

Tímarit Íþróttasambands fatlaðra

HVATI



1. tbl. 2013 - 23. árgangur



**REIMUM
OKKAR
BESTA!**

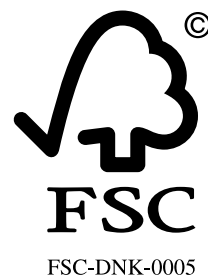


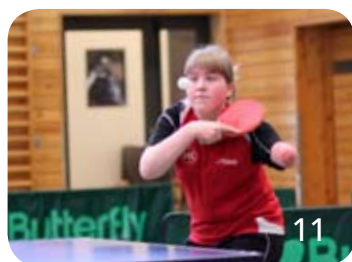
Special Olympics

Stærsti sigurinn er að vera með!



Rúmfatalagerinn er með frábær garðhúsgögn af mörgum gerðum og í margs konar litum. Þú finnur alveg örugglega stílinn og gæðin sem henta þér, því í úrvali okkar má finna allt frá úrvals harðviðar- og tekkhúsgögnum til góðra plasthúsgagna. Við sýnum úrval húsgagna okkar í þessum vörulista svo að þú getir séð hvernig þú getur blandað saman borðum og stólum sitt á hvað eftir þínum smekk. Listinn er þægilegur og auðskiljanlegur og gefur ótal hugmyndir. Við erum stolt af því að öll harðviðarhúsgögn okkar eru gerð úr FSC-vottuðum viði. Það er trygging þín fyrir því að þú styðjir sjálfbæra skógrækt. FSC-vottun merkir að skógurinn sem tréð er úr er skoðaður af óháðum aðilum og metinn samkvæmt þeim umhverfislegu, félagslegu og hagrænu reglum og viðmiðum sem Forest Stewardship Council setur ábyrgri skógrækt. FSC eru alþjóðleg samtök sem ekki eru rekin í hagnaðarskyni og þar vinna umhverfissamtök, framfarasinnaðir eigendur skóga og fyrirtæki saman að því að bæta eftirlit með skógum heimsins. JYSK er einn af stofnendum TFT, Tropical Forest Trust, sem vinnur að stuðningi við FSC um heim allan.





Bls.

- 5 Ávarp – Sveinn Áki Lúðvíksson
- 7 Ávarp – Illugi Gunnarsson
- 9 Kveðja Ólafur E. Rafnsson
- 11 Íslandsmót ÍF í Laugardal
- 12 Íslandsmót ÍF í frjálsum utanhúss
- 15 Sjómannaþikarinn í sundi
- 17 Íslandsmót í sundi
- 18 Alþjóðaleikar SO Suður-Kóreu 2013
- 20 Hvatningarverðlaun til Hólabrekkuskóla
- 22 Íslandsleikar Special Olympics í knattspyrnu
- 24 Reimum okkar besta!
- 26 Jafnréttisviðurkenning KSÍ 2013
- 28 Fundur norrænnar nefndar Special Olympics
- 30 Sambandsþing ÍF 2013
- 32 Beth Fox handhafi Cobb Partnership verðlaunanna 2013
- 34 Vetrarólympíumót fatlaðra 2014
- 34 Norræna barna- og unglíngamótið
- 36 Áfram veginn – verkefnn framundan
- 38 Sollumót
- 40 Minningarmót Harðar Barðdal
- 42 Skíðanámskeið í Hlíðarfjalli vorið 2013
- 44 Styrkir og samningar
- 46 Kristín Guðmundsdóttir handhafi fálkaorðunnar
- 46 Vladimir á Sólheimum

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Reykjavík

4th floor hótél
A. Margeirsson ehf
AB varahlutir ehf
Accountant-bókhald og skattaráðgjöf
Aðalvík ehf
Arev verðbréfafyrirtæki hf
Arkitektastofan OG ehf
Augljós laser augnlækningar ehf
Auglýsingastofan ENNEMM
Áberandi ehf
Árbæjarapótek ehf
Árbæjarþrek, heilsurækt
Ásbjörn Ólafsson ehf
Ásbyrgi, fasteignasala
Á.T.V.R
B.K.flutningar ehf
Badminton samband Íslands
Balance ehf
Balletskóli Sigríðar Ármann ehf
Bernhöftsbakarí ehf
Betri bílar ehf, s:568 1411
Bífreiðastillingar Nicolai
Bílabarinn
Bíla viðgerðir sf
Bjartur-Veröld ehf
Blaðamannafélag Íslands
Blikksmiðurinn hf
Boreal ehf, ferðaþjónusta
Bókavirkid ehf
Bókhaldsþjónusta Júlíönu ehf
Bókhaldsþjónustan Vík
Bón Fús
Brauhúsið ehf
Breyting ehf
Brynja, Hússjóður Öryrkjabandalagsins
BSRB
Búálfurinn
Byggingarfélag Gylfa og Gunnars ehf
Casino ehf
CC bílaleiga ehf
Danica sjávarfurðir ehf
E.F. Ben ehf
E.T. ehf
Effect ehf

Efling stéttarfélag
Efnalaugin Katla ehf
Eico ehf
Eignamiðlunin ehf
Einar Jónsson Skipaþjónusta
Eldhús sælkerans ehf
Endurskoðendabjónustan ehf
Endurskoðun og Fasteignir ehf
Endurskoðun og reikningskil hf
Erf ehf
Eykt ehf
Fasteignakaup ehf
Fasteignasalan Garður ehf
Fastus ehf
Faxaflóahafnir sf
Fást ehf
Felgur smiðja ehf
Ferðamálastofa
Ferill ehf, verkfræðistofa
Félag pípulagningameistara
Félagsbústaðir hf
Fiskmarkaðurinn ehf
Fífa ehf
Fínka ehf, málningarverktakar
Fjallabak ehf
Fjárfestingamiðlun Íslands ehf
Fjölás ehf
Fosshótel ehf
Fraktflutningar ehf
Fræðslumiðstöð Ökukennarafélags Íslands
Gallabuxnabúðin Kringlunni
Garðs Apótek ehf
Gáski sjúkráþjálfun ehf
GB Tjónaviðgerðir ehf
Geiri ehf, umboðs- og heildverslun
Genís ehf
Gjögur hf
Gláma-Kím, Arkitektar
Glerpró ehf, www.glerpro.is
Gluggasmiðjan hf
Grandakaffi ehf
Guðmundur Arason ehf-GA Smíðajárn
Guðmundur Jónasson ehf
Gullkúnn Helgu skartgripaverslun

Gullsmiðja Óla
H.N. markaðssamskipti ehf
Hafgæði sf
Halldór Jónsson ehf
HB Grandi hf
Helgason og Co ehf
Henson sports
Hereford Steikhús ehf
Herrafataverslun Birgis ehf
HKG ehf
Hitastýring hf, raftækjavinnustofa
Hitatækni ehf
Hljóðbók-hljóðvinnslan
Hollt og gott ehf
Hópfæðabílar Allrahanda
Hótel Cabin ehf
Hótel Frón ehf
Hótel Hringhotels
Hótel Leifur Eiríksson ehf
Hótel Óðinsvé hf
Hreyfimyndasmiðjan ehf
Hreysti ehf
Hugsa sér ehf
Hugsmiðjan ehf
Húsalagnir ehf
Húsið, fasteignasala
Hvítlist hf
Höfðakaffi ehf
Ice Consult ehf
Iceland Seafood ehf
Ingileifur Jónsson ehf
Init ehf
Innigarðar ehf
Innnes ehf
Intellecta ehf
Íhlutir ehf
Ísaga hf
Ísfrost ehf
Íslandsstofa
Íslensk endurskoðun ehf
Íspólar ehf
Ís-spor ehf
Íþróttafélagið Fyllir
Íþrótt- og tómstundasvið Reykjavíkur
JE Skjanni ehf byggingaverktakar

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

Ávarp formanns

Á nokkurra ára fresti breytir mannkynið siðvenjum sínum. Það eru alltaf að koma upp nýjar bylgjur tækninýjunga sem hafa áhrif á líf okkar. Það er ekki svo langt síðan tölvur urðu almenningseign og hver hefði trúað fyrir 30 árum að maður gæti talað í síma nánast hvar sem er, jafnt á fjallstindi sem í hjólastól eða á gangi um stræti. Fyrstu farsímarnir voru stórir og klossaðir síðan var keppikeflið að minnka þá niður í næstum ekki neitt en nú eru þeir að stækka aftur þar sem þeir eru að keppa við spjaldtölur og eru jafnvel orðnir sem einkatölva. En þrátt fyrir að síminn eða spjaldtölvan séu orðin bestu vinir mannsins er það netið sem hefur einna mest áhrif á líf okkar. Nú er það orðið svo að við notum símann jafnvel meira í netsamskiptum en sem síma. Samskiptamiðlar eins og Fésbók, Twitter, LinkedIn, blogg og YouTube er það sem fólk nýtir mest í dag. En spurningin er hvort þetta sé heppileg þróun. Að mörgu leyti, þar sem upplýsingaöflun verður auðveldari og markvissari. Hægt er að nálgast upplýsingar strax, hvar sem maður er staddur og því kleift að afla sér upplýsinga og fræðast um þau efni sem áhugi er á. Sparnaður er því ótvíræður hjá þeim sem vill koma upplýsingum á framfæri fljótt og vel.

Á heimasíðu Íþróttasambands fatlaðra <http://ifsport.is/> eru margvíslegar upplýsingar og fróðleikur um starf sambandsins. Að sjálfsögðu eru úrslit úr hinum ýmsu mótum áberandi, bæði innanlands sem utan. Margar myndir úr keppni og leik prýða heimasíðuna og eru margar hverjar hrein snilld.

Þarna er að finna margvíslegt fræðslufni, bæði greinar, kennslufni sem og lista yfir myndbönd sem til eru á skrifstofu ÍF.

Eitt af því sem finnst á heimasíðunni er verkefnalisti ÍF fyrir hvert starfsár. Þegar þessi listi er skoðaður sést hversu öflugt

starf sambandsins er. Að venju byrjar hvert starfsár með Nýárssundmóti barna og unglinga en síðan tekur hver viðburðurinn við af öðrum.

Námskeið, kynningar á nýjum íþróttum, Íslandsmót í hinum fjölmörgu greinum, æfingabúðir, sumarbúðir, erlend mót, fundir og ráðstefnur og svo mætti lengi telja.

Á þennan hátt kemur skrifstofa ÍF upplýsingum á framfæri, bæði fljótt og í miklu meira mæli en ef ætti að prenta allt út og senda. Skilaboð til hinna ýmsu íþróttafélaga sem og iðkenda verða markvissari og ítarlegri. Eins ná þessar upplýsingar til miklu fleiri sem hafa áhuga á verkefnum Íþróttasambands fatlaðra og þannig verður starfið opnara og áhugaverðara. Fyrir fatlaða iðkendur er þetta líka mikið hagræði, þeir þurfa ekki að koma á skrifstofuna eða hringja eftir upplýsingum.

En þá erum við líka komin að hinni hliðinni á netupplýsingunum. Það virðist sem svo að margir eigi orðið erfitt með eiga samskipti sín á milli öðruvísi en í gegnum netið. Venjuleg samskipti, augliti til auglits, hafa minnkað verulega og á þann hátt einangrast fjöldi manns og tilfinningar fyrir öðrum sem og tjáning hverfa. Upplýsingar verða ópersónulegar og nánast allar teknar sem ópersónulegar fréttir. Að sama skapi getur áreiti og einelti aukist og gefur netið þeim sem valda áreitinu auðvelda leið að koma fram nafnlaust og óáreitt við iðju sína.

Þegar minnst er á fréttir þá er líka fréttáflutningur á samskiptamiðlum oft orðinn of mikill og persónulegar upplýsingar opnar öllum, jafnt nánum sem ókunnum. Það má því spyrja hvort ekki þurfi að gæta hófs í þessum málum. Oft má satt



kyrrt liggja er gamalt máltæki sem mætti hafa oftari í huga á samskiptamiðlum.

Hins vegar breytir það því ekki að réttar og skilvirkar upplýsingar koma að gagni og gera mönnum kleift að ná árangri.

Því mun skrifstofa Íþróttasambands fatlaðra halda áfram að nýta sér nútíma samskiptatækni og koma á framfæri á skilvirkum hátt upplýsingum um starfið, bæði frá því sem liðið er og því sem er fram undan hverju sinni.

Eins og áður er starfið fjölbreytt og kraftmikið og hvet ég því alla lesendur til að fara inn á heimasíðu ÍF, <http://ifsport.is> og fylgjast með því mikla og spennandi starfi sem er í gangi hverju sinni.

En þrátt fyrir allar tækninýjungar og netvæðingu nýtur okkar góða blað Hvati áframhaldandi velgengni og bíða margir spenntir eftir útkomu blaðsins. Vonandi verður svo áfram, því netmiðlar koma aldrei alfarið í stað prentaðs efnis og má þar t.d. nefna sagnfræðilegt gildi.

Gleðilegt sumar.

Sveinn Áki Lúðvíksson,
formaður ÍF



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Jói útherji
Jón Egilsson hrl og Auður Björg
Jónsdóttir hdl
JP Lögmenn ehf
K. H. G. Þjónustan ehf
Kaffibarinn ehf
Katla skrifstofa og verksmiðja
Kemi ehf-www.kemi.is
Kirkjugarðar Reykjavíkurprófastsdæma
Kjaran ehf
Kjálkar ehf
Kjörgarður
Knattspyrnusamband Íslands
Kolaportið
KOM almannatengsl
Kr. St. lögmennstofa ehf
Kringlan
Kristján F. Oddsson ehf
Lagnalagerinn ehf
Landfestar ehf, fasteignafélag
Landsnet hf
Landssamband hestamannafélaga
Landssamband kúabænda
Landssamtök lífeyrissjóða
Láshúsið ehf
Leðurverkstæðið sf
Leiguval ehf
Lifland
Ljósblík Rafverktakar ehf
Loftstokkahreinsun.is, s:567 0882-893 3397
Logaland-Heilbrigðisvörur
Lyfjaver ehf
Lýsing hf
Lögafl-lögmennstofa
Lögmennafélag Íslands
Lögmennstofa Jóns G Briem hrl
Lögmennstofa Marteins Máss ehf
Lögsátt ehf
Löndun ehf
Magnús og Steingrímur ehf
Margt smátt ehf
Markaðsráð kindakjöts
Málarameistarar ehf
Meba-Rhodium
Menntaskólinn í Reykjavík
Menntaskólinn við Hamrahlíð
Merkismenn ehf
Mirage slf
Nostra Ræstingar ehf
Nói-Sírius hf
Olíudreifing ehf
Opus lögmenn ehf

Orka ehf
Orkuvirki ehf
Ortis tannréttingar slf
Ostabúðin
Ólafur Þorsteinsson ehf
Ósal ehf
Pappalagnir ehf
Pétur Stefánsson ehf
PG Þjónusta ehf
Pipar og salt ehf
Pixel ehf
Plastco ehf
Plúsmarkaðurinn
Poulsen ehf
Rafey ehf
Rafstilling ehf
Rafha ehf
Rafsvið sf
Raftækjaþjónustan sf
Rafver hf
Rafverk sf
Rafviðgerðir ehf
Rakarastofa Gríms ehf
Rannsóknarþjónustan Sýni ehf
RBG vélaleiga og verktakar ehf
Reimaþjónustan-Reimar og bönd ehf
Renniverkstæði Jóns Þorgrímssonar ehf
Renniverkstæði Ægis ehf
Reykjavíkurborg
Rétur lögmennstofa
Rétverk ehf
Rossopomodoro, veitingastaður
S4S ehf
Salli ehf
Saumsprettan ehf
Sálarrannsóknarfélag Reykjavíkur
Segna ehf
Shop co slf
Sigurður I Halldórsson hdl
Sigurður Rúnar Sæmundsson, tannlæknir
Sigurjón Arnlaugsson ehf
Sigurraf ehf
Silfurberg ehf
Síma- og tölvulagnir hf
Skóarinn í Kringlunni ehf
Skólavefurinn.is
Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins bs
SM kvótaþing ehf
Sónn ehf
Stilling ehf
Superjeep.is
Suzuki bílar hf

