

KLÍFUR

MÁLGAGN SJÁLFSBJARGAR :: 30. ÁRG. 2019



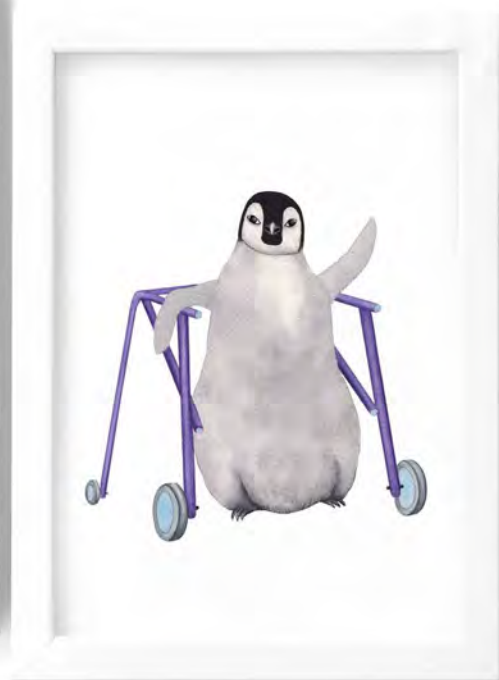
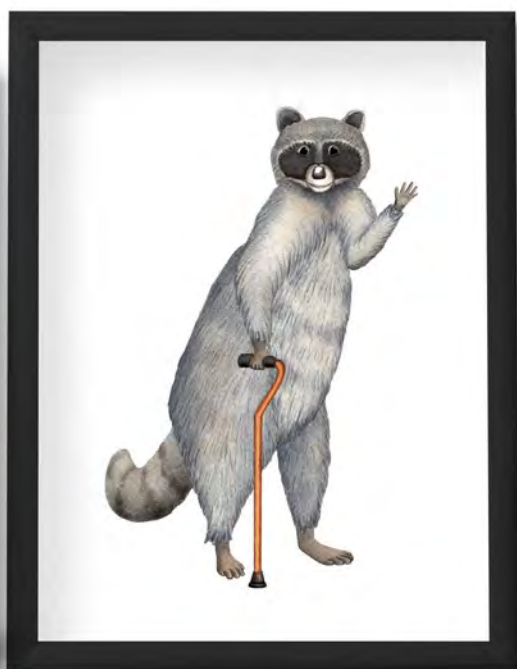
Forseti Íslands,
hr. Guðni Th. Jóhannesson
gullmerkishafi Sjálfsbjargar



Anna Torfadóttir,
fyrrverandi formaður
Sjálfsbjargar í Bolungarvík



Nýtt merki Sjálfsbjargar





Jól 2019

Sjálfsbjörg lsh.
sendir félagsmönnum,
fjölskyldum þeirra,
og hollvinum öllum
hugheilar jóla- og
nýárskveðjur með
þökk fyrir liðna tíð.


Sjálfsbjörg
landssamband
hreyfihamaðra

ÁRAMÓTAHAPPDRÆTTI SJÁLFSBJARGAR 2019

DREGIÐ 31. DESEMBER 2019



ÞINN STUÐNINGUR SKIPTIR MÁLI!

BETRA AÐGENGI
ÖLLUM Í HAG


Sjálfsbjörg
landssamband
hreyfihamaðra













RV.is

Fagleg og persónuleg þjónusta

Við leiðbeinum skjólstæðingum Sí, einstaklingum með þvagleka og aðstandendum þeirra og veitum ráðgjöf varðandi hjúkrunarvörur.

	0-5 dl < 30 min	0-5 dl 30-60 min	1-5 dl 60-90 min	1-5 dl 90-120 min	2-4 dl 120-150 min	4-8 dl 150-180 min	5-11 dl 180-210 min	9-14 dl 210-240 min
TENA Men								
TENA Lady								
TENA Pants								
TENA Flex								
TENA Comfort								
TENA Slip								



Hafðu samband og við sendum þér TENA þæklinginn.

Ráðgjöf og úrræði vegna þvagleka

Rekstrarvörur
- fyrir þig og þinn vinnustað

Réttarhálsi 2 • 110 Reykjavík
Sími: 520 6666 • sala@rv.is • rv.is



0111 008

Útgefandi: Sjálfsbjörg Ish.
Hátúni 12, 105 Reykjavík
Sími: 5500-360
Netfang: sjalfsbjorg@sjalfsbjorg.is
Vefsíða: www.sjalfsbjorg.is

Ritstjóri: Guðbjörg Kristín Eiríksdóttir
Ábyrgðarmaður: Tryggvi Friðjónsson
tryggvi@sbh.is

Umbrot og prentun:
Litróf - Umhverfissvottuð prentsmiðja
Auglýsingar – Öflun ehf.
Forsíðumyndirnar málaði Sjálfsbjargarfélaginn
Jana Birta Björnsdóttir, lífeindafræðingur
og frístundamáleri.

ISSN 1670-312X

EFNISYFIRLIT

- 4** Ávarp forseta Íslands
- 5** 60 ára afmæli Sjálfsbjargar
- 6** Landsfundur Sjálfsbjargar Ish. 2019
- 8** Gullmerki Sjálfsbjargar
- 10** Stjórn Sjálfsbjargar Ish. 2019-2020
- 10** Nýtt Merki Sjálfsbjargar
- 12** Stiklur úr sögu Sjálfsbjargar
- 16** Baráttumálin
- 18** Rætt við Önnu Torfadóttur
- 22** Hvað er NPA?
- 24** Fótaaðgerðarstofa Ríkeyjar
- 24** Jana Birta um myndirnar sínar
- 26** Kynning á fræðslubæklingi
- 27** Aðgengisátak ÖBÍ
- 28** Afmælisrit til heiðurs Sigmari Ó. Mariússyni
- 28** Sjálfsbjörg á Siglufirði, elsta Sjálfsbjargarfélagið
- 30** Fjölskylduhúsið Kistuholti 19

LEIÐARI

Er aðgengi val eða skylda?

Er aðgengi val eða skylda?

Á undanförunum árum hefur uppbygging á ferðamannastöðum víða um land verið mikil. Þar sem hið opinbera hefur komið með fjármagn hefur aðgengi verið bætt á mörgum stöðum, til að allir geti notið þeirra. Það er vel. Hins vegar kemur allt annað hljóð í strokkinn þegar einkaaðilar fara af stað með uppbygginu. Margskonar afþreying innandyrá sem utan er því miður enn oft óaðgengileg. Ef ábendingum er haldið afar þétt að framkvæmdaaðilum eru aðeins meiri líkur á góðu aðgengi á viðkomandi stað. Það er þó lítið fast í hendi í því sambandi. Flestir sem standa í framkvæmdum fyrir hinn almenna ferðamann líta frekar á aðgengi sem val en skyldu. Þetta er afar miður. Nú liggur fyrir að ferðamálaráðherra Þórdís Kolbrún Reykfjörð Gylfadóttir mun setja á fót starfshóp þar sem fjallað verður um aðgengi að ferðaþjónustunni. Sjálfsbjörg mun hafa sinn fulltrúa í þessum starfshópi. Það er nauðsynlegt að ferðaþjónustan opni augun fyrir því hversu mikilvægt aðgengi fyrir alla er að ferðaþjónustunni allri, líka að þeirri afþreyingu sem hún býður upp á. Annað er mismunun.

Hreyfihamlaðir á rafbílum.

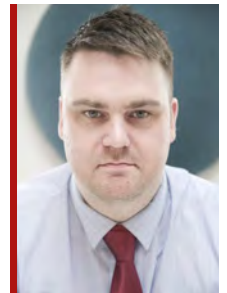
Samhliða orkuskiptum í samgöngum liggur fyrir að bílar sem ganga fyrir jarðefnaeldsneyti eru á útleið. Það mun samt sem áður gerast hægar í tilfelli margra hreyfihamlaðra en annarra bíleigenda þar sem þeir fyrrnefndu hafa minna úrval af bílum sem henta þeirra þörfum. Úrval rafbíla er enn sem komið er nokkuð takmarkað og nýir rafbílar oft dýrari en fyrirrennarar þeirra.

Árið 2018 kom út skýrsla starfshóps á vegum fjármála- og efnahagsráðuneytisins um endurskoðun skattlagningar ökutækja og eldsneytis. Þar sem fyrir liggur að sá hópur fatlaðs fólks og foreldrar langveikra barna sem þurfa sérútbúna bíla hafa um langt árabil fengið niðurfelld vörugjöld af ökutækjum, vekja tillögur starfshópsins athygli okkar. Þar er lagt til að fatlaðir verði ekki lengur undanþegnir vörugjaldi á innflutta bíla. Það er augljóst að ef af þessu verður, þurfa styrkir til bílakaupa mikið fatlaðra einstaklinga að hækka verulega.

Það er hins vegar bitur reynsla okkar að bifreiðakaupastyrkir hafa í áratugi ekki fylgt verðþróun og því hefur stærri hluta kaupverðs á bílum verið velt yfir á herðar hreyfihamlaðs fólks. Fólks sem margt hvert hefur ekki í djúpa vasa að sækja en þarf nauðsynlega á bíl að halda vegna hreyfihömlunar sinnar.

Sjá nánar um bifreiðamál fatlaðs fólks í kaflanum um baráttumálin.

Bergur Þorri Benjamínsson
formaður Sjálfsbjargar
landssambands hreyfihamlaðra



Ávarp forseta Íslands Guðna Th. Jóhannessonar á afmælisfagnaði Sjálfsbjargar

Ágæti formaður og stjórnarliðar Sjálfsbjargar, starfsfólk og félagar samtakanna, og aðrir góðir gestir.

Á sextugsafmæli Sjálfsbjargar færi ég ykkur heillaóskir, með von um velfarnað, gæfu og gengi í bráð og lengd. Þetta eru mikil tímamót og vel við hæfi að þeirra sé minnst með myndarbrag.

Margt hefur breyst til batnaðar frá því að fyrstu Sjálfsbjargarfélögin voru stofnuð fyrir rúmum sex áratugum og svo landssambandið Sjálfsbjörg, hinn 4. júní 1959. Margt hefur breyst til batnaðar frá fyrstu öldum Íslandsbyggðar. Fátt gott segir af fólki með fötlun frá þeim tíma. Vissulega má hér þó finna undantekningar. Önundur hét landnámsmaður, Ófeigsson, barðist við lið Haraldar hárfagra í Hafursfjarðarorrustu á Hörðalandi í Noregi, missti þar annan fótinn en lét það ekki á sig fá, sigldi til Íslands, settist að á Ströndum, kallaður Önundur tréfótur. „Hann hefir fræknastur verið og fimastur einfættur maður á Íslandi,“ segir í Grettis sögu.

Það eru gömul sannindi og ný að mótlæti getur eftir fólk til dáða, blásið því kraft í brjóst. „Alltaf beita upp í vindinn, eygja, klífa hæsta tindinn“. Þessi vísuorð skar Ríkarður Jónsson myndhöggvari í fundarhamar úr filabeini sem aðildarfélag Sjálfsbjargar gáfu landssambandinu á fimmta ársþingi þess. Ríkarði rann blóðið til skyldunnar; önnur dóttir hans Ólöf fékk lómunarveiki á barnsaltri og var ætíð ötul baráttukona fyrir réttindum hreyfihamlaðra.

Sjálfsagt er að geta hér líka fyrstu formanna Sjálfsbjargar, Emils Andersens og Theodórs A. Jónssonar. Allir þeir, sem sinnt hafa formennsku- og stjórnarstörfum fyrir Sjálfsbjörg, eiga þakkir skildar fyrir þeirra mikla framlag.

Ég vænti þess að á engan sé hallað þótt ég nefni hér aðeins eina formanninn sem ég kynntist lítilliga. Eitt sinn þurfti ég að sækja dálitlar bætur eftir umferðaróhapp og það atvikaðist svo að í málið var fenginn Jóhann Pétur Sveinsson lögfræðingur.



Guðni Th. Jóhannesson.

Ungur hafði hann veikst af liðagigt og þar þess ætíð merki, „bundinn í hjólastól“ eins og þá var sagt en við eigum ekki að gera lengur. Ég verð að viðurkenna að mér fannst þetta fyrst óvenjulegt en Jóhann heitinn reyndist manni auðvitað afar vel, og sérlega ljúfur var hann í viðmóti eins og sumir hér muna eflaust.

Kæru vinir: Áður en ég tók við embætti þekkti ég lítið til heims hreyfihamlaðra. Síðan hef ég lært sitthvað og hef einsett mér að halda því áfram, hér í dag og síðar. Á fésbókarsíðu Sjálfsbjargar má til dæmis finna skemmtileg – ef það er rétta orðið – myndbönd um þær hindranir sem hreyfihamlaðir geta hvarvetna mætt, þrátt fyrir boðaða betri tíð. Víða er verk að vinna í þessum efnunum.

Á öðrum sviðum mun réttindabarátta ykkar líka halda áfram. Ég hallast að því að það sé rétt sem starfsbróðir í heimi sagnfræðinnar, hinn franski Henri-Jacques Stiker, skrifaði í þekktu verki um sögu fötlunar, að samfélag skuli vega og meta eftir því hvernig komið er fram við fólk með fötlun.

Góðir áheyrendur. Fólk með hreyfihömlun þarf ekki meðaumkun. Hreyfihamlaðir þurfa aðeins þau sjálfsögðu réttindi sem allt fólk í öflugum samfélagi á skilið, frelsi og sanngirni, stuðning þegar þörf er á og réttinn til að sýna hvað í manni býr.

Ég ítreka hamingjuóskir til ykkar á þessum hátíðisdegi.
Megi ykkur öllum farnast vel.

Haldið upp á

60 ára afmæli Sjálfsbjargar – landssambands hreyfihamlaðra



Gaman hjá Priscela E. Sigurðsson.

Sjálfsbjörg Ish. varð 60 ára þann 4. júní 2019 en haldið var upp á afmælið með veglegum veislum á Grand hóteli þann 1. júní og í Sjálfsbjargarhúsinu þann 4. júní.

Í afmælisboðið á Grand hóteli komu saman margir velunnarar Sjálfsbjargar sem og stjórn þess, fyrrverandi stjórnarmenn, gullmerkishafar og aðrir vinir og félagsmenn. Forseti Íslands, Guðni Th. Jóhannesson heiðraði samkomuna með nærveru sinni og hélt skemmtilega ræðu sem hægt er að lesa hér í blaðinu. Fyrir hönd Reykjavíkurborgar sagði Heiða Björg Hilmisdóttir, formaður velferðarráðs nokkur orð. Lilja Þorgeirsdóttir, framkvæmdastjóri ÖBÍ færði Sjálfsbjörg Ish. afmælisgjöf frá bandalaginu.

Nýtt merki Sjálfsbjargar Ish. sem Alexandra Ýr Bridde hannaði, var við þetta tækifæri tekið í notkun formlega og fengu allir gestir barmmerki með nýja merkinu.

Nokkrir Sjálfsbjargarfélagar voru sæmdir gullmerki samtakanna fyrir óeingingjarnt starf þeirra í þágu þeirra (sjá annars staðar í blaðinu). Einnig fékk forseti vor, hr. Guðni Th. Jóhannesson gullmerki Sjálfsbjargar. Er þetta í fyrsta skipti sem forseta lýðveldisins er veitt þessi viðurkenning fyrir gott starf í þágu fatlaðs fólks.

