

HVATI



Tímarit Íþróttasambands fatlaðra

Hvati 1. tbl. 2007 - 17. árgangur



Alþjóðaleikar Special Olympics
Norrænt barna- og unglingamót

Stærsti sigurinn er að vera með!

Í tísku...



Rúmfatalagerinn er alltaf í tísku og er ávalt leiðandi í lágu vöruverði. Magninnkaup tryggja viðskiptavinum okkar hagstæðustu verð hverju sinni. Við erum með fullar búðir af flottum húsgögnum á einstaklega góðu verði!

Efnisyfirlit

Ávarp formanns - Sveinn Áki Lúðvíksson	5
Nýárssundmót ÍF 2007	7
Aðalfundur INAS-FID	9
Samstarf í tuttugu ár - Radisson SAS	11
Alþjóðaleikar Special Olympics 2. - 11. október 2007	12
Sparkvallaverkefni ÍF og KSÍ	16
Íslandsmót Íþróttasambands fatlaðra 2007	17
Myndasýrpa - Sumarbúðir 2007	18
Framkvæmdastjórafundur Nord-HIF í Reykjavík 2007	21
Pokasjóður styrkir Íþróttasamband fatlaðra	21
Hængsmótið 25 ára - Gunnlaugur Björnsson	22
Get, ætla, skal - Kristín Rós Hákonardóttir	24
Sambandsþing Íþróttasambands fatlaðra	28
Kem þegar löppin vex á mig - Jónas Óskarsson	30
Íþróttafélagið Ægir	34
Norrænt barna- og unglingamót á Íslandi 2007	36
Skíðaðþjálfun í Winter Park - Erna Friðriksdóttir	41
Skíðamennska fólks með fötlun	42
Tekin á beinið á Landsmóti UMFÍ	45
Sjúkraþjálfun á hestbaki	49
Heilsueflingardagur Össurar hf	51
Reykjavíkurmaraþon Glitnis	53
Frábær stuðningur Símans við fatlað sundfólk	55
Golfmóti GSFÍ 18. júlí 2007	57
Ólafur Ólafsson sæmdur gullmerki ÍSÍ	57
Kynning á Laugarvatni fyrir nemendur KHÍ	59
Móttaka styrkja	61

Forsíðumynd:

Þátttakendur á Norræna barna- og unglingamótinu í sundi.

Íþróttasamband fatlaðra (ÍF) var stofnað 17. maí 1979. ÍF er eitt af sérsamböndunum innan Íþrótt- og Ólympíusambands Íslands (ÍSÍ) en hlutverk þess er að annast íþróttastarf fatlaðra á Íslandi og erlendis



International Paralympic Committee



Special Olympics

Hvati 1. tbl. 2007 - 17. árgangur



Útgefandi

Íþróttasamband fatlaðra

Íþróttamiðstöðinni

Laugardal

104 Reykjavík

Sími: 514 4080

Fax: 514 4081

Netfang: if@isisport.is

Veffang: www.isisport.is/if

Ritstjóri

Sveinn Áki Lúðvíksson

Ritnefnd

Anna Karólína Vilhjálmisdóttir,
Gísli Jóhannsson, Jóhann Arnarson

Umbrot og prentvinnsla

Formprent ehf.

Víð styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Reykjavík

About Fish Íslandi ehf, Tryggvagötu 16
Akron ehf, Síðumúla 31
ARGOS - Arkitektastofa Grétars og Stefáns, Eyjarslóð 9
Arkitektar Laugavegi 164 ehf, Laugavegi 164
Arkiteo ehf, Hvassaleiti 39
Arkís ehf, Aðalstræti 6
Asía ehf, veitingahús, Laugavegi 10
ASK Arkitektar ehf, Geirsgötu 9
Auglýsingamiðlun ehf, Garðastræti 13
Á stofunni - arkitektar ehf, Bergstaðastræti 10
Áhöfnin á Vígri RE-71
Árbæjarapótek ehf, Hraunbæ 102b
Árni Reynisson ehf, Laugavegi 170
Ársól snyrtistofa, Efstalandi 26
Ártúnsskóli, Árkvörn 6
Ásbjörn Ólafsson ehf, Skútuvogi 11a
B.K. flutningar ehf, Krosshömrum 2
B.P. Merking ehf, Vatnagörðum 14
Bakameistarin ehf, Stigahlíð 45-47
Balletskóli Sigríðar Ármann, Skipholti 35
Barnatannlæknastofan ehf, Faxafeni 11
Betra líf ehf, Kringlunni 8
Betri bílar hf, bílaverkstæði, Skeifunni 5c
Beyki ehf, Tangarhöfða 11
Bifreiðabyggingar sf, Tangarhöfða 5
Bifreiðasalan, Tangarhöfða 2
Bilaleigan AKA, Vagnhöfða 25
Bílamálun Halldórs Þ. Nikulássonar, Funahöfða 3
Bílamálun Sigursveins Sigurðssonar, Hyrjarhöfða 4
Bílasala Íslands ehf, Skógarhlíð 10
Bílasalan Höfðahöllin ehf, Kletthálsi 2
Bílasmiðurinn hf, Bíldshöfða 16
Bílasprautun SMS ehf, Smiðshöfða 12
Björgun ehf, Sævarhöfða 33
Björn Traustason ehf, Vogalandi 1

Blaðamannafélag Íslands, Síðumúla 23
Borgarblöð ehf, Vesturgötu 15
Borgarholtsskóli, Mosvegi
Bortækni ehf, Vagnhöfða 19
Bókabúð Steinars ehf, Bergstaðastræti 7
Bókaútgáfan Hólar ehf, Hagaseli 14
Bókaútgáfan Örn og Örlygur ehf, Hjarðarhaga 54
Bókhaldsstofa Ingimundar T. Magnússonar, Ármúla 15
Bókhaldspjónustan Rúnir ehf, Stórhöfða 15
Breiðholtsskóli, Arnarbakka 1-3
Bryndís K. tannsmíðastofa ehf, Skipholti 50c
Búseti svf, húsnæðissamvinnufélag, Skeifunni 19
BV Rammastudíó ehf, Ármúla 20
Deloitte hf, Stórhöfða 23
DHL á Íslandi, Sundabakka 2
Dreifing ehf, Vatnagörðum 8
DS lausnir ehf, Súðavogi 7
E.T. ehf, Klettagörðum 11
Edda - útgáfa hf, Síðumúla 28
Effect hársnyrtistofa, Bergstaðastræti 10a
Efling stéttarfélag, Sætúni 1
Eignamiðlunin ehf, Síðumúla 21
Einar Jónsson Skipaþjónusta, Laufásvegi 2a
Ekran ehf, Vatnagörðum 22
Endurskoðendaþjónustan ehf, Skipholti 50d
Endurskoðun Hjartar Pjeturs ehf, Súðarvogi 7
Endurskoðun og Fasteignir ehf, Álfheimum 17
Endurskoðun og reikningsskil hf, Stangarhyl 5
Engjaskóli, Vallengi 14
Ernst & Young hf, Borgartún 30
F&F Kort ehf, Suðurlandsbraut 10, 2. hæð
Fagbýli ehf, Sogavegi 150a
Fakta ehf, Hólavallagötu 11
Fasteignasalan Garður ehf, Skipholti 5
Faxaflóahafnir sf, Hafnarhúsinu Tryggvagötu 17
Félag bókagerðamanna, Hverfisgötu 21
Félag eggjaframleiðenda, Bændahöllinni

Íþróttasamband fatlaðra (ÍF) var stofnað 17. maí 1979. ÍF er eitt af sérsamböndunum innan Íþrótt- og Ólympíusambands Íslands (ÍSí) en hlutverk þess er að annast íþróttastarf fatlaðra á Íslandi og erlendis.

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

Ávarp formanns

Þegar unnið er fyrir samtök eins og Íþróttasamband fatlaðra mætti halda að starfið væri einfalt, nefnilega að efla íþróttir fyrir fatlaða og reyna að auka möguleika þeirra til keppni sér til ánægju og auka þar með getu sína. En þegar að er gáð, er starfið fjölbreyttara en maður hélt í fyrstu og fjölbreytileikinn óendanlegur. Fyrir utan venjuleg innanlandsmót bætast við erlendir viðburðir, misstórir og krefjandi. Það eru Íslandsmót, Norðurlandamót eða álfumót, síðan taka við heimsmeistaramót og á fjögurra ára fresti, Ólympíumót. En svona er þetta í öllum íþróttagreinum.

Þegar fatlaðir eiga í hlut er málið enn flóknara en þetta. Þar bætast við ýmis samtök sem halda utan um mót fyrir mismunandi fötlunarflokka, s.s. hreyfihamlaða, blinda, heyrnardaufa, sjónskerta sem og þroskahefta. Og þessir hópar eiga jafnvel fleiri en ein félagasamtök sem sjá um mál þeirra.

Þar fyrir utan þarf ÍF að sjá um allar þær mismunandi íþróttagreinar sem aðildarfélögin keppa í sem og að kynna nýjar íþróttagreinar fyrir félögunum. Það er því erfitt að taka fyrir einn þátt og segja að hann standi upp úr á viðkomandi keppnistímabili.

Starf þeirra sem vinna á skrifstofu ÍF sem og stjórnarmanna er því afar fjölbreytilegt.

Sumum mundi finnast útbreiðsla íþróttanna, uppsetning móta og þátttaka í þeim vera ærið verkefni og þótt það sé aðalatriðið er það bara smá hluti þess starfs sem fer fram innan sambandsins.

Til þess að allt gangi upp þarf starfsfólk aðstöðu, menntun og fjármagn að ógleymdum sjálfbóðaliðum, samstarfsaðilum og öðrum velunnurum.

Starfi ÍF er skipt upp í nokkur svið sem sérhæfa sig í mismunandi málum. Helstu sviðin eru fjármál og umsýsla, afrekssvið, íþrótt- og útbreiðslusvið og ekki síst Special Olympics sem er vaxandi þáttur innan ÍF. Öll sviðin eru jafn áriðandi en oft mjög mismunandi. Kynningarstarf innan skóla og stofnana, námskeið fyrir þjálfara, erindi hjá félagasamtökum, útgáfa á bæklingum, námsefni og útgáfa tímarits (Hvata). Undirbúningur og seta á fundum, skipulagning móta og mótaraða. Fjáröflun og styrkveitingar. Allir þessir þættir eru jafn áriðandi og mikilvægir og má segja að þeir gætu ekki hver án annars verið.

Íþróttasamband fatlaðra hefur verið það lánsamt að fram að þessu hafa allir þessir grunnþættir gengið

upp. Við höfum átt afreksfólk sem hefur skarað fram úr á heimsvísu og okkur hefur tekist að útvega fjármagn til að gera afreksfólki okkar kleift að ná þessum árangri og við höfum verið lánsöm að hafa haft hæft fólk í stjórn sambandsins sem og starfsmenn sem hafa skilað sínu og vel það.

Það má því segja að öll ár séu stór ár hjá ÍF og þetta ár er ekkert öðruvísi. Það má jafnvel segja að þetta ár sé sérstaklega stórt þegar horft er til verkefna. Það byrjaði með ársþingi ÍF, Íslandsmótum og tilheyrandi. Norræna barna- og unglingamótið, sem haldið var í Laugardalnum í Reykjavík í júní, sumarbúðir sem haldnar voru á Laugarvatni, þing íþróttasamtaka fatlaðra á Norðurlöndum, Evrópufundur alþjóða íþróttasamtaka fatlaðra, Norðurlandamót í sundi og svo stóri viðburðurinn framundan, Special Olympics í Shanghai í Kína í haust. Þarna er bara minnst á nokkur atriði, öll hin, sem eru ekki síður mikilvæg, eru svo mörg að það er ekki hægt að koma þeim öllum á blað. Auk þess eru margvísleg verkefni sem ÍF kemur óbeint að og eru mikilvægur þáttur í starfi fatlaðra íþróttamanna.

Í þessu tölublaði Hvata eru greinar og myndir úr starfinu. Eins eru athyglisverð viðtöl við einstakar hetjur innan okkar raða, viðtal við Kristínu Rós Hákonardóttur, okkar fremsta íþróttamann, sem nú hefur lokið keppni og gefið sundbolinn sinn á Ólympíusafnið í Lausanne og Jónas Óskarsson, sjómann sem slasaðist og þurfti að breyta um lífsstíl.

Vonandi fræðist þú, lesandi góður, örlítið meira um okkar fjölbreytta starf við lestur blaðsins og nýtur þess að kynna starfi okkar, þó að í hnotskurn sé.

Sveinn Áki Lúðvíksson,
formaður ÍF



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

- Félag einstæðra foreldra, Tjarnargötu 10d
Félag pípulagningameistara, Skipholti 70
Félagsbústaðir hf, Hallveigarstíg 1
Fiskiðjan Reykás ehf, Grandagarði 33
Fjallabak ehf, Pósthólf 1622
Fjarhitun hf, Suðurlandsbraut 4
Fjárfestingafélagið Gaumur ehf,
Suðurlandsbraut 48
Fjölbrautaskólinn við Ármúla, Ármúla 14
Flötur ehf, Hverafold 14
Formprent, Hverfisgötu 78
Forum lögmenn ehf, Aðalstræti 6
Frjálsíþróttasamband Íslands, Engjavegi 6
Fræðslumiðstöð Ökukennarafélags Íslands,
Þarabakka 3
Fylgifiskar ehf, Suðurlandsbraut 10
G Hannesson ehf, Borgartúni 23
G.S. varahlutir ehf, Bildshöfða 14
Gallabuxnabúðin Kringlunni, Kringlunni 4-12
Gastec ehf, Bildshöfða 14
Gáski sjúkrahjálfun ehf, Bolholti 8
Gissur og Pálmi ehf, byggingaverktaki,
Álfabakka 14a
Gjögur hf, Kringlunni 7
Gluggahreinsun Loga, Funafold 4
Grásteinn ehf, Grímshaga 3
Gró ehf, Skútuvogi 10b
Grund, dvalar- og hjúkrunarheimili, Hringbraut 50
Grænn kostur ehf, Skólavörðustíg 8
Guðmundur Arason ehf - smíðajárn, Skútuvogi 4
Guðmundur Jónasson ehf, Borgartúni 34
Gunnar afi SH 474
Gunnar Eggertsson hf, Sundagörðum 6
Gutenberg ehf, Suðurlandsbraut 24
H. Hauksson ehf, Suðurlandsbraut 48
Hafgæði sf, Fiskislóð 47
Hagaskóli, Fornhaga 1
Halldór Jónsson ehf, Skútuvogi 11
Halli gullsmiður, Bankastræti 6
Harðviðarval ehf, Krókhálsi 4
Hár ehf, Kringlunni 7
Hárgreiðslustofa Höllu Magnúsdóttur, Miðleiti 7
Hárgreiðslustofan Stubbalubbar, Barðastöðum 1-3
Hársnyrtistofa Dóra, Langholtsvegi 128
Háskólaprent, Fálkagötu 2
Háteigsskóli, við Háteigsveg
Heimilisprýði ehf, Hallarmúla 1
Heimir og Þorgeir ehf, Dugguvogi 2
Helga Guðmundsdóttir, Sólheimum 28
Henson, Brautarholti 24
HKG ehf, Laugavegi 13
Híbýli og skip ehf, Hverfisgötu 105
HJ bílar ehf, Berjarima 35
Hjálpræðisherinn á Íslandi, Garðastræti 38
HM Bókhald ehf, Gylfaflöt 32
Hollt og gott ehf, Fosshálsi 1
Hraði hf, fatahreinsun, Ægissíðu 115
Hreyfimyndasmiðjan ehf, Garðsenda 21
Hringsjá, náms- og starfsendurhæfing, Hátúni 10b
Húsafriðunarnefnd ríkisins, Suðurgötu 39
Húsaklæðning ehf, Ingólfsstræti 3
Húsvirki hf, verktaki, Lágmúli 5
Hvíta húsið hf, auglýsingastofa, Brautarholti 8
Höfðakaffi ehf, Vagnhöfða 11
Höfði fasteignamiðlun ehf, Suðurlandsbraut 20, og
Bæjarhrauni 22
Ice Consult ehf, Mörkinni 6
Iceland Seafood International ehf,
Köllunarklettsvegi 2
Iðntré ehf, Draghálsi 10
Iðu-salir ehf, Lækjargötu 2a
Innheimtustofnun sveitarfélaga, Lágmúla 9
Innrömmun Sigurjóns ehf, Fákafeni 11
Internet á Íslandi hf, ISNIC, Dunhaga 5
ISS Ísland ehf, Ármúla 40
Íslensk endurskoðun ehf, Bogahlíð 4
Íslensk getspá sf, Engjavegi 6
Íslenska lögregluforlagið ehf,
Brautarholti 30, 2. hæð
Ísloft blikk- og stálsmiðja ehf, Bildshöfða 12
Ís-spor ehf, Síðumúla 17
ÍT ferðir ehf, Engjavegi 6
Íþróttafélagið Fylkir, Fylkisvegi 6
J. Eiríksson ehf, Tangarhöfða 5
J. S. Gunnarsson hf, Fossaleyni 10
Jarðvélar sf, Síðumúla 28
Jón Ásbjörnsson hf, Geirsgötu 11
Jón Ól. Þórðarson ehf, Barónsstíg 5
Kaffi Milanó ehf, Faxafeni 11
Kaffi Roma, Laugavegi 118
Kafólska kirkjan á Íslandi, Hávallagötu 14-16
Kemis ehf, Breiðhöfða 15
Kerfisþróun ehf, Fákafeni 11
Kjarni.is, Snorrabraut 56a
Kjálkar ehf, Laugavegi 163
Kjötpól ehf, Frostafold 20
Knattspyrnufélagið Víkingur, Traðarlandi 1
KOM almannatengsl, Borgartúni 20
Kópsson - Bílaþrif, Hyrjarhöfða 4
Kórall sf, Vesturgötu 55
Kraftur hf, Vagnhöfða 1
Landakotsskóli

Nýárssundmót ÍF 2007

Nýárssundmót fatlaðra barna og unglinga fór fram í Sundlauginni í Laugardal 7. janúar 2007. Keppendur voru um 60 frá 5 aðildarfélögum ÍF, þ.e. ÍFR og Ösp, Reykjavík; Firði, Hafnarfirði; Óðni, Akureyri og Þjóti, Akranesi.

Heiðursgestur mótsins var Vilhjálmur Þ. Vilhjálmsson, borgarstjóri Reykjavíkur. Skátar stóðu heiðursvörð, lúðrasveit lék í upphafi mótsins og mikil stemming ríkti á mótinu.

Sjómannabikarinn, sem gefinn var af Sigmari Ólasyni sjómanni frá Reyðarfirði, var nú veittur í tuttugusta og fjórða skipti.

Úrslit ráðast samkvæmt stiga- og forgjafaútreikningi.

Stigahæst varð Karen Gísladóttir, íþróttafélaginu Firði, sem hlaut 727 stig fyrir 50 m skriðsund.

Í öðru sæti varð Hulda H. Agnarsdóttir og í þriðja sæti Ragnar Magnússon, einnig í íþróttafélaginu Firði, Hafnarfirði.



