

HVATI

TÍMARIT ÍÞRÓTTASAMBANDS FATLAÐRA

SPECIAL OLYMPICS
LOS ANGELES 2015

LAW ENFORCEMENT RUN



Stofnað 17. maí 1979



ÍÞRÓTTAFÓLK
ÁRSINS

STÆRSTI
SIGURINN
ER AÐ
VERA
MEÐ



Velkomin á Svefnloftið!

Svefnloftið er ný og spennandi deild í Rúmfatalagernum

Svefnloftið sérhæfir sig í gæðarúmum á góðu verði.

Sofðu skynsamlega

Það er afar skynsamlegt að sofa í góðu rúmi en ekki að borga of mikið fyrir það. Svefnloftið er með eitt breiðasta dýnuúrval landsins; allt frá ódýrum til hágæða skandinavískra heilsurúma með 25 ára ábyrgð og 100 daga skilarétti.



Við erum sérfræðingar í rúmum.

Láttu sérfræðingana okkar aðstoða þig við að finna rétta rúmið.

hoie
OF SCANDINAVIA

TEMPRAKON
mattenginn álga

Duniopillo

 **RÚMFATA
LAGERINN**
HERBERGID • BADIÐ • HEIMILIÐ

HVATI/ EFNISYFIRLIT **DESEMBER 2015**

- 5** ÁVARP FORMANNS — SVEINN ÁKI LÚÐVÍKSSON
- 7** ÁVARP GESTS — LÁRUS BLÖNDAL, FORMAÐUR ÍSÍ
- 9** „HÉR ER ÉG EINN AF HÓPNUM” —SPECIAL OLYMPICS LA
- 12** LAW ENFORCEMENT TORCH RUN
- 16** FRÁ SJÓNARHÓLI AÐSTANDENDA
- 19** FRÁ SJÓNARHÓLI ÞJÁLFA
- 21** SIGURFÖR FYRIR SJÁLFSMYNDINA
- 23** HEIMSÓKN FRÁ RÚMENÍU
- 26** ÍSLANDSLEIKAR SPECIAL OLYMPICS Í KNATTSPYRNU
- 27** YAP Á ÍSLANDI - HEILSULEIKSKÓLINN HÁALEITI
- 28** ÍÞRÓTTAFÓLK ÁRSINS - HELGI OG THELMA
- 31** HVATAVERÐLAUNIN 2015
- 31** SEX ÍSLANDSMET Í ÁSVALLALAUG
- 33** 35 ÁR FRÁ AFREKUM SIGURRÓSAR
- 35** PARALYMPICS Í RÍÓ - 7.-18. SEPTEMBER 2016
- 37** SKYLMINGAR FATLAÐRA Á ÍSLANDI - NÁMSKEIÐ EFTIR ÁRAMÓT
- 37** ÞORSTEINN FYRSTUR ÍSLENDINGA Á HM Í BOGFIMI
- 38** BIKARMÓT ÍF Í SUNDI
- 40** PARALYMPICS-DAGURINN HALDINN Í FYRSTA SINN
- 43** KRISTÍN FÓR Á KOSTUM Á ÍTALÍU
- 44** KOSTNAÐUR VEGNA AFREKSÍÞRÓTTA Á ÍSLANDI
- 49** SILFUR OG BRONS Á HEIMSMEISTARAMÓTUM TÍMABILSINS
- 50** ÍSLANDSMÓT Í EINLIÐALEIK BOCCIA
- 53** SUMARBÚÐIR ÍÞRÓTTASAMBANDS FATLAÐRA Í 30 ÁR
- 54** ÖSSUR STYRKIR ÍF
- 55** CAMILLA SÆMD HEIÐURSKROSSI ÍSÍ
- 55** PÁLMI PÁLMASSON SIGURVEGARI Á MINNINGARMÓTI HARÐAR BARÐDAL



Útgefandi: Íþróttasamband fatlaðra Íþróttamiðstöðinni Laugardal,
104 Reykjavík Sími: 514 4080 · Fax: 514 4081 Netfang: if@ifsport.is
Myndasíða ÍF: www.123.is/if
Ritstjóri: Sveinn Áki Lúðvíksson
Pennar: Anna Karólína Vilhjálmisdóttir, Jón Björn Ólafsson,
Ólafur Magnússon og fleiri.
Forsíðumynd: Guðmundur Sigurðsson LETR
Myndir: Jón Björn Ólafsson, Anna Karólína Vilhjálmisdóttir og fleiri
Umbrot: Halldór Högurður, mafia.is
Prentun: Formprent

Íþróttasamband fatlaðra (ÍF) var stofnað 17. maí 1979. ÍF er eitt af sér-
samböndunum innan Íþrótt- og Ólympíusambands Íslands (ÍSÍ), en
hlutverk ÍF er að vinna að eflingu íþróttastarfsemi fatlaðra og að koma
fram erlendis í því sambandi.

VIÐ STYÐJUM ÍÞRÓTTASAMBAND FATLAÐRA

101 Hótel • A. Margeirsson • Aðalmálun • Aðalverkstæðið • Aðalvík ehf • Algild hönnun og Aðgengi • ArcticLAS • ARGOS-Arkitektastofa
Arka heilsuvörur • Arkitektastofan OG • Atorka, verktakar og vélaleiga • Auðmerkt ehf • Augað • Austur-Indíafélagið • Áman • ÁM-ferðir • Árbæjarapótek
ÁTVR Vínubúðir • B M Vallá • Balletskóli Sigríðar Ármann • BBA/Legal • Bifreiðaverkstæði Svans • Birgisson • Bílamálun Halldórs Þ Nikulássonar
Bilasmiðurinn • Bílaumboðið Askja • Blaðamannafélag Íslands • Blikksmiðja Reykjavíkur • Boreal travel • Boreal, ferðaþjónusta • Bókavirkið
Bókhaldsstofa Arnar Ingólfssonar • Bókhaldsþjónustan Vík • Bólsturverk • Brauðhúsið • Brekkuborg • Brimdal • Brú fasteignasala • BSRB
Búálfurinn sportbar • Casino • Danica sjávarafurðir • Dansport • Drífa efnalaug og þvottahús • Dýralæknastofa Reykjavíkur • Efnamóttakan
Eggert Kristjánsson • Eignamiðlunin • Eignaumsjá • Endurskoðun og reikningsskil • Engo verkefni • Ernst & Young • Esju-Einingar • Fasteignakaup
Fastus • Ferill, verkfræðistofa • Félag skipstjórnarmanna • Félagsbústaðir • Fiskmarkaðurinn • Finka, málningarverktakar • Fjárfestingamiðlun Íslands
Fjárhald • Formprent • Fraktflutningar • G S Export • G.Á. verktakar • Garðmenn • Garðs Apótek • Gáski sjúkrahjálfun • GB Tjónaviðgerðir
Geiri, umboðs- og heildverslun • Gjögur • Gjörvi • GLÁMA-KÍM arkitektar • Guðmundur Arason, smíðajárn • Guðmundur Jónasson
Gullsmíður Eyjólfur Kúld • Hafgæði • Hamborgarabúlla Tómasar - Við erum öll jöfn • Hársnyrtistofa Dóra, Langholtsvegi 128 • Hársnyrtistofan Aida
Heggur • Heimili ehf-fasteignasala • Heimsferðir • Helgason og Co • Henson sports • Hereford Steikhús • Herrafataverslun Birgis • HGK • Hitastýring
Hljóðbók.is-hljóðvinnslan • Hnefaleikastöðin • Hótel Frón • Hótel Holt • Hótel Leifur Eiríksson • Hótel Lotus • Hreinsitækni • Hreyfimyndasmiðjan
Hugmót • Höfðakaffi • Iceland Guided Tours • Iðnmennt ses • Innréttingar og tæki • Intellecta • Íhlutir • Ísaga • Íslensk endurskoðun
Íslensk erfðagreining • Íþróttafélagið Fylkir • Íþrótt- og tómstundasvið Reykjavíkur • J. S. Gunnarsson • Járn og gler • Jóí útherji • K. Pétursson
K-R-S-T Lögmenn • Kaffifélagið • Kemi ehf-www.kemi.is • Kjörgarður • KOM almannatengsl • Kvika • Kvikk Þjónustan • Kælitækni • Lagnalagerinn
Landsnet hf-www.landsnet.is • Landssamband kúabænda • Landssamtök lífeyrissjóða • Lásapjónustan • Lášúsið • Le Bistro - franskur bistro & vínbar
Ljósblík rafverktakar • Loftstokkahreinsun.is • Læknasetrið ehf • Lögfræðistofa Reykjavíkur ehf • Lögmannafélag Íslands Lögmannsstofa Jóns G Briem hrl
Löndun • Margt smátt • Málrameistarar • Meba-Rhodium • Mecca Spa • Mennta- og menningarmálaráðuneytið • Menntaskólinn við Hamrahlíð
Merkismenn • Morgunblaðið • Myconceptstore • Nasdaq verðbréfamíðstöð • Núi-Síríus • Nýi öskuskólinn • Nýsköpunarsjóður atvinnulífsins
Orka • Orkuvirki • Ortis tannréttingar • Ó. Johnson & Kaaber • Ólafur Þorsteinsson • Pálmar • Pétur Stefánsson • Pixel • Prentsmiðjan Leturprent
Promennt • Pökkun og flutningar • R3-Ráðgjöf • Rafey • Rafha • Rafsvið • Regla netbókhald • Renniverkstæði Jóns Þorgrímssonar • Reykjavíkurborg
Réttur-ráðgjöf & málflutningar • Rútabílar • Röntgen Domus Medica • Saga forlag • Samskip • Samtök starfsmanna fjármálafyrirtækja-SSF
Saumsprettan • Segna • Sérefni, málningarvörðverslun • Sigurður I. Halldórsson hdl. • Sigurraf • Sjá-óháð vefráðgjöf • Skilvis • Skóarinn í Kringlunni
Smith og Norland • Smíðapjónustan • Sólarfilma • Sportlíf-www.sportlif.is • Stansverk • Steypustöðin • Stúdió Stafn • Suzuki bílar • Sýningakerfi
Söluturninn Vikivaki • Tandur • Tannálfur, tannlæknastofa • Tannlæknar Mjódd • Tannlæknastofa Árbæjar • Tannlæknastofa Elínar Wang
Tannlæknastofa Friðgerðar Samúelsdóttur • Tannlæknastofa Gísla Vilhjálmssonar • Tannlæknastofa Sigurjóns Arnlaugssonar
Tannlæknastofa Tómasar Einarssonar • Tannlæknastofa Þórarins Jónssonar • Tannsmiðjan Króna • Tark - Arkitektar • TCM Innheimta
TEG endurskoðun • Teiknistofan Óðinstorgi • Tennis- og badmintonfélag Reykjavíkur • Timberland Kringlunni & Laugavegi • Tónastöðin • Tölvar
Tösku- og hanskabúðin • Ull og gjafavörur, verslun • Umhverfisstofnun • Umslag • Veitingahúsið Fiskfélagið • Veitingahúsið Lauga-Ás
Verkfræðistofan Skipasýn • Verkfærasalan • Versa • Verslunartækni • Verslunin Brynja • Verslunin Rangá • Vesturröst-Sérverslun veiðimanna
Vélsmiðjan Harka • Vilhjálmsson, heildverslun • Vinnumálastofnun • Víkurós ehf, bílamálun og réttingar • VMB verkfræðiþjónusta • VSO Ráðgjöf
www.varma.is • Yrki arkitektar • Þ.B. verktakar • Þ.G. verktakar • Þín verslun • Þyrluþjónustan-www.helo.is • Ögurvík • Örninn

Frá
1.650 kr.
á dag



Vissir þú að meðal heimilisbíll er
notaður í eina klukkustund á dag.

Notaðu peningana skynsamlega.

LANGTÍMALEIGA

AVIS®
Bíla-leiga

FORMAÐUR ÍF: Sveinn Áki Lúðvíksson

VIÐBURÐARÍKT ÁR

Hvert ár hefur sitt sérkenni og má segja að viðburðir hvers árs séu einstakir. Hvort sem þeir eru stórir eða smáir skipta þeir allir máli og setja svip á líf þeirra sem hafa upplifað þá. Skiptir þá oft máli hvar einstaklingurinn er, með hverjum eða hvað hann er að gera. Þeir sem stunda íþróttir berjast fyrir sigrum sínum og getur hver sekúnda eða millimetri skipt máli, hvort sem er í sundi, hlaupum, spjótkasti eða öðru þar sem allt skiptir máli. En þegar hugur eða hönd, fótur, vöðvi eða mæna truflar, getur hver lítill áfangi verið enn erfiðari að ná. Baráttan er mikil þótt ekki sé verið að berjast við fötlun líka.

Á árinu 2015 börðust fjölmargir fatlaðir íþróttamenn fyrir sigrum sínum, sigrum sem unnust af harðfylgni, dugnaði og ástundun. Að vanda hefur árið verið viðburðaríkt hjá fötluðu íþróttafólki. Fjölmargir viðburðir hafa átt sér stað, sumir sem fastir liðir, svo sem Íslandsmót, en aðrir einstakir eða á nokkurra ára fresti. Segja má að stærsti viðburður liðandi árs hafi verið Special Olympics-heimsleikarnir sem fram fóru í Los Angeles í júlí sl., sem og heimsmeistaramótið í sundi sem fram fór í Glasgow og heimsmeistaramótið í frjálsum í Doha. Íslendingar áttu fulltrúa á báðum heimsmeistaramótunum en glæsilegum árangri þessara móta eru gerð skil hér í blaðinu. Nýlega keppti sundkonan Kristín Þorsteinsdóttir frá Ívari á Ísafirði á Evrópumeistaramóti DSISO sem eru alþjóðleg sundsamtök einstaklinga með Downs-heilkenni og vann hún þar til fjölda verðlauna. Þessi árangur Kristínar er glæsilegur en þetta er í fyrsta skipti sem Íslendingur keppir á þessu móti. Það skal tekið fram að DSISO eru ekki samtök á vegum alþjóðasamtaka fatlaðra og því var þetta mót ekki á vegum ÍF en árangur Kristínar var glæsilegur.

Ég vil minnst sérstaklega á Special Olympics-leikana en þar tóku þátt á áttunda þúsund þroska-hamlaðir einstaklingar úr öllum heimshornum, þetta var stærsti íþróttaviðburður ársins í heiminum. Að þessu sinni áttu Íslendingar 49 þátttakendur sem allir sýndu sínar bestu hliðar og áttu frábæra daga við keppni og leik. Geta þeirra fór fram úr björtustu vonum og margir komu heim hlaðnir verðlaunum. Undirritaður átti þess kost að fylgjast með nokkrum dögum meðan á keppni stóð og ekki dró það úr gleðinni að vera í fylgd félags- og húsnaðisráðherra og dóttur hennar, forseta Íþrótt- og Ólympíusambands Íslands og konu hans, sem og fulltrúa aðalstyrktaraðila Special Olympics á Íslandi, Samherja. Gaman var að smitast af áhuga þeirra og gleði yfir mikilleika leikanna, sem og

frammistöðu íslensku keppendanna. Það er því ekki að ósekju að megnið af þessu blaði sé helgað þessum leikum, bæði í máli og myndum. En aðrir atburðir voru líka mjög ánægjulegir og má þar sérstaklega taka fram Paralympics-daginn sem fór fram í fyrsta sinn 31. október sl. Þar mættu á fjórða hundrað manns til að kynna sér hvað er í boði í íþróttum fatlaðra. Íþróttanefndir ÍF kynntu sínar greinar ásamt aðildarfélögum en gestir gátu skoðað bogfimi, borðtennis, lyftingar, hjólastóla-körfuknattleik, knattspyrnu, Snag-golf, frjálsar, Japbraut, fimleika og boccia. Ingó veðurguð stýrði deginum af röggsemi sem honum er einum lagið. Var þetta mjög vel heppnað og vonandi verður þetta árlegur viðburður.

Eins má nefna að Special Olympics á Íslandi hóf samstarf við Special Olympics í Rúmeníu í janúar 2015 þegar fulltrúar Íslands fóru til Rúmeníu til að kynna sér verkefnið YAP – Young Athlete Program. Verkefnið er alþjóðaverkefni sem sett var á fót af Special Olympics International með það að markmiði að efla hreyfingu ungra barna með sérþarfir. Síðan komu fulltrúar Special Olympics í Rúmeníu í heimsókn til Íslands og hefur þetta samstarf leitt til þess að verið er að vinna að kynningu á íþróttum fyrir fötluð börn á leikskólaaldri hér á landi. Því má segja að árið hafi að venju verið viðburðaríkt og ánægjulegar framfarir átt sér stað og má því ætla að framtíðin sé björt hjá fötluðu íþróttafólki hvar sem litið er og verður spennandi að fylgjast með sigrum þeirra og framförum. Má þar sérstaklega taka fram að á næsta ári verða Paralympics-leikar fatlaðra (Ólympíumót) í Ríó í Brasilíu strax á eftir Ólympíuleikunum og keppast margir úr okkar röðum við að komast þangað. Víst er að það verða einhverjir sem ná þeim stórmerka áfanga í lífi sínu að keppa á Paralympics-móti. Hversu margir er ekki gott að segja, en það verður ánægjulegt að fylgjast með þeim. Á slíku móti mun því hver sekúnda og/eða millimeter ráða úrslitum.