Veislunni lauk svo með tónlist og skemmtiatriði.

Á sjálfan afmælisdaginn 4. júní var starfsfólki og íbúum Sjálfsbjargarhússins boðið upp á kaffi og kökur í skreyttum matsalnum. Eins fögnuðu bæði starfsmenn og notendur þjónustumiðstöðvarinnar afmæli Sjálfsbjargar Ish.

Ljósmynd Jón Svavarsson



Glæsilegar veitingar í matsal Sjálfsbjargarhússins fyrir íbúa og starfsfólk.



Gullmerkishafar, nýir og eldri ásamt formanni og varaformanni Sjálfsbjargar Ish.
Fremri röð: Jón Eiríksson, Guðmundur Magnússon, Sigmar Ó. Mariússon, Pálína Snorradóttir, Hannes Sigurðsson, Guðriður Ólafs Ólafjúdóttir og Jón Heiðar Jónsson, varaformaður.
Aftari röð: Þórdís Richter, Sigríður Ágústsdóttir, María Óskarsdóttir, Kristín Jónsdóttir, Tómas Sigurðsson, Grétar Pétur Geirsson, Guðrún Erla Gunnarsdóttir og Bergur Þorri Benjamínsson, formaður Sjálfsbjargar Ish.

Reykjavík

A. Margeirsson ehf, Flúðaseli 48
Aðalvík ehf, Síðumúla 13
Analytica ehf, Síðumúla 14
ARGOS ehf-Arkitektastofa Grétars og Stefáns, Eyjarlóð 9
Arkitektastofan OG ehf, Síðumúla 28
Arkís arkitektar ehf, Kleppsvægi 152
ASK Arkitektar ehf, Geirsgötu 9
Aþorka ehf verktakar og vélaleiga, Vættaborgum 117
Auglýsingastofan ENNEM, Skeifunni 10
Austur-Índíafélagið ehf, Hverfisgötu 56
Álnabær ehf, verslun, Síðumúla 32
Árbæjarapótek ehf, Hraunbæ 115
Bakarameistarinn ehf, Stígahlíð 45-47
Barnalæknahjónustan ehf, Domus Medica, Egilsgötu 3
Bella Donna ehf - verslun, Skeifunni 8
BG pípulagnir ehf, Fjarðarás 11
Bifreiðaverkstæði Svans ehf, Eirhöfða 11
Bílamálun Sigursveins Sigurðssonar, Hyrjarhöfða 4
Bílastjóri ehf, Bíldshöfða 16
Bílastjarnan, Bæjarflöt 10
Bókhaldsstofa Arnar Ingólfssonar ehf, Nethyl 2a
Brúskur hársnyrtistofa, s. 587 7900, Höfðabakka 9
Brynja, Hússjóður Öryrkjabandalagsins, Hátúni 10C
BSRB, Grettisgötu 89
Danfoss hf, Skútvögi 6
Danica sjávarafurðir ehf, Suðurgötu 10
E.T. hf, Klettagörðum 11
Endurskoðun og reikningsskil hf, Stangarhyl 5
Endurvinnslan hf, Knarrarvögi 4
Eyesland gleraugnaverslun, Grandagarði 13
Fasteignasalan Miklaborg, Lágmúla 4
Ferill ehf, Mörkinni 1
Félag íslenskra hjúkrunarfræðinga, Suðurlandsbraut 22
Félag Sjúkraþjálfara, Borgartúni 6
Félag skipstjórnarmanna, Grensásvegi 13
Fiskbúðin Sundlaugavegi
Fjárhald ehf
Fjárstoð ehf, Höfðabakka 9
Flúgger ehf, Stórhöfða 44
Fótóval ehf, Skipholti 50b
Garðasteinn ehf, Stóragarði 4
Garðs Apótek, Sogavegi 108
Gaui Pip ehf, Skipasundi 1
Gjögur hf, Kringlunni 7
GLÁMA-KÍM arkitektar, Laugavegi 164
Glóey ehf, Ármúla 19
Gúmmisteypa Þ. Lárusson ehf, Gylfaflöt 3
H&S Rafverktakar ehf, Stangarhyl 6
Hagi ehf-Hilti, Stórhöfða 37
Hagkaup
Halldór Jónsson ehf, Skútvögi 11
Hamborgarabúlla Tómasar, Geirsgötu 1
Hamborgarabúlla Tómasar - Við erum öll jöfn, Bíldshöfða 8
Hákon Bjarnason ehf, Álfamýri 2
Heildverslunin Glit ehf, Krókhálsi 5
Heimili ehf-fasteignasala, Grensásvegi 3
Hekla hf, Laugavegi 172 -174
Henson sports, Brautarholti 24
HGK ehf, Laugavegi 13
Hið íslenska redasafn ehf, Laugavegi 116
Hjá Guðjóni ehf, Þverholti 13
Hjúkrunarheimilið Skjól, Kleppsvægi 64
Hólt og gott ehf, Fosshálsi 1
Hótel Leifur Eiríksson ehf, Skólavörðustíg 45
Hótel Óðinsvé, Þórsstöku 1
Hreinsitækni ehf, Stórhöfða 37
Húsaklæðning ehf-www.husco.is, Kaplaskjólsvægi 93
Húsgögn ehf smíðastofa og viðgerðir, Axarhöfða 14
Icelandair Cargo ehf, Reykjavíkurlugvelli
Inkasso ehf, Borgartúni 27
Innigarðar ehf, Hraunbær 117
Íbúðagisting.is, Síðumúla 14
Ís-spor ehf, Síðumúla 17
Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík, Hátúni 14



Landsfundur Sjálfsbjargar Ish. 2019

Landsfundir Sjálfsbjargar eru æðsta vald samtakanna og fara fram snemma sumars ár hvert. Að þessu sinni var Landsfundur haldinn þann 4. maí 2019 og eru samtökin svo heppin að geta fengið afnot af Þjónustumiðstöð Sjálfsbjargarheimilisins fyrir slíka viðburði. Á fundinn mættu 32 fulltrúar aðildarféлага landssambandsins, auk starfsfólks fundarins. Fundarstjóri var kosinn Jón Heiðar Jónsson varaformaður samtakanna og fundarritari Þórdís Rún Þórisdóttir skrifstofustjóri Sjálfsbjargarheimilisins.

Fundir þessir eru í raun aðalfundir samtakanna og fara þar fram hefðbundin aðalfundastörf auk annarra dagskrárliða. Í ár var t.d. veiting gullmerkis Sjálfsbjargar Ish. á dagskrá. Formaður Ish., Bergur Þorri Benjamínsson afhenti Kristínu Jónsdóttur fyrrum stjórnarmanni bæði landssambandsins og Sjálfsbjargarheimilisins merkið, en heiðursfélagi Sjálfsbjargar, Guðríður Ólafs Ólafíudóttir hélt tölu þar sem hún sagði frá óeigingjörnu starfi Kristínar í þágu samtakanna og alls fatlaðs fólks.

Lögð var fram skýrsla stjórnar og fór Bergur Þorri yfir helstu verkefni ársins 2018. Sagði hann m.a. frá kaupum landssambandsins á þeim hluta Hátúns 12 sem áður hýsti Hjálpartækjabankann og um ýmis málefni sem voru á döfinni á liðnu ári.

Að venju fara fram kosningar á Landsfundunum og að þessu sinni var öll stjórnin endurkjörin.

Minnst var Ólafs B. Valgeirssonar, formanns Sjálfsbjargar á Vopnafirði sem lést fyrr á þessu ári.

Ársverkefni Sjálfsbjargar fyrir 2019 var kynnt og samþykkt samhljóða af fundarmönnum. Ber það heitið „Leikskólar okkar ALLRA!“. Lýstu fundarmenn yfir stuðningi við þetta mikilvæga verkefni. Starfsáætlun stjórnar fyrir árin 2019 og 2020 var einnig lögð fyrir fundinn og samþykkt.

Einn dagskrárliður var kosning um nýtt merki Sjálfsbjargar Ish. Valið stóð á milli þriggja tillagna frá nemum í merkjahönnun við Listaháskóla Íslands. Merki sem Alexandra Ýr Bridde hannaði stóð uppi sem afgerandi sigurvegari í kosningunni. (Sjá nánar á bls. 10)

Í lok vel heppnaðs landsfundar leiddi Jón Eiríksson ritari stjórnar fundarmenn í kveðjusöng þeim sem lengi hefur fylgt Sjálfsbjörg:

*Við hér enda verðum grín,
vegir skilja að sinni.*

*Haltu á, vinur, heim til þín
hjartans kveðju minni.*

Landsfundur

**Ályktanir
samþykktar á Landsfundi
Sjálfsbjargar Ish.
í Reykjavík 4. maí 2019**



Fundarstjóra, Jóni Heiðari Jónssyni og Þórdísi Rún Þórisdóttur, fundarritara þakkað fyrir þeirra störf á fundinum.



Ljósm. Jón Svavarsson



Spjallað í kaffipásu.



Ívar Herbertsson og Jón Heiðar Jónsson, fundarstjóri.



Jón Eiríksson leiðir samkomuna í kveðjusöngnum.



Hannes Sigurðsson, Jósep Sigurjónsson og Grétar Pétur Geirsson.



Fulltrúar úr Sjálfsbjörg á Suðurnesjum og höfuðborgarsvæðinu.



Farið yfir ársskýrslu samtakanna.

► Ályktun um kjaramál

Landsfundur Sjálfsbjargar landssambands hreyfihamlaðra skorar á Alþingi Íslendinga allra að afnema nú þegar krónu á móti krónu skerðinguna og fara að eigin lögum með tilvísan til 69. gr almannatryggingalaga, en að þessu sinni afturvirkir eins og á við um kjör alþingismanna sjálfrá.

Nýsamþykktur lífsskjarasamningur gildi fyrir alla, þar með talið öryrkja.

► Ályktun um ólögmætar búsetuskerðingar

Landsfundur Sjálfsbjargar landssambands hreyfihamlaðra átelur þann óheyrilega tíma sem það tekur að fá botn í ólögmætar búsetuskerðingar á lífeyri. Tryggingastofnun og velferðarráðuneytið verða að setja kraft í það mál og klára undir eins en ekki á mánuðum eða árum eins og gefið hefur verið til kynna.

► Ályktun um ferðapjónustu fatlaðra

Landsfundur Sjálfsbjargar landssambands hreyfihamlaðra æskir þess að sveitarfélögin á höfuðborgarsvæðinu vandi sig þegar kemur að nýju útboði á ferðapjónustu fatlaðra, bæði þau sem munu standa að sameiginlegu útboði á þjónustu og ef fleiri sveitarfélög en Hafnarfjörður ætla að kljúfa sig út og reka þjónustuna á eigin vegum.

► Ályktun um algilda hönnun

Landsfundur Sjálfsbjargar landssambands hreyfihamlaðra telur að búið sé að gefa of mikið eftir í algildri hönnun. Megininntak algildrar hönnunar var að við hönnun allra mannvirkja sé tekið tillit til þess að hreyfihamlað fólk geti búið þar eða komið þangað sem gestir. Fjöldmörg dæmi eru um að svo sé ekki, heldur þarf að ráðast í miklar breytingar á nýjum mannvirkjum og manngerðu umhverfi svo að þær nýtist hreyfihömluðum.

Gullmerki Sjálfsbjargar veitt á afmælisárinu 2019



12 einstaklingar hlutu á afmælisári samtakanna 2019 gullmerki Sjálfsbjargar landssambands hreyfihamlaðra fyrir þeirra störf í þágu hreyfihamlaðra og samfélagsins alls.

Merkið hefur Sigmar Ó. Mariússon gullsmiður og Sjálfsbjargarfélagi gert eftir upprunalegu merki Sjálfsbjargar sem Ríkarður Jónsson myndhöggvari teiknaði og færði samtökunum að gjöf árið 1958, strax á stofnári fyrstu Sjálfsbjargarfélaganna.

Þessir Sjálfsbjargarfélagar hlutu gullmerki Sjálfsbjargar Ish. á árinu (í stafrófsröð):

Anna Torfadóttir, Sjálfsbjörg í Bolungarvík

Anna stýrði Sjálfsbjörg í Bolungarvík um árabíl af miklum skörungsskap. Hún varð formaður félagsins árið 2000 og gegndi því starfi í 12 ár. Anna sat í stjórn landssambandsins á árunum 2008-2015 og hefur hún tekið virkan þátt í nefndarstörfum á vegum samtakanna. Þannig hefur hún lagt fram drjúgan skerf til baráttumálanna. Anna sat einnig í stjórn Sjálfsbjargarheimilisins um sex ára skeið, árin 2012-2018 og lagði þar ætíð gott til mála.

Grétar Pétur Geirsson, Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu

Grétar Pétur hefur starfað lengi að málefnum hreyfihamlaðra á Íslandi. Hann hefur gegnt ýmsum trúnaðarstörfum fyrir samtökin og var formaður þeirra árabílið 2010-2016. Áður hafði hann setið í framkvæmdastjórn samtakanna. Hann hefur einnig setið í stjórn Sjálfsbjargarheimilisins og stjórn ÖBÍ og var um tíma formaður stjórnar Örtækni. Hann var fyrsti formaður málefnaþóps ÖBÍ um aðgengismál. Í dag gegnir hann formennsku í stjórn Sjálfsbjargar á höfuðborgarsvæðinu en hann var einnig formaður þar 2004-2010.

Guðmundur Magnússon, Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu

Guðmundur Magnússon hefur starfað lengi að málefnum hreyfihamlaðra og annarra fatlaðra á Íslandi. Hann var einn af stofnendum Halaleikhópsins sem starfað hefur við góðan orðstír í Sjálfsbjargarhúsinu í tæp 30 ár. Guðmundur gegndi

stöðu forstöðumanns Dagvistar Sjálfsbjargar um nokkurra ára skeið. Hann sat í stjórn Sjálfsbjargarheimilisins og var formaður ferlinefndar Sjálfsbjargar og Hjálparliðasjóðsins. Hann var formaður ÖBÍ 2009-2013. Hann hafði áður setið í stjórn ÖBÍ, m.a. sem varaformaður.

Forseti Íslands, hr. Guðni Th. Jóhannesson

Í fyrsta sinn í sögu Sjálfsbjargar er forseta Lýðveldisins Íslands veitt gullmerki Sjálfsbjargar Ish. Er Guðni Th. Jóhannesson forseti vel að merkinu kominn, enda hefur hann stutt vel við málstað hreyfihamlaðs fólks og gætt vel að aðgengismálum, til dæmis með því að leita til Sjálfsbjargar varðandi ráðleggingar um bætt aðgengi hreyfihamlaðra að forsetasetrinu á Bessastöðum.

Halldór Valdimar Pétursson, Sjálfsbjörg á Akureyri og nágrenni

Halldór Valdimar gefur gegnt ýmsum trúnaðarstörfum fyrir Sjálfsbjörg á Akureyri; sat í stjórn þess í 16 ár og þar af sem formaður í tvö ár. Valdimar starfaði um tíma á vinnustofunni á Bjargi. Hann var síðan tvívegis ráðinn sem framkvæmdastjóri Bjargs í alls 14 ár. Valdimar starfaði einnig ötullega í nefndum félagsins og landssambandsins bæði innanlands og erlendis. Hann sat í stjórn Sjálfsbjargarheimilisins í fjögur ár í kringum aldamótin. Hann gegndi stöðu gjaldkera samtakanna um árabíl. Það er gaman að geta þess að í september 1989 fór hann í rafknúnum hjólastól við fjórða mann frá Akureyri til Reykjavíkur í því skyni að safna fé fyrir landssambandið.

