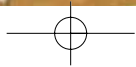
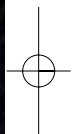
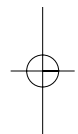
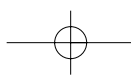


# Klifur

Fréttablað Sjálfsbjargar, 3. tbl. 2005, 16. árg.





8



12



6



21



26



13



4

## Efnisyfirlit:

<b>Ritstjóraspjall</b>	3
<b>Komst um allt nema í ræðupúltíð</b>	
- Guðmundur Magnússon á þingi	5
<b>Alþingi og Þjóðleikhúsið verðlaunuð</b>	
- Alþjóðadagur fatlaðra, 3. des.	6-7
<b>Konan með gullhjartað</b>	
- Viðtal við Þórdísi Davíðsdóttur sjúkraliða	8-12
<b>Halaleikhópurinn</b>	
- Farinn af stað aftur og leitar að nýjum félögum	13
<b>Lóðir fyrir hreyfihamlaða</b>	
- Mosfellsbær	15
<b>Nýtt Sjálfsbjargarheimili</b>	
- Tryggvi Friðjónsson skrifar	17
<b>Grétar Pétur Geirsson</b>	
- Formannspistill	19
<b>Vatnsendaskóli fær viðurkenningu</b>	
- Ferlinefnd Kópavogs	21
<b>Höfum mætt frábæru viðmóti</b>	
- Viðtal við móður sex ára fatlaðs nemanda	22-24
<b>Ég hef alltaf verið bjartsýnn</b>	
- Viðtal við Sigmar Ó Mariusson gullsmið	26-28
<b>Jólamyndagátan</b>	31

## Klifur



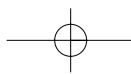
*Forsíðumyndin er af Stulla, sex ára gömlum fötluðum dreng í Vatnsendaskóla. Viðtal við móður hans er á bls. 22 í blaðinu. Mynd/kmh.*

**Ritstjóri:**  
Kristrún M. Heiðberg.

**Ábyrgðarmenn:**  
Sigurður Einarsson  
Hannes Sigurðsson.

**Hönnun og umbrot:**  
Kristrún M. Heiðberg.  
heidberg@islandia.is

**Prentvinnsla:**  
Prentmet ehf.





## Ritstjóraspjall



Hátíð ljóss og friðar er gengin í garð. Vonandi geta þá flestir fundið tíma til að slappa af og njóta hátíðarinnar með ástvinum sínum.

Klifur berst nú inn um lúguna hjá ykkur á sama tíma og allt auglýsingaflóðið sem fylgir jólnunum. Vonandi á lestur blaðsins eftir að veita ykkur meiri ánægju en sá leiðindaþóstur. Það er engu líkara en að kaupmennirnir hafi yfirtekið jólin og náð að stressa alla upp. Spornum við því og reynum að finna þann frið og þá sönnu gleði sem jólin eiga að veita okkur.

Alþjóðadagur fatlaðra var 3. des, sl. Sjálfsbjörg stóð fyrir uppákomu í Alþingishúsinu þar sem Ný-ung, ungliðahreyfing Sjálfsbjargar, veitti tvenn verðlaun. Það er viss léttleiki yfir unga fókini í Sjálfsbjörg, þrátt fyrir að þau taki hlutverk sitt alvarlega. Þau gera hlutina á jákvæðan og uppbyggilegan hátt, eins og þessi verðlaun sýna.

Hressleikaverðlaunin féllu í skaut Alþingis fyrir bætt aðgengi í húsinu og Hvatningarverðlaunin fóru til Þjóðleikhússins en þar standa yfir framkvæmdir til að bæta aðgengi

fatlaðra. Tinna Gunnlaugsdóttir hefur sýnt kraft og dug með því að ráðast í verkið. Það verður spennandi að sjá hver útkoman verður. Hreyfingamlaðir eiga þá vonandi eftir að geta notið þess að fara í leikhúsið eins og allir aðrir án þess að hafa áhyggjur af því hvort þeir komist á sýninguna í tæka tíð og hvort þeir komist á salernið.

Ein af mörgum fróðlegum greinum í blaðinu er viðtal við móður fatlaðs drengs í Vatnsendaskóla. Þar hefur allt verið gert til að gera drengnum kleift að stunda nám í sínum heimaskóla. „Við höfum sem betur fer ekki rekið okkur á neina vegg í samskiptum okkar við bæjaryfirvöld í Kópavogi og aðra sem að málinu komu. Skólagangan hjá Stulla hefur gengið eins og í sögu og það hefur þungu fargi verið létt af okkur foreldrunum,“ segir móðir drengsins m.a. Þetta er gott dæmi um hvernig hlutirnir eiga að ganga fyrir sig. Það er víst nógu erfitt að glíma við alla þá erfiðleika sem fylgja fötlun, að fólk þurfi ekki líka að standa í baráttu við kerfið. Hrós fá allir þeir sem að málinu komu og gerðu þetta mögulegt.

Annars finnst mér jákvæðara viðhorfs hafa gætt í garð fatlaðra í Þjóðfélaginu á sl. árum. Það er ekki lengur litið á þá sem annars flokks þegna eins og virðist því miður hafa þekkt hér áður fyrr. Ein af ástæðum þess tel ég vera þá að fatlaðir eru sýnilegri og láta meira í sér heyra.

Í þessu blaði er einnig viðtal við Þórdísi Davíðsdóttur, sem vann sem sjúkraliði á Sjálfsbjargarheimilinu í 32 ár. Hún er skemmtileg og hress kona með hjartað á réttum stað. „Það þyrfti að gera meira af því að spjalla við fólk, vegna þess að margir eru svo einmana. Það hefur enginn gaman af því að sitja einn allan daginn og stara bara út í loftið,“ segir Þórdís m.a. Þetta eru orð að sönnu og eiga auðvitað alltaf að vera okkur ofarlega í huga, ekki eingöngu á hátíð ljóss og friðar.

Ritstjórn Klifurs óskar lesendum blaðsins gleðilegra jóla og farsældar á komandi ári.

*Kristrún M. Heiðberg, ritstjóri.*



*Sjálfsbjörg óskar félagsmönnum sínum og öllum landsmönnum gleðilegra jóla og farsæls komandi árs.*



## Skrifstofa Sjálfsbjargar: Upplýsingaráðgjöf

Á skrifstofu landssambandsins er leitast við að svara öllum fyrirspurnum sem berast, hvort sem um er að ræða frá einstaklingum eða stofnunum. Ekkert er skrifstofunni óviðkomandi sem tengist hreyfihömluðum. Sem dæmi má nefna upplýsingagjöf og persónulega fyrirgreiðslu um réttindi hreyfihamlaðra, réttindi fólks hjá Tryggingastofnun, félagsmálayfivöldum sveitarfélögum, ferlimál, verkfna og ritgerðarvinnu, svo eitt hvað sé nefnt. Allir sem telja sig geta nýtt krafta Sjálfsbjargarfólks eru hvattir til þess að hafa samband í síma 5500-300. Einnig er hægt að fara á vefsíðuna [www.sjalfsbjorg.is](http://www.sjalfsbjorg.is) og nálgast upplýsingar þar.

## Næsti skiladagur fyrir efni í Klifur

Þeir sem vilja koma efni að í næsta Klifri, sem kemur út í mars 2006, er bent á að hafa samband við Krístrúnu M. Heiðberg ritstjóra fyrir 15. febrúar 2006. Einnig er tekið við ábendingum um áhugavert efni sem viðkemur málefnum Sjálfsbjargar. Aðildarfélag Sjálfsbjargar eru sérstaklega hvött til að senda greinar eða myndir frá starfinu.

Hægt er að hafa samband við Krístrúnu í síma 587-4798, 898-3098, eða í gegnum tölvupóst: [heidberg@islandia.is](mailto:heidberg@islandia.is)

# „Mesta íþróttafrek Íslandssögunnar“

Svo mælti einn ræðumanna, þegar Kjartan Jakob, ræðarinn knái, steig á land í Reykjavík 3. september sl. Veðurguðirnir skörðu sínu fegursta, KK sló á léttu strengi og fögnuður ríkti í hjörtum allra viðstaddra. Hetjan var komin heil í höfn. Í 550 klukkustundir (23 sólarhringa - með hléum) hafði Kjartan lagt að baki 2300 km. eða 23 ferðir Hveragerði - Reykjavík - Hveragerði.

Að kvöldi 11. nóvember sl. var blásið til fagnaðar í Sjálfsbjargarhúsinu. Heiðursgestir voru Kjartan Jakob, fjölskylda hans, stuðningsfólk og vinir. Þar sýndi Kjartan einstakar myndir sem hann tók sjálfur í ferðinni, auk mynda sem voru teknar af honum. Ýmsir þurftu að tjá honum virðingu sína og þakklæti. Þeirra á meðal var Ragnar Gunnar formaður Sjálfsbjargar Ísf. Hann sagði m.a. að enginn maður hefði gefið Sjálfsbjörg stærrri gjöf en Kjartan. Afrek hans hefði vakið þjóðarathygli og umræðan vafalaust opnað augu margra fyrir þeim „þröskuldum“ sem verða á vegi



Ragnar Gunnar Þórhallsson, formaður SjálfsbjargarÍsf., þakkar Kjartani fyrir framlag sitt. Mynd/Óli Th. Ólafsson.

fatlaðra og koma í veg fyrir að þeir geti notið lífsins.

Síðan afhenti hann Kjartani gullmerki Sjálfsbjargar sem er æðsta heiðursmerki samtakanna og sagðist vita að þótt hringferðinni væri lokið yrði hann áfram okkar maður, hjálparliði hjá Sjálfsbjörg.

P.Sn.



HITAVEITA  
SUÐURNESJA HF

ÍSTAK

[WWW.SJALFSBJORG.IS](http://WWW.SJALFSBJORG.IS)

# Komst um allt

## - nema í ræðupúltið

-segir Guðmundur Magnússon sem var þingmaður í tvær vikur.

**G**uðmundur Magnússon, félagi í Sjálfshjörg, settist á þing í lok nóvember síðastliðinn í fjarveru Ögmundar Jónssonar þingmanns Vinstri grænna. Guðmundur, sem er í hjólastól, segir veru sína á Alþingi hafa vakið töluverða athygli.



Guðmundur Magnússon. Mynd/kmh.

„Þetta gekk allt mjög vel og ég var ánægður með hvernig til tókst,“ segir Guðmundur um þann tíma sem hann sat á þingi. „Ég komst um allt í Alþingishúsinu nema í ræðupúltið. Það var leyst með því að ég flutti ræður og fyrirspurnir úr sæti mínu og þangað var sérstakri myndavél beint að mér. Að vísu var ég svolítið aðkrepptur vegna þröskuldar sem var beint fyrir aftan mig þar sem ég sat. Þetta er auðvitað allt of líttill þingsalur fyrir svo marga þingmenn. Skrifstofuhúsnæði Vinstri grænna er í Austurstræti 12 og þar er aðgengi mjög slæmt. Ég veigraði mér við að fara þangað en sem betur fer gat ég unnið í flokksherberginu sem er í Alþingishúsinu sjálfu.“

Að sögn Guðmundar lék mörgum þingmönnum forvitni á að vita hvernig honum gengi að komast um í Alþingishúsinu. „Ég held að vera mín þarna hafi opnað augu margra þingmanna fyrir aðgengismálum. Ég snæddi með þeim í hádeginu í

„Ég held að vera mín þarna hafi opnað augu margra þingmanna fyrir aðgengismálum. Ég snæddi með þeim í hádeginu í mötuneyti Alþingis og gat þá rætt þessi mál við þá. Þeir sáu þegar ég var í vandræðum með matarbakann og þegar ég þurfti að færa til stóla til að komast leiðar minnar...“

mötuneyti Alþingis og gat þá rætt þessi mál við þá. Þeir sáu þegar ég var í vandræðum með matarbakann og þegar ég þurfti að færa til stóla til að komast leiðar minnar. Slíkt hefur áhrif og sýnir að það eru ekki allir í heimi hinna hlaupandi ef

við getum sagt svo.“

Guðmundur er ekki eini fatlaði einstaklingurinn sem setið hefur á Alþingi Íslendinga. Helgi Hjörvar er sjónskertur og hefur fengið sérstaka aðstoð á þingi til að geta sinnt starfi sínu. Sigurlín Margrét Sigurðardóttir, sem er heyrnarskert, sat sem varamaður um tíma og fékk einnig sérstaka aðstoð. „Það er auðvitað heilmikið sem lærist af þessu. Aðstaða mín var alls ekki fullkomin en þetta var alla vega byrjunin. Ég á von á að það verði almennara að fólk með einhvers konar fötlun taki sæti á þingi. Það er mikilvægt að þingmenn komi alls staðar að úr þjóðfélaginu og séu af öllum stærðum og gerðum.“

Guðmundur telur mikilvægt að fatlaðir starfi saman þrátt fyrir að tilheyra ólíkum stjórn málaflökkum. „Við búum í Lýðræðisþjóðfélagi, sem byggist upp á fulltrúalýðræði, og þá er mjög mikilvægt, sama hvaða stjórn málastefnu maður aðhyllist, að reyna að koma málefnum öryrkja og fatlaðra inn í flokkana. Fjölmarginir fatlaðir starfa innan stjórn málaflökkanna og mér finnst mikilvægt að þessir aðilar starfi á einhvern hátt saman, þrátt fyrir að tilheyra ólíkum stjórn málaflökkum, vegna þess að við vinnum að sameiginlegum baráttumálum er varða hag öryrkja og fatlaðra.“

Texti/kmh.

Aðgengi fyrir alla



## 3. des

### Alþjóðadagur fatlaðra



*Eva Þórdís Ebenezersdóttir, formaður Ný-ungar, Sólveig Pétursdóttir, forseti Alþingis, sem tók við verðlaununum fyrir hönd Alþingis og Aðalbjörg Gunnarsdóttir, varaformaður Ný-ungar. Myndir/kmh.*

# Alþingi og Þjóðleikhúsið verðlaunuð

Sjálfsbjörg minntist Alþjóðadags fatlaðra, 3. des, með suppákomu í Alþingishúsinu. Ný-ung, ungliðahreyfing Sjálfsbjargar, veitti tvönn verðlaun við það tækifæri. Alþingishúsið fékk svokölluð Hressleikaverðlaun í viðurkenningsarkyni fyrir bætt aðgengi fatlaðra í Alþingishúsinu og Skála. Þjóðleikhúsið fékk Hvatningarverðlaun, en þar standa nú yfir miklar framkvæmdir sem stuðla að bættu aðgengi fatlaðra. Það var formaður Ný-ungar, Eva Þórdís Ebenezersdóttir, sem afhenti verðlaunin.

