

HVATI



Tímarit Íþróttasambands fatlaðra

Hvati 2. tbl. 2006 - 16. árgangur



Evrópuleikar í Róm
Íþróttamaður & íþróttakona ársins

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

<i>Mig langar að verða meistari – Sveinn Áki Lúðvíksson</i>	5
<i>Tíminn – Sr. Guðný Hallgrímsdóttir</i>	7
<i>Og þá fór boltinn að rúlla – Sigurður Magnússon</i>	8
<i>Evrópuleikar Special Olympics í Róm 2006</i>	17
<i>Frá sjónarhóli þjálfara SO – Dýrleif Skjöldal</i>	19
<i>Rómardagbók Jónu Rúnar</i>	21
<i>Vilji er allt sem þarf – Sigursteinn Másson</i>	23
<i>Sterkasti fatlaði maður heims 2006</i>	25
<i>Rósir og tómatar – Bjarni Finnsson</i>	26
<i>Snjór í Hlíðarfjalli – allir á skíði</i>	29
<i>Alheimsleikar Special Olympics í Shanghai 2007</i>	31
<i>Af hverju eru þroskaheftir íþróttamenn ekki með...</i>	33
<i>Ómetanlegur stuðningur 365 ljósvakamiðla</i>	35
<i>Aðalfundur INAS – FID</i>	37
<i>Stjórnarfundur Nord HIF á Bornholm</i>	39
<i>Íslandsmót í boccia á Húsavík</i>	40
<i>Mót innanlands 2006</i>	41
<i>Formannafundur ÍF</i>	43
<i>Spurt og svarað</i>	44
<i>VISA er allt sem þarf</i>	46
<i>Undirritaðir samstarfssamningar</i>	49
<i>Kynning á boccia á Íslandi</i>	49
<i>Heimsmeistaramót – alþjóðleg mót</i>	50
<i>Norrænt barna og unglingamót 2007</i>	51
<i>Evrópuráðsfundur & Evrópuráðstefna SO</i>	53
<i>Íþróttafélagið Nes – kynning á félagi</i>	54
<i>Myndir úr starfi</i>	55
<i>Sumarbúðir 2006</i>	56
<i>Íþróttamaður og íþróttakona ársins 2006</i>	58
<i>Guðrúnarbikarinn 2006</i>	61
<i>Styrktarsjóður til minningar um Axel Gunnlaugsson</i>	61
<i>Jóla kortið 2006</i>	62

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 2. tbl. 2006 - 16. árgangur



Útgefandi
Íþróttasamband fatlaðra
Íþróttamiðstöðinni
Laugardal
104 Reykjavík
Sími: 514 4080
Fax: 514 4081
Netfang: if@isisport.is
Vefang: www.isisport.is/if

Ritstjóri
Sveinn Áki Lúðvíksson

Ritnefnd
Anna Karólína Vilhjálmisdóttir,
Gísli Jóhannsson, Jóhann Arnarson

Umbrot og prentvinnsla
Formprent ehf.

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Reykjavík

A. Karlsson hf, Brautarholti 28
About Fish Íslandi ehf, Tryggvagötu 16
Aðalblíkk ehf, Vagnhöfða 19
Aðalhreinsir - Drífa ehf, Hringbraut 119
Akron ehf, Síðumúla 31
Alefli ehf byggingaverktakar, Parabakka 3
Allar lagnir ehf, Æsufelli 4
Alþýðusamband Íslands, www.asi.is, Sætúni 1
Antikmunir sf, Klapparstíg 40
Arctic rafting, Andrésbrunni 13
Arentsstál ehf, Eirhöfða 17
ARGOS - Arkitektastofa Grétars og Stefáns, Eyjarslóð 9
Arkitektar Gunnar og Reynir sf, Laugavegi 32b
Arkitektar Laugavegi 164 ehf, Laugavegi 164
Arkitektastofa Finns og Hilmarss sf, Bergstaðastræti 10
Arkitektastofan Austurvöllur, Ármúla 24
Arkís ehf, Aðalstræti 6
Aseta ehf, Tunguhálsi 19
Asía ehf, veitingahús, Laugavegi 10
ASK Arkitektar ehf, Geirsgötu 9
Augað, gleraugnaverslun, Kringlunni
Austur-Indíafélagið ehf, Hverfisgötu 56
ÁF-hús ehf, Stórhöfði 33
Áhöfnin á Vigra RE-71
Áltak ehf, Stórhöfða 33
Árbæjarprek ehf, Fylkisvegi 6
Ársól sf, Efstalandi 26
Ásbyrgi, fasteignasala, Suðurlandsbraut 54
B.K. flutningar ehf, Krosshömrum 2
Bakameistarinn ehf, Stígahlíð 45-47
Balletskóli Sigríðar Ármann, Skipholti 35
Básfell ehf, Jakaseli 23
Betra líf ehf, Kringlunni 8
Betri bílar hf, bílaverkstæði, Skeifunni 5c
Bifreiðabyggingar sf, Tangarhöfða 5
Bifreiðasalan ehf, Tangarhöfða 2
Bifreiðaverkstæði H.P. ehf, Hamarshöfða 6
Bílaleigan 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
Bílastjarnan, Bæjarflöt 10
Bjarni Guðmundsson, Hvassaleiti 18
Björgun ehf, Sævarhöfða 33
Björk, tóbaksverslun, Bankastræti 6
Blaðamannafélag Íslands, Síðumúla 23
Blikksmiðja Austurbæjar ehf, Súðavogi 9
Body shop, Kringlunni, Smáralind, Akureyri
Bolur ehf, Guðríðarstíg 6-8
Borgarholtsskóli, Mosvegi
Bortækni ehf, Vagnhöfða 19
Bókabúð Steinars ehf, Bergstaðastræti 7
Bókaútgáfan Hólar ehf, Hagasel 14
Bókhaldsstofa Ingimundar T Magnússonar, Ármúla 15
Breiðholtskirkja, Þangbakka 5
Breiðholtsskóli, Arnarbakka 1-3
Bros - Bolir, Síðumúla 33
Byggingafélag Gylfa og Gunnars ehf, Borgartúni 31
Danica sjávarafurðir ehf, Laugavegi 44
DHL Á ÍSLANDI, Sundabakka 2
Dóms- og kirkjumálaráðuneytið, Skuggasundi 3
Dreifing ehf, Vatnagörðum 8
DS lausnir ehf, Súðavogi 7
E.T. ehf, Klettagörðum 11
Edda umboðs & heildverslun, Faxafeni 14
Efling stéttarfélag, Sætúni 1
Efnalaugin Björg, Háaleitisbraut 58-60
Efnamóttakan hf, Gufunesi
Eignamiðlunin ehf, Síðumúla 21
Ekran ehf, Vatnagörðum 22
Endurskoðendabjónustan ehf, Skipholti 50d
Endurskoðun og Fasteignir ehf, Álfheimum 17
Endurskoðun og reikningsskil hf, Stangarhyl 5
Endurvinnslan hf, Knarrarvogi 4
Engey ehf, Dvergshöfða 27
Engjaskóli, Vallengi 14
Ernst & Young hf, Borgartún 30
Evesta ehf, Mörkinni 3
Fagbýli ehf, Sogavegi 150a
Fakta ehf, hólavallagötu 11
Fasteignamiðlunin Múli ehf, Síðumúla 11
Fasteignasalan Garður ehf, Skipholti 5
Faxaflóahafnir sf, Hafnarhúsinu Tryggvagötu 17
Feró ehf, Steinasel 6

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.

Mig langar til að verða meistari

Sagt er að það sem skilji á milli manna og dýra sé að báðir hugsa, maðurinn rökhusi en dýrinekki. Hvað svo felst í því að rökhusa er oft erfitt að skilgreina og menn eru ekki alltaf sammála um það. Hvort það felst í að spá og spekúlera í hvaðan við komum og hvert við stefnum eða eitthvað annað læt ég aðra um að dæma. Hins vegar hef ég í gegnum líf mitt rekist á tilhneigingu sem er ríkari hjá mönnun en dýrum og er það ákafi mannsins í að skara fram úr. Það virðist vera okkur mannfólkinu eðlilegt að gera okkar besta, hvort sem er í daglegu lífi eða í skóla. Við viljum flest skila þeim árangri að eftir okkur sé tekið, svo er það misjafnt hvort við séum að þessu fyrir okkur sjálf eða til að sýnast gagnvart öðrum. Til þess að mæta þessari þörf okkar bætum við í okkar daglega líf alls konar öðrum þáttum þar sem við getum einnig skarað fram úr. Þar reynum við að efla hæfileika okkar á ýmsum sviðum t.d. myndlist, leiklist, tónlist, íþróttum eða félagsmálum, eitthvað meira sem við getum tekist á við og sigrað. Það er varla til það barn sem ekki tekur þátt í leik og íþróttum og flest snýst þetta um að vinna og ef barnið hefur ekki frumkvæðið, þá vantar ekki áhugann hjá foreldrunum að barnið þeirra vinni. Sagt er að þetta sé ein af frumhvötum mannsins, hvöt sem gerir hann hæfari til að takast á við lífið og komast áfram. Þess vegna er þetta okkur svo eðlilegt og er rauður þráður í gegnum lífið, fyrst sem einstaklingum til að vekja athygli á okkur og síðan fyrir hönd barna okkar til að þau geti náð því sem maður sjálfur gat ekki.

En er það svo sjálfsagt og auðvelt að verða meistari? Er nóg að hafa það í sér? Er nóg að langa til þess? Margur telur það vera svo og hefur ekkert fyrir því að sækja æfingar og keppni. Æfingin er hvort sem er skemmtun hin mesta og gerð fyrir einstaklinginn. Að hann geti æft, hvort sem er á hljóðfæri eða stundað íþrótt, eitthvað sem er hans áhugamál og lífið oft snýst um. En stöldrum aðeins við, er þetta svo auðvelt? Jú, kannski í fyrstu þegar um leik með félögunum er að ræða, en samt, er það fyrir alla? Flest sem við gerum í lífinu er miðað við hrausta sál í hraustum líkama en þeir, sem þannig er ekki ástatt um, lenda oft á hliðarlínu. Nú er það svo að í hverju samfélagi sitja ekki allir við sama borð hvað þetta varðar, sumir hafa fæðst fatlaðir en aðrir fatlast í slysum eða vegna veikinda. Eiga þeir jafn auðvelt með að sinna frumþörf sinni til að skara fram úr? Er þeim búin sama aðstaða og þeim sem ófatlaðir eru? Hafa þeir sömu möguleika og þeir sem ófatlaðir eru?

Sem betur fer býður nútíma þjóðfélag upp á allt aðra möguleika í þessum efnum en fyrir örfáum

árum, þegar þeir sem voru fatlaðir áttu helst heima á stofnunum. Á Íslandi hafa orðið miklar framfarir í þessu sem og öðru. Hins vegar má segja að allt það starf sem liggur að baki þeim sem stunda áhugamál sín, hvort sem eru íþróttir eða annað, sé undir því komið að einhverjir fáist til að



styðja það og gera þeim það kleift. Á ég þá t.d. við alla þá sjálfböðavinnu sem fer fram í þjóðfélaginu meðal foreldra sem og þeirra sem annað hvort fá köllun eða eru þvingaðir til að starfa. Á þetta sérstaklega við í íþróttastarfinu þar sem segja má að allt standi og falli með starfi sjálfböðaliðanna. Mig langar til að verða meistari en hvað þarf til þess að svo megi verða? Fyrir utan eigið ágæti og hæfileika til þess að sigra, þurfa margir að leggja hönd á plóginn.

Hugsum okkur að ég sé ungur drengur sem langar að til að verða meistari í knattspyrnu með mínu félagi. Fyrst þarf yfirstjórn íþróttamála á Íslandi að hafa knattspyrnu á dagskrá sinni, stofna sérsamband um knattspyrnu, hafa lækna ráð, dómstóla, fræðsluráð, fjárhagsnefnd og ýmislegt annað, síðan er sérsambandið með sína stjórn og nefndir, skipuleggur mót, ræður landsliðsþjálfara. Félagið hans þarf síðan að skipa stjórn þar sem ómældur tími fer í að ráða þjálfara, útvega aðstöðu, skipuleggja æfingar, mót, fjáröflun og svo framvegis. Allt til þess að ég geti orðið meistari.

Það er því ótrúlegur fjöldi sem kemur að áhugamáli mínu og stuðlar að því að ég nái settu marki. Flestir gera þetta í sjálfböðavinnu og hugsanlega með eign fjárútlátum, allt til þess að ÉG sem þau trúlega ekki þekkja, geti orðið meistari með mínu félagi.

Mig langar til að verða meistari og ég lýt höfði í þakklæti til alls þess fólks sem fer eftir þeirri frumhvöt sinni að takast á við það verkefni að ÉG geti orðið meistari og telur það sigur sinn.

Megi allir meistara, fórnfúsir sjálfböðaliðar sem og aðrir landsmenn, eiga gleðileg jól og gleðilegt komandi ár og vaxandi velgengni að fagna.

*Sveinn Áki Lúðvíksson,
formaður ÍF*

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Félag eggjaframleiðenda, Bændahöllinni
Félag íslenskra hljómlistarmanna, Rauðagerði 27
Félag skrudgarðyrkjumeistara
Félagsbústaðir hf, Hallveigarstíg 1
Fiskbúðin, Freyjugötu 1
Fjarhitun hf, Suðurlandsbraut 4
Fjárfestingafélagið Gaumur ehf, Suðurlandsbraut 48
Fjölbrautaskólinn við Ármúla, Ármúla 14
Fjöltækniskóli Íslands, við Háteigsveg
Flísalagnir Afrims ehf, Torfufelli 30
Formprent, Hverfisgötu 78
Fossvogsskóli, Haðalandi 26
Fraktlausnir ehf, Skútuvogi 12e
Framsóknarflokkurinn, Hverfisgötu 33
Friðrik A. Jónsson ehf, Eyjarlóð 7
Frjálsíþróttasamband Íslands, Engjavegi 6
Fröken Júlía ehf, Mjódd
Fönix ehf, heimilistækjaverslun, Hátúni 6a
G Hannesson ehf, Borgartúni 23
Gallabuxnabúðin Kringlunni, Kringlunni 4-12
Gastec ehf, Bíldshöfða 14
Gáski sjúkrahjálfun ehf, Bolholti 8
GB Tjónaviðgerðir ehf, Draghálsi 6-8
Gesthús Dúna hf, Suðurlíð 35d
Geysir SH 39
Gissur og Pálmi ehf, byggingaverktaki, Álfabakka 14a
Gleraugnasalan ehf, Laugavegi 65
Gluggahreinsun Loga, Funafold 4
Gluggasmiðjan hf, Viðarhöfða 3
Grásteinn ehf, Grímshaga 3
Gripið og greitt ehf, Skútuvogi 4
Grund, dvalar- og hjúkrunarheimili, Hringbraut 50
Grænn kostur ehf, Skólavörðustíg 8
Guðmundur Arason ehf - smíðajárn, Skútuvogi 4
Guðmundur Jónasson ehf, Borgartúni 34
Gull og silfur ehf, Laugavegi 52
Gunnar & Trausti – Merkismenn ehf, Ármúla 36
Gunnar Marel Eggertsson, Kristnibraut 41
GuSt ehf, Laugavegi 70
Gutenberg ehf, Suðurlandsbraut 24
Gústaf Þór Tryggvason, Tjarnargötu 10d
Hafgæði sf, Fiskislóð 47
Halldór Jónsson ehf, Skútuvogi 11
Halli gullsmiður, Bankastræti 6
Hamraskóli, Dyrhómrúm 9
Harley Davidson á Íslandi ehf, Grensásvegi 16
Hár ehf, Kringlunni 7
Hársnyrtistofa Dóra, Langholtsvegi 128
Háteigsskóli, v/ Háteigsveg
HBH Veitingar ehf - Skólabrú, Skólabrú 1
Heilsubrunnurinn ehf, Kirkjuteigi 21
Heimilisprýði ehf, Hallarmúla 1
Henson Sports Europe á Íslandi ehf, Brautarholti 24
Hersir – ráðgjöf og þjónusta ehf, Sigtúni 42
HGK ehf, Laugavegi 13
Hitastýring hf, raftækjavinnustofa, Ármúla 16
Hjálparstarf kirkjunnar, Laugavegi 31
Hjálpræðisherinn á Íslandi, Garðastræti 38
HM Bókhald ehf, Kringlunni 7
Hornið ehf, Hafnarstræti 15

Hraði hf, fatahreinsun, Ægissíðu 115
Hreyfimyndasmiðjan ehf, Garðsenda 21
Hreysti ehf, Skeifunni 19
Hringsjá, náms- og starfsendurhæfing, Hátúni 10b
Hundasnyrtistofan ehf, Dugguvogi 2
Húsafríðunarnefnd ríkisins, Suðurgötu 39
Húsaklæðning ehf, Ingólfsstræti 3
Húsasmiðurinn ehf, Hyrjarhöfða 6
Húsvirki hf, verktaki, Lágmuði 5
Hvellur - G. Tómasson ehf, Súðarvogi 6
Hvíta húsið hf, auglýsingastofa, Brautarholti 8
Höfðakaffi ehf, Vagnhöfða 11
Höfði fasteignamiðlun ehf, Suðurlandsbraut 20, og
Bæjarhrauni 22
Hönnun hf, Grensásvegi 1
Ice Consult ehf, Mörkinni 6
Iðntré ehf, Draghálsi 10
Ingimar H. Guðmundsson ehf, heildverslun, Skipholti 50b
Innheimtustofnun sveitarfélaga, Lágmuða 9
Innrömmun Sigurjóns ehf, Fákafeni 11
Internet á Íslandi hf, ISNIC, Dunhaga 5
ISS Ísland ehf, Ármúla 40
Íris Bryndís Guðnadóttir – klínískur tannsmíðameistari,
Hátúni 8
Íslensk endurskoðun ehf, Bogahlíð 4
Ísloft blikk- og stálsmiðja ehf, Bíldshöfða 12
Íspólar ehf, Tunguhálsi 19
Ís-spor ehf, Síðumúla 17
Íþróttafélagið Fylkir, Fylkisvegi 6
J. Eiríksson ehf, Tangarhöfði 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
Kafólska kirkjan á Íslandi, Hávallagötu 14-16
Kemis ehf, Breiðhöfða 15
Kennarasamband Íslands, Laufásvegi 81
Kjaran ehf, Síðumúla 12-14
Kjörgarður, Laugarvegi 59
Kjötpól ehf, Frostafold 20
Klébergsskóli, Kjalarnesi
Knattspyrnusamband Íslands, Laugardal
Kornax ehf, Korngörðum 5
Kornelíus ehf, Bankastræti 6
Kóráll sf, Vesturgötu 55
KPMG endurskoðun hf, Borgartúni 27
Kraftur hf, Vagnhöfða 1
Kristján Vídalín, skrudgarðyrkjumeistari, Barmahlíð 52
Kynning og markaður - KOM ehf, Borgartúni 20
Landbúnaðarráðuneytið, Sölvhólsgötu 7
Landslag ehf, Skólavörðustíg 11
Landssamband hestamannafélaga, Engjavegi 6
Leiguval ehf, Kleppsmýrarvegi 8
Leikskóli K.F.U.M og K.F.U.K., Holtavegi 28
Lindin, kristið útvarp FM 102,9, Krókhálsi 4
List og saga ehf, Engjaseli 41
Listasafn Hótel Holt ehf, Bergstaðastræti 37
Lífland, Korngörðum 5
Límtré Vírnet ehf, Gylfaflöt 9

Tíminn

Mikið líður tíminn hratt. Það er komið ár síðan ég var að baka jólasnákökur fyrir jólin sem voru þá á næsta leiti. Ár er liðið og ég hef rétt snúið mér við til hálf. Hvernig fer tíminn að því að gabba mig svona? Ég sé tímann fyrir mér eins og lítinn bústinn strákpatta flögrandi í kringum mig og hann hlær að mér þar sem ég enn á ný undrast yfir því hversu fljótur hann er í förum.

Jólin voru sem sagt í gær og þau eru næstum því aftur á morgun. Einhver sagði við mig að líðan mín væri merki um það að ég væri farin að eldast, að með hverju árinu sem ég bætti við líf mitt yrði tíminn enn fljótari í förum. Vel má það vera, hins vegar tel ég að tíminn sem slíkur minni okkur líka á hversu dýrmæt hver stund lífsins er.

Á aðventunni er okkur prestunum tamt að tala um tímann. Tala um það hversu dýrmætt það er að taka frá stund í amstri hversdagsins og njóta. En við erum stundum sjálf eins og vegaskilitin úti á þjóðvegum. Erum ópreytandi í því að segja

fólki til vegar á lífsins göngu en sjálf færumst við ekki um eitt spor. Endasendumst milli staða í stressi og bílaumferð, mætum móð á næstu aðventusamveru og bendum gestunum á hversu mikilvægt það er að missa sig ekki í streitu og hraða nútíma-samfélagsins. Ekki alveg nógu sannfærandi eða hvað?

En nú skal verða breyting á. Þessi vegpóstur sem þetta ritar hefur sett sér ákveðið markmið þessa aðventuna. Markmiðið er að fá að verða þér, sem þetta lest, samferða á þeirri leið að njóta stundarinnar sem er hér og nú. Við skulum ganga saman leið til hvíldar og gleði. Saman skulum við anda að okkur stemningu aðventunnar, ilmi hennar, ljósum og hljómunum. Drekkum í okkur stundina sjálfa, grípum daginn og finnum hvað það er gott að vera til, bara með því að vera til. Hver dagur sem þú lifir er sérstakt tækifæri. Hver dagur, hver stund já hver mínúta er einstök gjöf Guðs til þín. Þitt er að nýta þessa stund þannig að hún feli í sér þá merkingu sem gjöf-

inni var ætlað í upphafi. Njóttu stunda með þeim sem eru þér kærir, borðuðu uppáhalds matinn þinn og notaðu spariilmvatnið þó svo að það sé virkur dagur. Bættu lífi við árin þín en ekki bara árum við lífið.

Það er meðal annars þetta sem tíminn, þessi litli strákpatti, minnir okkur á þar sem hann flögrar í kringum okkur, fullur af lífi og gleði. Njóttu aðventunnar og minntu þig á að aðventan gefur tóninn fyrir allt árið sem fram undan er. Stundin er hér og nú. Til þess að njóta, gleðjast og elska þá sem þér eru kærir.

Gleðilega aðventu,
Sr. Guðný Hallgrímsdóttir,
prestur fatlaðra



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Logoflex ehf, Smiðshöfða 9
Lyngvík ehf, Síðumúla 33
Lögfræðipjónusta Lögsátt ehf, Skipholti 50c
Lögmenn Fortis ehf, Laugavegi 7
Lögreglustjórinn í Reykjavík, Hverfisgötu 115
Löndun ehf, Kjarlövögi 21
M.G.B. endurskoðun ehf, Bíldshöfða 14
Margrét María Þórðardóttir, Tannlæknir, Borgartúni 33
Markaðsnefnd mjólkuriðnaðarins, Bitruhálsi 2
Matborðið ehf, Bíldshöfða 18
Matthías ehf, Vesturfold 40
Mánafoff ehf, Bolholti 4
Menntaskólinn í Reykjavík, Lækjargötu 7
Menntaskólinn við Hamrahlíð, Hamrahlíð 10
Menntaskólinn við Sund, Gnoðarvögi 49
Mentis hf, Sigtúni 42
Merki og myndhönnun ehf, Dugguvögi 21
Minjavernd hf, Amtmannstíg 1
Mjólk ehf, Vagnhöfða 13
Móa ehf, Box 9119

MS - mjólkurvörur í sérflokki, Bitruhálsi 1
Neytendasamtökin, Síðumúla 13
NorðNorðVestur Kvikmyndagerð ehf, Viðarhöfða 6
NOW vítamín, Vesturbergi 163
Nói-Síríus hf, Hesthálsi 2-4
Nýi ökuskólinn ehf, Klettagörðum 11
Nýja sendibílastöðin hf, Knarrarvögi 2
Næstir ehf, Síðumúla 31
Oddgeir Gylfason, tannlæknir, Síðumúla 28
Orkuvirki ehf, Tunguhálsi 3
Ottó B. Arnar ehf, Skipholti 17
Ó. Johnson & Kaaber ehf, Tunguhálsi 1
Ólafur G. Gústafsson hrl, Kringlunni 7
Ólafur Gíslason og Co. hf, Sundaborg 3
Ólafur Hans Grétarsson, Tannlæknir, Faxafeni 5
Ósal ehf, Tangarhöfða 4
Parlogis hf - Lyfjadreifing ehf, Krókhálsi 14
Pipar og salt ehf, Klapparstíg 44
Pípulagnaverktakar ehf, Langholtsvegi 109
Plús Film ehf, Laugavegi 178

Og þá fór boltinn að rúlla

Þegar við Sigurður Magnússon höfum rætt saman stutta stund dettur mér í hug að hann myndi líklega velja verkefnastjórnun ef hann væri að fara í nám. Og þó. Hann er öllu heldur maðurinn sem finnur upp námið og kemur því á laggirnar. Snýr sér svo að öðrum verkum. Sigurður ber það með sér að hann mætir verkefnum með því hugarfari að þau séu vel viðráðanleg, hversu stór sem þau eru, í stað þess að sjá öll tormeiki á hlutunum fyrirfram. Þetta er eitt helsta einkenni athafnamannsins. Það er gaman að hitta fólk sem býr yfir framkvæmdaorku og notar hana til að láta gott af sér leiða. Sigurður Magnússon, fyrrverandi formaður Íþróttasambands fatlaðra og áður framkvæmdastjóri Íþróttasambands Íslands og Íþróttabandalags Reykjavíkur, er slíkur maður.

Sigurður segir að það séu einkum þrjú svið á vettvangi íþrótta sem skipi sérstakan sess í hug hans og hjarta. Öll eiga þau sammerkt að hafa fengið aðild að Íþróttasambandi Íslands einhvern tímann á síðastliðnum aldarfjórðungi. Þetta eru íþróttir fyrir alla, íþróttir fatlaðra og hestaíþróttir. Flest önnur svið og íþróttagreinar eiga að baki miklu lengri sögu hjá sambandinu eða allt frá upphafi síðustu aldar. „Aðild nýrra íþróttagreina að ÍSí eflir starfsemina,“ segir Sigurður. „Það leiðir af sjálfu sér þegar iðkendum fjölgar stórlega.“

Hlutur Sigurðar í íþróttum fatlaðra á Íslandi er flestum vel kunnur. Fólki sem blaðamaður ræddi við ber saman um að hann sé guðfaðir íþrótta fatlaðra hérlandis og óvíst hversu langt við værum komin áleiðis ef Sigurður hefði ekki beitt sér fyrir vagninn. Sigurður gefur sjálfur lítið fyrir þetta og kýs heldur að tala um samverkamenn sína sem hann hrósar í hástert. Jafnframt heldur hann því á lofti, nú sem endranær, að öllum sé nauðsynlegt að iðka íþróttir, hreyfa sig og stunda útivist, en engum þó jafnnauðsynlegt og fólki sem býr við fötlun af einhverjum toga. Í anda þessarar

hugsunar hefur hann byggt upp sitt ævistarf á þessu sviði.