Ég óska öllum fötluðum íþróttamönnum, þjálfurum, dyggum velunnurum, fórnfúsum sjálfboðaliðum sem og landsmönnum öllum, gleðilegra jóla og farsældar á komandi ári og þakka samstarfið á liðnum árum og fyrir viðburðaríkt ár.

Sveinn Áki Lúðvíksson,
formaður ÍF



SAMHERJI



*Samherji sendir
landsmönnum öllum
jóla- og nýárskveðjur*



ÁRANGUR / KRAFTUR / STUNDVÍSI / HVATI / STUÐNINGUR / ÚTSJÓNARSEMI / ÚTHALD / STYRKUR / HEILSA / MATARÆÐI / SÖKN / AGI
YFIRVEGUN / GLEÐI / SIGUR / ÞÁTTAKA / ÁRÆÐNI / SNERPA / ÁKVÆÐNI / ÆFING / METNAÐUR / SIGURVILJI / ATHYGLI / JÁKVÆÐNI

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

www.samherji.is



FORMADUR ÍSÍ: Lárus Blöndal

HEIMSLEIKAR



Þann 25. júlí sl. varð ég þeirrar gæfu aðnjótandi að vera viðstaddur frábæra setningarhátíð merkilegs íþróttaviðburðar í Los Angeles sem gestur Íþróttasambands fatlaðra. Forsetafrú Bandaríkjanna, Michelle Obama, var sérstakur gestur og hún fagnaði ásamt öðrum fyrirmönnum og fjölda listamanna, 6500 íþróttamönnum frá 165 þjóðlöndum, þar á meðal 41 keppanda frá Íslandi. Gleði, eftirvænting og samkennd lá í loftinu. Þetta var setningarhátíð stærsta íþróttaviðburðar í heimi árið 2015, Heimsleika Special Olympics. Vikuna á eftir var keppt í 25 keppnisgreinum víðsvegar um Los Angeles við frábærar aðstæður og aðbúnað.

Íslendingar tóku þátt í níu keppnisgreinum og það var gaman að fylgjast með íslensku keppendum takast á við jafningja sína á íþróttasviðinu og vinna glæsta sigra, bæði persónulega og fyrir land og þjóð. Þarna voru allir sigurvegarar.

Ógleymanlegt var að fylgjast með Íslandi etja kappi við Bretland í knattspyrnu þar sem okkar menn stóðu lengi vel í leikmönnum þeirrar frægu knattspyrnuþjóðar. Þrátt fyrir tap var ekki verið að hengja haus heldur glaðst yfir þrátt fyrir allt, frábærri frammi-stöðu. Þá var sama keppnissskapið og spennan þegar íslensku keppendurnir kepptu í öðrum greinum.

Þótt íþróttaviðburðirnir hafi verið aðalatriðið var marga annað áhugavert sem fór fram undir merkjum Special Olympics. Það athyglisverðasta að mínu mati

var verkefni sem kallast Healthy Athlete sem veitir keppendum sem þess þurfa heilsufarsskoðanir og ráðleggingar í framhaldi af þeim. Heyrn, sjón, tennur, almennt líkamsástand o.fl. er skoðað af fagfólki sem allt starfar í sjálfböðavinnu á leikunum. Keppendur sem búa við bága heilbrigðisþjónustu heima fyrir, fá þarna oft og tíðum bót meina sinna og nauðsynleg hjálpartæki, eins og gleraugu, heyrnar- og stoðtæki.

Það er kunnara en frá þarf að segja hve mikilvægt skipulegt íþrótt- og tómstundastarf er fyrir alla og ekki síst fatlaða. Það bætir líkamlega og andlega hreysti, rýfur oft og tíðum einangrun og stuðlar að auknum lífsgæðum.

Leikar eins og Special Olympics eru mjög mikilvægir fyrir íþróttastarf fatlaðra. Þar er horft á styrkleika sem íþróttafólk með þroskahömlun býr yfir en ekki það sem það skortir. Slíkir leikar gefa almenningi enn fremur nýja sýn á fólk með þroskahömlun, vinna gegn fordómum í þeirra garð og eru þeim hvatning til þátttöku í skipulögðu íþróttastarfi. Undirbúningur og þátttaka íslenskra keppenda í Special Olympics er í höndum Íþróttasambands fatlaðra og er þar unnið afar mikið og gott starf.

Ég þakka fyrir að hafa fengið tækifæri til að fylgjast með okkar fólki á Special Olympics í Los Angeles og upplifa íþróttamót þar sem allir keppendur voru svo sannarlega sigurvegarar.



Vinnslustöðin
Vestmannaeyjum





ÞAÐ ER ÓÞARFI AÐ FLÆKJA HLUTINA

Einfaldaðu ákvörðunina
með gjafakorti Íslandsbanka

Gjafakort Íslandsbanka hittir alltaf í mark og er gjöf með endalausum möguleika. Kortið má nota eins og önnur greiðslukort, bæði í verslunum um allan heim og á netinu.

Þú færð gjafakortið í fallegum umbúðum í næsta útibúi Íslandsbanka.



„HÉR TALA ALLIR VIÐ MIG, HÉR ER ÉG EINN AF HÓPNUM OG HLUSTAD ER Á MIG

9



Special Olympics
**WORLD
GAMES**
LOS ANGELES 2015

... ÞETTA ER LÍFIÐ!"



Það voru glaðir Íslendingar sem gengu inn á Los Angeles Memorial Coliseum 25. júlí í sumar. Íslenskt íþróttafólk á aldrinum 16 til 59 ára auk þjálfara og fararstjóra, var mætt til leiks á alþjóðleika Special Olympics, stærsta alþjóðlega íþróttaviðburðinn á árinu. Eygló Harðardóttir félags- og húsnæðismálaráðherra gekk inn með íslenska hópnum. Alþjóðlegt lið lögreglumanna skilaði logandi kyndli inn á leikvanginn eftir að hafa hlaupið með hann um bæi og borgir í Bandaríkjunum. Það var heiður fyrir Special Olympics á Íslandi að eiga í þeim hópi íslenskan fulltrúa, Guðmund Sigurðsson rannsóknarlögreglumann.

Hvert land fékk úthlutað vinabæ í tvo daga fyrir leikana en markmið er að þátttakendur fái innsýn í líf íbúa í því landi sem leikarnir eru haldnir hverju sinni. Vinabæir Íslands voru Ontario & Rancho Cucamonga en þar var sannarlega vel tekið á móti hópnum. Borgarstjórar í hvorri borg tóku virkan þátt með íbúunum í að gera dvölinu eftirminnilega. Við brottför var hópnum ekið um götur í skautlegri lest og íbúar stóðu meðfram götum og báru litrík skilti með kveðjuorðum. Til að magna upp stemminguna voru sírenur lögreglu- og brunabíla pandar í botn. Þetta var mögnuð byrjun á skemmtilegri ferð til Los Angeles og upplifun sem gleymist seint.

Spenna var í lofti þegar keppni hófst og margir voru að keppa í fyrsta skipti erlendis. Það breytir engu þótt leikarnir séu byggðir upp á því hugtaki að allir séu sigurvegarar, það er alltaf gullið sem best er að bíta í og það sem er eftirsóttast. Sumir fengu sitt fyrsta gull. Gist var á háskólasvæðunum UCLA og USC og var gististaður varlinn m.t.t. keppnisstaða.





Íslendingar kepptu í badminton, boccia, fimleikum, frjálsum íþróttum, golfi, keilu, knattspyrnu, lyftingum og sundi. Ísland átti í fyrsta skipti fulltrúa í unified-greinum sem er keppni fatlaðra og ófatlaðra en það var í badminton og golfi. Á handboltavellinum voru líka fulltrúar Íslands en þar voru mættir til leiks Gísli Jóhannsson og Hafsteinn Ingibergsson. Löndin fá tvo aðstoðarmenn og það var mikill fengur að því að fá í fyrsta skipti íslenskan aðstoðarmann, sem var Anna Birna Guðlaugsdóttir, proskapjálfi í Klettaskóla.

Verkefnið Healthy Athlete sem byggt er á heilsufarsmælingum keppenda verður sífellt vinsælla og langar biðraðir mynduðust alla daga. Heilbrigðisstarfsfólk leggur þarna fram vinnu endurgjaldslaust svo sem augnlæknar, tannlæknar, sjúkrapjálfarar og fóttaaðgerðafræðingar. Nokkrir íslenskir keppendur eiga von á ókeypis gleraugum eftir skoðun hjá augnlækni í LA.

Gestir sem viðstaddir voru fyrstu daga leikanna auk ráðherra voru Lárus Blöndal, forseti ÍSÍ, og eiginkona hans og Helga Steinunn Guðmundsdóttir, einn af eigendum Samherja, aðalstyrktaraðila SO á Íslandi, og varaforseti ÍSÍ. Frá ÍF var Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍF, og Ólafur Magnússon, framkvæmdastjóri fjármála- og afrekssviðs, sem hafði umsjón með dagskrá gestanna.

Um 70 aðstandendur áttu góðan tíma í LA, fylgdust með keppni og skoðuðu sig um ásamt því að taka þátt í boði á vegum Íslendingafélagsins í LA. Aðstandendur, sem sumir höfðu átt erfitt með að sleppa hendi af sínum keppanda, fylgdust stoltir með þeim takast á við ný verkefni við aðstæður þar sem allir njóta sín á eigin forsendum.

Þegar verðlaun eru ekki gefin upp sem fréttæfni er erfitt að kveikja á athygli fjölmiðla. Það þykir ekki frétt næmt að sjálfsmyndin hafi styrkst og að allir séu sigurvegarar. Því voru margir hissa að upplifa þær móttökur sem biðu á Keflavíkurflugvelli. Ísavia, sem átti tvo starfsmenn í hópi keppenda, hafði skipulagt höfðinglegar móttökur þar sem slökkviliðsmenn sprautuðu vatni yfir vélina og mynduðu þannig sigurboga. Hljómsveit spilaði, allir fengu blóm og boðið var upp á drykki og sælgæti þegar inn var komið. Glæsilegar móttökur.

Þessi ferð var mikið ævintýri og það hefur verið gaman fyrir fararstjóra og þjálfara að fylgjast með keppendum sem blómstrað hafa í ferðinni, sumir að fá gullverðlaun í fyrsta sinn á ævinni. Einn keppandinn orðaði þetta svona: „Hér tala allir við mig, hér er ég einn af hópnunum og hlustað er á mig ... Þetta er lífið!“





Special Olympics WORLD GAMES LOS ANGELES 2015



Special Olympics International (SOI) eru stofnuð af Kennedy-fjölskyldunni 1968. Markmiðið er að skapa einstaklingum með þroskahömlun tækifæri til þátttöku í íþróttastarfi þar sem virðing og jafnræði ríkir og allir eru sigurvegarar. Yfir 500 Íslendingar hafa fengið tækifæri til þátttöku á alþjóðaleikum og Evrópuleikum Special Olympics auk þess sem ýmis sérgreinamót eru í boði.

Aukíþróttastarfshafaverið innleiddalþjóðleg verkefnisemiðað því að bæta heilsufar, menntun og daglegt líf fólks með þroskahömlun. Hugmyndafræðin byggir á gildi umburðarlyndis og jafnræðis þar sem áhersla er á virka þátttöku, ánægju, einstaklingsmiðaða færni og ekki síst vináttu.

LÖGREGLAN Á

LAW ENFORCEMENT TORCH RUN FOR SPECIAL OLYMPICS

Alþjóðaleikar Special Olympics fóru fram dagana 25. júlí - 2. ágúst 2015 í Los Angeles, Kaliforníu. Einnig fór þar fram Law Enforcement Torch Run for Special Olympics, eða kyndilhlaup lögreglumanna fyrir Special Olympics (LETR). LETR eru alþjóðleg samtök lögreglumanna sem hafa tekið það að sér að hlaupa með Ólympíulögann fyrir sumar- og vetrarleika Special Olympics (SO), hvort sem það eru Alþjóðaleikar eða Evrópuleikar. Tilgangurinn er að auka almenningssvitund um SO og afla styrkja og hefur LETR safnað yfir 560 milljónum dollara fyrir samtökin sem hefur gert LETR að stærstu regnbogasamtökum heims fyrir SO.



ALÞJÓÐLEGT VERKEFNI SEM BYGGIST
Á SAMSTARFI SPECIAL OLYMPICS
OG LÖGREGLUMANNA.



Law Enforcement Torch Run-hlaupið fyrir sumar-leikana í Los Angeles hófst 13. júlí og lauk þegar 115 lögreglumenn og 10 Special Olympics-iðkendur frá 48 ríkjum Bandaríkjanna og 24 löndum víðs vegar um heiminn, þar af 11 Evrópuríkjunum, báru Ólympíu-logann inn á opunarhátíð Alþjóðaleikanna 25. júlí í Memorial Coliseum í Los Angeles. Á þessu tímabili bar lögreglan logann inn á 118 borgir og bæi í Kaliforníu og byrjaði í Sacramento. Þessir Alþjóðaleikar Special Olympics voru stærsti íþróttaviðburður heims á þessu ári og stærsti einstaki íþróttaviðburður í Los Angeles síðan Ólympíuleikarnir voru haldnir þar árið 1984. 7000 keppendur frá 177 löndum tóku þátt á leikunum þar af 41 keppandi frá Íslandi.

Það var ótrúlega gefandi að taka þátt í þessu verkefni. Það komu margir SO-keppendur á atburðina sem voru 5 - 6 á hverjum degi og aðstandendur. Margir vorumeð verðlaunapeningana sína til að sýna okkur. Þau voru svo þakklát að við skyldum vekja athygli á þeim. Það eru ekki til ljúfari, einlægari, heiðarlegri og jákvæðari keppendur en í Special Olympics. Þar er ekki aðalmálið að sigra andstæðinginn, heldur frekar að sigrast á eigin takmörkunum, fara á sínum hraða og með sínum hætti. Um keppendur Special Olympics spyrjum við ekki hvernig við getum hjálpað þeim heldur hvernig þau geta hjálpað okkur. Við getum lært mikið af þeim.

Kyndilhlaupið í Kaliforníu gekk vel fyrir sig og var með þeim hætti að okkur var ekið í rútu um 1 - 2 km frá miðbæ viðkomandi borgar/bæjar. Við skokkuðum í miðbæinn í tveimur röðum þar sem lögreglumaður og SO-iðkandi voru í fararbroddi með kyndilinn. Í miðbænum var ávallt vel tekið á móti okkur og alltaf að lág- marki fluttar fjórar ræður, borgarstjórnin, lögreglustjórnin, SO-iðkandi frá okkur og lögreglumaður frá okkur og sagt frá upplifun af samsstarfi lögreglunnar við Special Olympics og svo var skipst á gjöfum. Ég var t.d. með ræður á tveimur stöðum, Palm Springs og Westminster. Að ræðuhöldum loknum blönduðumst við hópnum og ræddum við fólkið og að endingu röðuðum við okkur aftur upp, skokkuðum 0,5 - 1 km. upp í rútna aftur og héldum á næsta stað og svo koll af kolli dagana 13. - 25. júlí.



Fyrsta hjálp fyrir þurrar varir

Decubal lips & dry spots balm:

Nærandi og mýkjandi smyrsl með býflugnavaxi sem hjálpar til við enduruppbyggingu þurra vara, tætra naglabanda og þurra olnboga.



Decubal er heil húðvörulína fyrir andlit og líkama. Í 40 ár höfum við þróað mildar og nærandi vörur fyrir þurra og viðkvæma húð, í nánú samstarfi við húðsjúkdómalækna. Decubal er algjörlega laust við ilmefni, litarefni og parabena og er eingöngu selt í apótekum.

Án parabena, ilm- og litarefna.

DECUBAL
EXPERT CARE FOR DRY SKIN

Actavis



Það var mikið um að vera á hverjum degi og margir iðkendur Special Olympics á hverjum stað ásamt fólki sem vildi leggja málstaðnum lið og voru lögreglulið og slökkvilið þar ekki undanskilin. Strax á fyrsta degi í borginni Novato höfðu lögreglan og slökkvilið raðað bifreiðunum í göng, þar var lúðrasveit, dansað og fimleikasýning og í San Rafael hafði lögregla og slökkvilið gert það sama. Í Oakland tók hluti af fótþóttaliðinu á móti okkur og það sama gerðist í San Francisco þegar við fórum á heimavöll San Francisco 49ers en á þessum velli fer Super Bowl fram árið 2016. Eitt af eftirminni-legustu augnablikunum var þegar við skokkuðum með kyndilinn yfir Golden Gate-brúna í San Francisco. Það vakti gríðarlega athygli og mikið fjallað um það, lögreglubátar undir brúnni og fréttabyrlur fyrir ofan. Í framhaldinu fórum við með lestarvögnum á bryggjuna Pier 39 með Alcatrazíbakgrunni og heljarinnarhátíðarhöldabryggjunni. Og á Union Square í San Francisco tók 40 manna sinfóníuhljómsveit á móti okkur.

