

KLIFUR

SJÁLFSBJÖRG LANDSSAMBAND HREYFIHAMLAÐRA



TÍMARIT
SJÁLFSBJARGAR 2021

WWW.SJALFSBJORG.IS
SJÁLFSBJÖRG LSH
HÁTÚNI 12
105 REYKJAVÍK

ÁHRIFIN AF COVID-19

Áhrif heimsfaraldursins á hreyfihamlaða

ÓSK SIGURÐARDÓTTIR

Nýr framkvæmdastjóri Sjálfsbjargar

LÖGLEIÐING SAMNINGS SP

Samningurinn enn ekki í fullu gildi

BARÁTTUMÁLIN

Sjálfsbjörg berst fyrir bættu aðgengi

KOSNINGAR 2021

Helstu áherslur stjórnmalaflokkanna

ARNA SIGRÍÐUR ALBERTSDÓTTIR

hefur vakið athygli fyrir ótrúlega atorku sína og bjartsýni. Hún stefnir á Ólympíuleika fatlaðra í Tókýó og vill efla hlut íþróttta í endurhæfingu



Er vinningur? Skannaðu málið!



Nú geturðu skannað
Lottómiðann í **APPINU**
til að sjá strax hvort
þú hafir unnið



þægilegt
í appinu



inná
lotto.is



eða næsta
sölustað



LEIKURINN OKKAR



Bergur Þorri Benjamínsson
Mynd: Þorkell Þorkelsson

Klifur - Tímarit Sjálfsbjargar

Útgefandi: Sjálfsbjörg Ish.
Hátúni 12, 105 Reykjavík
+354 550 0360
info@sjalfsbjorg.is
www.sjalfsbjorg.is

Framleiðsla og auglýsingar:
Finnsson & Co

Ritstjóri:
Páll Tómas Finnsson
palltomas@finnsson.dk

Ábyrgðarmaður:
Ósk Sigurðardóttir
osk@sjalfsbjorg.is

Forsíðumynd:
Ásgeir Helgi Þrastarson
Prentun: Prentmet Oddi
ISSN 1670-312X

LEIÐARI FORMANNS SJÁLFSBJARGAR

Vaskur liðsmaður hefur bæst í þá öflugu kvennasveit sem rekur Sjálfsbjörg landssamband og Sjálfsbjargarheimilið. Það er mér sönn ánægja að bjóða Ósk Sigurðardóttur, nýjan framkvæmdastjóra landssambandsins, velkomna til starfa. Það er afar ánægjulegt að fá Ósk til Sjálfsbjargar, hún hefur viðtæka reynslu sem mun nýtast samtökunum vel við að takast á við breytta tíma og nýjar áskoranir. Jafnframt vil ég þakka Þórdísi Rún Þórisdóttur, en hún sinnti stöðunni tímabundið samhliða starfi sínu sem framkvæmdastjóri Sjálfsbjargarheimilisins.

Covid-19 heimsfaraldurinn hefur verið krefjandi og hafa einangrun og einmanaleiki verið þar óþægilegir fylgifiskar. Í Sjálfsbjargarheimilinu hefur okkur tekist að koma í veg fyrir smit, sem ég tel ótrúlegt afrek. Ég vil því þakka starfsfólkinu sem hefur lagt mikið á sig við sóttvarnir, hvort sem er í umönnun, sundlaug, matsal eða þjónustumiðstöð.

Arna Sigríður Albertsdóttir er að klára íþrótttafræði í HR og hefur gert það að markmiði sínu að efla hlut íþróttta og almennrar hreyfingar í endurhæfingu. Hún stefnir á Ólympíuleika fatlaðra í Tókýó og vinnur nú hörðum höndum að því að tryggja sér þátttökuréttinn. Um þetta má lesa í áhugaverðu viðtali við Örnú Sigríði í blaðinu.

Við hjá Sjálfsbjörg fögnum frumkvæði Haraldar Þorleifssonar frumkvöðuls að Römpum upp Reykjavík, nýjum aðgengissjóði til að útrýma þrepum í miðbæ borgarinnar. Það er mjög ánægjulegt að taka þátt í verkefninu og við fylgjumst spennt með framvindunni.

Í tímaritinu má lesa um áherslur stjórnvaldaflokkanna í málefnum hreyfihamlaðra og vandkvæðin við lögfestingu samnings Sameinuðu þjóðanna um málefni fatlaðs fólks. Samningurinn hefur nú mallað í íslensku stjórnkerfi í 15 ár! Svona eins og gott eldgos, en nú væri óskandi að tekin yrðu stærri skref þannig að samningurinn gagnist fötluðu fólki til fulls. Fram kemur í tímaritinu að undirbúningur undir formlega lögfestingu samningsins er varla hafinn. Það sem upp á vantar er stofnun sérstakrar mannréttindastofnunar sem á að hafa eftirlit með framfylgd samningsins á Íslandi. En nú er komin nefnd í málið. Við hvetjum stjórnvöld til að fylgja þessu mikilvæga réttindamáli fatlaðs fólks eftir af meiri festu.

Bergur Þorri Benjamínsson,

formaður Sjálfsbjargar, landssambands hreyfihamlaðra

4 Stuttar fréttir

Römpum upp Reykjavík, Allir hjóla, framtíðarþing Sjálfsbjargar, landsfundur 2021 og fleira.

6 Arna Sigríður og íþróttirnar

Viðtal við Örnú Sigríði Albertsdóttur um lífið, námið, íþróttirnar og endurhæfingu á Íslandi.

12 Covid og sveitarfélögin

Þrátt fyrir erfiðar aðstæður hefur þjónusta Reykjavíkur og Akureyrar við hreyfihamlaða gengið vel.

16 Sjálfsbjargarheimilið í Covid

Sóttvarnir höfðu mikil áhrif á alla starfsemi í Sjálfsbjargarheimilinu. Engin smit komu upp.

18 NPA í heimsfaraldri

Tryggja þurfti öryggi NPA notenda og aðstoðarfólks þeirra. Viðtal við Rúnar Björn Herrera Þorkelsson.

20 Nýr framkvæmdastjóri

Ósk Sigurðardóttir segir frá starfsferlinum og metnaðarfullum markmiðum í starfinu hjá Sjálfsbjörg.

24 Betri ráðgjöf um aðgengi

Sjálfsbjörg og Harpa Cilia Ingólfssdóttir standa fyrir nýjum námskeiðum fyrir aðgengisráðgjafa.

26 Baráttumál Sjálfsbjargar

Bergur Þorri, formaður Sjálfsbjargar, fer yfir helstu baráttumál. Bætt aðgengi er í fyrirrúmi.

28 Lögleiðing samnings SP

Dómar um aðgengi sýna að enn er ekki hægt að dæma eftir samningi SP um réttindi fatlaðs fólks.

32 Alþingiskosningar 2021

Yfirlit yfir helstu áherslur stjórnvaldaflokkanna í málefnum hreyfihamlaðra í kosningunum.

36 Nýtt samstarf við ON

Sjálfsbjörg og ON hafa hafið samstarf sem miðar að því að tryggja gott aðgengi að rafbílahleðslum.

38 Starfsemi Sjálfsbjargar

Upplýsingar um starfsemi Sjálfsbjargar, Sjálfsbjargarheimilisins og Hjálpartækjaleigu Sjálfsbjargar.

Fréttir

Römpum upp Reykjavík

Eins og frægt er orðið seldi Haraldur Þorleifsson samfélagsmiðlinum Twitter nýlega hönnunarfyrirtækið sitt Ueno. Eitt af hans fyrstu verkum eftir sölu var að leggja fram fimm milljóna stofnframlag í sérstakan aðgengissjóð, og hvatti hann Reykjavíkurborg til að jafna framlagið. Síðar bættust við stofnframlög frá ríkisstjórninni, Sjálfsbjörgu, ÖBÍ og fjölda fyrirtækja, og safnaði sjóðurinn yfir 50 milljónum á fyrstu tveimur mánuðunum. Forseti Íslands, Guðni Th. Jóhannesson, er verndari verkefnisins.

Tilgangur Aðgengissjóðs Reykjavíkur er að stuðla að bættu aðgengi að þjónustu, verslunum og veitingastöðum í Reykjavík, fyrst um sinn með áherslu á miðborgina. Markmiðið er að setja upp 100 rampa á árinu og var sá fyrsti vígður við verslunina Kokku á Laugavegi þann 16. apríl. Hægt er að sækja um styrki á heimasíðu Römpum upp Reykjavík, www.rampur.is.

Allir hjóla!

Hugsjónafólkið að baki hinu frábæra framtaki Allir hjóla vinnur að því að efla hjólamenningu og gera öllum kleift að hjóla, þar með talið fólki með hreyfiskerðingu eða skert jafnvægi. Allir hjóla er til húsa í Sjálfsbjargarhúsinu að Hátúni 12, en þar er hægt að leigja hjól sem henta hinum ýmsu þörfum, þríhjól, hjólastólahjól, farþega-hjól og tveggja manna hjól.

Hægt er að kaupa árskort á síðunni www.allirhjola.is. Ársgjaldið er 5.000 krónur og síðan er greidd hófleg leiga fyrir hjólin, eða 1.000 krónur í hvert skipti. Á heimasíðunni má einnig nálgast upplýsingar



Margrét Lilja Arnheiðardóttir vígði fyrsta rampinn

Mynd: Hjálmtýr Heiðdal

um skemmtilegar hjólaleiðir í nágrenni við Hátún 12. Allar nánari upplýsingar eru veittar í síma 779 6665 eða í netpósti: allirhjola@gmail.com.

Norrænt samstarf í 75 ár

Samstarf norrænna samtaka hreyfihamlaðra og fatlaðs fólks hófst fyrir 75 árum síðan. Nordiska Handikappförbundet kemur saman tvisvar á ári til þess að ræða sameiginleg hagsmunamál og skerpa á réttindum fatlaðs fólks í löndunum fimm, ásamt Færeyjum, Grænlandi og Álandi. Sjálfsbjörg hefur tekið virkan þátt í norrænu samstarfi til fjölda ára og telur ríka ástæðu til að efla það enn frekar í framtíðinni. Stefnt er að því að halda afmælisráðstefnu í tilefni 75 ára afmælisins í Kaupmannahöfn í haust.

Framtíðarþing í september

Í tengslum við landsfund Sjálfsbjargar verður fulltrú-

um aðildarfélaganna boðið til framtíðarþings þann 10. september næstkomandi. Á þinginu mun Ingrid Kuhlman, framkvæmdastjóri Þekkingarmiðlunar, stjórna umræðu um hlutverk og markmið Sjálfsbjargar, heildarstefnumótun aðildarfélaganna, lög félaganna og landsambandsins og helstu áherslur Sjálfsbjargar til framtíðar.

Landsfundur Sjálfsbjargar 2021

Landsfundur Sjálfsbjargar 2021 verður haldinn laugardaginn 11. september. Landsfundurinn var rafrænn á síðasta ári, en vonast er til að hann verði haldinn með hefðbundnu sniði í ár. Meðal dagskráratríða eru skýrsla stjórnar um starfsemi Sjálfsbjargar, ársreikningar, fjárhagsáætlun til næstu tveggja ára, lagabreytingar og ályktanir um helstu baráttumál. Einnig verður kosið í embætti varaformanns, ritara, tveggja meðstjórnenda og varamanns í

stjórn Sjálfsbjargar og tvö sæti í laganevnd. Fresturinn til að tilkynna um framboð rennur út þann 27. júlí 2021.

Aðrar tillögur þurfa að berast stjórn Sjálfsbjargar fyrir 14. ágúst 2021. Tillögum er varða fjárhags- og skipulagsbreytingar skal þó skilað til stjórnar í síðasta lagi 17. júlí 2021.

Ný lög um framlög til almannaheillastarfsemi

Alþingi hefur samþykkt ný lög sem veita einstaklingum og fyrirtækjum aukna möguleika á því að draga framlög til almannaheillastarfsemi frá skatti. Einstaklingum er nú heimilt að draga allt að 350.000 krónur frá skattskyldum tekjum sínum vegna slíkra framlaga, og hlutfallið sem atvinnurekstraraðilar mega draga frá skattskyldum tekjum hækkar úr 0,75% í 1,5%. Sjálfsbjörg fagnar breytingunum og hvetur styrktaraðila sína til þess að kynna sér málið vel.

Styrkleiki – nýtt æfingatæki fyrir fólk í hjólastól

Valur Snær Gottskálksson og félagar hans í Fjölbautaskólanum við Ármúla hafa þróað nýjan æfingabúnað fyrir fólk í hjólastólum sem þau kalla Styrkleika. Búnaðurinn var hannaður í nýsköpunaráfanga í náminu og hefur hópurinn nú þegar búið til frumgerð af æfingatækinu. Til að fjármagna næstu skref byður hópurinn nú til sölu perluarmbönd með orðinu Styrkleiki. Armböndin kosta 2.000 krónur og rennur helmingur upphæðarinnar til Sjálfsbjargar til kaupa á nýrri lyftu fyrir sundlaugina í Hátúni 12. Hægt er að panta armböndin á facebooksíðu Styrkleika og á netfanginu styrkleikifa@gmail.com.

Takk fyrir stuðninginn!