Of langt mál væri að telja upp öll þau ábyrgðarstörf og önnur verk sem Sigurður hefur tekið að sér um ævina en á vettvangi íþrótta má helst telja að hann var framkvæmdastjóri ÍBR 1949 – 1954, kynningar- og útbreiðslustjóri ÍSí 1971-1980 og síðar skrifstofustjóri og loks framkvæmdastjóri sambandsins til ársins 1995, formaður undirbúningsnefndar ÍSí að stofnun Íþróttasambands fatlaðra 1972 og fyrsti formaður sambandsins 1979-1984. Þá var Sigurður framkvæmdastjóri Styrktarfélags lamaðra og fatlaðra 1981-1985 og formaður Íþróttasambands fatlaðra á Norðurlöndum. Hann var í lykilhlutverki við að innleiða trimmogaðraralmenningsíþróttir hérlandis og kom því í gegn að hestaíþróttiröðluðust aðild að ÍSí. Auk íþróttanna lét Sigurður að sér kveða á öðrum sviðum, hann byggði meðal annars Melabúðina 1956, fyrstu einkareknu kjörbúð landsins, og var kaupmaður þar næstu fimmtán árin. Hann byggði ásamt fleirum Austurver og var framkvæmdastjóri og meðeigandi þess um hríð, var framkvæmdastjóri

Kaupmannasamtakanna 1961-1968 og síðar formaður sömu samtaka auk setu í Verslunarráði 1968-1970. Þá var hann framkvæmdastjóri Leikfélags Reykjavíkur um tveggja ára skeið.

Verkaskrá Sigurðar er þéttskipuð og gott dæmi um að fólk með fötlun er ekki minna megnugt en aðrir nema síður sé. Fátt er svo með öllu illt að ekki boði nokkuð gott. Núorðið er fólk farið að átta sig á að fötlun fylgir oft eitthvað aukreitis, sérstök innsýn, skilningur, áræði og dugnaður. „Það eru forréttindi að lifa með fötlun“ var yfirskriftin á fyrirlestri Freyju Haraldsdóttur, ungrar konu með mikla fötlun, sem hún hélt þann 14. nóvember síðastliðinn.

Draumarnir kvaddir

Sigurður fæddist á Reyðarfirði 2. júní 1928, yngstur í hópi níu systkina. Á æskuárunum dreymdi hann um að verða afreksmaður í íþróttum og var talinn hafa alla burði til þess. Hvorki skorti keppnisskapið né félagslyndið og þótt aðstöðu til íþróttaiðkunar væri í mörgu áfátt var aldrei um það að ræða að leggja upp laupana. Ánægjan og gleðin af íþróttunum átti sér engin takmörk. En skjótt skipast veður í lofti. Þegar Sigurður var átján ára bundu örlögin enda á íþróttuferilinn en þá varð

„Verkaskrá Sigurðar er þéttskipuð og gott dæmi um að fólk með fötlun er ekki minna megnugt en aðrir nema síður sé. Fátt er svo með öllu illt að ekki boði nokkuð gott. Núorðið er fólk byrjað að átta sig á að fötlun fylgir oft eitthvað aukreitis, sérstök innsýn, skilningur, áræði og dugnaður.“

hann fyrir slysi í knattspyrnu sem olli honum varanlegri líkamlegri fötlun. Síðan hefur hann búið við slæma heilsu og margsinnis farið í erfiðar og stórar skurðaðgerðir. Þrátt fyrir þessi áföll hélt Sigurður áfram að sinna íþróttunum en nú vann hann sín afrek á skrifstofunni, á fundum og í fjölmiðlum og taldi ekki vinnustundirnar.

Árið 1939, þegar Sigurður var tíu ára, lést móðir hans, Rósa Sigurðardóttir, og heimilið leystist upp í kjölfarið. Sigurður flutti þá til Aagot, elstu systur sinnar í Reykjavík og manns hennar, Þorsteins Ólafssonar kaupsýslumanns. Ekki er ólíklegt að áhuginn á kaupsýslu hafi kviknað á þessum árum en hjá þeim hjónum dvaldist Sigurður næstu tvö árin og kynntist þá íþróttalífínu í tveimur íþróttafélögum, ÍR og KR. Hann var í blaðamennsku á Morgunblaðinu sextán ára gamall og settist á skólabekk í Verslunarskólanum en dvölin varð ekki nema einn og hálfur vetur sökum heilsuleysis og peningaskorts. Hins vegar reyndist ekki erfitt að fá vinnu þegar heilsan leyfði. „Ég fór í byggingavinnu á Laugarvatni og aðstoðaði svo í eldhúsinu í Laugarvatnsskóla þar sem sumarverkamenn voru í fæði og jafnframt gestir hótelsins sem þarna var rekið á sumrin, en þeir námu hundruðum,“ segir Sigurður. Hann notaði tímann í eldhúsinu vel og réð sig síðar sem kokk á einum af stærri bátum síldarflotans við góðar undirtektir. En eitt vildu sjómennirnir alls ekki að sögn Sigurðar og það var fína aspassúpan sem hann hafði lært að elda á Laugarvatni og þótti herramannsmatur á hótelinu. Þeir mátu meira ávaxtasúpu, sætsúpu og mjólkurvelling. En enn þurfti að huga að heilsunni. Snorri Hallgrímsson,

bæklunarlæknir á Landspítalanum, var með Sigurð í rannsóknum um eins árs skeið og í ljós kom að hann var með alvarlega berklasýkingu í öðrum mjaðmarliðnum. Sigurður minnst Snorra með mikilli hlýju og virðingu en sá síðarnefndi var þá nýlega kominn heim frá námi sínu við Karólínska sjúkrahúsið í Stokkhólmi. Á námstímanum fékk Snorri frí frá náminu um tíma til að gerast sjálfbóðaliði í vetrarstríðinu sem Finnar háðu við Rússa og sinnti þar hundruð slasaðra hermanna. Hann var því öllu vanur og nú fékk Sigurður að njóta kunnáttu hans. Við slysið hafði annar mjaðmarliður gengið til og berklar hreiðrað um sig í kjölfarið. Úrræði Snorra fólust í að losa liðinn í sundur og hreinsa burt þennan vágest og síðan var lærleggurinn græddur við mjaðmargrindina þannig að liðurinn varð staurliður, ekki var um annað að ræða. Gerviliðir voru ekki komnir til sögunnar á þessum tíma þótt þess væri skammt að bíða, aðeins um tvö til þrjú ár. „Aðgerðin var framkvæmd árið 1948 og síðan hef ég aldrei kennt mér meins af berklum“ segir Sigurður sem hefur lag á að sjá björtu hliðarnar á málunum.

Leiguherbergið í risinu

Eftir að Sigurður kom heim af sjúkrahúsinu bauðst honum starf framkvæmdastjóra Íþróttabandalags Reykjavíkur. „Þetta var fyrsta verkefni sinnar tegundar hjá frjálsum íþróttasamtökum,“ segir Sigurður, „og ég var ekki lengi að taka boðinu. Ég var fullur bjartsýni og það skemmtilega var auðvitað að byrja á núllpunkti, þarna var ekkert mótað og hreinlega ekkert til heldur! Nýja skrifstofan var í leiguherbergi á rishæð hússins að Hverfisgötu 42 og vélsmiðjan Sindri var á jarðhæðinni. Fyrst þurfti að



Sigurður í Benidorm með eiginkonu sinni, Sigrúnu Sigurðardóttur, en þau hjón fögnuðu gullbrúðkaupsafmæli fyrir fimm árum.

útvega skrifstofuhúsgögn, ritvél og síma og það var fljótgert. Að því loknu fór ég að skipuleggja starfsaðstöðuna þannig að allt væri sem aðgengilegast enda starfsemin umfangsmikil. Hlutverk ÍBR var á þessum tíma annars eðlis en það er í dag og til dæmis var ekki hægt að halda eitt einasta íþróttamót í Reykjavík án þess að sækja fyrst um heimild til þess hjá bandalaginu. Það var því heilmikil skipulagsvinna að halda utan um alla niðurröðun móta en mig minnir að þau hafi verið haldin í 15-20 íþróttagreinum strax í byrjun. Þetta var líka viðkvæmt mál því mót máttu náttúrulega alls ekki rekast á. Til dæmis var ekki hægt að ákveða mót í handbolta á sama tíma og sundmót var haldið í Sundhöllinni því slíkt truflaði aðsókn og þar með fjárhagsgrundvöll mótanna.“ Um sumarið 1945 hafði ÍBR fengið til umráða Andrew's höllina svokölluðu, Bretabragga sem hafði þjónað setuliðinu sem íþróttahús og stóð við Hálogaland. Eitt af verkunum, sem heyrðu undir Sigurð, var að reka Hálogaland. Sigurður segir að Hálogaland hafi verið merkt hús og þrátt fyrir ágalla á því var með starfseminni þar unnt að brúa bilið og mæta þörfinni fyrir æfinga- og keppnisaðstöðu

ýmissa íþróttagreina allt þar til Laugardalshöllin var reist.

Íþróttir fyrir alla, líka fatlaða

Að loknu starfinu hjá ÍBR vann Sigurður mest við kaupmennsku og ýmsar stórfamkvæmdir í hálfan annan áratug. En árið 1971 gekk hann til liðs við ÍSÍ til að vinna að kynningu og útbreiðslu almenningsíþróttar á Íslandi. Það hugtak og framkvæmdin, sem því fylgdi, var þá nánast óþekkt hérlendis. „Hugmyndin um íþróttir fyrir alla er grundvöllur þess sem á eftir kom, íþróttar fatlaðra,“ segir Sigurður. „Sama gildir um hestaíþróttir, þær verða til vegna þess hve íþróttir fyrir alla eru öflugar. Kveikjan að þeirri miklu útvíkkun sem orðið hefur í þessum tveimur geirum íþróttar er þessi hugmyndafræði. En hún byrjaði sem skokk! Já, fyrst hét þetta bara trimm. Reyndar notuðu Svíar og fleiri þjóðir hugtakið í víðara samhengi en við skiljum það og Norðmenn, sem hugsuðu þetta mál lengst og best allra, höfðu sinn eigin frasa enda hefur löngum rignt milli þeirra og Svía,“ segir Sigurður kíminn. „Þegar þetta var að fæðast hérlendis var það mál málanna hversu góð áhrif trimmið hefði á líkama og sál. Upp úr þessu spratt sá jarðvegur sem þurfti til að aflu íþróttum fatlaðra fylgis. Íþróttanefnd Evrópuráðsins í Strasbourg beitti sér fyrir því meðal aðildarlanda sinna að efla íþróttir almennings á sem flestum sviðum. Skokkið hafði náð miklum vinsældum austan hafs og vestan og ýmsir þjóðarleiðtogar sýndu gott fordæmi, til dæmis John F. Kennedy heitinn en hann skokkaði jafnan í dagsbyrjun til að efla þrek og þrótt og búa sig undir verkefni komandi dags. Áhuginn breiddist svo út til annarra landa og sífellt fleiri íþróttagreina. Formlegt samstarf

„Já, fyrst hét þetta bara trimm. Reyndar notuðu Svíar og fleiri þjóðir hugtakið í víðara samhengi en við skiljum það og Norðmenn, sem hugsuðu þetta mál lengst og best allra, höfðu sinn eigin frasa enda hefur löngum rignt milli þeirra og Svía,“ segir Sigurður kíminn.“

þjóðanna myndaðist fljótlega og Norðmenn ásamt með Þjóðverjum og Hollendingum voru í nánu samstarfi og forystu meðal Evrópuþjóða í því að virkja íþróttahreyfingar landanna til að sinna þessu mikilvæga verkefni.“

Sigurður upplýsir að árið 1969 efndi norska íþróttasambandið til fyrstu alþjóðlegu ráðstefnunnar um íþróttir fyrir alla í Osló. Þátttakendur voru talsvert á annað hundrað og allur undirbúningur og framkvæmd til fyrirmyndar. Meðal þeirra sem sóttu ráðstefnuna voru Gísli Halldórsson, fyrrverandi forseti ÍSÍ, og fleiri fulltrúar frá sambandinu. Fleiri ráðstefnur fylgdu í kjölfarið og árið 1971 var blásið til einnar slíkrar í Strassbourg. Þar var Sigurður staddur, þá nýráðinn hjá ÍSÍ til að innleiða almenningsíþróttir á Íslandi, en meðal fulltrúa var líka Sir Ludwig Guttman frá Bretlandi. Hann var þýskur gyðingur sem hafði flúið heimalandið rétt fyrir stríð, heimskunnur heila- og taugaskurðlæknir og hugmyndasmiður íþróttar fatlaðra á heimsvísu. Í málflutningi Guttman, sem Sigurður hreifst mjög af, kom fram það sjónarmið hans að það væri tómmt mál að tala um íþróttir fyrir alla án þátttöku fatlaðra einstaklinga. Þetta innlegg Guttmans átti eftir að skipta sköpum, líflegar umræður spunnust og fljótlega í kjölfar fundarins fór áhrifanna að gæta í mörgum Evrópulöndum. Guttman bauð Sigurði að sækja sig heim til Bretlands eftir fundinn í Strasbourg og þar dvaldi Sigurður í vikutíma. „Þar skapaðist gott samband milli mín og hans og upp úr því spratt margt sem síðar gerðist í þessum málum

hérlendis.“ Sigurður bætir við að eftir fundinn í Strasbourg hafi hann komist í snertingu við fleiri forvígismenn frá ýmsum löndum sem höfðu þá um 6-10 ára skeið annast uppbyggingu á íþróttum fatlaðra í sínu heimalandi og eignast þar góða samstarfsmenn.

Uppbygging hefst með góðu samstarfi samtaka fatlaðra og íþróttahreyfingarinnar

„ÍSÍ fylgdist grannt með gangi mála erlendis,“ segir Sigurður, „og ári áður en fundurinn í Strasbourg var haldinn beitti sambandið sér fyrir trimmherferð á landinu. Ásamt með því að ráða mig var stofnuð fimm manna undirbúningsnefnd undir formennsku Þorvarðar Árnasonar sem stóð meðal annars fyrir ráðstefnu í janúar 1971. Á Íþróttapingi ÍSÍ í ágúst 1972 var svo samþykkt einróma að fela framkvæmdastjórn sambandsins að vinna að aukinni og bættri aðstöðu til íþróttaiðkana meðal fatlaðra landsmanna. Meðal annars var haft samráð við Sjálfsbjörgu, landssamband fatlaðra, og Oddur Ólafsson, þáverandi yfirlæknir á Reykjalundi, hélt



Sigurður heldur ræðu í Miðbæjarbarnaskólalportinu 1952 á síðasta fundi á vegum stuðningsmanna Ásgeirs Ásgeirssonar fyrir kosningar. Sigurður var þá 24 ára en þrátt fyrir ungan aldur kominn með víðtæka reynslu af atvinnulífinu.

erindi á þinginu þar sem hann lagði áherslu á mikilvægi íþróttanna í endurhæfingu fatlaðra, jafnt líkamlega sem andlega.“

Í framhaldi af samþykkt íþróttapingsins var strax skipuð undirbúningsnefnd til að vinna að undirbúningi og framkvæmd verkefnanna sem framundan voru við það að koma íþróttum fatlaðra í betra horf. Sigurður veitti nefndinni forstöðu en ásamt honum sátu í henni Guðmundur Löve framkvæmdastjóri Öryrkjabandalagsins og Trausti Sigurlaugsson framkvæmdastjóri Sjálfsbjargar. „Það var mikið lán að fá þessa menn til samstarfs,“ segir Sigurður. „Samstarfið var einmuna gott og með þessari skipan mála skapaðist líka frá upphafi beint samband á milli íþróttahreyfingarinnar og samtaka fatlaðra.“ ÍSÍ réð svo ráðunaut til íþróttanna fatlaðra og fyrir valinu varð Magnús H. Ólafsson íþróttakennari og sjúkraþjálfari á Akureyri. „Magnús fór í gagnlega kynnisferð á vegum sambandsins til Norðurlandanna og Bretlands og gat þar kynnt sér starfsemi sem átti tíu til tólf ára reynslu að baki,“ segir Sigurður, „Það var ómetanlegt.“

Fyrir hönd undirbúningsnefndar gekk Sigurður í það að afla stuðnings við málefnið og leitaði víða fanga. Undirbúningsnefndin hafði safnað margvíslegu kynningarefni, svo sem kvikmyndum og upplýsingabæklingum, sem Sigurður tók með sér á fundi vítt og breitt. Hann fundaði meðal annars með Kiwanis- og Lionsklúbbum og ýmsum stórfyrirtækjum auk þess að



Af stofnfundi íþróttafélagsins Eikar á Akureyri, 16. maí 1978. Sigurður stendur yst til hægri í efstu röð.

sitja fundi hjá íþróttafélögum, kirkjufélögum og fleiri aðilum sem tóku jákvætt í framtakið. „Móttökur voru í einu orði sagt frábærar,“ segir Sigurður. „Við fengum ómetanlegan stuðning og margir þessara aðila eru stuðningsmenn enn þann dag í dag. Og nú fór boltinn aldeilis að rúlla. Næstu vikur og mánuði voru stofnuð íþróttafélög hér og þar, þau fyrstu voru Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík og íþróttafélagið Eik á Akureyri. Nú eru félögin orðin 22 talsins um allt land.“ Sigurður leggur mikla áherslu á þátt Gísla Halldórssonar í því að svo vel tókst til sem raun bar vitni. „Gísli er eins og flestir vita umsvifa- og afkastamesti leiðtogi íþróttahreyfingarinnar í marga áratugi. Allt sem viðkom íþróttum fatlaðra naut dyggilegs stuðnings hans og stjórnar ÍSÍ. Dugnaður fatlaða fólksins sjálfs og glæsileg íþróttafrek þess voru einstök. Í ljós kom að í röðum hinna nýju félaga var að finna dugnaðarforka sem forystumenn og leiðtoga. Allt hafði þetta mikil og góð áhrif.“

Íþróttasambandið stofnað og samstarf við Norðurlönd

Íþróttasamband fatlaðra var stofnað þann 17. maí árið 1979. Hvort þjóðhátíðardagur Norðmanna varð fyrir valinu sökum forystu þeirra í málefnum íþróttanna fyrir alla skal ósagt látið en víst er að þessi dagur markaði í senn endann á farsælu undirbúningsstarfi og upphafið að stórstíguum framförum í íþróttum fatlaðra. „Stofnfundurinn var haldinn á Hótel Loftleiðum undir stjórn Gíslaogsamstjórnarmannahans,“ segir Sigurður. „Þetta var stórt og mikilvægt skref og árangurinn lét ekki á sér standa.“

Sigurður er ekki sjálfhælinn maður fremur en gengur og gerist um forystufólk í íþróttum fatlaðra. En grípum niður í afmælisrit ÍF sem út kom árið 1998 í tilefni af því að ári áður var fagnað 25 ára afmæli samþykktar Íþróttapings um íþróttir fatlaðra. Í bókinni segir Gísli Halldórsson svo um Sigurð: „Sigurður ferðaðist um landið og hélt erindi og aðstoðaði menn við að stofna félög. Þetta var meira verk en menn almennt gerðu sér grein fyrir. Það voru engar reglur til og enginn sem hafði starfað á þessu sviði. Málið var því miklu

„Það hafði mikið verið rætt um og lengi hvernig ætti að standa að þessu en þegar upp var staðið stóð styrinn um fjárútlát og kostnaðarskiptingu, sem sagt peninga. Samtökin í Noregi, Svíþjóð og Danmörku voru vellíkr og eru enn, að minnsta kosti í samanburði við okkur. Það gekk eftir að halda fundinn á Íslandi og tókst að koma umræðunni á jafnræðisgrundvöll, hversu lítil sem félögin og löndin væru skildu þau hafa jafnan rétt.“

flóknara en að stofna nokkur íþróttafélög. Þarna var verið að vinna grunnvinnuna og Sigurður gerði það aðdánarlega vel.“ Og síðar segir Gísli: „Sigurður vann upp lög Íþróttasambands fatlaðra en jafnframt þurfti að breyta lögum ÍSÍ því samkvæmt þeim var einungis gert ráð fyrir að stofna sersambönd um einstakar íþróttagreinar. Þegar ÍF var stofnað var Sigurður sjálfkjörinn formaður. Hann vann þrekvirki á þessum árum og kom upp stórum og góðum íþróttahópi sem sótti alþjóðleg íþróttamót.“

Skömmu eftir stofnun ÍF gerðist sambandið aðili að Íþróttasambandi fatlaðra á Norðurlöndum og gott betur, því fyrir innkomu Íslands var sambandið ekki til nema í formi samstarfsnefndar. Löndin sem hófu samstarf voru Danmörk, Noregur og Svíþjóð og skömmu áður en Ísland fór að taka þátt og senda fulltrúa á fundina hafði Finnland bæst í hópinn. Síðar kom svo aðild Færeyinga og loks Grænlandinga. Sigurður Magnússon var fulltrúi í samstarfsnefndinni í nokkur ár en tók fljótt að leiðast þófið. Málin voru rædd fram og aftur en ekkert gekk að stofna samband. Á fundi nefndarinnar í Stokkhólmi 1975 lét hann til skarar skriða og

„Hér eru engir peningar til og þýðir ekkert að ræða þetta núna.“ Þeir skildu ekki að haltir menn og blindir ætluðu að fara að iðka íþróttir. Þá sá ég mann á gangi í húsinu, Bjarna Guðnason.“

átaldi það að hver fundurinn á fætur öðrum endaði án þess að tekin væri afstaða til formlegrar sambandsstofnunar. Hannbauðst til þess að skipuleggja fund á Íslandi næsta ár sem hefði þann tilgang einan að ákveða stofnun norræns íþróttasambands fatlaðra. „Það hafði mikið verið rætt um og lengi hvernig ætti að standa að þessu en þegar upp var staðið stóð styrinn um fjárútlát og kostnaðarskiptingu, sem sagt peninga. Samtökin í Noregi, Svíþjóð og Danmörku voru vellrík og eru enn, að minnsta kosti í samanburði við okkur. Það gekk eftir að halda fundinn á Íslandi og mér tókst að koma umræðunni á jafnræðisgrundvöll, hversu lítil sem félögin og löndin væru skildu þau hafa jafnan rétt. Fólk tókst á tvisvar og varð að gera fundarhlé til að sætta andstæð sjónarmið en þetta hófst að lokum. NORD-HIF, íþróttasamband fatlaðra á Norðurlöndum, var stofnað þarna í septemberbyrjun árið 1976. Þess má geta að allir verðlaunapeningar sem eru veittir á mótum NORD-HIF eru áritaðir á íslensku með fornu íslensku lettri. Það er í þakklætisskyni fyrir þátt okkar í stofnun sambandsins.

Eftir stofnfundinn fórum við í móttöku til dr. Kristjáns Eldjárns á Bessastöðum sem lýsti virðingu sinni á þeim árangri sem náðst hafði. Forsetarnir okkar þrír, sem setið hafa síðan ÍF var stofnað, hafa allir stutt okkur dyggilega. Á fyrstu árum Íþróttasambands fatlaðra var Vigdís Finnbogadóttir forseti og hún var yfirgengilega dugleg og jákvæð í þessu eins og öðru sem hún tekur sér fyrir hendur, studdi okkur á alla lund. Sama gildir um Ólaf Ragnar Grímsson, velvilji hans er einstakur. Hann tók að sér að eiga sæti í stjórn Special Olympics að ósk ráðandi aðila þar.“

Erlend samvinna hefur alltaf verið einn af þeim hornsteinum sem Sigurður lagði í starfi sínu fyrir íþróttahreyfinguna og þess má geta að hann dreif upp samstarf við Eystrasaltsríkin en það var ekki hvað síst í formi stuðnings við íþróttahreyfinguna þar, meðal annars voru send héðan til Eistlands skrifstofutæki og annað sem þurfti til skrifstofurekstrar. Ekki er kostur á að gera þessu merkilega samstarfi ítarlegri skil að svo stöddu, það er efni í annað viðtal. Víst er að Sigurður varð þess fljótt áskynja að erlent samstarf er mikilvægt. Hann segir til að mynda um eftirmála Strassbourgarfundsins: „Eftir þetta var eins og þessum hugmyndum, vilja og áhuga á að gera þetta að einhverju miklu meira hér heima væri sprautað inn í mig! Og þetta tókst sem betur fer svona vel hjá okkur eins og raun ber vitni og allir kannast við. En þetta var bara sjálfstæð þekkingaröflun sem ég stundaði. Þegar ég hafði góða menn eins og Magnús Ólafsson og fleiri kom þetta hvað af öðru; íþróttagreinum og íþróttaiðkendum fjölgaði jafnt og þétt.“



Fólk með fítlun hefur áhuga á öllum greinum íþróttar rétt eins og aðrir og mjög mikilvægt er að hafa aðgang að iðkun í margvíslegum íþróttagreinum. Hér er körfuboltinn stundaður af kappi árið 1980 í ónefndu íþróttahúsi.

Nýárssund barna og unglinga

Nýárssund barna og unglinga er enn eitt verkefnið sem Sigurður hefur komið á laggirnar. „Okkur fannst gott við þessa hugmynd að með þessu er höfðað markvisst til barna og ungs fólks með fötlun, þau fá sitt sérstaka mót, 1. sunnudag í janúar og alltaf fjölgar þátttakendum. Sund er ein öflugasta íþróttagreinin í ÍF og sú fjölmennasta held ég að frátöldu boccia. Sigmar Ólafsson vélstjóri og æskuvinur Sigurðar gaf stóran og glæsilegan bikar sem keppt var um. Þegar hann hafði unnist til eignar gaf Sigmar næsta bikar líka. „Ég er ekki alveg viss um hvort þriðji bikarinn sé kominn,“ segir Sigurður. „Bikarinn vinnst tileignar með því að einstaklingur fái besta árangurinn á móti þrjú ár í röð, eða fimm sinnum alls á fleiri árum, samkvæmt stigatöflum. Og það er ekki alltaf sem það tekst.“ Að sögn Sigurðar voru keppendur til að byrja með átján eða nítján, en eru nú að jafnaði 50-70 og hafa komist næstum upp í hundrað.

Nú verður þú að leysa hérna gott mál

Ekki verður skilið við Sigurð án þess að spyrja hvort hann hafi aldrei rekið sig á skilningsleysi á því að fatlaðir stunduðu íþróttir. Sigurður segir það hafa borið við í byrjun og oft þurfti talsverða útsjónarsemi í uppbyggingunni eins og eftirfarandi saga ber með sér. „Við þurftum að eiga fjárhagsleg viðskipti við ríki og bæ og málefnið fékk frábærar móttökur hjá hinu opinbera eftir að skilningurinn var kominn. Það er þó gaman að segja frá einu skipti þegar ég fór niður í Alþingi á fund manna, til að



Undirbúningsnefnd stofnunar Íþróttasambands fatlaðra: Sigurður, Gísli Halldórsson og Hermann Guðmundsson.

afla því fylgis að menn settu inn á fjárlög peninga handa okkur. Niðurstaðan var heldur rýr í fyrstu, ráðherrarnir og formenn fjárlaganefndar færðu mér þessi skilaboð: „Hér eru engir peningar til og þýðir ekkert að ræða þetta núna.“ Þeir skildu ekki að haltir menn og blindir ætluðu að fara að iðka íþróttir. Þá sá ég mann á gangi í húsinu, Bjarna Guðnason. Ég þekkti Bjarna vel úr íþróttunum því hann var mikill og góður handboltamaður. Þá fékk ég hugmynd. Ég vatt mér að Bjarna og sagði við hann: „Bjarni minn, nú verður þú að leysa hérna gott mál“. Bjarni hélt það nú. Hann tók að sér að flytja tillögu í 3. og síðustu umræðu á þingi, en þar eru tekin fyrir félagasamtök og annað þess háttar og oft voða erfitt að segja nei. Ég sagði Bjarna að láta nægja að biðja um 500 þúsund, ég vildi ekki spenna bogann of hátt fyrsta kastíð. Þetta var samþykkt og þessi 500 þúsund urðu að 2-3 milljónum á næstu fjórum árum. Ég held að það sé óhætt að segja að þetta sé í góðum farvegi núorðið.“

Blaðamaður hefur rekið augun í að Special Olympics og Paralympics er ekki að finna á Ólympíuvefnum og spyr hvort þarna sé á ferðinni dæmi um að enn séu til svið þar sem bæta má skilning fólks og samþykki á málefnum. „Vissulega,“ segir Sigurður. „Þetta mega nú til

dæmis ekki heita Ólympíuleikar, það er félagsleg íþróttapolítík. Höfðingjarnir sem höfðu drifið þetta áfram frá upphafi erlendis máttu ekki til þess hugsa að taka inn þrælfatlaða og bæklaða menn. Og eftir höfðinu dansa limirnir. Ólympíunefndin hér heima fór í einu og öllu eftir því sem forystan erlendis sagði þeim. En svo gerðist nokkuð frábært. Til starfa sem formaður Alþjóðlegu Ólympíunefndarinnar (IOC) kom Spánverji að nafni Samarans. Hann studdi dyggilega það sem við vorum að tala um og útvegaði milljónir til að drífa upp Ólympíumót fatlaðra í Barcelona 1974. Núorðið styður alþjóðlega Ólympíunefndin mótin að hluta til en við fáum ekki að fara inn í alla hringrásina eins og sést á orðanotkuninni. Það er þó ört vaxandi fylgi við að nánast sameina leikana. Ólympíuleikarnir eru bara svo fastmótað fyrirbrigði og frábrugðið öðrum að breytingar á þeim eru erfiðar og langsóttar.“

Sigurður Magnússon á eitt og hálf ár í áttætt en lítur ekki út fyrir að vera degi eldri en sjötugur. Samt hefur hann ekki getað tekið mikinn eða stöðugan þátt í íþróttastarfinu sem hann sjálfur byggði upp með hjálp góðra manna og kemur þar til heilsuleysisáamt miklum önnum. Hvernig stendur á unglegu útliti? Svarið sem blaðamaður hallast að er að það sé fólgin yngingarmáttur í að hafa gaman af lífinu og sitja aldrei auðum höndum. Það hlýtur að vera.