Á mörgum stöðum voru hljómsveitir; sinfóníuhljómsveit, djasshljómsveit, lúðrasveit, gítarleikarar, DJ, söngvarar af öllum stærðum og gerðum og við dönsuðum við fólkið og fólkið dansaði fyrir okkur, flamingódansa, fánadansa, hipp hopp, og niður í lítill börn og þá skulum við ekki gleyma öllum klappstýrunum sem dönsuðu fyrir okkur. Við fórum á herstöðvar og í San Petro fór athöfnin m.a. fram í herskipi. Lögregluliðin í hverri sýslu spiluðu stórt hlutverk við umferðarstjórn á bílum, mótörhjólum, reiðhjólum og jafnvel hestum. Við komum í höfuðstöðvar Toyota, höfuðstöðvar Sony Studios, Disneyland, Beverly Hills og í eyðimerkurbæi eins og El Sentro og Blyth, vorum blessuð í St. Michaels Church í Los Angeles, fórum að Hæstarétti og hinu margfræga Hollywood-skilti. Þessu lauk á opunarhátíðinni þegar við röðuðum okkur, allir lögreglumennirnir, meðfram sviðinu í lögreglubúningum

viðkomandi landa. Kyndillinn var síðan borinn inn á leikvanginn og eldur leikanna tendraður með honum.

Fyrir mig persónulega voru tvö eftirminnileg atvik. Annars vegar þegar mér var afhentur lykill að borginni Westminster í Kaliforníu en það atvikaðist þannig að ég hélt ræðu um Sigga son minn, slysið sem hann varð fyrir og hvernig aðstæður leiddu hann til Special Olympics og hvað SO gerði fyrir hann. Það urðu allir snortnir af sögunni og þegar ég ræddi við borgarstjórnann eftir athöfnina tók hann þá ákvörðun að færa mér lykil að borginni, rauk inn í þinghúsið, sótti lykil og afhenti hann mér hann síðan með viðhöfn. Gríðarlegur heiður sem mér var sýndur með þessu og ég er því núna heiðursborgari í Westminster í Kaliforníu. Thank you very much. Hitt atvikið var á síðustu athöfninni á síðasta deginum að ég hljóp með kyndilinn inn á Santa Monica Pier í Los Angeles og eiginkona mín og tveir synir voru þar ásamt fleirum Íslendingum veifandi íslenska fánanum og voru vitni að því sem ég var búinn að vera að gera í 12 daga.

Með þessum skrifum mínum vonast ég til að vekja fólk til umhugsunar um hvað Special Olympics er, fyrir hvað það stendur. Hvaða áhrif við getum haft til að efla það og gera það sterkara því það er vissulega þörf fyrir það. Ég á sjálfur tvo drengi sem eru iðkendur í Special Olympics, ég hef verið með LETR-hlaup á Íslandi meðal íslenskra lögreglumanna, margir sem vita ekki út á hvað þetta brólt gengur, að hlaupa eitthvað með kyndil en hafa upplifað hvaða áhrif þetta hefur fyrir Special Olympics þá er þetta þess virði. Ef þetta verður til þess að einhver byrjar í íþróttum hjá SO vegna LETR þá dugar það mér.

Guðmundur Sigurðsson.

Nánari upplýsingar um Law Enforcement Torch Run má nálgast á eftirfarandi síðum:

www.lettr.org
www.specialolympics.org
 LETR Iceland á Facebook



FRÁ SJÓNARHÓLI

ERINDI FLUTT Á RÁÐSTEFNU SPECIAL OLYMPICS 2015

AÐSTANDENDA

Góðan dag. Við heitum Íris og Eiður og viljum þakka fyrir það tækifæri sem við höfum fengið hér til að tala um son okkar Birki og Special Olympics. Okkur finnst ekki leiðinlegt að tala um barnið okkar frekar en öðrum foreldrum. Áður en við byrjum að tala um Special Olympics og það sem leikarnir hafa gert fyrir Birki og okkur í fjölskyldunni þá langar okkur að renna yfir æviágrip Birkis í stuttu máli.



Birkir er fæddur 18. janúar 1993 og er því 22 ára. Við foreldrarnir fundum snemma að Birkir væri ekki alveg eins og önnur börn en þegar hann var tæplega tveggja ára kom upp grunur um að hann væri einhverfur. Þegar Birkir var þriggja ára var hann greindur með ódæmigerða einhverfu. Birkir var í leikskóla á Grænatúni í Kópavogi með sérstuðningi. Hann var fyrstu þrjú ár skólagöngu sinnar í almennum bekk í Snælandsskóla en við foreldrarnir lögðum mikla áherslu á að hann fylgdi sínum félögum úr leikskóla í grunnskóla. Þegar Birkir var 9 ára gamall hóf hann nám við sérdeild fyrir einhverfa í Digranesskóla sem er okkar hverfisskóli. Til að byrja með stundaði Birkir eingöngu nám við sérdeildina en þegar á leið skólagönguna fór hann að sækja fleiri tíma með bekknum sínum. Þegar Birkir var á síðasta ári sínu í grunnskóla sótti hann eingöngu tíma með bekknum sínum en hafði sérdeildina sem stuðning og segja má að hann hafi sprungið út félagslega á þessum tíma. Eftir grunnskólanám stundaði Birkir nám við starfsbraut fyrir einhverfa í Menntaskólanum í Kópavogi þar sem hann útskrifaðist vorið 2013. Hann heimsækir sérdeildina í Digranesi og starfsbrautina í MK enn vikulega og er á sérstöku leyfi frá nemendafélagi MK til að stunda skólaböllin af miklum krafti. Undanfarið ár hefur Birkir unnið í Krónunni í Lindum þar sem hann afgreiðir viðskiptavinum á kassa. Hann hefur smám saman verið að auka vinnuhlutfallið og í dag vinnur Birkir fjóra daga vikunnar frá kl. 12-16.20 sem er um 45% starfshlutfall. Krónan er virk í að veita fötluðu fólki vinnu og við erum þeim þakklát fyrir það.

Birkir hefur stundað fimleika með Gerplu frá árinu 2002 þegar hann hóf að æfa með hópi fatlaðra. Hann gerði hlé á æfingum í tvö ár en hóf aftur æfingar árið 2006 eða þegar hann var 13 ára gamall. Þegar Birkir var 15 ára hóf hann einnig að æfa frjálssar íþróttir með íþróttafélaginu Ösp. Það var í gegnum frjálssar íþróttir sem hann kynntist Special Olympics fyrst. Birki bauðst að fara og keppa í frjálsum íþróttum á sumarleikum Special Olympics í Póllandi árið 2010. Við höfðum heyrt af Special Olympics en ekki kynnst leikunum og það sem þeir standa fyrir af eigin raun fyrr en þetta haust. Þó að þessi leikar séu minni í sniðum en heimsleikar þeir sem Birkir hefur tekið þátt í síðar fengum við þarna

nasasjón af öllu því sem Special Olympics snýst um. Árið 2011 fór Birkir á heimsleika Special Olympics í Apenu og keppti þar í fimleikum og síðastliðið sumar fór hann svo til Los Angeles á heimsleika Special Olympics þar sem hann keppti einnig í fimleikum. Árangur Birkis á báðum þessum mótum var frábær, hann var svo flottur og gerði æfingarnar sínar nær óaðfinnanlega. Þegar ég spurði Birki hvernig líf hans hefði orðið ef hann hefði ekki haft fimleikana og frjálssar íþróttir sagði hann að það hefði bara orðið hræðilegt. Þetta voru hans fyrstu viðbrögð. Við foreldrarnir erum sammála þessu mati Birkis, íþróttirnar hafa skipt sköpum í lífi Birkis undanfarnin ár og við vonumst til þess að þær muni gera það áfram næstu árin.

Þeir þættir sem okkur finnst Special Olympics hafa haft mest áhrif á eru:

- Keppnissskap
- Sjálfstraust
- Markmiðssetning
- Líkamlegt hreysti
- Félagsfærni

Special Olympics hafa kennt Birki að þjálfra með sér keppnissskap. Þrátt fyrir að hann hafi keppt í fimleikum og frjálsum núna í nokkur ár hefur Birkir afskaplega lítið keppnissskap frá náttúrunnar hendi. Það lítið að okkur foreldrunum hefur stundum fundist nógu um. Nauðsynlegur fylgífiskur keppnisíþróttar er keppnissskap og eins og við vitum þá er hæfilegt keppnissskap einnig nauðsynlegur hluti þess að komast af í þessum flókna heimi sem við lifum í og það er því ekki heppilegt að skorta keppnissskap.

Special Olympics hafa aukið sjálfstraust Birkis. Það að keppa við aðra á jafnréttisgrundvelli og vinna til verðlauna hefur fært honum meira sjálfstraust. Einnig má nefna að á Special Olympics í Los Angeles leituðu þjálfarar hópsins til hans eftir aðstoð við ýmis atriði sem gögnuðust hópnum í heild. Það ytti enn frekar undir sjálfstraustið að honum væri treyst til að aðstoða.

Special Olympics hafa kennt Birki að setja sér markmið. Markmið Birkis er að keppa á Special Olympics og hann veit að til þess að komast á Special

Olympics þarf hann að æfa sig. Hann vinnur stöðugt að þessu markmiði sínu.

Þar sem Birkir hefur orðið reynslu af að setja sér markmið varðandi Special Olympics þá hefur hann átt auðveldara með að setja sér markmið á öðrum sviðum og vinna að þeim. Sem dæmi má nefna að eitt af markmiðum Birkis núna er að fara í HÍ og hefja diplómanám fyrir fatlaða. Í okkar huga er það markmið Birkis að fara í nám í HÍ bein afleiðing af þátttöku hans í íþróttastarfinu og keppni hans á Special Olympics. Þaðan er sprettið það sjálfs-traust sem þarf til að taka slíka ákvörðun þ.e. að víkka út sjóndeildarhringinn og fara í nám á háskólastigi.

Að stunda íþróttir og keppa í þeim gerir mjög mikið fyrir líkamlegt form hjá Birki. Að æfa íþróttir viðheldur góðu líkamlegu ástandi sem er mjög mikilvægur hlutur að okkar mati, enda býr heilbrigð sál í hraustum líkama. Á Special Olympics-leikunum hittir Birkir líka aðra keppendur frá löndum víðsvegar í heiminum. Hann er því einn af mörgum fötluðum í heiminum sem stundar og æfir íþróttir. Fyrir honum er það eðlilegur hlutur að fatlaðir stundi og æfi íþróttir og mun það að okkar mati ýta undir að hreyfing verði hluti af hans lífsstí til frambúðar.

Special Olympics hefur aukið félagsfærni Birkis. Með því að vera hluti af Special Olympics-hópi Gerplu er Birkir hluti af hópi, hópi sem er honum mjög mikilvægur félagslega. Þessi hópur þekktist vel, hittist, fer í afmæli hvert hjá öðru og sendir hvert öðru jólakort. Birkir er einnig mjög virkur á Facebook. Telur fjöldi vina hans þar á áttunda hundruðið og hann sinnir vinum sínum vel, óskar þeim t.d. alltaf til hamingju með afmælið. Vakir gjarna fram yfir miðnætti dag hvern til að hefja nýja sólarhring á afmæliskveðju. Birkir er einnig duglegur að hitta gömlu félagana úr grunnskóla og MK. Þeir fara í bíó eða leikhús saman eða út að borða.

Special Olympics er dásamlegt fyrirbæri. Þar eru keppendur í aðalhlutverki, þau eru stjórnurnar, afreksfólkið. Í sumar urðum við virkilega vör við hversu mikið er litið upp til keppendanna. Þegar við komum á t.d. veitingastaði eða í búðir og fólk vissi að hann væri staddur í LA til að keppa á Special Olympics fengum við yfirleitt mikil viðbrögð, fólk fannst hann svo frábær. Eftir keppnina í fimleikunum ákváðum við að koma við í Target-verslun á leiðinni heim. Birkir var í íþróttagallanum með allar medalíurnar um hálsinn og vakti þvílíka athygli í búðinni, hann var eins og rokkstjarna. Fólk var að koma til hans og óska honum til hamingju og ein konan fékk að taka af sér selfie-mynd með honum.



Birkir Eiðsson tók við hér og sagði:

Að lokum langar okkur að segja ykkur frá tveimur stórmerkilegum mönnum sem við heyrðum af í sumar og reyndar urðum þeirrar ánægju aðnjótandi að hitta og spjalla við annan þeirra.

Annar þessara manna er amerískur fótbolta-kappi, Jamaal Charles, sem er leikmaður Kansas Chiefs í NFL-deildinni. Hann átti við námsörðugleika að stríða sem barn og unglingur og hóf sinn íþrótaferil hjá Special Olympics. Hann er nú talinn einn besti leikmaður NFL-deildarinnar og hefur fjórum sinnum verið valinn í stjórnulið hennar.

Hinn maðurinn sem okkur langar að nefna, er David Egan. David er 37 ára gamall með Downs-heilkenni og er einn af 13 velgjörðarsendiherrum Special Olympics. Áður en við hittum hann vorum við búin að taka eftir honum þar sem hann hafði verið einn af ræðumönnum kvöldsins í fjölskyldupíkníkni í boði Mariu Shriver fyrr í vikunni. Þar hélt hann mjög eftirminnilega ræðu. Hann og foreldrar hans sögðu okkur sögu Davids en í dag starfar David á Capitol Hill í Washington DC sem lobbíisti fyrir Down syndrome-samtökin í BNA. Hann er ótrúlega skýr og flottur maður. Eins og þið sjáið þá hafa Special Olympics leitt af sér ýmislegt gott og sýnir manni að það er vel hægt að stefna hátt og langt þótt einhverjir farartálmur kunni að vera til staðar!

Takk fyrir okkur og takk, Special Olympics, fyrir allt sem þú hefur gert fyrir mig.

Eiður Arnarson, Íris Bjargmundsdóttir og Birkir Eiðsson.



VERÐUR ÞÚ NÆSTI EVRÓPUMEISTARI Í HEPPNI?

Eurojackpot er Evrópukeppnin í heppni – stærsti lukkuleikurinn sem er í boði á Íslandi. Þar keppa 16 þjóðir um pott sem hleypur á milljörðum í hverri viku. Það er aldrei að vita hver verður næsti milljarðamæringur. Kannski verður það Massimo frá Ítalíu. Eða þú!

Fyrir 320 kall og með smá heppni gætir þú orðið Evrópumeistari í heppni.

EUROJACKPOT®

EVRÓPUKEPPNIN Í HEPPNI

ALLA FÖSTUDAGA

FRÁ SJÓNARHÓLI ÞJÁLFARA

ORÐ ÞJÁLFARA EFTIR
ALÞJÓÐALEIKA SPECIAL
OLYMPICS Í LA 2015

• Sá á mínum keppendum hvað þau nutu sín innan um jafningja, eignuðust nýja vini og kynntust annarri menningu.

• Ég lít þannig á SO að það er ekki bara keppnin sjálf, heldur allt umfangið sem leikarnir eru. Það að taka þátt í SO leikum og fara í gegnum allt ferlið, ferðalag, gisting, matur, fjarri ættingjum, undir reglum og aga ÍF. Það er þarna sem hin stóra keppni á sér stað og þarna eru allir sigurvegarar.

• En það voru ekki bara leikarnir sem slíkir sem voru upplifun fyrir keppendurna mína, heldur allt ferlið frá því að þeir voru valdir til þátttöku. Árið fyrir leikana sjálfa var mjög ánægjulegt. Keppendurnir mínir hlökkudu mikið til fararinnar og lögðu hart að sér við æfingar því að það var eitt af skilyrðunum fyrir því að fá að vera með.

• Markmiðin voru þó misjöfn en eitt áttu keppendurnir sameiginlegt. Það var að skemmta sér vel, vera góð fyrirmynd og eiga eftirminnilega ferð á fjarlægjar og framandi slóðir. Þetta var frábært tækifæri, gott vega- nesti inn í framtíðina þar sem stærsti sigurinn var að

sanna sig fyrir sjálfum sér og sýna fram á að hægt sé að gera frábæra hluti ef maður leggur sig allan fram. Til baka frá LA sneru sterkari einstaklingar, með meira sjálfstraust og tilbúinir til enn frekari afreka í sinni íþrótt.

• Frá þeim degi sem einstaklingur er valinn til að fara á Special Olympics er hann sigurvegari.