Svanur Ingimundarson málari
Sveinsbakari
Tandur hf
Tannálfur, tannlæknastofa
Tannlæknastofa Elínar Wang
Tannlæknastofa Friðgerðar Samúelsdóttur
Tannlæknastofa Sigríðar Rósu Víðisdóttur
Tannlæknastofa Tómasar Einarssonar
Tannlæknastofa Þórarins Jónssonar
Tannréttingar sf
Tannsmíðamiðstöðin sf
Tannsteini ehf
Tannval Elínar og Kristínar Gígju
Tannver Ásgeirs ehf
Tannþing ehf
TCM Innheimta ehf
Teiknistofan Óðinstorgi verkfræðideild
Tennis- og badmintonfélag Reykjavíkur
The Capital Inn
Topp húsið, fataverslun
Tónskóli Sigursveins D. Kristinssonar
Tölvu- og tækniþjónustan ehf
Umslag ehf
Undirföt.is
Útfararstofa Íslands ehf
VR
Varahlutaverslunin Kistufell ehf
VDO verslun og verkstæði
Vegamót
Veggisport
Veðiþjónustan Strengir
Verksýn ehf
Verslunartækni ehf
Verslunin Brynja ehf
Verslunin Kiss
Vesturröst —Sérverslun veiðimanna
Vélasalan ehf
Vélsmíðjan Harka hf
Vélvík ehf
Viðskiptastofan B.T. sf
Vilhjálmsson sf, heildverslun
Virtus endurskoðun
Vikurós ehf, bílamálun og réttingar
VSÓ Ráðgjöf ehf
Vörubílastöðin Próttur hf
www.regla.is, netbókhald
Þ.B. verktakar ehf
Þ.G. verktakar ehf
Þaktak ehf
Þvottahúsið A. Smith ehf
Ölver

Ávarp ráðherra

Það er löngu vitað að þátttaka í íþrótt- og félagsstarfi styrkir félags- og siðgæðisþroska barna og ungmenna, þar sem þau læra að taka tillit hvert til annars, setja sig í spor annarra og þurfa að vinna markvisst með öðrum auk þess að fylgja leikreglum. Í slíku starfi kynnast þau einnig margbreytileika lífsins þar sem mannauðurinn fær að njóta sín og hver og einn getur tekið þátt í starfinu á sínum forsendum.

Félagsleg samskipti af öllu tagi örva ungmenni til að sjá og virða sjónarmið annarra. Þátttaka í íþróttum á eigin forsendum eykur sjálfstraust einstaklingsins, bætir líðan og styrkir sjálfsmynd hans, enda er öllum mikilvægt að vera talinn einn af hópnum.

Öll þurfum við á sjálfstrausti og sjálfsöryggi að halda, hvort sem við búum við fötlun eða ekki, til að takast á við lífið og þær breytingar sem verða stöðugt í umhverfi okkar.

Að vera íþróttamaður krefst mikillar einbeitingar og íþróttafólk sem býr við fötlun þarf sterkan vilja og mikinn dugnað til að ná árangri. Íslenska þjóðin hefur fylgst af stolti með góðum árangri fötluðu íþróttamannanna á stórmótum.

Ísland tók fyrst þátt í Ólympíumóti fatlaðra árið 1980 sem haldið var í Hollandi. Á Ólympíumótinu í Seoul í Suður-Kóreu árið 1988 var hins vegar í fyrsta sinn notast við sömu íþróttamannvirki og notuð voru við Ólympíuleikana sem fram fóru fyrr sama ár. Á þá leika sendi Ísland 14 keppendur og unnu þeir til tvennra gullverðlauna, tvennra silfurverðlauna og sjö bronsverðlauna, og unnu þau hug og hjörtu landsmanna með glæsilegri frammistöðu. Skemmst er síðan að minnst Ólympíumótsins sem fram fór í London á síðast liðnu ári, þar sem glæsilegur árangur náðist.

En til þess að mögulegt sé að senda keppendur á stórmót eins og Ólympíu- og heimsmeistaramót og ná árangri þarf íþróttafólkið að sýna mikla þrautseigju og leggja á sig þrotlausar æfingar. Þá þarf góða umgjörð auk þess sem fjármunir og markviss þjálfun þarf ekki síður að vera til staðar.

Það krefst þekkingar og færni að starfa með þeim íþróttamönnum sem búa við fötlun. Hjá Íþróttasambandi fatlaðra starfar fólk sem hefur metnað, vilja og getu til að virkja afl hið jákvæða sjálfstrausts sem unga fólkið hefur til að bera. Einnig ber að minnst sérstaklega



á framlag þeirra fjölmörgu sjálfbóðaliða sem leggja fram ómælda vinnu til þessa mikilvæga starfs í hinum ýmsu íþróttafélögum víðs vegar um landið; fólks sem leggur áherslu á umburðarlyndi, ósérhlífni og viðurkenningu á rétti fatlaðra.

Megi starf ykkar hjá Íþróttasambandi fatlaðra halda áfram að vaxa og dafna hér eftir sem hingað til.

Illugi Gunnarsson,
mennta- og menningarmálaráðherra

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Fjarðaprif ehf.
Kirkjustíg 2
735 Eskifjörður

juris

**VÉLAR &
VERKEFRI**

BÍLAHÓTEL
Þjónusta við Leifstöð

icepharma
Bætt líðan • Betra líf

LÖGMENN THORSPLANI

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Seltjarnarnes

Nesskip hf
Prentsmiðjan Nes ehf
Rafþing, rafverktaki
Seltjarnarneskirkja

Vogar

Selhöfði ehf
Stálafli Orkuíðnaður ehf

Kópavogur

Aalborg Portland Íslandi hf
Ásborg slf
Átak ehf, bílaleiga
BB44 Gisting ehf
Bífreiðaverkstæðið Toppur ehf
Bílamarkaðurinn
Bílamálunin Varmi ehf
BSA varahlutir ehf
Cargo sendibílaleiga ehf
Digranesprestakall
Flugfélagið Atlanta hf
Frostmark ehf
Hafið-fiskverslun ehf
Hamraborg ehf
Hópvinnukerfi ehf – Focal Software & Consulting
Húsfélagapjónustan ehf
Hörðuból ehf
Ice in a bucket, Smáralind
Íslandsspil sf
Klukkan, úr og skartgripir
Kópavogsbær
Lakkskemman ehf
Lín ehf heildverslun
Loft og raftæki ehf
Lyfjaval ehf
Löggiltir endurskoðendur ehf
Lögmennsstofa SS ehf
Menn og mýs hf, hugbúnaðargerð
MHG verslun ehf
MótX ehf
Nobex ehf
Nýþrif ehf
Point á Íslandi ehf
Rafholt ehf
Rafmiðlun hf
Raftækjasalan ehf
S.p. verktakar ehf
Samval ehf
Setberg, bókaútgáfa
Slot ehf
Slökkvitækjaþjónustan ehf
Sólbaðstofan Sælan

Suðurverk hf
Söguferðir ehf
Tannsmíðastofan sf
Veitingaþjónusta Lárusar Loftssonar
Verkfræðistofan VSI öryggishönnun og ráðgjöf ehf
Vélaleiga Auberts Högnasonar
Virðing hf
Öryggismiðstöðin

Garðabær

Efnalaug Garðabæjar
Engilbert ÓH Snorrason
tannlæknastofa sf
Fitjaborg ehf
Garðabær
Geislataekni ehf–Laser-þjónustan
Hagráð ehf
Hannes Arnórsson ehf
Haraldur Böðvarsson og co ehf
Karla ehf
Latibær ehf
Leiksvið slf
Manus ehf
Marás ehf
Raftækniþjónusta Trausta ehf
Teknis ehf
Ungmennafélagið Stjarnan
Vistor hf
Öryggisgirðingar ehf

Hafnarfjörður

Aðalskoðun hf
Blómabúðin Burkni ehf
Bragi Þór–Ljósmyndun ehf
Byggingafélagið Sandfell ehf
DS lausnir ehf
Dverghamrar ehf
Endurskoðun Gunnars Hjaltal ehf
Fínþússning ehf
Fjarðargrjót ehf
Flensborgarskólinn
Flúrlampar ehf
Garðafl ehf
Geymsla Eitt ehf
H. Jacobsen
Hjólasprettur ehf
Hlaðbær-Colas hf, malbikunarstöð
Hraunhamar ehf
Húsamálari ehf
Hvalur hf
Hyggir ehf, endurskoðunarstofa
Ísfell ehf
Lagnameistari ehf

Lögfræðimiðstöðin ehf
Lögmenn Bæjarhrauni 8
Nonni Gull
Pappír hf
Sjúkraþjálfarinn ehf
Stálorka
Stálskip ehf
Stigamaðurinn ehf
Stokkhyllur ehf
Tannlæknastofa Harðar V Sigmarssonar sf
Trefjar ehf
Umbúðamiðlun ehf
VBS-verkfræðistofa ehf
Verkalýðsfélagið Hlíf
Verkþing ehf
Vélrás bifreiða- og vélaverkstæði
Viðhald og nýsmíði ehf
Viðir og Alda ehf
Þvottahúsið Faghreinsun

Álftanes

Karína ehf

Reykjanesbær

Bergnet ehf
Brunavarnir Suðurnesja
DMM Lausnir ehf
Express ehf
Fitjavík ehf
Georg V. Hannah sf
Grímsnes ehf
Ice Group Ltd
Kostur matvöruverslun
Nesraf ehf
Reykjanesbær
Rörvirki sf
Sigurður Haraldsson ehf
Toyota Reykjanesbæ
Trítón sf
Verslunarmannafélag Suðurnesja

Grindavík

Grindavíkurbær
Haustak ehf
HH-rafverktakar ehf
Marver ehf
Northern Light Inn
Sífell ehf
Sjómann-og vélstjórafélag Grindavíkur
Söluturninn Víkurbraut 62
Vísir hf
Þorbjörn hf
Sandgerði
Sinnfiskur ehf
Vélsmíða Sandgerðis ehf



Kveðja Ólafur E. Rafnsson 1963 – 2013

Við sviplegt og ótímabært fráfall öðlingsins Ólafs E. Rafnssonar, forseta Íþrótt- og Ólympíusambands Íslands, er okkur hjá Íþróttasambandi fatlaðra efst í huga þakklæti fyrir ómetanlegan stuðning hans og velvild við allt okkar starf, en hann sýndi starfi okkar mikinn áhuga og mætti á viðburði innan okkar raða jafnt innanlands sem utan. Að eiga slíkan bakhjarl er gríðarlegur styrkur og hvatning í öllu starfi. Það er mikill missir að slíkum manni fyrir allt íþróttastarf í landinu, manni með háleit markmið í íþróttum allra landsmanna.

Íþróttasamband fatlaðra þakkar Ólafi E. Rafnssyni hans fórnfúsa starf og sendir eftirlifandi eiginkonu hans, Gerði Guðjónsdóttur, börnum og ástvinum öllum, hugheilar samúðarkveðjur.



Ólafur Rafnsson var forseti ÍSÍ sem og FIBA Europe



Ólafur var sæmdur gullmerki Íþróttasambands fatlaðra á sambandsþingi ÍF 2011 á Selfossi. Sveinn Áki formaður ÍF nælir hér gullmerkinu í Ólaf.



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Garður

Amp rafverktaki ehf
Bifreiðaverkstæði Sigurðar
Guðmundssonar
Háteigur ehf, fiskverkunin

Mosfellsbær

A-Marine ehf
Dalsbú ehf
Glertækni ehf
Guðmundur S Borgarsson ehf
Hestaleigan Laxnesi
Hópferðabílar Jónatans Þórissonar ehf
Múr og meira ehf
Pílus ehf
Reykjabúið ehf
Vélsmiðjan Sveinn ehf

Akranes

Akraborg ehf
Akraneskaupstaður
B.Ó.B. sf, vinnuvélar
Bifreiðastöð Þórðar Þ Þórðarsonar
Bilver, bílaverkstæði ehf
Bjarmar ehf, vélaleiga
Brautin ehf
Glit málun ehf
Grastec ehf
Hópferðabílar Reynis Jóhanns ehf
Practica, bókhaldsþjónusta
Rafnes sf
Runólfur Hallfreðsson ehf
Sjúkraþjálfun Georgs Janussonar
Skagaverk ehf
Smurstöð Akraness sf
Snókur verktakar ehf
Straumnes ehf, rafverktakar
Vignir G. Jónsson hf

Borgarnes

Borgarverk hf, vinnuvélar
Bókhalds- og tölvuþjónustan sf
Búvangur ehf
Dýralæknaþjónusta Vesturlands ehf
Gistiheimilið Milli vina
Hársnyrtistofa Margrétar
Loftorka í Borgarnesi ehf
Ræktunarstöðin Syðra-Lágafelli ehf
Vegamót, þjónustumiðstöð
Vélaverkstæði Kristjáns ehf

Reykholt Borgarfirði

Sólvörð ehf

Stykkishólmur

Agustson ehf
Bókhaldsstofan Stykkishólmi ehf

Hótel Stykkishólmur ehf
Málflutningsstofa Snæfellsness
Narfeyri ehf
Rannsóknarnefnd sjóslysa
Sæfell ehf

Grundarfjörður

Hótel Framnes
Kvenfélagið Gley-mér-ei
RúBen ehf

Ólafsvík

Fiskmarkaður Íslands hf
Ingibjörg ehf
Litlalón ehf
Steinunn ehf
Tölvuverk bókhaldsþjónusta slf
Verslunin Kassinn ehf

Hellissandur

Breiðavík ehf
Félags- og skólaþjónusta Snæfellinga
Hraðfrystihús Hellissands hf
KG Fiskverkun ehf
Virkið ehf

Reykhólahreppur

Þörungaverksmiðjan hf

Ísafjörður

FishTec ehf
Fræðslumiðstöð Vestfjarða
H.V. umboðsverslun ehf—Heklu söluumboð
Hamraborg ehf
Ísafjarðarbær
Ísafjarðarhöfn
Útgerðarfélagið Kjölur ehf
Vélsmiðja Ísafjarðar ehf

Hnífsdalur

Verkstjórafélag Vestfjarða

Bolungarvík

Bolungarvíkurkaupstaður
Fiskmarkaður Bolungarvíkur og
Suðureyrar ehf
Glaður ehf
Málningarlagerinn sf
Ráðhús ehf
Sigurgeir G. Jóhannsson ehf

Súðavík

Jón Indíafari, veitingastaður
Súðavíkurhreppur

Suðureyri

Berti G ÍS-161
Klofningur ehf

Patreksfjörður

Einherji ehf
Hótel Flókalundur

Oddi hf, fiskvinnsla-útgerð
Þorpið, restaurant

Bildudalur

Hafkalk ehf

Þingeyri

Bibbi Jóns ehf
Brautin sf

Hólmavík

Strandabyggð

Drangsnæs

Kaldrananeshreppur

Árneshreppur

Árneshreppur
Hótel Djúpvík ehf

Hvammstangi

Húnaþing vestra
Seafood Restaurant, Geitafelli

Blönduós

Búnaðarsamband Húnaþings og Stranda
Glaðheimar sumarhús, opið allt árið s: 820
1300

Húnavatnshreppur

Iðnsveinafélag Húnavetninga

Samstaða, skrifstofa verkálföðfélaga

Skagaströnd

Sveitarfélagið Skagaströnd
Trésmiðja Helga Gunnarssonar ehf
Vélaverkstæði Skagastrandar

Sauðárkrúkur

Fisk-Seafood hf
Kaupfélag Skagfirðinga
K-Tak ehf
Ó.K. Gámaþjónusta-sorphirða ehf
Sjávarleður hf
Sjúkraþjálfun Sigurveigar ehf
Skagafjarðarveitur

Stoð ehf, verkfræðistofa

Verslunarmannafélag Skagafjarðar

Videosport ehf

Vinnuvélar Guðmundar og Skúla sf

Vörumiðlun ehf

Varmahlíð

Akrahreppur Skagafirði

Hofsós

Bifreiðaverkstæðið Pardus ehf
Grafarós ehf

Siglufjörður

Bás ehf
Fiskbúð Siglufjarðar



Viðburðaríkt Íslandsmót í Laugardal

Einhvern tíman verður allt fyrst og sú varð raunin í lyftingum og frjálsum á Íslandsmóti Íþróttasambands fatlaðra sem fram fór í Laugardalnum helgina 19.–21. apríl síðastliðinn. Hulda Sigurjónsdóttir frá Mið-Mörk varð þá fyrst kvenna til þess að keppa í lyftingum á Íslandsmóti fatlaðra og Arnar Helgi Lárusson varð fyrstur Íslendinga til að taka þátt í Íslandsmótinu á sérhönnuðum kappaksturhjólástól eins og þeim sem notaðir eru við íþróttina í dag. Það var því í mörg horn að líta þessa helgina og sem fyrr lét árangurinn ekki á sér standa.