„Höfðingjarnir, sem höfðu drifið þetta áfram frá upphafi erlendis, máttu ekki til þess hugsa að taka inn þrælfatlaða og bæklaða menn. Og eftir höfðinu dansa limirnir.“

Gefðu Jólagjöf

sem vex og vex og vex ...
Latabæjarhúfa í gjafaöskju fylgir

Gefðu inneign á Framtíðarreikning Glitnis og fáðu fallega Latabæjarhúfu í Latabæjaröskju í kaupbæti.*

Þú færð Framtíðarreikning í næsta útibúi Glitnis eða á www.glitnir.is.



Framtíðarreikningur Glitnis – fyrir káta krakka með stóra drauma

- Bestu vextir sparireikninga bankans
- Verðtryggður reikningur
- Auðvelt og þægilegt að spara reglulega
- Bundinn þar til barnið verður 18 ára



GLITNIR

* Ef keypt er fyrir 3.000 kr. eða meira.

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Plúsmarkaðurinn, Hátúni 18b
Poulsen ehf, Skeifunni 2
Prentmet ehf, Lynghálsi 1
Prentmót ehf, Vitastíg 3
Rafmiðlun ehf, Dugguvogi 2
Rafsól ehf, Skipholti 33
Rafstilling ehf, Dugguvogi 23
Rafsvið sf, Haukshólum 9
Rafteikning hf, Suðurlandsbraut 4
Raftíðni ehf, Eyjarlóð 3
Raftæknistofan hf, Grensásvegi 3
Raftækniþjónusta Trausta ehf, Síðumúla 1
Rafur ehf, Laugarnesvegi 55
Rarik hf, Rauðarárstíg 10
Reiknistofa bankanna, Kalkofnsvegi 1
Réttingaverkstæði Bjarna og Gunnars ehf, Bíldshöfða 14
Rolf Hansson Tannlæknir, Mörkinni 6
Rolf Johansen & Co ehf, Skútuvogi 10a
RST Net ehf, Smiðshöfða 6
Röntgen Domus Medica, Egilsgötu 3
Saga Film hf, Laugavegi 176
Samiðn, Borgartúni 30
Saxhóll ehf, Nóatúni 17
Scana ehf, Vesturgötu 53b
Securitas hf, Síðumúla 23
Seljakirkja, Hagaseli 40
Setberg, bókaútgáfa, Freyjugötu 14
Sérverslunin Maður og Kona, Laugavegi 7
SFR stéttarfélag í almannaðjónustu, Grettisgötu 89
Sigurraf ehf, Stararima 5
SÍBS, Síðumúla 6
Sjálfstæðisflokkurinn, Háaleitisbraut 1
Sjófiskur ehf, Eyjarlóð 7
Sjómannadagsráð, Laugarási Hrafnistu
Sjónvélar ehf, Skútuvogi 6
Sjúkraþjálfun styrkur ehf, Stangarhyl 7
Sjúkraþjálfunin Heil & sæl ehf, Hraunbæ 102c
Skandinavia leikir ehf, Snælandi 7
Skipamálning ehf, Fiskilóð 22
Skotfélag Reykjavíkur, Engjavegi 6
Skógarbær, hjúkrunarheimili, Árskógum 2
Skúlason og Jónsson ehf, Skútuvogi 6
Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins bs, Skógarhlíð 14
Smur-, bón-og dekkjaþjónustan sf, Tryggvagötu 15
Sprinkler pípulagnir ehf, Bíldshöfða 18
SR múr ehf, Rjúpufelli 8
Stansverk ehf, Hamarshöfða 7
Stálsmiðjan ehf, Mýrargötu 10-12
Steindór Jónsson ehf, Kirkjuteig 23
Stilling ehf, Kletthálsi 5
Straumur - Burðarás Fjárfestingabanki hf, Borgartúni 25
Stuðlar, meðferðarstöð ríkisins fyrir unglinga, Fossaleyni 17
Styrktarfélag vangefinna, Skipholti 50c
Stýring ehf, Háteigsvegi 7
Subway, Austurstræti 3
Sundlaugar í Laugardal, Sundlaugavegi 32
Suzuki bílar hf, Skeifunni 17
Svanur Ingimundarson málari, Fiskakvísl 13
Sveinbjörn Sigurðsson hf, Smiðshöfða 7
Sveinsbakarí, Arnarbakka 4-6

Sverrir Pétur Pétursson málameistari, 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
Tandur hf, Hesthálsi 12
Tannboli ehf, Bolholti 4
Tannlæknastofa Þórarins Jónssonar, Faxafeni 14
Tannlæknastofa Árna Þórðarsonar, Faxafeni 11
Tannlæknastofa Friðgerðar Samúelsdóttur, Laugavegi 163
Tannlæknastofa Guðrúnar Ólafsdóttur, Snorrabraut 29
Tannlæknastofa Sigurðar Rósarssonar, Laugavegi 74
Tannlæknastofa Sigurðar L. Viggóssonar, Borgartúni
Tannlæknastofa Sæmundar Pálssonar, Álfabakka 14
Tannlæknastofa Tómasar Einarssonar, Þangbakka 8
Tannsmíðaverkstæðið ehf, Síðumúla 29
Tannsmíðaverkstæðið Valhöll, Háaleitisbraut 1
Tannsteini ehf, Bolholti 4
Teiknistofan Óðinstorgi verkfræðideild, Óðinsgötu 7
Tengi ehf, Síðumúla 13
Tennis- og badmintonfél Reykjavíkur, Gnoðarvogi 1
Teppaþjónusta E.I.G. ehf, Karfavogur 19
Thai matstofan ehf, Suðurlandsbraut 52
Tónskóli Sigursveins D. Kristinssonar, Engjateigi 1
Trésmiðjan Jari ehf, Funahöfða 3
Túnþökuþjónustan ehf, Reykási 43
Umslag ehf, Lágmúla 5 (bakhús)
Útivist og sport, Faxafeni 12
V.E.R. Skiparáðgjöf ehf, Hverfisgötu 76
V.R, Kringlunni 7
Vagnasmiðjan - Húsvagnar ehf, Eldshöfða 21
Varahlutaverslunin Kistufell ehf, Brautarholti 16
Vátryggingafélag Íslands hf, Ármúla 3
VBS fjárfestingabanki hf, Suðurlandsbraut 18
Veggsport, Stórhöfða 17
Vegmerking sf, verktaki, Eirhöfða 14
Veitingahúsið Perlan ehf, Öskjuhlíð
Verðbréfaskráning Íslands hf, Laugavegi 182
Verðlistinn, Lauganesvegi 74a
Verkfræðistofa Aðalsteins Þórðarsonar, Suðurlandsbraut 10
Verkfræðistofa Guðmundar og Kristjáns hf, Laugavegi 178
Verkfræðistofa Jóhanns Indriðasonar ehf, Síðumúla 1
Verkfræðistofa Sigurðar Thoroddsen hf, Ármúla 4
Verkfræðistofan VIK ehf, Laugavegi 164, 2 hæð hægri
Verkferasalan ehf, Síðumúla 11
Verksýn ehf, Ármúla 32
Vélaver hf, Lágmúla 7
Vélsmiðjan Harka hf, Hamarshöfða 7
Vélvík ehf, Höfðabakka 1
Við og Við sf, Gylfaflöt 3
Vilhjálmsson sf, Sundaborg 1
Vinnumálastofnun, Hafnarhúsinu Tryggvagötu 17
Vífilfell hf, Stuðlahálsi 1
VSÓ Ráðgjöf ehf, Borgartúni 20
Waldorffleikskólinn Sólstafr, Grundarstíg 19
Yogastöðin Heilsubót, Síðumúla 15
Þ Þorgrímsson og Co. ehf, Ármúla 29
Þingvallaleið ehf, Skógarhlíð 10
Þorskadalur ehf, Garðhúsum 12



GLITNIR

STOLTUR BAKHJARL



***Special
Olympics
Ísland***



Evrópuleikar Special Olympics í Róm 2006

Evrópuleikar Special Olympics 2006 fóru fram í Róm, dagana 30. september til 6. október.

Leikarnir voru fyrir ungmenni á aldrinum tólf til tuttugu og eins árs og tuttugu og fimm íslenskir keppendur tóku þar þátt í boccia, fimleikum, frjálsum íþróttum, keilu og sundi. Þrjátíu og sex manna hópur keppenda, fararstjóra og þjálfara fór til Rómar en auk þess fóru fimmtíu aðstandendur með til að fylgjast með leikunum. Fjölskyldufulltrúi Special Olympics á Íslandi er Camilla Th. Hallgrímsson, varaformaður ÍF og hún aðstoðaði við undirbúning fjölskylduferðarinnar og var til staðar í Róm. Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍF var viðstaddur leikana nokkra daga og því voru um níutíu Íslendingar í Róm í tengslum við leikana.

Íslenski hópurinn, keppendur, þjálfarar og fararstjórar bjuggu tvo daga fyrir mótið í vinabæ Íslands, Fiuggi. Tólf þjóðir bjuggu í Fiuggi fyrir leikana og var haldið sameiginlegt skemmtikvöld fyrir þessar þjóðir þar sem þátttakendur hittust og skemmtu sér saman. Mörg ungmenni í íslenska hópnum voru að fara til keppni erlendis í fyrsta skipti og þurftu að takast á við ýmis verkefni sem fylgja slíkum ferðalögum. Allir stóðu sig mjög vel og hópurinn var sérlega samheldinn.

Lögreglumenn víða úr Evrópu hlupu með eld leikanna sem tendraður var í Grikklandi en verkefnið „Law enforcement torch run“ felur í sér samstarf Special Olympics og lögreglumanna um allan heim. Mikil stemning myndaðist á opunarhátíðinni þegar hópur lögreglumanna á vélhjólum með blikkandi ljós fylgdi

hlaupurunum eftir síðasta spölinn að kyndlinum þar sem eldurinn var tendraður sem logaði alla leikana.

Undankeppni fór fram í öllum greinum og í kjölfarið var skipt í flokka þannig að jafningjar kepptu saman til úrslita. Mjög strangar reglur gilda varðandi niðurröðun í úrslit og árangur í úrslitum verður að vera í samræmi við árangur í undankeppni. Þannig er unnt að samræma keppni og gera úrslitariðla jafna og spennandi. Allir eiga því möguleika á verðlaunum, jafnt þeir getumeiri sem getuminni. Gull, silfur og brons eru veitt fyrir fyrstu þrjú sætin en aðrir fá áprentaða borða í ákveðnum lit fyrir hvert sæti ofar en þriðja sæti. Þetta fyrirkomulag er þess eðlis að allir upplifa sig sem sigurvegara og mikil stemning ríkti í íslenska hópnum þegar verðlaunaafhending fór fram. Guðni Bragason, sendifulltrúi Íslands í Róm hélt boð fyrir íslenska hópinn sem átti góða kvöldstund á heimili hans. Ströng dagskrá var alla dagana og lítið um frí en aðstandendur létu verulega undir með þjálfurum og margir keppendur nýttu tækifærið ef þeir áttu frí og fóru með aðstandendum að horfa á aðra viðburði eða í bæjarferð.

Margrét Jónsdóttir, fóttaaðgerðafræðingur var fulltrúi Íslands í verkefninu „Healthy Athlete“ en verkefnið felst því að fagfólk, augnlæknar, tannlæknar, fóttaaðgerðafræðingar, sjúkrabjálfarar og fleiri aðilar bjóða keppendum upp á ókeypis þjónustu á leikum Special Olympics. Einn helsti stuðningsmaður Special Olympics fyrir



leikana 2006 var Kaka, knattspyrnumaðurinn frægi frá Brasilíu sem spilar með AC Milan. Hann samþykkti að taka þátt í kynningarmyndbandi fyrir leikana með því skilyrði að Brasilía fengi að senda þangað keppendur. Það var samþykkt og raunin varð sú að hann kostaði sjálfur keppnisferð sundliðs Brasilíu á leikana en liðið bjó á sama hóteli og Íslendingarnir.

Tvö lönd hafa nú þegar sótt um að halda næstu Evrópuleika en það eru Belgía og Pólland. Val verður staðfest á Evrópuráðsfundi Special Olympics í apríl 2007.

SHANGHAI 2007

Árið 2007 verða haldnir alþjóðleikar Special Olympics í Shanghai í Kína en þeir eru haldnir á 4. ára fresti. Ísland hefur fengið úthlutaðan kvóta fyrir 33 keppendur í sundi, frjálsum íþróttum, boccia, keilu, borðtennis, golfi, fimleikum og lyftingum.

Árið 2008 fara Ólympíuleikarnir og Ólympíumót fatlaðra (Paralympics) fram í Peking og Kínverjar ætla sér að gera leikana í Shanghai 2007 ekki síður glæsilega en leikana 2008.

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

Frá sjónarhóli þjálfara - Special Olympics

Evrópuleikar Special Olympics voru haldnir í Róm í byrjun október síðastliðins. Frá Íslandi fór fríður hópur sem samanstóð af 25 keppendum, þjálfurum og fararstjórum. Ég var svo heppin að fá tækifæri til að fara sem þjálfari og fararstjóri sundhópsins. Það er skemmst frá því að segja að þessi för var í alla staði vel heppnuð. Allt frá gleðinni, sem skein af keppendum, foreldrum og fararstjórn, til endalausra ítalskra „fimm mínútna“ var lærdómsríkt. Ferðir sem þessar kenna keppendum meira en margir tímar í lífsleikni um það hvernig er að vera manneskja í samfélagi við aðrar manneskur, hvernig maður hagar sér í og tekst á við ókunnar aðstæður. Reynsla sú sem þessir keppendur urðu fyrir á eftir að skila sér í mörgu í þeirra lífi.

Þátttaka foreldra í ferðinni og áhugi þeirra er líka ómetanlegur stuðningur við börnin. Fyrir margt foreldrið hefur þessi upplifun á getu barnsins verið mikilsverð.

En víkjum þá að minni upplifun. Heim komin og þegar lítið er til baka þá eru það bara góðar

minningar sem streyma að. Allt var léttara en ég bjóst við í upphafi. Kannski er þar um að kenna að síðasta för mín með ÍF reyndi verulega á.

Vissulega voru þetta langir dagar í miklum hita með nokkru af flugum sem fengu sér bita af feitu íslensku mannakjöti en gleðin yfir tilverunni, sigrunum og samverunni yfirskyggði það.

Yfirfararstjórn Jóa og Önnu Línu létti okkur lífið en sem þjálfarar sáum við um daglegt amstur á okkar hópum. Þetta fyrirkomulag gerði starfið auðveldara og vafsturslítið. Sameiginlegir fundir að kvöldi dags voru gagnlegir og héldu okkur í tengslum við hvert annað þar sem við vorum að miklu leiti aðskilin yfir daginn. Sameiginlegar rútuferðir og matmálstímar hjálpuðu okkur að kynnast hvert öðru og börnunum að kynnast innbyrðis. Ekki hvað síst gerði dvölin í vinabænum mikið fyrir okkur í því að kynnast áður en til alvörunnar kom og hefði hún að ósekju mátt vera deginum lengri.

Merkjaskipti, sem tíðkuðust við sundlaugina, gerðu krökkunum kleift að leita uppi aðra krakka frá öðrum þjóðfélögum og

skiptast á merkjum við þau, jafnvel þótt hvorugt kynni orð af viti í máli hins. Það var skemmtilegt að sjá hve fær þau voru í þessum orðlitlu samskiptum og hve mikið þau gátu tengst við þetta. (Í næstu svona ferð ætti ÍF að gefa keppendum ca. 10 merki til notkunar við þessi skipti.)

Við í Óðni erum einangruð landfræðilega frá starfi annarra þjálfara í greininni. Ferðir sem þessar gera samstarfið mögulegt. Slíkt samstarf leiðir af sér þekkingu sem nýtist okkur vel þegar heim er komið, virkar sem innspýting að frekara starfi og er á við besta námskeið. Því er ég þakklát.

Það er því með þakklæti í huga sem ég minnst þessarar ferðar, alls skemmtilega fólksins sem ég kynntist og því að sjá að hægt er í raun að halda leika þar sem allir „vinna“ og markmiðið er að skemmta sér, kynnast og losa um þá fordóma sem ríkja hjá okkur gagnvart mismunandi getu, hæfileikum og útliti, að ég tali nú ekki um það hver teljist í raun íþróttamaður og hver ekki.

Sundkveðjur að norðan, Dilla (Dyrleif Skjöldal, sundþjálfari)



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Pórsútgáfan, Hjarðarhaga 26
Pórtak ehf, Brúnastöðum 73
Prep hf, endurskoðunarskrifstofa, Skipholti 50b
Prif og þvottur ehf, Reykjavíkurvegi 48
Púsund þjalir ehf, umboðsskrifstofa listamanna, Urðarstíg 4
Þýðingþjónusta Boga Arnars, Engjaseli 43
Ögurvík hf, Týsgötu 1
Örninn ehf, Skeifunni 11
Öryggismiðstöð Íslands hf, Borgartúni 31

Seltjarnarnes

Gróttu byggingaverktakar ehf, Lindarbraut 11
Ljósmyndastúdíó Péturs Péturssonar, Austurströnd 8
Prentsmiðjan Nes ehf, Hrólfskálavör 14
Seltjarnarneskaupstaður, Austurströnd 2
Úranus ehf, Grænumýri 24

Kópavogur

ALARK arkitektar ehf, Dalvegi 18
Allt mögulegt ehf, Auðbrekku 26
Á Guðmundsson, Bæjarlind 8-10
Ártak ehf bílaleiga, Smiðjuvegi 1
Bifreiðastillingin ehf, Smiðjuvegi 40d
Bifreiðaverkstæði Friðriks Ólafssonar ehf, Smiðjuvegi 22
Bifreiðaverkstæðið Toppur ehf, Skemmuvegi 34
Bílaraf ehf, Auðbrekku 20
Bílaverkstæði Bubba sf, Skemmuvegi 18l
Bílaþvottastöðin Löður ehf, Bæjarlind 2
Bílvogur ehf, Auðbrekku 17
BJ-verktakar ehf, Bergsmára 8
Blikksmiðja Einars ehf, Smiðjuvegi 4b
Blindrabókasafn Íslands, Digranesvegi 5
Bókadrekinn ehf, Hafnarbraut 13
Bókun sf endurskoðun, Hamraborg 1
Brostu, tannlæknastofa Páls, Hamraborg 5
Byggðþjónustan ehf, Auðbrekku 22
Delíla og Samson sf, Grænatúni 1
Digranesprestakall, Digranesvegi 82
DK Hugbúnaður ehf, Hlíðasmára 17
Félagsþjónustan í Kópavogi, Fannborg 4
Fjárfestingamiðlun Íslands ehf, Hlíðasmára 8
Fjölvirki ehf, Digranesvegi 32
Flugkerfi hf, Hlíðasmára 10
Glófi ehf, Auðbrekku 21
Gæðaflutningar ehf, Hvannhólma 12
Hagblíkk ehf, Smiðjuvegi 4c
Hellur og garðar ehf, Kjarrhólma 34
Hilmar Bjarnason ehf, rafverktaki, Daltúni 1
Hjallaskóli, við Álfrólsvæg
Íslandsspil sf, Smiðjuvegi 11a
Járnsmiðja Óðins ehf, Smiðjuvegi 4b
Jón Eldon múrari
K.J. hönnun ehf, Bæjarlind 14-16
Klukkan, verslun, Hamraborg 10

Kraftvélar ehf, Dalvegi 6-8
Kríunes ehf, Kríunesi við Vatnsenda
Köfunarþjónusta Árna Kópsonar ehf, Hafnarbraut 10
Litlaprent ehf, Skemmuvegi 4
Ljós og lausnir ehf rafverktakar, Lómasölum 19
Lögmansstofa SS ehf, Hamraborg 10
Mecca Spa ehf, Nýbýlavegi 24
Móbílar ehf, Grundarhvarfi 18
Mólý, hannyrðaverslun, Hamraborg 7
Nýmót ehf, Lómasölum 1
Pétur Stefánsson ehf, Vatnsstíg 15
Players, Bæjarlind 4
Point á Íslandi ehf, Hlíðasmára 10
Rafgeisli ehf, Hamraborg 1-3
Rafgjafinn ehf, Hamraborg 20 a
Rafvirkni ehf, Fjallalind 137
Réttingarverkstæði Trausta ehf, Smiðjuvegi 18
Réttingaverkstæði Jóa ehf, Dalvegi 16a
Slitlag ehf, Blikahjalla 13
Smárin - Breiðablik, Dalsmára 5
Smurstöðin Stórahjalla ehf, Stórahjalla 2
Snælandsskóli, Víðigrund
Spilverk ehf, Skemmuvegi 8
Stálbær ehf, Smiðjuvegi 9a
Tannsmiðastofa Auðar Árnadóttur, Hlíðasmára 14
Tvö hjörtu ehf, Bæjarlind 3
Uppdæling ehf, Bakkabraut 2
Valflutningar ehf, Brekkuhvarfi 11
Vegurinn, Smiðjuvegi 5
Verkfræðistofa Snorra Ingimarssonar ehf, Hamraborg 11
Vidd ehf, flísaverslun, Bæjarlind 4
www.mannval.is

Garðabær

Árvík hf, Garðatorgi 3
Blikksmiðja Benna ehf, Lyngási 11
Byggingafélagið Ögur ehf, Kjarrási 6
Endurskoðun og ráðgjöf ehf, Garðatorgi 7
Engilbert ÓH Snorrason tannlæknastofa sf, Garðatorgi 3
Essei ehf, Holtási 5
Garðabær, Garðatorgi 7
Garðaflug ehf, Holtsbúð 43
H.Filipsson sf, Miðhrauni 22
Hafnasandur sf, Birkiási 36
Héðinn Schindler lyftur hf, Lyngási 8
Húsgögn ehf smiðastofa og viðgerðir, Gilsbúð 3
Kjarnavörur hf, Miðhrauni 16
Rafal ehf, Miðhrauni 22
Samhentir-Kassagerð ehf, Suðurhrauni 4
Sportís ehf, Austurhrauni 3
Stjarnan, ungmennafélag, Stjörnuheimili, Ásgarði
Uppfylling sf, Hofslundi 1
Vefur ehf, heildverslun, Hagaflöt 2
Verkhönnun - Tæknilífan ehf, Kirkjulundi 13
Vélsmiðja Sigurðar Jónssonar ehf, Miðhrauni 8
Vistor hf, Hörgatúni 2

Rómardagbók Jónu Rúnar

Tveir fulltrúar Bocciadeildar Völsungs á Húsvík voru í hópi keppenda á Evrópuleikum Special Olympics í Róm s.l. haust, þau Jóna Rún Skarphéðinsdóttir og Vilberg Lindi Sigmundsson. Jóna Rún hélt dagbók á meðan á dvölinni stóð og birtum við hér, með hennar leyfi, þessar skemmtilegu og fróðlegu dagbókarfærslur.

28. september: Við Lindi lögðum af stað til Rómar á Ítalíu til að keppa í boccia á Special Olympics. Ferðin gekk brösuglega. Flest okkar fengu ekki töskurnar sínar þegar við komum til Ítalíu og var Lindi í þeim hópi en ég slapp við þetta vesen. Svo hélt ferðin áfram með rútu svolítið langan tíma og þá var gott að geta dottað smávegis vegna þess að við vorum búin að vera vakandi frá svona 4 um nóttina. Svo komum við loksins á hótelið sem við gistum á, hótelið heitir Garden.

29. september: Dagurinn byrjaði snemma. Þurftum að vakna kl. 8 að ítölskum tíma, en aðeins 6 að okkar tíma, til að borða morgunmatinn. Síðan var farið með Sylvíu (leiðsögumanninum) í garð, svolítið frá hótelinu og þar fórum við í mini-golf og lest og það kostaði að fara í þetta svona sirka 3 evrur. Þetta var mjög gaman. Svo var farið að hitta aðrar þjóðir á smá balli og allir í íslenska hópnum skemmtu sér konunglega.

30. september: Allir vöknudum snemma til að taka sig til fyrir stóru stundina, sem sagt að fara á annað hótél í Róm þar sem keppnin sjálf á að vera. Það var svaka stuð í íslenska hópnum. Jæja, fengum enn einu sinni pasta og kjöt á þessu hóteli líka! Fórum svo á mótsetninguna. Æðislega gaman, svaka flugeldasýning og margt fleira. Til dæmis 20 lögguhjól og bílar sem komu með ólympíueldinn. Allir enduðu svo með því að hátta snemma, sem sagt kl. 9 heima á Íslandi en 11 hér úti.

1. október: Vorum vakinsnemma og lögðum af stað í rútnu til að fara að keppa. En rútuferðin gekk ekki vel. Þurftum að bíða í svona 45 mínútur í rútnu, en svo fór það þannig að við enduðum með að fara í herrútu með tveimur sætum hermönnum. Svo fengum við að hitta foreldra okkar, loksins! Endaði svo það þannig að allir í boccianu fengu að keppa, nema ég. En fáránlegt! Skemmtilegast er samt að ég fæ að byrja á morgun.

2. október: Jæja, eins og venjulega vorum við vakinsnemma til að fá morgunmat. Boccialiðið fór svo á keppnisstaðinn og gekk bara býsna vel. Það stendur þó eitt upp úr, að ég var sú fyrsta í liðinu til að hreppa gull! Það var í einsmannskeppinni. Henni á að ljúka um hádegi og þá tekur við tvíliðakeppni og er ég í liði með Lenu en Lindi með Svavari. Svo hafa foreldrar okkar komið að horfa á okkur keppa alla dagana.

3. október: Vöknudum snemma eins og vanalega og fórum svo fljótlega að keppa. Okkur gekk öllum vel í dag, eitt gull og tvö silfur í einstaklingskeppni. Og svo hófst tvíliðakeppnin og við stelpurnar tvær keppum um fyrsta, annað eða þriðja sætið. Á morgun kemur í ljós með strákana. Hrepptum gullið!

