

STÆRSTI SIGURINN



ÍPRÓTTIR FATLAÐRA Á ÍSLANDI Í 25 ÁR



Ritstjóri: Sigurður Magnússon
Texti: Sigurður Á. Friðþjófsson

Sigurður Magnússon
og
Sigurður Á. Þórhilsson

Stærsti sigurinn

Íþróttir fatlaðra á Íslandi
í 25 ár



Íþróttasamband fatlaðra
1998

Sigurður Magnússon
og
Sigurður Á. Friðþjófsson

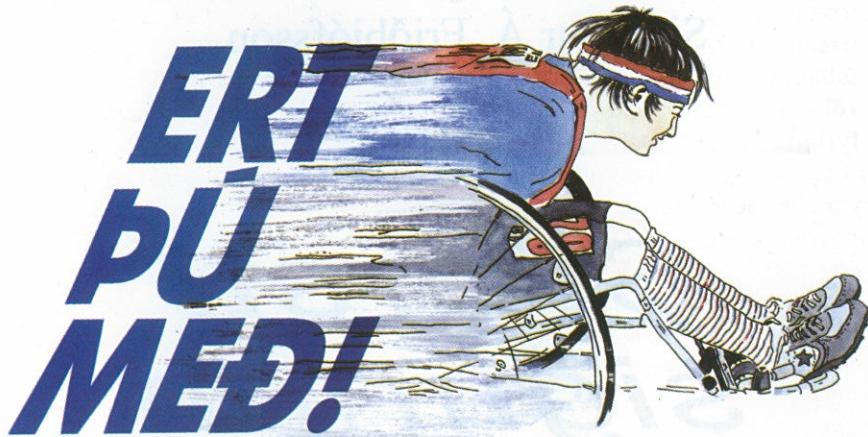
Stærsti sigurinn

Íþróttir fatlaðra á Íslandi
í 25 ár



**Íþróttasamband fatlaðra
1998**

ÍÞRÓTTIR FYRIR ALLA



ÍÞRÓTTASAMBAND FATLAÐRA

Hljóðritið 1998

Stærsti sigurinn

Íþróttir fatlaðra á Íslandi í 25 ár

Ritstjóri: Sigurður Magnússon.

Texti: Sigurður Á. Friðþjófsson.

© Sigurður Magnússon, Sigurður Á. Friðþjófsson og Íþróttasamband fatlaðra.

Útlit og umbrot: Sáfi.

Útlit hlífdarkápu: Ástmar Ólafsson.

Filmuvinna, prentun og bókband: Borgarprent hf.

Meginmál texta er sett með 12 punkta Times letri og á 14 punkta fæti.

Fyrirsagnir á Helvetica Cn BT letri og myndatextar á Helvetica bold letri.

Bókin er prentuð á 115 gr. mattan Zanders Mega pappír.

Bók þessa má ekki afrita með neinum hætti, svo sem ljósmyndun, prentun, hljóðritun eða á annan sambærilegan hátt, að hluta eða í heild, án skriflegs leyfis höfunda og útgefanda.

Öll réttindi áskilin. Íþróttasamband fatlaðra 1998.

ISBN-9979-60-384-4

Efnisyfirlit

Ávarp forseta Íslands.....	7	Íþróttasamband fatlaðra.....	127
Ávarp menntamálaráðherra.....	8	Húsnaði ÍF.....	129
Ávarp forseta ÍSÍ.....	9	Starfsmenn ÍF.....	130
Ávarp formanns ÍF.....	10	Útgáfumál.....	131
Íþróttir fatlaðra í árdaga.....	11	Kynningar- og útbreiðslustarf.....	133
Hvers virði eru íþróttir fötluðu fólkí?.....	13	NORD HIF stofnað í Reykjavík 1976.....	136
Íþróttir fyrir alla.....	17	Erlend samskipti.....	138
Aðgerðir Evrópuráðsins í Strasbourg.....	17	Norræna trimmlandskeppnin.....	140
Íþróttir fyrir alla Íslendinga.....	18	Merki sambandsins.....	141
Undirbúningsnefnd ÍSÍ.....	19	Vilborgarlundur.....	142
Margir góðir stuðningsaðilar.....	21	Sumarbúðir ÍF, norræn barna- og	
Fyrstu íþróttafélög fatlaðra stofnuð.....	21	unglingamót.....	143
Íþróttasamband fatlaðra stofnað.....	22	Boccia eldri borgara.....	146
Frumherjarnir.	25	Innlend íþróttamót.....	147
Arnór Pétursson.....	26	Pátttaka í íþróttamótum erlendis.....	153
Gísli Halldórsson.....	33	Stjórnir og nefndir ÍF.....	156
Edda Bergmann.....	36	Stjórnartal ÍF.....	157
Erlingur Þ. Jóhannsson.....	39	Sigurður Magnússon.....	159
Sonja Helgason.....	42	Ólafur Jensson.....	163
Magnús B. Einarson.....	45	Sveinn Áki Lúðvíksson.....	167
Magnús H. Ólafsson.....	48	Ólafur Þ. Jónsson.....	171
Elsa Stefánsdóttir.....	53	Markús Einarsson.....	175
Aðildarfélög ÍF.	57	Ólafur Magnússon.....	178
Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík.....	58	Anna Karólína Vilhjálmsdóttir.....	184
Íþróttafélagið Akur, Akureyri.....	62	Íþróttamenn ársins	189
Íþróttafélagið Eik, Akureyri.....	67	Gullverðlaunahafar á ólympíumótum,	
Íþróttafélagið Björk, Reykjavík.....	71	heimsmeistaramótum og	
Íþróttafélag heyrnarlausra, Reykjavík.....	74	Evrópumeistaramótum.....	193
Íþróttafélagið Ösp, Reykjavík.....	78	Verðl.hafar á ólympíumótum.....	200
Íþróttafélagið Gásksi, Skálatúni.....	83	Verðl.hafar á heimsmeistaramótum.....	201
Íþróttafélagið Hlynur, Kópavogshæli.....	86	Verðl.hafar á Evrópumeistaramótum...	202
Íþróttafélagið Gnýr, Sólheimum.....	88	Eftirmáli.....	204
Íþróttafélagið Tjaldur, Tjaldanesi.....	90	Heillaóskir til ÍF.....	206
Íþróttafélagið Örvar, Egilsstöðum.....	92		
Íþróttafélagið Viljinn, Seyðisfirði.....	94		
Íþróttafélagið Suðri, Selfossi.....	99		
Íþróttafélagið Snerpa, Siglufirði.....	101		
Íþróttafélagið Ívar, Ísafirði.....	103		
Íþróttafélagið Ægir, Vestmannaeyjum.....	105		
Bocciadeild Völsungs, Húsavík.....	108		
Íþróttafélagið Nes, Suðurnesjum.....	110		
Íþróttafélagið Gróska, Sauðárkróki.....	115		
Íþróttafélagið Fjörður, Hafnarfirði.....	118		
Íþróttafélagið Þjótur, Akranesi.....	121		
Íþróttafélagið Kveldúlfur, Borgarnesi.....	124		



Ólafur Eiríksson.

Forseti Íslands, herra Ólafur Ragnar Grímsson, tekur á móti íslensku þáttakendunum á ólympíumótinu í Atlanta 1996.



Ávarp forseta Íslands

Íþróttir skapa gleði, styrkja heilsu og efla einbeitni og áræðni. Þær veita okkur sannfæringu um eigin getu og leggja grundvöll að vináttu og samheldni sem oft varir alla ævi.

Áður fyrr voru íþróttir einkum tengdar keppni og sigrum á leikvelli og í fornum sögum íslenskum eru lýsingar á fimum köppum. Á okkar tíð hefur þróunin blessunarlega verið á þann veg að íþróttir urðu hlekkur í keðju heilbrigðra lífs-háttar sem þorri landsmanna kappkostar að tileinka sér - íþróttir af öllu tagi: sund, ganga, skokk, leikfimi, boltaleikir, golf, hestamennska; auk þeirra keppnisgreina sem löggildar eru á alþjóðlegum mótum.

Íþróttahreyfing fatlaðra á stóran hlut í þessari þjóðlífsbreytingu. Hreyfingin hefur ekki aðeins valdið byltingu í íþróttaiðkun fatlaðra heldur hefur hún einnig veitt Íslendingum nýja lífssýn. Þjóðin hefur öðlast bjartsýni og kjark við að fylgjast með þeim glæsilega árangri sem fatlaðir hafa náð. Fyrir þá gjöf þökkum við á þessum tímamótum.

Að finna sigur í eigin brjósti, að sjá árangur hjá sjálfum sér og öðlast þannig kraft til nýrra verka er þó allri keppni æðra.

Íþróttahreyfing fatlaðra hefur fært þúsundum slíka sannfæringu. Hún hefur aukið lífsgleði og sjálfstraust einstaklinga og gert íslenskt þjóðfélag betra og litríkara.

Ég fær ykkur hamingjuóskir og þakkir þjóðarinnar fyrir frábært starf.

Ólafur Ragnar Grímsson



Björn Bjarnason menntamálaráðherra og Rut Ingólfssdóttir, eiginkona hans, við móttöku íslensku keppendanna frá Atlanta. Á myndinni eru auk þeirra Sigrún Hulð Hrafnssdóttir, Bára B. Erlingsdóttir og Birkir Rúnar Gunnarsson.

Ávarp menntamálaráðherra

Á tuttugu og fimm árum hefur Íþróttasamband fatlaðra náð glæsilegum árangri. Ástæðan er annars vegar dugnaður og áræði forgöngumannanna og hins vegar sigurganga félagsmanna í Íþróttasambandi fatlaðra á alþjóðlegum vettvangi. Tilgangurinn með stofnun sambandsins var ekki síst sá að efla fötluðum sjálfstraust og gefa þeim færri á að sýna hvað í þeim býr í keppni og leik. Hinn góði árangur í sundlaug og á íþróttavelli hefur staðið undir þessum væntingum og meira en það, árangurinn hefur aukið allri íslensku þjóðinni sjálfstraust.

Ég óska Íþróttasambandi fatlaðra til hamingju með afmælið og vona að áfram takist félagsmönnum þess að halda merki lands og þjóðar hátt á loft.

Björn Bjarnason



Ellert B. Schram forseti ÍSÍ við setningu smáþjóðaleikanna 1997.

Ávarp forseta ÍSÍ

Það skal segja hverja sögu eins og hún er. Lengst af var þátttaka í íþróttum nánast einkaréttur þeirra sem skáru sig úr sökum líkamsburða, hreysti og atgervis. Hinir stóðu hjá og voru í mesta lagi áhorfendur og aðdáendur.

Á síðustu árum og áratugum hefur þetta breyst og íþróttir eru orðnar almennингseign. Almenningur stundar hverskonar íþróttir sér til afþreyingar og heilsubótar og fatlaðir og þroskaheftir hafa bæst í hóp þeirra þúsunda sem stunda íþróttir sér til ánægju og yndisauka. Sú viðhorfsbreyting hefur auðvitað gert fötluðum gott, en íþróttahreyfingin öll hefur sömuleiðis notið góðs af virkri þátttöku fatlaðra að því leyti að hún er opin öllum og hefur undirstrikað þá staðreynd að íþróttapátttaka er ekki aðeins á færi hinna fremstu heldur fjöldans, án tillits til atgervis, afreka eða aðstæðna.

Samþykkt íþróttajings ÍSÍ í ágúst 1972 er eitt stærsta gæfuspor sem stigið hefur verið innan Íþróttasambands Íslands. Íþróttasamband fatlaðra, fyrir forgöngu og undir forystu margra mætra manna, hefur unnið þrekvirki til ómetanlegrar nýrrar lífssýnar og útrásar fyrir það æskufólk sem gengur fatlað til lífsbaráttunnar.

EKKI vegna heimsmetanna og sigranna, sem eru margir og glæsilegir, heldur fyrst og fremst í krafti þess að vera með. Finna mátt sinn og megin.

Til hamingju með afmælið og hafið heila þökk fyrir, aðstandendur Íþróttasambands fatlaðra.

Ellert B. Schram

Sveinn Áki Lúðvíksson formaður Íþróttasambands fatlaðra.



Ávarp formanns ÍF

Í tuttugu og fimm ára sögu íþróttta fatlaðra er mér efst í huga sá mikli dugnaður og áræðni sem fatlað íslenskt íþróttafólk hefur sýnt. Það hefur byggt upp starf sitt frá grunni án fyrrmyndar nema að takmörkuðu leyti og náð þeim frábæra árangri að eiga marga heims- og ólympíutitla. Þessi árangur varpar ekki einungis ljóma á þá sem hafa náð honum heldur hefur hann verið styrkur fyrir marga, fatlaða jafnt sem ófatlaða, sem hafa fengið staðfestingu á að hægt sé að ná á tindinn. Að baki þessu liggar ómæld vinna jafnt iðkenda, þjálfara, stjórnenda svo og forráðamanna að ógleymdum sjálfboðaliðum en þeirra þáttur hefur vegið þungt í öllu starfi ÍF. Það einstigi sem frumkvöðlar ÍF lögðu út á hefur reynst vera gæfubraut og fyllilega þess virði að rifja upp gönguna með þeim með lestri þessarar bókar.

Ég óska Íþróttasambandi fatlaðra innilega til hamingju á þessum tímamótum og vona að okkar frábæru félagar haldi áfram á sigurbraut, en gleymum ekki þeirri staðreynd að stærsti sigurinn er að vera með.

Sveinn Áki Lúðvíksson



Póló var fyrsta íþróttagreinin sem iðkuð var af fólk sem bundið var hjólastóluum. Myndin er frá Stoke Mandeville.

Íþróttir fatlaðra í árdaga

Íþróttaiðkun fatlaðra eins og við þekkjum hana er ekki gömul í hettunni. Í hugum almennings hafa íþróttir einkum verið fyrir líkamleg hreystimenni til að sýna hvers þau eru megnug og til að skera úr um hver mestur garpur er. Engu að síður eru til heimildir sem sem sýna að fyrir ævalöngu hafi íþróttaiðkun einkum verið ætluð til stuðnings líkamlega fötluðu fólkis.

Á miðöldum boðuðu margir fræðimenn í ræðu og ritu kennningar um líffræðilega nauðsyn hæfilegrar hreyfingar og áreynslu, jafnt fyrir fatlaða sem ófatlaða. Þekking og kunnáttu á þessu sviði var lítil í samanburði við það sem hún er nú. Engu að síður tókst þessum mönnum að vekja skilning á mikilvægi líkamlegrar hreyfingar hjá fötluðum og öðrum.

Í fræðiriti frá byrjun sextándu aldar má lesa eftirfarandi: „Sérhver sem lifir kyrrsetulífi og jafnvel borðar bara mikið af góðum mat, án þess að hreyfa sig nóg eða stunda æfingar, mun alla tíð finna fyrir sársauka og vanlíðan og kraftar hans og þrek munu þverra fljótt.“

Á næstu öldum tók mikill fjöldi sérfræðinga kröftuglega í sama streng, einkum læknar og íþróttaleiðbeinendur, svo sem í Austurríki, Þýskalandi, Bretlandi, Frakklandi og Svíþjóð. Árið 1847 hóf austurríski uppeldisfræðingurinn Klein að kenna íþróttir á blindrahæli í Vín og skömmu síðar hófst einnig kennsla fyrir heyrnarlausa. Þetta náði þó ekki almennri útbreiðslu og það er ekki fyrr en um

miðja 20 öldina að skipulagt íþróttastarf meðal fatlaðra hefst. Einstök dæmi eru þó til um stofnun sérstakra íþróttafélaga fatlaðra frá fyrri hluta aldarinnar. Árið 1922 stofnuðu lamaðir ökumenn í Englandi akstursíþróttafélag og árið 1936 stofnuðu einhentir golfahugamenn í Glasgow í Skotlandi með sér sérstakt félag. Sama ár sigraði Jesse Owens í 100 metra hlaupi á ólympíuleikunum í Berlín en hann hafði fengið lómunarveiki kornungur.

Premur árum seinna brast á seinni heimsstyrjöldin, blóðugasti hildarleikur sögunnar, en í lok hennar um miðjan fimmta áratuginn stóðu þjóðir heims frammi fyrir því að hundruð þúsunda, jafnvel milljónir manna komu heim af vígvellinum margvíslega fatlaðir og bæklaðir, ýmist bundrir hjólastólum, útlimahöggnir, blindir eða þjáðir af annarri fötlun.

Samfélagið var knúið til að koma þessum fjölda til aðstoðar og endurhæfingar, m.a. með íþróttaiðkun af ýmsu tagi. Það starf sem hófst í stríðslok átti seinna eftir að reka á fjörur Íslands og hafa mikil áhrif á endurhæfingu og stöðu fatlaðra hér á landi.

Hið eiginlega upphaf íþróttta fatlaðra eins og við þekkjum þær má rekja til enska taugaskurðlæknisins Sir Ludwig Guttmanna, yfirlæknis á Mandeville sjúkrahúsíu í Englandi. Árið 1952 létt hann byggja leikvöll fyrir fatlaða íþróttamenn við sjúkrahúsið og hóf að þjálfa fatlaða á skipulegan hátt í mörgum íþróttagreinum. Jafnframt stóð hann fyrir landskeppni fatlaðra í Englandi á leikvanginum. Árangurinn var ótrúlega góður og fljótlega breiddist þetta út til margra landa.



Þegar hildarleik heimsstyrjaldarinnar lauk voru milljónir manna fatlaðar og örkuðlaðar í Evrópu. Myndin sýnir hermann úr hjúkrunarsveit hlúa að særðum fallhlífafhermanni í Frakklandi 1944.

En hver var staða fatlaðra gagnvart samféluginu og samfélagsins gagnvart þeim þegar þetta mikla starf hófst? Um það er fjallað í næsta kafla sem er úr bókinni „Íþróttir fatlaðra“, eftir Sir Ludwig Guttmann.



Sir Ludwig Guttmann.

Hvers virði eru íþróttir fötluðu fólk?

Líkamlega fatlaðir einstaklingar og umheimurinn

Hér verður fjallað í nokkrum orðum um stöðu líkamlega fatlaðra einstaklinga og umhverfi þeirra til að varpa ljósi á jákvæð áhrif íþróttaiðkunar á þá.

a) Viðhorf samfélagsins til fatlaðra

Það er staðreynð að um aldaraðir hefur viðhorf samfélagsins til einstaklinga, sem búa við mikla líkamlega fötlun, verið neikvætt. Samfélagið hefur jafnvel litið á slíka ólánssama einstaklinga sem utangarðsmenn, þ.e. þá sem falla ekki undir það sem í daglegu tali er kallað „eðlilegt“. Í fjölda tilvika földu ættingjar fatlaðra þá fyrir augum samfélagsins á þeirri forsendu að þeir leiddu skömm yfir fjölskylduna.

Heimsstyrjaldirnar tvær, sem gerðu að verkum að margir fötluðust, hafa sannarlega breytt þessu viðhorfi en það er þó ekki fyrr en á síðari tínum að almenningsálitið og fatlaðir sjálfir hafa komist að raun um þá gagnsemi er felst í því að nýta starfskrafta fatlaðra og tryggja þeim störf við hæfi. Þá ber sérstaklega að geta jákvæðra nútímoviðhorfa í kjölfar seinni heimsstyrjaldarinnar varðandi endurhæfingu mjög fatlaðra einstaklinga en slík viðhorf njóta sífellt aukins stuðnings almennings.

Stjórnvöld hafa hlutverki að gegna í stefnumótun um þjálfun fatlaðra til starfa, t.d. með því að nota opinber fyrirtæki og stofnanir til þess að auka starfsmöguleika fatlaðra annars vegar og virkja þá í tómstunda- og íþróttastarfi hins vegar.

Bresku lögini frá 1944 um atvinnumál fatlaðra og lögini frá 1971 um atvinnumál einstaklinga með ólæknandi sjúkdóma og fatlaðra eru í raun mannúðarsáttmálar sem hafa það að markmiði að bæta viðhorf samfélagsins til fatlaðra meðbræðra og systra. Á það skal hins vegar bent, að auka þarf enn frekar þekkingu samfélagsins á viðhorfum líkamlega fatlaðra einstaklinga, þ.e. að þeir óska ekki eftir meðaumkun eða vorkunnsemi heldur skilningi. Þeir óska eftir skilningi samfélagsins á því að þeir hafi getu til að þroska hæfileika sína og öðlast þannig virðingu og skilning annarra.

b) Viðhorf fatlaðra til samfélagsins

Ekki má gleyma því að alvarleg meiðsl eða veikindi er leiða til mikillar fötlunar, t.d. blindu, heyrnarskerðingar eða heyrnarleysis, taps á útlimum og lömun að hluta eða öllu leyti vegna skaða á taugakerfinu, hafa að sjálfssögðu mikil áhrif á eðlilegt hreyfimynstur og nákvæmni líkamans. Óeðlilegt hreyfimynstur getur verið lömun, takmarkaður eða líttill kraftur, krampahreyfingar (spastískar hreyfingar), stífir útlimir, breyting á talgetu og skortur á samhæfingu líkamans.

Þegar einstaklingi er skyndilega kippt inn í allt öðruvísi veröld en hann er vanur, verður vitund hans um breytta líkamsímynd vegna hreyfihömlunar sterk. Við slíkar aðstæður myndast oft andleg spenna milli þess sem er mikið fatlaður og umhverfis hans. Þetta leiðir síðan til þess að félagsleg samskipti hans við ófatlaða einstaklinga verða oft erfið, jafnvel ómöguleg. Ef umhverfið lítur á þennan einstakling sem „öðruvísi“, þ.e. ef hann lendir sífellt í því að á hann er horft, jafnvel starað, getur sjálfssímynd hans versnað til muna. Hann getur fengið minnimáttarkennd sem brýst út í feimni og streitu og hann hættir að trúá á sjálfan sig. Sjálfsvirðing hans minnkar og afleiðingin getur því orðið sjálfsmæðumkun og einangrun - hann fer að sýna andfélagslegt viðmóti!

Pau sálraenu viðhorf, sem hér hefur verið lýst, eiga við um fatlaða einstaklinga alfarið án tillits til greindar þeirra. En við verðum einnig að muna eftir fötluðum einstaklingum sem búa við meðfædda eða áskapaða andlega fötlun, t.d. börn með lömun eða aðra hreyfihömlun (oft er ranglega vísað til þeirra sem „spastískra“ barna) eða einstaklingar í öllum aldurshópum sem þjást af heilsa-skaða er leiðir til einhverskonar lömunar. Þessa einstaklinga verður að skoða sérstaklega og líta á þá sem sérstakan hóp þegar um íþróttir er að ræða vegna þess að þeir búa við skerta getu og takmarkaða einbeitingarhæfni. Að finna stað fyrir slíkan hóp í íþróttum er oft erfiðara en fyrir aðra þar sem þeir þurfa á enn frekara læknisfræðilegu og sálfræðilegu mati að halda. Að blanda saman í íþróttum líkamlega fötluðum einstaklingum með venjulega andlega getu og greind annars vegar og líkamlega fötluðum einstaklingum með skerta andlega getu og greind er jafn óréttlátt og rangt í grundvallaratriðum og ef ófatlaðir íþróttamenn væru látnir vera með andlega eða greindarskertum einstaklingum. Ekki leikur vafi á því hins vegar að íþróttaiðkun hefur mjög jákvæð áhrif og



Hnefaleikar æfðir í Stoke Mandeville.

eykur vellíðan andlega fatlaðra einstaklinga. Hún er hvetjandi, eykur einbeitingargetu þeirra og jafnvægi. Hópur geðfatlaðra einstaklinga á geðsjúkrahúsi í Aylesbury í Englandi fer þrisvar í viku í sundkennslu með hjúkrunarfólki í íþróttamiðstöð fatlaðra í Stoke Mandeville en sund er mikilvægur þáttur í meðferð þeirra.

Mikilvægi og markmið íþrótta fyrir fatlaða

Með hliðsjón af þessu er greinilegt hvers vegna íþróttaiðkun er í raun mikilvægari fyrir mikið fatlaða einstaklinga en ófatlaða. Hér á eftir verður fjallað um markmið íþróttaiðkunar fyrir einstaklinga sem eru mikið fatlaðir vegna mænuskaða, en áhersla er þó lögð á að það sem fram kemur um íþróttaiðkun þeirra getur alveg eins átt við aðra fatlaða einstaklinga, þó með vissri aðlögun að fötlun hvers og eins.

Í hnotskurn er óhætt að segja að sömu grundvallaratriði íþróttaiðkunar fatlaðra eigi við um iðkun ófatlaðra en þar að auki er íþróttaiðkun mjög mikilvægur meðferðarþáttur og gegnir stóru hlutverki í líkamlegri, sálarlegri og félagslegrí endurhæfingu fatlaðra. Lýsa má markmiðum íþrótta fyrir fatlaða á eftirfarandi hátt:

a) Íþróttir - mikilvægur endurhæfingarþáttur

Íþróttaiðkun er eðlilegasta form endurhæfingar fyrir fatlaða og getur stutt við hefðbundnar endurhæfingaraðferðir. Íþróttaiðkun er ómetanlegur þáttur í því að endurbýggja líkamsettu fatlaðs einstaklings, þ.e. styrk hans, samhæfingargetu, hraða og úthald. Með því að „keppa“ við sjálfan sig lærir líkamlega fatlaður ein-

staklingur að yfirstíga þreytuna en hún er þekkt einkenni á fyrstu stigum líkamlegrar endurhæfingar, sérstaklega eftir beinbrot, aflimun og við lömun. Meginástæður fötlunar skipta litlu máli í þessu tilliti.

b) Gildi íþróttaiðkunar fyrir sál og líkama

Íþróttaiðkun fatlaðra hefur dýpra og viðameira hlutverki að gegna en að vera einungis líkamleg þjálfun. Kostir íþróttaiðkunar felast ekki síst í endurhæfingargildinu í heild sinni en um er að ræða aukna hvatningu fyrir fatlaða einstaklinga til þess að rækta með sér löngun og ánægju af því að taka þátt í skemmtilegu starfi. Íþróttaiðkun vekur upp löngunina til þess að upplifa þá gleði og ánægju í lífinu sem er rótföst í hverjum einstaklingi. Ekki leikur vafi á því að mikilvægir kostir íþróttaiðkunar í almennri endurhæfingu tapa gildi sínu ef iðkandinn hefur ekki ánægju og gleði af henni.

Íþróttaiðkun er mikilvægur þáttur í endurhæfingu og stuðlar að andlegu jafnvægi er hjálpar hinum fatlaða að sætta sig við líkamsástand sitt. Íþróttaiðkun vinnur gegn þeim neikvæðu viðhorfum sem þegar hafa verið nefnd og eru oft afleiðing einhæfrar endurhæfingar í kjölfar mikillar líkamlegrar fötlunar. Markmið íþróttaiðkunar eru að stuðla að því að fatlaður einstaklingur byggi upp með sjálffum sér bætta sjálfsmynd, sjálfsvirðingu, ögun, keppnisanda og félagsþroska, en allt eru þetta mikilvæg atriði í því að gera fötluðum einstaklingi kleift að brjóta sér leið út úr þeirri einangrun sem hann getur lent í. Setningin fallega, sem verið hefur við lýði um langan aldur, „heilbrigð sál í hraustum líkama“, þyrfti í raun að vera „heilbrigð sál í hraustum og fötluðum líkama!“

c) Íþróttir - liður í félagslegrí sampættingu

Lokamarkmið íþróttar fyrir fatlaða, reyndar eitt fugursta markmið þeirra, er að þær hjálpa fötluðum einstaklingum að endurbyggja samskipti sín við umhverfið, m.o.o. þær stuðla að og hvetja til félagslegrar sampættingar. Mikilvægi reglulegrar líkamsþjálfunar mjög fatlaðra einstaklinga á viðeigandi æfinga- og endurhæfingarstöðum er nú almennt viðurkennt og að þjálfunin vinni gegn leiða vegna sjúkrahúslegu eða stofnanadvalar, ásamt því að styrkja hug og sjálfssöryggi einstaklingsins. Markmið íþróttar fyrir fatlaða byggjast ekki einungis á reglulegri iðkun heldur eru þau einnig mikil hvatning fyrir einstaklingana.

Í vissum íþróttagreinum og mótum keppa fatlaðir við ófatlaða, t.d. í bogfimi, þílukasti, keilu, snóker og í borðtennis fyrir lamaða og einstaklinga sem orðið hafa fyrir aflimun, ásamt sundi blindra og heyrnarlausra, en slíkt eykur skilning milli fatlaðra og ófatlaðra og stuðlar að félagslegrí sampættingu. Staðreynt hefur verið að fatlaður einstaklingur á betri möguleika en ella á því að fá launað starf við hæfi hafi hann náð árangri í íþróttum.

Sir Ludwig Guttmann



Íþróttir fyrir alla áttu eftir að hafa veruleg áhrif á allt mannlíf á Íslandi. Almenn líkamsrækt hefur aukist mikið og stóratburðir eins og Reykjavíkurmaráponið eru árangur af trimmherferð ÍSÍ sem hófst 1970.

Íþróttir fyrir alla

Aðgerðir Evrópuráðsins í Strasbourg

Á seinni hluta sjöunda áratugarins gekk yfir Evrópu mikil alda sem hafði það markmið að efla almenningsíþróttir á sem flestum sviðum. Skokkið (jogging) hafði þá náð miklum vinsældum vestan hafs og austan. Ýmsir æðstu forystumenn heimsins sýndu gott fordæmi, þar á meðal John F. Kennedy Bandaríkjaforseti sem skokkaði jafnan í byrjun dags til að efla þrek og þrótt til að vera sem best undir það búinn að takast á við verkefni komandi vinnudags. Áhuginn breiddist svo jafnt og þétt til landa um víða veröld og náði jafnframt til sífellt fleiri íþróttagreina.

Norðmenn, í góðu samstarfi við Þjóðverja og Hollendinga, höfðu forystu um það meðal Evrópuþjóða að virkja íþróttahreyfinguna í hverju landi til að sinna þessu mikilvæga verkefni. Kjörorðið var að mikilvægasta skylda íþróttahreyfingarinnar væri að efla almenningsíþróttir.