A. Margeirsson ehf
Aðalvík ehf
Akrahreppur Skagafirði
Akureyrarbær
Akureyrarkirkja
ASK Arkitektar ehf
Atorka ehf - verktakar og vélaleiga
Bella Donna ehf - verslun
Bifreiðaverkstæði Svans ehf
Bifreiðaverkstæðið Klettur ehf
Bílamálun Sigursveins Sigurðssonar
Bilver bílaverkstæði ehf
Biskupsstofa
Blaðamannafélag Íslands
Blönduósbær
Borgarplast
Bókráð bókhald og ráðgjöf ehf
Brim hf
Brynja - Hússjóður Öryrkjabandalagsins BSRB
Baader Ísland ehf
Café Mika, Reykholti
Dalvíkurbyggð
DG pípulagnir ehf
Dverghamrar ehf
Efnalaugin Björg
Eining - lðja
Endurhæfingarstöðin ehf
Endurskoðun Vestfjarða ehf
Félag íslenskra hjúkrunarfræðinga
Félag opinberra starfsmanna á Austurlandi
Félag opinberra starfsmanna á Vestfjörðum
Fjarðabyggð
Fjarðaprif ehf
Fjárstoð ehf
Fjölbautaskóli Norðurlands vestra
Framrás ehf
Framsóknarfélag Árnessýslu
Gaflarar ehf rafverktakar
Garðabær
Garðs Apótek
Geislataekni ehf
Gesthús Selfossi - gistihús og tjaldsvæði
Gjögur hf
Gleipnir verktakar



Vill að íþróttir skipi stærri sess í endurhæfingu

Arna Sigríður Albertsdóttir hefur vakið mikla athygli fyrir ótrúlega atorku sína og árangur í íþróttum. Hún klárar íþróttافرæðinám í Háskólanum í Reykjavík í vor og stefnir ótrauð á keppni í handahjólreiðum á Ólympíuleikum fatlaðra í Tókýó – ef Covid leyfir. Að mati Örnú ætti að leggja mun meiri áherslu á íþróttir og almenna hreyfingu í endurhæfingu.

Skíðamennskan í blóðinu

Saga Örnú er saga þrautseigju, elju og bjart-sýni. Hún var bara sextán ára þegar hún lenti í skíðaslysi og lamaðist frá brjósti og niður. Eftir erfiðar stundir fyrst um sinn eftir slysið tók hún ákvörðun um að halda íþróttunum áfram og hefur ekki látið neitt stoppa sig síðan þá.

„Fjölskyldan mín hefur alltaf verið mikið á skíðum þannig að það var eðlilegasti hlutur í heimi að fara með foreldrum mínum í fjallið á Ísafirði og byrja svo að æfa,“ segir Arna, en hún fór fyrst á skíði þegar hún var tveggja ára. Sextán ára var hún farin að keppa á stærri mótum hér heima áður en hún fór í örlagaríka æfingaferð til Geilo í Noregi.

„Þetta var snemma morguns og ég var að skíða frjálst og hita upp. Ég missi jafnvægið, dett og fæ höfuðhögg sem verður til þess að ég renn á tré utan brautar. Meðal þeirra sem komu að slysinu voru þjálfarinn minn og vinur bróður míns, sem hafði verið í björgunar-sveitinni, og þeir sáu til þess að ekkert var hreyft við mér heldur strax kölluð til þyrila.“

Arna fór í tvær aðgerðir í Noregi áður en hún var flutt heim til Íslands, fyrst á Barnaspítalann og síðar í endurhæfingu á Grensásdeild. Hún segir erfitt að lýsa þessum tíma, hann hafi verið óraunverulegur þá og sé það í raun enn.

„Strax í brekkunni fann ég ekkert fyrir fótunum, sem var mikið sjokk, en það leið samt mun lengri tími þar til ég áttaði mig á stöðunni. Það var ekki fyrr en pabbi kom út til Noregs til mín að ég skildi hversu alvarlegt þetta var.“

Hjólreiðarnar hafa skipt sköpum

Við spólum fram til ársins í ár. Þegar við spjöllum við Örnú er hún vestur á Ísafirði, nýkomin af fundi með leiðbeinandanum sínum í HR. Hún fer reglulega í skíðabrekkurnar á einskíði og svo er hún komin á fullt í nýjasta æðið eins og hún kallar það, gönguskíðin. Það eru hins vegar hjólreiðarnar sem hafa verið í fyrirrúmi síðustu ár. Hjólaferillinn hófst með því að Arna pantaði sér handahjól frá Bandaríkjunum, aðallega til að komast aðeins út.

„Fyrst þegar fólk fór að tala um íþróttir fatlaðra leist mér ekkert á, enda vissi ég lítið um hvað var í boði. Ég var ein svona ung og hafði ekki marga sem ég gat speglað mig við. Það hefur hins vegar breyst mikið, nú getur maður nálgast alls kyns reynslusögur á netinu og fengið upplýsingar um hjólin og annan sérhæfðan búnað til þess að stunda íþróttir.“

Það var svo þegar hún flutti suður til Reykjavíkur og byrjaði í styrktarþjálfun hjá Fannari Karvel, íþróttافرæðingi, að hjólin fóru

„Grensás er ótrúlega góður staður og frábært fólk sem þar vinnur, en það er löngu kominn tími á að laga húsnæðið og bæta aðstöðuna.“

að snúast fyrir alvöru. Þau settu sér markmið varðandi hjólreiðarnar og það þróaðist fljótlega út í að Arna fór að æfa og keppa um allan heim. Meðal eftirminnlegustu hjólaferðanna eru keppni á formúlubrautinni í Abu Dhabi, Yas Marina Circuit, og æfingaferð í fjöllunum á Mallorca.

„Mér finnst svo geggjað að fá að hjóla í stórfenglegri náttúru í útlöndum, á stöðum sem maður myndi sennilega aldrei heimsækja annars. Á sama tíma fæ ég tækifæri til þess að hitta önnur sem eru í sömu stöðu, heyra þeirra sögu og hvað þau eru að gera.“

Stefnan tekin á Ólympíuleika fatlaðra

Arna æfir nú fimm til sex sinnum í viku, eina til tvær klukkustundir í senn. Markmiðið er að komast á Ólympíuleika fatlaðra í Tókýó sem eiga að hefjast í ágúst. Heimsfaraldurinn hefur þó sett ákveðið strik í reikninginn, enn er óvíst hvort leikarnir verði haldnir og þar að auki þarf Arna að ná sér í fleiri stig til að tryggja sér þátttökuréttinn.

„Ég þarf að ná góðum árangri á tveimur til þremur mótum fyrir Ólympíuleikana. Það er fullt af mótum á dagskrá á næstunni en að sjálfstöðu ákveðin óvissa um hvort þau verði haldin. Ég er hins vegar bjartsýn og stefni ótraud til Tókýó ef allt gengur upp,“ segir Arna.

„Skipuleggjendur leikanna hafa nú þegar gefið út að það verði engir áhorfendur og að keppendur eigi að dvelja eins stutt í landinu og hægt er. Við fáum að koma til Japans fimm dögum fyrir keppni og þurfum að vera

farin aftur 48 tímum eftir að henni lýkur. Þau leggja sig greinilega mikið fram við að finna lausnir, þannig að við vonum bara það besta.“

Mikilvægt að geta nýtt sér reynslu annarra

Þrátt fyrir að námið og íþróttirnar taki sinn tíma er Arna virk í félagsmálum. Hún er í stjórn SEM-samtakanna og sinnir jafningjafræðslu á Grensásdeild með félaginu.

„Ég var sjálf í ákveðinni afneitun á sínum tíma þrátt fyrir að það væri nokkuð ljóst í hvað stefndi. Síðan tóku við tvö ár þar sem ég gerði lítið annað en að læra á lífið upp á nýtt, fara fram úr rúminu, klæða mig og komast um í hjólastól. Þetta var ótrúlega erfitt, ekki síst af því að ég var svo ung. Jafningjafræðslan skilar miklu fyrir fólk í sömu stöðu, ef það kemur stelpa á mínum aldri inn með mænuskaða, þá getur hún heyrt í mér, spurt spurninga og rætt málin. Það er mjög mikils virði að geta lært af reynslu annarra.“

En hvernig er að eiga við kerfið á Íslandi sem ungur fatlaður einstaklingur? Arna segist að mörgu leyti hafa verið heppin þar sem Sigfríður móðir hennar er þroskaþjálfari. Hún þekkir því bæði kerfið sjálft og réttindi fatlaðra út og inn.

„Grensás er ótrúlega góður staður og frábært fólk sem þar vinnur, en það er löngu kominn tími á að laga húsnæðið og bæta aðstöðuna,“ segir Arna. „Þar fyrir utan er kerfið oft ansi flókið. Þú þarft að þekkja réttindi þín vel, og svo þarf að sækja um mismunandi hluti á mismunandi stöðum, oft með löngum fyrirvara. Þetta mætti að mínu mati einfalda töluvert.“

START YOUR IMPOSSIBLE



TOYOTA



Alþjóðlegur samstarfsaðili
Ólympíuleikanna



Alþjóðlegur samstarfsaðili
Ólympíumóts fatlaðra

Undirbúningurinn fyrir Ólympíumót fatlaðra er í fullum gangi. Fylgstu með sendiherrum okkar gera atlögu að hinu ómögulega á hverjum degi – alla leiðina til Tokyo 2021.

FRELSIÐ TIL AÐ HREYFA SIG GERIR ALLT MÖGULEGT



Mynd: Ásgeir Helgi Prastarson

Vill aukna áherslu á íþróttir og hreyfingu

Arna segir helstu ástæðuna fyrir því að hún valdi íþróttifræðinámið vera þá að hún vilji stytta bilið milli endurhæfingar og íþróttar. Hún fór meðal annars í starfsnám á Reykjalandi, en þar byggir starfið að miklu leyti á fjölbreyttri íþróttaiðkun, hreyfingu og útivist.

Arna nefnir hjólreiðarnar sem gott dæmi um hreyfingu sem hafi jákvæð áhrif á bæði líkamlega og andlega líðan fólks, en bendir jafnframt á að kostnaður fatlaðra við að kaupa sér hentugt hjól sé allt of hár. Keppnishjólið hennar kostar tvær og hálf milljón en venjulegt handahjól kostar um átta hundruð þúsund. Engin niðurgreiðsla er í boði.

„Þú færð reyndar virðisaukaskattinn endurgreiddan ef hjólið er til keppnisnota, en annars ekki. Ég veit um marga sem væru til í að hjóla og fara á skíði en leggja ekki í kostnaðinn,“ segir Arna.

„Út frá lýðheilsusjónarmiðum væri full ástæða til þess að niðurgreiða þennan sérhæfða búnað sem gerir fötluðu fólki kleift að stunda meiri hreyfingu dags daglega. Ég held að það eigi eftir að koma enn betur í ljós hvað það felast mikil verðmæti í því að fólk finni sér æfingar og líkamsrækt við sitt hæfi, ekki síst varðandi andlega vellíðan.“



Takk fyrir stuðninginn!

Goddi ehf
Grímsnes og Grafningshreppur
Grunnskólinn í Hveragerði
Guðmundur S. Borgarsson ehf
Gúmmísteypa P. Lárusson ehf
H&S Rafverktakar ehf
Hafnarfjarðarhöfn
Hagkaup
Hamborgarabúlla Tómasar, Bildshöfða - Við
erum öll jöfn
Heildverslunin Glit ehf
HH Trésmiðja ehf
Hjúkrunarheimilið Skjól
Hlíð hf
Hreinsitækni ehf
Hreyfill
Huginn ehf
Húnavatnshreppur
Hvalur hf
Hvammshólar ehf
Init ehf
Innigarðar ehf
Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík - ÍFR
Kanon arkitektar ehf
Kaupfélag Skagfirðinga
Kemi ehf
Kjöreign ehf - fasteignasala
Klausturkaffi ehf
Kollgáta arkitektur
Kólus ehf
Krókur
Kvenfélag Reykdæla
Kökugerð HP ehf
Landmótun sf
Landssamtök lífeyrissjóða
Landssamtökin Proskahjálpi
Landsvirkjun
Launafl ehf
Lifandi vísindi
Litlalón ehf
Loftorka Reykjavík ehf
Lyf og heilsa hf
Menntaskólinn við Hamrahlíð
Múlaþing
Nesey ehf

„Ég held að það eigi eftir að koma enn betur í ljós hvað það felast mikil verðmæti í því að fólk finni sér æfingar og líkamsrækt við hæfi, ekki síst varðandi andlega vellíðan.“

Sameinað átak tryggði gott þjónustustig

Þrátt fyrir viðamiklar breytingar á starfseminni til að bregðast við heimsfaraldrinum hefur gengið vel hjá Reykjavíkurborg og Akureyrarbæ að veita þjónustu við hreyfihamlaða. Smitvarnir og smit meðal starfsmanna og skjólstæðinga hafa valdið ákveðnum örðugleikum, en með sameiginlegu átaki hefur tekist að tryggja gott þjónustustig.

Neyðarstjórn frá byrjun mars 2020

Í lok mars 2020 bárust fréttir af því að yfir 130 starfsmenn velferðarsviðs Reykjavíkur væru í sóttkví eða einangrun vegna Covid-19, eða um fimm prósent starfsfólks. Þá hafði einungis einn íbúi smitast á þeim heimilum sem velferðarsviðið rekur. Hæst fór talan í 149 í sóttkví, og um tíma voru 30 starfsmenn í einangrun vegna smits. Samtals hafa komið upp 63 smit meðal starfsmanna velferðarsviðs og 18 meðal íbúa og notenda.

