



Klifur

Fréttablað Sjálfsbjargar, 2. tbl. 2006, 17. árg.

Sveitasæla Krika



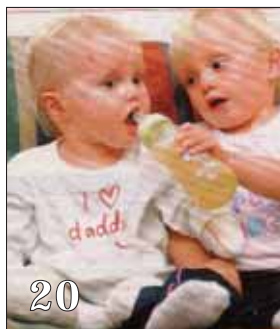
Að afloknu þingi



Enn er mikil barátta framundan

-viðtal við Guðríði Ólafsdóttur,
félagsmálafulltrúa ÖBÍ.





Efnisyfirlit:

Ritstjóraspjall	3
Halaleikhópurinn - Sýndi snilldartakta í Pókók	5
Þing Sjálfsbjargar - Ályktað um fjölmörg baráttumál	6
Framtíðarsýn fyrir Sjálfsbjörg - Ragnar Gunnar Þórhallsson, skrifar	7
Ný-ung - Margt spennandi í gangi	8
Sjálfsbjargarheimilið - Fyrirmyndarstofnun SFR	11
Ánægja með hjólastóla - Niðurstöður rannsóknar	12-13
Draumur í dós Ný-ungar - Framtíðarsýn unga fólksins	16-17
Missti hendur og fætur vegna víruss - Tveggja ára gömul bresk stúlka	20
Formannspistill - Grétar Pétur Geirsson	21
Sæmd heiðursmerki - Ólöf Ríkarðsdóttir	22
Kriki við Elliðavatn - Margt um að vera í sumar	23
Enn er mikil barátta framundan - Viðtal við Guðríði Ólafsdóttur, félagsmálafulltrúa ÖBÍ	24-27
Krossgátan	31

Klifur



Fréttablað Sjálfsbjargar

Útgefið af:

Sjálfsbjörg landssambandinu og
Sjálfsbjörg, félagi fatlaðra á
höfuðborgarsvæðinu.

Sjálfsbjörg, landssambandið:

Hátún 12, 105 Reykjavík
sími: 550-0300, fax: 550-0399
mottaka@sjalfsbjorg.is

Sjálfsbjörg, félag fatlaðra á höfuðborgarsvæðinu:

Hátún 12, 105 Reykjavík
sími: 551-7868
johanna@sjalfsbjorg.is

Ritstjóri:

Kristrún M. Heiðberg.

Ábyrgðarmenn:

Ragnar Gunnar Þórhallsson
Hannes Sigurðsson.

Hönnun og umbrot:

Kristrún M. Heiðberg.
kmheidberg@simnet.is

Prentvinnsla:

Íslandsprent.

ISSN 1670-312X



Á forsíðu er mynd af Guðríði Ólafsdóttur, félagsmálafulltrúa Öryrkjabandalags Íslands. Viðtal við Guðríði er að finna á bls. 24 í blaðinu. Mynd/kmh.

Ritstjóraspjall

Sumarið er komið og eflaust margir sem hugsa til þess að komast í langþráð sumarfrí í sól og blíðu. Klifur er fullt af áhugaverðu efni sem gaman er að lesa, t.d. í sumarfríinu. Birt er athyglisvert viðtal við Guðríði Ólafsdóttur, félagsmálafulltrúa Öryrkjabandalags Íslands. Guðríður þekkir vel til þeirra sem minna mega sín í þjóðfélaginu. Hún segir marga búa við afar bág kjör. „Mér finnst oft vanta skilning hjá pólitíkusum. Ég veit ekki hvort nokkur þeirra geri sér almennilega grein fyrir því hvernig ástandið er í raun. Firingin hjá þeim er orðin svo mikil,“ segir Guðríður m.a. annars. Hún segir mikilvægt að þeir sem haldi um stjórnartaumana hafi skilning á lífi fólksins í landinu. Áhugavert viðtal sem ég hvet lesendur til að láta ekki framhjá sér fara.

Það er mikill kraftur í Halaleikhópnum. Nýverið sýndi hann verkið Pókók eftir Jökul Jakobsson. Undirrituð brá sér á sýninguna og skemmti sér konunglega. Synd að uppfærslan skyldi ekki hafa fengið meiri aðsókn og athygli. Í viðtali við Hönnu Margréti Kristleifsdóttur, fyrrverandi formanns Halaleikhópsins, hér í blaðinu segir hún að reynt hafi verið að komast að í fjölmiðlum, en það hafi fengið dræmar undirtektir. „Það er eins og sumir komist alltaf að í fjölmiðlum á meðan það reynist erfiðara fyrir aðra,“ segir Hanna Margrét m.a. annars. Já, það er margt til í þessu hjá henni. Þegar hugsað er út í það þá er svo til alltaf sama fólkið í fjölmiðlum. Það er eins og sumir



megi ekki gera hina ómerkilegustu hluti þá þurfi að segja alþjóð frá því. Mér dettur í hug ein ung listakona sem fékk þá hugdettu að fara í sleik við nokkra vini sína og taka herlegheitin upp á myndband. Allt var þetta svo sýnt í sjónvarpinu og síðan rætt við listakonuna lengi á eftir, um hvernig henni hefði nú liðið! En þetta kallast víst list.

Draumur í dós Ný-ungar er athyglisverð grein, sem birt er í blaðinu. Þar er fjallað um sýn hreyfihamlaðra ungmenna á framtíðina. Þar segir frá tveimur þörum, Jóni og Gunnu, annars vegar og Adam og Evu, hins vegar. Adam og Eva eru frábrugðin Jóni og Gunnu að því leyti að þau eru hreyfihömluð. Þau búa hins vegar í Paradís, framtíðarsýn unga fólksins. Eva Þórdís segir m.a. „Draumur Ný-ungar, og ég þori að fullyrða alls fatlaðs fólks, hvort sem það er ungt eða gamalt, er að geta staðið jafnfætis öðrum í lífinu. Að fötlun þeirra sé styrkur. Draumurinn er að Adam og Eva séu ekki goðsagnarverur í ímynduðum heimi heldur að við getum öll verið Jón og Gunna.“

Gleðilegt sumar.

Kristrún M. Heiðberg, ritstjóri.



Afsláttur af bifreiðagjöldum

Ökutæki í eigu þeirra sem njóta örorkubóta eða umönnunarbóta vegna örorku barna eru undanþegin bifreiðagjaldi. Hafið þó eftirfarandi í huga: Einungis er veitt undanþága á eina bifreið fyrir hvern réttthafa. Úrvinnslugjald er ekki undanþegið og þarf að greiða. Ekki er fellt niður bifreiðagjald af bifreið sem er 3.500 kg. (eigin þyngd) og nýtt í atvinnurekstri. Athugið að eigandi að ökutæki sem komið er með á móttökustaði til förgunar skal fá 15.000 kr. í skilagjald.

Þeir sem ekki fá sjálfkrafa niðurfellingu á bifreiðagjaldi geta beðið þjónustumiðstöð Tryggingastofnunar ríkisins í síma 560-4400, eða umboðin um að koma staðfestingu á bótarétti til Ríkisskattstjóra.

Næsti skiladagur fyrir efni í Klifur

Þeim sem vilja koma efni að í næsta Klifri, sem kemur út í september er bent á að hafa samband við Krístrúnu M. Heiðberg ritstjóra fyrir 15. ágúst. 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. Endilega látið í ykkur heyra.

Hægt er að hafa samband við Krístrúnu í síma 587-4798, 898-3098, eða í kmheidberg@simnet.is.

www.sjalfsbjerg.org.is



Kynning á hjálparhundum

Hér á landi er ekki algeng sjón að sjá fólk með hjálparhunda. Þjónustuhundar, eins og þeir eru kallaðir, hafa verið þjálfaðir af Auði Björnsdóttur, sem er ein af fáum Íslendingum sem hefur menntað sig til þess að þjálfra slíka hunda.

Í apríl síðastliðnum kynnti Auður hlutverk hjálparhunda í Halanum í húsi Sjálfsbjargar, Hátúni 12, með

aðstoð Tryggs, en auk þess dansaði hundurinn Töfri fyrir áhorfendur.

Hundurinn Tryggur og Auður þjálfari hans sýndu hve ómetanlegar hjálparhellur hundar geta reynst fötluðu fólki. Tryggur getur sótt hluti, lokað dyrum og kveikt ljósið svo fátt eitt sé nefnt. Hjálparhundar geta einnig aðstoðað fólk við að klæða sig í og úr fötum og jafnvel sett í þvottavél.

Þingfrumvarp um P-merkt stæði fatlaðra

Á síðasta þingi var lagt fram frumvarp um breytingar á umferðarlögum í þá veru að það verði umferðarlagabrot að leggja í P-merkt stæði fatlaðra. Breytingin hefði í för með sér að sektarupphæð og viðurlög yrðu meiri en þau eru í dag.

Frumvarpið, sem lagt var fram af Valdimari L. Friðrikssyni, þingmanni Samfylkingarinnar, var ekki afgreitt á síðasta þingi. „Eins og staðan er í dag er ekki um að ræða sekt fyrir að leggja í stæði merkt fötluðum, heldur viðbótarstöðugjald. Gjaldið nemur 2.500 krónum,“ segir Valdimar. „Tilgangurinn með frumvarpinu er að það sé alveg skýrt í lögum að ófatlaðir séu að



fremja lögbrot og skulu sektaðir fyrir. Ég tel að sé sektin nógu há, kr. 30 þúsund eða meira, ætti það að hafa fælingarmátt.“

Að sögn Valdimars verður frumvarpið lagt fram á ný í haust.

Halaleikhópurinn:

Sýndi snildartakta

í Pókók

Syning Halaleikhópsins á gamanleikritinu Pókók, í leikstjórn Vilhjálms Hjálmarssonar, hlaut afar góðar viðtökur. Þetta er í fyrsta sinn sem leikhópurinn tekur fyrir farsa af þessu tagi og óhætt að segja að vel hafi tekist til.



Árni Salomonsson og Jón Freyr Finnsson léku Stenna Stím og Kidda gufu, óprúttna þjófá og hrappa. Myndir/Rósa Jóhannsdóttir.

Áberandi var hversu margir leikarar skiluðu hlutverki sínu vel og náðu góðum tókum á gamanleiknum. Í leiklistargagnrýni Morgunblaðsins sagði m.a. „Eins og svo oft áður má Halaleikhópurinn vera hreykinn af uppsetningu með fjölda leikara sem bæði eru fatlaðir og ófatlaðir, með skemmtilegri og vandaðri umgjörð og leikgleði sem á sér ekki hliðstæðu annars staðar.“

„Við auglýstum eftir áhugaleikurum til að taka þátt í sýningunni og fórum líka sjálf á stúfana,“ segir Hanna Margrét Kristleifsdóttir, fyrrverandi formaður Halaleikhópsins. „Ég greip t.d. bróður minn, sem lék eitt af aðalhlutverkunum, Óla spreng. Hann hefur verið að leika fyrir leikfélag Mosfellssveitar, auk þess að leika í sjónvarpsauglýsingum o.fl. Á endanum höfðum við úr góðum hópi að velja og útkoman var vel heppnaður gamanfarsi. Við fengum frábæra dóma og vorum sérstaklega ánægð með góða leiklistargagnrýni sem birtist í Morgunblaðinu.“

Að sögn Hönnu Margrétar höfðu margir á orði að það væri synd að

ekki skyldu fleiri sjá sýninguna. „Við auglýstum sýningarnar í Morgunblaðinu og reyndum ítrekað að komast að í fjölmiðlum en það sýndu því fáir áhuga, því miður. Halaleikhópurinn er auðvitað svolítið sérstakur leikhópur, með fatlaða sem og ófatlaða innanborð, og þess vegna hefði maður haldið að fjölmiðlar sýndu honum áhuga. Ég tala nú ekki um þegar verið er að sýna verk eftir þekktan höfund eins og Jökul Jakobsson, en Pókók var einmitt hans fyrsta leikrit. Það er eins og sumir komist alltaf að í fjölmiðlum á meðan það reynist erfiðara fyrir aðra.“

Þrátt fyrir að sýningum á Pókók sé lokið er Halaleikhópurinn þó hvergi nærri farinn í frí. „Við erum þegar farin að undirbúa næstu sýningu. Það verður frumsamið verk eftir Ármann Guðmundsson, sem mun einnig leikstýra verkinu. Áætlað er að æfingar hefjist í desember n.k. eða í byrjun janúar 2007. Halaleik-



Bjarki Gunnarsson, í hlutverki lögreglumannsins, og Ásdís Úlfarsdóttir í hlutverki heimasætunnar frá Hreggnasastöðum.

hópurinn heldur einmitt upp á 15 ára starfsafmæli sitt á næsta ári, þannig að það verður mikið um að vera hjá þessum kraftmikla leikhópi,“ segir Hanna Margrét að lokum.

-kmh.

Ályktað um fjölmörg baráttumál

33. þing

Sjálfsbjargar,
landssambands
fatlaðra.



„Það er hlutverk okkar samtaka að horfa fram á við og ryðja nýjar brautir. Merki okkar er jú maður að klífa kletta en ekki maður að flatmaga á sólarströnd,“ sagði Ragnar Gunnar Þórhallsson, formaður Sjálfsbjargar landssambandsins, m.a. í ræðu sinni við upphaf þingsins.
Myndir/Ása Hildur.

Yfirskrift þingsins að þessu sinni var Framtíðarsýn og var þá litið til innra og ytra starfs samtakanna, baráttumála og framtíðarsýnar Sjálfsbjargarheimilisins. „Það er hlutverk okkar samtaka að horfa fram á við og ryðja nýjar brautir. Merki okkar er jú maður að klífa kletta en ekki maður að flatmaga á sólarströnd,“ sagði Ragnar Gunnar Þórhallsson, formaður Sjálfsbjargar landssambandsins, m.a. í ræðu sinni við upphaf þingsins.



Sjálfsbjörg, landssamband fatlaðra, hélt 33. þing sitt að Hátúni 12 í Reykjavík dagana 19. og 20. maí. Þingið ályktaði m.a. um heimaþjónustumál, stoðþjónustu og hjálpartækjamál. Einnig var ályktað um væntanlegt frumvarp til laga um mannvirki, sem er í undirbúningi hjá umhverfissráðuneytinu, og koma skal í stað eldri byggingarlaga. Þetta frumvarp snertir stærsta hagsmunamál Sjálfsbjargar, að tryggja aðgengi allra að byggingum og umhverfi. Munu samtökin fylgjast náið með framgangi þess.

Ragnar Gunnar sagði að skipta mætti helstu málefnum Sjálfsbjargar í nokkra málaflokka. Fyrsti málaflokkurinn snerist um að tryggja aðgengi allra að byggingum og umhverfi. Í því sambandi nefndi hann nýtt frumvarp til laga um mannvirki sem vonandi yrði lagt fram á Alþingi sem fyrst. Annar málaflokkurinn snerist um stoðþjónustu, að fatlaðir fái notið stoðþjónustu í víðasta skilningi þess orðs. Tilgangurinn sé að fatlaðir geti verið sjálfbjarga og tekið þátt í samfélaginu á sínum forsendum á jafnréttisgrundvelli. Mál eins og heimaþjónusta, persónuleg liðveisla, hjálpartæki og samgöngumál

féllu undir þann málaflokk. Þriðji málaflokkurinn sem Ragnar Gunnar nefndi var kjaramálin, framfærslutekjur fatlaðra. „Vaxandi tekjumunur milli hópa í samfélaginu kallar á ýmsar spurningar um það hvert stefnir í framfærslutekjum þeirra fatlaðra, sem treysta á greiðslur úr almannatryggingakerfinu og lífeyrisgjöldum. Að auki þarf að skoða frágrunni þá stefnu, eða réttara sagt það stefnuleysi stjórnvalda, sem felst í því að letja, ég endurtek letja, fatlaða til þátttöku á vinnumarkaði. Hér þarf breytingar, sem byggja á stefnumörkun, sem hlýtur að fara fram í samráði við samtök fatlaðra.“

Ragnar Gunnar sagði að lokum að

velferðarkerfið væri ekki bara fyrir þá sem þyrftu að nota það á hverjum tíma heldur fyrir alla landsmenn sem vita og vilja að það sé til staðar þegar á þarf að halda. „Það skyldi þó ekki vera að þetta sama velferðarkerfi sé einn grundvallarþátturinn í þeirri áræðni og nýsköpun sem margir vilja kenna samtímann á Íslandi við?“

Á þinginu var kosin ný framkvæmdastjórn Sjálfsbjargar en í henni eiga sæti Ragnar Gunnar Þórhallsson, formaður, Kolbrún Dögg Kristjánsdóttir, varaformaður, Þórir Steingrímsson, gjaldkeri, Anna Guðrún Sigurðardóttir, ritari og Herdís Ingvadóttir, meðstjórnandi.