Árið 1969 efndi norska íþróttasambandið til fyrstu alþjóðlegu ráðstefnunnar um almenningsíþróttir í Oslo. Þátttakendur voru talsvert á annað hundrað og allur undirbúningur ráðstefnunnar mjög góður enda varð hún árangursrík. Á ráð-



Merki trimmherferðarinnar.

ur árlega fundi. Þá sækja opinberir fulltrúar sem hafa með íþróttastarfsemi í hverju landi að gera auk fulltrúa frjálsra íþróttahreyfinga. Þetta er því afar breiður vettvangur.

Almenningsíþróttir voru ræddar ítarlega á fundum íþróttanefndar Evrópuráðsins. Menn skýrðu sjónarmið sín, skiptust á skoðunum og upplýsingum um hvað væri gert til kynningar á þessari herferð í hverju landi og reynsluna af því. Menn lærðu því hver af öðrum auk þess sem þarna skapaðist góður samstarfsgrundvöllur á milli íþróttasambanda hinna ýmsu landa.

Á fundi í febrúar 1971 var Sir Ludwig Guttmann á meðal fulltrúa Bretta. Hann lagði ríka áherslu á það í málflutningi sínum að ekki væri í alvöru hægt að ræða um auknar almenningsíþróttir öðruvísi en taka fyllsta tillit til fatlaðra einstaklinga og skapa þeim aðstöðu til þátttöku til jafns við ófatlaða. Ef ófatlaðir hefðu þörf á aukinni hreyfingu, útvist og þjálfun væri þörf fatlaðra enn meiri. Þetta innlegg í umræðuna átti eftir að skipta sköpum. Undirktirt annarra í umræðunum sem fylgdu í kjölfarið voru mjög jákvæðar og áhrifanna fór fljóttlega að gæta í ýmsum löndum.

Íþróttir fyrir alla Íslendinga

ÍSÍ fylgdist vel með gangi mála á erlendum vettvangi. Strax árið 1970 ákvað íþróttapring að sambandið beitti sér fyrir trimmherferð. Sigurður Magnússon, fyrrum framkvæmdastjóri ÍBR, var ráðinn útbreiðslustjóri ÍSÍ og hafði hann umsjón með herferð í almenningsíþróttum. Fimm manna undirbúningsnefnd var stofnuð undir formennsku Þorvarðar Árnasonar og boðaði hún til ráðstefnu um trimmið í janúar 1971, sóttu hana um hundrað manns víðs vegar af landinu.



Hús Evrópuráðsins í Strasbourg.

Mjög vel tókst til með útbreiðslu trimmsins í upphafi áttunda áratugarins og hafa vinsældir almenningsíþróttar stöðugt sótt á.

Orð Sir Ludwig Guttmann á fundi íþróttanefndar Evrópuráðsins 1971 höfðu strax áhrif hér á landi því að framkvæmdastjórn ÍSÍ ákvað snemma árs 1972 að leggja tillögu fyrir íþróttapeng ÍSÍ sama sumar til stuðnings íþróttastarfí fatlaðra. Þingið var haldið í Hafnarfirði 12. - 13. ágúst og var tillagan svohljóðandi:

„Íþróttapeng ÍSÍ haldið 12. og 13. ágúst 1972 í Hafnarfirði felur framkvæmdastjórn sambandsins að vinna að aukinni og bættri aðstöðu til íþróttaiðkana meðal fatlaðra landsmanna. Skal í því sambandi m.a. haft samstarf við Sjálfsbjörg - landssamband fatlaðra.“

Oddur Ólafsson, fyrrverandi yfirlæknir á Reykjalundi, hélt erindi á þinginu um íþróttir fatlaðra þar sem m.a. var lögð áhersla á mikilvægi íþróttar í endurhæfingu fatlaðra, jafnt líkamlega sem og andlega.

Tillaga framkvæmdastjórnar ÍSÍ fékk mjög jákvæðar undirtektir á þinginu og var samþykkt einróma og þar með var íþróttastarfsemi fatlaðra formlega komin á dagskrá ÍSÍ.

Undirbúningsnefnd ÍSÍ

Í framhaldi samþykktta íþróttapengs skipaði framkvæmdastjórn ÍSÍ fljótlega sérstaka undirbúningsnefnd sem skyldi vinna að öllum undirbúningi og annast framkvæmd þeirra mörgu verkefna sem voru framundan.

Formaður nefndarinnar var Sigurður Magnússon útbreiðslustjóri ÍSÍ en aðrir í nefndinni voru Trausti Sigurlaugsson frá Sjálfsbjörg og Guðmundur Löve frá Öryrkjabandalaginu.



Nefnd ÍSÍ til undirbúnings íþróttastarfi fatlaðra: Trausti Sigurlaugsson frá Sjálfsbjörg, Guðmundur Löve frá Öryrkjabandalaginu og Sigurður Magnússon útbreiðslustjóri ÍSÍ.

Pað verður að teljast mikið lán að þessir þrír aðilar tóku upp samstarf því að þar með var komið á beint samband milli höfuðstöðva íþróttastarfs í landinu og samtaka fatlaðra og annarra öryrkja. Samstarfið var mjög gott og framlag þeirra þriggja manna sem skipuðu nefndina átti eftir að skila miklum og góðum árangri.

Störf nefndarinnar lutu ekki síst að því að halda uppi öflugri kynningar-, fræðslu og útbreiðslustarfsemi og laða þannig til samstarfs aðila innan íþróttahreyfingarinnar, úr röðum fatlaðra og ýmissa samtaka utan þeirra. Kynningarbréf voru send í hundraðatali til einstakra félaga, félagadeilda svo og heildarsamtaka íþróttahreyfingarinnar um allt land.

Nefndin létt einnig þýða leik- og keppnisreglur og var til að byrja með einkum miðað við sund, lyftingar, borðtennis og bogfimi. Kvíkmyndir voru útvegaðar frá Norðurlöndum og Bandaríkjum sem sýndu fatlað fólk við íþróttaiðkanir og haldin voru mörg leiðbeinendanámskeið.

Magnús H. Ólafsson, íþróttakennari og sjúkraþjálfari á Akureyri, var í byrjun valinn ráðunautur ÍSÍ við uppbyggingu íþróttastarfsins og stjórnaði hann jafnframt öllum námskeiðum sem haldin voru á þessum árum en naut oft aðstoðar fleira fólks. Hann fór einnig í kynnisferð á vegum ÍSÍ til Norðurlanda og Bretlands þar sem hann kynnti sér þjálfun fatlaðra.

Á vegum nefndarinnar hófust einnig fyrstu skipulögðu íþróttæfingar fatlaðra en það voru sundæfingar í sundlaug Árbæjarskóla.

Margir góðir stuðningsaðilar

Sigurður Magnússon formaður undirbúningsnefndarinnar mætti á fundi hjá ýmsum aðilum sem gera mátti ráð fyrir að vildu styðja þetta verkefni. Hann fór m.a. á fundi hjá Lionsklúbbum, Kiwanisklúbbum og öðrum velvildaraðilum og kynnti þar þetta nýja viðfangsefni og gildi þess fyrir fatlaða. Á fundunum voru m.a. sýndar erlendar kvikmyndir um íþróttaiðkun fatlaðra sem nefndin hafði útvegað. Móttökur voru alls staðar framar björtstu vonum og fékk starfið glæsilegan og ómetanlegan stuðning strax í upphafi.

Margir þessara aðila eru enn meðal dyggstu stuðningsmanna íþróttar fatlaðra. Samtímis fór stuðningur opinberra aðila jafnt og þétt vaxandi auk þess sem margir einstaklingar studdu starfið verulega mikið.

Fyrstu íþróttafélög fatlaðra stofnuð

Eftir margháttan undirbúning og kynningu á árinu 1973 leið að því að fyrstu íþróttafélög fatlaðra yrðu stofnuð hér á landi. Fyrsta íþróttafélag hreyfihamaðra, sem stofnað var á Íslandi, var Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík en stofndagur þess var 31. maí 1974. Um 40 manns mættu á stofnfundinn og hafði Sigurður Magnússon framsögu á fundinum og fundarstjórn. Veturinn eftir, 8. desember 1974, var annað íþróttafélag hreyfihamaðra stofnað. Það var íþróttafélög fatlaðra á Akureyri sem heitir nú Akur.

Eik á Akureyri var fyrsta íþróttafélag þroskaheftra á Íslandi. Hún var stofnuð 16. maí 1978 og tveimur árum seinna, 18. maí 1980, var annað íþróttafélag þroskaheftra á Íslandi stofnað, Ösp í Reykjavík.



Fyrsta Íslandsmót fatlaðra var lyftingamót sem haldið var í sjónvarpssal 1977.

Áhugi á stofnun nýrra félaga óx jafnt og þétt og kom þar til vaxandi skilningur fatlaðra og forráðamanna þeirra víðs vegar um land samhliða því að Íþróttasambandi fatlaðra óx fiskur um hrygg. Frá upphafi og fram að aðalfundi ÍF í mars 1984 voru alls stofnuð níu félög. Síðan áttu þrettán eftir að bætast við og eru íþróttafélöginn innan vébanda ÍF nú tuttugu og tvö talsins.

Íþróttasamband fatlaðra stofnað

Þegar undirbúningsnefnd ÍSÍ hafði starfað í rúm sex ár hafði íþróttastarf fatlaðra aukist svo mjög að nauðsynlegt var að stofna sérstakt sérsamband. Framkvæmdastjórn ÍSÍ ákvað því að boða til stofnunar og var hann haldinn 17. maí 1979. Stofnun og starfsemi sérsambanda er afgerandi þáttur í því að efla og skipuleggja íþróttastarfið á landsvísu, bæði í verkefnum innanlands og í viðskiptum við útlönd. Í lögum ÍSÍ er hlutverk og staða sérsambanda skilgreind m.a. með eftirfarandi ákvæðum:

1. Þegar sérsamband hefur verið stofnað heyra öll sérgreinamál íþróttagreinarinnar undir stjórn sambandsins.
2. Hlutverk er í meginatriðum skýrt þannig:
 - a) Að vinna að stofnun nýrra sérráða og efla á annan hátt viðkomandi sérgrein í landinu.
 - b) Að setja nauðsynlegar reglur, löggilda dómara, ráðstafa landsmótaum og staðfesta met.
 - c) Að vera fulltrúi íþróttagreinar sinnar gagnvart útlöndum og sjá um að reglur séu í samræmi við alþjóðareglur.



Frá stofnundi ÍF 17. maí 1979.



Pátttaka fatlaðra í trimminu var mikil.

Af framansögðu má sjá að staða nýja sérsambandsins var nokkuð sérstæð þar sem í lögum ÍSÍ er ávallt talað um eina íþróttagrein en í sérsambandi fyrir íþróttir fatlaðra er um að ræða margar íþróttagreinar. Í tímans rás hafa því lög sambandsins verið sniðin að þessari staðreynd, en að svo miklu leyti sem það hefur átt við hafa allar breytingar verið staðfestar af ÍSÍ með sama hætti og lög annarra sérsambanda.

Stofnfundurinn var haldinn að Hótel Loftleiðum. Gísli Halldórsson forseti ÍSÍ setti fundinn og stjórnaði honum en auk hans sátu fundinn framkvæmdastjórn ÍSÍ og framkvæmdastjóri. Til fundarins voru mættir 22 fulltrúar frá 12 héraðssamböndum auk nokkurra gesta. Stofnaðilar Íþróttasambands fatlaðra eru: Íþróttabandalag Reykjavíkur, Íþróttabandalag Akureyrar, Íþróttabandalag Keflavíkur, Íþróttabandalag Vestmannaeyja, Ungmenna- og Íþróttasamband Austurlands, Ungmenna- og Íþróttasamband Ólafsfjarðar, Héraðssambandið Skarphéðinn, Íþróttabandalag Akraness, Íþróttabandalag Siglufjarðar, Héraðssamband S-Pingeyinga, Íþróttabandalag Ísafjarðar og Héraðssamband V-Ísfirðinga.

Sigurður Magnússon var kjörinn fyrsti formaður Íþróttasambands fatlaðra og gegndi hann því starfi til ársins 1984 að Ólafur Jensson tók við. Ólafur gegndi formennsku til ársins 1996.

Það kom fljóttlega í ljós að stofnun sérsambandsins var farsælt skref, enda fór nú allt starf mjög vaxandi á öllum sviðum.



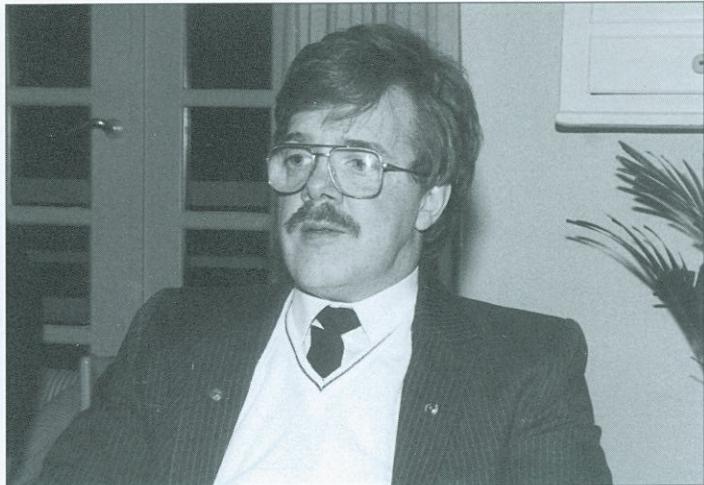
Sigurður Björnsson og Jóhann Pétur Sveinsson í boccia.



Frumerjarnir

Frumerjarnir (Frumherjarnir) is a company that has been operating in Iceland since 2006. They specialize in the production of high-quality, natural, and organic products. Their main product is Frumerjarnir, a type of yeast that is used in the production of bread, beer, and other fermented foods. Frumerjarnir is a natural yeast that is harvested from a specific type of mold found in Iceland. This mold is believed to have been brought to Iceland by Vikings over 1,000 years ago. The yeast is harvested from the mold and then dried and packaged. Frumerjarnir is a natural yeast that is not treated with any preservatives or additives. It is a living yeast that is active even after it has been dried. This makes it a very effective yeast for baking bread, making beer, and other fermented foods. Frumerjarnir is also used in the production of cheese and other dairy products. The company also sells a range of other natural and organic products, such as flour, sugar, and salt. Frumerjarnir is a company that is committed to producing high-quality, natural, and organic products. They believe that these products are better for both the environment and for people's health.

**Arnór Pétursson eftir
að hann hafði verið
sæmdur gullmerki ÍF
árið 1986.**



Arnór Pétursson

Arnór Pétursson er einn af frumkvöðlunum í íþróttum fatlaðra á Íslandi. Hann fæddist árið 1949 í Kópavogi en ólst upp á Akranesi. Hann fór á sjóinn sextán ára að aldri og lauk stýrimannaprófi frá Stýrimannaskólanum. Hann stundaði síðan sjóinn allt þar til hann lenti í bílslysi tuttugu og briggja ára að aldri og lamaðist frá brjósti og niður.

„Það er erfitt að lýsa þeirri tilfinningu að þurfa að horfast í augu við það að á einni svipstundu breyttist líf manns svo gersamlega. Hins vegar var ég mjög heppinn með lækna og hjúkrunarfólk og tókst því lygilega vel að komast yfir þetta áfall. Þar held ég að uppeldislegi grunnurinn hafi haft mest að segja enda var ég alinn upp af gamla skólanum. Pabbi heitinn lagði geysilega áherslu á að menn stæðu sig, tækjust á við hvert verkefni og lykju því. Það hefur verið mitt lífsmottó: Maður snýr ekki til baka heldur verður maður að halda áfram. Eigi maður í erfiðleikum með að ljúka verkefni þá kemur samt ekkert annað til greina en að skila því eins vel og maður getur. Auk þess var ég alinn upp í íþróttahreyfingunni á Akranesi, aðallega í knattspyrnunni og þar lærði maður hvað mikið gildi íþróttirnar hafa.

Það má segja að þessi lífsspeki liggi til grundvallar íþróttahreyfingu fatlaðra. Ég þýddi á sínum tíma kjörorð ólympíuleikanna í Toronto í Kanada. Að vera þátttakandi er stærsti sigurinn. Það að menn taki þátt í starfinu, eða íþróttunum, og geri sitt besta miðað við aðstæður og fötlun sína er stærsti sigurinn, bæði fyrir hreyfinguna og viðkomandi einstakling.“

Hvernig kynntist Arnór íþróttum fatlaðra?

„Ég slasaðist árið 1969 og lá þá í níu mánuði á Landspítalanum. Þaðan fór ég svo í endurhæfingu til Danmerkur. Þar kynntist ég íþróttum fatlaðra í viðræðum

við sjúkraþjálfara og iðjuþjálfa. Sjúkraþjálfarinn minn starfaði um áraraðir hjá Íþróttasambandi fatlaðra í Danmörku.

Þegar ég kom heim árið 1973 bjó ég í rúmt ár í Sjálfsbjargarhúsinu. Íþróttastarf fatlaðra var að fara af stað hér á landi um þær mundir. Að frumkvæði ÍSÍ hafði verið skipuð þriggja manna undirbúningsnefnd en í henni áttu sæti Sigurður Magnússon, Trausti Sigurlaugsson og Guðmundur Löve. Þeir fengu mig og Harald heitinn Einarsson í undirbúningsstarf með sér en við Sigurður Magnússon erum þeir einu sem enn erum á lífi af þeim sem undirbjuggu þetta starf.

30. maí 1974 var Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík stofnað og var ég kosinn formaður á stofnfundinum.“

Hvaðan var fyrirmynnidin að hreyfingunni hér fengin?

„Við sóttum fyrirmynnidina fyrst og fremst til Norðurlandanna. Áður en ég kom að þessu hafði Sigurður Magnússon aflað sér mikils magns af upplýsingum. Árið 1976 fórum við Júlíus Arnarson, núverandi formaður ÍFR, á ólympíuleikana í Toronto í Kanada og kynntumst þar persónulega mörgu ágætis fólki. Sigurður Magnússon var einnig þar og kynnti okkur fyrir Jan Molberg, formanni Íþróttasambands fatlaðra í Noregi. Molberg var einstakur maður, mjög drífandi og ákveðinn. Hann fór með okkur og létt skrá okkur inn í Stoke Mandeville-samtökin. Það vafðist nú dálitið fyrir fólkini þar. Það kannaðist við Sigurður Magnússon en vissi ekki til að neitt væri komið á laggirnar hjá okkur. Jan Molberg fullyrti að svo væri og var þá haft samband við Sigurður Magnússon og hann staðfesti það. Eftir það var auðsótt um aðild að samtökunum. Við fengum mikið af upplýsingum og gögnum í Stoke Mandeville og árið 1977 sóttum við Stoke Mandeville-leikana í fyrsta skipti.“

Hverju þakkarðu að svona vel hefur tekist til við uppbygginguna hér á landi?

„Það er engum blöðum um það að fletta að í byrjun valdist geysilega gott fólk í stjórn samtakanna. Auk þeirra sem áður hafa verið nefndir vil ég nefna þau Elsu Stefánsdóttur og Vigfús Gunnarsson sem voru með mér í stjórn ÍFR um árabil. Þetta var afar duglegt og ósérlífið fólk. Og það sama má segja um ótal fleiri. Yfirhöfuð var fólkisem kom að þessu ákaflega duglegt og lagði sig allt fram í starfið.

Við vorum líka svo heppin að Lions- og Kiwanismenn studdu vel við bakið á okkur, bæði með tækjum og fjárstuðningi. Þetta var svo mikil hvatning fyrir okkur að við lögðum okkur öll fram til þess að sýna að við værum þessa stuðnings verð.

Þá vorum við einstaklega heppin með þjálfara. Fyrsti þjálfari ÍFR var Júlíus Arnarson. Þá má nefna þau Kristjönu Jónsdóttur og Erling P. Jóhannsson í sundi og Svein Áka Lúðvíksson í borðtennis. Þetta var einstakt fólk, duglegt og ósérlífið þótt lítið væri um peninga og launagreiðslur fyrstu árin. Þetta fólk er enn starfandi í hreyfingunni. Þá nutum við þess alltaf að hafa Sigurður Magnússon í

kallfæri. Við gátum hóað í hann bæði nött og dag ef okkur vantaði ráðleggingar og aðstoð.“

Hvernig voru undirtektir fatlaðra þegar íþróttastarfið var að byrja?

„Þær voru mjög misjafnar. Það tók nokkuð langan tíma að fá fólk til þess að koma á æfingar. Við skráðum niður alla sem okkur datt í hug að gætu æft með okkur og höfðum svo samband við þá. Sumir komu aldrei en aðrir komu eftir langan tíma og sumir þeirra urðu að stórafreksmönnum. Ég nuddaði t.d. í stórliftingamanninum Sigmari Ó. Maríussyni í eitt og hálftrár áður en hann létt til leiðast. Síðan fréttum við af ungum dreng, Hauki Gunnarssyni, og var okkur sagt að þetta væri mjög vandaður drengur og hörkuduglegur. Hann var þá á fullu í fótboltanum. Ég ræddi við foreldra hans og varð það til þess að hann kom á æfingar. Hann átti síðan eftir að verða einn af okkar helstu afreksmönnum fyrr og síðar. Að mörgu leyti var hann gott fordæmi fyrir aðra unglunga en Haukur er elstur af afreksfólk okkar. Árangur hans varð til þess að hvetja yngra fólk til dáða.

Það tók um þrjú til fjögur ár að fá fatlað fólk til þess að gera sér grein fyrir að þetta væri virkilegur valkostur til að byggja sig upp líkamlega og andlega og sækja sér ánægju og félagsskap.“

Pú hefur ekki bara einbeitt þér að félagslegum þætti íþróttastarfs fatlaðra heldur ertu sjálfur afreksmaður í íþróttum?

„Ég byrjaði að prófa mig í flestum greinum. Fyrsta árið var ég að þreifa mig áfram, æfði boccia, curling, bogfimi og lyftingar. Lyftingarnar félru að skapgerð minni og líkamsbyggingu og ég stundaði þær fram til ársins 1990. Þá meiddist ég í öxl og hef aldrei orðið góður síðan. Lyftingarnar voru mínn aðalgrein og á ég enn Íslandsmeðal í 56 kg flokki og 60 kg flokki. Þessi met voru á þeim árum, í kringum 1990, betri en hjá óföltuðum lyftingamönnum.

Á árunum 1980 - 1990 var geysilega öflugur og skemmtilegur lyftingahópur hjá féluginu. Þarna voru þeir Sigmur Ó. Maríusson, Jónas Óskarsson, Sigfús Brynjólfsson, Gísli Bryngeirsson, Reynir Kristófersson o.fl. en Reynir er sá eini sem enn er að. Jónas varð seinna okkar mesti og fremsti sundmaður og fyrstur Íslendinga til að vinna til silfurverðlauna á ólympíuleikum fatlaðra, í Hollandi 1980. Hann átti um tíma heimsmeðal í 100 m baksundi.

Nú erum við með stráka í léttari flokkunum sem eiga að geta náð lengra en við með sæmilegri ástundun þannig að framtíðin í lyftingum er björt.“

Hverjir voru fyrstu afreksmennirnir erlendis?

„Það voru þeir Hörður Barðdal og Snæbjörn Þórðarson. Þeir tóku þátt í Norðurlandamótinu 1976 og hlaut Hörður brons í frjálsu sundi. Árið eftir hlaut hann silfur í 100 m skriðsundi og 100 m baksundi á Norðurlandamótinu. Á þeim leikum varð Snæbjörn fjórði í frjálsu sundi. Hann hlaut svo tvenn brons á Norðurlandameistaramótinu 1977. Á Stoke Mandeville-leikunum sama ár hlaut Hörður



Arnór ásamt þjálfurum og fleiri fötluðum íþróttamönnum, sem iðkuðu lyftingar.

brons í 100 m baksundi og í 100 m skriðsundi. Hann vann svo brons í 100 m skriðsundi á Norðurlandamótinu 1979 og varð 10. í 100 m bringusundi á ólympíumótinu í Hollandi 1980. Snæbjörn vann tvö brons á Norðurlandamótinu 1979, í skriðsundi og í baksundi. Á Norðurlandamótinu 1981 vann hann silfur í 100 m flugsundi. Þetta voru því miklir kappar.“

Hvað með þína þátttökum í móturnum erlendis?

„Ég tók fyrst þátt í Stoke Mandeville-leikunum 1977 og hlaut þá brons í lyftingum. Ári seinni lenti ég í 5. sæti á sömu leikum en tók þá jafnframt þátt í spjótkasti og lenti í 7. sæti. Besti árangur minn á alþjóðamóti var á Norðurlandamótinu 1990, þá hlaut ég silfur. Ég keppti jafnframt á ólympíumótinu í lyftingum og spjótkasti án þess að vinna til verðlauna.“

Er þessi góða frammistaða á erlendum móturnum að þínu mati hápunktarnir í íþróttum fatlaðra á Íslandi?

„Það má segja að sigarnir á ólympíumótunum og framganga íslensku íþróttamannanna þar sé það sem stendur upp úr og þjóðinni næst. Það sem mér finnst hins vegar jákvæðast af öllu er að í gegnum þessi ár hefur maður fylgst með ungu fólk sem hefur byrjað að æfa hjá ÍFR og í dag sé ég að þetta er fólk sem er á grænni grein í lífinu. Það er í langskólanámi eða komið í atvinnu og stendur sig vel en margir einstaklingar á svipuðum aldri með svipaðar fatlanir, sem hafa ekki átt því láni að fagna að taka þátt í íþróttastarfsemi, eru á örorkubótum og hafa aldrei komist almennilega út í lífið.“

Eru íþróttir fatlaðra þá ekki ódýrasta og besta forvörnin og endurhæfingin fyrir fatlaða?

„Ég hef haldið því fram í mörg ár. Ég hef ritað greinar og fengið læknana Ólaf Ólafsson landlækni, Ásgeir B. Ellertsson yfirlækni Grensásdeildar og Magnús

B. Einarson endurhæfingarlækni á Reykjalundi til að skrifa greinargerð um forvarnarþáttinn í Íþróttum fatlaðra. Margir mikilsmetnir læknar hafa fjallað um þessi mál og komist að þeirri niðurstöðu að Íþróttaiðkun sé í raun og veru það besta sem fatlaðir einstaklingar geta gert til að byggja sig upp. Í gegnum árin hef ég lagt ríka áherslu á þetta við opinbera aðila þegar við höfum verið að sækja um fjármagn. Því miður finnst mér skilningur á þessu ekki hafa aukist sem skyldi.

Ég á manna best með að sjá þetta því að ég hef unnið hjá Tryggingastofnun rkisins frá 1974 eða jafnlengi og Íþróttir fatlaðra hafa verið stundaðar hér á landi. Fyrir um þemur árum setti ég niður á blað nöfn á fólk á aldrinum 18 - 30 ára sem hafði verið virkt í ÍFR og hins vegar nöfn á nokkrum einstaklingum sem ég vissi að voru með svipaðar eða sambærilegar fatlanir en höfðu ekki lagt stund á Íþróttir. Ég vil taka það fram að þetta var ekki vísindaleg könnun en engu að síður held ég að hún segi heilmikið um gildi Íþróttta fatlaðra. Ég bar saman stöðu þessara tveggja hópa en hvor þeirra taldi um fimmtán einstaklinga. Í ljós kom að þrettán af þeim sem höfðu verið í Íþróttastarfini voru annað hvort í skólum eða komnir í fasta vinnu en einungis fimm úr hinum hópnum.

En það er ekki bara að fólk verði frekar sjálfbjarga í þjóðfélagini og þurfi því síður á félagslegri aðstoð og greiðslum frá Tryggingastofnun að halda til að framfleyta sér. Þetta fólk þarf miklu síður að leita sér aðstoðar á sjúkrahúsum og endurhæfingarstofnunum og það sparar þjóðfélagini milljónir á ári. Ef einhver fræðimaður gerði svona samanburð myndu renna tvær grímur á ráðamenn þegar þeir sæju hversu mikill sparnaður er fyrir þjóðfélagið af starfsemi Íþróttta fatlaðra. Það sem skiptir þó mestu máli í þessu sambandi er það sem ekki er hægt að mæla í peningum; það er að andleg og félagsleg líðan fólksins er öll önnur og betri.“

Arnór var formaður Íþróttafélags fatlaðra í Reykjavík í þrettán ár. Árið 1988,



Frá sambandsþingi ÍF sem haldið var á Hellu 1986. Arnór er fremstur í miðröðinni.



Byggingarnefnd íþróttahúss ÍFR fyrir framan húsið. Frá vinstri: Jón Sigurðsson, Július Arnarsson, Jóhanna Stefánsdóttir, Arnór Pétursson formaður nefndarinnar, Ásgeir B. Guðlaugsson varaformaður og Pétur Árnason. Á myndina vantar Guðna Þór Jónsson, Björgu Stefánsdóttur, Magnús Sigtryggsson og Svavar Gest.

fljótlega eftir að hann hætti formennsku í félagini, varð hann formaður byggingarnefndar íþróttahúss félagsins í Hátúni.

„Pað var einn af hápunktum starfsins þegar við gátum tekið íþróttahúsið í notkun. Pað hafði í för með sér geysilega breytingu á öllu starfi félagsins. Með vígslu íþróttahússins komst öll starfsemi félagsins undir eitt þak í stað þess að vera á fimm til sex stöðum í Reykjavík. Ég var síðan formaður fyrstu ólympíunefndar ÍF og fékk m.a. til starfa í henni Ólaf Jansson sem var síðan um árabil formaður ÍF.