Keppnisgreinarnar þetta Íslandsmótið voru fimm talsins, frjálsar, boccia, borðtennis, lyftingar og sund en Lionsklúbburinn Víðarr gaf sem fyrr öll verðlaun á mótinu og félagar úr klúbbnum komu víða við í Laugardalnum við verðlaunaafhendingar. Magnað framtak hjá Víðarri og þá ber einnig að þakka kærlega fyrir það mikla sjálfbóðaliða starf sem á sér stað á jafn stórrí helgi en án sjálfbóðaliðanna yrði svona umfangsmikið mótahald ekki mögulegt.

Í frjálsum var það Eikarkonan Stefanía Daney Guðmundsdóttir (F og T 13) sem setti fjögur ný Íslandsmet og Arnar Helgi Lárusson setti tvö ný Íslandsmet í 60m og 200m hjólástólakappakstri. Gróska, Ösp, Snerpa, Völsungur og Nes nældu sér öll í gullverðlaun í sveitakeppninni í boccia en Nes hafði sigur í 1. deild og þá sveit skipuðu eilífðarunglingurinn Haukur Gunnarsson, Vilhjálmur Jónsson og Sigríður Karen Ásgeirsdóttir.

Ungviðið lét myndarlega að sér kveða í borðtenniskeppninni sem fram fór í íþróttahúsi ÍFR að Hátúni. Kolfinna Bergþóra Bjarnadóttir, HK, varð Íslandsmeistari í kvennaflokki og Breki Þórðarson, KR, varð Íslandsmeistari í karlaflokki. Saman urðu Kolfinna og Breki svo Íslandsmeistarar í tvíliðaleik og Breki lagði síðan reynsluboltann Jóhann Rúnar Kristjánsson í úrslitum í opnum flokki karla.

Keppni í lyftingum fór einnig fram í íþróttahúsi ÍFR að Hátúni þar sem Hulda Sigurjónsdóttir frá Suðra varð fyrst kvenna til að taka þátt á Íslandsmótinu í lyftingum, í háa herrans tíð. Vignir Unnsteinsson, ÍFR, hafði sigur í flokki þroskahamlaðra með 313,12 Wilksstig og þá varð Alexander Harðarson hlutskarpastur í flokki hreyfihamlaðra með 78,77 Wilksstig.

Sundmennirnir létu sitt ekki eftir liggja í Laugardalslaug og settu þar samtals fimmtán ný Íslandsmet. Thelma Björg Björnsdóttir frá ÍFR setti þrjú ný Íslandsmet en hún verður meðal keppenda á HM sem fram fer um miðjan ágústmánuð í Montreal í Kanada. Þá setti Karen Axelsdóttir úr Ösp nýtt met í flokki S2 þegar hún synti á 3:49,94 mín. í 100m baksundi en Karen hefur tekið miklum framförum síðustu misseri og er einn af fáum sundmönnum í lágu flokkunum sem Ísland hefur átt en sundflokkar hreyfihamlaðra eru S1-S10, S1 er þá minnsta fötlun.



Hellidemba í Kaplakrika og metin héldu velli

Íslandsmót Íþróttasambands fatlaðra í frjálsum íþróttum utanhúss fór fram í Kaplakrika þann 9. júní síðastliðinn. Framan af móti var þurrt en þó hótaði „hann“ alltaf rigningu og um miðbik mótsins komu fyrstu droparnir. Þeir voru ekki fáir á ferðinni þennan daginn heldur gerði úrhellisrigningu sem setti auðvitað sinn svip á mótið. Íslandsmetin héldu velli að þessu sinni en íþróttafólkið lét sig ekki muna um það að verða gegnsósa, enda enginn verri þó hann vökni.

Aðstaðan í Kaplakrika var til fyrirmyndar og Hafnfirðingum sem og sjálfboðaliðum við mótið færðar kærar þakkir fyrir framkvæmdina sem og frjálsíþróttanefnd ÍF.

Eins og orðið hefur til síðs mættu ungir iðkendur sem gestir á mótið en flestir þeirra hafa verið við æfingar hjá Ingólfi Guðjónssyni. Þessi hópur inniheldur framtíðarefnin í frjálsum fatlaðra og fengu allir keppendur þátttökuverðlaun á mótinu.

Þó að Íslandsmetin hafi látið á sér standa var frammistaða íþróttamannanna aðdáunarverð. Hulda Sigurjónsdóttir skartaði nýjum kaststíl í kúluvarpi þroskahamlaðra kvenna, Arnar Helgi Lárusson sýndi lipra takta í hjólastólakappakstrinum og þær Matthildur Ylfa Þorsteinsdóttir og Stefanía Daney Guðmundsdóttir elduðu saman grátt silfur sem fyrr. Matthildur og Stefanía eru bráðefnilegar frjálsíþróttakonur sem tekið hafa stórstigum framförum síðustu ár. Jaxlinn Helgi Sveinsson hefur verið að glíma við meiðsli undanfarið en hann lét sig ekki vanta í spjótkeppnina og fór yfir 40 metra múrinn við erfiðar aðstæður.

Myndir: Tomasz Kolodziejski



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Akureyri

Almenna lögbjónustan hf
Baugsbót sf, bifreiðaverkstæði
Efling sjúkraþjálfun ehf
Eining-lðja
Fasteignasalan Hvammur ehf
Friðrik Páll Jónsson, háls-, nef- og
eyrnalæknir
Hagvís ehf, heildverslun
HG verktaki ehf
Húsprýði sf
Ísgát ehf
J M J herrafataverslun
Kjarnafæði hf
Klettur-Skipaafgreiðsla ehf
Kælismiðjan Frost ehf
Malbikun KM ehf
Medulla ehf
Miðstöð ehf
Molta ehf
Norðurorka hf
Samvirkni ehf
Sjómannaþlaðið Víkingur
Slippurinn Akureyri ehf
Ungmennasamband Eyjafjarðar, UMSE

Dalvík

Daltré ehf trésmiðja byggingaverktaki
G.Ben útgerðarfélag ehf
Niels Jónsson ehf
Promens Dalvík ehf

Húsavík

Gentle Giants-Hvalaferðir ehf
Gistiheimilið Árból
Hóll ehf, vinnuvélar og verktakar
Norðursigling ehf
Sorpsamlag Pingeyinga ehf
Vermir sf
Víkurráð ehf

Laugar

Norðurpóll ehf, trésmiðja

Mývatn

Dimmuborgir Guesthouse
Fjalladýrð ehf
Hlíð ferðapjónusta ehf
Vogar, ferðapjónusta

Kópasker

Kvenfélagið Stjarnan

Raufarhöfn

Hótel Norðurljós
Önundur ehf

Pórshöfn

Geir ehf

Vopnafjörður

Vopnafjarðarhreppur

Egilsstaðir

Bílamálun Egilsstöðum ehf
Bókráð, bókhald og ráðgjöf ehf
Dagskráin Austurlandi
Fljótsdalshérað
Gistihúsið Egilsstöðum
Klausturkaffi ehf
Kúpp ehf
Menntaskólinn á Egilsstöðum
Skógar ehf
Skrifstofupjónusta Austurlands ehf
Ungmennna- og íþróttasamband
Austurlands
Verkfræðistofa Austurlands ehf
P.S. verktakar ehf

Seyðisfjörður

Seyðisfjarðarkaupstaður

Reyðarfjörður

Tærgesen, veitinga- og gistihús

Eskefjörður

Egersund Ísland ehf
Ferðapjónustan Mjóeyri
R.H. gröfur ehf
Tandrabergh ehf

Neskaupstaður

Rafgeisli Tómas R Zoëga ehf
Samvinnufélag útgerðamanna
Sildarvinnslan hf, útgerð

Fáskrúðsfjörður

Loðnuvinnslan hf

Djúpivogur

Hótel Framtíð ehf
Við Voginn ehf

Höfn í Hornafirði

Bókhaldsstofan ehf
Ferðapjónustan Árnesi
Ferðapjónustan Gerði
Funi ehf, sorphreinsun
Hvanney SF 51
Króm og hvítt ehf
Sigurður Ólafsson ehf
Skinney-Pinganes hf
Uggi SF - 47
Vatnajökull Travel

Selfoss

AB-skálinn ehf
Alvöromenn ehf
Árfoss hf
Árvirkinn ehf
Bisk-verk ehf

Björgunarfélag Árborgar

Bókaútgáfan Björk

Búnaðarfélag Villingaholtshrepps

Fasteignasalan Árborgir ehf

Ferðapjónustan Gullfossi ehf

Formax-Paralamp ehf

Fossvélar ehf

Gesthús Selfossi, gistihús og tjaldsvæði

Grímsnes- og Grafningshreppur

Gufuhlíð ehf

Héraðssambandið Skarphéðinn, HSK

Hjá Maddý ehf

Jeppasmiðjan ehf

Jóhann Helgi og Co ehf

Kvenfélag Grímsneshrepps

Rafmagnsverkstæði Jens Péturs ehf

Rafvélaþjónusta Selfoss ehf

Renniverkstæði Björns Jensen ehf

Ræktunarsamband Flóa og Skeiða

S. G. Hús hf

Set ehf, röraverksmiðja

Sjúkraþjálfun Selfoss ehf

Sundlaugin Reykholti

Tannlæknastofa Halls og Petru

Tannlæknastofa Þorsteins

Tré og straumar ehf

Veitingastaðurinn Menam

Verkfræðistofa Suðurlands ehf

Vélaverkstæði Þóris ehf

Vélaþjónusta Ingvars

X5 ehf

Hveragerði

Fagvís ehf

Garðyrkjustöð Ingibjargar

Heilsustofnun NLFÍ -www.hnfi.is

Hverablóm ehf blóma- og

gjafavöruverslun

Hveragerðiskirkja

Kjörís ehf

Litla kaffistofan

Sport-Tæki ehf

Þorlákshöfn

Fiskmark ehf

Frostfiskur ehf

Sveitarfélagið Ölfus

Ölfus

Eldhestar ehf

Ölfusgluggar ehf

Stokkseyri

Hásteinn ehf

Flúðir

Áhaldahúsið Steðji

Kolbrún sækir hart að Birki

- Vann Sjómannabikarinn til eignar

Sundkonan Kolbrún Alda Stefánsdóttir varð í janúar önnur kvenna til þess að vinna Sjómannabikarinn þrjú ár í röð. Fyrst kvenna til þess að vinna það afrek var Guðrún Sigurðardóttir árin 2003–2005. Nú hefur Kolbrún jafnað met Guðrúnar og sækir hart að meti Birkis Rúnars Gunnarssonar sem einn manna hefur unnið Sjómannabikarinn fjögur ár í röð! Eftir Nýársundmótið í janúar fékk Kolbrún Sjómannabikarinn til eignar líkt og venja er þegar sundmaður hefur unnið þrjú ár í röð.

Nýársundmót fatlaðra barna og unglinga fór fram í Laugardalslaug í janúar þar sem um eitthundrað börn frá átta aðildarfélögum Íþróttasambands fatlaðra voru skráð til leiks. Að þessu sinni var borgarstjóri Reykjavíkur, Jón Gnarr, heiðursgestur mótsins og veitti hann þátttakendum verðlaun fyrir afrek sín á mótinu og Kolbrúnu sjálfan Sjómannabikarinn. Saga Sjómannabikarsins nær aftur til ársins 1984 en þá var það sundkonan Sigrún Pétursdóttir frá ÍFR sem varð fyrst til þess að vinna Sjómannabikarinn.

Sundmenn sem unnið hafa Sjómannabikarinn þrjú ár í röð

1991-1993: Birkir Rúnar Gunnarsson, ÍFR *

1999-2001: Gunnar Örn Ólafsson, Ösp

2003-2005: Guðrún Sigurðardóttir, SH/ÍFR

2011-2013: Kolbrún Alda Stefánsdóttir, Fjörður/SH

*Þess má geta að Birkir Rúnar er eini sundmaðurinn sem unnið hefur Sjómannabikarinn fjögur ár í röð því hann vann einnig árið 1994. Nýársundmótið er fyrir 17 ára og yngri og þar sem Kolbrún Alda er fædd árið 1997 getur hún enn jafnað met Birkis.

Nýársundmótið er meðal elstu verkefna Íþróttasambands fatlaðra og þátttakan lætur aldrei á sér standa. Í janúar 2014 getur Kolbrún Alda haldið áfram að rita nýja kafla í sundsögunni en keppnin verður hörð sem fyrr. Þessi misserin er Kolbrún Alda á fullu við undirbúning fyrir heimsmeistaramótið í sundi sem fram fer í Montreal í Kanada í ágústmánuði.



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Fjallabyggð





Hafnfirðingar ósnertanlegir í bikarnum!

- Blue Lagoon bikarinn á loft í fyrsta sinn

Fjörður er bikarmeistari í sundi fatlaðra sjötta árið í röð og virðist enginn þarna úti ætla að losa um grettistakið sem bláir hafa á bikarkeppninni. Um yfirburðasigur var að ræða þar sem Fjörður fékk nærri því 13.000 stig en næsta félag, ÍFR, mátti sætta sig við silfurverðlaun með rúmlega 8600 stig.

Í ár fór bikarkeppnin fram á Akureyri og var nýi Blue Lagoon bikarinn sendur á loft í fyrsta sinn en það var Bláa Lónið, sem er einn af aðal styrktar- og samstarfsaðilum ÍF, sem gaf bikarinn til keppninnar. Heimamenn á Akureyri stóðu að mótinu af miklum myndarskap í sundlaug Akureyrar þar sem engin önnur en Dýrleif Skjöldal (Dilla) stóð vörðinn við hljóðnemann og gerði svo af miklum myndarskap eins og henni einni er lagið.

