslands og fulltrúa Íþróttasambands fatlaðra að þarna fór afar sérstakur hópur. Viðmót keppenda gagnvart hvert öðru og milli fulltrúa Íþróttasambandsins

Opnunarathöfn mótsins var stórkostlegt sjónarspil og sögðu kunnugir að þessi athöfn hafi ekki staðið athöfnum annarra Ólympíuleika neitt að baki. Það var undursamleg tilfinning sjá íslenska liðið ganga inn á Ólympíuleikvanginn með íslenska fánann í þessu stórbrotna samhengi. Því gleymir enginn sem upplifað hefur.

Í þessum jarðvegi varð heimsveldi til, þar sem líkamlegt og andlegt atgervi voru drifkraftar samfélagsins. Ólympíuleikarnir urðu birtingarform þessara krafta þar sem Grikkir til forna skemmtu sér og reyndu með sér í keppnum til heiðurs Seifi æðsta guði sínum. Í þessari umgjörð var Ólympíumót fatlaðra haldnir í Aþenu í september síðastliðnum.

Félagsmálaráðherra og eiginkona hans ásamt undirrituðum og eiginkonu áttu þess kost að taka þátt í stuttu en afar áhrifaríku ferðalagi þar sem íslenskum keppendum var fylgt eftir í viðureignum þeirra á leikunum. Það var strax ljóst við

bar vott um aðdáunarvert hugarfar, þar sem jákvæðnin, framsæknin, metnaðurinn og trúin voru í forgrunni. Hindranir voru ekki til og hin háleitu markmið urðu allt í einu svo raunveruleg. Á sama tíma fann ég fyrir mikilli auðmýkt og virðingu keppenda fyrir þeim verkefnum sem framundan voru.

Opnunarathöfn mótsins var stórkostlegt sjónarspil og sögðu kunnugir að þessi athöfn hafi ekki staðið athöfnum annarra Ólympíuleika neitt að baki. Það var undursamleg tilfinning sjá íslenska liðið ganga inn á Ólympíuleikvanginn með íslenska fánann í þessu stórbrotna samhengi. Því gleymir enginn sem upp-



Í skoðunarferð á Akropolis.

lifað hefur.

Á þeim dögum sem eftir komu fylgdumst við með fulltrúum íslenskrar þjóðar vinna hvern sigurinn á fætur öðrum. Jóhann Rúnar í borðtennis, Kristín Rós í sundi og Jón Oddur í hlaupi. Sigrar þessara einstaklinga voru ekki bara á keppnisvöllunum heldur voru þeir einnig sigrar hugfarsins á áhrifum fötlunar. Þau sýndu það og sönnuðu á þessum leikum að íþróttir er afar áhrifarík leið til að styrkja sjálfsmyndina og laða fram það besta í hverjum einstaklingi.

Það var einnig einstakt að skynja þann stuðning og hvatningu sem formaður Íþróttasambands fatlaðra Sveinn Áki, og Ólafur framkvæmdastjóri, ásamt öðru aðstoðarfólki veittu keppendum meðan á þessari keppni stóð. Það var líka gaman að kynnst Jakobi og hans fólki hjá Rúmfatalagernum sem voru meðal styrktaraðila liðsins.

Það var heiður að fá að vera með í liðinu í stuttu ferðalagi og upplifa hverju er hægt að áorka ef rétta hugarfarið er til staðar.

Viðburðaríkt ár

Árið 2003 var viðburðaríkt hjá einum félagsmanna Ívars á Ísafirði, en það var hjá honum Héðni Ólafssyni. Héðinn hefur æft boccia með Ívari í 10 ár og hefur alltaf verið einn af lykilmönnum liðsins.

Héðinn var tilnefndur af íþróttafélaginu Ívari til þátttöku á Special Olympics á Írlandi í júní til að keppa í boccia. Þegar tilkynnt var hverjir hefðu verið valdir til að fara fyrir Íslands hönd, kom í ljós að Héðinn var svo heppinn að vera einn af hópnum sem fór á leikana. Þetta var í fyrsta sinn sem hann fór í utanlandsferð og þá á svona stórt mót og var það mikil upplifun. Gekk honum vel á mótinu og vann til verðlauna.