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Landssamband hestamannafélaga, Engjavegi 6

Langholtskirkja, Sólheimum 13

Láshúsið ehf, Bíldshöfða 16

Leiguval ehf, Kleppsmýrarvegi 8

Lindin, kristið útvarp FM 102,9, Krókhálsi 4

List og saga ehf, Engjaseli 41

Listasafn Hótel Holt ehf, Bergstaðastræti 37

Lífland, Korngörðum 5

Logoflex ehf, Smiðshöfða 9

Lumene snyrtivörur

Lýsing hf, Suðurlandsbraut 22

Lögfræðistofa Hilmaris Ingimundarsonar,

Austurstræti 10a

Lögfræðistofa Kristjáns Stefánssonar,

Austurstræti 10a

Lögfræðistofa Reykjavíkur ehf, Vegmúla 2

Lögfræðipjónusta Ingólfs Hjartarsonar,

Bíldshöfða 18

Lögfræðipjónusta Lögsátt ehf, Skipholti 50c

Lögmennafélag Íslands, Álftamýri 9

Lögmenn Fortis ehf, Laugavegi 7

Lögmenn Höfðabakka ehf, Höfðabakka 9

Markaðsnefnd mjólkuriðnaðarins, Bitruhálsi 2

Matthías ehf, Vesturfold 40

Mánafoos ehf, Bolholti 4

MEBA - Magnús E. Baldvinsson ehf,

Kringlunni 8-12

Meistarasamband byggingamanna, Skipholti 70

Melabúðin ehf, Hagamel 39

Menntamálaráðuneytið, Sölvhólgötu 4

Menntaskólinn í Reykjavík, Lækjargötu 7

Menntaskólinn við Hamrahlíð, Hamrahlíð 10

Menntaskólinn við Sund, Gnoðarvogi 49

Mentis hf, Borgartún 29

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

- Móa ehf, Box 9119
Mótás hf, Stangarhyl 5
Múr- og málningarþjónustan Höfn ehf,
Réttarhálsi 2
Múrarmeistarafélag Reykjavíkur, Skipholti 70
Múrgæði ehf, Smárarima 63
NM ehf, Brautarholti 10
Nói-Síríus hf, Hesthálsi 2-4
Nýherji hf, Borgartúni 37
Nýi ökuskólinn ehf, Klettagörðum 11
Oddgeir Gylfason, tannlæknir, Síðumúla 28
Optimar Iceland, Stangarhyl 6
Orkuvirki ehf, Tunguhálsi 3
Ólafur Gíslason og co hf, Sundaborg 3
Ólafur Gústafsson hrl., Kringlunni 7
Ólafur Hans Grétarsson, tannlæknir, Faxafeni 5
Ólafur Þorsteinsson ehf, Vatnagörðum 4
Ósal ehf, Tangarhöfða 4
Parlogis hf - Lyfjadreifing ehf, Krókhálsi 14
Pípulagnaverktakar ehf, Langholtsvegi 109
Plastco ehf, Skútuvogi 10c
Plusminus Optic ehf, Suðurlandsbraut 4
Raflagnir Íslands ehf, Hamarshöfða 1
Rafmiðlun ehf, Dugguvogi 2
Rafsól ehf, Skipholti 33
Rafstilling ehf, Dugguvogi 23
Rafstjórn ehf, Stangarhyl 1a
Rafsvið sf, Haukshólum 9
Rafteikning hf, Suðurlandsbraut 4
Raftíðni ehf, Eyjarlóð 3
Raftæknistofan hf, Grensásvegi 3
Rafur ehf, Laugarnesvegi 55
Reiknistofa bankanna, Kalkofnsvegi 1
Reykjaprent ehf, Síðumúla 14, 2. hæð
Réttingaverkstæði Bjarna og Gunnars ehf,
Bildshöfða 14
Rolf Johansen & co ehf, Skútuvogi 10a
RST Net ehf, Smiðshöfða 6
Röntgen Domus Medica, Egilsgötu 3
S.B.S. innréttingar, trésmiðja, Hyrjarhöfða 3
Saga Film hf, Laugavegi 176
Salli ehf, Vesturbergi 41
Setberg, bókaútgáfa, Freyjugötu 14
Sigurborg ehf, Grandagarði 11
Sigurraf ehf, Stararima 5
SÍBS, Síðumúla 6
Sjálfstæðisflokkurinn, Háaleitisbraut 1
Sjón gleraugnaverslun, Laugavegi 62
Sjónvélur ehf, Skútuvogi 6
Sjúkraþjálfun Styrkur ehf, Stangarhyl 7
Sjúkraþjálfunin Heil & sæl ehf, Hraunbæ 102c
Skotfélag Reykjavíkur, Engjavegi 6
Skógarbær, hjúkrunarheimili, Árskógum 2
Skúlason og Jónsson ehf, Skútuvogi 6
Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins bs, Skógarhlíð 14
SORPA, Gufunesi
Sólbaðsstofan Smart ehf, Grensásvegi
Spillir ehf, Grensásvegi 16
Sprinkler pípulagnir ehf, Bildshöfða 18
SR múr ehf, Rjúpufelli 8
Stálsmiðjan ehf, Mýrargötu 10-12
Steindór Jónsson ehf, Kirkjuteig 23
Stepp ehf, Ármúla 32
Stuðlar, meðferðarstöð ríkisins fyrir unglinga,
Fossaleyni 17
Stúdíó Stafn ehf, Ingólfsstræti 6
Subway, Austurstræti 3
Sundlaugar í Laugardal, Sundlaugavegi 32
Svanur Ingimundarson málari, Fiskakvísl 13
Sveinafélag Pípulagningamanna, Skipholti 80
Sverrir Pétur Pétursson málrameistari,
Nökkvavogi 33
Sýningakerfi hf, Sóltúni 20
Sökkull ehf, Funahöfða 9
T. ark Teiknistofan ehf, Brautarholti 6
T.G.M. ráðgjöf, Ármúla 38
Talnakönnun hf, Borgartúni 23
Tannlæknastofa Þórarins Jónssonar, Faxafeni 14
Tannlæknastofa Friðgerðar Samúelsdóttur,
Laugavegi 163
Tannlæknastofa Guðrúnar Ólafsdóttur,
Snorrabraut 29
Tannlæknastofa Sigurðar Rósarssonar, Síðumúla 15
Tannlæknastofa Sigurður L. Viggóssonar,
Borgartúni
Tannlæknastofa Sæmundar Pálssonar, Álfabakka 14
Tannsmiðaverkstæðið ehf, Síðumúla 29
Teiknistofan Óðinstorgi verkfræðideild,
Óðinsgötu 7
Teiknivangur, teiknistofa, Kleppsmýrarvegi 8
Tennis- og badmintonfélag Reykjavíkur,
Gnoðarvogi 1
Topphúsið, fataverslun, Mörkinni 6
Tónskóli Sigursveins D. Kristinssonar, Engjateigi 1
Trésmiðjan Jari ehf, Funahöfða 3
Tryggingamiðlun Íslands ehf, Síðumúla 21
Tryggingastofnun ríkisins, Laugavegi 114
Tölvar ehf, Síðumúla 1
Tölvu- og tækniþjónustan ehf, Grensásvegi 8
Umslag ehf, Lágmúla 5 (bakhús)
Útflutningsráð Íslands, Borgartúni 35
Útgerðarfélagið Geysir hf, Smárarima 20

Aðalfundur INAS-FID

Aðalfundur INAS-FID (Alþjóða-samtaka þroskaheftra íþróttamanna) var haldinn í Túnis 20. - 21. apríl s.l. Samhliða aðalfundinum var haldin ráðstefna sem m.a. fjallaði um framtíðarsýn INAS-FID, s.s. fyrir hvað samtökin stæðu, flokkunarmál og á hvern hátt að verkefnum þeirra skyldi staðið.

Fulltrúar Íslands á fundinum voru þeir Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍF, og Ólafur Magnússon, framkvæmdastjóri afrekssviðs ÍF, en hann sér m.a. um skráningarmál þroskaheftra gagnvart INAS-FID. Einnig sat fundinn Þórður Árni Hjaltested, ritari stjórnar ÍF, sem jafnframt situr í stjórn Evrópudeildar INAS-FID.



Texti: Ólafur S. Magnússon

Mikil samstaða ríkti á fundinum þar sem m.a. var samþykkt að samtökin sæktust eftir áframhaldandi aðild að IPC (Alþjóðaólympíuhreyfingu fatlaðra) með sömu réttindum og skyldum og aðrir fötlunarflokkar sem og að óska eftir áframhaldandi samvinnu við Special Olympics

samtökin um ýmis mál er lytu að íþróttum þroskaheftra.

Nýr formaður INAS-FID var kosinn dr. Bob Price frá Englandi og aðrir í stjórn Bengt Lindstedt, varaformaður frá Svíþjóð, Karon Nicol, framkvæmdastjóri frá

Englandi og Katalin Gruis, gjaldkeri frá Ungverjalandi.

Á fundinum tóku Englendingar við rekstri skrifstofu INAS-FID en rekstur hennar hafði áður verið í höndum Svía. Voru Svíum þökkun vel unnin störf á þeim miklu umbrotatímum sem verið hafa síðan árið 2000, þ.e. frá því að þroskaheftum íþróttamönnum var vísað úr keppnum á vegum IPC.

Á myndinni til vinstri sést Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍF ásamt nýkjörnum formanni INAS-FID, dr. Bob Price.



18 holur

209 herbergi

**EINSTAKIR VEITINGASTAÐIR.
GLÆSILEG HERBERGI.
HEILSURÆKT Í HÆSTA
GÆÐAFLOKKI.**



Radisson SAS Saga Hotel
V. Hagatorg, 107 Reykjavík, Iceland
Tel: +354 525 9900, Fax: +354 525 9909
sales.saga.reykjavik@radissonsas.com
saga.reykjavik.radissonsas.com

Radisson **SAS**
SAGA HOTEL, REYKJAVÍK

Samstarf í tuttugu ár



Radisson SAS
SAGA HOTEL, REYKJAVÍK



Á undanförnum árum hefur Radisson SAS Hótel Saga stutt dyggilega við bakið á Íþróttasambandi fatlaðra og verið á meðal aðalsamstarfsaðila sambandsins. Í tengslum við Sambandsþing ÍF, sem haldið var á Hótel Sögu nýverið, var endurnýjaður samstarfssamningur sambandsins og Radisson SAS Hótel Sögu. Samningurinn, nú sem áður, felur í sér nánast allt sem á valdi hótelsins er að veita, hvort sem um ræðir aðstöðu, veitingar eða fjárhagslegan stuðning eins og t.d. kostun á viðburðum eins og íþróttamanni ársins úr röðum fatlaðra og nú síðast Norrænu barna- og unglingamóti sem fram fór hér á landi nú nýverið.

Ólafur Magnússon, framkvæmdastjóri ÍF, segir stuðning sem þennan ómetanlegan fyrir sambandið og bætir við að samstarfið sé byggt á það breiðum grunni að ekki sé létt

að lýsa því í stuttu máli. „Þeir hafa stutt okkur með ráðum og dáð og við höfum haldið ófáan fundinn í þeirra salarkynnum. Það er ekki ónýtt að geta boðið gestum sínum að hitta sig á Sögu, vonandi koma svo einhverjir þangað aftur á eigin vegum,“ segir Ólafur.

Kristján Daníelsson, markaðsstjóri Radisson SAS, tekur undir orð Ólafs og inntur eftir skýringu þessa langvinna og farsæla samstarfs segir hann að viljastyrkur og dugnaður þeirra sem bjóða fötlun sinni byrginn með íþróttapátttöku sé okkur öllum hvatning í lífinu. Hvatning til að gera betur og til að gefast ekki upp.

Nýir fundarsalir og ráðstefnuaðstaða

Það má segja að hagar ÍF til að taka á móti gestum sínum og velunnurum á Radisson SAS hafi vænkað til muna.

Hóтелиð hefur endurnýjað alla fundar- og ráðstefnuaðstöðu sína með nýjum húsgögnum og fullkomnum hljóð-, mynd- og tölvubúnaði. Fyrirlesarar og fundargestir hafa aðgang að LCD myndvörpum og þráðlausum háhraðatengingum. Hægt er að skipta fundarsölunum niður í smærri rými sem nýtast í hópavinnu og fyrir fámennari fundi.

Matreiðslumeistarar Radisson SAS útbúa sérstaka matseðla fyrir ráðstefnur og fundi sé þess óskað auk þess sem tækniaður hússins leysir þarfir hvers og eins gerist þess þörf. Aðstaðan er því mjög sveigjanleg og nýtist vel við öll tækifæri, jafnt stór sem smá, fjölmenn sem fámenn. Það má því vera ljóst að Radisson SAS Hótel Saga ætlar ekki að gefa neitt eftir í keppninni um að vera í fremstu röð fjögurra stjörnu hótela á Íslandi.

Alþjóðaleikar Special Olympics 2. – 11. október 2007



Að virða hvort annað er lykilatriði

Íþróttasamband fatlaðra, sem er umsjónaraðili Special Olympics á Íslandi, sendir 32 keppendur á alþjóðaleika Special Olympics í Shanghai í Kína, 2. – 11. október 2007.

Íslensku þátttakendurnir keppa í 8 íþróttagreinum, boccia, borðtennis, fimleikum, frjálsum íþróttum, golfi, keilu, lyftingum og sundi. Hvert land fær úthlutaðan kvóta þar sem er staðfestur fjöldi keppenda í ákveðnum greinum og fjöldi þjálfara. Einn þjálfari er á hverja fjóra keppendur en gefinn er kostur á að fá aukakvóta, t.d. í fimleikum og frjálsum íþróttum þar sem keppni fer fram á mismunandi stöðum á sama tíma.

Einnig var sótt um kvóta í knattspyrnu en sá kvóti fékkst ekki að þessu sinni. Íslenski hópurinn mun búa á þremur stöðum í Shanghai en það gerir skipulag erfiðara. Þetta var talið nauðsynlegt vegna mikilla fjarlægða

á milli keppnisstaða.

Þátttakendur á alþjóðaleikum Special Olympics hafa dvalið í vinabæjum fyrir alþjóðaleikana en tilgangurinn með því er að þeir fái tækifæri til að kynnast menningu og íbúum landanna sem halda leikana og að tengja íbúa á hverjum stað þessu verkefni. Í tengslum við leikana í Írlandi 2003 bjó íslenski hópurinn í Newry á Norður Írlandi, naut þar ómældrar gestrisni og sterk tengsl mynduðust milli gesta og íbúa svæðisins. Í Kína mun vinabæjarverkefni fara fram í Shanghai og íslenski hópurinn mun taka þátt í vinabæjardagskrá þar fyrir leikana ásamt fleiri þjóðum.

Á leikunum verða yfir 7.000 keppendur frá 169 löndum, 40.000 sjálfboðaliðar, 3.500 starfsmenn íþróttagreina og þúsundir aðstandenda, vina, áhorfenda, og fjölmiðlafólks.

Alls er keppt í 23 íþróttagreinum á leikunum. Um 40 manna hópur aðstandenda mun fylgjast með leikunum en auk þess verða gestir frá aðalsamstarfsaðila Special Olympics á Íslandi, Glitni, og aðalsamstarfsaðila ÍF, Rúmfatalagernum.

Forseti Íslands mun verða viðstaddur opunarhátíð leikanna og einnig hafa menntamálaráðherra og forsvarsmenn ÍSÍ staðfest komu sína.

Einnig verða hugsanlega gestir frá öðrum samstarfsaðilum.

Opunarhátíðin verður 2. október á Shanghai-stadium sem er með sæti fyrir 80.000 áhorfendur. Framkvæmdastjóri opunarhátíðarinnar er Don Mischer en mikill metnaður er lagður í að hafa hátíðina sem glæsilegasta og ekki síðri en árið 2008 þegar ólympíuleikarnir verða haldnir í Peking.

Að virða hvert annað er lykilatriði

Starfsemi Special Olympics um heim allan byggir á þeirri sýn að í gegnum slíkt starf læri fólk að virða hvert annað og að það sé lykilatriði ef skapa á þjóðfélög og heim sem fólk deilir saman í bróðerni. Lögð er áhersla á að markmið leika Special Olympics sé að sameina fólk alls staðar að úr heiminum á vettvangi þar sem fötlun, litarháttur, trúarbrögð, stjórnmál, aldur, kyn, menning eða þjóðerni skiptir ekki máli og fjölbreytileiki er ráðandi. Stemmingin sem ríkir á þessum leikum er einstök þar sem allir koma fram sem jafningjar og keppendur njóta virðingar í umhverfinu.

Aðstandendur, skipuleggjendur, styrktaraðilar, gestir og aðrir áhorfendur sameinast í að hvetja þann hóp til dáða sem oft er settur til hliðar í samfélögum þjóðanna. Þróunarstarf Special Olympics hefur haft mikil áhrif, ekki síst í fátækari löndum heims þar sem aðstæður þessa hóps eru oft mjög erfiðar.

Alþjóðlegt samstarf í heilbrigðismálum – sjálfböðastarf á leikunum

Samtökin hafa á undanförunum árum aukið umfang starfs síns á sviði mennta- og heilbrigðismála og stuðlað að samstarfi við fjölda fagfólks um heim allan. Á leikunum mun heilbrigðisstarfsfólk í sjálfböðavinnu kanna heilsufar keppenda, t.d. sjón, heyrn, tennur, fætur, líkamsstöðu og almennt líkamsástand. Fjöldi keppenda hefur fengið ókeypis gleraugu og linsur og íslenskir keppendur eru í hópi þeirra sem hafa notið slíkrar þjónustu. Íslenskur tannlæknir var á alþjóðaleikunum á Írlandi árið 2003 og íslenskur fóttaðgerðafræðingur var á Evrópuleikunum í Róm 2006. Ekki er staðfest hvort Ísland eigi fulltrúa á leikunum í Kína 2007.

Alþjóðlegt samstarf lögreglumanna

Eldur leikanna er tendraður í Aþenu og hlaupið verður með kyndilinn til 10 borga í Kína. Lögreglumenn víða að úr heiminum skiptast á að hlaupa með kyndilinn.

Hópur lögreglumanna fylgir kyndlinum eftir inn á opnunaráttina 2. október. Það var söguleg stund á alþjóðaleikunum á Írlandi 2003 þegar lögreglumenn frá Írlandi og Norður-Írlandi tóku sameiginlega þátt í þessu verkefni. Lögreglumenn frá Íslandi hafa ekki tekið þátt í verkefninu ennþá en vonandi verður það í framtíðinni.

Ráðstefna verður haldin í tengslum við leikana þar sem m.a. verður

kynnt rannsókn sem fram fór í samstarfi China National Institute for Educational Research og Háskólans í Massachusetts Boston. Rannsóknin beinist að málefnum sem varða þroskahefta og seinfæra, allt frá heilsu og líkamsrækt til áhrifa Special Olympics á viðhorf til þessa hóps. Auk þessa verður sérstakt verkefni tileinkað ungu fólki, fötluðu og ófötluðu, víða að úr heiminum og fjölskylduráðstefna verður haldin þar sem aðstandendum er kynnt starfsemi Special Olympics og tengslanet myndað.

Framhald á næstu síðu

GLITNIR

STOLTUR BAKHJARL



**Special
Olympics
Ísland**



Þátttakendur frá Íslandi á alþjóðaleikum Special Olympics

Boccia:



Arnfríður Stefánsdóttir
Akri



Kristjana Halldórsdóttir
ÍFR



Sveinbjörg Sveinbjörnsdóttir
Ívari



Eggert Jónsson
Ösp



Ólafur Þ. Gunnarsson
Gáska



Guðmundur I. Einarsson,
Þjóti

Umsjónarmenn:



Þorbjörg Vilhjálmisdóttir
og Jónas Sigursteinsson



Frjálsar íþróttir:



Helga Helgadóttir
Akri



Sigríður Sigurjónsdóttir,
Suðra



Sigfús Jóhannesson
Eik



Jósef Pétursson
Nesi

Umsjónarmenn:



Ásta Katrín Helgadóttir
og Theodór Karlsson



Borðtennis:



Stefán Thorarensen
Akri



Guðmundur Hafsteinsson
ÍFR

Borðtennis:



Soffía Rúna Jensdóttir
ÍFR



Guðrún Ólafsdóttir
ÍFR

Umsjónarmaður:



Elvar Thorarensen

Golf:



Þór Jóhannsson
Snerpu



Ragnar Ólafsson
Nesi

Umsjónarmaður:



Fylkir Guðmundsson

Lyftingar:



Kristján Karlsson
Ösp

Lyftingar:



Vignir Unnsteinsson
ÍFR

Umsjónarmaður:



Karl Þorsteinsson

Fimleikar:



Elva Björg Gunnarsdóttir
Gerplu/Ösp



Auður Ámundadóttir
Gerplu/Ösp



Helgi Magnússon
Gerplu/Ösp



Jóhann Fannar
Gerplu/Ösp

Umsjónarmenn:



Ásta Ísberg
og Erlendur Kristjánsson



Pátttakendur frá Íslandi á alþjóðaleikum Special Olympics



Sund:



Guðný Halla Jónsdóttir
Óðni



Rut Ottósdóttir
Ösp



Kristín Ágústa Jónsdóttir
Firði



Valur Freyr Ástuson
Nesi



Jónatan Núi Snorrason
ÍFR



Ragnar Ingi Magnússon
Firði

Umsjónarmenn:



Inga Maggý Stefánsdóttir og
Ólafur Þórarinnsson

Keila:



Ásdís Elín Ágeirsdóttir
Ösp



Arnbjörg M Jónsdóttir
Ösp



Birgir Þórisson
Ösp



Hlynur Jónsson
Ösp

Umsjónarmaður:



Guðrún Hallgrímsdóttir
Aðstoðarmaður:



Ólafur Ólafsson

Fararstjórn:



Anna Karólína Vilhjálmsson
og Jóhann Arnarson,

Keppnisstaðir

Sund

Shanghai Pudong
Natatorium

Frjálsar íþróttir

Shanghai Stadium

Badminton

Baoshan Gymnasium

Körfubolti

Luwan Gymnasium,
Gyms at Shanghai
Stadium

Boccia

Jiading Stadium

Keila

Gaodian Bowling Center

Kricket

Fengxian District Sports
Complex

Hjólreiðar

Fengxian District

Róður

Shanghai Water Sports
Center

Hestamennska

Shanghai Equestrian
Field

Fótbolti

Songjiang District

Golf

Tianma Country Club

Fimleikar

Shanghai International
Gymnastics Center

Handbolti

Fudan University &
Yangpu District Stadium

Júdó

Sports Center of
Nanhui District

Kajak

Shanghai Water Sports
Center

Lyftingar

Zhabei Gymnasium

Hjólaskautar

Jinshan District Roller
Skating Center,
Roller Skating
Gymnasium

Siglingar

Shanghai Water Sports
Center

Softball

Kangbei Softball Centre

Borðtennis

Minghang Gymnasium

Tennis

Qi Zhong Tennis Center

Blak

Shanghai Sports Palace
(3 courts), Jinyuan Senior
High School - 1 court,
East China Normal
University (4 courts)

MATP

(Motor Activity
Training Program)
Jingan Gymnasium

Heimasíða leikanna er
www.2007specialolympics.com
Heimasíða samtakanna er
www.specialolympics.org

Sparkvallaverkefni ÍF og KSÍ

Sparkvallaverkefni Íþróttasambands fatlaðra og Knattspyrnusambands Íslands stóð yfir í maí og júní en tilgangur þess var að auka áhuga fatlaðra á knattspyrnu og þátttöku í henni.