„Smit meðal notenda hafa að mestu tengst einstaka starfsstöðvum. Það hefur verið mikil áskorun að halda úti starfsemi þar sem um helmingur starfsmanna er annað hvort í sóttkví eða smitaður,“ segir Regína Ásvaldsdóttir, sviðsstjóri velferðarsviðs Reykjavíkurborgar.

Reykjavíkurborg lýsti yfir neyðarstigi vegna heimsfaraldursins 6. mars 2020, rúmri viku eftir að fyrsta smitið greindist á Íslandi. Meðal fyrstu aðgerða var lokun félagsmiðstöðva og dagdvalar fyrir aldraða, og einnig var stærri vinnustöðum fatlaðra lokað tímabundið.

Umfangsmiklar breytingar á verkferlum

„Það hefur farið fram gríðarleg vinna á velferðarsviði við breytingar á verkferlum og leiðbeiningar vegna smitvarna,“ segir Regína, sem jafnframt er formaður sérstakrar neyðarstjórnar velferðarsviðs. „Við höfum meðal annars haldið úti sérstakri smitvarnanefnd, sem hefur verið aðgengileg alla daga, kvölds og morgna. Hlutverk hennar er að styðja stjórnendur þegar smit greinist eða þegar grunur um smit kemur upp.“

Velferðarsvið er með yfir 100 starfseiningar á sínum snærum, þar af yfir 70 sólarhringsstofnanir. Öllum starfseiningum var skipt upp í sóttvarnarhólf til að tryggja smitvarnir, meðal annars í íbúðakjörnum og sambýlum.

„Við reyndum eftir fremsta megni að halda allri þjónustu inni á heimili óskertri í gegnum allar bylgjur Covid-19. Heimaþjónusta og heimahjúkrun hefur því verið óbreytt,“ segir Regína. Í fyrstu bylgju Covid-19 var byrjað að bjóða upp á skjáheimsóknir í heimaþjónustu. Á annað þúsund slíkar heimsóknir hafa nú farið fram á vegum Reykjavíkurborgar.

Áætlaður kostnaður velferðarsviðs vegna Covid-19 á árinu 2020 var um einn milljarður króna vegna aukavakta, veikindaforfalla og aukins fjölda mála í barnavernd. Fjárhagsaðstoðin jókst ennfremur um 950 milljónir króna, en sveitarfélaginu hefur verið bættur sá kostnaður að miklu leyti.

Enginn þjónustuþegi smitast á Akureyri

Á Akureyri var einnig unnið með hópaskiptingu í þjónustukjörnum og heimaþjónustu til að lágmarka smithættu.



Regína Ásvaldsdóttir, sviðsstjóri velferðarsviðs Reykjavíkurborgar. Á annað þúsund skjáheimsóknir hafa farið fram í heimaþjónustu á vegum borgarinnar frá því í fyrstu bylgju Covid-19.

Mynd: Birgir Ísleifur Gunnarsson

Áætlaður kostnaður velferðarsviðs Reykjavíkurborgar vegna Covid-19 á árinu 2020 var um einn milljarður.

Þjónusta inni á heimilum á Akureyri skertist að vissu marki þegar faraldurinn var sem skæðastur, en allt var hins vegar gert til þess að sinna brýnustu þörfum allra.

„Okkur gekk mjög vel að koma í veg fyrir smit,“ segir Karólína Gunnarsdóttir, þjónustustjóri velferðarsviðs Akureyrarbæjar. „Það komu einungis upp 5-6 smit meðal starfsmanna og ekkert smit meðal notenda. Það er því ljóst að þær aðgerðir sem við gripum til skiluðu tilætluðum árangri.“

„Almennt fór fólk mun minna út úr húsi og lítið var um félagslega viðburði, þannig að slíkri þjónustu var í raun sjálfhætt. Við lögðum þess í stað mikla áherslu á að hringja reglulega í skjólstæðinga okkar til þess að taka stöðuna og huga að líðan fólks,“ segir Karólína.

Eina þjónustan sem lokaði alveg hjá Akureyrarbæ var Lautin, sem er þjónusta fyrir fólk með geðraskanir, auk þess sem Hæfingarstöð við Skógarlund og Plastiðjinni Bjargi – Iðjulundi var lokað tímabundið í fyrstu Covid-19 bylgjunni sem reið yfir landið.

Starfsfólk staðið sig vel í erfiðum aðstæðum

Karólína segir fulla ástæðu til þess að hrósa starfsfólki velferðarsviðs Akureyrarbæjar fyrir frammistöðuna síðustu mánuði, bæði í og utan vinnu.

„Fólk hefur tekið stöðu sína gagnvart þjónustuþegum mjög alvarlega og passað sig í samskiptum við aðra, líka utan vinnutíma. Þetta hefur virkilega reynt á og starfsmenn allir eiga hrós skilið fyrir sitt framlag,“ segir Karólína.

Að sögn Reginu hefur mætt mikið á einstökum starfsstéttum vegna smitvarna, svo sem þroskaþjálfum, starfsmönnum í íbúðakjörnum, hjúkrunarfræðingum og sjúkraliðum, ásamt starfsmönnum í heimahjúkrun og félagslegri heimaþjónustu. Það sama á við um þau sem vinna með heimilisláusu fólki, bæði í neyðarskýlum og úti á vettvangi. Regína segir að starfsmenn sem og íbúar hafi tekist á við þetta stóra verkefni af metnaði og æðruleysi.

„Það hefur reynt mikið á stjórnendur og þau sem eru á vettvangi að fást við smitvarnir alla daga, bæði gagnvart íbúum og starfsmönnum. Starfsfólkið hefur sýnt mikla útsjónarsemi og þrautseigju, og ég er mjög stolt af þeirri samstöðu sem myndaðist.“

Lífið að komast í samt lag aftur

Bæði á Akureyri og í Reykjavík er stærstur hluti þjónustunnar kominn í eðlilegt horf.

„Þetta hefur hins vegar verið erfiður tími,“ segir Karólína. „Þau sem þurfa stuðning við þátttöku í daglegu lífi utan heimilisins hafa þurft að þola skerðingu á þjónustu. Að auki er fólk meira eitt heima, sem reynist mörgum erfitt, sérstaklega þar sem tíminn í þessu ástandi er orðinn ansi langur.“

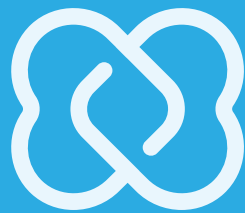
Þrátt fyrir gott gengi er full ástæða til þess að fylgjast áfram vel með afleiðingum faraldursins. Það er ekki nóg með að sjúkdómurinn sjálfur hafi stórukið álag á velferðarsviðin – önnur félagsleg áhrif vegna faraldursins lenda að mestu á sama borði.

„Það hefur mætt mikið á félagsráðgjöfum og öðrum ráðgjöfum við að takast á við afleiðingar af Covid. Stórukið atvinnuleysi birtist hér í 30 prósentu aukningu í fjárhagsaðstoð, 12 prósentu aukningu í barnavernd og talsverðri aukningu í ofbeldismálum. Það er gríðarleg þörf fyrir aukna ráðgjöf á öllum sviðum, og það má gera ráð fyrir að svo verði áfram,“ segir Regína.

Karólína Gunnarsdóttir, þjónustustjóri velferðarsviðs Akureyrarbæjar

Mynd: Jón Hrói Finnsson



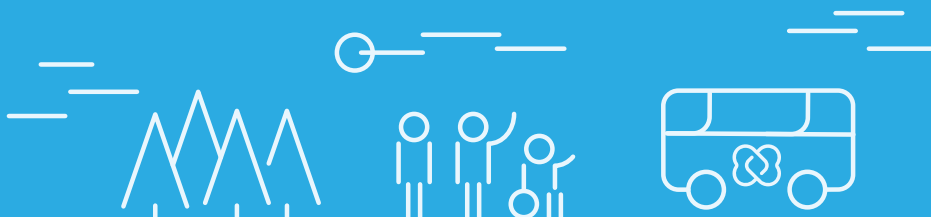


Pant

Starfsfólk Pant þakkar öllum sem að akstursþjónustunni koma fyrir frábært samstarf á liðnu ári.

Við minnum á **pant.is** sem er nýr vefur akstursþjónustu fatlaðs fólks og aldraðra í Reykjavík, Garðabæ, Mosfellsbæ og Seltjarnarnesi. Þar er hægt að sækja allar helstu upplýsingar um akstursþjónustuna.

Á **pant.is** er komin ný pöntunarsíða fyrir farþega þar sem hægt er að panta stakar eða reglulegar ferðir á þægilegan og öruggan hátt.



Áhersla á að láta fólki líða vel

- Covid-19 og starfsemi Sjálfsbjargarheimilisins

Heimsfaraldurinn hefur haft margvísleg áhrif á þjónustu Sjálfsbjargarheimilisins. Starfsemin felst annars vegar í þjónustu við íbúa sem búa þar að staðaldri og hins vegar við fólk sem sækir endurhæfingu og virkniþjálfun í Þjónustumiðstöðinni. Að sögn Valerie Harris, yfiriðjubjálfa, mátti sjá mikinn mun á færni og vellíðan fólks vegna skertrar þjónustu.

Einstaklingsmiðuð endurhæfingarúræði Sjálfsbjargarheimilið var fyrsta búsetuúræðið á Íslandi sem hannað var sérstaklega með þarfir hreyfihamlaðra í huga. Í dag eru rými fyrir 32 íbúa í búsetu og tvö hvíldarrými, en húsið gegnir einnig mikilvægu hlutverki sem þjónustu- og endurhæfingarmiðstöð.

„Faraldurinn hafði mikil áhrif á starfsemina. Við endurskoðuðum alla okkar ferla og þurftum stöðugt að taka ákvarðanir til að halda smithættu í lágmarki. Það er óhætt að segja að ekkert starfsár í sögu Sjálfsbjargarheimilisins hafi verið jafn lærdómsríkt,” segir Þórdís Rún Þórisdóttir, framkvæmdastjóri Sjálfsbjargarheimilisins.

„Það eru um sextíu einstaklingar sem koma til okkar í Þjónustumiðstöðina í endurhæfingu og aðra stuðningsþjónustu,” segir Valerie. „Flest þeirra koma til okkar í framhaldi af endurhæfingu á Grensásdeild Landspítalans eftir slys eða veikindi. Sum hafa dvalið á Reykjalandi um tíma, og enn önnur koma til okkar að frumkvæði Reykjavíkurborgar.”

„Öll þjálfun og endurhæfing er einstaklingsmiðuð og byggir á ítarlegri greiningu á þörfum hvers og eins. Markmiðið er að tryggja færni til að sinna daglegum athöfnum, hvort sem þú ert á leið aftur út á vinnumarkaðinn eða ekki,” segir Valerie.

Margvísleg áhrif Covid á starfsemina Í fyrstu bylgju heimsfaraldursins, þegar lítið var vitað um vírusinn, var tekin ákvörðun

um að loka Þjónustumiðstöðinni til að varna þess að smit bærst til þeirra sem hafa fasta búsetu í Sjálfsbjargarheimilinu.

„Við lögðum alla áherslu á að vernda búsetueininguna og koma í veg fyrir að við fengjum smit í húsið,” segir Valerie. „Lokunin hafði mikil áhrif á íbúa og starfsmenn og kom þar að auki í veg fyrir að við gætum veitt þeim sem ekki búa í húsinu venjubundna þjónustu.”

Starfsfólk Þjónustumiðstöðvarinnar lagði þess í stað áherslu á að eiga regluleg samskipti við alla skjólstaðinga og styðja þá eftir fremsta megni í erfiðum aðstæðum. Samskiptin fóru að mestu fram í síma eða á netinu – allar hugsanlegar leiðir voru nýttar.

„Þetta vakti mikla ánægju,” segir Valerie, en bætir þó við að þjónustan hafi ekki skilað nærri því sama árangri og reglubundin þjálfun og endurhæfing. „Þessi staða var í raun mjög dýrkeypt fyrir marga af okkar skjólstaðingum. Það var greinilegt þegar fólk kom til baka að færni þess hafði minnkað. Þetta hafði mikil áhrif á lífsgæði fólks og andlega líðan.”

Sóttvarnarhólf í seinni bylgju

Þegar sól hækkaði á lofti fækkaði smitum og Þjónustumiðstöðin opnaði á ný. Önnur bylgja faraldursins lét hins vegar á sér kræla með haustinu og var starfseminni þá skipt upp í minni einingar. Í ljósi reynslunnar var allt gert til að tryggja að allir skjólstaðingar Sjálfsbjargarheimilisins gætu áfram notið góðs af þjálfun og þjónustu í húsinu.

„Starfsemi heimilishlutans var skipt upp í tvö sóttvarnarhólf, bæði í fyrstu bylgjunni og þeirri sem fylgdi í ágúst,” segir Alda Ásgeirsdóttir, sviðsstjóri hjúkrunar. „Þetta var gert til að takmarka fjölda þeirra sem þyrftu að fara í sóttkví ef upp kæmi smit, og því máttu hvorki íbúar né starfsmenn hittast þvert á sóttvarnarhólf.”



Starfsfólk Þjónustumiðstöðvar Sjálfsbjargar

Mynd: Þorkell Þorkelsson

Heimsóknarbann var sett á í október og nóvember, og mátti þá einungis koma einn gestur á viku til hvers íbúa. Einnig var starfsemin skipulögð þannig að ekkert samneyti væri milli íbúa hússins og þeirra sem búa annars staðar. Að sögn Öldu voru aðstæðurnar krefjandi. Íbúar komust lítið út úr húsi, samneyti starfsmanna var mun minna en áður, og mönnum og afleysingar urðu flóknari þar sem afleysingafólk þurfti að koma úr sama sóttvarnarhólfi.