„Ég varð svo glöð og ánægð þegar ég frétti af þessari viðurkenningu, vegna þess að það er svo sjaldan sem okkur er hrósað hér á Alþingi,“ sagði Sólveig Pétursdóttir, forseti Alþingis, sem tók við verðlaununum fyrir hönd Alþingis. „Mér er það sönn ánægja og heiður að taka við þessum verðlaunum.“ Sólveig sagði að á Alþingi hefði verið unnið markvisst að því að bæta aðgengi fatlaðra að húsum þingsins. Enn væri margt ógert, t.d. að lagfæra

þröskulda í húsinu, en stefnt væri að því að klára þá hluti.

Eftir ávarp Sólveigar Pétursdóttur var boðið upp á léttar veitingar. Að því loknu flutti Ragnar Gunnar Þórhallsson, formaður Sjálfsbjargar lsf. ávarp. Hann sagði það táknrænt fyrir samtök fatlaðra að koma í Alþingishúsið á Alþjóðadegi fatlaðra. „Þessi dagur er helgaður málefnum okkar, samkvæmt ákvörðun Sameinuðu þjóðanna. Sjálfsbjörg vill beita sér fyrir því að þeir Íslending-

ar sem búa við fötlun njóti sama frelsins til þátttöku í samfélaginu og aðrir á jafnréttisgrundvelli.“ Hann sagði að hjá Umhverfissráðuneytinu væri verið að vinna að gerð frumvarps til nýrra byggingarlaga. Ef framvarpið yrði að lögum gæti það orðið eitt mesta framfararspor í málafnum hreyfihlaðra sem um getur. Með því yrði tryggt að allir hefðu aðgengi að byggingum og umhverfi. Af því skapaðist grundvöllur fyrir raunveruleg tækifæri og raunverulegt jafnrétti til menntunar, atvinnu og búsetu. Ragnar Gunnar sagði samtök fatlaðra óska eindregið eftir því að fá tækifæri til að koma ábendingum og hugmyndum sínum á framfæri við undirbúning frumvarpsins.

Því næst afhenti Eva Þórdís Tinnu Gunnlaugsdóttur Þjóðleikhústjóra Hvatningarverðlaunin. Eva Þórdís sagði Þjóðleikhúsið ekki vera mjög aðgengilegt í dag. Hins vegar væri verið að gera skurk í þeim málum.

„Með verðlaununum vill Ný-ung hvetja Þjóðleikhúsið til að halda áfram að laga aðgengið, þannig að við getum komið og notið þjónustu þess sem best.“ Tinna þakkaði fyrir hvatninguna fyrir hönd Þjóðleikhússins, hvatningu sem væri svo sannarlega þörf. Hún sagði Þjóðleikhúsið vera eina af þessum gömlu, virðulegu, fallegu byggingum í Reykjavík sem væru byggðar fyrir þann tíma sem tekið var tillit til aðgengismála fatlaðra. „Í lögum Þjóðleikhússins segir að Þjóðleikhúsið sé eign íslensku þjóðarinnar og að þar eigi allir að eiga greiða aðkomu. Þegar ég tók við þessu starfi ákvað ég að leggja talsverðan þunga í að koma þessum málum í viðunandi horf.“ Tinna sagði að stefnt væri að því að með tíð og tíma yrði allt Þjóðleikhúsið aðgengilegt fótluðum.

Guðmundur Magnúson, formaður ferlinefndar Sjálfsbjargar, flutti einnig ávarp í tilefni dagsins. Hann sagði aðgengi fyrir alla, alltaf, alls staðar, hafa verið kjörorð Sjálfsbjargar frá stofnun. „Í fyrstu grein mannréttindasáttmála Sameinuðu þjóðanna frá þriðja þingi þeirra, 1948, fyrir réttum 57 árum, stendur: „Hver maður er borinn frjálss og jafn öðrum að virðingu og réttindum. Menn eru gæddir vitsmunum og samvisku og ber þeim að beita þeim bróðurlega hverjum við annan.“ Þetta eru falleg orð, en eru þetta bara innantóm orð? Ég vil ekki trúá því. Er auk þess fullviss um að öll viljum við vel, viljum að allir hafi



*Eva Þórdís Ebezersdóttir, Tinna Gunnlaugsdóttir Þjóðleikhússtjóri, sem tók við Hvatningarverðlaununum og Aðalbjörg Gunnarsdóttir.*

jafna möguleika til þess að þroska og efla hæfileika sína hver á sínum forsendum. Til að svo geti orðið er mikilvægt að huga að aðgengi, aðgengi í víðustum skilningi. Aðgengi fyrir alla. Að hvers konar mannvirkjum, að öllum samgöngutækjum, upplýsingum og öllum samskiptanetum.“

Í lok athafnarinnar opnaði Sigríður Anna Þórðardóttir umhverfisráðherra vefsíðu fyrir handbókina „Aðgengi fyrir alla.“ Hún sagði það von starfshópsins um aðgengi fyrir alla að þetta verði eingöngu byrjunin á því verki að unnin verði gagnvirk heimasíða þar sem safnað verður saman öllum upplýsingum sem tiltekna eru um aðgengismál.

*Texti/kmh*



*Ragnar Gunnar Þórhallsson, formaður Sjálfsbjargar lsf., sagði það táknrænt fyrir samtök fatlaðra að koma í Alþingishúsið á Alþjóðadegi fatlaðra.*



*Guðmundur Magnússon, formaður ferlinefndar Sjálfsbjargar, sagði aðgengi fyrir alla, alltaf, alls staðar, hafa verið kjörorð Sjálfsbjargar frá stofnun.*



*Athöfnin í Alþingishúsinu var ekki þéttsetin. Var það vegna takmarkana sem gerðar voru um fjölda gesta í húsinu.*



- Viðtal við Þórdísi Davíðsdóttir, sem vann á Sjálfsbjargarheimilinu í 32 ár.



*Þórdís Davíðsdóttir með gripinn sem hún fékk eftir 32 ára farsælan starfsferlinn á Sjálfsbjargarheimilinu. Gripurinn, sem smíðaður er af Sigmari Ó. Maríussyni gullsmið, sýnir Langanesið, fæðingarstað Þórdísar. Á honum er einnig lítið hjarta, sem tákn um manngæsku Þórdísar. Mynd/kmh.*

## Konan með gullhjartað

**Þ**órdís Davíðsdóttir, eða Dís á 5. hæðinni, eins og margir þekkja hana, hóf störf á Sjálfsbjargarheimilinu sem sjúkraliði þegar það var opnað árið 1973. Hún ætlaði sér aldrei að dvelja þar lengur en í tvö ár en líkaði svo vel að árin urðu hvorki meira né minna en 32. Dís fékk gullmerki Sjálfsbjargar árið 2003 fyrir vel unnin störf. Hún þurfti að hætta að vinna í janúar 2005 vegna slitgigtar sem hrjáir hana. Dís er hress og skemmtileg kona sem hefur frá mörgu að segja frá löngum starfsferli sínum hjá Sjálfsbjörg. Blaðmaður Klifurs hitti hana á heimili hennar í Sörlaskjólí í Reykjavík fyrir skömmu.

Þórdís er fædd á Jaðri á Langanesi 25. janúar 1945. Þegar hún var 16 ára gömul þurfti hún að leggjast inn á spítala í Reykjavík og þar með voru örlög hennar ráðin. Hún heilladist svo af hjúkrun að hún fór að vinna á Landspítalanum árið 1960.

„Ég byrjaði að vinna við ræstingar en skellti mér svo í sjúkraliðanám. Ég var í fyrsta hópnum sem var útskrifaður hér á landi, árið 1966. Eftir námið fór ég að vinna á lyfjadeild Landspítalans hjá Sigríði M. Stephensen, deildarstjóra, sem síðar varð

fyrsta forstöðukona Sjálfsbjargarheimilisins. Ég vann á Landspítalanum í 13 ár þar til ég fór að vinna á Sjálfsbjargarheimilinu. Sigríður var ráðin þangað og ég ákvað að fylgja henni, vegna þess að mér líkaði vel að starfa hjá henni og fannst líka spennandi að fara að vinna á nýju heimili eins og Sjálfsbjargarheimilið var þá.“

### Mikið af fötluðu fólki

Dís segir það hafa verið mikla breytingu að fara að vinna á Sjálfsbjargarheimilinu. „Þetta var svo allt öðruvísi. Ég saknaði Landspítalans fyrstu tvö árin. Ég ætlaði mér aldrei að vera lengi hjá Sjálfsbjörg en mér líkaði bara svo vel þar. Ég gleymi aldrei deginum þegar Sjálfsbjargarheimilið var opnað, 7. júlí 1973. Þá uppgötvaði ég hvað það var mikið



til af fötluðu fólki. Ég hafði kynnst fatlaðri konu þegar ég vann á Landspítalanum og síðan keypti ég alltaf miða af Lalla, sem var að selja happdrættismiða á Laugaveginum fyrir Sjálfsbjörg. Þau voru einu fötluðu einstaklingarnir sem ég hafði kynnst. Hjá Sjálfsbjörg gerði ég mér fyrst grein fyrir því hvað það var stór hópur af fötluðu fólki í Reykjavík. Fatlað fólk var ekki mjög sýnilegt í þjóðfélaginu á þessum tíma, en það hefur breyst.“

Að sögn Dísu hefur orðið mikil breyting á sl. 10-15 árum hvað varðar aðstæður þeirra sem koma og dvelja á Sjálfsbjargarheimilinu. „Núna kemur miklu meira af fólki sem er verr á sig komið. Það er m.a. vegna heimahjúkrunarinnar, sem gerir fólki kleift að dvelja lengur heima. Síðan kemur það á Sjálfsbjargarheimilið þegar það getur ekki lengur verið heima og þarf á meiri hjúkrun að halda. Hér áður fyrr kom fólk með MS-sjúkdóminn til okkar á hækjum en nú kemur það í hjólastólum og þarf mikla umönnun. Fyrstu árin kom mikið af ungu fólki sem hafði lent í bílslysum og mænuskaddast. Á s.l. 15 árum hefur það farið inn á Grensás og síðan beint heim til sín aftur og nýtir sér heimahjúkrun og heimilishjálp. Ný og betri hjálpartæki hafa líka auðveldað hreyfihömluðu fólki lífið.“

### Hef kannski hjálpað mörgum

Að sögn Dísu var starf sjúkraliða á Sjálfsbjargarheimilinu fjölbreytt og oft skemmtilegt. „Við vorum í aðhlyningu, aðstoðuðum fólk við að klæða sig, baða sig og matast. Síðan fórum við með því í bæinn að versla, eða versluðum fyrir það og keyptum gjafir fyrir aðstandendur ef svo bar undir. Við vorum líka í sambandi við aðstandendur og þar kynntist ég stórum hópi af góðu fólki. Ég hef meira að segja ennþá samband við dóttur einnar konu sem dvaldi á deildinni minni fyrstu árin. Við sendum hvor annari jóla-kort og heimsækjum hvor aðra. Félaglega hliðin var einnig stór þáttur af starfinu. Fyrstu árin var enginn félagsráðgjafi starfandi á heimilinu



*Dísa ásamt einum íbúa Sjálfsbjargarheimilisins á 5. hæðinni. Hún segir miklar breytingar hafa orðið á aðstæðum þeirra sem koma og dvelja á Sjálfsbjargarheimilinu. „Núna kemur miklu meira af fólki sem er verr á sig komið. Það er m.a. vegna heimahjúkrunarinnar, sem gerir fólki kleift að dvelja lengur heima,“ segir Dísa. Mynd/úr einkasafni.*

„Margir voru einangraðir og langt niðri og þurftu einhvern til að ræða við. Nú er til nokkuð sem heitir áfallahjálp. Ég veit svo sem ekki hvað það er, en ég hef kannski veitt mörgum áfallahjálp með því að hlusta og spjalla.“

og þá kom það í hlut sjúkraliða að sinna því. Þarna voru margir einstaklingar sem höfðu lent í slysi, mikið um sjómenn og bændur, ungarir menn á besta aldri. Einnig húsmæður og fólk sem hafði verið fatlað frá fæðingu. Maður þurfti oft að setja sig í mörg spor og hlusta og spjalla við fólk. Það hafði afskaplega mikil áhrif. Margir voru einangraðir og langt niðri og þurftu einhvern til að ræða við. Nú er til nokkuð sem heitir áfallahjálp. Ég veit svo sem ekki hvað það er, en ég hef kannski veitt mörgum áfallahjálp með því að hlusta og spjalla. Auðvitað var þetta stundum erfitt og maður tók hlutina inn á sig, sérstaklega þegar um dauðsföll var að ræða. Margt af þessu fólki var nefnilega orðið svo miklir vinir manns.“



*Dísa að undirbúa eina af fjölmörgum afmælisveislum fyrir íbúa heimilisins. Mynd/úr einkasafni.*

### Að geta brosað og hlegið

Dísa segist hafa fylgst vel með umræðunni sem verið hefur í þjóðfélaginu um gamla fólk sem dvelur á elli- og hjúkrunarheimilum. „Verið er að tala um að grunnþörfum þeirra sé sinnt en að það sé ekki tími til að sinna félagslegu hliðinni. Þetta er auðvitað afar bagalegt, vegna þess að félagslegi þátturinn er ekki síður mikilvægur. Maður hafði kannski ekki alltaf tíma til að sitja og spjalla við fólk, en maður reyndi sitt besta. Það þyrfti að gera meira af því að spjalla við fólk, vegna þess að margir eru svo einmana. Það hefur enginn gaman af því að sitja einn allan dag-

inn og stara bara út í loftið. Þrátt fyrir að margir hafi átt sínar erfiðu stundir og daga vegna veikinda sinna var margt gert á Sjálfsbjargarheimilinu til að lífga upp á tilveru fólks. Það voru t.d. haldnar árshátíðir sem gátu verið æði skrautlegar. Ég gleymi aldrei fyrstu árshátíðinni sem ég fór á, en þá spurði mig maður í hjólastól hvort ég ætlaði ekki að dansa við sig. Ég hugsaði bara með mér, guð minn almáttugur, hvernig á ég að dansa við mann í hjólastól. Mér þótti gott að fá mér í glas og hafði fengið mér eitt glas, en ég fór og fékk mér eitt í viðbót og síðan hef ég aldrei haft áhyggjur af því að dansa við mann í hjólastól,“ segir Dís og hlær. „En þetta var voða skrítið fyrst, öðruvísi. Það var alveg nauðsynlegt að halda svona böll og skemmtanir. Það var afskaplega gaman að fara á böll með þessu fólki og ég á margar skemmtilegar og góðar minningar. Þá var einnig oft farið út að versla, á söfn, í ferðalög, sumarbústaði og margt fleira. Fyrstu ár Sjálfsbjargarheimilisins vann ég þónokkuð hjá Reykjavíkurfélaginu og fór margar ferðir sem aðstoðarmanneskja þegar ég átti sumarfrí. Þá fékk maður ferðirnar og uppihald borgað. Árið 1979 fór ég í mína fyrstu ferð, tíu daga ferð til Noregs. Hún var skemmtileg, en erfið. Maður svaf u.þ.b. fjóra tíma á sólarhring. Við hlógum oft að því eftir á, að stundum þegar sá síðasti var háttaður þá vildi sá fyrsti fara á fætur. Við vorum sex aðstoðarmenn og þetta var afskaplega skemmtilegur hópur. Það hefur svo mikið að segja að geta brosað og hlegið að hlutunum ef eitthvað kemur upp á. Að brosa í gegnum tárin.“