Opnar æfingar voru á sparkvöllinum við Laugarnesskóla 19. og 26. maí og 2. júní. Skipulag æfinga var í umsjón Mörtu Ólafsdóttur og Ingvars Kale, íþróttakennaranema við KHÍ. Strákar og stelpur mættu á þessar æfingar og áhugi er á að slík tilboð verði áfram til staðar.

Efla þarf verulega möguleika fatlaðra til að sækja knattspyrnuæfingar og er þess vænst að samstarf ÍF og KSÍ skili árangri á þessu sviði í framtíðinni. Til að raunverulegur árangur náist er brýnt að knattspyrnufélög sýni áhuga á að fatlaðir fái tækifæri til aukinnar þátttöku, ekki síst börn og unglingar.



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Vagnasmiðjan - Húsvagnar ehf, Eldshöfða 21
Valhúsgögn ehf, Ármúla 8
Varahlutaverslunin Kistufell ehf, Brautarholti 16
Veggspurt, Stórhöfða 17
Veitingahúsið Perlan ehf, Öskjuhlíð
Veltubær, Skipholti 33
Verðbréfaskráning Íslands hf, Laugavegi 182
Verkfræðistofa Aðalsteins Þórðarsonar, Suðurlandsbraut 10
Verkfræðistofan Afl og Orka ehf, Hraunbergi 4
Verkfræðistofan VIK ehf, Laugavegi 164, 2 hæð hægri
Verksýn ehf, Ármúla 32
Verslunin Brynja ehf, Laugavegi 29
Vesturborg ehf, Ásvallagötu 19
Vélar og skip ehf, Hólmaslóð 4

Vélaver hf, Krókhálsi 16
Vélsmiðjan Harka hf, Hamarshöfða 7
Vélsmiðjan Járnverk ehf, Bildshöfða 18
Vélvík ehf, Höfðabakka 1
Við og Við sf, Gylfaflöt 3
Viðhald og skipulagning ehf, Bildshöfða 14
Viðskiptanetið hf, Tangarhöfða 6
Vilhjálmsson sf, Sundaborg 1
Vinagarður, Holtavegi 28
Vinnumálastofnun, Hafnarhúsinu Tryggvagötu 17
VSÓ Ráðgjöf ehf, Borgartúni 20
Waldorfleikskólinn Sólstafr, Grundarstíg 19
Yogastöðin Heilsubót, Síðumúla 15
Þinghús ehf, Ármúla 21
Þingvallaleið ehf, Skógarhlíð 10
Þórsútgáfan, Hjarðarhaga 26

Íslandsmót Íþróttasambands fatlaðra 2007

Íslandsmót Íþróttasambands fatlaðra í sundi, frjálsum íþróttum, borðtennis, bogfimi, boccia og lyftingum fór fram í Laugardalshöllinni, Frjálsíþróttahöllinni og Sundlauginni í Laugardal dagana 23.-25. mars s.l. Þetta er í fyrsta skipti sem keppt er í sex greinum samtímis á Íslandsmóti ÍF. Á mótinu tóku þátt rúmlega 300 keppendur frá 18 félögum víðs vegar að af landinu. Mótið gekk í alla stað mjög vel en íþróttanefndir ÍF stóðu að undirbúningi og framkvæmd mótsins og er þeim þakkað þeirra frábæra starf. Einnig aðstoðuðu nemendur við Íþróttakennaraháskólann á Laugarvatni við dómgæslu í frjálsum íþróttum, sundi og boccia en án þeirra hefði mótið ekki tekist eins vel og raun bar vitni. Mótinu lauk formlega með veglegu 350 manna lokahófi í Gullhömrum í Grafarholti.

Fólk var almennt sammála um gildi þess að hafa keppni í öllum þessum greinum í Laugardalnum sömu helgina. Þetta fyrirkomulag stuðlar að því að fólk getur fylgst með öðrum greinum og stemming ríkir á hverjum keppnisstað. Einnig er mikilvægt að geta haldið sameiginlegt lokahóf fyrir allar greinar.



Sumarbúðir 2007



Sumarbúðir 2007



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Pórtak ehf, Brúnastöðum 73
Þrep hf, endurskoðunarskrifstofa, Skipholti 50b
Þúsund þjalir ehf, umboðsskrifstofa listamanna,
Urðarstíg 4
Þýðingapjónusta Boga Arnars, Engjaseli 43
Ögurvík hf, Týsgötu 1
Örninn ehf, Skeifunni 11

Seltjarnarnes

Bílanes, Bygggöörðum 8
Horn í horn ehf, parketlagir, Unnarbraut 24
Prentsmiðjan Nes ehf, Hrólfskálavör 14
Seltjarnarneskaupstaður, Austurströnd 2
Úranus ehf, Grænumýri 24

Vogar

Kvenfélagið Fjóla, Leirdal 12
V.P. vélaverkstæði ehf, Iðndal 6
Þuríður Halldórsdóttir GK 94

Kópavogur

ALARK arkitektar ehf, Dalvegi 18
Allt mögulegt ehf, Auðbrekku 26
ALTECH SMV ehf, Hlíðasmára 17
Ártak ehf bílaleiga, Smiðjuvegi 1
Betri stundir - Lionssalurinn Lundur,
Auðbrekku 25
Bifreiðastillingin ehf, Smiðjuvegi 40d
Bifreiðaverkstæði Friðriks Ólafssonar ehf,
Smiðjuvegi 22
Bílaraf ehf, Auðbrekku 20
Bílaþvottastöðin Löður ehf, Bæjarlind 2
Bílvogur ehf, Auðbrekku 17
Blikksmiðja Einars ehf, Smiðjuvegi 4b
Blikksmiðjan Vík ehf, Skemmuvegi 42
Blindrabókasafn Íslands, Digranesvegi 5
Brostu, tannlæknastofa Páls, Hamraborg 5
Digranesprestakall, Digranesvegi 82
DK Hugbúnaður ehf, Hlíðasmára 17
Elnet-tækni ehf, Dalvegi 16b
Félagsþjónusta Kópavogs, Fannborg 4
Fjölvirki ehf, Digranesvegi 32
Glerskálinn ehf, Smiðjuvegi 42
Godði ehf, Auðbrekku 19
Gæðaflutningar ehf, Hvannhólma 12
H.S.H. byggingameistarar ehf, Lækjasmára 6
Hafrós ehf, Hagasmára 1
Hagblikk ehf, Smiðjuvegi 4c
Hexa ehf, Smiðjuvegi 10
Hjallaskóli, við Álfhólsveg
Hugbúnaður hf, Engihjalla 8
Iðnprent ehf, Akralind 7

Ingimundur Einarsson ehf málari, Trönuhjalla 1
Íslandsspil sf, Smiðjuvegi 11a
Járnsmiðja Óðins ehf, Smiðjuvegi 4b
Jón Eldon múrari
Jón og Salvar ehf, Smiðjuvegi 44
K.J. hönnun ehf, Bæjarlind 14-16
KB Ráðgjöf, Hlíðasmára 17
Klukkan, verslun, Hamraborg 10
Kraftvélur ehf, Dalvegi 6-8
Kríunes ehf, Kríunesi við Vatnsenda
Köfunarþjónusta Árna Kópsonar ehf,
Hafnarbraut 10
Landvélur ehf, Smiðjuvegi 66D
Ljós og lausnir ehf rafverktakar, Lómasölum 19
Lögmennsstofa SS ehf, Hamraborg 10
Móbílar ehf, Grundarhvarfi 18
Móly, hannyrðaverslun, Hamraborg 7
Nýblóm ehf, Nýbýlavegi 14
Nýmót ehf, Lómasölum 1
Ókeyppis þrjónaklúbbur www.tinna.is,
Nýbýlavegi 30
Rafax ehf, Fífuhjalla 1
Rafvirkni ehf, Akralind 9
Réttingaþjónustan ehf, Smiðjuvegi 40
Ræstingapjónustan sf., Smiðjuvegi 62
Skipasalan ehf, Bæjarlind 14-16
Snyrtistofan Dís ehf, Smiðjuvegi 4, græn gata
Snælandsskóli, Víðigrund
Spilverk ehf, Skemmuvegi 8
Stáliðjan, Smiðjuvegi 5
Steinadalur ehf, Hlynsalir 1
Svansprent ehf, Auðbrekku 12
Teitur Jónasson ehf, Dalvegi 22
Veitingaþjónusta Lárusar Loftssonar, Nýbýlavegi 32
Vetrarsól, Askalind 4
Vilji ehf, Björtusölum 15
Vidd ehf, flísaverslun, Bæjarlind 4
Þakpappaþjónustan ehf, Lautasmára 1
Þakplan ehf, Smiðjuvegi 11e

Garðabær

Blikksmiðja Benna ehf, Lyngási 11
Engilbert ÓH Snorrason tannlæknastofa sf,
Garðatorgi 3
Essei ehf, Holtási 5
Garðabær, Garðatorgi 7
Garðaflug ehf, Holtsbúð 43
Garðasókn, Kirkjuhvoli
H. Filipsson sf, Miðhrauni 22
Hafnasandur sf, Birkiási 36
Haraldur Böðvarsson og co ehf, Birkihæð 1
Héðinn Schindler lyftur hf, Lyngási 8

Framkvæmdastjóráfundur Nord-HIF í Reykjavík 2007

Í tengslum við Norræna barna- og unglingamótið sem fram fór hér á landi í júlímánuði s.l. var haldinn fundur framkvæmdastjóra Nord-HIF (íþróttasambanda fatlaðra á Norðurlöndum). Voru framkvæmdastjórnarnir því viðstaddir setningu mótsins auk þess sem þeim gafst kostur á að fylgjast með margvíslegum viðburðum sem þar fóru fram.

Framkvæmdastjóráfundur sem þessi er haldinn árlega, m.a. til undirbúnings stjórnarfundar Nord-HIF, og til umræðu annarra mála sem efst eru á baugi innan Norðurlandanna hverju sinni.

Á fundinum voru tekin fyrir málefni sem tengjast íþróttastarfi fatlaðra, s.s. barna- og unglingastarf, útbreiðslumál, norrænt samstarf í tengslum við þátttöku landanna í Ólympíumóti fatlaðra 2008 o.fl. Einnig voru rædd málefni sem Norðurlöndin hyggjast í sameiningu berjast fyrir á komandi aðalfundum IPC – International Paralympic Committee (Alþjóðaólympíuhreyfingar fatlaðra) og EPC (Evrópudeildar Ólympíuhreyfingar fatlaðra).

Þá voru kynnt málefni ýmissa alþjóðasamtaka fatlaðra, s.s. INAS FID (íþróttasamtök þroskaheftra afreksmanna), IBSA (íþróttasamtök blindra) og Special Olympics samtakanna.



Texti: Ólafur S. Magnússon

Pokasjóður styrkir Íþróttasamband fatlaðra

Pokasjóður verslunarinnar, sem fyrst hét Umhverfissjóður verslunarinnar, hefur verið starfræktur frá árinu 1995. Frá þeim tíma hefur sjóðurinn úthlutað samtals um 500 milljónum til verkefna á sviði umhverfismála, menningar-, íþrotta- og mannúðarmála en að sjóðnum standa um 160 verslanir um land allt. Í árlegri úthlutun Pokasjóðs fyrir árið 2007 hlaut Íþróttasamband fatlaðra styrk til tveggja verkefna sem eru Sumarþúðir ÍF og Alþjóðasumarleikar Special Olympics en alls úthlutaði sjóðurinn rúmlega 100 milljónum króna til ýmissa verkefna. Íþróttasamband fatlaðra færir stjórn Pokasjóðs sínar bestu þakkir fyrir þann velvilja og stuðning sem sjóðurinn hefur sýnt sambandinu undanfarin ár.



Á myndinni sjást fulltrúar ÍF, þau Ólafur Magnússon, framkvæmdastjóri fjármálasviðs ÍF og Anna K. Vilhjálmsdóttir, framkvæmdastjóri Special Olympics á Íslandi ásamt formanni Pokasjóðs, Bjarna Finnssyni.

Hængsmótið 25 ára

Langstærsta og viðamesta verkefnið hjá Lionsklúbbum Hæng, bæði hvað varðar vinnu og peninga, er nú eins og undanfarin 24 ár „Hængsmótið“ sem er opið íþróttamót fatlaðra og hefur verið stærsta íþróttamót sinnar tegundar hérlandis í mörg ár.

Upphafið var að upp úr áramótunum 1983 hafði komið fyrirspurn frá Íþróttasambandi fatlaðra um hvort Íþróttafélag fatlaðra á Akureyri - Í.F.A.-gæti staðið fyrir opnu íþróttamóti. Félagið treysti sér varla í þetta þar sem íþróttamót fyrir fatlaða krefjast að öllu jöfnu margra starfsmanna. Þá kom upp sú hugmynd að leita eftir því við Lionsklúbbinn Hæng, hvort félögin gætu ekki sameinast um að halda slíkt mót. Hugmyndir í þessa veru höfðu verið uppi innan Hængs og var þetta því í beinu framhaldi af þeirri umræðu sem verið hafði og því samþykkt snarlega enda lítill tími til stefnu.

Hængsfélagar tóku því til við að kynna sér íþróttir fatlaðra fyrir alvöru, bæði til að geta staðið fyrir móti og ekki síður til að geta dæmt í þeim greinum sem keppt yrði í en þær voru valdar; boccia, bogfimi, borðtennis og lyftingar. Fljótlega eftir að undirbúningur fór af stað varð ljóst að keppendur yrðu á milli 40 og 50 og því dygði ekkert minna en hin nýja og glæsilega íþróttahöll Akureyringa. Stjórn Í.F.A. lagði til nafn á barnið, „Hængsmótið“ skyldi það heita vegna hins mikla velvilja og áhuga félaganna í Lionsklúbbum Hæng. Markmið mótsins voru einnig kunngerð og hljóðuðu þannig, „að Hængsmótið væri hugsað sem mót þar sem allir fengju að taka þátt og það að vera með væri stærsti og sætasti sigurinn“. Þetta hefur svo



sannarlega gengið eftir.

Fyrsta Hængsmótið var svo formlega sett laugardaginn 19. mars 1983 í Íþróttahöllinni á Akureyri þar sem öll mótin utan eitt hafa verið haldin.

Mótstjóri var Magnús Ólafsson sjúkráþjálfari og yfirdómari var Þröstur Guðjónsson íþróttakennari. Báðir störfuðu þeir við þjálfun hjá Í.F.A. Þeir félagar héldu störfum sínum ótrauðir áfram á næstu Hængsmótum eða þangað til Magnús flutti frá Akureyri 1990. Þá tók Þröstur við merkinu og hefur oftast en ekki gegnt báðum störfunum, allt fram á þennan dag. Keppendur á þessu fyrsta móti voru 46 og komu þeir frá fjórum félögum.

Tíunda Hængsmótið var haldið dagana 1. og 2. maí 1992 en skráðir keppendur voru þá orðnir rúmlega hundrað. Mótið fékk nú sitt eigið merki og sýndi það hann Hæng litla Hængsson brasa við allar fjórar mótsgreinarnar. Þá bar svo við að Hængur litli steig ljóslifandi fram á gólf Íþróttahallarinnar við mótssætninguna og heilsaði upp

á keppendur og gesti við mikinn fögnuð.

Tuttugasta Hængsmótið, afmælis-mót í öllum hefðbundnum Hængsmótsgreinum og auk þess Íslandsmót í sveitakeppni í Boccía, var haldið dagana 3. og 4. maí 2002 í Íþróttahöllinni að vanda. Skráðir keppendur og keppnislið hafa aldrei verið fleiri í sögu Hængsmótsins með 310 keppendur frá 18 félögum. Mótssetningin var mun viðameiri og glæsilegri en áður hafði verið og keppendur gengu að venju í salinn, nú undir merkjum félaga sinna. Það eru orðnir nokkrir fastir punktar eins og innganga félaganna og kynning þeirra, ávörp og uppákomur ýmisskonar og svo að hann Hængur litli Hængsson kemur ævinlega holdi klæddur og býður fólk velkomið á sinn einstaka hátt undir laginu sínu, „Circle of Life“ sem er samið og flutt af Elton John og er það orðið að táknrænu lagi Hængsmótsins.

Að loknu hverju Hængsmóti er haldið veglegt lokahóf. Þar mæta allir í



Dómari að störfum

sínu fínasta pússi, borða góðan mat og gleðjast saman. Á lokahófinu fer fram formleg verðlaunaafhending í öllum greinum og flokkum mótsins. Þá er alltaf dregið í happdrætti þar sem góðir vinningar eru í boði til keppenda. Undir borðhaldi koma fram ýmsir aðilar en veislustjóri stjórnar ávallt hófinu. Heiðursgestur mótsins ávarpar gesti og þeir aðrir sem eftir því falast eða eru um það beðnir. Margskonar skemmtikraftar

koma fram og oft kemur það fyrir að þátttakendur sjálfir troða upp, við mikinn fögnuð. Að loknu borðhaldi er dansað fram á rauða nótt við undirleik einhverrar góðrar stuðhljómsveitar.

Félagar í Lionsklúbbnum Hængur hafa í tvígang verið beðnir um að dæma á Norðurlandamótum í boccia, í Kópavogi 1988 og í Þórshöfn í Færeyjum árið 1994. Í báðum tilvikum voru sendir dómarar til þessara verkefna. Með báðum þessum boðum var klúbbnum sýndur mikill heiður og traust, og þeir dómarar sem til þessara verkefna voru valdir stóðu sig vel og voru klúbbnum til sóma. Þá hefur Hængur einnig tekið að sér að halda nokkur Íslandsmót í boccia í gegnum árin fyrir Íþróttasamband fatlaðra.

Íþróttasamband fatlaðra - Í.F.- hefur heiðrað Hængsfélaga með því að sæma þá merki sambandsins. Bronsmerki Í.F. hafa þó nokkuð margir félagar fengið og silfurmerki Í.F. hafa tveir félagar verið sæmdir, þeir Guðmundur Sigurbjörnsson, sem



Greinarhöfundur ásamt Presti yfirdómara

nú er látinn og Gunnlaugur Björnsson. Þá var Lionsklúbburinn Hængur sem slíkur sæmdur silfurmerki sambandsins, fyrir mikil og góð störf að íþróttamálum fatlaðra á Íslandi.

Hængsfélagar takast á við þetta stærsta verkefni sitt, Hængsmótið, á hverju ári af mikilli ánægju, því að þeir vita að laun þeirra fyrir mikinn undirbúning og mikla vinnu eru ríkuleg og ekki í líkingu við nokkuð annað. Geislandi bros og innilegt þakklæti, sem kemur beint frá hjartanu eru stórkostleg laun, laun sem þeir hafa fengið greidd ríkulega á hverju ári alveg frá fyrsta mótinu og eru þeim alltaf jafn dýrmæt.





Get, ætla, skal

Ítalíu Dólómító ölpunum 2007

Jæja, þá er komið að því. Hetjan okkar, stelpan sem lætur ekkert stoppa sig, ein af þessum fyrirmyndum sem kennir okkur að allt er gerlegt með nægum viljastyrk, er hætt keppni. Þetta hlaut auðvitað að gerast en svona fljótt? Margfaldi Ólympíumethafinn Kristín Rós Hákonardóttir er samt ekkert sérstaklega tregafull þegar blaðakona nær tali af henni á fallegu heimili hennar í Álfkonuhvarfi í Kópavogi. Þvert á móti, hún hlakkar til keppnislausu lífsins eins og barn sem búið er að lofa blandi í poka fyrir þúsundkall.

Viðtalið byrjar ekki vel. Ókunnug staðhátum þvælist farsímalaus blaðakonan um byggingasvæði og malarvegi, Sali og Kóra, og mætir hátt í klukkutíma of seint. En Kristín Rós býður í hús eins og ekkert hafi í

skorist, vön því að eitt og annað taki á taugarnar í dagsins önn. Þetta er daginn eftir 34 ára afmælið hennar og hún fékk KitchenAid í afmælisgjöf með meðfylgjandi uppskriftabók. Það er ljóst að KitchenAid kann fleira en að hræra, hún getur hreinlega allt, rétt eins og eigandinn.

Allar álfur nema Suðurskautslandið

Það næsta sem grípur augað er smekklegr uppstilling á broti af verðlaunagripum Kristínar Rósar, bikurum og peningum, í þremur gagnsæjum hillustólpum á stofugólfinu. Nokkrum gripum hefur verið stillt upp á öðrum stað í stofunni en obbann af verðlaunamuninum er hins vegar að finna í vinnuherberginu þar sem þeir koma fyrir fárra augu. Glæstur íþróttiferillinn endurspeglast

í miklum fjölda verðlauna og óhjákvæmilega er spurt: Af hverju ákvaðstu að hætta? „Það var bara kominn tími til,” svarar Kristín Rós og brosir. „Svo vildi ég ekki láta stelpurnar ná mér! Það spilaði líka inn í að mig langar að breyta til og gera eitthvað annað, ég er orðin eldri og vil hafa tíma til að sinna nýjum áhugamálum, eins og ferðalögum.” Þar sem Kristín Rós hefur ferðast um víðan völl kemur þetta nokkuð á óvart, er hún ekki einmitt sjóaður ferðalangur? „Jú mikil ósköp, ég hef komið í sjö heimsálfur, allar nema á Suðurskautslandið! En tilgangur ferðanna hefur alltaf verið keppni og umframtími hefur farið í æfingar. Nú ætla ég að ferðast á öðrum forsendum.”