„Íbúarnir fengu minni iðju- og sjúkraþjálfun og voru mun einangraðri en áður, og það er enginn vafi á því að fólki fer aftur í slíkum aðstæðum. Hins vegar hefur fólkið okkar hvort annað, þannig að við höfum haft meiri áhyggjur af þeim sem búa ein úti í bæ,“ segir Alda.

Allt á réttri leið

Þjónusta Sjálfsbjargarheimilisins er smátt og smátt að komast í eðlilegt horf. Búið er að bólusetja alla íbúa heimilisins og einnig þá þjónustuþega sem koma í Þjónustumiðstöðina. Valerie og Alda hæla samstarfinu við samráðshóp Almanna- og Landlæknis og góðri samvinnu stjórnendateymis Sjálfsbjargarheimilisins.

„Öll ákvörðunartaka hefur verið fumlau og við erum mjög ánægð með hvernig til hefur tekist,“ segir Valerie. „Aðgengið að samráðshópnum hefur verið mjög gott og við höfum fylgt ráðum þeirra í einu og öllu. Við skráum

til dæmis nákvæmlega hverjir mæta á hverjum degi og erum með viðbragðsáætlun ef upp kemur smit í húsinu.“

Meiri áhersla á endurhæfingu

Nú er unnið að breyttum áherslum í starfsemi Sjálfsbjargarheimilisins, þar sem eftirspurnin eftir vönduðum og fjölbreyttum endurhæfingarúrræðum hefur aukist.

„Í raun er takmarkað framboð á endurhæfingu að frumendurhæfingu undanskilinni. Með því að lengja þann tíma sem fólk hefur til að ná sér eftir áföll aukast líkurnar á því að það geti flutt aftur heim til sín,“ segir Þórdís. Stefnt er á að fólk geti dvalið á Sjálfsbjargarheimilinu í allt að tvö ár í tengslum við endurhæfingu.

„Þetta gæti til dæmis verið fólk sem hefur lokið meðferð á Grensá og fengi hjá okkur markvissa þjálfun sem miðar að því að flytja í eigin íbúð. Húsið býður upp á mikla möguleika og við viljum nýta þá enn betur en gert er í dag,“ segir Alda.

Valerie ítrekar mikilvægi þess að bjóða upp á öflug endurhæfingarúrræði. „Endurhæfingin á Grensásdeildinni er mjög góð en fólk getur bara verið þar í takmarkaðan tíma. Það er mjög mikilvægt að til staðar séu endurhæfingarúrræði sem gera fólki kleift að efla heilsuna áfram og takast á við allt það sem tekur við þegar heim er komið.“

Brugðist við aðstæðum NPA notenda og aðstoðarmanna

NPA notendur hafa þurft að vekja athygli á sérstökum aðstæðum sínum og aðstoðarmanna sinna í heimsfaraldrinum. Í samstarfi við heilbrigðisyfirvöld tókst NPA miðstöðinni að tryggja öflugar sóttvarnir, réttindi aðstoðarfólks og réttan sess í bólusetningarferlinu.

Talsverð óvissa í byrjun

„Við byrjuðum snemma að reyna að hafa áhrif á kerfið og vekja athygli á okkar aðstæðum,“ segir Rúnar Björn Herrera Þorkelson, formaður NPA miðstöðvarinnar. „Fólk inni á stofnunum og með þjónustu annars staðar virtist vera með gott öryggisnet, en hjá okkur var talsverð óvissa um hvernig haga ætti þjónustunni og bregðast við ef smit kæmu upp.“

NPA miðstöðin brást við með því að gefa út ítarlegar leiðbeiningar fyrir NPA notendur sem síðan voru uppfærðar í samræmi við þróun faraldursins. Einnig tryggði miðstöðin að allir notendur hefðu nægan aðgang að hlífðarbúnaði með aðstoð Landlæknisembættisins.

„Við fengum úthlutað neyðarpökkum sem í var allur nauðsynlegur hlífðarbúnaður fyrir bæði NPA notendur og aðstoðarfólk. Það voru nokkur dæmi þess að aðstoðarfólk greindist með vírusinn og einnig fóru notendur í sóttkví, án þess þó að um smit væri að ræða. Mesta álagið hefur hins vegar verið þegar aðstoðarfólk hefur þurft að fara í sóttkví.“

Aðstoðarfólk í framlínunni

„Notendastýrð persónuleg aðstoð snýst um að fólk fái að skipuleggja sitt eigið líf á eigin forsendum,“ segir Rúnar Björn. Notendur sjá sjálfir um að ráða starfsfólk og



Að sögn Rúnars eru á bilinu 80-90 manns með NPA á Íslandi. Ríflega helmingur þeirra er í umsýslu hjá NPA miðstöðinni.

Mynd: Rúnar Björn

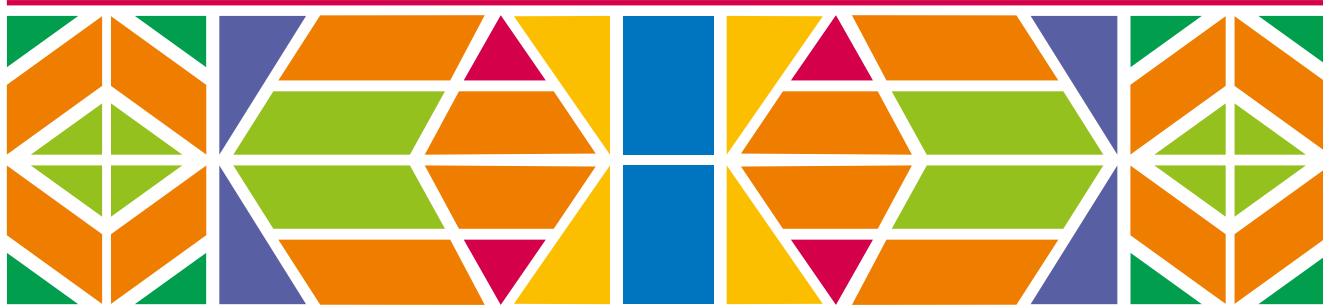
skipuleggja vaktir, en NPA miðstöðin sér um faglega umsýslu þess fjármagns sem veitt er í þjónustuna. Miðstöðin er þar að auki formlegur vinnuveitandi aðstoðarfólksins í stað þess einstaklings sem aðstoðina fær. Að sögn Rúnars hefur fyrirkomulagið veitt mikið öryggi í faraldrinum.

„Það sem stendur upp úr þegar við lítum til baka er að hagsmunir NPA notenda og aðstoðarfólks þeirra gleymdust að vissu leyti í upphafi. Eitt dæmi var þegar framlínustarfsfólk fékk forgang fyrir börnin sín í skólum og leikskólum, þá þurftum við að passa sérstaklega upp á að aðstoðarfólkið okkar væri með í þeim hópi,“ segir Rúnar.

Áhersla á bólusetningar

Annað mikilvægt baráttumál snerist um forgangsroðun við bólusetningu vegna Covid-19. „Við unnum hörðum höndum að því að tryggja að bæði notendur og aðstoðarfólk fengju réttan sess í bólusetningarferlinu, en sú vinna var unnin í nánú samstarfi við heilsugæslu, sveitarfélögin og Landlækni,“ segir Rúnar Björn. Átakið skilaði tilætluðum árangri. Flestir NPA notendur voru að lokum í forgangshópi 3, sama hópi og þau sem dveljast á hjúkrunar- og dvalarheimilum og öldrunardeildum sjúkrahúsa.

„Upplýsingagjöf varðandi smitvarnir og bólusetningar hefur stundum verið ábótavant en við höfum reynt að bæta úr því eftir bestu getu, bæði gagnvart okkar notendum og öðrum í svipaðri stöðu. Það hefur komið til okkar fjöldi fatlaðra einstaklinga og þakkað okkur fyrir greinagóðar upplýsingar. Í heildina litið erum við mjög ánægð með hvernig gengið hefur að leysa þau vandamál sem upp hafa komið,“ segir Rúnar Björn.



ÓLÖGLEGT AÐ SETJA KVÓTA Á MANNRÉTTINDI FÓLKS

FATLAÐS

Hefur þú sótt um NPA en ekki fengið endanlegt samþykki eða fengið samþykki með fyrirvara?

Nýverið féll dómur í héraðsdómi Reykjavíkur sem staðfestir að notendastýrð persónuleg aðstoð er lögbundinn réttur fatlaðs fólks og að það sé ólöglegt að setja kvóta á þau mannréttindi eins og gert hefur verið fram til þessa.

NPA miðstöðin aðstoðar fatlað fólk við umsóknarferli NPA.



NPA MIÐSTÖÐIN
+354 567 8270
www.npa.is



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 ráðgjafarfirmatækja. 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 málafni og finna lausnir fyrir viðskiptavinum sínum, hvort sem það eru einkarekin, skráð félög eða opinberar stofnanir. Yfir 35.000 starfsmenn Grant Thornton firmatækja í meira en 100 þjóðlöndum, leggja metnað sinn í að vinna að hag viðskiptavina, samstarfsmanna og samfélagsins sem þeir starfa í.



Mynd: Haraldur Jónasson

„Það eiga allir að þekkja til Sjálfsbjargar“

Nýr framkvæmdastjóri Sjálfsbjargar, **Ósk Sigurðardóttir**, hefur sett sér skýr og metnaðarfull markmið varðandi starf samtakanna og baráttumál hreyfihamlaðra á Íslandi. Aðgengismál verða í fyrirrúmi sem fyrr, en Ósk leggur áherslu á að ná betur til ungs fólks og tryggja að allir Íslendingar þekki starf Sjálfsbjargar í þágu hreyfihamlaðra.

Mikilvæg réttindabarátta fyrir höndum

„Ég hef aldrei skilið af hverju við getum ekki öll búið í samfélaginu á jafnréttisgrundvelli,“ segir Ósk, og bætir við að jafnréttishugsjónin hafi í raun litað allan hennar feril. „Ég vil láta verkin tala og vera virkur þátttakandi í þeim breytingum sem þurfa að eiga sér stað.“

Að sögn Óskar er af nógu af taka varðandi baráttumál hreyfihamlaðra. Hún nefnir húsnæðis- og heilbrigðismál, félags- og atvinnumál, ferli- og farartækjamál, og lífeyri og tryggingar. Aðgengismálin eru þó áfram lykilorð til starfsemi Sjálfsbjargar.

„Það eru í raun ekki margir aðilar sem geta tekið út byggingar og bæjarumhverfi og veitt sérhæfða ráðgjöf um aðgengismál. Eitt þeirra verkefna sem við höfum hleypt af stokkunum er námskeið fyrir úttektafulltrúa um land allt, þannig að sveitarfélög, stofnanir, fyrirtæki og aðrir geti leitað til Sjálfsbjargar varðandi ráðgjöf um aðgengi.“

Námskeiðin eru haldin í samvinnu við Hörpu Cilia, einn helsta sérfræðing landsins í aðgengismálum. Einnig er Sjálfsbjörg að hefja samstarf við Ferðamálaráð og Öryrkjabandalag Íslands um úttekt og skráningu á aðgengi að ferðamannastöðum.

„Þessi verkefni virðast ótæmandi og það er mikilvægt að við höldum okkur á tánum og pössum að réttindi hreyfihamlaðra séu virt. Við viljum vera til staðar fyrir alla, ekki bara hreyfihamlaða heldur einnig opinbera aðila, vinnustaði og samfélagið allt.“

Hjálp til sjálfshjálpar

Áhuginn á málefnum hreyfihamlaðra vaknaði fyrir alvöru eftir áhugasviðspróf hjá námsráðgjafa að loknu stúdentsprófi frá Fjölbrautaskólanum í Garðabæ. Niðurstöðurnar beindu athygli Óskar að iðjubjálfun, sem þá var tiltölulega óþekkt stærð á Íslandi.

„Ég heillaðist af hugmyndafræðinni um hjálp til sjálfshjálpar. Iðjubjálfun snýst um að skoða hvað skiptir fólk mestu máli í lífinu og hvað það vill geta gert og finna þær lausnir sem gera því kleift að eiga innihaldsríkt líf.“

Fyrsta starfið í faginu var sem aðstoðarmaður iðjubjálfa á Reykjalundi, og í kjölfarið fór Ósk í iðjubjálfanám til Danmerkur. Að náminu loknu tók við starf á BUGL, Barna- og unglingadeild Landspítalans. Þar starfaði Ósk m.a. með krökkum sem þjáðust af kvíða og þunglyndi, börnum og unglingum á einhverfurófi og ungu fólki sem glímdi við átröskun. Ósk sérhæfði sig í ævintýrameðferð og fór síðar í nám í listmeðferðarfræði í Barcelona.

„Ég er enn BUGLari í hjartanu, þetta var svo gefandi og skemmtilegur tími og svo yndislegt fólk,“ segir Ósk.

Kaflaskil eftir nám í verkefnastjórnun

Eftir tæplega þriggja ára dvöl í Barcelona og Madrid sneri Ósk heim og tók við stöðu yfir-iðjubjálfa á BUGL. Starfið fólst í stjórnun og skipulagningu á starfi iðjubjálfa á deildinni, ásamt fjölbreyttri verkefnavinnu.