Glatt á hjalla. Hjónakornin Jón Þorgeirsson og Jónína Björgvinsdóttir frá Vopnafirði tóku hraustlega undir í söngnum.

„Að auki þarf að skoða frá grunni þá stefnu, eða réttara sagt það stefnuleysi stjórnvalda, sem felst í því að letja, ég endurtek letja, fatlaða til þátttöku á vinnu- markaði. Hér þarf breytingar, sem byggja á stefnu- mörkun, sem hlýtur að fara fram í samráði við samtök fatlaðra.“

Framtíðarsýn fyrir Sjálfsbjörg

Samtök eins og Sjálfsbjörg þrífast á því að hafa framtíðarsýn. Tilvist samtakanna byggir á þeirri skoðun að ríkjandi ástandi í málefnum fatlaðra beri að breyta til betri vegar. Með skýrri framtíðarsýn vitum við hvert förinni er heitið, sem aftur kallar á framþróun hagsmunamála. Félagsmenn, liðsheildin, veit þá hvaða markmiðum skal unnið að. Þannig aukast líkurnar á árangri. Nauðsynlegt er að móta framtíðarsýn sem felur í sér að efla Sjálfsbjörg enn frekar til átaka. Auka starfið að hagsmunamálum, veita aðildarfélögum, félagsmönnum, einstaklingum og fyrirtækjum meiri og betri þjónustu en nú er mögulegt. Til þess þurfa samtökin fleira starfsfólk, sem vinnur með grasrótinni, félagsmönnum, stjórnvöldum og öðrum.

En hvernig er þetta mögulegt þegar halli hefur verið á rekstri síðustu ár? Stór hluti árlegra tekna Sjálfsbjargar eru háðar verulegum sveiflum. Æskilegt er að auka tryggari tekjur. Hug-



Ragnar Gunnar Þórhallsson, formaður Sjálfsbjargar landssambandsins, skrifar.

myndir eru uppi um að draga úr fasteignarekstri og eignaumsýslu og láta hluta af sölu eigna og ýmsar óreglulegar tekjur eins og erfðafé renna í sérstakan rekstrarsjóð, sem gæti skilað árlegum tekjum. Vaxtatekjur úr sjóðnum rynnu til almenns rekstrar samtakanna, til viðbótar núverandi tekjustofnum. Til þess að þetta sé mögulegt verður að stöðva núverandi hallarekstur og byggja upp fjárhaginn. Það erfðafé sem Sjálfsbjörg hefur hlotnast frá velviljuðu fólki hefur skipt sköpum fyrir samtökin þó samtökunum hafi sjaldan tæmst

Nauðsynlegt er að móta framtíðarsýn sem felur í sér að efla Sjálfsbjörg enn frekar til átaka. Auka starfið að hagsmunamálum, veita aðildarfélögum, félagsmönnum, einstaklingum og fyrirtækjum meiri og betri þjónustu en nú er mögulegt. Til þess þurfa samtökin fleira starfsfólk, sem vinnur með grasrótinni, félagsmönnum, stjórnvöldum og öðrum.

arfur. Þetta fé má nýta betur sem varanlegan tekjustofn til langs tíma. Þá verður Sjálfsbjörg færari um að stíga stærra skref í átt til þess raunverulega jafnréttis og samfélagsþátttöku, sem samtökin berjast fyrir á öllum sviðum daglegs lífs fatlaðra.

Hvað hefur drifið á daga

Ný-ungar í vetur

Síðastliðið sumar var Öryrkinn ósigrandi á ferð og flugi, upp um fjallshlíðar og málaði bæinn rauðan. Í haust var svo frumsýnd kvikmynd um kappann. Verkefnið heppnaðist í heild sinni vel og hefur vegur öryrkjans vaxið og dafnað. Einnig var ætlunin að halda úti miklu verkefni til stuðnings róðri Kjartans Jakobs en illa gekk að fá dagsetningar til að stemma og varð því lítið úr því. Ný-ung var þó með Kjartani í anda.



Meðlimir Ný-ungar eru duglegir að funda. Óhætt er að segja að frá þeim komi oft nýstárlegar og skemmtilegar hugmyndir, sem hafa vakið athygli.

Ungmennaskiptaverkefnið sem hreyfingin hefur stofnað til á síðustu árum héldu áfram og var fyrir það fyrsta tekið á móti stórum hópi Finna og Austurríkismanna í Reykjadal snemma á vordögum. Farið var með liðið á hefðbundna íslenska túristastaði og samskipti rædd þess á milli. Á hásumri hélt lítill hópur í viking til Belgíu og naut sín til fullnustu og ræddi sýn sína á lífið og tilveruna yfir góðum bjór. Þegar leið á haust hélt annar líttill hópur til Finnlands til að spila sína hardcore pönk tónlist fyrir unnendur slíkrar tónlistar í Helsinki.

Haustið hófst svo á fyrsta formlega aðalfundi Ný-ungar eins og við þekkjum hana í dag og voru þar end-

Tilgangur þessara sérstöku skilta var að snúa viðteknum gildum við og gefa ófötluum kost á að upplifa það að leggja í sérmerkt staði.

urkjörin Eva Þórdís Ebenezersdóttir sem formaður og Gunnar Guðmundsson sem nýr gjaldkeri. Að loknum spennandi fundi og kosningum var svo haldið á Thorvaldsen til að fá sér gott í gogginn.

Fyrsta stóra verkefni Ný-ungar í

vetur var veiting Hressleika og Hvatningarverðlauna á Alþjóðadegi fatlaðra 3.des. Töluverð undirbúningsvinna fólst í veitingunni að þessu sinni því í raun komu tveir staðir til greina fyrir Hressleikann. Annars vegar Alþingi fyrir breytingar og gott aðgengi á þingpalla, og hins vegar bygging Háskólans í Reykjavík við Ofanleiti. Því var góður tími tekinn í að skoða báða staði og velta málunum fyrir sér. Það var á endanum Alþingi sem hreppti Hressleikann 2005 fyrir glæsilegar breytingar sem gera fötluum kleift að fylgjast með þingfundum án vandræða. Hvatningin

féll í skaut Þjóðleikhússins og var það þrautin þyngri að ná myndum af húsinu vegna þess hve aðgengið var slæmt. Á þessum tíma var þó byrjað að huga að endurbótum sem nú eru komnar í gagnið. Viðurkenningarnar voru svo veittar við hátíðlega afhöfn í Alþingishúsinu. Svo er bara sjá hvort Þjóðleikhúsið standist kröfur Hressleikans næsta vetur.

Um sama leyti mættu fulltrúar Ný-ungar á fund hjá ÖBÍ þar sem ákveðið var að fara í meðmælagöngu. Það er gleðiefni að segja frá því að það var Ný-ungar meðlimur sem kom með þá uppástungu að fara í meðmælagöngu en ekki mót-mæla og erum við stolt að ÖBÍ tók svo vel í þessa hugmynd. Gangan var svo gengin við þinglok og þingflokksformönnum afhentar jólagjafir og voru í þeim hópi tveir Ný-ungarliðar. Það má því segja að Ný-ung hafi látið sjá sig á göngum Alþingis í desember.

Næsta mál á dagskrá var svo Vetrarhátíð í Reykjavík árið 2006. Ný-ung tók þátt árið 2005 við góðar viðtökur en meðlimir voru sammála um að við gætum bætt okkur, og var ákveðið að gera mun betur í ár. Viðburðir Ný-ungar í dagskrá Vetrarhátíðar voru þrír. Í fyrsta lagi þá var ætlunin að fara á skauta á tjörninni en því miður var einstaklega gott veður og hlýtt í febrúar og tjörninn ekkert á þeim buxunum að frjósa fyrir okkur. Í öðru lagi létum við útbúa skilti þar sem á stóð: „Þetta bílastæði er því miður einungis ætlað ófötluðum!“ og var þeim dreift á 20 bílastæði í Kvosinni. Tilgangur þessara sérstöku skilta var að snúa



Fengist hefur styrkur til að setja saman upplýsingabækling fyrir hreyfihamlaða verðandi foreldra. Þetta verkefni verður unnið á heilu ári en hefst nú í sumar.

viðteknum gildum við og gefa ófötluðum kost á að upplifa það að leggja í sérmerkt stæði. Í þriðja lagi þá stóð Ný-ung fyrir hugmyndasölu á mannréttindatorgi í ráðhúsinu. Sett var upp sölutjald og hugmyndir boðnar á 20 kr. stykkið eða 100 kr. 5 stykki, gott tilboð það. Hugmyndirnar voru í fimm flokkum, ferðalög, heimili, menntun, skemmtun og verslun. Þarna mátti finna hugmyndir eins og að fara í bíó, fara í froðubað og stunda háskólanám. Enn má nálgast hugmyndirnar á skrifstofu Ný-ungar. Á mannréttindatorginu voru samankomin Amnesty International, Félag kvenna af erlendum uppruna og Feministafélagið með fjölbreytta viðburði, og svo auðvitað við. Heppnaðist þetta allt með miklum ágætum og er það von okkar að þátttaka í Vetrarhátíð verði árviss viðburður.

Nú snemma vors var svo haldið aðstoðarmannanámskeið og var það undir styrkri stjórn Leifs Leifssonar (einnig þekktur sem Öryrkinn Ósigrandi) og styrkt af Æskulýðs-sjóði. Fyrirlesarar voru úr ýmsum áttum og var meira að segja einn þeirra kominn alla leið frá Finnlandi. Öryrkjabandalagið kynnti svo nýja stefnu sína um eitt samfélag fyrir alla í apríl og var því öllu sam-

an hrundið af stað með aulýsinga-átaki. Sótt var í unga fólkið og virkir ungliðahópar innan ÖBÍ fengnir til að fylgja auglýsingunum eftir og spilaði Ný-ung þar stórt hlutverk. Þroskahjálp leitaði til Ný-ungar og óskaði eftir fulltrúa til að halda erindi um framtíðarsýn ungs hreyfihamlaðs fólks á ráðstefnu í lok apríl. Var því vel tekið og tókst vel. Upp úr áramótum var haft samand við hreyfinguna og henni boðin þátttaka í listahátíðinni List án Landamæra. Settur var saman fjögurra manna hópur listaspíra úr Ný-ung og vann hann að sýningu og þátttöku. Líkt og með Vetrarhátíð vonum við að þetta verði einnig árlegur viðburður.

Það hafa því stórir viðburðir rekið á fjörur Ný-ungar í vetur og ekki eru þeir minni sem koma til með að dúkka upp í sumar. Fengist hefur styrkur til að setja saman upplýsingabækling fyrir hreyfihamlaða verðandi foreldra. Þetta verkefni verður unnið á heilu ári en hefst nú í sumar. Ný-ung ætlar að hittast nokkrum sinnum í sumar og vera með uppákomur í borginni sjálfum sér og öðrum til skemmtunar. Aðalatriði sumarsins er þó áframhald Götuhernaðarins, sumarverkefnis ársins 2004. Líklegt er að það verkefni verði fyrirferðamikið meðal annars í fjölmiðlum. Er ætlunin að hefja Hernaðinn með ferð tveggja pilta frá Húsavík til Reykjavíkur, annar þeirra ferðast á rafmagnshjólástól og hinn á skutlu. Þeir gera þetta eingöngu til að vekja athygli á Götuhernaðinum.

Að lokum óska ég ykkur gleðilegs sumars.

*Eva Þórdís Ebenezersdóttir
formaður Ný-ungar.*

HEIMASÍÐA SJÁLFSBJARGAR

www.sjalfsbjorg.is

Pökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

Reykjavík

Aðalmálun sf, Skólavörðustíg 10
 Aðalvík ehf, Seiðakvísl 15
 Alefli ehf byggingaverktakar, Þarabakka 3
 Almerking ehf, Heiðarseli 8
 Andrés, fataverslun, Skólavörðustíg 22a
 Arctic rafting, Andrésbrunni 13
 ARGOS ehf, Arkitektastofa Grétars og Stefáns, Eyjarlóð 9
 Arkitektastofa Finns og Hilmars sf, Bergstaðastræti 10
 Arkitektastofan ehf, Sóltúni 1, 2h
 Arkís ehf, Aðalstræti 6
 Asia ehf, veitingahús, Laugavegi 10
 ASK Arkitektar ehf, Geirsgötu 9
 Auðnufell ehf, Ármúla 5
 Augað, gleraugnaverslun, Kringlunni og Spönginni
 Austurbæjarskóli, Við Vitastíg
 Ál nabær hf, vefnaðarvörverslun Tjarnargötu 17
 Keflavík og Síðumúla 32 Rvík
 Árbæjarapótek ehf, Hraunbæ 102b
 Ársól sf, Efstalandi 26
 Backman & Björgvinsson, Lág múla 7
 Bananar ehf, Súðavogi 2e
 Bátar og búnaður ehf, Barónsstíg 5
 Belis heilsuvörur ehf, Esjgrund 43
 Bending ehf, Bæjarflöt 8f
 Betra líf ehf, Kringlunni 8
 Bifreiðabyggingar sf, Tangarhöfða 5
 Bilaleigan AKA, Vagnhöfða 25
 Bilasalan Höfðahöllin ehf, Kletthálsi 2
 Bilasmiðurinn hf, Bildshöfða 16
 Bilasprautun SMS ehf, Hamarshöfða 9
 Bilastíllingar Björns Steffensen, Hamarshöfða 6
 Bilastjarnan, Bæjarflöt 10
 Björgun ehf, Sævarhöfða 33
 Blaðamannafélag Íslands, Síðumúla 23
 Blikksmiðja Reykjavíkur, Súðavogi 7
 Borgarbilastöðin ehf, Nylendugata 26
 Borgarholtsskóli, Mosvegi
 Bókautgáfan Hólar ehf, Hagasel 14
 Brauðhúsið ehf, Efstalandi 26
 Breiðholtskirkja, Þangbakka 5
 Bræðurnir Ormsson ehf, Síðumúla 9
 BV Rammastúdió ehf, Ármúla 20
 Café Bleu, Kringlunni 4
 Deloitte hf, Stórhöfða 23
 DHL Á ÍSLANDI, Sundabakka 2
 DS lausnir ehf, Súðavogi 7
 Dún- og fiður ehf, Laugavegi 87
 Dynjandi ehf, Skeifunni 3h
 E.T. ehf, Klettagörðum 11
 Effect hársnyrtistofa, Bergstaðastræti 10a
 Efling stéttarfélag, Sættúni 1
 Efnalaug Árbæjar ehf, Hraunbæ 102
 Ekran ehf, Vatnagörðum 22
 Endurskoðendaþjónustan ehf, Skipholti 50d
 Endurvinnslan hf, Knarrarvogi 4

Engey ehf, Dvergshöfða 27
 Ernst & Young hf, Borgartún 30
 Fanntófell ehf, Bildshöfða 12
 Fasteignamiðlunin Múli ehf, Síðumúla 11
 Faxafloahafnir sf, Hafnarhúsinu Tryggvagötu 17
 Feró ehf, Steinasel 6
 Ferskar Kjötvorur hf, Síðumúla 34
 Félag járníðnaðarmanna, Borgartúni 30
 Félagsbústaðir hf, Hallveigarstíg 1
 Fiskiðjan Reykás ehf, Grandagarði 33
 Fjarhitun hf, Suðurlandsbraut 4
 Fjölbrautaskólinn við Ármúla, Ármúla 14
 Fjölmennt, Borgartúni 22
 Flugskóli Íslands hf, Reykjavíkurflugvelli
 Frumkónun ehf, Hæðargarði 14
 Fröken Júlía ehf, Mjódd
 Fulltingi lögfræðipjónusta www.fulltingi.is, Suðurlandsbraut 18
 G Hannesson ehf, Borgartúni 23
 G. Gunnarsson ehf, Miðtúni 72
 Gallery Sautján,
 Gaukur á Stöng ehf, Tryggvagötu 22
 Gámaþjónustan hf, Súðavogi 2
 GB Tjónaviðgerðir ehf, Draghálsi 8
 Geislataekni ehf Laser-þjónustan, Krókhálsi 5b
 Gissur og Pálmi ehf, byggingaverktaki, Álfabakka 14a
 Gjögur hf, Kringlunni 7
 Gleraugnasalan ehf, Laugavegi 65
 Glitnir, Stórhöfða 17
 Glitnir, útibú 525, Háaleitisbraut 58
 Glófaxi hf, Ármúli 42
 Gluggahreinsun Loga, Funafold 4
 Gluggasmiðjan hf, Viðarhöfða 3
 GP arkitektar ehf, Austurstræti 6
 Grafísk hönnun, Klapparstíg 16
 Grásteinn ehf, Fornhaga 22
 Grænn kostur ehf, Skólavörðustíg 8
 Guðmundur Arason ehf - smíðajárn, Skútuvogi 4
 Gunnar & Trausti-Merkismenn ehf, Ármúla 36
 Gunnar afi SH 474,
 Hagaskóli, Fornhaga 1
 Hár og hamar ehf, Hrisateigi 47
 Hárgreiðslustofa Höllu Magnúsdóttur, Miðleiti 7
 Hárgreiðslustofan Stubbalubbar, Barðastöðum 1-3
 HBH Veitingar ehf - Skólalábrú, Skólalábrú 1
 Heimilisprýði, húsgagnaverslun við Hallarmúla, Hallarmúla 1
 Hersir-ráðgjöf og þjónusta ehf, Sigtúni 42
 HGK ehf, Laugavegi 13
 HJ bílar ehf, Berjarima 35
 Hóþferðaþjónusta Reykjavíkur, Brúnastöðum 3
 Hraði hf, fatahreinsun, Ægissíðu 115
 Hreinsitækni ehf, Stórhöfða 37
 Hreyfimyndasmíðjan ehf, Garðsenda 21
 Hringssjá, starfsþjálfun fatlaðra, Hátúni 10b
 Húsafríðunarnefnd ríkisins, Suðurgötu 39
 Húsaklæðning ehf, Ingólfsstræti 3