Það var í byrjun síðasta árs sem Kristín Rós tók ákvörðun um að hætta að loknu heimsmeistaramótinu í

desember sama ár, svo aðdragandinn var nokkur. „Ég var í rauninni komin með upp í kok af því að vera í vatni og er núna hætt að synda. Þetta eru líka orðin tuttugu ár, ég byrjaði í landsliðinu árið 1987. Núna er ég bara í rólegheitunum að ná áttum því þetta er mikil breyting eftir að hafa nánast búið í lauginni. Í haust byrja ég í sérkennslunámi í Kennaraháskólanum og hlakka til að fara aftur að læra.“ Kristín Rós kennir yngri börnum í Víkurskóla í Grafarvogi en hún er útskrifaður grafískur hönnuður frá Listaháskóla Íslands og tók kennsluréttindanám í beinu framhaldi, náminu lauk hún árið 2004. „Víkurskóli er mjög fín skóli, góð stjórnun, góður mórall og mikil áhersla lögð á samskiptabáttinn. Næsta vetur ætla ég svo að minnka við mig vinnuna til að geta líka einbeitt mér að náminu. Það má eiginlega segja að ég sé hálfótóm núna án sundsins en ég er harðákveðin í að byrja vel í haust,“ segir Kristín Rós um verkefnin framundan.

Af hverju labbar hún svona?

Þegar Kristín Rós var fjórtán ára, árið 1981, byrjaði hún að æfa sund af fullum krafti. Hún var samt engan veginn óvön þegar þar kom, „ég byrjaði að fara í sund einhvern tímann um tveggja ára aldur hjá styrktarfélaginu og mér leið alltaf vel í vatni,“ segir hún. „Það voru foreldrar mínir sem hvöttu mig og þau sendu mig til Íþróttafélags fatlaðra í Reykjavík.“ Foreldrar Kristínar Rósar eru Hákon Magnússon fyrrverandi skipstjóri á Húnaröstinni og Rósa Sigurðardóttir sem er heimavinnandi. Kristín Rós er spastísk vinstra megin eftir hettusóttarvírus sem hún fékk átján mánaða gömul. Fyrst lamaðist höndin og nokkru síðar fóturinn. Endanlega náði svo lömunin frá

Ég vissi alltaf að ég gat sagt: Passið ykkur bara, ég á stóran bróður sem getur lamið ykkur! Það var svolítið gott.

auga og niður. Með stífum æfingum náði Kristín Rós miklum árangri og framfarirnar eru slíkar að við fyrstu sýn sér lömunarinnar ekki merki.

Kristín Rós er næstyngst í hópi sex systkina. „Þegar ég var á spítalanum var mamma ófrísk og eftir fæðinguna labbaði hún á milli og sinnti bæði nýburanum og veika barninu. Þetta var ansi töff því til að byrja með vissu menn ekkert hvað var að mér og óvissan er erfið.“ Kristín Rós varð ekki fyrir einelti í bernsku og þakkar það ekki síst systkinum sínum. „Þau voru stundum spurð: „Af hverju labbar hún svona? Hvað er að henni? Af hverju er höndin á henni svona?“ Þá fauk í þau og spyrjandinn fékk fyrirlestur um að ég væri fötluð, þau útskýrðu í hverju fötlunin fólst og bættu því við að ég væri dugleg og alltaf að æfa mig. Ég vissi alltaf að ég gat sagt: Passið ykkur bara, ég á stóran bróður sem getur lamið ykkur! Það var svolítið gott.“ Kristín Rós er ekki eina afrekskonan í fjölskyldunni, „Habbí systir var í vaxtaræktinni á sama tíma og Jón Páll og fleiri, þá var mikill uppgangur í þessu. Nokkrir fleiri í fjölskyldunni hafa líka stundað keppnisíþróttir.“

Viðhorf sem vantar í unglinga

Kristín Rós ólst upp í Seljahverfinu í Reykjavík og gekk í Ölduselsskóla, „það var bara í tveggja mínútna fjarlægð frá heimili mínu í Vaðlaseli og mjög þægilegt. Pabbi og mamma byggðu þetta hús þegar ég var fimm ára og það var eitt af fyrstu húsunum í hverfinu. Þarna var fullt af krökkum og nóg við að vera. Ég var þrisvar í viku í sundi eftir skóla og kennararnir í Ölduselsskóla

voru góðir og skilningsríkir, ég fékk enga sérkennslu eða neitt slíkt. Eina sem var öðruvísi hjá mér var að ég sleppti leikfimi af því ég var alltaf í sundi og æfingum og tók svo bara sundpróf í lok grunnskólans. Eftir hann fjölgaði svo æfingunum upp í sex sinnum í viku en mest hef ég æft níu sinnum í viku. Síðustu fimm árin æfði ég hjá Fjölni og það var þá sem æfingarnar voru svona tíðar, en bara fyrir stórmót. Ég hef samt alltaf sett einhver mörk og hef aldrei farið á morgunæfingar nema fyrir stóru mótin og þá ekki fyrr en klukkan átta á morgnana.“

Kristín Rós segir kröfur um árangur íþróttamanna hafa aukist jafnt og þétt á þeim tíma sem hún hefur verið viðriðin sundíþróttina. „Það þarf rosalega mikinn sjálfsaga til að ná árangri í íþróttum. Fólk þarf virkilega að vilja gera þetta og sjá eitthvað fram undan til að stefna að. Mér finnst þetta viðhorf svolítið skorta hjá unglingum. Tölvun var náttúrulega ekki komin þegar ég var að byrja að æfa svo ekki þvældist hún fyrir manni. Þegar ég var í Fjölnbraut í Breiðholti unnum við enn á ritvél og þegar ég var lítil vorum við krakkarnir alltaf úti að leika okkur. Smám saman vék reyndar flest fyrir sundinu, ég var líka frekar róleg og ekkert alltaf á fartinni en mér fannst gaman að teikna og gerði töluvert af því.“ Aðspurð hvort hún hafi alltaf ætlað að verða sunddrottning jánkur Kristín Rós því. „Já, ég vildi verða sunddrottning en mig langaði líka að verða dýralæknir, fornleifafræðingur og sitthvað fleira. Mér gekk ágætlega í námi, ég var meðalnemandi og svolítið slök í stærðfræði, en ég hef samt alltaf þurft að hafa aðeins meira fyrir þessu en systkini mín af því ég tók mér góðan tíma og vil gera hlutina vel.“

Núna er ég bara í rólegheitunum að ná áttum því þetta er mikil breyting eftir að hafa nánast búið í lauginni.

Enginn tími til að verða ástfangin

Síðustu árin var Ólafur Þór Gunnlaugsson þjálfari Kristínar Rósar hjá Fjölni en hún byrjaði hjá Erlingi Jóhannssyni eins og flestir ef ekki allir íslenskir sundgarpar í hópi fatlaðra. „Svo tók Kristín Guðmundsdóttir við. Ég kom víða við, var líka í Ægi, KR og Breiðabliki, rokkaði á milli félaga og vissi ekki alveg hvar ég vildi vera. Það var ágætt að prófa eitt og annað. Ég hafði heldur enga samkeppni í ÍFR þegar fram í sótti og var farið að leiðast. Ég lauk svo ferlinum hjá Fjölni eins og ég nefndi áðan.“ Kristín Rós segir það sína skoðun að aðgreining íþróttafólks með og án fötlunar sé í lagi þegar kemur að keppni, en öðru máli gegni um íþróttaiðkun almennt. „Við erum svo fá í afreksíþróttunum og þegar ég var að æfa í almennu íþróttafélögunum fékk ég miklu meira út úr æfingunum. Þar voru fleiri á svipuðu getustigi.“



JCI (Junior Chamber International)
haldið í Köben 2003

Það þarf rosalega mikinn sjálfsaga til að ná árangri í íþróttum. Fólk þarf virkilega að vilja gera þetta og sjá eitthvað fram undan til að stefna að.

Fyrsta mótið sem Kristín Rós keppti á erlendis var Norðurlandamót árið 1987. „Mér fannst þetta þvítíkt stórmót,“ segir hún og hlær, „en núna finnst mér það bara ósköp venjulegt. Mótið var haldið í Færeyjum og ég hitti fullt af stelpum þarna sem ég átti síðar eftir að keppa við og bera mig saman við.“ Kristín Rós keppti í bak-, bringu- og skriðsundi en fjórsundið bættist við síðar. Við tóku fleiri fjölþjóðleg og alþjóðleg mót, hvert á fætur öðru og sigurgangan var að heita má óslitin.

En hvað með einkalífið, komst það nokkuð að? „Nei, það er sko enginn tími til að verða ástfanginn í þessu prógrammi!“ segir Kristín Rós og hlær. „Það er svo stíft. Byrjað að æfa eldsnemma, morgunmatur klukkan átta til hálfnú og aldrei komið heim fyrr en átta eða níu á kvöldin. Æfingar á mótssstað eru herþjálfun og svigrúm til félagslífs lítið sem ekkert.“ Hvarflaði þá aldrei að þér að hætta á þessum árum? spyr blaðamaður. „Nei, því þótt þetta sé hörkuvinna þá stendur upp úr hvað það er ofboðslega gaman. Að koma á jafnólíka staði og Seoul í Suður-Kóreu, Apenu, Nýja Sjáland og Argentínu - og það ókeypis - er ómetanlegt, og frábært að ferðast með félögunum. Svo er náttúrulega kikk að keppa, ekki síst þegar vel gengur, og



Kristín Rós tekur við verðlaununum Eurosport Sportstar Awards 2004 í Lausanne í Sviss.

finna að maður getur þetta.“

Í fyrra fékk Kristín Rós tækifæri til að líta meira í kringum sig í utanlandsferð en venjan er, jafnvel þótt tilgangur ferðarinnar tengdist íþróttaheiminum. „Þetta var nefnilega ekki keppnisferð,“ segir hún til útskýringar. „Ég fór með Inga Þór Einarssyni þjálfara til Suður-Afríku að skoða staðinn fyrir heimsmeistaramótið í Durban, laugina og allar aðstæður. Þá þurfti ég bara að æfa einu sinni á dag og því gafst nægur tími til að gera aðra hluti. Einn daginn fór ég í safarí og við vorum svo heppin að sjá hjörð með um tuttugu fílum en það er mjög sjaldgæft að sjá þá svona marga og svo nærri.“

Stefnir enn á toppinn

Kristín Rós er sannfærð um að íþróttirnar hafi haft mikið að segja fyrir hana í lífinu, bæði hvað varðar persónulegan þroska og ánægju. „Mér finnst að krakkar eigi að stefna

hærra,” segir hún. „Ég hef verið að þjálfra undanfarin ár og mér finnst skorta nokkuð upp á áhugann, ég veit ekki alveg af hvaða sökum. Það eru auðvitað nokkrir einstaklingar sem hafa keppnisandann í sér en þeir eru of fáir. Það er talað um agaleysi í skólakerfinu og þessa gætir líka í íþróttunum.”

Þrátt fyrir að hafa fengið mikið út úr íþróttunum hafa æfingar og keppni ekki verið án fórna fyrir Kristínu Rós því hún fékk áreynsluastma af því að vera jafn mikið í klórvatni og raun ber vitni. Það lætur hún þó ekki aftra sér fremur en annað frá því að gera það sem hana langar til. Fyrr í sumar fór hún í vikulanga gönguferð í dólómísku Ölpunum og komst á bragðið. Fyrirhugaðar eru fleiri göngur. Blaðamaður veit til þess að þetta er mjög ströng ganga og fólk sem fréttir af þátttöku Kristínar Rósar rekur upp stór augu. Enda sagði leiðsögumaðurinn henni að þetta væri í fyrsta skipti sem hann færi með líkamlega fötluðum einstaklingi



Í Seoul 1988

í þessa göngu. Það má því segja að Kristín Rós sé enn að stefna á toppinn, þótt í öðrum skilningi sé. Er ekki nokkur skapaður hlutur sem þú vílar fyrir þér, Kristín Rós? „Jú, mikil ósköp,” svarar hún og hlær. „En ég hef alltaf haft sama mottóið og það gerir það að verkum að ég sleppi því ekki að gera eitthvað sem mig

langar til út af einhverjum fyrirfram hugmyndum um að það verði kannski erfitt.” Mottóið hennar Kristínar Rósar kannast margir við undir skammstöfuninni G-Æ-S. Það merkir einfaldlega: Get – ætla – skal.



Sambandsþing Íþróttasambands fatlaðra



Ólafur Ragnar Grímsson forseti Íslands

Sambandsþing Íþróttasambands fatlaðra var haldið laugardaginn 14. apríl 2007 á Hótel Sögu.

Forseti Íslands var viðstaddur þingsetningu þar sem hann ávarpaði þingfulltrúa. Hann situr í alþjóðastjórn Special Olympics og áhugi hans á íþróttastarfi fatlaðra hefur haft mikla þýðingu fyrir Íþróttasamband fatlaðra. Hann verður m.a. viðstaddur alþjóðaleika Special Olympics í Shanghai 2007.

Einnig fluttu ávörp Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍF; Stefán Konráðsson, framkvæmdastjóri ÍSÍ; Sigursteinn Másson, formaður ÖBÍ og Þór G. Þórarinnsson, skrifstofustjóri félagsmálaráðuneytisins. Afróliðarnir, nemendur við Fjölmennt, fluttu tónlistatriði.

Ólafur Magnússon, framkvæmdastjóri ÍF, fór yfir skýrslu ÍF frá 2005 - 2007 en þar kemur fram að starfsemin hefur verið mjög fjölbreytt.

Afreksíþróttir og undirbúningur afreksfólks fyrir stórmót erlendis er stór þáttur í starfinu og markvisst er stefnt að þátttöku í Paralympics eða Ólympíumóti fatlaðra í Peking 2008. Starfsemi Special Olympics á Íslandi verður sífellt umfangsmeiri og stærsta verkefni árið 2007 er þátttaka

í alþjóðaleikum Special Olympics í Shanghai haustið 2007 þar sem 32 íslenskir keppendur keppa í 8 greinum. Barna og unglingastarf er mikilvægur þáttur starfsins og í júní 2007 verður haldið á Íslandi norrænt barna- og unglingamót. Samstarfs- og þróunarverkefni, þar sem unnið er að uppbyggingu nýrra greina og nýrra tækifæra á sviði íþrótta fatlaðra, eru einnig mikilvægur þáttur í starfinu.

Ein breyting varð á stjórn ÍF. Ólafur Eiríksson gjaldkeri gaf ekki kost á sér til áframhaldandi stjórnarsetu en í stað hans var kjörinn Kristján Svanbergsson.

Formaður var endurkjörinn Sveinn Áki Lúðvíksson. Aðrir í stjórn eru Camilla Th. Hallgrímsson, Þórður Árni Hjaltested og Ólafur Þór Jónsson. Í varastjórn eru Jóhann Arnarson, Erlingur Þ. Jóhannsson og Svava Árnadóttir

Þing ÍF kaus einn fulltrúa í Ólympíu-



Tónlistatriði, Afróliðarnir



Heiðursgestir



Þingfulltrúar



Undirskrift samnings við Radisson SAS, Hótel Sögu

og afreksráð ÍF en það var Ólafur Eiríksson.

Föstudagskvöldið 13. apríl kynnti Þórdís Gísladóttir íþróttifræðingur rannsókn sína um hagrænt gildi íþróttar og voru niðurstöður athyglisverðar.

Í tengslum við þingið var endurnýjað áralangt samstarf ÍF og Radisson SAS og var skrifað undir samning þess efnis.

Þrettánda sambandsþing Íþróttasambands fatlaðra samþykkti eftirfarandi ályktun:

„Sambandsþing Íþróttasambands fatlaðra sem haldið var 14. apríl 2007 skorar á alla stjórnmalaflokka að stuðla að aukinni þátttöku fatlaðra í íþróttastarfi með því að beita sér fyrir eftirfarandi:

Tollar og vörugjöld á íþróttar- og útivistaráhöldum fyrir fatlaða verði afnumin.

Sérkennslukvóti í íþróttum í grunn- og framhaldsskólum verði tryggður sem og aðstoð við þá nemendur sem þurfa sérúræði til að geta stundað skólaíþróttir.“



Landsbankinn



LANDSSAMTÖK
LÍFEYRISSJÓÐA



Kem þegar löppin vex á mig

Jónas Óskarsson er athafnamaður, hann gerir út gistiheimili og bókhaldsstofu frá heimili sínu í Reykjanesbæ og hefur meira en nóg fyrir stafni. Sautján ára að aldri lenti hann í hörmulegu slysi og missti fótinn fyrir ofan hné. Fyrir ungling að hefja fullorðinslífið er þetta gífurlegt áfall en Jónas segir hafa skipt sköpum að hann „fann“ íþróttirnar fyrir tilstilli hvatningar starfsfólksins á Grensásdeildinni. Íþróttir fatlaðra nutu ekki síður góðs af Jónasi en hann af þeim, svo ekki sé meira sagt: Jónas tók þátt í þremur Ólympíumótum og kom heim með verðlaunapeninga í öll skiptin.

Ekki er hægt að fagna því nóg samlega hversu margir frábærir afreksmenn létu til sín taka á upphafsárum og -áratugum íþrótta fatlaðra hérlandis. Án þeirra hefðu íþróttirnar ekki vakið jafn mikla athygli og raun ber vitni og þar með fengið stuðning, jafnt fjárhagslegan og í formi umfjöllunar og almenns velvilja. Hagur fólks með fötlun af þeirri athygli og stuðningi er ótvíræður. Viðmælandi Hvata að þessu sinni er einn þessara afreksmanna: Jónas Óskarsson, fæddur 21. júní árið 1961, Húsvíkingur „og stoltur af því.“

„Ég fer reyndar miklu sjaldnar til Húsavíkur en mig langar að gera. Flest allt fólkið mitt býr þar en sjálfur hef ég búið fyrir sunnan og víðar í um þrjátíu ár. Við erum tíu systkinin og bara fjögur okkar búa annars staðar á landinu. Foreldrar mínir eru líka búsettir á Húsavík.“

Lenti í lykkjunni

Bernskan var að sögn Jónasar góð og áfallalaus en þegar hann var sextán ára réð hann sig á millilandaskip,



Jónas Óskarsson var valinn íþróttamaður ársins 1984

fyrst Helgafellið og síðar Dísarfellið. „Þá lenti ég í slysinu. Það atvikaðist þannig að ég var háseti og við vorum að fara frá bryggju. Það átti að nota dráttarbát til þess að snúa skipinu í höfninni svo hægt væri að sigla því beint út. Skipstjórinn á dráttarbátinum keyrði áfram á fullri ferð og við það myndaðist slinkur á tógið og lykkja. Ég lenti í lykkjunni og þá var ekki af sökum að spyrja. Sem betur fer fékk ég ekki lost þannig að ég náði að grípa um hnjáliðinn á meðan fóturinn var að slitna af og gat þannig dregið úr blóðstreymi, ella væri ég örugglega ekki ofar moldu.“ Vegna

sparnaðaraðgerða hjá skipadeild Sambandsins var Jónas einn aftur á bátinum, en daginn áður hafði verið ákveðið að fækka mönnum úr tveimur í einn hvoru megin. „Það var vegna þess að menn höfðu langmestu yfirvinnuna á þessu skipi sem ég var á,“ segir Jónas, „og því var niðurstaðan að ekki þyrfti að hafa stýrimann með hásetanum. Þessu var svo aftur breytt eftir slysið.“

Slysið varð í júlílok 1978 en þá um haustið hóf Jónas ótrauður nám í Stýrimannaskólanum í Reykjavík. Hann var þá enn á Grensásdeildinni og sótti

skólann þaðan fyrsta mánuðinn. „Það er mjög mikilvægt að koma fólki sem fyrst af stað. Ég man að ég labbaði niður á Háaleitisbraut og tók svo strætó. Ég var tvo vetur í skólanum og tók svokallað fiskimannspróf árið 1980.“ Um haustið eftir útskriftina fór Jónas í Samvinnuskólann. Þá var að hefjast útgerðartækninám, sem hann hafði hug á að stunda að afloknu Samvinnuskólaprófi en svo fór að honum bauðst vinna strax eftir skólann sem gjaldkeri í kaupfélaginu á Blönduósi og lagði þá áætlun á hilluna. „Ég var á Blönduósi í tvö ár en fór síðan að starfa hjá Mjólkursamsölunni í Reykjavík. Okkur líkaði ágætlega á Blönduósi,“ segir Jónas aðspurður en hann var þá kvæntur maður, hafði kynnst konu sinni, Lovísu Ósk Skarphéðinsdóttur, þegar hann var á fyrra ári í Stýrimannaskólanum. Sama ár og þau hjón fluttu suður fæddist frumburðurinn, Skarphéðinn Óskar. Næstur kemur Halldór fæddur 1988 og yngst er Jóhanna fædd 1990. „Við bjuggum í Kópavogi og á Álfanesi þessi þrettán ár sem ég vann hjá Mjólkursamsölunni en fluttum þá á Árskógsströnd, nánar tiltekið Árskógssand en þorpið er alltaf kallað Sandurinn af heimamönnum. Þá fluttum við til Keflavíkur og höfum búið þar síðan.“

Ætlaði bara að halda mér í formi

Jónas var í íþróttum fyrir slysið og þá mest í fótbolta. Eftir slysið bentu sjúkrahjálfarnir á Grensási honum á Íþróttafélag fatlaðra og möguleikana þar. „Hugmyndin til að byrja með var að kíkja aðeins á lyftingarnar til þess að halda mér í formi,“ segir Jónas. „Þetta vatt svo upp á sig. Þá voru ekki margir að æfa. Þjálfarnir voru Júlíus Arnarson og Markús



Fánaberi á ólympíumóti fatlaðra 1988

Einarsson, þeir voru mjög öflugir, alveg svínvirkuðu og þetta var fín tími. Æfingar voru tvisvar í viku minnir mig, þetta gekk ágætlega. Ég fór á þrjú Ólympíumót, í fyrsta skiptið 1980 en þá voru þeir haldnir í Hollandi. Þar keppti ég bæði í sundi og lyftingum.