Guðlaugur Ágústsson, stjórnarmaður hjá Íþróttasambandi fatlaðra og fyrrverandi formaður Fjarðar, afhenti sínum gömlu félagsmönnum

svo Blue Lagoon bikarinn nýja og glæsilega sem sendur var á loft með tilþrifum af Fjarðarliðum.

Lokastaðan á bikarmóti ÍF í sundi 2013:

Fjörður 12950 (Bikarmeistarar 2013)

ÍFR 8612

Óðinn 6890

Nes 4757

Fjölur 2848

Ösp 2610

Ívar 1709



Aukalán vegna sérþarfa

Þeir sem hafa skerta starfsorku, eru fatlaðir eða hreyfihamlaðir geta fengið aukalán til að gera breytingar á íbúðarhúsnæði eða til að kaupa eða byggja húsnæði vegna sérþarfa sinna. Lánið kemur til viðbótar 20 milljóna króna hámarksláni Íbúðalánasjóðs eða öðrum fasteignaveðlánunum að hámarki 20 milljónum. Einnig er heimilt að veita aukalán til forsvarsmanna þeirra sem búa við sérþarfir.

- Hámarksupphæð 8 milljónir
- 90% af kaupverði eða byggingarkostnaði
- 90% af viðbótar- og endurbótakostnaði
- Fastir vextir án uppgreiðsluákvæðis
- Lántökugjald 0,5% af lánsupphæðinni





BLÁA LÓNID ER STOLTUR STYRKARAÐILI
ÍÞRÓTTASAMBANDS FATLAÐRA

BLUE LAGOON
ICELAND



Alþjóðaleikar Special Olympics Suður-Kórea 2013

Átta manna hópur lagði upp í langt og strangt ferðalag til S-Kóreu þann 24. janúar 2013. Flogið var til Danmerkur, þaðan til Finnlands og loks var lent í S-Kóreu til þess að taka þátt á Alþjóðaleikum Special Olympics. Níu klukkustunda tímamismunur er á milli Íslands og S-Kóreu og því effitt ferðalag að baki þegar lent var í Seoul að morgni 26. janúar. Keppendur voru þrír frá Íslandi Katrín Guðrún Tryggvadóttir og Þórdís Erlingsdóttir kepptu í einstaklingskeppni, flokki 2. Þær kepptu einnig í parakeppni í byrjendaflokki en Ísland sendi nú í fyrsta skiptir lið í parakeppni.

Júlíus Pálsson var herramaðurinn í hópnum og keppti hann í einstaklingskeppni í byrjendaflokki. Helga Olsen þjálfari/fararstjóri og Guðbjört Erlendsdóttir þjálfari héldu vel utan um hópinn sinn sem stóð sig einstaklega vel og voru sannarlega verðugir fulltrúar Íslands á leikunum. Foreldrar Katrínar, þau Tryggvi Agnarsson og Erla Valtýsdóttir, og Páll Júlíusson, faðir Júlíusar, voru viðstödd leikana. Special Olympics á Íslandi var í miklu og góðu samstarfi við aðstandendur vegna undirbúnings ferðarinnar og þau reyndust stöð og stytta okkar þjálfaranna á leikunum sjálfum.

Heimabæjarverkefni 26. – 29. janúar

Ísland tók þátt í heimabæjarverkefni leikanna sem hefur það markmið að gera keppendum kleift að kynnst menningu og siðum í því landi sem skipuleggur leikana. Ísland fékk að kynnst Seoul en þar bjó hópurinn nokkra daga fyrir leikana ásamt hópum frá fjórum öðrum þjóðum. Við kynntumst matarmenningu Kóreubúa, skoðuðum söfn, fórum í skemmtigarðinn Lotte-World þar sem hóprinn fékk VIP meðferð, ásamt því að sigla á ánni Han en það þótti sæta tíðindum að áin var frosin. Það gefur glögggt til kynna hversu kalt var í Seoul. Hópnum var boðið til móttöku hjá borgarstjóra Seoul sem þótti mikill heiður. Íslenski hópurinn var beðinn um að fara með skálaræðu fyrir hönd allra þátttakenda því hópurinn í heild sinni var einstaklega vel þokkaður af gestgjöfunum fyrir kurteisa og góða framkomu. Guðbjört og Helga lögðust því undir feld og pössuðu að þakka öllum stjórnendum og aðstoðarfólki fyrir hönd allra þjóðanna.

Pyeongchang og Gangneung 29. janúar – 5. febrúar

Eftir að hafa kvatt fólkið okkar í Seoul var lagt af stað í ferðalag til Gangneung þar sem leikarnir fóru fram. Híbylin voru köld

þar sem þau höfðu ekki verið notuð í mánuð og kynding var ekki komin í gang í öllum herbergjum. Guðbjört og Helga sváfu því fyrstu nóttina í úlpunum sínum, með trefil, eyrnarband og vettlinga en keppendurnir okkar voru lánsamari þar sem hiti var á herbergjunum þeirra.

Opnunarhátíðin var glæsileg og það vakti mikla athygli þegar íslenski hópurinn gekk inn í alíslenskum lopapeysum frá Handþrjónasambandinu.

Keppnisdagarnir voru langir því Kóreubúar eru einstaklega skipulagðir og engu má breyta þrátt fyrir að skipulagið gangi jafnvel ekki upp. Keppni í skylduæfingum fór fram í Gangneung, en þar gistum við í heimavist háskóla svæðisins. Keppendurnir okkar stóðu sig ótrúlega vel og voru stúlkurnar okkar með 1. og 2. sætið eftir skylduæfingarnar og Júlíus var í því 4. Parakeppnin fór einnig mjög vel af stað þar sem Katrín og Þórdís lentu 1. sætinu eftir skylduæfingarnar. Það var því heilmikil spenna hvort fólkið okkar gæti haldið sætum sínum eftir frjálsa prógrammið því

sameiginlegur árangur ræður lokaúrslitum. Frjálsa prógrammið fór fram í Pyongchang og þurfti hópurinn að vakna fyrir allar aldir því eina rútan sem við gátum tekið lagði af stað rúmlega 6 að morgni. Keppnin fór samt ekki fram fyrr en um kl.11:00 en hér var það skipulagið sem réði ríkjum. Íslenski hópurinn lét þetta ekki á sig fá og mættu þau til leiks glöð og spennt yfir því sem framundan var því hugurinn ber mann hálfa leið og því mikilvægt að vera vel undirbúinn á öllum sviðum. Að sjálfsögðu létu keppendurnir ekki sitt eftir liggja í frjálsu æfingunum. Þau komu, sáu og sigruðu á svo margvíslegan máta og vakti íslenska liðið mikla athygli og jafnvel furðu með vel skipulögðum og flottum prógrömunum því stærri þjóðir bjuggust ekki við miklu af litla Íslandi. Loka niðurstaðan varð því eftirfarandi:

4.sæti – Júlíus Pálsson –
einstaklingskeppni Level 1

1.sæti - Þórdís Erlingsdóttir –
einstaklingskeppni Level 2

2.sæti – Katrín Guðrún Tryggvadóttir –
einstaklingskeppni Level 2

1.sæti – Katrín Guðrún og Þórdís –
parakeppni Level 1

Óhætt er að segja að aðstandendur og þjálfarar réðu sér ekki fyrir kæti og voru hreinlega að rifna úr stolti. Keppendurnir okkar voru okkur til sóma í allri framkomu og var íslenski hópurinn rómaður fyrir íþróttamannlega hegðun, notalegt viðmót og framkomu í garð keppenda og allra aðstandenda mótsins.

Skólaverkefni Special Olympics

Í Hólabrekkuskóla var einnig stór hópur stuðningsmanna en 7. bekkur skólans tók þátt í Skólaverkefni Special Olympics. Þau höfðu það hlutverk að kynna sér Special Olympics International, kynna íslenska hópnum og styðja þau bæði í undirbúningnum og í keppni en auk þess

áttu þau að velja sér erlent lið til þess að fylgja eftir. Nemendur skólans stóðu sig með eindæmum vel og hvöttu íslensku keppendurnar til dáða undir dyggri stjórn kennara sinna, þeirra Unnar Mariú Sólmundardóttur og Krístrúnar Bragadóttur. Árgangurinn valdi sér Jamaica. Þau kynntu sér menningu landsins, þátttöku þess á Special Olympics og keppendur Vetrarleikanna 2013. Helga Olsen miðlaði svo fréttum af liði Jamaica til skólans í gegnum Facebook síðu skólaverkefnisins.

Íslensku keppendurnir tóku því einnig virkan þátt í verkefninu með því að styðja sérstaklega við lið Jamaica í allri keppni ásamt því að kynna almennilega utan keppninnar. Það má því með sanni segja að Skólaverkefni Special Olympics hafi skilað því sem því var ætlað að skila því eftir stendur heill árgangur af betur upplýstum 12 ára börnum. Að eigin frumkvæði óskuðu þau svo eftir að halda fjáröflunardansleik til styrktar Special Olympics á Íslandi sem þau og gerðu.

Undirbúningur fyrir ferðina

Ýmislegt var brallað í undirbúningnum þar sem reynt var að vekja athygli á verkefninu og vorum við svo lánsöm að fyrirtækið Flixx Flakk Events tók okkur að sér og stýrði helstu verkefnum með glæsibrag. Aðstandendur keppenda lögðu fram ómælda vinnu við öll verkefni hópsins og án þeirra hefði þetta ekki orðið að veruleika. Við höldum stórglæsilegt



bingó sem líklega verður kallað bingó aldarinnar hér eftir. Þar mættu um 400 manns til þess að spila bingó og styðja við hópinn góða og bingóstjórinn var ekki af verri endanum því þar var borgarstjóri Reykvikinga, Jón Gnarr, mættur til þess að styðja Special Olympics og keppendurnar okkar. Vinningarnir

streymdu inn og fá þau fjölmörgu fyrirtæki og einstaklingar sem studdu við bakið á okkur kærar þakkir fyrir. Blásið var til tónlistarveislu á Úrillu Górrillunni þar sem fjölmargir listamenn

gáfu vinnu sína verkefninu til stuðnings. Það má með sanni segja að „blásið“ hafi verið til tónlistarveislunnar þar sem þetta fór fram líklega á eina kvöldi ársins sem fólki var sagt að halda sig heima vegna veðurs. Við áttum þó yndislegt kvöld í frábærum félagsskap þar sem Gunnar Helgason var veislustjóri og nutum við yndislegra tóna úr ýmsum áttum. Þar var því mikið hlegið, notið og jafnvel grenjað smá og þá úr hlátri.

Þegar á öllu er botninn hvolfur þá er þakklæti okkur efst í huga því svona verkefni þarfnast dyggjar aðstoðar úr ýmsum áttum og við komumst að því hversu rík við erum af yndislegu og ósérhlífnu fólki í samfélagi okkar sem styður við bakið á verkefni sem þessu. Takk fyrir okkur.

Texti: Helga Olsen

Myndir: Tryggvi Þór Agnarsson





Special Olympics



Hólabrekkuskóli fær hvatningarverðlaun vegna samstarfsverkefnis skólans og Special Olympics á Íslandi

Þann 13 maí 2013 afhentu Jón Gnarr, borgarstjóri; Oddný Sturludóttir, formaður skóla- og frístundaráðs Eva Einarsdóttir, formaður íþróttá- og tómstundaráðs, hvatningarverðlaun fyrir framsækið fagstarf í skólum, frístundamiðstöðvum og skólahljómsveitum borgarinnar. Þrenn verðlaun voru veitt á hverju fagsviði; til leikskóla-, grunnskóla- og frístundastarfs. Hólabrekkuskóli hlaut verðlaun fyrir verkefnið Special Olympics International – Get into it. Skólaverkefnið hefur það að leiðarljósi að ná til sem flestra með boðskapnum „Eitt samfélag fyrir alla“.

Nemendur 7. bekkjar Hólabrekkuskóla tóku þátt í verkefninu í tengslum við alþjóðaleika Special Olympics í S-Kóreu 2013. Nemendur fylgdust með undirbúningi íslensku keppendanna, kynntu sér starf Special Olympics innanlands og erlendis og tóku þátt í alþjóðlegu skólaverkefni þar sem nemendur tengdust keppnisliði Jamaica.

Nemendur áttu frumkvæði að því að halda dansleik í Hólabrekkuskóla þar sem allur ágóði rann til Special Olympics á Íslandi. Á íþróttadegi skólans fimmtudaginn 21. mars fóru fulltrúar ÍF í skólann þar sem skólastjóra, kennurum 7 bekkjar og nemendum var afhent þakkarskjal frá Íþróttasambandi fatlaðra. Þar afhentu nemendur 7. bekkjar styrk til Special Olympics á Íslandi, kr. 49.668 sem var ágóði af fjáröflunardansleiknum.

Íþróttasamband fatlaðra þakkar nemendum, kennurum og skólastjórnendum Hólabrekkuskóla fyrir einstakt samstarf og stuðning. Helga Olsen, kennari við skólann og skautapjálffari, fær einnig þakkir fyrir mikilvægt framlag í þágu skólaverkefnisins.

Til hamingju með hvatningarverðlaunin, Hólabrekkuskóli!

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra





SAMHERJI

Samherji trúir á mikilvægi fjölbreyttrar hreyfingar fyrir alla og er styrktaraðili ÍF og Special Olympics



ÁRANGUR / KRAFTUR / STUNDVÍSI / HVATI / STUÐNINGUR / ÚTSJÓNARSEMI / ÚTHALD / STYRKUR / HEILSA / MATARÆÐI / SÓKN / AGI
YFIRVEGUN / GLEÐI / SIGUR / ÞÁTTTAKA / ÁRÆÐNI / SNERPA / ÁKVEDNI / ÆFING / METNAÐUR / SIGURVILJI / ATHYGLI / JÁKVÆÐNI





Special Olympics



Íslandsleikar Special Olympics í knattspyrnu

Íslandsleikar Special Olympics í knattspyrnu hafa verið haldnir í samstarfi Íþróttasambands fatlaðra og KSÍ og með aðstoð knattspyrnufélaga á hverjum stað.

Nú voru leikarnir haldnir í samstarfi ÍF, Special Olympics á Íslandi, KSÍ, KRR og Fjölnis og fóru fram í Egilshöll, laugardaginn 25. maí.

Keppni fer þannig fram að keppt er í tveimur styrkleikaflokkum, blönduðum liðum karla og kvenna á öllum aldri. Sjö eru í hverju liði, auk þriggja varamanna. Auk hefðbundinnar keppni var keppt í unified football en það er verkefni sem Ísland er að hefja kynningu á. Þar keppa fatlaðir og ófatlaðir saman í liði og nú mætti til leiks lið frá Fjölbrautaskólanum í Breiðholti.

Björgólfur Takefusa knattspyrnumaður sá um upphitun leikmanna og Steinn Halldórsson frá KRR afhenti verðlaun. Sigurvegarar í flokki getumeiri var íþróttafélagið NES og sigurvegarar í flokki getuminni var lið Fjölbrautaskólans í Breiðholti þar sem leikmenn voru á öllum aldri.

Allir þeir sem lögðu lið vegna leikanna fá bestu þakkir frá ÍF og KSÍ



Íslandsbanki SAMHERJI

STOLTUR BAKHJARL

Special Olympics
ísland

www.ifsport.is



Grillið
Á HÓTEL SÖGU

- alltaf á toppnum

Við leggjum mikinn metnað í matseldina á Grillinu.