Hannes Sigurðsson, Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu

Hannes Sigurðsson er einn af stofnfélögum Sjálfsbjargar á höfuðborgarsvæðinu, eða Sjálfsbjargar í Reykjavík, eins og félagið hét á stofnári þess 1958. Hannes hefur gegnt ýmsum störfum og stjórnarstörfum í Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu samfleytt frá árinu 1993. Var hann formaður félagsins um tíma og framkvæmdastjóri þess í fimm ár. Hann sat í stjórn Sjálfsbjargarheimilisins á árunum 2008-2014. Í dag er hann varaformaður Sjálfsbjargar á höfuðborgarsvæðinu.



Jón Heiðar Jónsson, varaformaður Sjálfsbjargar Ish., forseti Íslands, hr. Guðni Th. Jóhannesson og Bergur Þorri Benjamínsson, formaður Sjálfsbjargar Ish.



Aftari röð: Grétar Pétur Geirsson, Jón Eiríksson, forseti Íslands, hr. Guðni Th. Jóhannesson, Hannes Sigurðsson og María Óskarsdóttir
Fremri röð: Jón Heiðar Jónsson, varaformaður Sjálfsbjargar Ish., Guðmundur Magnússon og Bergur Þorri.

Herdís Ingvadóttir, Sjálfsbjörg á Akureyri og nágrenni

Herdís er formaður Sjálfsbjargar á Akureyri og hefur setið í stjórn þess í 24 ár, þar af 19 ár sem formaður. Herdís hefur unnið ötulllega að málefnum félagsins og m.a. leitt félag sitt út úr miklum fjárhagslegum þrengingum. Herdís hafði forgöngu ásamt framkvæmdastjóra og stjórn félagsins um að þróttahús Sjálfsbjargar á Akureyri yrði selt og þannig leyst úr áralöngum fjárhagserfiðleikum félagsins. Hefur rekstur Bjargs endurhæfingar sem er í eigu félagsins gengið vel eftir það. Undir hennar stjórn var einnig komið á hjálparsjóði Sjálfsbjargar á Akureyri sem styrkt hefur hreyfihamlað fólk með myndarlegum hætti vegna margvíslegra verkefna. Herdís hefur einnig setið í stjórn landssambandsins og í stjórn Sjálfsbjargarheimilisins.

Jón Hlöðver Áskelsson, Sjálfsbjörg á Akureyri og nágrenni

Jón Hlöðver situr í stjórn Sjálfsbjargar á Akureyri og nágrenni og hefur gert í 28 ár. Jón Hlöðver hefur verið virkur í félagsstarfi félagsins sem og landssambandsins. Hann gegndi einnig formennsku í stjórn Sjálfsbjargarheimilisins 2002-2008. Það er gaman að geta þess hér að í formannstíð hans hlotnaðist Sjálfsbjargarheimilinu sá heiður að fá í tvígang sæmdarheitið fyrirmyndarstofnun SFR. Jón Hlöðver hefur látið til sín taka á ýmsum öðrum vettvangi í þágu fatlaðra. Þannig sat hann til dæmis í Svæðisráði um málefni fatlaðra á Norðurlandi eystra og var formaður þess um árabíl. Einnig tók hann þátt í List án landamæra, en tilgangur hátíðarinnar er að auka menningarlegt jafnrétti og fjölbreytni með því að skapa faglegan vettvang og tækifæri fyrir fatlaða listamenn.

Jón Eiríksson, Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu

Jón Eiríksson hefur ekki bara unnið að hagsmunamálum fatlaðra á vettvangi Sjálfsbjargar heldur naut Tryggingastofnun ríkisins starfskrafta hans stóran hluta starfsævinnar, eða í 32 ár. Hann hefur verið virkur innan Sjálfsbjargar í tæplega hálfu öld, til dæmis með því að taka þátt í að stofna æskulýðsnefnd landssambandsins árið 1972. Hann sat um tíma í stjórn Sjálfsbjargarheimilisins og hefur setið í stjórn Sjálfsbjargar á höfuðborgarsvæðinu ásamt því að gegna ýmsum nefndastörfum. Hann hefur einnig tekið þátt í starfi á vegum Halaleikhópsins. Í dag er hann ritari stjórnar Sjálfsbjargar Ish.



Bergur Þorri og Anna Torfadóttir.

Kristín Jónsdóttir, Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu

Kristín var heiðruð með gullmerki Sjálfsbjargar Ish. fyrir óeigingjarnt starf hennar í þágu samtakanna. Hún hefur sinnt ýmsum trúnaðarstörfum í þágu fatlaðs fólks, bæði innan samtakanna sem og utan þeirra. Var hún starfsmaður Tryggingastofnunar og síðar Brynju Hússjóðs ÖBÍ. Innan Sjálfsbjargar hefur Kristín setið í framkvæmdastjórn, verið virk í ýmsum starfshópum og nefndum, setið í stjórn Sjálfsbjargarheimilisins svo fátt eitt sé nefnt. Eitt af merkari verkefnum sem Kristín hefur sinnt innan Sjálfsbjargar voru námskeið fyrir foreldra og aðstandendur fatlaðra barna.

María Óskarsdóttir, Sjálfsbjörg á Húsavík og nágrenni

María hefur lengi látið til sín taka í kjarabaráttu fatlaðra á ýmsum vettvangi, t.d. innan Öryrkjabandalags Íslands. Innan Sjálfsbjargar hefur hún gegnt margvíslegum trúnaðarstörfum; t.d. hefur hún setið í stjórn landssambandsins og gegnir þar nú stöðu gjaldkera. Hún hefur einnig setið í stjórn Sjálfsbjargarheimilisins, var formaður málefnaþóps ÖBÍ um kjaramál, er nú í stjórn ÖBÍ, varamaður í framkvæmdaráði ÖBÍ og í stjórn Brynju Hússjóðs ÖBÍ. Hún er formaður Sjálfsbjargar á Húsavík og nágrenni.

Snæbjörn Þórðarson, Sjálfsbjörg á Akureyri og nágrenni

Snæbjörn sat í stjórn Sjálfsbjargar á Akureyri í 16 ár, þar af 14 ár sem formaður; fyrst 1983-1990 og svo aftur 1993-2000. Í formennskutíð hans var Sjálfsbjörg með töluverðan rekstur. Á Bjargi voru á þessu tíma rekin Endurhæfingarstöðin, Plastiðjan Bjarg sem var verndaður vinnustaður, Vegg-boltinn og fyrirtæki sem hét Akoplast. Snæbjörn sótti nokkur þing Sjálfsbjargar og var hann þingforseti á tveimur þeirra.



Félagar í Sjálfsbjörg á Akureyri og nágrenni: Halldór Valdimar Pétursson, Snæbjörn Þórðarson, Bergur Þorri, Herdís Ingvadóttir og Jón Hlöðver Áskelsson.



Bergur Þorri, Kristín Jónsdóttir og Guðríður Ólafsdóttir.

Stjórn Sjálfsbjargar Ish. 2019-2020



Nýtt Merki Sjálfsbjargar

Nokkur umræða um merki Sjálfsbjargar Ish. hefur átt sér stað um alllangt skeið. Var af mörgum talinn tími til kominn að finna merki sem væri í senn nútímalegra og einfaldara en um leið verðugur arftaki þess merkis sem hefur fylgt samtökunum í 60 ár. Það merki var teiknað af Ríkarði Jónssyni (1888-1977), myndhöggvara og tréskurðarlistarmanni. Hann tengdist Sjálfsbjörg beint en dóttir hans Ólöf (1922-2017) var ein af stofnfélögum Sjálfsbjargar og sinnti mörgum mikilvægum ábyrgðar- og trúnaðarstörfum fyrir fatlað fólk á sinni ævi.

Ákveðið var að leita til Listaháskóla Íslands og á afmælisárinu 2019 fór fram samkeppni um nýtt merki meðal nema í merkja-hönnun. 16 hönnunarnemar tóku þátt og fengu til undirbúnings góða kynningu á bæði gamla merkinu sem og samtökunum. Af þeim 16 merkjum sem nemarnir skiluðu inn voru 6 valin til að leggja fyrir stjórn Sjálfsbjargar Ish. Var niðurstaðan að 3 þeirra þættu efnilegust og eftir kynningu á þeim, m.a. á Facebook-síðu samtakanna voru þau lögð fyrir Landsfund Sjálfsbjargar Ish. þann 4. maí 2019. Tillaga Alexöndru Ýr Bridde stóð uppi sem afgerandi sigurvegari í atkvæðagreiðslu meðal fulltrúa fundarins.

Í greinargerð með tillögu sinni lýsti Alexandra Ýr því að hún hafi við hönnunarvinnu sína horft til eldra merkisins og orða Ríkarðs: „Alltaf beita upp í vindinn, eygja, klífa hæsta tindinn“ og reynt að ná tengingu þar við. Mannshöndin í nýja merkinu vísar til forms eldra merkisins; „[...] upprétt hægri hönd sem á að tákna hvatningu, samstöðu og baráttustarf samtakanna, en á sama tíma er hún vinaleg og hlýleg.“

Sjálfsbjörg óskar Alexöndru Ýr til hamingju með sigurinn og öllum í Sjálfsbjörg til hamingju með glæsilegt, nýtt merki!



Alexandra Ýr Bridde tekur við viðurkenningu fyrir sigurtillögu sína að nýju merki Sjálfsbjargar Ish.



*Fremri röð: Bergur Þorri Benjamínsson, formaður (Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu), Jón Heiðar Jónsson, varaformaður (Sjálfsbjörg Akureyri) og Jón Eiríksson, ritari (Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu)
Aftari röð: Ólafía Ósk Runólfsdóttir, varamaður (Sjálfsbjörg Bolungarvík), Margrét S. Jónsdóttir, meðstjórnandi (Sjálfsbjörg Suðurnesjum), María Óskarsdóttir, gjaldkeri (Sjálfsbjörg Húsavík), Guðni Sigmundsson, meðstjórnandi (Sjálfsbjörg Mið-Austurlandi) og Ásta Þórdís Skjalddal Guðjónsdóttir, varamaður (Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu).
Á myndina vantar Guðmund Inga Kristinsson, meðstjórnandi (Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu).*



MINNING



Ólafur B. Valgeirsson,
formaður Sjálfsbjargar á Vopnafirði lést á heimili sínu 6. apríl 2019. Hann hafði gegnt starfi formanns félagsins frá 2016.

Ólafur sinnti ýmsu öðru félagsstarfi; hann var t.d. formaður Sjómannafélags Vopnafjarðar, formaður Rauða krossdeildar Vopnafjarðar og var formaður sóknarnefndar Vopnafjarðarkirkju og sat á kirkjuþingi.

Á sumrin vann hann sem sundlaugarvörður í Selárdal en á veturna starfaði hann lengi hjá Jónsveri, sem er vinnustaður fyrir fólk með skerta starfsgetu. Þess má geta að Sjálfsbjörg á Vopnafirði kom að stofnun Jónsvers ásamt öðrum.

Eftirlifandi maki Ólafs, Jóna Benedikta Júlíusdóttir tók einnig þátt í þingum og Landsfundum Sjálfsbjargar Ish.

Jónu Benediktu og öðrum aðstandendum sendi ég, fyrir hönd Sjálfsbjargar Ish. mínar dýpstu samúðarkeðjur.

*Bergur Þorri Benjamínsson,
formaður Sjálfsbjargar
landssambands hreyfihamlaðra*

ÉG BÍÐ

EFTIR ÞÉR

NIÐRI

START YOUR IMPOSSIBLE

TOYOTA



Alþjóðlegur samstarfsaðili
Ólympíuleikanna



Alþjóðlegur samstarfsaðili
Ólympíumóts fatlaðra

FRELSIÐ TIL AÐ HREYFA SIG GERIR ALLT MÖGULEGT

Stiklur úr sögu Sjálfsbjargar

Í þessum stiklum er tvinnuð saman sögu Sjálfsbjargar landsambands hreyfihamlaðra og Sjálfsbjargarheimilisins. Þegar rennt er yfir þennan lista er ljóst að hjá Sjálfsbjörg hefur í gegnum tíðina verið unnið margskonar frumkvöðlastarf. Má þar nefna aðgengilegt húsnæði, ferðaþjónustu fatlaðra, dagþjónustu fyrir hreyfihamlaða og margt annað.

Auðvitað hefur Sjálfsbjörg Isf. líka verið mjög virkt í hagsmunabaráttu fatlaðs fólks og rutt brautina í mörgum málum, en þessi upptalning er fyrst og fremst hugsuð til glöggvunar á þeirri starfsemi sem hefur farið fram og fer fram í dag að Hátúni 12 á vegum Sjálfsbjargar og Sjálfsbjargarheimilisins.

1958

Fyrstu Sjálfsbjargarfélögin stofnuð.

1959

Stofnun landsambandsins haldið þann 4. júní 1959 í Reykjavík með fulltrúum þeirra 5 félaga sem þá höfðu verið stofnuð. Var þá strax rætt um nauðsyn þess að mynda bandalag með öðrum öryrkjasamtökum.

1961

5. maí 1961 stofna 3 styrktarfélög og 3 félög fatlaðra, þar með Sjálfsbjörg Isf. Öryrkjabandalag Íslands.

1963

Sjálfsbjörg Isf. verður hluti af Nordisk Handikap Förbund (NHF) og hefur verið það síðan.

1966

Byggingaframkvæmdir hefjast að Hátúni 12.

1971

Stoðtækjafyrirtækið Össur hf. stofnað í Sjálfsbjargarhúsinu af Össuri Kristinssyni. Sjálfsbjörg átti hluti í fyrirtækinu og greiddi fyrir hann með eftirgjöf á leigu.

1973

Fyrstu íbúarnir flytja í Sjálfsbjargarhúsið. Mikil þörf var á aðgengilegu húsnæði og hjúkrunarþjónustu fyrir hreyfihamlað fólki. Af þessum sökum neyddust t.d. á miðjum 6. áratugnum 7 til 10 manns yngri en 30 ára til að búa á Elliheimilinu Grund (úr viðtali við Theodór A. Jónsson í Vikunni, 29. júní 1967.)

1974

Fyrstu íþróttafélög fatlaðra stofnuð, m.a. að frumkvæði Sjálfsbjargar; í Reykjavík (ÍFR) og Akur á Akureyri. Æfingar ÍFR í lyftingum, borðtennis og curling fóru til að byrja með fram í húsnæði sjúkráþjálfunarinnar í Hátúni 12. Einnig var eitthvað um að boccia væri æft í matsalnum.

1975

Hjálpartækjabankinn settur á laggirnar í samstarfi Sjálfsbjargar við Rauða krossinn. Bankinn var seldur Össuri hf. 1995.

1977

Fyrsti vísir að ferðaþjónustu fatlaðra verður til hjá Sjálfsbjörg Isf., með hinum svokallaða Kíwanisbíl. Reykjavíkurborg tók síðan við rekstrinum 1979 og bætti 2 bílum við flotann. Bækistöðvar ferðaþjónustunnar voru þó áfram í Sjálfsbjargarhúsinu um nokkurt skeið.