Fyrst byrjaði ég að æfa sund hjá Erlingi Jóhannssyni sem er búinn að áorka alveg gríðarlega miklu á sínum ferli. Hann er ótrúlegur maður, ætlar sér að ná til krakkanna og gerir það svo sannarlega. Annar maður sem stendur upp úr frá þessum tíma er Arnór Pétursson. Hann vinnur í þessum málum alla daga og gerir engan greinarmun á fólki, einblínir ekki á hjólastólafólkið eins og oft vill verða, að fatlaðir einblíni á aðra með sams konar fötlun. Arnór vinnur fyrir alla.

Það var sem sagt strax árið 1978 sem ég byrjaði í lyftingunum og svo fljótlega í sundinu. Sundþrógrammið var allt öðruvísi en lyftingarnar því þar fór ég í Laugardalslaugina að æfa en lyftingarnar voru í sal með örfáum hræðum, það átti ekki jafnvel við

mig. Eins leit ég alltaf á lyftingarnar sem tæki til að byggja mig upp, ekki sem keppnisíþrótt, þótt ég keppti í þeim í Hollandi. Það var reyndar fyrsta alvörumótið sem ég keppti á. Hollendingarnir stóðu sig ágætlega í þessu. Þeir tóku þetta að sér með skömmum fyrirvara og það gekk allt mjög vel. Við Íslendingarnir stóðum okkur ágætlega á mótinu og Sigurrós Karlsdóttir kom heim með gull í sundi. Aðstaðan var fín. Mótið var haldið í Arnheim, við bjuggum í herbúðum og þarna voru skemmtiklúbbbar og allt til alls. Hollendingarnir sinntu fréttaflutningi vel en auðvitað töluðu þeir mest við sitt fólk eins og gengur. Hvað okkur varðaði voru fréttir sendar heim og þetta vakti athygli.“

Frá andapólli í lyklavöld

Jónas hreppti silfrið í lyftingum í Hollandi en keppti ekki oftari í þeirri íþrótt. „Þaðan í frá var það bara sundið og við kepptum öll meira og minna í öllum greinum. Þannig var þetta. En svo eiga menn alltaf „sína“ grein og mín var baksundið. Hollandsárið var ég orðinn nítján ára og þegar ákvörðunin var tekin um að senda mig þá breyttist allt. Ég þurfti að fara að æfa allt öðruvísi en áður, hafði rúmlega veturinn til

Hugmyndin til að byrja með var að kíkja aðeins á lyftingarnar til þess að halda mér í formi. Þetta vatt svo upp á sig.

að undirbúa mig sem var ágætis fyrirvari. Um leið varð þetta ákveðin skuldbinding. Fyrst farið var á eina leika stefndi maður auðvitað á þá næstu líka.

Þegar ég var í skólanum á Bifröst dró nokkuð úr æfingum. Ég æfði eins og ég gat; badminton, lyftingar og annað sem bauðst. Á Varmalandi var svo andapollur sem hægt var að svamla í. Á Blönduósi fékk ég hins vegar lykla að sundlauginni, æfingaprógramm hjá Erlingi og konan mín sat svo á bakkanum og tók tímann. Ég fór stíft eftir prógramminu, annars hefði ég verið að svindla á sjálfum mér, og þetta gekk alveg upp. Árið 1984 var Ólympíumótið haldið í New York en höfðu þá breytt um nafn og hét ekki lengur Ólympíumót heldur International games. Kannski vegna þess að það er óeðlilegt að hver sem er geti tekið nafnið og notað það að vild, eða að fólki hafi fundist svo."

Í New York hreppti Jónas silfrið í baksundi eftir harða keppni en keppti jafnframt í öðrum sundgreinum. Hann hafði verið ákveðinn í að vinna og eftir leikana var hann jafnákveðinn í að „mæta þessum skrattakolli, sem fékk gullið, aftur síðar og vinna hann. Það gekk þó ekki upp hjá mér," segir Jónas og hlær, „því við mættumst á nýjan leik á Ólympíumótinu í Seoul 1988 og enn hafði hann af mér gullið! Þetta annað sæti var bara bein kópíering hjá mér. Sund er náttúrlega engin hópíprótt, þú getur ekki gengið út frá því að einhver annar kippi þér í land, og ég varð bara að bíta í það súra!"

Gekk ekki upp fjárhagslega

Á milli leikanna í New York og Seoul æfði Jónas hjá Erlingi og líka einn vetur með KR. „Erlingur vildi að ég prófaði eitthvað meira og fengi stífara prógramm, en



Jónas með keppendum á Íslandsmóti IF 1987

ég mætti eftir sem áður á allar æfingar hjá honum. Æfingarnar hjá KR voru viðbót. Í kringum 1988 er keppnisíþróttamennskan byrjuð að breytast. Þetta varð meiri atvinnumennska og auknar kröfur voru gerðar um að mæta á mót, sem er náttúrlega alveg nauðsynlegt af því fólk verður stressað á mótum og þarf að fá reynsluna. Æfingar voru klukkan sex á morgnana og ég þurfti líka að mæta á æfingar eftir vinnu. Þetta var orðið allt of mikið. Fyrir Seoul var ég ekkert á leiðinni að hætta og hugði á leikana 1992. En ég var kominn með tvö börn, yngri drengurinn fæddist 1988 og þetta átti illa heima með fjölskyldulífi. Fjárhagsstuðningur var þess utan enginn að öðru leyti en því að greitt var fyrir ferðir og uppihald.

Það er svolítið fyndið að á sama tíma var til þess ætlast hjá Tryggingastofnun að ég kæmi árlega í örorkumat. Það endaði með því að ég samdi við Björn Öundurson tryggingalækni um að koma sjaldnar, en lofaði á móti að ég myndi koma eins og skot ef löppin tæki upp á því að fara að vaxa á mig! Örorkumatið var lægra hjá mér en yngra fólki með sömu fötlun og þegar ég æskti skýringa var mér sagt að þetta væri

einstaklingsbundið. Það má segja að aðalástæðan fyrir því að ég hætti hafi verið fjárhagurinn. Það var árið 1990. Mjög miklar framfarir hafa orðið í sundinu á þeim tíma sem ég hef fylgst með því og ekki síst núna undanfarin ár. Ég fylgist samt ekki mikið með og það er til dæmis lítið gaman að fylgjast með sundi í sjónvarpi," segir Jónas og tekur alls ekki undir að það hafi nú ekkert verið slæmt að horfa á sundtrölilið Mark Spitz í sjónvarpinu á sínum tíma!

Maður gerir ekkert einn

Að sögn Jónasar höfðu íþróttirnar þau áhrif á hann að honum leið miklu betur, bæði andlega og líkamlega. „Það er ómetanlegt að finna að það er eitthvað sem maður getur gert, og jafnvel gert vel," segir hann. „Það er samt líka skemmtilegt við íþróttirnar að það er aldrei hægt að segja „ég gerði þetta" og „ég gerði hitt" vegna þess að maður gerir ekkert einn. Enda heyrir maður aldrei frasa á borð við „ég reddaði öllu og gerði allt sjálfur" í röðum íþróttamanna. Það er bara ekki til. Hér hjálpa allir öllum, það er það sem gildir," segir Jónas Óskarsson að lokum.



Ræðst gegn verkjum



Paratabs® – Öflugur verkjabani!

Notkunarsvið: Paratabs inniheldur parasetamól sem er verkjastillandi og hitalækkandi lyf. Það er notað við höfuðverk, tannpínu, tíðaverkjum o.fl. Einnig við sótthita af völdum influensu og annarra umgangspesta eins og kvefs. Lyfið inniheldur ekki ávanabindandi efni og hefur ekki sljóvgandi áhrif. **Varúðarreglur:** Fólk sem hefur ofnæmi fyrir parasetamóli eða er með lifrarsjúkdóma má ekki nota lyfið. Nýrna- og lifrarsjúklingum er bent á að ráðfæra sig við lækni áður en þeir taka lyfið. Of stór skammtur getur valdið lifrabólgu. **Aukaverkanir:** Parasetamól veldur sjaldan aukaverkunum og þolist yfirleitt vel í maga. Langvarandi notkun lyfsins getur valdið nýrnaskemmdum. **Skömmtun:** Nákvæmar leiðbeiningar um skömmtun fylgja lyfinu. Ekki má taka stærri skammta en mælt er með. Lesið vandlega leiðbeiningar sem fylgja lyfinu. 13.07.05

**actavis**
hagur í heilsu

Íþróttafélagið Ægir

Íþróttafélagið Ægir var stofnað þann 12. desember árið 1988. Þessi hugmynd vaknaði hjá konu sem heitir Rannveig Traustadóttir. Hún starfaði sem talkennari í Barnaskóla Vestmannaeyja ásamt því að vinna á Dag- og skammtímavistuninni í Eyjum. Hún fékk með sér góðan hóp af fólki og til varð Ægir, íþróttafélag fyrir fólk með fötlun.

Unnur Baldursdóttir var fyrsti formaður félagsins og Lóa Skarphéðinsdóttir fyrsti gjaldkerinn. Ólöf Aðalheiður Elíasdóttir var jafnframt fyrsti þjálfari félagsins. Þær unnu frábært starf ásamt öðru góðu fólki. Hlynur Ólafsson var fenginn til að teikna Ægismerkið og tókst mjög vel til. Þarna fór hægt og bítandi að koma



Hið fallega merki félagsins

mynd á félagið.

Krakkarnir sem fóru á fyrsta mótið á vegum félagsins voru frekar ungir en stóðu sig samt sem áður mjög vel. Ferðin heppnaðist vel í alla staði að mati þeirra sem í hana fóru.

Félagatalan

Hjá íþróttafélaginu Ægi æfa í dag 15 manns. Við erum með boccia fyrir eldri hóp og erum nýbyrjuð með æfingar fyrir yngri iðkendur. Einnig eru hafnar sundæfingar aftur. Stefnt er á að vera með sund fyrir yngri krakkana frá og með haustinu 2007.

Endurvakning félagsins

Í október 2006 var haldinn aðalfundur félagsins þar sem ný stjórn var mynduð. Starfið hjá félaginu var búið að vera frekar lítið og því kominn tími á að rífa félagið upp. Það hefur því margt gerst á stuttum tíma. Við erum búin að tvöfalda félagaöluna og stefnum enn hærra. Það er mikið af góðu fólki búið að standa við bakið á okkur og hefur það hjálpað mikið. Kunnum við því bestu þakkir fyrir allan stuðninginn og aðstoðina. Ómetanlegt að sjá hversu miklu er hægt að koma í verk þegar margir taka höndum saman.

Ægisdagurinn

Ægisdagurinn var haldinn laugardaginn 3. mars 2007 og tókst frábærlega. Við vorum með bocciavöll þar sem fólk gat spreytt sig. Óli Jóns stóð sig vel sem þjálfari þar sem hann kenndi öllum reglurnar og fylgdist með að allt færi vel fram. Ylfa stóð sig með prýði með kökubasarinn og seldi allar kökurnar á skömmum tíma. Einnig vorum við með boltakast þar sem Þórarinn, Guðni Davíð og Birgir Reimar stóðu fyrir sínu. Flóamarkaðurinn gekk vonum frammar, við vorum með mikið af dóti og fötum og þau Anton, Þóra, Dæja, Katrín Helena, Júlíana og Dagmar Ósk voru dugleg að selja. Jafnframt buðum við upp á



Lionsmenn afhentu okkur styrk fyrir Íslandsmeistaramótið

andlitsmálningu sem vakti mikla lukku gesta. Foreldrar stóðu þétt við bakið á okkur og gekk dagurinn vonum frammar. Þetta var í fyrsta skiptið sem Ægisdagurinn var haldinn en hann er svo sannarlega kominn til að vera!

Nýjustu fréttir Ægis

Við fórum á okkar árlega Íslandsmeistaramót í lok mars þar sem mannskapurinn stóð sig með eindæmum vel. Við vorum með eitt lið í úrslitum og komust þær upp um deild þar sem þær unnu alla sína leiki.



Liðið sem komst í úrslit, Dæja, Júlíana og Dagmar Ósk

Í lok apríl héldum við svo upp á land, til að spila við Gáska í Mosfellsbæ. Þetta var vinamót í tilefni þess að Gáski var að halda upp á 25 ára starfsafmæli sitt. Við vorum í einn sólarhring uppi á landi og heppnaðist sú ferð í alla staði vel.

Uppskeruhátíðin hjá okkur var haldin 24. maí s.l. Við byrjuðum daginn á móti, bæði hjá yngri og eldri iðkendum. Eftir það var heljarinnar pizzupartý í Arnardrangi. Allir fengu viðkenningarskjöl fyrir árangur vetrarins, sigurvegarar mótsins fengu afhenta bikara og mannskapurinn var leystur út með Ægisvarningi. Þóra Magnúsdóttir vann mótið hjá eldri hópnum og Gunnar Karl Haraldsson bar sigur úr býtum hjá þeim yngri. Við fengum góða gesti í heimsókn til



Mynd af báðum liðunum eftir mótið,
Ægi og Gáska



Það var fjör um kvöldið, Óli Þormar og Júlíana
á góðri stundu

okkar þennan dag en þau Anna Lína og Sveinn Áki frá Íþróttasambandi fatlaðra komu og nutu dagsins með okkur og fengu að sjá hversu mikið starfið hjá Íþróttafélaginu Ægi blómstrar. Færum við þeim miklar þakkir fyrir að hafa séð sér fært að koma.

Framundan hjá Ægi

Það er nóg framundan hjá Ægi í fjáröflunum og öðru. Þann 30. maí skoruðum við á eldri borgara hérna

í Eyjum að spila við okkur boccia og var því vel tekið. Buðu þau okkur til sín að spila og voru með veitingar að móti loknu. Heppnaðist þetta mjög vel og verður án efa endurtekið. Í sumar lögðum við upp með golfnámskeið fyrir eldri keppendur og frjálsíþróttanámskeið fyrir þá yngri. Námskeiðin eru byrjuð og hafa þegar vakið mikla lukku. Einnig stefnum við á að taka þátt í fótboldamótinu sem haldið verður á Ísafirði í lok ágúst og erum búin að fá til liðs við okkur fótboldamann hjá ÍBV til að halda

smá námskeið í undirstöðuatriðunum. Jafnframt byrjum við í samstarfi við Framhaldsskólann í Vestmannaeyjum og Vestmannaeyjabæ í haust. Þar ætlum við að fá inn nemendur í félagslegu liðveisluna þar sem þeir fylgja einstaklingum í tómstundir, ásamt því að þeir fái einingar metnar fyrir að aðstoða íþróttafélagið Ægi. Möguleikarnir eru því óþrjótandi og framtíðin björt.

Fyrir hönd Ægis,
Kristín Ósk Óskarsdóttir

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Loftorka Reykjavík hf, verktaki, Miðhrauni 10
Miklatorg hf, Kaupþúni 4
Raftækniþjónusta Trausta ehf, Lyngási 14
Samhentir-Kassagerð ehf, Suðurhrauni 4
Sportis ehf, Austurhrauni 3
Stjarnan ungmennafélag, Stjörnuheimili, Ásgarði
Tréas ehf, Marargrund 4
Vefur ehf, heildverslun, Hagafliot 2
Verkhönnun - Tæknisalan ehf, Kirkjulundi 13
Vélsmiðja Sigurðar Jónssonar ehf, Miðhrauni 8

Hafnarfjörður

Armar ehf vinnulyftur, Flatahrauni 25
Blátún ehf, Grandatröð 4
Byggingafélagið Kambur ehf, Hólshrauni 2
Byggingafélagið Sandfell ehf, Reykjavíkurvegi 66
Eiríkur og Einar Valur hf, Breiðvangi 4
Englasteinar ehf, Helluhrauni 10
Fiskverkunin Björg ehf, Eyrartröð 18
Fínþússning ehf, Rauðhelli 13

Fjarðarkaup ehf, Hólshrauni 1
Fjarðarmót ehf, Bæjarhrauni 8
Fjörukráin - Hótel Víking, Strandgötu 55
Flensborgarskólinn, Brekkugötu 19
Fura málmendurvinnslan ehf, Hringhelli 3
Gaflarar ehf rafverktakar, Lónsbraut 2
Geymslusvæðið ehf, Hraungörðum
H. Jacobsen, Reykjavíkurvegi 66
Hagtak hf, Fjarðargötu 13-15
Heiðar Jónsson, járnsmiði, Skútahrauni 9
HK. Blástur ehf, Helluhrauni 6
Hlaðbær-Colas hf, malbikunarstöð, Hringhelli 6
Hópbílar hf, Melabraut 18
Hvalur hf Hafnarfirði
Höfn öldrunarmiðstöð, Sólvangsvegi 1
IV ehf iðnaðarvörur og vélar, Hvaleyrarbraut 20
Íslensk Orkuvirkjun ehf, Trönuhrauni 7b
Ísrör ehf, Hringhelli 12
Kerfi ehf, Flatahrauni 5b

Norrænt barna- og unglinga- mót haldið á Íslandi 2007

Samtök Íþróttasambanda fatlaðra á Norðurlöndum, Nord HIF, standa fyrir norrænum barna- og unglingamótum annað hvert ár. Dagana 29. júní til 6. júlí s.l. var mótið haldið á Íslandi. Keppendur voru um 75 ásamt um 40 fararstjórum og aðstoðarmönnum frá Íslandi, Danmörku, Færeyjum, Noregi og Svíþjóð.

Gistingu fengu þátttakendur í Frjálsíþróttahöllinni í Reykjavík. Keppendum og þjálfurum var blandað saman í svefnsalina til að þau kynntust betur því mikil áhersla er lögð á að þátttakendur kynnist jafnöldrum sínum frá öðrum löndum.

Æfingar og keppni í sundi fóru fram í nýju innlauginni í Laugardal. Allir keppendur og aðstoðarmenn fengu að prófa útilaugina, hvort sem þau voru að æfa sund, borðtennis eða frjálsar og það fannst þeim

„meiriháttar“ skemmtilegt.

Æfingar í frjálsum íþróttum voru á stórum og glæsilegum frjálsíþróttavelli inni í „höllinni“ en þar sem það var sól og blíða alla vikuna héldum við keppnina á útivellinum í Laugardal, þar sem aðstaða var prýðisgóð. Borðtennisborð voru sett upp í anddyri frjálsíþróttahallarinnar, þar sem keppendur æfðu sig en þess á milli gátu allir fengið að spreyta sig og leika sér við að spila. Eitt kvöldið þegar flestir voru komnir í ró eða sofnaðir voru nokkrir ungir þjálfarar búnir að bera borðtennisborðin út á stétt og skemmtu sér við að spila í kvöldsólinni til miðnættis. Það fannst þeim ótrúlega skemmtileg upplifun.

Kvöldvökur voru haldnar flest kvöld inni í frjálsíþróttasalnum þar sem hvert land kenndi nýja íþróttaleiki. Allir voru látnir taka

þátt í þeim og var mikið hlaupið, hlegið og hossast. Í tengslum við mótið stóð GLÍ fyrir kynningu á glímu þar sem þátttakendur fengu að prófa glímu en einnig fór fram kynning á verkefninu „Sterkasti fatlaði maður heims“ sem er í umsjón Arnars Jónssonar og Magnúsar Vers Magnússonar. Þátttakendur fengu m.a. tækifæri til að sýna krafta sína og draga bíla með góðri aðstoð.

Fyrir hádegi á sunnudeginum var öllum smalað í rútur og keyrt til Íshesta þar sem allir sem vildu eða gátu fóru á hestbak. Starfsfólkið þar er öllu vant og með ótrúlegri natni og þægilegu viðmóti komust nær allir á bak eða fengu að kemba eða klappa hestunum.

Mikill spenningur var hjá öllum útlendingunum að komast í Bláa lónið svo það var samið og prúttað og að lokum fékkst mjög gott verð í

Texti: Camilla Hallgrímsson Myndir: JAK





rútur og aðgangseyri. Þar komust allir út í lónið með góðri aðstoð starfsfólks, sem útvegaði baðstóla fyrir mikið fatlaða svo þau gátu farið út í lónið í stólunum og verið með hinum.

Á meðan fóru Íslendingarnir í Keiluhöllina þar sem þeir skemmtu sér við leiki og fengu svo hamborgara og ís á eftir.

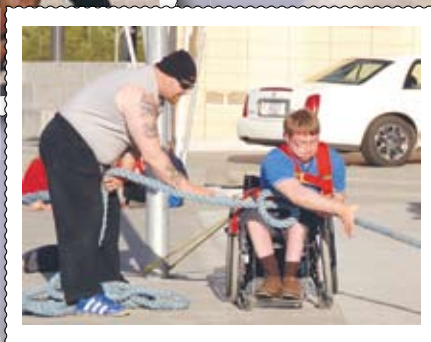
Síðasta eftirmiðdaginn fengu allir dagpassa í Fjölskyldu- og húsdýragarðinn en urðu að koma í stóra hvíta tjaldið fyrir klukkan 18 því þar var haldið lokahóf með pizzum, gosi og ís. Einn íslensku

aðstoðarmannanna sá um diskótek og var dansað við gömul Eurovisionlög allra landanna og sýnd nokkur heimatilbúin skemmtiatriði.