Við höfum það að leiðarljósi að hráefnið fái að njóta sín og því erum við eingöngu með það ferskasta á seðli hverju sinni. Við leikum okkur með léttar og nútímalegar útfærslur þar sem bragðsamsetningar, sköpunargleði og metnaður fá að njóta sín.





Special Olympics



REIMUM OKKAR BESTA!



Special Olympics International hefur látið framleiða rauðar reimar með merki Special Olympics og markmið er að nýta þær til kynningar og fjáröflunarstarfs fyrir starfið í hverju aðildarlandi.

Alþjóðaðeiti verkefnisins er Wear the laces. Special Olympics á Íslandi hóf þátttöku í verkefninu í lok apríl. Hannað hefur verið íslenskt kynningarefni þar sem er mynd af Kristínu Þorsteinsdóttur, sundkonu frá Ísafirði, og yfirheiti verkefnisins á Íslandi er: Reimum okkar besta. Sala reimanna hefur verið tengd einstaka viðburðum og verkefnum en einnig verða þær seldar í lausasölu. Ýmsir þekktir einstaklingar um allan heim hafa tekið þátt í kynningu á verkefninu Wear the laces og viðtökur á Íslandi hafa verið mjög góðar.

KSÍ var fyrsti samstarfsaðili vegna verkefnisins en öll karla- og kvennalið í úrslitum Lengjubikarsins 2013 spiluðu með rauðar reimar.

Björgólfur Takefusa er sérstakur fulltrúi KSÍ í því hlutverki að kynna reimarnar og hefur sýnt mikinn áhuga á að kynna sér betur starf Special Olympics á Íslandi.

Völsungslíðin í blaki tóku við keflinu af KSÍ og reimuðu skóna sína með rauðum reimum á öldungamóti BLÍ.

Kvennalið ÍR TT í keilu reimaði skóna sína rauðum reimum og varð að sjálfsögðu Íslandsmeistari





Special Olympics



KIPPTU Í SPOTTA FYRIR EINSTAKT ÍÞRÓTTAFÓLK SÝNDU STUÐNING – REIMUM OKKAR BESTA



Einstakt íþróttafólk

Í þróttasamband fatlaðra á Íslandi hefur frá stofnun unnið frábært starf fyrir þá sem falla undir hina hefðbundnu skilgreiningu á fötlun. Allir menn eru fatlaðir, en mismikið. Hinn „venjulegi“ ófatlaði einstaklingur fær mikla hjálp og stuðning í lífinu bæði frá fjölskyldu og vinum og svo sérfræðingum – alveg eins og þeir fötluðu. Íþróttasamband fatlaðra gefur og veitir fötluðum einstaklingum þann stuðning og tækifæri sem þeir eiga skilið og ættu kannski ekki möguleika á ef það væri ekki fyrir Íþróttasamband fatlaðra og það starf sem fólkið sem þar vinnur skilar. Special Olympics á Íslandi er einn hluti af starfi þeirra og með aðild að samtökunum hefur Íþróttasamband fatlaðra skapað tækifæri fyrir hæfileikaríkt fólk sem á eigin forsendum getur keppt á glæsilegum alþjóðaleikum þar sem allir stíga á svið sem sigurvegarar.

Á því sviði hafa keppendur ekki aðeins upplifað sína eigin drauma heldur hafa þeir verið mikil fyrirmynd bæði fyrir fatlaða og ófatlaða. Það er ómetanlegt fyrir alla sem hafa verið smeykir við að taka sín fyrstu skref upp þær mörgu bröttu brekkur sem allir þurfa að klífa í lífinu. Að halda utan um þessa starfsemi er gríðarlega kostnaðarsamt en tekjuflæði lítið. Ég hvet því alla til þess að kaupa sér rauðu reimar Special Olympics og styðja við samtökin og þá frábæru íþróttamenn sem ættu að vera okkar helstu fyrirmyndir þar sem að þeir takast oft á við ótrúlegt mótlæti en gera það með bros á vör og sigrast á „martröðum“ sínum til þess að upplifa drauma sína!

Myndataka; Eva Björk

Björgólfur Takefusa





Special Olympics

Jafnréttisviðurkenning KSÍ 2013

Fjölbrautaskólinn í Breiðholti hlaut jafnréttisviðurkenningu KSÍ 2013 fyrir verkefnið „Unified football“.

ÍF hefur átt mjög gott samstarf við FB en þar er öflug starfsbraut. Íþróttakennarar hafa verið mjög áhugasamir um samstarf og nemendur FB hafa aðstoðað við framkvæmd Íslandsmóta ÍF. Verkefnið Unified football er byggt á liðsskipan fatlaðra og ófatlaðra og Special Olympics samtökin leggja mikla áherslu á að innleiða þetta verkefni um allan heim í sem flestum greinum. FB er fyrsti skólinn sem sendi lið skipað fötluðum og ófötluðum leikmönnum á Íslandsleika Special Olympics í knattspyrnu en verkefnið var innleitt árið 2012. FB er einnig fyrsti skólinn sem skipuleggur áfengalýsingu fyrir Unified football en áfanginn var innleiddur sem valkostur fyrir nemendur haustið 2012. Viðtökur voru mjög góðar og vonast er til þess að fleiri framhaldsskólar með starfsbrautir fylgi í kjölfarið.



Geir Þorsteinsson, formaður KSÍ, afhendir Torfa Magnússyni, fagstjóra íþróttanna í FB, viðurkenninguna.

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

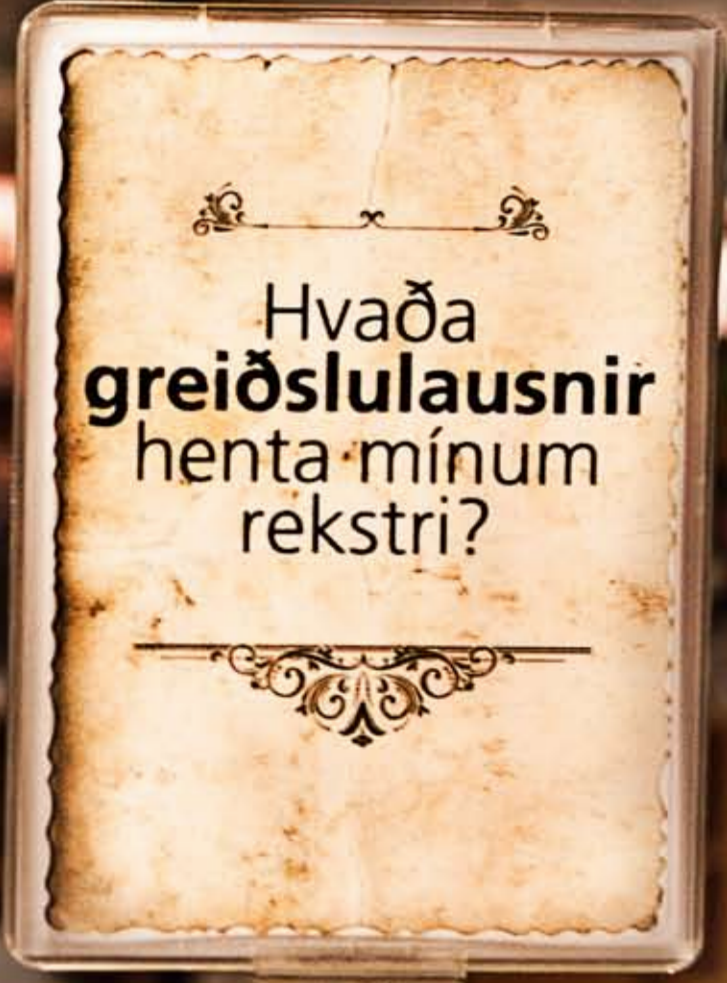
.IS



nettó

skráðu þitt **.is** lén
www.isnic.is





Hvaða
greiðslulausnir
henta mínum
rekstri?

Valitor Ráðgjöf svarar öllum svona spurningum. Sláðu á þráðinn í síma **5252255**.

VALITOR



Special Olympics

Fundur norrænnar nefndar Special Olympics haldinn á Íslandi

Fundur norrænnar nefndar Special Olympics var haldinn á Íslandi 16. apríl 2013. Þar mættu fulltrúar Íslands, Finnlands, Færeyja, Danmerkur, Noregs og Svíþjóðar. Sérstakur gestur fundarins var Marian Murphy, Evrópufulltrúi Special Olympics en hún óskaði samstarfs við Norðurlönd vegna stefnumótunarvinnu og gæðastaðla sem unnið er að á vegum alþjóðasamtakanna. Í Noregi eru Special Olympics sjálfstæð samtök en önnur Norðurlönd tengja starf Special Olympics við starf íþróttasambanda fatlaðra í hverju landi. Löndin kynntu starfsemi sína og starfsemi Nord HIF var kynnt, auk ýmissa verkefna. Stefnt er að því að halda norræna leika Special Olympics í Noregi árið 2014. Stærstu verkefni framundan eru Evrópuleikar í Antwerpen árið 2014 og alþjóðaleikar í Los Angeles árið 2015.



Fulltrúar Norðurlandanna ásamt Marian Murphy frá Írlandi

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra



Einn góðan veðurdag verður herbergið of lítið

50%
afsláttur af
lántökugjöldum*
og frítt
greiðslumat

Húsnæðissparnaður Íslandsbanka

Það kemur að því að þig langar að flytja að heiman. Hjá Íslandsbanka bjóðum við húsnæðissparnað fyrir ungt fólk sem er farið að búa sig undir framtíðina.

Þú getur valið um tvo góða kosti, **verðtryggðan** sparnað sem hentar vel fyrir langtímasparnað eða **óverðtryggðan** sem hentar vel ef stefnt er á íbúðarkaup í náinni framtíð. Þegar komið er að húsnæðiskaupunum færðu **frítt greiðslumat** og **50% afslátt af lántökugjöldum*** hjá Íslandsbanka.

Kynntu þér málið betur á www.islandsbanki.is/sparnadur eða í næsta útibúi Íslandsbanka.

Verðtryggður
sparnaður

2,10%
vextir*

Hentugur
sparnaðartími
3 ár +

Óverðtryggður
sparnaður

4,50%
vextir*

Hentugur
sparnaðartími
1,5 ár +

*M.v. vaxtatölu Íslandsbanka 11.06.2013. Skilyrði fyrir afslætti af lántökugjöldum og fríu greiðslumati er reglulegur sparnaður sem nemur að lágmarki 5.000 kr. út binditíma reiknings. Lánveitingar eru háðar útlánareglum bankans hverju sinni.

Við bjóðum
góða þjónustu

islandsbanki.is | Sími 440 4000


Íslandsbanki



Sambandsþing ÍF 2013

Nýja stjórn ÍF 2013–2015 skipa frá efri röð vinstra megin: Ólafur Þór Jónsson, Jóhann Arnarson, Þórður Árni Hjalttested varaformaður, Guðlaugur Ágústsson og Sveinn Áki Lúðvíksson formaður. Neðri röð frá vinstri: Margrét Geirrún Kristjánsdóttir, Jón Heiðar Jónsson og Matthildur Kristjánsdóttir.

Sextánda Sambandsþing Íþróttasambands fatlaðra (ÍF) fór fram 9. mars sl. á Radisson Blu Hóтели Sögu í Reykjavík. Í lögum sambandsins segir í 5. grein: „Sambandsþing fer með æðsta vald í málefnum ÍF. Þingið sitja fulltrúar kjörnir af þeim sambandsaðilum sem starfa innan vébanda ÍF. Fulltrúafjöldi hvers sambandsaðila fer eftir tölu virkra íþróttaiðkenda.“ Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍF, setti þingið að viðstöddu fjölmenni en þingið sátu 57 þingfulltrúar frá 12 aðildarfélögum ÍF. Meðal gesta við þingsetninguna voru hr. Ólafur Ragnar Grímsson, forseti Íslands, sem og páverandi ráðherrar, Katrín Jakobsdóttir, mennta- og menningarmálaráðherra, Ögmundur Jónasson innanríkisráðherra og Guðbjartur Hannesson velferðarráðherra.

Sundkonan Íva Marín Adrichem lék fyrir gesti við setninguna á píanó og söng lagið Imagine eftir John Lennon en Íva æfir sund hjá Íþróttafélagi fatlaðra í Reykjavík og er blind.

Við þingsetninguna voru afhent heiðursmerki sambandsins sem og ÍSí. Sveinn Áki Lúðvíksson formaður ÍF afhenti Önnu Karólínu Vilhjálmssdóttur, framkvæmdastjóra Special Olympics og fræðslu- og útbreiðsluviðs ÍF, gullmerki sambandsins fyrir störf sín hjá sambandinu.



Einnig sæmdi hann Katrínu Jakobsdóttur og Guðbjart Hannesson gullmerki ÍF fyrir þeirra störf og velvilja í garð ÍF. Um leið og Hafsteinn Pálsson, formaður almenningsíþróttasviðs ÍSí og fundarstjóri á þinginu, bað fyrir kveðjur frá forystu ÍSí, afhenti hann tvö gullmerki ÍSí en þau hlutu Jósep Sigurjónsson, formaður Íþróttafélagsins Akurs á Akureyri og Haukur Þorsteinsson, formaður Íþróttafélagsins Eikar á Akureyri.

Meðal þeirra mála sem rædd voru á þinginu voru: ný reglugerð um kjörnefnd, lottógreiðslur til aðildarfélaga ÍF, rafræn Handbók ÍF, Íslandsmót ÍF í sundi og samþætting við önnur sérsambönd, keppnisfatnaður á Íslandsmótum og starfshættir ÍF. Liflegar umræður og skoðanaskipti urðu um ofangreind mál og fleiri. Þannig fékk ný stjórn ÍF vegvísir frá þinginu um hvernig standa skuli að framkvæmd ýmissa mála.

Ný stjórn sambandsins var kjörin á þinginu og mun hún starfa til ársins 2015. Sveinn Áki Lúðvíksson var einróma endurkjörinn formaður sambandsins og Þórður Árni Hjalttested var einróma endurkjörinn varaformaður.

Gunnar Einar Steingrímsson gekk úr stjórn á þinginu vegna starfa sinna erlendis og voru honum þökkuað störf sín í þágu sambandsins. Í hans stað í varastjórn kom Matthildur Kristjánsdóttir.

Ný stjórn ÍF kjörin á Sambandsþingi 2013:

Formaður: Sveinn Áki Lúðvíksson

Varaformaður: Þórður Árni Hjalttested

Meðstjórnendur: Jóhann Arnarson, Ólafur Þór Jónsson og Margrét Kristjánsdóttir.

Varastjórn: Guðlaugur Ágústsson, Jón Heiðar Jónsson og Matthildur Kristjánsdóttir.

Enn öflugri starfsemi á Íslandi

Actavis stefnir að því að efla enn starfsemi sína hér á landi, halda áfram öflugum stuðningi við ýmis samfélagsverkefni og jákvæðri þátttöku í þjóðlífinu.



Öflugt fyrirtæki

um allan heim

Actavis er eitt öflugasta samheitalyfjafyrirtæki heims. Hjá samstæðunni starfa um sautján þúsund starfsmenn í yfir sextíu löndum.

Actavis á Íslandi er eitt stærsta hátæknifyrirtæki landsins. Starfsmenn eru tæplega 800 og ríflega helmingur þeirra er háskólamenntaður. Konur eru rúmlega 60% starfsmanna og svipað hlutfall kvenna er í stjórnunarstöðum.



Frá afhendingu verðlaunanna.
Frá vinstri: Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍF;
Beth Fox og Charles E. Cobb Jr.