Upphaflega var fyrsta skóflustungan að húsinu tekin 1983 og grunnurinn steyptur ári seinna. Vegna fjárskorts lágu svo framkvæmdir niðri til ársins 1988 að ný byggingarnefnd var skipuð. Pað sem lagði grunninn að því að við gátum tekið húsið í notkun 1990 var góður árangur fatlaðs íþróttafólks og safnanir meðal þjóðarinnar sem ráðist var í á Rás tvö í kjölfarið. Þær safnanir komu mjög vel út. Samtímis var skilningur og velvilji ráðamanna meiri en oftast áður. Þá voru reglur þannig að Reykjavíkurborg og ríki greiddu 40% af framkvæmdakostnaði hvor fyrir sig og félagið 20%. Vinnureglan var hins vegar sú að íþróttafélögin urðu fyrst að framkvæma áður en ríki og borg endurgreiddu framkvæmdakostnaðinn. Félögin þurftu því að fara í dýrar lántökur þannig að þegar upp var staðið voru þau sjálf búin að greiða um 60% í framkvæmdirnar vegna vaxtakostnaðar. Á byggingartíma íþróttahússins var Davíð Oddsson borgarstjóri, Svavar Gestsson menntamálaráðherra og Ólafur Ragnar Grímsson fjar-

málaráðherra. Þeir sýndu þessu mikinn skilning og velvilja þannig að við fengum endurgreiðslur nokkuð fljótt eftir að við höfðum framkvæmt. Lokagreiðslan kom þó ekki fyrr en tveimur árum eftir að framkvæmdum lauk. Tilbúið til rekstrar kostaði íþróttahúsið 106 milljónir króna. Félagið greiddi um 45 - 50 milljónir króna en ríki og borg skiptu restinni á milli sín.

Minn hlutur í þessu starfi byggðist fyrst og fremst á því að ég hafði duglegt og gott samstarfsfólk. Þá get ég seint þakkað stuðning fjölskyldunnar í þessu en á meðan ég var í forsvari fyrir ÍFR fór mikill tími og jafnvel kostnaður í þetta. Þegar við fengum okkar fyrstu skrifstofuaðstöðu í Sjálfsbjargarhúsinu lækkaði símareikningurinn niður úr öllu valdi, áður rákum við þetta að heiman.

Ég held að fáir hafi komist jafn vel að orði og konan míni nokkrum dögum eftir vígslu íþróttahússins. Ásgeir Guðlaugsson, forstöðumaður hússins, fór með hana í skoðunarferð um húsið. Hún sagði ekki orð á meðan hann sýndi henni það. Í eldhúsini bauð hann henni upp á kaffisopa og spurði hvernig henni litist á. Hún leit í kringum sig og sagði: Þetta er geysilegur munur frá því við vorum með þetta uppi í hjónarúmi.“

Almenningur hefur stutt vel við bakið á ÍFR en hvað með aðra fjárlöfun?

„Ein öflugasta tekjulind ÍFR í gegnum nokkuð mörg ár hafa verið tekjur af Getraunum. Þar hefur tekist að höfða vel til almennings og hefur ÍFR um árabil verið eitt af söluhæstu íþróttafélögunum í landinu. Árið 1996 vorum við í öðru sæti. Þetta er ómetanlegur stuðningur og mörgum finnst furðu sæta að þetta litla félag skuli hafa náð þessum árangri. Það kemur til af því að menn hafa verið duglegir við að vinna heimavinnuna sína auk skilnings almennings á mikilvægi þess sem við erum að gera.

Viðhorf í garð fatlaðra hefur breyst mikið meðal almennings. Viðhorf ráðamanna er einnig vissulega breytt en þeir halda þéttar um budduna en þeir gerðu fyrir nokkrum árum. Þeir sýna okkur skilning í orði en ekki á borði. Mín tilfinning er sú að þeir hafi verið skilningsríkari á budduna hér áður fyrr. Það er held ég brýnt verkefni að setjast niður með ráðamönnum þjóðarinnar og gera þeim grein fyrir því að þetta starf verður ekki endalaust unnið í sjálfboðavinnu og að við getum ekki endalaust verið með betlistaf í hendi.

Vissulega hafa bæði fyrirtæki og almenningur sýnt okkur mikinn stuðning. Ef svo hefði ekki verið væri íþróttastarf fatlaðra ekki svipur hjá sjón í dag. Við eiga um þar hins vegar í eilífri samkeppni við önnur íþróttafélög og líknarstarfsemi.

Það má ekki líta svo á að ég sé að vanþakka þann stuðning sem við fáum. Íþróttasamband fatlaðra og Ólympíunefnd fatlaðra fá styrk á fjárlögum og ÍFR fær styrk hjá borginni. Þetta er ekkert sem er fast í hendi og ekkert sem hægt er að treysta á. Mín skoðun er sú að menn þurfi að setjast niður og komast að samkomulagi um að opinberir aðilar endurgreiði visst hlutfall af rekstri íþróttastarfsins árlega. Það yrði þó auðvitað að vera innan skynsamlegra marka.“



Íþróttastarfsemi fatl-aðra hlaut strax í upphafi góðar móttökur hjá almenningi, fyrirtækjum og ýmsum félagasamtökum og klúbbum. Fljóttlega eftir stofnun Íþróttafélags fatlaðra í Reykjavík var farið að hyggja að byggingu sérhannaðs íþróttahúss fyrir félagið. Margir ljáðu því framfaramáli liðveislu, þ.a.m. Lions-klúbbur Reykjavíkur. Hér er Gísli Halldórsson að afhenda Arnóri Péeturssyni formanni ÍFR rausnarlega gjöf frá klúbbnum.

Gísli Halldórsson fyrrum forseti ÍSÍ

Hað hefur sennilega verið árið 1965 er ég fór til Svíþjóðar að ég heyrði fyrst minnst á íþróttir fatlaðra, sagði Gísli Halldórsson, fyrrum forseti ÍSÍ, en hann átti mikinn þátt í því að Íþróttasamband Íslands tók þetta mál upp á sínum vettvangi í byrjun áttunda áratugarins.

„Ég ræddi m.a. við fólk í Svíþjóð um aðstöðu fyrir fatlaða, einkum við sundlaugar, því að ætlunin var að bæta aðstöðu fyrir fatlaða við Vesturbæjarsundlaugina og koma þar upp lyftu. Svíarnir töldu að ýmislegt fleira þyrfti til að auðvelda fötluðum að iðka íþróttir. Peir veittu mér hins vegar þær upplýsingar sem ég fór fram á. Það varð aftur á móti ekkert úr því þá að aðstaða fyrir fatlaða yrði bætt við Vesturbæjarlaugina. Ástæðan var sú að Sjálfsbjörg hafði hafist handa við að byggja hús í Hátúni og var sundlaug fyrir huguð þar. Reykjavíkurborg hætti þá við framkvæmdir fyrir fatlaða við Vesturbæjarlaugina.

Árið 1968 fór ég svo á alþjóðlegt þing í Oslo um íþróttir fyrir alla. Þar kom fram að íþróttahreyfingin erlendis lagði mikla áherslu á að ná til allra og þá sérstaklega til fatlaðra. Í framhaldi af því hófum við svo að undirbúa jarðveginn fyrir þetta hér á landi. Árið 1970 réðst Sigurður Magnússon til ÍSÍ og eitt af verkefnum hans var að kynna sér íþróttir fatlaðra. Eins og hans var von og vísa gekk hann í það af mikilli elju og dugnaði.“

Á íþróttapíngi 1972 sagði Gísli m.a. þegar hann flutti skýrslu sína:

„Staðreyndin er sú að á undanförnum árum höfum við reynt að fá allan almenning til að taka þátt í íþróttastarfínu með góðum árangri. En einn er sá hópur sem hefur orðið þar útundan en það eru þeir sem ganga ekki heilir til skógar. Það einkennilega er að í iðnvæddu tæknibjóðfélagi fer þessi hópur stækandi, þrátt fyrir læknavísindin. Það eru m.a. hinar geigvænlegu slysfarir sem stöðugt stækka þennan hóp. Þess vegna hafa nú íþróttasambönd í nágrannalöndum okkar tekið þetta mál föstum tökum og má víða lesa um fjölmenn íþróttamót þar sem flestir þátttakendur eru í hjólastólum. Ég tel að hér sé verðugt verkefni fyrir okkur að skipuleggja slíkt íþróttastarf í samvinnu við landssamband fatlaðra og lamaðra. Slík starfsemi gæti orðið til þess að styrkja þennan hóp manna bæði líkamlega og andlega, ekki síður en okkur hin.“

Oddur Ólafsson yfirlæknir á Reykjalundi hélt erindi um íþróttir fatlaðra á íþróttapíngi 1972 og í framhaldi af því var einróma samþykkt tillaga frá framkvæmdastjórn ÍSÍ um að unnið yrði að aukinni og bættri aðstöðu til íþróttaiðkana meðal fatlaðs fólk. Sérstök undirbúningsnefnd undir stjórn Sigurðar Magnússonar var skipuð af ÍSÍ.

„Sigurður kynnti sér stofnun og störf Sir Ludwig Guttmann í Stoke Mandeville. Hann vann baki brotnu með nefndinni en í ljós kom að þarna voru á ferðinni ágætis félagsmenn sem unnu mikil afrek á íþróttasviðinu og í félagsstarfinu eins og t.d. Arnór Pétursson. Sigurður ferðaðist um landið og hélt erindi og aðstoð-aði menn við að stofna félög. Þetta var meira verk en menn almennt gera sér grein fyrir. Það voru engar reglur og lög til og enginn sem hafði starfað á þessu sviði. Þetta var því miklu flóknara mál en að stofna nokkur íþróttafélög. Þarna var verið að vinna grunnvinnuna og Sigurður gerði það aðdáunarlega vel,“ sagði Gísli.

Þegar kom að því að stofna Íþróttasamband fatlaðra var Sigurður einnig fenginn til þess verks og segir Gísli að hann hafi verið sjálfkjörinn formaður sambandsins eftir að það var stofnað.

„Starfsemi íþróttafélaga fatlaðra var orðin svo umfangsmikil að það var orðið tímabært að stofna sérsamband. Sigurður vann upp lög Íþróttasambands fatlaðra en jafnframt þurfti að breyta lögum ÍSÍ því að samkvæmt þeim var einungis gert ráð fyrir að stofna sérsambond um einstakar íþróttagreinar. Þegar ÍF var stofnað var Sigurður sjálfkjörinn formaður. Hann vann þrekvirki á þessum árum og kom upp stórum og góðum íþróttahópi sem sótti alþjóðleg íþróttamót. Þetta íþróttafólk kórónaði svo starfið með frábærum árangri á ólympíumóti fatlaðra í Seoul og Barcelóna. Þátttaka og frammistaða fatlaðra íþróttamanna hafa orðið íslensku þjóðinni til mikils sóma út á við.“

Gísli segir að starfsemi íþróttafélaga fatlaðra og ÍF hafi gengið mun betur en menn bjuggust við. Þar hafi ekki skipt minnstu máli hversu vel allir tóku í þetta, Sjálfssbjörg og önnur félagasamtök fatlaðra, íþróttahreyfingin og þátttakendurnir



Ólafur Jensson formaður ÍF heiðrar Gísla árið 1985.

sjálfir, en þeir voru strax reiðubúnir að leggja sig alla fram og urðu mjög virkir í starfinu.

„Það var mjög ánægjulegt hvað fatlaðir voru viljugir að taka þátt í starfinu. Þeim var ljóst að þeir þurftu að leggja mikið á sig til að ná árangri og víluðu það ekki fyrir sér.“

Gísli teiknaði íþróttahús fatlaðra í Reykjavík og átti stóran þátt í að ráðist var í þá byggingu.

„Það er undravert hversu hratt og vel gekk að koma íþróttahúsini upp og það er ekki síst að þakka framlagi fatlaðra sjálfra. Lionsklúbbur Reykjavíkur gaf eina milljón króna til að ráðast í framkvæmdirnar á 25 ára afmæli klúbbsins. Það varð til þess að farið var af stað með húsið. Lionsklúbbarnir styrktu svo framkvæmdirnar myndarlega á meðan á þeim stóð. Það sem gerði hins vegar útslagið að hægt var að ljúka byggingunni var árangur fatlaðra íþróttamanna á ólympíuleikunum og söfnun meðal þjóðarinnar sem fór í gang í kjölfar hans.

En hverju hafa íþróttirnar skilað fötluðum að mati Gísla?

„Það hefur orðið bylting í því hvernig fólk lítur á fatlaða vegna þessara stóru íþróttasigra. Þeir eru nú viðurkenndir sem jafnokar ófatlaðra. Þá hefur þetta orðið þeim sjálfum mikil lyftistöng. Það að standa á verðlaunapalli og fá gull, silfur eða brons hefur gert þá upplitsdjarfari en áður.“



Edda Bergmann

Edda Bergmann var um fertugt þegar hún byrjaði að æfa sund á vegum Íþróttafélags fatlaðra í Reykjavík. Það var árið 1976, tveimur árum eftir að ÍFR var stofnað. Edda fékk lómunarveikina þegar hún var sjö ára en engu að síður hafði hún stundað sund frá barnæsku. Hún hafði synt hliðarsund í Skerjafirðinum, eins og hún segir sjálf.

„Það var eiginlega tilviljun að ég byrjaði að æfa með ÍFR. Á þessum árum var ég á fullu í söngnum og var á leiðinni á kóræfingu þegar ég hitti Unni Ágústsdóttur skólastjórafrú á Seltjarnarnesi. Hún spurði mig hvort ég ætlaði ekki að fara að stunda íþróttir. Þar sem ég hafði verið einn af stofnendum Sjálfsbjargar þekkti ég til íþróttta fatlaðra og ákvað að prófa þetta en ég ætlaði mér aldrei að keppa enda var ég um fertugt þegar ég hóf að æfa undir tilsgögn Erlings Jóhannssonar. Ég hafði ekki verið mikið í sundi áður en Erlingur tók mig í klössun en ég stóð mig svo vel og náði það góðum tínum að ákveðið var að senda mig utan til keppni. Ég fór m.a. í tvígang á ólympíuleika og kom heim frá þeim með verðlaunapeninga en hápunkturinn voru stóru heimsleikarnir í Stoke Mandeville þar sem ég vann til tveggja gullverðlauna.“

Í kjölfar heimsleikanna var Edda kjörin íþróttamaður ársins hjá ÍF en auk þess var hún þrisvar kjörin íþróttamaður ársins hjá Íþróttafélagi fatlaðra í Reykjavík.

„Ég þekki það af eigin reynslu að mikil endurhæfing felst í sundinu. Frá því ég fékk lómunarveikina hef ég verið lömuð neðan mittis, auk þess sem bakið

var hálf lamað. Eftir að ég fór að æfa sund svona stíft fóru að myndast vöðvar á bakinu. Annað sem íþróttirnar kenna fólk er að hjálpa sjálfu sér út úr vesaldómnum. Þar gildir ekkert elsku mamma. Það var reyndar arfur sem ég hafði fengið í veganesti frá heimili mínu. Foreldrar mínr voru fráskildir og ég ólst upp hjá móður minni. Hún var hörkukerling. Það þýddi ekkert að væla í henni. Hún innprentaði mér að ég gæti það sem ég vildi og skipaði mér að gera hlutina sjálf. Það hleypti hörkunni í mig. Ég stand því í mikilli þakkarskuld við hana.“

Haustið 1987 stofnaði Edda Trimmklúbbinn Eddu. Stofndagurinn var 6. september. Klúbburinn er hugsaður fyrir hreyfihamlaða, blinda og sjónskerta en auk þess hafa gigtveikir verið í klúbbnum. Fyrstu árin var klúbburinn eingöngu með útiveru og jóga en árið 1990 voru teknar upp æfingar í vatnsleikfimi.

„Stofnun trimmklúbbsins er mitt mesta afrek,“ segir Edda. Hún var um fimm tugt þegar hún stofnaði hann og segir að sér hafi fundist út í hött að halda áfram að keppa í sundi komin á sextugsaldur, hins vegar hafi hún verið í það mikilli þjálfun að hún hafi þurft að keyra sig niður með áframhaldandi æfingum.

„Ég hafði verið formaður ÍFR í eitt ár, auk þess sem ég þjálfði undirbúningshópana hjá féluginu en Erlingur þjálfði keppnisfólkid. Á þeim tíma var mikil gróska í féluginu. Ég lagði áherslu á að félagið ætti bæði að vera fyrir keppendur, byrjendur og þá sem vilja almenna líkamsrækt. Um þetta voru skiptar skoðanir í stjórn og þar sem ég hafði verið hvött til þess að stofna trimmklúbb ákvað ég að ráðast í það.“



Frá afmælishátið Trimmklúbbsins Eddu.

**Léttar gólf-
æfingar á
afmælishátíð
Trimm-
klúbbsins.**



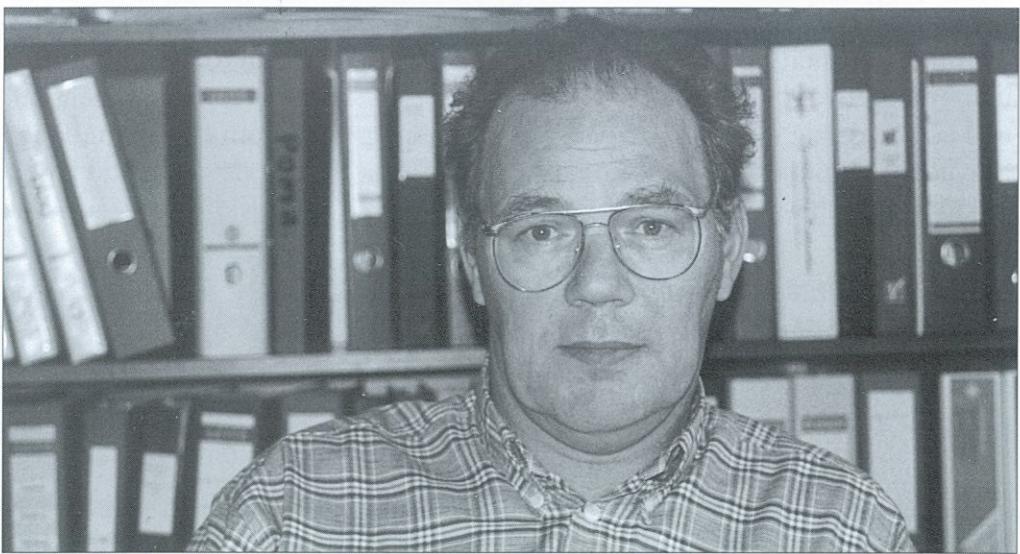
Nú eru um áttatíu manns í klúbbnum og margir hafa verið með frá byrjun. Af þeim stunda um fimmtíu manns vatnsleikfimi og um tíu jóga. Vatnsleikfimin hefur allan tímum verið í Grensáslauginni og jógað í Íþróttahúsi Seltjarnarness. Þær Ástbjörg Gunnarsdóttir íþróttakennari og Erla Tryggvadóttir leiðbeinandi sjá um vatnsleikfima og Erla er með jógatímana.

Félagslega hliðin á starfinu er einnig mjög mikilvæg að mati Eddu. 13. desember árlega heldur klúbburinn litlu jólín hátíðleg og er þá boðið upp á leikþætti, upplestur, söng og margt fleira. Allir hjálpast að við þetta og enginn segir nei þegar óskað er eftir að hann taki þátt í skemmtuninni. Reyndar viðurkennir hún að oft hafi verið erfitt að fá fólk ið til að gera hlutina til að byrja með en þegar búið er að brjóta ísinn er fólk ið óstöðvandi. Parna eru gefnar ódýrar jólagjafir sem fólk ið hefur sjálft búið til og eldri félagar í Trimmklúbbnum, sem eru hættir að æfa með honum, koma gjarnan til að taka þátt í skemmtuninni. Þegar Trimmklúbburinn varð tíu ára haustið 1997 var haldin mikil afmælishátíð í Íþróttahúsi fatlaðra í Hátúni þar sem sýndir voru leikþættir og vatnsleikfimi á þurru landi æfð. Síðan var boðið upp á kaffi og veitingar.

„Á pennan hátt fáum við fólk ið til að koma út úr skel sinni.“

Trimmklúbburinn Edda fékk 50 þúsund króna styrk á ári frá Tryggingastofnun ríkisins til ársins 1996 en þá var styrkurinn lagður niður. Til að mæta því fjölgaði hún iðkendum í vatnsleikfiminni en hún og þjálfarar Trimmklúbbsins gefa öll vinnu sína.

„Ég er staðráðin í að halda þessu áfram eins lengi og ég get og vona að þó að ég hætti einhverntíma í framtíðinni haldi starfsemi klúbbsins áfram. Í raun og veru er ég steinhissa á því að ekki skuli vera búið að stofna miklu fleiri svona klúbba,“ segir þessi lífsglaða kona.



Erlingur P. Jóhannsson sundþjálfari

Pað var eiginlega tilviljun sem réð því að ég fór að þjálfa fatlað sundfólk, sagði Erlingur P. Jóhannsson, íþróttafulltrúi Reykjavíkur, en hann átti stóran þátt í því að byggja upp sundkunnáttu fatlaðra íþróttamanna, bæði sem aðal sundþjálfari Íþróttafélags fatlaðra í Reykjavík og landsliðsins.

„Ágætur kunningi minn úr sunddeild KR, Hörður Barðdal, sem hafði fengið lómunarveikina sem barn, kom til míni árið 1978 og bað mig að hjálpa sér því að hann átti að fara að keppa á Stoke Mandeville-leikunum. Hörður var góður sundmaður og hafði æft sundknattleik með sunddeild KR en ég hafði verið sundkennari frá 1966. Ég tók að mér að þjálfa Hörð og síðan leiddi eitt af öðru, Norðurlandamót og Solnaleikar og stuttu seinna tók ég við sem aðalþjálfari og sundþjálfari ÍFR. Þetta var því mest tilviljun.“

Hver er munurinn á því að þjálfa fatlaða íþróttamenn og ófatlaða?

„Grundvallaratriði þjálfunar eru alltaf eins. Þau lögmál breytast ekki. Hins vegar þarf þjálfari fatlaðs íþróttamanns að skilja hvernig hægt er að fá sem mest út úr líkama þess sem hann þjálfar. Þar reynir á kunnáttu þjálfarans. Hvernig getur sá fatlaði best beitt líkama sínum til að ná sem bestum árangri.“

Hverju þakkarðu þann góða árangur sem fatlað sundfólk náði strax á móturn erlendis?

„Þar skiptir miklu máli sú almenna sundkunnáttu sem var og er til staðar hér á landi. Sundkunnáttu er mjög hátt skrifuð og sundstaðir margir. Fatlaðir hafa því orðið að læra sund eins og aðrir. Fyrstu fötluðu íþróttamennirnir voru auk þess miklir íþróttamenn áður en þeir fóru að keppa fyrir Íþróttafélag fatlaðra. Hörður Barðdal hafði æft sund lengi og þeir Jónas Óskarsson og Snæbjörn

Þórðarson voru snjallir og góðir íþróttamenn áður en þeir fötluðust. Við fengum því mjög gott start og þessir íþróttamenn voru strax í fremstu röð á Norðurlöndum. Tónninn var því gefinn af fyrstu fötluðu íþróttamönnunum okkar. Þeir ætluðu að standa sig og vera í fremstu röð. Edda Bergmann kom líka snemma inn í myndina sem mjög góð sundkona. Þetta var allt fólk sem var tilbúið að leggja mikið á sig til þess að ná árangri. Þau urðu fyrirmyn dir kynslóðarinnar sem tók við.“

Hvaða ávinnung hefur fatlað fólk af því að stunda íþróttir?

„Í fyrsta lagi er fólkið í eins góðu líkamlegu ástandi og kostur er. Í öðru lagi er félagslegi þátturinn í þessu mjög stór og sálræna hliðin er líka mjög mikilvæg. Fatlaður maður sem fær þá viðurkenningu að hann sé íþróttamaður í fremstu röð fær aukið sjálfstraust og bætta sjálfsímynd.“

Voru og eru fordómar í garð íþróttar fatlaðra?

„Ég get ekki sagt að ég hafi orðið var við fordóma. Það tók hins vegar tíma að fá menn til þess að viðurkenna þetta sem íþróttir. Fólk leit fyrst og fremst á þetta sem samfélagsþjónustu. Það áttaði sig ekki á því að þetta voru krakkar sem lögðu á sig stífar æfingar og stunduðu íþróttirnar ekki af minni alvöru en ófatlaðir. Því miður verður maður enn var við þetta viðhorf innan íþróttahreyfingarinnar. Við það fólk vil ég eingöngu segja: Þetta eru íþróttir sem eru á engan hátt frábrugðnar öðrum íþróttum. Í huga almennings er hins vegar enginn vafilengur. Hann lítur á þetta sem alvöru íþróttir og fatlaða sem alvöru íþróttamenn.“

Hverjir eru hápunktarnir í starfinu að þínu mati?

„Það er án efa sprengingin sem varð þegar við virkilega sönnuðum okkur á ólympíumótinu í Seoul 1988. Þá blómstraði íþróttafólkið okkar og við slögum



Erlingur
með sund-
landsliði ÍF.



Erlingur með sundkappanum
Pálmarí Guðmundssyni og
Kristín Guðmundsdóttir
landsliðspjálfara.

í gegn. Ég vissi að ég var með gott fólk en átti alls ekki von á þessu samt. Það heppnaðist allt og allir náðu toppárangri. Við fórum eiginlega fram úr sjálfum okkur. Við vissum nokkurn veginn hver staða okkar fólks var gagnvart íþróttafólk frá Norðurlöndunum og öðrum Evrópuþjóðum en þekktum ekki til Asíuþjóðanna, Bandaríkjanna og Ástralíu.

Svo endurtókum við leikinn á ólympíumótinu í Barcelóna 1992. Þetta eru að mínu mati hápunktarnir því að við slögum í gegn og fengum mikla athygli. Í framhaldi af ólympíumótinu í Seoul fór af stað mikil söfnun sem gerði okkur kleift að ljúka byggingu íþróttahússins í Hátúni.“

Eru íþróttir fatlaðra komnar til að vera?

„Það þarf enginn að efast um það en hvort við verðum alltaf svona framarlega er óvist. Hvort næsta kynslóð verður jafn öflug og sú á undan veit maður ekki. Þá er nokkuð ljóst að það þykir orðið mikil vegsemd að þessu og stórpjóðirnar leggja aukna áherslu á þetta. Nú eru að koma fram mjög sterkir sundmenn hjá Bandaríkjamönnum og Suðurevrópuþjóðum. Á móti kemur að Austurevrópuþjóðirnar eru ekki jafn sterkar nú og áður. En íþróttir fatlaðra eru komnar til að vera hvort sem við sópum að okkur verðlaunum á erlendum vettvangi eða ekki.“

Hvað hefur þetta gefið þér?

„Það er góð spurning. Ekki hefur buddan mín gildnað af þessu. Hins vegar hefur verið óskaplega gaman að vinna með þessum krökkum og sjá þau þroskast. Þá hefur verið ánægjulegt að starfa með forystumönnum hreyfingarinnar, bæði á vegum Íþróttafélags fatlaðra í Reykjavík og Íþróttasambands fatlaðra en þar var ég varamaður í stjórn um langt árabil. Stuðningur Íþróttasambands fatlaðra við sundmenn hefur verið ómetanlegur. Það sem þetta hefur gefið mér persónulega er að fá að fylgjast með krökkununum þroskast og dafna og verða að fullmótuðum, sjálfstæðum einstaklingum.“



Sonja Helgason

Sonja Helgason byggði upp íþróttastarfsemi í Bjarkarási. Hún lauk prófi frá íþróttakennaraskólanum í Stokkhólmi, Gymnastiska institutet, árið 1939, fyrst kvenna að útskrifast þaðan. Þegar heim kom hóf hún kennslu við Miðbæjarskólan og Kvennaskólan í Reykjavík. Síðan hefur hún komið víða við í íþróttakennslu og þjálfun. Hún setti saman dagskrá fyrir þjóðhátiðina á Þingvöllum 1944, samdi verkefni fyrir Íþróttaskólan á Laugarvatni og þjálfaði í fimleikaflokki Ármanns, ÍR og Fimleikafélagi kvenna. Þá hefur hún einnig verið í sjálfstæðum rekstri, rak um árabil Nesti hf. eftir að eiginmaður hennar lést og tók seinna þátt í að byggja upp heilsuræktarstöð í Reykjavík.

En hver voru tildrögin að því að hún tók að sér uppbyggingu íþróttastarfs í Bjarkarási?

„Það var nú tilviljun. Þannig vildi til að bíllinn minn bilaði á miðri Snorrabraut og þegar ég var að fara með hann á verkstæði hitti ég Þorstein Einarsson íþróttafulltrúa ríkisins. Þorsteinn sagði þá að ég væri einmitt manneskjan sem hann væri að leita að. Þannig vildi til að nýbúið væri að ráða íþróttakennara að Bjarkarási en hann hefði láttist sviplega í bílslysi. Nú ég ákvað að slá til og fékk tengdason minn til að taka við rekstri Nestis og fór sjálf að kenna vangefnum íþróttir.“

Pekktirðu eitthvað til broskaheftra þegar þú byrjaðir þjálfunina í Bjarkarási?

„Nei. Ég varð eiginlega að byggja þetta upp frá grunni. Ég sótti fjölda námskeiða og byggði upp þekkingu. Smám saman hafði ég aflað mér það mikillar þekkingar að ég fór að kenna við Proskapjálfaskólan árið 1976. Í framhaldi af



Sundæfing í sundlauginni í Bjarkarási. Sonja fylgist með á bakkanum.

því samdi ég námsefni, Líkamspjálfun vangefinna, sem Námsgagnastofnun vildi því miður ekki gefa út. Við Proskapjálfaskólann kenndi ég í átján ár, m.a. kenndi ég proskapjálfum að leiðbeina fólk í sundlaug.

Til að geta kennt vangefnum þurfti ég fyrst að aga þá. Ég byrjaði á grundvallaratriðum eins og hreinlæti. Ég fór með þeim í sturtu og innprentaði þeim það grundvallaratriði að vera í hreinum fötum. Ég fékk íþróttaföt handa þeim og skipaði öllum að skipta um föt. Ég lagði mikla áherslu á að þau væru í hreinum nærfötum enda sögðu þau við mig að þegar ég yrði jörðuð yrði nærbuxum flagnað á leiði mínu.