• Þessi setning, „allir eru sigurvegarar,“ nær yfir svo marga þætti í öllu ferðalaginu og á alveg ákaflega vel við, þar sem hver og einn sigrar sjálfan sig marg- oft í ólíkum áskorunum og aðstæðum allt ferðalagið, hvort sem það er keppnin sjálf eða eitthvað annað. Einstaklingurinn upplifir sig sterkan og öðlast meira sjálfsöryggi og sjálfstraust við að takast á við hluti sem hann hefur ekki þurft áður að takast á við og viðbrögð samfélagsins í kringum hann eru þess eðlis að hann þorir, getur og vill gera betur. Hann upplifir sig sem frjálsan og mikilvægan.

• Keppendur upplifðu leikana í LA sem skemmtun frá upphafi til enda.

SAGAMEDICA



UTÁNRIKISRÁÐUNEYTIÐ

KPMG

juris



ÍSLENSK
ERFÐAGREINING

KRONAN

Fjallabyggð



ALCOA



strætó.is





Jólagjöf sem allir geta notað

Gjafakort Arion banka er hægt
að nota hvar sem er.

Þú velur fjárhæðina, þiggjandinn
velur gjöfina.

Gjafakortið fæst í öllum útibúum
Arion banka.



 **Arion banki**
– fyrir framtíðina

SIGURFÖR FYRIR SJÁLFSMYNDINA

RÁÐSTEFNA SPECIAL OLYMPICS Á ÍSLANDI

21

Laugardaginn 24. október 2015 var haldin önnur ráðstefna Special Olympics á Íslandi en fyrsta ráðstefnan var haldin 2012. Ráðstefnan bar heitið „Sigurför fyrir sjálfsmyndina“ sem tengist hugmyndafræði Special Olympics sem byggir á því að allir séu sigurvegarar. Raddir hagsmunahópa hljómuðu á ráðstefnunni en þar sögðu keppendur, þjálfarar og aðstandendur af upplifun sinni af heimsleikum Special Olympics í Los Angeles, stærsta íþróttaviðburði heims 2015. Sérstakir gestir voru Eygló Harðardóttir, félags og húsnæðismálaráðherra sem flutti ávarp og fulltrúar Special Olympics í Rúmeníu sem kynntu samstarfsverkefni Special Olympics á Íslandi og í Rúmeníu, YAP; Hreyfipjálfun ungra barna með sérþarfir. Guðmundur Sigurðsson rannsóknarlögreglumaður tók á móti gestum með logandi kyndli en hann var í alþjóðlegu liði lögreglumanna sem hlupu kyndilhlaup fyrir leikana.



Kynnar á ráðstefnunni voru Vilhjálmur Jónsson, keppandi í boccia og Aldís Ósk Björnsdóttir, keppandi í keilu.



Dagskrá ráðstefnunnar:

10.30 – 10.40

Anna Karólína Vilhjálmsdóttir og Jóhann Arnarson, fararstjórnar í LA

10.40 – 10.50

Eygló Harðardóttir, félags- og húsnæðismálaráðherra, flytur ávarp

10.50 – 11.10

Innlegg frá fulltrúum Special Olympics Rúmeníu

11.10 – 11.20

Margrét Aðalsteinsd. móðir og Bjarki Rúnar Steinarsson, keppandi í frjálsum íþróttum

11.20 – 11.30

Helena Hrund Ingimundardóttir sundþjálfari

11.30 – 11.40

Rakel Aradóttir og Emil Björnsson, keppendur í sundi

11.40 – 11.50

Sigurlín Styrmsdóttir móðir og Héðinn Jónsson keppandi í frjálsum íþróttum

11.50 – 12.10

Hlé og veitingar

12.10 – 12.20

Hlynur Áskelsson lyftingapjálfi og Guðmundur Ásbjörnsson, kepp. lyft.

12.20 – 12.30

Eiður Arnarson, Íris Bjargmundsd. foreldrar og Birkir Eiðsson, keppandi í fimleikum

12.30 – 12.40

Darri Mchahon knattspyrnuþjálfari. Jón Arnar Guðbrandsson og Daníel Snær Gústavsson, keppendur í knattspyrnu

12.40 – 13.00

Spurningar úr sal



Margt athyglisvert kom fram og ljóst að ástæða er til að hlusta oftár á hagsmunahópa sem nýta þau tækifæri sem aðild Íslands að Special Olympics-samtökunum hefur gefið. Fram kom ítrekað að það skiptir miklu máli að gefa fólki með sérþarfir tækifæri til að takast á við ný og krefjandi verkefni og ekki síst að skapa umgjörð þar sem vinátta og samkennd er til staðar og það sem ítrekað kom fram, „Enginn er út undan“.

KFC

Svoooo gott að gefa!

Á aðventunni renna **500 KRÓNUR** af hverri seldri aðventufötu til Samhjalpar, Mæðrastyrksnefndar og Fjölskylduhjalpar Íslands.

ADVENTUFÖTUR

25 Hot Wings | 10 kjúklinga-bitar

SVOOO GOTT



KOMDU Í FÓTBOLTA

HEIMSÓKN FRÁ RÚMENÍNU

RÚMENÍA OG ÍSLAND VINNA SAMAN AÐ ÞVÍ AÐ EFLA HREYFINGU UNGRA BARNA MEÐ SÉRÞARFIR

Víkuna 20. - 25. október voru staddir á landinu góðir gestir frá Rúmeníu. Þetta voru þrír fulltrúar frá Special Olympics í Rúmeníu, Roxana Ossian, Corina Radu, Viorel Mocanu og þrír prófessorar frá Háskólum í Búkarest og Targovista, Aura Boda, Gabriel Popescu og Bianca Chera-Ferrario

Special Olympics á Íslandi hóf samstarf við Special Olympics í Rúmeníu í febrúar 2015. Þá fóru fulltrúar Special Olympics á Íslandi til Rúmeníu til að kynna sér verkefnið Young Athlete Program – YAP. Verkefnið er alþjóðaverkefni sem sett var á fót af Special Olympics International með það að markmiði að stuðla að aukinni hreyfingu ungra barna með sérþarfir. Heimsóknin til Íslands var liður í samstarfi Íslands og Rúmeníu og fjölbreytt dagskrá var sett upp fyrir gestina.

Fyrsta daginn var farið í íþróttamiðstöðina í Laugar- dal þar sem Ragnhildur Skúladóttir, sviðsstjóri fræðslu-

sviðs ÍSÍ, kynnti hópnum skipurit ÍSÍ og rætt var um samstarfsverkefnið.

Í HR tók Ingi Þór Einarsson, sundþjálfari og kennari í HR, á móti hópnum. Hann fór yfir flokkun íþróttamanna með þroskahömlun innan IPC og kynnti íþróttfræðisvið HR. Aura Boda prófessor kynnti samstarf háskóla í Búkarest við Special Olympics í Rúmeníu.

Fylgst var með hreyfipjálfun í ungarnaskólanum Ársól þar sem eru börn tveggja ára og yngri. Þar er unnið mikilvægt starf, ekki síst fyrir börn sem eru á einhvern hátt á eftir í hreyfiproska.

Í heilsuleikskólanum Háaleiti við Ásbrú fer fram markviss hreyfipjálfun sem skipulögð er af Ástu Katrínu Helgadóttur, íþróttakennara. Þar hafa orðið athyglisverðar framfarir í kjölfar markvissrar hreyfipjálfunar og stefnt er að nánari rannsókn þar á.



STOLTIR BAKHJARLAR



Special Olympics
Iceland



Íslandsbanki



SAMHERJI



Fylgst var með með sundkennslu barna í Kletta-skóla, fimleikaæfingu fyrir fatlaða iðkendur hjá Gerplu og skautæfingu hjá Ösp.

Gestirnir fengu að vera viðstaddir tíma hjá Styrktarfélagi lamaðra og fatlaðra þar sem fjögurra ára börn fengu hreyfipjálfun hjá sjúkráþjálfara og þjálfun fínhyfinga hjá iðjubjálfa. Hópurinn fór í Klettaskóla og á Sólheima, auk þess sem farið var í Hreyfiland þar sem boðið er upp á fjölbreytta hreyfipjálfun ungra barna.

Í tengslum við heimsóknina til Íslands kynnti Roxana Ossian samstarfsverkefnið YAP á ráðstefnu Special Olympics á Íslandi laugardaginn 24. október. Samstarf háskólakennara við Special Olympics í Rúmeníu hefur byggst á þjálfun barna með sérþarfir auk samstarfs vegna ýmissa rannsókna. Börnum og foreldrum þeirra er boðið að mæta í opinn tíma í hús-

næði háskóla þar sem settar eru upp æfingabrautir fyrir ung börn. Nemendur aðstoða kennara sína í sjálf-boðavinnu og verið er að þróa þetta verkefni þannig að það nái til fleiri háskóla í Rúmeníu. Hjá Special Olympics í Rúmeníu eru engin félög og því er samstarfið að mestu tengt skólum eða stofnunum.

Ísland hóf innleiðingu á YAP-verkefninu í kjölfar heimsóknar til Rúmeníu í febrúar. Haldinn var kynningardagur í maí þar sem um 60 börn tóku þátt í æfingabraut sem sett var upp. Markmið er að aðildarfélög ÍF taki þátt í þessu verkefni. Æfingar hófust hjá Ösp í október og hefjast hjá ÍFR í janúar 2016. Íþróttaskóli Fjarðar verður áfram í boði. Fyrirhugað er að kynna verkefnið í leikskólum og leita samstarfs fagaðila sem standa að þjálfun ungra barna með sérþarfir. Stefnt er að samstarfi við HÍ og HR á sviði rannsókna.

Radisson BLU
SAGA HOTEL, REYKJAVÍK



actavis
hagur í heilsu

LS Retail

AIR ICELAND
Flugfélag Íslands

Coca-Cola

AO
ATLANTSOLÍA

PERLAN

SJÓVÁ

66°
NORTH



ÍSLANDSLEIKAR SPECIAL OLYMPICS Í KNATTSPYRNU

29. NÓVEMBER Í REYKJANESHÖLLINNI



Lögreglumenn hlupu kyndilhlaup fyrir leikana og afhentu verðlaun í lok móts. Sigurður Guðmundsson, keppandi í knattspyrnu, setti leikana og var með ávarp um samstarf LETR og SO samtakanna. Umsjón með keppninni hafði Guðlaugur Gunnarsson KSÍ. Það var mjög ánægjulegt að sjá meðal keppenda unga drengi sem voru að taka þátt í sínum fyrstu leikum. Úrslit urðun þau að Ösp og Ösp 2 fengu gull og silfur og Nes hlaut bronsið.



HEILSULEIKSKÓLINN HÁALEITI

FYRSTUR TIL AÐ INNLEIÐA YAP Á ÍSLANDI



Ásta Katrín Helgadóttir íþróttakennari í Háaleiti, Anna Karólína Vilhjálmssdóttir, frkvstj. SO á Íslandi og Þóra Sigrún Hjaltadóttir, skólustjóri á Háaleiti

Föstudaginn 20. nóvember var sögulegur viðburður hjá Special Olympics á Íslandi en þá var afhent fyrsta viðurkenningarskjalið vegna verkefnisins Young Athlete Project, YAP. Það er alþjóðaverkefni á vegum Special Olympics samtakanna sem felur í sér markvissa hreyfipjálfun barna með sérþarfir. Markhópur er börn með sérþarfir á aldrinum 2 – 7 ára. Sett er upp æfingaáætlun sem miðar við 2 – 4 æfingar í viku á 6 – 8 vikna tímabili. Mælingar fara fram í upphafi og við lok tímabils til að meta árangur en notuð eru hreyfiproskapróf sem útbúin voru í háskóla í Boston.

Heilsuleikskólinn Háaleiti Ásbrú er fyrsti leikskólinn á Íslandi til að hljóta viðurkenningu frá Special Olympics á Íslandi fyrir innleiðingu þessa verkefnis.

Verkefnið er alþjóðlegt og Ísland er nú komið í hóp þátttökulanda

Rannsóknir hafa sýnt að snemmtæk íhlutun getur reynst gífurlega þýðingarmikil þegar um er að ræða hreyfifærni barna og það hefur nú þegar komið í ljós í Háaleiti. Á Íslandi verður lögð áhersla á að öll börn geti tekið þátt þó markhópur sé börn með sérþarfir.

Auk samstarfs við leikskóla eru aðildarfélag ÍF hvött til þess að taka þátt. Nýlega hóf íþróttafélagið Ösp þátttöku í verkefninu og stendur nú fyrir hreyfipjálfun ungra barna á laugardögum í Hlíðarskóla. ÍFR stefnir á að setja á fót hreyfipjálfun ungra barna í janúar 2016.



Jóla kort ÍF 2015

Árlega framleiðir Íþróttasamband fatlaðra jóla kort til styrktar íþróttastarfi fatlaðra á Íslandi. Aðildarfélag ÍF eiga kost á að fá gefins 500 kort og önnur kort á kostnaðarverði en sala jóla korta hefur reynst mikilvæg fjáröflunarleið fyrir aðildarfélag ÍF. Listakonan Erla Sigurðardóttir hannaði jóla kortið 2015 og eins og áður eru jóla kortin gefin til starfsemi ÍF. Listakonan fær kærar þakkir fyrir mikilvægan stuðning.

HELGI OG THELMA ÍPRÓTTAFÓLK ÁRSINS 2015



Frjálsíþróttamaðurinn Helgi Sveinsson, Ármanni, og sundkonan Thelma B. Björnsdóttir, ÍFR, eru íþróttamaður og íþróttakona ársins 2015 úr röðum fatlaðra. Kjörinu var lýst á Radisson Blu Hótelu Sögu. Þá hlaut Guðmundur Sigurðsson rannsóknarlögreglumaður Hvataverðlaunin 2015. Thelma Björg gat ekki verið viðstödd afhendinguna þar sem hún var að keppa í Póllandi á sama tíma. Emil Steinar Björnsson bróðir Thelmu tók við verðlaununum fyrir hönd systur sinnar.



Nafn: Helgi Sveinsson
Félag: Ármann
Íþrótt: Frjálsar íþróttir
Flokkur: F42
Íþróttamaður ársins: 2013, 2015
Staða á heimslista F42: 1

Helgi Sveinsson er starfsmaður hjá Össuri hf. og frjálsíþróttamaður hjá Ármanni. Þjálfari hans í dag er Kári Jónsson en þjálfarar frá upphafi eru áður nefndur Kári, Guðmundur Hólmur Jónsson og Einar Vilhjálmsson. Helgi var ungur og efnilegur handknattleiksmaður en aflíma þurfti vinstri fót ofan við hné á unglingsárum.

Helgi tók þátt í sínu fyrsta stórmóti sumarið 2012 á Evrópumeistaramótinu í Hollandi og náði þar öðru sæti, hann er í dag Evrópumeistari frá 2014 í Swansea, heimsmeðafi og heimsmeistaramótsmetshafi í spjótkaсти F42.

Helgi vann til bronsverðlauna á árinu á HM í frjálsum sem fram fór í Doha í Katar þar sem keppt var í sameinuðum flokki F42, 43, og 44 en þannig verður málum háttað á Paralympics í Ríó De Janeiro 2016.

Helgi kastaði yfir heimsmet kínverjans Fu Yanlong í greininni 52,79 metra á fjórum mótum á árinu, 54,62 metra á JJ-móti Ármanns, 57,36 á kastmóti FH, 56,04m á Bislet í Osló og 55,18m á HM í Doha þar sem hann setti heimsmeistaramótsmet í flokki F42. Helgi á lengsta kast ársins í flokkunum þremur, 57,36 metra.

Nafn: Thelma Björg Björnsdóttir
Félag: ÍFR
Íþrótt: Sund
Flokkur: S6 - SB5 (hreyfihamlaðir)
Íþróttakona ársins: 2013, 2014, 2015.

Staða á heimslista S6: 50 skrið 21/66 – 100 skrið 15/59 – 400 skrið 10/37 – 50 bak 9/14 – 100 bak 28/53 – 100 bringa 12/38

Thelma Björg er nemi við Fjölbrautaskólann í Breiðholti og stundar sund með Íþróttafélagi fatlaðra í Reykjavík. Þjálfari hennar í dag er Tomas Hajek en þjálfarar Thelmu frá upphafi eru Halldór Sævar Guðbergsson, Eva Þórdís Ebenezersdóttir, Erlingur Þ. Jóhannsson og áður nefndur Tomas Hajek. Á árinu 2015 setti Thelma alls 30 Íslandsmet, varð Norðurlandameistari í 400m skriðsundi og hafnaði í 5. sæti á heimsmeistaramótinu í Glasgow í 100m bringusundi. Thelma gat ekki verið viðstödd athöfnina í dag þar sem hún berst fyrir lágmörkum á Paralympics og er af þeim sökum stödd við kepni í Póllandi.