Húsun ehf, Hamarshöfða 6
 Hvellur - G. Tomasson ehf, Súðavogi 6
 Höfðakaffi ehf, Vagnhöfða 11
 Höfði fasteignamiðlun ehf, Suðurlandsbraut 20, og Bæjarhrauni 22
 Iðntré ehf, Draghálsi 10
 Ingileifur Jónsson ehf, Funahöfða 6
 Innform ehf, Þórsstötu 8
 Innheimtustofnun sveitarfélaga, Lág múla 9
 Internet á Íslandi hf, ISNIC, Dunhaga 5
 ISS Ísland ehf, Ármúla 40
 Ímynd ehf, Eyjarlóð 9
 Ísleifur Jónsson ehf, Bolholti 4
 Íslenska auglýsingastofan, Laufásvegi 49-51
 Ísloft blikk- og stálsmiðja ehf, Bildshöfða 12
 Ísól ehf, Ármúla 17
 Íspólar ehf, Tunguhálsi 19
 Íþróttafélagið Fylkir, Fylkisvegi 6
 J. S. Gunnarsson hf, Fossaleyni 10
 Jón Ásbjörnsson hf, Geirsgötu 11
 Kapalþjónustan, Safamyri 85
 Kemis ehf, Breiðhöfða 15
 Kennarasamband Íslands, Laufásvegi 81
 Kjaran ehf, Síðumúla 12-14
 Kjartan Gunnarsson, Starhaga 4
 Kjörgarður, Laugarvegi 59
 Klapparholt ehf, Esjgrund 68
 Knattspyrnusamband Íslands, Laugardal
 Kone ehf, Síðumúla 17
 Kóráll sf, Vesturgötu 55
 KPMG endurskoðun hf, Borgartúni 27
 Kraftur hf, Vagnhöfða 1
 Kynning og markaður - KOM ehf, Borgartúni 20
 Landslagsarkitekt Mogensen ehf, Viðihlíð 45
 Lausn Hugbúnaður ehf, Krókhálsi 1
 Lášúsið ehf, Bildshöfða 16
 LH - tækni ehf, Mörkinni 6
 Lindin, kristið útlarp FM 102,9, Krókhálsi 4
 Litli söðlasmiðurinn, D-Tröð 1
 Liffland, Korngörðum 5
 Lifsorka hitabakstrar sími: 659-1517,
 Bólstaðarhlíð 48
 Linan ehf, Suðurlandsbraut 22
 Ljósabær ehf, Faxafeni 14
 Lögfræðistofa Reykjavíkur ehf, Vegmúla 2
 Lögmannsstofa Jóns Höskuldssonar hdl., Skólavörðustíg 12
 Lögreglustjórnin í Reykjavík, Hverfisgötu 115
 Löndun ehf, Kjalarvogi 21
 Magnús og Steingrímur ehf, Bildshöfða 12
 Malbik og völtun ehf, Hrisríma 33
 Matflugl ehf, Völuteigi 2
 Málaramiðstöðin ehf, Hverafold 49a
 Málmsteypa Ámunda Sigurðssonar ehf, Skipholti 23
 Mentis hf, Sigtúni 42
 Merking ehf, Viðarhöfða 4
 Móa ehf, Box 9119
 Mótás hf, Stangarhyl 5

Sjálfsbjargarheimilið

Fyrirmyndarstofnun

Þann 19. maí s.l. tóku fulltrúar Sjálfsbjargarheimilisins á móti viðurkenningu úr hendi formanns SFR - Stéttarfélags í almannajónustu. Heimilið hafði lent í fjórða sæti í kjöri um „Stofnun ársins.“ Þær fimm stofnanir, sem efstar voru í kjörinu, hlutu sæmdarheimilið „Fyrirmyndarstofnanir SFR“ og hlutu þau sérstaka viðurkenningu.

Þetta var í fyrsta skipti sem SFR stóð fyrir könnun meðal félagsmanna sinna á starfsskilyrðum og líðan þeirra á vinnustað undir heitinu „Stofnun ársins.“ Könnunin var framkvæmd í samstarfi við VR sem hefur gert könnun sem þessa meðal félagsmanna sinna á almennum vinnumarkaði í áratug, með jákvæðum árangri bæði fyrir starfsmenn og stjórnendur. Alls fengu 4.636 starfsmenn á um 300 stofnunum og fyrirtækjum könnunina senda frá SFR. Alls bárust 2.958 svör og var því svarhlutfallið 63,8%. Stofnanir sem uppfylltu þessi skilyrði voru 93 talsins og frá þeim bárust 2.426 svör, sem mynda



Ef aðeins er horft til þeirra stofnana í könnun SFR er flokkast meðal heilbrigðis- og félagsþjónustu er Sjálfsbjargarheimilið þar í fyrsta sæti.

niðurstöður könnunarinnar. Ef aðeins er horft til til þeirra stofnana í könnun SFR er flokkast meðal heilbrigðis- og félagsþjónustu er Sjálfsbjargarheimilið þar í fyrsta sæti. Næsta stofnun í þeim flokki var í 16. sæti í heildarkönnuninni.

Tryggvi Friðjónsson, framkvæmdastjóri Sjálfsbjargarheimilisins, færði SFR þakkir fyrir gott

framtak. Hann sagði viðurkenninguna hvetja starfsmenn heimilisins til dáða og að gera enn betur næst. „Ég hef stoltur sagt við samstarfsmenn mína: Til hamingju með framúrskarandi árangur. Þrátt fyrir ágjöf á síðustu mánuðum höfum við borið gæfu til þess að standa saman um okkar góða vinnustað, Sjálfsbjargarheimilið.“

Þökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

Reykjavík

Múr- og málningarþjónustan Höfn ehf,
Réttarhálsi 2
Múrgæði ehf, Nethyl 2a
Nonnabíti, Hafnarstræti 11
Nói-Sírius hf, Hesthálsi 2-4
Nyi okuskólinn ehf, Klettagördum 11
Oddgeir Gylfason, tannlæknir, Síðumúla 28
Optima, Ármúla 8
Optimar Iceland, Stangarhyl 6
Orkuvirki ehf, Tunguhálsi 3
Ostabuðin, Skólavörðustig 8
Ottó B. Arnar ehf, Skipholt 17
Ósal ehf, Tangarhöfða 4

Pípulagnaverktakar ehf, Langholtsvegi 109
Pjaxi ehf, Suðurlandsbraut 6
Plusminus Optic ehf, Suðurlandsbraut 4
Plúsmarkaðurinn, Hátúni 18b
Prentmót ehf, Vitastíg 3
Radiómiðun hf, Grandagarði 9
Rafborg ehf, Sundaborg 3
Rafha ehf, Suðurlandsbraut 16
Rafmiðlun ehf, Dugguvogi 2
Rafneisti ehf, Langholtsvegi 112b
Rafskoðun, Hólmaslóð 4
Rafstilling ehf, Dugguvogi 23
Rafsvið sf, Haukshólum 9
Rafteikning hf, Suðurlandsbraut 4
Raftíðni ehf, Eyjarlóð 3

Raftækniþjónusta Trausta ehf, Síðumúla 1
Rafur sf, Laugarnesvegi 55
Rafvirkjaþjónustan ehf, Torfufelli 11
Rakarastofan Dalbraut ehf, Dalbraut 1
Rekstrarverktak ehf, Stórholti 1
Reykjaprent ehf, Síðumúla 14, 2. hæð
Rikki Chan, veitingasala, Kringlunni og Smáratorgi
Rimaskóli, Rósarima 11
Rúmfatalagerinn hf, Skeifunni 13
Rögn, heildverslun, Ármúla 17a
S.B.S. innréttingar, trésmiðja, Hyrjarhöfða 3
Sagtækni ehf, Bæjarflöt 8e
Scana ehf, Vesturgötu 53b
Segull ehf, Hólmaslóð 6

Ánægja með hjólástóla

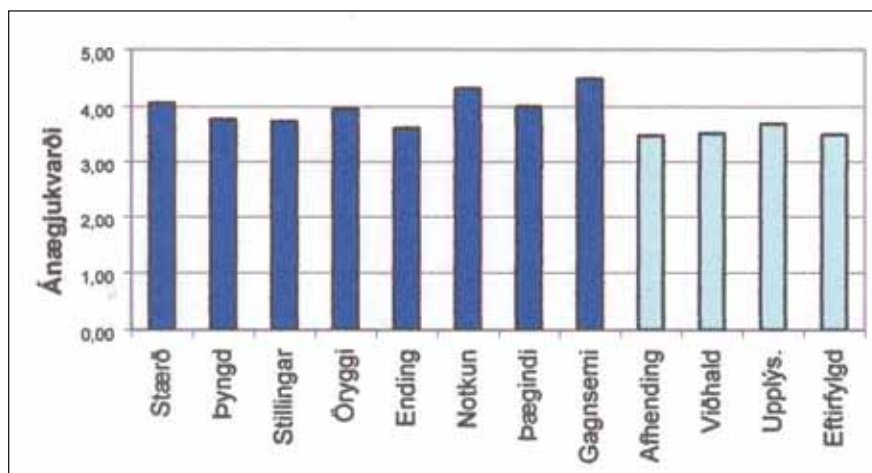
Í byrjun árs 2005 gerðu Inga Jónsdóttir og Sigríður Pétursdóttir iðjuþjálfar, rannsókn á ánægja notenda með hjólástóla sem þeir hafa fengið frá Hjálpartækjamiðstöð TR. Rannsóknin var lokaverkefni til B.Sc. prófs í iðjuþjálfunarfræði og var unnin í samvinnu við Hjálpartækjamiðstöð TR.



Inga Jónsdóttir iðjuþjálfari, skrifar.

Markmið rannsóknarinnar var að fá innsýn í hvað notendum finnst um hjólástólana sína, hvað þeir eru ánægðir með og hvað síður. Hvað notendum finnst endurspeglar meðal annars hversu vel er staðið að ráðgjöf og úthlutun hjálpartækja og getur reynst vel til að efla þjónustuna.

Allir á aldrinum 18-65 ára, sem höfðu fengið hjólástóla frá Hjálpartækjamiðstöð árið 2003, fengu senda spurningalista, alls 129 einstaklingar. Spurningalistinn QUEST 2.0 var notaður til að kanna hversu ánægðir notendur voru með hjólástólinn. Spurt var t.d. um hversu ánægðir notendur voru með stærð og þyngd stólsins, hversu auðvelt væri að stilla hann og hversu gagnlegur hann væri, alls átta spurningar. Fjórar spurningar voru um ánægju með þjónustu tengda hjólástólnum. Afhendingar- og viðgerðarþjónustu, gæði upplýsinga og eftirfylgd. Svarandi var beðinn að merkja við á kvarða frá 1-5 eftir því hversu ánægður hann var.



Ánægja með eiginleika og þjónustu tengda hjólástólunum

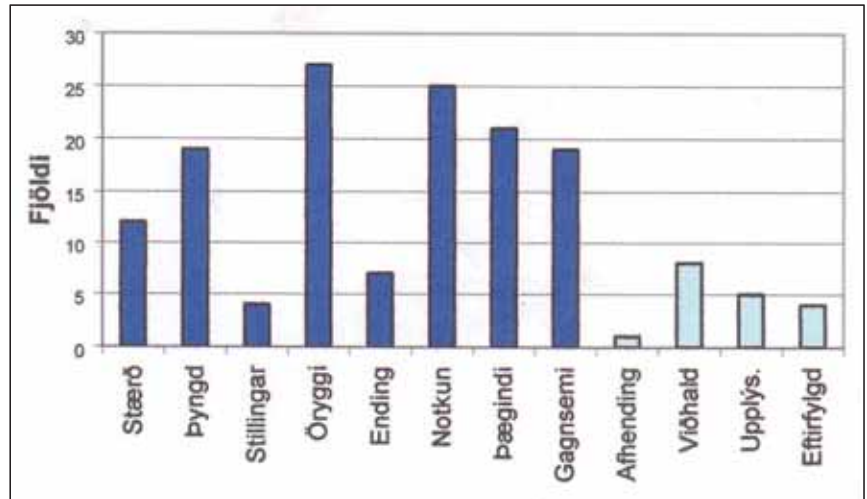
1	2	3	4	5
Alls ekki ánægð(ur)	Ekki mjög ánægð(ur)	Hvorki ánægð(ur) né óánægð(ur)	Ánægð(ur)	Mjög ánægð(ur)

Einnig var spurt um hvaða þrjú atiriði á spurningarlistanum notandi teldi mikilvægust, auk ýmissa spurninga eins og t.d. hversu oft hjólástólarnir væru notaðir, hvernig aðgengi væri og hvað þýðingu hjólástóllinn hefði. Alls svöruðu 30

karlar og 23 konur eða 44.2%.

Niðurstöðurnar voru jákvæðar. Þátttakendur voru almennt ánægðir með hjólástólana (3.85). Mest ánægja var með gagnsemi þeirra og hversu auðvelt er að nota þá. Heldur minni ánægja var með þjónustuhlut-

Niðurstöðurnar voru jákvæðar. Þátttakendur voru almennt ánægðir með hjólastólana (3.85). Mest ánægja var með gagnsemi þeirra og hversu auðvelt er að nota þá. Heldur minni ánægja var með þjónustuhlutann (3.39).



Það sem er mikilvægast

ann (3.39). Þeir sem bjuggu utan höfuðborgarsvæðisins voru áberandi minna ánægðir með þjónustu tengda stólunum, sem líklega tengist því að þjónustan fer fram á höfuðborgarsvæðinu.

Flestir nefndu gagnsemi, öryggi, þyngd og að auðvelt væri að nota hjólastólana mikilvægast. Þessi atriði voru þau sömu og mest ánægja var með, að þyngd undanskilinni. Þegar skoðuð er sambærileg norsk rannsókn frá 2003, kemur fram að Norðmenn nefna það sama að undanskilinni viðhaldsþjónustu sem þeir telja mikilvægari.

Það kom nokkuð á óvart að viðhaldsþjónusta var ekki metin mikilvægari hér, þar sem mikill meirihluti

þátttakenda notaði hjólastólinn daglega.

Överulegur munur var á milli kynjanna um hvað væri mikilvægast. Þó töldu rúmlega helmingi fleiri karlar þyngd hjólastólsins vera mikilvæga. Þetta gæti tengst því að fleiri karlar í rannsókninni velja léttu hjólastóla með föstum ramma. Okkur fannst jákvætt að sjá hversu mikil aukning hefur verið í notkun léttra fastramma hjólastóla á síðustu árum. Það styrkir þá tilfinningu okkar að notendur séu almennt virkari og geri meiri kröfur til hjólastóla.

Langflestir notuðu hjólastólana daglega (81%). Mikill meirihluti tel-

ur hjólastólana mjög mikilvæga (77.4%), fram komu athugasemdir eins og að; „án hjólastólsins væri ég eins og nakinn maður“ og „hann gefur mér aukið frelsi og ég á betra með að bjarga mér sjálfur.“ Flestir töldu að aðgengi væri gott fyrir hjólastól á heimili þeirra.

Þó niðurstöður séu í heild jákvæðar, var svarhlutfallið aðeins 44.2%. Útkoman er því aðeins vísbending, sem vert er að skoða nánar.

Upplýsingarnar veita engu að síður innsýn í þarfir notenda og geta stuðlað að aukinni þátttöku þeirra og vellíðan.

Pökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

Reykjavík

- Setberg, bókaútgáfa, Freyjugötu 14
- Sigurnes hf, Suðurlandsbraut 30
- SÍBS, Síðumúla 6
- Sjá-viðmótsprófanir ehf, Ingólfsstræti 1a
- Sjómannadagsráð, Laugarási Hrafnistu
- Sjóvélar ehf, Skútuvogi 6
- Sjúkráþjálfun Önnu Katrínar ehf, Hraunteigi 14
- Skandinavía leikur ehf, Snælandi 7
- Skóverslunin Íljaskinn ehf, Háaleitisbraut 58-60
- Skúlason og Jónsson ehf, Skútuvogi 12h
- Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins bs, Skógarhlíð 14
- Smárinn ehf, Bildshöfða 14
- Snóker ehf, Hverfisgötu 46
- Snyrtisetrið Domus Medica, Egilsgötu 3
- Spirall prentþjónusta ehf, Köllunarklettsvegi 1

- Sprinkler pípulagnir ehf, Bildshöfða 18
- SR múr ehf, Hverafold 25
- Stansverk ehf, Hamarshöfða 7
- Stilling ehf, Kletthálsi 5
- Stjörnuegg hf, Vallá Kjalarnesi
- Stýring ehf, Háteigsvegi 7
- Suzuki bílar hf, Skeifunni 17
- Sökkull sf, Funahöfða 9
- T.G.M. ráðgjöf, Sætúni 8
- Talnakönnun hf, Borgartúni 23
- Tandur hf, Hesthálsi 12
- Tannlæknastofa Ástu B Thoroddsen,
- Tannlæknastofa Friðgerðar Samúelsdóttur, Laugavegi 163
- Tannlæknastofa Guðrúnar Ólafsdóttur, Snorrabraut 29
- Tannlæknastofa Jóns Viðars ehf, Skólavörðustíg 14

- Tannlæknastofa Tómasar Einarssonar, Þangbakka 8
- Tannsmíðaverkstæðið ehf, Síðumúla 29
- Teiknistofan Form + Rými ehf, Ármúla 24
- Timor ehf, Réttarhálsi 2
- Trésmiðja GKS ehf, Funahöfða 19
- Trésmiðjan Jari ehf, Funahöfða 3
- Tróbeco ehf, Laugavegi 71
- Tryggingamiðlun Íslands ehf, Síðumúla 21
- Túnþökuþjónustan ehf, Reykási 43
- Túrbó ehf, Lynghálsi 12
- Tölvar ehf, Síðumúla 1
- Umslag ehf, Lág múla 5 (bakhús)
- Útfararstofa Kirkjugarðanna ehf, Vesturhlíð 2
- Útherji ehf, Ármúla 36
- Úti og inni sf, Þingholtsstræti 27
- Útivist og sport, Faxafeni 12
- Vátryggingafélag Íslands hf, Ármúla 3

Pökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

Reykjavík

VBS fjárfestingabanki hf, Suðurlandsbraut 18
 Vegmerking sf, verktafi, Eirhófa 14
 Veitingahúsið Við Tjörnina, Templarasundi ehf
 Verðbréfaskráning Íslands hf, Laugavegi 182
 Verðlistinn, Lauganesvegi 74a
 Verkalyðsráð Sjálfstæðisflokks, Háaleitisbraut 1
 Verkfræðistofa Guðmundar og Kristjáns hf, Lauga-
 vegi 178
 Verkfræðistofan VIK ehf,
 Laugavegi 164, 2 hæð hægri
 Verzlunarmannafélag Reykjavíkur, Kringlunni 7
 Vélar og skip ehf, Hólmaslóð 4
 Vélafer hf, Lágmula 7
 Vélsmiðjan Harka hf, Hamarshöfða 7
 Vilberg kranaleiga ehf, Fannafold 139
 Vífilfell hf, Stuðlahálsi 1
 Vímulaus æska, foreldrahús, Vonarstræti 4b
 Yogastöðin Heilsubót, Síðumúla 15
 Þingvallaleið ehf, Skógarhlíð 10
 Þórtak ehf, Brúnastöðum 73
 Þrif og þvottur ehf, Reykjavíkurvegi 48
 Þrir Frakkar hjá Úlfari, veitingahús,
 Baldursgötu 14
 ÖJ-Arnarson ehf, Dalseli 35
 Örn Ágúst Guðmundsson, tannlæknir,
 Laugavegi 18a

Seltjarnarnes

Grötta byggingaverktakar ehf, Lindarbraut 11
 Jóhanna Ólafsdóttir, Melabraut 17
 Ljósmyndastúdíó Péturs Péturssonar,
 Austurströnd 8
 Prentsmiðjan Nes ehf, Hrólfsskálavör 14
 Seltjarnarneskaupstaður, Austurströnd 2,
 S.Gunnarsson ehf, Melabraut 22
 Tannlæknastofa Jóhanns Gíslasonar ehf,
 Eiðistorgi 15
 Önn ehf, verkfræðistofa, Eiðistorgi 15

Kópavogur

Afköst ehf, Grófarsmára 1
 ALARK arkitektar ehf, Dalvegi 18
 Alur blikksmiðja ehf, Smiðjuvegi 58
 Baltik ehf, Smiðjuvegi 14
 Bifreiðaverkstæði Friðriks Ólafssonar ehf, Smiðju-
 vegi 22
 Bifreiðaverkstæði Kópavogs ehf,
 Skemmuvegi 16
 Bifreiðaverkstæðið Toppur ehf, Skemmuvegi 34
 Bílamarkaðurinn, Smiðjuvegi 46e
 Bílaverkstæði Bubba sf, Skemmuvegi 18L
 Bílaþvottastöðin Lóður ehf, Bæjarlind 2
 Blikkform ehf, Smiðjuvegi 52
 Blikksmiðja Einars ehf, Smiðjuvegi 4b
 Blikksmiðjan Vík ehf, Skemmuvegi 42
 Blindrabókasafn Íslands, Digranesvegi 5

Borgargarðar ehf - skrudgarðarþjónusta,
 Vesturvör 24
 Bókasafn Kópavogs, Hamraborg 6a
 Bókun sf endurskoðun, Hamraborg 1
 Brostu tannlæknastofa Páls, Hamraborg 5
 BYKO hf, Nybylavegi 6
 DK Hugbúnaður ehf, Hlíðasmára 17
 Dælar og ráðgjöf ehf, Laufbrekka 22
 Einingarverksmiðjan Borg ehf, Bakkabraut 9-11
 Fasteignastöðin, Hús og hibi, Hlíðasmára 17
 Félagsþjónusta Kópavogs, Fannborg 4
 Fjólvirki ehf, Digranesvegi 32
 Glófi ehf, Auðbrekka 21
 Goddi ehf, Auðbrekku 19
 Gunnar Örn - málningarþjónusta, Hlíðarhjalla 57
 Haffrós ehf, Hagasmára 1
 Hagblikk ehf, Smiðjuvegi 4c
 Hellur og garðar ehf, Kjarrhólma 34
 Hexa ehf, Smiðjuvegi 10
 Hilmar Bjarnason ehf, rafverktak, Daltúni 1
 Íslandsspil sf, Smiðjuvegi 11a
 Járnsmiðja Óðins ehf, Smiðjuvegi 4b
 Jón Eldon múrari,
 KB Ráðgjöf, Hlíðasmára 17
 Klippit og skorið hársnyrtistofa, Hamraborg 10
 Kópavogsbær, Fannborg 2
 Kraftvélar ehf, Dalvegi 6-8
 Kríunes ehf, Kríunesi við Vatnsenda
 Litlaprent ehf, Skemmuvegi 4
 Lögmannsstofa SS ehf, Hamraborg 10
 Markholt ehf, Hásölum 13
 Nýblóm ehf, Nybylavegi 14
 Point á Íslandi ehf, Hlíðasmára 10
 Rafax ehf, Fifuhjalla 1
 Reynir bakari, Dalvegi 4
 S. M. verktakar sf, húsasmiði, Skemmuvegi 12
 Sérverk ehf, Askalind 5
 Skipasalan ehf, Hamraborg 1
 Slökkvitækjaþjónustan Prófun ehf,
 Bakkabraut 16
 Smurstöðin Stórahjalla ehf, Stórahjalla 2
 Stálbær ehf, Smiðjuvegi 9a
 Söluturninn Smári, Dalvegi 16c
 Timbur og stál ehf, Smiðjuvegi 11
 Tónlistarskóli Kópavogs, Hamraborg 6
 Tréfag ehf, Isalind 4
 Vegurinn, Smiðjuvegi 5
 Verkfræðistofa Erlends Birgissonar ehf,
 Bæjarlind 4
 Verkfræðistofa Snorra Ingimarssonar ehf, Hamra-
 borg 11
 Vélvangur ehf, Nybylavegi 22
 www.mannval.is,
 Ömmubakstur ehf, Kársnesbraut 96
 Öreind sf, Auðbrekku 3

Garðabær

Árvík hf, Garðatorgi 3
 Ásgeir Einarsson ehf, Garðafliot 37

Elektra ehf, Lynghálsi 11
 Endurskoðun og ráðgjöf ehf, Garðatorgi 7
 Garðabær, Garðatorgi 7
 Hafnasandur sf, Birkiási 36
 Hannyrðabúðin sf, Garðatorgi 7
 Héðinn Schindler lyftur hf, Lyngási 8
 Hraðfrystihús Tálknafjarðar, Langalína 7
 Kjarnavörur hf, Miðhrauni 16
 Loftorka Reykjavík hf, verktafi, Miðhrauni 10
 Nylonhúðun ehf, Lyngási 8
 Timburhús ehf, Víðiási 5
 Verkhönnun - Tæknisalan ehf, Kirkjulundi 13
 Verslunin 10 - 11, Lyngási 17
 Vélsmiðja Sigurðar Jónssonar ehf, Miðhrauni 8

Hafnarfjörður

Ás, fasteignasala ehf, Fjarðargötu 17
 Björt sf, hárgreiðslustofa, Bæjarhrauni 2
 Byggingafélagið Kambur ehf, Hólshrauni 2
 Dalakofinn sf, Fjarðargötu 13-15
 Dverghamar ehf, Lækjarbergi 46
 Eiríkur og Einar Valur hf, Breiðvangi 4
 Finpússning, Rauðhelli 13
 FM-hús ehf, Bæjarhrauni 8
 G.S. múrverk ehf, Hvassabergi 4
 Gaflarar ehf Rafverktakar, Lönsbraut 2
 Garðyrkja ehf innflutingur www.gardyrkjan.is, Hella-
 hrauni 4
 Geymslusvæði ehf, Hraungörðum
 Glerborg hf, Dalshrauni 5
 Gullfari ehf, Vesturholti 2
 Haglind hf, Reykjavíkurvegi 66
 Hagtak hf, Fjarðargötu 13-15
 Hagvagnar hf, Melabraut 18
 Heiðar Jónsson, járnsmiði, Skútahrauni 9
 Hella ehf, málmsteypa, Kaplahrauni 5
 Hlaðbær-Colas hf, malbikunarstöð, Hringhelli 6
 Hrafnista, dvalarheimili aldraðra, Hraunvangi 7
 Hraunhamar ehf, Bæjarhrauni 10
 Höfn öldrunarmiðstöð, Solvangavegi 1
 Ísfell ehf, Óseyrarbraut 28
 Ísmenn ehf, pípulagnir, Flatahrauni 5b
 Kerfi ehf, Flatahrauni 5b
 Krossborg ehf, Stekkjarhvammi 12
 Nysir hf, Flatahrauni 5a
 Rafgeymasalan ehf, verkstæði, Dalshrauni 17
 Raftaki ehf, Efstuhlið 4
 Rafvangur ehf, Klettagötu 12
 Sigurður og Júlíus ehf, Dalshrauni 15
 Snittvélin ehf, Klausturhvammi 18
 Spennubreytar, Trönuhrauni 5
 sportnet.is, Þratarási 44
 Steypustál ehf, Drangahrauni 4
 Suðurverk hf, Drangahrauni 7
 Tannlæknastofa Harðar V Sigmarssonar sf, Reykja-
 víkurvegi 60
 Tannlæknastofa Jóns Björgvinssonar,
 Reykjavíkurvegi 60
 Útvík hf, Eyrartröð 7-9

Rafskutlur

Eigum fyrirleggjandi margar gerðir af rafskutlum.

Komum á staðinn ef óskað er.



Við leggjum þér lið



Persónuleg þjónusta og fagleg ráðgjöf.
Opíð 9-18 alla virka daga.

Eirberg 

Eirberg ehf. • Stórhöfða 25 • 110 Reykjavík • sími 569 3100 • eirberg@eirberg.is • www.eirberg.is

NÚ BJÓÐUM VIÐ ÖLLUM ÞETTA
FULLKOMNA SJÚKRARÚM FRÁ
DAYS HEALTHCARE Á AÐEINS 179.500 KR.



Casa Med II rúmið er samþykkt af Tryggingastofnun Ríkisins. Úrval fylgihluta fyrirleggjandi. Þriggja ára ábyrgð.

Aðeins það besta er nógu gott fyrir þig og þína!

STOD
Við styðjum þig



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

HITAHLÍFAR
SPELKUR

SMÁHJÁLPARTÆKI
HJÓLASTÓLAR

BAÐTÆKI
GÖNGUGRINDUR

STAFIR
HITAHLÍFAR

VINNUSTÓLAR
HÆKJUR

REIÐHJÓL
KERRUR

HÁRKOLLUR
GERVIBRJÓST

Draumur í dós

Ný-ungar!

Forsagan

Fyrir stuttu héldu landssamtökin Þroskahjálpar ráðstefnu sem var liður í upptökum á 30 ára afmæli samtakanna. Framkvæmdarstjóri Þroskahjálpar hringdi í mig nokkru áður og bað um að fulltrúi Ný-ungar flytti stutt erindi á ráðstefnunni um sýn hreyfihamlaðra ungmenna á framtíðina. Mér þótti verkefnið mjög áhugavert og féllust Ný-ungarliðar á að leyfa mér að vera þessi fulltrúi.

Mér fannst mikilvægt að ég væri þarna fyrir hönd hreyfingarinnar og allra meðlima hennar en ekki bara mína. Ég hvatti því hópinn til að senda mér nokkrar línur um persónulega framtíðarsýn hvers og eins sem ég mundi síðan nota til að búa til heilsteyppt erindi frá Ný-ung. Um helmingur virkra meðlima sendi mér línu og var það einnig skemmtilegur þverskurður af hópnum, strákar og stelpur, hjólastólafólk, fólk á „fæti“ og ein ófötlud. Smám saman mótaðist rammi og paradísarmynd Ný-ungar. Erindið var svo flutt þann 27. apríl síðastlín. Áheyrndur brostu í kampinn og hlógu og er það minn mælikvarði á vel heppnaðan fyrirlestur. Ég vona því að þér, lesandi góður, stökkvi einnig bros við lesturinn.

Draumurinn sjálfur

Mig langar að segja ykkur sögu af ungu fólki sem er að taka sín fyrstu skref í lífinu. Það má staðsetja þau hvar sem er, í námi, að byggja upp starfsframa, að stofna heimili eða eignast börn. Þau standa í þessum sporum sem svo margir hafa staðið í áður og flestir koma til með að standa í einn daginn. Þetta fólk eru ann-



*Eva Þórdís Ebezersdóttir, skrifar.
Mynd/Höskarinn.*

Punkturinn yfir i-ið er að aðgengið er svo snilldarlega hannað að enginn tekur eftir rampi hér, breiðum dyrum þar, lágum afgreiðsluborðum, lyftum og svo framvegis.

ars vegar Jón og Gunna sem eru ungt par og hins vegar Adam og Eva sem eru einnig ungt par, en hreyfihömluð.

Eins og áður sagði standa bæði þessi pör á tímamótum í lífi sínu. Jón og Gunna búa í okkar samtíma, í því þjóðfélagi sem við þekkjum í dag. Samfélagi sem virkar á þann hátt að það er fátt eða ekkert sem stendur í vegi þeirra Jóns og Gunnu nema þau sjálf. Þau geta látið alla sína drauma rætast. Eins og flestir

vita eru Adam og Eva goðsagnaverur sem búa í Paradís. Það sama er uppi á teningnum hér með einni breytingu þó. Okkar Adam og Eva búa ekki ein manna í Paradís heldur búa þau í samfélagi sem er Paradís. En hvernig er sú Paradís? Í Paradís eru virðing og umburðarlyndi í hávegum höfð. Allir eru virtir sem þeir einstaklingar sem þeir eru. Ef einstaklingur býr við fötlun af einhverju tagi og þarf aðstoð og þjónustu er það einstaklingurinn sem kemur fyrstur, síðan koma þarfirnar og að síðustu kemur greiningin. Í staðinn fyrir að röðin sé „þú ert í hjólastól (greiningin), þú þarft sjúkrapjálfun (fyrirfram ákveðin og stöðluð þörf), halló hvað heitir þú (einstaklingurinn)?“ Þá er röðin „Halló hvað heitir þú, hvað þarft þú og að síðustu hver er þín greining?“

Eins og áður hefur komið fram er virðing og umburðarlyndi áberandi í Paradís og því er það hinn sjálfsgæðasti hlutur að aðstoða náunga sinn. Sama hvort sú aðstoð felst í að halda opinni hurð fyrir hreyfihamlað barn, súpérmódel með fullt fangið eða vitran öldung sem styður sig við staf. Af þessum sökum eru umönnunarstörf og önnur slík störf fullmönnuð, virt, eftirsótt og vel launuð. Slík virðing og umburðarlyndi kemur þó ekki af sjálfu sér og til að viðhalda því er notuð virk fræðslustefna. Stefnan kemur inn á flesta þætti samfélagsis og nær til þess alls en með mestri áherslu á börn og unglunga.