Næsta skref var að fara með þau út að ganga. Við gengum upp og niður brekku-ur og fórum út í myri. Sum þeirra voru ekki talandi þannig að ég lagði mikla áherslu á tjáningu.

Í Bjarkarási var lítill salur í kjallaranum sem ég hafði til umráða. Þar var ég með slá og dýnu. Ég útvegaði mér einnig hástökkssúlur, hafði rána mjög lágt stillta til að byrja með og lét þau hlaupa yfir hana. Síðan smá hækkaði ég rána. Einn strákur sem var þarna vildi ekki taka neinn þátt í æfingunum en um leið og hann sá einhvern hoppa yfir í hástökkini lifnaði hann allur við. Hann átti síðar eftir að verða ljómandi hástökkvari.

Ég fór í heimsókn með þau á Melavöll og í gryfjuna undir stúkunni á Laugar-dalsvelli. Þar létt ég þau prófa langstökk með atrennu og grindahlaup.

Það má segja að við höfum reynt allt. Við byrjuðum með leiki og kapphlaup, tókum síðan til við borðtennis, blak, boccia, curling, innanhúss handbolta og frjálsar íþróttir. Við lögðum meira að segja stund á reiðmennsku.

Sundið var alveg sér á parti. Það var engin sundlaug í Bjarkarási svo að ég fór

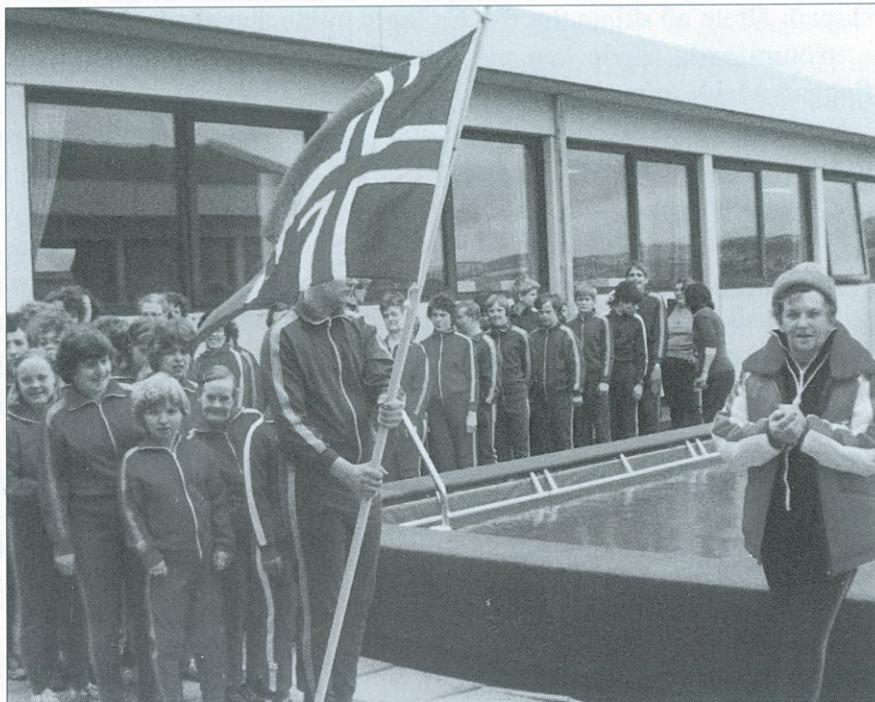
með hópinn í sund í Árbænum. Þar vildu þeir ekki hafa vangefna í sundi með fötluðum þannig að sú hugmynd fæddist að byggja laug í Bjarkarási. Sundlaugin komst upp með aðstoð Oddfellowa en þeir hafa verið mjög rausnarlegir í stuðningi sínum við Bjarkarási.

Það var við ýmislegt að etja í þessu starfi. Margir einstaklingar höfðu aldrei komið áður út fyrir hússins dyr og voru því að vonum hræddir við umheiminn. Það kom til míni maður um fertugt sem hafði ekki fengið neina þjálfun og aldrei farið út á meðal manna. Hvað átti ég að láta hann gera? Ég ákvað að vera með hjólbörukeppni, en hann hafði ekið hjólbörum og vissi því hvernig átti að bera sig að. Nú er þessi maður kominn í sambúð með stúlku.

Við fórum líka til útlanda með hópinn. Norðmenn eiga hæli fyrir vangefna á Spáni og þangað fórum við í skemmtiferð. Þá kom sér vel að hafa lært undirstöðuatriðin í góðri hegðun.“

Hvað hefur þetta starf með þroskaheftum kennt Sonju?

„Mjög mikið. Þegar ég hitti þá í dag finnst mér ég vera að hitta mitt eigið fólk. Ég er stolt af því að þau geta nú komið sómasamlega fram án þess að verða að athlægi. Við erum dæmd eftir því hvernig við komum fyrir sjónir á almanna-færi. Framkoma þeirra hefur breyst mikið og ég tel mig hafa stuðlað að því. Ég er stolt af þeim og ánægð með minn þátt í að byggja upp þjálfun fyrir þroskaheft fólk. Þá er ég afar þakklát fyrir að hafa fengið að starfa með þeim Grétu Backmann og Hafliða Hjartarsyni í Bjarkarási og Bryndísi Víglundsdóttur skólastjóra Þroskaþjálfaskólans.“



Gengið
fylktu liði
undir ís-
lenska
fánanum
við sund-
laugina í
Bjarkar-
ási.



Íslensku þátttakendurnir á 25. Stoke Mandeville-leikunum árið 1977.

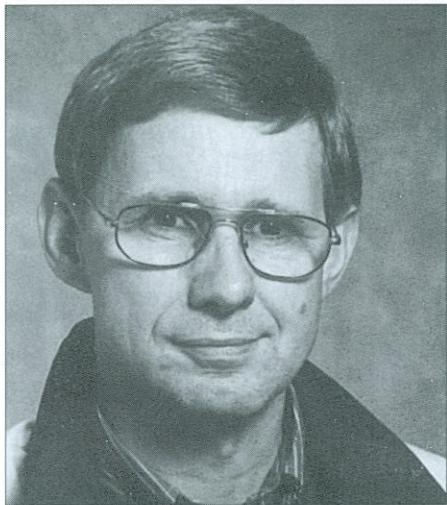
Magnús B. Einarson

Magnús B. Einarson endurhæfingarlæknir á Reykjavík hefur verið tengdur sögu íþróttar fatlaðra hér á landi frá því hann fór sem læknir íslensku keppendanna á 25. Stoke Mandeville-leikana 1977. Þá var hann við nám í endurhæfingarlækningum í Noregi og var beðinn um að taka þetta að sér.

Magnús segist ekki hafa haft hugmynd um íþróttir fatlaðra þegar hann fór til Noregs í nám árið 1975. Í tengslum við námið starfaði hann við stærsta endurhæfingarsjúkrahús á Norðurlöndum, Sunnaas sykehus, en stór hluti af endurhæfingunni hjá vissum hópi sjúklinga fólst í íþróttaiðkun, einkum sem undirbúningur fyrir framhaldsendurhæfingu.

„Þarna bjó hópur af víetnömskum börnum í sérbyggingu við sjúkrahúsið sem kölluð var „Vi ett hjem“. Þetta voru fórnarlömb stríðsins sem Norðmenn höfðu tekið að sér. Þau voru tíu talsins og æfðu íþróttir við sjúkrahúsið. Mér blöskraði hreinlega hvað þau voru orðin flink í alls konar íþróttum og að keyra hjóla-stólana sína. Ég kynntist líka dreng sem hafði klifrað upp í rafmagnsstaur og brennt hendur sínar þannig að það vantar alveg á hann annan handlegginn við öxl og hinn við olnboga. Hann heitir Cato Zahl Petersen. Þessi strákur er einn fræknasti íþróttamaður Norðurlanda og hefur unnið til margfaldra verðlauna, bæði í frjálsum íþróttum og á skíðum. Hann gekk á Suðurpólinn um svipað leyti og pólfararnir okkar en var eitthvað á undan þeim. Þessi kynni míni af íþróttum fatlaðra urðu til þess að kveikja áhugann verulega hjá mér og réð ég mig því sérstaklega sem aðstoðarlæknir á Beitostölen Helsesportsenter sem er endurhæfingarstaður í fjöllum Noregs. Þar er nánast eingöngu stuðst við íþróttir til endurhæfingar.

Þarna var iðkað borðtennis, boccia, sund, frjálsar íþróttir, skíði, hjóreiðar, bátsferðir og reiðmennska auk hópleikfimi, göngu og skokks. Þetta er orðin



Magnús B. Einarson.

mjög stór stofnun og aðstaðan frábær. Þarna er nú fullkomin íþróttahöll, leikfimisalur og tvær sundlaugar og eru iðulega haldin stórmót á staðnum. Það eru þó ekki nema sextíu sjúklingar þarna í einu og dveljast þeir í fjórar til sex vikur á staðnum. Þá er tekið á móti hópum fatlaðra barna sem eru með kennara og jafnvel hjálparfólk með sér til styttri dvalar. Ég var þarna í tvö sumur, þrjá mánuði hvort sumarið. Sumarið 1977 var haft samband við mig að heiman og ég beðinn að fara með hópi íslenskra þátttakenda á 25. Stoke Mandeville-leikana í Englandi. Þetta var í fyrsta skipti sem Íslendingar tóku þátt í

bessu alþjóðlega móti. Keppendur frá Íslandi voru Arnór Pétursson, Elsa Stefánssdóttir, Guðný Guðnadóttir, Hörður Barðdal, Jónas Óskarsson og Viðar Guðnason. Fengu þau þrenn verðlaun. Þetta voru mikil hátiðahöld, ekki síst vegna þess að Elísabet drottning átti 25 ára krýningarárafmæli um þessar mundir og Karl krónprins setti leikana og gaf sig heilmikið á tal við fólk. Þetta var alveg ný upplifun fyrir mig og ég lærði rosalega mikið á þessum leikum. Síðan hef ég sött mörg stórmót fyrir ÍF, m.a. ólympíumótin í Hollandi 1980, Kóreu 1988 og Barcelóna 1992 og vetrarólympíumótíð í Lillehammer árið 1994.“

Magnús kom heim árið 1978 og hóf störf á Reykjalundi 1979. Hann átti drjúgarnar þátt í því að setja þar á laggirnar heilsusport og voru ráðnir tveir íþróttabjálfarar til að sjá um það 1. desember 1979. Hugmyndin og heitið var fengið frá Beitostölen.

„Það þótti bylting að ráða íþróttakennara til starfa á sjúkrahúsi en það tókst mjög vel til og í áratug hafa verið þrír fastráðir íþróttakennrar á Reykjalundi. Nú eru þrír leikfimitímar á dag, auk þess sem farið er í göngur og æft þreksund. Þá eru einstaklingstímar, m.a. fyrir þá sem fara áfram í íþróttafélögin. Þá tókum við sumarið 1981 fötluð börn og unginga í þriggja vikna „endurhæfingu“ en þó aðallega til kynningar á íþróttum. Sigurður Guðmundsson hafði áður verið með ágæt íþróttanámskeið að Leirá í Borgarfirði, bæði fyrir fatlaða og ófatlaða krakka. Varð þetta að árvissum lið hjá okkur, jók að vísu verulega álag á sumarleyfistíma en veitti okkur hins vegar mikla ánægju á móti. Við vorum m.a. með hesta, báta, frjálsar íþróttir og borðtennis, bogfimi, boccia, sitjandi blak og lyftingar. Marga þessara krakka hef ég seinna séð verða að góðum íþróttamönnum. Aðsóknin jókst ár frá ári og þörfin var því sannarlega fyrir hendi. Þessi námskeið lögðust af er sumarnámskeið ÍF á Laugarvatni efldust.“

Magnús var kjörlinn í fyrstu stjórn ÍF og tók því þátt í að móta starf sambands-



Karl Bretaprins
með íslensku
þátttakendum á
Stoke Mandeville-leikunum
1977.

ins. Hann segir að það hafi verið mikil vinna að koma íþróttastarfi fatlaðra á koppinn, hún hafi m.a. falist í því að stuðla að stofnun nýrra félaga víða um landið og halda utan um þau sem þegar höfðu verið stofnuð, skipuleggja móti og halda þjálfaranámskeið.

Hefur þjálfun fatlaðs íþróttafólks tekið miklum breytingum frá því að fatlaðir hófu að iðka íþróttir?

„Þjálfunaraðferðirnar hafa skýrst og reglum smám saman verið breytt til hins betra. Notaðar eru sömu reglur og í íþróttum hjá óföltluðum með smávægilegum lagfæringum fyrir fatlaða. Það sem hefur kannski breyst mest er að með þeim góða árangri sem fatlaðir íþróttamenn frá Íslandi hafa náð hafa kröfurnar aukist og afreksfólkis Því orðið að leggja meira á sig en áður við æfingar. Frábær árangur í sundi og frjálsum íþróttum er fyrst og fremst því að þakka að við höfum verið mjög heppin með efnivið. Þá höfum við haft mjög góða þjálfara og sömu sögu er að segja um þá sem hafa séð um félagslega hlið starfsins. Í stuttu máli sagt þá höfum við verið mjög heppin með fólk.“

Hvaða þýðingu hafa íþróttir fyrir fatlaða?

„Ég veit að íþróttirnar gera kraftaverk fyrir þetta fólk. Ég hef séð svo ótalmörg dæmi þess. Fatlaðir eru sjálfir bestu vitnin um það. Ef þú spyrð fatlaða hvað íþróttir hafi gefið þeim fullyrða þeir flestir að þær hafi náð þeim á strik bæði andlega og líkamlega. Sumum hafa þær hjálpað upp úr öldudal, öðrum út úr félagslegrí einangrun og allir hafa hlotið aukinn styrk, þol og hreyfifærni. Íþróttir eru nauðsynlegar sem framhaldsmeðferð til að þjálfa og styrkja einstaklinginn líkamlega og andlega, bæði eftir slys og veikindi. Einstaklingurinn getur vissulega þjálfað sig sjálfur heima en það er allt annað að taka þátt í spennandi íþróttakeppni þar sem félagslífið á einnig stóran þátt. Vissulega taka ekki allir þátt í keppni þótt þeir iðki íþróttir enda er aðalatriðið að þeir fái ánægju út úr æfingunum og félagslífinu.“



Magnús H. Ólafsson

Magnús H. Ólafsson er menntaður íþróttakennari og sjúkraþjálfari með sérnám í vinnuvistfræði. Hann var ráðunautur ÍSÍ við uppbyggingu íþróttastarfs fatlaðra þegar það var að hefjast og fór til Norðurlanda og Englands til að kynna sér starfið þar. Þegar hann kom heim skipulagði hann og stýrði leiðbeinendanámskeiðum fyrir þjálfara fatlaðra íþróttamanna. Magnús starfaði um árabil á Bjargi og Nýja Bjargi, endurhæfingarstöð Sjálfsbjargar á Akureyri, og tók virkan þátt í stofnun og starfsemi Íþróttafélagsins Akurs á Akureyri.

„Eftir að ég lauk íþróttakennaraprófi hér heima kenndi ég í fjögur ár áður en ég fór til náms í sjúkraþjálfun í Noregi. Þar heyrði ég fyrst um íþróttastarf fatlaðra og var meira að segja boðið að fara í verklega þjálfun í Beitostölen sem er sjúkrahús í háfjöllum Noregs þar sem meðferðin byggist á íþróttum og líkamsþjálfun. Því miður varð ekki af því vegna fjölskylduaðstæðna hjá mér, auk þess þekkti ég ekki til stofnunarinnar þegar þetta tækifæri bauðst. Síðar þegar ég frétti hvaða starfsemi fór þar fram sá ég mjög eftir að hafa ekki þegið boðið, enda sá ég strax í hendi mér að hægt væri að nota íþróttir sem endurhæfingu fyrir fatlaða.“

Magnús kom heim frá námi árið 1970 og hóf þá störf fyrir Sjálfsbjörg á Akureyri. Um áramótin 1973-’74 auglýsti ÍSÍ eftir manni til að ferðast erlendis á vegum sambandsins og kynna sér íþróttir fatlaðra með það markmið að vinna upp kennsluefni. Magnús sótti um og var ráðinn til verkefnisins og fór hann utan vorið 1974.

„Ég ferðaðist um Norðurlöndin og England í two og hálfan mánuð til að kynna mér íþróttastarfsemi fatlaðra í þessum löndum. Ég sótti móti, kynnti mér reglur og leiðbeiningar og fór á námskeið, m.a. í skíðaiðkun fatlaðra, það var viku námskeið í Morgedal í Noregi. Ég var á Beitostölen um páskana en þá var haldin þar keppni í 25 km skíðagöngu sem gengur undir nafninu Ridderrennet. Mjög margir fatlaðir tóku þátt í keppninni, m.a. mænuskaðaðir og blindir og sjálfur konungurinn, Ólafur V, veitti verðlaunin. Leiðsögumenn þurftu að vera með þeim blindu og tóku margir þekktir einstaklingar það að sér, m.a. þingmenn. Þetta var þó erfiðara en margur hélt og kom í ljós að ekki gat hver sem er verið leiðsögumaður. Þegar fram í sótti gerðist það að einstaka þingmenn o.fl. voru skildir eftir í brautinni. Nú orðið er notað mjög vel þjálfað íþróttafólk til að sjá um leiðsögnina. Þetta sýnir hversu mikil framför hefur orðið meðal fatlaðra íþróttamanna.

Það var alls staðar tekið mjög vel á móti mér og mér veitt öll aðstoð, sérstaklega þó í Stokkhólmi en þar fékk ég aðstöðu á skrifstofu sánska íþróttasambandsins. Þar hóf ég að þýða reglur, þjálfafræði o.fl. sem snerti málið. Ég hóf því strax að undirbúa fræðsluefnir þarna en annars vann ég að þessum þýðingum á hótelherbergjum.

Ferðina endaði ég í Stoke Mandeville sem er sérhæft sjúkrahús fyrir mænuskaða. Ég fékk að fara nokkuð frjáls ferða minna um sjúkrahúsið, ræddi við fólk og horfði á þjálfun og æfingar. Það var mjög lærðómsríkt. Ég sá m.a. hvernig fólk með mjög mikla mænuskaða getur skotið af boga. Það er alveg með ólíkindum. Þar hitti ég líka Ludwig Guttmann sem kallaður hefur verið faðir



Magnús tók þátt í stofnun Akurs á Akureyri en myndin er frá stofnundi félagsins 1974.

íþróttá fatlaðra. Seinna áttu svo margir Íslendingar eftir að sækja móti Stoke Mandeville.“

Magnús hóf strax eftir heimkomuna að vinna úr þeim gögnum sem hann hafði aflað sér og settist við þýðingar og skipulagningu leiðbeinendanámskeiða á vegum ÍF, en fyrsta námskeiðið var haldið í desember 1974.

„Þetta var heilmikil vinna og ég reyndi að staðfæra námsgögnin. Þetta var vikunámskeið sem stóð frá morgni til kvölds og höfðu fjölmargir tilkynnt þátttöku. Það skemmtilega er að mjög margt af fólkini, sem sótti fyrsta námskeiðið, starfar enn að þessum málum. Þar get ég m.a. nefnt Þróst Guðjónsson á Akureyri sem ég átti mjög gott samstarf við um árabil og tók við af mér þegar ég hætti að þjálfa hjá ÍFA. Hann er nú formaður Íþróttabandalags Akureyrar. Þá get ég nefnt Júlfus Arnarson þjálfara Íþróttafélags fatlaðra í Reykjavík og núverandi formann þess og Lovísu Einarssdóttur sem hefur starfað mikil að íþróttum fatlaðra og starfar nú með öldruðum. Mun fleira fólk mætti tína til sem hefur verið virkt í þessu starfi og er enn.

Eins og fyrr sagði var námskeiðið haldið í desember. Við Sigurður Magnússon, sem höfðum borið hitann og þungann af undirbúningnum, vorum staddir norður á Akureyri daginn fyrir setningu námskeiðsins. Þegar við ætluðum að fljúga suður reyndist ófært og það varð úr að við ferðuðumst með vörufutningabíl frá Akureyri til Reykjavíkur og tókst okkur þannig að setja námskeiðið á réttum tíma.

Þetta var mjög viðamikið námskeið og víða komið við. Sjálfur kennið ég allt sem viðkom íþróttum en aðrir fyrirlesrar sáu um aðra þætti, eins og t.d. tryggingsmál o.fl. Eitt af því sem við gerðum og var mjög eftirminnilegt var að við sendum fullfríksa íþróttakennara út af örkinni í hjólastólum og í spelkum og var ætíð einn með í för til aðstoðar. Þeir skrifuðu síðan skýrslu um upplifun sína og vöktu þær mikla athygli, m.a. var birt úr þeim í Vísi. Það sem kom mest á óvart var að ef fólk talaði til þeirra sem voru í stólonum þá ávarpaði það hjólastóla-fólkid eins og það væri ekki fólk heldur dýr en flestir leiddu það hjá sér og ræddu einungis við fylgdarmennina. Næst þegar samsvarandi námskeið var haldið, um tveimur árum seinna, var aftur gerð svipuð tilraun en þá þegar hafði viðmót fólks breyst mikil.

Varð Magnús mikil að við fordóma í garð fatlaðra á þessum árum?

„Nei, það get ég ekki sagt. Hins vegar var afskiptaleysi og skilningsleyssi mjög algengt. Menn voru jú mjög jákvæðir en það náði ekki lengra. Það gekk mjög erfiðlega að fá fólk til að gera eitthvað. Ég get sagt eina sögu um skilningsleyssið. Þegar ég byrjaði að þjálfa hjá ÍFA var með okkur fötluð stúlka sem var í Menntaskólanum á Akureyri. Hún var utanbæjar og bjó hjá frænda sínum sem var læknir. Við vorum ágætis kunningjar læknirinn og ég. Hann sagði mér að hann skildi ekki hvað við værum að eyða tíma í svona bjástur. Ári síðar hitti ég hann aftur og þá var allt annað hljóð í honum og hann sagðist nú skilja hvað við



Frá kynningu á bogfimi. Magnús dregur ör úr skífunni með tilþrifum. Edda Bergmann fylgist með og Markús Einarsson skráir árangurinn.

værum að gera með þessu starfi okkar. Þetta væri hið besta framtak, enda hafði stúlkun tekið miklum framförum.“

Magnús hætti að vinna á Bjargi árið 1974 og fór að kenna við MA. Þar var hann allt til ársins 1981 en var samt jafnan með annan fótinn á endurhæfingarstöðinni við ráðgjöf og aðstoð. Þá vann hann einnig að undirbúningi framkvæmda við Nýja Bjarg.

„Það var mjög framsýn og merkileg framkvæmd. Upprunaleg hönnun hússins var gerð af mikilli víðsýni og það var ekki síst Heiðrúnu Steingrímsdóttur, þáverandi formanni Sjálfsbjargar, að þakka. Reyndar hefur húsið aldrei verið fullklárað og verður líklega aldrei. Í upphaflegu hönnuninni var gert ráð fyrir stórum líkamsræktarsal, sundlaug og íþróttasvæði utanhúss með trimbrautum o.fl. Ég býst ekki við að það nái fram að ganga. Engu að síður var þetta mjög merk framkvæmd og þegar húsið var tekið í notkun árið 1981 hætti ég að kenna og fór að starfa þar. Mig langaði til að vera með við að byggja upp starfsemina og var þar til ársloka 1984. Þá var starfið komið á fullt og æfðu fatlaðir þarna m.a. almenna líkamsrækt, leikfimi, boccia og bogfimi. Húsið nýttist því þokkalega strax.“

Árið 1984 fór Magnús að vinna sjálfstætt að forvörnum í fyrirtækjum og hefur starfað við það síðan. Þó að hann hafi hætt að starfa sem þjálfari er hann enn

Frá leiðbein-endanámskeiði í nóvember 1985 sem var í umsjá Magnúsar.



nokkuð í tengslum við íþróttastarf fatlaðra. Hann hefur m.a. kennt á leiðbein-endanámskeiðum fyrir íþróttastarf fatlaðra við Kennaraháskóla Íslands og í Íþróttakennaraskólanum á Laugarvatni. Þá hefur hann komið inn sem dómari á mótum, bæði í bogfimi, boccia og sundi. Hann hefur dæmt á Íslandsmótum, Norðurlandamótum og Hængsmótinu.

„Í gegnum þetta starf með fötluðu íþróttafólki hef ég haft kynni af fjölmörgu góðu fólk. Ég hef séð hugmyndir mínar komast í framkvæmd. Það hefur verið sérstök ánægja að sjá þetta vaxa úr engu í þá blómlegu starfsemi sem nú er í gangi og er mjög gaman að hafa átt þátt í að móta þetta. Vegna þessa starfs hefur fjöldi fatlaðra einstaklinga komist út úr einangrun og blandað geði við fólk. Það hefur verið gaman að sjá fatlaða krakka sem hafa verið lokaðir inni í sér verða að opnum einstaklingum sem eru frjálsir í fasi, ganga menntaveginn og plumma sig í atvinnulífinu. Þetta starf hefur haft mikil áhrif þar.

Ég bjóst aldrei við að við myndum eignast svona margt frábært afreksfólk í íþróttum fatlaðra, fólk sem hefur rakað saman verðlaunum á erlendum mótum. Enda leit ég fyrst og fremst á íþróttir fatlaðra sem möguleika til endurhæfingar. Ég hugsaði aldrei út í að við myndum eignast allt þetta afreksfólk.

Afrekin gerast ekki bara á íþróttavellinum. Það þarf ekki að vera neitt síðra afrek fyrir einstakling að komast hjálparlaust upp stiga eða geta ekið bifreið. Það að geta framkvæmt þessa hluti í daglega lífinu sem hann hefði aldrei getað nema með mikilli og góðri líkamlegri þjálfun.“



Elsa Stefánsdóttir með nokkra af þeim mikla fjölda verðlaunagripa sem hún hefur unnið til.

Elsa Stefánsdóttir

Elsa Stefánsdóttir hefur verið tengd íþróttum fatlaðra frá upphafi, bæði sem iðkandi og einnig félagslega. Hún er margfaldur Íslands- og Reykjavíkurmeistari í borðtennis og hefur setið í stjórn Íþróttafélags fatlaðra í Reykjavík frá byrjun. Hún er manneskja sem gefst aldrei upp, heldur stöðugt áfram sama á hverju gengur. Hún fékk mænuveikina árið 1955, sama ár og hún fermdist. Hún var fyrsta og jafnframt versta tilfellið í mænuveikifaraldrinum sem gekk þá yfir, að eigin sögn. Hún lamaðist öll en eftir margra ára endurhæfingu var hún farin að geta gengið með spelkur. Um 1990 fékk Elsa sykursýki og veiktist svo illa að það þurfti að taka af henni báða fætur fyrir ofan hné. Engu að síður heldur hún áfram að æfa borðtennis og er enn í stjórn ÍFR.

„Eftir að ég veiktist af mænuveikinni fór ég til Danmerkur. Danir buðu að taka þá sem verst voru farnir af mænuveikinni en íslensk yfirvöld vildu ekki þiggja það. Það var bara fyrir baráttu pabba og mömmu að ég komst til Danmerkur.“

Í Danmörku fékk Elsa þá lækningu og endurhæfingu sem hægt var að veita en það tók hana mörg ár að byggja sig upp þannig að hún gæti gengið með spelkur.

„Þetta var mikið áfall fyrir mig. Voríð ádur hafði ég fermst og náð inntökuprofi í Verslunarskólann. Veikindin kostuðu mig nám í Versló þótt skólafélagar mínr, sem ætluðu að verða mér samferða í skólann, væru boðnir og búnir til að



Elsa í íslenska landsliðsbúningnum á ólympíumótinu í Arnheim í Hollandi.

áhuga á íþróttum og hún hafi æft handknattleik og frjálsar íþróttir áður en hún fékk mænuveikina. Hún segist hafa fyllst áhuga þegar hún heyrði að til stæði að stofna Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík og vitað strax að það væri eithvað fyrir sig.

„Ég dreif mig því á staðinn og reyndi við flestar íþróttareinar áður en ég endaði í borðtennis. Ég er margfaldur Íslands- og Reykjavíkurmeistari í borðtennis en núna er ég bara kerlingin á staðnum í augum þessara krakka sem ég æfi með. Við vorum 8-10 manns sem byrjuðum að æfa borðtennis en núna er ég bara ein eftir af liðinu. Ég var búin að ákveða að hætta á síðasta Reykjavíkurmóti en nú freistar Íslandsmótið míni. Þetta er líka góð æfing og svo er félagsskapurinn svo skemmtilegur. Þarna æfi ég með hraustum krökkum um tvítugt sem mala mig enda ekkert óeðlilegt við það að dala með árunum. Sumir af þessum krökkum keppa með öðrum félögum. Ein keppir t.d. með KR en þegar við vorum að byrja með íþróttir fatlaðra vildu félögin ekki að fatlaðir æfðu með þeim. Þegar þetta var að byrja var eiginlega glápt á mann þegar maður sagðist stunda íþróttir og það er ekki laust við að enn eimi eftir af þessu viðhorfi, að minnsta kosti virðast íþróttafréttamenn líta svo á að við séum í sandkassaleik.“

bera mig upp stiga og aðstoða mig á allan hátt. Eftir að ég fór að geta gengið með spelkur fór ég allra minna ferða og aðstoðaði meira að segja Rigmor Hansen við danskennslu þannig að það er stutt í dansinn hjá mér. Mörgum árum seinna vorum við tvö pör sem sýndum dans. Við stúlkurnar vorum báðar fatlaðar og dönsuðum í hjólastólum en karlarnir voru ófatlaðir. Dansinn sem við sýndum hét skver og minnir á línuudans. Við fórum m.a. upp á völl og sýndum þar og vöktum mikla athygli hjá kananum. Þá vorum við með dansæfingar fyrir fötluð börn og kynntum starfsemi ÍFR samtímis en þetta var liður í að fá fólk í félagið.“

Elsa segist alltaf hafa haft



Elsa á spítal-anum eftir að báðir fætur hennar höfðu verið fjarlægðir fyrir ofan hné. Með á myndinni er Páll Gíslason skurölæknir, sem fram-kvæmdi að gerðina, og fleira starfs-fólk spítal-ans.