Thelma er aðeins önnur konan í sögunni til þess að vera útnefnd íþróttakona ársins þrisvar sinnum eða oftar. Hin er Kristín Rós Hákonardóttir sem hlaut nafnbótina alls 12 sinnum þegar hún vann 12 ár í röð!



VHÐ ERUM STOLTIR STYRKTAÐIÐ



LYKILLINN
AÐ LÆGRA
VERÐI

WWW.ATLANTSOLIA.IS



HVATAVERÐLAUNIN 2015

Hvataverðlaun ÍF eru veitt einstaklingum, félagasamtökum, stofnun, fyrirtæki eða öðrum aðilum sem á framsækinn hátt hafa unnið í þágu íþróttastarfs fatlaðra á árinu.



Rannsóknarlögreglumaðurinn Guðmundur Sigurðsson hlaut Hvataverðlaunin í ár fyrir LETR verkefnið. LETR eða Law Enforcement Torch Run er alþjóðlegt verkefni sem byggir á samstarfi Special Olympics og lögreglumanna. Guðmundur tók að sér að stýra innleiðingu LETR á Íslandi og virkjaði lögreglumenn og konur til þátttöku í kyndilhlaupum fyrir Íslandsleika Special Olympics. Guðmundur tók m.a. þátt í LETR hlaupinu fyrir heimsleika Special Olympics í Los Angeles síðastliðið sumar.



SEX ÍSLANDSMET Í ÁSVALLALAUG

Íslandsmót Íþróttasambands fatlaðra í 25 metra. laug í sundi fór fram í Ásvallalaug í Hafnarfirði í nóvembermánuði. Fjögur Íslandsmet féllu í einstaklingsgreinum og tvö í boðsundi. Íþróttasamband fatlaðra vill koma á framfæri þakkætti til Íþróttafélagsins Fjarðar fyrir aðstoð við framkvæmd mótsins sem og til allra þeirra sem störfuðu við mótið.



Metin sem sett voru á mótinu:

Thelma Björg Björnsdóttir, ÍFR - S6 og SB5

200m fjórsund: 3.38,88 mín

100m bringusund: 1.56,37mín

Már Gunnarsson, Nes - S12

400m skriðsund: 4.58,11 mín.

Hjörtur Már Ingvarsson - Fjörður S6

100m bak - 1.39,46 mín

ÍFR b - boðsund

4x50 metrar - 3.04,70 mín

Sonja Sigurðardóttir

Guðmundur Hákon Hermannsson

Vignir Gunnar Hauksson

Thelma B. Björnsdóttir

Fjörður - boðsund

4 x 50 metrar - 2.02,60 mín

Kolbrún Alda Stefánsdóttir

Ragnar Ingi Magnússon

Aníta Ósk Hrafnisdóttir

Róbert Ísak Jónsson



LÍF ÁN TAKMARKANA

Össur er alþjóðlegt heilbrigðistæknifyrirtæki sem hannar og framleiðir stoðtæki, spelkur og stuðningsvörur. Hlutverk Össurar er að gera fólki sem lifir með líkamlegri fötlun af völdum sjúkdóma eða aflimunar kleift að njóta sín til fulls með bestu stoð- og stuðningstækjum sem völ er á.



35 ÁR FRÁ AFREKUM SIGURRÓSAR



Mynd/ AKV: Sigurrós hefur alla tíð verið liðtækur bocciaspilari og keppti m.a. fyrir Íslands hönd á Norðurlandamótinu í boccia 2012 sem fram fór í Laugardalshöll.

Í ár eru 35 ár síðan Ísland tók fyrst þátt í Paralympics (Ólympíumóti fatlaðra). Ísland var með í fyrsta sinn árið 1980 þegar Paralympics fóru fram í Arnheim í Hollandi. Í kjölfar þess að lönd sniðgengu Ólympíuleikana í Moskvu var Ólympíumót fatlaðra haldið í Arnheim í Hollandi með þátttöku 2500 keppenda frá 42 löndum.

Íslenski hópurinn var skipaður tólf keppendum þetta árið og þeirra á meðal voru þau Sigurrós Ósk Karlsdóttir sem keppti fyrir Akur á Akureyri og Jónas Óskarsson sem keppti fyrir ÍFR/Völsung.

Sigurrós keppti í sundi og Jónas í lyftingum. Sigurrós sem var eini keppandinn í sínum flokki vann til gullverðlauna en Jónas landaði bronsverðlaunum í lyftingakeppninni. Síðan 1980 hefur Ísland tekið þátt í öllum sumarleikum Paralympics og unnið til fjölda verðlauna á leikunum eða 37 gullverðlaun, 19 silfurverðlaun og 42 bronsverðlaun!

Síðar þetta sama ár 1980 var Sigurrós Ósk útnefnd íþróttamaður ársins úr röðum fatlaðra en það er vert að minnast þeirra sem ruddu brautina nú þegar fjölmargir afreksmenn úr röðum fatlaðra freista þess að vinna sér inn þátttökurétt á Paralympics í Ríó De Janeiro í Brasilíu 2016.

.IS

skráðu þitt **.is** lén
www.isnic.is

ISNIC | Internet á Íslandi hf. | s. 578 2030 | www.isnic.is

VIÐ STYÐJUM ÍÞRÓTTASAMBAND FATLAÐRA

Seltjarnarnes Falleg gólf - parketþjónusta frá 1984 • Horn í horn, parketlagnir • Nesskip • Systrasamlagið **Vogar** • Sveitarfélagið Vogar
Kópavogur ALARK arkitektar • Allianz á Íslandi • Á. Guðmundsson • Bifreiðaverkstæði Kópavogs • Bílalakk • Bílaleiga Reykjavíkur
Blikkform • BSA varahlutir • Digranessókn • Einar Beinteins - Dúklagningameistari • Elfa Guðmundsdóttir tannlæknir • Fasteignamiðstöðin
Fidesta viðskiptaráðgjöf - www.fidesta.com • Fjárstoð • Frostmark • GK heildverslun • Hafíð fiskverslun • Hamraborg • Hilmar Bjarnason, rafverktaki
Hitatækni • Hjörtur Eiríksson • Húsfélagabjónustan • Hvellur - G. Tómasson • Idex • Ingimundur Einarsson, málari • Init • Íshúsið • Íslandsspil
Íspan, gler og speglar • JÓ lagnir • JS-hús • KK veitingar Kínahofið • Klukkan, úr og skartgripir • Landmótun • Laser-tag Ísland • Libra
Loft og raftæki • Lögmansstofa Guðmundar Þórðarsonar og fasteignasala Kópavogs • Margmiðlun • MHG verslun • Nobex • Ólafssynir
Pottagaldrar • Rafbraut • Rafbreidd, heimilistækjaviðgerðir • Rafholt • Rafmiðlun • Raftækjavinnustofa Einars Stefánssonar • RJR
S.P. verktakar • Sjúkrabjálfunin Sporthúsinu • Snæland • Strikamerki • Svanur Ingimundarson málari • Tækniþjónusta Ragnars G Gunnarssonar
Ungmennafélagið Breiðablik • Útfararstofa Íslands • Vatnsvirkinn, www.vatnsvirkinn.is • Verifone á Íslandi • Verkstjórassamband Íslands
Vetrarsól, verslun • Vélaleiga Auberts Högnasonar • Viðskiptaþjónusta ÁGG • Ýmus ehf, heildverslun **Garðabær** • Aflbinding - Járnverktakar
AH Pípulagnir • Álheimar • Engilbert ÓH Snorrason tannlæknastofa • G.S. Ráðgjöf • Garðabær • Geislátækni-Laser-þjónustan • Hagráð
Hannes Arnórsson • K.C. Málun • Kópavogspósturinn • Ljósmyndastofa Garðabæjar • Loftorka • Okkar bakari • Pípulagnaverktakar
Sjúkrabjálfun Trausta • S.S. Gólf • Samhentir • Ungmennafélagið Stjarnan • Val-ás • Vörkuþing, heildverslun • Öryggisgirðingar
Hafnarfjörður • AC-Raf • Altis • Ásafl • Blekhyllki.is • Dekkjasalan • Dverghamrar • Efnalaugin Glæsir • Einar í Bjarnabæ • EÖ - Tréverk
Ferskfiskur • Flugmálaútgáfan • Friðrik A Jónsson • Fura málmendurvinnslan • Gaflarar ehf, rafverktakar • Garðasteinn • Garðyrkja ehf
Hafnarfjarðarbær Hagtak • Héðinn Schindler lyftur • Hugsá sér • Ísfell • Íslensk hollusta • Kú Kú Campers • Músik og Sport • Nonni Gull
Rafgeymasalan • Raftog, rafmagnsverkstæði • SBJ réttingar • Silkiprent • SJ Tréverk • Skóhöllin Firði • Snittvélín • Spennubreytar
Tannlæknastofa Harðar V Sigmarssonar • Teknis • ThorShip • Umbúðamiðlun • Verkalýðsfélagið Hlíf • Verslunin Andrea • Víðir og Alda
VSB verkfræðistofa • www.gardyrkjan.is **Álftanes** Dermis Zen **Reykjanesbær** Bílnet • DMM Lausnir • Efnalaugin Vík • Fasteignasalan Stuðlaberg
Ferðaþjónusta Reykjaness • Fjölbrautaskóli Suðurnesja • Hópförðir Sævars • IceMar • M2 Fasteignasala og leigumiðlun • Ráin, veitingasala
Sjúkrabjálfun Suðurnesja • Skartsmíðjan • Skólamatúr • Smur- og hjólbarðaþjónustan • Sporthúsið Reykjanessbæ • Toyota Reykjanessbæ UPS á Íslandi
Útfararþjónusta Suðurnesja • Verslunarmannafélag Suðurnesja **Grindavík** Bókvit • EVH verktakar • Hársnyrtistofan Rossini • Hópsnes
Jens Valgeir • Marver • Northern Light Inn • Sílfell • TG raf • Veitingastofan Vör • Víkurhraun • VOOT Beita **Sandgerði** Vélsmiðja Sandgerðis
Garður Bifreiðaverkstæði Sigurðar Guðmundssonar • SI raflagnir • Sporði • Sveitarfélagið Garður **Mosfellsbær** Elmír-teppaþjónusta • Fagverk verktakar
Glertækni • Hús-inn • Málningaþjónusta Jónasar • Mosfellsbakari • Múr og meira • Nonni líti • Vélsmiðjan Orri • Vélsmiðjan Sveinn
Akranes Akraborg • Bifreiðastöð Þórðar Þ. Þórðarsonar • Bílaverkstæði Hjalta • Bílver, bílaverkstæði • Brautin • Fasteignasalan Hákot • Grastec
Runólfur Hallfreðsson • Sjúkrabjálfun Georgs Janussonar • Skaginn, Þorgeir og Ellert • Skessuhorn - Fréttaveita Vesturlands • Smurstöð Akraness
Snókur verktakar • Sólbjörg Dröfn • Verslunin Einar Ólafsson **Borgarnes** Eyja- og Miklaholtshreppur • Kvenfélag Stafholtstungna
Límré Virnet • Samtök sveitarfélaga í Vesturlandskjördæmi • Ungmennasamband Borgarfjarðar UMSB • Velverk • Vélaverkstæði Kristjáns ehf
Reykholzt **Borgarfirði** Garðyrkjustöðin Sólbyrgi **Stykkishólmur** Bókhaldsstofan Stykkishólmi • Málflutningsstofa Snæfellsness
Grundarfjörður Fjölbrautaskóli Snæfellinga • Kvenfélagið Gley-mér-ei **Ólafsvík** Ingibjörg • Rafn • Steinunn • Verslunin Kassinn
Snæfellsbær Hótel Búðir • Hellissandur • Hjallasandur • KG Fiskverkun • Kristinn J. Friðbjófsen • Útnes ehf **Reykholahreppur** Þörungaverksmiðjan
Ísafjörður Bílasmiðja S.G.B. • GE vinnuvélar • H.V. umboðsverslun - Heklu söluumboð • Hamraborg • Hótel Ísafjörður • Ísafjarðarbær • Ísblikk
Kaffihúsið Húsið • Samgöngufélagið - www.samgongur.is • Sjúkrabjálfun Vestfjarða • Sólberg **Hnífsdalur** Hraðfrystihúsið Gunnvör
Bolungarvík Bolungarvíkurkaupstaður • Flugrúta Bolungarvík • Flugrúta Bolungarvík - Ísafjörður • Glaður • Málningarlagerinn • Sigurgeir G. Jóhannsson
Suðureyri Berti G ÍS-161 • Klföfningur **Patreksfjörður** Albína verslun • Bílaverkstæði Smur- og dekk • Einherji • Oddi, fiskvinnsla-útgærd • Vestmar
Tálknafjörður Bókhaldsstofan Tálknafirði • T.V. Verk **Bíldudalur** • Íslenska kalkþörungafélagið **Pingeyri** Brautin • Gistiúsið Við fjörðinn
Tengill, rafverktaki **Árneshreppur** Hótel Djúpvík **Blönduós** Blönduósbær • Húnavatnshreppur • Ljón norðursins veitingahús og Blönduból gistiheimili
Samstaða, skrifstofa verkalýðsfélaga • USAH - Ungmennasamband Austur - Húnavetninga • Vilko **Skagaströnd** Vélaverkstæði Skagastrandar
Sauðárkrókur FISK-Seafood • Héraðsbókasafn Skagfirðinga • Kaupfélag Skagfirðinga • K-Tak • Sauðárkrókskirkja • Sjúkrabjálfun Sigurveigar
Skagafjarðarveitur • Verslun Haraldar Júlíussonar • Verslunarmannafélag Skagafjarðar • Vinnuvélar Guðmundar og Skúla • Vörumiðlun
Varmahlíð Akrahreppur Skagafirði • Ferðaþjónustan Bakkaflof-www.riverafting.is • Hestasport - Ævintýraferðir **Siglufjörður** Fiskbúð Siglufjarðar
Raffó • Snerpa, íþróttafélag fatlaðra **Akureyri** Almenna lögbjónustan • AUTO, bílapartasala • Baugsbót, bifreiðaverkstæði • Bifreiðaverkstæði Bjarnhéðins
Bryggjan og Stríkið veitingastaði • Efling sjúkrabjálfun • Eining-löja • Geisli Glæraugnaverslun • Gróðrarstöðin Réttarhóll - www.rettarholl.is
Gróðrarstöðin Sólsgógar • Gúmminnslan • HSH verktakar • Ísgát • Íslensk verðbréf • J M J Herradeild • Kaupfélag Eyfirðinga • Knattspyrnufélag Akureyrar
Kollgáta • Lögmansstofa Akureyrar • Lögmansstofan • Medulla • Miðstöð • Pípulagningaþjónusta Bjarna F Jónassonar • Raftákn - Verkfræðistofa
Sjómannaþingið Víkingur • Slippurinn Akureyri • Tannlæknahúsið **Grimsey** Sæbjörg **Dalvík** G.Ben útgærdarfélag • Híbýlamálun,málningaþjónusta
Katla, byggingafélag • Sæplast • Tréverk, Dalvík **Ólafsfjörður** Sjómannafélag Ólafsfjarðar **Húsavík** Árni ÞH 127 • Bílaleiga Húsavíkur
Bókaverslun Þórarins Stefánssonar • Fatahreinsun Húsavíkur • Heimabakarí Húsavík • Skóbúð Húsavíkur • Steinsteypir • Vélaverkstæðið Árteigi
Víkurrar **Mývatn** Vogar, ferðaþjónusta **Raufarhöfn** Önnundur **Þórshöfn** Svalbarðskirkja **Vopnafjörður** Bílar og vélar • Vopnafjarðarhreppur
Egilsstaðir Bókráð, bókhald og ráðgjöf • Hitaveita Egilsstaða og Fella • Klausturkaffi • Kúpp • Móðir Jörð ehf. Vallanes • Myllan
Rafey • Skógar • Skrifstofuþjónusta Austurlands • Ungmenn- og íþróttasamband Austurlands • Þ.S. verktakar **Seyðisfjörður** Gullberg, útgærd
Seyðisfjarðarkaupstaður **Reyðarfjörður** Hárstofa Sigriðar • Launafl • Tól og Tæki • Tærgesen, veitinga- og gistiúsið **Eskifjörður** Egersund Ísland
Fjarðarþrif **Neskaupstaður** Sildarvinnslan • Verkmenntaskóli Austurlands **Stöðvarfjörður** Brekkan - Verslun og veitingastofa
Höfn í Hornafirði AJTEL ICELAND • Eystrahorn • Framhaldsskólinn í A-Skaftafellsýslu • Funi, sorphreinsun • Króm og hvítt • Sveitafélagið Hornafjörður
Uggi SF-47 • Prastarhóll **Selfoss** Baldvin og Þorvaldur • Bifreiðaverkstæðið Klettur • Bjarnabúð • Bókaútgáfan Björk • Brandugla, þýðingar
Búnaðarsamband Suðurlands • Eðalbyggingar • Flóahreppur • Fossvélar • Fræðslunetið - símenntun á Suðurlandi • Guðmundur Tyrfinngsson
Hagbók • Héraðssambandið Skarphéðinn, HSK • Hótel Gullfoss • Jeppasmiðjan • Jötunn vélar • Málariinn Selfossi • Nesey
Rakarastofa Björns og Kjartans • Renniverkstæði Björns Jensen • Set, róraverksmiðja • Tannlæknaþjónustan.is
Verkfræðistofa Guðjóns • Vélþjónusta Ingvars **Hveragerði** Garðplöntusalan Borg • Garðyrkjustöð Ingibjargar
Hverablóm, blóma- og gjafavöruslun • Hveragerðiskirkja • Kjörís **Þorlákshöfn** Fiskmark • Frostfiskur • Járnkallinn
Ölfus Básinn, Ingólfsskáli • Eldhestar • Litla kaffistofan • Laugarvatn • Ásvélar **Hella** Hestvit • Varahlutaverslun Björns B Jóhannssonar
Hvolsvöllur Búaðföng - bu.is • Gestastofan Þorvaldseyri • Héraðsbókasafn Rangæinga • Krappi, byggingaverktakar • Rafverkstæði Ragnars
Vík Hótel Katla • Myrdælingur **Kirkjubæjarklaustur** Hótel Laki **Vestmannaeyjar** Bragginn, bílaverkstæði • D.P.H, sjúkrabjálfun • Eyjablikk
Fiskmarkaður Vestmannaeyja • Grímur kokkur • Hótel Vestmannaeyja • Ísfélag Vestmannaeyja • Íþróttabandalag Vestmannaeyja
Karl Kristmanns, umboðs- og heildverslun • Lífeyrissjóður Vestmannaeyja • Miðstöðin • Ós • Vélaverkstæðið Þór • Vöruval • Þekkingarsetur Vestmannaeyja