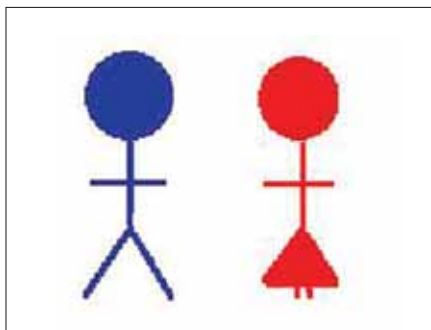
Til að halda áfram með Paradísina vil ég segja ykkur frá hugtaki sem til er í raunveruleika Jóns og Gunnu, hugtakið er brunahönnun. Brunahönnun gerir ráð fyrir því að brunavarnir séu hannaðar inni allar bygg-

ingar bæði opinberar og einkahúsnæði. Í Paradís er aðgengi hannað á sama hátt eða sem aðgengishönnun. Það er lögbundið, sjálfsagt og allstaðar. Þetta gerir það að verkum að fatlaðir komast allstaðar um án þess að þurfa kanna aðstæður, eða hafa áhyggjur, af því fyrir fram. Allt húsnæði er aðgengilegt og því geta Adam og Eva leitað að draumaíbúðinni á almennum markaði og verið viss um að hún er aðgengileg. Einnig eru allar opinberar byggingar aðgengilegar og því er þjónusta auðsótt. Punkturinn yfir i-ið er að aðgengið er svo snilldarlega hannað að enginn tekur eftir rampi hér, breiðum dyrum þar, lágum afgreiðsluborðum, lyftum og svo framvegis.

Í byggingum með löngum göngum til dæmis á flugvöllum, í verslanamiðstöðum og á sjúkrahúsum eru færribönd sem stytta fólki skrefin. Slík færribönd má finna á flugvöllum í raunveruleika Jóns og Gunnu en í Paradís eru þau mun algengari. Á milli hæða má finna álíka færribönd sem koma í stað venjubundins rúllustiga og leysa þau lyftur af hólmi í tveggja hæða opinberum byggingum.

Í Paradís eru öll bílastæði ein og hálf breidd. Þetta þýðir að þeir sem þurfa breið stæði og eru sterkir geta lagt hvar sem er, jafnvel úti í fjærsta horni við verslunarmiðstöðvar. Að auki er töluverður fjöldi sérmerktra stæða næst byggingum fyrir þá sem ekki hafa styrkinn til að komast úr fjærsta horninu. Viðurlög við því að leggja í merktu stæðin eru hörð en nánast óþörf þar sem virðing og umburðarlyndið segir fólki að leggja ekki í þau. Samviskubitið er hardasta refsingin!

Ferðaðþjónustan í Paradís byggir á tveimur kerfum. Annars vegar er nokkurs konar strætókerfi þar sem bílarnir keyra ákveðnar leiðir með ákveðnum stoppistöðvum. Þjónustan á þessum stoppistöðvum felst í aðstoð við að komast inn og út úr bílunum. Þetta hentar því þeim sem geta komið sér út á næstu stoppistöð en komast ekki inn í hinn hefðbundna strætisvagn. Hins vegar er



Jón og Gunna

Draumur Ný-ungar, og ég þori að fullyrða alls fatlaðs fólks hvort sem það er ungt eða gamalt, er að geta staðið jafnfætis öðrum í lífinu. Að fötlun þeirra sé styrkur. Draumurinn er að Adam og Eva séu ekki goðsagnaverur í ímynduðum heimi heldur að við getum öll verið Jón og Gunna.

kerfi sem líkist því sem þekkist hjá Jóni og Gunni. Það er hringt og ferð heiman frá dyrum er pöntuð. Þetta þarf þó ekki að gerast nema með um það bil tveggja stunda fyrirvara.

Umhverfið, eins og húsnæðið, er hannað með aðgengi í huga. Skipulögð útivistarsvæði eru mestmegnis á jafnsléttu, hellulagðir stígar eru sléttir og þægilegir yfirferðar og svokallaðir „köbbstöns,“ kúptir hellusteinar sem eru víða notaðir til að gefa torgum og strætum miðaldarlegt yfirbragð og eru hræðilegir yfirferðar á hjólastólum, eru hvergi sjánalegir í göngufæri. Þó svo að mikið sé á jafnsléttu eru fjöll og hæðir ekki jöfnuð við jörðu. Þar sem óhjákvæmilega eru brekkur má finna nokkurs konar skíðalyftur til að auðvelda fólki að komast upp þær. Lyfturnar eru þannig gerðar að þeir sem eru í hjólastól og sterkir í efri hluta líkamans geta gripið í slá og látið draga sig upp brekkuna. Þeir sem eru í hjólastól en veikir í efri hluta líkamans geta húkkað far með krók sem krækist í stólinn og



Adam og Eva

þeir sem eiga erfitt með gang fá sér sæti í stól sem er á sama apparatínu. Einstaklega hentug græja, en það skal tekið fram að ekki hefur fundist álíka þægileg leið niður brekkuna!

Allir þurfa þjónustu og allir fá þjónustu. Umsóknarferli fyrir hvaða þjónustu sem er, er liðlegt og þægilegt. Ekki þarf að standa í stappi til að fá þennan hjólastól í staðinn fyrir hinn, að fá aðgerðir, endurhæfingu eða sjúkráþjálfun. Að fá þjónustu og hjálpertæki tekur fólk ekki á taugum og í raun er kerfið svo vel smurt að fatlaðir finna lítið sem ekkert fyrir því að vera fatlaðir einstaklingar í samfélaginu. Þeir eru bara einstaklingar.

Ef við drögum þetta nú aðeins saman þá sjáum við að Paradís Adams og Evu gerir þeim kleift að standa í sömu sporum og Jón og Gunna raunveruleikans. Það er ekkert sem stendur í vegi þeirra nema þau sjálf. Draumur Ný-ungar, og ég þori að fullyrða alls fatlaðs fólks hvort sem það er ungt eða gamalt, er að geta staðið jafnfætis öðrum í lífinu. Að fötlun þeirra sé styrkur. Draumurinn er að Adam og Eva séu ekki goðsagnaverur í ímynduðum heimi heldur að við getum öll verið Jón og Gunna. Þetta er draumur Ný-ungar í dag. Hann er hins vegar ekki nýr. Þessi sami draumur virðist blunda í hjörtum ungs hreyfihamlaðs fólks sama hvert ártalið er og hvaða kynslóð telst ung. Allar kynslóðirnar sem hafa átt þennan draum vona að hann rætist og það bráðlega. Við verðum að halda áfram að láta okkur dreyma og stefna að því að ekkert standi í vegi fyrir draumum okkar nema við sjálf.

Pökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

Hafnarfjörður

VBS-verkfræðistofa ehf, Bæjarhrauni 20
Verkalýðsfélagið Hlíf, Reykjavíkurvegi 64
Verkþjónusta Kristjáns ehf, Reykjavíkurvegi 68
Vélaverkstæði Jóhanns Ólafssonar ehf,
Reykjavíkurvegi 70

Bessastaðahreppur

Járnbrá ehf, Blikastíg 6

Keflavík

Art-húsið ehf, Hafnargötu 45
Efnalaug Suðurnesja - BK-hreinsun ehf,
Iðavöllum 11b
Fasteignasalan Ásberg ehf, Hafnargötu 27
Fasteignasalan Stuðlaberg ehf, Hafnargötu 29
Fasteignastofa Suðurnesja ehf,
Hafnargötu 51-55
Fjölbrautaskóli Suðurnesja, Sunnubraut 36
Fjölskyldu- og félagsþjónusta Reykjanesbæjar,
Hafnargötu 57
Fristund-myndbandaleiga ehf, Faxabraut 27
Geimsteinn ehf, Skólavegi 12
Happi ehf, Hafnargötu 90
Hjólbarðþjón Gunna Gunn ehf, Hafnargötu 86
Hlévangur, dvalarheimili Keflavíkur, Faxabraut 13
Húsagerðin ehf, trésmiðja, Hólmgarði 2c
Ísfoss ehf, Hafnargötu 60
Keflavíkurkirkja, Kirkjuvegi 25
Málverk sf, Skólavegi 36
Nesraf ehf, Grófin 18a
Plastgerð Suðurnesja ehf, Framnesvegi 21
Rafiðn ehf, Vikurbraut 1
Ráin, veitingasala, Hafnargötu 19
Sjúkraþjálfunarstöðin Átak ehf, Aðalgötu 10
Skipting ehf, Grófinni 19
Snyrtistofan Dana, Hafnargötu 41
Sparisjóðurrinn í Keflavík, Tjarnargötu 12-14
Tannlæknastofa Einar Magnússonar,
Skólavegi 10
Varmamót ehf, Framnesvegi 19
Verzlunarmannafélag Suðurnesja,
Vatnsnesvegi 14
www.ork.is, Fristundar og heilsárshús

Keflavíkurflugvöllur

Suðurflug ehf, Keflavíkurflugvelli

Grindavík

Grindin ehf, trésmiðja, Hafnargötu 9a
Selháls ehf, Ásabraut 12
Stakkavík ehf, Bakkalág 15b
TG raf ehf, Hafnargötu 20
Þorbjörn Fiskanes hf, Hafnargötu 12

Sandgerði

Kvenfélagið Hvöt, Norðurkoti
Málningarvinna Carls ehf, Vikurbraut 9b
Sandgerðisbær, Miðnestorgi 3

Garður

Bókasafn Gerðahrepps, Garðbraut 90
Gerðaskóli,
Sveitarfélagið Garður, Melbraut 3

Njarðvík

Bílaleiga J & S, Bolafótur 9
Ellert Skúlason ehf, Fitjabraut 2
Hitaveita Suðurnesja, Brekkustíg 36
Undri ehf, Stapabraut 3

Mosfellsbær

Bæjardekk ehf, Langatanga 1a
Dalsgarður ehf, Dalsgarði 1
Fasteignasala Mosfellsbæjar ehf, Þverholti 2
Garðyrkjustöðin Gróandi, Grásteinum
Kvenfélag Kjósarhrepps,
Nonni lítli ehf, Þverholt 8
Pizzabær ehf, Þverholti 2
Reykjalundur, Mosfellsbæ
Varmárskóli,
Vélsmiðjan Orri ehf, Flugumýri 10

Akranes

Al-Hönnun, Skólabraut 30
Bífreiðastöð Þórðar Þ Þórðarsonar, Dalbraut 6
Bilver, bílaverkstæði ehf, Akursbraut 13
Blikksmiðja Guðmundar J Hallgrímssonar,
Akurbraut 11
Byggðasafn Akraness, Görðum
Fasteignasalan Hákot, Kirkjubraut 28
Glugga og Glerhöllin ehf, Ægisbraut 30
Íþróttabandalag Akraness, Höfðabraut 5
Runólfur Hallfreðsson ehf, Krókatúni 9
Sjúkraþjálfun Georgs Janussonar, Kirkjubraut 28
Smellinn hf, Höfðaseli 2
Smurstöð Akraness sf, Smiðjuvöllum 2
Stafna á milli ehf, Kirkjubraut 56
Straumnes ehf, rafverktakar, Krókatúni 22-24
Útgerðarfélagið Straumur ehf, Vesturgötu 111
Verlunin Nína, Kirkjubraut 4
Vélaleiga Halldórs Sigurðssonar,
Smiðjuvöllum 10
Vélsmiðja Ólafs R Guðjónssonar ehf,
Smiðjuvöllum 6

Borgarnes

Borgarbyggð, Borgarbraut 11
Búvangur ehf, Brúarlandi
Dvalarheimili aldraðra Borgarnesi,

Borgarbraut 65

Félagsbúið Mófellsstöðum sf, Mófellsstöðum
Jörvi hf, vinnuvélar, Hvanneyri
Laugaland hf, Laugalandi
Loftorka Borgarnesi ehf, Engjaási 2-8
Meðferðarheimilið Hvítárbakka, Hvítárbakka
Safnahús Borgarfjarðar, Bjarnarbraut 4-6
Skorradalshreppur, Grund
Sparisjóður Mýrasýslu, Digranesgötu 2
Sprautu- og bifreiðaverkstæðið Borgarness sf, Sól-
bakka 5
Sæmundur Sigmundsson ehf, Kveldúlfsgötu 17
Vegamót, þjónustumiðstöð, Vegamótum
Vélaverkstæði Kristjáns ehf, Brákarbraut 20

Reykholt

Garðyrkjustöðin Varmalandi Reykholtssdal, Varma-
landi 2

Stykkishólmur

Ásklif ehf, Hjallatanga 6
Heimahornið ehf, Borgarbraut 1
Málflutningsstofa Snæfellsness ehf, Aðalgötu 2
Rauði kross Íslands Stykkishólmsdeild,
Sundabakka 1

Grundarfjörður

Berg - vélsmiðja ehf, Ártúni 4
Haukabergr, Hamrahlíð 1
Hjálmar ehf, Hamrahlíð 1

Snæfellsbær

Hjallasandur ehf, Helluhóli 3
Hraðfrystihús Hellissands hf, Hafnarbakka 1
Klumba ehf, Skipholti 2
Kvenfélag Ólafsvíkur,
Litabúðin ehf, Ólafsbraut 55
Sjávariðjan Rífi hf, Hafnargötu 8
Útgerðarfélagið Dvergur hf, Grundarbraut 26
Þorgeir Árnason ehf, Háarífi 27
Þorsteinn SH 145,

Búðardalur

K.M. Þjónustan ehf, Vesturbraut 20
Rafsel Búðardalur ehf, Vesturbraut 20c

Króksfjarðarnes

Steinver sf, Reykhólum, Reykhólahreppi

Ísafjörður

Bæjar- og héraðsbókasafn Ísafjarðar, Eyrartúni
Djúp-Ís ehf, Sindragötu 6
Ferðaþjónusta Margrétar og Guðna ehf,
Sindragötu 3

RKÍ veitir Sjálfsbjörg lsf styrk

Rauði kross Íslands afhenti Sjálfsbjörg, landssambandi fatlaðra, styrk að upphæð 5 milljónir króna þann 18. maí 2006. Með þessu rausnarlega framlagi má segja að lokið sé farsælu samstarfi RKÍ og Sjálfsbjargar landssambands fatlaðra um rekstur Hjálpartækja-bankans, sem þessi samtök stofnuðu af brýnni þörf 1976. Reksturinn var seldur fyrir áratug og í lok síðasta árs var húsnæði það sem hýsti fyrirtækið að Hátúni 12 selt. Styrkur RKÍ er veittur af þessu tilefni. Sjálfsbjörg fagnar þessu framlagi sem varið verður til ýmissa félagslegra verkefna.

Aðgengi fyrir alla

www.rabygg.is/adgengismal



Ekki fædd í gær!



Hjá okkur getur þú treyst á áratuga reynslu og þekkingu í fasteignaviðskiptum.

Ábyrg þjónusta - örugg viðskipti

EIGNAMIDLUN
Síðumíla 21 • sími 588 90 90 • www.eignamidlun.is

Tveggja ára gömul bresk stúlka:

Missti bæði handleggi og fætur vegna vírus

Ellie er tveggja ára gömul, lífsglöð og falleg stúlka. Hún er þó frábrugðin öðrum börnum að því leyti að hún missti bæði handleggi og fætur þegar hún var árs gömul, vegna vírus.

Þetta byrjaði með hita og kvefi. Foreldrar, Lisa og Paul Challis frá London, héldu að þetta væri bara kvefi. En hitinn hækkaði og allt í einu fékk Ellie einkennilega dökkrauða flekki um allan líkamann. Foreldrar fóru með hana til læknis og hann sá strax hvað var á seiði: Heilahimnubólga. Ellie var í lífshættu. Vírusinn sem veldur heilahimnubólgu getur leitt til blóðeitrunar, sem getur valdið dauða ef eitrunin er ekki meðhöndluð í tíma.

Ellie fór á spítala, en ekki var hægt að stöðva eitrunina. Handleggir og fætur hennar krepptust og í september sama ár var aflimun ekki umflúin. „Það var ekki um neitt að velja. Annars hefði hún dáíð,“ segir móðir hennar.