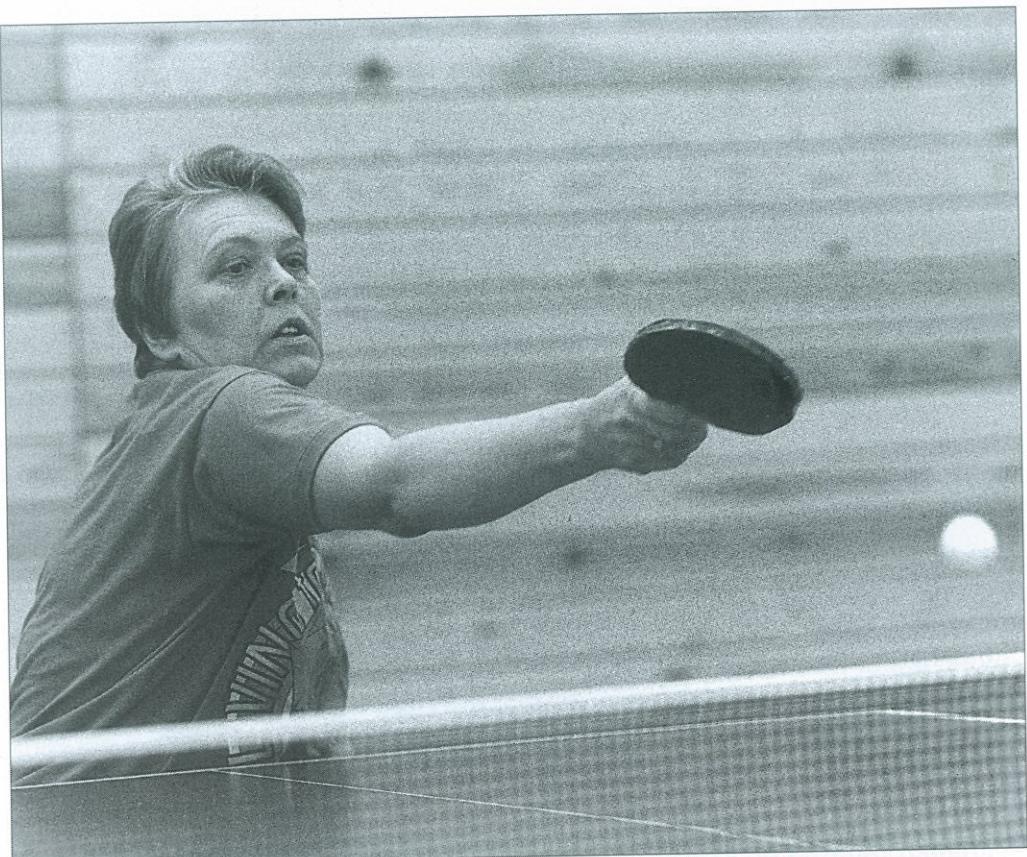
Elsa var kjörin ritari fyrstu stjórnar ÍFR og gegndi því embætti í ellefu ár. Síðan hefur hún gegnt öðrum stjórnarstörfum og er nú í varastjórn félagsins. Þá hefur hún setið í ýmsum nefndum fyrir ÍFR og finnst það gaman að eigin sögn.

„Það sem hefur bjargað íþróttafélögum fatlaðra er að þau hafa haft mjög góða formenn og stjórnarmenn. Hjá ÍFR drifum við starfsemina áfram og gáfum öll okkar vinnu. Þetta byggðist meira og minna upp á sjálfboðavinnu. Svo hafa Kiwanis- og Lionsklúbbarnir styrkt okkur mikið, t.d. með því að kaupa fyrir okkur bikara en þeir eru mjög dýrir.

Það voru eldhugar sem stóðu að stofnun ÍFR. Þar ber hæst þá Sigurð Magnússon, Arnór Pétursson, Trausta Sigurlaugsson og Guðmund Löve. Þessir menn gerðu kraftaverk. Þá voru þarna spútnikkar þessa tíma, þeir Arnór Pétursson og Sigmar Maríusson. Þeir settu fjölda meta og í kjölfar þess fór að koma annað hljóð í folk. Samt var eins og fólk tryði því ekki að við værum að stunda íþróttir. Svo var haldið Norðurlandamót í lyftingum hér og komu harðir kappar frá hinum Norðurlöndunum en íslensku keppendurnir stóðu í þeim. Sigrunum fór svo fjölgandi á stórmótum erlendis og smám saman hafa augu almennings opnast fyrir því að við værum að stunda alvöru íþróttir. Sjálf fór ég á Stoke Mandeville-leikana og tók þátt í Norðurlandamótum. Það var gífurlega skemmtileg reynsla.“

Elsa segir oft erfitt að fá fatlaða til þess að taka þátt í íþróttum, þeir séu alltof mikið kyrrsetufólk.

„Ég kynntist því þegar verið var að reisa Sjálfsbjargarhúsið. Þá var mikill hugur í fötluðu fólk. En eftir að Hátún 10 og 12 komust upp var eins og fólkid settist í helgan stein. Það nennir einfaldlega ekki að taka þátt í þessu þótt íþróttahús ÍFR sé við hliðina. Því miður er engin samvinna á milli ÍFR og Sjálfsbjargar.



Frá keppni í Íslandsmóti í borðtennis en Elsa er margfaldur Íslandsmeistari.

Unga fólk ið í Sjálfsbjörg er með eigin félagskap, Síung, og er að sprikla á öðrum vettvangi. Þetta fólk þarf að virkja í starfið. Íþróttirnar veita fötluðum svo mikið, bæði líkamlega og ekki síður félagslega. Félagsskapurinn er svo skemmtilegur. Íþróttirnar hafa gert mér gott og veitt mér styrk. Oft þegar fólk er búið að vera í endurhaefingu sest það í helgan Stein og nennir ekki að hreyfa sig. Íþróttirnar geta gert kraftaverk fyrir þetta fólk.“

Sjálf er Elsa langt því frá að setjast í helgan Stein. Hún stefnir á Íslandsmótið í borðtennis enn eina ferðina. Þá hyggst hún fara á tölvunámskeið haustið 1998 í Skóla fatlaðra og eftir það í þýskunám, en sonur hennar er búsettur í Berlín.

„Það er vissulega búið að banna mér að fljúga vegna sykursýkinnar en ég læt slíkt ekki aftra mér, enda hef ég ferðast um allan heiminn og ætla mér ekki að hætta því.“

Þá segist hún varla geta beðið eftir vorinu, viðtalið var tekið undir lok þorra, svo að hún geti farið að taka til hendinni í garðinum en Elsa er mikil garðyrkjukona og hefur garðurinn hennar verið verðlaunaður. Með vorinu gefst einnig kostur á að skreppa á hestbak á Reykjalundi en það er ein besta skemmtun sem hún þekkir.



Frá setningu Íslandsmóts Íþróttasambands fatlaðra 1995.

Aðildarfélög Íþróttasambands fatlaðra

Íþróttasamband fatlaðra var stofnað 1979 en þá þegar höfðu verið stofnuð fjögur íþróttafélög fatlaðra á landinu, Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík, Íþróttafélag fatlaðra á Akureyri, Íþróttafélagið Eik á Akureyri og Björk í Reykjavík. Ljóst var að íþróttastarfsemi fatlaðra myndi aukast að mun enda lögð áhersla á að kynna þessa starfsemi víða um land og á stofnfund sambandsins mættu tuttugu og tvær fulltrúar frá tólf héraðssamböndum á landinu.

Íþróttafélögum fatlaðra fjölgæði ört á næstu árum og árið 1984 voru þau orðin níu talsins. Nú eru tuttugu og tvö starfandi íþróttafélög fatlaðra á landinu og eru þau í öllum landsfjórðungum.

Starf félaganna er misviðamikið en þau eiga þó margt sameiginlegt, m.a. það að fórnfúsir sjálfbóðaliðar hafa víðast hvar lyft grettistaki í því að stofna og reka félögin.

Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík

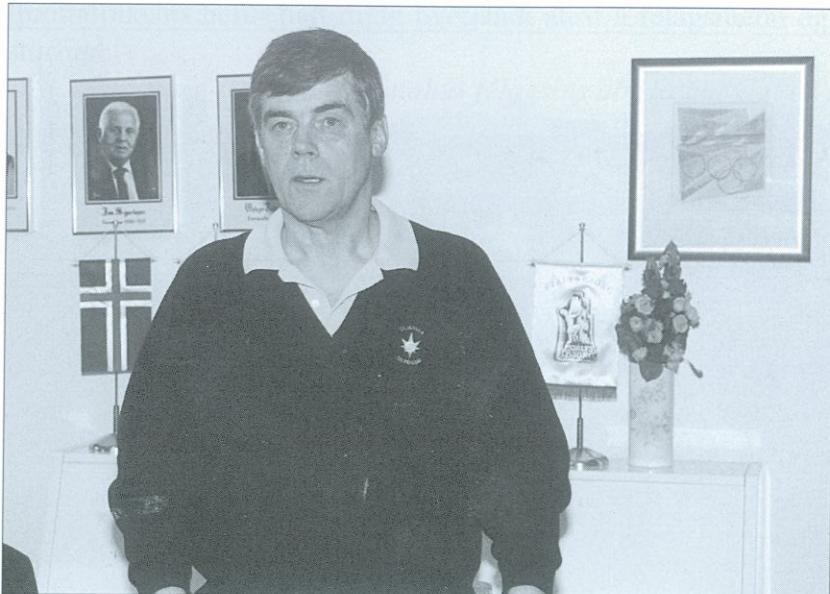


Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík var stofnað 30. maí 1974. Núverandi formaður er Július Arnarsson. Þótt hann hafi ekki gegnt formennsku í féluginu lengi, en hann var kjörinn vorið 1997, hefur hann þó tengst því frá stofnun þess. Hann var fyrsti þjálfarinn sem félagið réð til sín.

„Ég er með almenna kennara-og íþróttakennaramenntun. Eftir að hafa verið kennari, íþróttakennari og þjálfari í mörg ár ákvað ég að mennta mig meira í íþróttum fyrir fatlaða. Haustið 1981 hóf ég nám í Norska Íþróttakennaraháskólannum í íþróttum fyrir fatlaða og skólaíþróttum. Aðdragandinn að því að ég var ráðinn þjálfari hjá Íþróttafélagi fatlaðra var sá að Sigurður Magnússon var staddur á ráðstefnu erlendis nokkru fyrir stofnun félagsins og hlýddi þar á erindi um íþróttir fatlaðra hjá Sir Ludwig Guttmann frá Stoke Mandeville. Sigurður hreifst mjög af erindinu og var boðið til Stoke Mandeville til að skoða aðstæður þar og kynna sér hvernig fatlaðir stunduðu íþróttir í Englandi. Stjórn ÍSÍ sýndi þessu starfi Sigurðar strax mikinn velvilja og fékk Magnús Ólafsson, sjúkraþjálfara og íþróttakennara, til að fara til Norðurlanda og Stoke Mandeville til að



Núverandi iökendur ÍFR.



Július
Arnarson
formaður
ÍFR.

kynna sér íþróttir fatlaðra. Eftir heimkomuna hélt hann námskeið fyrir íþróttakennara í greinum sem fatlaðir stunda sem ég sótti. Námskeiðið var í desember 1974 og fljóttlega eftir námskeiðið tók ég að mér þjálfun hjá Íþróttafélagi fatlaðra í Reykjavík og hef verið þar síðan.“

Hvernig var að fá fatlaða til að taka þátt í íþróttastarfínu í byrjun?

„Sumir voru mjög fljótir að taka við sér og hafa stundað æfingar frá fyrstu tíð. Þessu framtaki var tekið sem himnasendingu. Íþróttir fatlaðra hafa haft mikil félagsleg- og endurhæfingaráhrif. Eftir því sem lengra leið og og framfarir urðu meiri varð ásókn svo mikil að fjölgum þurfti kennurum og þjálfurum. Þetta leiddi til þess að menn fóru að velja sér íþróttagrein og stunda hana eingöngu. Þetta vakti því mikla athygli og þess vegna höfðu þjálfarar mikinn áhuga á að sinna þessu.“

Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík er fyrsta og jafnframt öflugasta íþróttafélag fatlaðra á landinu. Áhrif þess hljóta því að vera mikil?

„Já, þau voru það og eru enn. ÍFR er eina félagið þar sem allar íþróttagreinar sem keppt er í hjá fötluðum á Íslandi eru iðkaðar. Keppnisgreinarnar eru sund, frjálsar íþróttir, bogfimi, boccia, lyftingar og borðtennis. Einnig vorum við áður með curling og erum að endurvekja það núna. Flestar þessar greinar hafa verið stundaðar innan ÍFR allt frá stofnun félagsins. Mjög fljóttlega var farið að keppa í þessum íþróttagreinum, fyrst á innanfélagsmótum en árið 1976 var fyrsta Íslandsmótið í boccia haldið á Akureyri. Síðan komu Íslandsmótin í öðrum greinum enda sýndi það sig fljótt að kunnáttan og leiknin hjá keppnisfólkini voru mjög miklar.

Auk þeirra greina sem hér hafa verið taldar upp eru fleiri íþróttagreinar stundaðar innan ÍFR þótt ekki sé keppt í þeim á Íslandsmótum. Þar má nefna



Hjólastólarall frá Reykjavík til Keflavíkur 1994. Þetta var áheitaferð og studdu hana margir þekktir íþróttamenn og stjórnálumenn.



Keppt í boccia í Íþróttahúsi ÍFR.

hjólastólkörfubolta og blindrabolta en báðar þessar greinar njóta vaxandi vinsælda.

Erlend samskipti hófust mjög fljóttlega eftir að ÍFR var stofnað. Árið 1976 fórum við Arnór Pétursson á ólympíumótið í Toronto í Kanada og í framhaldi af því tókum við þátt í Norðurlandamótum. Íslenskir þátttakendur sýndu strax mjög góða takta og komu oft heim með verðlaun frá Stoke Mandeville - leiknum og norðurlandamótunum og seinna frá ólympíumótum. Við hjá ÍFR höfum t.d. eignast fjóra gullkálfa á ólympíumótum, þau Hauk Gunnarsson í frjálsum íþróttum í Seoul 1988, Ólaf Eiríksson í sundi í Barcelóna 1992 og Atlanta 1997 og Kristínu Rós Hákonardóttur og Pálmar Guðmundsson í sundi í Atlanta 1996. Þessi góði árangur

Íþróttafólksins hefur haft mjög hvetjandi áhrif á félagsmenn og sameinað þá í störfum.“

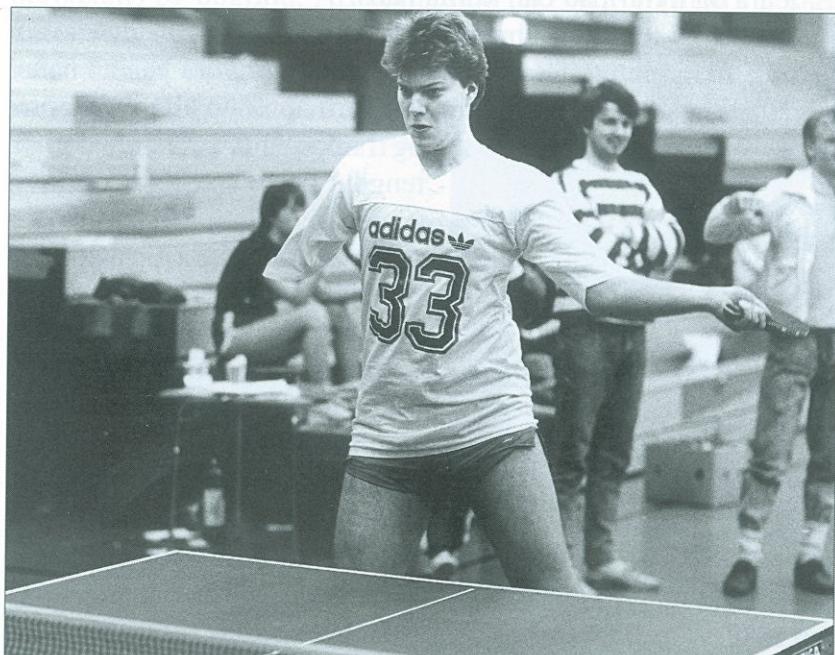
1. september 1991 var íþróttahús félagsins að Hátúni vígt en þá voru átta ár frá því að framkvæmdir hófust við húsið.

„Við þetta gjörbreyttist aðstaðan hjá féluginu. Áður vorum við með starfsemina vítt og breitt um bæinn en nú komst hún öll undir eitt þak ef sundið er undanskilið. Nýtingin á húsinu hefur verið mjög góð en iðkendur á vegum félagsins eru nú um 150 talsins. Skráðir félagar eru um 630 en virkir félagar 358 talsins þannig að Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík er stærsta félag sinnar tegundar á landinu.“

Að lokum Júlíus, hverju þakkarðu að svo vel hefur tekist til við að byggja upp öflugt íþróttastarf hjá fötluðum í landinu?

„Starfið hefði ekki tekist svona vel ef ekki hefði komið til jafn samhentur hópur. Við höfum verið mjög heppin hvað það varðar. Þá má ekki gleyma þeim mikla stuðningi sem þjóðin hefur veitt okkur þegar íþróttafólkið hefur náð stórkostlegum árangri erlendri grund.

Sjálfur er ég mjög þakklátur félagsmönnum okkar fyrir það sem þeir hafa gefið mér. Við höfum það að mottói hér að í raun og veru séu allir fatlaðir, bara mismikið, og þar með taldir við sem teljum okkur ófatlaða. Þetta starf hefur gefið mér gífurlega mikið. Kraftur og áhugi fólksins hafa valdið því að ég er enn í þessu starfi, enda er framtíðin björt og mikið af efnilegu ungu fólk að koma fram. Endurnýjunin er stöðug en jafnframt heldur fullorðna fólk ið áfram að sækja æfingar.“



Stefán
Magnússon
borðtennis-
maður úr
ÍFR.



Íþróttafélagið Akur, Akureyri

Íþróttafélagið Akur á Akureyri var stofnað 7. desember 1974 og er því næst elsta aðildarfélag Íþróttasambands fatlaðra. Félagið hét upphaflega Íþróttafélag fatlaðra á Akureyri og var stofnað að frumkvæði þeirra Magnúsar Ólafssonar, sjúkrapjálfara á Bjargi, og Jakobs Tryggvasonar, starfsmanns á Bjargi. Til liðs við sig við undirbúning stofnunarinnar fengu þeir Sigurð Magnússon, framkvæmdastjóra ÍSÍ. Stofnfélagar voru 39 talsins og var Stefán Árnason kjörinn formaður en aðrir í stjórnum með honum voru Jakob Tryggvason varaformaður, Kristjana Einarsdóttir ritari, Ásgeir P. Ásgeirsson gjaldkeri og Tryggvi Sveinbjörnsson meðstjórnandi.

Félagið hóf æfingar í boccia, borðtennis, bogfimi, lyftingum og sundi og var æft í Glerárskóla, Lundaskóla, Þelamerkur-skóla og Sundhöll Akureyrar. Á öðru starfsári félagsins gekk Pröstur Guðjónsson, ungar íþróttakennari, til liðs við félagið og hóf að þjálfa með Magnúsi Ólafssyni. Pröstur varð seinna aðalþjálfari félagsins til margra ára og nýtur það enn krafta hans.

Pröstur Guðjónsson er nú formaður Íþróttabandalags Akureyrar. Tildrögin að því að hann hóf að þjálfa hjá Íþróttafélagi fatlaðra á Akureyri voru þau að hann ákvað að sækja fyrsta námskeiðið sem haldið var fyrir íþróttajálfara fatlaðra og síðan hefur hann verið tengdur þessu starfi.

Að sögn Prastar gekk í byrjun illa að fá fatlaða einstaklinga til að ganga í félagið. Þeir leituðu því þessa einstaklinga uppi og fór mikill tími í það fyrstu árin. Það var svo í kjölfar fjölmíðlaumfjöllunar eftir góðan árangur íslenskra keppenda á ólympíuleikum að fólk fór að koma að fyrra bragði til að afla sér upplýsinga um félagið og óska eftir aðild. Mikil breyting



Frá Íslandsmótinu 1998.



Þróttamót
Guðjónsson
formaður
íþrótt-
bandalags
Akureyrar
og Jósep
Sigurjóns-
son for-
maður
Akurs.

varð svo árið 1978 þegar félagið fékk fasta aðstöðu í Gleráskóla en áður hafði æfingaaðstaðan verið vítt og breitt um bæinn.

Jósep Sigurjónsson er núverandi formaður Akurs. Hann slasaðist árið 1968 og í framhaldi af því fékk hann starf á Bjargi. Hann gekk í félagið 1974 og segist hafa verið „meira nafn á pappír til að byrja með“. Hann tók sæti í stjórn félagsins um miðjan níunda áratuginn og varð formaður árið 1990.

Akur hefur tekið þátt í flestum íþróttamótum fatlaðra hér á landi og staðið fyrir ýmsum mótum. Strax á fyrsta starfsári félagsins stóð það fyrir fyrsta íþróttamóti sem haldið var í íþróttum fatlaðra hér á landi. Keppt var í boccia, borðtennis og bogfimi. Árið eftir stóð það fyrir vormóti í þessum íþróttagreinum sem varð að föstum lið í starfseminni. Árið 1978 fóru fimm félagar úr Íþróttafélagi fatlaðra á Akureyri á Norðurlandamót í lyftingum og boccia í Reykjavík en það ár hófust æfingar í lyftingum á vegum félagsins. Jafnframt sóttu tveir lyftingamenn frá ÍFA móti í Reykjavík og urðu bádir í 3. sæti í sínum þyngdarflokk.

Árið 1979 stóð ÍFA fyrir fyrsta Íslandsmóti í boccia og borðtennis fyrir fatlaða á Íslandi. Komu keppendur frá Reykjavík og Vestmannaeyjum auk Akureyringa á mótið. Sama ár fóru tveir lyftingamenn á móti í Vestmannaeyjum. Einnig stóð félagið fyrir Akureyrarmóti í lyftingum og bogfimi, voru sett fimm Íslandsmet í lyftingum og áttu Akureyringar tvö þeirra.

Allt frá upphafi hafa keppendur frá ÍFA sótt flest íþróttamót fatlaðra sem haldin hafa verið hér á landi. Auk Íslandsmóta má nefna Norðurlandsmót, sem félagið hefur m.a. staðið að, og nýárssundið í Reykjavík.

Á fimm ára afmæli félagsins 1980 hafði félögum fjölgæð um helming frá stofnun og voru þeir þá 82 talsins. Það ár fóru félagar í ÍFA í fyrsta skipti utan til keppni. Tveir fóru á vetrarólympíuleikana í Geilo í Noregi og þrír á sumarólympíumótið í Arnhem í Hollandi. Sigurrós Karlsdóttir setti bæði ólympíumet

og heimsmet í 50 m sundi í Arnheim. Þetta ár hófust einnig æfingar í curling á vegum ÍFA.

Árið 1982 gekk Lionsklúbburinn Hængur á Akureyri til liðs við ÍFA og stóð að svokölluðu Hængsmóti fyrir fatlaða en það hefur verið heldið árlega síðan. Keppendur voru á sjötta tug á fyrra Hængsmótinu en það hefur notið vaxandi vinsælda. Hængur hefur jafnframt aðstoðað ÍFA við önnur stórmót sem félagið hefur staðið fyrir eins og Íslandsmótið árið 1994. Félagar í Hæng hafa sótt námskeið í dómgæslu og séð um hana á mótum ÍFA. Þá voru tíu Hængsmenn dómrarar á Norðurlandamótinu í Færejum árið 1994. Lionsklúbburinn Hængur hefur jafnframt styrkt ÍFA við að bæta íþróttaaðstöðu félagsins.

Árið 1984 tóku tveir keppendur frá ÍFA þátt í ólympíuleikum fatlaðra í Bandaríkjunum og hafa íþróttamenn frá féluginu verið viðloðandi landslið og ólympíulið Íslands allt frá upphafi íþrótta fatlaðra til dagsins í dag. Auk þess hefur félagið sjálft sent keppendur á ýmis mótt erlendis. Árið 1982 fór Hafdí Gunnarsdóttir á Solna-leikana í Svíþjóð og 1989 fóru tveir keppendur á vinabæjamót í Álasundi í Noregi. Þá sóttu keppendur frá ÍFA opna sánska meistaramótið í sundi í Gautaborg í Svíþjóð árið 1990. Sama ár tóku keppendur frá ÍFA þátt í heimsleikunum í Assen í Hollandi auk þess sem borðtennismenn tóku þátt í Norðurlandamótinu í Danmörku og bocciamenn í Norðurlandamótinu í Svíþjóð. Árið 1991 fóru keppendur á „Malmö open“ í Svíþjóð þannig að íþróttafólk ÍFA hefur gert víðreist um dagana.

Um miðjan níunda áratuginn fór iökendum fækkandi hjá féluginu og voru félagar einungis 64 á tíu ára afmælinu 1985. Þá kvíknaði sú hugmynd að opna félagið og hleypa ófötluðum inn í það. Það var gert á aðalfundi félagsins 1987 og þá var nafninu jafnframt breytt og heitir það síðan Íþróttafélagið Akur. Skammtöfun félagsins var áfram sú sama, ÍFA, og hélt það jafnframt merki sínu.

Árið 1996 stóð Akur ásamt Eik, íþróttafélagi þroskaheftra á Akureyri og ÍBA að Íslandsleikum Special Olympics á Akureyri sem er eflaust stærsta verkefnið sem þessi félög hafa ráðist í. Keppendur voru um 70 talsins frá 12 félögum víðs vegar af landinu og tókst mótið mjög vel.



Bræðurnir Stefán og Elvar Thorarensen með Sigurrós Karlssdóttur á milli sín en þau eru öll afreksfólk í Akri.



Góðum árangri fagnað á Íslandsmóti.

Peir Jósep og Pröstur sögðu að nú væru borðtennis- og bogfimideildirnar opnar öllum og stæði félagið fyrir móturnum sem bæði fatlaðir og ófatlaðir tækju þátt í. Mjög mikil fjölgun hefur átt sér stað í bogfimideildinni undanfarin ár og hefur félagið vart undan vegna aðstöðuleysis.

Pá hefur félagið nokkrum sinnum gert tilraunir til að æfa curling og skotfimi en þær hafa ætíð fjarð út. Á tímabili stunduðu nokkrir einstaklingar svig á skíðum og lyftingar heyra nú sögunni til. Helstu íþróttagreinarnar sem iðkaðar eru á vegum Akurs eru boccia, bogfimi, borðtennis, frjálsar og sund. Þá er „old-boys“ blakhópur tengdur féluginu.

„Þrátt fyrir að iðkendum hafi fjölgað hjá féluginu er endurnýjunin því miður ekki mikil. Yngra fólkið kemur síður. Aðstaðan hér úti á landi fyrir mjög fatlað fólk er ekki góð svo að fólk flyst suður þangað sem aðstaðan er. Keppnishópurinn er að minnka en í hinum hópnum, eldra fólkinu, þar fjölgar,“ sagði Jósep. Hann sagði að endurnýjunin meðal yngra fólksins væri ekki meiri en að einungis á tveggja ára fresti kæmi nýr einstaklingur úr þeim hópi til liðs við félagið.

Pröstur benti á að þrátt fyrir það væri mun meira æft núna en áður enda hefði aðstaðan batnað mikið frá því sem áður var þar sem félagið hefði núna sérstakan íþróttasal tengdan Bjargi.

„Það er ljóst að við verðum með einhverjum hætti að reyna að ná til fólks sem á erindi við okkur. Það er fullt af ungu fólki hér á svæðinu sem á heima hjá okkur. Við höfum reynt ýmsar leiðir með mismunandi árangri. Við höfum reynt að kynna starfsemina í fjölmíðlum og með heimsóknunum á Kristnes. Þetta unga fólk ætti að gera flest annað en loka sig inni. Fatlað fólk býr vissulega við aðrar aðstæður nú en áður. Fjölbreytnin í fjölmíðlum hefur aukist og fólk er farið að



Félagar úr Akri á Íslandsmótinu 1993.

tilfellum mun meiri en ófatlaðra. Þeir þurfa að leggja svo miklu meira á sig til að ná þessum árangri,” sagði Pröstur.

Að sögn Jóseps hefur bærinn stutt Akur á svipaðan hátt og önnur íþróttafélög í bænum með húsaleigustyrkjum.

„Við þurfum ekki að kvarta undan móttökum þegar við höfum leitað stuðnings, hvort sem það hefur verið til bæjarins, fyrirtækja, félagasamtaka eða einstaklinga. Þá hefur félagið fengið arf, dánargjafir og verðlaunagripi frá einstaklingum sem hafa myndað tengsl við okkur á árum, t.d. einstaklingar sem hafa orðið fyrir hjartaáföllum.“

Þegar þeir Jósep og Pröstur voru spurðir um hvað væri framundan hjá félaginu sögðu þeir að það væru engin stór stökk. Hins vegar væri ætlunin að víkka starfsemina út og væru menn að horfa til vetraríþróttanna. Félagið hefur fengið gefins sérstakar gerðir af skauta- og skíðasleðum sem henta vissri tegund af fötlun.

„Núna þegar ákveðið hefur verið að Akureyri verði miðstöð vetraríþróttta í landinu hlýtur það einnig að eiga við um vetraríþróttir fatlaðra,” sagði Pröstur.

nota tölvur til samskipta. Engu að síður hef ég séð fatlaða einstaklinga sem hafa lokað sig alfarið af og virðast ekkert sjá nema svartnætti framundan,” sagði Jósep.