4. október: Dagurinn gekk mjög vel. Ég, Lindi, Lena og Sigmundur kepptum í fjórmenningskeppni og fáum annað hvort gull eða silfur. Svo tókum við Lena við gulli fyrir tvíliðaleikinn og það gerðu einnig

Lindi og Svavar. Enduðum svo með því að borða í heimahúsi hjá honum Guðna Bragasynt, ræðismanni Íslands á Ítalíu.

5. október: Eins og venjulega byrjaði dagurinn mjög snemma. En svo fékk ég mitt þriðja gull en Lindi sitt annað. Við Lindi fengum svo að fara með foreldrum okkar í smá bæjarrölt og búðarráp. Og við fengum okkur pizzu á þremur stöðum, vegna þess að við vorum ekkert búin að fá mikið annað en pasta eða kjöt í ferðinni. Síðan var smá lokaskemmtun með öllum þátttakendunum í keppinni og öðru fólki. Svo var haldið heim á hótelið og allir fóru að pakka saman, því við fórum af stað til Íslands í nótt. Þurfum að vakna kl. 3 í nótt, gaman, gaman!

6. október: Ekki var sofið mikið síðustu nóttina, vorum vakins kl. 3 til að fara með rútu á fyrsta flugvöllinn. Sem sagt, flogið frá Róm til Parísar og þar var stoppað í nokkra tíma á flugvöllinum. Síðan var flogið frá París til Keflavíkur og þar fóru allflestir í fríhöfnina. Síðan skildu leiðir við aðra keppendur og þjálfara. Sem sagt, allir héldu til síns heima, eftir frábæran árangur og góða ferð.



F.v. Sveinn Áki, formaður ÍF, Timothy Kennedy Shriver og Jóna Rún.

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Hafnarfjörður

Allt tréverk ehf, Skúlaskeiði 26
Arena Heildverslun sf, Prastarási 7
Ás, fasteignasala ehf, Fjarðargötu 17
Bedco & Mathiesen ehf, Bæjarhrauni 10
Bergsteinn hf, Skútuhrauni 2a
Byggingafélagið Sandfell ehf, Reykjavíkurvegi 66
Bæjarbakarí ehf, Bæjarhrauni 2
Endurskoðun Ómars Kristjánssonar slf, Bæjarhrauni 8
Ferskvinnslan ehf, Kaplahrauni 18
Félagsþjónusta Hafnarfjarðar, Strandgötu 33
Fiskverkunin Björg ehf, Eyrartröð 18
Fínpússning ehf, Rauðhelli 13
Fjarðarkaup ehf, Hólshrauni 1
Fjarðarmót ehf, Bæjarhrauni 8
Fjörukráin - Hótel Víking, Strandgötu 55
Flensborgarskólinn, Brekkugötu 19
Fókus-vel að merkja ehf, Vallarbyggð 8
Gaflarar ehf Rafverktakar, Lónsbraut 2
Geymslusvæðið ehf, Hraungörðum
H. Jacobesen, Reykjavíkurvegi 66
Hafnarfjarðarkirkja, Strandgötu
Hagvagnar hf, Melabraut 18
Hárgreiðslustofan Hár, Hjallahrauni 13
Heiðar Jónsson, járnsmíði, Skútahrauni 9
HK. Blástur ehf, Helluhrauni 6
Hlaðbær-Colas hf, malbikunarstöð, Hringhelli 6
Hvalur hf, Hafnarfirði
Höfn öldrunarmiðstöð, Sólvangsvegi 1
Kerfi ehf, Flatahrauni 5b
Kjartan Guðjónsson, tannlæknir, Bæjarhrauni 2
Knattspyrnufélagið Haukar, Ásvöllum
Krossborg ehf, Stekkjarhvammi 12
Netagerð Jóns Holbergssonar ehf, Hjallahrauni 11
Nýsir hf, Reykjavíkurvegi 74
Sjúkraþjálfarinn ehf, Strandgötu 75
Spennubreytar, Trönuhrauni 5
Steinadalur ehf, Trönuhrauni 7
Steypustál ehf, Drangahrauni 4
Stímir hf, Drangahrauni 5
Stoðtækni ehf, Lækjargötu 34a
Suðulist-Reisir ehf, Lónsbraut 2
Suðurverk hf, Drangahrauni 7
Svæðisskrifst málefna fatlaðra, Fjarðargötu 13-15
Sýningaljós slf, Klettagötu 12
Tannlæknastofa Ágústs J Gunnarssonar sf, Reykjavíkurvegi 66
Tannlæknastofa Jóns Björgvinssonar, Reykjavíkurvegi 60
Tjaldur RE 96
Trésmíðaverkstæði Jóns Rafns ehf, Miðvangi 95
VBS-verkfræðistofa ehf, Bæjarhrauni 20
Verkalýðsfélagið Hlíf, Reykjavíkurvegi 64
Véla- og skipaþjónustan Framtak ehf, Drangahrauni 1b
Vélaverkstæði Jóhanns Ólafssonar ehf, Reykjavíkurvegi 70
Viðhaldsvirkni ehf, Eyrartröð 3

Bessastaðahreppur

Bókasafn Álfataness, Álfatanesskóla

Reykjanesbær

18 JÁ Hársnyrting Harðar, Hafnarstræti 16
Art-húsið ehf, Hafnargötu 45
Brynjar KE-127
Bústoð ehf, Tjarnargötu 2
DMM Lausnir ehf, Iðavöllum 9b
Efnalaug Suðurnesja - BK-hreinsun ehf, Iðavöllum 11b
Eignarhaldsfélagið Áfangar ehf, Hafnargötu 90
ESSE ehf, Stekkjargötu 51
Fjölbrautaskóli Suðurnesja, Sunnubraut 36
Fylkir KE 102
Garðar Magnússon, Sjávargötu 38
Húsanes ehf, byggingarverktakar, Hafnargötu 20
Iðnsveinafélag Suðurnesja, Tjarnargötu 7
Íslandsmarkaður hf, Iðavöllum 7
Myllubakkaskóli, Sólvallagötu 6a
Nesprýði ehf, Vesturbraut 10-12
Nesraf ehf, Grófin 18a
Netaverkstæði Suðurnesja ehf, Brekkustíg 41
Pípulagnir Benna Jóns ehf, Njarðarbraut 3d
Reykjanesbær, Tjarnargötu 12
SG bílar ehf, Bolafæti 1
Skipting ehf, Grófinni 19
Snyrtistofan Dana, Hafnargötu 41
Sparisjóðurinn í Keflavík, Tjarnargötu 12-14
Sýslumaðurinn í Keflavík, Vatnsnesvegi 33
Tannlæknastofa Einars Magnúss ehf, Skólavegi 10
Varmamót ehf, Framnesvegi 19
Verkfræðistofa Suðurnesja hf, Víkurbraut 13
Verslunarmannafélag Suðurnesja, Vatnsnesvegi 14
Víkurféttir ehf, Grundarvegi 23
www.ork.is, Frístundar og heilsárshús
Keflavíkurflugvöllur
Fagræsting Flugstöð Leifs Eiríkssonar
Suðurflug ehf, Keflavíkurflugvelli

Grindavík

Guðfinnur Birgisson, Blómsturvellir 4
Jens Valgeir ehf, Iðavöllum 8
Martak ehf, Hafnargötu 21
NORTHERN LIGHT INN, Bláalónsvegi
Stakkavík ehf, Bakkalág 15b
Ungmennafélag Grindavíkur
Vísir hf, Hafnargötu 16
Þorbjörn hf, Hafnargötu 12
Þuríður Halldórsdóttir GK-94

Sandgerði

Kvenfélagið Hvöt
Nesmúr ehf, Holtsgötu 26
Nonni GK-129, Glaumbær
Sjávarmál ehf, Ásabraut 10

Vilji er allt sem þarf

Það var einkar ánægjuleg upplifun að vera viðstaddur nýárssundmót fatlaðra í hinni stórglæsilegu innisundlaug í Laugardal í janúar 2006. Lífsgleðin og krafturinn sem skein úr hverju andliti var smitandi og það voru stoltir foreldrar sem fylgdust með af pöllum og tóku fullan þátt í að skapa jákvæðan keppnisanda. Hið merkilega stigakerfi, sem fundið hefur verið upp til að mæla árangurinn, tekur mið af færni hvers og eins. Þannig getur sá hinn síðasti orðið fyrstur í sínum flokki. Þessi keppnisaðferð kemur vel heim og saman við nýja sýn í málefnum fatlaðra. Hún horfir fyrst og fremst á ólíka hæfileika fólks og færni til allskyns verka sem henta hverjum og einum fremur en fötlunina sjálfa og skerðingu þá sem einstaklingurinn býr við. Það verður ekki settur einhver merkimiði á fólk með fötlun. Það hefur lengi verið gert með þeim afleiðingum að fatlaðir eru flokkaðir sérstaklega, stundum sem annars flokks, og svo er þeim komið fyrir í sérstöku húsnæði, jafnvel hundruðum fatlaðra á einum stað með öryrkjakort upp á vasann og skilaboðin frá kerfinu og samfélaginu öllu eru einfaldlega að fólk láti sem minnst fyrir sér fara. Það hefur ekki verið talið eftirsóknarvert að fatlaðir og sjúkir leituðu út á vinnumarkaðinn og hefur það birst í óvægnum refsiaðgerðum Tryggingastofnunar og lífeyris-sjóðanna í formi tekjutenginga og skerðinga á lífeyrisgreiðslum. Til að atvinnuþátttaka fatlaðra sé eflað verður þetta mannfjandsamlega kerfi að víkja. Ný sýn á málefni fatlaðra snýr þessu öllu á hvolf. Nú gerum við kröfur um jafna samfélagsþátttöku. Fötlun má ekki vera hindrun fyrir slíkri þátttöku og þess vegna þarf þjóðfélagið að aðlagast sig að

hinum ólíku þörfum og væntingum borgaranna. Vinnustaðirnir þurfa að verða sveigjanlegri. Þegar þeir verða það mun koma þægilega á óvart hversu dýrmætur starfskraftur fólk með fötlun er. Alla jafna er fólk með fötlun mjög samviskusamt og gerir miklar kröfur til sín. Það er enda svo að fólk með fötlun hefur alla tíð þurft að hafa meira fyrir hlutunum í lífinu en þeir sem eru ófatlaðir. Reyndin hérlendis og erlendis er sú að fólk með fötlun er fyrirmynd annarra starfsmanna og atvinnuþátttaka þess eykur víðsýni og eflir umburðarlyndi starfsmanna almennu. Þetta eru mjög dýrmætir þættir sem vinnuveitendur munu í auknum mæli horfa til. Fyrir utan nýskipan í almannatryggingum og sveigjanlegan vinnumarkað, þarf persónuleg liðveisla að ná hér fótfestu. Atvinna með stuðningi hefur fest sig í sessi víða á norðurlöndum og til þess þurfum við að horfa í auknum mæli. Þá er ekki átt við sérstaka vinnustaði fatlaðra heldur almenna vinnustaði þangað sem fatlaðir fá með sér stuðningsfulltrúa annað hvort tímabundið eða til lengri tíma. Allt snýst þetta um hugmyndafræði samfélagsþátttöku og blöndunna. Það að fötluðum eigi ekki að búa önnur kjör og aðstæður en ófötluðum. Af hverju er ástæða til að ætla að nú sé lag? Í vor skiluðu grasrótarhópar ÖBÍ, aldraðra og þroskahjálpar sameiginlegum tillögum sínum sem hafa smám saman leitt til aukins skilnings stjórnámálanna á þörfinni fyrir róttækum breytingum. Þessi nýju viðhorf endurspeglast líka í vinnu örorkumatsnefndar forsætisráðherra sem ÖBÍ á aðild að. Þótt stjórnvöld reyni nú að bútauma löngu ónýtt almannatryggingakerfi þá vita þau að það dugur ekki. Svo vitnað



sé í ónefndann stjórnarþingmann þá þurfum við að byrja með autt blað. Við þurfum að henda því sem fyrir er og fara rækilega ofan í hugmyndafræðina, tilgang og markmið nýs almannatryggingakerfis. Ég hef fulla trú á að þessi vinna hefjist af krafti á næsta ári. Þegar maður verður vitni að ósérhlífni unga sundfólksins á nýárssundmótinu, afreksfólki frá öllum sjónarhornum, þá veit maður að engu er að kvíða um framtíðina. Það er ný dögung í málefnum fatlaðra. Akurinn er plægður og það fer senn að líða að sáningu. Hve uppskeran verður góð fer mikið eftir frammistöðu okkar og samstöðu um framfarir. En ef við sýnum samstöðu, erum hugdjörf, framsýn og jákvæð getur ekkert stöðvað okkur. Ég óska Íþróttasambandi fatlaðra og öllum íslenskum Íþróttamönnum með fötlun hjartanlega til hamingju með glæstan árangur í gegnum tíðina.

Sigursteinn Músson, formaður ÖBÍ



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Tros ehf, Hafnargötu 9

Garður

Leikskólinn Gefnarborg, Sunnubraut 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
Namo ehf, Áslandi 18
Nýja bílasmiðjan hf, Flugumýri 20
Pizzabær ehf, Þverholti 2
Umbi sf, kvikmyndafélag
Vélsmiðjan Orri ehf, Flugumýri 10

Akranes

Bifreiðastöð Þórðar Þ Þórðarsonar, Dalbraut 6
Bílaverkstæði Hjalta ehf, Ægisbraut 28
Blikksmiðja Guðmundar J Hallgrímssonar,
Akurbraut 11
Borgdal ehf, Kjalardal
Bókhaldsþjónustan sf, Stíllholti 23
Byggðasafnið Görðum
Byr AK-120
Fasteignasalan Hákot, Kirkjubraut 28
Fjölbrautaskóli Vesturlands, Vogabraut 5
GT Tækni ehf, Grundartanga
Markstofa ehf, Merkigerði 18
Mozart ehf, Skagabraut 31
Runólfur Hallfreðsson ehf, Krókatúni 9
Sjúkraþjálfun Georgs Janussonar, Kirkjubraut 28
Smellinn hf, Höfðaseli 2
Stafna á milli ehf, Kirkjubraut 56
Straumnes ehf, rafverktakar, Krókatúni 22-24
Verslun Einarssonar, Skagabraut 9-11
Vélaleigan Þróttur, Ósi 3
Viðskiptaþjónusta Akraness ehf, Stíllholti 23

Borgarnes

Blómabúð Dóru ehf, Borgarbraut 58-60
Borgarbyggð, Borgarbraut 14
Bókhalds- og tölvuþjónustan sf, Böðvarsgötu 11
Eyja- og Miklaholtshreppur, Hofstöðum
Félagsbúið Mófellsstöðum sf, Mófellsstöðum
Framköllunarþjónustan ehf, Brúartorgi 4
Hársnyrtistofa Margrétar, Kveldúlfsgötu 27
Jörvi hf, vinnuvélar, Hvanneyri
Meðferðarheimilið Blær, Hvítárbakka
Nepal hugbúnaður ehf, Bjarnarbraut 8
PJ byggingar ehf, Túngötu 4, Hvanneyri
Samtök sveitarfélaga í Vesturlandskjördæmi,
Bjarnarbraut 8

Skorradalshreppur, Grund
Sparisjóður Mýrasýslu, Digranesgötu 2
Stafholtsprestakall, Stafholti
Vatnsverk-Guðjón og Árni ehf, Egilsgötu 17
Vélaverkstæði Kristjáns ehf, Brákarbraut 20

Stykkishólmur

Denni SH-52, Borgarflöt 3
Heimahornið ehf, Borgarbraut 1
Málflutningsstofa Snæfellsness ehf, Aðalgötu 2
Narfeyri ehf, Ásklifi 10
Rauði kross Íslands, Stykkishólmsdeild, Sundabakka 1
Sæfell ehf, Hafnargötu 9
Þ.B.Borg - steypustöð ehf, Silfurgötu 36

Grundarfjörður

Farsæll ehf, Eyrarvegi 16
Hægt og hljótt ehf, Grundargötu 59
Kvenfélagið Gleym-mér-ei

Ólafsvík

Egill SH-195
Grímsi ehf, Hjallabrekku 5
Ingibjörg SH-174
Kvenfélag Ólafsvíkur

Hellissandur

Esjar SH-75, Hafnargötu 14
Hjallasandur ehf, Helluhóli 3
Hraðfrystihús Hellissands hf, Hafnarbakka 1
Þorgeir Árnason ehf, Háarifi 27

Búðardalur

Dalabyggð, Miðbraut 11
Dvalar- og hjúkrunarheimilið, Fellsenda

Reykholahreppur

Reykholahreppur, Reykhólum

Ísafjörður

Ametyst, hár- og förðunarstofa ehf, Mánagötu 2
Bæjar- og héraðsbókasafn Ísafjarðar, Eyrartúni
Fræðslumiðstöð Vestfjarða, Suðurgötu 12
Ísblikk ehf, Árnagötu 1
Ísinn ehf, Sindragötu 13b
Kjölur ehf, Urðarvegi 37
Kvenfélagið Hlíf
Orkubú Vestfjarða hf, Stakkanesi 1
Snerpa ehf, Mánagötu 6
Stál og Hnífur ehf, Pósthólf 250
Tréver sf, Hafraholti 34

Sterkasti fatlaði maður heims 2006

Keppnin „Sterkasti fatlaði maður heims“ fór fram 15. til 16. september 2006 á Íslandi. Keppendur voru frá Íslandi, Finnlandi, Svíþjóð og Færeyjum. Þetta er í 5. skipti sem mót þetta er

haldið hér á landi en Íslendingar eru frumkvöðlar í mótshaldi af þessu tagi fyrir fatlaða. Búið er að sérhæfa kraftagreinar fyrir fatlaða bæði í flokki standandi og í flokki hjólastóla. Skipuleggjendur mótsins voru Arnar Már Jónsson þjálfari ÍFR og Magnús Ver Magnússon mótshaldari. Mótið var haldið samvinnu við Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík. Í standandi flokki sigraði Kristberg Jónsson ÍFR og í sitjandi flokki Tahvo Jauttojarvi frá Finnlandi. Þorsteinn Sölvason ÍFR náði bestum árangri íslensku



keppendanna í sitjandi flokki en hann varð þriðji. Þetta verkefni hefur vakið mikla athygli og stefnt er að því að fleiri þjóðir taki þátt í framtíðinni.

Texti: Anna K. Vilhjálmsdóttir, frumkvöðlastjórnir útbreiðslusviðs ÍFR



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Tækniþjónusta Vestfjarða ehf, Aðalstræti 26
Útgerðarfélagið Öngull ehf, Engjavegi 28

Bolungarvík

Brún ehf, Móholti 6
Elías Ketilsson ehf, Þjóðólfsvegi 3
Jakob Valgeir ehf, Grundarstíg 5
Magnús Már ehf, Hafnargötu 115A
Málningarlagerinn sf, Heiðarbrún 1
Sigurgeir G. Jóhannsson ehf, Dísarlandi 14
Sparisjóður Bolungarvíkur, Aðalstræti 14
Vélvirkinn sf, Hafnargötu 8

Súðavík

Súðavíkurhöfn, Grundarstræti 3

Suðureyri

Berti G ÍS-161, Eyrargötu 4

Patreksfjörður

Flakkarinn ehf, Brjánslæk
Nanna ehf, v/Höfnina
Oddi hf, fiskverkun, Eyrargötu 1
Ólafur Magnússon, Hjöllum 13
Vestri hf - Oddi, Eyrargötu

Tálknafjörður

Eik hf, trésmiðja, Strandgötu 37

Þingeyri

Bibbi Jóns ÍS 65, Brekkugötu 31
Björgvin ÍS-468
Gistiheimilið Vera, Hlíðargötu 22
Margrét ÍS-007

Staður

Kvenfélagið Iðunn
Staðarskáli ehf, Stað Hrútafirði

Drangsnes

Grímsey ST-002

Kjörvogur

Hótel Djúpvavík ehf, Árneshreppi

Norðurfjörður

Árneshreppur, Norðurfirði

Hvammstangi

B. Ástvaldur Benediktsson ehf, Melavegi 2
Egill Gunnlaugsson, dýralæknir,
Hvammstangabraut 26
Heilbrigðisstofnunin Hvammstanga, Spítalastíg 1
Kvenfélagið Iðja
Kvennabandið V-Hún
Selasetur Íslands ehf, Brekkugötu 2
Skrúðvangur ehf, Gilsbakka 5
Villi Valli ehf, Hvammstangabraut 33

Rósir og tómatar

Garðyrkjumaðurinn Bjarni Finnsson er ef til vill betur þekktur sem Bjarni í Blómavali en hann á sér fleiri hliðar en þær sem snúa að blómum og kaupmennsku. Þessi geðþekki og grannleiti maður er í formennsku fyrir hestamannafélagið Fák, áhugamaður um skógrækt, fjölskyldumaður, umhverfisverndarmaður og síðast en ekki síst formaður Pokasjóðs frá upphafi. Pokasjóður hefur styrkt fjölmarga einstaklinga og félagasamtök til góðra verka, þar á meðal starfsemi Íþróttasambands fatlaðra svo um munar undanfarin ár. Því þótti tilvalið að ná tali af Bjarna og spyrja hann nánar út í sjóðinn. En fyrst þetta:

Bjarni kemur beint í viðtalið af fundi þar sem rætt var um reiðvegamál. „Orkuveita Reykjavíkur kallaði saman hagsmunaaðila til að ræða framtíðarskipan mála á Hellisheiði,“ segir hann. „Þar eru ævafornar reiðleiðir og margir sem hafa mikinn áhuga á að varðveita þær, bæði sem reiðvegi og vegna menningarsögulegs gildis. Þetta þarf auðvitað að vinna í sátt við fólk og Orkuveitan er fólkið, ekki satt? Við eigum hana öll saman. Hellisheiðin er mjög viðkvæmt svæði út frá sjónarmiði náttúruverndar og ég held að hjá fyrirtækinu sé það talið sjálfsagt að ræða við fólk um þessi mál.“

Tíu ára gamall sjóður

„Pokasjóður er á ellefta starfsári,“ upplýsir Bjarni. „Hann var stofnaður á sínum tíma fyrir forgöngu Kaupmannasamtakanna, Samtaka smásöluverslana og Hagkaupa. Ég var formaður Kaupmannasamtakanna á þessum tíma og það verkaðist þannig að ég tók að mér formennsku sjóðsins. Fyrstu sex árin hét sjóðurinn reyndar Umhverfissjóður verslunarinnar og styrkti eingöngu verkefni á sviði náttúruverndar. Nú eru flest allar, ef ekki allar, stærstu verslanakeðjur landsins aðilar að sjóðnum. Honum hefur verið breytt á þann veg að heimild er komin fyrir því að styrkja öll þau verkefni sem ætla má að séu almenningi til góðs, hvaða

málaflokkir sem þau tilheyra. Umhverfismál eru þó enn snar þáttur, ætli það séu ekki um 40% af úthlutunarfé sjóðsins sem fer til einhvers konar umhverfismála ef við notum hugtakið í víðu samhengi.“

Hundrað milljónir til hundrað verkefna

Á þessu ári bárust Pokasjóði um 700 umsóknir og af þeim fengu tæplega 100 verkefni úthlutun úr sjóðnum og fjárhæðin sem styrkirnar námu var um 100 milljónir. Á meðal styrkþega var Íþróttasamband fatlaðra sem fékk 1,5 milljónir til sumarbúða fatlaðra á Laugarvatni og 500.000 til Evrópuleika Special Olympics 2006. Til að gefa hugmynd um þá breidd verkefna sem Pokasjóður styrkir má nefna af handahófi nokkur verkefni; Frjálsíþróttadeild UMF Selfossi - 500.000 til að sporna við brottfalli unglunga úr íþróttum, Heimili og skóli - 1.000.000 til SAFT verkefnisins - vakningar um jákvæða notkun barna á netinu, Skólahljómsveit Kópavogs - 200.000 vegna verkefnis í tengslum við 40 ára afmæli hljómsveitarinnar, Sigurður Björnsson Kvískerjum - 300.000 til verksins „Saga Örefa frá landnámi til 1950“, ADHD samtökin - 500.000 í upplýsinga- og fræðslustarf

samtakanna, Adrenalín gegn rasisma - 500.000 í forvarnarstarf með unglingum, Foreldrafélag Öskjuhlíðarskóla - 1.000.000 til sumardvalar foreldra- og styrktarfélags skólans, Mæðrastyrksnefnd - 1.000.000 til kaupa á matvöru sem úthlutað er vikulega, Ferðamálafélag Dala og Reykhóla 500.000 til merkingar göngustíga - skilta í Dalasýslu og Reykhólahreppi og Veraldarvinir - 500.000 til hreinsunar strandlengju Íslands.

Þetta er einungis um tíundi hluti af þeim verkefnum sem hlutu styrk í ár. En eftir hverju er farið við mat á umsóknum? Hversu vel þær eru unnar? „Nei, við reynum nú að sjá í gegnum glærur,“ segir Bjarni og brosir. „Hjá Pokasjóði starfar framkvæmdastjóri sjóðsins í hlutastarfi og þegar umsóknir berast flokkar hann þær og leggur fram tillögur til sjóðsstjórnar um styrkveitingar. Þá er óháður aðili fenginn til að fara yfir allar umsóknir og gera slíkthiðsama. Endanlegákvörðun er svo tekin af sjóðsstjórn en á grundvelli tillagna þessara tveggja, auk þess sem sérfróðir aðilar eru stundum fengnir til að leggja mat á einstakar umsóknir. Flestar umsóknir eru góðar en við getum auðvitað ekki sinnt öllu,“ segir Bjarni. „Sem betur fer þó æði mörgu. Við veitum aldrei styrki fram í tímann og

Nú eru flest allar, ef ekki allar, stærstu verslanakeðjur landsins aðilar að sjóðnum. Honum hefur verið breytt á þann veg að heimild er komin fyrir því að styrkja öll þau verkefni sem ætla má að séu almenningi til góðs, hvaða málaflokkir sem þau tilheyra.

bara af því fé sem búið er að afla. Í janúar eða febrúar auglýsum við eftir umsóknum og úthlutum síðla vors. Fljótlega eftir að umsókn hefur verið samþykkt er helmingur styrkuppðæðar greiddur út og svo síðari helmingurinn eftir að við höfum fengið skýrslu um gang mála.“ Bjarni segir að það hafi komið fyrir að verkefni, sem sótt var um styrk til, séu ekki unnin en slíkt sé afar fátítt. „Greiðslunni er þá bara skilað aftur og málinu er lokið að sinni. Við reynum að fylgjast með eftir bestu getu og meta eitthvað af verkefnunum, þó það sé nú ekki mögulegt að gera það nema að litlu leyti. Við förum líka svolítið að skoða verkefni og sjá hvernig hefur gengið.“ Aðspurður um hvort rekstur sé styrktur segir Bjarni svo almennt ekki vera. „Það er þumalfingursregla hjá okkur að styrkja ekki rekstur heldur einungis sérstök, skilgreind verkefni en það eru undantekningar á þessu. Til dæmis tókum við þátt í rekstri hússins Sjónarhóls, ásamt nokkrum sterkum fyrirtækjum í landinu, en þar er til húsa samstarfsvettvangur þeirra samtaka sem láta sig haglangveikra og fatlaðra barna varða. Einnig er til í dæminu að aðilar fái styrk mörg ár í röð, eins og til dæmis er raunin með Skógræktarfélag Íslands sem hefur fengið styrk frá upphafi, en það er aldrei sjálfgengið og sækja þarf um árlega.“

Gullöld plastpokans hnignar

Á undan Umhverfissjóði verslunarinnar, sem var forveri Pokasjóðs, var til enn annar sjóður, stofnaður af Kaupmannasamtökunum og Landvernd. „Sá sjóður var í rauninni upphafið af því að farið var að selja plastpoka,“ segir Bjarni. „Þessi hugmynd varð til innan Kaupmannasamtakanna. Þetta hefur sennilega verið seint

Ástæðan fyrir því að Kaupmannasamtökin og Landvernd fóru út í þetta á sínum tíma var tvíþætt. Annars vegar gegndarlaus soun á plastpokum sem er umhverfismál út af fyrir sig. Við það að selja pokana dróst notkun þeirra strax á fyrsta degi saman um 25-30 prósent.