Vildi svo skemmtilega til að meðan á þessari ferð stóð þá varð

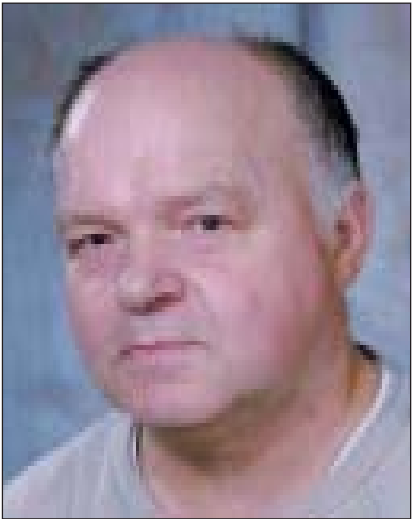
kappinn 60 ára. Hélt hópurinn, sem var á Írlandi, smá veislu til heiðurs Héðni og var hann mjög lukkulegur. Þetta var besta afmælið sem hann hafði upplifað að eigin sögn. Ekki spillti fyrir að þáverandi menntamálaráðherra, Tómas Ingi Olrich, var á staðnum og færði Héðni afmælisgjöf.

Þegar heim var komið var Héðinn svo ánægður að hitta kærustuna aftur að hann bað sinnar heitelskuðu, en hún heitir Dagbjört Gunnarsdóttir, og var brúðkaupsdagurinn ákveðinn.

Þann 27. september 2003 gengu þau Héðinn og Dagbjört í það heilaga í Ísafjarðarkirkju við hátíðlega athöfn og voru vinir og ættingjar viðstaddir.

Þau buðu svo til veglegrar veislu á eftir og enduðu daginn á dansleik.

Í október hélt Héðinn svo á Íslandsmótið í boccia (einstaklingskeppni) og varð þar Íslandsmeistari í sinni deild. Má þá segja að þetta ár hafi verið fullkomnað hjá Héðni. Hafa hjónakornin svo stundað áfram æfingar í boccia á vegum Ívars.



Gjöf til framtíðar

Framtíðarbók KB banka er tilvalin gjöf handa yngstu kynslóðinni. Aðstandendur geta stofnað Framtíðarbók hvenær sem er fyrir 15 ára aldur barnsins og lagt þannig grunninn að fjárhagslega öruggri framtíð þess.

- Hæstu vextir almennt innlánsreikninga bankans
- Hægt að stofna fyrir börn allt að 15 ára aldri
- Innstæðan verður laus til úttektar við 18 ára aldur

www.kbbanki.is



Gleðileg jól og farsælt komandi ár.

Þökkum viðskiptin
á árinu sem er að líða.

San Francisco frá maí 2005

**Ein skemmtilegasta borg
Bandaríkjanna fyrir
aðeins 56.900 kr.***

18. maí - 1. júní 2005 verður flogið tvisvar í viku,
miðvikudaga og laugardaga.

2. júní - 31. ágúst 2005 verður flogið fjórum sinnum í
viku, mánudaga, miðvikudaga, fimmtudaga og laugardaga.

1. sept. - 15. okt. 2005 verður flogið tvisvar í viku,
miðvikudaga og laugardaga.

Brottför frá Íslandi kl. 16.45 og lent í San Francisco
kl. 18.30. Brottför frá San Francisco kl. 23.30 og komið
heim til Íslands kl. 14.40

*Kynningarverð miðast við tímabilið 18. maí - 1. júní og 10. sept. - 15. okt.
Innifalið: Flug, flugvallarskattar og þjónustugjöld.

Þetta flug gefur 6000 Vildarpunkta.

Hafið samband við söluskrifstofur Icelandair eða við Fjarsölu
Icelandair í síma 50 50 100 (svarað mánud. - föstud. kl. 9-17,
laugard. kl. 9-17 og á sunnudögum kl. 10-16).