### Andlega hliðin oft erfið

Aðspurð hvað henni hafi þótt erfiðast við starf sitt á Sjálfsbjargarheimilinu, segir Dís andlegu hliðina oft hafa verið erfiða. „Einstaklingar eru afskaplega misjafnir, sumir krefjast meira af manni en aðrir og vilja taka úr manni hverja taug. Það er erfitt. Eins fannst mér erfitt að horfa upp á mikil veikindi, sérstaklega þegar viðkomandi átti ung börn. Mér



*Þarna er verið að prófa nýjan rafmagnshjólastól. Dís á við stjórnvölinn á lyftaranum. Mynd/úr einkasafni.*

„Ég hugsaði bara með mér, guð minn almáttugur, hvernig á ég að dansa við mann í hjólastól.“

fannst allt í lagi að hafa mikið að gera en andlega hliðin var oft erfið. Hins vegar á ég það gott með skap að ég gat oft hrist þetta af mér. Ég reyndi að fara aldrei með þessi mál heim. Stundum var þó erfitt að komast hjá því. Margir trúðu mér fyrir ýmsum hlutum og það hafði ég bara fyrir sjálfa mig. Kannski hefur þetta stundum lent á manningum mínum, Hafsteini Steinssyni, þegar ég kom heim. Þá þurfti ég að fá útrás. Þá hlustaði hann bara og það hjálpaði mér að geta talað um hlutina. Ég tel nauðsynlegt fyrir fólk sem vinnur svona vinnu að fara ekki með vandamálin og sorgina heim til sín. Það tekur frá manni kraft ef maður er alltaf að hugsa um þetta. Mér fannst alltaf betra að hjúkra þeim sem voru með mikið skap og skömmuðu mig kannski. Stundum hafði ég bara gott af því og reifst á móti, því ég er nú líka skapmikil þegar því er að skipta. En svo vorum



*Brugðið á leik á einni af mörgum skemmtunum sem haldnar voru á Sjálfsbjargarheimilinu. Dís er í hlutverki karlmansins á myndinni. Mynd/úr einkasafni.*

við ágætis vinir á eftir. Þá var þetta bara útrás hjá báðum aðilum. En mér fannst aftur á móti erfiðara að hjúkra hinum sem voru þungir og áttu erfitt með að tjá sig. Þá hafði maður áhyggjur af því hvernig þeim leið.“

### Vanmetið starf

Dís segist eiga afar góðar minningar frá löngum starfsferli. „Þegar á heildina er litið þá er sjúkraliðastarf-



„Það þyrfti að gera meira af því að spjalla við fólk, vegna þess að margir eru svo einmana. Það hefur enginn gaman af því að sitja einn allan daginn og stara bara út í loftið.“

ið skemmtilegt og gefandi starf. En því miður er það vanmetið og launin ekki góð. Það er mikilvægt að borga fólki mannsæmandi laun. Ef starfsfólk er ánægt með launin þá líður því betur í vinnunni og leggur sig meira fram. Þá líður vistfólkinu líka betur. Allt helst þetta í hendur. Mér finnst sorglegt hvað þeir sem halda um stjórnartaumana hafa lítinn skilning á þessu. Það er kannski ljótt að segja það en það er eins og þeir verði sjálfir að verða fatlaðir til að skilja aðstæður fólks.

Að hafa góða yfirmenn hefur líka mikið að segja, vegna þess að þá líður starfsfólkinu vel. Ég hef verið svo heppin að eiga gott samstarf við yfirmenn mína, sem og vinnufélaga. Ég kynntist því á Landspítalanum í gamla daga að þar voru lækarnir hæst settir, síðan komu hjúkrunarfræðingarnir og svo komu hinir á eftir. Það hefur hins vegar aldrei verið stéttaskipting hjá Sjálfsbjörg. Þar eru allir jafnir, hvort sem um er að ræða lækna, hjúkrunarfræðinga, stjórnendur, sjúkraliða, starfsfólk eða ræstingafólk. Mér finnst alltaf best að allir vinni á jafnréttisgrundvelli og að starfsfólk gangi í þau störf sem þarf að vinna.“

### Slæm af slitgigt

En hvers vegna hætti Dísu að vinna, var það sökum aldurs? „Nei, nei,“ segir hún hissa. „Ég var á besta aldri, sextug, bara unglingur,“ segir hún og hlær. „Ég var orðin svo slæm af slitgigt að ég varð að hætta. Það var svolítið áfall fyrir mig, vegna þess að ég hafði ekki hugsað mér að hætta strax. Ég ætlaði að hætta þegar ég ætti 40 ára sjúkra-



*Dísu fékk fjölmargar gjafir, blómvendi og árnaðaróskir frá starfsfólki og íbúum Sjálfsbjargarheimilisins þegar hún lét af störfum. „Þegar ég kom heim gerði ég mér í raun grein fyrir því hvað ég ætti marga vini. Mér hefur alltaf liðið vel hjá Sjálfsbjörg og þykir afskaplega vænt um þetta heimili. Það hefur verið eins og mitt annað heimili.“ Mynd/úr einkasafni.*

„Það hefur hins vegar aldrei verið stéttaskipting hjá Sjálfsbjörg. Þar eru allir jafnir, hvort sem um er að ræða lækna, hjúkrunarfræðinga, stjórnendur, sjúkraliða, starfsfólk eða ræstingafólk.“

liðaafmæli, sem er á næsta ári. Ég fór til bæklunarlæknis og ætlaði að fá mér gervihné. Þá sagði hann mér að það væri kominn tími til að ég hætti að vinna. Ég hefði ekki hné í þetta starf lengur. Ég vil nú ekki beint segja að ég hafi farið svona vegna starfsins, en auðvitað fylgir það starfinu að lyfta fólki allan daginn og gera hitt og þetta sem reynir mikið á líkamann.“

Dísu segir mikla breytingu hafa orðið hvað tækjabúnað og vinnuástöðu varðar. „Þegar Sjálfsbjargarheimilið var opnað þá voru t.d. bara venjulegir beddar sem fólk svaf á. Starfsfólk þurfti því að beygja sig mikið og það var mikið álag á líkamann. Maður aðstoðaði fólk fram úr á morgnana, svo þegar það lagði

sig á daginn og síðan þegar það lagðist upp í rúm á kvöldin. Það varð mikil breyting þegar sjúkrarúmin komu, rúm sem hægt var að hækka og lækka. Einnig voru til sérstakir lyftarar en okkur var hins vegar sagt að við mættum ekki nota þá til að aðstoða fólk, vegna þess að margir voru spastískir og þá mætti ekki setja í lyftara. Við þurftum því að lyfta fólki ofan í badkörin og aftur upp úr. En auðvitað kom það á daginn að starfsfólkið entist ekkert í þessu, sem von var. Ein starfskona fór illa í baki og eftir það var sú ákvörðun tekin að setja alla í lyftara. Annað var ekki hægt. Ég held mér sé óhætt að segja að Sjálfsbjargarheimilið hafi verið fyrsta heimilið sem notaði lyftara, handsnúna lyftara á hjólum. Nú eru þetta allt rafmagnslyftarar. En auðvitað þurfti maður að lyfta gífurlega mikið. Kannski gerði ég mér ekkert grein fyrir því, fyrr en seinna þegar ég fór að hugsa út í það. Þetta var bara talinn sjálfsagður hlutur.“

### Eins og mitt annað heimili

Að sögn Dísu voru mikil viðbrigði fyrir hana að hætta að vinna. „Þegar ég lít til baka þá er ég ánægð með

Það starf sem ég hef unnið og ég held að ég megi alveg vera það. Ein vinkona mín, sem er líka hætt að vinna, sagði mér að það tæki um ár að átta sig á því að maður væri hættur að vinna. Ég held að það sé mikið til í því. En ég sit ekki aðgerðarlaus. Ég skellti mér t.d. á tvö tölvunámskeið í haust, nokkuð sem ég ætlaði mér alltaf að gera. Ég kunnir ekki mikið á tölvur en núna þykir mér afskaplega gaman að þessu og gleymi mér oft á netinu. Ég hitti líka gömlu vinnufélagana mína. Við förum þá á kaffihús eða heimsækjum hverja aðra og mér finnst það mjög gaman.“

Sjálfsbjargarheimilið hélt veglega kveðjuveislu fyrir Dísu þegar hún hætti. „Guðrún Erla Gunnarsdóttir, hjúkrunarforstjóri, hélt ræðu og sagði m.a. að ég væri kona með gullhjarta. Mér þótti ákaflega vænt um það. Ég fékk svo marga blómvendi og mikið þakklæti. Þegar ég kom heim gerði ég mér í raun grein fyrir því hvað ég ætti marga vini. Mér hefur alltaf liðið vel hjá Sjálfsbjörg og þykir afskaplega vænt um þetta heimili. Það hefur verið eins og mitt annað heimili. Ég hef líka kynnst svo mörgu fólki í gegnum starfið og eignast marga góða vini. Nú er í umræðunni að byggja nýtt Sjálfsbjargarheimili og það er óskandi að það gangi allt saman upp. Það væri draumur. Ef ég væri aðeins yngri og hefði nýjan skrokk þá myndi ég svífa þarna um,“ segir Dísu að lokum og hlær.

*Texti/kmh.*



*Gleðileg jól*



## Hildur sæmd gullmerki Sjálfsbjargar

**H**ildur Jónsdóttir varð sjötug 10. nóvember sl. Við það tækifæri sæmdi Ragnar Gunnar Þórhallsson formaður Sjálfsbjargar landssambandsins Hildi gullmerki samtakanna.

Hildur var einn af stofnendum Sjálfsbjargar í Vestmannaeyjum og sat í stjórn félagsins fyrst sem ritari og síðan sem formaður um átatuga skeið. Má segja að hún hafi verið „prímus mótor“ í félagsstarfinu meðan hennar naut við.

En það voru náttúruöflin sem sáu til þess að hún varð að yfirgefa eyjuna sína - í eldgosinu 1973.

Þá settist hún að í Hveragerði en strax og Sjálfsbjargarhúsið varð opnað tók hún að sér rekstur Baðstofunnar sem svo var nefnd en þar fór fram föndur og létt

iðja. Hildur vildi alltaf sjá fatlað fólk athafnasamt og virkt í leik og starfi.

Strax og leyfi fékkst flutti Hildur ásamt fjölskyldu sinni aftur heim til Eyja og bjó þar til ársins 1983 er hún flutti alkomin „upp á land.“

Hildur hefur starfað í stjórn og nefndum Sjálfsbjargar á höfuðborgarsvæðinu, setið mörg þing samtakanna, tekið þátt í norrænu samstarfi fatlaðra, var ritari framkvæmdastjórnar 1998-2004 og situr nú í ferlinefnd landssambandsins.

Hildur er einn af frumherjum samtakanna og vinnustundir hennar í þágu málefnsins verða aldrei í tölum taldar frekar en annarra slíkra. Fyrir það reyna samtökin að þakka með gullmerkinu.

*P.Sn.*







# Halaleikhópurinn farinn aftur af stað

-leitar að nýjum félögum!

Halaleikhópurinn hefur haft það að meginmarkmiði síðan hann var stofnaður árið 1992 að einstaklingurinn geti iðkað leiklist á sínum eigin forsendum, burtséð frá fötlun, aldri, kynþætti eða hverju sem er. Þar sem leikhópurinn er samansettur af ólíkum einstaklingum verður fjölbreytnin meiri og þar af leiðandi túlkunin. Segja má að hópurinn í allri sinni breidd sé birtingarform þess samfélags sem við viljum sjá í „besta heimi allra heima.“

Þegar þetta er ritað, þá er leiklistarnámskeið í gangi, sem Ármann Guðmundsson stýrir af mikilli leikni. Þeir sem eru á því námskeiði skemmta sér vel og er mikið hlegið. Ármann ætlar síðan að skrifa nýtt, íslenskt leikrit í samvinnu við félagi í leikhópnum og verður það vonandi sýnt næsta vetur. Stofnuð verður einhverskonar hugmyndasmíðja þar sem allir geta lagt hönd á plóg við gerð handritsins.

Í byrjun janúar munu Halafélagar bretta upp ermar og ganga í lið með leiklistargyðjunni og Vilhjálmi Hjálmarsyni og setja upp íslenskt leikrit sem ber nafnið „Pókók“ og er



Ása Hildur Guðjónsdóttir og Guðný Alda Einarsdóttir bregða á leik. Myndin er tekin á leiklistarnámskeiði sem er nýhafid. Mynd/Halinn.

eftir Jökul Jakobsson. Vilhjálmur mun nú í fyrsta skipti leikstýra leikhópnum. Hann er öllum hnútum kunnugur innan leikhópsins, því að hann hefur séð um hönnun lýsingar í öllum leikritum Halaleikhópsins síðastliðin tíu ár! Ef allt gengur að óskum verður leikritið frumsýnt í lok febrúar eða byrjun mars 2006.

Sá sem er svo heppinn að fá að taka þátt í leiklist og í því ferli sem

Sá sem er svo heppinn að fá að taka þátt í leiklist og í því ferli sem það felur í sér kemst ekki hjá því að líta í eigin barm og velta því fyrir sér hver hann er.

það felur í sér kemst ekki hjá því að líta í eigin barm og velta því fyrir sér hver hann er. Til þess að geta skapað og túlkað persónu þarf einstaklingurinn að geta sett sig í spor annarra, tjáð gleði, sorg o.s.frv. Leiklistin er ekki eingöngu leikari á sviði heldur einnig hópurinn sem vinnur að sameiginlegu markmiði þar sem allir leggjast á eitt.

Halaleikhópurinn er núna að leita að nýjum félögum. Þeir sem hafa áhuga á að ganga í hópinn geta sent tölvupóst á hannagull@simnet.is eða hringt í síma 552-9188.

Árni Salomonsson.





Heimasíða Sjálfsbjargar  
[www.sjalfsbjorg.is](http://www.sjalfsbjorg.is)



## Höfðingleg gjöf

**Þ**órdís Davíðsdóttir, sjúkraliði og fulltrúi starfsmanna í stjórn Sjálfsbjargarheimilisins sat sinn síðasta stjórnarfund 7. október sl. Við það tilefni afhenti hún formanni stjórnar, Jóni Hlöðver Áskelssyni gjafabréf að fjárhæð 400 þúsund krónur.