á áttunda áratugnum, líklega um 1987. Sá sem starfaði mest við að koma sjóðnum á laggirnar var Jóhannes Jónsson, síðar kenndur við Bónus. Hann var í vinnu hjá Kaupmannasamtökunum svolítinn tíma og tók þá þetta verkefni meðal annars að sér. Ástæðan fyrir því að Kaupmannasamtökin og Landvernd fóru út í þetta á sínum tíma var tvíþætt. Annars vegar gegndarlaus soun á plastpokum sem er umhverfismál út af fyrir sig. Við það að selja pokana dróst notkun þeirra strax á fyrsta degi saman um 25-30 prósent. Hins vegar kostaði þetta verslunina gríðarlega mikið og hugmyndin var að fá eitthvað upp í þann kostnað. Eftir að þetta var ákveðið varð svo sú hugmynd til að hluti af fénu sem fólk greiðir fyrir plastpokana rynni til velferðarmála.“

Pokasjóður hefur úthlutað frá upphafi um hálfum milljarði til góðra mála. Sjóðnum er skipt í tvennt; sameignarsjóð upp á 60% af tekjum sjóðsins og séreignarsjóð, en til hans renna 40%. Hver verslun fyrir sig getur ráðstafað úr séreignarsjóði en verður að gera það í nafni Pokasjóðs og

fara eftir úthlutunarreglum hans. „Þetta er oft þannig að fyrirtæki styrkja verkefni á sínu heimasvæði,“ segir Bjarni. „Sameignarsjóðurinn hefur til að mynda lítið styrkt íþróttafélög. Það eru aðrir í því. Við lítum hins vegar svolítið sérstökum augum á Íþróttasamband fatlaðra, það er sérstaða þess sem ræður því að við höfum veitt styrkina. Það er til dæmis ólíklegt að við myndum styrkja KSÍ,“ segir Bjarni, „en séreignarsjóðurinn myndi kannski styrkja knattspyrnufélagið á sínu svæði. Áttatíu prósent af peningunum, sem safnast í sjóðinn í heild sinni, koma frá höfuðborgarsvæðinu; meirihlutinn rennur úr honum til landsbyggðarinnar. Umhverfispátturinn er svo sterkur.“

Í séreignarsjóði á hver verslun sína aura en inn á hennar heimasvæði geta hins vegar ratað meiri peningar úr sjóðnum en stærð og burðir verslunarinnar segja til um. „Það er mjög líklegt að sameignarsjóðurinn veiti fé inn á svæði ef þar eru góð verkefni. Við erum líka með þá reglu að allt fé í séreignarsjóði sem ekki er notað á árinu rennur í sameignarsjóð og þaðan er því úthlutað. Í



Bjarni ásamt Sveini Áka, formanni ÍF, við afhendingu styrks úr Pokasjóði

Það er komin miklu meiri íþróttahugsun í hestamennsku og gríðarlegur fjöldi barna og unglunga stundar hana af fullum krafti og sem íþróttagrein. Þetta er allt önnur hugsun en var hér áður fyrir.

Pokasjóði safnast aldrei upp fé. Svo fær ríkið auðvitað sinn skerf," bætir Bjarni við. „Pokinn er yfirleitt seldur á 15 krónur og ríkið fær um það bil þrjár krónur í virðisaukaskatt.“ Þess má geta að plastpokar í verslunum sem greiða til Pokasjóðs eru merktir á haldi. Pokasjóður heldur úti vefsíðu með upplýsingum um verkefni, umsóknir og annað sem sjóðinn og umsækjendur varðar. Slóðin er www.pokasjodur.is

Berst á fáki fráum

Bjarni er sjálfur íþróttamaður, á kafi í hestamennsku og hefur ferðast um landið þvert og endilangt á hestbaki. „Já, ég stunda hestamenskuna jafnmikið og ég get,“ segir Bjarni. „Það hefur margt breyst í kringum hana á undanförunum árum og áratugum. Það er komin miklu meiri íþróttahugsun í hestamennsku og gríðarlegur fjöldi barna og unglunga stundar hana af fullum krafti og sem íþróttagrein. Þetta er allt önnur hugsun en hér áður fyrir.“

Bjarni er sem fyrr segir formaður Fáks og að hans sögn er æskulýðsstarfið bæði fyrirferðarmest og mikilvægast í starfsemi íþróttafélaga. „Hjá

okkur í hestamannafélögunum byggist það á því að halda reiðnámskeið og bjóða ungmennum ýmis konar fræðslu sem tengist íþróttinni. Sum félög eru með eigin reiðskóla en það er reyndar sjaldgæft. Hjá Fáki sjá til dæmis einkaaðilar um rekstur skólans. Það eru mót um hverja helgi og krakkarnir eru alltaf að keppa. Eins og í öðrum íþróttagreinum er sjálfgeft að litið sé til keppnisforystunnar. Það er erfitt að reka knattspyrnufélag ef meistaraflokkurinn er mjög veikur eða ekki til staðar, því sterkari sem hann er þeim mun öflugra er æskulýðsstarfið.

Hestamennskan er þó miklu meiri fjölskylduþrótt en gengur og gerist um íþróttir. Það er mjög algengt að öll fjölskyldan sé á kafi í hestamennskunni. Mjög oft eru það ungu meðlimirnir í fjölskyldunni sem eru að keppa en það er allur gangur á því. Sigurbjörn Bárðarson keppir enn á flestum efekkiöllum stórmótum og hann er á sextugsaldri.“

Pokasjóður hefur líttillega styrkt hestamennsku fyrir fötluð börn og Bjarni álitur íþróttina vera mjög góða fyrir fólk með margvíslegar fatlanir. „Það er mikil ásókn í þá staði sem bjóða upp á hestamennsku fyrir fatlaða,

þessu er vel tekið og brýnt að styðja þetta starf.“

Bjarni er sem fyrr segir garðyrkjumaður að mennt og ásamt með Kolbeini bróður sínum, sem er rafvirki, og fjölskyldum beggja stofnaði hann Blómaval fyrir aldarfjórðungi. Fyrirtækið var selt Húsa-smiðjunni fyrir nokkrum árum en Bjarni hefur ekki alfarið sagt skilið við fyrri störf. „Ég starfa að hluta við garðyrkju, við erum nokkrir saman með ræktun á rósum og tómötum í Hveragerði. Svo ég er aðeins tengdur þessu ennþá. Ég hef líka gaman af skógrækt og við fjölskyldan erum með svolitla ræktun á trjáplöntum austur í Laugardal í nágrenni við Laugarvatn.“

Bjarni er kvæntur Hildi Baldursdóttur og þau eiga tvö börn, Baldur Þór, flugstjóra og Málfríði Hildi, nemanda í Kennaraháskóla Íslands sem bæði taka þátt í skógræktinni með foreldrunum. Tré, rósir og tómatar – fjölbreytnin í garðræktinni samhljómar vel með fjölbreytninni í flóru mannfólksins og þeim verkefnum sem Bjarni Finnsson og félagar hans í Pokasjóði úthluta styrkjum til, önnur kafnir rétt eins og íslensku jólasveinarnir eru á þeirri hátíð sem nú gengur í garð.



Snjór í Hlíðarfjalli, allir á skíði!

Þegar sagt er *allir á skíði* þá er átt við *allir*. Í Hlíðarfjalli er það að verða æ algengara að sjá fatlaða á skíðum og jafnvel það algengt að fólk er hætt að kippa sér upp við það að sjá sérútbúinn skíðabúnað, s.s. sleða fyrir fatlaða.

Námskeið, sem haldið var í mars 2006, var samstarfsverkefni Íþróttasambands fatlaðra og Vetraríþróttamiðstöðvar Íslands í samvinnu við Challenge Aspen. Fengnir voru sérmenntaðir leiðbeinendur frá Bandaríkjunum Houston Cowan, Bobby Palm, Beth Fox og Jim Hahn sem kenndu á námskeiðinu ásamt þeim Presti Guðjónssyni, Herði Finnbogasyni, og Svani Ingvarssyni, í vetraríþróttanefnd ÍF en þeir hafa allir sótt kennslu á þessu sviði til Challenge Aspen.

Það sem kom mér mest á óvart var hvað það komu margir áhugasamir einstaklingar til að kynna sér hvað um væri að vera. Það voru mættir iðjubjálfar, sjúkrapjálfar, starfsmenn skíðasvæða, starfsmenn sambýla, starfsmenn skammtímavistunar og síðast en ekki síst foreldrar iðkenda, en sá hópur er mikilvægastur af öllum. Námskeiðið var byggt þannig upp að kennararnir skiptu með sér nemendum og tóku aðstoðarmenn með og reyndu að miðla fróðleiknum til beggja aðila. Þetta gekk mjög vel og

skilaði þeim árangri að nokkrir aðstoðarmannanna hafa nú þegar náð góðri færni á þessu sviði. Kennnt var frá miðvikudegi til sunnudags. Á miðvikudeginum, fimmtudeginum og fyrripart föstudagsins var kennsla fyrir fyrsta árs nema KHÍ, íþróttakennaraskor á Laugarvatni. Þetta vakti mikla lukku hjá nemendum og verður jafnvel eitthvert framhald á þessu samstarfi. Opið námskeið var síðan haldið í kjölfarið. Það hafa verið haldin námskeið í vetraríþróttum fatlaðra hér á Íslandi síðan 1998 og hefur þátttakan yfirleitt verið nokkuð góð. Stefnt er að því að fatlaðir geti æft þessa grein eins og aðrar og með tilkomu snjóframleiðslutækja ætti þetta

að verða raunhæfur möguleiki. Snjóleysi hefur hamlað ástundun og einnig hafa námskeið fallið niður vegna snjóleysis. Þetta ætti að vera úr sögunni núna, a.m.k. á Norðurlandi, því þrjú skíðasvæði hafa fjárfest í snjóframleiðslutækjum, það eru Dalvík, Sauðárkrókur og Akureyri. Í Hlíðarfjalli er hægt að ganga að því vísu að fá aðstoð eða kennslu með litlum fyrirvara. Það er von vetraríþróttanefndar ÍF að sem flestir láti sjá sig á skaflinum í vetur. Að lokum vil ég koma á framfæri þakklæti frá vetraríþróttanefnd ÍF til Vetraríþróttamiðstöðvar Íslands og starfsmanna Hlíðarfjalls fyrir mjög gott samstarf sem vonandi verður framhald á.



Texti: Hörður Finnbogason, vetraríþróttanefnd ÍF





RUDY GARCIA-TOLSON

• • FLEX-RUN™



JAKE FRANK

• • FLEX-RUN™ JUNIOR

Spennandi tímar framundan! Alheimsleikar Special Olympics í Shanghai 2007

Það má rekja upphaf Special Olympics allt aftur til ársins 1962 er Eunice Kennedy Shriver bauð einstaklingum með þroskahamlanir heim til sín eina dagsstund til keppni og leiks. Hún trúði því að þau byggju yfir mun meiri hæfileikum en flestir vildu halda og ættu skilið að fá sömu tækifæri og aðrir. Á fyrstu leikunum tóku 36 einstaklingar af báðum kynjum þátt.

Sex árum síðar urðu leikarnir að alheimsviðburði en hugmyndafræðin er enn sú sama. Fyrstu áratugina fóru leikarnir alltaf fram í einhverju fylkja Bandaríkjanna en árið 2003 voru þeir haldnir í fyrsta sinn utan þeirra, eða á Írlandi. Á Írlandi var ákveðið að halda með leikana að fjórum árum liðnum enn lengra í austur frá Bandaríkjunum og



á framandi slóðir fyrir okkur flest, eða til Shanghai, tæplega 18 milljóna manna borgar í austurhluta Kína, við Kyrrahaf.

Undirritaður sótti fyrir hönd Special Olympics á Íslandi fararstjórafund sem er að venju haldinn ári fyrir sjálfa leikana. Það var með mikilli eftirvæntingu sem haldið var í langt og strangt ferðalag í október s.l. Eftir u.þ.b. 14 klukkustunda flug frá Íslandi lenti ég í Shanghai algjörlega óviðbúinn hvað biði mín. Ekki leið á löngu þar til ég áttaði mig á því að ég var í öruggum höndum. Varla stigin

úr vélinni er móttökunefnd beið mín og sá til þess að ég kæmist hratt og örugglega í gegnum vegabréfaeftirlit og inn á hótél, hvíldinni feginn.

Næstu tvo dagana tóku við stíf fundahöld þar sem farið var yfir helstu atriði er leikana varða. Þar kom m.a. fram að á leikana á næsta ári er gert ráð fyrir meira en 7.000 keppendum, þjálfurum og fjölskyldumeðlimum, auk 40.000 sjálfsboðaliða. Þannig er deginum ljósara að til að halda utan um leika sem þessa þarf geysimikinn undirbúning og skipulag. Af fundinum að dæma er óhætt að treysta Kínverjunum fyrir þessari framkvæmd, allt var þaulskipulagt.

Á meðan á fararstjórafundinum stóð fóru fram svokallaðir Boðsleikar Special Olympics (Invitational Games) þar sem 21 þjóð var skráð til leiks. Þessir leikar eru notaðir til að sjá hvort skipulagið sem lagt verður upp með á alheimsleikum næsta árs gangi eftir s.s. gisting, ferðir liða til og frá keppnisstað, keppnisfyrirkomulag o.m.fl. auk þess að þjálfar sjálfsboðaliða. Við fengum að fylgjast með opunarhátíð leikanna auk þess að ferðast á milli keppnisstaða til að kynna okkur aðstæður. Eins og við mátti búast þá var opunarhátíðin glæsileg og var okkur tjáð að hún væri aðeins forsmekkurinn af því sem koma skyldi, það ætti að vera mikið tilhlökkunarefni fyrir þá einstaklinga sem taka þátt fyrir Íslands hönd. Eitt sem alltaf hefur verið vandamál á alheimsleikum Special Olympics er að koma keppendum á milli staða. Fyrirfram hefði maður haldið að í milljónaborg eins og Shanghai yrði þetta einn stærsti höfuðverkur skipuleggjenda.

Kínverjar hafa auðvitað ráð undir rífi hverju! Þeir hreinlega stoppa alla almenna umferð með lögregluvaldi á meðan keppendur eru ferjaðir á milli staða. Það vakti bæði undrun og eftirtekt hversu vel hinn almenni bílstjóri tók þessu og hafði maður það á tilfinningunni að ekki væri hann að gera þetta í fyrsta sinn! Annað sem vert er að nefna eru keppnisstaðirnir. Þeir eru allir hinir glæsilegustu, annað hvort glænýir eða nýlega endurbyggðir fyrir leikana. Má nefna Shanghai Stadium sem er glæsilegur leikvangur sem tekur 80.000 þúsund áhorfendur í sæti. Opunarhátíð leikanna fer þar fram auk keppni í frjálsum íþróttum.

Þessa dagana fer fram val á þeim keppendum sem koma til með að keppa fyrir Íslands hönd á leikunum í Shanghai í september og október á næsta ári. Special Olympics á Íslandi gerir ráð fyrir að senda 33 keppendur af báðum kynjum til keppni í 8 íþróttagreinum. Með hópnum fara 12 þjálfarar og fararstjórar. Auk þeirra má gera ráð fyrir myndarlegum hópi foreldra og forráðamanna. Eitt er víst að verði leikarnir eitthvað í líkingu við Boðsleikana má búast við skemmtilegum og spennandi tíma í Kína. Heimamenn hafa reyndar lofað enn skemmtilegri og glæsilegri leikum og af einhverjum ástæðum trúi ég þeim alveg.





Ræðst gegn verkjum!

Paratabs® – Öflugur verkjabani!



Notkunarsvið: Paratabs inniheldur parasetamól sem er verkjastillandi og hitalækkandi lyf. Það er notað við höfuðverk, tanngínu, 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 lífrarsjúkdóma má ekki nota lyfið. Nýrna- og lífrarsjúklingum er bent á að ráðfaera sig við lækni áður en þeir taka lyfið. Of stór skammtur getur valdið lífrarbólgu. **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


hagur í heilsu

Af hverju eru þroskaheftir íþróttamenn ekki með í Ólympíumótinu í Peking 2008?

Stjórn Alþjóðaólympíuhreyfingar fatlaðra (IPC) ákvað nýverið að aflétta ekki því banni sem sett var á þroskahefta íþróttamenn vegna svindlmálanna sem upp komu á Ólympíumótinu í Sydney árið 2000.

Stjórn Íþróttasambands fatlaðra harmar þessa ákvörðun og finnst hún röng en kannski er eðlilegt að líta aðeins nánar á ástæður þessarar ákvörðunar IPC.

Til að skilja þessa ákvörðun verður eins og að ofan greinir að líta aftur til Ólympíumótsins sem haldið var í Sydney árið 2000. Þá urðu forystumenn íþróttatlaðra í heiminum að viðurkenna fyrir sjálfum sér og umheiminum að lið Spánverja í körfuknattleik þroskaheftra, liðið sem vann til gullverðlauna á mótinu, tefldi fram leikmönnum sem ekki reyndust þroskaheftir!

Málið var afhjúpað af spænskum blaðamanni, sem skrifaði grein í spænskt dagblað og upplýsti hversu auðvelt það hefði verið að komast í ólympíulið Spánar í flokki þroskaheftra. Enginn hefði kannað hvort einstaklingar úr röðum þroskaheftra næðu hinni svokölluðu minnstu fötlun!

Skrif þessa blaðamanns voru mikið áfall fyrir trúverðugleika íþróttatlaðra – án efa hugsuðu ýmsir að ef þetta reyndist unnt í flokki þroskaheftra þá væri slíkt án efa unnt í öðrum fötlunarflokkum.

Ljóst var að IPC yrði að grípa í taumana sem var gert með því að setja keppnisbann á ALLA þroskahefta íþróttamenn í keppnum sem IPC stóð fyrir þar til Alþjóðasamtök þroskaheftra íþróttamanna (INAS-Fid) hefðu

komið flokkunarmálum síns fólks á hreint.

Það sem IPC lagði fyrst og fremst áherslu á var að samstaða næðist um skilgreiningu á minnstu fötlun þroskaheftra íþróttamanna. Eftir miklar umræður var ákveðið að ein þeirra mælieininga sem notuð yrði við þessa skilgreiningu væri að greindarvísitala (IQ) viðkomandi íþróttamanns væri ekki hærri en 70. Við hér á Íslandi, og reyndar á Norðurlöndunum öllum, erum fyrir mörgum árum hætt að nota greindarvísitölu sem hina einu skilgreiningu á þroskahömlun – til þess eru aðrar aðferðir notaðar þó svo að greindarmat sé hluti af greiningunni. Þrátt fyrir ýmis vandamál sem þessi krafa IPC hefur skapað okkur hér á landi höfum við uppfyllt hana varðandi okkar þroskaheftu afreksmenn og þeir því að fullu gjaldgengir hvað þetta varðar.

Annað sem IPC hefur krafist er að fyrir liggi skrifleg yfirlýsing og staðfesting á því að þroskahömlun hafi áhrif á getu viðkomandi íþróttamanns. IPC hefur til dæmis sett upp sem dæmi og sett spurningamerki við hvort þroskahömlun minnki getu þessara einstaklinga í 100 m hlaupi. Standa þeir þar ekki jafnfætis ófötluðum þar sem greinin, að þeirra mati, krefst ekki mikillar tækni? Aftur á móti liggi það ljóst fyrir að þroskaheftur einstaklingur eigi erfitt með að ná sama árangri og ófatlaður í 1500 m hlaupi þar sem sú grein krefst mikillar tæknilegrar útfærslu! Að mati IPC þarf því að vega og meta þau áhrif sem þroskahömlun hefur á hinar ýmsu íþróttagreinar. Það þriðja sem IPC hefur krafist

af hálfu íþróttahreyfingar þroskaheftra (INAS-Fid) er að ferli kærumála varðandi flokkun sé óbyggjandi. INAS-Fid hefur lagt fram tillögu um að kærur sem upp kunna að koma séu meðhöndlaðar þannig að yfirvöld viðkomandi lands sendi gögn til IPC sem sýna fram á hvernig að þroskamati viðkomandi einstaklings var staðið. Slíkt ferli tekur tíma og er á skjön við kærufurli annarra fötlunarhópa þar sem nefnd sérfræðinga endurflokkar viðkomandi einstakling „á staðnum“ þ.e. á því móti sem viðkomandi íþróttamaður tekur þátt.

Að framansögðu má ljóst vera að enn er langt í land a.m.k. að mati IPC. Endalausar deilur IPC og INAS-Fid um „keisarans skegg“ hafa skaðað íþróttastarf þroskaheftra víðs vegar um heim. Eigi vitræn lausn að finnast í þessu máli er ljóst að slíkt gerist einungis með samráði og í samvinnu við forsvarsmenn hinna ýmsu íþróttagreina er fatlaðir leggja stund á.

Skoðun stjórnar Íþróttasambands fatlaðra er og hefur verið að IPC geri meiri kröfur til INAS-Fid en annarra alþjóðasamtaka fatlaðra íþróttamanna og slíkt er hvorki sanngjarnt né réttlátt.

Nú eru sex ár liðin frá því að bann á þátttöku þroskaheftra tók gildi og sex ár eru langur tími í



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Blönduós

Blönduósbær, Hnjúkabyggð 33
Krákur ehf, Melabraut 21
Samstaða, skrifstofa verkalyðsfélaga, Þverholti 1

Skagaströnd

Kvenfélagið Hekla
Skagabyggð, Örlygsstöðum II
Trésmiðja Helga Gunnarssonar ehf, Mánabraut 2
Örvi ehf, Hólabraut 24

Sauðárkrókur

Aldan - stéttarfélag, Sæmundargötu 7a
Bókhaldsþjónusta KOM ehf, Víðihlíð 10
Efnaaug og Þvottahús, Borgarflöt 1
Fisk - Seafood hf, Eyrarvegi 18
Háskóli á Hólum í Hjaltadal, Hólum í Hjaltadal
Hólalax hf, Hólum 1
Kaupfélag Skagfirðinga, Ártorgi 1
Kvenfélagið Framför
Skagafjarðarveitur ehf, Borgarteigi 15
Verslun Haraldar Júlíussonar, Aðalgötu 22
Vörumiðlun ehf, Eyrarvegi 21

Varmahlíð

Akrahreppur Skagafirði

Fljót

Sigrún Svansdóttir, Skeiðsfossvirkjun

Siglufjörður

Bás ehf, Aðalgötu 34
Berg hf, byggingafélag, Norðurgötu 16
Fjallabyggð, Gránugötu 24
Jóhannes Egilsson, Gránugata 27
Snerpa, íþróttafélag fatlaðra, Lindargötu 2

Akureyri

Ásbyrgi - Flóra ehf, Frostagötu 2a
Baugsbót sf, bifreiðaverkstæði, Frostagötu 1b
Bifreiðaverkstæði Bjarnhéðins ehf, Fjölhnisgötu 2a
Björn Rögnvaldsson ehf, Kaupangi v/Mýrarveg
Bláa kannan - Gersemi, Þróstur ehf, Hafnarstræti 96
Blikkrás ehf, Óseyri 16
Eining-Íðja, Skipagötu 14
Endurhæfingarstöðin Sjálfsbjörg Akureyri,
Bugðusiðu 1
Eyjafjarðarsveit, Syðra-Laugalandi
Félag málmiðnaðarmanna Akureyri, Skipagötu 14
Félagsbúið Hallgilsstöðum, Hallgilsstöðum
Form ehf, Kaupangi við Mýrarveg

Fremri kynningarþjónusta ehf, Þórsstígur 4
Gróðrastöðin Réttarhóll, Svalbarðseyri
Halldór Ólafsson, úr og skartgripir, Glerártorgi
Heilsuhornið, Glerártorgi
Hlíðarskóli, Varpholti
Húsprýði sf, Múlasíðu 48
Höldur - Bílaleiga Akureyrar, Tryggvabraut 12
Íþróttamiðstöð Glerárskóla
Kaffi Amor ehf, Ráðhústorgi 9
Kjarnafæði hf, Fjölhnisgötu 1b
Kollgata ehf, Kaupvangsstræti 29
KPMG Endurskoðun Akureyri hf, Glerárgötu 24
Kvenfélagið Baldursbrá, Tröllagili 14
Lostæti ehf, Naustatanga 1
Lögmanshlíð lögfræðipj ehf, Ráðhústorgi 3
Menntaskólinn á Akureyri, Eyrarlandsvegi 28
Miðstöð ehf, Draupnisgötu 3g
Norðurmjólk, Súluvegi 1
Passion ehf, Hafnarstræti 88
Rafeyri ehf, Norðurtanga 5
Rafmenn ehf, Fjölhnisgötu 2b
Rafröst ehf, Gránufélagsgötu 49b
Raftó ehf, Hjalteyrargötu 6
Samherji hf, Glerárgötu 30
Sigtryggur og Pétur sf, Brekkugötu 5
Sjallinn Akureyri, Geislagötu 14
Sjómannaþlaðið Víkingur, Byggðarvegi 101 b
Skóhúsið - Bónusskór, Brekkugötu 1a
Svavar Sigmundsson, Kotárgerði 22
Tannlæknastofa Sigrúnar Marteinsdóttur,
Þórunnarstræti 114
Tískuverslun Steinunnar, Hafnarstræti 97
Toyota Akureyri, Baldursnesi 1
Trésmiðaverkstæðið Mógil sf, Einhóli
Tölvís sf, Kaupangi við Mýrarveg
Verkval ehf, Miðhúsavegi 4
Vélsmiðjan Ásverk ehf, Grímseyjargötu
Virkni ehf, Lyngholti 28
Vörður Íslandstrygging, Skipagötu 9
Ölur hf, trésmiðja, Óseyri 4
Ösp sf, trésmiðja, Furulundi 15f

Grímsey

Hannes Guðmundsson, Efri Sandvík
Sigurbjörn ehf, útgerð, Öldutúni 4
Stekkjarvík ehf, Hafnargötu 3

Dalvík

Hörn Harðardóttir, Öldugötu 11
Sæplast Dalvík ehf, Gunnarsbraut 12

Ólafsfjörður

Árni Helgason vélaverkstæði, Strandgötu 22
Sigurjón Magnússon ehf, Hafnargötu 16
Sjómannafélag Ólafsfjarðar, Brekkugötu 9
Sparisjóður Ólafsfjarðar, Aðalgötu 14

Ómetanlegur stuðningur 365 ljósvakamiðla

Undirrituð hefur í starfi sínu hjá Íþróttasambandi fatlaðra kynnst þeim veruleika sem blasir við þegar almenn íþrótt-, útivistar og tómstundatilboð eru auglýst fyrir börn og unglinga. Hreyfihömluð börn og unglingar skoða þessi tilboð eins og aðrir og hafa oft mikinn áhuga á að taka þátt með sínum jafnöldrum. Slæmt aðgengi og skortur á nauðsynlegri aðstoð er oft stærsta hindrunin. Neikvætt hugarfar og fyrirfram gefnar forsendur geta einnig verið erfið hindrun. Sá þáttur, sem oft getur skipt sköpum, er að til staðar sé tækjakostur og sérútbúnaður sem gerir hreyfihömluðum kleift að taka virkan þátt í íþrótt- og útivistarstarfi. Virk þátttaka fatlaðra í samfélaginu snýst um baráttu fyrir jafnrétti. Hreyfihamlaðir og aðstandendur þeirra berjast sumir með bros á vör og láta ekki deigan síga, aðrir eru að niðurlotum komnir í daglegu amstri.