Gefandi að sameina fólk

Beth Fox handhafi Cobb Partnership verðlaunanna 2013

„Maður fær svo mikla fyllingu af því að vinna með fólki sem hefur oft ekki hugmynd um hvað það er fært um að gera stórkostlega hluti,“ sagði Beth Fox við Hvata en hún hlaut á dögunum Cobb Partnership verðlaunin sem Fulbright stofnunin í Bandaríkjunum veitir. Verðlaunin voru veitt í fyrsta sinn á Íslandi af þáverandi sendiherrahjónum Bandaríkjanna á héraendis, Charles E. Cobb Jr. og Sue Cobb, en þau eru veitt þeim Bandaríkjamanni sem unnið hefur ötullega að samskiptum og samvinnu Íslands og Bandaríkjanna. Beth Fox hefur nú um árabil lagt leið sína til Íslands þar sem um þriggja áratuga reynsla hennar af skíðaiþróttum hefur verið ómetanleg í starfi fatlaðra skíðaiþróttamanna á Íslandi.

Í júnímánuði 2013 kom Beth til Íslands til að veita Cobb Partnership verðlauninum viðtöku við hátíðlega athöfn í Íþróttamiðstöðinni í Laugardal. Charles E. Cobb afhenti Beth verðlaunin en sökum veikinda átti eiginkona hans, Sue, ekki heimangengt að þessu sinni. Beth hefur nú í þrjá áratugi unnið hjá NSCD í Winter Park, eða National Sports Center for the Disabled. Starfsemi NSCD er gríðarlega fjölbreytt og í dag eru tveir íslenskir íþróttamenn úr röðum fatlaðra sem dvelja langdvölum í Bandaríkjunum við iðkun íþróttar sinnar en það eru þau Erna Friðriksdóttir og Jóhann Þór Hólmgrímsson.

Hundleiðinlegt að vera lyftustjórnandi

„Ég er fædd og uppalin í Colorado í Bandaríkjunum og hef unnið hjá NSCD í 29 ár. Það vinnur enginn svona lengi á sama vinnustað,“ sagði Beth og hló en hjá NSCD hefur hún gegnt mörgum hlutverkum. „Ég hef kennslugráðu og kenndi m.a. leikfimi og vísindi en stundaði einnig sérkennslu áður en ég fór til Winter Park. Ég ákvað að ganga til liðs við NSCD í eitt ár og vera svokallaður Ski Bum,“ sagði Beth en það orð er líklega best að skýra á íslensku sem einhvers konar skíðaletingi. „Ski Bum er sá sem vill bara vera á skíðum en ekki vinna, étur bara dósasúpur og skíðar,“ sagði Beth en hún varð þó að hafa eitthvað fyrir stafni. „Ég byrjaði sem lyftustjórnandi. Það var hundleiðinlegt og þar dugði ég aðeins í eina viku eða svo. Starf losnaði í deild sem sá um skíðabúnað og til að byrja með starfaði ég þar á veturna og kenndi á sumrin. Á endanum tók ég þá ákvörðun að vera hjá NSCD allt árið um kring. Sjálfbóðaliðastarfið okkar er stórt og ég tók yfir þann málaflokk, þar á eftir gerðist ég verkefnastjórnandi og næst lá leiðin í fræðslu- og útbreiðslustarfsemi fyrir svæðið,“ sagði Beth sem í dag er Operations Manager hjá NSCD eða nokkurs konar framkvæmdastjóri á svæðinu. Beth er gift en á ekki börn og tvinnar saman bæði vinnu og áhugamál því að starf hennar við íþróttir hefur viðhaldið áhuga hennar á m.a. útihlaupum, hjólríðum og allskonar útvist.

Foreldrarnir áttu erfiða barnæsku

Af hverju starfar Beth jafn mikið með einstaklingum með fötlun og raun ber vitni? Á þessu lá Hvata forvitni á að vita og ekki stóð á svörum.

„Móðir mín er verulega heyrnarskert en bæði hún og faðir minn áttu virkilega erfiða barnæsku. Eigi að síður hjálpuðu þau öðru fólki allt sitt líf og þannig varð þetta hluti af lífinu. Maður fær svo mikla fyllingu af því að vinna með fólki sem hefur oft ekki hugmynd um hvað það er fært um að gera stórkostlega hluti. Það heillar mig að sjá einstaklinga verða örugga, sjálfstæða og öðlast skilning á því hversu mikla stjórn þau geta tekið á lífi sínu,“ sagði Beth, sem var vissulega upp með sér að fá afhent Cobb Partnership verðlaunin þótt hún leitist alls ekki eftir slíkri viðurkenningu í starfi sínu.

„Kannski heldur svona viðurkenning mér gangandi í 29 ár til viðbótar,“ sagði Beth kát í bragði enda fær hún að vinna með fjölbreyttum hópi fólks í starfi sínu. „Ég tel mig öðlast meira í starfinu en ég get nokkurn tímann gefið af mér því fyrir mér er fátt meira gefandi en að sameina fólk, draga það saman til að nýta styrkleika sína, búa til lið og byggja þannig eitthvað sem er jafnvel enn sérstakara en nokkur maður gæti afrekað einn síns liðs.“

Ísland

Beth kom fyrst til Íslands í gegnum Challenge Aspen en hún og Anna Karólína Vilhjálmisdóttir, framkvæmdastjóri Special Olympics á Íslandi og fræðslu- og útbreiðslustjóri ÍF, komust svo í samband. „Anna vildi fá mig aftur til Íslands til þess að standa að skíðanámskeiði í Hlíðarfjalli á Akureyri. Í dag er þetta námskeið orðið gríðarlega vinsælt á Íslandi. Anna segir að ég hafi komið um sjö sinnum til landsins svo maður er næstum því orðin eins og innfædd,“ sagði Beth gamansöm. „Ég skammast mín fyrir litla kunnáttu í tungumálinu en Erna kennir mér annað slagið smá íslensku en ég gleymi því jafnóðum,“ sagði Beth, sem hefur verið skíðafólkinu Ernu Friðriksdóttur og Jóhanni Þór Hólmgrímssyni mikið innan handar á meðan þau hafa dvalið í Winter Park hjá Beth og NSCD.

Aðspurð um stöðu skíðaiþróttar á Íslandi fyrir fatlaða sagði Beth: „Ísland er mjög dreift svo það kom ekki á óvart að vetraríþróttir væru ekki stórar hérlandis. Ég hef þó orðið vör við það á stöðum eins og Akureyri og víðar að þar sé mikla skíðamenningu að finna. Skíðabúnaður fyrir fólk með fötlun er einnig kostnaðarsamur svo að fámennið í íþróttinni kemur ekki á óvart.“

NSCD – meðferðarafþreying

„Sjálfbóðaliðar, eins og alls staðar í íþróttum, eru það sem gerir starfsemi NSCD jafn öflug og raun ber vitni. Þeir eru hryggjarstykkið í allri starfseminni sem heldur þessum líkama uppi,“ sagði Beth en starfsemi NSCD er gríðarlega fjölbreytt og ógerningur að lista hana upp í stuttu máli. Þar má þó nefna samstarf við barnaspítala í Denver og bandaríska hermenn sem skaddast hafa í stríðsátökum „Fólk alls staðar að úr heiminum kemur til okkar en við erum félagasamtök sem treysta á velvild annarra en um 85% af starfsemi okkar er haldið úti með sjálfsaflafé. Bara á síðasta ári vorum við með 24.000 kennslustundir og hver kennslustund er um ein til þrjár klukkustundir. Á veturna eru þetta um 550 manns sem sjá um kennsluna en nærri 1000 þegar á heildina er litið og öll starfsemi NSCD tekin til greina. Sjálfbóðaliðarnir hjá NSCD skipa veigamikinn sess í starfsemi okkar sem og á Íslandi. Þeir eru t.d. ástæðan fyrir því að enn eru til vetraríþróttir fyrir fólk með fötlun á Íslandi.“



Erna og Jóhann

Erna Friðriksdóttir og Jóhann Þór Hólmgrímsson þekkja orðið vel til starfsemi NSCD eftir dvöl sína í Colorado en heimsóknir Beth til Íslands hafa m.a. gefið af sér þetta einstaka samband sem hún er nú komin í við vetraríþróttir hérlandis. „Samkeppnin hjá NSCD eflir hæfileika þeirra sem nýtist þeim allt lífið,“ sagði Beth um Ernu og Jóhann og hún leynir ekki aðdáun sinni á þeim.

„Þau eru dásamleg, að koma svona ung á nýjan stað þar sem talað er annað tungumál og önnur menning í gangi. Það er mikil áskorun. Einnig er það mikil áskorun að vera ungur skíðamaður og partur af liði, það þarf að komast að í hópnum, finna sér sess og komast í takt við það sem hópurinn er að gera. Ég hef séð mikinn vöxt hjá þeim báðum, þarna er að verða þroski og skíðahæfileikar þeirra að styrkjast og sjálfstraustið um leið. Öll þessi reynsla mun gagnast þeim um aldur og ævi þannig að fyrir aðra unga áhugamenn um vetraríþróttir fatlaðra mæli ég hiklaust með þessari reynslu sem Erna og Jóhann eru að öðlast í dag. Reyndar veit ég til þess að yngri iðkendur á Íslandi eru þegar farnir að kynna sér nánar þá ferð sem Erna og Jóhann eru lögd af stað í á sínum ferli,“ sagði Beth. Á næsta ári fer Vetrarólympíumót fatlaðra fram í Sochi í Rússlandi og við báðum Beth um að meta stöðuna hjá Ernu og Jóhanni fyrir stórmótið.

„Erna hefur stigin til þess að fara og svo verðum við einfaldlega að sjá til með Jóhann sem tekið hefur miklum framförum. Ég vonast til þess að sjá Ernu í Rússlandi og sjá hana bæta sinn árangur, ná sínum hámarksárangri og læra þar nýja og skemmtilega hluti,“ sagði Beth en 2010 varð Erna fyrst Íslendinga til þess að keppa í alpagreinum á Vetrarólympíumóti fatlaðra og árið 2014 gæti Jóhann orðið fyrsti íslenski karlmaðurinn til þess að keppa í alpagreinum á Vetrarólympíumóti.

Samvinnu og samstarfi Íþróttasambands fatlaðra við Beth Fox er hvergi nærri lokið og eflaust ekki langt að biðja þess að hún heimsæki Ísland á nýjan leik. Beth er svo sannarlega vel að Cobb Partnership verðlauninum komin en hún hefur aldrei þegið laun fyrir störf sín á Íslandi. Hún á mikinn þátt í vinsældum skíðanámskeiðsins í Hlíðarfjalli sem haldið er árlega og komast þar færri að en vilja.

Texti: Jón Björn Ólafsson



Vetrarólympíumót fatlaðra 2014

Erna og Jóhann valin til þátttöku

Ólympíumót fatlaðra í vetraríþróttum fer fram í Sochi í Rússlandi 7.–16. mars 2014. Íslandi hefur verið úthlutað „kvóta“ fyrir tvo einstaklinga, karlkeppanda og kvenkeppanda. Stjórn ÍF samþykkti fyrr í sumar tillögu Ólympíu- og afrekssviðs ÍF um að þiggja kvóta þann sem Íslandi var úthlutað. Þau Erna Friðriksdóttir frá Egilsstöðum og Jóhann Þór Hólmgrímsson frá Akureyri hafa verið valin til þess keppa í Sochi fyrir Íslands hönd í alpagreinum.

Til hamingju Erna og Jóhann Þór og gangi ykkur vel

Allar nánari upplýsingar um Vetrarólympíumótið 2014 má finna á www.paralympic.org/Events/Sochi2014 auk þess sem grannt verður fylgt með undirbúningi þeirra Ernu og Jóhanns Þórs fram að móti.

15 ungmenni reyna fyrir sér í Danmörku

Norræna barna- og unglingamótið

Ánnað hvert ár fer fram Norrænt barna- og unglingamót en mótin eru samstarfsverkefni Íþróttasambanda fatlaðra á Norðurlöndum. Í ár fer mótið fram á vesturströnd Jótlands í Danmörku þar sem 15 íslensk ungmenni með fötlun reyna fyrir sér við æfingar og keppni við jafnaldra sína á Norðurlöndunum.

Í árána rás hefur mótið jafnan verið staður eldskírnar íþróttamanna framtíðarinnar og vel flestir afreksmenn Íslands úr röðum fatlaðra hafa einmitt komið við sögu á þessu móti. Með í för verða fimm fararstjórar en Kristín Linda Kristinsdóttir, formaður frjálsíþróttanefndar ÍF, verður aðalfararstjóri.

Íslenski hópurinn sem tekur þátt í Norræna barna- og unglingamótinu 29. júlí – 3. ágúst:

1. Ísar Þorsteinsson – frjálsar – Breiðablik
2. Breki Þórðarson – borðtennis – KR
3. Kolfinna Bergþóra Bjarnadóttir – borðtennis – HK
4. Tinna Rut Andrésdóttir – sund – Óðinn
5. Ari Ægisson – frjálsar – Nes
6. Davíð Þór Torfason – sund – Fjölnir
7. Stefania Daney Guðmundsdóttir – frjálsar – Eik
8. Guðmundur Ásgeir Grétarsson – sund – Ægir
9. Róbert Salvar Reynisson – sund – Nes
10. Már Gunnarsson – sund – Nes
11. Ástrós Bjarnadóttir – sund – Nes
12. Garðar Smári Helgason – sund – Óðinn
13. Bjarki Guðnason – frjálsar – Nes
14. Róbert Alexander Erwin – sund – Fjörður
15. Þóra María Frandsdóttir – sund – Fjörður



Mynd: Tomasz Kolodziejki

Stefanía Daney Guðmundsdóttir frjálsíþróttakona frá Eik á Akureyri keppir í sumar á sínu fyrsta móti erlendis þegar hún heldur til Danmerkur á Norræna barna- og unglingamótið.

Fararstjórn

Linda Kristinsdóttir – aðalfararstjóri
Egill Þór Valgeirsson
Jón Oddur Sigurðsson
Anna Fanney Stefánsdóttir
Ingólfur Guðjónsson

SAFFRAN EYKUR HAMINGJU

- ÞAÐ ER VÍSINDALEGA SANNAÐ!



Allur matur er úr gæðahráefni, allar marineringar eru heimatilbúnar, beint frá ♥ og án allra aukefna. Við notum ekki hvítan sykur og ekkert hvítt hveiti.

HOLLT, FERSKT OG FRAMANDI

SAFFRAN

S. 578 7874 SAFFRAN.IS

Opíð 11-22 alla daga



Áfram veginn..... fatlað afreksfólk á fullri ferð

Árin eftir Ólympíumót fatlaðra eru ár heims- og Evrópumeistaramóta hinna ýmsu íþróttagreina sem fatlað afreksfólk leggur stund á. Þannig taka fatlaðir íþróttamenn þátt í Heimsmeistaramóti í frjálsum íþróttum sem fram fer í Lyon í Frakklandi 19. – 28. júlí og í sundi sem fram fer í Montreal í Kanada 12. – 18. ágúst. Einnig verður Evrópumeistaramótið í borðtennis haldið í Lignano á Ítalíu 29. september til 5. október.

Afreksstefna ÍF 2013 – 2020

Íþróttasamband fatlaðra (ÍF) hefur um árabil verið í fremstu röð þeirra sársambanda ÍSÍ sem náð hafa góðum árangri á alþjóðavísu, meðal annars vegna þess að markmiðin hafa alltaf verið skýr og mikill metnaður í öllu starfi ÍF, jafnt afreksstarfi sem og unglinga- og barnastarfi.