Þórdís hefur starfað við Sjálfsbjargarheimilið frá árinu 1973 eða allt frá upphafi. Frá 1994 hefur hún gegnt starfi hópstjóra á 5. hæð. Hún hefur jafnframt sinnt öðrum trúnaðarstörfum, settist í stjórn starfsmannaráðs 1991 er það var sett á laggirnar. Var hún fyrsti formaður þess og gegndi því starfi til ársins 1996. Hún kom á ný inn í stjórn starfsmannaráðs 1998 og var jafn-

framt tilnefnd af þess hálfu sem fulltrúi starfsmanna í stjórn Sjálfsbjargarheimilisins og sat sinn fyrsta fund 22. apríl 1998.

Þórdís hefur ætíð verið mikils metin og vel látin jafnt af íbúum sem samstarfsmönnum.

Við þessi tímamót er okkur, er höfum lifað og starfað með henni, efst í huga þakklæti og hlýhugur í hennar garð. Megi gæfuríkur ferill hennar verða okkur öðrum til eftirbreytni. Hjartans þakkir færur við Dísu fyrir góða gjöf og biðjum fyrir góðar kveðjur til Hafsteins, hennar ágæta eiginmanns.

*Stjórn Sjálfsbjargarheimilisins.*

## Þökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

### Reykjavík

2001 hf, Hverfisgötu 49  
AB Varahlutir ehf, Bildshöfða 18  
Aðalblíkk ehf, Vagnhöfða 19  
Aðalvík ehf, Seiðakvísl 15  
Allt í einu, Jafnarseli 6  
Arkitektar Gunnar og Reynir sf, Laugavegi 32b  
Aseta ehf, Ármúla 16  
Á Stofunni arkitektar, Bergstaðarstræti 10  
Árvík hf, Ármúla 1  
Ás-Vinnustofa, Brautarholti 6  
B.V. rammastudíó, Ármúla 20  
Bakameistarinn, Stígahlíð 45-47

Bakarí Sandholt, Laugarvegi 36  
Bako ehf, Draghálsi 6  
Betra Líf, Kringlunni 4-6  
Bílamálun Halldórs, Funahöfða 3  
Bílaust hf, Bildshöfða 9  
Blue Cargo Flutningar, Héðinsgötu 1-3  
Borgir ehf, Ármúla 1  
Breiðholtskirkja,  
Búr ehf, Bæjarflöt 2  
Dansskóli Jóns Péturs og Kóru, Bolholti 8  
Davíð Jónsson og Co ehf, Skútuvogi 13a  
Dreifing ef, Vatnagörðum 8  
Dúndur hf, Dugguvogi 12

E.S. Ólafsson ehf, Bildshöfða 18  
Efling Stéttarfélag, Sætúni 1  
Efnalaugin Björg, Álfabakka 12  
Eignamiðlun ehf, Síðumúla 21  
Elliheimilið Grund, Hringbraut 50  
Emmessis hf, Bitruhálsi 1  
Endurvinnslan ehf, Knarrarvogi 5  
Fagtún ehf, Brautarholti 8  
Fasteignasalan Garður, Skipholti 5  
Faxaflóahafnir, Tryggvagötu 17  
Ferðaþjónusta fatlaðra, Þönglbacka 4  
Feró, Steinaseli 6



Krikahverfi Í Mosfellsbæ:

## Hreyfihamlaðir höfðu forgang um lóðir

Mosfellsbær auglýsti nýlega úthlutun á lóðum í nýju íbúðahverfi, Krikahverfi, þar sem áætlað er að reisa 200 íbúða byggð. Það sem var óvenjulegt við auglýsinguna var að fjórar einbýlishúsalóðir voru sérstaklega ætlaðar hreyfihömluðum og höfðu þeir forgang að lóðaúthlutun. „Við höfum orðið varir við það í bænnum að það hefur skort á að hreyfihamlaðir geti haft aðgang að húsnæði sem hentaði þeim. Þar sem um er að ræða byggingarland í eigu Mosfellsbæjar þá fannst okkur við hæfi að gera þessum hópi kleift að geta búið í og hannað hús sem hentar þeirra þörfum. Ég veit ekki betur en að þetta sé



*Mosfellsbær bauð upp á þá nýbreytni að auglýsa lóðir sérstaklega fyrir hreyfihamlaða. Mynd/kmh.*

algjör nýjung, alla vega hef ég ekki heyrt af því að neitt sveitarfélag hafi gert þetta áður,“ segir Haraldur Sverrisson, formaður bæjarráðs Mosfellsbæjar. „Við höfum fengið

Búið er að sækja um allar fjórir lóðirnar sem ætlaðar eru hreyfihömlum

mörg símtöl þar sem okkur er hrós að fyrir þetta framtak. Við erum stolt af því ef við erum að ryðja einhverja braut sem kemur þessu fólki vel.“

Umsóknarfrestur um lóðir í Krikahverfi rann út 21. nóvember sl. og þegar blaðamaður Klifurs hafði samband við skrifstofu Mosfellsbæjar var búið að sækja um allar fjórar lóðirnar.

*Texti/kmh.*

## Ánægjuleg nýbreytni

Það er ánægjuleg nýbreytni og tilraun hjá Mosfellsbæ að veita hreyfihömluðum forgang að úthlutun fjögurra tiltekinna lóða í nýju íbúðahverfi bæjarins. Hugsunin virðist vera sú að auka möguleika hreyfihamlaðra einstaklinga á að fá úthlutað hentugri lóð til byggingar aðgengilegs íbúðarhúsnæðis þegar eftirspurn eftir lóðum er mikil. Í sjálfu sér má segja að í langflestum tilvikum sé mögulegt að gera íbúðarhúsnæði fullkomlega aðgengilegt hreyfihömluðum á hvaða lóð sem er þegar hugað er að þeim þætti frá upphafi byggingarferils. Ef um er að ræða einbýlis- eða raðhús þarf lóðin þó að vera þannig að byggja megi hús á einni hæð.

Framtíðarsýn Sjálfsbjargar er sú að allt íbúðarhúsnæði verði aðgengilegt öllum. Þeim markmið-

um má ná í áföngum. Einn áfanginn er sá að grunnteikningar og hönnun íbúðarhúsnæðis geri strax í upphafi ráð fyrir því að allir geti notað og komist um húsnæðið. Einn grundvallarvandinn í dag er sá að ákvæði í byggingarstöðlum um lágmarksstærð rýma í íbúðarhúsnæði, t.d. baðherbergja, gera ekki ráð fyrir hreyfihömluðum. Ef grunnteikningar íbúðarhúsnæðis um skipulag, stærð og lögun rýma tækju tillit til þarfa hreyfihamlaðra væri stórum áfanga náð því þessi atriði eru lykillinn að því að húsnæði sé eða megi gera aðgengilegt öllum. Þessi misserin eru þúsundir íbúða í byggingu á vegum verktaka er skila íbúðum til-

Framtíðarsýn Sjálfsbjargar er sú að allt íbúðarhúsnæði verði aðgengilegt öllum.



*Ragnar Gunnar Þórhallsson formaður Sjálfsbjargar, landssambands fatlaðra.*

búnum til sölu á almennum markaði. Eftir óformlega athugun á teikningum íbúða í nýbyggingum á höfuðborgarsvæðinu fullyrði ég að nær engin þeirra fullnægir þeim kröfum og stöðlum, sem gerðar eru vegna aðgengis og dvalar fyrir hreyfihamlaða, t.d. er varðar stærð og skipulag baðherbergja, hjónaherbergja, eldhúss o.fl. En viðleitni Mosfellsbæjar ber að fagna því háleitim markmiðum verður helst náð í áföngum.

Nýtt fyrirtæki - Aðgengi ehf.

## Gerir úttekt á aðgengi fatlaðra

**A**ðgengi ehf. er nýstofnað fyrirtæki sem býður fyrirtækjum og einstaklingum að gera nákvæma úttekt á aðgengi fatlaðra að öllu húsnæði þess. Um er að ræða nýjung hér á landi en víða erlendis eru slík fyrirtæki vel þekkt. Stofnendur Aðgengis ehf. eru Harpa Ingólfssdóttir, Guðmundur Magnússon og Steingerður Hreinsdóttir.



*Guðmundur Magnússon, einn af stofnendum Aðgengi ehf. segir mikla þörf fyrir fyrirtæki sem þetta. Mynd/kmh.*

Guðmundur Magnússon segir mikla þörf fyrir fyrirtæki sem þetta. „Það hefur orðið vitundarvakning hér á landi hvað aðgengi fyrir fatlaða varðar, en betur má ef duga skal. Við erum því miður enn að sjá mistök við hönnun og byggingar í dag, mistök sem hefði auðveldlega mátt koma í veg fyrir með því að láta kunnáttufólk yfirfara teikningar, með tilliti til aðgengis fyrir alla og fylgjast síðan með allt til loka framkvæmda.“

Að sögn Guðmundar gerir Aðgengi ehf. úttekt sem nær m.a. til aðkomu (bílastæði og leið þaðan að útidyrum), útidyrum (tröppur, handrið, dyrabreidd og þröskuldar), anddyrum (umferðaleiðir, upplýsingar o.s.frv.), stigum, lyftum, göngum, skrifstofum og öðrum herbergjum. Einnig er litið á vinnuáðstöðu, þ.e. hæð undir borð o.s.frv. Úttektin er gerð með hliðsjón af grunnreglum Sameinuðu þjóðanna

um jafna þátttöku fatlaðra í samfélaginu, með áherslu á 5. reglu (a) „Aðgengi í umhverfi fatlaðra.“

Stofnendur fyrirtækisins hafa allir mikla reynslu í þessum geira. „Ein sterkasta hlið fyrirtækisins er að það nýtir sér þá þekkingu sem aðstandendur þess hafa til að veita ráðgjöf vegna þeirra breytinga sem fyrirhugaðar eru á aðgengismálum. Harpa er byggingafræðingur. Ég, Guðmundur, er sjálfur hjólastólanotandi með langa reynslu og góða tækniþekkingu, ásamt sérþekkingu á aðgengismálum. Steingerður Hreinsdóttir er með MBA gráðu og með reynslu af kennslu og málefnum fatlaðra.“

„Við erum því miður enn að sjá mistök við hönnun og byggingar í dag, mistök sem hefði auðveldlega mátt koma í veg fyrir með því að láta kunnáttufólk yfirfara teikningar, með tilliti til aðgengis fyrir alla og fylgjast síðan með alla leið til loka framkvæmda.“

Aðspurður um markhóp fyrirtækisins, segir Guðmundur það vera alla. „Allt húsnæði ætlað almenningi án tillits til eignarhalds, sem og allir vinnustaðir. Í næstu byggingarlögum verður trúlega krafa um aðgengishönnun, sbr. brunahönnun í dag. Þessi mál eiga því eftir að hafa mun meiri forgang en þau hafa gert hingað til.“

*Texti/kmh.*

**SP-Fjármögnun**

***p.D.***  
**dúkalagnir**

**Stilling**



## Sjálfsbjargarheimilið til framtíðar

**S**tjórn Sjálfsbjargarheimilisins tók um það ákvörðun á stjórnarfundum sínum þann 10. desember 2004 að hefja athugun á möguleikum þess að ráðast í byggingu nýs húss yfir starfsemi Sjálfsbjargarheimilisins.

Mikilvægt er að öllum sem koma til langtímabúsetu á Sjálfsbjargarheimilinu séu sköpuð eðlileg búsetuskilyrði. Núverandi húsnæði er komið til ára sinna og mætir á engan hátt lágmarkskröfum um rýmisþörf. Með aukinni áherslu á endurhæfingu eykst þörfin fyrir sérhannað húsnæði. Afar erfitt er að halda áfram eðlilegri þróun starfseminnar þar sem húsnæðið er hemill á þá þróun.

Markmið okkar er að veita þeim sem til okkar leita, þjónustu er tekur mið af einstaklingsbundnum þörfum og gæta í leiðinni fyllstu hagkvæmni.

Sjálfsbjargarhúsið var hannað upp úr 1960 og þá byggt á hugmyndum sem sóttar voru m. a. til Danmerkur. Með byggingu Sjálfsbjargarhússins var stigið mikilvægt skref í búsetumálum hreyfihamladra. Sýndu frumkvöðlarnir framsýni í því m. a. að ætla hverjum íbúa eigið herbergi. Staðreyndin er þó sú að einkarými hvers og eins á Sjálfsbjargarheimilinu er einungis 12.5 ferm. og salerni og baðaðstaða sameiginleg með öðrum.

Á seinni árum hefur aukin áhersla verið lögð á endurhæfingaráttinn. Sú þróun hófst með tilkomu endurhæfingaríbúðarinnar 1993. Nýjustu skrefin í þessari þróun eru sameining iðjuþjálfunar og dagvistar í þjónustumiðstöð árið 2002 og „sjálfstæð búseta með stuðningi“ árið 2003, sem felst í því að íbúi flyst af Sjálfsbjargarheimilinu í eigin íbúð í íbúðaálmum hússins og býr þar með stuðningi starfsmanna heimilisins. Ýmis sóknarfæri eru á



*Tryggvi Friðjónsson, framkvæmdastjóri Sjálfsbjargarheimilisins, skrifar.*

Allir sem hafa kynnt sér núverandi aðstæður og rök fyrir áformum um byggingu nýs húss eru sammála því að eina færa leiðin sé að ráðast í byggingu nýs húss yfir starfsemina.

þessu sviði og eykst þrýstingur á starfsmenn Sjálfsbjargarheimilisins að koma fyrir inn í endurhæfingarferlið.

Mögulegir þjónustuþættir í nýju húsnæði gætu verið: a) Heimili fyrir mikið fatlaða er þarfnast stöðugar endurhæfingar, þar sem tekið er mið af mismunandi þörfum og getu til sjálfsbjargar. b) Skammtímadvöl fyrir mikið fatlaða sem þarfnast endurhæfingar. Hér skal minnt á að Sjálfsbjargarheimilið er ætlað fólki hvaðanæva að af landinu. Endurhæfingaríbúð(ir) til að auðvelda fötluðum að búa sjálfstætt eftir markvissa endurhæfingu þar um tiltekinn tíma. c) Íbúðir fyrir „sjálfstæða búsetu með stuðningi“ fyrir þá er þarfnast stöðugar endurhæfingar en geta búið sjálfstæðar en íbúar heimilishlutans. d) Íbúðir í sjálfstæðum húsum fyrir þá sem geta búið sjálfstætt á eigin vegum

Nú standa fyrir dyrum viðræður við hlutaðeigandi yfirvöld um aðkomu þeirra að verkefninu. Mun þar mestu skipta afstaða heilbrigðis- og tryggingamálaráðuneytis.

en þarfnast meiri aðstoðar og umönnunar en heimahjúkrun og heimilishjálpar getur veitt. e) Þjónustumiðstöð, þar sem þjónustuþegar koma til endurhæfingar og tómsundastarfs. f) Iðjuþjálfun, sjúkrahjálfun, sundlaug og baðaðstaða er mætir þörfum íbúanna og notenda í þjónustumiðstöð.