Íþróttasamband fatlaðra hefur fylgst með framþróun og framleiðslu útbúnaðar og tækja sem gerð hreyfihömluðum kleift að stunda íþróttir og útivist. Kynntir hafa verið skíðasleðar, skautasleðar, keppnishjólástólar og ýmis önnur tæki.

Sá mikli kostnaður, sem fylgir sérútbúnum tækjum fyrir hreyfihamlaða, gerir einstaklingum og fjölskyldum nær ókleift að eignast slík tæki. ÍF hefur stuðlað að því að tæki eru keypt til landsins með því að leita styrkja til tækjakaupa. Fá tæki koma til landsins ár hvert þar sem fjármagn hefur verið mjög takmarkað. Skíði, reiðhjól og önnur tæki til útivistar kosta um 20.000.- Útivistarhjólástóll, skíðasleði og önnur sérhönnuð tæki kosta frá 200.000 og við það

bætast tollar og aðflutningsgjöld. Það hefur verið baráttumál ÍF í fjölda ára að íþrótt- og útivistartæki fyrir hreyfihamlaða verði undanþegin aðflutningsgjöldum. Þrátt fyrir að nokkrir þingmenn hafi sýnt áhuga á málinu hefur sá áhugi ekki skilað sér í verki.

Í júní 2005 fór fram söfnunarátak 365 ljósvakamiðla; Íslands í bítíð og Bylgjunnar í samvinnu við ÍF. Markmiðið var að safna fyrir kaupum á útivistarhjólástólum fyrir hreyfihamlaða Íslendinga. Alls söfnuðust um tvær milljónir króna á einni viku, góðir samningar tókust við framleiðanda stólana „Paul Speight“ og ellefu stólar voru pantaðir til landsins. Áttamánaða biðvarefirtollafgreiðslustólanna þar sem niðurfellingu gjalda var hafnað og endurvinna þurfti málið m.t.t. laga og reglugerða. Eftir að hafa leitað til lögfróðra aðila og endurunnið málið varð niðurstaða að lokum sú að niðurfelling var samþykkt í júlí 2006. Í ágúst 2006 voru stólarnir afhentir Heilbrigðisstofnunum á Ísafirði, Egilstöðum, Húsavík, Selfossi og Vestmannaeyjum. Einnig Endurhæfingarstöðinni Bjargi, Akureyri, Sambýli fjöl-

fatlaðra, Akranesi, Styrktarfélagi lamaðra og fatlaðra og Endurhæfingarsviði Landsspítala háskólasjúkrahúss, Grensási. Allir þeir sem eiga við hreyfihömlun að stríða eiga kost á því að fá þá lánaða endurgjaldslaust og á hverjum stað er umsjónaraðili sem sér um útlán stólanna. Stólarnir henta jafnt börnum sem fullorðnum og geta verið í notkun jafnt sumar sem vetur. Skíði sem sett er á framhjólíð ef þörf er á fylgir.

Þetta samstarfsverkefni hefur verið mjög lærdómsríkt og hefur skapað umræður um gildi þess að hreyfihamlaðir njóti útivistar eins og aðrir. Einnig hefur þetta verkefni sýnt fram á brýna þörf á að endurskoðun laga og reglugerða. Þrátt fyrir þreytandi baráttu við kerfið er þetta eitt ánægjulegasta samstarfsverkefni sem ÍF hefur unnið að.

365 ljósvakamiðlar; Ísland í bítíð, Bylgjan og ekki síst Heimir Karlsson, sem átti frumkvæðið að þessu verkefni, fá innilegar þakkir fyrir ómetanlegt samstarf. Einnig fá Jónar Transport kærar þakkir fyrir að flytja inn stólana endurgjaldslaust.



Emla Guðmundsdóttir frá Ísafirði fagnar frelsinu



Settu þér markmið
og byrjaðu að spara!

KB Sparnaður

Dæmi

Markmið: Að eignast pall og heitan pott að verðmæti 1.000.000 kr.

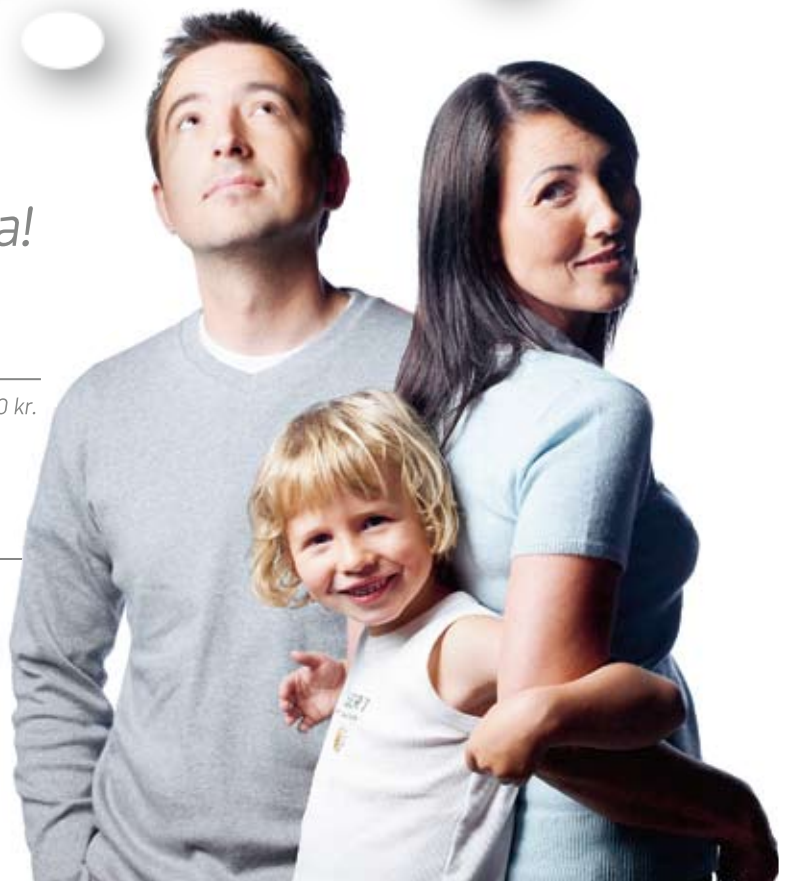
Innborgun í upphafi: 250.000 kr.

Lengd sparnaðartíma: 4 ár

Mánaðargreiðsla: 5.000 kr.

Parið fær 535.904 kr. í vexti frá bankanum.*

*Ávöxtunartölurnar eru byggðar á meðalávöxtun sl. 5 ára, athugið að ávöxtun í fortíð segir ekki til um ávöxtun í framtíð.



Finndu út hvaða sparnaðarleið hentar þínu markmiði á kbbanki.is
Þú getur hafið KB sparnað í **KB Netbanka**, í þjónustuveri KB banka í síma **444 7000** eða komið við í **næsta útibúi bankans**.



Aðalfundur INAS-FID Evrópu

Dagana 25. – 26. nóvember fór fram í Prag í Tékklandi aðalfundur Evrópudeildar INAS-FID (Alþjóðahreyfingar þroskaheftra íþróttamanna). Fulltrúar Íslands á fundinum voru þeir Þórður Árni Hjaltsted, ritari stjórnar ÍF og stjórnarmaður Evrópudeildar INAS-FID og Ólafur Magnússon, framkvæmdastjóri ÍF.

Í tengslum við fundinn var haldin ráðstefna um hvernig væri staðið að flokkun þroskaheftra íþróttamanna og var Þórður Árni meðal framsögumanna á ráðstefnunni og stýrði vinnuhópi er þessu tengdist.

Auk venjulegra aðalfundastarfa var kosið til ýmissa embætta innan Evrópusamtakanna.

Stjórn INAS-FID Evrópu er þannig skipuð til næsta aðalfundar 2008:

Nýr formaður:	Geoff Smedly frá Bretlandi (2006-2010)
Varaformaður:	Verður kosinn í póstkosningu í jan. 2007 til aðalfundar 2008.
Framkvæmdastjóri:	Marc Truffaut, Frakklandi (2006-2010)
Gjaldkeri:	Chris Hindley, Bretlandi (2004-2008)
Tæknilegur ráðgjafi:	Pavel Tilinger, Tékklandi (2006-2010) og formaður tækninefndar
Læknir:	Jack Conway, Ungverjalandi (tilnefndur af stjórn 2004-2008)
Meðstjórnendur:	Michel Chopinaud, Frakklandi (2004-2008) Nick Parr, Bretlandi (2006-2010) Anne-Catherine Margot, Belgíu (2006-2010) Þórður Árni Hjaltsted, Íslandi (2004-2008)

Fundurinn ákvað að gera fráfaramandi formann að heiðursformanni ævilangt. Bernard Atha þakkaði þennan mikla heiður og sagðist vona að þetta væri meira táknræn staða en að hann þyrfti að skila einhverju hlutverki í framtíðinni.

Á fundinum var fjallað ítarlega um stöðu og stefnu samtakanna vegna aðalfundar INAS-FID sem fram fer í Túnis í apríl næstkomandi. Fjallað var um mótahald næstu tveggja ára og eru aðildarþjóðir þegar búnar að bjóðast til að halda 6 Evrópumót í ýmsum íþróttagreinum. Ísland var hvatt til þess að bjóðast til að halda Evrópumeistaramót í sundi.

Á fundinum kom einnig til umræðu viðhorf og stefna Evrópudeildarinnar vegna samskipta INAS-

FID og IPC (Alþjóðaólympíuhreyfingar fatlaðra) um bann IPC á þátttöku þroskaheftra íþróttamanna í þeim mótum IPC stendur fyrir, þar með talið Ólympíumótið í Kína 2008. Fráfaramandi formaður INAS-FID Evrópu, Bernard Atha, Bretlandi, sagði aðalfundinum frá samtali sínu við Jos Mulder, formann INAS-FID er staddur var í Indónesíu á fundi stjórnar IPC. Bernard sagði frá niðurstöðu fundar IPC en hún er sú að stjórn IPC hafnaði ósk INAS-FID um að taka upp bann sitt á keppni þroskaheftra á mótum IPC. Stjórn IPC telur að INAS-FID hafi ekki náð að uppfylla kröfur sem settar voru af hálfu IPC til þess að tryggja að ekki komi upp samskonar mál og varð í Sydney árið 2000. Aðalfundur INAS-FID Evrópu ræddi málið og harnar þessa niðurstöðu IPC og voru þeir sem töluðu sammála um að IPC hefði ekki skilning á fötlun þroskaheftra og setti óraunhæfar kröfur sem aldrei væri hægt að mæta af hálfu INAS-FID. Fundarmenn voru einnig sammála um að það væri ógjörningur að ætla að endurflokka eða endurgreina skráðan einstakling ef mótmæli kæmu fram um fötlun viðkomandi. Eina lausnin í því máli væri að fara með það eins og gert er með lyfjaeftirlitsmál þar sem niðurstöður liggja ekki fyrir fyrr en að loknu móti. Ef í ljós kemur að einstaklingur er ranglega greindur þá er árangur hans strikaður út og hann þarf að skila verðlaunum ef um slíkt er að ræða. Eins og áður hefur komið fram í greinum í blaðinu þá er þetta mál íþróttapólitískt og ber að skoða það í því ljósi. Það eru áhrifamiklar þjóðir sem alltaf hafa verið á móti því að þroskahamlaðir taki þátt í mótum IPC og segja að þroskahamlaðir eigi ekki samleið með hreyfihömluðum og blindum/sjónskertum. Þessir sömu aðilar benda á Special Olympics sem valmöguleika fyrir þroskahamlaða.

Aðalfundurinn telur í ljósi þessarar niðurstöðu að stefnt skuli að því að halda aðra „Global Games“ leika eða heimsleika á vegum INAS-FID. Það hefur borið á góma að Japan sé tilbúið að bjóða til slíkra leika 2008. Það kemur ekki í ljós fyrr en að loknum aðalfundi INAS-FID í Túnis í apríl 2007 hvort það verður að veruleika.



Landsbankinn

Gleðileg jól



21



9



7



2



13



1



20



16



8



23



5



14



19



3



6



17



10



24



15



11



22



12



18



4



Stjórnarfundur NORD-HIF á Bornholm

Stjórnarfundur Nord-HIF, sem eru samtök íþróttasambanda fatlaðra á Norðurlöndum, var haldinn í Bornholm í Danmörku í ágústmánuði sl.

Að venju skipuðu umræður um alþjóðleg málefni og afstaða Norðurlandanna til þeirra veglegan sess á fundinum.

Þannig hörmuðu fundarmenn þá ákvörðun IPC (Alþjóða-ólympíuhreyfingar fatlaðra) að heimila ekki þroskaheftum íþróttamönnum þátttöku á Ólympíumóti fatlaðra sem fram fer í Peking 2008. Að álit fundarmanna hefur skortur á sterkum leiðtoga hjá INAS-Fid (Alþjóðasamtökum þroskaheftra íþróttamanna) verið ein aðalástæða þess hvernig mál INAS-Fid og IPC hafa þróast.

Í máli Karls Vilhelm Nielsens, formanns danska sambandsins og nýs stjórnarmanns í framkvæmdastjórn IPC, kom fram að sem alþjóðasamtök þurfi IPC í framtíðinni að ráða fleira fólk til starfa á skrifstofu sinni m.a. til að halda utan um tölulegar upplýsingar og fleira tengt daglegri umsýslu hverrar íþróttagreinar. Þá upplýsti Karl Vilhelm að undirritaður hafi verið samningur milli IOC (Alþjóða-ólympíuhreyfingarinnar) og IPC um styrk til IPC að upphæð 1 milljón \$ (USD) árlega, til ársins 2016.

Á fundinum gerðu Norðmenn grein fyrir stöðu mála þar í landi en eftir 2007 verður íþróttasamband fatlaðra í Noregi formlega lagt niður. Lýstu

fundarmenn áhyggjum sínum af framtíð Norðmanna innan Nord-HIF þar sem óljóst væri hver þá yrði fulltrúi Noregs á fundum norrænu samtakanna. Einnig hver yrði ábyrgð og staða slíks fulltrúa varðandi mál er tengdust hinum ýmsu íþróttagreinum þar sem þær nú tilheyrðu öðrum sérsamböndum en íþróttasambandi fatlaðra í Noregi. Voru fundarmenn þó sammála um nauðsyn þess að Noregur væri, þrátt fyrir breytingar, hluti af Nord-HIF og því starfi sem þar færi fram.

Umræður urðu um Norðurlandamót og framtíð þeirra og voru fundarmenn almennt sammála um nauðsyn þess að halda Norðurlandamót a.m.k. í þeim íþróttagreinum sem hingað til hefðu verið haldin, s.s. sundi og boccia, og jafnvel opna þau fyrir öðrum þjóðum. Varðandi aðrar greinar, s.s. bogfimi og borðtennis, væri nauðsynlegt að þau mót yrðu opin öðrum þjóðum og yrðu jafnframt stigamót þ.e. gæfu stig inn á styrkleikalista IPC í viðkomandi greinum.

Að lokum hafði Anna K. Vilhjálmsdóttir, fulltrúi í Evrópuráði Special Olympic og framkvæmdastóri Special Olympics á Íslandi, framsögu um sameiginlega stefnu Norðurlandanna í málefnum Special Olympics (SOI). Í framhaldi af umræðum, sem urðu um málið, var bent á mismunandi áherslur landanna hvað varðar starfsemi Special Olympics í viðkomandi landi. Einnig að Special Olympics væri ekki keppinautur íþróttasambands fatlaðra í viðkomandi landi heldur væru íþróttatilboð Special Olympics hluti þeirra tilboða sem þroskaheftum stæði til boða í hverju landi. Var niðurstaða umræðna þessara sú að ekki væri tímabært að móta sameiginlega stefnu Norðurlandanna gagnvart SOI en að samvinna Norðurlandanna vegna hinna ýmsu mála sem tengjast SOI væri nauðsynleg. Næstistjórnarfundur Nord-HIF verður haldinn í Finnlandi en á þeim fundi mun Ísland taka við formennsku til næstu þriggja ára.



Karl V Nielsen, formaður DHIF ásamt sérþjálfuðum hundi



Íslandsmót ÍF í Boccia

Íslandsmót Íþróttasambands fatlaðra í boccia, einstaklingskeppni fór fram dagana 20.-21. október s.l. á Húsavík. Það var bocciadeild íþróttafélagsins Völsungs sem hélt mótið. Um 200 keppendur frá 14 aðildarfélögum ÍF tóku þátt í mótinu og fór keppni fram í sex deildum auk keppni í rennuflokki og U-flokki (utan flokka). Félagar úr Kiwanisklúbbnum Skjálfanda og Björgunarsveitinni Garðari sáu um dómgæslu á mótinu en Kiwanismenn hafa verið bakhjarlar Bocciadeildar Völsungs allt frá stofnun deildarinnar. Fjölmargir heimamenn og fyrirtæki aðstoðuðu við undirbúning og framkvæmd mótsins.

Á lokahófi mótsins voru eftirtaldir aðilar sæmdir bronsmerki ÍF: Bergur Elís Ágústsson, bæjarstjóri. Linda Baldursdóttir, formaður Völsungs, Sigmundur Hreiðarsson, Vinnslustjóri Norðlenska og Steinunn Völundardóttir.

Eins og undanfarin ár var það Lionsklúbburinn Víðarr sem gaf öll verðlaun á mótinu en slíkt hefur klúbburinn gert á öll Íslandsmót Íþróttasambands fatlaðra.

Íslandsmeistarar 2006, einstaklingskeppni í boccia eru;

1. deild – Stefán Thorarensen, Akri
2. deild – Arnar M. Ingibjörnsson, Nesi
3. deild – Egill A. Sveinsson, Akri
4. deild – Þorbjörg Guðmundsdóttir, ÍFR
5. deild – Kristín Þ. Albertsdóttir, Suðra
6. deild – Sunna Jónsdóttir, ÍFR

Rennuflokkur – Margrét E. Stefánsdóttir, ÍFR

U-flokkur – Hildur Marinsdóttir, Akri

Mörg undanfarin ár hafa Íslandsmót ÍF í boccia, einstaklingskeppni verið haldin á haustin og aðildarfélög ÍF hafa verið hvött til þess að taka að sér framkvæmd mótsins hvert á sínum stað. Tilgangur þess að mótin séu í umsjón aðildarfélaganna hefur verið að vekja athygli á starfsemi þeirra á hverjum stað og efla starfið á landsvísi.

Öll framkvæmd sem og öll umgjörð Íslandsmótsins var Húsvíkingum til mikils sóma og vill Íþróttasamband fatlaðra koma á framfæri hamingjuóskum og þökkum til þeirra sem að mótinu stóðu.



Mót innanlands 2006

Mót á vegum Íþróttasambands fatlaðra eru haldin árið um kring en frá útkomu síðasta tölublaðs Hvata hafa eftirtalin mót verið skipulögð og framkvæmd af Íþróttasambandi fatlaðra og íþróttanefndum þess.

Bikarkeppni ÍF í sundi

29. apríl s.l. var haldin í Sundhöll Hafnarfjarðar Bikarkeppni Íþróttasambands fatlaðra í sundi.

Á mótinu tóku þátt lið frá fjórum aðildarfélögum ÍF en það voru félögin Ösp og ÍFR úr Reykjavík, Fjörður frá Hafnarfirði og Þjótur frá Akranesi. Undirbúningur og framkvæmd mótsins var í höndum sundnefndar ÍF og íþróttafélagsins Fjarðar í Hafnarfirði. Í fyrsta sæti, og þar með bikarmeistari ÍF 2006, var Íþróttafélagið Ösp með 14140 stig, í öðru sæti var Íþróttafélagið Fjörður með 10508 stig og í þriðja sæti var ÍFR með 9719 stig.

Íslandsmót ÍF í frjálsum íþróttum utanhúss

10. júní s.l. var haldið á Kópavogsvelli Íslandsmót Íþróttasambands fatlaðra í frjálsum íþróttum. Á mótinu tók þátt á fjórða tug keppenda frá 5 aðildarfélögum ÍF víðsvegar að af landinu. Um undirbúning og framkvæmd mótsins sá Frjálsíþróttanefnd ÍF.

Íslandsmót ÍF í sundi 25 m laug

Íslandsmót ÍF í sundi í 25 m laug var haldið í Sundlauginni í Laugardal laugardaginn 25. nóvember s.l. Keppendur komu frá Ívari Ísafirði, Óðni Akureyri, ÍFR Reykjavík, Ösp Reykjavík, Firði Hafnarfirði og

Þjóti Akranesi. Á mótinu féllu alls 9 íslandsmet og bikar fyrir bestan árangur kvenna hlaut Kristín Rós Hákonardóttir en hún fékk 871 stig fyrir 50 m frjálsa aðferð og bikar fyrir besta árangur karla hlaut Gunnar Örn Ólafsson en hann fékk 751 stig fyrir 50 m frjálsa aðferð.

Ýmis önnur mót en Íslandsmót á vegum ÍF eru haldin í íþróttum fatlaðra á Íslandi og eru þau m.a. skipulögð og framkvæmd af aðildarfélögum ÍF og eru nokkur þeirra nefnd hér:

Hængsmótið

Hængsmótið var haldið á Akureyri í 24. skiptið, 29. – 30. apríl s.l.

Á mótinu var keppt í boccia, borðtennis og lyftingum, auk þess sem keppt hefur verið á þessum mótum einnig í bogfimi. Hængsmótin, sem Lionsklúbburinn Hængur á Akureyri stendur fyrir, hafa ávallt verið ein glæsilegustu og fjölmennustu mót sem haldin hafa verið fyrir fatlaða íþróttamenn enda allur undirbúningur og framkvæmd ætíð til mikillar fyrirmyndar og Hængsmönnum til sóma.

Norðurlandsmótið í boccia

Norðurlandsmótið í boccia var að þessu sinni haldið á Húsavík laugardaginn 18. nóvember s.l. en það eru aðildarfélög ÍF á Norðurlandi sem halda þetta mót til skiptis einu sinni á ári. Keppt

er í tveggja manna sveitum frá hverju félagi.

Keppt var í 6 flokkum eins og reglur mótsins kveða á um og eru það flokkar hreyfilhamlaðra, þroskaheftra, opinn flokkur 19 ára og yngri, opinn flokkur 20 til 49 ára, opinn flokkur 50 ára og eldri og rennuflokkur. Þátttakendur á mótinu komu frá 4 aðildarfélögum ÍF á Norðurlandi en eitt gestalið tók þátt í mótinu.

Fjarðarmótið í sundi

Fjarðarmótið í sundi var haldið í Sundlauginni í Hafnarfirði 24. september s.l. Úrslit mótsins er hægt að sjá á heimasíðu ÍF, www.isisport.is/if

Opna Reykjavíkurmótið í sundi

Opna Reykjavíkurmótið í sundi var haldið í Sundlauginni í Laugardal 14. október s.l. Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík og íþróttafélagið Ösp sáu um undirbúning og framkvæmd þessa móts.

Opna Reykjavíkurmótið í frjálsum íþróttum

Opna Reykjavíkurmótið í frjálsum íþróttum var haldið 28. október s.l. í nýrri frjálsíþróttahöll í Laugardal en það voru Íþróttafélagið Ösp og Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík sem stóðu undirbúningi og framkvæmd þess.

Texti: Anna G. Sigurðardóttir, sviðsfjóri þjónustusíðs ÍF



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Hrísey

Sæfang ehf, Sjávargötu 1

Húsavík

Alli Geira hf, Norðurgarði 4
Bílaleiga Húsavíkur ehf, Garðarsbraut 66
Bókaverslun Þórarins Stefánssonar, Garðarsbraut 9
Félagsbú, Fagranesi
Fjörfiskur ehf, Héðinsbraut 4
Garðræktarfélag Reykhverfinga, Hveravöllum
Knarrareyri ehf, Túngötu 6
Rauði kross Íslands á Húsavík
Sigurjón Benediktsson, tannlæknir, Auðbrekku 4
Skóbúð Húsavíkur, Garðarsbraut 13

Laugar

Framhaldsskólinn á Laugum, Laugum, Reykjadal
Norðurpóll ehf, Laugabrekku, Reykjadal
Sparisjóður Suður- Þingeyinga, Kjarna, Laugum

Mývatn

Skútustaðahreppur, Hlíðavegi 6

Kópasker

Kvenfélag Öxfirðinga, Víðilundi

Raufarhöfn

Jón Ketilsson, Tjarnarholti 10
Kristján M Önundarson, Hamraborg

Vopnafjörður

Hofskirkja
Vopnafjarðarhreppur, Hamrahlíð 15

Egilsstaðir

Egilsstaðakirkja, Laugavöllum 19
Ferðaskrifstofa Austurlands, Kaupvangi 10
Fljótsdalshérað, Lyngási 12
Hitaveita Egilsstaða og Fella ehf, Einhleypingi 1
Menntaskólinn á Egilsstöðum, Tjarnarbraut 25
Miðás hf (Brúnás innréttingar), Miðási 9
Myllan ehf, Miðási 12
Rendita ehf, Kaupvangi 6
Skógar ehf, Dynskógum 4
Skógrækt ríkisins, Miðvangi 2
Snarvirki ehf, rafvéla verkstæði, Kaupvangur 23b
Trésmiðja Guðna Þórarinssonar, Másseli
Verkfræðistofa Austurlands ehf, Kaupvangi 5
Ökuskóli Austurlands sf, Háafelli 4a

Seyðisfjörður

Gullberg hf, útgerð, Langatanga 5
Rauði kross Ísl., Seyðisfirði
Seyðisfjarðarkirkja, Bjólfsgötu 10

Borgarfjörður

Fiskverkun Kalla Sveins ehf, Vörðubrún

Reyðarfjörður

Tærgesen ehf, Búðargötu 4
Verkalýðsfélag Reyðarfjarðar, Brekkugötu 9
Þvottabjörn ehf, Búðareyri 25

Eskifjörður

Kríá, veitingasala ehf, Svínaskálahlíð 17
Tannlæknastofa Guðna Óskarssonar, Hólsvegi 3a

Neskaupstaður

Fjarðalagnir ehf, Nesbakka 14
Hempa ehf
Rafgeisli Tómas R Zoëga ehf, Hafnarbraut 10
Sandvíkingur NK-041

Fáskrúðsfjörður

Loðnuvinnslan hf, Skólavegi 59

Breiðdalsvík

Héraðsdýralæknir Austurlandsumdæmis syðra,
Ásvegi 31

Djúpivogur

Grunnskóli Djúpavogs, Vörðu 6
Hjalti Jónsson, Vogalandi 9

Höfn í Hornafirði

Auðunn SF-48 ehf
Bókhaldsstofan ehf, Krosseyjarvegi 17
Herborg SF-69
Hvanney SF 51
Sigurður Ólafsson ehf, Hlíðartúni 21
Skinney - Þinganes hf, Krossey
Skólaskrifstofur Hafnar, Hafnarbraut 27
Sveitafélagið Hornafjörður, Hafnarbraut 27

Öræfi

Félagsbúið Hnappavöllum 4, Hnappavöllum 4

Formannafundur ÍF

Í lögum ÍF segir: „það ár sem sambandsþing er ekki haldið skal halda formannafund með formönnum aðildarfélaganna ÍF“.

Því var lögum samkvæmt haldinn formannafundur ÍF í Íþróttamiðstöðinni í Laugardal 10. nóvember s.l. Mikil og góð mæting var á fundinn þar sem til umræðu voru ýmis mál sem efst eru á baugi í íþróttum fatlaðra hér á landi auk þess sem verkefni framundan voru kynnt.