Pröstur sagði að góður árangur fatlaðra íþróttamanna hefði haft geysilega mikið að segja. Strax á fyrstu árum íþróttu fatlaðra hefðu komið fram einstaklingar sem hefðu skarað fram úr. Síðan hefði verið jafn stígandi í þessu og árangurinn hreint og beint ótrúlegur. Það hefði orðið til þess að íþróttir fatlaðra ættu mikinn meðbyr hjá þjóðinni.

„Árangur fatlaðra íþróttamanna er í mörgum



Íþróttafélagið Eik, Akureyri

Íþróttafélagið Eik á Akureyri var fyrsta íþróttafélagið hér á landi sem var sérstaklega stofnað fyrir þroskahefta íþróttamenn. Það var stofnað 16. maí 1978 og voru stofnfélagar 86. Tilgangur félagsins var að veita andlega fötluðum einstaklingum möguleika á þátttöku í íþróttum.

Margrét Rögnvaldsdóttir, íþróttakennari, var helsti hvatamaðurinn að stofnun félagsins og naut hún dyggrar aðstoðar Sigurðar Magnússonar, framkvæmdastjóra ÍSÍ, við undirbúninginn. Margrét var kjörin fyrsti formaður félagsins en auk hennar áttu sæti í fyrstu stjórn Guðríður Bergsveinsdóttir, Svanfríður Larsen, Aðalheiður Pálmadóttir og Pétur Pétursson.

Núverandi formaður Eikar er Haukur Þorsteinsson. Hann á sjálfur þroskaheftan dreng sem hefur iðkað íþróttir frá því hann var kornungur.

„Hann er mongolíti. Þegar hann var kornungur byrjaði hann að æfa boccia og eignaðist sína vini m.a. í gegnum íþróttirnar. Íþróttir hafa gífurlega mikið gildi fyrir þetta fólk. Félagslegi þátturinn og allt annað sem fylgir þessu, æfingarnar, ferðalögın og mótin eru mjög mikils virði,“ sagði Haukur.



Frá Íslandsmótinu 1998.



Stofnfundur Eikar 16. maí 1978.

Hann segir að ferðalögin sýni best hversu mikið íþróttirnar hafa haft að segja fyrir þroskahefta.

„Það má eiginlega segja að þeir hafi ekki kunnað að ferðast. Þegar við vorum að fara í fyrstu ferðirnar var augljóst að flestir þessir einstaklingar komu úr mjög einangruðu umhverfi. Þetta hefur gerþreyst. Nú eru þeir orðnir mjög sjóaðir í ferðalögum. Það sama má segja um þegar þeir koma saman til að skemmta sér, eins og í lokahófunum hjá Eik. Þá skemmta þeir sér konunglega og fá feikilega mikla ánægju út úr þessu.“

Sumarið eftir að Eik var stofnuð efndi félagið til leikja- og íþróttanámskeiða sem 39 manns sóttu. Félagið stóð einnig fyrir eigin móturnum, var með jóla- og pásksamót. Þá stóð Eik fyrir keppnisferðum víða um land og sendi unglunga í æfingabúðir í öðrum landshlutum. Samvinna var höfð við Björk í Reykjavík um kynnis- og keppnisferðir hjá félögnum.

Árið 1980 tók Eik í fyrsta skipti þátt í Íslandsmóti fatlaðra. Félagið sendi þrjá keppendur á mótið og varð Anna Ragnarsdóttir í 1. sæti í 25 m bringusundi. Árið 1983 stóð Eik, ásamt ÍFA og Kiwanisklúbbnum Hæng, í fyrsta skipti að Hængsmótinu og tókst það svo vel að það hefur verið árlegur viðburður síðan. Félagið hefur einnig sent keppendur utan. Árið 1981 sóttu félagar úr Eik „Vivilleikana“ í Noregi. Árið 1985 tók einn keppandi frá Eik þátt í vetrarleikum Stui



Haukur
Porsteins-
son for-
maður
Eikar.

í Noregi og keppti hann á gönguskíðum. Þeir hafa einnig tekið þátt í Heidelberg-leikunum í Þýskalandi (1986). Árið 1988 var keppt í boccia á vina-bæjamóti í Álasundi. Sama ár sótti Aðalsteinn Friðjónsson heimsleika þroska-heftra í Svíþjóð og keppti í sundi og frjálsum íþróttum. Árið eftir fór einn keppandi á Evrópuleika Special Olympics í Skotlandi og 1995 fóru tveir keppendur á alþjóðasumarleika Special Olympics í New Haven í Bandaríkjunum.

Á vegum Eikar hefur verið starfandi blakdeild eldri kvenna og hafa þær staðið sig mjög vel, margoft orðið Íslandsmeistarar í sínum aldursflokk, 25 ára og eldri.

Ýmis félög og félagasamtök hafa styrkt Eikina. Þar ber fyrst að nefna Kiwanisklúbbinn Kaldbak en tveir félagar úr honum eiga ætíð sæti í stjórn félagsins. Auk hans hefur félagið fengið mikinn stuðning frá Styrktarfélagi van-gefinna og Foreldrafélagi barna með sérþarfir.

Haukur sagði að starfið hjá félagini væri í mjög föstum skorðum en hins vegar væri áhyggjuefní hversu lítil endurnýjun ætti sér stað hjá yngra fólkinu.

„Þarna er eitthvað óeðlilegt á seyði. Það virðist ekki hafa verið unnið nógu markvisst að því að kynna okkur fyrir unga fólkinu. Við höfum því ákveðið að gera átak á því sviði. Því miður er ástæðan ekki sú að þroskaheftum hafi fækkað. Börnin eru nú mun meira heima hjá sér en ekki á stofnunum eða í sambýlum eins og áður fyrr. Því þarf að hafa mun meira fyrir því að ná til þeirra. En það er verkefni sem verður að vinna því að íþróttastarfsemin hefur svo óskaplega mikið gildi fyrir þessa einstaklinga og það langt umfram sjálfa íþróttaiðkunina. Íþróttirnar byggja upp þroska einstaklinganna. Andlega og félagslega hliðin á þessu starfi verður seint ofmetin.“



Alexander Harðarson, ÍFR, keppir í hjólastólaakstri á norræna barna- og unglingamótinu 1997.



Kristjana Jóns-dóttir þjálfari ÍFR aðstoðar Elsu Stefáns-dóttur við að fara ofan í sund-laugina.



Íþróttafélagið Björk, Reykjavík

Íþróttafélagið Björk í Reykjavík var stofnað 12. júní 1978. Fyrsti formaður þess var Sonja Helgason en núverandi formaður þess er Helga Hjörleifsdóttir, þroskaþjálfí, sem starfar í Lyngási. Helga tók við formennsku í félagini árið 1993 en þá hafði starfsemin legið niðri um nokkurt skeið.

Það voru stofnanir Styrktarfélags vangefinna, Bjarkarás, Lyngás og Lækjarás, sem stóðu að stofnun félagsins og var Sonja eldhuginn á bak við það en hún hafði starfað í nokkur ár við leikfimi- og sundkennslu við Bjarkarás og Lækjarás. Var hún með leikfimi tvisvar í viku og lagði mikið upp úr líkamlegri hreyfingu.

Sólveig Guðmundsdóttir þroskaþjálfí í Bjarkarási var í fyrstu stjórn félagsins. Hún segir að starfsemi félagsins hafi aðallega miðast við fullorðna einstaklinga í Bjarkarási fyrstu árin.

„Þeir þurftu vissulega mjög mikla hvatningu til þess að taka þátt í íþróttastarfini en þátttakan varð mjög almenn strax fyrstu árin og skráðu langflestir sig í félagið. Við vorum með mjög fjölbreytta starfsemi á vegum félagsins. Við fórum mikið í göngutúra í nágrenni Bjarkaráss og var aðstandendum boðið að koma með. Þessir göngutúrar voru mjög vinsælir. Þá var æft sund í lauginni við Bjarkarás og ég minnist þess að þegar við tókum fyrst þátt í sundmóti í Sundhöllinni í Reykjavík urðu við-brigðin svo mikil fyrir okkar fólk að sumir lögðu ekki í laugina, enda hægt að botna alls staðar í okkar laug. Í nokkur ár vorum við með að-stöðu í Öskjuhlíðarskóla og æfðum þar leikfimi, boccia og frjálsar íþróttir auk bolta-leikja. Einnig vorum við um tíma í Austurbæjarskólanum og vorum m.a. með körfu-boltaæfingar þar. Þá vorum



Sólveig Guðmundsdóttir þroskaþjálfí í Bjarkarási.

**Lagt af stað
með íslenska fán-
ann í skrúð-
göngu á
íþróttadegi í
Bjarkarási.**



við með keiluæfingar og á þeim árum vorum við eina íþróttafélag fatlaðra sem var með keilu. Hún færðist síðan yfir til Aspar. Þetta gekk allt út á að efla hreyfingu fólksins og ég efast ekki um að þetta hafi haft jákvæð áhrif. Þarna vorum við að gera eitthvað annað en að vinna saman.“

Hvað með þjálfaramál?

„Við sem vorum í stjórn félagsins vorum virkust í þjálfuninni, auk þess sem Sonja Helgason var með leikfimitíma en hún var mjög hvetjandi í þessu starfi. Þetta var allt meira og minna í sjálfboðavinnu. Við vorum að öll kvöld og allar helgar og lögðum rosalegan tíma í þetta aukalega. Eina skiptið sem við fengum þjálfara utan að var eftir að Bjarkarás fór í hóperð til Mallorka 1979. Þar kynntumst við Jóhanni Inga Gunnarssyni þjálfara og hann tók að sér þjálfun hjá okkur í eitt ár í framhaldi af þeirri för. Annars vorum við meira og minna með þetta sjálf og sóttum m.a. námskeið í þjálfun til þess að vera betur í stakk búin til þess að takast á við verkefnið. Þegar maður er sjálfur á kafi í íþróttum og veit hvað þær eru góðar er eðlilegt að maður reyni að fá aðra í þær líka. Það var mikið á sig lagt til að reyna að fá þá, sem vilja aldrei gera neitt annað en sitja á sínum rassi og éta, til að iðka íþróttir.“

Tók félagið þátt í mótmum á þessum árum?

„Já, eiginlega frá byrjun. Við tókum þátt í Íslandsmótmum og seinna Hængsmótinu. Þá tókum við þátt í sundmótmum og einnig ýmsum uppákomum í tengslum við íþróttir fatlaðra. Við vorum t.d. með á íþróttahátíð ÍSÍ árið 1980. Þá sóttum við íþróttabúðir yfir sumartímann. Vorum í hálfan mánuð á Stóru-Tjörnum fyrir norðan með öðrum íþróttafélögum. Seinna fórum við svo í íþróttabúðir Sigurðar Guðmundssonar í Borgarfirði. Þetta þótti þeim mjög gaman. Þarna eignuðust þau nýja vini og jafnvel kærustur eða kærasta þannig að þetta var hin mesta skemmtun fyrir þau. Þá má nefna að á hverju vori vorum við með sérstakan íþróttadag í Bjarkarási. Þá var keppt á milli deilda og kynja í handbolta, fótbalta og hjólböruakstri og starfsfólkið tók einnig þátt í keppninni. Þetta byrji-

aði með skrúðgöngu þar sem gengið var undir íslenska fánanum og var allt gert til þess að hafa þetta sem fjölbreyttast. Íþróttadagurinn endaði svo á því að boðið var upp á eitthvað gott með kaffinu. Nú erum við reyndar með íþróttadag sem er sameiginlegur með Lækjarási og barnaheimilinu Læk sem er fyrir starfsfólk Styrktarfélagsins. Við keppum m.a. í handbolta og svo er grillað.“

Hvenær fór að halla undan fæti hjá féluginu?

„Pað var um miðjan níunda áratuginn. Reyndar má segja að það hafi verið eftir að Ösp var stofnuð. Þá fóru nokkrir frá Bjarkarási að æfa með henni. Við hins vegar einbeittum okkur að boccia og keilu en það fjaraði síðan út líka.“

Starfsemi Bjarkar lagðist svo alfarið af og lá niðri í nokkur ár. Það var svo árið 1993 að félagið var endurvakið og þá undir formennsku Helgu Hjörleifsdóttur en hún hafði þjálfað Björkina í boccia með Sólveigu áður.

Helga segir aðdragandann að því að félagið var endurvakið vera þann að nokkrir drengir í Lyngási æfðu boccia og til að geta tekið þátt í mótmum þurftu þeir að vera í íþróttafélagi innan ÍF. Árið eftir sóttu þeir bæði Reykjavíkurmót og Íslandsmót í boccia en vegna manneklu varð ekkert framhald á því.

„Strákarnir höfðu mjög gaman af þessu og sakna þess að æfa ekki lengur. Það vantar fólk til að koma að rekstri félagsins. Aðstand-endur eru tilbúnir að sinna þessu að vissu marki en það nægir ekki. Fólk er ekki jafn viljut að leggja á sig sjálfboðavinnu og áður. Ég get alveg séð það fyrir mér að starfsemi Bjarkar komist í gang aftur en til að hægt sé að greiða fyrir þjálfunina þarf fjármuni,“ sagði Helga.



Helga Hjörleifsdóttir formaður Bjarkar.



Nokkrir félagar í Íþróttafélaginu Björk árið 1994.

Íþróttafélag heyrnarlausra, Reykjavík



Íþróttafélag heyrnarlausra var stofnað 3. apríl 1979. Stofnfundurinn var haldinn í félagsheimili heyrnarlausra á Skólavörðustíg. Þrjátíu manns mættu á fundinn og var Sigurður Magnússon fundarstjóri. Hann aðstoðaði við gerð félagsлага ÍFH en í annarri grein þeirra segir að tilgangur og markmið félagsins sé að efla útvist og íþróttaiðkanir fyrir heyrnarlausa með æfingum, námskeiðum og keppni.

Fyrstu stjórn félagsins skipuðu Tadeusz Jón Baran formaður, Jón G. Ragnarsen varaformaður, Rafn Einarsson gjaldkeri, Matthías Rúnarsson ritari, Berglind Stefánsdóttir varagjaldkeri og Magnús Sverrisson vararitari.



Ragnheiður Porgilsdóttir formaður ÍFH á skrifstofu félagsins.

Núverandi formaður ÍFH er Ragnheiður Porgilsdóttir. Hún hefur átt sæti í stjórn frá árinu 1991 fyrir utan eitt ár, 1995, er hún dvaldist í Svíþjóð. Hennar fyrstu kynni af íþróttastarfi fatlaðra voru að árið 1981 var hún valin til að fara á vegum ÍF á norrænt barna- og unglingamót þar sem hún keppti í sundi, borðtennis og frjálsum íþróttum, „eða í öllu sem var í boði“, eins og hún segir sjálf. Hún fór svo aftur á norrænt barna- og unglingamót árið 1983 og æfði fyrir mótið með Öspinni.

Það var svo árið 1986 að Ragnheiður fór að æfa handknattleik með Íþróttafélagi heyrnarlausra en þann veturn voru handknattleiksæfingar fyrir kvenfólk.



Íslensku þáttakendurnir á 18. heimsleikum heyrnarlausra sem haldnir voru í Kaupmannahöfn 13. - 26. júlí 1997.

„Við vorum hins vegar svo fáar að handbolti kvenna lognaðist út af.“

Ragnheiður var alltaf í tengslum við Íþróttafélag heyrnarlausra og árið 1991 var hún beðin að gerast ritari í stjórn þess.

„Árið 1993 komst ég í kynni við keiluna og tók þátt í bikarmóti í keilu fyrir heyrnarlausa. Eftir það hef ég verið föst í keilunni.“ Ragnhildur er margfaldur bikar- og Íslandsmeistari í keilu fyrir heyrnarlausa og hefur staðið sig vel á móti um erlendis, vann t.d. silfur á Evrópumeistaramóti 1994 og gull í einstaklingskeppni kvenna á Norðurlandamóti 1995. Ragnhildur æfir og keppir hér heima með félagi sem kallast Afturgöngurnar.

Innan ÍFH eru starfandi tvö íþróttafélög, annars vegar handknattleiksfélagið Ögri og hins vegar keiluklúbburinn Ernir.

Áður en Íþróttafélag heyrnarlausra var stofnað 1979 hafði FH-ingurinn Svanhvít Magnúsdóttir þjálfað hóp heyrnardaupra í handknattleik. Árið 1981 var svo Íþróttafélagið Ögri stofnað innan Íþróttafélags heyrnarlausra. Ögri tók strax sama ár þátt í 3. deild Íslandsmótsins í handknattleik og hefur gengi liðsins verið þokkalegt. Ári seinna, 1982, tók ÍFH þátt í Norðurlandameistaramóti heyrnarlausra í handknattleik í Bergen. Liðið varð í neðsta sæti á mótinu. Vorið 1987 tók félagið þátt í Evrópumeistaramóti heyrnarlausra í handknattleik sem haldið var í Kaupmannahöfn. Enn vermdi liðið neðsta sætið. Um haustið sama ár tók Ögri þátt í alþjóðlegu móti heyrnarlausra sem einnig var haldið í Kaupmannahöfn. Nú fór liðið hins vegar með sigur af hólmi og á Norðurlandamótinu í handknattleik, sem haldið var í Reykjavík árið eftir, varð liðið í öðru sæti. Sama

**Norður-
landameist-
arar í hand-
knattleik
heyrnar-
lausra í
Álaborg í
Danmörku
1994.**



ár tók ÍFH þátt í alþjóðlegu handknattleiksmóti í Lübeck í Pýskalandi og tapaði fyrir Þjóðverjum og Svíum en sigraði Dani. Árið 1991 var Evrópumeistaramót heyrnarlausra í handknattleik haldið í Lübeck og gekk liði ÍFH mjög vel þar, sigraði alla mótherja í riðlakeppninni og lék við Þjóðverja um Evrópumeistaratitilinn. ÍFH tapaði þeirri viðureign og varð í öðru sæti á mótinu. Árið 1992 urðu Íslendingar svo Norðurlandameistarar á móti sem haldið var í Svíþjóð og ári seinna vann Ögri fjögurra landa móti sem haldið var í tengslum við 100 ára afmælishátið Oslo Döve Sportsklub. ÍFH varði svo Norðurlandameistaratitilinn í handknattleik á móti í Danmörku 1994. Á Evrópumeistaramótinu 1995, sem haldið var í Reykjavík, varð ÍFH í fjórða sæti og á heimsleikunum 1996 í fimm-ta sæti.

Keiluklúbburinn Ernir var stofnaður árið 1988 af nokkrum heyrnarlausum einstaklingum sem höfðu æft keilu saman. Keiluklúbburinn gerðist síðan aðili að Íþróttafélagi heyrnarlausra árið 1991. Keiluliðið hefur staðið sig vel á mótum erlendis. Eins og fyrr sagði hefur Ragnheiður verið þar í fararbroddi með gull á Norðurlandamóti 1995 og silfur á Evrópumóti auk þess sem hún komst í úrslit á heimsleikunum 1996. Þá hefur keiluliðinu einnig vegnað vel í tvímenningi og í liðakeppni kvenna.

Strax í byrjun var mikil áhersla lögð á barna- og unglingsastarf. Sama ár og Íþróttafélag heyrnarlausra var stofnað, 1979, tóku fimm heymarlaus börn þátt í norrænni Íþróttahátið í Kaupmannahöfn ásamt öðrum fötluðum börnum frá Íslandi. Þau kepptu í sundi og frjálsum íþróttum. Árið 1981 var svo haldið íþróttamót fatlaðra barna í Ronneby í Svíþjóð og fóru fimm heyrnarskert börn frá Íslandi á mótið.

Auk þess sem áður hefur verið talið upp hafa einstaklingar innan ÍFH æft með öðrum liðum. Tvær stúlkur, þær Hjörðís Anna Haraldsdóttir og Heiðdís Dögg

Eiríksdóttir, hafa æft sund með Ægi og unnið til fjölda gull- og silfurverðlauna á Norðurlandamótum barna og unglings. Árið 1996 unnu þær fimm gull og fimm silfur á Norðurlandamótinu. Heiðdís náði 5. sæti í 400 m skriðsundi á heimsleikunum sama ár og Hjörðís komst í B-úrslit.

ÍFH gerðist aðili að Alþjóðasambandi heyrnarlausra, CISS, á þingi þess sem haldið var í tengslum við vetrarheimsleika heyrnarlausra í Madonna Di Campiglio á Ítalíu árið 1983.

Í dag eru virkir félagsmenn í ÍFH 58 talsins. Félagið hefur í samstarfi við Vesturhlíðarskólan styrkt nemendur til að sækja æfingar hjá öðrum félögum. Nú eru 30 nemendur í skólanum og er unnið að því að þeir geti sótt æfingar hjá einhverju einu félagi og haft túlk með sér.

„Við erum staðráðin í að halda áfram á þessari braut enda gefa íþróttirnar mikil bæði félagslega og líkamlega. Við höfum mikinn áhuga á að fjölga íþróttagreinum hjá okkur. Vandinn er að ná til fólksins. Það er fullt af heyrnarskertu fólk sem gæti tekið þátt í starfinu en við vitum bara ekki hvar það er,“ sagði Ragnheiður að lokum.



ÍFH hefur oft verið sigursælt í Nýárssundinu. Árið 1995 urðu þær Hjörðís Anna Haraldsdóttir, Hanna Kristín Jónsdóttir og Heiðdís Dögg Eiríksdóttir, allar úr ÍFH, í þremur efstu sætunum. Með á myndinni er heiðursgestur mótsins, Ingibjörg Sólrún Gísladóttir borgarstjóri Reykjavíkur.



Félagar úr Ösp á Íslandsmóti.



Íþróttafélagið Ösp, Reykjavík

Íþróttafélagið Ösp í Reykjavík var stofnað í Valhöll á Þingvöllum 18. maí 1980. Það var stofnað í samvinnu foreldra og kennara Öskjuhlíðarskóla og Íþróttasambands fatlaðra. Stofnfélagar voru 152 talsins. Ólafur Ólafsson

formaður Aspar segir að félagið hafi upphaflega verið stofnað að frumkvæði Íþróttasambands fatlaðra. Prátt fyrir að félagið væri stofnað í kringum Öskjuhlíðarskóla hefur það alla tíð verið opið öllum eins og lög ÍSÍ gera ráð fyrir. Núna er fólk alls staðar að af höfuðborgarsvæðinu í féluginu.

„Hins vegar störfum við áfram mikið í tengslum við Öskjuhlíðarskólann og reynum að halda sem nánustum samskiptum við hann, enda er stofninn í féluginu þaðan,“ sagði Ólafur.



Ólafur Ólafsson formaður Aspar.



Félagar úr Ösp taka við bikar.

Til að byrja með lagði félagið stund á boccia, sund og frjálsar íþróttir. Það hafði aðstöðu í kjallara Öskjuhlíðarskóla og í íþróttahúsinu í Hlíðaskóla. Sundið var æft í Sundhöll Reykjavíkur og Sundlaug Sjálfsbjargar. Félagið gekk fljóttlega í Sundráð Reykjavíkur til að eiga jafnan rétt á við önnur félög til æfinga í Sundhölliinni.

Þjálfaramál hafa verið með miklum ágætum allt frá stofnun félagsins og hafa þjálfararnir verið mjög vel menntaðir íþróttakennrarar.

Nú eru virkir félagar sem sækja æfingar um 130 talsins en samkvæmt félagskrá eru um 170 manns í Ösp.

Nýjar greinar hafa bæst við, borðtennis, fótbolti, holhokkí, lyftingar og keila.



Sundstjörnurnar Katrín G. Sigurðardóttir, Sigrún Huld Hrafnssdóttir, Guðrún Ólafsdóttir og Bára B. Erlingsdóttir.



Ólafur Ólafsson formaður Aspar og Sólveig Svavarssdóttir formaður Viljans frá Seyðisfirði á Íslandsmóti fatlaðra 1998. Bolirnir sem þau klæðast eru gefnir af Hótel Sögu sem hefur undanfarin ár gefið þáttakendum í Íslandsmótinu slíkar treyjur.



Asparfélagar á Íslandsmótinu á Selfossi 1997.

Fótboltinn og hokkíð eru æfð í Íþróttahúsi Hlíðarskóla en boccia er æft í Íþróttahúsi fatlaðra í Hátni og eru þáttakendur um 60 talsins. Auk þess eru lyftingar og þrekþjálfun stundaðar þar. Keilan er svo í Keiluhöllinni í Öskjuhlíð. Vandamál-ið við hokkí og fótbalta er að hér á landi hefur Ösp engan til að keppa við. Hins vegar hefur félagið kept í þessum greinum erlendis.

Ösp hóf strax þáttöku í mótm. Fyrsta mótið sem Asparmenn sóttu var Íslandsmót fatlaðra í boccia í Vestmannaeyjum árið 1981. Sama ár sótti hópur félaga í Ösp í fyrsta skipti móti erlendis en það var barna- og ungleingamót í Ronneby í Svíþjóð.

Félagar í Ösp hafa síðan gert garðinn frægan erlendis. Þar hefur þríeykið Sigrún Huld Hrafnasdóttir, Bára B. Erlingsdóttir og Guðrún Ólafsdóttir boríð af.

„Pær rótuðu að sér verðlaunum á ólympíumóti þroskaheftra í Madrid á Spáni 1992 og voru mótmáldarar orðnir þreyttir á þjóðsöngnum okkar. Sigrún fékk þá 12 gull og af 14 þjóðum var Ísland í þriðja sæti með fjölda verðlaunapeninga. Þetta var hápunkturinn á ferlinum. Síðan hafa aðrar þjóðir vaknað til meðvitundar um að þroskaheftir eigi möguleika á að skara fram úr og því hefur samkeppnin harðnað. Árangur á við Madridleikana er tæpast mögulegur nú en þetta var geysileg lyftistöng fyrir félagið og fatlaða í landinu. Öll umfjöllun fjölmíðla um mótið og árangur okkar fólks hafði mikið að segja. Sigrún Huld var kjörin Íþróttamaður



Krakkar úr Ösp stilla sér upp til myndatöku.

Reykjavíkur í kjölfarið en hún var alls kjörin íþróttamaður fatlaðra fjórum sinnum, síðast árið 1994. Nú er Bára ein eftir af þríeykinu, hinar hafa dregið sig út úr sundinu og eru komnar í aðrar greinar sem krefjast ekki jafn mikillar þjálfunar og líkamlegs álags,“ sagði Ólafur.

Hann sagði að mikil breyting hefði átt sér stað þegar grunnskólinn var færður til sveitarfélaganna.

„Eftir flutninginn er mikið um að þroskaheftir séu settir í sérdeildir í almennum skólum og því er erfiðara fyrir íþróttafélagið að ná til þeirra. Sérkennarar gera sér e.t.v ekki grein fyrir þeim möguleikum sem felast í íþróttunum fyrir krakkana eins og við. Breytingin hafði það einnig í för með sér að nú koma verr hæfir nemendur í Öskjuhlíðarskólann en áður. Til að vekja athygli á starfsemi félagsins höfum við haldið íþróttadag árlega í Íþróttahúsi ÍFR þar sem við kynnum starfsemina. Þá stendur einnig til að senda öllum skólum bréf og bjóða upp á kynningu á féluginu hjá foreldrafélögum og sérkennurum.“

Prátt fyrir þessa erfiðleika við að ná til yngri krakka eru Asparmenn bjartsýnir á framtíðina. „Þetta félag heldur áfram á sinni braut,“ sagði Ólafur og benti á að eldra fólkí hefði fjlögað mikið í féluginu, einkum eftir árangurinn á ólympíumótunum.

Ólafur er sjálfur faðir tveggja þroskaheftra barna, drengs og stúlk, sem nú eru reyndar orðin fullorðin. Hann segir að þau hafi fyrst stundað erfiðari greinarar eins og sund, frjálsar íþróttir og fótbalta en nú æfi þau boccia og keilu.

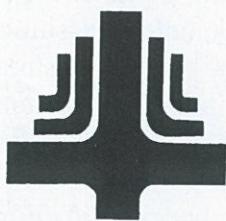
„Þetta hefur gefið okkur mjög mikið, ekki síst félagslega. Sá þáttur í starfinu verður seint ofmetinn.“



Sóley Traustadóttir í Gáska fagnar góðum árangri.



Frá Íslandsmótinu í lyftingum 1998.



Íþróttafélagið Gáski, Skálatúni

Skálatún er visheimili með sambýlum í Mosfellsbæ þar sem 48 einstaklingar búa. Þar hefur Íþróttafélagið Gáski starfað frá 1982 en það var stofnæd 10. júní það ár. Formaður félagsins er Snorri Magnússon Íþróttakennari og þroskaþjálfí.

Snorri hefur starfað við Skálatún allar götur síðan 1981, fyrst með námi en frá 1988 í fullu starfi sem sundkennari og þjálfari. Snorri var á stofnfundi Gáska 1982 en þá var Sigrún Þórarinsdóttir kjörin formaður. Hann tók svo við formennsku árið 1984 og hefur gegnt henni síðan.

„Þegar ég byrjaði hér var engin íþróttastarfsemi í gangi. Lítill útisundlaug hafði verið reist hérna 1965 og því einungis hægt að nota hana yfir sumartímann. Árlega fengu þau sem höfðu getu til þess sundkennslu í einn og hálfan mánuð á ári. Þau kunnu því flest að synda þegar ég réðst hingað og grunnurinn var því nokkuð góður. Fyrstu árin var ég bara yfir sumartímann ásamt Gígju Hermannsdóttur. Árið 1988 var svo byggt yfir sundlaugina og síðan hefur hún verið notuð allt árið um kring. Sama ár byrjaði ég í fullu starfi hér.

Allt frá stofnun félagsins höfum við lagt áherslu á sundið. Þá vorum við einnig lengi með æfingar í



Snorri Magnússon íþróttakennari og þroskaþjálfí.

frjálsum íþróttum. Starfsemi félagsins hefur þó breyst í seinni tíð. Heimilismenn voru mun yngri þegar ég hóf störf hér. Endurnýjun er lítil og nú er meðalaldurinn um 37 ár. Félagsmenn eru fyrst og fremst þroskaheftir og sumir þeirra með hliðarfatlanir og misjafnlega á sig komnir. Þetta er ólíkt flestum öðrum félögum því að iðkendur eru heimilismenn á Skálatúni og mjög lítið um að nýir bætist í hópinn. Nú erum við bara með 12 til 14 manns sem við köllum keppnishóp.