Margir áttu að fljúga heim eldsnemma næsta morgun en þegar allir áttu að fara að sofa upphófst mikið kossaf lens og grátur því allir voru að kveðja nýja vini og skiptast á heimilis- og netföngum. Þessi vika hafði víkkað sjóndeildarhringinn varðandi getu og möguleika hvers keppanda í íþróttum því þau höfðu prófað eitthvað nýtt á hverjum degi en þau höfðu líka eignast vini frá hinum löndunum, sem er mikils virði.

Norræn barna- og unglingamót hafa verið hvati að íþróttaiðkun margra fatlaðra afreksmanna, jafnt á Íslandi sem öðrum Norðurlöndum. Meðal annars hófu Kristín Rós Hákonardóttir og Jón Oddur Halldórsson, íþróttamenn ársins 2006 úr röðum fatlaðra á Íslandi, íþróttuferil sinn á norrænu barna- og unglingamóti.

Að halda mót sem þetta er mikil vinna, jafnt undirbúningur og skipulagning, sem og mótið sjálft. Þar lögðust margir á eitt til að allt gengi að óskum og ber að þakka öllum sjálfbóðaliðunum þeirra fórnfusa starf.





Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Kjartan Guðjónsson, tannlæknir, Bæjarhrauni 2
Klæðning ehf, Reykjavíkurvegi 68
Kænan veitingastofa, Óseyrarbraut 2
Lerkiverktakar ehf, Skúlaskeiði 26
Markús Jóhannsson hf, Gjótuhrauni 6
Nýsir hf, Reykjavíkurvegi 74
S.G. múrverk ehf, Hvassabergi 4
Saltkaup hf, Fornubúðum 5
Sandey ehf, Fjarðargötu 13-15
Sjúkraþjálfarinn ehf, Strandgötu 75
Spennubreytar, Trönuhrauni 5
Steypustál ehf, Drangahrauni 4
Stímir hf, Drangahrauni 5
Stoðtækni ehf, Lækjargötu 34a
Suðulist-Reisir ehf, Lónsbraut 2
Suzuki umboðið ehf, Kapalhrauni 1
Svæðisskrifst. málefna fatlaðra, Fjarðargötu 13-15
Sýningaljós elf, Klettagötu 12
Tannlæknastofa Ágústs J. Gunnarssonar sf,
Reykjavíkurvegi 66
Trégaur ehf, Suðurgötu 31
Trésmíðaverkstæði Jóns Rafns ehf, Miðvangi 95
VBS-verkfræðistofa ehf, Bæjarhrauni 20
Verkalýðsfélagið Hlíf, Reykjavíkurvegi 64
Vélaverkstæði Hjalta Einars ehf, Melabraut 23-25
Vélaverkstæði Jóhanns Ólafssonar ehf,
Reykjavíkurvegi 70
Vélsmíðja Konráðs Jónssonar sf, Helluhrauni 20
Viðhaldsvirkni ehf, Eyrartröð 3
www.gardyrkjan.is, Helluhrauni 4

Álftanes

Bókasafn Álftaness, Álftanesskóla
Einar Ólafsson, Gestshúsum
Ferskfiskur ehf, Bæjarhrauni 8
Útgerðarfélagið Berg ehf, Túngötu 7

Reykjanesbær

18 JÁ Hársnyrting Harðar, Hafnarstræti 16
Brunavarnir Suðurnesja, Hringbraut 125
Bústoð ehf, Tjarnargötu 2
DMM Lausnir ehf, Iðavöllum 9b
Efíndaug Suðurnesja - BK-hreinsun ehf, Iðavöllum 11b
Eignarhaldsfélagið Áfangar ehf, Hafnargata 90
ESSE ehf, Stekkjargötu 51
Fasteignasalan Ásberg ehf, Hafnargötu 27
Hitaveita Suðurnesja, Brekkustíg 36
Húsaness ehf, byggingarverktakar, Hafnargötu 20
Ísfoss ehf, Hafnargötu 60
Íslenska félagið ehf, Iðavöllum 7a
Ístek ehf, Hólagötu 31
Kaffi Dús við smábátahöfnina, Grófinni 13b

Myllubakkaskóli, Sólvallagötu 6a
Nesraf ehf, Grófinni 18a
Pípulagnir Benna Jóns ehf, Njarðarbraut 3d
Rafiðn ehf, Víkurbraut 1
Reiknistofa fiskmarkaða hf, Iðavöllum 7
Samband sveitarfélaga á Suðurnesjum, Fitjum
SG bílar ehf, Bolafæti 1
Skipting ehf, Grófinni 19
Sparisjóðurinn í Keflavík, Tjarnargötu 12-14
Starfsmannafélag Suðurnesja, Hafnargötu 15
Tannlæknastofa Einars Magnúss ehf, Skólavegi 10
Útgerðarfélagið Jói Blakk, Háteigi 13
Varmamót ehf, Framnesvegi 19
Verkfræðistofa Suðurnesja hf, Víkurbraut 13
Verslunarmannafélag Suðurnesja, Vatnsnesvegi 14
Vísir, félag skipstjórnarmanna á Suðurnesjum,
Hafnargötu 90
www.ork.is, Frístundar og heilsárshús
Keflavíkurflugvöllur
Suðurflug ehf, Keflavíkurflugvelli

Grindavík

EVH verktakar ehf, Máнасundi 6
Grímsnes ehf, Hafnargötu 31
Guðmundur L Pálsson, tannlæknir, Víkurbraut 62
Jens Valgeir ehf, Iðavöllum 8
Selhals ehf, Ásabraut 12
Sjómanna-og vélstjórafélag Grindavíkur,
Hafnargötu 9
Stakkavík ehf, Bakkalág 15b
Ungmennafélag Grindavíkur
Vísir hf, Hafnargötu 16
Þorbjörn hf, Hafnargötu 12

Sandgerði

Hvalsnessókn
Nonni GK-129, Glaumbær
Sandgerðisbær, Miðnestorgi 3
Sjávarmál ehf, Ásabraut 10

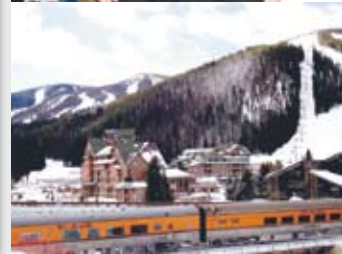
Garður

Leikskólinn Gefnarborg, Sunnubraut 3
Raftýran sf, Lyngbraut 1
Sveitarfélagið Garður, Melbraut 3
Von ehf, Skagabraut 42

Mosfellsbær

Byggingarfélagið Baula ehf, Arkarholti 19
Dælutækni ehf, Spóahöfða 10
Garðyrkjustöðin Gróandi, Grásteinum
Ísfugl ehf, Reykjavegi 36
Kjósarhreppur www.kjos.is

Skíðabjálfun í Winter Park



Greinarhöfundur fór til Winter Park í Colorado, Bandaríkjunum í janúar síðastliðnum og dvaldi þar í 2 mánuði í þeim tilgangi að sækja bjálfun á skíðum fyrir fatlaða.

Ég kynntist þessari íþrótt árið 2000 en þá kom hópur frá Aspen í Colorado, Bandaríkjunum sem sérhæfir sig í íþróttum fyrir fatlaða og voru leiðbeinendur á skíðanámskeiði ÍF og VMÍ í Hlíðarfjalli við Akureyri. Í framhaldi af þessu námskeiði keyptu íþróttafélög fatlaðra á Egilsstöðum, þar sem ég er búsett, og á Seyðisfirði skíði sem ég æfði mig á með aðstoð frá föður.

Á síðasta ári keypti ég sjálf fullkomnari skíði til frekari iðkunar. Í lok febrúar árið 2006 kom svo fulltrúi frá Winter Park með fulltrúum Challenge Aspen á námskeið sem ÍF og VMÍ héldu í Hlíðarfjalli. Þar var ég hvött til að koma til Bandaríkjanna og æfa undir leiðsögn góðra bjálfara. Þangað fór ég í janúar síðastliðnum og dvaldi

þar í tvo mánuði. Sú ferð var í alla staði mjög vel heppnuð og lærði ég margv.

Þar er fyrirtækið NSCD (National Sport Center for the Disabled) sem sérhæfir sig í íþróttum fyrir fatlaða.

Ég flaug til Denver og kom þangað eftir langt flug. Þar tók starfsmaður á móti mér og við keyrðum til Winter Park. Þar dvaldi ég hjá yndislegu fólki og var mér tekið eins og ég væri ein af fjölskyldunni. Daginn eftir að ég kom fór ég með starfsmanni upp á skíðasvæði. Hún sýndi mér það helsta og hittum við margt fólk. Þar á meðal var íslensk kona, Guðný Bachmann sem starfar hjá NSCD og er úti að kynna sér íþróttastarfsemi fatlaðra.

Fyrstu dagana æfði ég ein með bjálfara og fékk frábæra kennslu. Þegar ég fór að geta rennt mér án þess að hafa aðstoðarmann fór ég á æfingar með öðru fólki sem var lengra komið í bjálfun. Þarna var

fólk frá nokkrum löndum en þó aðallega Bandaríkjunum. Við vorum á skíðum flesta daga vikunnar og æfðum okkur í allskonar brautum. Þá daga sem voru ekki æfingar fór ég ein í brekkurnar en hitti þó oftast einhvern sem ég kannaðist við.

Þetta var frábær upplifun og jafnframt reynsla sem aldrei gleymist.

Nú er draumur minn sá að fara aftur til Winter Park næsta vetur til frekari æfinga. Jafnvel með það í huga að æfa fyrir Vetrarólympíumót fatlaðra sem haldið verður í Vancouver í Kanada árið 2010.

Heimasíða NSCD er eftirfarandi: www.nscd.org og hvet ég alla sem hafa áhuga á að kynna sér starfsemi þeirra.

Skíðamennska fólks með fötlun

Guðný Bachmann, þroskþjálfari, tók þátt í námskeiði ÍF, VMÍ og Challenge Aspen á Akureyri árið 2006. Í hópi skíðakennara var Beth Fox, einn af forsvarmönnum Winter Park í Colorado en þar er boðið upp á útivistartilboð fyrir fatlaða sumar og vetur eins og í Aspen. Guðný fór til starfa sem í Winter Park í Colorado í vetur og er nú komin aftur á staðinn til að kynna sér útivistartilboð yfir sumartímann. Óskað var eftir grein frá Guðnýju í Hvata sem hér birtist.

Skíðamennska fólks með fötlun hjá NSCD í Colorado

Þar sem sólin skín 300 daga á ári og snjórinn er svo þurr að hann er líkastur hvítu ryki þessa fatlaðir skíðamenn niður brekkurnar. Þar eru fötlun eða sérþarfir ekki hindrun, það þarf einungis að finna rétta búnaðinn.



Göngugrind notuð á skíðum



Pete og John í Winter Park

NSCD

Upphaf starfsemi National Sports Center for the Disabled (NSCD) hófst árið 1970 þegar The Children's Hospital of Denver fór að fara með nokkra sjúklinga á skíði á skíðasvæðinu í Winter Park. Nokkrir skíðakennarar þar buðust til að kenna börnunum, þar á meðal Hal O'Leary. Í upphafi voru þátttakendurnir 23 og lítil þekking var fyrir hendi um skíðamennsku einstaklinga með sérþarfir. Kennararnir gerðu sitt besta og reyndu að finna lausnir sem hentaði þessum hópi skíðamanna. Hal O'Leary var sá eini sem hélt áfram að kenna börnum á vegum The Children's Hospital og tók síðar að sér skíðakennslu fleiri barna með sérþarfir. Þátttakendum fjölgaði stöðugt, fleiri skíðakennarar komu inn og reynslan á þessum vettvangi jókst. Út frá reynslu sinni skrifaði

Hal O'Leary kennslubækur um skíðamennsku fólks með sérþarfir þar sem hann m.a. lýsir kennsluaðferðum og þeim sérbúnaði sem notaður er. Í dag sinnir NSCD um 18.000 kennslustundum á vetri.

Þátttakendur

Markmið NSCD er að veita góða meðferðar- og endurhæfingardagskrá í útivistar og utanhússíþróttum og hafa þannig jákvæð áhrif á líf þeirra sem búa við líkamlega, andlega, hegðunarlega eða tilfinningalega skerðingu. Þátttakendur eru á aldrinum þriggja ára til níráðs. Flestir hafa einhverja fötlun en þó ekki allir því þangað koma einnig sykursjúkir, fólk sem er í vímuefnaðferð, fólk í krabbameinsmeðferð og aldraðir sem hafa slaka hreyfifærni.

Starfsemin

Fjöldi tíma og markmið þeirra fer eftir óskum hvers og eins. Hægt er að fá hálf- eða heilsdags tíma, nokkrum sinnum yfir veturinn, mánaðarlega, vikulega, eða yfir ákveðið tímabil. Stefnt er að því að einstaklingurinn þurfi síðar meir ekki á kennaranum að halda. Sé fyrirséð að einstaklingurinn þurfi áframhaldandi aðstoð er fjölskyldumeðlimum eða vinum kennt á búnaðinn til að stuðla að því að einstaklingurinn komist á skíði þegar honum hentar. NSCD er einnig með keppnislið sem æfir 5 daga vikunnar og æfði Erna Friðriksdóttir með þeim síðasta vetur. Margir koma langar leiðir til að fá skíðakennslu hjá NSCD. Svo dæmi sé tekið kemur fjölskylda frá Hawaii í mánuð á ári hverju og árlega kemur hópur frá Bretlandi og dvelur í viku. Í þeim hópi eru einstaklingar sem hafa nýlega lamast og eru að læra að nota líkama sinn upp á nýtt. Það sem í upphafi var eins dags námskeið er núna orðið að stóru fyrirtæki með 55 starfsmönnum og 800 sjálfboðaliðum en án sjálfboðaliðanna gæti þetta ekki gengið. Starfsemin fer að mestu fram í

Colorado en að auki er í boði ýmiss konar dagskrá á vegum NSCD víðsvegar um Bandaríkin. NSCD hjálpar einnig þjóðum víðsvegar um heiminn við skipulagningu íþrótta- og útivistardagskrár fyrir fatlaða. Aðsetur NSCD er í Winter Park en skrifstofan er í Denver og sér starfsfólk hennar um fjáröflun, markaðssetningu og samskipti við utanaðkomandi aðila.

Sérbúnaður

Oft þarf að nota sérstakan útbúnað til að fólk með fötlun geti stundað skíðamennsku. Má þar nefna skíðastól, skíðastafi með skíðum á endanum og snjóbretti með jafnvægisstöng (sjá mynd hér til hægri). Með jafnvægisstöng er það aðallega kennarinn sem stýrir. Þeir sem vilja stýra sjálfir en þurfa samt aðstoð fá sporöskjulaga húlaring utan um sig. Kennarinn heldur þá í húlaringinn og getur þannig aðstoðað einstaklinginn. Þeir sem geta staðið, en skortir jafnvægi, geta fengið göngugrind á skíðin. Fólk með mislanga fætur fær upphækkun undir skíðabindinguna. Öll skíði eru með gat á tanni til að hægt sé að binda teygju milli skíðanna. Það er gert

til að skíðin fari ekki of langt hvort frá öðru. Stundum er brugðið á það ráð að þræða teygjuna í gegnum járnþípu til að skíðin krossi ekki. Jafnframt er hægt að nota svokallað skíðahjól en á því eru skíði í stað dekkja og á fætur einstaklingsins eru sett mjög stutt skíði. Hann hefur fæturna á jörðinni og stjórnar með stýrinu, rétt eins og á hjóli. Eitt af því sem hefur verið mikilvægt fyrir t.d. sykursjúka og þá sem erfitt eiga með gang er að fá far með vélsleða milli skálans og skíðalyftunnar. Fólk verður þá ekki eins fljótt orkulaust og getur farið fleiri ferðir niður brekkurnar.

Nánari upplýsingar um NSCD er hægt að fá á vefsíðu þeirra, www.nscd.org



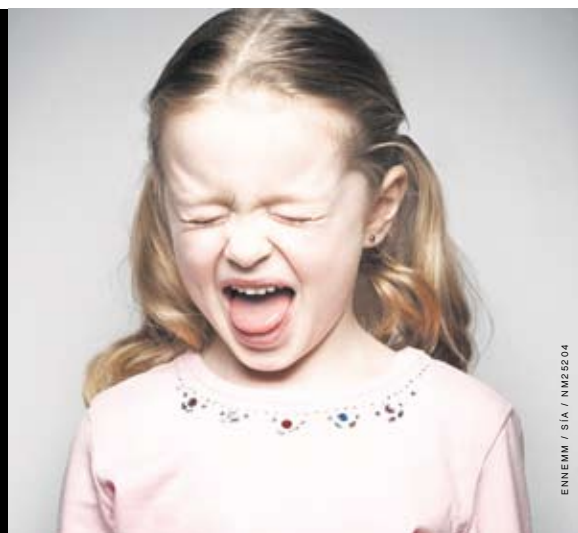
Upphækkun fyrir einstakling með mislanga fætur.

EKKI VERA SÚR

Eru tennurnar í sýrubaði oft á dag?

Sýran í sykrudum og sykurlausum gosdrykkjum getur eytt glerungi tannanna – og hann kemur aldrei aftur.

Drekktu vatn – líka kolsýrt vatn!



ENNEW / SIA / NM25204

Njóttum þess að borða hollt!

- ☼ Trefjaríkar
- ☼ Úr heilu korni
- ☼ **Heilsukolvetni**
(Pre-biotic)
- ✓ Stökkar flögur
- ✓ Minni sykur
- ✓ Fitulitlar

Weetaflakes eru nýjar heilkornaflögur frá Weetabix fyrir alla fjölskylduna. Gómsætar, léttar og stökkar flögur og þær fyrstu sem innihalda heilsukolvetni (Pre-biotic) sem veitir magastarfseminni nauðsynlegan stuðning.



Tekin á beinið á Landsmóti UMFÍ

**Nafn:**

Helga Helgadóttir

Aldur:

39 ára

Besta félag:

Akur

**Skemmtilegasta/
eftirminnilegasta
keppnisferðin:**

Bandaríkin/N-Karolína 1999

Besti matur/drykkur:

Pizza / Coke light

Uppáhalds dýr:

Kettir

Besta íþróttagreinin:

Langstökk

Sætasti strákurinn:

Sigurbjörn Birkir

Besta hljómsveitin:

Írafár

**Hvað er skemmtilegast á
Landsmóti UMFÍ :**

Frjálsar, boccia og
félagsskapurinn.

Ertu lofthrædd:

Nei

Sumarfrí:

Er bara að slaka á heima og
keppa.

**Hvað dettur þér í hug þegar
þú heyrir orðið bolti:**

Boccia

**Nafn:**

Andri Jónsson

Aldur:

19 ára

Besta félag:

ÍA

**Skemmtilegasta/
eftirminnilegasta
keppnisferðin:**

Ferðin til Rómar s.l. haust.

Besti matur/drykkur:

Pizza / Magic

Uppáhalds dýr:

Ekkert í boði

Besta íþróttagreinin:

100 m og spretthlaup

Sætasta stelpa:

Vil ekki móðga neina

Besta hljómsveitin:

Foo fighters

**Hvað er skemmtilegast á
Landsmóti UMFÍ:**

Hlaupa

Ertu lofthræddur:

Já, smá

Sumarfrí:

Æfa vel og keppnisferðir.

**Hvað dettur þér í hug þegar
þú heyrir orðið bolti:**

Akranes

**Nafn:**

Stefán Thorarensen

Aldur:

39 ára

Besta félag:

Þór Akureyri/Akur

**Skemmtilegasta/
eftirminnilegasta
keppnisferðin:**

Ferðin til Bandaríkjanna
/N-Karolínu 1999 og
Norðurlandamótið í Boccia.