Þannig samþykkti fundurinn að Sambandsþing ÍF yrði haldið í Reykjavík 13. – 15. apríl 2007. Greint var frá þeirri vinnu sem fram hefði farið við endurskoðun á flokkunarmálum en upplýsingar þessa efnis hafa verið sendar til aðildarfélaganna. Einnig var greint frá störfum nefndar um „íþróttir fyrir mikið fatlaða“. Nefnd þessi var skipuð vegna óska IPC (Alþjóðaólympíuhreyfingar fatlaðra) um að aðildarlönd samtakanna gerðu átak í að auka hlut mikið fatlaðra íþróttamanna í mótum á vegum IPC. Til að svo megi verða hér á landi hefur nefndin komist að þeirri niðurstöðu að ferlimál eru verulega hindrandi þáttur.

Aðstoð vantar í búningssklefa og á aðra staði s.s. íþróttasvæði og eins og sakir standa hafa félögin ekki fjárhagslegt bolmagn til þess að greiða fyrir slíka aðstoð. Akstursmál eru einnig hamlandi þáttur. Málið hefur verið kynnt og er til skoðunar hjá hlutaðeigandi aðilum og vonandi finnst farsæl lausn á þessu máli þannig að mikið fatlaðir íþróttamenn eigi jafn greiðan aðgang að íþróttaiðkun og aðrir.

Norrænt barna- og unglingamót

sem fram fer hér á landi í lok júlí 2007 var kynnt fundarmönnum sem og þátttaka Íslands í Alþjóðasumarleikum Special Olympics sem fram fara í Shanghai í Kína í október 2007. Boccianefnd ÍF kynnti nýjar leikreglur sem taka mið af þeim alþjóðareglum sem í gildi eru og þá voru einnig kynnt ýmis sérverkefni sem Íþróttasamband fatlaðra vinnur að til eflingar og útbreiðslu íþróttar fatlaðra.



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Selfoss

Árvirkinn ehf, Eyravegi 32
Básinn, veitingastaður, Efstalandi
Bisk-verk ehf, Bjarkarbraut 3, Reykholti
Bílamálun Agnars ehf, Eyrarvegur 33
Bílasala Suðurlands ehf, Fossnesi 14
Björgunarfélag Árborgar, Austurvegi 54
Borgarhús ehf, Minni-Borg
Búnaðarfélag Grafningshrepps, Villingavatni
Búnaðarsamband Suðurlands, Austurvegi 1
Byggingarfélagið Árborg ehf, Bankavegi 5
Eðalhús ehf, Gagnheiði 42
Fossvélar ehf, Hrísmýri 4
Framsóknarfélag Árnessýslu, Heiði
Grímsneshreppur og Grafningshreppur,

Stjórnsýsluhúsinu Borg
Guðmundur Tyrfinngsson ehf, Fossnesi C
Hitaveita Frambæja, Skarði
Hótel Geysir og Söluskálinn ehf, Haukadal
Hrói höttur, Austurvegi 22
Kvenfélag Hraungerðishrepps
Línu samlokur, Gagnheiði 67
Mjöltnir, vörubílstjórafélag, Hrísmýri 1
Nesey ehf, Suðurbraut 7, Gnúpverjahreppi
Plastiðjan ehf, Gagnheiði 17
Pylsuvagninn Selfossi, Besti bitinn í bænum
Selós ehf, Eyravegi 51
Set ehf, plaströverksmiðja, Eyravegi 41
Sjúkraþjálfun Selfoss ehf, Austurvegi 9
Sólheimar í Grímsnesi
Sunnlenska fréttablaðið, Austurvegur 22

Spurt & svarað

Nafn:
Hrafnhildur Sverrisdóttir.

Félag:
Snerpa, Siglufirði.

Hvenær byrjaðir þú að æfa?
Ég held í kringum 1987.

Uppáhaldsípróttin:
Boccia.

Skemmtilegasta ferðin/mótið?
Íslandsmótið í boccia, einstaklingskeppni á Seyðisfirði, ég varð Íslandsmeistari í 1. deild.

Vatn eða mjólk?
Vatn.

Besti matur?
Pasta, fiskur.

Hvað langar þig í jólagjöf?
DVD-mynd.

Ef þú réðir öllu í einn dag hvað mundir þú gera?
Njóta þess að vera ég sjálf og gera eitthvað skemmtilegt.

Áttu kærasta?
Nei, ég á engan kærasta.

Uppáhaldshljómsveit?
Írafár.

Mottó?
Halda áfram að æfa og hafa gaman.



Nafn:
Guðrún Hulda Sigurjónsdóttir.

Félag:
Suðri, Selfossi.

Hvenær byrjaðir þú að æfa íþróttir?
Ég var 7 ára og æfði frjálssar og fótbolta. En ég hef samt æft margar greinar t.d. glímu, borðtennis, blak og körfu.

Uppáhaldsípróttin?
Kastgreinar í frjálsum og boccia.

Skemmtilegasta ferðin/mótið?
Special Olympics í Róm núna í sept – okt 2006, það var geðveikt.

Vatn eða mjólk?
Vatn.

Besti matur?
Íslensk kjötsúpa.

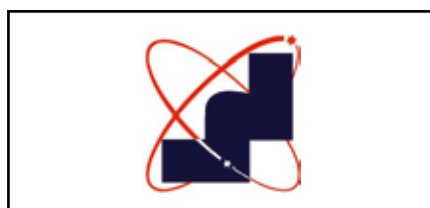
Hvað langar þig í jólagjöf?
Gítar, er að fara að læra á gítar.

Ef þú réðir öllu í einn dag hvað mundir þú gera?
Breikka Suðurlandsveginn.

Áttu kærasta?
Nei, ekki eins og er.

Uppáhaldshljómsveit?
Á móti sól – Magnificent!!!!

Mottó?
Að lifa lífinu lifandi.



Spurt & svarað

Nafn:

Baldur Ævar Baldursson.

Félag:

Eik, Akureyri.

Hvenær byrjaðir þú að æfa íþróttir?

Ég var 5 ára og lærði á skíði.

Uppáhaldsíþróttin?

Frjálsar íþróttir í dag.

Skemmtilegasta ferðin/mótið?

Það eru svo mörg mót, erfitt að gera upp á milli, en verð þó að segja ferðin í haust á Opna þýska meistaramótið og Heimsmeistaramótið í Hollandi.

Vatn/mjólk?

Vatn.

Besti matur?

Kjötsúpa.

Hvað langar þig í jólagjöf?

Rafmagnsrúm, er reyndar búin að fá gjöfina nú þegar, fékk hana í afmælis- og jólagjöf.

Ef þú réðir öllu í einn dag hvað mundir þú gera?

Æfa sem mest.

Áttu kærustu?

Nei, enga.

Uppáhaldshljómsveit?

U2.

Mottó?

Að komast á Olympíumótið.



Nafn:

Jón Oddur Halldórsson.

Félag:

Ungmennafélagið Reynir / Víkingur.

Hvenær byrjaðir þú að æfa íþróttir?

Ég var 12 ára og æfði körfubolta.

Uppáhaldsíþróttin?

Frjálsar og borðtennis.

Skemmtilegasta ferðin/mótið?

Olympíumótið 2004, stórt og spennandi mót, góður árangur og skemmtilegt fólk.

Vatn/mjólk?

Vatn.

Besti matur?

Lambalæri.

Hvað langar þig í jólagjöf?

Góðan jólamat.

Ef þú réðir öllu í einn dag, hvað mundir þú gera?

Sitja heima í tölvunni.

Áttu kærustu?

Nei, enga.

Uppáhaldshljómsveit?

Spái ekki mikið í tónlist.

Mottó?

Vera ánægður með allt sem ég geri.



VISA er allt sem þarf

Visa Ísland – frá örfáum útvöldum til allra landsmanna

Íslendingar eiga mörg heimsmet ef miðað er við höfðatölu. Við tökum nýjungum fagnandi og erum fljót að tileinka okkur þær. Saga VISA Íslands og það hvernig Íslendingar hafa nýtt sér fjölmarga möguleika í kreditkortaviðskiptum eru gott dæmi um þetta.

Ábyrgur þátttakandi í samfélaginu

Frá stofnun VISA Íslands 1983 hefur fyrirtækið verið ábyrgur þátttakandi í íslensku samfélagi og hefur leitast við að hafa jákvæð áhrif, meðal annars með stuðningi við líknarmál, menningarmál og íþróttir.

VISA styður ýmsa menningar- og íþróttastarfsemi ötullega. Þróað hefur verið sérstakt styrktar- og þjónustukerfi, ALEFLI, fyrir sjálfvirkar greiðslur til góðra mála, til að auðvelda félögum og samtökum fjáröflun í sína þágu. MENNINGARSJÓÐUR VISA var stofnaður árið 1992 og hefur það hlutverk að styðja við íslenska menningu og listir, að veita fé til líknar- og velferðarmála ásamt því að efla verkmenntun, vísindi og tækni með reglubundnum úthlutunum.

VISA Ísland hefur nýverið framlengt samning sinn við Íþróttasamband fatlaðra en fatlaðir íslenskir afreksmenn hafa um langt árabil verið meðal þeirra bestu í heiminum. Þetta samstarf fellur vel að stefnu VISA Íslands um að leggja sitt af mörkum við að styðja framúrskarandi íþróttafólk hvort heldur er úr röðum fatlaðra eða ófatlaðra.

VISA er allt sem þarf

VISA Ísland var stofnað 15. apríl 1983 og er þjónustufyrirtæki í eigu banka og sparisjóða. Í byrjun var félagið rekið sem sameignarfyrirtæki fimm banka og 13 sparisjóða en Landsbanki Íslands hafði veitt kortaþjónustu frá haustinu 1981.

Fyrsta VISA kortið á Íslandi var gefið út af Landsbankanum haustið 1981. Aðeins örfáir útvaldir athafnamenn með umsvif í öðrum löndum gátu í byrjun fengið VISA kort með leyfi Seðlabankans og þá var einungis hægt að nota þessi kort erlendis. Starfsemin VISA Íslands hófst 5. júlí 1983 er fyrirtækið tók við þessari þjónustu.

Í byrjun voru kortin einungis ætluð viðskiptaferðalöngum til notkunar erlendis en frá 10. desember 1983 gafst almenningi kostur á að sækja um kort til notkunar jafnt innanlands sem utan. Oft ríkir sá misskilningur meðal korthafa að það sé VISA Ísland sem gefi út kortin en svo er ekki. Það eru bankar og sparisjóðir sem það gera til handa viðskiptavinum sínum og bera þeir alla ábyrgð á þeim gagnvart VISA. Það má því eiginlega segja að VISA sé verktaki fyrir eigendur sína og sjái um að reka

fyrir þá sameiginlegt kortakerfi samkvæmt reglum og skilmálum VISA International. Í þessu felst mikil hagkvæmni og sé kostnaður borinn saman við önnur lönd er hægt að fullyrða að sá kostnaður sem notendur þjónustunnar greiða hér á landi sé með því lægsta sem þekkist í heiminum.

Áhrifamikil nýjung á 20. öldinni

Greiðslukort eru meðal þeirra nýjunga liðinnar aldar sem hvað mest áhrif hafa haft á daglegt líf fólks. Landsmenn tóku þessum greiðslumiðli fagnandi og um ári eftir að almenningi gafst kostur á að fá sér VISA kort, eða í lok árs 1984, voru korthafar orðnir um 28.000. Í lok maí á þessu ári voru þeir 170 þúsund. Það kemur því líklega fáum á óvart að Íslendingar eiga heimsmet í fjölda greiðslukorta miðað við mannfjölda, svo og miðað við upphæð og færslufjölda á ári. Hér á landi greiðir fólk um 74% af einkaneyslunni með kortum en aðeins um 15% í Bretlandi.

Mikil og ör breyting hefur orðið á greiðsluháttum þjóðarinnar með tilkomu VISA-kortanna. Þau eru nú almennt notuð til hvers kyns innkaupa og ekki síst til þæginda og öryggis á ferðalögum.



Í fararbroddi

Hjá VISA Íslandi eru gefnar út margar gerðir kreditkorta fyrir einstaklinga og fyrirtæki. Öllum VISA kortum fylgja margvísleg hlunnindi, svo sem ferðatryggingar, viðlaga- og neyðarþjónusta, og ýmis sértíla. Þann 6. desember 1993 hófst útgáfa VISA ELECTRON debetkorta í samvinnu við banka og sparisjóði. Þar er um að ræða rafræn kort, sem eru fjölnota, 4 kort í einu, staðgreiðslukort, bankakort, hraðbankakort og ábyrgðarkort vegna tékkaviðskipta.

VISA Ísland hefur verið í fararbroddi með nýjungar og hér hafa verið teknar upp greiðsluleiðir sem ekki þekkjast erlendis, til dæmis rað-, boð- og léttgreiðslur. Þessar greiðsluleiðir bjóða upp á ýmsa möguleika í viðskiptum, svo sem raðgreiðslur til 36 mánaða vegna stærri viðskipta, léttgreiðslur til að dreifa smærri viðskiptum án vaxta, boðgreiðslur til sjálfvirkar millifærslu fastagjalda, sím-greiðslur fyrir t.d. pizzu/leikhúsmiða og fjölgreiðslur til greiðsluskiptingar á VISA reikningi.

Þetta hefur vakið athygli og hafa menn komið hingað erlendis frá til að kynna sér þessar leiðir og hefur það orðið til þess að verið er að taka upp sambærilega þjónustu víða annars staðar.

VISA Lán, einföld og auðveld

Nýverið hóf VISA að bjóða nýja þjónustu, VISA Lán, sem er viðbót við fyrrgreindar greiðsluleiðir. VISA Lán er skuldarviðurkenning sem ekki er stimpilskyld og því er það ódýrara en raðgreiðslulán sem því nemur. Ekki er þó ætlunin að leggja raðgreiðslukerfið niður og mun fólk geta valið þann kost ef það telur hann henta betur.

VISA Lán er nær tilbúið í tölvu kaupmanns og því þarf lítið annað að gera en að fylla út nafn og aðrar nauðsynlegar upplýsingar um korthafa sem hyggjast notfæra sér þjónustuna. Frágangur á VISA Láninu er því einfaldur og tekur stuttan tíma. VISA Ísland lánar korthöfum sínum og ákveður vexti og annan kostnað ólíkt því sem við á með raðgreiðslulánum en þá ákveður kaupmaður vextina, enda er það hann sem lánar. Þegar VISA Lán eru notuð í viðskiptum semja kaupandi og seljandi um tímalengd, en að öðru leyti sér VISA um málið. Kaupandinn fær síðan greiðslufirlit þar sem fram kemur hver er mánaðarleg greiðslubyrði hans af láninu, að öðru leyti en því að um breytilega vexti er að ræða. Skuldaviðurkenning er því næst undirrituð og

upplýsingar um samninginn fara rafrænt inn í VISA kerfið, sem síðan greiðir kaupmanni út andvirði samnings á öðrum degi.

Lánstími VISA Lána er minnst 3 mánuðir og lengst 3 ár. Öll vara og þjónusta sem greidd er með VISA Láni er á staðgreiðsluverði hjá söluaðila. Þess ber að geta að ábyrgðartími vöru sem greidd er með VISA Láni framlengist um eitt ár og auk þess er varan tryggð frá sölustað og heim til kaupanda eða til annarra flutningsaðila. Ekki má heldur gleyma að þeir korthafar sem eru með Vildarkort VISA og Icelandair fá að sjálfsögðu veltutengda punkta af kaupunum. VISA Lán eru sem sagt enn ein nýjungin frá VISA þar sem hagar viðskiptavinanna er hafður að leiðarljósi. VISA lánin eru mun auðveldari í vinnslu fyrir kaupmenn og bera lægri vexti og minni lántökukostnað en almennt gerist á markaðinum í dag, til hagsbóta fyrir korthafa.



Bílaþjónustan ÓF



FRÍTT!

Borðaðu 5 skammta af ávöxtum og grænmeti á dag og þú færð dagskammt af vítamínunum **FRÍTT** með!

**ÞÆGILEGAR
UMBÚÐIR!**

**ÁVEXTIR:
HOLLIR
SKYNDIBITAR!**

allt hefur áhrif einkum við sjálf

Dæmi: Tveir ávextir á dag og grænmeti bæði með hádegis- og kvöldmat.
Eða: Ávöxtur að morgni, grænmetisalat með hádegismatnum, annar ávöxtur síðdegis,
hver tegundir af grænmeti með kvöldmatnum – og skammtarnir eru orðnir 5!



Hlíðarfjall
AKUREYRI



**Skíðanámskeið fyrir
fatlaða í Hlíðarfjalli**
verður haldið dagana
2. til 4. mars 2007

- Fatlaðir
- Aðstandendur
- Fagfólk
- Aðrir áhugasamir

Gleðilega hátið!



Upplýsingar og skráning: Sími 462 2280 og á www.vmi.is

Undirritaðir samstarfssamningar LS

Á undanförunum árum hefur Íþróttasamband fatlaðra notið ótrúlegs velvilja fjölda fyrirtækja og fullyrða má að án þeirra stuðnings væri starfsemi sambandsins og íþrótta fatlaðra ekki jafn blómleg og raun ber vitni.

Nokkur þessara fyrirtæka hafa skrifað undir langtíma-samstarfssamninga við ÍF á meðan önnur hafa stutt við starfsemi sambandsins vegna einstakra verkefna sem fram hafa farið.

Aðalsamstarfsaðilar Íþróttasambands fatlaðra fyrir Ólympíumótið í Peking 2008 eru Rúmfatalagerinn, KB-banki, VISA, Össur og Icelandair en

aðrir samstarfs- og styrktaraðilar Actavis, Flugfélag Íslands, Ost- og smjörösalan, Olís, Sjóvá, Radisson SAS Hótel Saga og Icepharma.

Endurnýjaðir voru samstarfs- og styrktarsamningar fyrir árið 2006 við Sjóvá og Olís auk þess sem Íþróttasamband fatlaðra og Landsteinar Strengur hafa undirritað samning um gjöf fyrirtækisins á Microsoft Dynamics NAV bókhaldskerfinu

ásamt þjónustu við kerfið. Óhætt er að fullyrða að Microsoft Dynamics NAV henti vel þörfum sambandsins auk þess sem góð reynsla er komin á kerfið á íslenskum markaði.

Aðalstyrktaraðili Special Olympics á Íslandi er Glitnir auk þess sem vert er að minnst raunarlegs stuðnings Pokasjóðs til starfsemi Sumarbúða ÍF undanfarin ár.



Landsteinar Strengur

Kynning á boccia á Íslandi

Boccia-íþróttin er fjölmennasta íþróttagreinin sem stunduð er meðal fatlaðra og eldri borgara hér á landi og er uppruni hennar rakinn allt aftur til Forn-Egypta.

Á Íslandi er leikurinn spilaður innanhúss á velli sem er 10 x 6 metrar og keppnisform er tvíþætt. Annars vegar er einstaklingskeppni þar sem tveir keppa. Hver liðsmaður er með sex bláa og sex rauða bolta sem eru gerðir úr mjúku leðri og fylltir með plastkúlum. Kastreitir er 2m á breidd. Í sveitakeppni eru sex keppendur, þrír í hvoru liði og hefur hver keppandi tvo bolta og 1m kastreit. Mikið fatlaðir nota hjálparkæki, sérhannaða rennu en einnig er alltaf aðstoðarmaður með keppendum í rennuflokk.

Allir leikir hefjast á því að hvítri markúlu er kastað út á völlinn

og leikurinn snýst um að koma boltanum sem næst markkúlu.

Boccia er spilað bæði sem keppnisíþrótt og til skemmtunar um allan heim og er útfærsla leiksins mismunandi eftir löndum og ólíkar gerðir af kúlum eru notaðar. Fleiri leikir, sem líkjast boccia, eru vinsælir og fara fram

að mestu utanhúss. Stálkúlur eru notaðar í Frakklandi og mörgum öðrum Evrópulöndum, tré- og plastkúlur eru notaðar á Ítalíu og í Ameríku. Sumstaðar er spilað á sandi eða inni á gervigrasi. Þeir sem hafa farið til sólarlanda hafa örugglega séð fólk á ströndinni vera að spila þennan leik.



Heimsmeistaramót - alþjóðleg mót

Íslenskt afreksfólk úr röðum fatlaðra hefur undanfarna mánuði tekið þátt í ýmsum alþjóðlegum mótum. Þátttaka í mótum þessum gaf keppendum tækifæri til þess að ná tilskyldum lágmörkum fyrir Heimsmeistaramót fatlaðra í borðtennis, frjálsum íþróttum og sundi sem og að nýttast sem undirbúningur fyrir þátttöku í þeim.

Heimsmeistaramót fatlaðra í sundi fór fram í Durban í Suður-Afríku 2. – 8. desember s.l. Með það að markmiði að ná tilskyldum lágmörkum fyrir mótið í Suður-Afríku tóku 14 íslenskir sundmenn í júnímánuði sl. þátt í opna breska sundmeistaramótinu. Þar að auki var mótið liður í undirbúningi fyrir Evrópumeistaramót þroskaheftra sem fram átti að fara í Búdapest í Ungverjalandi um miðjan ágúst.

Alls unnu íslensku keppendurnir til 6 gull-, 5 silfur- og 5 bronsverðlauna auk þess að setja 6 Íslandsmet og eftir mótið var ljóst að þrír sundmenn höfðu náð lágmörkum fyrir Heimsmeistaramótið í Durban, þau Kristín Rós Hákonardóttir, Sonja Sigurðardóttir og Eypór Þrastarson.

Á ofangreindu Evrópumeistaramóti þroskaheftra stóðu íslensku keppendurnir, þau Hulda Hrönn Agnarsdóttir og Jón Gunnarsson sig með stakri þrýði. Jón bætti sína persónulegu tíma í 2 greinum og fékk 1 silfur í 400 m fjórsundi en Hulda bætti sína tíma í öllum þeim greinum sem hún tók þátt í og fékk síðan 1 brons í 50 m baksundi.

Í nóvemberbyrjun tóku íslenskir sundmenn síðan þátt í opna sænska meistaramótinu þar sem fjórtán Íslandsmet voru slegin og ágætis árangur náðist í mörgum greinum.

Í frjálsum íþróttum tóku þeir Jón Oddur Halldórsson og Baldur Ævar Baldursson þátt í opna þýska frjálsíþróttamótinu sem fram fór í Leverkusen í lok ágúst en mótið var liður í

undirbúningi keppenda fyrir Heimsmeistaramótið sem fram fór í Assen í Hollandi viku síðar. Eins og við var að búast stóðu þeir félagar sig með miklum ágætum enda báðir í fremstu röð í heiminum í sínum flokkum, Jón Oddur í flokki T35 og Baldur Ævar í flokki F37. Þannig sigraði Jón Oddur í sínum greinum, þ.e. í 100 m og 200 m hlaupi og Baldur Ævar í kúluvarpi auk þess að hafna í öðru sæti í langstökki og setja nýtt Íslandsmet með 5,22 m stökki.

Frá Þýskalandi héldu þeir Jón Oddur og Baldur Ævar til keppni á Heimsmeistaramóti fatlaðra í frjálsum íþróttum sem fram fór 2. – 10. september sl. Á mótinu hlaut Jón Oddur bronsverðlaun í 100 m hlaupi en dróst vegna meiðsla út úr keppni í 200 m hlaupi í sameinuðum flokki T35/36. Baldur Ævar keppti í langstökki og kúluvarpi og endaði í sjötta sæti langstökskeppninnar og í áttunda sæti kúluvarpskeppninnar, varpaði kúlunni 10,83 m sem er nýtt Íslandsmet.

Heimsmeistaramót fatlaðra í

borðtennis fór fram í Montreux í Sviss dagana 22. september – 2. október sl. og meðal þátttakenda þar var Jóhann Rúnar Kristjánsson. Keppendur á mótinu, um 350 talsins, komu frá 50 löndum og af þeim tóku um 200 þátt í sitjandi flokkum C1 - C5 og um 150 í standandi flokkum C6 - C10. Í opnum flokki C1 - C5 tapaði Jóhann Rúnar fyrir tékkneskum mótherja 3 : 1 en sá skipaði fyrir mótið 15. sæti í flokki C2 á styrkleikalista IPTTC, (Alþjóðaborðtennisnefndar IPC). Í riðlakeppninni voru sex riðlar í hverjum flokki með þremur keppendum í hverjum riðli og komst einn keppendanna áfram upp úr riðlinum. Mótherjar Jóhanns Rúnar í hans riðli í flokki C2 voru ofangreindur Tékki auk Fransmanns sem skipaði 2. sætið á styrkleikalistanum. Vann Jóhann Rúnar í riðlakeppninni hinn tékkneska mótherja sinn en tapaði síðan naumlega fyrir þeim franska. Þrátt fyrir að Jóhann Rúnar hafi ekki komist upp úr riðlinum má hann vel við þennan árangur una og sýnir enn



og aftur að hann getur á góðum degi unnið hvaða andstæðing sem er, hvort heldur sá er framar eða aftar en hann á styrkleikalista IPTTC. Eftir mótið skipar Jóhann Rúnar 18. sæti styrkleikalistans en 16 efstu menn listans öðlast þátttökurétt á Ólympíumótinu 2008.

Til þess að öðlast þátttökurétt á Ólympíumóti fatlaðra þurfa keppendur að ná þeim lágmörkum sem tilskilin eru af hálfu mótshaldara í Peking. Ólíkt kröfum IOC (Alþjóða-ólympíunefndarinnar), sem a.m.k. í sumum íþróttagreinum heimilar einstaklingum að

reyna við tilskilin lágmörk fram að leikunum, úthlutar IPC (Alþjóðaólympíuhreyfing fatlaðra), hverju landi „kvóta“. „Kvóta“ þessum er úthlutað með tilliti til árangurs einstaklinga í þeim álfa- og heimsmeistaramótum sem haldin eru í hverri íþróttagrein, þremur árum fyrir Ólympíuárið sjálft. Þannig ávinna þeir einstaklingar sem keppa til úrslita í hverri íþróttagrein á álfa- eða heimsmeistaramóti viðkomandi landi keppnisrétt á næsta Ólympíumóti. Þessi keppnisréttur er því ekki til handa einstaklingi heldur landi, sem síðan velur keppendur sem

tilskildum lágmörkum hafa náð og best standa sig miðað við áunninn „kvóta“ landsins. Með verðlaunasæti sínu á Heimsmeistaramóti fatlaðra í frjálsum íþróttum er því ljóst að Jón Oddur er búinn að ávinna Íslandi þátttökurétt á mótinu í Peking en Baldur Ævar verður áfram að reyna við þau lágmörk sett verða. Vonandi ávinna síðan íslensku sundmennirnir Íslandi stærri „kvóta“ þannig að myndarlegur hópur keppnisfólks haldi til Ólympíumótsins í Peking 2008.

Norrænt barna- og unglingamót 2007

Norrænt barna- og unglingamót fatlaðra verður haldið á Íslandi dagana 29. júní til 6. júlí 2007. Mótin eru haldin annað hvert ár til skiptis á Norðurlöndunum, en Ísland stóð að framkvæmd þeirra 1985 í Reykjavík og 1995 í Garðabæ.

Keppt verður í borðtennis, sundi og frjálsum íþróttum og verður mótið haldið í íþróttamannvirkjunum í Laugardal í Reykjavík en áætlað er að fjöldi þátttakenda (keppenda, fararstjóra, þjálfara og aðstoðarmanna) verði 130-180 manns.

Þátttakendur á þessum mótum eru á aldrinum 12-16 ára og hefur val miðast við að 5

þátttakendur séu hreyfihamlaðir, 5 heyrnarlausir / skertir, 5 þroskaheftir og 5 blindir/sjónskertir. Undanþága er þó veitt frá þessari reglu.

Hér á landi er valið úr tilnefningum aðildarfélaga ÍF auk þess sem reynt er að finna „nýja“ iðkendur úti um land sem ekki hafa fengið tækifæri til þátttöku í íþróttum.