Á síðustu mánuðum hefur farið fram umræða og margir fundir verið haldnir meðal íbúa, aðstandenda þeirra og starfsmanna um framtíð Sjálfsbjargarheimilisins m.a. í ljósi samþykktar stjórnarinnar. Niðurstaða umræðunnar er á einn veg. Allir sem hafa kynnt sér núverandi aðstæður og rök fyrir áformum um byggingu nýs húss eru sammála því að eina færa leiðin sé að ráðast í byggingu nýs húss yfir starfsemina. Sjálfsbjörg landssamband fatlaðra stendur heilshugar að baki stjórn Sjálfsbjargarheimilisins. Einnig liggur fyrir stuðningur annarra aðila sem tengjast verkefninu á einn eða annan hátt.

Stjórnin hefur nú tekið næsta skref í málinu, fært það af athugunarstigi á undirbúningsstigi. Nú standa fyrir dyrum viðræður við hlutaðeigandi yfirvöld um aðkomu þeirra að verkefninu. Mun þar mestu skipta afstaða heilbrigðis- og tryggingamálaráðuneytis.

Íbúar, stjórn, og starfsmenn líta björtum augum til framtíðar. Við höfum markað okkur skýra stefnu og munum uppskera eins og til er sáð.

# BUSL

## - unglingastarf Sjálfsbjargar

**B**usl er unglingastarf Sjálfsbjargar og hefur verið starfandi síðan haustið 1997. Það var stofnað til að sporna við félagslegri einangrun en hún er algeng hjá hreyfihömluðum unglungum. Með starfinu kynnast unglingarnir innbyrðis og fá að gera saman það sem þeim þykir skemmtilegt. Þau hittast í byrjun vetrar og koma með hugmyndir að því sem þau langar að gera um veturinn. Að því loknu hittast leiðbeinendur og gera dagskrá, með getu og áhuga allra í huga.

Buslið er samstarfsverkefni Sjálfsbjargar og Rauða krossins og samanstendur af leiðbeinendum frá báðum aðilum og er rekið sem sjálfbóðaliðastarf. Flestir leiðbeinendur eru milli tvítugs og þrítugs, bæði ófatlaðir og fatlaðir. Auk þess er ég, Aðalbjörg Gunnarsdóttir/Alla, svokallaður tengileiðbeinandi. Ég starfaði sem slík í fyrra en þá vorum við tvær, ég og Bergþóra Guðmundsdóttir, sem hefur starfað í Buslinu í mörg ár. Bergþóra hætti sl. vor og hef ég því verið eini tengileiðbeinandinn í vetur. Hlutverk tengileið-



Aðalbjörg Gunnarsdóttir, skrifar.

beinanda, auk þess að vera venjulegur leiðbeinandi, er að hafa tengsl við alla aðila; buslara, foreldra, leiðbeinendur, Arndísi félagsmálafulltrúa hjá Sjálfsbjörg og Tuma hjá Rauða krossinum.

Í Busli eru hreyfihamlaðir unglingar á aldrinum 13-18 ára. Skráðir eru u.þ.b. 15 unglingar en þar af eru um 10 virkir. Busl hefur aðstöðu í Rauða salnum í Hátúni 12, sem nýttist mjög vel fyrir margt sem við erum að gera.

Í júní fórum við í okkar árlegu vorferð, sem er alltaf jafn vinsæl og skemmtileg. Í síðustu vorferð gist-

um við á Ísafirði en vorum einnig mikið í Bolungarvík. Ferðin var einnig hugsað sem stuðningur við Kjartan Jakob Hauksson, sem reri í kringum landið. Við kvöddum hann niður á höfn í Bolungarvík þegar hann lagði af stað, enda mikilsvert framtak hjá honum og fannst okkur nauðsynlegt að sýna honum stuðning. Auk þess fórum við í matinn á sjómannaballinu, fengum að fara á báta með björgunarsveitinni, fórum í sund, veiddum og fengum kynningu á Bolungarvík.

Í vetur hefur meðal annars verið farið í bíó, haldið spilakvöld, videokvöld og hópefliskvöld. Við fórum á jólahlaðborð á Hótel Loftleiðum í lok nóvember. Þangað var farið í fyrsta skipti í fyrra og heppnaðist það svo vel að ákveðið var að gera þetta að árlegum viðburði. Í desember er svo jólakvöld, sem hefur verið haldið í mörg ár, og er alltaf mjög skemmtilegt. Þá erum við með heitt kakó og smákökur. Unglingarnir koma með litla pakka og allir fá lítinn pakka frá öðrum í hópnum. Það er því alltaf nóg að gera.

Buslararnir eru æðislegir og leiðbeinendurnir frábærir. Án þeirra væri þetta ekki hægt. Þeir skipta á milli sín að mæta á viðburði, skipuleggja þá og bera ábyrgð á þeim. Við leggjum upp með að vera Buslurum góðar fyrirmyndir, félagar þeirra og hjálpum þeim að láta draumana rætast.

## Þökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

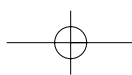
### Reykjavík

Félag íslenskra hjúkrunarfræðinga, Suðurlandsbraut 22  
Félag íslenskra Hljómlistarmanna, Rauðagerði 27  
Félags og þjónustumiðstöð, Aflagrandá 40  
Félagsbústaðir, Hallveigarstig 1  
Fiskverkun Hafliða, Fiskislóð 30  
Fjarhitun hf, Borgartúni 17  
Fjármálaeftirlitið, Suðurlandsbraut 32  
Fraktlausnir, Skútuvogi 12e  
Framsóknarflokkurinn, Hverfisgötu 33  
Friðrik A Jónsson ehf, Eyjaslóð 7  
Frikirkjusöfnuðurinn, Laufasvegi 13  
Frjálslyndi flokkurinn, Vonarstræti 12

Fönix ehf, Hátúni 6a  
G.Hannesson, Borgartúni 23  
Gagnaeyðing ehf, Skútuvogi 13  
Gallery Kjöt, Grensásvegi 48  
Garðaspótek, Sogavegi 108  
Gámþjónustan, Súðavogi 2  
Germanicherloyds, Hafnarholi  
Gimli fastaalgansala, Grensásvegi 8  
Gissur og Pálmi ehf, Álfabakka 14a  
Gláma-Kím ehf, Laugavegi 164  
Gleraugnaverslunin, Kringlunni 8-12  
Glófaxi ehf, Ármúla 42  
Gluggahreinsun Stefáns Sigurðssonar, Flétturima 15  
Gluggakappar, Reyðarkvísl 12

Gluggsmiðjan, Viðarhófða 3  
Grandakaffi, Grandagarði  
Gripið og Greitt, Skútuvogi 4  
Gripið og Greitt, Skútuvogi 4  
Grænn Kostur, Skólavörðustig 8  
Guðmundur Arason, Skútuvogi 4  
Guðmundur Jónasson, Borgartúni 34  
Gull og Silfur, Laugavegi 52  
Gull og Silfur, Skipholti 3  
Gullkistan, Frakkastíg 10  
Gullsmiðurinn, Álfabakka 14  
Gylfi Thorlacius, Laugavegi 7  
Hafgæði sf, Fiskislóð 28  
Hagall ehf, Laugavegi 163  
Haka ehf, Hamarshófða 7





## Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu

# Formannsskipti hjá ÖBÍ

**A**gætu félagar. Eins og þið vitið flest hafa orðið formannsskipti hjá Öryrkjabandalagi Íslands. Sigursteinn Másson er hinn nýi formaður og vil ég fyrir hönd Sjálfsbjargar á höfuðborgarsvæðinu óska honum innilega til hamingju og vona ég að samstarfið við hann verði farsælt. Við væntum mikils af Sigursteini enda er hann orkumikill maður, sem hefur víðtæka reynslu af félagsmálum og er mjög reyndur fjölmiðlamaður.

Mitt mat er það að formaður ÖBÍ þurfi að vera víðsýnn, að hann megi ekki brenna inni í einum málaflokki heldur þurfi að vera með púlsinn á öllum þeim málum sem brenna á öryrkjum t.d. ferlimálum, bótamálum og atvinnumálum sem mér finnst persónulega ekki hafa verið í nógu góðum farvegi í langan tíma og nánast legið í salti.

Við þurfum að reyna að koma fötludum meira út á vinnumarkaðinn. Það er öllum til bóta. Félagsglegu hliðinni hefur heldur ekki verið nógu vel sinnt. Það skortir töluvert uppá að hún geti talist viðunandi. Þess vegna tek ég undir flest það sem Sigursteinn skrifar í Morgunblaðið þriðjudaginn 15. nóvember sl. og fagna því að hann ætlar að beita sér fyrir úrbótum í þeim efnum.

Ég vil benda á það að Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu hefur í mörg ár verið með öflugt félagsstarf, t.d. bridge, bingó, félagsvist, skák, opið hús, ýmis námskeið og skemmtanir. Þeir sem sækja félagsstarfið búa flestir í Hátúni 10. Sigursteinn kemur inn á það í sinni grein að það þurfi aukna afþreyingu til handa þeim sem búa á þessu svæði. Ég er honum innilega sammála og við hjá Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu viljum gjarnan vinna með ÖBÍ í því



*Grétar Pétur Geirsson, formaður Sjálfsbjargar á höfuðborgarsvæðinu, skrifar.*

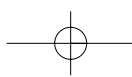
„Mitt mat er að öryrkjar þurfi að starfa í öllum stjórnmalaflokkum. Með því nálgumst við málin frá byrjun en erum ekki spurð eftir á eins og nú er svo algengt. Við höfum yfirleitt ekkert vægi þegar kemur að okkar málum. Þessu þurfum við að breyta.“

efni. Við höfum mjög góða aðstöðu í félagsheimili okkar fyrir ýmiskonar námskeið og aðra afþreyingu.

Sú ályktun sem samþykkt var á landsfundi Sjálfstæðisflokksins um að mótmæla skerðingu á bensínstyrk

öryrkja er fagnaðarefni. Sá sem stóð fyrir þessari ályktun er fatlaður einstaklingur og sýnir það sem ég hef reyndar haldið fram í langan tíma, að við sem erum öryrkjar þurfum að starfa miklu meira innan stjórnmalaflokkanna með beinum hætti og taka þátt í mótun þeirra mála sem að okkur snúa. Ekki leggja þau í hendur þingmanna. Þeir hafa ekki þá sýn sem við höfum á okkar málafnum. Sá sem aldrei hefur veikst getur engan veginn sett sig í spor þess sem er veikur og hvað honum er fyrir bestu. Mitt mat er að öryrkjar þurfi að starfa í öllum stjórnmalaflokkum. Með því nálgumst við málin frá byrjun en erum ekki spurð eftir á eins og nú er svo algengt. Við höfum yfirleitt ekkert vægi þegar kemur að okkar málum. Þessu þurfum við að breyta.

Að lokum vil ég nota tækifærið fyrir hönd stjórnar og starfsfólks Sjálfsbjargar á höfuðborgarsvæðinu að óska öllum gleðilegra jóla og farsæls komandi árs. Lifið heil.



Námskeið:

**Sjálfstraust  
og samskipti**

Fyrirhugað er námskeið í sjálfsstyrkingu í byrjun febrúar 2006, ef næg þátttaka fæst.

Leiðbeinandi er Margrét Bárðardóttir, sálfræðingur

Hvetjum alla félagsmenn til að kynna sér þetta námskeið.

Nánari upplýsingar á skrifstofunni í síma 551-7868.

**Dagskráin**

janúar, febrúar, mars **2006**

Alla mánudaga

**Bridge** kl. 19 (byrjar 2. janúar).

Annan hvern þriðjudag

**Bingó** kl. 19:30 (byrjar 3. janúar).

Annan hvern þriðjudag

**Unó** (spil) kl. 19:30 (byrjar 10. janúar).

Alla miðvikudaga

**Félagsvist** kl. 19:30 (byrjar 4. janúar).

Alla fimtudaga

**Tafl** kl. 19 (byrjar 5. janúar).

**Guðspjónusta** annan hvern sunnudag kl. 13 (byrjar 8. janúar).

**Pökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning**

**Reykjavík**

Handlækningastöðin, Álíheimum 74  
Herrafataverslun Birgis, Fákafeni 11  
Hersir Ráðgjöf og Þjónusta ehf,  
Suðurlandsbraut 12  
Hertz bílaleiga, v/Flugvallarveg  
Hjálpræðisherinn, Garðastræti 38  
Hornsteinar arkitektar, Ingólfsstræti 5  
Höfðerðisþjónustan, Brúnastöðum 3  
Hótel Holt, Bergstaðarstræti 37  
Hótel og Sjómannafélag, Brautarholti 29  
Hraði ehf, Ægissíðu 15  
Hrafnista Das, Laugarási  
Hreysti hf, Skeifunni 9  
Hús og Ráðgjöf ehf, Dugguvogi 17-19  
Húsakaup hf, Suðurlandsbraut 52  
Húsavirki hf, Lág múla 5  
Hvellur-G. Tómasson, Súðavogi 6  
Höfðakaffi ehf, Vagnhöfða 11  
Iðnmennt, Brautarholti 8  
Innheimtustofnun Sveitafélaga, Lág múla 9  
Intis Internet á Íslandi, Dunhaga 5  
Íhlutir ehf, Skipholti 7  
Ís Spor hf, Síðumúla 17

Íslensk endurskoðun, Bogahlíð 4  
J S Gunnarsson, Fossleyni 10  
Jarðfræðistofan ehf, Rauðagerði 31  
Jazzballetskóli Báru, Lág múla 9  
Jón Ásbjörnsson hf, Geirsgötu 11  
Jón og Óskar, Laugavegi 61  
Jón T Harðarsson, Bildshöfða 18  
Jónas Transport, Kjarlavorgi 7  
K. Pétursson, Kristnibraut 29  
Kaffi Austurstræti, Austurstræti 6  
Kaffi Strætó, Parabakka 4  
Kamis, Box 9351  
Kassagerðin hf, Köllunarklettsvegi 1  
Kapólska Kirkjan, Box 489  
KB banki, Borgartúni 19  
Kistufell ehf, Brautarholti 16  
Kjálkar ehf, Laugavegi 163  
Kjöttborg, Ásvallagötu 19  
Klébergsskóli, Kjalarnesi  
Kompaníið ehf, Bildshöfða 18  
Kraftur hf, Vagnhöfa 1-3  
Kristján G Gíslason, Hverfisgötu 6  
KSÍ, Laugardal  
Landbúnaðarháskóli Íslands, Hvanneyri  
Listdansskóli Íslands, Engjateig 1

Lionsumdæmið á Íslandi, Sóltúni 20  
Lögreglustjórinn í Reykjavík,  
Hverfisgötu 113-115  
Löndun ehf, Kjarlavorgi 21  
M.S. Félag Íslands, Sléttuvegi 5  
Margt Smátt, Guðriðarstíg  
Múr og Flisalagnir, Háaleitisbraut 121  
Nonnabíti, Hafnarstræti 1  
Now Vitamín, Vesturbergi 163  
Parlogis, Krókhálsi 14  
Sjálfstæðisflokkurinn, Valhöll  
Skemmtilegt ehf, Skútuvogi 12L  
Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins,  
Skógarhlíð 14  
Subway, Suðurlandsbraut 46  
Tónastöðin ehf, Skipholti 50d  
Trésmiðja GKS ehf, Funahöfða 19

**Seltjarnarnes**

Ljósmyndastúdíó Péturs, Austurströnd 8  
Seltjarnesbær,

**Kópavogur**

Alark arkitektar, Dalvegi 18



Ferlinefnd Kópavogs:

## Vatnsendaskóli

- fékk viðurkenningu fyrir gott aðgengi

Á Alþjóðadegi fatlaðra, 3. des., veitti ferlinefnd Kópavogs Vatnsendaskóla viðurkenningu fyrir gott aðgengi.