Besti matur/drykkur:

Lambkjöt / grænt Sprite

Uppáhalds dýr:

Ekkert sérstakt

Besta íþróttagreinin:

Borðtennis, hlaup, boccia

Sætasta stelpa:

Guðrún Ólafsdóttir

Besta hljómsveitin:

Kiss / Fræbbblarnir

**Hvað er skemmtilegast á
Landsmóti UMFÍ:**

Bara allt, veðrið og fólkið

Ertu lofthræddur:

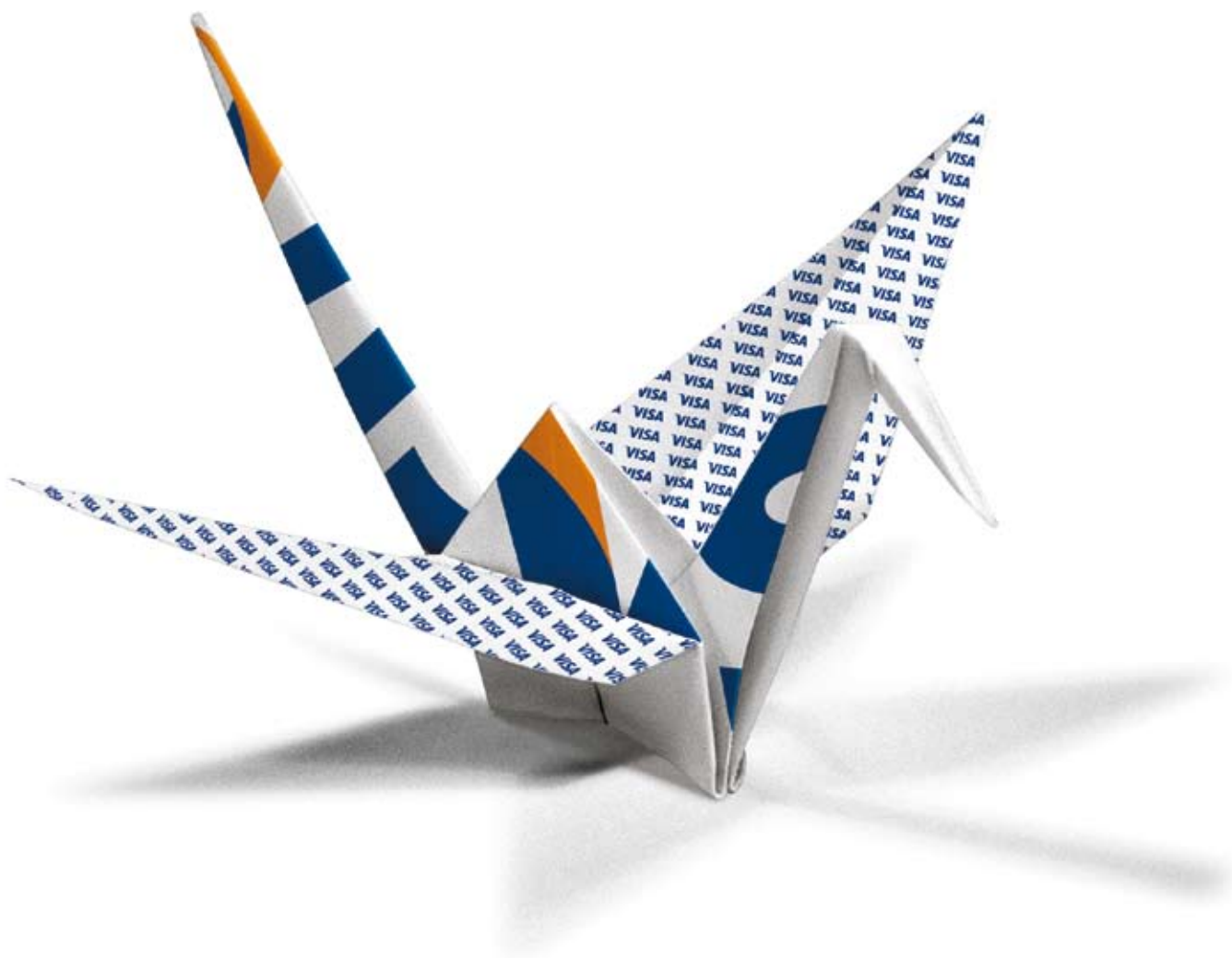
Já, frekar

Sumarfrí:

Tvær vikur í júlí, ferðast
innanlands og síðan Kína í haust.

**Hvað dettur þér í hug þegar
þú heyrir orðið bolti:**

Knattspyrna/þór



Safnaðu Vildarpunktum með VISA
og fljúgðu á vit ævintýranna.



Tekin á beinið á Landsmóti UMFÍ

**Nafn:**

Arnar Már Ingibjörnsson

Aldur:

25 ára

Besta félag:

NES

Skemmtilegasta/eftirminnilegasta**keppnisferðin:**

Ferðin til Bandaríkjana /N-Karolínu 1999

Besti matur/drykkur:

Hamborgarhryggur / Sprite

Uppáhalds dýr:

Hundar og kettir

Besta íþróttagreinin:

Langstökk, hlaup, kúluvarp

Sætasta stelpa:

Hulda á Selfossi

Besta hljómsveitin:

Dimmuborgir

Hvað er skemmtilegast á Landsmóti UMFÍ:

Vera með vinum mínum og svo að sjálfsgöðu að keppa.

Ertu lofthræddur:

Nei

Sumarfrí:

Er að fara í fjögurra vikna ferðalag um Norðurlöndin með fjölskyldunni og við byrjum að sigla með Norrænu frá Seyðisfirði

Hvað dettur þér í hug þegar þú heyrir orðið bolti:

Boccia/Körfubolti

**Nafn:**

María Sigurjónsdóttir

Aldur:

24 ára

Besta félag:

Suðri / HSH / Dimon

Skemmtilegasta/eftirminnilegasta keppnisferðin:

Landsmótið á Sauðárkróki

Besti matur/drykkur:

Íslenskur matur / Pepsi og vatn

Uppáhalds dýr:

Kindur

Besta íþróttagreinin:

Boccia / kringlukast / spjótast

Sætasti strákurinn:

Einar Karl

Besta hljómsveitin:

Papar

Hvað er skemmtilegast á Landsmóti UMFÍ :

Vera með í öllu skemmtilegu og veðrið skemmir ekki.

Ertu lofthrædd:

Nei

Sumarfrí:

Er bara heima að vinna og síðan að keppa á Landsmótinu

Hvað dettur þér í hug þegar þú heyrir orðið**bolti:**

Boccia

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Kvenfélag Lágafellssóknar
Namo ehf, Áslandi 18
Nýja bílasmíðjan hf, Flugumýri 20
Reykjalundur - plastiðnaður ehf, Reykjalundi
Réttingaverkstæði Jóns B. ehf, Flugumýri 2
Skálatúnsheimilið
Vélsmiðjan Orri ehf, Flugumýri 10

Akranes

Bifreiðastöð Þórðar Þ. Þórðarsonar, Dalbraut 6
Bílaverkstæði Hjalta ehf, Ægisbraut 28
Bilver, bílaverkstæði ehf, Innnesvegi 1
Borgdal ehf, Kjalardal
Byggðarsafn Akraness að Görðum
Fasteignasalan Hákot, Kirkjubraut 28
Híbylamálun Garðars Jónssonar ehf, Einigrund 21
Markstofa ehf, Merkigerði 18
Pípulagningaþjónustan ehf, Kalmansvöllum 4a
Runólfur Hallfreðsson ehf, Krókatúni 9
Sjúkraþjálfun Georgs Janussonar, Kirkjubraut 28
Stafna á milli ehf, Kirkjubraut 56
Steðji ehf vélsmiðja, Vogabraut 28
Straumnes ehf, rafverktakar, Krókatúni 22-24
Verslunin Nína, Kirkjubraut 4
Vélaleiga Halldórs Sigurðssonar, Smiðjuvöllum 10
Vignir G. Jónsson hf, Smiðjuvöllum 4
Öryggismiðstöð Vesturlands ehf, Kirkjubraut 40

Borgarfjörður

Borgarbyggð, Borgarbraut 14
Búvangur ehf, Brúarlandi
Eyja- og Miklaholtshreppur, Hofstöðum
Félagsbúið Mófellsstöðum sf, Mófellsstöðum
Hreðavatnsskáli
Jörvi hf, vinnuvélar, Hvanneyri
Kaupfélag Borgfirðinga, Egilsholti 1
Meðferðarheimilið Blær, Hvítarbakka
PJ byggingar ehf, Túngötu 4 Hvanneyri
Safnahús Borgarfjarðar, Bjarnarbraut 4-6
Samtök sveitarfélaga í Vesturlandskjördæmi,
Bjarnarbraut 8
Skorradalshreppur, Grund
Vatnsverk-Guðjón og Árni ehf, Egilsgötu 17
Vegamót, þjónustumiðstöð, Vegamótum
Vélabær hf bíla- og búvélaverkstæði,
Andakílshreppi

Stykkishólmur

Denni SH-52, Borgarflöt 3
Heimahornið ehf, Borgarbraut 1
Málflutningsstofa Snæfellsness ehf, Aðalgötu 2
Narfeyri ehf, Ásklifi 10

Sólborg ehf, Nesvegi 13
Þ.B. Borg - steypustöð ehf, Silfurgötu 36
Grundarfirði
Farsæll ehf, Eyrarvegi 16
Kvenfélagið Gleym-mér-ei, Sæbóli 3

Ólafsvík

Fiskiðjan Bylgja hf, Bankastræti 1
Steinunn ehf, Bankastræti 3
Sverrisútgerðin ehf, Túnbrekku 16

Hellissandur

Hjallasandur ehf, Helluhóli 3
Hraðfrystihús Hellissands hf, Hafnarbakka 1
KG Fiskverkun ehf, Hafnargötu 6
Sjávariðjan Rifi hf, Hafnargötu 8
Snæfellsbær, Snæfellsási 2
Þorgeir Árnason ehf, Háarifi 27

Ísafjörður

Bæjar- og héraðsbókasafn Ísafjarðar, Eyrartúni
Félag opinberra starfsmanna á Vestfjörðum,
Hafnarstræti 6
Fræðslumiðstöð Vestfjarða, Suðurgötu 12
Ís 47 ehf, Fagraholti 3
Ísafjarðarbær, Hafnarstræti 1
Ísinn ehf, Sindragötu 13b
Kvenfélagið Hlíf
Stál og Hnífur ehf, Pósthólf 250
Tréver sf, Hafraholti 34

Hnífsdalur

Hraðfrystihúsið - Gunnvör hf, Hnífsdalsbryggju

Bolungarvík

Jakob Valgeir ehf, Grundarstíg 5
Málningarlagerinn sf, Heiðarbrún 1
Sigurgeir G. Jóhannsson ehf, Dísarlandi 14
Sparisjóður Bolungarvíkur, Aðalstræti 14
Verkalýðs- og sjómannafélag Bolungarvíkur,
Hafnargötu 37
Vélvirkinn sf, Hafnargötu 8

Súðavík

Súðavíkurhreppur, Grundarstræti 3
Súðavíkurkirkja, Holtagötu 6
Víkurbúðin ehf, Grundarstræti 1-3

Vesturbyggð

Berti G ÍS-161, Eyrargötu 4
Patreksfjörður
Flakkarinn ehf, Brjánslæk
Nanna ehf, v/Höfnina

Sjúkraþjálfun á hestbaki

Sjúkraþjálfun á hestbaki - loksins viðurkennt meðferðarform á Íslandi

Þriðjudaginn 24. apríl 2007 staðfesti þáverandi heilbrigðisráðherra, Siv Friðleifsdóttir, reglugerð sem staðfestir sjúkraþjálfun á hestbaki sem viðurkennt meðferðarform. Heilbrigðisráðherra hefur í samvinnu við Félag íslenskra sjúkraþjálfara unnið að breytingum á reglugerðum í þeim tilgangi að heimila sjúkraþjálfurum gegn ákveðnum skilyrðum að nýta hesta í meðferð. Þessi samþykkt er mjög þýðingarmikil fyrir alla þá sem geta nýtt sér slíka þjónustu.



Þetta mál hefur verið eitt helsta baráttumál starfshóps sem stofnaður var á ráðstefnu Íþróttasambands fatlaðra og Hestamiðstöðvar Íslands á Sauðárkróki árið 2001. Þar var boðað til ráðstefnu fyrir alla þá sem áhuga höfðu á reiðþjálfun og reiðmennsku fyrir fatlaða og alls mættu um 50 manns, fagfólk á sviði heilbrigðis-, félags- og menntamála, reiðkennarar og söðlasmiðir auk fjölda áhugafólks um þetta málefni. Leiðbeinandi kom frá endurhæfingarmiðstöðinni, Beitostolen í Noregi og árið 2003 var haldin önnur slík ráðstefna þar sem leiðbeinendur komu frá Diamond Center í Bretlandi. Árið 2005 var Hestamiðstöð Íslands lögð niður en Íþróttasamband fatlaðra leitaði þá samstarfs við Háskólann á Hólum sem hefur sýnt frumkvæði á ýmsum sviðum.

Starfshópurinn hélt fund á Hólum þar sem lagður var grunnur að samstarfi og er stefnt að því að áfram verði haldið að þróa þau málefni sem tengjast reiðþjálfun og reiðmennsku fatlaðra.



Á fyrstu ráðstefnu ÍF og HMÍ árið 2001 kom skýrt fram að sjúkraþjálfun á hestbaki sem viðurkennt meðferðarform var talið forgangsverkefni og helsta baráttumál. Talið var eðlilegt að Ísland yrði þátttakandi í því þróunarstarfi sem á sér stað á þessu sviði erlendis, ekki síst þar sem íslenski hesturinn er talinn henta mjög vel í slíkri þjálfun. Sjúkraþjálfarar í starfshópnum, Guðbjörg Eggertsdóttir og Þorbjörg Guðlaugsdóttir, hafa unnið ötullega að því að fylgja eftir því verkefni sem nú er í höfn í samstarfi við Félag íslenskra sjúkraþjálfara. Fjölmargir fleiri aðilar hafa sýnt málinu stuðning og aðstoðað við að ýta því áfram á síðustu árum.



Guðni Ágústsson, þáverandi landbúnaðarráðherra, hefur styrkt fulltrúa starfshópsins til ráðstefnu á þessu sviði erlendis og hefur sýnt málinu áhuga frá upphafi.

Lykilatriði var þó að þáverandi heilbrigðisráðherra, Siv Friðleifsdóttir, sýndi málinu stuðning í verki með undirskrift sinni þriðjudaginn 24. apríl sl.

Starfshópur Íþróttasambands fatlaðra og Háskólans á Hólum vill koma á framfæri þakklæti til allra þeirra sem unnið hafa að framgangi þessa máls.

Texti: Anna K. Vilhjálmsdóttir, framkv.sfj. Special Olympics á Íslandi



EINBEITTUR VILJI ER ALLT SEM ÞARF

Oscar Pistorius er heimsmeistari fatlaðra í 100, 200 og 400 metra hlaupi. Hann vakti heimsathygli fyrr á þessu ári er hann vann til silfurverðlauna í 400 metra hlaupi á Suður-Afrísku frjálsíþróttaleikunum en þar keppti hann við ófatlaða hlaupara. Með einbeittum vilja hefur Oscar náð afburðaárangri í sinni grein og stefnir nú að því að verða fyrsti aflimaði hlauparinn sem keppir á Ólympíuleikum.



Össur hf. er stoltur styrktaraðili
Íþróttasambands fatlaðra
og Oscar Pistorius



Life Without Limitations

Heilsueflingardagur Össurar h.f.

Össur hf. hélt heilsueflingardag þar sem fimm Íslendingum voru gefnir hlaupafætur

Í júlí síðastliðnum ákvað Össur hf. að halda heilsueflingardag til þess að vekja athygli á mikilvægi þess að hreyfa sig og þá sérstaklega fyrir þá sem hafa verið aflimaðir. Við aflimun er meiri hætta á því að hreyfigeta skerðist og frístundaiðkun minnki og því meiri líkur á sjúkdómum. Til að vekja athygli á því að Össur hf. framleiðir hlaupafætur sem gera aflimuðum kleift að stunda meiri hreyfingu var ákveðið að gefa fimm íslenskum stoðtækjanotendum háþróaða hlaupafætur til að auðvelda þeim að hreyfa sig reglulega og njóta lífsins betur. Fæturnir voru afhentir á svo kölluðum heilsueflingardeg sem Össur hf. efndi til í nýju Laugardalshöllinni í byrjun júlí.

Sérfræðingar Össurar hf., ásamt hlaupahetjunni Oscar Pistorius, voru á staðnum til að veita stoðtækjanotendunum ráðgjöf og kennslu til að fæturnir muni nýtast þeim sem best og að notendurnir verði öruggir í fasi við notkun þeirra.



Íslendingarnir 5 voru á aldrinum 20 - 40 ára og var þeim gefið árskort í líkamsræktarstöðina World Class Laugar, ásamt hlaupafótunum.

Miklar framfarir í tækni og hönnun á gervifótum hafa gert það að verkum að það er auðveldara nú en áður að útbúa hlaupafætur á notendur til almennrar íþróttaiðkunar.



Hreyfing er mikilvægur þáttur í endurhæfingu aflimaðra. Hreyfing eykur lífsgæði og eflir heilsu sem er ekki síður mikilvægt fyrir aflimaða í daglegu lífi, þar sem það stuðlar að minni aukaverkunum og eykur tækifæri notenda til að lifa lífinu til fulls. Össur hf. leggur ríka áherslu á að þeir sem nota vörur fyrirtækisins hafi tækifæri til þess að njóta lífsins og að fötlun þeirra hamli þeim eins lítið og kostur er, og er hreyfing til heilsubótar, einn af grundvallarþáttum til þess að svo geti verið.

Össur hf. vill þakka öllum sem voru með á að þessum degi þátttökuna og vonar að fæturnir muni nýtast notendunum bæði í leik og starfi.

Eins og kom fram hér að framan þá var Oscar Pistorius á Íslandi í júlí þar sem hann var að vinna með þróunardeild Össurar hf að hönnun á hlaupafætinum Cheetah auk þess sem hann tók þátt í Landsmóti UMFÍ þar sem þátttaka hans vakti verðskuldaða athygli.

Oscar, sem keppir í 100m, 200m og 400m hlaupi, er margfaldur verðlaunahafi í sinni grein. Oscar stefnir að því að keppa á Olympíuleikunum í Peking 2008 meðal ófatlaðra. Enn er ekki ljóst hvort að Oscar fái heimild til að keppa þó svo að hann nái tilskyldum lágmörkum.

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Oddi hf, fiskverkun, Eyrargötu 1
Vestri hf - Oddi, Eyrargötu
Vesturbyggð, Aðalstræti 63

Tálknafjörður

Eik hf, trésmiðja, Strandgötu 37

Pingeyri

Bibbi Jóns ehf, Brekkugötu 31
Brautin sf, Vallargötu 8
F&S Hóperðabílar ehf, Aðalstræti 27

Staður

Bæjarhreppur, Bæ II

Hólmavík

Kaupfélag Steingrímsfjarðar, Höfðagötu 3
Kópnes ehf, Vitabraut 3

Drangsnes

Grímsey ST-002
Kjörvogur
Hótel Djúpavík ehf, Árneshreppi

Norðurfjörður

Árneshreppur, Norðurfirði

Hvammstangi

Egill Gunnlaugsson, dýralæknir,
Hvammstangabraut 26
Heilbrigðisstofnunin Hvammstanga, Spítalastíg 1
Selasetur Íslands ehf, Brekkugötu 2
Stýrihópur um forvarnir, Húnaþing vestra,
Klapparstíg 4
Villi Valli ehf, Hvammstangabraut 33

Blönduós

Grettir sf, fjölrítunarstofa, Þverbraut 1
Húnavatnshreppur, Húnavöllum
Krákur ehf, Melabraut 21
Kvenfélag Svínavatnshrepps
Vélsmiðja Alla ehf, Efstabraut 2

Skagatrönd

Kvenfélagið Hekla
Skagabyggð, Örlygsstöðum II
Trésmiðja Helga Gunnarssonar ehf, Mánabraut 2

Í góðum
málum



Reykjavíkumaraþon Glitnis

Glitnir, aðalsamstarfsaðili Special Olympics á Íslandi, er samstarfsaðili maraþonsins sem nú heitir Reykjavíkumaraþon Glitnis. Hlaupið verður haldið í 24. sinn laugardaginn 18. ágúst næstkomandi undir kjörorðinu „Allir sigra!“ Það vísar til þess að allur almenningur á sem fyrir erindi í hlaupið og finnur sér vegalengd og hraða við hæfi. Auk áheita Glitnis á þá starfsmenn sína sem þátt taka í hlaupinu bryddar bankinn nú upp á þeirri nýjung að heita á þá viðskiptavinum sína sem þátt taka. Ákveða viðskiptavinirnir sjálfir vegalengdina og samtök njóta góðs af þátttökunni.

Í fyrra hljóp einn starfsmanna Glitnis hálfmaraþon til styrktar starfsemi Íþróttasambands fatlaðra, sem og



starfsfólk Össurar hf. en fyrirtækið hefur um árabíl verið einn aðal samstarfsaðili sambandsins. Hafa þessir og fleiri aðilar tilkynnt að í hlaupinu í ár muni þeir afur hlaupa

til styrktar sambandinu og kunnum við þeim okkar bestu þakkir fyrir velvilja og veittan stuðning.

Texti: Ólafur S. Magnússon



Virðing
Réttlæti



Samkaup strax



VST Verkræðistofa
Sigurðar Thoroddsen hf.