1979

Dagþjónusta fyrir hreyfihamlaða sett á laggirnar – hét þá Dagvist fatlaðra en heitir nú Þjónustumiðstöð Sjálfsbjargar.

Á 9. áratugnum stóð Sjálfsbjörg Isf. fyrir ýmsum námskeiðum, má þar nefna námskeið fyrir foreldra fatlaðra barna, kynfræðslunámskeið, tálknámskeið fyrir hreyfihamlaða og ekki síst félagsmálanámskeið, mörg hver í samvinnu við Félagsmálaskóla alþýðu.

1981

Sundlaugin að Hátúni 12 vígð á alþjóðaári fatlaðra. Var hún fyrsta sundlaugin á Íslandi sem var hönnuð sérstaklega með þarfir hreyfihamlaðra í huga.

1985

Hjálpartækjasýning haldin í fyrsta skipti, að frumkvæði Sjálfsbjargar. Urðu sýningarnar nokkrar eftir það, t.d. 1987, 1988 og 2000. Á vegum Þekkingarmiðstöðvar Sjálfsbjargar voru settar upp 2 sýningar: 2013 í húsi Íþróttafélags fatlaðra í Reykjavík og í Laugardalshöllinni á 5 ára afmæli miðstöðvarinnar, 2017.

1989

Eitt rými tekið undir skammtímadvöl á Sjálfsbjargarheimilinu. Hefur þetta úrræði reynst vel allt til þessa dags og nú eru tvö slík rými í reglulegri notkun.

1992

Halaleikhópurinn sem er áhugamannaleikfélag stofnað í Sjálfsbjargarhúsinu. Hefur Halinn, eins og hópurinn er gjarnan kallaður, starfað þar óslitið síðan við góðan orðstír. Var t.d. sýning hópsins á „Gaukshreiðrinu“ valin athyglisverðasta áhugaleiksýning á leikárinu 2007/2008.

1993

Endurhæfingaríbúð tekin í notkun í Sjálfsbjargarhúsinu. Til að fjármagna nauðsynlegar breytingar á einni íbúð í Hátúni 12 var efnt til söfnunarátaks sem hófst með því að í mars 1991 voru send bréf til 37.000 manns þar sem fólki var hvatt til að leggja þessu verkefni lið með 1.000 króna framlagi.

Um 7.000 manns svöruðu kalli samtakanna. Var þarna lagður grunnurinn að Hollvinakerfi Sjálfsbjargar sem er ásamt happdrættinu aðaltekjulind samtakanna.

1997

Hjálparliðasjóður Sjálfsbjargar stofnaður til að auðvelda hreyfihömluðu fólki að ferðast. Starfar hann enn og styrkir Sjálfsbjargarfélagi með því að greiða hluta ferðakostnaðar aðstoðarmanneskju. Fer úthlutun fram árlega.

1998

Íbúar og starfsmenn, alls 69 manns fara saman í viku skemmtiferð til Danmerkur í tilefni 25 ára afmælis Sjálfsbjargarheimilisins.

2003

Sjálfstæð búseta með stuðningi hefst í Sjálfsbjargarhúsinu. Á árinu 2019 er einungis ein hæð, af upphaflega þremur, í notkun í herbergjaálmum, aðrir búa í íbúðum í íbúðarálmum hússins í framangreindu úrræði.

2012

Þekkingarmiðstöð Sjálfsbjargar opnuð. Hlutverk hennar er að miðla upplýsingum sem geta nýst fötluðu fólki og aðstandendum þess um land allt.

2014

Sjálfsbjargarheimilið valið „Stofnun ársins 2014“ hjá SFR – Stéttarfélagi í almannabágu. Fjórum sinnum áður hafði heimilið

fengið viðurkenninguna „Fyrirmyndarstofnun“. Niðurstöðurnar eru mælikvarði á frammistöðu stofnana þegar kemur að stjórnun, starfsanda, launakjörum, vinnuskilyrðum, sveigjanleika og sjálfstæði í starfi, ímynd stofnana og jafnrétti.

2016

Nafni samtakanna breytt í Sjálfsbjörg landsamband hreyfihamlaðra. Þótti rétt að skilgreina betur þann hóp sem Sjálfsbjörg er aðallega málsvari fyrir. Í lögum Ish. stendur m.a. í 2. grein: „Hlutverk Sjálfsbjargar er að vinna að fullkominni þátttöku og jafnrétti hreyfihamlaðs fólks á Íslandi og eftir atvikum annarra fatlaðra og gæta réttinda og hagsmuna þess.“

2016

Frumbjörg – Frumkvöðlamiðstöð Sjálfsbjargar opnuð.

2017

Sjálfsbjörg setur á laggirnar Hjálpartækjaleigu Sjálfsbjargar í kjölfar þess að tvö fyrirtæki á höfuðborgarsvæðinu hættu útleigu hjálpartækja. Upplýsingar á www.hjalpartaeki.is

2019

Nýtt merki Sjálfsbjargar Ish. valið og tekið í notkun á 60 ára afmæli samtakanna.



FLJÓTS DALSHÉRAÐ





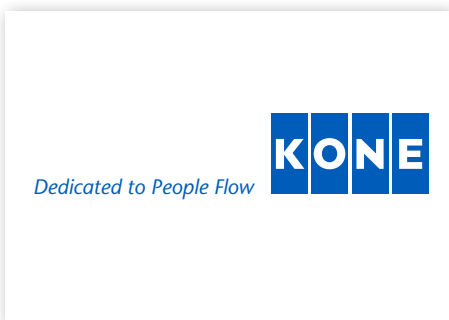
1966 – Á 8. þingi Sjálfsbjargar Isf., haldið á Hlíðarfelli við Akureyri.
Frá vinstri: Ólöf Ríkarðsdóttir, Hlaðgerður Snæbjörnsdóttir, Ingibjörg Magnúsdóttir, Oddný Jónsdóttir og Heiðrún Steingrimsdóttir.



1978 - Eitthvað hefur aðgengi hreyfihamlaðs fólks að ráðuneytum lagast síðan 1978. Frá vinstri: Sigursveinn D. Kristinsson, Trausti Sigurlaugsson, Eiríkur Einarsson, Theódór A. Jónsson og Ólöf Ríkarðsdóttir.



1977 - Verðlaunaafhending Íþróttafélags fatlaðra í Reykjavík í sal sjúkra-þjálfunar Sjálfsbjargarheimilisins.
Frá vinstri, aftari röð: Guðbjörg Kristín Eiríksdóttir, Sigmar Ó. Mariusson, Jón Eiríksson, Sigurður Jónsson, Jónatan Jónatansson, Júlíus Arnarsson. Fremri röð: Ragnar Hallsson, Ólöf Guðmundsdóttir, Guðbjörg Halla Björnsdóttir, Elsa Stefánsdóttir, Sævar Guðjónsson og Arnór Pétursson. Ljós. Katrín Káradóttir.





1996 - Í endurhæfingaríbúðinni í Sjálfsbjargarhúsinu. Guðný Alda Einarsdóttir að elda.



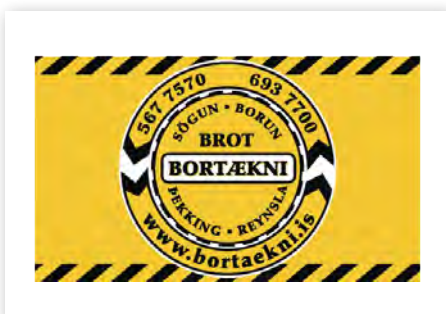
2014 - Starfsmenn og íbúar Sjálfsbjargarheimilisins fagna útnefningunni „Stofnun ársins“ hjá SFR - Stéttarfélagi í almannabjónustu. Árna Stefáni Jónssyni, formanni SFR og Þóreyju Einarsdóttur, trúnaðarmani SFR hjá Sjálfsbjargarheimilinu færður þakklætisvottur og blóm af Tryggva Friðjónssyni, framkvæmdastjóra Sjálfsbjargarheimilisins.



2016 - Við opnun Frumbjargar - Frumkvöðlamiðstöðvar Sjálfsbjargar. Viðskipta- og iðnaðarráðherra, Ragnheiður Elín Árnadóttir heldur tölu. Í bakgrunni Guðrún Hannesdóttir, fyrrv. skólastjóri Hring sjár, náms- og starfsendurhæfingar, Dagur B. Eggertsson, borgarstjóri, Brandur Karlsson, próunarstjóri Frumbjargar o.fl.



2012 - Gestir við opnun Þekkingarmiðstöðvar Sjálfsbjargar.





Baráttumálin – hvað er

► Aðgengismál

Með tilkomu laga um algilda hönnun árið 2012 var það skilningur þess sem þetta ritar og margra annarra að þar með væri búið að tryggja aðgengi allra alls staðar, jafnvel við óvenjulegar aðstæður. Síðan hefur það komið betur og betur í ljós að svo er hreint ekki. Þeir aðilar sem koma að verklegum framkvæmdum túlka lög og reglur misjafnlega þannig að afleiðingarnar eru skýrar. Aðgengi fyrir alla, alls staðar er ekki tryggt.

► Fundur með umhverfisráðherra - hlutverk heilbrigðiseftirlits varðandi aðgengi

Formaður Sjálfsbjargar lsh. átti fund með umhverfisráðherra Guðmundi Inga Guðbrandssyni til að fara yfir þá þætti sem snúa að ráðuneyti hans og á síðan að vera fylgt eftir af hálfu heilbrigðiseftirlits. Gott dæmi eru sund- og baðstaðir. Ljóst er að skýra þarf t.d. reglur sem snúa að búnaðarkaupum fyrir ýmsa sund- og baðstaði. Þær eru óskýrar í dag og til þess fallnar að nauðsynlegur búnaður er ekki keyptur þar sem ekki er kveðið nógú skýrt á um að hann eigi að vera til staðar. Það var líka sameiginlegur skilningur formanns Sjálfsbjargar og ráðherra að félagasamtök geti ekki að einhverju eða öllu leyti tekið að sér eftirlit eða verið með eigin úttektir um allt land til að fylgja eftir því markmiði að samfélagið allt sé aðgengilegt. Það er ekki hlutverk samtaka eins og Sjálfsbjargar þó áfram sé verk að vinna í aðgengismálum almennt. Beðið er eftir tillögum frá umhverfisráðuneytinu um breytt regluverk sem tryggir það betur að heilbrigðiseftirlit fylgi eftir því að aðgengi fyrir alla sé virt.

► Fundur með félagsmálaráðherra - eftirlit með byggingareglugerð

Sjálfsbjörg og starfsmaður aðgengishóps ÖBÍ áttu sameiginlegan fund með félags- og barnamálaráðherra Ásmundi Einari Daðasyni um þann hluta aðgengismála sem snýr að ráðherra og ráðuneyti hans. Ljóst er að skýra þarf byggingareglugerð þannig að aðgengi fyrir hreyfihamlaða og aðra fatlaða verði tryggt í raun og veru. Lofaði ráðherra að setja saman vinnuhóp sem myndi vinna málið áfram og koma með tillögum. Sú vinna er ekki hafin en vonast er til að hún komist af stað í kringum áramótin 2019/2020.

► Aðgengi að Sjóböðunum á Húsavík

Í nokkurn tíma hefur verið reynt að fá rekstraraðila Sjóbaðanna á Húsavík til samstarfs um fullnægjandi aðgengi fyrir hreyfihamlaða. Það hefur gengið hægt og illa. Síðast reyndi undirritaður að fá byggingarfulltrúa í lið með sér. Það gekk að hluta til. Eftir standa þættir sem byggingarfulltrúi hefur ekki tekið undir að þurfi að fara í með þeim rökum að ekki sé kveðið á um nauðsyn þeirra í byggingareglugerð eða öðrum reglum. Formaður Sjálfsbjargar hefur sent ÖBÍ bréf þar sem farið er fram á að bandalagið skoði hvort Sjóböðin séu að fara að lögum eða hvort byggingarfulltrúa sé stætt á afstöðu sinni.

► Vinna við stæðiskort fatlaðra

Í Klifri sem kom út 2017 var sagt frá vinnu við gerð nýrra reglna um stæðiskort. Sú vinna hefur engan veginn mætt væntingum okkar. Um var að ræða samvinnuverkefni ÖBÍ, sýslumannsins á höfuðborgarsvæðinu auk landlæknis. Skýrt skal tekið fram að ekki var við ÖBÍ að sakast. Óskað var eftir því við dómsmálaráðuneytið að það hlutaðist til um málið sem það og gerði. Í samvinnu við áður nefnt ráðuneyti tók samgöngu- og sveitarstjórnarráðuneytið við málinu og heldur utan um verkefnastjórn á því að leiða breytingar á reglum um stæðiskort fatlaðra til enda.

► Aðgengi að ferðapjónustunni

Eins og fram kom í leiðara hefur ferðamálaráðherra fallist á að setja á fót starfshóp til að skoða bættu upplýsingagjöf og aðgengi hreyfihamlaðra á opinberum ferðamannastöðum. Því miður hefur það dregist að koma þessum starfshópi á fót en miklar vonir eru bundnar við hann og að þannig náist að kortleggja betur og hrinda í framkvæmd það sem upp á vantar í aðgengismálum innan ferðapjónustunnar.

► Orkuskipti í samgöngum

Nú um þessar mundir eru margir bílaframleiðendur að setja á markað 100% rafknúnar útgáfur af sumum stærri bifreiðum sem margir hjólastólanotendur þekkja og hafa notað. Volkswagen hefur t.d. markaðssett E-Crafter sem t.d. ferðapjónustu fatlaðra gæti nýtt sér og Mercedes-Benz er að setja á markað EQV. Er það rafmagnsútgáfa bifreiðar sem margir hreyfihamlaðir þekkja vel og þó nokkur fjöldi notenda hér á landi hefur nýtt sér. Engin aðflutningsgjöld eru á rafmagnsbíla en þeir eru aftur á móti töluvert dýrari í grunninn. Núverandi styrkjakerfi byggir m.a. á niðurfellingu vörugjalda; það gerir sem sagt beinlínis ráð fyrir að þeir bílar sem hreyfihamlaðir kaupa sér, séu knúnir jarðefnaeldsneyti. Hvernig ætla yfirvöld að bregðast við þessu, þannig að hlutur fatlaðra í kostnaði vegna innkaupa nauðsynlegra bifreiða hækki ekki? Starfshópur fjármálaráðherra setti fram eftirfarandi áætlun hvað varðar skatta á ökutæki í skýrslu til ráðherra. Þar segir m.a.

Undanþágur slökkvibifreiða og sjúkrabifreiða í eigu ríkis, sveitarfélaga eða stofnana á þeirra vegum, sérsníðaðra keppnisbifreiða og keppnisbifhjóla, sérútbúinna bifreiða fyrir fatlaðfólk og ökutækja fyrir starfsemi björgunarsveita verði felldar brott. Á árunum 2020-2021 haldi framangreindar undanþágur frá vörugjaldi fullu gildi. Á tímabilinu verði unnið að afmörkun leiða á útgjaldahlíð fjárlaga til að bæta þeim sem noti hafa góðs af undanþágunum að fullu þann ágóða sem þeir verða af við brottfellinguna. Á árinu 2022 komi brottfellingin til framkvæmda. (Úr „Skattar á ökutæki og eldsneyti 2020-2025. Skýrsla starfshóps.“ Fjármála- og efnahagsráðuneytið. 2018.)