Nefndinni bárust nokkrar tilnefningar og voru þær að þessu sinni allar opinberar byggingar. Ákveðið var að skoða þrjú mannvirki, sem þóttu koma til greina af þeim sem tilnefnd voru. Þau eru Menntaskólinn í Kópavogi, Leikskólinn Hvarf og Vatnsendaskóli. Það var samdóma álit ferlinefndarinnar að veita Vatnsendaskóla viðurkenninguna að þessu sinni. Ástæðan fyrir því er sú að þar var ráðist í sértækar ráðstafanir til þess að mæta þörfum eins nemanda. Með þeim hætti var unnt að gera fötluðu barni kleift að stunda nám í almennum grunnskóla í sínu hverfi.

„Bæjaryfirvöld í Kópavogi hafa lagt áherslu á aðgengi fyrir alla og mikilvægi þess fyrir okkur öll,“ segir Helga Skúladóttir, formaður ferlinefndar Kópavogs. „Nefndin er vakin og sofin yfir framkvæmdum í bænum og kallar á fundi til sín arkitekta og þá sérfræðinga, sem málin varða, til að yfirfara teikningar af mannvirkjum, strax á frumstigi. Verkefni hafa breyst töluvert samfara örri stækkun bæjarins. Hin gömlu sannindi að í upphafi skal endinn skoða eru höfð að leiðarljósi. Það er hagkvæmast og happadryggt að gera hlutina rétt í byrjun.“

Að sögn Helgu hefur ferlinefnd Kópavogs starfað ótulllega á þriðja áratug og er elst slíkra nefnda á landinu. „Hlutverk hennar er að sjá til þess að opinberar byggingar og annað húsnæði fyrir almenning sé öllum aðgengilegt, einnig hreyfi-



Afhending viðurkenninga fór fram í Félagsheimili Kópavogs. Frá vinstri: Ólafur Gunnarsson, rekstraradili Leikskólans Hvarfs; Halla Halldórsdóttir, formaður leikskólaneftdar; Helga Skúladóttir, formaður ferlinefndar Kópavogs; Gunnar I. Birgisson, bæjarstjóri Kópavogsbæjar; Margrét Friðriksdóttir, skólameistari Menntaskólans í Kópavogi og Guðrún Soffía Jónasdóttir, skólastjóri Vatnsendaskóla. Mynd/kmh.

„Nefndin er vakin og sofin yfir framkvæmdum í bænum og kallar á fundi til sín arkitekta og þá sérfræðinga, sem málin varða, til að yfirfara teikningar af mannvirkjum, strax á frumstigi.“

hömluðum, heyrnar- og sjónskertum. Ferlinefnd Kópavogs er ein af nefndum bæjarins og er skipuð þremur fulltrúum, kosnum af bæjarstjórn og tveimur frá samtökum fatlaðra. Það er afar mikilvægt að fulltrúar fatlaðra séu í nefndinni því að þá koma sjónarmið þeirra betur

fram. Nefndin heyrir undir félagssvið bæjarins og starfar einnig í nánnum tengslum við framkvæmda- og tæknisvið og koma að nefndinni sérfræðingar beggja sviða. Þá koma fram bæði félagsleg og tæknileg sjónarmið. Í starfi sínu styðst nefndin við handbókina Aðgengi fyrir alla, byggingareglugerð og grunnreglu Sameinuðu þjóðanna um jafna þátttöku fatlaðra, sem Alþingi Íslendinga hefur staðfest. Í 5. reglu, 3. lið stendur: „Taka ber tillit til aðgengis við hönnun og byggingu mannvirkja allt frá upphafi hönnunarferilsins.“

Helga sagðist að lokum vonast til þess að viðurkenningin verði hvatning til þess að aðgengi verði hvarvetna sem best.

Texti/kmh.

Vatnsendaskóli í Kópavogi:

## „Höfum mætt frábæru viðmóti“

-segir móðir  
Þorsteins Sturlu,  
sex ára gamals  
fatlaðs nemanda  
við skólann.



Stulli í tölvutíma ásamt Gunnari, aðstoðarmanni sínum. Myndir/kmh.

Upphaf skólagöngu er börnum og foreldrum þeirra oft mikið tilhlökkunarefni. Þessi tími getur þó oft valdið miklum kvíða hjá foreldrum fatlaðra barna. Ragnheiður Gróa Hafsteinsdóttir og Gunnar Steingrímsson eiga sex ára gamlan son, Þorstein Sturlu Gunnarsson, sem er með taugahrönnunarsjúkdóm, SMA. Þorsteinn, eða Stulli eins og hann er kallaður, hóf skólagöngu í Vatnsendaskóla nú í haust. Óhætt er að segja að foreldrar hans hafi mætt góðu viðmóti í skólanum en þar hefur allt verið gert til að koma til móts við þarfir sonar þeirra.

„Sjúkdómurinn byrjaði að koma í ljós þegar Stulli var um sex mánaða gamall. Þá tók ég eftir því að hreyfingarskipti hjá honum var ekki alveg eins og hann átti að vera,“ segir Ragnheiður móðir Stulla. „Hann var greindur með SMA þegar hann var 13 mánaða gamall og hefur fengið þjónustu hjá Greiningarstöð ríkisins frá þeim tíma. Þar hefur alltaf verið haldið vel utan um hann. Þegar hann var 2 1/2 árs gamall var hann kom-

inn í rafmagnshjólástól. Við bjuggum í íbúð á 2. hæð á Bústaðaveginum í Reykjavík á þessum tíma og það kom ekkert annað til greina en að flytja í aðgengilegra húsnæði. Við fundum okkur hús í Vatnsenda hverfi í Kópavogi og vissum af því að til stæði að byggja þar leikskóla og skóla.

Sumarið 2002 skrifaði María Játvarðardóttir, félagsráðgjafi á Greiningarstöðinni, bréf til Fræðsluráðs

Kópavogsbæjar þar sem hún greindi frá því að fatlaður drengur væri fluttur í hverfið og að huga þyrfti að hans málum varðandi skólagöngu. Við hjónin eigum tvo eldri krakka sem byrjuðu í Salaskóla og einhverju sinni var þar einhver uppákomu og þá gerðum við okkur grein fyrir því að við komumst ekki þangað með Stulla vegna þess að aðgengið var ekki nógu gott. Þetta var einu og hálfu ári áður en Stulli átti að hefja sína skólagöngu. Þá var ekki byrjað að byggja Vatnsenda-skóla, og ekki vitað nákvæmlega hvenær það yrði.“

### Var mjög áhyggjufull

Ragnheiður segist hafa haft miklar áhyggjur af gangi mála. „Ég hringdi í Árna Þór fræðslustjóra Kópavogsbæjar og spurði hann um þessi mál. María frá Greiningarstöðinni skrifaði aftur bréf og upp frá því ákváðu bæjaryfirvöld að hefja byggingu skólans og að hann yrði hannaður



„Ég hafði verið svo kvíðin yfir því hvernig þetta færi allt saman. En eftir þennan fund fóru nokkur áhyggjukíló af öxlunum. Það var svo gott að mæta því jákvæða viðhorfi sem allt þetta fólk hafði.“

með aðgengi fyrir hreyfihamlaða í huga, m.a. yrði strax sett lyfta. Síðastliðið vor var haldinn fundur á Greiningarstöðinni með skólastjóranum, Guðrúnu Soffíu Jónasdóttur, fræðslustjóra og sérkennslustjóra í Kópavogi og öllu teyminu hans Stulla á Greiningarstöðinni ásamt okkur foreldrunum. Þá fengum við að sjá teikningar og vorum voða glöð að sjá hvernig þetta leit út, fór eiginlega fram úr okkar björtustu vonum. Ég hafði verið svo kvíðin yfir því hvernig þetta færi allt saman. En eftir þennan fund fóru nokkur áhyggjukíló af öxlunum. Það var svo gott að mæta því jákvæða viðhorfi sem allt þetta fólk hafði. Á teikningunum var í raun allt sem við höfðum beðið um og þetta stóðst allt. Mér skilst jafnvel að Guðrún skólastjóri hafi staðið fyrir utan skólann daginn fyrir skólasetningu og beðið um að það yrði malbikað upp að skólanum, þannig að þessu var öllu fylgt mjög vel eftir.“

### Hvíldarherbergi fyrir Stulla

Að sögn Ragnheiðar er Stulli með sérstakt hvíldarherbergi sem hann hefur alveg út af fyrir sig. „Þar er sjúkrarúm þar sem hann getur lagst út af og hvílt sig. Hann er í stól allan daginn og með spelkur og annað, þannig að þá er hægt að losa um það og leyfa honum að rétta aðeins úr sér. Inn af hvíldarherberginu er fín salernisaðstaða. Stulli er með sérstakt lyklaborð við tölvuna, sérstaka tölvumús, og vinnuþötu sem sett er ofan á borðið hans. Það var iðjuþjálfinn hans sem leiðbeindi með



*Stulli og Gunnar í hvíldarherbergi Stulla. Gunnar var með hann í leikskólanum og bað um að fá að fylgja honum áfram þegar Stulli byrjaði í skóla. Þeir eru miklir vinir og fjflast og leika sér saman. Í hvíldarherberginu er sjúkraúm, skrifborð, bækur og annað sem Stulli hefur komið með að heiman.*

„María frá Greiningarstöðinni skrifaði aftur bréf og upp frá því ákváðu bæjarfyrirvöld að hefja byggingu skólans og að hann yrði hannaður með aðgengi fyrir hreyfihamlaða í huga, m.a. yrði strax sett lyfta.“

búnaðinn sem hann þurfti og skólinn stóð straum af þeim kostnaði. Varðandi aðalinngang skólans var ákveðið að hafa ekki sjálfvirka opnun með skynjara, vegna þess að þá myndu hinir krakkarnir alltaf vera að fíkta í því. Þess í stað fékk Stulli fjarstýringu sem hann er með á stólnum sínum, sem honum finnst auðvitað mjög spennandi, þannig að hann er í raun með lykil að skólanum sínum. Allar óskir okkar voru uppfylltar. Þegar verið var að innrétta hvíldarherbergið hans hafði Guðrún skólastjóri samband við mig og spurði mig hvort ég vildi ekki hitta sig í Ikea til að velja hina og þessa hluti í herbergið. Mikil áhersla var lögð á að hafa þetta sem heimilislegast fyrir hann.



*Stulli er ánægður í skólanum og finnst skemmtilegast í dægradvölinni.*

Marrit sjúkraþjálfari og Hrönn iðjuþjálfari frá Greiningarstöðinni fóru í skólann til Stulla og voru með fyrirlestur fyrir starfsfólkið um fötlun hans, hvað hann gæti og hvað ekki. Þær fóru líka inn í bekkinn hans og töluðu við bekkjarafélagana til að leggja áherslu á að t.d. hurðarofinn væri lykillinn hans Stulla og



ef hann hefði hann ekki þá kæmist hann ekki út og fleira í þeim dúr, þannig að honum er fylgt mjög vel eftir.“

Stulli er með aðstoðarmann allan daginn. „Það er ungur maður, Gunnar, sem var einnig með hann í leikskólanum sem hann var í. Hann óskaði eftir því að fá að fylgja honum áfram í skólann. Við vorum mjög ánægð með það. Gunnar er allveg frábær og er góður félagi hans. Stulli er voða kátur í skólanum og finnst skemmtilegast í dægradvölinni. Það var mikilvægt að hann gat farið í sinn hverfaskóla í stað þess að fara eitthvert annað þar sem hann þekkir engan. Félagarnir eru farnir að koma og spyrja eftir honum, þannig að þetta er mjög gott.“

### Eiga hrós skilið

Að sögn Ragnheiðar ber nýjum skólum að uppfylla ákveðna staðla er varða aðgengi. „Hins vegar er það oft svo að skólar eru byggðir í áföngum og þá er t.d. lyfta ekki alltaf í fyrsta áfanganum, heldur geymd þar til seinna. Þannig er það t.d. með Salaskóla. Ef Vatnsenda-



*Inn af hvíldarherberginu er salernisaðstaða, sem eingöngu er ætluð Stulla.*

skóli hefði ekki verið byggður þá hefði ekki verið aðgengi fyrir Stulla í Salaskóla. Starfsfólk Greiningarstöðvarinnar hefur alltaf verið duglegt við að greina okkur frá réttindum okkar hvað Stulla varðar. Ég er ekki í nokkrum vafa um að það skipti sköpum að hafa stuðning þeirra í stað þess að við foreldrarnir hefðum staðið í þessu einir. En við höfum sem betur fer ekki rekið okk-

ur á neina veggi í samskiptum okkar við bæjaryfirvöld í Kópavogi og aðra sem að málinu komu. Skólagangan hjá Stulla hefur gengið eins og í sögu og það hefur þungu fargi verið létt af okkur foreldrunum. Allir sem komu að málinu og gerðu þetta kleift eiga hrós skilið,“ segir Ragnheiður að lokum.

*Texti/kmh.*



## Opið hús

### í félagsheimili Sjálfsbjargar

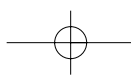
Opið hús í samstarfi við ÖBÍ og Laugarneskirkju alla þriðjudaga frá kl. 11-15 í félagsheimili Sjálfsbjargar, félags fatlaðra á höfuðborgarsvæðinu, Hátúni 12. Súpa, brauð og kaffi framreidd á milli kl. 11:30 og 14. (verð kr. 200, fyrir súpu, brauð og kaffi.).