„Við viljum efla samvinnuna við aðildarfélög okkar um land allt, sem og við önnur samtök sem vinna að sambærilegum hagsmunum.“

Ósk fann sig vel í nýjum verkefnum og ákvað því að skella sér í MPM verkefnastjórnunarnám í HR. Námið sótti hún meðfram fullri vinnu og lét það heldur ekki trufla sig að hún var nýbökuð móðir á þessum tíma.

„Það fannst engum þetta góð hugmynd nema mér,“ segir Ósk og hlær. „Þetta var ansi strembinn tími en ég hef hins vegar aldrei séð eftir þessari ákvörðun. Ég er mjög stolt af því að þetta gekk upp og verkefnastjórnunarnámið hefur nýst mér gríðarlega vel.“

Ósk lét hins vegar ekki þar við sitja. Hún kláraði nýlega nám í nýsköpunar- og stefnumótunarfræðum frá einum virtasta háskóla heims, Oxford í Bretlandi, og er nú á síðustu metrunum í MBA námi við Quantic School of Business and Technology. Þegar því er lokið ætti þetta að vera orðið gott, segir Ósk – alla vega í bili.

Spennandi verkefni á nýjum vettvangi

Námið leiddi fljótt til nýrra tækifæra. Ósk bauðst að taka að sér starf yfirverkefnastjóra hjá Reynd, ört vaxandi hugbúnaðarfyrirtæki, og lét slag standa þrátt fyrir litla þekkingu á hugbúnaðarþróun. Þar starfaði Ósk í tæp þrjú ár, og eftir það tók við starf á Verkefnastofu Landspítalans.

„Þar unnum við að stærri verkefnum, þvert á deildir Landspítalans. Sem dæmi má nefna endurskoðun á þjónustu göngudeildar og nýja göngudeildarbyggingu, ásamt sameiningu sjö deilda með yfir 300 starfsmenn í húsnæðis spítalans í Skaftahlíð.“

Frumkvöðlastarf með Traversable

Eitt af skemmtilegustu verkefnum sem MPM námið leiddi af sér var aðgengisappið Traversable. Ósk þróaði appið ásamt tveimur skólafélögum sínum, Jóni Steindóri Valdimarssyni lögfræðingi og nú þingmanni Viðreisnar og Jóhönnu F. Sigurjónsdóttur gæðastjóra. Síðar kom Hannes Pétursson tölvunarfræðingur að þróun Traversable.

Traversable veitir upplýsingar um aðgengi að verslunum, kaffihúsum, veitingastöðum, menningarstofnunum og ferðamannastöðum, svo fátt eitt sé nefnt. Þróunin hófst í tengslum við nýsköpunarkeppnina Nordic Independent Living Challenge, þar sem appið komst í undanúrslit. Traversable hefur hlotið þróunarstyrki frá Rannís og einnig voru gerðir samningar við Reykjavíkurborg, Garðabæ og Hafnarfjörð um kortlagningu á aðgengi.

„Nú eru komnar skráningar í 35 löndum og möguleikarnir eru gríðarlegir,“ segir Ósk. „Hins vegar er hætt við að það gefist lítill tími í þróunarvinnu samhliða starfinu hjá Sjálfsbjörg, þannig að nú væri æskilegt að finna öfluga aðila sem vilja taka við keflinu.“

Fjöldi verkefna þegar hafin

Ósk hefur þegar sett af stað fjölda verkefna í nánu samstarfi við stjórn Sjálfsbjargar. Þar má nefna endurbætur á húsnæðinu að Hátúni 12, innleiðingu stafrænna lausna í allri vinnu og áttak í kynningar- og fjáröflunarmálum, meðal annars með nýju tímariti Sjálfsbjargar og hönnun nýrrar heimasíðu og kynningarefnis.

Ný heimasíða sameinar síður Sjálfsbjargar, Hjálpartækjaleigunnar og Þekkingarmiðstöðvarinnar. Þar er því hægt að nálgast allar helstu upplýsingar um baráttumál Sjálfsbjargar og réttindi hreyfihamlaðra, þar með talið samning Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðra, þjónustu sveitarfélaga, húsnæðismál, hjálpartæki og fleira.

„Það eiga allir að þekkja til Sjálfsbjargar og öflugs starfs hennar í þágu hreyfihamlaðra. Við munum nýta næstu mánuði vel til þess að skilgreina gildi, hlutverk og framtíðarsýn Sjálfsbjargar. Einnig viljum við efla samvinnuna við aðildarfélög okkar um land allt, sem og við önnur samtök sem vinna að sambærilegum hagsmunum,“ segir Ósk.



NETTÓ Á NETINU

NETVERSLUN NETTÓ ER
OPIN ALLA DAGA VIKUNNAR

netto.is



nettó

Sjálfbjörg menntar aðgengisráðgjafa

Sjálfbjörg hélt nýlega fyrsta námskeiðið fyrir aðgengisráðgjafa úr röðum aðildarfélaga sinna um land allt. Enn er víða pottur brotinn varðandi aðgengi á Íslandi og fáir sem veita sérhæfða ráðgjöf.

Sérfræðipækking í algildri hönnun

Það er Harpa Cilia Ingólfssdóttir, byggingafræðingur, sem heldur námskeiðin. Hún hefur sérhæft sig í aðgengismálum og er með meistaraþráðu frá Álaborgarháskóla í algildri hönnun og aðgengi. Harpa stofnaði fyrirtækið Gott aðgengi, sem gerði úttektir víða um land, en starfar nú sem sérfræðingur hjá Húsnæðis- og mannvirkjastofnun.

„Ég fór fleiri hringi í kringum landið á sínum tíma og tók út alls konar húsnæði, skrifaði skýrslur um hvað þyrfti að bæta og veitti ráðgjöf um hugsanlegar lausnir,“ segir Harpa um tímann hjá Góðu aðgengi. „Það væri gríðarlega jákvætt að hafa aðila í hverju sveitarfélagi sem geta veitt eigendum húsnæðis faglega aðstoð og ráðgjöf.“

Á námskeiðinu er farið yfir reglugerðir og leiðbeiningar varðandi aðgengismál og helstu atriði er varða hvern fötlnarflokk og tegund rýmis. Harpa hefur þróað sérstakan úttektarlista sem kynntur verður á námskeiðinu.

„Það er mikilvægt að taka mið af öllum tegundum fötlnar í úttektum á aðgengi,“ segir Harpa. „Sem dæmi getur handsterkur einstaklingur í litlum hjólastól athafnað sig á mun minna svæði en einstaklingur í stórum rafmagnshjólastól. Oft má breyta miklu með litlum tilkostnaði, til dæmis með því að snúa hurð á snyrtingu þannig að hún opnast út en ekki inn. Bara þetta litla atriði getur gjörbreytt möguleikum hreyfihamlaðra til að nota rýmið.“

Víða óparfar hindranir

Harpa þekkir aðgengisvandann af eigin reynslu. Þrettán ára gömul lenti hún í



Harpa Cilia Ingólfssdóttir er einn helsti sérfræðingur landsins í aðgengismálum.

Mynd: Gígja Einarsdóttir

alvarlegu bílslysi, þegar keyrt var á hana sem gangandi vegfaranda. Í slysinu lamaðist hún á vinstri handlegg og átti lengi erfitt um gang. Málefnið varð henni enn meira skylt þegar hún giftist Jóhanni Pétri Sveinssyni, formanni Sjálfbjargar og miklum frumkvöðli í baráttunni fyrir réttindum hreyfihamlaðra. Jóhann Pétur var hjólastólanotandi stærstan hluta ævinnar.

„Ég tók þá mun betur eftir þessum óparfa hindrunum sem eru mjög víða. Við ferðumst mikið en vorum alltaf töluvert háð aðstoðarfólki okkar þar sem maður vissi aldrei í hvaða aðstæðum maður gæti lent. Jóhann Pétur lést 1994 og þá umturnaðist líf mitt. Það var þá sem ég tók ákvörðun um að ná mér í sérfræðipækkingu um aðgengismál, sem þá hafði vantað algjörlega á Íslandi.“

Algild hönnun er lausnin

„Það þarf að taka algilda hönnun og aðgengi inn í alla hönnun frá upphafi. Þar vantar enn dálítið upp á, jafnvel þó mikil breyting hafi orðið til batnaðar síðustu ár,“ segir Harpa. Lagaumhverfið er að hennar mati nokkuð gott, en talsvert vantar upp á aðhald og eftirlit. Krafan um aðgengi fyrir alla í opinberum byggingum kom fyrst fram í reglugerð árið 1979 og hefur haldist síðan.

„Stóra breytingin í nýjustu reglugerðinni frá 2012 er að þar er líka gerð krafa um aðgengi fyrir alla í íbúðarhúsnæði. Fram að því þurfti einungis ein af hverjum tíu íbúðum í fjölbýlishúsum að vera aðgengileg öllum, en nú á það við um allar íbúðir í lyftuhúsum. Að auki voru teknar út stærðarkröfur varðandi einstök rými, t.d. eldhús, stofu og herbergi. Það er því í raun orðið mun auðveldara að hanna aðgengilegar íbúðir.“



VIÐ LÉTTUM ÞÉR LÍFIÐ

Heilbrigðisvið Fastus býður upp á heildarlausnir í endurhæfingar-, hjúkrunar- og hjálpertækjum. **Pantaðu tíma hjá söluáögjöfum okkar í síma 580 3900** sem aðstoða þig við val á vörum sem henta þínum þörfum.



Rafskutlur



Bað- og salernishjálpartæki



Hjólastólar



Hjúkrunarrúm og dýnur



Göngugrindur



Æfingatæki til heimanotkunar



Næringadrykkir



Snúningslök



Loftsessur

Baráttumál Sjálfsbjargar

Á undanförunum árum hafa aðgengismálin fengið aukið vægi á skrifstofu Sjálfsbjargar á meðan aðrir málaflokkar hafa færst í auknum máli á herðar Öryrkjabandalagsins. Þegar lítið er yfir helstu baráttumál trónar aðgengi að byggingum þar efst.

Byggingarreglugerð ekki nægilega vel framfylgt

Undanþágur eru veittar og eftirlit er lítið sem ekkert, sem þýðir að ákvæði sem tryggja eiga aðgengi fatlaðs fólks að mannvirkjum eru bitlítill. Afleiðingin er sú að jafnvel húsnæði sem reist er fyrir opinbert fé og styrki úr framkvæmdasjóði ferðamannastaða er óaðgengilegt.

Eitt nýlegt dæmi er bátahúsið við höfnina á Borgarfirði Eystra sem tekið var í notkun án lyftu. Við höfum ítrekað minnt stjórnvöld á málið, sem rammar vel upp hversu götött regluverkið um aðgengi fyrir alla er. Jafnframt er vonast til að fjármagn fái úr opinberum sjóðum, frá sveitarfélaginu og ríkinu, til þess að klára málið og setja upp lyftu á þessu ári.

Upplýsingar um algilda hönnun

Handbók um aðgengi er orðin meira en 20 ára gömul. Fjöl- mörg dæmi eru um að hönnuðir teikni það sem þeir telji vera aðgengilegt í stað þess að leita

ráðgjafar. Skýra þarf notkun og vægi leiðbeiningablaða með byggingarreglugerð og bæta aðgengi að þeim á opinberum síðum. Fjölga þarf leiðbeiningum umfram skilyrði í byggingarreglugerð.

Ein af afleiðingunum er sú að allir baðstaðir sem teiknaðir voru í ferðamannauppsveiflunni 2010-2018 eru illa eða óaðgengilegir hreyfihömluðum. Hér ber að nefna að stjórn Sjóbaðanna Geosea á Húsavík hefur samþykkt kaup á færnanlegri lyftu sem sett verður upp við laugarbarminn. Sjálfsbjörg fagnar því að aðgengi verði fljótlega fullnægjandi í Sjóbaðunum og skorar á fleiri rekstraraðila að skoða svipaðar lausnir.

Aðgengi að rafbílahleðslum

Rafbílavæðingin er hröð um þessar mundir. Í byggingarreglugerð er ákvæði um að hleðslur fyrir rafbíla skuli vera við öll bílastæði hreyfihamlaðra við atvinnuhúsnæði. Hins vegar stendur ekkert í byggingarreglugerðinni um uppsetningu hleðslustöðva í stæðum fyrir

fatlaða almennt. Það hefur enda sýnt sig að aðgengi fatlaðs fólks að hleðslustöðvum er víða lítið sem ekkert. Setja þarf skýr ákvæði um rafhleðslur í byggingarreglugerð enda er ekkert því til fyrirstöðu að hreyfihamlaðir verði á rafbílum nú þegar eða innan fárra ára.

Koma þarf á aðgengiseftirliti

Eftir að öryggis- og lokaúttekt á byggingum er lokið er ekkert eftirlit með aðgengi að þeim, annað en það sem tengist eldvarnareftirliti. Þá lifa undanþágur og frestir sem veittir eru í úttektum oft ótímabundið þar sem aðhald vantar. Koma þarf á opinberu aðgengiseftirliti til að tryggja og fyrirbyggja að undanþágur, breytingar og notkun skerði ekki aðgengi fatlaðs fólks að byggingum.

Sjálfsbjörg mælir með því að komið verði upp svipuðu eftirliti fyrir algilda hönnun og fyrir brunavarnir, heilbrigðismál og vinnueftirlit, bæði hvað varðar yfirferð hönnunargagna og öryggis- og lokaúttektir.

Betolvex

B₁₂-vítamín

- Með ströngu grænmetisfæði
- Með hækkandi aldri
- Vegna glúteínþols
- Samhliða ýmsum lyfjameðferðum

Betolvex 1 mg (cyanocobalamin) filmuhúðaðar töflur.