Undanfarin ár hafa verið miklar framfarir í íþróttum fatlaðra í öllum heiminum og samkeppnin aukist til muna með aukinni þátttöku fleiri þjóða. Til að skerpa á markmiðum ÍF hefur afreksstefnan verið gerð skýrari og einfaldari og á hún nú að ná yfir allar íþróttagreinar stundaðar innan ÍF.

Hafa þarf í huga að afreksíþróttir krefjast oft og tíðum töluverða fóna, bæði frá íþróttamönnum sjálfum og einnig nærumhverfi þeirra. Afreksíþróttamaður getur aldrei staðið einn, hann þarf stuðning ÍF, félags síns, þjálfara, annarra stoðþjónustuaðila og síðast en ekki síst fjölskyldu sinnar.

Markmið afreksstefnu ÍF 2013 – 2020

Að ÍF hafi ávallt á að skipa einstaklingum eða liðum sem standast kröfur til keppni á alþjóðlegum mótum í sínum íþróttagreinum. Í því felst:

- 2.1 að íþróttamenn/lið ÍF vinni til verðlauna á Evrópu-, heimsmeistara- og Ólympíumótum
- 2.2 að íþróttamenn/lið ÍF keppi í úrslitum á Evrópu-, heimsmeistara- og Ólympíumótum
- 2.3 að íþróttamenn/lið ÍF komist inn á Evrópu-, heimsmeistara- og Ólympíumót

Skipan afreksflokka 2013 – 2020

Afreksstefna ÍF byggist á þremur flokkum sem fela í sér mismunandi skyldur, kröfur og réttindi eftir því hversu langt iðkendur eru komnir í átt að því að vera afreksíþróttamenn:

- 3.1 A-flokkur => afrekshópur (sbr. lið 2.1)
- 3.2 B-flokkur => íþróttamenn í færi við að komast í úrslit á stórmótum (sbr. lið 2.2)
- 3.3 C-flokkur => íþróttamenn sem hafa keppnisrétt á stórmótum (sbr. lið 2.3)

Það er svo á ábyrgð hvernar íþróttanefndar ÍF að skipuleggja starf sitt með tilliti til þess að eiga á hverjum tíma sem flesta einstaklinga í afrekshópum ÍF.

Almenna reglan er sú að ÍF sendir einungis keppendur í flokkum A, B og C til keppni og/eða æfinga erlendis, jafnframt að standa undir hluta eða alls kostnaðar sem af því hlýst. Það er þó alltaf á valdi stjórnar ÍF að ákveða endanlegan hóp þátttakenda í hvert verkefni fyrir sig.

Verkefni framundan

Í samræmi við afreksstefnu ÍF og líkt og annað afreksfólk í íþróttum, þurfa fatlaðir íþróttamenn að ná tilskyldum lágmörkum fyrir framan- greind mót þ.e. heims- og Evrópumeistarmót 2013 og þannig höfðu Ólympíumótsfarar Íslands sem þátt tóku í móti í London 2012 náð tilsettum lágmörkum; Helgi Sveinsson og Matthildur Ylfa Þorsteinsdóttir í frjálsum íþróttum og Jón Margeir Sverrisson og Kolbrún Alda Stefánsdóttir í sundi. Auk Jóns Margeirs og Kolbrúnar Öldu hafa Hjörtur Ingvarsson, Thelma Björnsdóttir og Aníta Ósk Hrafnisdóttir einnig náð tilskyldum lágmörkum fyrir mótið í Montreal. Þá mun borðtennismaðurinn Jóhann Rúnar Kristjánsson verða meðal þátttakenda á Evrópumeistaramóti í borðtennis í byrjun október.

Fleiri íþróttamenn eru á fullri ferð við æfingar og eru með háleit markmið um að koma sér í fremstu röð. Vert er að geta framgöngu Arnars Helga Lárussonar sem hafið hefur æfingar á „racer“ hjólastól með keppni í huga. „Racer“ stóla sem þennan þarf að sérsníða fyrir hvern og einn og það kostar skildinginn en Arnar Helgi hefur fengið í lið með sér fólk og félagasamtök sem styðja þétt við bakið á honum. Til að auka færni sína tekur Arnar þátt í æfingabúðum erlendis, sérstaklega ætluðum „racer“ fólki, auk móta á erlendum vettvangi til að mæla getu sína og hæfni. Það gleðilega hefur síðan gerst að Arnari Helga hefur með „wild card“ verið boðið að taka þátt í heimsmeistaramóti í Lyon í Frakklandi ásamt þeim Matthildu Ylfu og Helga Sveinssyni. Arnar Helgi verður annar Íslendingurinn til að taka þátt í „racer“ keppni en vert er að geta framgöngu nafna hans, Arnars Klemenssonar, sem forðum daga keppti á Ólympíumóti í Seoul 1988 á stól svipuðum þessum, auk þess að vinna m.a. það þrekvirkni að sigrar sjálfa Fjarðarheiðina á honum.

Ekki má heldur gleyma skíðakonunni Ernu Friðriksdóttur sem undanfarin ár hefur dvalið við æfingar og keppni í Winter Park í Bandaríkjunum. Erna tók þátt í Ólympíumóti fatlaðra í vetraríþróttum sem fram fór í Vancouver í Kanada 2010. Þátttaka hennar þar markaði tímamót í sögu íþróttar fatlaðra hér á landi þar eð hún fyrst Íslendinga náði tilskyldum lágmörkum fyrir Ólympíumótið í vetraríþróttum. Erna hefur nú þegar tryggt sér þátttökurétt á Ólympíumóti sem fram fer í Sochi í Rússlandi í mars 2014 en þangað fer hún reynslunni ríkari og þannig betur í stakk búin til að takast á við þá bestu í alþagrinum þeim er hún tekur þátt í. Árangur og elja Ernu hefur síðan orðið öðrum hvatning því nú hafa komið fram á sjónarsviðið fleiri einstaklingar sem æfa vetraríþróttir af kappi með það að markmiði, líkt og Erna, að komast í fremstu röð. Þannig hefur Jóhanni Hólmgímssyni, ungum skíðamanni frá Akureyri, verið boðinn þátttaka í Ólympíumóti í Sochi. Verður hann þá fyrsti karlkeppandinn frá Íslandi sem þátt tekur alþagrinum á Vetrarólympíumóti fatlaðra. Þetta á einnig við um fleiri íþróttagreinar. Ísland á í dag fjöldann allan af ungu og efnilegu íþróttafólki í frjálsum íþróttum, sundi og borðtennis sem með ástundun og réttu hugarfari getur orðið afreksfólk á heimsmeilivörðum.

Beinar útsendingar RÚV frá Ólympíumóti fatlaðra í London 2012 opnuðu augu fólks fyrir þeim afrekum sem fatlaðir íþróttamenn vinna. Nú er fötlun ekki lengur talin hindrun. Íþróttasamband fatlaðra og aðildarfélög þess hafa þjáfað þúsundir í ólíkum greinum og fært Íslandi keppnishetjur í fremstu röð, afreksfólk sem borið hefur hróður lands og þjóðar um víða veröld og náð fjölda heimsmeta í íslenskar hendur. Árangri sem þessum nær fólk ekki án þrotlausra æfinga og einbeitts sigurvilja – trúnni á það að allt sé hægt.

Texti: Ólafur Magnússon

Sumar

A la Carte

4ra rétta seðill og A la Carte í Perlunni

4ra rétta seðill

verð 8.350 kr.

PORSKUR Á TVO VEGU
með tómata-maís salsa, laukspírur, svörtum olívum og graslaukssósu.

HUMARSÚPA
Rjómalöguð með Madeira og grilluðum humarhólum.

LAMBAHRYGGUR
með smælki, rauðrófum, gulrófum og rósmarinsósu.

*** eða ***

FISKUR DAGSINS
ferskasti fiskurinn hverju sinni
útfærður af matreiðslumönnum Perlunnar

HVÍTSÚKKULADI MÚS
með skyrfroðu, ferskjum, garðblóðbergi, og bláberjasorbet.

Gjafabréf
Perlunnar

Góð gjöf við
öll tækifæri!

Vissir þú?

Að uppskriftin af humarsúpu Perlunnar kemur frá belgíska matreiðslumeistararanum Pierre Romeyer. Hann er af jafningjum talinn vera einn besti matreiðslumaður síðustu aldar. Hann gaf aldrei út matreiðslubók en hann gaf matreiðslumeisturum Perlunnar allar sínar uppskriftir!



Veitingahúsið Perlan
Sími: 562 0200 · Fax: 562 0207
Netfang: perlan@perlan.is
Vefur: www.perlan.is





Sollumót

Sunnudaginn 12. maí var haldið árlegt keilumót til minningar um Sólveigu Guðmundsdóttur eða Söllu, eins og hún var ávalt kölluð. Solla var fyrsti keilubjálfi Asparinnar og algjör frumkvöðull í kynningu og eflingu keilufélagarinnar fyrir fatlaða á Íslandi. Solla keppti einnig með keilulandsliði Íslands um árabíl. Keppt var í tvímenningskeppni þar sem lið voru skpuð keppendum frá Ösp og Keilufélagi Reykjavíkur. Í lok móts var vegleg veisla þar sem verðlaun voru afhent. Mótsstjóri var Theódóra Ólafsdóttir, keilubjálfi Söllu um árabíl.



Rut Ottósdóttir, Edda Sighvatsdóttir, Halldóra Jónsdóttir



Sigurður Valur Valsson, Halldór Ásgeirsson, Hildur Hauksdóttir

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Ferðapjónustan Ásatún
Flúðafiskur
Flúðasveppir ehf
Hitaveita Flúða og nágrennis

Hella

Hellir-inn, ferðamannagisting
Hestvit ehf
Kvenfélagið Sigurvon
Varahlutaverslun Björns Jóhannsson

Hvolsvöllur

Erna Árfells
Eyrarbúið ehf
Hellishólar ehf

Héraðsbókasafn Rangæinga

Vík

B.V.T. ehf
Mýrdalshreppur
Mýrdælingur ehf
Kirkjubæjarklaustur
Kvenfélag Kirkjubæjarhrepps

Vestmannaeyjar

Bergur ehf
Bessi hf
Bylgja VE 75 ehf
Frár ehf
Hótel Vestmannaeyjar ehf

Ísfélag Vestmannaeyja hf

Íþróttabandalag Vestmannaeyja
Karl Kristmanns, umboðs- og heildverslun
Kubbzi ehf
Langa ehf
Miðstöðin ehf
Ós ehf
Pípulagningapjónustan Vatnsveitan ehf
Rannsóknarþjónustan
Siglingatækni ehf
Teiknistofa Páls Zóphóníassonar ehf
Vestmannaeyjarbær
Vöruval ehf



Íslensk getspá er í eigu Íþróttá- og Ólympíusambands Íslands,
Öryrkjabandalags Íslands og Ungmennafélags Íslands.

SUMT MÃ HELST EKKI VANTA!

Íslensk getspá er öflugur bakhjarl
íþróttá- og ungmennafélagshreyfingarinnar
og öryrkja á Íslandi.

Allir vinna þegar þú tekur þátt.
Leyfðu þér smá Lottó.





Minningarsjóður Harðar Barðdal

Miðvikudaginn 8. maí 2013 boðaði minningarsjóður Harðar Barðdal til blaðamannafundar í Hraunkoti, æfingaaðstöðu Keilis í Hafnarfirði en þar hafa Gólfssamtök fatlaðra á Íslandi (GSFÍ) haft aðstöðu undanfarin ár. Tilfnið var að afhenda GSFÍ veglega gjöf, svokallaðan SNAG golfbúnað sem er ætlaður er til kennslu og æfinga í golfi. Er þetta í fyrsta skipti sem úthlutað er úr sjóðnum en Hörður var mikill frumkvöðull og áhugamaður um golf fatlaðra. SNAG búnaðurinn er sérhannaður að þörfum byrjenda og á vafalítið eftir að gagnast fötluðum við að tileinka sér golfþæknina á sem auðveldastan hátt. SNAG golfbúnaðinn má setja upp hvort heldur er úti eða inni. Kennslan er því ekki bundin golfvelli eða æfingasvæði því nota má SNAG þar sem aðstæður leyfa hverju sinni.

GSFÍ þakka innilega fyrir veittan stuðning og vilja koma á framfæri þökkum fyrir veglega gjöf. Æfingar hjá GSFÍ eru alla mánudaga klukkan 19:00 í Hraunkoti, Hafnarfirði og eru allir velkomnir að koma í heimsókn, stunda æfingar og fá fræðslu um golfþróttina.

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

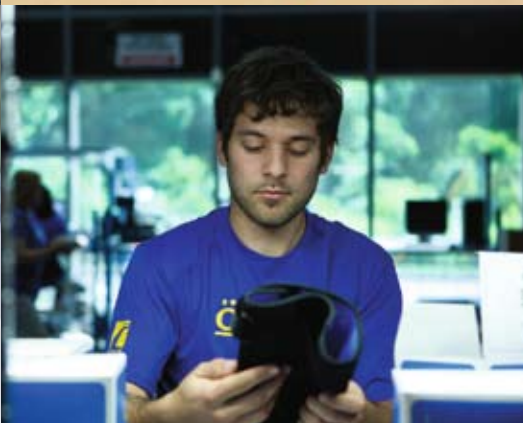




JAFNRÉTTI

– Mikilvægur þáttur í samfélagsábyrgð

Hjá Össuri hf. starfa 1850 starfsmenn í 13 löndum víðsvegar um heiminn. Össur leggur áherslu á mikilvægi þess að starfsfólk njóti sín án tillits til kynferðis, trúarbragða, kynþátta og stöðu.



WWW.OSSUR.COM/CSR



Life Without Limitations®



Skíðanámskeið í Hlíðarfjalli vorið 2013

Tvö skíðanámskeið voru haldin í Hlíðarfjalli í vor á vegum ÍF og VMÍ og NSCD, Winter Park.