Allir hjartanlega velkomnir.

Kaffispjall, tekið í spil, blöðin lesin o.fl. sem fólki dettur í hug.

Samstarfshópurinn.

Aðalstyrktaraðili opna hússins er Reynir bakari, Dalvegi 4 og Hamraborg 14. Kunnum við honum okkar bestu þakkir.



## Minningarkort

Minningarkort Sjálfsbjargar á höfuðborgarsvæðinu eru seld á skrifstofu félagsins.



NÓI SÍRÍUS



Náttúrufræðistofa Kópavogs  
Natural History Museum of Kópavogur

## Framkvæmdir í fullum gangi

Þetta er allt í vinnslu núna og við vonumst til að ljúka verkinu í desember. Það varð smá töf, en þetta er allt í fullum gangi. Meiningin var alltaf að ljúka þessu fyrir jól,“ segir Tinna Gunnlaugsdóttir, Þjóðleikhússtjóri. Eins og greint var frá í síðasta tölublaði Klifurs þá lýsti Tinna því yfir fljótlega eftir að hún tók við sem Þjóðleikhússtjóri að hún ætlaði að taka á aðgengismálum í húsinu. Nú tæplega ári síðar eru framkvæmdir í fullum gangi og verið er að setja upp lyftur og rampa.

Eins og greint er frá frammar í þessu blaði fékk Þjóðleikhúsið



Hvatningarverðlaun Ný-ungar fyrir að ætla að bæta aðgengi fyrir fatlaða í húsinu. Klifur mun að sjálfsögðu leyfa lesendum sínum að fylgjast með málinu og vonandi getum við birt myndir af breytingunum í næsta tölublaði.

*Texti/kmh.*

ÞEGAR GRANNT ER SKOÐAÐ ER AÐEINS EITT SEM LEGGUR GRUNNINN AÐ VELGENGNI OKKAR...



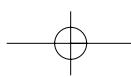
HJÓLASTÓLAR  
HJÁLPARMÓTORAR  
HITAHLÍFAR  
SPELKUR  
ADL TÆKI  
SMÁHJÁLPARTÆKI  
HÆKJUR  
STAFIR  
BAÐTÆKI

RAFMAGNHJÓLASTÓLAR  
GÖNGUGRINDUR  
VINNUSTÓLAR  
RAFSKUTLUR  
SJÚKRARÚM  
RÚMBORÐ  
REIDHJÓL  
KERRUR  
STANDBEKKIR  
HÁRKOLLUR  
GERVIBRJÓST  
SUNDBOLIR  
SJÚKRASOKKAR  
HJÓLASTÓLAR  
PRÍHJÓL  
HITAHLÍFAR  
SPELKUR  
SMÁHJÁLPARTÆKI

...ÁNÆGÐIR VIÐSKIPTAVINIR



Trönuhrauni 8 • Hafnarfjörður • Sími 565 2885 • [www.stod.is](http://www.stod.is)



## „Ég hef alltaf verið bjartsýnn“

- segir Sigmar Ó Maríusson, gullsmiður.

Margir kannast eflaust við Sigmar Ó. Maríusson, gullsmið, sem rak verslun við Hverfisgötuna í 34 ár. Færri vita þó að hann lenti í slysi ungur að árum, sem varð til þess að hann missti báða fætur. Ég mælti mér mót við Sigmar þar sem hann býr í Kópavoginum ásamt kettinum sínum Samma, sem hann hefur mikið dálæti á. Ég hringi dyrabjöllunni nokkrum sinum en enginn svarar. Ég rek þá augun í skilti á bílskúrnum þar sem á stendur Sigmar gullsmiður. Ég banka og geng inn og þar situr Sigmar niðursokkinn við vinnuborðið sitt. Hann hefur enn nóg að gera þrátt fyrir að vera kominn á áttæðisaldur. Sigmar býður upp á kaffi og við hefjum spjallið á kvöldinu örlogaríka sem breytti lífi hans í einni andrá.



*Sigmar á gullsmíðaverkstæði sínu í Kópavoginum. Hann hefur enn nóg að gera þrátt fyrir að vera kominn á áttæðisaldur. Myndir/kmh.*

„Þetta gerðist á dimmu nóvemberkvöldi árið 1956. Ég var 21 árs og var að vinna á Heiðarfjalli á Langanesi en þar var verið að byggja radarstöð á 6. áratugnum. Þar hafði ég unnið í 2-3 ár. Ég átti gamlan Willis-jeppa og var að sækja konu niðrí sveit fyrir kunningja minn. Þegar ég var á leiðinni með hana upp á fjallið ofhitnaði bíllinn og ég varð að stoppa. Ég fór út í einhverja bunu og náði mér í vatn og hljóp svo upp á veginn aftur. Ég var með ljósín á og var að hella í húddið þegar bíll kom ofan af fjallinu. Svo virðist sem fát hafi komið á bílstjóran því hann lenti beint aftan á mér. Ég varð á milli bílanna og það var mikið högg. Bíllinn minn hentist aftur á bak um átta metra. Þetta gerðist á sekúndubroti, eins og öll

slys. Ég missti aldrei meðvitund og man vel eftir slysinu. Annar fóturinn fór strax af neðan við hné og hinn brotnaði mjög illa. Farið var með mig til lækni sem var á Þórshöfn, en þangað var smá spölur. Ég var svo heppinn að hann var heima en þetta gerðist á laugardagskvöldi. Ég var eiginlega alveg orðinn meðvitundarlaus þegar ég kom þangað, vegna blóðmissis. Samt man ég vel eftir öllu. Læknirinn reyndi að bjarga fætinum sem eftir var og gerði að stúfnum á hinum fætinum. Pöntuð var sjúkraflugvél, en Björn Pálsson, sá frægi maður, var þá sjúkraflugmaður. Hann kom norður en þá gekk í norðan stórhríðarbyl og hann varð að lenda á Akureyri. Þar var hann veðurtepptur í tvær nætur. Þegar hann loksins komst austur í

mjög vondu veðri var kominn mánudagsmorgunn. Hann ætlaði með mig suður til Reykjavíkur en þá var aftur orðið ófært og hann varð að lenda á Akureyri. Ég man vel eftir þessu sjúkraflugi þrátt fyrir að ég væri orðinn talsvert slappur. Ég var lagður inn á spítalann á Akureyri og þar var Guðmundur Karl, sem var þekktur læknir á þeim tíma. Hinn fóturinn var tekinn af daginn sem ég kom á spítalann. Hann var alveg orðinn svartur. Ég var á spítalanum í ellefu mánuði. Þetta gekk ágætlega en tók langan tíma.“

### Unnusta og barn

Sigmar átti unnustu þegar hann lenti í slysinu, Þórdísi Jóhannsdóttur, sem síðar varð eiginkona hans. Hún vann



í eldhúsinu á Heiðarfjalli og gekk með fyrsta barnið þeirra. Sex mánuðum eftir slysið fæddi hún stúlku-barn. „Ég var ungur maður í vinnu og lífið framundan þegar ég lenti í slysinu. Ég var óráðinn, hafði verið í Laugaskóla tvo vetur og unnið á Heiðarfjalli. Þetta var ansi mikið áfall, líka fyrir samband okkar Þórdísar, sem hafði ekki staðið yfir í langan tíma, en það stóðst alla þessa erfiðleika. Þórdís dvaldi hjá vinafólki okkar á Akureyri á meðan ég var á spítalanum. Samband okkar var sterkt og fjölskylda hennar stóð mjög vel við bakið á mér.“ Aðspurður hvort honum hefði einhvern tímann fundist sem öllu væri lokið hjá sér, segist hann ekki hafa fundið fyrir því. „Ég var einhvern veginn alltaf svo ansi bjartsýnn, á góðum aldri og svona. Ég var sterkur, þannig séð, og það hvarflaði ekki að mér að gefast upp. Aðstandendur mínir stöppuðu í mig stálinu og það hjálpaði mér mikið. Mörgum finnst einmitt spítalatíminn dimmur og dapurlegur tími, eins og að vera í fangelsi, en það var ekki hjá mér. Ég var á stórri stofu þar sem var mikið rennerí af sjúklingum. Þetta voru mestmegnis ungir menn og það var alveg gríðarlegt fjör hjá okkur, þótt það hljómi nú einkennilega,“ segir Sigmar og hlær. „Það hjálpaði til. Maður kynntist mjög mörgum, en það var þó enginn þarna eins lengi og ég.“

### Fékk gervifætur

Sigmar og Þórdís fluttu til Reykjavíkur árið 1957 þar sem þau höfðu keypt sér nýja íbúð í Rauðalæk. Sama ár fór Sigmar á spítala í Danmörku til að fá gervifætur. „Það var ekki mikið um sjúkraþjálfara á þessum tíma á Íslandi, þannig að ég fékk enga þjálfun hér heima. En það var nóg af sjúkraþjálfurum í Danmörku. Konan sem þjálfaði mig hét frú Tyson og var sjálf með gervifætur. Ég fékk ansi góðan skóla hjá henni. Ég útskrifaðist af spítalanum eftir þrjá og hálfan mánuð og kom svo aftur heim í byrjun árs 1958. Mér gekk nokkuð vel að ganga með gervifætturna, gekk eiginlega alveg óhaltur. Ég notaði einn lítinn staf og



*Sigmar segir það hafa gengið vel að ganga með gervifætturna, hann hafi gengið svo til alveg óhaltur. „Ég notaði einn lítinn staf og hef aldrei þurft að nota armstafi eða hækjur.“*

„Þetta var ansi mikið áfall, líka fyrir samband okkar Þórdísar, sem hafði ekki staðið yfir í langan tíma, en það stóðst alla þessa erfiðleika.“

hef aldrei þurft að nota armstafi eða hækjur. Gervifæturnir voru nú ekki fullkomnir miðað við hvað er í boði í dag, en ég notaði þá í tólf ár með góðum árangri og gat farið um allt. Þegar ég var á spítalanum á Akureyri var enginn hjólastóll til þar. Ég pantaði mér hjólastól hjá Fálkanum í Reykjavík, sem var reiðhjólaverksmiðja. Þeir smíðuðu hjólastól og það tók margar vikur. Ég þurfti að standa straum af þeim kostnaði alveg sjálfur. Hjólastólar voru hreinlega ekki til hér á landi á þessum tíma. Eftir að ég fékk hjólastólinn voru mér allir vegir færir. Ég hætti að nota stólinn eftir að ég fékk gervifætur og gaf hann þá upp á Reykjalund.“

### Gullsmiður óskast

Sigmar segist hafa staðið á tímamótum í lífi sínu eftir að hann kom heim frá Danmörku. „Ég hefði sjálfsagt orðið sjómaður fyrir norðan ef ég hefði ekki lent í þessu slysi. Ég hafði alltaf einhverja tilhneigingu til sjáv-

ar. Síðan gerðist það einn morguninn þegar ég var að lesa Morgunblaðið að ég rak augun í litla auglýsingu þar sem óskað var eftir nema í gullsmíði. Ég skrifaði bréf og daginn eftir kom Halldór Sigurðsson gullsmiður heim til mín, sá sem hafði auglýst. Við töluðum saman í nokkrar mínútur og þá sagði hann að við skyldum bara fara niður á verkstæði og kíkja á þetta. Hann var mjög drífandi karlinn, Skagfirðingur mikill og góður. Verkstæðið var á Skólavörðustíg 2 og það voru nítján tröppur upp á hæðina þar sem hann var og ekkert handrið. Mér leist nú ekki alveg nógu vel á það fyrst, en það vandist allt saman. Halldór benti mér á stól sem ég átti að sitja í, rétti mér verkfæri og ég var bara byrjaður að vinna eins og skot. Það var ekkert kjaftæði í kringum það.“

En hvernig datt Sigmari í hug að svara þessari auglýsingu? „Ég var að leita mér að vinnu. Mér var m.a. búið að detta í hug að fara í kennarskóla. Ég gat ekki farið í hvaða vinnu sem var, ekki til sjós eða neitt slíkt. Ég hafði farið til sálfræðings, bara einn tíma, að mig minnir. Mér hafði verið ráðlagt það eftir að ég kom frá Danmörku til að reyna að átta mig betur á hlutunum og hvað ég gæti tekið mér fyrir hendur. Sálfræðingurinn, Kristinn Björnsson, sem er nýlátinn, ráðlagði mér að fara ekki í kennarann. Það hefur alltaf verið eitthvað smíðavesen á mér, handverksvit. Ég var alltaf að klambra eitthvað úr tré sem krakki, þannig að ég stökk bara á þetta þegar ég sá þessa auglýsingu og það gekk svona vel.“

### Eignaðist sex börn

Aðspurður hvort gullsmíðin hefði verið erfitt nám, segir Sigmar svo ekki vera. „Maður lærir bara í einn dag, svo kemur annar dagur og þá lærir maður eitthvað annað og svo koll af kolli. Ég var í sex ár hjá Halldóri, fjögur ár að læra og tvö ár sem sveinn. Halldór var ágætur maður. Hann var mikið fyrir norðan, var líka í hrossabúskap og var því ekki mikið við. Hann var duglegur að auglýsa og var mikið í tísku á þess-

um tíma. Seinna flutti Halldór á jarðhæðina í sama húsi, sem var mikill léttir. Það var nokkuð erfitt að fara upp og niður 19 tröppur og það fjórum sinnum á dag, vegna þess að í þá daga var alltaf farið heim í mat í hádeginu. Það var alltaf mikill gestagangur hjá okkur Þórdísi og skemmtilegt. Margt fólk að norðan gisti hjá okkur. Þórdís var bara heima, eins og allar konur þá, að ala upp börnin. Börnin komu svo hvert af öðru. Við eignuðumst fimm börn, fjórar stelpur og einn strákur, sem lést árs gamall. Við höfðum ekki mikla peninga milli handanna til að byrja með en þetta gekk allt vel.“

### Rak verslun í 34 ár

Árið 1964 stofnaði Sigmar sína eigin verslun og gullsmíðaverkstæði á Hverfisgötu 16A, sem hann rak í 34 ár. „Það gekk allt eins og í sögu og ég var búinn að vera með sex nema. Svo gerðist það að Hverfisgötunni var breytt í tvístefnugötu. Stöðumælarnir voru teknir í burtu og því ekki lengur nein bílastæði fyrir viðskiptavinum. Aðstæður gjörbreyttust við þetta og viðskiptin minnkuðu. Það hafði einnig verið brotist inn hjá mér tvívegis. Heilsan var líka aðeins farin að slakna og því ákvað ég að söðla um og flytja í Kópavoginn. Ég sé ekki eftir því. Ég hef ennþá alveg nóg að gera og er með sömu kúnnana.“