Örin eftir aðgerðina hurfu fljótt, en foreldrar voru áhyggjufullir yfir því hvernig Ellie myndi bregðast við fötluninni. Sophie, tvíbura-systir Ellie, kom þá eins og bjargandi engill. Hún lék við systur sína og hló með henni, eins og ekkert hefði breyst. Þegar Ellie varð þyrst lét Sophie hana drekka úr pelanum og þegar Ellie gat ekki lengur náð í dúkkurnar lét Sophie þær í kjöltu hennar. Þar sem tvíbura-systurnar



Ellie (t.v.) ásamt tvíbura-systur sinni, Sophie, sem er hennar stoð og stytta.



Ellie fékk gervihandleggi og fætur og er enn að læra að nota þá rétt.

skilja hvor aðra án orða og Sophie gerir allt fyrir systur sína, hefur Ellie haldið gleði sinni. Fyrir skömmu fékk Ellie gervi hand- og fötleggi og er enn að læra að nota þá rétt. Við þessar kringumstæður er Sophie henni mikil hjálp. Í hita leiksins gleymir Ellie sér alveg. Hún hermir allt eftir systur sinni og getur nærri því gengið eins hratt og



Ellie er þrátt fyrir allt lífsglöð stúlka.

hún. „Það var mikið áfall að vírusinn skyldi skaða Ellie svona mikið. En það var blessun að örlögin gáfu henni tvíbura-systur, sem stendur þétt við hlið hennar,“ segir móðir stúlkanna.

Heimild: Neue Post.

Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu

Pistill formanns

-skýrsla stjórnar 2005 -2006

Segja má að rekstur Sjálfsbjargar á höfuðborgarsvæðinu hafi gengið vel á þessu tveggja ára tímabili sem núverandi stjórn hefur setið. Þó ekki sé horft fram hjá því að mikil endurnýjun hefur átt sér stað í stjórn félagsins. Ungt fólk hefur tekið að sér ábyrgðarstörf í þágu félagsins, þannig að það er ekki hægt að segja að hún sé hokin af reynslu, fyrir utan Huldu Steinsdóttur og Sigurð Pálsson sem að sjálfsögðu eru alvön stjórnunarstörfum en allt er þetta áhugasamt fólk sem vill félaginu vel. Okkur sem störfum að félagsstörfum, finnst oft ekki mikið ávinnast og hlutirnir ganga oft á hraða snigilsins en þegar horft er til baka þá hefur ýmislegt gerst hjá félaginu. Eins og þið flest vitið þá fer það hins vegar eftir fjárhag félagsins hvað mikið er hægt að gera hverju sinni. Það hefur verið rekstrarafgangur undanfarin ár sem er gott.

Haldnir voru tveir félagsfundir, eins og lög félagsins kveða á um. Annar var um heimahjúkrun og heimaþjónustu og tókst hann vel. Á hinn félagsfundinn var boðið fulltrúum allra þeirra flokka sem eru í framboði í borginni til að fá þeirra stefnu í þeim málaflokkum sem snúa að þjónustu borgarinnar við okkur og var hann fjörugur. Miklu lofað og þá er bara spurningin hverjum treystum við best til að efna lofordin.

Félagsstarfið var með hefðbundnum hætti og má segja að aðsóknin hafi heldur aukist þannig að þörfin á



Grétar Pétur Geirsson, formaður Sjálfsbjargar á höfuðborgarsvæðinu, skrifar.

Við sem störfum að félagsstörfum finnst oft ekki mikið ávinnast og hlutirnir ganga oft á hraða snigilsins en þegar horft er til baka þá hefur ýmislegt gerst hjá félaginu. Eins og þið flest vitið þá fer það eftir fjárhag félagsins hvað mikið er hægt að gera hverju sinni.

þessari félagsstarfssemi er fyrir hendi. Það má geta þess að það var reynt að koma með nýjungar inn í félagsstarfið. Boðið var upp á nokkur námskeið, tölvukennslu (netið) og einnig sjálfsstyrkingarnámskeið

en því miður náðist ekki sá lágmarksfjöldi sem þurfti til að halda þau. Einnig var boðið uppá námskeið í glerskreytingu og var góð aðsókn að því og tókst það vel. Var annað slíkt námskeið haldið í mars. Súpa og samvera er aftur komið í gang eftir að hafa legið niðri í nokkurn tíma. Samkomulag náðist milli Ö.B.Í, Laugarneskirkju og Sjálfsbjargar á höfuðborgarsvæðinu um að djákinn Guðrún Kr. Þórsdóttir hefði yfirumsjón með þessari starfssemi, sem er opin á þriðjudögum milli kl. 11 og 15. Það hefur sannað sig að þörfin er mikil og þyrfti í raun að vera opið oftari vikum.

Málefni Krika eru að skýrast eftir fund með bæjarstjóra Kópavogs þar sem við fórum þess á leit, hvort hugsanlega væri möguleiki á að fá eitthvað af þeim húsum sem þeir eru að losa sig við á byggingarsvæðinu við Elliðavatn. Skemmst er frá því að segja að þeir voru með hús sem stendur í næsta nágrenni við Krika, sem flytja þurfti í burtu. Þeir buðu okkur húsið, sem er um 40 fm að stærð og virðist nokkuð heilt, enda ekki byggt af vanefnum. Þorvaldur sem er kenndur við Síld og fisk byggði þetta hús. Hugmyndin er að flytja húsið að Krika og tengja húsin saman með tengibyggingu. Ef þetta gengur allt eftir þá verður um að ræða gjörbyltingu á allri aðstöðu við Krika. Kópavogsbær hefur reynt félaginu mjög vel og ef ætti að meta alla þá vinnu til fjár sem þeir hafa innt af hendi við Krika þá skiptir það milljónum. Þetta hófst allt í tíð Sigurðar heitins Geirdal og ég held að það sé ekki á neinn hallað þó að það sé tekið fram að velvilji hans í garð félagsins var mikill og hans þáttur í þessu verki stór. Allt útlit er fyrir að Gunnar Birgisson núverandi bæjarstjóri í Kópavogi eigi ekki eft-

ir að vera eftirbátur hans. Byrjunin lofar góðu.

Ráðist var í að breyta og bæta aðstöðuna í félagsheimilinu okkar, eldhúsið fært og endurnýjað frá grunni, salurinn, gangurinn og salernin máluð og ný lýsing sett upp í salnum. Salurinn var stækkaður með því að minnka geymsluna þannig að hann hefur breytt um svip og öll vinnuástaða breyst til batnaðar.

Keypt var ný ljósritunarvél þar sem sú gamla var orðin ónýtt. Einnig voru keyptir nýir tölvuskjái, ein tölva og fullkomin ryksuga fyrir félagsheimilið. Nokkrar skemmtanir voru haldnar. Má þar nefna að haustfagnaður var haldinn í samvinnu við Íþróttafélag fatlaðra, á hann var uppselt og tókst afskaplega vel. Þorablót hafa verið haldin hjá félaginu mörg undanfarin ár, eins og mörg ykkar vita þá voru þessi þorablót haldin fyrir þá sem starfa í nefndum félagsins en allt nefndarstarf hefur verið á undanhaldi þannig að við stóðum frammi fyrir því að annaðhvort hætta með þessi þorablót eða opna þau fyrir hinn almenna félagsmann. Var ákveðið að prófa það og ekki annað að sjá en það hafi tekist vel.

Samstarf er hafið við landssambandið um sameiginlega útgáfu blaðanna okkar Klifurs og Sjálfsbjargarfrétta. Um er að ræða tilraun til eins árs. Ekki eru allir jafn hrifnir af þessu og verður tíminn að leiða í ljós hvernig til tekst. Tilgangur breytinganna var að ná fram hagræðingu og sparnaði.

Aðgengi fyrir alla

www.rabygg.is/adgengismal



Hlaut heiðursmerki Sjálfsbjargar

Ólöf Ríkarðsdóttir hlaut á dögunum heiðursmerki Sjálfsbjargar á höfuðborgarsvæðinu. Þetta er í fyrsta sinn sem merkið er veitt, en það er ætlað einstaklingum sem starfað hafa með félaginu í áráraðir eða verið bakhjarlar þess á einhvern hátt.

Merkið er hannað og unnið af Sigmari Ó. Mariússyni gullsmiði og félagi í Sjálfsbjörg.

Ólöf var einn af stofnfélögum Sjálfsbjargar, félags fatlaðra á höfuðborgarsvæðinu. Hún gekk í félagið 17. júlí 1958. Strax á fyrsta starfsári félagsins tók hún að sér að sjá um endurskoðun reikninga og hefur alla tíð síðan gegnt trúnaðar- og stjórnunarstörfum fyrir félagið og unnið markvisst að uppbyggingu og



Ólöf Ríkarðsdóttir.

velferð þess.

Ólöf var einn af stofnfélögum Sjálfsbjargar lsf. og aðalhvatamaður að stofnun Öryrkjabandalags Íslands.

Sjálfsbjörg, félag fatlaðra á höfuðborgarsvæðinu, þakkar Ólöfu óeigingjarnt og vel unnin störf fyrir félagið í áráraðir.

Þökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

Ísafjörður

Félag opinberra starfsmanna á Vestfjörðum, Aðalstræti 24
Fræðslumiðstöð Vestfjarða, Suðurgötu 12
Gamla bakaríð ehf, Aðalstræti 24
Ísblikk ehf, Árnagötu 1
Ísinn ehf, Sindragötu 13b
Jón og Gunna ehf, Austurvegi 2
Kjölur ehf, Urðarvegi 37
Löggiltir endurskoðendur Vestfjörðum hf, Aðalstræti 24
Lögsýn ehf, Aðalstræti 24
Orkubú Vestfjarða hf, Stakkanesi 1
Tréver sf, Hafraholti 34
Tækniþjónusta Vestfjarða ehf, Aðalstræti 26
Vestfiskur ehf, Hnífsdalsvegi 29
Vélsmiðja Ísafjarðar ehf, Sundahöfn

Bolungarvík

Djúpmar ehf, Völusteinsstræti 4
Elias Ketilsson ehf, Þjóðólfsvegi 3

Fiskmarkaður Bolungarvíkur og Suðureyrar ehf, Hafnargötu 12
Fjalla Eyvindur ehf, Traðarstig 13
Glaður ehf, Traðarstig 1
Jakob Valgeir ehf, Grundarstig 5
Sérleyfisferðir Bolungarvík - Ísafjörður, Völusteinsstræti 22
Sparisjóður Bolungarvíkur, Aðalstræti 14
Vélsmiðjan Mjólnir ehf, Mávakambi 2

Súðavík

Súðavíkurhöfn, Grundarstræti 3

Patreksfjörður

Oddi hf, fiskverkun, Eyrargötu 1
Söluturninn Albina, Aðalstræti 89
Vestri hf - Oddi, Eyrargötu

Tálknafjörður

Eik hf, trésmiðja, Strandgötu 37
Sterkur ehf, Miðtúni 18

Fjölskyldudagar í Krika

Opið mánudaga til fimmtudaga frá kl. 13-19, á föstudögum frá kl. 13-20,
á laugardögum frá kl. 11-21 og á sunnudögum frá kl. 11-19.

Kriki er landspilda við Elliðavatn í landi Vatnsenda sem Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu hefur til afnota. Á svæðinu er lítið og notalegt hús þar sem er snyrti- og eldhúsaðstaða, tveir aðgengilegir göngustígar sem ná niður að vatni og tvær aðgengilegar bryggjur. Sjálfsbjargarfélagar eru velkomnir þangað til að njóta alls þess sem svæðið hefur upp á að bjóða.



Sjáumst sem flest í sumar og njótum þess að vera á fallegum stað, í þessari paradís okkar Sjálfsbjargarféлага á höfuðborgarsvæðinu. Mynd/Ása Hildur.

Þarna er Elliðavatnið í öllu sínu veldi með sitt fjölbreytta lífríki. Í vatnakerfi Elliðavatns lifa allar fimm tegundir villtra ferskvatnsfiska hér á landi; bleikja, lax, urriði, áll og hornsíli, þó að silungsveiðin sé ríkjandi. Þannig að þarna er alveg tilvalið að reyna að krækja sér í soðið... muna bara að fá sér veiðileyfi. Benda má sérstaklega á fuglaskoð-

un, en á vatnasvæði Elliðavatns hafa verið skráðar um 30 tegundir votlendisfugla, þar af níu sjaldgæfar.

Í allt sumar hefur vaskt lið sjálfbóðaliða tekið að sér að hafa opið mánudaga til fimmtudaga frá kl. 13-19, á föstudögum frá kl. 13-20, á laugardögum frá kl. 11-21 og á sunnudögum frá kl. 11-19. Á þessum tímum verður hægt að kaupa sér veitingar á vægu verði og sitthvað fleira.

Tilvalið er að mæta einn eða með alla fjölskylduna, leigja grill, elda dýrindis máltíðir, eða bara einfaldlega að koma með nesti með sér. Félagar geta síðan dundað sér við úti-

vist, fiðrildaskoðun, sápukúlublástur, flugdrekaflug, lautarferðir og veiðar, svo fátt eitt sé upptalið. Bara nota hugmyndaflugið!

Halaleikhópurinn mun síðan vera með Haladaga 22. júlí og 12. ágúst. Þá er öllum boðið að bregða sér á leik með Hölum, sem munu gera eitthvað leiklistarlega þenkjandi, grilla og fleira. Allir velkomnir!

Dagskrá Krika er að finna á www.kriki.bloggar.is. Þar er einnig að finna kort af svæðinu o.fl. Aðrar upplýsingar, svo sem eins og leiga á grilli eða fleira er hægt að fá í síma 551-7868 á skrifstofutíma eða á: kriki@best.is.

Bátadagur verður haldinn í Krika 20. ágúst n.k. undir stjórn Kjartans J. Haukssonar.

Dagskrá Krika: www.kriki.bloggar.is

„Enn er mikil barátta framundan“

-segir Guðríður
Ólafsdóttir
félagsmálafulltrúi
ÖBÍ.



Guðríður Ólafsdóttir, félagsmálafulltrúi Öryrkjabandalags Íslands, þekkir vel til aðstæðna þeirra, sem minna mega sín í Þjóðfélaginu, enda hefur hún unnið að þeirra málum um áratuga skeið. Hún hefur starf- að hjá Öryrkjabandalagi Íslands frá árinu 1998 en þar áður var hún formaður Félags eldri borgara í átta ár. Guðríður er fædd spastísk og þekkir því kerfið vel af eigin raun. Blaðamaður Klifurs hitti Guðríði einn sólrikan dag á heimili hennar á Sléttuvegi í Reykjavík.

Guðríður Ólafsdóttir við heimili sitt á Sléttuveginum. Myndir/kmh.

Þegar Guðríður var fimm ára gömul var hún sett í spelkur á báðum fótum. „Læknirinn taldi að það væri ekkert hægt að gera fyrir mig annað en að setja mig í spelkur. Þær voru reyrdar fast til þess að rétta hnén. Ég átti að ganga með þær og þetta var afskaplega sárt. Ég hataði þessar spelkur alveg hræðilega. Pabbi átti að borga þær úr eigin vasa og hann hafði ekki efni á því. Ég man ennþá eftir því hvað hann reifst við hreppsstjórnann yfir því að þurfa að borga þetta sjálfur. Ég vildi bara losna við spelkurnar og sagði pabba bara að skila þeim, en ég var í spelkunum í tæp tvö ár. Þetta er fyrsta minning mín af félagslega kerfinu.“

Læknamistök

Guðríður var í þjálfun hjá Styrktarfélagi lamaðra og fatlaðra um tíma. „Það var hreinlega lagst á fætturna á mér til þess að reyna að rétta þá.