Fylgst verður náið með því hvernig ráðuneytið hyggst bæta fötludum bílakaupendum niðurfellingu vörugjalds.

að gerast?



„Fatlaðar konur eiga líka börn.“ Konur í Sjálfsbjörg hafa verið virkar í jafnréttisbaráttunni. Hér er Kristín R. Magnúsdóttir í eldhúsi Halaleikhópsins að undirbúa þátttöku Kvinnahreyfingar ÖBÍ í Kvinnafriðeginum 2010.



Bergur Þorri Benjamínsson í heimsókn hjá dómismálaráðherra, Áslaug Örnú Sigurbjörnsdóttur til að ræða reglugerð um ættleiðingar.

Sé ætlun ráðuneytisins að stuðla að jafnræði og ýta um leið undir orkuskipti ætti ekkert að vera því til fyrirstöðu að breyta regluverki strax, þannig að hreyfihamlaðir gætu valið hvort henti þeim betur að velja rafbíl eða að halda sig við bifreið sem knúin er af jarðefnaeldsneyti.

► Lög og reglur um ættleiðingar

Í nóvember 2019 tók dómismálaráðherra Áslaug Arna Sigurbjörnsdóttir á móti formanni Sjálfsbjargar Ish. Umræðuefnið var lög og reglugerð um ættleiðingar. Inn í reglugerðina eru að mati Sjálfsbjargar innbyggðir fordómar gagnvart hreyfihömluðu fólki þannig að samkvæmt þeim er jafnvel ekki tekið við umsókn um ættleiðingu frá þessum hópi. Ráðherra óskaði eftir tillögum frá Sjálfsbjörg hvernig samtökin sjá fyrir sér að þau lög og reglugerðir sem um málið gilda ættu að líta út.

Eftirfarandi er úr reglugerð um ættleiðingu nr. 238/2005:

Eftirtaldir sjúkdómar eða líkamsástand, sem ekki er hér tæmandi talið, geta leitt til synjunar á umsókn [...] um ættleiðingu eða um forsamþykki til ættleiðingar á erlendu barni:

- a. Alnæmi og aðrir alvarlegir smitsjúkdómar.
- b. Fötlun eða hreyfihömlun.
- c. Geðsjúkdómar, geðraskanir eða þroskahömlun.
- d. Hjarta- og æðasjúkdómar.
- e. Innkirtlasjúkdómar.
- f. Krabbameinssjúkdómar.
- g. Líffærarþegar.
- h. Lungnasjúkdómar.
- i. Meltingarfærasjúkdómar.
- j. Nýrnasjúkdómar.
- k. Offita.
- l. Sjálfsofnæmissjúkdómar.
- m. Sykursýki og taugakerfissjúkdómar.



Grant Thornton

Endurskoðun • Skattur • Ráðgjöf

www.grantthornton.is

Grant Thornton endurskoðun ehf. er íslenskt aðildarfélag Grant Thornton International Ltd., sem er eitt af fremstu alþjóðlegu samtökum sjálfstæðra endurskoðunar og ráðgjafarfyrirtækja. Grant Thornton endurskoðun ehf. sérhæfir sig í að aðstoða rekstraraðila við að nýta tækifæri til vaxtar og bættrar afkomu með skilvirkri ráðgjöf. Framsýnn hópur starfsmanna, undir stjórn eigenda, sem ávallt eru aðgengilegir viðskiptavinum, nýta þekkingu og reynslu sína til að greina flókin málefni og finna lausnir fyrir viðskiptavinum sínum, hvort sem það eru einkarekin, skráð félög eða opinberar stofnanir. Yfir 35.000 starfsmenn Grant Thornton fyrirtækja í meira en 100 þjóðlöndum, leggja metnað sinn í að vinna að hag viðskiptavina, samstarfsmanna og samfélagsins sem þeir starfa í.

Anna Torfadóttir, fyrirverandi formaður Sjálfsbjargar í Bolungarvík tekin tali

Vestfirðingurinn Anna Torfadóttir, fyrirverandi formaður Sjálfsbjargar í Bolungarvík, var í bæjarferð í Reykjavík í haust og notaði undirrituð tækifærið og hitti hana fyrir smá spjall. Félagið hennar átti 60 ára afmæli á árinu, stofnað 5. september 1959 og hafði Anna verið heiðruð með gullmerki landssamtakanna. Var kominn tími til að lesendur Klifurs fengju að kynnst Önnu aðeins.



Anna nýtur vorsólarinnar í Bolungarvík; í baksýn fjallið Óshyrnan og kletturinn Þuríður.

Segðu nú aðeins frá sjálfri þér. Hvaðan ertu? „Ég er af Vestfjarðakjálkanum, fædd á Hólmavík og uppalin að Drangnesi í Steingrímsfirði, yngst 8 systkina. Mamma var heimavinnandi en pabbi var sjómaður og síðar verkstjóri í frystihúsi. Ég fór eiginlega að heiman þegar ég var búin með það sem þá hét 2. bekkur unglíngastígs, fór í heimavistaraskólann að Reykjum við Hrótafjörð. Þar var ég í 2 ár. Síðan flutti ég aftur heim og kenndi handavinnu við grunnskólann í eitt ár, þá bara 17 ára gömul.“

Árið 1971 flutti Anna svo vestur til Bolungarvíkur og fór að vinna í fiski. „Elsta systir mín bjó þar og gat ég verið hjá henni til að byrja með. Þar kynntist ég mínum fyrirverandi manni og átti með honum 2 yndislega drengi. Heita þeir Kristján Karl og Ketill Már Júlíussynir.“ Svo skemmtilega vill til að sá eldri, Kristján Karl var 2016 kosinn formaður Sjálfsbjargar í Bolungarvík. Enn skemmtilegra er að fyrsti formaður félagsins fyrir 60 árum síðan var afi hans og alnafni.

Þau Júlíus skildu árið 1974 var Anna þá orðin einstæð móðir með 2 ungabörn rétt rúmlega tvítug; sá yngri er fæddur daginn eftir tvítugsafmæli Önnu. Takmarkaðan stuðning var að fá fyrir einstæða foreldra á þessum tíma og ákvað hún því að flytja aftur heim til foreldra sinna með börnin. Þegar svo kom að því að eldri drengurinn hefði þurft að fara í heimavistaraskóla, sem var erfitt fyrir einstæða foreldri með lítil fjárráð, sneri litla fjölskyldan aftur vestur til Bolungarvíkur og þar hefur Anna búið síðan. Reyndist það gott fyrir strákana að búa þar.

„Ég hef alltaf kunnað vel við mig í Bolungarvík. Svo var gott fyrir strákana að fá tækifæri til að kynnst föðurfólkinu sínu. Ég vann í verslun, var um tíma heimilishjálp og vann líka í fiski eins og svo margir.“ Anna vann í nokkur ár sem dagmanna og þótti það skemmtilegasta starfið, þó svo að hún hafi haft gaman að því að kynnst eldri íbúum Bolungarvíkur þegar hún vann sem heimilishjálp.

Kom fyrir að Anna þurfti að leita á náðir félagsfirvalda varðandi t.d. húsnæði eða meðlag og var það stundum þrautarganga. Var greinilega litið niður á einstæða foreldra og fékk hún stundum á tilfinninguna að þeir sem sinntu þessum málum þyrftu að borga þetta úr eigin vasa. „Mikið hefur breyst síðan þá.“

„Núverandi manni mínum kynntist ég 1988. Alli (Aðalbjörn Þ. Jónsson) er Strandamaður eins og ég. Við giftum okkur 1992. Áttum sem sagt 25 ára brúðkaupsafmæli 2017.“

Anna er svo heppin að eiga 4 barnabörn á aldrinum 7 til 27 ára. Yngsta barnabarnið, Katrín Sara, fæddist 9 vikum fyrir tímenn og var stundum tvísýnt um hana fyrstu mánuðina. Hún greindist með svokallað Kabuki-heilkenni og var þangað til fyrir stuttu síðan eina barnið á Íslandi með þetta heilkenni. Eins og stundum er með einstaklinga með sjaldgæfar greiningar, getur reynst erfitt að fá þá aðstoð sem þarf en þau hafa verið mjög heppin með lækna. Katrín Sara er nú í 2. bekk í Klettaskóla í Reykjavík og hlakkar til hvers skóladags.

Þar sem Anna hefur verið sjúklingur um nokkurn tíma, hefur hún oft þurft að fara til sérfræðilækna í Reykjavík. Ræddi hún um kostnaðinn sem þessum ferðum fylgir. „Mér finnst kerfið þó hafa lagast. Nú þarftu t.d. ekki að fá uppáskrifað að þú þurfir að fara til sérfræðilæknis í Reykjavík, eins og var áður. Tvær ferðir eru greiddar af Sjúkratryggingum á ári, en sú greiðsla dekkar þó ekki raunverulegan kostnað. Það er ekki fyrir fátækt fólk utan af landi að þurfa að fara til læknis.“



Anna og Alli.

Í þeirri vikulöngu ferð sem Anna var í þegar viðtalið fór fram, hafði hún skipulagt að hitta 4 sérfræðilækna ásamt því að fara í máttun fyrir sérsmíðaða skó. Einn læknanna var svo ekki við sem kostar hana aukaferð suður og kostnað samfara því.

Anna og Sjálfsbjörg

„Ég hef verið félagi í Sjálfsbjörg í Bolungarvík síðan 1986 þegar Björg Kristjánsdóttir, fyrrverandi mágkona mín sem var þá formaður félagsins, hringdi í mig og spurði hvort það væri ekki rétt að ég væri öryrki. Þegar ég svaraði því játandi, tilkynnti hún mér að hún væri búin að skrá mig í félagið!“ Anna varð öryrki ung vegna gigtar og endómetríósu (ME) sem er hvort tveggja mjög sársaukafullir sjúkdómar, en sem betur fer losnaði hún við ME.

„Fyrsta þing landssambandsins sótti ég 1998 en það var haldið á Siglufirði. Var þetta 40 ára afmælisþing. Í þá tíð voru þingin annað hvert ár og mitt fyrsta verk sem nýkjörin formaður Sjálfsbjargar á árinu 2000 var að fara á þing, sem haldið var á Akranesi. Sem betur fer var Björg, fyrrverandi formaður með í för, því ég viðurkenni fúslega að ég var lítið inni í málunum á þessum tíma. Þingin voru með öðrum brag en landsfundirnir eru í dag. Sem dæmi, þá fóru kosningar þannig fram að fulltrúar á þingunum gáfu kost á sér í stjórnir og nefndir á þingunum sjálfum. Kosningar gátu þannig tekið ansi langan tíma. Þingin voru sett á föstudegi og svo var þingið á laugardeginum, eftir svokallaðan sambandsstjórnarfund, sem allir formenn aðildarfélaganna sátu. Ég man vel hversu græn ég var, en Siggí (Sigurður Einarsson), þáverandi framkvæmdastjóri samtakanna reyndist mér mjög hjálplegur og útskýrði allt fyrir mér.“

Þess má geta hér að þegar fyrirkomulaginu var breytt úr þingum á 2ja ára fresti í árlega landsfund, var fyrsti landsfundur Sjálfsbjargar landssambands hreyfihamlaðra haldinn á Bolungarvík.

Anna er að eigin sögn þekkt fyrir að segja meiningu sína tæpitungulaust þó svo að hún hafi haldið sig til hlés fyrstu árin innan samtakanna, á meðan hún var að kynast starfseminni.

Barst nú talið að yfirfærslu málefna fatlaðra, frá ríki til sveitarfélaga þann 1. janúar 2011. „Á þeim tíma var ég orðin formaður Sjálfsbjargar og vann með sveitarstjórninni að undirbúningi yfirfærslunnar. Þá var spurning hvort þau mál færu á borð Bolungarvíkur eða Ísafjarðar en þar var skammtíamavistun, skrifstofa Svæðisstjórnar málefna fatlaðra og ýmis önnur þjónusta.“ Úr varð að Bolungarvík hélt þjónustunni í heimabyggð en kaupir sumt af Ísafjarðarbæ, meðal annars ferðaþjónustu fatlaðra og skammtíamavistun.

Sjálfsbjörg í Bolungarvík

Sjálfsbjargarfélögin sem eru 12 á árinu 2019 hafa hvert sínar áherslur. Í Bolungarvík veitir félagið sveitarstjórn gott aðhald, t.d. í aðgengis- og öðrum réttindamálum. En þau hafa líka verið iðin við fjáröflun fyrir tækjakaup fyrir sjúkrahöfnir. „Númer eitt, tvö og þrjú eru tækjakaup í sjúkrahöfnum. Við höfum keypt allt í þessa sjúkrahöfnarstöð sem tilheyrir Heilbrigðisstofnun Vestfjarða. Í sama húsi er hjúkrunarheimilið Berg. Eins höfum við keypt ýmis tæki og tölvur fyrir sérkennslu í grunnskólanum.“

„Ég man hvað var lítið til á sjúkrahöfnarstöðinni, bara svona bekkur og einhver nuddtæki en núna er stöðin

fullbúin tækjum. Öll eru þau frá Sjálfsbjörg! Við höldum tækjunum í heimabyggð með því að eiga þau áfram sjálf en sjúkrahöfnunin fær þau til afnota. Við fjármögnuðum þetta lengi vel með sölu á plastpokum og pönnukökum. Reyndar var eitt það fyrsta sem ég gerði eftir að ég gekk í félagið var að selja plastpoka. Mig minnir að það hafi byrjað á 8. áratugnum. Nú orðið höfum við hætt því, en auðvitað er sólarpönnukökusalán í fullum gangi, bæði til fyrirtækja í Bolungarvík og á Ísafirði. Og svo byrjuðum við í fyrra að selja ísskápasegla með myndum frá Bolungarvík við góðar undirtektir.“

„Eitt fyrsta málefni sem ég man eftir þegar ég var nýbyrjuð í félaginu var að það vantaði lyftu í sundlaugin. Barðist Sjálfsbjörg fyrir henni, þó svo að það skal viðurkennast að hún er ekki af bestu gerð. Hálf broslengt var þegar bæjarstjóranum var boðið að prófa lyftuna til að setja sig í spor þeirra sem þurfa að nota hana. Var hann ólaður niður í venjulegan sturtuhjólástól og var honum slakað niður, eiginlega á einhverskonar gálga, alveg niður að vatnsborði. Nema hvað, lyftan bilaði og þurfti hann að beita lagni til að komast upp úr lauginni þurru fótum!“

Félagar í Sjálfsbjörg í Bolungarvík eru um 60 og hefur sú tala haldist um nokkuð skeið. „Félagið var upprunalega deild út frá Ísafirði en fljótlega var ákveðið að stofna eigið félag. En samstarfið á milli félaganna er mjög gott.“

Aðspurð um húsnæðismál Sjálfsbjargar sagði Anna frá því að félagið hefði aldrei fjárfest í húseign, en nýlega var félagsheimilið endurgert og aðgengi bætt verulega. Bærinn býður félagasamtökum að halda þar eina samkomu á ári endur-



Kræsingar á 60 ára afmæli Sjálfsbjargar í Bolungarvík.



Frá 60 ára afmælinu. 5 formenn Sjálfsbjargar á Bolungarvík, Anna Torfadóttir, Ólafía Ósk Runólfsdóttir, Kristján Karl Júlíusson (núverandi formaður), Björg Kristjánsdóttir, og Kristín Margrét Bjarnadóttir.

gjaldslaust. Sjálfsbjörg nýtir það fyrir jólabingó.