Undanfarin fjögur ár höfum við lagt höfuðáherslu á sund og boccia. Við erum með 6 til 8 manna keppnishóp í sundinu sem æfir með Aftureldingu á Varmá einu sinni til tvisvar í viku. Þessi hópur hefur staðið sig vel í sinni grein þótt ekki hafi þar verið afreksfólk sem hefur farið á ólympíumót. Þórður Árni Hjaltested hefur verið þjálfari bocciahópsins og þeirra sem stunda frjálsar íþróttir.“

Áður en Snorri hóf störf í Skálatúni hafði hann þjálfað ófatlað sundfólk í mörg ár á Akranesi, í Vestmannaeyjum og hjá sunddeild Ármanns.

„Í grunninn er munurinn á þjálfun ekki mikill. Þetta snýst um það sama. Það var hins vegar fljótt ljóst að framfarir tóku lengri tíma og það var erfiðara að fá þessa einstaklinga til þess að hlýða tilmælum. Þá þurfti að kenna þeim keppnisskap. Það kom ekki ósjaldan fyrir ef einhver þeirra var á undan hinum að hann hægði á sér til að bíða eftir þeim sem á eftir voru. Þeir kölluðu jafnvel til þeirra sem þeir voru að keppa við, drífðu þig, drífðu þig. Ég þurfti því að kenna þeim að halda áfram í stað þess að bíða eftir keppnisfélögunum.“



Æft í sundlaug Skálatúns.



Keppendur
Gáska á
Íslandsmót-
inu 1998.

Pegar félagið hafði verið stofnað hófum við að æfa markvisst og byggja upp keppnishóp. Við völdum úr keppendur til að taka þátt í móturnum ÍF en fyrsta mótið sem við tókum þátt í var Íslandsmótið 1983. Síðan höfum við verið mjög dugleg við að sækja öll mótt á vegum ÍF. Þá hafa keppendur frá okkur farið á mótt erlendis, í Danmörku, Noregi, Finnlandi, Færeyjum, Þýskalandi, Bandaríkjunum og Ile of Man og oftart en einu sinni til sumra af þessum löndum. Hópurinn hefur hins vegar ekki farið allur í keppnisferðir erlendis, en við höfum aftur á móti farið utan með alla íbúa Skálatúns í sumarbúðir.

Við höfum átt Íslandsmeistara í einstaka greinum í frjálsu sundi þótt ekki hafi verið hjá okkur afreksfólk á heimsmælikvarða. Proskaheftum má skipta í tvennt og er þá miðað við kennsluhæfni. Þeir sem eru kennsluhæfir fara í Öskjuhlíðarskóla en hinir í þjálfunarskóla. Andleg geta speglar einnig líkamlega getu og hæfni í íþróttum og á það jafnt við um keppnisskap og færni. Okkar fólk hefur allt sótt þjálfunarskóla utan einn sem hefur verið í Öskjuhlíðarskóla þannig að það er ekki við því að búast að við eignumst slíkt afreksfólk.“

Snorri sagði að íþróttaiðkunin hefði haft mikil áhrif, bæði líkamlega og ekki síður félagslega. Þar hefðu mótin mikið að segja en í Skálatúni hefði alltaf verið lögð mikil áhersla á að sem flestir tækju þátt í þeim.

„Þau eiga núna vini og kunningja út um allt land. Við sækjum árlega æfingabúðir ÍF á Laugarvatni en þær hafa verið geysilega mikilvægur þáttur í sambandi við félagsleg tengsl þessara einstaklinga. Þau tengsl eru alltaf rifjuð upp og efld á hverju móti. Sjálfur hef ég haft mjög mikla ánægju af þessu starfi. Í mínum huga er þetta fyrt og fremst skemmtilegt starf.“

Fyrsta stjórn Hlynur: Guðmundur Jensson, Elísa Þorsteinsdóttir, Kristján Sigurmundsson, Hans-ína Jendóttir, Halldór B. Jónsson og Elísabet Ólafsdóttir.



Íþróttafélagið Hlynur, Kópavogshæli

Íþróttafélagið Hlynur á Kópavogshæli var stofnað 14. júní 1983. Það voru starfsmenn hælisins sem stofnuðu félagið í samvinnu við Íþróttasamband fatlaðra og var tilgangur þess að veita vistmönnum möguleika á að stunda íþróttir. Engin starfsemi hefur verið hjá Hlyn að undanförnu þar sem Kópavogshæli er hætt að starfa og vistmenn þar komnir annað. Að undanförnu hafa átt sér stað viðræður á milli Íþróttasambands fatlaðra og UMSK um að Hlynur verði starfræktur áfram og þá sem íþróttafélag fatlaðra í Kópavogi en þar hefur ekki annað íþróttafélag fatlaðra starfað.

Hlynur Guðmundsson, rekstarhagfræðingur, var einn af starfsmönnum hælisins þegar íþróttafélagið var stofnað og var félagini gefið nafn hans. Hlynur hafði áður komið að íþróttastarfi fatlaðra á Sólheimum í Grímsnesi, hjá Björk og í Tjaldanesi. Hann stundaði nám í Íþróttakennaraskólanum að Laugarvatni og hóf kennslu á Sólheimum árið 1978. Hann lauk þó aldrei námi því að hann lenti í íþróttaslysi og var viðloðandi sjúkrahús í þrjú ár. Prátt fyrir að hann lyki ekki námi hélt hann áfram að starfa við íþróttakennslu og þjálfun. Árið 1982 hóf Hlynur störf á Kópavogshælinu.

„Þegar ég hóf störf á Kópavogshæli var ekkert íþróttastarf á staðnum en hins vegar öll aðstaða fyrir hendi. Þarna var lítill íþróttasalur og sundlaug og umhverfi hælisins hentaði vel til útiþróttaiðkana. Þessi aðstaða var nýtt til annars en íþróttastarfs. Þótt vistmenn færði í sund var það ekki eftir neinni sérstakri stundaskrá og skipulagðar æfingar því ekki neinar. Eitt fyrsta verk mitt var að taka upp skipulagðar æfingar í sundi og öðrum íþróttum. Þá kom strax upp umræða um að stofna sérfélag fyrir íbúana. Það var strax ljóst að íþróttastarfið kom

mjög vel út fyrir einstaklingana og því varð ekki aftur snúið. Hins vegar varð að stefna að þessu hægt og bítandi því að þeir sem dvöldu á Kópavogs-hælinu voru margir mjög erfiðir. Reyndar gátu mjög margir þeirra ekki tekið þátt í íþróttum en á meðal þeirra sem gátu stundað íþróttir var þátttakan mjög almenn. Ég var aldrei með fleiri en 3 - 4 samtímis á sundæfingu og yfirleitt voru aðrir starfsmenn til aðstoðar, einkum ef erfiðir einstaklingar voru í hópnum.

Auk sundsins æfðum við ýmiskonar boltaleiki, boccia og frjálsar íþróttir. Frjálsu íþróttirnar og boltaleikirnir voru æfð bæði úti og inni. Við hófum strax að sækja mótt á vegum ÍF, Íslandsmótin, og auk þess mótt sem aðrir stóðu fyrir eins og Hængsmótið. Þá tókum við þátt í opinberum uppákomum eins og t.d. norrænu trimmlandskeppninni en hugfatlaðir voru mjög duglegir við þátttöku í þeirri keppni. Það var mjög gaman að fara með þeim í þessar ferðir, enda alltaf skemmtilegt í kringum þessa einstaklinga. Það gaf ótrúlega mikið að starfa með þessum krökkum en samtímis var það mjög krefjandi því að maður varð að gefa mjög mikið af sjálfum sér í starfið. Þegar ég létt af störfum sem þjálfari fatlaðra íþróttamanna, eftir tíu ár, var ég líka orðinn mjög þreyttur.“

Hlynur hætti eftir tveggja ára starf á Kópavogshæli og var starfsemi íþróttafélagsins í fullum gangi þegar hann fór en starfsmenn hælisins sáu um félagið.

„Ég er sannfærður um að íþróttirnar gerðu þessum einstaklingum mjög gott. Þeir sem starfa með þeim í lífsins leik læra einnig geysimikið um lífið almennt og ég tel sjálfan mig hafa verið heppinn að því leytinu til. Þegar ég hitti þessa krakka núna, t.d. þegar ég fer sem gestur á Íslandsmót, verða alltaf góðir endurfundir og þau muna vel eftir mér. Ég inni þau alltaf eftir því hvernig íþróttæfingum er háttáð hjá þeim. Því miður virðist þjálfun þeirra ekki jafn markviss og áður. Þau segjast fara í boccia, sund og hreyfitíma en skipulagðar æfingar virðast ekki vera fyrir hendi lengur. Það sést líka á þeim að þau eru ekki jafn létt á sér og þau voru, enda eru þau vissulega farin að eldast. Engu að síður tel ég að það að þau eru ekki jafn mikið í íþróttum og áður hafi mikið að segja um hreyfanleika þeirra.“



Hlynur Guðmundsson rekstrarhagfræðingur, einn af stofnendum Hlyns á Kópavogshæli.

Íþróttafélagið Gnýr, Sólheimum

Sesselja Hreindís Sigmundsdóttir stofnaði Sólheima í Grímsnesi árið 1930 og veitti heimilinu forstöðu til dánardags árið 1974. Á Sólheimum hófst skipulagt starf fyrir fatlaða á Íslandi en Sesselja var fyrsti Íslendingurinn sem lærði umönnun þroskaheftra. Hún stundaði nám í Sviss og Pýskalandi og hreifst af hugmyndafræði þýska heimspekinsins Rudolfs Steiner og studdist við hana í störfum sínum.

Samfélagið á Sólheimum er fyrir margar sakir mjög merkilegt. Það er fyrst sinnar tegundar í heiminum þar sem fatlaðir og ófatlaðir lifa saman eðlilegu lífi og þar er upphaf lífrænnar ræktunar á Íslandi. Sólheimar hafa fengið þá alþjóðavíðurkenningu að vera valdir í hóp 15 sjálfbærra og vistvænna byggðahverfa í heiminum. Þau mynda með sér samtök sem nefnast Global Eco-Village Network.

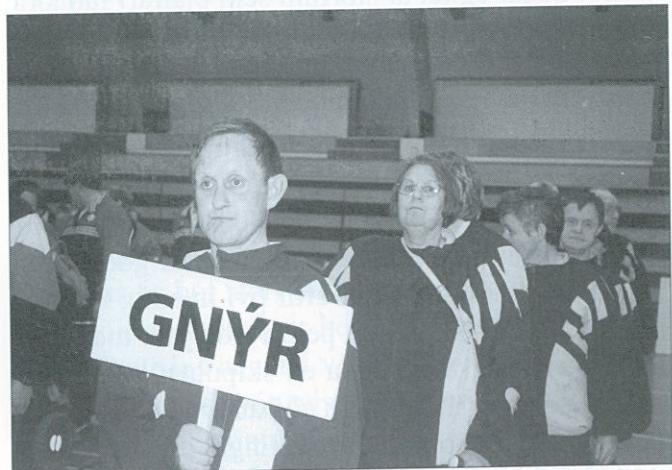
Íþróttafélagið Gnýr var stofnað 30. júní 1983. Formaður félagsins er Kristján M. Ólafsson. Hann kynntist fyrst íþróttum fatlaðra hjá Íþróttafélagi fatlaðra í Reykjavík. Þegar hann fluttist á Sólheima átta ára að aldri hélt hann áfram að æfa, fyrst með HSK en eftir að Gnýr var stofnaður gekk hann til liðs við hann.

Fjórtán manns iðka íþróttir hjá Gný. Lögð er stund á boccia, sund og frjálsar íþróttir. Þá hefur einnig verið æfður borðtennis á vegum félagsins og stendur til að endurvekja þá íþrótt.

Kristján sagði að reynt væri að sækja öll mótt sem hægt væri. Farið væri á Íslandsmótt og Hængsmót, enda væru ferðalögin það skemmtilegasta við starfið og hópurinn hefði eignast marga vini og kunningja sem gaman væri að hitta aftur á móttunum. Einnig fóru tveir einstaklingar frá Gný á alþjóðaleika Special Olympics í Bandaríkjunum.

Árangur félagsmanna á móttum innanlands hefur verið góður og hafa þeir unnið til fjölmargra verðlauna.

Aðstaðan til æfinga fyrir félagið breyttist mikið þegar íþróttahúsið var tekið í notkun. Það var byggt árið 1986 en safnað var fyrir því með Íslandsgöngu Reynis Péturs Ingvasonar. Fyrir á



Kristján M. Ólafsson formaður Gnýs fer fyrir sínu fólk í Íslandsmótinu 1998.



Árni Ragnar Georgsson, Úlfhildur Stefánsdóttir og Ágúst Þorvaldur Höskulds-son æfa fyrir landsmót ungmannafélaga. Á bak við þau standa Valgerður Pét-ursdóttir félagsmálafulltrúi og Kristján M. Ólafsson formaður Gnýs.

staðnum var sundlaug sem var byggð árið 1942 og er hituð með heitu vatni úr Sólheimahvernum.

„Íþróttirnar hafa gefið mér mjög góðan styrk, bæði líkamlega og andlega. Ég gæti ekki hugsað mér að vera án þeirra. Vissulega er töluvert stúss að vera formaður í félaginu en það er mjög skemmtilegt. Ég verð því áfram í þessu,“ sagði Kristján.

Valgerður Pétursdóttir, félagsmálafulltrúi á Sólheimum, aðstoðar við þjálfunina. Hún sagði að hún væri með hópa sem væru bæði í leikjum og æfingum. Æfingarnar væru inni á veturna en þegar viðraði væri farið út í göngu. Hún sagði að byrjað væri á því að hita upp með teyguæfingum en síðan væru hóparnir settir saman eftir getu.

Þegar vorar eru æfingarnar meira úti við og yfir sumarið er íþróttasalurinn lítið notaður fyrir utan það að bocciaæfingarnar fara þar fram en þær eru alltaf einu sinni í viku.

Sundlaugin er mikið notuð yfir sumartímann, bæði fyrir sundæfingar og vatnsleikfimi. Þá voru haldin reiðnámskeið sl. summar.

Valgerður sagðist fullviss um að íþróttirnar skiptu miklu máli fyrir íbúa á Sólheimum. Þar væri mikið um roskið fólk sem þyrfti á hreyfingunni að halda. Auk þess gæfi þetta fólkini einnig mikið andlega.

„Vissulega eru ekki allir mjög jákvæðir í upphafi en þegar þeir byrja breytist viðhorf þeirra,“ sagði Valgerður.

Íþróttafélagið Tjaldur, Tjaldanesi

Tjaldanesheimilið í Mosfellsdal tók til starfa í júní 1965. Það var stofnað af aðstandendum þroskaskertra barna og rekið sem sjálfsseignarstofnun til ársins 1976 að það var afhent íslenska ríkinu. Á heimilinu búa nú átján manns, þar af einn sem hefur búið á Tjaldanesi frá stofnun heimilisins.

Lionsklúbburinn Þór í Reykjavík hefur alla tíð stutt myndarlega við bakið á Tjaldanesheimilinu. Strax í byrjun lögðu þeir verulegar upphæðir í byggingu sundlaugar á staðnum og hafa síðan stutt heimilið með margvíslegum hætti.

22. maí 1984 var Íþróttafélagið Tjaldur stofnað en það er innan UMSK. Áður en félagið var stofnað höfðu heimilismenn stundað leikfimi og sund reglulega, auk þess sem farið var í gönguferðir.

Gyða Vigfús-dóttir forstöðuþaður Tjaldanesheimilisins segir að starfsemi félagsins hafi verið í lágmarki undanfarin ár, engar skipulagðar æfingar hafi verið og félagsmenn ekki tekið þátt í mótmum. Áður hafi heimilismenn æft boccia en þær æfingar hafi lagst af. Kemur þar margt til. Aldur heimilismanna hefur hækkað en fimm-tán ár eru síðan nýr heimilismaður fluttist að Tjaldanesi. Þá hefur framboð af allskonar afþreyingu aukist mikið og



Leikið gegn meistaraflokki Vals.



Sigurvegararnir stilla sér upp að leik loknum.



Gyða Vigfúsdóttir forstöðumaður Tjaldanesheimilisins í hópi nokkurra heimilismanna. F.v. Stefán Pór Pálsson, Trausti Eyjólfsson, Guðjón Árnason, Gyða, Kristinn Már Hafsteinsson og Erlendur Birgisson.

auk þess hafa starfsmenn haft í nágu að snúast og því ekki getað sinnt íþróttæfingum sem skyldi.

Engu að síður er um sjö manna hópur sem æfir ýmsar íþróttareinar, sund, frjálsar, leikfimi og knattspyrnu, en á hverju sumri er haldið knattspyrnumót að Tjaldanesi. Hópur heimilismanna æfir mjög stíft fyrir mótið, enda andstæðingar þeirra engir aukvisar þar sem lið frá Val heimsækir Tjaldanes árlega. Það er Lionsklúbburinn Pór sem stendur fyrir mótinu og gefur bikar og verðlaunapeninga. Að sögn Gyðu hefur meistaraflokklið Vals stundum komið en ef það hefur ekki átt heimagengt hefur annað lið frá félaginu mætt. Leikirnir eru ávallt tvísýnir en heimamenn hafa þó ætíð haft betur og eru vissulega ánægðir með það. Eftir leikinn er svo boðið til grillveislu.

Sérhvert sumar sækir svo hópur heimilismanna sumarbúðir ÍF á Laugarvatni. Fjöldi þáttakenda í sumarbúðunum hefur verið misjafn, frá fjórum til tíu, enda velja þeir sjálfir hvort þeir vilja fara á Laugarvatn eða gera eitthvað annað yfir sumarið.

Eins og fyrr sagði hefur starf Tjalds ekki verið mikið undanfarin ár en áform eru uppi um að taka aftur upp æfingar í boccia. Þá var tekin upp sú nýjung veturninn 1987-1988 að tveir til þrír heimilismenn fóru á heimaleiki Aftureldingar í Mosfellsbæ í meistaraflokki í handknattleik og mæltist það mjög vel fyrir.

Íþróttafélagið Örvar, Egilsstöðum

Örvar, íþróttafélag fatlaðra á Fljótsdalshéraði, var stofnað 8. mars 1985. Áður en til stofnunarins kom hafði verið haldinn kynningarfundur og leiðbeinendanámskeið á Egilsstöðum, styrkt af Íþróttasambandi fatlaðra. Ólafur Jensson, formaður ÍF, var gestur fundarins og gaf félaginu m.a. farandbikar, hvatningarbikar.

Á fundinum var Benedikt Þórðarson kjörinn formaður en aðrir í stjórn voru Guðmundur Þorleifsson, Hermann Nielsson, Kolbrún Marelssdóttir og Þórhildur Hilmarsdóttir. Til vara voru kjörin Stefán Þórarinsson og Ingibjörg Gísladóttir.

Í lögum Örvars segir að tilgangur og markmið félagsins sé að efla útivist og íþróttaiðkun fyrir fólk á öllum stigum fötlunar með æfingum, námskeiðum og keppni.

Núverandi formaður Örvars er Ásdís Snjólfssdóttir. Hún var flutt til Akureyrar þegar þessi bók var í vinnslu en aðrir í stjórn með henni eru Helgi Kjernested, gjaldkeri, og Sóley Guðmundsdóttir, ritari. Helgi sagði að þeir sem vinna að þessum málum væru annaðhvort aðstandendur fatlaðra eða þeir sem vinna með fatlaða og makar þeirra, en sjálfur er hann giftur Soffíu Lárusdóttur framkvæmdastjóra í málefnum fatlaðra á Austurlandi.

Mikill kraftur var í starfi félagsins fyrstu árin og var auk boccia lögð stund á frjálsar íþróttir, sund og trimm. Félagið átti m.a. kúluvarpsmeistara, Bryndísi Þórhallsdóttur. Um 1990 fór hins vegar að halla undan fæti og var svo komið 1993 að spurning var hvort leggja bæri félagið niður. Úr því varð þó ekki en

undanfarin ár hefur starfið nær eingöngu verið bundið við boccia og stunda það á bilinu 10 til 15 manns.

Fyrstu árin var æft undir umsjón íþróttakennara á íþróttavellinum yfir sumartímann og í íþróttahúsinu á veturna, auk þess sem sundæfingar voru í sundlauginni. Núna hefur boccialiðið hins vegar æfinga-



Helgi Kjernested gjaldkeri Örvars.

aðstöðu á svæðisskrifstofu fatlaðra og er þar ætíð leiðbeinandi með þeim í sjálf-boðastarfi.

Strax á fyrstu árum félagsins var lögð áhersla á þáttöku í móturnum og þegar sumarið 1985 var farið á Hængsmótið á Akureyri. Það var ekki eiginleg keppnisferð heldur meira til að kynna félagsmönnum hvernig slík mótt færð fram. Í september sama ár var hins vegar sótt alvörumót í Kópavogi og stóðu Fljótsdælingar sig með miklum ágætum. Einnig var haldd mótt að Eiðum þar sem félagsmenn kepptu innbyrðis. Þá stóð félagið einnig fyrir trimmkeppni.

Að sögn Helga Kjernested er nú megináherslan lögð á þáttöku í Hængsmótinu. Árið 1993 bauð Örvvar boccialiði Viljans til Egilsstaða til keppni og tveimur árum seinna var heimboðið endurgoldið með þáttöku Örvars í bocciamóti á 100 ára afmæli Seyðisfjarðar.

Helgi segir að bæjarfélagið hafi stutt félagið en auk þess hafi það farið í eigin fjársafnanir.



Hörður Barðal var einn af frumherjum íþróttfatlaðra á Íslandi og tók virkan þátt í undirbúningsstarfinu, bæði sem keppandi og afreksmaður. Hann var auk þess mjög virkur í félagsstarfinu, bæði hjá ÍF en ekki síður hjá sínu eigin félagi, ÍFR. Hörður var í fyrstu stjórn Íþróttasambands fatlaðra og sat í stjórn þess til ársins 1986. Á undanförnum árum hefur Hörður verið mjög iðinn við að kynna fötluðum golfíþróttina. Myndin er af Herði á golfmóti ÍF og Golfsambands Íslands.



Stofnað 29. maí 1985

Íþróttafélagið Viljinn, Seyðisfirði

Íþróttafélagið Viljinn á Seyðisfirði var stofnað 29. maí 1985. Íþróttir sem félagið stundar eru boccia, sund og frjálsar íþróttir. Félagsmenn eru 77 en einungis 7 virkir iðkendur. Formaður Viljans er Sólveig Svavarsdóttir en aðrir í stjórn eru Sigríður Björgvinsdóttir, varafirmaður, Guðmundur Gíslason, gjaldkeri, Sigríður Friðriksdóttir, ritari, og Guðlaug Vigfúsdóttir. Í varastjórn sitja Hafdís Guðmundsdóttir og Unnur Óskarsdóttir.

Sólveig Svavarsdóttir var einn af stofnendum íþróttafélagsins Viljans og hefur verið formaður þess undanfarinn áratug. Hún sagði að þegar umræðan um stofnun sérstaks íþróttafélags fatlaðra á Seyðisfirði hófst hefðu menn velt því fyrir sér hvort ekki væri réttara að stofna sérstaka deild innan Hugins, íþróttafélagsins á staðnum.

„Það varð hins vegar úr að ákveðið var að stofna sérstakt íþróttafélag og við þurfum ekki að sjá eftir því. Þótt iðkendur á vegum félagsins hafi ekki verið margir hefur árangur þeirra verið mjög góður og bæjarbúar verið afar stoltir af þeim.

Þótt Viljinn hafi aðsetur á Seyðisfirði eru iðkendur og félagar víðar að, t.d. keppir einn Vopnfirðingur, Indriði Hauksson, með félaginu þótt hann æfi í heimabyggð sinni. Þegar hann fór til Reykjavíkur til náms komum við honum



Viljamenn á Íslandsmótinu 1998.

að hjá Ösp. Þegar hann sneri aftur til Vopnafjarðar hóf hann að keppa aftur með okkur í frjálsum íþróttum, hástökki og langstökki og hefur staðið sig mjög vel. Indriði sækir flest móti, bæði heima og erlendis, og hefur unnið til margra verðlauna.

Á tímabili var starfandi sérdeild frá Viljanum við



Sólveig
Svavarsdótt-
ir formaður
Viljans.

skólann á Egilsstöðum. Þá hefur Arnar Klemensson æft með okkur þegar hann er hér á sumrin. Hann fæddist með klofinn hrygg og hefur verið í hjólastól frá fæðingu. Hann setti Norðurlandamet í kúluvarpi sem ég held að standi enn. Undanfarið hefur hann æft lyftingar og náð mjög góðum árangri þar, er m.a. Íslandsmeistari í sínum þyngdarflokk. Í ágúst 1990 fór Arnar í áheitaferð fyrir Viljann á hjólastól yfir Fjarðarheiðina. Það var mikið afrek og vakti töluverða athygli í fjölmíðlum.

Þegar við ákváðum að stofna félagið voru hér ung fötluð börn sem gerðust félagar í Viljanum og æfðu með okkur. Þegar þau komust á legg fluttust þau burt þar sem mjög erfitt er að fá þá þjónustu hér sem fatlaðir unglingsar þurfa. Sjálf tengdist ég þessu starfi þannig að sonur minn er fatlaður, en stofnfélagar Viljans voru flestir aðstandendur og fólk sem starfaði með fatlaða einstaklinga. Sonur minn var reyndar á gráu svæði, fékk að afa með félaginu en ekki keppa og flestir reiknuðu með að hann væri misþroska. Ég fór hins vegar með hann í greiningu þegar hingað kom fulltrúi frá læknaráði IPC og létt greina hann. Þá kom í ljós að hann mátti keppa á hvaða móti sem var og síðan hefur hann ekki stoppað. Hann heitir Hilmar Einarsson og þykir mjög efnilegur, bæði í sundi og frjálsum íþróttum. Honum var boðið á norrænt barna- og unglingsamót í Svíþjóð sem var byggt upp eins og æfingabúðir. Þangað var safnað efnilegum unglungum og þeim leiðbeint og bent á hvaða íþrótttagreinar þau ættu að leggja megináherslu á. Það voru engin verðlaun veitt í þessum búðum en Hilmar stóð sig mjög vel og varð í fyrsta sæti í tveimur greinum og öðru sæti í inni. Það er því ljóst að það er mikið efni í drengnum.

Það sem stendur okkur mest fyrir þrifum hér á Seyðisfirði er að sundlaugin er ekki kynt yfir veturinn. Við höfum því ekki getað verið með í sundi. Þjálfarar hafa mælt með því að Hilmar stundi sund en það er ekki hægt um vik þegar að-

stæður eru svona. Fyrir landsmótið 1997 fór hann á fjórar æfingar undir handleiðslu Unnar Óskarsdóttur sem þjálfar hjá Hugin.“

Að sögn Sólveigar eru íþróttafélögin á Seyðisfirði eins og systkini og græða þau bæði mikið á þessu góða samstarfi.

Hún segir að íþróttafélagið Viljinn hafi notið mikils og góðs stuðnings bæjar-yfirvalda og bæjarbúa og öllum fjároflunum félagsins hafi verið mjög vel tekið. Þá hefur Lionsklúbbur Seyðisfjarðar stutt vel við bakið á félagini, m.a. gengu allir félagar Lionsklúbbsins í Viljann og borga árgjald. Lionsfélagnir sækja einnig æfingar í boccia og hressa upp á liðið með nærveru sinni. Þeir hafa einnig stutt félagið þegar það hefur staðið í stórræðum, eins og þegar tveir þátttak-endur frá Viljanum tóku þátt í alþjóðaleikum Special Olympics í Bandaríkjum. Annar þeirra, Kristófer Ástvaldsson, hlaut silfur í fimmtarþraut.

Þá hefur kvenfélagið gengist fyrir sérstökum fjároflunum. Um nokkurra ára skeið var Seyðisfjörður bakaralaus og þá bökuðu kvenfélagskonur bollur á bolludaginn og seldu en ágóðinn rann allur til Viljans. Eftir að bakari hóf aftur störf í bænum lagðist þessi siður af en í staðinn voru bakaðar þúsund pönnukökur sem voru seldar 14. febrúar í fyrirtæki í bænum, en þá fagna Seyð-firðingar því að sólin nær aftur að skína í bæinn eftir fjögurra mánaða fjarveru.

Félagar í Viljanum sækja öll mótt sem þeir mögulega geta, t.d. sækja þeir bæði Íslandsmótin innan- og utanhúss í frjálsum íþróttum. Þá er farið árlega á Hængsmótið á Akureyri og á þrjú bocciamót. Fjórir keppendur í frjálsum íþróttum og sundi fóru frá Viljanum á landsmótið 1997 í Borgarnesi og komu heim hlaðnir verðlaunapeningum, með 7 gull, 2 silfur og 3 brons.

Þá má nefna að boccialiðið fór til Danmerkur með Ösp í Reykjavík. Lið Viljans vann sinn riðil, en alls voru 7 lið í riðlinum. Ferðin tók alls tíu daga og var víða komið við, m.a. í Legoland og í Safari-dýragarði. Þetta sama lið hampaði Íslandsmeistaratitli árið 1992.

Sólveig sagðist stolt af því að allir keppnismenn Viljans hefðu fengið að fara eitthvað erlendis.