Þetta mót er ekki eingöngu keppni heldur er lagt mikið upp úr félagslega þættinum þar sem farið verður í leiki, útsýnisferðir og haldnar kvöldvökur en af þessum mótum hafa einstaklingar komið heim með meiri reynslu og þekkingu á sjálfum sér og sinni getu ásamt því að kynnst erlendum börnum í svipuðum aðstæðum. Þetta mót hefur oftast en ekki orðið til þess að þessir einstaklingar fái aðra sýn á hvað þeir geta gert og hvað þeir vilja í framtíðinni, jafnt í íþróttum sem og öðru sem þeir taka sér fyrir hendur.



Afreksfólk ÍF

Þrátt fyrir að mót þetta hafi félagslegu hliðina að leiðarljósi hefur flest af okkar afreksfólki stigið þar sín fyrstu spor í íþróttum, s.s. Kristín Rós Hákonardóttir, Gunnar Örn Ólafsson, Haukur Gunnarsson, Geir Sverrisson, Ólafur Eiríksson, Sigrún Huld Hrafnadóttir, Jón Oddur Halldórsson o.fl. Nýjustu einstaklingarnir er úr þessum ranni koma eru þau Sonja Sigurðardóttir og Eypór Prastarson sem náð hafa lágmörkum fyrir Heimsmeistaramót fatlaðra í sundi sem fram fór í Suður-Afríku nú í desembermánuði.



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Tannlæknastofa Halldórs Sigþórssonar, Austurvegi 44
Tölvutak ehf, Eyravegi 27
Veisluþjónusta Suðurlands ehf, Eyravegi 49
Verkfræðistofa Suðurlands ehf, Austurvegi 3-5
Vélaþjónusta Ingvars, Gagnheiði 45

Hveragerði

Garðyrkjustöð Ingibjargar, Heiðmörk 38
Grunnskólinn í Hveragerði, Skólamörk 6
Heilsustofnun NLFÍ www.hnlf.is, Grænumörk 10
Hveragerðisbær, Sunnumörk 2
Hveragerðiskirkja, Bröttuhlíð 5
Kjörís ehf, Austurmörk 15
Litla kaffistofan, Svínahrauni
Sport-Tæki ehf, Austurmörk 4

Þorlákshöfn

Auðbjörg ehf, Hafnarskeiði 17-19
Fagus ehf, Unubakka 18-20
Frostfiskur ehf, Hafnarskeiði 6
Grunnskólinn í Þorlákshöfn

Stokkseyri

Við fjöruborðið, Eyrarbraut 3a

Hella

Fannberg ehf, Þrúðvangi 18
Ferð og Saga ehf, Hrafnóftum 1
Hótel Rangá, Suðurlandsvegi
Kvenfélag Oddakirkju
Kvenfélagið Sigurveg
Sólfugl ehf, Heiðvangi 6

Hvolsvöllur

Fylkir, vörubílstjórastofa, Eystri-Torfastöðum 1
Héraðsbókasafn Rangæinga, Vallarbraut 16
Holtsprestakall, Holti
Ingibjörg Marmundsdóttir, Norðurgarði 8
Krappi ehf, byggingaverktakar, Ormsvöllum 5
Kvenfélagið Bergþóra, Vestur-Landeyjum
Rangárþing eystra, Hlíðarvegi 16
Tjaldstæði Skógarfoss

Vík

Mýrdalshreppur, Austurvegi 17

Kirkjubæjarklaustur

Kvenfélag Skaftártungu, Ljótastöðum
Tjaldstæðið Kirkjubæ 2, Vestur-Skaftafellssýslu

Vestmannaeyjar

Bergur ehf, Pósthólf 236
Eyjablikk ehf, Flötum 27
Frár ehf, Hásteinsvegi 49
Grunnskóli Vestmannaeyja, Skólavegi 38-40
Höllin Vestmannaeyjum, Brekkugötu 11
Ísfélag Vestmannaeyja hf, Strandvegi 28
Íþróttabandalag Vestmannaeyja,
Félagsheimilinu við Heiðarveg
Karl Kristmanns, umboðs- og heildverslun,
Ofanleitisvegi 15-19
Narfi ehf, Strembugötu 8
Siglingatæki sf, Illugagötu 52b
Skattstofa Vestmannaeyja, Heiðarvegi 15
Skýlið, Friðarhöfn
Vélaverkstæðið Þór ehf, Norðursundi 9
Vöruval ehf, Vesturvegi 18

REHBAND



HITAHLÍFAR @ SPELKUR



Við styðjum þig

Trönuhrauni 8 • Hafnarfjörður • Sími 565 2885 • www.stod.is

Evrópuráðsfundur og Evrópuráðstefna Special Olympics

Fundur Evrópuráðs Special Olympics, EEAC var haldinn dagana 22. – 23. nóvember í Tallinn í Eistlandi. Anna Karólína Vilhjálmsdóttir, framkvæmdastjóri Special Olympics á Íslandi, hefur verið fulltrúi í Evrópuráði EEAC frá árinu 2001 og var kjörin varaformaður ráðsins í Tallinn í nóvember.

Hlutverk EEAC „European Eurasia Advisory Council“ er að vera ráðgefandi við skrifstofu Special Olympics í Brussel varðandi stefnumál Special Olympics í Evrópu og tengiliður Evrópu við alþjóðastjórn Special Olympics. Mörg málefni lágu fyrir fundinum en m.a. var tekin fyrir umsókn frá Belgíu og Póllandi um næstu Evrópuleika Special Olympics. Fimm manna sendinefnd kom frá Belgíu vegna málsins, fulltrúar styrktaraðila og ráðgjafafyrirtækis ásamt formanni og framkvæmdastjóra Special Olympics í Belgíu. Ákveðið var að óska eftir frekari upplýsingum frá löndunum og niðurstaðan verður staðfest á fundi ráðsins í Brussel í apríl 2007.

Tækninefnd er starfandi á vegum Special Olympics í Evrópu en nefndin er ráðgefandi varðandi hverja íþróttagrein og við skipulag Evrópuleika í hverri grein. Skýrsla nefndarinnar var lögð fyrir Evrópuráðið og þar voru m.a. upplýsingar um úttekt á framkvæmd Evrópuleikanna á Ítalíu.

Evrópuráðstefna Special Olympics

Í kjölfar fundar EEAC var Evrópuráðstefna Special

Olympics haldin í Tallinn dagana 24. – 25. nóvember. Fulltrúar Íslands voru Anna Karólína Vilhjálmsdóttir og Ásta Katrín Helgadóttir, íþróttagreinastjóri Special Olympics á Íslandi í frjálsum íþróttum.

Helstu málefni ráðstefnunnar voru kynningar á fjölbreyttum verkefnum sem fram hafa farið auk þess sem kynnt voru ýmis alþjóðleg samstarfsverkefni. Samstarfsverkefni við heilbrigðis- og menntakerfið verða sífellt stærri þáttur á vegum samtakanna og sífellt meiri áhersla er lögð á samstarf vegna rannsókna og fræðistarfa. Íþróttastarfið er þó sá grunnþáttur sem starfsemin byggist á. Kynnt voru verkefni sem unnin hafa verið í þeim tilgangi að efla samstarf við alþjóðasársambönd og auka fjölbreytni í íþróttastarfinu. Spannandi samstarfsverkefni fatlaðra og ófatlaðra ungmenna voru kynnt á ráðstefnunni og kynnt var rannsókn um viðhorf þátttakenda í slíku samstarfsverkefni. Farið var yfir helstu atriði vegna alþjóðaleikanna í Shanghai 2007 en

Kínverjar munu leggja mikinn metnað í undirbúning og ætla sér að gera opunarhátíðina enn glæsilegri en opunarhátíð Ólympíuleikanna í Peking 2008! Löndunum var skipt í umræðuhópa þar sem rætt var um

fjáraflanaleiðir, gæði starfsins, samskipti við fjölmiðla og fleira. Hópstjórar skráðu niðurstöður og verða þær sendar til landanna en markmið var að safna hugmyndum og auka samvinnu milli landa. Samkvæmt þeim upplýsingum sem lagðar voru fyrir á ráðstefnunni er skráður fjöldi þátttakenda á vegum Special Olympics í Evrópu 436.000 en var um 200.000 árið 2000. Á alþjóðavettvangi eru skráðir þátttakendur yfir 2.2 milljónir.

Helstu markmið Special Olympics í Evrópu árin 2006 – 2010 eru eftirfarandi;

Að auka gæði starfsins í hverju landi

Að efla fjáraflanaleiðir í hverju landi

Að efla samstarf við fjölmiðla og kynningarstarf í hverju landi

Í lok ráðstefnunnar fór fram spennandi kjör um þrjú laus sæti í Evrópuráðinu. Fulltrúar frá Ítalíu, Tyrklandi og Uzbekistan náðu kjöri en aðeins munaði 5 atkvæðum á fulltrúa Ítalíu og Danmerkur.



Evrópuráð Special Olympics 2006

f.v. Mike Smith frkvstj. SOE; Catriona Ryan, fulltrúi íþróttafólksins; Jo Mcdaid, Írlandi; Alessandra Palazzotti, Ítalíu; Anna Karólína Vilhjálmsdóttir, Íslandi; Gulnara Zaidoca, Uzbekistan; Galina Dzurich, Hvíta-Rússlandi; Boguslaw Galazka, Póllandi og Melih Gurel, Tyrklandi. Á myndina vantar Chris frá Bretlandi auk þess sem einn fulltrúi verður skipaður í ráðið.

Íþróttafélagið Nes

Íþróttafélagið Nes á 15 ára afmæli um þessar mundir. Félagið var stofnað árið 1991 og hefur því haldið úti 15 ára blómlegri starfsemi.

Nú æfa 60-70 einstaklingar að staðaldri hjá Nesi en helstu greinar eru boccia, sund og frjálsar íþróttir og á árinu 2005 hófust formlega knattspyrnuæfingar.

Rekstur félagsins hefur gengið vel undanfarið en fjáraflanir eru í gangi allt árið og má þar nefna kaffisölu, jólakortasölu, útgáfu dagatals og fleira sem til fellur.

Nes er fyrirmyndarfélag ÍSÍ frá árinu 2004 og hefur starfað samkvæmt því. Nú starfa 3 þjálfarar hjá félaginu og eru þeir allir menntaðir íþróttifræðingar. Reykjanesbær hefur staðið vel við bakið á starfsemi Ness. Félagið fékk aðgang að félagsheimili Hestamannafélagsins Mána að Mánagrund og standa nú yfir endurbætur á kjallara hússins. Þetta mun gefa félaginu meiri möguleika á að efla allt

félagsstarf en á efri hæð hússins er stór salur sem Nes hefur afnot af eitt kvöld í viku. Þarna mun félagið eignast eigin skrifstofu og athvarf til að halda utan um alla starfsemina.

Nes hefur reynt að senda keppendur á öll helstu mót sem haldin eru á vegum ÍF og aðildarféлага síðastliðin ár. Nesarar hafa unnið til fjölda verðlauna og eiga Íslandsmeistara í ýmsum greinum og flokkum. Það hefur þó ekki skipt öllu máli þegar haldið er í keppni. Félagslegi þátturinn skiptir miklu máli í lífi fatlaðra einstaklinga og það að fá að fara í lengri eða styttri keppnisferðir gefur lífinu mikið gildi. Stjórn Ness hefur lagt upp með að sem flestir geti farið og notið sín í slíkum ferðum. Þannig hafa fylgdarmenn farið með í lengri keppnisferðir en Nes hefur einnig gert samstarfssamning við Fjölbautaskóla Suðurnesja þar sem nemendur fá einingar fyrir aðstoð á æfingum og í

keppnisferðum. Mjög gaman hefur verið að fylgjast með því hversu mikla ánægju unglingar úr Fjölbautaskólanum hafa af þessu starfi og margir velja sér nám eða starfsvettvang sem tengist fótluðum einstaklingum. Þarna fá þau oft aðra sýn á lífið. Þann 14. nóvember síðastliðinn var haldin afmælisveisla í félagsheimilinu að Mánagrund. Þar var boðið upp á kvöldverð, skemmtiatriði og dansleik. Þar var einnig kynnt skemmtiferð sem félagið er að fara þann 18. maí 2007. Stjórn félagsins hefur staðið fyrir fjáröflunum síðastliðið ár og mun gera áfram til að fjármagna ferðina. Farið verður til Liverpool og Manchester og ýmsir merkir staðir skoðaðir. Gert er ráð fyrir að í hópnum verði um 100 manns með fylgdarfólki og fararstjórn. Félagið lítur því björtum augum til framtíðar, það eru spennandi tímar framundan og mikill kraftur í öllu starfi.

Björg Hafsteinsdóttir, varqformaður Ness



Verkalýðs- og sjómannafélag Keflavíkur færði félaginu kr. 200.000.- í tilefni afmælisins.



Grétar Örvarsson, Regína Ósk og Friðrik Ómar spiluðu á dansleik að loknum kvöldverði og skemmtiatriðum og héldu uppi miklu stuði þar sem dansinn var í algleymingi.



Boðið var upp á kvöldverð og rjómatertu og kaffi í eftirrét.



Ýmis skemmtiatriði voru og þar á meðal Árni Johnsen sem var leynigestur og tók nokkur lög við mikinn fögnuð viðstaddra.

Myndir úr starfi ÍF



Sumarbúðir 2006





Íþróttamaður og íþróttakona ársins

Íþróttasamband fatlaðra hefur líkt og önnur sérsambönd ÍSÍ valið íþróttamann og konu ársins 2006. Fór tilnefningin fram á Hótel Sögu 13. desember s.l. Íþróttamaður ársins var valinn Jón Oddur Halldórsson, frjálsíþróttamaður og íþróttakona ársins var valin Kristín Rós Hákonardóttir, sundkona.

Jón Oddur Halldórsson er fæddur á Hellissandi árið 1982 og ólst upp á Hellissandi. Hann stundar nám í rafeindavirkjun við Iðnskólann í Reykjavík.

Hann hefur verið fremsti frjálsíþróttamaður ÍF síðan 2002. Jón Oddur, sem er spastískur og keppir í flokki T35, hefur keppt fyrir sitt félag, Reyni á Hellissandi, en hefur æft með frjálsíþróttadeild Ármanns frá 2005 undir daglegri stjórn Stefáns Jóhannssonar en yfirumsjón hafði Kári Jónsson, landsliðsþjálfari ÍF í frjálsum.

Í ár var Jóni Oddi, líkt og Kristínu Rós Hákonardóttur, boðin þátttaka í Visa Paralympic Cup en til mótsins var stofnað til að bjóða fötluðum afreksíþróttamönnum upp á hágæða keppni á árunum milli Ólympíumóta sem haldin eru á fjögurra ára fresti. Á mótinu sigraði Jón Oddur í 200 m hlaupi og hafnaði í öðru sæti í 100 m hlaupi. Þá sigraði Jón Oddur fjórða árið í röð bæði í 100 og 200 m hlaupi í sínum flokki á Opna breska meistaramótinu. Jón Oddur hafnaði síðan í þriðja sæti í 100 m hlaupi á Heimsmeistaramóti fatlaðra í frjálsum íþróttum sem fram fór í Assen í Hollandi og ávann Íslandi þannig þátttökurétt á Ólympíumótinu sem fram fer í Peking 2008.

Á heimsafrekalistanum (IPC) er Jón Oddur í þriðja sæti í 100 m hlaupi á eftir Fu Xin Han frá Kína og Heims- og ólympíumeistarann Mokgalagadi frá Suður-Afríku. Í 200 m hlaupi skipar Jón Oddur fyrsta sæti heimsafrekalistans en næstur á eftir honum er Mokgalagadi frá Suður-Afríku.

Árangur Jóns Odds á árinu 2006

Árangur Jóns Odds árið 2006 hefur verið með eindæmum góður og er það er ekki síst að þakka þrotlausum æfingum hans og óbilandi viljastyrk, þó svo að meiðsl hafi háð honum seinni hluta sumars. Í febrúar tók Jón Oddur þátt í Íslandsmóti ÍF í frjálsum íþróttum innanhúss og sigraði þar í 200 m hlaupi og hafnaði í öðru sæti í 60 m hlaupi í sameinuðum flokkum T35 – T37.

Í marsmánuði hafnaði Jón Oddur í fimmta sæti í 60 m hlaupi í sameinuðum flokki T35-T36 á fyrsta Heimsmeistaramóti fatlaðra innanhúss sem fram fór í Bollnäs í Svíþjóð.

Í maí var Jóni Oddi boðin þátttaka í Visa Paralympic Cup en til mótsins var boðið öllum bestu íþróttamönnum heims úr röðum fatlaðra. Á mótinu sigraði Jón Oddur í 200 m hlaupi á tímanum 28,8 sek og hafnaði í öðru sæti í 100 m hlaupi á 13,77 sek.

Í júní tók Jón Oddur þátt í Opna breska frjálsíþróttamótinu og þar sigraði hann enn og aftur fyrrverandi heims- og ólympíumeistarann Lloyd Upsdell í 100 m hlaupi á tímanum 13,48 sekúndum og í 200 m hlaupi á tímanum 27,83 sekúndum.

Í ágúst sigraði Jón Oddur í 100 m hlaupi á opna þýska frjálsíþróttamótinu. Hljóp hann á tímanum 13,90 sekúndum en mótið í Þýskalandi var lokaundirbúningur fyrir Heimsmeistaramótið í frjálsum íþróttum.

Í september tók Jón Oddur síðan þátt í Heimsmeistaramóti fatlaðra í frjálsum íþróttum sem fram fór í Assen í Hollandi. Hafnaði hann þar í þriðja sæti í 100 m hlaupi á tímanum 13,58 sek.



Kristín Rós Hákonardóttir er fædd árið 1973 og ólst upp í Reykjavík. Hún er grafískur hönnuður að mennt og starfar nú sem kennari við Víkurskóla.

Hún á að baki langan og glæsilegan íþróttuferil og hefur á undanförunum árum verið ókrýnd sunddrottning heimsins í sínum flokki en Kristín Rós keppir í flokki hreyfihamlaðra S7. Kristín Rós hóf að æfa sund árið 1982 með Íþróttafélagi fatlaðra í Reykjavík og meðal þjálfara hennar þar og í öðrum sundfélögum og deildum hafa verið Erlingur Jóhannsson, Inga Maggý Stefánsdóttir, Ingi Þór Einarsson, Kristín Guðmundsdóttir, Mark Taylor, Ólafur Þór Gunnarsson o.fl.

Í ár var Kristínu Rós, líkt og Jóni Oddi Halldórssyni, boðin þátttaka í Visa Paralympic Cup. Á mótinu keppti Kristín í 50 m skriðsundi og hafnaði í 2. sæti ásamt því að setja nýtt Íslandsmet. Á HM fatlaðra í sundi sem fram fór í Durban í Suður-Afríku í desemberbyrjun hlaut Kristín Rós tvenn bronsverðlaun í 100 m baksundi og í 100 m bringusundi og ávann Íslandi þannig þátttökurétt á Ólympíumótinu sem fram fer í Peking 2008.

Árangur Kristínar Rósar árið 2006

Á árinu keppti Kristín Rós í fjölmörgum mótum á erlendri grund til undirbúnings fyrir Heimsmeistaramót fatlaðra í sundi. Kristín Rós hafnaði í 1. sæti í öllum þeim greinum sem hún tók þátt í á Íslandsmótum ÍF í 25 og 50 m sundi ásamt því að sveit ÍFR, sem Kristín Rós keppti fyrir á Bikarkeppni ÍF í sundi, hafnaði í 3. sæti.

Í marsmánuði vann Kristín Rós til tvennra gullverðlauna, fernra silfurverðlauna og einna bronsverðlauna á opna danska sundmeistaramótinu sem fram fór í Esbjerg.

Í maí var Kristínu Rós boðin þátttaka í VISA Paralympic Cup en til mótsins var boðið öllum bestu íþróttamönnum heims úr röðum fatlaðra. Á mótinu keppti Kristín í 50 m skriðsundi og hafnaði í 2. sæti ásamt því að setja nýtt Íslandsmet. Einnig keppti hún í 100 m skriðsundi í opnum flokki þar sem allir fötlunarflokkar tóku þátt en í þeirri grein komst Kristín ekki í úrslit.

Á opna breska sundmeistaramótinu, sem fram fór í Sheffield í Englandi í júlímánuði, sigraði Kristín Rós í fjórum greinum, 100 m bringusundi, 50 m

skriðsundi, 100 m baksundi og 100 m skriðsundi auk þess að vinna til silfurverðlauna í 50 m skriðsundi og bronsverðlauna í 100 m bringusundi.

Í byrjun nóvember tók Kristín Rós þátt í opna sænska sundmeistaramótinu og sigraði í öllum þeim greinum sem hún tók þátt í.

Á Heimsmeistaramóti fatlaðra sem nú er nýlokið og fram fór í Durban í Suður-Afríku vann Kristín Rós til bronsverðlauna í 100 m baksundi og 100 m bringusundi auk þess að hafna í 6. sæti í 100 m skriðsundi og í 4. sæti í 50 m skriðsundi.

Met: Kristín Rós á Íslandsmet í öllum þeim sundgreinum sem keppt er í í hennar flokki. Þá á hún heimsmet í 25 m braut í 100 og 200 m baksundi og 50, 100 og 200 m bringusundi og í 100 m fjörsundi. Einnig heimsmet í 50 m braut í 100 og 200 m baksundi.



Njóttum þess að borða hollt!



Trefjaríkar



Stökkar flögur



Úr heilu korni



Minni sykur



Heilsukolvetni
(Pre-biotic)



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.



Guðrúnarbikarinn 2006

Guðrúnarbikarinn er bikar sem gefinn var árið 2000 af Össuri Aðalsteinssyni til minningar um eiginkonu hans, Guðrúnu Pálsdóttur.

Reglur:

Handhafi hans skal valinn ár hvert af stjórn Íþróttasambands fatlaðra.

Bikarinn skal afhendast árlega við það tilefni sem stjórn ÍF ákveður og verður því farandbikar, þar sem á verður áletrað nafn handhafa.

Bikarinn skal afhendast konu þeirri sem hefur starfað sérlega vel í þágu fatlaðs íþróttafólks.

Bikarinn má afhenda fyrir störf að þjálfun, félagsstörfum eða öðrum þeim verkefnum sem talin eru hafa stuðlað að bættum hag fatlaðs íþróttafólks á árinu.

Bikarinn skal afhendast árlega í 10 ár en eftir það skal hann varðveitast hjá Íþróttasambandi fatlaðra.

Handhafi Guðrúnarbikarsins 2006

Íþróttasamband fatlaðra, nýtur aðstoðar aðildarfélaga sinna, við val á þeirri konu sem hljóta skal Guðrúnarbikarinn. Eftir að tilnefningar höfðu borist fyrir árið 2006 komst stjórn ÍF að eftirfarandi niðurstöðu:

Guðrúnarbikarinn 2006, hlýtur Valgerður Hróðmarsdóttir

Valgerður Hróðmarsdóttir er einn af stofnendum Íþróttafélagsins Fjarðar í Hafnarfirði. Foreldrar fatlaðra barna í Hafnarfirði voru helstu hvatamenn að stofnun félagsins en Valgerður á tvo fatlaða syni. Hún sat í fyrstu stjórn félagsins og var gjaldkeri félagsins í 12 ár. Eftir að hún hætti í stjórn félagsins hefur hún haldið áfram að sinna verkefnum fyrir félagið og hefur allt frá upphafi tekið virkan þátt í íþrótt- og félagsstarfi Fjarðar. Hún hefur verið fararstjóri og þjálfari á vegum ÍF á leikum Special Olympics erlendis og á norrænu barna og unglingamóti. Þá hefur hún verið fararstjóri á vegum Íþróttafélagsins Fjarðar á fjölmörgum mótum og er einn helsti máttarstólpi félagsins.

Valgerður hefur verið sérlega góður liðsmaður og tilbúin til aðstoðar hvenær sem til hennar er leitað og hennar framlag til íþróttahreyfingar fatlaðra er mikils virði.

Stjórn Íþróttasambands fatlaðra, telur að Valgerður Hróðmarsdóttir sé mjög vel að því komin að hljóta Guðrúnarbikarinn 2006.

Texti: Anna K. Vilhjálmsdóttir, framkvæmdastjóri útbreiðslusviðs ÍF



Styrktarsjóður til minningar um Axel Gunnlaugsson

Skíðasleði fyrir hreyfihamlaða var afhentur Íþróttasambandi fatlaðra í hófi ÍF á Hótel Sögu 13. desember. Stóllinn var fjármagnaður af styrktarsjóði sem settur var á fót til minningar um Axel Gunnlaugsson sem lést árið 2005. Fjölskylda Axels ákvað að stofna þennan sjóð þar sem markmiðið væri að safna fyrir tækjum til vetraríþróttar fyrir hreyfihamlaða en Axel hafði mjög mikinn áhuga á vetraríþróttum. Eftir að Axel fatlaðist kynntist hann skíðasleðum fyrir hreyfihamlaða en það veitti honum tækifæri til að halda áfram skíðaiðkun og það var honum hjartans mál að fleiri hreyfihamlaðir gætu nýtt slík tækifæri. Móðir Axels, Jónína Nielsen, afhenti formanni ÍF, Sveini Áka Lúðvíkssyni, stólinn.

Íþróttasamband fatlaðra þakkar innilega þessa ómetanlegu gjöf.



Foreldrar og börn Axels Gunnlaugssonar við afhendingu skíðasleðans.

Jólakortið 2006



Íþróttasamband fatlaðra hefur gefið út jólakort til styrktar íþróttastarfi fatlaðra á Íslandi. Að þessu sinni prýðir kortið mynd tekin af Vigfúsi Birgissyni.

Antik- & útsölumarkaður

Höfum opnað markað að
Skúlagötu 65,
gengið inn Vitastígsmegin.

Mikið úrval af húsgögnum,
ljósakrónum, lömpum, pelsum,
fatnaði, matar- og kaffistell
og allt milli himins og jarðar!

Opið frá kl. 14-17
lokað á mánudögum

Sími 552 2888



- vinsælasta viðbítið



Samstarfsaðilar Íþróttasambands fatlaðra

Aðal samstarfsaðilar



Aðrir samstarfsaðilar



www.isisport.is/if



GEFÐU FRÍ Í JÓLAGJÖF

Komdu virkilega á óvart um þessi jól. Flugferð með Icelandair til Evrópu eða Bandaríkjanna er besti jólapakkinn í ár.

+ Pantaðu jólapakkann á www.icelandair.is

Evrópa	24.900 kr.*
Bandaríkin	34.900 kr.*
Saga Class Evrópa	49.900 kr.*
Saga Class Bandaríkin	54.900 kr.*

*Skattar eru innifaldir í verði.

**Einungis fyrir handhafa
Vildarkorta VISA og Icelandair.**

Evrópa	29.900 punktar**
Bandaríkin	43.900 punktar**

**Greiða verður flugvallarskatta (Evrópa 8.200 kr., USA 13.200 kr.)

20% barnaafsláttur gildir í almennu farrými.

Safnaðu
Vildarpunktum

VISA

WWW.ICELANDAIR.IS

Sölutímabil er til 24. des. 2006 kl. 18:00. Bókunartímabil er til og með 26. jan. 2007. Ferðatímabil er frá 10. jan.-31. maí 2007 á alla staði nema Gautaborg, Bergen, Halifax sem er til 15. júní. Tilboðið gildir til allra áfangastaða nema Orlando og Salzburg. Lágmarksdvöl er aðfaranótt sunnudags. Takmarkað sætaframboð. Sjá nánari skilmála á www.icelandair.is. Þessar ferðir gefa 3.000 til 12.400 Vildarpunkta. Jólapakkarnir fást líka á söluskrifstofum Icelandair og í Fjarsölu í síma 50 50 100.