„Alltaf þegar við höldum bingó bjóðum við einhverjum bekknum í grunnskólanum eða þrum hópum barna sem er í fjáröflun að vera með okkur og selja kakó og vöffur. Þetta trekkir líka fólk á bingó; barnabörnin spyrja ömmur og afa hvort þau ætli ekki að koma. Þessi samvinna byrjaði þegar við fengum að vera með bingóið í matsalnum í skólanum á meðan var verið að gera upp félagsheimilið. Í þakklætisskyni buðum við þeim svo þessa samvinnu.“

Þess má geta að sveitarstjórn Bolungarvíkur fékk afhent viðurkenningarskjal Sjálfsbjargar fyrir gott aðgengi í félagsheimilinu á jólabingói félagsins þann 16. nóvember 2019.

60 ára afmælishátíð Sjálfsbjargar í Bolungarvík

Barst nú talið að 60 ára afmælishátíð félagsins en það var haldið upp á það þann 7. september. Var haldin vegleg veisla í félagsheimilinu góða og ýmsum gestum boðið. Anna var sæmd gullmerki landssambandsins við það tækifæri. Ekki var þó hægt að næla merkinu í barm Önnu, þar sem formaður landssambandsins, Bergur Þorri Benjamínsson var veðurtepptur í Reykjavík þennan dag. Fékk hún merkið afhent í kaffisamsæti með stjórn landssambandsins í Sjálfsbjargarhúsinu að Hátúni 12 þann 13. október.

„Þó svo að það hafi verið félagið sem átti afmæli, vorum það við sem gáfum gjafir! Fékk starfsfólk hjúkrunarheimilisins Bergs

fótanuddtæki sem og tæki til að nudda þreyttar herðar. Svo afhenti Kristján formaður sjúkraþjálfunarstöðinni vaxpott til afnota.“

Í lok spjalls okkar ræddum við aðeins um hversu frábær hjálpartæki eru nú fánleg og hvetur hún þá sem gætu haft not af þeim að biða ekki of lengi með að sækja um þau. Notar Anna göngugrind sem hún er mjög ánægð með. Reyndar tók það nokkurn tíma að byrja að nota hana utandyra. Þegar hún gerði það svo, komu nokkrar fullorðnar konur til hennar og sögðu að þær ættu líka svona en létu aldrei sjá sig með þær utandyra. Vonar Anna að hún hafi haft góð áhrif, þannig að fleiri þori að nota þetta góða hjálpartæki sem göngugrind er.

Guðbjörg Kristín Eiríksdóttir



kom | ráðgjöf
stofnað 1986



REYKJANESBÆR

NJÓTTU LÍFSINS MEÐ GÓÐRI HJÁLÞ

Heilbrigðissvið Fastus býður upp á heildarlausnir í endurhæfingar-, hjúkrunar- og hjálpartækjum. Hafðu samband við sölufólk okkar í síma 580 3900 sem aðstoðar þig við val á vörum sem henta þínum þörfum.



GEMINO GÖNGUGRINDUR

- Léttar og auðstillanlegar göngugrindur
- Auðvelt er að fella saman
- Karfa fylgir
- Endurskinsmerki á hliðum
- Gott úrval aukahluta
- Er í samningi við Sí



XENON 2 SA

- Einn af léttustu krossramma hjólastólunum
- Auðvelt að leggja saman
- Þyngd frá 10,3 kg
- Er í samningi við Sí



KYMCO RAFSKUTLA

Þægileg í akstri með sæti sem er hægt að stilla og snúa.

- Hámarkshraði 12,8 km/klst
- Hæð frá jörðu upp að stelli: 10 cm
- Hámarksþyngd notanda 160 kg
- Hámarksvegalengd á einni hleðslu 48 km



SNÚNINGSTEYGJULÖK

- Auðveldar fólki að hreyfa sig og snúa sér í rúminu
- Engin laus lök sem færast til eða krumpast undir viðkomandi
- Hægt að fá vatnsheld lök
- Fæst á flestar dýnustærðir
- Hefur stamt svæði hjá fótum sem auðveldar viðspyrnu
- Eru í samningi við Sí

Hvað er NPA?

Viðtal við Rúnar Björn Herrera Þorkelsson

NPA miðstöðin hefur verið til húsa í Sjálfsbjargarhúsinu í nokkur ár. Miðstöðin er samvinnufélag í eigu fatlaðs fólks. NPA stendur fyrir notendastýrð persónuleg aðstoð og fellur undir þjónustu sveitarfélaga. Helsta hlutverk miðstöðvarinnar er að halda utan um starfsmannamál NPA notenda. Að auki er miðstöðin mjög öflug í baráttu fyrir sjálfstæðu lífi fatlaðs fólks. Svipuð samvinnufélög eru til á hinum Norðurlöndunum, t.d. Uloba í Noregi.

Úr samþykktum NPA miðstöðvarinnar:

Notendastýrð persónuleg aðstoð er þjónusta sem skipulögð er af notandanum og miðar að því að hann eigi kost á að taka fullan þátt í þjóðfélaginu á jafnréttisgrundvelli.

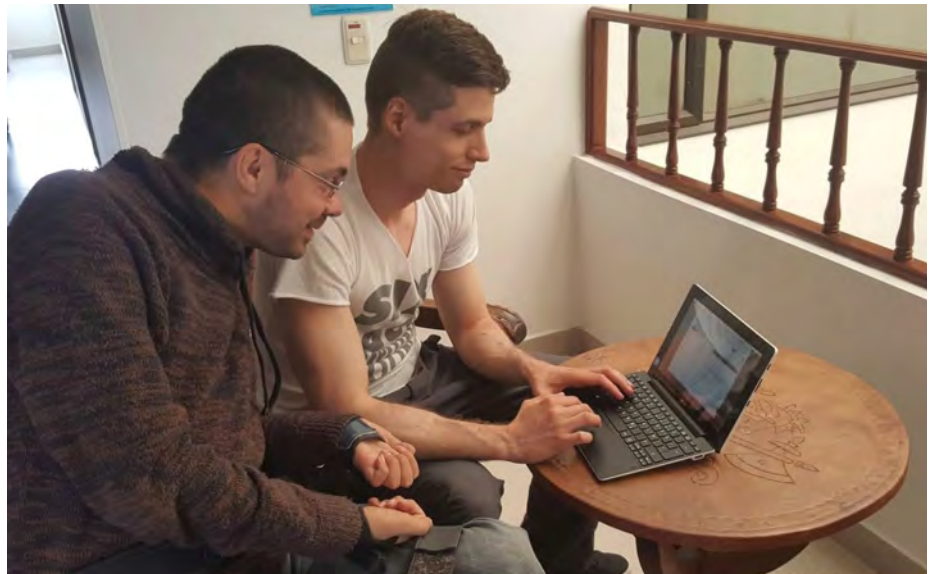
Notendastýrð persónuleg aðstoð byggir á:

- a) að fatlað fólk hafi fulla stjórn á allri aðstoð sem það telur sig þurfa, m.a. með því að ákveða hver, hvar, hvernig og hvenær aðstoðin er veitt.
- b) að fatlað fólk njóti jafnréttis og taki þátt í samfélaginu.

Rúnar Björn Herrera Þorkelsson er formaður stjórnar NPA miðstöðvarinnar og hefur hann gegnt því embætti síðan 2014. Eins hefur hann verið formaður málefnaþóps ÖBÍ um sjálfstætt líf frá 2015.

Klifur heyrði í Rúnari í gegn um netið, en hann var staddur erlendis þegar þetta viðtal fór fram.

Sagði hann frá því að allir þeir sem hafa NPA eða eru að fara að sækja um NPA geti verið félagar í miðstöðinni: óháð aldri, búsetu eða skerðingu/fötun. Þær greiðslur sem sveitarfélög inna af hendi fyrir NPA skiptast í þrennt: 85% til að greiða laun og launatengd gjöld til aðstoðarfólks, 10% fyrir umsýslukostnað og 5% fyrir útlagðan kostnað vegna aðstoðarfólks. Það skal þó tekið fram að sveitarfélögin fjármagna 75% af þjónustunni, en ríkið 25%. Gert er ráð fyrir að sveitarfélögin nýti sér jöfnunarsjóð sveitarfélaga við fjármögnunina. „Þetta gleymist stundum“,



Rúnar með aðstoðarmann erlendis

segir Rúnar. „Allt of oft fær fatlað fólk að heyra það hversu dyrt það sé sveitarfélagi sínu!“

Talið barst að einkavæðingu í heilbrigðisþjónustu og benti Rúnar á að í raun megi líta á NPA sem einkavædda þjónustu (eða útvistaða þjónustu), þar sem einstaklingurinn fær greiðslu frá sveitarfélaginu og sem notuð er til að greiða aðstoðarfólki laun og launatengd gjöld. Fara verður samt varlega í meiri einkavæðingu á NPA. Dæmi eru til frá Svíþjóð þar sem fatlaðir einstaklingar hafi farið illa út úr samskiptum sínum við einkafyrirtæki. Mikilvægt er að vanda vel til verka. „Ef eitthvað kemur upp á er ekki svo auðvelt að skipta um þjónustuaðila.“

NPA miðstöðin aflaði á árinu formlegs starfsleyfis frá Gæða- og eftirlitsstofnun félagsþjónustu og barnaverndar (GEF) til að starfa sem umsýsluaðili með NPA samningum. Þó svo að miðstöðin hafi í raun fyrir löngu síðan uppfyllt þær kröfur sem gerðar eru, getur miðstöðin nú með tilkomu þessa starfsleyfis tekið að sé umsýslu NPA samninga um allt land.

Eins og nefnt er í inngangi er NPA miðstöðin samvinnufélag fatlaðs fólks; fatlaðir eru eigendur miðstöðvarinnar og aðstoðar miðstöðin við alla þætti sem snúa að umsýslu í kringum NPA. Á skrifstofunni starfa 6 manns en auk þeirra er oft kallað til fólk til að sinna ákveðnum verkefnum.

Sagði Rúnar að þau væru búin að sprengja af sér húsnæðið og unnið væri að því að flytja miðstöðina.



Um leið og við þökkum Rúnari fyrir gott spjall viljum við nota tækifærið og hvetja fatlað fólk sem telur sig eiga rétt á NPA eða hefur fengið vilyrði fyrir NPA að hafa samband við miðstöðina. Síminn er 567 8270.

Nánari upplýsingar er að finna á npa.is og á Facebook síðu miðstöðvarinnar.

Hugsaðu vel um húðina í vetur

Decubal clinic cream:

Okkar klassíska krem fyrir daglega umönnun þurrar og viðkvæmrar húðar. Má nota á allan líkamann og hentar öllum í fjölskyldunni.

Decubal shower & bath oil:

Hjálpar húðinni að viðhalda raka með náttúrulegum olíum, E-vítamíni og kamillu.

Lips & dry spots balm:

Nærandi og enduruppbyggjandi fyrir þurrar varir, tætt naglabönd og þurra bletti.



Veturinn er yndislegur. En kalt loft getur gert húð þína þurra og hrjúfa. 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

Ný þjónusta í Sjálfsbjargarhúsinu

Fótaaðgerðarstofa Ríkeyjar

Nýlega opnaði Ríkey Sigurjónsdóttir fótaaðgerðarstofu í Sjálfsbjargarhúsinu. Hún er löggildur fótaaðgerðarfræðingur, með leyfi frá Landlækni.

Ríkey starfar bæði á sinni eigin stofu í Hátúni 12 og í Múlabæ, dagþjónustu fyrir aldraða og öryrkja. Þess má líka geta að hún er líka sjúkraliði að mennt.

Þjóðum við hana velkomna í Hátún 12.

Opið er eftir samkomulagi og best er að panta tíma í síma 837 7223 eða með skilaboðum á Facebook.

Facebook-síða:

Ríkey Sigurjónsdóttir

Fótaaðgerðarfræðingur

Netfang:

rikeysigur@gmail.com



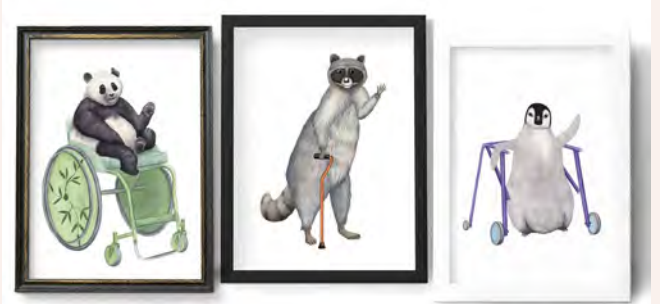
Ríkey er staðsett á gangi 1. hæðar Hátúns 12 og er hægt að komast til hennar annað hvort að vestanverðu (inngangur nr. 4) eða um aðalinngang (eina hæð upp).

Á forsíðu Klifurs eru myndir eftir Jönu Birtu Björnsdóttur. Fleiri myndir er hægt að sjá á Instagram síðu hennar, "artbyjanabirta".
Ljósmyndari:
Hólmsteinn Þór
Valdimarsson



Jana Birta um myndirnar sínar af dýrum sem nota hjálpertæki:

Mín sýn á myndirnar.



Fjölbreytileikinn í samfélaginu er mikill og eru hreyfihamlaðir einstaklingar sem nota hjálpertæki hluti af þessum fjölbreytileika. Menningin sýnir oft hjálpertækjanotendur sem vansæl grey og að notkun hjálpertækja hverskonar sé neikvæð. Þetta ýtir undir skömm hjá þeim sem þurfa að slíkum tækjum að halda og viðheldur fordómum gagnvart þeim.

Ég tók því upp á því að mála nokkrar myndir sem sýna hjálpertæki í jákvæðu samhengi fyrir hjálpertækjanotendur til að spegla sig í. Sérstaklega var mér hugsað til fatlaðra barna; að þau fái tækifæri til að sjá hjálpertæki í jákvæðu ljósi.

Þar að auki finnst mér mikilvægt að skapa umræðu um að hjálpertæki gera meira gagn en ekki. Ef ég tala út frá minni eigin reynslu þá ætti ég ekki svona fint líf í dag ef ég hefði ekki hjálpertækin mín til að aðstoða mig til að komast um.

Vinningshafi

í áramótahappdrættinu 2018

Bergur Þorri Benjamínsson, formaður Sjálfsbjargar Ish. afhendir heppnum eiganda vinningsmiða í áramótahappdrætti Sjálfsbjargar, Guðjóni Bragasyni, aðalvinninginn, Kia Niro Plug-in Hybrid rafbíll frá Öskju. Á myndinni er líka sölumaður hjá Öskju, Helgi Ragnar Gunnarsson.

*Við viljum nota tækifærið og þakka öllum þeim sem keypt hafa happdrættismiða okkar.
Ykkar stuðningur skiptir öllu máli!*



Leigjum út margvísleg hjálpartæki fyrir hreyfihamlaða

SJÚKRARÚM GÖNGUGRINDUR RAFSKUTLUR HJÓLASTÓLA OG MARGT FLEIRA



 **Hjálpartækjaleiga Sjálfsbjargar**
MOBILITY EQUIPMENT RENTAL

Opð virka daga: 10:00 - 12:00 / 12:30- 15:00
Hátún 12, 105 Reykjavík
Sími: 550 - 0118
hjalpartaeki@sjalfsbjorg.is | www.hjalpartaeki.is



 **Jóhann Ólafsson & Co**
Krokhálsi 3 110 Reykjavík Sími: 533 1900 Símbref: 533 1901

 **RAFVER**
www.rafver.is

BYKO
GERUM PETTA SAMAN



Takk fyrir stuðninginn!