Betolvex inniheldur 1 mg af cyanocobalamin (B₁₂ vítamín).

Betolvex er gefið við B₁₂-vítamínskorti og þegar hætta er á slíkum skorti.

Viðhaldsskammtar/fyrirbyggjandi meðferð: Venjulega 1 tafla á dag.

Töflurnar skal helst taka á fastandi maga. Kynnið ykkur notkunarleiðbeiningar, varnaðarorð og frábendingar áður en lyfið er notað. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðli fyrir notkun lyfsins. Leitið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á www.serlyfjaskra.is.

Markaðsleyfishafi Actavis Group PTC ehf.



FÆST ÁN
LYFSEÐILS

teva

Ekki hægt að dæma eftir samningi SP um réttindi fatlaðs fólks

Arnar Helgi Lárusson formaður SEM-samtakanna hefur lengi barist fyrir bættu aðgengi. Fyrir nokkru tapaðist dómsmál sem hann og samtökin ráku fyrir Hæstarétti um aðgengi að menningarstofnunum í Reykjanesbæ. Sú staðreynd að samningur Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks hefur enn ekki verið lögfestur flækti málið.

Lyftulaus menningarstofnun á þriðju hæð Dómsmálið fjallaði um aðgengi að H88 húsinu, sem er menningarmiðstöð fyrir ungmenni, og að Duus safnahúsi, þar sem lista- og menningarmiðstöð Reykjanesbæjar er til húsa.

„Það er enginn skortur á byggingum þar sem aðgengi er ábótavant,“ segir Arnar Helgi. „Við völdum þessar byggingar þar sem þær eru báðar ætlaðar almenningi og þar sem aðgengisvandinn er svo augljós.“ Í málinu var meðal annars gerð krafa um breytingar á inngangi, hjólastólalyftur milli hæða og skábrautir til að jafna hæðarmun milli sala.

Að sögn Arnars Helga er byggingarreglugerðin alveg skýr. Hreyfihamlaðir, þar með talið hjólastólanotendur, eiga að komast inn og út úr opinberum byggingum af sjálfsdáðum. Einnig kemur fram að fáir eldra hús nýtt hlutverk skuli aðgengi vera tryggt samkvæmt ákvæðum reglugerðarinnar. Þuríður Harpa Sigurðardóttir, formaður Öryrkjabandalags Íslands, segir löngu tímabært að Íslendingar tileinki sér algilda hönnun.

„Þeir sem stjórná þessum verkefnum og sinna eftirliti verða að gera sér grein fyrir hlutverki sínu og ábyrgð. Við höfum barist fyrir því til fjölda ára að hægt verði að beita dagsektum þegar fólk brýtur á mannréttindum fatlaðs fólks á þennan hátt. Eins og staðan er í dag eru engar sektir, engin viðurlög.“

Hæstiréttur staðfesti dóm Héraðsdóms Í dómi Hæstaréttar er farið yfir ýmsar lagagreinar um aðgengi og vísað í samning Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs

fólks. Ísland undirritaði samninginn 2008 og Alþingi fullgilti hann svo í september 2016. Í dómnum kemur hins vegar fram að þar sem samningurinn hafi enn ekki verið leiddur í lög geti kröfur Arnars Helga og SEM-samtakanna um úrbætur ekki náð fram að ganga á grundvelli ákvæða hans.

„Ég var mjög hissa á að tapa málinu í héraði og alveg gáttaður þegar við töpuðum því í Hæstarétti. Við fórum aldrei í þetta mál á grundvelli samningsins, hann var eingöngu nefndur til stuðnings við þann lagabókstaf sem fyrir er. Allur okkar málflutningur byggði á byggingarreglugerðinni. Dómararnir taka stystu leiðina út úr málinu, sem mér finnst lýsa algjöru metnaðarleysi,“ segir Arnar. Málið er nú fyrir mannréttindadómstóli Evrópu.

Niðurstaða Hæstaréttar var sú að Reykjanesbær og Eignarhaldsfélagið Fasteign, eigandi H88 hússins, voru sýknuð af kröfunum. Helsta ástæðan var sú að þar sem Reykjanesbær hafði gert úttekt á aðgengi í sveitarfélaginu og veitt fjármagni í aðgengismál mat dómurinn það svo að bærinn hefði uppfyllt lagalegar skyldur sínar.

Einnig var vakin athygli á orðalagi í reglugerðinni um að ávallt skuli „leitast við“ að beita algildri hönnun og að breytingar á eldri mannvirkjum skuli „eftir því sem unnt er“ byggja á sjónarmiðum algildrar hönnunar.

„Fyrir mér er málið mjög einfalt,“ segir Arnar Helgi. „Ef þú ætlar að opna sjoppu, þá færðu ekki að opna fyrr en þú hefur uppfyllt kröfur heilbrigðiseftirlitsins. Svona ætti þetta líka að vera með aðgengi. Ef þú getur ekki boðið öllum upp á þriðju hæð, þá getur þú ekki opn- að. Það ætti að vera alveg skýrt.“

Vonbrigði að samningurinn hafi ekki enn verið lögfestur

Að sögn Þuríðar Hörpu hefur samningi Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks verið haldið hátt á lofti af Öryrkjabandalaginu. Hún nefnir sem dæmi að vísað var í 19. greinina um sjálfstætt líf þegar NPA var lögfest sem þjónustuform árið 2018.

„Þessi samningur skiptir fatlað fólk gríðarlega miklu máli. Ísland fullgilti hann fyrir fimm árum síðan og því ætti augljóslega að vera hægt að vísa til hans fyrir dómi. Það er dagljóst að fatlað fólk hefur verri réttarstöðu en ófatlað fólk, og við sjáum hversu fá mál hafa í raun og veru unnist,“ segir Þuríður.

Hún útskýrir að Alþingi hafi samþykkt í júní 2020 að lögfesta ætti samninginn í síðasta lagi 13. desember síðastliðinn. Málið hafi verið komið á dagskrá þingsins en hafi síðan verið kippt út aftur.

„Það sama gerðist þegar fullgilda átti valkvæða viðaukann við samninginn sem Alþingi samþykkti. Að mínu mati er það alvarlegt mál að Alþingi hafi samþykkt þetta en að framkvæmdavaldið fylgi því ekki eftir sem skyldi,“ segir Þuríður.

Arnar Helgi Lárusson, formaður SEM-samtakanna



Takk fyrir stuðninginn!

Nobex ehf
Nonni litli ehf
Norðurorka hf
Ó. Johnson & Kaaber ehf
Orkubú Vestfjarða ohf
Rafport ehf
Rafsetning ehf
Rafsvið sf
Raftákn ehf - verkfræðistofa
Rakarastofan Herramenn
RK Pípulagnir ehf
S. Guðmundsson ehf - múrverktaki
Samiðn - Samtök iðnfélaga
Samtök starfsmanna fjármálafyrirtækja - SSF
Siglufjarðarkirkja
Síldarvinnslan hf
Sjómannafélag Ólafsfjarðar
Sjúkrahúsið á Akureyri
Sjúkraþjálfarinn ehf
SMÁ vélaleigan
Smith og Norland hf
Smurstöð Akraness sf
Snyrtistofa Grafarvogs ehf
Sprautu- og bifreiðaverkstæði Borgarness sf
Stansverk ehf
Steinull hf
Stéttarfélagið Samstaða
Súðavíkurhreppur
Sveitarfélagið Skagafjörður
T.ark - Arkitektar
Te & kaffi
Tengi ehf
Terra ehf
THG Arkitektar ehf
Þingvað ehf - byggingaverktakar
Tjörneshreppur
Trésmiðjan Rein ehf
Tréverk ehf
Tærgesen - veitinga og gistihús
Útfararþjónusta Rúnars Geirmundssonar
Úthafsskip ehf
Úti og inni sf
Ver slunin Álfheimar
Vestmannaeyjabær
Vísir hf
X5 ehf
Öryggisgirðingar ehf

Formlegur undirbúningur ekki hafinn

Í svari frá dómsmálaráðuneytinu kemur fram að formlegur undirbúningur undir lögleiðingu samningsins sé ekki hafinn. Vinnuhópur sem dómsmálaráðherra skipaði lauk nýlega við fyrstu skýrslu Íslands um framkvæmd samningsins, og var niðurstaða hópsins að ekki væri tímabært að leggja fram frumvarp um lögfestingu hans í desember.

Ástæðan er sú að Ísland hefur ekki komið á fót sjálfstæðri mannréttindastofnun sem uppfyllir Parísarviðmið Sameinuðu þjóðanna. Í samningnum kemur fram að slík stofnun skuli fara með eftirlit eftir framfylgd hans í hverju landi. Að sögn dómsmálaráðuneytisins hefur ekki fengist fjármagn í það verkefni.

Ríkisstjórn Íslands samþykkti nýlega að skipa starfshóp til að útfæra hugmyndir um sjálfstæða mannréttindastofnun. Samkvæmt dómsmálaráðuneytinu er erfitt að sjá að hægt sé að leggja fram frumvarp um lögfestingu þar til stofnunin hefur verið sett á laggirnar.

„Það er nauðsynlegt að setja hér á stofn óháða mannréttindastofnun og embætti Umboðsmanns fatlaðra og langveiks fólks,“ segir Þuríður. „Hins vegar er það fyrirláttur að mannréttindastofnunin sé forsenda þess að hægt sé að lögfesta samninginn og eykur enn á bið fatlaðs fólks eftir því að sjálfsgöð mannréttindi þess séu virt.“

Margt sem þarf að laga

Málaferlin og löggilding samningsins eru langt því frá það eina sem er gagnrýnvert í aðgengismálum á Íslandi.

Arnar Helgi segir frá því að hann ásamt fleirum hafi skoðað 100 nýbyggðar íbúðir á Suðurnesjum nýverið, og að einungis sex þeirra hafi staðist allar kröfur um aðgengi. Og það sem meira er, ábyrgðin á þeim úrbótum sem gera þarf hvílir á kaupendum eignanna en ekki verktakanum sem byggði.

Þar fyrir utan gagnrýnir Arnar Helgi þann mikla kostnað sem fatlað fólk þarf að bera vegna breytinga á húsnæði sínu.

„Mér finnst fáránlegt að ef þú lendir í slysi, veikist eða eignast hreyfihamlað barn, þá þarftu að taka stór breytingalán til að breyta húsnæði sem samkvæmt lögum ætti að vera aðgengilegt frá upphafi. Þetta er svo óréttlátt og ómanneskjulegt að það hálfa væri nóg.“

„Þessi samningur skiptir fatlað fólk gríðarlega miklu máli. Ísland fullgilti hann fyrir fimm árum síðan og því ætti augljóslega að vera hægt að vísa til hans fyrir dómi.“

Þuríður Harpa Sigurðardóttir, formaður Öryrkjandalags Íslands

Mynd: Eddi





Samtök fyrirtækja
í sjávarútvegi

Smart/Sport

Lin
DESIGN

MEITILL
GTTÆKNI



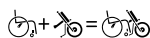
VÍNBÚÐIN

pwc



ÖSSUR®
LIFE WITHOUT LIMITATIONS

BATEC
MOBILITY



BATEC HYBRID

Upplifðu frelsi og sjálfstæði

Hjól sem festist auðveldlega
framan á hjólastólinn og veitir
tækifæri til útveru og þjálfunar.

Skoðaðu úrvalið á stod.is



STOD

Trönuhrauni 8 | 220 Hafnarfirði
stod.is | s. 5652885

Kosningar 2021



Flokkur Fólksins

FLOKKUR FÓLKSINS

Flokkur fólksins leggur mikla áherslu á að hjálpa þeim sem þurfa mest á aðstoð að halda í íslensku samfélagi. Síðan flokkurinn fékk fulltrúa á Alþingi Íslendinga hefur hann lagt fram ótal mál sem snerta hreyfihamlaða, bæði beint og óbeint. Auk þess taka þingmenn virkan þátt í umræðu um málefni sem snerta hagsmuni hreyfihamlaðra.

Við höfum ítrekað þrýst á ríkisstjórnina af öllum kröftum að klára lög-gildinguna á samningi Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks.

Við höfum lagt fram þingsályktunartillögu um að tryggja 350.000 króna lágmarksframfærslu lífeyrisþega og skattleysi launatekna undir 350.000 krónum. Við höfum lagt til að sleppa öllum skerðingum á öryrkja sem reyna fyrir sér á vinnumarkaði í allt að tvö ár.

Við höfum ítrekað barist fyrir því að ríkið viðurkenni að lífeyrir almanna-trygginga skuli fylgja launaþróun, skv. 69. gr. laga um almanna-tryggingar. Okkur tókst að koma í gegn frumvarpi sem kom í veg fyrir skattlagningu á styrki til hjálpartækjakaupa og höfum lagt fram frumvarp um að afnema virðisaukaskatt af hjálpartækjum.

Nýverið lagði Flokkur fólksins fram frumvarp um að tryggja reglu-legt framboð og fulla fjármögnun ríkisins á innflutningi leiðsöguhunda. Þar að auki hefur flokkurinn barist fyrir því að auka stuðning við heilbrigðiskerfið almennt, bæði í Reykjavík og á landsbyggðinni.

Þetta er aðeins brot af þeim málum sem við höfum barist fyrir og sem við munum áfram berjast fyrir.