PARALYMPICS ÍRÍÓ

7.-18. SEPTEMBER 2016

35

JÓN OG HELGI Á LEIÐ INN Í SVAKALEGA BARÁTTU



Paralympics (Ólympíumót fatlaðra) fara fram í Ríó de Janeiro í Brasilíu dagana 7. - 18. september 2016. Þegar er ljóst að Ísland mun að minnsta kosti eiga tvo fulltrúa á Paralympics en það eru sundmaðurinn Jón Margeir Sverrisson, Fjölni, og frjálsíþróttamaðurinn Helgi Sveinsson, Ármanni. Jón og Helgi eru fremstir meðal jafningja í sínum greinum og þessir albestu íþróttamenn Íslands úr röðum fatlaðra hafa háleit markmið fyrir Paralympics.

Paralympics er stærsta og sterkasta mót fatlaðra afreksmanna og fer fram fjórða hvert ár strax í kjölfarið á Ólympíuleikunum. Paralympics fara fram á sama stað og notast er við sömu leikvanga og Ólympíuþorp og gert er á Ólympíuleikunum.

Á næsta ári er gert ráð fyrir að um 4400 íþróttamenn frá 160 þjóðlöndum leiði saman hesta sína á Paralympics og verður þetta í fyrsta sinn í sögunni sem mótið fer fram í Suður-Ameríku. Á aðalfundi IPC (Alþjóðaólympíuhreyfing fatlaðra) sagði Sir. Philip Craven forseti IPC að markmið hreyfingarinnar væri að taka höndum saman og sýna umheiminum að Paralympics í Peking og London hafi ekki verið aðeins einstaklega vel heppnaðir heldur mót af þeim staðli sem hreyfingin vill láta þekkja sig af.

Alls verða 22 íþróttagreinar í boði í Ríó en konum í hópi keppenda fjölgar um tæp 10% frá leikunum í London 2012. Í London kepptu tvær íslenskar konur, þær Matthildur Ylfa Þorsteinsdóttir, frjálsum íþróttum, og Kolbrún Alda Stefánsdóttir, sundi. Ásamt Matthildi og Kolbrúnu kepptu þeir Helgi Sveinsson, frjálsum íþróttum, og Jón Margeir Sverrisson í sundi, einnig í London. Helgi og Jón eru einu Íslendingarnir sem eru komnir með öruggt sæti til Ríó 2016. Hvati tók stuttan púls á þeim félögum sem hafa staðið í ströngu á árinu 2015, Helgi með brons frá heimsmeistaramótinu í frjálsum og Jón með silfur frá heimsmeistaramótinu í sundi. Báðir settu þeir heimsmet á árinu!

„Ég finn að tilhlökkunin er að verða mikil, þetta mót er handan við hornið og hlakka ég mikið til að takast á við þessa

stráka í þessum nýja og sameinaða flokki, verður skemmtileg áskorun. Markmiðin eru skýr, ég ætla mér að vinna þennan flokk og tel mig eiga fullt erindi í að ná því markmiði,” sagði Helgi Sveinsson við Hvata. Helgi hafnaði í 3. sæti á heimsmeistaramótinu í októbermánuði. Gullið vannst með kasti sem var 56,24 metrar sem er undir heimsmeti Helga! Ljóst er að keppnin í þessum flokki í Ríó verður mögnuð.

Jón Margeir Sverrisson lokaði árinu með þrennum gullverðlaunum á móti í Brasilíu. „Helsti tilgangur ferðarinnar var að athuga hvernig löng ferðalög, loftslagið og maturinn færu í mig. Nú er bara að halda áfram að styrkja sig og ná enn meiri hraða í lauginni. Ég er mjög bjartsýnn eftir ferðina til Brasilíu og Paralympics í Ríó leggjast vel í mig. Stefnan er að sjálfsögðu sett á að verja titilinn síðan í London,” sagði Jón sem varð að láta sér lynnda silfurverðlaun í 200m. skriðsundi á heimsmeistaramótinu í Skotlandi. Keppni í 200m. skriðsundi í flokki SI4 hefur verið afar hörð síðustu ár og nú er það Rússi sem heldur heimsmetinu. Keppnin í greininni í Ríó verður gríðarleg og ljóst að þeir Jón Margeir og Helgi eru á leið inn í svakalega keppni í Brasilíu á romandi sumri. Þegar þetta er ritað eru engir nema Jón og Helgi öruggir um að verða fulltrúar Íslands á Paralympics. Aðrir íþróttamenn úr röðum fatlaðra hafa enn tíma til að vinna sér inn þátttökurétt en snemma á nýja árinu fara að berast tölur um hve marga keppendur þjóðlöndin hafa rétt á að senda. Ólíkt Ólympíuleikunum sjálfum dugir ekki aðeins að ná settum lágmörkum því Paralympics er með fjöldatakmörkanir sem sem taka m.a. til aðstoðarfólks íþróttamanna og fleiri þætti. Þetta þýðir, ef við tökum dæmi, að ef 10 Íslendingum tækist að tryggja sér lágmörk inn á Paralympics myndi það ekki þýða sjálfkrafa að þau fengu sæti á leikunum. Sérstök reikniformúla er notuð fyrir hverja grein og þetta hafði t.d. í för með sér að færri komust til London þar sem Ísland átti aðeins fjóra keppendur en fleiri náðu lágmörkum.

ÍF mun flytja frekari fréttir á www.ifsport.is af gangi mála en það skýrist ekki endanlega fyrr en í sumar hvernig íslenski hópurinn verður að lokum skipaður fyrir Paralympics 2016.

Ekkert er ómögulegt!

Valitor hefur verið einn aðalstuðningsaðili Íþróttasambands fatlaðra í yfir 20 ár. Við erum stolt af því.

Við höfum glaðst yfir glæstum sigrum, dáðst að ástundun og árangri og séð það staðfest ótal sinnum hverju íþróttastarf skilar þátttakendum og aðstandendum þeirra.

VALITOR

Valitor // Dalshrauni 3, 220 Hafnarfjörður // 525 2000 // valitor@valitor.is // www.valitor.is

SKYLMINGAR FATLAÐRA Á ÍSLANDI

NÁMSKEIÐ EFTIR ÁRAMÓT

Núna skömmu eftir áramót verður í fyrsta sinn á Íslandi haldið námskeið í skyldingum fatlaðra með höggsvörði. Að námskeiðinu stendur Skyldingasamband Íslands og verður það haldið í Skyldingamiðstöðinni í Laugardal. Ingibjörg Laufey Guðlaugsdóttir mun sjá um kennslu námskeiðsins en hún hefur þjálfað hjá Skyldingafélagi Reykjavíkur í fjögur ár og einnig stundað íþróttina í 13 ár.

Um skyldingar

Íþróttin kallast ólympískar skyldingar, þær hafa verið stundaðar á Íslandi í 67 ár og verið hluti af Ólympíuleikunum síðan í Aþenu 1896. Þetta er gömul íþrótt, full af hefðum og hefur oft verið kölluð líkamleg skák, þar sem hugur og líkami þurfa að vera í miklu samspili.



Fyrir hverja eru skyldingar?

Við hvetjum alla sem hafa áhuga á að taka upp sverðið að koma og prófa þessa stórskemmtilegu íþrótt. Skyldingar fatlaðra gera svo þeim iðkendum sem hafa ekki fulla hreyfigetu, hvort sem það er vegna lömunar, hreyfihömlunar eða vegna útlímamissis, kleift að taka þátt þar sem keppendur sitja í bardaga og álagið er aðeins á efri líkama.

ÞORSTEINN FYRSTUR ÍSLENDINGA Á HM Í BOGFIMI



Þorsteinn Halldórsson frá bogfimi-félaginu Boganum keppti fyrir hönd Íslands á heimsmeistarmóti fatlaðra í bogfimi sem fór fram í Donaueschingen í Þýskalandi í ágúst síðastliðnum. Þetta var í fyrsta sinn sem keppandi tekur þátt í World Archery Para Championships á vegum ÍF. Þorsteinn keppti í trissuboga (compound open men).

Þorsteinn er fatlaður á hægri hendi vegna áverka sem hann varð fyrir í fæðingu. Fyrir keppni var ekki ljóst hvort Þorsteinn fengi þátttökurétt á mótið þar sem hann hafði ekki fengið flokkun. Þorsteinn komst í gegnum flokkun með 26 stig en lágmarkið er 25 stig. Þorsteinn lenti í 72. sæti en tapaði síðan í útslætti á móti Nazar Pavlo frá Úkraínu.

Evrópumeistaramótið í bogfimi fer fram í aprílmánuði í Frakklandi þar sem Þorsteinn stefnir ótrauður á þátttöku.

BIKARMÓT ÍF ÍSUNDI



Átta ár í röð!
Íþróttafélagið Fjörður hefur verið nánast óstöðvandi síðustu ár
í bikarkeppni Íþróttasambands fatlaðra í sundi. Í sumar vann Fjörður
bikarinn áttunda árið í röð! Magnaður árangur hjá Hafnfirðingum.





Mynd/ Jón Björn — Fyrirliðarnir Lára og Guðfinnur með Blue Lagoon bikarinn eftirsóttar

Sjö Íslandsmet féllu á mótinu sem fram fór í Laugardalslaug í júnímánuði. Fjórður hlaut 13908 stig í keppninni en þetta var þriðja árið í röð sem keppt var um Blue Lagoon bikarinn sem gefinn var af Bláa Lóninu.

Lokastaða bikarkeppninnar:

1. sæti — Fjórður með 13908 stig
2. sæti — ÍFR með 8814 stig
3. sæti — Nes með 7649 stig
4. sæti — Fjölnir með 3410 stig
5. sæti — Ösp með 2791 stig

Sjö Íslandsmet féllu en þau settu

Thelma Björg Björnsdóttir, ÍFR
 200m skriðsund — 2:56,22 mín.
 100m skriðsund — 1:24,15 mín.
 50m bringusund — 54.52 sek.

Sonja Sigurðardóttir, ÍFR
 50m baksund — 1:04,35 mín.
 100m baksund — 2:21,19 mín.

Hjörtur Már Ingvarsson, Firði
 100m baksund — 1:39,61 mín.

Már Gunnarsson, Nesi
 200m skriðsund — 2:24,10 mín.

PARALYMPIC-DAGURINN HALDINN Í FYRSTA SINN

FJÖLMENNI Í FRJÁLSÍÞRÓTTAHÖLLINNI Í LAUGARDAL

Paralympic-dagurinn var haldinn á Íslandi í fyrsta sinn þann 31. október með stórskemmtilegri kynningu á íþróttum fatlaðra á Íslandi. Íþróttanefndir ÍF, aðildarfélög ÍF og nokkrir af hagsmunahópum fatlaðra ásamt samstarfsaðilum ÍF tóku þátt í kynningunni. ÍF vill koma á framfæri innilegu þakklæti til allra þeirra sem gerðu daginn einkar vel úr garði og afar eftirminnilegan.





Íþróttanefndir ÍF kynntu sínar greinar ásamt aðildarfélögum en gestir gátu skoðað bogfimi, borðtennis, lyftingar, hjólastólaþrófn, knattspyrnu, Snag-golf, frjálsar, Jap-braut, fimleika, skautaiþróttir, keila og boccia.



Íþróttamennirnir Arna Sigríður Albertsdóttir, handahjólreiðum, og Pálmi Guðlaugsson, þríbraut, létu sig ekki vanta og kynntu fyrir gestum íþróttir sínar en bæði notast þau við sérhæfðan búnað til íþróttaiðkunar. Umtalsverð gróska og nýliðun er í íþróttastarfi fatlaðra um þessar mundir og fjölbreytnin vex með degi hverjum eins og vöxturinn í búnaðsgreinum ber vott um.

Ingó veðurguð stýrði deginum af röggsemi en varð að jata sig sigraðan í kúluvarpi gegn Suðra-sleggjunni Huldu Sigurjónsdóttur en vel fór á með þeim vinum. Ingó hvatti gesti til að keppa gegn sér í ýmsum greinum og að sjálfsögðu tók hann lagið.

Góður rómur var gerður að deginum og ljóst að hér eftir verður um árlegan viðburð að ræða.



Velkomin



Vinsamlegast bókið heimsóknina fyrirfram á www.bluelagoon.is

BLUE LAGOON
ICELAND

KRISTÍN FÓR Á KOSTUM Á ÍTALÍU

Sundkonan Kristín Þorsteinsdóttir frá Ísafirði fór mikinn á Evrópumeistaramóti einstaklinga með Downs heilkeinni sem fram fór á Ítalíu í nóvembermánuði. Kristín sem verðlaunuð var fyrir bestu frammistöðu mótsins setti tvö ný heimsmet, tíu Evrópumet og kom heim með fimm gullverðlaun, ein silfurverðlaun og ein bronsverðlaun. Aldeilis framúrskarandi árangur en þetta var í fyrsta sinn sem Íslendingur keppir á móti hjá DSISO.

Samtökin DSISO eru fyrir sundmenn með Downs-heilkenni en á heimasíðu samtakanna segir að tildrög stofnunar þeirra hafi verið þau að einstaklingar með Downs-heilkenni hafi átt afar erfitt uppdráttar í keppni með öðrum þroskahömluðum. Helsta ástæðan væri sú að einstaklingar með þroskahamlaðir glíma sjaldnast við sömu líkamlegu skorður og þekktar eru hjá íþróttamönnum með Downs-heilkenni.

Neðangreint er úr viðtali sem BB tók við mæðgurnar Kristínu Þorsteinsdóttur og Sigríði Hreinsdóttur skömmu eftir að þær komu úr frægðarförinni til Ítalíu og er birt með góðfúslegu leyfi BB:

„Þetta er ekki í fyrsta sinn sem hún kemur okkur á óvart. Þegar hún var að hefja skólagöngu þá byrjuðum við á því að funda með skólayfirvöldum þar sem við vorum spurð út í hverjar væntingar okkar fyrir skólagöngu Kristínar væru. Við foreldrarnir vorum alveg á því að við vildum að hún lærði að lesa. Það var eins og við hefðum slegið þau utan undir með þessu og var sem við gerðum mjög óraunhæfar kröfur. Þegar fundurinn var að klárast, þá vorum við spurð um hvort við vildum ekkert endurhugsa þetta. Við vorum ekki til í að bakka, því við höfðum fulla trú á því að hún gæti lært að lesa. Við vorum ekkert að halda því fram að hún gæti orðið rithöfundur en vildum að hún gæti lesið sér til gagns og gamans þar sem við vissum hvað það yrði mikil undirstaða fyrir lífsgæði hennar, þó hún myndi þara stauta sig áfram. Þegar Kristín var svo í fjórða eða fimmta bekk þá var hún þegar að lesa 78 atkvæði og þá segir kennarinn hennar að sennilega fari hún ekki hærra. Við foreldrarnir horfðum hvort á annað og sögðum að við skyldum nú sjá til með það. Ári seinna fórum við aftur á fund kennarans og þá segir hún okkur að hún muni aldrei aftur vera með svona fullyrðingar en þá var Kristín farin að lesa yfir 150 atkvæði og kom þar öllum á óvart.“



Kristín segist aðspurð hafa fundið vel fyrir ákveðni sinni í keppninni og segist Sigríður hreinlega stundum hafa orðið hissa á að sjá agann sem dóttir hennar býr yfir. Við ræddum hvort Kristín segði eitthvað við sig í huganum til að hvetja sig áfram þegar hún væri að synda. Sigríður sagði að Kristín hefði þulið upp úti „bara ein ferð, ég verð engu stund að þessu - spýta í!“ Svo í 50 metrunum að þá var það „þetta eru bara tvær ferðir, spýta í og svo á ég bara eina ferð eftir og þá ætla ég að spýta enn meira í.“ „Já og ég gerði það“ svarar Kristín með stolti.