Kemi ehf-www.kemi.is, Tunguhálsi 10
Kjöreign ehf, fasteignasala, Ármúla 21
Kjöthöllin ehf, Skippholti 70 og Háaleitisbraut
Kólus ehf, Tunguhálsi 5
KP Byggir ehf, Gefjunarbrunni 4
Landsnet hf-www.landsnet.is, Gylfahlöt 9
Landssamtök lífeyrissjóða, Guðrúnartúni 1
Landssamtökin Proskahjál, Háaleitisbraut 13
Lifandi vísindi, Klapparstíg 25
Lögmenn Fortis ehf, Laugavegi 7
Lögreglustjórnin á höfuðborgarsvæðinu, Hverfisgötu 115
Matthias ehf, Vesturfold 40
Meba- úr og skart, Kringlunni og Smáralind
Menntaskólinn við Hamrahlöð, Hamrahlöð 10
Nautica ehf, Laugarásvegi 14
Nostra ræstingar ehf, Sundaborg 11-13
Nýi öskuskólinn ehf, Klettagördum 11
Ólíuverzlun Íslands hf, Skútuvogi 5
Orka ehf, Stórhöfða 37
Óttó auglýsingastofa ehf, Laugavegi 178
Ó. Johnson & Kaaber ehf, Tunguhálsi 1
Ólafur Þorsteinsson ehf, Vatnagördum 4
Ósal ehf, Tangarhöfða 4
Pétur Stefánsson ehf, Vatnsstíg 22
Pixel ehf, Ármúla 1
Prentsmíðjan Leturprent ehf, Dugguvogi 12
Rafmeisti ehf, Hraunbæ 99
Rafsvið sf, Viðarhöfða 6
Reiknistofa bankanna hf, Katrínartúni 2
Reykjavík Excursions - Kynnisferðir ehf - BSI
Umferðamiðstöðin
RG Lögmenn ehf, Skeifunni 17
RK Pípulagnir ehf, Gylfahlöt 16-18
Samfylkingin, Hallveigastíg 1
Samiðn, samband iðnfélaga, Stórhöfða 31
Samtök starfsmanna fjármálafyrirtækja-SSF, Nethyl 2e
Síma- og tölvulagnir hf, Kirkjustétt 34
Sjúkraþjálfun Grafarvogs ehf, Spönginni 37
Sjúkraþjálfun Íslands ehf, Suðurlandsbraut 34
Skolþreinsun Ásgeirs sf, Unufelli 13
Smith og Norland hf, Nóatúni 4
Snyrtistofa Grafarvogs ehf, Hverafold 1-3
Sólón Bistro, Bankastræti 7a
Sportis ehf, Mörkinni 6
Stansverk ehf, Hamarshöfða 7
Subway, Suðurlandsbraut 46
Söluturninn Vikivaki, Laugavegi 5
Tannlæknastofa Tómasar Einarssonar, Þangbakka 8
Tark - Arkitektar, Hátúni 2b
Teiknistofan Tröð ehf, Laugavegi 26
THG Arkitektar ehf, Faxafeni 9
Tæknivangur ehf, Kirkjustétt 26
Tösku- og hanskabúðin ehf, Laugavegi 103
Útfarapjónusta Rúnars Geirmundssonar, Þverholti 30
Útgerðarfélag Reykjavíkur hf, Fiskislóð 14
Úti og inni sf, Þingholtsstræti 27
VA arkitektar ehf, Borgartúni 6
Veritas lögmenn, Borgartúni 28, 3 hæð
Verkfærasalan ehf, Siðumúla 9
Verslunin Álfheimar, Álfheimum 2
Verslunin Brynja ehf, Laugavegi 29
Vélavíðgerðir ehf, Fiskislóð 81
Vinnuálastofnun, Kringlunni 1
VM - Félag vélstjóra og málmæknimanna, Stórhöfða 25

Seltjarnarnes

Bílanes ehf, Bygggördum 8
Borgarblöð ehf, Eiðistorg 13-15

Vogar

Arktik Rok Motel ehf, lðndal 1

Kópavogur

Alhliða pípulagnir sf, Akralind 5
Annata ehf, Hagasmára 3

Takk fyrir stuðninginn!

ÁF Hús ehf, Bæjarlind 4
B&B gluggatjaldahreinsun ehf, Engjaþingi 1-3
Baader Ísland ehf, Hafnarbraut 25
Bifreiðastillingin ehf, Smiðjuvegi 40d
Bíflaklæðningar hf, Kársnesbraut 100
dk hugbúnaður ehf-www.dk.is, Smáratorgi 3
Exton ehf, Vesturvör 30a
GG Sport, Smiðjuvegi 8, græn gata
goddi.is, Auðbrekku 19
Hefitverk ehf, Jörfalind 20
Hvammshólar ehf, Hlíðarhvammi 2
Init ehf, Smáratorgi 3
JÓ lagnir sf, Smiðjuvegi 11
Kambur ehf, Geirlandi v/Suðurlandsveg
Landmótun sf, Hamraborg 12
Malbiksviðgerðir ehf, Aflakór 23
Mannberg ehf vélsmiðja, Akralind 1
MHG verslun ehf, Víkurhvarf 8
Nobex ehf, Hlíðasmára 6
Rafholt ehf, Smiðjuvegi 8
Rafport ehf, Auðbrekku 9-11
Rafsetning ehf, Björtusölum 13
Rakarastofan Herramenn, Hamraborg 9
Suðurverk hf, Hlíðasmára 6
Tengi ehf, Smiðjuvegi 76
Tröllalagnir ehf, pipulagningaþjónusta, Auðnukór 3

Garðabær

Elektra ehf, Lyngási 11
Fimir ehf, Skrudási 14
Garðabær, Garðatorgi 7
Geislataekni ehf - Laser þjónustan, Suðurhrauni 12c
Krókur, Vesturhrauni 5
Loftorka Reykjavík ehf, Miðhrauni 10
Pípulagnaverktakar ehf, Miðhrauni 18
Rope Yoga Setrið
Samhentir, Suðurhrauni 4
Versus bílaréttingar og málun, Suðurhrauni 2
Öryggisgírdingar ehf, Suðurhrauni 2

Hafnarfjörður

Aflhlutir ehf, Drangahrauni 14
Dverghamrar ehf, Lækjarbergi 46
Eldvarnarþjónustan ehf, Móabardi 37
EÓ-Tréverk sf, Háabergi 23
Fjarðarmót ehf, Melabraut 29
Fjörkráin-Hótel Viking, Strandgötu 55
Gafllar ehf, rafverktakar, Lónsbraut 2
Guðmundur Arason ehf, smiðjarn, Rauðhelli 2
Gunnars mæjónes ehf, Dalshrauni 7
H. Jacobsen, Reykjavíkurvegi 66
Hafnarfjarðarhöfn, Óseyrarbraut 4
Hallbertsson ehf, Glitvangi 7
HB húðin, Reykjavíkurvegi 66
Heimir og Jens ehf, Birkibergi 14
HH Trésmiðja ehf, Fifuvöllum 22
Hvalur hf, Reykjavíkurvegi 48
Kerfi fyrirtækjaþjónusta ehf, Selhelli 13
Micro-ryðfrí smíði ehf, Suðurhrauni 12b
Opal Sjávarfang ehf, Grandatröð 4
Sjúkraþjálfarinn ehf, Strandgötu 75
Snittvélin ehf, Brekkutröð 3
Stoðtækni ehf, Lækjargötu 34a
Tannlæknastofa Harðar V Sigmarssonar sf,
Reykjavíkurvegi 60
Terra ehf, Berghelli 1
Úthafsskip ehf, Fjarðargötu 13-15
Útvík hf, Eyrartröð 7-9
Verkalýðsfélagið Hlíf, Reykjavíkurvegi 64
Viðir og Alda ehf, Reykjavíkurvegi 52a
Vír og lykjur ehf, Flatahrauni 1
White arctic ehf, Norðurhelli 8

Kynning á fræðslubæklingi

Í maí 2019 gaf Sjálfsbjörg Ish. út íslenska þýðingu á sænskum bæklingi eftir Anna-Carin Lagerström, sjúkraþjálfara MSc, heilsu- og hollusturáðgjafa.

Tilgangurinn með útgáfu þessa bæklinga er að fræða fólk um hættuna á að þyngjast af mikið, um hvað hægt er að gera til að koma í veg fyrir þyngdaraukningu og almennt um mikilvægi mataræðis fyrir góða heilsu og vellíðan.

Fæði, þyngd og heilsa
hreyfihamlaðs fólks
- góð ráð, spurningar og svör



Bæklingurinn afhentur að Kristnesi.
Frá vinstri: Jón Harðarsson framkvæmdastjóri
Sjálfsbjargar á Akureyri og nágrennis,
Ingvar Þóroddsson yfirlæknir endur-
hæfingar SAK, Jón Heiðar Jónsson vara-
formaður Sjálfsbjargar Ish.
og Eygló Brynja Björnsdóttir
hjúkrunardeildarstjóri á Kristnesi.
Ljósmyndun ehf/ Rúnar Þór Ljós



Alþýðusamband Íslands

VÍNBUÐIN



Aðgengisátak ÖBÍ

Aðgengisátak ÖBÍ hófst formlega 15. mars 2019 og lauk 11. ágúst 2019. Margrét Lilja Aðalsteinsdóttir og Guðrún Ósk Maríasdóttir voru ráðnar til að sinna þessu verkefni og fóru í aðgengisúttektir á hina ýmsu staði á Stór-Reykjavíkursvæðinu.

Ásamt því að fara í tólf úttektir, skrifa tólf skýrslur og að hafa verið virkar á samfélagsmiðlum, héldu þær m.a. kynningu á málþingi Kvinnahreyfingar ÖBÍ um aðgengi á Kvinnadeild Landspítalans og Leitarstöð Krabbameinsfélagsins, gerðu mörg myndbönd sem hægt er að finna á Facebook síðu átaksins og komu fram í hinum ýmsu fjölmiðlum.

Markmið átaksins var að vekja athygli á mikilvægi góðs aðgengis, gera úttektir í og við opinberar byggingar og stuðla þannig að vitundarvakningu og breytingum í samfélaginu.



Margrét Lilja í aðgengisúttekt hjá Leitarstöð Krabbameinsstöðvarinnar. Gleðilegt var að sjá hversu gott aðgengi er að röntgentækjum sem notuð eru við brjóstkrabbameinsleit.
Mynd: ÖBÍ

Takk fyrir stuðninginn!

Reykjanesbær

Bókhalds- og rekstrarþjónusta Gunnars Þórarinssonar,
Hafnargötu 91

Dacoda ehf, Krossmóa 4a
DMM Lausnir ehf, Hafnargötu 91
Ístek ehf, Hólagötu 31

M² Fasteignasala & Leigumiðlun, Hólmgarði 2c
Nesraf ehf, Grófinni 18a

Grindavík

Grindavíkurbær, Víkurbraut 62
Lagnþjónusta Þorsteins ehf, Tangasundi 3
Visir hf, Hafnargötu 16

Mosfellsbær

Álguggar JG ehf, Flugumýri 34
Elektrus ehf - löggiltur rafverktaki, Bröttuhlíð 1
Garðagróður ehf, Reykjum 11
Guðmundur S Borgarsson ehf, Reykjahvoll 16
Nonni líti ehf, Þverholti 8
Sjúkrapjálfun Mosfellsbæjar, Skeljatanga 20
Vélsmiðjan Sveinn ehf, Flugumýri 6

Akranes

Apótek Vesturlands ehf, Smiðjuvöllum 32
Bifreiðastöð Þórdar Þ. Þórdarsonar, Smiðjuvöllum 15
Bílver, bílaverkstæði ehf, Innnesvegi 1
Smurstöð Akraness sf, Smiðjuvöllum 2

Borgarnes

Ræktunarstöðin Syðra-Lágafelli ehf
Sprautu- og bifreiðaverkstæðið Borgarness sf,
Sólbakka 5

Grundarfjörður

Bifreiðþjónusta Snæfellsnes, Sólvöllum 5
Þjónustustofan ehf, Grundargötu 30

Ólafsvík

Fiskverkunin Valafell, Sandholti 32
Lítalón ehf, Skipholti 8

Snæfellsbær

Gistihúsið Langaholt á Snæfellsnesi, Ytri-Görðum

Hellissandur

Útgerðarfélagið Glaumur ehf, Háarífi 45 Rífi

Ísafjörður

Bílasmiðja S.G.B. ehf, Seljalandsvegi 86
Ferðaþjónustan í Heydal, Mjóafirði
Félag opinberra starfsmanna á Vestfjörðum,
Aðalstræti 24
Húsið Ísafirði, Hrannargötu 2
Kvenfélagið Hvöt
Orkubú Vestfjarða ehf, Stakkanesi 1
Smali ehf, Hafraholti 46
SMÁ vélaleigan, Höfða

Bolungarvík

Bolungarvíkurkaupstaður

Súðavík

Súðavíkurhreppur, Grundarstræti 1

Suðureyri

Fiskvinnslan Íslandssaga hf, Freyjugötu 2

Patreksfjörður

Gróðurstöðin í Moshlíð, Seftjörn

MEITILL
G T T Æ K N I

MYVATN NATURE BATHS

Lin
DESIGN

múrefni
ehf

Takk fyrir stuðninginn!

Táknafjörður

Táknafjarðarhreppur, Strandgötu 38

Hólmavík

Sparisjóður Strandamanna, Hafnarbraut 19
Strandabyggð, Höfðagötu 3

Hvammstangi

Húnaþing vestra, Hvammstangabraut 5
Steyrustöðin Hvammstanga ehf, Melavegi 2
Vélaverkstæði Hjartar Eiríkssonar sf, Búlandi 1

Blönduós

Blönduósþær, Hnjúkabyggð 33
Húnavatnshreppur, Húnavöllum
Ísgel ehf, Efstubraut 2
Stéttarfélagið Samstaða, Þverbraut 1
Vilko ehf, Húnaþing 33

Sauðárkrúkur

Aldan – stéttarfélag, Borgarmýri 1
Doddi málarí ehf, Raftahlíð 73
Fjölbrotaskóli Norðurlands vestra, Bóknámshúsinu
Kaupfélag Skagfirðinga, Ártorgi 1
Steinnull hf, Skarðseyri 5
Sveitarfélagið Skagafjörður, Skagfirðingabraut 21
Ráðhúsi

Varmahlíð

Akrahreppur Skagafirði

Siglufjörður

Siglufjarðarkirkja

Akureyri

Akureyrarkirkja, Eyrarlandsvegi
Baldur Halldórsson ehf, Hlíðarenda
Baugsbót ehf, bifreiðaverkstæði, Frostagötu 1b
Car-X bílabjörgun, Njarðarnesi 8
Eining-lója, Skipagötu 14
Endurhæfingarstöðin ehf, Glerárgötu 20
Eyjafjarðarsveit, Skólatróð 9
Geisli Gleraugnaverslun, Mýrarvegi
Gróðrarstöðin Réttarhóll ehf-www.rettarholl.is,
Smáratúni 16b
Gróðrarstöðin Sólskógar ehf, Kjarnaskógi
Hlíð hf, Kotágerði 30
Húsprýði sf, Múlasíðu 48
Kollgáta Arkitektúr, Kaupvangsstræti 29
Norðurorka hf, Rangárvöllum
Pípulagningaþjónusta Bjarna F Jónssonar ehf, Melateigi
31
Rafeyri ehf, Norðurtanga 5
Raftákn ehf – Verkfræðistofa, Glerárgötu 34
S.Guðmundsson ehf, múrverktaki, Klettaborg 19
S.S. byggir ehf, Njarðarnesi 14
SBA Norðurlíð, Hjalteyrargötu 10
Sjómannafélag Eyjafjarðar, Skipagötu 14
Sjúkrahúsið á Akureyri, Eyrarlandsvegi
Skútaberg ehf, Sjamarnesi 2-4
Svalbarðsstrandarhreppur, Ráðhúsinu
Verkval ehf, Miðhúsavegi 4

Grenivík

Darri ehf – Eyjabiti, Hafnargötu 1
Grýtbakkahreppur

Dalvík

Dalvíkurbyggð, Goðabraut
Flæðipípulagirnir ehf, Svæði
Tréverk ehf, Dalvík, Grundargötu 8-10

Afmælisrit til heiðurs SIGMARI Ó. MARÍUSSYNI

áttatíu og fimm ára

Þann 8. mars 2020 á Sjálfsbjargarfélaginn og gullmerkishafi Sjálfsbjargar, Sigmar Ó. Maríusson gullsmiður – Siddi gull, 85 ára afmæli. Þann dag kemur út á vegum Bókaútgáfunnar Hóla bók um hann, skráð af Guðjóni Inga Eiríkssyni, og er hún í senn æviminningar hans og afmælisrit.