Framsókn

FRAMSÓKNARFLOKKURINN

Framsóknarflokkurinn vill standa vörð um velferð allra landsmanna og tryggja jafnt aðgengi að öflugri velferðarþjónustu, óháð efnahag og búsetu. Sú stefna samræmist grunngildum Framsóknarstefunnar um samvinnu, sjálfsábyrgð, lýðræði, sanngirni, jafnrétti og samfélagslega ábyrgð.

Framsóknarflokkurinn vill tryggja að fólki sé ekki mismunað um aðgengi og almenna notkun mannvirkja á grundvelli fötlunar, skerðinga eða veikinda. Mikilvægt er að hagsmunasamtök og framkvæmdaaðilar sameinist um að bæta aðgengi. Við viljum auka samstarf við sveitarfélögin og efla skilvirkni eftirlits með mannvirkjagerð, með sérstakri áherslu á aðgengismál.

Framsóknarflokkurinn vill veita fötl-uðu fólki raunverulegt val varðandi fjölbreytileg búsetu- og þjónustuúr-ræði. Við viljum vinna markvisst að því að hvetja fatlað fólk til að hasla sér völl með aukinni menntun og þátttöku í atvinnulífinu. Byggja þarf upp fjölbreytt úrræði sem gefa öllum val, allt frá dagþjónustu til þátttöku á almennum vinnumarkaði.

Framsóknarflokkurinn vill tryggja faglega þekkingu og færni starfsfólks sem starfar í þjónustu við fatlað fólk. Við viljum einnig efla þekkingu almennings og stuðla að viðhorfsbreytingu í samfélaginu í málefnum fatlaðs fólks.

Við viljum fullgilda valkvæðan við-auka við samning Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks. Fullgilding þessa viðauka eykur aðhald með stjórnvöldum og er stuðningur við mannréttindi fatlaðs fólks. Loks viljum við efla allt samstarf við hagsmunasamtök fatlaðra til að þekking þeirra og reynsla nýtist sem best.



MIÐFLOKKURINN

Miðflokkurinn leggur mikla áherslu á að Ísland virði og fari eftir samningi Sameinuðu þjóðanna um réttindi hreyfihamlaðra. Flokkurinn fær reglulega ábendingar um að víða sé aðgengi hreyfihamlaðra ábótavant.

Aðgengi að stofnunum og fyrir-tækjum á að vera mannsæmandi, það þýðir að aðgengi verði fyrir alla, sé það ekki er um mismunun að ræða. Ör tækniþróun er í hjálpartækjum og búnaði sem gagnast hreyfihömluðum og þar eigum við að standa framarlega.

Miðflokkurinn hefur áhyggjur af því að þær hugmyndir sem uppi eru um almenningssamgöngur gagnast hreyfihömluðum að takmörkuðu leyti. Hreyfihamlaðir eru margir hverjir færir um akstur og eiga þeir, rétt eins og aðrir, skilyrðislaust að geta komist ferða sinna greiðlega.

Hækka þarf bótagreiðslur þeirra sem eru á endurhæfingar- eða örorkulífeyri. Tafarlaust skal afnema skerðingar lífeyris sem eftir eru, sem þekktar eru sem krónu á móti krónu skerðing. Grunnbætur öryrkja verði hækkaðar og um leið settir inn hvatar svo fólk með skerta starfsgetu geti unnið án þess að bætur skerðist. Því þarf að fjölga hlutastörfum ásamt því að innleiða sveigjanleika sem mætir fólki með skerta starfsgetu. Um leið þarf að efla og styðja við virk úrræði til endurhæfingar. Þannig ætti t.d. einstaklingur sem er metinn 55% öryrki að geta unnið 45% starfshlutfall án þess að það skerði örorkubætur. Tryggja skal möguleika allra til þátttöku á vinnumarkaði.

Miðflokkurinn telur nauðsynlegt að ríki, sveitarfélög og samtök atvinnu-rekenda geri sérstakt átak í ráðningu fólks með skerta starfsorku.



Píratar



Samfylkingin



PÍRATAR

Píratar leggja áherslu á að réttindi allra séu virt og að réttindi borgara séu ekki skert. Borgararéttindi tilheyra einstaklingum og er réttur hvers og eins jafn sterkur. Stefna Pírata í málefnum hreyfihamlaðra er unnin af grasrót Pírata og einstaklingum með fötlun, og leggja Píratar áherslu á beint samráð. Ekkert um okkur, án okkar.

Rauði þráðurinn í stefnu og framfylgd í málefnum hreyfihamlaðra er samningur Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks. Píratar hafa ályktað að lögfesta skuli samninginn eins fljótt og kostur er.

Í stefnu Pírata um félagslega velferð kemur fram að tryggja þurfi að allir íbúar landsins hafi aðgang að félagslegum stuðningi, heilbrigðisþjónustu, íbúðarhúsnæði og menntun við hæfi. Einnig að lögfesta skuli lágmarks framfærsluviðmið fyrir alla íbúa landsins og að einstaklingar sem hafa þörf fyrir sértæk meðferðarúrræði geti fengið slíkt sem hluta af heilbrigðisþjónustu.

Píratar leggja áherslu á að einstaklingar sem hafa þörf fyrir stuðning vegna fötlunar sinnar eigi rétt á notendastýrðri persónulegri aðstoð – NPA. Stefna Pírata er að bjóða skuli fólki með skerta starfsgetu eða örorku skilyrðislausan örorku- og endurhæfingarlífeyri ásamt félagslegri þjónustu, menntun, heilbrigðisþjónustu, fristundamöguleikum og fjölbreyttum atvinnutækifærum. Píratar vilja stuðla að bættum tækifærum til félagslegrar þátttöku og sjálfsefningar.

Píratar leggja mikla áherslu á að fatlað fólk hafi aðkomu að allri ákvarðanatöku sem varðar réttindi þess, sem og mótun og framfylgd þjónustu við fatlað fólk. Án þess eru mannréttindi ekki virt.

SAMFYLKINGIN

Samfylkingin vill að réttindi fatlaðs fólks séu virt í hvívetna. Það kallar á fullt aðgengi á öllum sviðum samfélagsins og að fötluðum einstaklingum séu tryggð tækifæri til sjálfstæðs lífs.

Við viljum lögfesta samning Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks og fylgja honum eftir með markvissum aðgerðum, meðal annars fullri fjármögnun stuðningsþjónustu og samninga um notendastýrða persónulega aðstoð (NPA).

Öll uppbygging og skipulag skal taka mið af algildri hönnun. Samfylkingin vill tryggja rétt fatlaðs fólks til húsnæðis í samræmi við eigin þarfir og óskir auk félagslegs stuðnings sem gerir því kleift að reka eigin heimili og stuðlar að fullri þátttöku í samfélaginu. Ryðja þarf úr vegi hömlum á aðgengi að mikilvægum stofnunum og tryggja að fatlað fólk geti tekið virkan þátt í stjórnmálastarfi og á vinnumarkaði. Mikilvægt er að samráð sé haft við fatlað fólk varðandi stefnumótun sem varðar líf þess.

Samfylkingin vill koma á einu greiðsluþátttökukerfi fyrir almenna heilbrigðisþjónustu, lyf, hjálpertæki og annan sambærilega kostnað.

Samfylkingin leggur áherslu á að menntastofnanir fái fjármagn og faglegan stuðning til þess að verða inngildandi og aðgengilegar. Einnig þarf að tryggja fötluðum nemendum fullnægjandi aðstoð á skólatímum og aukna möguleika á þátttöku í fristundastarfi. Við viljum auka þekkingu á inngildandi kennsluáferðum og sérhæfni hvað varðar fatlaða nemendur. Með því að stuðla að inngildandi aðgengilegu skóla-kerfi á öllum skólastigum komumst við nær markmiðinu um jafnrétti til náms á Íslandi.

SJÁLFSTÆÐISFLOKKURINN

Sjálfstæðisflokkurinn leggur mikla áherslu á málefni hreyfihamlaðra, þar á meðal aðgengismál, sem eru enn eitt helsta baráttumál hreyfihamlaðra. Aðgengi er víða ábótavant inn í byggingar og innan bygginga. Bæta þarf jafnframt hugarfarslegt aðgengi hreyfihamlaðra til þátttöku í samfélaginu.

Efla þarf forvarnir og hvetja til samvinnu félags- og heilbrigðiskerfisins, frjálsra félagasamtaka og almennings og tryggja öllum aðgengi að stuðningsúrræðum. Leita þannig leiða til að koma í veg fyrir lífsstílstengda sjúkdóma og örorku síðar á lífsleiðinni.

Leggja ber áherslu á endurhæfingu, fjölgun endurhæfingaráhræða fyrir þá sem eru með skerta starfsorku og að allir sem verða fyrir skerðingu á starfsgetu fái tækifæri til starfsendurhæfingar.

Endurskoða þarf lífeyrissjóða- og almannatryggingakerfi í heild svo það sé í takt við þær breytingar sem orðið hafa í samfélaginu. Tryggingakerfi öryrkja verður að hvetja fólk til að bæta sinn hag en ekki refsá því líkt og með gildandi skerðingum.

Skapa þarf atvinnutækifæri fyrir hreyfihamlað fólk sem tekur mið af starfsgetu hvers og eins. Ríki og sveitarfélög sem stórir atvinnurekendur verði til fyrirmyndar í þessu efni og leiði slíka vinnu í samstarfi við Sjálfsbjörg og aðila vinnumarkaðarins.

Notendastýrð persónuleg aðstoð (NPA) þarf að bjóðast sem flestum hreyfihömluðum sem kjósa að stýra sinni þjónustu sjálfir. Tilflutningur þessa málaflokks frá ríki til sveitarfélaga hefur skapað erfiðleika í tengslum við fjármögnun þjónustunnar, sem þarf að bæta úr.



SÓSÍALISTAFLOKKURINN

Markmið Sósíalistaflokks Íslands er samfélag frelsis, jöfnuðar, mannhelgi og samkenndar. Sósíalistaflokkur Íslands vill að framþróun samfélagsins stýrist af hagsmunum almennings. Þess vegna þarf almenningur að ná völdum, ekki aðeins yfir opinberum stofnunum heldur einnig nærumhverfi sínu. Því miður er svo mikið af samfélaginu óaðgengilegt og það á ekki að vera svo.

Helstu áherslumál sem snúa að málefnum hreyfihamlaðra eru að húsnæðiskerfi taki mið af mismunandi þörfum þjóðfélagshópa. Við erum jafn ólík og við erum mörg og íbúakostur á að endurspegla það.

Við leggjum áherslu á að sáttmáli Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks verði lögfestur og að notendastýrð persónuleg aðstoð (NPA) verði notuð í þjónustu við fatlað fólk, í samræmi við þarfir þess, þar sem engin bíði til lengdar eftir því sem þau eiga rétt á.

Það þarf að stórbæta aðgengismál þannig að samfélagið okkar sé ekki útilokandi fyrir hreyfihamlaða. Virða þarf mannréttindi fatlaðs fólks með því að tryggja aðgengi. Áherslur okkar snúa að því að tryggja að aðgengi sé í lagi í öllum opinberum byggingum og að sveitarfélög taki meiri ábyrgð á aðgengismálum í sínu byggðarlagi og aðstoði aðrar stofnanir samfélagsins við að lagfæra aðgengismál og upplýsa hreyfihamlaða um hvar þau séu í lagi og hvar ekki.

Í öllum stjórnvaldsákvörðunum er mikilvægt að vinna út frá hugmyndafræðinni „Ekkert um okkar“, þ.e.a.s. að alltaf sé leitað samvinnu við þá sem málin varða.



VIÐREISN

Jöfn tækifæri eru undirstaða einstaklingsfrelsis. Viðreisn vill skapa samfélag þar sem allir hafa jöfn tækifæri í lífinu og geta verið virkir í samfélaginu á eigin forsendum.

Greitt aðgengi hreyfihamlaðra er forsenda virkni. Því þarf að vinna sérstaklega að bættu aðgengi fyrir alla. Viðreisn telur að við skipulag umhverfisins skuli unnið eftir hugmyndafræði algildrar hönnunar til að tryggja að ný hverfi og mannvirki séu aðgengileg öllum. Með hækkandi lífaldri fjölgar þeim sem búa við skerta hreyfigetu og við því þarf að bregðast.

Mikilvægt er að réttindi fatlaðs fólks séu tryggð á öllum sviðum samfélagsins. Fötun er ekki einhæft ástand og okkur ber skylda til að sjá til þess að margbættum þörfum sé mætt til að gæta jafnræðis og tryggja þátttöku allra. Það er grundvallaratriði að notendastýrð persónuleg aðstoð (NPA) fái að þróast áfram og virka sem skyldi enda tryggir hún best sjálfsákvörðunar-rétt fatlaðs fólks yfir eigin lífi.

Viðreisn leggur áherslu á að samningi Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks, sem stjórnvöld hafa staðfest og fullgilt, verði fylgt eftir með aðgerðum.

Regluverk um hjálpartæki byggir á allt of þröngum skilgreiningum og úthlutanir miðast ekki við raunverulegar þarfir og valfrelsi fyrir fatlað fólk. Þessu þarf að breyta. Hjálpartæki eiga að ýta undir virkni og sjálfstætt líf, en núverandi regluverk býður ekki upp á slíkt. Það þarf að tryggja kerfi sem byggt er á jafnræði og gegnsæi.