Guðríður er fædd 12. mars 1946 og ólst upp á Hlíðarenda í Ölfusi. „Þegar ég var tveggja ára gömul var ég ekki farin að ganga. Ég var með bogin hné þegar ég reyndi að standa upp og studdi mig við. Það virtist ekkert annað vera að. Foreldrar mínir fóru með mig til læknis og hann setti mig í rannsókn. Mamma fékk þann úrskurð að ég væri „andlegur og líkamlegur aumingi.“ Það var ekkert verið að skafa utan af því í þá daga. Mamma fór með mig heim og var reið og sár. Auðvitað sáði þetta líka fræi efasemda hjá

foreldrum mínum. Það var svo ekki fyrir en ég var að verða fimm ára sem þau fóru með mig aftur til læknis. Þá var ég ekki enn farin að ganga, skreið um allt. Ég var sett í rannsóknir á Landsspítala, en það var aldrei almennilega vitað hvað orsakaði þetta. Ég er spastísk í fótum og mjöðmum. Börn geta orðið spastísk þegar þau verða fyrir súrefnisskortri í fæðingu. En ég hef svo sem aldrei verið að spá neitt meira í þetta. Ég hef sloppið vel og hef ekki haft áhuga að vera að spyrja neitt meira.“

Síðan voru æfingar sem áttu að draga úr spasmanum. Þetta gerði mér eflaust gott, en voru bölvæðar þjáningar. Mér fannst þetta líka gera mér gott félagslega séð. Þarna hitti ég margt fólk sem átti við svipaðan vanda að glíma og ég.“

Þegar Guðríður var níu ára gömul var ákveðið að hún færi í aðgerðir til að rétta úr hnjúnum. „Þetta voru miklar og flóknar aðgerðir. Ég var send heim í gífsi og var í því í þrjá mánuði. Ég man ennþá eftir sársaukanum þegar gífsið var tekið. Fæturnir á mér voru beygðir til að losa gífsið og það var hræðilega sárt. Nokkrum árum seinna sagði mér læknir, sem var góður bæklunarskurðlæknir og heimilissvinnur okkar, að aðgerðin sem ég fór í væri eina aðgerðin sem gerð hefði verið á landinu og að hún yrði ekki gerð aftur. Hún hefði mistekist. Aðgerðin olli því að hnén á mér vísa ekki fram, eins og þau eiga að gera, heldur aftur. Það er afleiðing af þessari aðgerð. Ég hef svo sem verið sár yfir þessu en ég hef aldrei verið bitur út í læknana. Læknar voru álitnir svo miklir guðir á þessum tíma að engum datt í hug að efast um það sem þeir gerðu, hvað þá að fara í mál við þá. En mér fannst það stór biti að kyngja að fæðast með fötlun og verða síðan fyrir enn meiri fötlun af völdum læknamistaka.“

Varð ekki fyrir aðkasti

Að sögn Guðríðar missti hún mikið úr skóla vegna fötlunar sinnar. „Fyrsta skólagangan mín var í Austurbæjarskólanum. Þá dvaldi ég í Reykjavík til að sækja þjálfun hjá Styrktarfélagi lamaðra og fatlaðra. Ég var hjá móðursystur minni, sem ég á mikið að þakka. Hún kenndi mér að lesa almennilega. Hún lét mig lesa Gagn og gaman og síðan Dísu ljósálf. Þannig lærði ég að lesa.“

Guðríður segist ekki hafa orðið fyrir neinu aðkasti vegna fötlunar sinnar. „Ég var félagslega sterk og það hjálpaði mér mikið. Ég var alltaf með ákveðna klíku í kringum mig í skólanum og við pössuðum upp á hvert annað. Ég hafði líka góðan



„Ég var alin upp á sveitabæ og lærði fljótt að bjarga sér. Mér var aldrei hlíft sérstaklega vegna fötlunar minnar,“ segir Guðríður m.a. í viðtalinu.

„Læknar voru álitnir svo miklir guðir á þessum tíma að engum datt í hug að efast um það sem þeir gerðu, hvað þá að fara í mál við þá. En mér fannst það stór biti að kyngja að fæðast með fötlun og verða síðan fyrir enn meiri fötlun af völdum læknamistaka.“

félagsskap heima. Ég er alin upp með þremur eldri bræðum og það var ýmislegt um að vera á því heimili. Stundum efast ég um að ég hafi átt að lifa æskuna af,“ segir Guðríður og hlær. „Ég var alin upp á sveitabæ og lærði fljótt að bjarga sér. Mér var aldrei hlíft sérstaklega vegna fötlunar minnar. Ég var auðvitað ekki látin gera það sem ég ekki gat, en annað varð ég að gera og það hjálpaði mér mikið. Foreldrar mínir tóku alltaf krakka að sér úr Reykjavík í sumardvöl. Á sumrin var heimili okkar því mannmargt, stundum upp undir tuttugu manns. Það var alltaf mikið um að vera og mjög skemmtilegt. Okkur krökkunum var aldrei haldið niðri á neinn máta, fengum alltaf að láta í ljós skoðanir okkar. Ég tel mig hafa

fengið mjög gott uppeldi. Það var ómetanlegt að alast upp í sveit, að vera frjáls eins og fuglinn. Maður lærði fljótt að bjarga sér. Mamma var með konu hjá sér sem hjálpaði henni við heimilisstörfin. Hún kom með stúlku með sér frá Reykjavík, sem er ævilöng vinkona mín. Þegar hún var óþekk var hún sett upp á tunnu í vaskahúsinu, þar sem slátur og annað var geymt, og hún þorði aldrei að hreyfa sig. Þegar ég var hins vegar óþekk þá tók konan af mér hækjurnar og skóna. En þá voru þessar fínu bomsur til, sem voru í gamla daga, og ég náði mér bara alltaf í fjórar bomsur, setti þær á fæturna og hendurnar og svo fór ég út. Ég lét ekkert stoppa mig,“ segir Guðríður og hlær.

Vann í frystihúsi

Þegar Guðríður var 17 ára gömul vildi hún prófa að fara útað vinna eitt sumarið. Úr varð að hún fór í frystihúsið í Þorlákshöfn, að draga garnir úr humri og gera að karfa. „Það var hins vegar of mikið fyrir mig. Ég þurfti að standa við færibandið og það var í fyrsta skiptið sem það plagaði mig hvernig ég stóð. Við vorum þrjár eða fjórar sem skiptum einum stól á milli okkar. Í þá daga var ekkert verið að kaupa aukastól fyrir þá sem þurftu á því að halda.“

Það var fyrir algera tilviljun að Guðríður komst í kynni við Reykjalund á sínum tíma. „Einn bróðir minn ákvað að gifta sig árið 1962 og ég fór með mömmu í Guðrúnarbúð á Rauðarárstíg að kaupa kjól á mig. Guðrún var sjálf að afgreiða og spurði mömmu hvort ég hefði einhvern tíma farið á Reykjalund í endurhæfingu. Þeirra spjall leiddi til þess að ég var send á Reykjalund og var þar í ansi langan tíma. Þar fékk ég loksins markvissa endurhæfingu, ásamt spelkum og góðri leiðsögn. Það gerði mér mjög gott að komast þar inn, bjargaði mér alveg.“

Kynntist Sjálfsbjörg

Árið 1965 gekk Guðríður í hjónaband með Viðari Hörngdal Guðna-

syni, sem hún hafði kynnst á Reykjalundi. Hann var hreyfihamaður og í hjólastól. „Hjónaband okkar entist í 31 ár og við eigum eina dóttur saman, Kristínu, sem er 32 ára gömul. Hjónabandið var langt en það getur slitnað upp úr þeim líka,“ segir Guðríður íbygginn á svip. „Fyrstu árin okkar bjuggum við í Hafnarfirði. Ég var ekki úti-vinnandi. Það var aldeilis bjartsýni hjá manni á þeim tíma, að geta bara bjargað sér.“

Guðríður gekk í Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu árið 1963. „Veturinn 1966 hringdi Sigurður Guðmundsson, ljósmyndari og þáverandi formaður Sjálfsbjargar á höfuðborgarsvæðinu, í mig og spurði hvort ég væri ekki tilbúin að koma að vinna á skrifstofu Sjálfsbjargar. Þá rak Reykjavíkurfélagið og landssambandið sameiginlega skrifstofu. Ég byrjaði þar í afleysingum, en árið 1967 byrjaði ég að vinna hjá Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu. Það var mjög gott að fá þessa vinnu. Árið 1981 var opnuð sérstök skrifstofa fyrir Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu og þá fluttist ég þangað yfir. Ég vann þar allt til ársins 1988, en þá fannst mér kominn tími til að hætta. Ég hafði verið á atvinnuleysisbótum í hálfan mánuð þegar Lára Björnsdóttir, þáverandi framkvæmdastjóri Svæðisskrifstofu um málefni fatlaðra í Reykjavík, hringdi í mig og spurði hvort ég gæti leyst af þar í sumarfríum starfsmanna, sem ég og gerði. Þegar ég hafði unnið þar í nokkurn tíma var hringt í mig og mér boðið að taka að mér starf framkvæmdastjóra Félags eldri borgara. Það varð úr og þar starfaði ég í átta ár. Það var mjög skemmtilegur tími, en dálítið erfiður.“

Árið 1994, þegar Guðríður var nýkjörin varaformaður Sjálfsbjargar landssambands fatlaðra, gerðist það að formaðurinn, Jóhann Pétur Sveinsson, lést. „Það var alveg hræðilegt og kom öllum að óvörum. Hann hafði rætt um það við mig að hann ætlaði sér ekki að verða formaður áfram eftir næsta kjörtímabil, vegna þess að hann hefði áhuga



Guðríður segir mikla þörf á að einfalda almannatryggingakerfið. Núverandi kerfi sé allt of flókið. „Tímaskortur hrjáir oft þá sem eiga að gefa þessu fólki upplýsingar. Fólki er sagt að fara hingað og þangað og enginn hefur tíma til að útskýra hlutina almennilega fyrir því.“

„Fólk sem er á strípuðum örorkubótum á sér ekki viðreisnarvon, eins og kerfið er í dag. Því er haldið niðri á lágum bótum og ef það vinnur sér inn einhverjar krónur þá skerðast bæturnar um leið. Það er verið að búa til fátæktargildirur.“

á að fara út í pólitíkina og ætlaði sér að flytja norður. Hann bað mig um að gefa kost á mér í eitt til tvö kjörtímabil, vegna þess að hann hefði einhverjar áhyggjur af samtökunum, eins og ástandið var á þeim tíma. Ég sagði bara já, og hugsaði sem svo að það væri þá hægt að skoða málið betur eftir þau tvö ár sem hann átti eftir af sínu kjörtímabili. En Jóhann Pétur lést haustið 1996 og þá tók ég við formennskunni.“

Guðríður var kjörin formaður Sjálfsbjargar landssambandsins á þingi samtakanna árið 1996. „Ýmsum innan samtakanna fannst hins vegar að það hentaði ekki að ég væri formaður Sjálfsbjargar ásamt því að vera framkvæmdastjóri Félags eldri borgara. Einnig voru sumir í Félagi eldri borgara þeirrar skoðunar að

karlmaður ætti að gegna framkvæmdastjórástöðunni í þeirra félagsskap. Mér var því sagt upp hjá eldri borgurum, en bauðst þá fljótlega starf hjá Félagsþjónustu Reykjavíkurborgar.

Á þingi Sjálfsbjargar vorið 1998 gaf ég aftur kost á mér í formannsætið en var felld. Strax að þinginu loknu hafði Helgi Seljan hjá Öryrkjabandalagi Íslands samband við mig og bað mig að taka við starfi félagsmálafulltrúa, sem hann hafði gegnt hjá ÖBÍ. Tók ég því góða boði og starfa þar enn. Ég hef aldrei átt í vandræðum með að fá vinnu. Ég hef verið heppin með það.“

Margir hafa það slæmt

Guðríður hefur kynnst ýmsu í sínu starfi sem félagsmálafulltrúi. Hún segir marga skjólstaðinga ÖBÍ búa við mjög bág kjör. „Fólk sem er á strípuðum örorkubótum á sér ekki viðreisnarvon, eins og kerfið er í dag. Því er haldið niðri á lágum bótum og ef það vinnur sér inn einhverjar krónur þá skerðast bæturnar um leið. Það er verið að búa til fátæktargildirur. Margir fráskildir karlmenn, sem eru öryrkjar, hafa það t.d. mjög slæmt. Þeir hafa ekki efni á að vera í sæmilega stóru húsnæði og geta ekki einu sinni tekið á móti börnunum sínum eða gefið þeim gjafir. Konurnar eru oft með börnin á sínu framfæri og fá þá

greitt meðlag, þannig að það er ör-
lítið skárra. Annar hópur sem hefur
það slæmt er útlendingar sem setjast
hér að og verða fyrir örorku á
miðjum aldri. Ef þeir eru ekki frá
landi innan EES þá fá þeir mjög
lágar bætur.“

Að sögn Guðríðar er mikil þörf á
að einfalda almannatryggingakerfið.
Núverandi kerfi er alltof flókið. „Ég
fæ fjöldann allan af fólki inn á skrif-
stofu til mín sem er í stökustu vand-
ræðum. Það hefur farið á milli staða
í kerfinu og skilur hvorki upp né nið-
ur í neinu. Margir eru niðurbrottnir
vegna þess að þeir eru algjörlega
ráðalausir. Ég hef alltaf lagt mikla
áherslu á að fólk fari ekki frá mér
fyrr en ég sé þess fullviss að það sé
upplýst um réttindi sín. Ég hef
nefnilega orðið vör við að margir
hafa alls ekkert skilið hvað hefur
verið sagt við þá á hinum og þessum
stöðum í kerfinu. Ég hef oft fengið
þakklæti fyrir að gefa mér tíma til að
ræða við fólk og aðstoða það.
Tímaskortur hrjáir oft þá sem eiga
að gefa þessu fólki upplýsingar.
Fólki er sagt að fara hingað og þan-
gað og enginn hefur tíma til að
útskýra hlutina almennilega fyrir
því. Það er full vinna að reyna að
skilja kerfið og hvaða réttindi fólk
hefur. Ástandið hjá sumum er þan-
nig að þeir eru dregnir upp úr einum
pyttinum og settir ofan í annan.
Sumir eiga það yfir höfði sér að
missa húsnæðið vegna skulda og þá
þarf stundum að reyna að semja við
aðila og fleira í þeim dúr. Fólk sem
er veikt getur ekki staðið í svona
stappi við kerfið. Það er stundum
full vinna fyrir fólk, að reyna að
bjarga sér.“

Minningarkort

**Minningarkort
Sjálfsbjargar á
höfuðborgar-
svæðinu
eru seld á skrif-
stofu félagsins.**

„Ég fæ fjöldann allan af
fólki inn á skrifstofu til mín
sem er í stökustu vand-
ræðum. Það hefur farið á
milli staða í kerfinu og skil-
ur hvorki upp né niður í
neinu. Margir eru niður-
brottnir vegna þess að þeir
eru algjörlega ráðalausir.“

Aðspurð um baráttu öryrkja fyrir
bættum kjörum, segir Guðríður að sú
barátta gangi ansi hægt. „Það tók 40
ár að ná því fram að örorkumatið
yrði læknisfræðilegt mat. Það náðist
fram 1998 og nú tíu árum seinna er
farið að tala um að snúa þessu til
fyrra horfs. Nú eigi það bara að fara
eftir félagslegum aðstæðum, hvort
fólk geti unnið eða ekki. Þetta leiðir
til þess að fólk eins og ég, sem er úti
á vinnumarkaði og er tekjutengd,
missir ýmis hliðarréttindi sem það
hefur. Það þarf semsagt líka að
standa vörð um þau réttindi sem
náðst hafa fram. Öryrkjabandalagið

mun halda baráttunni áfram en hver
ávinningurinn verður veltur auð-
vitað mikið á vilja stjórnvalda. Mér
finnst oft vanta skilning hjá pól-
ítíkusum. Ég veit ekki hvort nokkur
þeirra geri sér almennilega grein
fyrir því hvernig ástandið er í raun.
Firingin hjá þeim er orðin svo mik-
il. Það er með ólíkindum hvernig
sumir þeirra leyfa sér að tala niður
til almennings í landinu. Pétur
Blöndal heldur því t.d. nánast fram
að öryrkjar séu upp til hópa óreglu-
fólk. Nýi heilbrigðisráðherrann, Siv
Friðleifsdóttir, talar um að ekki sé
nóg „fráflæði“ frá Landsspítalanum,
og er þá að tala um að það séu ekki
nógu margir sjúklingar útskrifaðir.
Hvers vegna þarf að tala með þes-
sum hætti? Er ekki verið að tala um
fólk? Þeir sem halda um stjórnar-
taumana verða að hafa skilning á lífi
fólksins í landinu. Staða öryrkja í
dag er án efa betri en t.d. fyrir tíu
árum, en samt sem áður er hún ekki
ásættanleg. Það er því enn mikil
barátta framundan,“ segir Guðríður
að lokum.

Texti/Kristrún M. Heiðberg.



Hjálparliðasjóður Sjálfsbjargar var stofnaður
árið 1977 og er markmið hans að auðvelda
hreyfihömluðum að ferðast. Mikill kostnaður
fylgir ferðalögum hreyfihamlaðra. Þeir þurfa
að greiða tvöfaldan ferðakostnað, þ.e. fyrir sig
og aðstoðarmann, auk upphalds.

Söfnunarsíminn er 908-2003 og þá dragast kr.
1.000 af næsta símareikningi.

Pökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

Pingeyri

Brautin sf, Ketilseyri

Staður

Staðarskáli ehf, Stað Hrutafirði

Drangsnæs

Stefnir ST 47 ehf, Bæ 1

Kjörvogur

Hótel Djúpvík ehf, Árneshreppi

Norðurfjörður

Árneshreppur, Norðurfirði

Hvammstangi

Kvennabandið V-Hún,
Steyrustöðin Hvammstanga ehf,
Norðurbraut 32
Stýrihópur um forvarnir Húnaþing vestra, Klapparstig
4

Blönduós

Lögmannsstofa Stefáns Ólafs ehf, Húnaþing 19
Samstaða, skrifstofa verkalyðsfélaga,
Þverholti 1

Skagaströnd

Rafmagnsverkstæðið Neistinn ehf,
Strandgötu 32
Trésmiðja Helga Gunnarssonar ehf,
Mánaþing 2
Vélaverkstæði Skagastrandar, Strandgötu 30
Vík ehf, Hólabraut 5

Sauðárkrúkur

Bókhaldsþjónusta KOM ehf, Viðhlíð 10
Friðrik Jónsson ehf, Borgarröst 8
Gistiheimilið 550 ehf, Kirkjutorgi 3
Gistiheimilið Kotið ehf, Kaupvangstorgi 1
Kaupfélag Skagfirðinga, Ártorgi 1
Sveitarfélagið Skagafjörður, Faxatorgi 1
Verslun Haraldar Júlíussonar, Aðalgötu 22

Varmahlíð

Akrahreppur Skagafirði,
Lambeyri ehf, Lambeyri

Hofsós

Stuðlaberg ehf, Suðurbraut

Vesturfarasetrið, Suðurbraut 8

Siglufjörður

Berg hf, byggingafélag, Norðurgötu 16
BOX ehf, Laugarvegi 37
Dúfan SI 130,
Egilssild ehf, Gránugötu 27
Siglufjarðarkaupstaður, Gránugötu 24
Siglufjarðarkirkja,
SR vélaverkstæði hf, Vetrarbraut 12

Akureyri

Augnlæknastofa Ragnars Sigurðssonar ehf, Álfa-
byggð 11
Ásprent - Still hf, Glerárgötu 28
Bautinn og Smiðjan, veitingasala,
Hafnarstræti 92
Bifreiðaverkstæði Bjarnhéðins ehf,
Fjölninggötu 2a
Blikkrás ehf, Óseyri 16
Búsetudeild Akureyrarbæjar, Geislagötu 9
Efling sjúkráþjálfun ehf, Hafnarstræti 97
Eining-löja, Skipagötu 14
Félag verslunar- og skrifstofufólks,
Skipagötu 14
Félagsbúið Hallgilsstöðum, Hallgilsstöðum
Fjórðungssjúkrahúsið á Akureyri,
Eyrarlandsvegi
Fól ehf, Lerkilundi 24
Gistiheimilið Brekkusel, Byggðarvegi 97
Greifinn eignarhaldsfélag hf, Glerárgötu 20
Gúmmivinnslan hf, Réttarhvammi 1
Gýmir ehf, Klettaborg 39
Hagþjónustan ehf, Skipagötu 14
Hártiskan sf, Kaupangi við Myrarveg
Hlið hf, Kotágerði 30
Húsprýði sf, Múlasíðu 48
Ísgát ehf, Hrafnabjörgum 1
Íþróttamiðstöð Glerárskóla,
J.B. ehf, Kaupvangsstræti 4
Kjarnafæði hf, Fjölninggötu 1b
KPMG Endurskoðun Akureyri hf, Glerárgötu 24
Likamsræktin Bjarg ehf, Aðalstræti 16
Miðstöð ehf, Draupnisgötu 3g
Myndrún ehf, Sunnuhlíð 12
Pallaleigan ehf, Espilundi 4
Rafeyri ehf, Norðurtanga 5
Raflampar ehf, Óseyri 4
Rafmenn ehf, Fjölninggötu 2b
Sigtryggur og Pétur sf, Brekkugötu 5
Sparisjóður Norðlendinga, Skipagötu 9
Tannlæknastofa Árna Páls Halldórssonar,
Myrarvegi
Tannlæknastofa Hauks og Bessa, Kaupvangi, Myrar-
vegi
Tannlæknastofa Sigrúnar Marteinsdóttur,
Þórunnarstræti 114
Tískuverslun Steinunnar, Hafnarstræti 97
Trésmiðjan Alfa ehf, Óseyri 1 A

Tólvis sf, Kaupangi við Myrarveg
Verkval ehf, Miðhúsavegi 4
Ösp sf, Trésmiðja, Furulundi 15f

Grenivík

Frosti ehf, Melgötu 2
Grytubakkahreppur, Gamla skólahúsinu
Jói ehf, Melgötu 8
Stuðlaberg útgerð ehf, Ægissíðu 11

Grimsey

Grimskjör ehf, Hafnargötu 17
Stekkarvík ehf, Hafnargötu 3
Sæbjörg ehf, Efri Sandvík

Dalvík

BHS, bíla- og vélaverkstæði, Fossbrún 2
Blómabúð María Snorradóttir, Hafnarbraut 7
Daltré ehf, Böggvísstöðum
Fiskmarkaður Dalvíkur, Ránarbraut 2b
Gunnar Nielsson sf, Aðalgötu 15
Sparisjóður Svarfdæla, Ráðhúsi
Tréverk hf, Grundargötu 8-10

Ólafsfjörður

Útey, skólajónusta, Ægisgötu 15
Vélsmiðja Ólafsfjarðar hf, Múlavegi 3

Húsavík

Bilaleiga Húsavíkur ehf, Garðarsbraut 66
Borgarhólsskóli,
Bókasafnið á Húsavík,
Fatahreinsun Húsavíkur sf, Túngötu 1
Fjallasýn Rúnars Óskarssonar ehf, Hrístateigi 5
Garðræktarfélag Reykhverfinga, Hveravöllum
Húsavíkurkirkja
Kalli í Höfða ehf, Baughóli 25
Langanes hf, útgerð, Skólagerði 6
Skóbúð Húsavíkur, Garðarsbraut 13
Val ehf, Höfða 5c

Raufarhöfn

Önundur ehf, Aðalbraut 41a

Þórshöfn

Svalbarðshreppur, Gunnarsstöðum

Vopnafjörður

Bílar og vélar ehf, Hafnarbyggð 14a
Bókhalds- og viðskiptaþjónusta Kristjáns, Kolbeins-
götu 8
Mælifell ehf, Háholti 2
Vopnafjarðarhreppur, Hamrahlíð 15

Byggt við Krika

Ísumar er áætlað er að koma upp tengibyggingu við Krika. Um er að ræða 40 fm hús, sem Kópavogsbær bauð Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu afnot af. Mun þetta gjörbreyta allri aðstöðu á staðnum, en eins og gestir Krika vita hefur oft verið þröng á þingi á góðum sumardögum.

Nú þegar er byrjað að reisa stöpla undir nýja húsið. Þess verður því vonandi ekki langt að bíða að hægt verði að taka húsið í notkun. Mynd/Ása Hildur.



Sumarlokun á skrifstofu

Skrifstofa Sjálfsbjargar, félags fatlaðra á höfuðborgarsvæðinu, verður lokuð vegna sumarleyfa frá 17. júlí til 8. ágúst.

Leiga á salnum

Salur Sjálfsbjargar, félags fatlaðra á höfuðborgarsvæðinu, er til leigu fyrir veislur og fundahöld.

Upplýsingar í síma 551-7868, netfang: johanna@sjalfsbjorg.is

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.



Þökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

Egilsstaðir

Blómabær, Miðvangi 31
Bókabúðin Hlöðum, Fellabæ
Dagsverk ehf, Vallavegi
Héraðsskjalasafn Austfirðinga, Laufskógum 1
Hraðbúð ESSO www.khb.is, Kaupvangi 6
Hússtjórnarskólinn Hallormsstað,
Miðás hf (Brúnás innréttingar), Miðási 9
Rarik austurlandi s: 5289000 bilanasími 4703301,
Þverklettar 2-4
Skógrækt ríkisins, Miðvangi 2
Verkfræðistofa Austurlands ehf, Kaupvangi 5
Ókuskóli Austurlands sf, Háafelli 4a

Seyðisfjörður

Seyðisfjarðarkaupstaður, Hafnargötu 44

Reyðarfjörður

Eikarsmiðjan ehf, Heiðarvegi 6
Hólmar, húsgagnaverslun ehf, Austurvegi 29
Verkalyðsfélag Reyðarfjarðar, Brekkugötu 9
Verkstjórafélag Austurlands, Ásgerði 3
Þvottabjörn ehf, Heiðarvegi 10

Eskifjörður

Eskja hf, Strandgötu 39
Tannlæknastofa Guðna Óskarssonar, Hólsvegi 3a

Neskaupstaður

Fjarðabyggð, Hafnargötu 2
Fjarðalagnir ehf, Nesbakka 14
Nestak ehf, byggingaverktaki, Nesbakka 2
Rafgeisli Tómas R Zoéga ehf, Hafnarbraut 10

Fáskrúðsfjörður

Löðnuvinnslan hf, Skólavegi 59

Höfn

Herborg SF-69,
Sigurður Ólafsson ehf, Hlíðartúni 21
Skinney - Þinganes hf, Krossey
Sveitarfélagið Hornafjörður, Hafnarbraut 27

Vökull Stéttarfélag, Vikurbraut 4

Selfoss

AB-skálinn ehf, Gagnheiði 11
Árvirkinn ehf, Eyravegi 32
Básinn, veitingastaður, Efstalandi
Borgarhús ehf, Minni-Borg
Búnaðarfélag Grafningshrepps, Villingavatni
Byggingarfélagið Árborg ehf, Bankavegi 5
Fasteignasalan Bakki ehf, Sigtúni 2
Ferðaþjónustan Núpum, Núpum 1-2
Flúðasveppir, Hrunamannahreppi
Grímsneshreppur og Grafningshreppur,
Borg félagsheimili
Guðmundur Tyrfingsson ehf, Fossnesi C
Hótel Hekla, Brjánsstöðum
Hrafninn ehf, Litlalandi
Hraungerðishreppur, Þingborg
Jeppasmíðjan ehf, Ljónsstöðum
Litla kaffistofan, Svinahrauni
Nesey ehf, Suðurbraut 7 Gnúpverjahreppi
Plastiðjan ehf, Gagnheiði 1
Plastmótun ehf, Læk
Pylsuvagninn Selfossi, Besti bitinn í bænum
Selfossveitur bs, Austurvegi 67
Set ehf, plastróverksmiðja, Eyravegi 41
Skálholtssókn, Skálholti
Stokkar og steinar sf, Árbæ 1
Tölvutak ehf, Eyravegi 27
Verkfræðistofa Suðurlands ehf, Austurvegi 3-5
Verktækni ehf, Stekkholti 26
Verslunin Borg, Grímsnesi, Minni Borg
Vélaverkstæði Þóris ehf, Gagnheiði 36

Hveragerði

Aðalsalan - Reikningskil, Breiðumörk 20
Bókasafn Hveragerðis, Austurmörk 2
Heilsustofnun NLFÍ www.hnfi.is, Grænumörk 10
Hveragerðisbær, Sunnumörk 2
Hveragerðiskirkja, Bröttuhlíð 5

Þorlákshöfn

Fagus ehf, Unubakka 18-20
Fiskiðjan Ver, Óseyrarbraut 20
Frostfiskur ehf, Hafnarskeiði 6
Sveitarfélagið Ölfus, Hafnarbergi 1

Flúðir

Flúðafiskur, Borgarási
Garðyrkjustoðin Hvammur I ehf, Hvammi I
Kvenfélag Hrunamannahrepps,

Hella

Ásahreppur, Kálfholti
Hótel Rangá, Suðurlandsvegi
Suðurlandsvegi
Rangá ehf, Suðurlandsvegi

Hvolsvöllur

Anna og Árni á Akri, Akri
Búaðföng, Stórolfsvelli
Félag íslenskra bifreiðaeiganda, Stóragarði 3
Fylkir, vöribílstjórafélag, Eystri-Torfastöðum 1
Holtsprestakall, Holti
Rangárþing eystra, Hlíðarvegi 16
Stórolfshvolskirkja,

Vík

Hótel Lundi, Vikurbraut 26
Mýrdalshreppur, Austurvegi 17

Kirkjubæjarklaustur


Búval ehf, løjuvöllum 3

Vestmannaeyjar

Vöruval ehf, Vesturvegi 18
Efnalaugin Straumur, Flötum 22
Eyjaradíó ehf, Skólavegi 13
Eyjasyn ehf, Strandvegi 47
Huginn ehf, Hrauntúni 48
Ísfélag Vestmannaeyja hf, Strandvegi 28
Karl Kristmanns, umboðs- og heildverslun, Ofanleit-
isvegi 15-19
Ós ehf, Illugagötu 44
Reynistaður ehf, Vesturvegi 10
Skóvinnustofan, Brekastig 1
Vinnslustöðin hf, Hafnargötu 2
Volare ehf, Vestmannabraut 36

SJÁLFSBJÖRG – AÐGENGI FYRIR ALLA, ALLTAF, ALLS STAÐAR



	Krossgátu-gerð: Bjarni S: 588 7911		þáttur	plága		verk- færin		2000	glepja	gnauða			blótinu	ambátt	storm	tæp	
	→				→							↘	ílatið hún				
	stelpu- hnokki					14	áverki spendýr						mjólkur- af- urðirnar				
Talning Halldór Andri eftirprentun börnud	↓	spældur	2 eins			2 eins marr		2 eins				mörkin topp	6			upp- nefni	
innihald					spöng	4		komast maður		11			litaða	ym			
strax			dugur		aflaga							kona draug		7		þjóðina	
glenntar							mán- uður		röð			borðandi				frá tvíhlj.	
slæm					drifur sumbl				baldin ávinnur			3	tvístig þreyttir				
		skvetti útyfir	2		vondar stétt							álitinn knöppu					
mæðu				öryggi fugl	10				ílát sæmd				líkams- hluti	drunu		12	
		sigli	kaðal				dans				galgopa 2 eins			13			
dínamóar						5	þri- buri	15					deig	8			
tjúlluð			3 eins				fugls- magi	1				9	tæma				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----



HÖNNUN
Verkfræðistofa



Íslandsprent



KB BANKI



Línuhönnun
verkfræðistofa



Rafhönnun
Armi 42, 108 Reykjavík
Sími: 530 8000, Fax: 588 8302
Netfang: rafhonnun@rafhonnun.is, www.rafhonnun.is
FS 96500
ISO 9001:2000



Rannsóknastofnun
byggingariðnaðarins
www.rabyggj.is



Rekstrarvörur
- vinna með þér
Ráttarhóli 2 • 110 Reykjavík
Sími: 520 6606 • Fax: 520 6665 • Netfang: sala@rv.is • www.rv.is

SMITH & NORLAND
www.sminor.is

Vinningshafar

Vinningshafar fyrir lausnir á krossgátu 1. tbl. Klifurs 2006 eru: Garðar Halldórsson, Vitateigi 5, 300 Akranesi; Ágústa Anna Valdimarsdóttir, Orrahólum 7, 111 Reykjavík; Þorgerður Bergsdóttir, Vesturgötu 109, 300 Akranesi; Pétur Valdimar Jónsson, Teigi, 690 Vopnafirði og Guðrún Birna Örvarsdóttir Urðargili 10 603 Akureyri. Vinningarnir verða sendir vinningshöfum.



spron
- fyrir allt sem þú ert



SUMARIÐ ER FRAMUNDAN OG FRÍIÐ

Ferðu út í sumar, á sólarströnd með fjölskylduna, í borgarferð eða ætlarðu kannski að ferðast hér innanlands og njóta íslenskrar náttúru? Tækifærin eru hvarvetna, en það er sama hvað þú gerir og hvert þú ferð, greiðslukort frá SPV verður alltaf einn af bestu ferðafélögunum.

Ótal sparnaðarástæður fyrir greiðslukorti SPV

- Þú greiðir ekkert árgjald fyrsta árið og sparar mörg þúsund krónur
- Þú færð 50% endurgreiðslu af árgjaldi við endurnýjun ef þú ert í Vildarþjónustunni
- Þú greiðir engin færslugjöld og nýtur víða staðgreiðsluafsláttar innanlands
- Þú færð sjálfkrafa víðtækar ferðatryggingar
- Þú nýtur neyðartryggingar erlendis við óvænt áföll
- Þú færð fimm þúsund króna ferðaávisun við stofnun SPV korts og safnar að auki stöðugt inná nýja og nýja ferðaávisun við notkun kortsins innanlands
- Þú tvöfaldar verðgildi peninganna með World for 2, sem fylgir frítt 1. árið

Berðu ávinning og möguleika greiðslukorta SPV saman við greiðslukort annarra fjármálastofnana. Komdu í heimsókn og spjallaðu við ráðgjafa okkar. Þeir taka vel á móti þér.



Vertu með SPV og ánægðustu viðskiptavininum*
Borgartúni 18 - Síðumúla 1 - Hraunbæ 119 - www.spv.is
Þjónustuver, sími 575 4100 - Skiptiborð, sími 575 4000

*1.sæti í Ánægjuvöginni sjöunda árið í röð!