SMITH &
NORLAND
www.sminor.is



LANDSSAMTÖKIN
PROSKAHJÁLP



Svæðisskrifstofu málefna fatlaðra Suðurlandi
Eyravegí 67
800 Selfoss

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Örvi ehf, Hólabraut 24

Sauðárkrókur

Aldan - stéttarfélag, Sæmundargötu 7a
Fisk - Seafood hf, Eyrarvegi 18
Friðrik Jónsson ehf, Borgarröst 8
Heilbrigðisstofnunin Sauðárkróki, Sauðárhæðum
Kaupfélag Skagfirðinga, Ártorgi 1
Kvenfélagið Framför
Norðurbík ehf, Borgarröst 4
Sjúkraþjálfun Sigurveigar ehf, Aðalgötu 20b
Steypustöð Skagafjarðar, Skarðseyri 2
Sveitarfélagið Skagafjörður, Faxatorgi 1
Útgerðarfélagið Sæfari ehf, Hrauni
Verslun Haraldar Júlíussonar, Aðalgötu 22
Vinnuvélar Guðmundar og Skúla sf, Borgarröst 4
Vörumiðlun ehf, Eyrarvegi 21

Varmahlíð

Akrahreppur Skagafirði
Álftagerðisbræður ehf, Álftagerði
Varmahlíðarskóli

Hofsós

Vesturfarasetrið, Suðurbraut 8

Siglufjörður

Fjallabyggð, Gránugötu 24
Siglufjarðarkirkja
Snerpa, íþróttafélag fatlaðra, Lindargötu 2

Akureyri

Akureyrarkirkja, Eyrarlandsvegi
Arnarfell ehf, Sjafnarnesi 2-4
AVH ehf, Mýrarvegi Kaupangi
Ásbyrgi - Flóra ehf, Frostagötu 2a
Baugsbót sf, bifreiðaverkstæði, Frostagötu 1b
Bifreiðaverkstæði Bjarnhéðins ehf, Fjölnisgötu 2a
Bjálkinn ehf, Lækjargötu 4
Björn Rögnvaldsson ehf, Kaupangi v/Mýrarveg
DNG ehf, Lónsbakka
Dýralæknaþjónusta Eyjafjarðar ehf, Perlugötu 11
Eining-Iðja, Skipagötu 14
Endurhæfingarstöðin Sjálfsbjörg Akureyri,
Bugðusiðu 1
Félagsbúið Hallgilsstöðum, Hallgilsstöðum
Form ehf, Mýrarvegi Kaupangi
Fremri Almannatengsl, Þórsstíg 4
Föl ehf, Lerkilundi 24
Girðingarþjónustan Litluhlíð ehf, Litluhlíð
Gróðrarstöðin Réttarhóll, Svalbarðseyri

Hártískan sf, Kaupangi við Mýrarveg
Heilsuhornið, Glerártorgi
Hlíð hf, Kotárgerði 30
Hlíðarskóli, Varpholti
Húsprýði sf, Múlasíðu 48
Íþróttamiðstöð Glerárskóla
Kjarnafæði hf, Fjölnisgötu 1b
KPMG Endurskoðun Akureyri hf, Glerárgötu 24
Kvenfélagið Baldursbrá, Tröllagil 14
Lögmannshlíð lögfræðipjónusta ehf, Glerárgötu 36
Medulla ehf, Strandgötu 37
Miðstöð ehf, Draupnisgötu 3g
Norðurorka hf, Rangárvöllum
Orlofsbyggðin Illugastaðir, Fnjóskadal
Passion ehf, Hafnarstræti 88
Rafeyri ehf, Norðurtanga 5
Rafmenn ehf, Fjölnisgötu 2b
Raftó ehf, Hjalteyrargötu 6
Samherji hf, Glerárgötu 30
Sjómannaþlaðið Víkingur, Byggðarvegi 101 b
Slippurinn Akureyri ehf, Hjalteyrargötu 20
Stefna ehf, Hafnarstræti 95
Tannlæknastofa Árna Páls Halldórssonar,
Mýrarvegi
Tannlæknastofa Sigrúnar Marteinsdóttur,
Þórunnarstræti 114
Toyota Akureyri, Baldursnesi 1
Trétak ehf, Klettaborg 13
Valsárskóli, Svalbarðseyri
Verkval ehf, Miðhúsavegi 4
Virkni ehf, Lyngholti 28
Þekking - Tristan hf, Hafnarstræti 93-95
Ösp sf, trésmiðja, Furulundi 15f

Grímsey

Grímseyjarhreppur, Öldutúni 1
Sigurbjörn ehf, útgerð, Öldutúni 4

Dalvík

BHS, bíla- og vélaverkstæði, Fossbrún 2
Gistihús Ytri-Vík, Kálfsskinni Árskógsströnd
Njáll ehf, Dalbraut 13
Norðurstroind ehf, Ránarbraut 10
Tannlæknastofan á Dalvík, Hólavegi 6

Ólafsfjörður

Árni Helgason vélaverkstæði, Hlíðarvegi 54
Sigurjón Magnússon ehf, Námuvegi 2
Sjómannafélag Ólafsfjarðar, Brekkugötu 9
Sparisjóður Ólafsfjarðar, Aðalgötu 14

Frábær stuðningur starfsfólks Símans við fatlað sundfólk

Í tengslum við undirskrift samstarfsamnings Símans og Sundsambands Íslands, stóðu starfsmenn Símans fyrir n.k. sundkarnivali í Laugardalslauginni þriðjudaginn 7. maí frá kl. 14:00 – 17:00. Settar voru upp sérstakar stöðvar og voru armbönd afhent á hverri stöð. Markmið starfsmanna var að safna sem flestum armböndum en hvert armband staðfesti ákveðna upphæð sem Síminn ætlaði að leggja fram til stuðnings fötluðu sundfólki innan raða ÍF. Fatlað sundfólk sem aðstoðaði við afhendingu armbandanna skemmti sér konunglega þennan dag með starfsfólki Símans. Mjög mikil þátttaka var meðal starfsmanna og sumir létu sig hafa það að fara í fyrsta skipti í stóru rennibrautina, bara til að fá

armband fyrir þá stöð.

Fulltrúum ÍF var boðið í móttöku hjá Símanum mánudaginn 14. maí en þar var formanni Íþróttasambands fatlaðra, Sveini Áka Lúðvíkssyni, afhent ávísun að upphæð kr. þrjár milljónir, fimm hundruð og fimmtán þúsund. Þessi háa upphæð staðfestir þá miklu samstöðu og áhuga á verkefninu sem fram kom hjá starfsfólki Símans en allir sýndu ótrúlega mikinn áhuga á að safna armböndum. Fjárhæðina á að nýta í þágu fatlaðs sundfólks í röðum ÍF og hefur verið staðfest að ætlunin er að kaupa sérstaka sundbekki sem taldir eru vera mjög mikilvægir til notkunar við þjálfun sundfólksins. Nánari útfærsla verður staðfest síðar en sundnefnd ÍF og landsliðsþjálfarar verða ráðgjafar

vegna þessa, auk þess sem leitað verður eftir ábendingum frá þjálfurum aðildarfélaganna. Í móttökunni var m.a. fatlað sundfólk sem aðstoðaði við afhendingu armbandanna og hópurinn var leystur út með gjöfum að lokinni móttöku. Þetta framtak starfsfólks Símans er eftirtektarvert og til fyrirmyndar og fyrir fatlað sundfólk er þessi stuðningur ómetanlegur. Íþróttasamband fatlaðra þakkar öllum þeim sem lögðu hönd á plóg til að gera þetta verkefni að veruleika, starfsfólki Símans, forsvarsmönnum Símans og Sundsambandi Íslands sem vann að undirbúningi og framkvæmd í samstarfi við Símann. Jafnframt er starfsfólki Símans óskað til hamingju með þetta verkefni sem án efa skilar sér í hvetjandi starfsumhverfi og góðum starfsanda.

Texti: Anna K. Vilhjálmstöttir, framkv.stj. Special Olympics á Íslandi



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Hrísey

Grunnskólinn í Hrísey, Hrísey

Húsavík

Árni ÞH 127 ehf, Skólagarði 8

Félagsbú, Fagranesi

Fjallasýn Rúnars Óskarssonar ehf, Hrístateigi 5

Fjörfiskur ehf, Héðinsbraut 4

Höfðavélar ehf, Höfða 1

Lindi ehf, Ketilsbraut 13

Rauði kross Íslands á Húsavík

Skóbúð Húsavíkur, Garðarsbraut 13

Laugar

Framhaldsskólinn á Laugum, Laugum Reykjadal

Sparisjóður Suður- Þingeyinga, Kjarna, Laugum,

Mývatn

Grænar lausnir ehf, Bjarnarflagi

Kvenfélag Mývatnssveitar

Raufarhöfn

Hótel Norðurljós, Aðalbraut 2

Þórshöfn

Ferðaþjónusta bænda, Ytra-Álandi

Haki ehf, Langanesvegi 29

Hraðfrystistöð Þórshafnar hf, Eyrarvegi 16

Langanesbyggð, Fjarðarvegi 3

Trésmiðjan Brú hf, Brúarlandi

Vopnafjörður

Sláturfélag Vopnfirðinga hf, Hafnarbyggð 6

Vopnafjarðarhreppur, Hamrahlíð 15

Egilsstaðir

Bókasafn Héraðsbúa, Laufskógum 1

Ferðaskrifstofa Austurlands, Kaupvangi 10

Fljóttdalshérað, Lyngási 12

Hitaveita Egilsstaða og Fella ehf, Einhleypingi 1

Hraðbúð ESSO www.khb.is, Kaupvangi 6

Menntaskólinn á Egilsstöðum, Tjarnarbraut 25

Myllan ehf, Miðási 12

PV-pípulagnir ehf, Náttþaga

Rendita ehf, Kaupvangi 6

Skógrækt ríkisins, Miðvangi 2

Verkfræðistofa Austurlands ehf, Kaupvangi 5

Verslunarmannafélag Austurlands, Miðvangi 2-4

Seyðisfjörður

Gullberg hf, útgerð, Langatanga 5

Rauði kross Ísl., Seyðisfirði

Seyðisfjarðarkaupstaður, Hafnargata 44

Reyðarfjörður

Heilbrigðisstofnun Austurlands, Austurvegi 20

Hólmar, húsgagnaverslun ehf, Austurvegi 29

Skólaskrifstofa Austurlands, Búðareyri 4

Eskifjörður

Kría veitingasala ehf, Svinaskálahlíð 17

Tannlæknastofa Guðna Óskarssonar, Hólsvegi 3a

Neskaupstaður

Nestak ehf, byggingaverktaki, Nesbakka 2

Rafgeisli Tómas R Zoéga ehf, Hafnarbraut 10

Sandvíkingur NK-041

Tölvusmiðjan ehf, Nesgötu 7

Fáskrúðsfjörður

Loðnuvinnslan hf, Skólavegi 59

Stöðvarfjörður

Lukka ehf, Fjarðarbraut 11

Breiðdalsvík

Héraðsdýralæknir Austurlandsumdæmis syðra,

Ásvegi 31

Hornafjörður

Félagsbúið Hnappavöllum 4, Hnappavöllum 4

Heilbrigðisstofnun Suðausturlands, Víkurbraut 31

Herborg SF-69

Hvanney SF 51

Skinney - Þinganes hf, Krossey

Skólaskrifstofur Hafnar, Hafnarbraut 27

Ögmund ehf, Skólabrú 4

Selfoss

Básinn, veitingastaður, Efstalandi

Bifreiðaverkstæðið Klettur ehf, Hrísmýri 3

Bisk-verk ehf, Bjarkarbraut 3, Reykholti

Bílasala Suðurlands ehf, Fossnesi 14

Borgarhús ehf, Minni-Borg

Búnaðarfélag Grafningshrepps, Villingavatni

Búnaðarfélag Villingaholtshrepps, Hurðarbaki

Byggingarfélagið Árborg ehf, Bankavegi 5

Dýralæknaþjónusta Suðurlands sími 482-3060,

Stuðlum

Fossvélur ehf, Hrísmýri 4

Framsóknarfélag Árnessýslu, Heiði

Grímsnes- og Grafningshreppur,

Stjórnsýsluhúsinu Borg

Guðmundur Tyrfingsson ehf, Fossnesi C

Heimili og menntir ehf, Baugstjörn 33

Hitaveita Frambæja, Skarði

Golfmót GSFÍ 18. júlí 2007

GSFÍ stóð fyrir golfmóti 18. júlí á æfingavelli Keilis í Hafnarfirði.

Þátttakendur voru fatlaðir einstaklingar sem æft hafa á vegum GSFÍ í Básum í sumar en golfæfingar hafa verið þar í boði alla miðvikudaga kl. 16:00 - 18:00 í samstarfi GSFÍ og GolfPro.

Aðaldriffjöldur og umsjónarmaður þessa verkefnis er Hörður Barðdal sem hefur sýnt einstakan áhuga á því að efla golfáhuga fatlaðra á Íslandi.

Mótið var skipulagt með tilliti til þess að allir gætu verið með, sumir spiluðu einir og aðrir Texas Scramble með aðstoðarmanni. Teiggjafir voru afhentar hverjum keppanda og mikil stemning ríkti í hópnum.

Efri mynd: Runólfur Flekkenstein ásamt Herði Barðdal.

Neðri mynd: hluti þátttakenda ásamt aðstoðarfólki, sem spilaði með í Texas Scramble, og Herði Barðdal.



Ólafur Ólafsson sæmdur gullmerki ÍSÍ

Á sambandsþingi Íþróttasambands fatlaðra í apríl s.l. var Ólafur Ólafsson, formaður Aspar, sæmdur gullmerki ÍSÍ. Það var Stefán Konráðsson, framkvæmdastjóri ÍSÍ sem veitti Ólafi viðurkenninguna.



BETRI KJÖR Á FJÁRMÁLAPJÓNUSTU OG TRYGGINGUM

Vöxtur samanstendur af bankþjónustu Kaupþings, tryggingaþjónustu frá VÍS, Kaupþingi lífi og lífís, fjármögnun frá Lýsingu og heimagæslu frá Öryggismiðstöðinni. Þú getur valið um fjölda þjónustubátta í Vexti og sparnaðurinn eykst eftir því sem þú nýtir þér fleiri þjónustubætti.

Pantaðu ráðgjöf á voxtur.is, hafðu samband við þjónustuver Kaupþings í síma 444 7000, þjónustuver VÍS í síma 560 5000 eða komdu við í næsta útibúi til að kynna þér málið.

VÖ XT UR

– þú færð meira

Kynning á Laugarvatni fyrir nemendur KHÍ

Kynning á Laugarvatni fyrir nemendur KHÍ var haldin þriðjudaginn 23. janúar. Fulltrúar ÍF voru Anna K. Vilhjálmsdóttir og Svanur Ingvarsson. Á myndinni eru nemendur að skoða og prófa skíðasleða sem gefinn var ÍF til minningar um Axel Gunnlaugsson.



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Hótel Geysir og Söluskálinn ehf, Haukadal
Jáverk ehf, Gagnheiði 28
Jóhann Helgi og Co ehf, Vatnsholti 2
Kvenfélag Gaulverjabæjarhrepps,
Vorsabæjarhjáleigu
Mjöltnir, vörubílstjórastofa, Hrísmýri 1
Nesey ehf, Suðurbraut 7 Gnúpverjahreppi
Plastiðjan ehf, Gagnheiði 17
Pylsuvagninn Selfossi, Besti bitinn í bænum
Ræktunarsamband Flóa og Skeiða, Gagnheiði 35
S. G. Hús hf, Austurvegi 69
Selfossveitur bs, Austurvegi 67
Selós ehf, Eyravegi 51
Set ehf, plaströverksmiðja, Eyravegi 41
Sólheimar í Grímsnesi
Sunnlenska fréttablaðið, Austurvegi 22
Tannlæknastofa Halldórs Sigþórssonar,
Austurvegi 44
Tölvutak ehf, Eyravegi 27
Veislubjónusta Suðurlands ehf, Eyravegi 49
Verkfræðistofa Suðurlands ehf, Austurvegi 3-5
Vélabjónusta Ingvars, Gagnheiði 45

Hveragerði

Eldhestar ehf, Völlum
Gistiheimilið Frumskógar, Frumskógum 3

Grunnskólinn í Hveragerði, Skólamörk 6
Heilsustofnun NLFÍ Hveragerði www.hnlf.is,
Grænumörk 10
Hveragerðiskirkja, Bröttuhlíð 5
Tannlæknastofa Þórðar B ehf, Breiðumörk 18
Þorlákshöfn
Auðbjörg ehf, Hafnarskeiði 17-19
Fagus ehf, Unubakka 18-20
Frostfiskur ehf, Hafnarskeiði 6
Fölvir ehf, Óseyrarbraut
Grunnskólinn í Þorlákshöfn
Sveitarfélagið Ölfus, Hafnarbergi 1

Eyrbakk

Héraðssjóður Árneshóla, Túngötu 20

Stokkseyri

Kvenfélag Stokkseyrar
Við fjöruborðið, Eyrbraut 3a

Hella

Fannberg ehf, Þrúðvangi 18
Hótel Rangá, Suðurlandsvegi
Kvenfélag Oddakirkju
Kvenfélagið Sigurvon
Sólfugl ehf, Heiðvangi 6

GÓÐIR
GLITNIS
PUNKTAR

SKRÁÐU
ÞIG
NÚNA!

ÞÖKKUM FRÁBÆRAR MÓTTÖKUR!

Þúsundir viðskiptavina hafa nú þegar skráð sig í Vildarklúbb Glitnis. Ert þú ekki örugglega einn af þeim? Meðlimir safna verðmætum Glitnispunktum fyrir það eitt að vera í viðskiptum við Glitni og samstarfsaðila.

Vildarklúbbur Glitnis margborgar sig ... punktur!

GLITNIR

Kynntu þér málið á www.glitnir.is,
í næsta útibúi eða hjá þjónustuveri í síma 440 4000.

Móttaka styrkja

Allt frá stofnun Íþróttasambands fatlaðra 1979 hafa Kiwanis- og Lionsklúbbar verið meðal dyggustu stuðnings- og styrktaraðila sambandsins. Þannig hafa klúbbarnir veitt fjárhagslega styrki til margvislegra verkefna sem staðið hefur verið að um dagana auk þess sem fulltrúar þessara hreyfinga sátu á fyrstu árum í stjórn ÍF.

Í ár veittu Kiwanis- og Lionsklúbbar víðs vegar um landið sambandinu styrki til Norræna barna- og unglingamótsins sem haldið var hér á landi í júlímánuði sl. Nokkrir þessara klúbba hafa haft þann háttinn á að afhenda persónulega þá styrki sem þeir veita og er það óneitanlega gleðiefni að fá heimsóknir þessara aðila og eða fá tækifæri til að heimsækja þá og fræða um starfsemi Íþróttasambands fatlaðra.

Þannig veitti Ólafur S. Magnússon, framkvæmdastjóri fjármálasviðs ÍF, viðtöku styrk frá Kiwanisklúbbnum Geysi og Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍF, styrkjum frá Kiwanisklúbbnum Heklu og Lionessklúbbnum Eir, auk þess sem Lionessurnar aðstoðuðu við ýmis störf meðan á Norræna barna- og unglingamótinu stóð.

Á myndunum sjást Sveinn Áki Lúðvíksson og Ólafur Magnússon veita styrkjum til ÍF viðtöku.



Landsteinar Strengur

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra



Hvolsvöllur

Búaðföng, Stórólfsvelli
Félag íslenskra bifreiðaeiganda, Stóragerði 3
Fylkir, vörubílstjórastofa, Eystri-Torfastöðum 1
Rauði kross Íslands, Rangárvallasýsludeild
Tjaldstæði Skógarfoss
Ungmennafélagið Njáll

Vík

Byggingafélagið Klakkur ehf, Smiðjuvegi 9
Mýrdalshreppur, Austurvegi 17
Mýrdælingur ehf, Suðurvíkurvegi 2

Kirkjubæjarklaustur

Hótel Laki, Efri-Vík
Kvenfélag Skaftártungu, Ljótastöðum
Tjaldstæðið Kirkjubæ 2, Vestur Skaftafellssýslu

Vestmannaeyjar

Bergur ehf, Pósthólf 236
Bragginn sf, bílaverkstæði, Flötum 20
Eyjabúð, Strandvegi 60

Eyjasýn ehf, Strandvegi 47
Eyrún hf, prentsmiðja, Hlíðarvegi 7
Framhaldsskólinn í Vestmannaeyjum
Grunnskóli Vestmannaeyja, Skólavegi 38-40
Ísfélag Vestmannaeyja hf, Strandvegi 28
Íþróttabandalag Vestmannaeyja, Félagsheimilinu
við Heiðarveg
Karl Kristmanns, umboðs- og heildverslun,
Ofanleitisvegi 15-19
Narfi ehf, Strembugötu 8
Ós ehf, Illugagötu 44
Pétursey ehf, Flötum 31
Siglingatæki sf, Illugagötu 52b
Skattstofa Vestmannaeyja, Heiðarvegi 15
Skýlið, Friðarhöfn
Stígandi hf, útgerð, Básaskersbryggju 3
Vestmannaeyjabær, Ráðhúsinu
Vélaverkstæðið Þór ehf, Norðursundi 9
Vinnslustöðin hf, Hafnargötu 2



Samstarfsaðilar Íþróttasambands fatlaðra

Aðal samstarfsaðilar



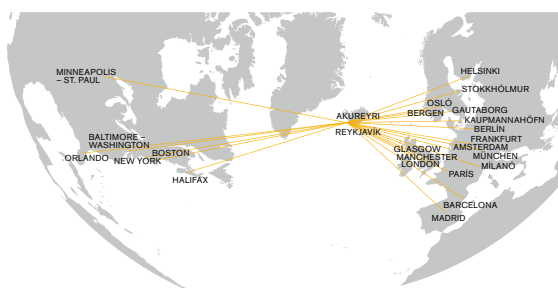
Aðrir samstarfsaðilar



www.isisport.is/if



GÓÐ HUGMYND FRÁ ÍSLANDI



KRAFTUR

Seigla í sambúð við krefjandi náttúru kveikir af sér góðar hugmyndir. Farþegar Ícelandair njóta þannig öryggis og hagræðis sem er í því fólgið að Ícelandair ber ábyrgð á farþegum sínum og farangri þeirra hvert sem leiðin liggur. Góð, íslensk tilfinning.