Sigríður segir að það hafi ekki verið laust við að sandkornafjúk hafi herjað á móðuraugun er þau fylgdust með dótturinni á verðlaunapallinum undir íslenska þjóðsöngnum og hún hafi hugsað með sér „þetta er af tilefni sígra dóttur minnar, hennar Kristínar, sem hefur verið tilfinningarússíbani frá því hún kom í heiminn. Hverjum hefði dottið þetta í hug?“

Merkilegt var og til marks um þrautseigju Kristínar var að á meðan á keppni stóð var hún með kvef og eyrnabólgu. Sigríður sagði frá því inn á Fésbókarsíðu sundkonunnar sagðist vonast til að það næði ekki yfirhöndinni. Hún hélt nú ekki stúlkan, hún ætlaði ekki að láta kvef slá sig út af laginu og sagði „kvef getur ekki ráðið yfir manni.“ Sigríður segist svo sjálf hafa fengið kvefpest við heimkomu og hugsaði með sér að hún væri nú ekki til í að vera að fara að keppa í sundi í þessu ástandi.“

Þegar blaðamaður spurði Kristínu hvort hún væri nokkuð komin með leið á að synda svaraði hún að bragði „Nei – ég gefst sko ekki upp.“

KOSTNAÐUR VEGNA AFREKSÍÞRÓTTA Á ÍSLANDI

**ÞÖRF Á AÐ VEITT SÉ ÁRLEGA TIL AFREKSSTARFS UM 650 M.KR. MIÐAÐ VIÐ ÁRIÐ 2015
SKÝRSLA ÍSÍ SÝNIR GRÍÐARLEGA ÞÖRF Á AUKNU FJÁRMAGNI INN Í ÍÞRÓTTAHREYFINGUNA**

Í október skilaði vinnuteymi ÍSÍ af sér skýrslu - um kostnað vegna afreksíþróttastarfs á Íslandi. Á heimasíðu ÍSÍ má nálgast skýrsluna í heild sinni sem og samantekt helstu atriða hennar. Hvati fékk góðfúslegt leyfi ÍSÍ til þess að endurbirta samantekt skýrslunnar.

Í Afrekss Stefnu ÍSÍ sem samþykkt var á Íþróttapingi ÍSÍ árið 2000 af fulltrúum allra sambandsaðila íþróttahreyfingarinnar á Íslandi segir:

Sameiginleg markmið íþróttahreyfingarinnar:

Sameiginlegt markmið íþróttahreyfingarinnar er að Íslendingar eigi hverju sinni afreksmenn og afreksflokka í íþróttum er skipi sér á bekk með þeim bestu í heiminum og að stöðugt hækki afrekssstig íslenskra íþrótta. Í því felst að efla hæfni og færni þeirra sem að afreksíþróttastarfinu koma og sem með afreksíþróttamanninum vinna, tryggja möguleika afreksíþróttamanna framtíðarinnar til að ná settu marki, stuðla að bættum framfærsluáðstæðum íþróttamannsins og auka íslenska þjálfunarkunnáttu.

Unnið hefur verið að þessu markmiði í langan tíma og má segja að allt starf ÍSÍ í tengslum við afreksíþróttir taki mið af þessu sameiginlega markmiði. Þannig er eitt af viðfangsefnum stefnunnar að veita afreksíþróttafólki og flokkum fjárhagslegan stuðning og til þess er starfræktur Afrekssjóður ÍSÍ sem fjármagnaður er af framlagi ríkisvaldsins á fjárlögum Alþingis hvert ár og af hlutfalli af tekjum íþróttahreyfingarinnar frá Íslenskri Getspá.

Mikilvægt atriði í afreksíþróttastarfinu eru þeir þættir sem snúa að íþróttamanninum sjálfum og framfærsluáðstæðum hans, eða svokölluð lýðréttindi afreksíþróttamanna. Kjör afreksíþróttamanna á Íslandi eru í mörgu langt á eftir nágrannapjóðum og í því samhengi hefur Lárus L. Blöndal, forseti ÍSÍ, lagt mikla áherslu á að þessi þáttur sé skoðaður nánar. Til þessa var settur á fót vinnuhópur til að safna saman upplýsingum og greina þann kostnað sem tilheyrir umhverfi íþróttamanna, sérsambanda, verkefna og liða. Vinnuhópurinn hefur skilað af sér skýrslu sem er afrakstur þeirrar vinnu, en m.a. voru skoðuð gögn sem til eru í skjalasafni Afrekssjóðs ÍSÍ, ársskýrslur

sérsambanda ÍSÍ sem og útgefin gögn frá íþróttasamtökum í löndunum í kringum okkur.

Helstu niðurstöður

Til að hægt sé að átta sig betur á íslenskri þörf má skipta henni niður í nokkra flokka:

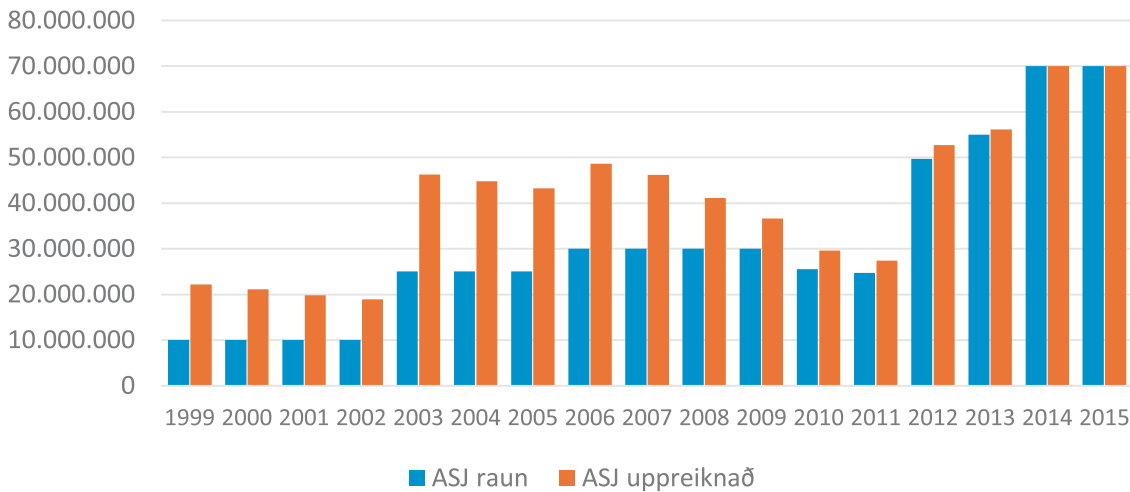
- *Daglegt líf íþróttamanna, lýðréttindi og framfærsla.*
- *Afreksíþróttastar sérsambanda.*
- *Grunnstyrkur til sérsambanda vegna landsliðsverkefna.*
- *Fagteymisþjónusta, afreksíþróttamiðstöð og rannsóknir.*
- *Ólympísk verkefni og þátttaka Íslands á leikum.*

Með þessu er verið að telja til nokkra kostnaðarþætti eða áherslur en jafnframt mætti skoða aðstöðu vegna afreksíþrótta. Ekki er eingöngu nóg að byggja mannvirki ef að afreksíþróttafólk eða sérsambönd hafa ekki aðgang að mannvirkjunum fyrir æfingar og keppni.

Núverandi umgjörð

Umgjörð afreksíþróttastarfsins liggur að mestu hjá sérsamböndum ÍSÍ. Þannig er þátttaka í stærstu verkefnum kostuð af sérsamböndunum sem stundum njóta styrkja frá alþjóðasérsamböndum vegna þessa.

Fyrir ÓL 2012 fékk danska handknattleikssambandið 145 milljónir króna til að undirbúa karlalandsliðið til keppni á meðan HSÍ fékk 10 milljónir króna frá afrekssjóði ÍSÍ



Í töflunni má sjá framlag ríkisins til Afrekssjóðs ÍSÍ í raunupphæð á hverju ári sem og uppreiknaðar upphæðir miðað við vísitölu 2014/2015.

Nokkur sérsambönd hafa fest þá upphæð sem íþróttafólkið greiðir vegna þátttöku og mismunurinn er þá greiddur af sérsambandinu. Allflest samböndin hafa þó ekki fjármagn til að standa straum af þessum kostnaði og fellur hann því á þátttakendur. Þátttakendur þurfa þá að safna fyrir þeim kostnaði með fjárflokkun eða afla styrkja. Oftast eru það heimilin í landinu, foreldrar íþróttamanna sem bera þennan kostnað.

Í töflunni má sjá framlag ríkisins til Afrekssjóðs ÍSÍ í raunupphæð á hverju ári sem og uppreiknaðar upphæðir miðað við vísitölu 2014/2015.

Styrkveitingar til sérsambanda

Afrekssjóður ÍSÍ veitir afrekssstyrki til sérsambanda vegna verkefna og íþróttamanna og eru þeir styrkir fyrst og fremst til þess að greiða kostnað við æfingar og undirbúning undir keppni, sem og þátttöku í keppni erlendis. Mismunandi umhverfi er til staðar hjá öðrum norrænum ríkjum og nálægum evrópuþjóðum, svo sem frí þátttaka í landsliðsverkefnum, skólstyrkir, aukinn sveigjanleiki varðandi kröfur vegna námslána sem og aðgengi að sérstökum íbúðum, æfingabúðum og mótuneyti án kostnaðar eða á niðurgreiddu verði. Þá er víða umfangsmikið aðgengi að fagteymisaðilum (læknum, sjúkraþjálfurum, næringarfræðingum, sálfræðingum, o.fl.) sem eru starfandi á vegum íþróttahreyfingarinnar, öflug rannsóknarvinna á vegum háskóla sem snýr að tæknilegum þáttum íþróttanna jafnt sem samfélagslegum þáttum, og svona mætti lengi telja.

Umhverfi íþróttafólks á Íslandi

Hver afreksíþróttamaður býr við ólíkt umhverfi. Sumir búa enn hjá foreldrum, aðrir leigja íbúðir og örfáir búa í eigin húsnæði. Margir þeirra eru í námi, sumir vinna einnig samhliða námi og enn aðrir eru í hluta- eða fullu starfi samhliða miklum æfingum. Ef að nokkrir íþróttamenn eru skoðaðir, s.s. úr frjálsíþróttum og sundi, og þeirra áætlun í nokkur ár

sést að með betri árangri og fleiri árum meðal þeirra bestu þá hækka útgjaldaliðir og um leið vex þörfin fyrir að bæta og efla þá umgjörð sem þarf að vera til staðar til þess eins að íþróttamaðurinn nái bættum árangri eða að halda sinni stöðu á heimslista.

Aðstæður afreksíþróttar í þeim löndum sem við berum okkur oftast saman við, eru mismunandi. Í boði eru ekki eingöngu peningagreiðslur heldur einnig sveigjanleiki í námi og aðgengi að mótuneyti og fagteymi.

Aðrar þjóðir

Í löndunum í kringum okkur eru mörg ólík dæmi um stuðning við afreksíþróttir. Nánast undantekningarlaust eru styrkir veittir til sérsambanda sem hafa umsjón með verkefnum og íþróttafólkinu. Þannig eru afburða afreksmenn að taka þátt í verkefnum sérsambanda án þess að þurfa að bera kostnað. Öll umgjörð afrekssstarfsins gagnvart fremstu íþróttamönnum viðkomandi þjóðar eru því fjármögnuð af íþróttahreyfingunni, s.s. með opinberum fjárfraumlögum, og þeir styrkir sem íþróttamaður aflar eru þá fyrst fremst vegna framfærslu og til að koma í stað launa eða annarra tekna. Þannig er verið að gera íþróttamanni kleift að sinna íþróttinni að fullu og jafnframt hafa tekjur til framfærslu samhliða sinni iðkun. Vissulega eru aðrar þjóðir fjölmennari og hafa úr meira fjármagni að spila, enda umgjörðin viðameiri hvað varðar mótahald og útbreiðslu. Oftar en ekki eru þeir þættir sem snúa að afrekssstarfinu sambærilegir og íslenskt afrekssstarf þarf á svipaðri umgjörð að halda og til er hjá öðrum þjóðum, ef sömu kröfur eru gerðar varðandi árangur.

Almennt séð er umgjörð íslenskra keppenda í engum takti við það sem aðrar þjóðir eru með á sambærilegum stórviðburðum.





Samstarfsaðilar Íþróttasambands fatlaðra





Fjárhagsleg þörf

Til að átta sig enn betur á fjármagnsþörf vegna afreksstarfs má telja að til að standa nærri þjóðunum í kringum okkur sé þörf á að veittar sé árlega til afreksstarfs um 650 milljónir króna miðað við árið 2015. Þetta er þannig áætluð fjárþörf til að færa afreksstarf á Íslandi í átt að því sem gerist í nágrannalöndum okkar. Þörf er á að hægt sé að gera allt að fjögurra ára samning við sérsambönd og færa afreksstarfið inn á nýjar brautir þar sem menn geta séð lengra fram í tímann og nýtt mannskap og hverja krónu enn betur.



Tímasett áætlun

Til að setja upp raunhæfa áætlun má hugsa sér að stefnt sé að því ÍSÍ hafi um 650 m.kr. til ráðstöfunar í afreksstarf eftir ríflega eina ólympíuöðu, þ.e. fyrir Ólympíuleikana í Tókíó 2020. Raunþörf á þeim tíma er eflaust hærri vegna verðlagsbreytinga og aukins umfangs hjá þeim þjóðum sem við berum okkur saman við. Afrekssjóður ÍSÍ úthlutaði rúmlega 120 m.kr. í upphafi ársins 2015 og má gera ráð fyrir að heildarúthlutun ársins verði nærri 130 m.kr., sem er sögulega hæsta úthlutun sjóðsins. Með hækkun upp í 650 m. kr., sem er um 500 m.kr. hækkun miðað við núverandi framlög til afreksíþróttar, væri farið nærri því að ná áætlaðri þörf og jafnframt væri hægt að uppfylla þær áherslur sem settar eru fram í skýrslu vinnuhópsins.



Í Íþróttastefnu ríkisins 2010 til 2015 segir m.a.: Stuðningur skólakerfisins við afreksíþróttir verði aukinn og í því samhengi verði íþróttæfingar, keppnir og íþróttafrek metin til námseininga í skólakerfinu. • Veitt verði peninga-verðlaun fyrir árangur á heimsmeikvarða, líkt og þekktist hjá öðrum Evrópuþjóðum. • Stutt verði fjárhagslega við Afrekssjóð ÍSÍ og umfang hans aukið í takt við verðlagsþróun og kostnað við afreksíþróttastarf sérsambanda og ÍSÍ. • Sérsamböndin verði studd áfram fjárhagslega af ríkinu. • Sérsamböndum verði gert fjárhagslega auðveldara að halda úti landsliðum og taka þátt í alþjóðastarfi sem fulltrúar Íslands.



JÓLALEG KVÖLDSTUND Í PERLUNNI

19. NÓVEMBER TIL 30. DESEMBER

Loksins!

Hin fræga
rjúpusúpa
komin aftur.

Eigðu einstaka og hátíðlega kvöldstund á hinu óviðjafnalega
jólahlæðborði Perlunnar. Það borgar sig að panta borðið þitt strax,
enda eitt vinsælasta jólahlæðborð á landinu!

Verð 9.900 kr. · Tilboð frá mán. til mið. 7.900 kr.
Hádegistilboð 6.390 kr. dagana 4. 5. - 11. 12. 13. - 18. 19 og 23. desember.

Á hlaðborðinu má meðal annars finna þessa veislurétti:

FORRÉTTIR Rjúpusúpa, kaviar, reyktur lax, graflax, reyktur áll á eggji, parmaskinka, paté, andalifrar-terriner, sveitapaté, lifrarkæfa, sjávarréttasalat, rækjur og saltfiskur, marineraður hörpudiskur, síld, heitreyktur silungur, kalkúnasalat, skinkusalat.

ADALRÉTTIR Grilluð nautasteik, purusteik á danska visu, roastbeef, drottningar-skinka, hamborgarhryggur, kjúklingur tandoori, kalkúnabringur, hangikjöt, andarlæri, eldsteikt lambalundur.