Þetta er saga mikils baráttumanns, sem margt hefur mátt þola, en ávallt látið erfiðleikana efla sig og aldrei er húmorinn langt undan, eins og lesendur munu glöggst sjá við lestur bókarinnar.



Elsta Sjálfsbjargarfélagið Sjálfsbjörg Siglufirði

Sjálfsbjörg Siglufirði er elsta Sjálfsbjargarfélag landsins. Félagið var stofnað þann 9. júní 1958 og hefur starfsemin verið virk alla tíð síðan. Sjálfsbjörg á húseign að Lækjargötu 2, þar er rúmgóð vinnustofa og í syðri enda hússins er íbúð sem leigð er út. Alla virka daga er opið á vinnustofunni frá kl. 13 til 16 og eftir samkomulagi.

Allir eru velkomnir, hvort sem það er til þess að vinna við keramik eða gler, í



prjónaskap eða bara til þess að fá sér kaffisopa. Utan hefðbundins opnunartíma hefur verið tekið á móti áhugasömum hópum í vinnustofunni, hvort sem það er umhelgareðaákvöldin. Fullunnarkeramik-, gler- og hannyrðavörur eru svo til sölu í vinnustofunni, ásamt tækifæriskortum. Á árlegum sólardegi Siglufirðinga, í lok janúar, eru bakaðar pönnukökur og seldar til fyrirtækja, gesta og gangandi.

Í nóvember eru haldnir tvennir jólakortadagar, en þar kemur fólk og útbýr eigin jólakort. Við upphaf aðventunnar hefur félaginu verið boðið að koma með vörur yfir á Ólafsfjörð og selja á árlegum jólamarkaði. Skömmu fyrir jól hefur félagið svo haldið litlu jól, þar sem félagsmenn koma saman í vinnustofunni.

F.h. Sjálfsbjargar Siglufirði
Hafdis Eyland Gísladóttir, formaður

Sudoku

Auðveld:

	2	5						
6					9	1	2	7
					3	6		
						7	1	
9		2		8				
			3	4				
		4			8			
		3				9	1	5
5	9							

Nokkuð erfið:

				5	2	1		
							9	8
1								
	7			8				
					6	2		
9		6			4		5	
			9	7				4
4	5							
2	1					8		9

Takk fyrir stuðninginn!

Ólafsfjörður

Sjómannafélag Ólafsfjarðar, Brekkugötu 9

Húsavík

Bílaleiga Húsavíkur ehf, Gardarsbraut 66
E G Jónasson rafmagnsverkstæði, Gardarsbraut 39
Kvenfélag Ljósveitinga
Kvenfélagið Hildur, Bárðardal
Samgönguminjasafnið Ystafelli, Ystafelli 3
Tjörnshreppur, Ketilsstöðum
Trésmíðjan Rein ehf, Rein

Laugar

Kvenfélag Reykdæla, Laugum

Mývatn

Dimmuborgir guesthouse, Geiteyjarströnd 1
Skútustaðahreppur, Hlíðavegi 6

Pórshöfn

Geir ehf, Sunnuvegi 3
Svalbarðshreppur, Holti

Vopnafjörður

Bílar og vélar ehf, Hafnarbyggð 14a
Hofssókn, Vopnafirði

Egilsstaðir

Bókráð, bókhald og ráðgjöf ehf, Miðvangi 2-4
Klausturkaffi ehf, Skriðuklaustri
Myllan ehf, s. 470 1700, Miðási 12
Rafey ehf, Miðási 11
Tréiðjan Einir ehf, Aspargrund 1
Ungmenna- og íþróttasamband Austurlands, Tjarnarási 6

Seyðisfjörður

Seyðisfjarðarkaupstaður, Hafnargötu 44

Reyðarfjörður

AFL - Starfsgreinafélag, Búðareyri 1
Fjarðabyggð, Hafnargötu 2
Launafl ehf, Hrauni 3
Tærgesen, veitinga- og gistihús, Búðargötu 4

Eskifjörður

Fjarðarþrif ehf, Strandgötu 46c

Neskaupstaður

Samvinnufélag útgerðamanna
Síldarvinnslan hf, Hafnarbraut 6
Verkmenntaskóli Austurlands, Mýrargötu 10

Djúpavogur

Hótel Framtíð ehf, Vogalandi 4

Höfn í Hornafirði

Pingvað ehf, byggingaverktakar, Tjarnarbrú 3
Prastarhóll ehf, Kirkjubraut 10

Selfoss

Árvirkinn ehf, Eyraeyri 32
Báran stéttarfélag, Austurvegi 56
Bifreiðaverkstæðið Klettur ehf, Hrísmýri 3
Café Mika Reykholti, Skólabraut 4
Flóahreppur, Þingborg
Fossvélar ehf, Hellismýri 7
Framsóknarfélag Árnessýslu, Björnskoti, Skeiðum
Gesthús Selfossi, gistihús og tjaldsvæði, Engjavegi 56
Grímsnes og Grafningshreppur, Stjórnsýsluhúsinu Borg
Guðjón Þórir Sigfússon, Austurvegi 44



Takk fyrir stuðninginn!

K.P Verktakar ehf, Hraunbraut 27
Kökugerð H P ehf, Gagnheiði 15
Nesey ehf, Suðurbraut 7
Reykhóll ehf, Reykhóli
Stálkrókur ehf, Gagnheiði 45
Vélabjónusta Ingvars, Gagnheiði 45
X5 ehf, Birkigrund 15
Ósterby-hár, Austurvegi 33-35

Hveragerði

Grunnskólinn í Hveragerði, Skólamörk 6
Hótel Ör, Breiðumörk 1c
Hveragerðiskirkja
Kjörís ehf, Austurmörk 15
Raftaug ehf, Borgarheiði 11h

Porlákshöfn

Járnkarlinn ehf, Unubakka 12
Landsbanki Íslands, Hafnarbergi 1

Ötufus

Eldhestar ehf, Völlum
Trésmíðja Sæmundar ehf, Þóroddsstöðum 2

Flúðir

Flúðasveppir ehf, Undirheimum
Íslenskt grænmeti ehf, Melum

Hella

Hestvit ehf, Árbakka

Hvolsvöllur

Ferðabjónustan Hellishólum ehf
Krappi ehf, byggingaverktakar, Ormsvöllum 5
Rangárþing eystra, Austurvegi 4

Vík

Framrás ehf, Smíðjuvegi 17
Mýrdælingur ehf, Suðurvíkurvegi 2

Vestmannaeyjar

Bókasafn Vestmannaeyja, Safnahúsi
Bragginn sf, bílaverkstæði, Flötum 20
Gröfubjónustan Brinks ehf, Ásavegi 27
Hamarskóli
Huginn ehf, Ægisgötu 2
Vestmannaeyjabær, Ráðhúsinu

Fjölskylduhúsið Kistuholti 19

Fjölskylduhús Sjálfsbjargar að Kistuholti 19 í Reykholti í Biskupstungum hefur nú verið í útleigu í full tvö ár. Leigan hefur almennt gengið vel og þeir leigjendur, innlendir sem einu sinni hafa leigt húsið hafa ríka tilhneigingu til að leigja það aftur sem er skýrt merki um ánægju þeirra. Upplýsingar um húsið og myndir má finna á vefsíðu samtakanna, www.sjalfsbjorg.is/fjolskylduhus-sjalfsbjargar-reykholti/

Þar er einnig umsóknareyðublað sem hægt er að fylla út og senda. Skilyrði er að leigutaki sé Sjálfsbjargarfélagi og hafi greitt félagsgjald árið áður. Fyrstur kemur, fyrstu fær. Leiga er aðeins staðfest með greiðslu leigugjalds.



Handavinna

Krikaþvottapokinn



Efni:
1/2 dokka dökkt bómullargarn
1/2 dokka ljóst bómullargarn
Hringprjónn no. 2.5

Í sýnishorninu notaði ég garnið Anne og Claras frá Søstrene Grene. Mikilvægt er að það sé mikill birtumunur milli litanna svo munstrið njóti sín vel.

Þvottapokinn er prjónaður í hring úr tveim andstæðum litum með garðapryjóni, óprjónaðar lykkjur mynda munstrið. Þessi aðferð kallast mósaikprjón.

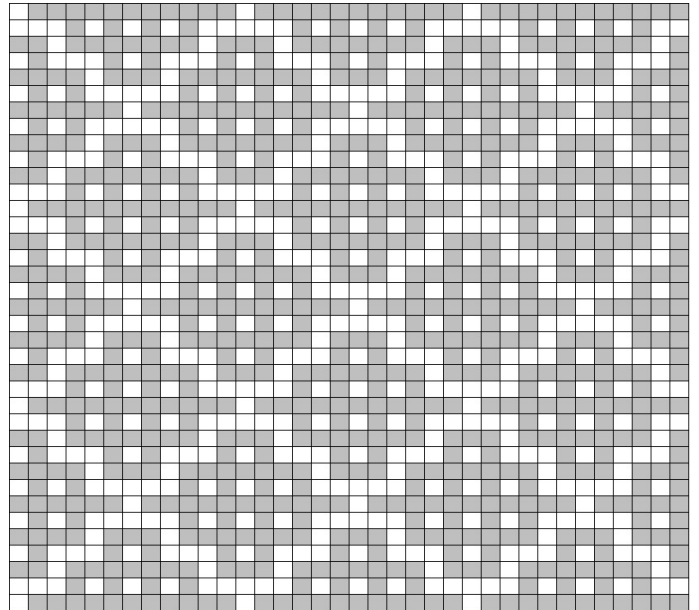
A er aðalliturinn, B er munsturliturinn. Notið prjóna hálfu númeri minna en það sem venjulegt er fyrir garnið. Gott er að prjóna þvottapokann með hringprjón með langri snúru og toga hana alltaf út þegar komið er að hliðunum. Pokinn er prjónaður neðan frá og upp.

Fitjið upp 72 lykkjur með lit A. Ég mæli með að nota þetta uppfit þá þarf ekki að sauma pokann saman í botninn.
<https://www.youtube.com/watch?v=X2mcPZHqrl>
Prjónið 10 umf. slétt með aðallit.

Munstur: (sjá einnig teikningu)

1. umf. með lit B. *1 l. tekin óprjónuð, 11 lykkjur prjónaðar sléttar*, endurtakið milli *-* út umferðina.
2. umf. og önnur hver umferð allt munstrið er prjónuð eins og umferðin á undan nema sléttu lykkjurnar eru prjónaðar brugðnar, þær óprjónuðu eru áfram teknar óprjónaðar.
3. umf. með lit A. Prjónið 3 sléttar lykkjur, *1 l. óprjónuð, 1 l. slétt, 1 l. óprjónuð, 1 l. slétt, 1 l. óprjónuð, 1 l. slétt, 1 l. óprjónuð, 5 l. slétt*, endurtakið milli *-* út umferðina.
5. umf. með lit B. Prjónið 2 l. slétt, *1 l. óprjónuð, 7 l. slétt, 1 l. óprjónuð, 3 l. slétt*. endurtakið milli *-* út umferðina.
7. umf. með lit A. Prjónið 1 l. slétt, *Takið eina óprjónaða, 3 l. slétt, 1 l. óprjónuð, 1 l. slétt*. endurtakið milli *-* út umferðina.
9. umf. með lit B. Prjónið 4 l. slétt, * 1 l. óprjónuð, 3 l. slétt, 1 l. óprjónuð, 7 l. slétt* endurtakið milli *-* út umferðina.
11. umf. með lit A. Prjónið 1 l. slétt *1 l. óprjónuð, 1 l. slétt, 1 l. óprjónuð, 5 l. slétt, 1 l. óprjónuð, 1 l. slétt, 1 l. óprjónuð, 1 l. slétt* endurtakið milli *-* út umferðina.
13. umf. með lit B. Prjónið 6 l. slétt, *1 l. óprjónuð, 11 l. slétt* endurtakið milli *-* út umferðina.
15. umf. Eins og umf. 11. 17. umf. Eins og umf. 9. 19. umf. Eins og umf. 7. 21. umf. Eins og umf. 5. 23. umf. Eins og umf. 3.

Endurtakið þessar umferðir 4 sinnum eða eins og þið viljið hafa þvottapokann langan.
Endið á umferð 1.
Prjónið 10 umf. slétt með lit A.



Næsta umferð *slá uppá prjóninn, prjóna tvær saman* endurtakið út umferðina. Prjónið 9 umf. slétt. Fellið af og brjótið kantinn innaf og saumið niður.
Takið upp 3 lykkjur í hliðinni og prjónið hanka með i-cord snúru sem þið svo saumið niður.

Prjónaðu eina umferð slétt. Færðu lykkjurnar sem nú eru lengst til vinstri á prjóninum yfir á hægri endann og prjónaðu þær aftur án þess að snúa við.

Endurtaktu þar til snúran er í passlegri lengd.
Lykkjaðu snúruendann við.

Gakktu frá lausum endum.

Góða skemmtun
Hönnun: Ása Hildur Guðjónsdóttir





**DRÖGUM
28. DES.**



**viking
lotto**

**EURO
JACKPOT**

VINNUR ÞÚ Í MILLJÓLALAIKNUM?

28 HEPPNIR SPILARAR VINNA HEILA MILLJÓN HVER 28. DESEMBER.

ÞÚ KAUPIR 10 RAÐIR EÐA MEIRA Í LOTTÓ, VIKINGLOTTO EÐA EUROJACKPOT TIL AÐ KOMAST Í POTTINN. MÖGULEIKARNIR AUKAST MEÐ ÁSKRIFT ÞVÍ ÞÁ FERÐU Í POTTINN Í HVERRI VIKU ÞANGAÐ TIL VIÐ DRÖGUM!

NÁNAR Á LOTTO.IS