VINSTRI GRÆN

VINSTRI GRÆN

Aðgengi er forsenda þátttöku í samfélaginu. Vinstri græn taka afstöðu með baráttu fatlaðs fólks þegar kemur að aðgengi og inngildingu (e. inclusion). Aðgengi að byggingum er forsenda húsnæðis og atvinnuþátttöku hreyfihamlaðs fólks. Byggingarreglugerð sem sett var í tíð Svandísar Svavarsdóttur, þáverandi umhverfisráðherra, fól í sér miklar réttarbætur í aðgengismálum. Þær breytingar gengu ekki átakalaust í gegn þar sem ýmsir hagsmunaaðilar sáu ofsjónum yfir hærri byggingarkostnaði. Standa þarf vörð um reglugerðina og tryggja eftirfylgni hennar og framþróun.

Vg leggur áherslu á greiðan aðgang fólks að hjálpartækjum. Því skipaði heilbrigðisráðherra starfshóp um úrbætur í hjálpartækjamálum sem hefur skilað niðurstöðum, sem nú eru til frekari vinnslu í ráðuneytinu.

Vinstri græn fagna því að notendastýrð persónuleg aðstoð, NPA, hefur verið fest í sessi með lögum frá Alþingi. Vinna þarf áfram að notendasamráði og valdeflingu notenda velferðarþjónustunnar.

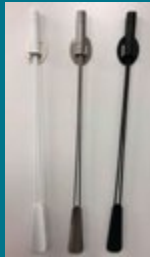
Öryrkjar, aldraðir og atvinnulausir, sem eru háðir velferðarkerfinu um afkomu sína, eiga að hafa möguleika á að lifa innihaldsríku lífi og leggja sitt af mörkum til samfélagsins.

Tryggja þarf menningarstarf um land allt og að allir eigi kost á að taka þátt í menningu og listum á eigin forsendum. Styrkur íslensks menningarlífs byggist á víðtækri þátttöku í skapandi starfi í ólíkum geirum. Aðgengi að menningu er einnig mikilvæg undirstaða samfélagsins. Við eigum öll skilið jöfn tækifæri til lífs og leiks.

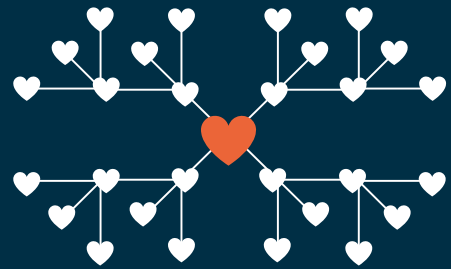
Sjálfsbjörg
opnar
vefverslun!



Nú getur þú bæði
gert góð kaup og
styrkt félagið



Lítu við
á sjalfsbjorg.is
og sjáðu
úrvalið



UMHYGGJA
SMITAR ÚT
FRÁ SÉR

Virkjum góð samskipti

velvirk.is

Aquasport
SUNÐVERSLUN



SR Smith.

Við bjóðum upp á mikið úrval af sundlaugalyftum
sem tryggja aðgengi fyrir alla í sund.

Aquasport - Bæjarlind 1-3 - www.aquasport.is - 564-0035

Sjálfsbjörg og ON í samstarf um aðgengi

Sjálfsbjörg og ON - Orka náttúr-
unnar hafa undirritað samstarfs-
samning sem miðar að því að
 tryggja aðgengi hreyfihamlaðra
 að allri þjónustu og hleðslu-
 stöðvum ON um land allt.

Orkuskiptin þegar komin á fullt skrið

Bergur Þorri Benjamínsson, formaður
Sjálfsbjargar, segir samstarfið mikið
gæfuspor sem muni hjálpa fötludu fólki að
taka fullan þátt í orkuskiptum í samgöngum.

Rafbílum og tengiltvinnbílum hefur fjölgað
mikið á Íslandi undanfarin ár. Í mars 2021 var
fjöldi rafbíla á landinu kominn yfir 7.000, og
séu tengiltvinnbílur taldir með fer talan upp í
ríflega 18.000. Um 45% seldra bíla á landinu
á síðasta ári voru annað hvort rafbílur eða
tengiltvinnbílur, og var hlutfallið einungis
hærra í sjálfu höfuðbóli rafbíla, Noregi.

Bergur Þorri er meðal þeirra sem nú þegar
aka um á rafbíl með hjólastólalyftu. Í starfi
sínu hjá Sjálfsbjörg hefur hann lagt áherslu á
gott aðgengi fyrir þau sem vilja nýta sér nýja
og vistvænni fararmáta.

„Samstarfið við ON er mjög ánægjulegt
skref. Við hjá Sjálfsbjörg leggjum mikla
áherslu á að fatlað fólk hafi sömu möguleika
og aðrir á því að aka um á rafbílum í
stað bensín- og díselbíla. Við höfum lagt
megináherslu á tvennt; að fatlað fólk fái
sambærilega styrki til breytinga á rafbílum
og að aðgengi að hleðslustöðvum sé í lagi,“
segir Bergur Þorri.

Að ýmsu þarf að huga við hönnun
aðgengilegra hleðslustæða. Bílastæðin
þurfa að vera nægilega breið til þess að
hjólastólanotendur komist auðveldlega í og
úr bílnum, þau þurfa að vera vel merkt og
gjarnan staðsett eins nálægt áfangastað
og hægt er. Mikilvægt er að tryggja að
árekstursvarnir og háir kantsteinar án fláa
hefti ekki aðgengi að hleðslunum.



Guðjón Hugberg
Björnsson,
tæknistjóri
hleðslunets ON,
Kristján Atlason,
forstöðumaður
fyrirtækjamarkaðar
ON, Bergur Þorri
Benjamínsson,
formaður Sjálfs-
bjargar og Ósk
Sigurðardóttir,
framkvæmdastjóri
Sjálfsbjargar Ish.

Mynd: Atli Már
Hafsteinsson

Hönnun hleðslustöðvanna sjálfra þarf svo að
taka mið af því að hægt sé að nota þær úr
sitjandi stöðu, og síðast en ekki síst þarf að
koma þeim þannig fyrir að þær standi ekki í
vegi fyrir hjólastólanotendum og fólki með
barnavagna.

„Við höfum sett upp mikinn fjölda hleðslu-
stöðva síðastliðin ár og höfum aflagð okkur
mikillar reynslu í þeim uppsetningum. Við
höldum ótraud áfram og erum alltaf að læra
að gera betur í þessum efnum,“ segir Guðjón
Hugberg Björnsson, tæknistjóri hleðslunets
ON.

„Við leggjum ríka áherslu á aðgengi að hleðslu-
slunum okkar. Það er því mjög ánægjulegt fyrir
okkur að geta nýtt þekkingu Sjálfsbjargar til
þess að bæta aðgengið enn frekar.“

Meðal þeirra verkefna sem framundan eru
er að þróa staðlaðar lausnir varðandi hlutfall
og fjölda aðgengilegra hleðslustæða og
fyrirkomulagið varðandi uppsetninguna.

Ósk Sigurðardóttir, framkvæmdastjóri
Sjálfsbjargar, segir samstarfið falla mjög vel
að stefnu samtakanna í aðgengismálum,
sem meðal annars felst í því að gera fólki,
fyrirtækjum og stofnunum auðveldara að
náglast ráðgjöf um aðgengi fyrir alla.

„Ein helsta áskorunin við orkuskiptin er að
fjölga hleðslustöðvum. Það á ekki síst við um
hreyfihamlaða, sem einungis geta nýtt sér
takmarkaðan hluta þeirra. Markmiðið með
samstarfinu er að tryggja að rafbílur verði
fyrir alla, bæði með því að ýta regluverkinu í
réttu átt og finna bestu lausnirnar í hönnun
hleðslustæða um land allt,“ segir Ósk.

Skiptu yfir í orku náttúrunnar

Orka náttúrunnar er brautryðjandi í framleiðslu á umhverfisvænni orku fyrir heimili, fyrirtæki og farartæki og hefur rutt brautina þegar kemur að orkuskiptum í samgöngum.

Rafbíláeigendur fá meira hjá ON:
20% afslátt á hleðslustöðvum og
10% afslátt af rafmagnsnotkun
heimilisins. Það er einfalt að koma
í viðskipti á on.is.

Vertu ON - fyrir umhverfið!

Nýr vefur Sjálfsbjargar er kominn í loftið!

Síðastliðna mánuði hefur farið fram mikil vinna við að gera upplýsingarnar á heimasíðum Sjálfsbjargar aðgengilegri. Þrjár síður hafa nú verið sameinaðar í eina, www.sjalfsbjorg.is, en þar má nálgast allar upplýsingar um starfsemi landssambandsins, Sjálfsbjargarheimilisins og Hjálpartækjaleigu Sjálfsbjargar.

Á heimasíðunni er að finna viðamiklar upplýsingar frá Þekkingarmiðstöð Sjálfsbjargar um réttindi hreyfihamlaðra, aðgengismál, atvinnu og menntun, velferð, fræðslustarf og ýmiss konar tómstundastarf. Heimasíðan er ein helsta upplýsingaveita landsins um þjónustu við hreyfihamlaða og þá aðila sem hana veita í hverjum landshluta fyrir sig.

Það er okkur sönn ánægja að kynna til sögunnar nýja vefverslun Sjálfsbjargar þar sem hægt er að gera góð kaup og styrkja félagið um leið: www.sjalfsbjorg.is

Til hamingju
Sjálfsbjörg
með nýja
vefinn.



Sjálfsbjargarheimilið

Sjálfsbjargarheimilið sinnir endurhæfingu og hjúkrun fyrir hreyfihamlaða einstaklinga sem þurfa umtalsverða daglega þjónustu. Heimilið skiptist í búsetueiningu og þjónustumiðstöð þar sem íbúar hússins og aðrir sækja endurhæfingu og virkniþjálfun.

Skrifstofa Sjálfsbjargarheimilisins er opin alla virka daga frá **9:00-12:30 og 13:00-15:00**
Sími á skrifstofu: **550 0300**
Nánari upplýsingar: www.sbh.is

Þjónustumiðstöð Sjálfsbjargar

er opin alla virka daga frá **8:30-15:00**
Sími í Þjónustumiðstöð: **550 0316**
Netfang: thjonustumidstod@sbh.is

Hjálpartækjaleiga Sjálfsbjargar leigir út margvísleg hjálpartæki sem gera hreyfihömluðu fólki kleift að fara ferða sinna. Hægt er að leigja hækjur, göngugrindur, hjólastóla, rafskutlur, lyftara, sjúkrarúm og fleira, bæði til lengri eða skemmri tíma.

Hjálpartækjaleiga Sjálfsbjargar er opin mánudaga til fimmtudaga frá **12:00-16:00** og föstudaga frá **12:00-15:00**
Sími: **550 0118**
Netfang: hjalpartaeki@sjalfsbjorg.is

Þekkingarmiðstöð Sjálfsbjargar

Þekkingarmiðstöðin miðlar hagnýtum upplýsingum sem gagnast hreyfihömluðu fólki um land allt. Hægt er að nálgast allar helstu upplýsingar um réttindi og þjónustu við hreyfihamlaða á heimasíðu Sjálfsbjargar, www.sjalfsbjorg.is.

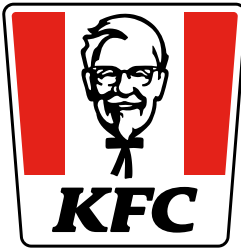
Þekkingarmiðstöð Sjálfsbjargar er opin alla virka daga frá **9:00 til 15:00**
Sími: **550 0118**
Netfang: thekkingarmidstod@sjalfsbjorg.is

Skrifstofa Sjálfsbjargar Ish

Skrifstofa Sjálfsbjargar landssambands hreyfihamlaðra er til húsa á 3. hæð Sjálfsbjargarhússins að Hátúni 12.

Skrifstofa Sjálfsbjargar Ish er opin alla virka daga frá **9:00-12:30 og 13:00-15:00**
Sími: **550 0360**
Netfang: info@sjalfsbjorg.is

Í Hátúni 12 eru einnig eftirfarandi fyrirtæki: Stjá sjúkraþjálfun, Kírópraktorstofa Katrínar, Nálastungur Íslands, Fótaaðgerðastofa Rikeyjar, Alvican hugbúnaðarfyrirtæki, Osteo Strong, Miðstöð slysavarna barna, Kiso, Sauma, Berglind klæðskeri, 105 Production og Húsameistarinn.



Alþýðusamband Íslands



Nicorette[®] dregur úr nikótínþörf og fráhrarfseinkennum

nicorette[®]
QuickMist
Cool Berry

nicorette[®]
QuickMist
Fruitmint

2 mg
210 stk.
medicinsk tyggjummi

nicotin / sukkafrín
nikótín / sykurlausi
tyggjummi

For 20 mg mg

Nicorette lyfjatyggið / Nicorette QuickMist munnhólsúði (innihalda nikótín) við tóbaksfíka. Tygggið er fyrir 15 ára og eldri og skal tyggja hægt og láta liggja í munni á milli. Munnhólsúði er fyrir 18 ára og eldri og úðast í munnhól. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðli fyrir notkun lyfisins. Leiðið til læknis eða lyfjafæðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á www.selyfjaskra.is / IS/NIC/O/G/OC/2020/12-5

Hlutverk Sjálfsbjargar er að vinna að fullkominni þátttöku og jafnrétti hreyfihamlaðs fólks á Íslandi og gæta réttinda og hagsmuna þess. Sérstök áhersla er lögð á að tryggja aðgengi að mannvirkjum, umhverfi, menntun, atvinnu og upplýsingum



Sjálfsbjörg

landssamband
hreyfihamlaðra