EFTIRRÉTTIR Ris á l'allemande, fromage, konfektökur, ensk jólakaka, marengskaka, súkkulaðiterta, Perlu-súkkulaði bomba, heit eplakaka.

Gjafabréf
Perlunnar

Góð gjöf við
öll tækifæri!



LIFANDI TÓNLIST

Stúlkurnar hressu í Jólatrióinu munu halda uppi hátíðlegri stemmningu frá miðvikudegi til sunnudags á Jólahlæðborði Perlunnar.



SKÖTUHLÆÐBORÐ

Sérstök stemmning ríkir í Perlunni á Þorláksmessu, þá er boðið er upp á skötu að fornum sið. Auðvelt er að borða sig mettan af fiskréttunum á hinu glæsilega 14 fermetra skötuhlæðborði.



JÓLAVÍNLISTI

Á jólahlæðborðinu verður boðið upp á sérstakan jólavínlista. Þar má meðal annars finna vín frá hinum heimsþekktu framleiðanda Domaines Schulumberger.

SILFUR OG BRONS

Á HEIMSMEISTARAMÓTUM TÍMABILSINS



Ásmundur Jónsson, Kári Jónsson,
Helgi Sveinsson og Arnar Helgi Lárusson

Á árinu 2015 fóru fram heimsmeistaramót í sundi og frjálsum þar sem Ísland afrekaði að vinna til silfur og bronsverðlauna. Jón Margeir Sverrisson, Fjölni, kom heim af HM í sundi í Glasgow í Skotlandi með silfur og Helgi Sveinsson vann til bronsverðlauna á HM í frjálsum sem fram fór í hinni sólríku borg, Doha í Katar.

Ísland átti fjóra keppendur í Glasgow á HM í sundi en þau voru Jón Margeir Sverrisson, Thelma Björg Björnsdóttir, ÍFR, Kolbrún Alda Stefánsdóttir Firði/SH og Sonja Sigurðardóttir, ÍFR. Íslenska sveitin setti sex Íslandsmet á mótinu, Thelma þrjú og Sonja þrjú. Jón Margeir var sá eini sem komst á verðlaunapall en hann hafnaði í 2. sæti í 200m skriðsundi þar sem Rússinn Viacheslav Emeliantsev landaði gulli. Viacheslav setti einnig nýtt heimsmet í undanrásum í greininni þegar hann bætti ríkjandi heimsmet Jóns úr 1:56,94 mín. í 1:56,27 mín. Ljóst er að þessir tveir öflugu sundmenn munu mætast í rosalegum slag á Paralympics í Ríó De Janeiro í Brasilíu í september 2016.

Fulltrúar Íslands á HM í frjálsum voru tveir, spjót-kastarinn Helgi Sveinsson og hjólastólakappaksturs-

maðurinn Arnar Helgi Lárusson. Arnar Helgi setti tvö ný Íslandsmet á mótinu í 200m og 400m hjólastólakappakstri. Helgi sem keppti í fyrsta sinn í spjótkesti eins og keppt verður á Paralympics í Ríó 2016, hafnaði í 3. sæti. Í Ríó verður keppt í sameiginlegum flokkum F 42,43 og 44 þar sem Helgi setti nýtt heimsmeistaramótsmet er hann kastaði spjótinu 55,18 metra. Menn voru í góðum gír í Doha því gull- og silfurverðlaunahafarnir voru báðir með persónulegar bætingar og annar þeirra setti álfumet. Ljóst er að spjótkeppnin hefur harðnað til muna með sameiginu flokkanna og þó að Helgi hafi ekki náð að „hitta á það“ í Doha þá trónir hann engu síður á toppi heimslista F 42,43 og 44 fyrir árið 2015 með lengsta kastið sem er jafnframt ríkjandi heimsmet hans, 57,36m.

Að loknum heimsmeistaramótum sumarsins er ljóst að Ísland hefur tryggt sér eitt sæti á Paralympics í Ríó 2016. Það gerðist með silfurverðlaunum Jóns Margeirs á Glasgow í sundi en verðlaunahafar í 1.-2. sæti á HM tryggðu löndum sínum eitt sæti með árangrinum. Snemma á árinu 2016 verður svo endanlega ljóst hvaða fleiri íþrótta-menn tryggja sér þátttökurétt í Ríó.

ÍSLANDSMÓT Í EINLIÐALEIK BOCCIA

SJÖ FÉLÖG SKIPTU MEÐ SÉR NÍU GULLVERÐLAUNUM

Íslandsmót Íþróttasambands fatlaðra í einliðaleik í boccia fór fram í Laugardalshöll í október síðastliðnum. Að þessu sinni fór mótið fram í Reykjavík í tilefni af 35 ára afmæli Íþróttafélagsins Aspar. Ösp stóð fyrir undirbúningi og framkvæmd mótsins sem var eitt hið stærsta í manna minnum með rúmlega 230 keppendum frá 15 aðildarfélögum Íþróttasambands fatlaðra.

Keppnin á mótinu var bæði jöfn og hörð. Sjö félög tryggðu sér þau níu gullverðlaun sem í boði voru en leikið var í 1. - 7. deild og svo BC 1 - 4 og rennuflokkki. Ólafur Ólafsson yngri sem er sonur nafna síns og föður, Ólafs Ólafssonar, formanns Aspar, fagnaði 50 ára afmæli sínu á mótinu og óskar Íþróttasamband fatlaðra honum innilega til hamingju með stórafmælið. Ólafur Ólafsson yngri hefur bæði verið virkur sem keppandi á mótum fatlaðra hérlandis og erlendis og einnig virkur í störfum fyrir Íþróttafélagið Ösp.

Hróður þeirra feðga var mikill því á sjálfu lokahófinu afhenti Ingvar Sverrisson formaður Íþróttabandalags Reykjavíkur, Ólafi formanni Aspar gullmerki Íþróttabandalags Reykjavíkur. Gullmerkið sem ÍBR afhenti Ólafi var nr. 96 í röðinni sem ÍBR afhendir í sögu bandalagsins.

Þetta árið var það þó ÍFR sem stal senunni í 1. deild einliðaleiksins þegar reynsluboltinn Hjalti Bergmann Eiðsson hafði sigur í keppninni. Hér að neðan er svo listi yfir alla þá sem unnu til Íslandsmeistararitils á mótinu:

1. deild

1. sæti - Hjalti Bergmann Eiðsson, ÍFR

2. deild

1. sæti - Hrafnhildur Sverrisdóttir, Snerpu

3. deild

1. sæti - Unnur Marta Svansdóttir, Akri

4. deild

1. sæti - Sigríður Karen Ásgeirsdóttir, Nes

5. deild

1. sæti - Védís Elva Þorsteinsdóttir, Akri

6. deild

1. sæti - Haukur Gunnarsson, Nes

7. deild

1. sæti - Gunnar Hafberg Ingimundarson, Gáska BC 1-4

1. sæti - Aðalheiður Bára Steinsdóttir, Grósku Rennuflokkur

1. sæti - Bernharður Höðversson, Ægi





Ingvar Sverrisson formaður ÍBR afhendir Ólafi Ólafssyni formanni Aspar 96. gullmerki ÍBR



Ólafur Ólafsson yngri fagnaði 50 ára afmæli sínu á Íslandsmótinu





4ra rétta	7 rétta
10.500 kr.	12.500 kr.

JÓLASEÐILL GRILLSINS ER FULLKOMIÐ SAMSPIL MATAR OG DRYKKJAR

Við erum stolt af rótum okkar og berum virðingu fyrir sögunni
en leyfum okkur að skapa nýstárlega matarupplifun





SUMARBÚÐIR Í 30 ÁR

Í hartnær 30 ár hefur Íþróttasamband fatlaðra staðið fyrir sumarbúðum á Laugarvatni. Sem aldrei fyrr hafa þær notið mikilla vinsælda og komast færri að en vilja. Á Laugarvatni er allt til alls; gott íþróttahús, frábær sundlaug og falleg náttúran við höndina að ógleymdum Laugvetningum sjálfum sem taka sumarbúðarfólki opnum örmum á hverju sumri og láta gestum líða sem þeir væru heima hjá sér.

Sumarbúðargestir koma úr öllum fötlunarhópum og af öllu landinu. Þó flestir séu þegar í íþróttastarfi einhvers aðildarfélags sambandsins eru alltaf einhverjir sem stíga sín fyrstu skref á íþróttabrautinni í sumarbúðunum. Dagskrá sumarbúðanna er fjölbreytt en dagskráin er frá morgni og kvölds og jafnvel lengur. Að lokinni hefðbundinni íþrótt- og útivistardagskrá tekur við bingó, bíókvöld, kaffihúsaferð, náttfataball og kvöldvökur. Mikilvægasti þáttur búðanna er þó sá tími sem þátttakendum er gefinn til að treysta vinabönd og búa til ný.

ÍF heldur úti sérstakri heimasíðu tengdri búðunum. Þar er að finna upplýsingar og myndir úr starfinu. Eins er fésbókarsíða búðanna stútfull af myndum og fróðleik.

Ekki er hægt að minnast á sumarbúðir ÍF án þess að geta þeirra styrktaraðila sem gera okkur kleift að starfrækja búðirnar á hverju ári. Þó nokkur hefur styrkt þær til fjölda ára með myndarlegu framlagi auk Öryrkjabandalagsins. Eins hafa fjölmargir aðrir veitt okkur myndarlegan styrki. Kunnum við þeim bestu þakki fyrir. Án þeirra væru sumarbúðir ÍF ekki það sem þær eru nú.

Sumarbúðir ÍF halda úti fésbókarsíðu og hvetjum við alla til að kíkja á hana og kynna sér starfið í máli og myndum.



ÖSSUR STYRKIR

ÍF

STARFSMENN ÖSSURAR HLUPU TIL STYRKJAR
ÍF Í REYKJAVÍKURMARAFONINU



Rúmar 80 milljónir söfnuðust til styrktar góðgerðarfélögum í Reykjavíkumaraþoninu sem fram fór í ágúst mánuði 2015 en um 15 þúsund manns tóku þátt í ár.

Þetta var í 32. sinn sem hlaupið er haldið en líkt og undanfarin ár hljóp starfsfólk Össurar til styrktar Íþróttasambandi fatlaðra og safnaði samtals 417.500 krónum. Magnað starfsfólk og mögnuð velvild í garð ÍF.

Það var Edda Heiðrún Geirsdóttir forstöðumaður alþjóðamarkaðsdeildar Össurar sem afhenti Ólafi Magnússyni framkvæmdastjóra fjármála- og afrekssviðs ÍF styrkinn í höfuðstöðvum Össurar. Íþróttasamband fatlaðra þakkar Össuri hf. veglegt framlag en Össur er einn af stærstu samstarfsaðilum ÍF.

Edda Heiðrún Geirsdóttir VP of Branding and Communications, Global Marketing hjá Össuri og t.h. Ólafur Magnússon framkvæmdastjóri afreks- og fjármálasviðs ÍF.

CAMILLA SÆMD HEIÐURSKROSSI ÍSÍ

Camilla Th. Hallgrímsson fyrrverandi varaformaður Íþróttasambands fatlaðra var á árinu sæmd heiðurskrossi ÍSÍ á íþróttapingi Íþrótt- og Ólympíusambands Íslands. Camilla var stjórnarmaður hjá ÍF 1990-2011 og vann mikið fyrir ÍF að málefnum fatlaðra barna og unglinga.

Camilla var m.a. fararstjóri á nokkrum norrænum barna- og unglingamótum auk þess að vera einn aðalskipuleggjenda mótsins þegar það fór fram hérlandis sumarið 2007. Camilla var einnig varaformaður ÍF og staðgengill formanns og kom fram fyrir hönd sambandsins á fjölmörgum viðburðum bæði hér innanlands sem og erlendis.

Íþróttasamband fatlaðra óskar Camillu innilega til hamingju með vel verðskuldaða heiðursveitingu.

Mynd/ Jóhann Arnarson

- Camilla með heiðurskrossinn við síðasta íþróttaping ÍSÍ.



PÁLMI PÁLMASSON SIGURVEGARI Á MINNINGARMÓTI HARÐAR BARÐDAL

Úrslit mótsins

Flokkur fatlaðra

1. Pálmi Pálmaðsson
2. Elín Fanney Ólafsdóttir
3. Þóra María Fransdóttir

Flokkur ófatlaðra

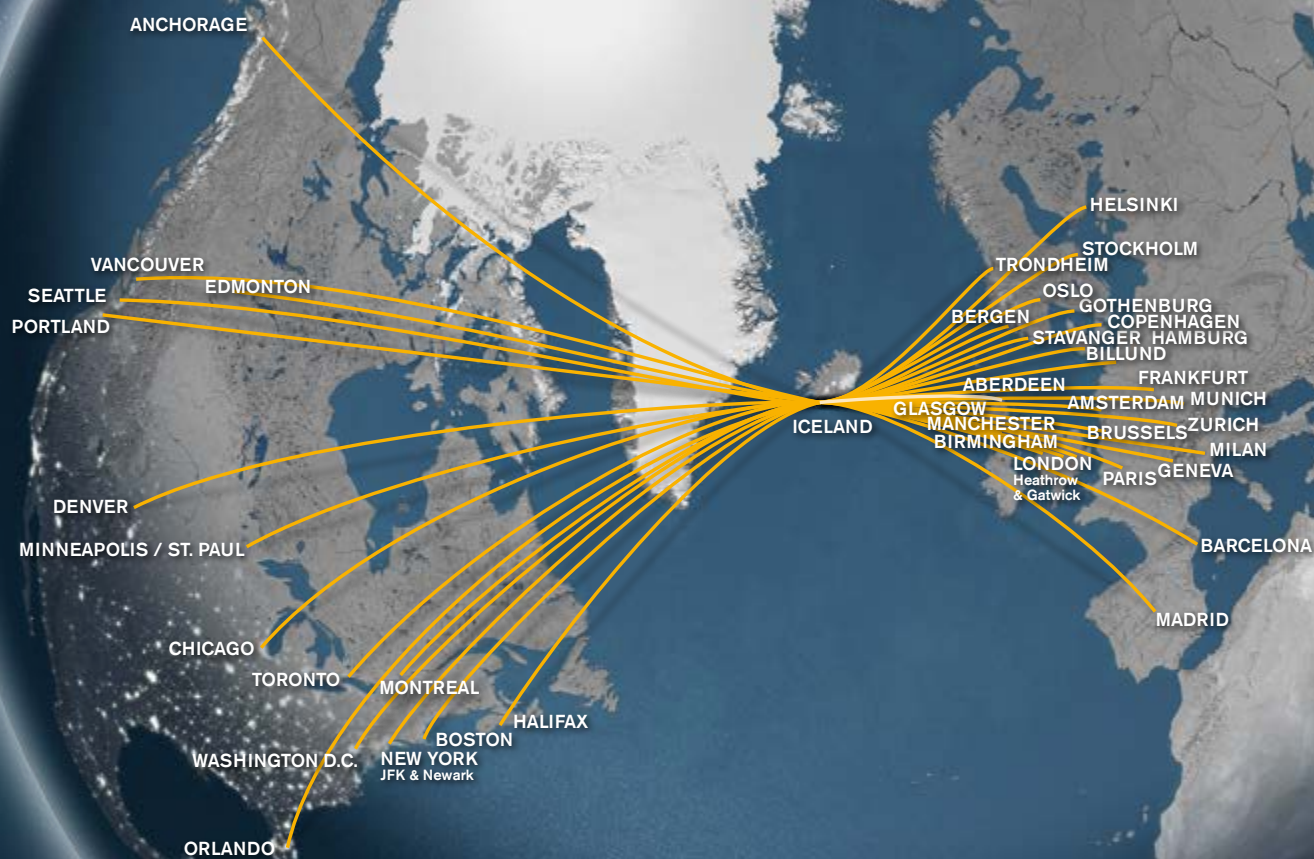
1. Pálmi Ásmundsson
2. Birgir Hólm
3. Elín

Hvatningarbíkar mótsins hlaut Þóra María Fransdóttir.

Minningarsjóðurinn var stofnaður til þess að heiðra minningu Harðar Barðdal, frumkvöðuls og afreksmanns úr röðum fatlaðra, og er markmið sjóðsins að halda á lofti þeim kyndli sem Hörður tendraði með starfi sínu í þágu fatlaðra íþróttamanna og þá sérstaklega fatlaðra kylfinga.

Hörður Barðdal fæddist 22. maí 1946, en lést eftir skammvinna baráttu við krabbamein þann 4. ágúst 2009. Níu ára að aldri fékk Hörður lömunarveiði en lét það aldrei aftra sér frá leik eða starfi og ber afreksskrá hans í íþróttum vitni um eljusemi hans og baráttuhug. Fatlaðir kylfingar fengu að njóta krafta hans og var hann hvatamaður að stofnun Golfsamtaka fatlaðra og formaður samtakanna til dauðadags.





HVERT VILTU FARA?