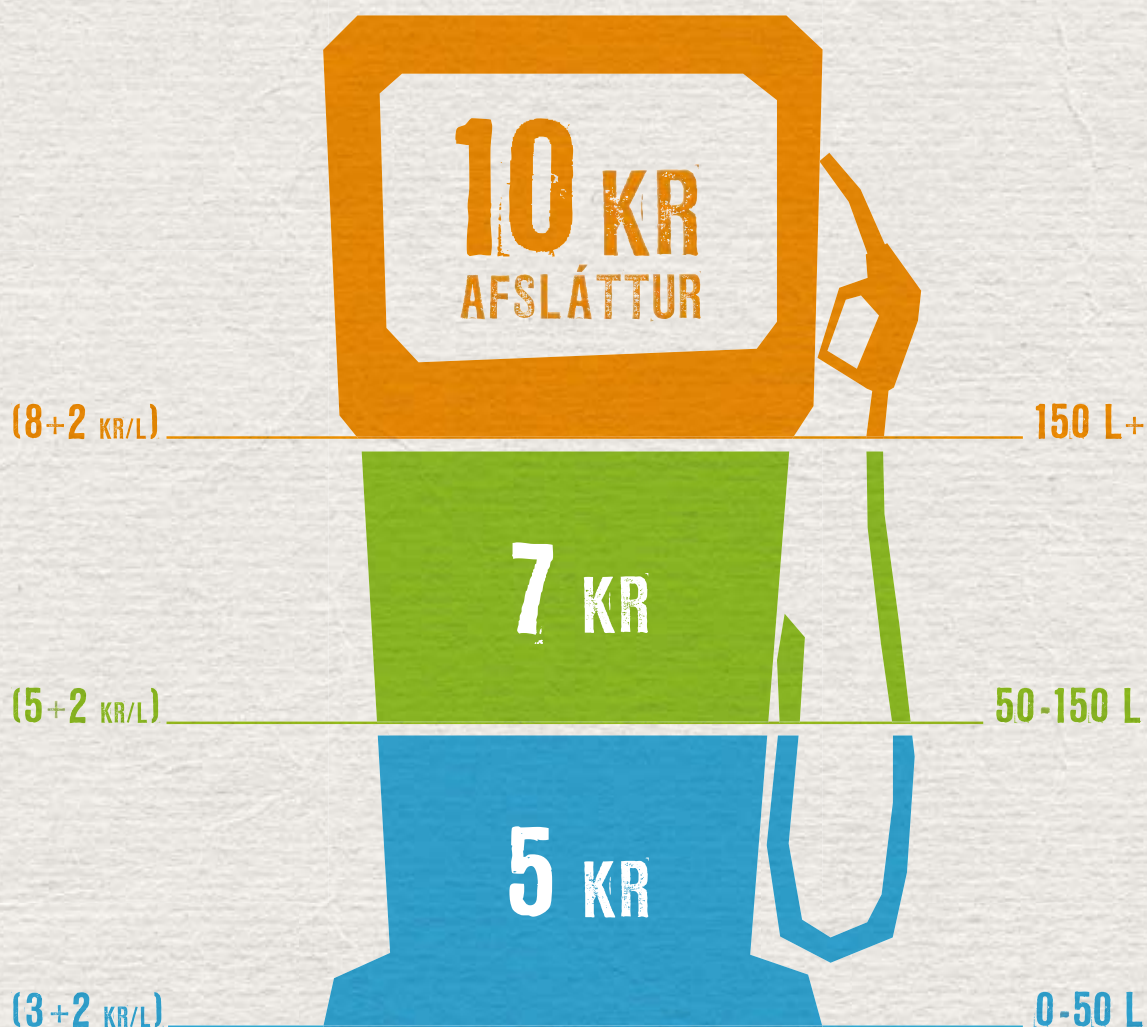
Fyrri námskeiðið var haldið 15. – 17. febrúar en það var fyrir einstaklinga með þroskahömlun og/eða röskun á einhverfurófi. Beth Fox frá NSCD stýrði námskeiðinu í samvinnu við íslenska leiðbeinendur en námskeiðið var einnig skipulagt sem leiðbeinendanámskeið. Nokkrir aðstandendur nýttu tækifærið og tóku þátt í leiðbeinendanámskeiðinu.

Þátttakendur á seinna námskeiðinu, sem haldið var 8. – 10. mars, voru með mismunandi fatlanir og íslenskir leiðbeinendur stýrðu þessu námskeiði. Uppbókað var á bæði námskeiðin en áhugi á vetraríþróttum virðist fara vaxandi meðal fatlaðra ungmenna á Íslandi sem er mjög ánægjulegt.



UMHVERFISSTOFNUN

MEIRA FYRIR ÞIG



Tryggðu þér meira fyrir þig með dælulykli Atlantsolíu. Skráðu þig, veldu þína stöð og það afsláttarkerfi Atlantsolíu sem gefur þér mest á atlantsolia.is

Afsláttur fyrir líbandi úttektarmánuð reiknast sjálfkrafa miðað við úttekt og veltu mánaðarins á undan. Afsláttur afsláttarkerfis er tilboð leggjast ekki ofan á alinn afslátt í afsláttarkerfinu.

ATLANTSOLÍA

Atlantsolía / Lónsbraut 2 / 220 Hafnarfjörður / Sími 591 3100 / www.atlantsolia.is

Styrkir og samningar

ÍF og SAFFRAN

Í ársbyrjun 2013 gerðu Íþróttasamband fatlaðra og SAFFRAN með sér nýjan samstarfs- og styrktarsamning. Það voru þeir Jóhann Þórarinnsson, forstjóri Foodco hf., og Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður Íþróttasambands fatlaðra, sem undirrituðu samninginn. Foodco hf. rekur m.a. SAFFRAN, American Style, Aktu taktu, Greifann og Pítuna. Við þetta tækifæri sagði Jóhann Þórarinnsson að fyrirtækið fagnaði því að gerast einn af bakhjörllum sambandsins jafnframt því að styðja við bakið á nokkrum af bestu íþróttamönnum úr röðum fatlaðra. SAFFRAN legði sig fram um að framleiða hollan og næringaríkan mat fyrir alla sem áhuga hafa á hollustu og heilbrigði. Fatlaðir afrekisíþróttamenn væru glæsilegir fulltrúar sem SAFFRAN væri stolt af að vinna með. Við sama tækifæri sagði Sveinn Áki að sambandið fagnaði samstarfi við jafn öflugt fyrirtæki og SAFFRAN og þá ekki síst í ljósi þeirrar jákvæðu ímyndar sem fyrirtækið stendur fyrir.

SAFFRAN býður upp á heilsusamlegan, alþjóðlegan, ferskan, framandi og ódýran mat og hefur m.a. stutt dyggilega við bakið á nokkrum af fremstu íþróttamönnum þjóðarinnar en þar má t.d. nefna Ásdís Hjálmsdóttur og Kára Stein Karlsson.



Frá vinstri: Oddur Smári Rafnsson, framkvæmdastjóri SAFFRAN; Jón Margeir Sverrisson, sundmaður og heims- og Ólympíumethafi í 200m skriðsundi þroskahamlaðra; Jóhann Þórarinnsson, forstjóri Foodco hf. og Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍF.

ÍF og Hópferðir Sævars

Á miðju ári 2012 færðu Hópferðir Sævars Íþróttasambandi fatlaðra veglega gjöf, nýja Canon 7D ljósmynda- og videotökuvel. Vélin hefur þegar látið vel til sín taka í starfi ÍF og hefur komið að afar góðum notum.

Hópferðir Sævars bjóða upp á alhliða ferðabjónustu fyrir innlenda og erlenda ferðamenn samtímis verksamningum sem fyrirtækið sinnir. Sem dæmi má nefna akstur með hópa fyrir ferðaskrifstofur, skóla, félagasamtök, óvissuferðir, fiskiskipaaðhafnir og fl. Bílafloti fyrirtækisins samanstendur af nýlegum bílum, 8 – 52 farþega, vel útbúnum sem standast alla mengunar- og öryggisstaðla. Hópferðir Sævars er fyrirtæki sem byrjaði smátt og vex með hverjum deginum sem líður. Áhersla er lögð á persónulega þjónustu, stuttan viðbragðstíma og öryggi.



Mynd: Heiða

Ólafur Magnússon, framkvæmdastjóri fjármála- og afrekssviðs ÍF, og Sævar Baldursson, annar eigenda og framkvæmdastjóri Hópferða Sævars.



Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍF, og Magnús Kjartan Sigurðsson, framkvæmdastjóri Rúmfatalagersins, við endurnýjun samningsins.

ÍF og Rúmfatalagerinn

Íþróttasamband fatlaðra og Rúmfatalagerinn á Íslandi framlengdu í ársbyrjun samstarfs- og styrktarsamning sinn til næstu tveggja ára. Rúmfatalagerinn verður því áfram einn stærsti og helsti styrktaraðili sambandsins.

Samvinna ÍF og Rúmfatalagersins hefur nú staðið um árabíl en sala af plastpokum í Rúmfatalagernum rennur beint til styrktar ÍF. Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍF, var að vonum ánægður með áframhaldandi samstarf við eitt af stærri fyrirtækjum landsins. „Rúmfatalagerinn hefur styrkt starf sambandsins ríkulega síðastliðin ár og það er afar ánægjulegt að þeir ætli sér að standa áfram við bakið á okkar góða starfi. Allar götur síðan á Ólympíumótinu í London höfum við fundið fyrir umtalsverðum áhuga á íþróttum fatlaðra en þar sáu landsmenn í fyrsta sinn í beinum sjónvarpsútsendingum frá afrekum fatlaðra á heimsmælikvarða.“

Rúmfatalagerinn hefur verið starfandi á Íslandi frá árinu 1987 en í dag eru verslanirnar samtals fimm og hefur fyrirtækið jafnan verið leiðandi á íslenska lágvöruverðsmarkaðnum. ÍF hefur ekki farið varhluta af velgengni fyrirtækisins sem hefur gert sambandinu og iðkendum þess kleift að ná sínum eigin hámarksárangri.



Víðarrsmenn láta sitt ekki eftir liggja á Íslandsmótunum en klúbburinn gefur öll verðlaun og meðlimir afhenda þau og leysa þau verkefni af miklum myndarskap. Ólafur Már Ásgeirsson og Kristinn Guðjónsson.

Víðarr og verðlaunapeningarnir

Lionsklúbburinn Víðarr hefur um árabíl stutt dyggilega við bakið á starfsemi Íþróttasambands fatlaðra. Ár hvert gefur Víðarr öll verðlaun á Íslandsmóti ÍF og árið í ár var engin undantekning. Íslandsmótið fór fram í og við Laugardalinn helgina 19.– 21. apríl síðastliðinn þar sem fjöldi íþróttamanna fékk viðurkenningu fyrir afrek sín. Víðarr, sem fyrr, gaf öll verðlaunin á mótið og færir ÍF þeim innilegar þakkir fyrir vikið.



Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍF, og Magnús Norðdahl, forstjóri, LS Retail.

ÍF og LS Retail

Íþróttasamband fatlaðra og LS Retail hafa gert með sér nýjan samstarfs- og styrktarsamning. LS Retail bætist þar með í öflugan hóp bakhjarla sambandsins, en þetta er fyrsti samningur milli þessara aðila sem hafa um árabíl báðir látið vel til sín taka, einkum á erlendum vettvangi.

Sveinn Áki Lúðvíksson formaður Íþróttasambands fatlaðra og Magnús Norðdahl forstjóri LS Retail undirrituðu nýja samninginn í marsmánuði. LS Retail er leiðandi fyrirtæki sem býður upp á heildarlausnir fyrir verslanir og hefur viðskiptavinum í um 160 löndum í gegnum öflugt net söluaðila. Mörg stórfyrirtæki, s.s. adidas, IKEA og PizzaHut, eru meðal þekktra notenda LS Retail.

Vorboðinn ljúfi í Laugardalnum

Með hækkandi sól er jafnan von á góðum gestum í Laugardalinn en ár hvert fær Íþróttasamband fatlaðra góða menn í vísitíu á skrifstofurnar. Vorboðinn ljúfi hjá Íþróttasambandi fatlaðra kemur í formi Kiwanismanna í Kiwanisklúbbi Heklu.

Hópurinn heimsótti ÍF í maímánuði þar sem Birgir Benediktsson, forseti Kiwanisklúbbsins, afhenti Sveini Áka Lúðvíkssyni, formanni ÍF, fjárstyrk til handa sambandinu. Íþróttasamband fatlaðra vill koma á framfæri innilegu þakklæti til handa Heklumönnum!



Sveinn Áki og Höskuldur í höfuðstöðvum bankans í Borgartúni.

ÍF og Arion banki

Arion banki og Íþróttasamband fatlaðra undirrituðu samstarfssamning fyrir á árinu sem felur í sér að Arion banki verður áfram einn af aðalbakhjörðum sambandsins. Höskuldur H. Ólafsson, bankastjóri Arion banka og Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður Íþróttasambands fatlaðra skrifuðu undir styrktarsamninginn sem gildir fram yfir Ólympíumótið í Brasilíu árið 2016. Allt frá stofnun Íþróttasambands fatlaðra 1979 hefur Arion banki og fyrirrennarar hans verið einn stærsti styrktaraðili íþróttasambandsins hér á landi.

Höskuldur H. Ólafsson, bankastjóri Arion banka;

„Það er heiður að fá tækifæri til að taka þátt í að efla íþróttir fatlaðra hér á landi. Við teljum mikilvægt að halda áfram þessu góða samstarfi við Íþróttasamband fatlaðra og óskum þeim velfarnaðar í því starfi sem framundan er. Það var sérstaklega mikið ánægjuefni að fylgjast með Ólympíumótinu síðasta sumar og árangur keppendanna góður og ekki á hverjum degi sem gullið skilar sér heim.“

Katla kom færandi hendi

Félagar í Kiwanisklúbbnum Kötlu heimsóttu skrifstofur Íþróttasambands fatlaðra í júníbyrjun og komu færandi hendi með fjárstyrk. Katla hefur um árabíl styrkt við íþróttastarf fatlaðra í landinu og vill ÍF koma á framfæri innilegu þakklæti til handa Kötlu og klúbbmeðlimum.

Í sumar eru m.a. tvö risavaxin verkefni þegar heimsmeistaramót í frjálsu og í sundi fara fram, frjálsar í Frakklandi og sund í Kanada, svo að starfinn er ærinn hjá fötluðu afreksfólki um þessar mundir. Þeir Snjólfur Fanndal, Bergur Sverrisson og Jóhannes Kristján Guðmundsson, forseti Kötlu, heimsóttu ÍF fyrr í mánuðinum þar sem Jóhannes afhenti Sveini Áka Lúðvíkssyni formanni ÍF fjárstyrkinn.



ÍF og Lyfja

Íþróttasamband fatlaðra og Lyfja hf. framlengdu samstarf sitt í febrúar síðastliðnum. Jákvað mynd Lyfju hf. fellur vel að mynd Íþróttasambands fatlaðra en báðir aðilar stuðla að betri heilsu fólks. Lyfja hf. mun með samningi þessum renna sterkari stoðum undir starfsemi ÍF, þjóðfélaginu og fötluðu íþróttafólki til hagsbóta.



Kristín hlaut heiðursmerki hinnar íslensku fálkaorðu

Landsliðsþjálfari ÍF í sundi, Kristín Guðmundsdóttir, hefur hlotið heiðursmerki hinnar íslensku fálkaorðu frá forseta Íslands, hr. Ólafi Ragnari Grímssyni. Kristín, ásamt níu öðrum, tók við viðurkenningu sinni að Bessastöðum á nýársdag 2013.

Kristín hlaut riddarakross fyrir framlag sitt til þjálfunar fatlaðra íþróttamanna en Kristín hefur verið landsliðsþjálfari í sundi hjá Íþróttasambandi fatlaðra um árabil.

Stjórn og starfsfólk Íþróttasambands fatlaðra óskar Kristínu innilega til hamingju með riddarakrossinn.



Vladimir á Sólheimum

Vladimir Bajin frá Serbíu var í starfsnámi hjá ÍF en hann stundar meistaranám í Belgíu í íþróttafræðum. Hann fékk góðar móttökur á Sólheimum þegar hann kynnti sér starfið þar. F.v. Vladimir, Ágúst Þór Guðnason og Erlendur Pálsson



ALLIR MEÐ

Við erum stolt af því að styðja við bakið á Íþróttasambandi fatlaðra og stuðla að jöfnum tækifærum til þátttöku í íþróttum.

Starfsfólk Arion banka



SAMSTARFSADILAR ÍÞRÓTTASAMBANDS FATLAÐRA



WWW.IFSPORT.IS



BORGARFERÐIR SPÓKIÐ YÐUR Á STRÆTUM STÓRBORGA

Borgarferðir

Pú færð ekki betra tækifæri til þess að lyfta þér upp. Þú getur valið á milli allra áfangastaða Ícelandair, austan hafs og vestan. Hver er uppáhaldsborgin þín? Hún bíður.

Tilboðsferðir

Spennandi tilboðsferðir. Einstök tækifæri í sumar og í haust. Fylgstu með á vefnum og taktu flugið án þess að hika. Ævintýrin gerast enn.