Á verkstæði Sigmars er margt um fallega gripi sem hann hefur hannað og smíðað. Hann notar mikið íslenska steina og berg og gripirnir hans eru afar sérstakir og fallegir. „Ég hef mjög gaman af að vinna við þetta. Ég er alltaf með fullt af hugmyndum, miklu fleiri en ég næ að smíða. Ef ég geri einn hlut þá fæ ég margar hugmyndir út frá honum. Núorðið geri ég minna af því að smíða skartgripi. Ég hef meira gaman af stærri gripum.“

Þórdís, eiginkona Sigmars, lést úr krabbameini 1982. „Ég kynntist síðar annarri konu, Ragnheiði Ríkarðsdóttur, og við eignuðumst eina dóttur. Við bjuggum saman í rúm 16 ár, en skildum fyrir fimm árum. Ég er samt ekki einn því ég hef hann



*Sigmar með köttinn sinn Samma, sem er sjö ára gamall. Á verkstæði Sigmars er margt fallegra gripa sem hann hefur hannað og smíðað. Hann notar mikið íslenska steina og berg og gripirnir hans eru afar sérstakir og fallegir.*

„Ég nota stólinn þegar ég fer eitthvað af bæ og er meira að segja farinn að nota hann þegar ég er heima. Ég notaði ekki hjólastól í þau 49 ár sem liðin eru frá því að ég lenti í slysinu.“

Samma, köttinn minn, sem ég hef átt í sjö ár og heldur mér félagsskap.“

### Heiðraður fyrir störf sín

Sigmar hefur verið félagi í Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu allt frá stofnun þess og hefur unnið ötullega að málefnum fatlaðra. Hann fékk m.a. Fálkaorðuna árið 1994 fyrir störf sín að málefnum fatlaðra. Einnig fékk hann gullmerki Sjálfsbjargar og heiðursmerki Íþróttasambands fatlaðra. Sigmar er vel þekktur og virtur innan gullsmíðageirans og hlaut heiðurskjal Gullsmíðafélagsins árið 2004. „Mér þykir vænt um að hafa fengið þessar viðurkningar. Ég skammast mín ekkert fyrir að viðurkenna það,“ segir hann. „Ég fylgist vel með baráttu fatlaðra. Hér áður fyrr tók ég virkan þátt í félags-

starfinu en það hefur minnkað með árunum. Ég er þó enn í ferlinefnd Sjálfsbjargar þar sem ég hef starfað í 25 ár.“

Sigmar er nýfarinn að nota hjólastól. „Ég er kominn með eitthvert bakvesen og get því ekki staðið nema stuttan tíma í senn. Ég nota stólinn þegar ég fer eitthvað af bæ og er meira að segja farinn að nota hann þegar ég er heima. Ég notaði ekki hjólastól í þau 49 ár sem liðin eru frá því að ég lenti í slysinu.“

Í þessu lætur Sammi á sér kræla. Hann hefur blundað meðan á viðtalinu stóð. Eflaust finnst honum tími til kominn að hætta þessu masi og fá sér eitthvað að éta. „Honum finnst gott að vera hér á meðan ég er að vinna. Eitt sinn tókst honum að senda fax og það kom til vegagerðarinnar í Borgarnesi. Það var hringt í mig þaðan og spurt hver hefði verið að senda fax og þá var það Sammi, sem hafði verið að tipla yfir tækið.“ Sammi er engin smásmíði, 7 kíló, hvorki meira né minna og augljóst er að hann hefur það gott hjá húsbónda sínum. Hann er enginn venjulegur köttur, enda étur hann úr forláta silfurskál.

*Texti/kmh.*

## Pökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

### Kópavogur

Á. Guðmundsson, Bæjarlind 8-10  
Barki ehf, Nybylavegi 22  
Bífreiðaverkstæði Friðriks Ólafsson, Smiðjuvegi 22  
Bífreiðaverkstæði Kópavogs, Skemmuvegi 24  
Bífreiðaverkstæði Toppur, Skemmuvegi 34  
Bílabræður ehf, Skemmuvegi 26  
Bílaverkstæði Bubba, Skemmuvegi 18  
Bílvogur ehf, Auðbrekka 17  
Björg ehf, Bryggjувör ehf  
Blikksmiðja Einars, Smiðjuvegi 4b  
Bókasafn Kópavogs, Fannborg 3-5  
Bókun og Endurskoðun, Hamraborg 1  
Byggðaðþjónustan, Box 97  
Ég C Gleraugnaverslun, Hamraborg 10  
Ferli ehf, Hlíðarsmára  
Glerskálinn ehf, Smiðjuvegi 42  
Hagblíkk ehf, Smiðjuvegi 4c  
Halldór Svansson, Jöklahlíð 8  
Hasso - Ísland ehf, Smiðjuvegi 6  
Hilmar Bjarnason, Daltúni 1  
Íslandsspil, Smiðjuvegi 11a  
Íslenskir Söfnunarkassar, Smiðjuvegi 11a  
Íspan, Smiðjuvegi 7  
J g S Bílaleiga, Lækjarsmára 6  
Jaro sf, Fjallalind 137  
Járnsmiðja Óðins, Smiðjuvegi 2b  
Jumbó, Kársnesbraut 112  
Kópavogsbær, Fannborg 2  
Litlaprent ehf, Skemmuvegi 4  
Reynir bakari ehf, Dalvegi 4  
Sjúkranuddstofa Silju, Huldubraut 2  
Sólning, Smiðjuvegi 68-70  
Spilverk ehf, Skemmuvegi 8  
Tempra Húsaplast, Dalvegi 24

### Garðabær

Ásgeir Einarsson ehf, Garðaflöt 37  
Garðabær, Garðatorgi  
Garðasókn, Kirkjulundi  
Héðinn Schindler Lyftarar, Lyngási 8  
Kjarnavörur, Miðhrauni 16  
Kjarrið Leiksskóli, Rjúpnahæð 1  
Loftorka, Miðhrauni 10  
Sportis, Austurhrauni 3  
Túnverk ehf, Löngumýri 17

### Hafnarfjörður

Ás Fasteignasala, Fjarðargötu 17  
Beco og Mathiesen, Bæjarhrauni 10  
Bílaþjálari, Sléttahrauni 21  
Bónusvideó ehf, Lækjargötu 2  
Classic Rock, Stekkjarhvammi 5  
Fjörkráin hf, Strandgötu 25  
Gaflarar ehf, Box 237  
H. Jakobsen, Reykjavíkurvegi 66  
Hafnarfjarðarkirkja, Box 395  
Hagstál ehf, Brekkutröð 1

Hagtak hf, Fjarðargötu 13-15  
Hagverk ehf, Bæjarflöt 2  
Haukar knattspyrnufélag, Ásvöllum  
Heiðar Jónsson Járnsmiði, Skútahrauni 9  
Hlaðbær Colas, Hringhellu 6  
Hraunholt ehf, Dalshrauni 15  
Hreingerningaráþjónustan, Vesturholti 3  
Írafell Fiskverkun, Box 13  
Kerfi, Flatahrauni 5b  
Rafgeymasalan, Dalshrauni 17  
Snittvélin ehf, Klausturhvammi 18  
Spennubreytar ehf, Trönuhrauni 5

### Keflavík

Bústoð hf Tjarnargötu 2  
Geimsteinn, Skólavegi 12  
Húsagerði hf, Hólmgarði 2c  
Húsanes ehf, Hafnargötu 20  
Íslandsmarkaður, lðavöllum 7  
Keflavíkurkirkja, Kirkjuvegi 25  
Reykjanesbær, Víkurbraut 11

### Njarðvík

Íslenskur markaður, Flugstöð Leifs Eiríkssonar  
Samband Sveitafélaga, Fitjum  
Sparrí ehf, Bolafót 9  
Trésmiðja Stefáns, Brekkustíg 38

### Mosfellsbær

Búnaðarsamband Kjalarnesþings, Þverholti 3  
Garðplöntustöðin Gróandi, Grásteinum  
Glertækni ehf, Völuteig 21  
Gróandi Garðyrkjustöð, Grásteinum  
Hestaleigan, Laxnesi  
Hlíð Leikskóli, v/Hlaðhömru  
Ísfugl ehf, Reykjavíkurvegi 36

### Akranes

Akur Trésmiðja, Smiðjuvöllum 9  
Bífreiðastöð Þórðar, Dalbraut 6  
Brautir ehf, Dalbraut 16  
Byggðasafnið Görðum, Akranesi  
Glerhöllin ehf, Ægisbraut 30  
Hjólbarðaviðgerðin, Dalbraut 14  
Hóppferðabílar Reynis, Jörundarholti 39  
Smurstöð Akraness, Smiðjuvöllum 2

### Borgarnes

Borgarbyggð, Borgarbraut 11-13  
Bókhalds og Tölvuþjónustan, Böðvarsgötu 11  
Búvangur ehf, Brúarlandi  
Hvítársíðurhreppur, Sámstöðum  
Jóhannes Sig ehf, Vogalæk  
Loftorka Borgarnesi, v/ Engjaás

### Hellissandur

Hárgreiðslustofa Gunnhildar, Keflavíkurgötu  
Hraðfrystihúsið á Hellisandi, Hafnarbakka 1

### Búðardalur

Hjúkrunarheimilið, Fellsenda  
Hjörtur Einarsson, Neðri Hundadal

### Ísafjörður

3xStál ehf, Sindragötu 5  
Hjólbarðaverkstæði, Sindragötu 14  
Ísafjarðarbær, Hafnarstræti 1

### Hvammstangi

lðnþróunarfélag Norlendinga, Höfðabraut 6

### Skagatrönd

Elfa ehf, Oddgötu 22

### Sauðárkrókur

Bilrún, Borgarteig 7  
Fisk Seafood, Eyrarvegi 18  
Friðrik Jónsson, Borgarröst 8  
Hólaskóli Hólum í Hjaltadal,  
Kaupfélag Skagfirðinga, Ártorgi 1

### Siglufjörður

Egilssild hf, Gránugötu 27-29  
Jóhannes Egilsson, Gránufélagsgötu 27-29

### Akureyri

Akureyrarkirkja, Box 442  
Ásbyrgi hf, Frostagötu 2a  
Blikkrás ehf, Öseyri 16  
Brúin ehf, Hjallargötu 20  
Búsetudeild, Glerárgötu 26  
Byggingafélagið Hyrna, Dalbraut 1  
Eining - lðja, Skipagötu 14  
Félag verslunar og skrifstofufólks, Skipagötu 14  
Geisli Gleraugnaverslun, Kaupvangi  
Greifinn hf veitingahús, Glerárgötu 20  
Halldór Ólafsson úrsmiður, Glerártorgi  
Hara ehf, Furuvöllum 13  
Íþróttamiðstöð Glerárlaus, v/Höfðahlíð  
Kjarnafæði hf, Fjölninggötu 16  
Siglufjarðarkaupstaður, Gránugötu

### Dalvík

BHS ehf, Fossbrún 2

### Ólafsfjörður

Heilsugæslustöð Ólafsfjarðar, Hornbrekku

### Húsvík

Geitey ehf, Geiteyjarströnd

### Laugar

Norðrúppóll ehf, Laugabrekku



## Pökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

### Pórshöfn

Ferðapjónustan Ytra Álandi,  
Hraðfrystihús Þórshafnar, Eyrarvegi 16

### Vopnafjörður

Hofskirkja, Ásbrandsstöðum

### Egilsstaðir

Hitaveita Egilsstaða og Fella, Einhleypingi 1  
Skógrækt ríkisins, Miðvangi 2-4

### Seyðisfjörður

Hársnyrtistofan Lokkafin, Hafnargötu 28

### Reyðarfjörður

Gáma og Tæknileigan, Búðargerði 155

### Eskifjörður

Eskja ehf, Strandgötu 39

### Breiðdalsvík

Héraðsdýralæknir, Ásvegi 31  
Hótel Bláfell, Sólvöllum 14

### Höfn í Hornafirði

Skinney-Þinganes, Krossey  
Sveitarfélagið Hornafjörður, Hafnarbarut 27

### Selfoss

K.P.M.G., Austurvegi 4  
Borgarhús hf, Minni Borg  
Gaulverjabæjarhreppur, Gaulverjabæ  
Harpa Dís Harðardóttir, Björnskoti  
Hraungerðishreppur, Þingborg  
Jeppasmiðjan ehf, Ljónsstöðum  
Plastiðjan ehf, Gagnheiði 17

### Hveragerði

Hveragerðisbær, Hverahlíð 24

### Þorlákshöfn

Trésmiðjan Fagus, Unubakka 20

### Hvolsvöllur

Helga Hansen, Stóragerði 3  
Holtsprestakall Holti  
Krappi ehf, Ormsvöllum 5

### Vík

Byggingafélagið Klakkur, Smiðjuvegi 9  
Hótel Vík, v/Kleppsveg  
Klakkur Byggingafélag, Smiðjuvegi 9

### Kirkjubæjarklaustur

Kirkjubæjarskóli, Á Síðu

### Vestmannaeyjar

Bergur ehf, Hrauntúni 46  
Eyjaradíó, Skólavegi 13  
Ísfélag Vestmannaeyja, Strandvegi 28  
Karl Kristmannsson, Ofanleitisvegi 15-19

## SJÁLFSBJÖRG

## Aðgengi fyrir alla, alltaf, alls staðar



Þorbjörn  
Fiskanes



## Vinningar fyrir rétta lausn á myndagátu

Þrír vinningar eru veittir fyrir rétta lausn á myndagátunni. Að þessu sinni er um að ræða kveikjara merka Sjálfsbjörg, tilvaldir til að kveikja á kertum eða grillinu næsta sumar. Lausnir sendist til Sjálfsbjargar, lsf. Hátúni 12, 105 Reykjavík og merkið umslagið „myndagáta.“ Skilafrestur er til 15. febrúar 2006.

Verðlaun fyrir lausn á krossgátu síðasta tölublaðs eru leðurlykla-

kippur, merktar Sjálfsbjörg. Lykla-kippurnar hafa þegar verið sendar vinningshöfunum, sem eru: Friðrik Friðriksson, Sigtúni 21, 105 Reykjavík; Áki Heinz Haraldsson, pósthólf 47, 902 Vestmannaeyjar; Minný Kristbjörg Eggertsdóttir, Brimnesvegi 22, 625 Ólafsfjörður; Ingibjörg Sigfúsdóttir, Sléttuvegi 9 a, 103 Reykjavík og Guðbrandur Jóhannsson, Dilksnesi, 781 Höfn. Lausnin var: „Í einum grænum.“

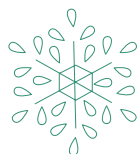
[WWW.SJALFSBJORG.IS](http://WWW.SJALFSBJORG.IS)

# Jólamyndagátan





*SPV óskar viðskiptavinum sínum  
og landsmönnum öllum gleðilegra jóla  
og farsældar á komandi ári.*



**spv**

[www.spv.is](http://www.spv.is)