**Íslandsmeistarar
Viljans í boccia
1992. Frá vinstri:
Stefán Filippus-
son, Sverrir Sig-
urösson, Magnús
Filippusson,
Kristófer Ást-
valdsson, Sigríður
María Sig-
marsdóttir og
Jóhanna Ást-
valdsdóttir.**





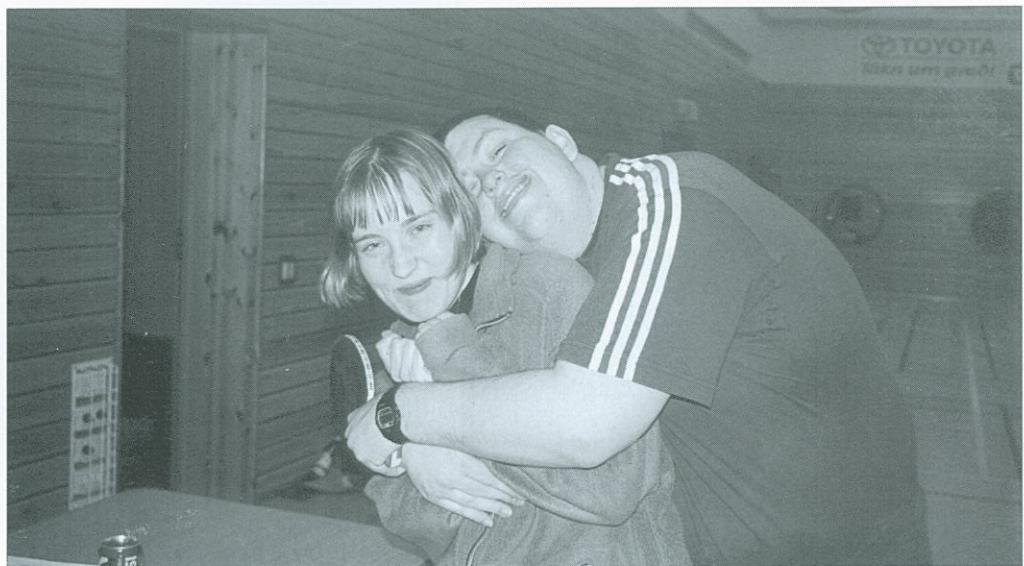
Úr áheitaferð Arnars Klemenssonar yfir Fjarðarheiði í ágúst 1990. Frá vinstri: Arnar, Klemens Sigtryggson faðir hans og Pálmi Ingólfsson þjálfari Arnars.

Pá stendur Viljinn árlega fyrir opnu jólamóti í boccia. Íbúar bæjarins búa til eigin lið og tóku 19 lið þátt í mótinu um jólin 1996. Á 100 ára afmæli bæjarins 1995 ákvað Viljinn að halda norrænt vinabæjamót í boccia. Einungis tvö lið, bæði frá Vanda í Finnland, tilkynntu um þátttöku þrátt fyrir að liðin þyrftu einungis að greiða fargjaldið hingað til lands þar sem allt annað var frítt. Þá var ákveðið að bjóða tveimur liðum frá Ösp í Reykjavík, einu liði frá Örvvari á Egilsstöðum og öðru frá Norðurlandi.

Aðstæður á Seyðisfirði til íþróttaiðkana eru því miður afar slæmar að sögn Sólveigar. Bocciaæfingarnar fara fram í íþróttahúsinu en þar eru bara tveir vellir. Það stendur þó til bóta því að áform eru uppi um að byggja nýtt íþróttahús í bænum. Þá eru aðstæður til frjálsíþróttæfinga mjög slæmar og verður að fara til Egilsstaða til að æfa stökk og kastgreinar við réttar aðstæður.

Sólveig hefur þjálfarð boccialiðið og alltaf í sjálfboðavinnu. Þá hefur hún verið fararstjóri á ferðalögum Viljans og hefur hún orðið að taka launalaus leyfi úr vinnunni til þess.

„Áður en Viljinn var stofnaður voru þessir fötluðu einstaklingar alveg félagslega einangraðir. Þeir fóru aldrei neitt og gerðu ekki neitt. Með stofnun félagsins fóru þeir að hafa mannleg samskipti. Ferðirnar voru notaðar til að skreppa í leikhús og fara út að borða. Þeir fá því mjög mikið út úr þessu. Ég skrifa reglugæða í fréttabréf bæjarins og segi fréttir af Viljanum. Íbúarnir fóru að fylgjast með og þegar í ljós kom frábær árangur íþróttafólksins urðu bæjarbúar stoltir af strákunum. Allt í einu voru þetta strákarnir þeirra.“



Brugðið á leik.



Keppt í
rennu-
boccia.



Orkubúið
hlaðið að
loknum
sundspretti.



Svanur Ingvarsson formaður Suðra.

Íþróttafélagið Suðri, Selfossi

Íþróttafélagið Suðri á Selfossi var stofnað 22. febrúar 1986. Starfssvæði þess er auk Selfoss öll Árnessýsla og Rangárvallasýsla. Félagið var stofnað í framhaldi af kynningu Íþróttasambands fatlaðra á íþróttum fatlaðra á Selfossi.

Núverandi formaður félagsins er Svanur Ingvarsson. Hann segist hafa kynnst íþróttum fatlaðra í gegnum eigin fötlun en hann lenti í vinnuslysi í september 1989 og lamaðist þá fyrir neðan mitti.

Svanur var mikill íþróttamaður fyrir slysið. Í æsku lagði hann stund á sund, leikfimi og frjálsar íþróttir en frá fjórtán ára aldri hóf hann að æfa sund eingöngu og varð keppnismaður í greininni.

„Pegar ég varð fyrir slysinu var ég hættur að keppa í sundi en engu að síður fór ég í sund nær daglega. Auk þess stundaði ég skíði yfir veturinn. Það lá því beint við að fara í íþróttirnar þegar ég slasaðist. Það er mikil endurhæfing fólgin í íþróttum og ég fékk mikla hvatningu og góðan stuðning frá ÍF. Það má segja að íþróttirnar hafi verið stökkpallur fyrir mig aftur út í lífið. Þjálfunin og ögunin við að takast á við eitthvað var þessi stökkpallur. Íþróttirnar eru einnig mjög góðar fyrir heilsuna og nægja mér sem sjúkraþjálfun.“

Félagar í Suðra eru á fjórða tug talsins en æfingar stunda um tuttugu manns. Æft er tvisvar í viku, einu sinni í sundlauginni og einu sinni í íþróttahúsinu. Yfir sumarið eru æfingar úti. Greinarnar sem iðkaðar eru hjá féluginu eru sund, frjálsar íþróttir og boccia og eru allir með í öllu að sögn Svans.

Aðstaða fyrir æfingar er góð utan að það vantar gott aðgengi í útisundlaugina. Hins vegar er færانleg lyfta fyrir innilaugina.



Íþróttafólk úr Suðra á Íslandsmótinu 1998.

boccia á Selfossi. Þátttakendur í mótinu voru 213 talsins en keppt var á 20 völlum á þremur stöðum í bænum. Sólvallaskóli var lagður undir mótneyti og gistiingi en bæjarfélagið lét mannvirki í té endurgjaldslaust, auk þess sem félagið fékk styrk frá bænum til þess að standa að mótinu.

Svanur segir að mjög vel hafi tekist til með mótið. Bæjarbúar eru almennt mjög jákvædir í garð félagsins en þeirra liðsinni þurfti til að manna dómarastöður á mótinu. Fyrir mótið fengu Suðramenn sér nýja búninga.

„Þroskaheftir fá heilmikið út úr þessu. Það má eiginlega segja að þeir lifi fyrir þetta. Það er afar gefandi að vinna með þessu fólkni enda er það mjög þakklátt fyrir allt sem gert er fyrir það. Það var t.d. stórkostlegt að fylgjast með þeim í lokahófinu eftir Íslandsmótið. Þetta eru sérfræðingar í að skemmta sér,“ sagði Svanur.

Þótt Svanur hafi æft sund eftir að hann slasaðist var það ekki með Suðra heldur landsliðinu á vegum ÍF. Þá tók hann þátt í sleðastjaki á vetrarolympíumóti fatlaðra í Lillehammer, en hann er eini Íslendingurinn sem hefur keppt í því.

Svanur segir að starfið í Suðra hafi verið mjög lítið undanfarin ár, eða þar til hann tók við formennsku í félaginu árið 1996. Eftir stjórnarskiptin hafa félagsmenn tekið þátt í Íslandsmótum á vegum ÍF og Hængsmótinu. Hápunktur starfsins var haustið 1997 þegar félagið stóð að Íslandsmótinu í



Íþróttafélagið Snerpa, Siglufirði

Íþróttafélagið Snerpa á Siglufirði var stofnað 21. nóvember 1987. Stofnfélagar voru 55 talsins. Aðdragandinn að stofnun félagsins var langur að sögn Guðrúnar Árnadóttur, formanns félagsins, en hún hefur verið með frá byrjun. Hún starfar hjá svæðisskrifstofu fatlaðra á Siglufirði og segir að sér hafi fundist vanta tómstundaiðju fyrir fatlað fólk í bænum.

Guðrún segir að upphafið af þessu hafi verið heimsókn hennar á hjálpartækjasyningu í Reykjavík þar sem hún hafi hlýtt á erindi um íþróttir fatlaðra og skoðað kynningu á starfsemi Íþróttasambands fatlaðra. Í framhaldi af því fékk hún Ólaf Jensson og Markús Einarsson frá Íþróttasambandi fatlaðra til að koma norður og kynna íþróttastarf fatlaðra fyrir heimamönnum. Kynningarfundurinn var haldinn 18. september 1985, eða tveimur árum fyrir stofnun félagsins.

Á Siglufirði er sambýli fatlaðra auk þess sem nokkrir fatlaðir einstaklingar búa úti í bæ. Ýmsar íþróttagreinar hafa verið iðkaðar á vegum Snerpu, boccia, frjálsar íþróttir og sund. Í byrjun var bogfimi iðkuð auk þess sem reglulega var farið í gönguferðir á laugardögum. Félagið er opið öllum og fyrir nokkrum árum var eldri borgurum boðin aðild og hafa þeir síðan æft boccia með félagini. Félagið hafði fyrst æfingaaðstöðu í leikfimisal barnaskólans en er nú í íþróttahúsi Siglufjarðar.



Guðrún Árnadóttir formaður Snerpu.



Snerpufélagar á Íslandsmótinu 1998.

því er að fá ráðamenn og ábyrga aðila til að kynnast fötluðu fólki. Eftir mótið bjóðum við upp á þorramat og mæta keppendur þar með maka. Oft eru þessar uppákomur tengdar fjárlögun. Við höfum t.d. haldið fyrirtækjamót í boccia þar sem hvert fyrirtæki greiðir þátttökugjald. Þessi móti hafa verið mjög vinsæl og það kemur fólki verulega á óvart hvað boccia er vandasöm íþrótt. Þá höfum við verið með kolaport þar sem við höfum selt gamla muni sem við söfnuðum saman. Aðrar fjáraflanir eru hefðbundnari, sala á jólakortum Íþróttasambands fatlaðra og SÁÁ-álfinum. Einnig höfum við staðið fyrir bingói en vinningana höfum við þá fengið hjá fyrirtækjum í bænum.

Ýmsir aðilar hafa styrkt okkur. Kiwanisklúbburinn Skjöldur sendi félaga á dómaranámskeið í boccia og þeir dæma á mótið hjá okkur. Sparisjóðurinn styrkti okkur með því að kaupa íþróttabúninga á félagsmenn. Yfirleitt má segja að það sé sama hvar niður er borið, okkur er alls staðar tekið mjög vel.“

Guðrún sagði að ferðalögini væru mjög vinsæl en félagið sækir flest móti sem í boði eru, Íslandsmótin, Hængsmótið og Special Olympics. Þá hefur einn sundmaður farið á barna- og ungingamót í Svíþjóð.

„Árangur íslenskra íþróttamanna á stórmótum erlendis hefur haft mikið að segja fyrir almenningsáliði í landinu gagnvart fötluðu fólki. Við megum samt aldrei gleyma einkunnarorðum fatlaðra íþróttamanna: Aðalatriðið er að vera með. Mér finnst starfsemi íþróttafélaga fatlaðra ekki síst hafa félagslegt gildi. Ég hef séð mjög einangrað fólk komast í skemmtileg sambond í gegnum íþróttafélögini. Það er í mínum huga mikilvægast. Ég man alltaf þegar ég kom fyrst á stórt bocciamót í Reykjavík. Það var svo hljótt þar inni að ég hélt að það ætti að hvísla þar.“

Tveir þjálfarar eru hjá féluginu, einn íþróttakennari og aðstoðarmaður hans.

Áhugi fatlaðra á starfsemi félagsins var mjög mikill að sögn Guðrúnar. Þótt íþróttir skipuðu öndvegi í starfseminni skipti félagsstarfið einnig mjög miklu máli.

„Við höfum brallað ýmislegt um dagana. Í desember 1990 héldum við fjölskylduskefntun þar sem efnt var til söngvakeppni. Porramótin eru mjög vinsæl. Þá skorum við á bæjarstjórnina í boccia en tilgangurinn með



Íþróttafélagið Ívar, Ísafirði og nágrenni

Íþróttafélagið Ívar var stofnað á Ísafirði 12. mars 1988. Það hét þá Íþróttafélag fatlaðra á Ísafirði og nágrenni. Vorið 1991 var skipt um nafn á félagini og því gefið nafnið Ívar eftir fötluðum félaga sem var þá nýlega láttinn. Félagið starfar á Ísafirði og er með aðstöðu þar í Íþróttahúsinu á Torfnesi þótt félagsmenn komi víðar að. Fyrsti formaður félagsins var Gísli Hjartarson en núverandi formaður Ívars er Harpa Björnsdóttir.

Valdemar Guðmundsson frá Bolungarvík er varaformaður Ívars. Hann segist tengjast félagini sem félagi í Lionsklúbbi Bolungarvíkur en Lionsklúbbarnir hafa stutt starfsemi Ívars mjög vel. Hann hefur setið í stjórn Ívars síðan árið 1994.

Valdemar segir að um 12 - 15 manns hafi æft frá upphafi með Ívari. Þetta hafi verið sami kjarninn allan tímann en auk þess hafi nýir félagar komið á æfingar tímabundið en hætt svo.

„Því miður er endurnýjunin mjög lítil en undanfarin tvö ár hafa eldri borgarar æft með félagini og hleypir það lífi í starfsemina.“

Ívar hefur undanfarin ár eingöngu haft boccia á dagskrá hjá sér en fyrstu árin



Valdemar
Guðmunds-
son, varafor-
maður Ívars,
staddir á
Íslandsmót-
inu í boccia í
mars 1998.



Verðlaunahafar á uppskeruhátið Ívars 1997. Fulltrúar ÍF voru þá staddir á kynningarfundi hjá féluginu og í tilefni þess var efnt til hófs.

var borðtennis einnig iðkaður. Félagsmenn taka þátt í öllum Íslandsmótum og Hængsmóti „þegar samgöngur leyfa, en við höfum ekki alltaf komist vegna veðurs,” sagði Valdemar. Félagsmenn komust t.d. ekki á Íslandsmótið í boccia 1997 vegna veðurs og fíllu þá úr fyrstu deild. Á Íslandsmótinu 1998 var félag ìð með þrjú lið í sveitakeppninni.

Ívar heldur árlega innanfélagsmóti og er þá keppt við eldri borgara. Á tíu ára afmælinu vorið 1998 átti að halda sérstakt móti og bjóða félögum annars staðar að í heimsókn.

Aðal fjárflovn félagsins er sala á jólakortum Íþróttasambands fatlaðra og gosdrykkjaumbúðum en auk þess hafa sveitarfélögin á Ísafirði og í Bolungarvík veitt féluginu góðan stuðning.

Þjálfaraskortur hefur verið vandamál að sögn Valdemars. Félagið hefur ekki haft lærða þjálfara heldur hafa áhugasamir einstaklingar hlaupið undir bagga og aðstoðað við þjálfunina.

Valdemar segir að ljóst sé að þörfin fyrir félag eins og Ívar sé mjög mikil úti á landi.

„Áður en félagið var stofnað var ekkert fyrir þetta fólk. Proskaheftir einstaklingar lifðu í félagslegri einangrun. Íþróttastarfið hefur gert kraftaverk. Félagskapurinn sem þeir hafa hver af öðrum er að minni hyggju það mikilvægasta í þessu starfi. Það er mjög gaman að fylgjast með spenningnum sem skapast þegar fer að nálgast móti en þeir hafa eignast marga góða vini og kunningja víða um land á Íslandsmótunum og Hængsmótinu. Hvað sjálfan mig varðar þá hef ég lært mikið og þroskast við að starfa að þessum málum. Proskaheft fólk er svo þakklátt og ánægt fyrir hvað lítið sem gert er fyrir það,” sagði Valdemar.

Æ G I R



Íþróttafélagið Ægir, Vestmannaeyjum

Ðdragandann að stofnun Ægis má þakka Ólöfu A. Elíasdóttur íþróttakennara sem byrjaði haustið 1988 að æfa sjö krakka í boccia einu sinni í viku í íþróttahúsini. Í framhaldi af starfi hennar kom upp sú hugmynd að stofna félag því að allir sem stunda íþróttir eru í einhverju íþróttafélagi. Aðalhvatamaður að stofnun félagsins var Rannveig Traustadóttir sérfóstra. Félagið fékk nafnið Ægir og var stofnað 12. desember 1988 og verður því tíu ára á þessu ári.

Núverandi formaður Ægis er Hera Ósk Einarsdóttir. Hún segir að félagar séu nú á bilinu 40 til 50 talsins en á stofnfundinn mættu 23 félagar. Félagið fékk Hlyn Ólafsson til að hanna og teikna merki sem hefur verið notað á búninga og fána félagsins. Bæjarfélagið hefur styrkt starfsemi Ægis með árlegum fjárframlögum og aðgangi að íþróttahúsi bæjarins til æfinga fyrir félagið.

Fyrir sameiningu félaganna Týs og Þórs undir merki ÍBV hafði Ægir einnig aðstöðu í húsakynnum Týs til æfinga. Nú er æft á báðum stöðunum undir merki ÍBV. Einn hængur hefur verið á hvað aðstöðu varðar og er það samkeppni um hentuga æfingatíma við önnur aðildarfélög innan ÍBV.



Íþróttafólk
frá Ægi á
Íslandsmót-
inu 1998.



Vígreifur sigurvegari

„Önnur félagasamtök í Eyjum, eins og Vorið, Kiwanis, Oddfellow og Proskahjálp hafa verið félaginu mjög velviljuð og styrkt það með fjárfamlögum sem hafa m.a. gert því kleift að styrkja iðkendur á ýmis móti og í sumarbúðir fatlaðra á Laugarvatni og í Reykjadal. Árið 1991 bauð Proskahjálp í Eyjum fötluðum börnum og ungmennum ásamt foreldrum upp á skemmtiferð til Hollands í tvær vikur og hafa Proskahjálp og íþróttafélagið Ægir ákveðið að standa að annarri slíkri ferð sumarið 1998,“ sagði Hera Ósk.



Hera Ósk Einarsdóttir formaður Ægis.

Í upphafi starfsins var lögð megináhersla á að spila og æfa boccia en haustið 1993 hófust sundæfingar hjá félagini. Nú er æft bæði í boccia og sundi tvisvar sinnum í viku yfir vetrarmánuðina. Frá stofnun félagsins hefur iðkendum fjölgað um helming og eru þeir nú fjórtán talsins.

„Við höfum verið heppin með þjálfara. Allt frá stofnun félagsins hafa þeir verið fagfólk eða fólk með reynslu af íþróttastarfi og hafa bæði þjálfarar og leikmenn unnið gott starf,“ sagði Hera Ósk.

Meðal móta sem félagið sækir reglulega er Íslandsmeistaramótið,

auk þess sem innanfélagsmót er haldið nokkuð reglulega á vorin og lokahóf á hverju ári þar sem afhentur er hvatningarbíkar þeim einstaklingi sem hefur sýnt miklar framfarir og góða ástundun. Brunavarðafélag Vestmannaeyja gaf félagini bikarana sem notaðir eru á innanfélagsmótunum bæði í einstaklings- og sveitakeppnum.

Önnur mótt sem Ægir hefur sótt, en nokkuð óreglulega, eru Hængsmótið á Akureyri og Special Olympics svo eithváð sé nefnt. Einnig mun keppandi hjá félagini í sundi hafa sótt Norðurlandamót fyrir nokkrum árum með ágætis árangri.

Íþróttafélagið Ægir hefur átt Íslandsmeistara bæði í boccia og sundi og oftar en ekki hafa iðkendur komið heim eftir keppni með bæði silfur- og bronsverðlaun í sundi og komist í úrslit í sveitakeppni í boccia og unnið þar til silfurverðlauna, að sögn Heru Óskar.

„Hjá félagsmönnum ríkir bæði ánægja og gleði á æfingum sem og í keppnum og sýnir það hinn góða anda sem ríkir innan félagsins. Þetta félag hefur breytt mjög miklu félagslega fyrir fatlaða og aukið sjálfstraust einstaklinganna verulega. Ávinning af starfinu má sjá í frjóum og glaðværum félagsskap, góðum og heilsteyptum einstaklingum sem virða kjörorð íþróttaiðkunar: Heilbrigð sál í hraustum líkama,“ sagði Hera Ósk að lokum.

Stjórn félagsins frá árinu 1996 skipa: Hera Ósk Einarsdóttir formaður, Stefán Friðriksson, Laufey Sigurðardóttir, Lilja Alexandersdóttir og Elías Friðriksson.



Félagar úr Ægi fylgjast með keppni á Íslandsmótinu 1995.



Bocciadeild Völsungs, Húsavík

Arið 1990 var stofnuð sérstök bocciadeild innan Íþróttafélagsins Völsungs á Húsavík. Starfsemin er að mestu bundin við sambýli fatlaðra að Sólbrekku, besta útsýnisstað Húsavíkur. Þar spjölluðum við við þær Lilju Sæmundsdóttur, forstöðumann sambýlisins, og Kristínu Magnúsdóttur, starfsmann en þær eru báðar í stjórni Íþróttafélagsins Völsungs.

Þær sögðu að 7 - 9 manns æfðu boccia á vegum deildarinnar. Aðdragandinn að stofnun hennar var sá að Ingólfur Freysson, þáverandi formaður Völsungs, kynntist íþróttum fatlaðra á Reykjalundi. Að frumkvæði hans var svo deildin stofnuð en hann var jafnframt fyrsti þjálfari hópsins.

„Í byrjun var hópurinn ekkert sérlega spenntur fyrir þessu. Þeim fannst þau eiginlega vera að gera þetta fyrir okkur. Þetta hefur síðan þróast þannig að nú líta þau á boccia sem sína íþrótt,“ sögðu þær Lilja og Kristín.

Hópurinn æfir tvisvar í viku en erfiðlega hefur gengið að fá þjálfara fyrir hann þannig að þjálfunin hefur hvílt á herðum starfsmanna sambýlisins.

„Við höfum látið þetta vera vera visst forgangsverkefni í vinnu okkar. Engu að síður höfum við orðið að leggja af mörkum mjög óeigingjarna sjálfbóðavinnum. Við þurfum oft á tíðum að vera fjarverandi sólarhringum saman með keppnisfólkiniu þegar það fer í keppnisferðir, en deildin sækir öll mótt sem við eigum kost á. Við

Kristín
Magnúsdótt-
ir og Lilja
Sæmunds-
dóttir starfs-
menn sam-
býlisins að
Sólbrekku
og stjórnar-
menn í
Völsungi.





Boccialið Völsungs.

sækjum Íslandsmótin og Hængsmótin en keppendur fá mjög mikið út úr því að ferðast. Í keppnisferðunum hitta þau jafningja sína og hafa eignast félaga sem þau hafa gaman af að hitta aftur. Það má eiginlega segja að þau hætti að vera fötluð þegar þau fara í ferðalag. Þá eru ekki samskiptaörðugleikar fyrir hendi.“

Þær Lilja og Kristín sögðu að til að byrja með hefðu einungis þrír einstaklingar skipt með sér verðlaunum en nú væri dreifingin meiri.

„Þessi góði árangur veitir þeim aukið sjálfsálit, þroska og hæfni, auk þess sem þau þjálfast í samvinnu.“

Bocciadeildin er rekin sem sjálfstæð deild þótt hún sé innan Völsungs og fær styrk frá Íþróttasambandi fatlaðra. Auk þess ræðst deildin í sjálfstæðar fjáraflanir árlega.

„Við höfum samt ekki farið í hefðbundnar fjársafnanir eins og kökubasar,“ sögðu þær stöllur. Heimilismenn í sambýlinu hafa haldið sýningu á eigin lista-verkum og selt. Hefur það framtak fengið mjög góðar undirtektir hjá bæjarbúum. Einnig höfum við staðið fyrir áheitaleikum með útskriftarnemum framhaldsskólans, sem einnig hafa tekist vel. Þá héldum við Húsavíkurmót í boccia þar sem fólk borgaði fyrir þáttöku en fyrirtæki í bænum gáfu verðlaun. Það fékk rosalega góðar viðtökur. Þá styðja Kiwanismenn á Húsavík og standa fyrir einu litlu móti á ári. Eftir mótið bjóða þeir keppendum í mat og kaupa matinn af starfsmönnum sambýlisins. Hagnaðurinn af því fer í fjároflun fyrir ferðakostnað vegna þáttöku í móturnum, en stefnan er sú að safnanirnar standi undir öllum ferðakostnaði og það hefur tekist hingað til,“ sögðu þær Lilja og Kristín að lokum.



Íþróttafélagið Nes, Suðurnesjum

Íþróttafélagið Nes í Reykjanesbæ var stofnað 17. nóvember 1991 af áhugafólkum um íþróttir fatlaðra sem tengdust Sundfélagi Suðurnesja. Stofnfélagar voru um 25 talsins en aðalhvatumenn voru Jón Bjarni Helgason, Tómas Knútsson og Ársæll Magnússon. Íþróttasamband fatlaðra aðstoðaði við undirbúninginn. Stofnfundurinn var haldinn í Íþróttavallahúsinu í Njarðvík og studdi bæjarstjórn Njarðvíkur stofnun félagsins með fjárfram lagi. Fyrsti formaður félagsins var Anna Guðrún Sigurðardóttir og gegndi hún formennsku í tvö ár.

Gísli Hlynur Jónsson, framkvæmdastjóri Proskahjálpar á Suðurnesjum, tók við formennsku í Nesi af Önnu Guðrúnu og hefur gegnt henni síðan. Hann segir að fyrstu árin hafi verið þrír til fjórir iðkendur á vegum félagsins. Þeir voru hreyfihamlaðir og æfðu sund og boccia.

„Þegar ég tók við féluginu var farið í átak til að fjölga iðkendum. Við vissum að miklu fleiri áttu heima í féluginu enda hefur það sýnt sig að full ástæða var til að reyna að ná til fatlaðra á svæðinu. Fjölgunin hefur verið mjög góð og eru iðkendur nú um 30 talsins en félagsmenn um 70. Auk boccia og sunds hefur borðtennis bæst við. Hins vegar er boccia eina íþróttagreinin sem við keppum í undir nafni félagsins.

Við höfum verið mjög heppin með þjálfara. Undanfarin fjögur ár höfum við haft sömu þjálfarana, hjónin og íþróttakennarana Önnu Leu Björnsdóttur og Guðmund Bróa Sigurðsson. Þau hafa ekki hvað síst átt þátt í uppganginum hjá féluginu, bæði hvað



Gísli Hlynur Jónsson formaður Íþróttafélagsins Nes.



Hópmýnd af félögum í Íþróttafélaginu Nesi.

varðar félagslega þáttinn og þann verklega. Krakkarnir hreint og beint dýrka þau.“

Íþróttafélagið Nes er blandað félag fyrir bæði hreyfihamaða og þroskahefta. Æfingar fara fram bæði í Reykjanesbæ og Grindavík. Í Reykjanesbæ er boccia æft tvisvar í viku og einu sinni í Grindavík. Þá eru sundæfingar einu sinni í viku og koma krakkarnir frá Grindavík þá til Reykjanesbæjar. Auk þess eru vikulegar æfingar í borðtennis.

Bocciaæfingarnar hafa verið í íþróttasal Myllubakkaskóla þar til veturninn 1997 - 1998 að þær eru bæði þar og í íþróttahúsinu við Sunnubraut en litli salurinn í Myllubakkaskóla rúmar ekki lengur fjöldann. Sundæfingarnar hafa svo verið í sundlauginni í Njarðvík.

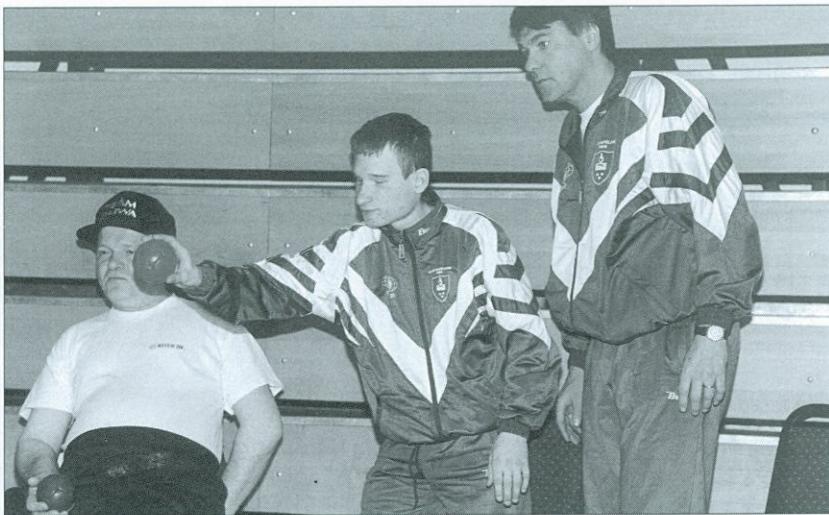
Að sögn Gísla er aðgengi fyrir fatlaða í sundlauginni langt því frá að vera nógu gott.

„Við horfum því með tilhlökkun til nýja skólans sem verið er að byggja í Heiðabyggð. Þar verður byggður íþróttasalur sem er 18x33 metrar en sú stað hentar okkur mjög vel. Þar verður einnig byggð lítil sundlaug. Þetta á að taka í notkun haustið 1999 og þar sjáum við okkar heimavöll með íþróttahúsi og sundlaug. Aðgengið í þessari nýju byggingu er miðað við að fatlaðir eigi auðvelt með að komast um.“

Sveitarfélögin hafa stutt mjög dyggilega við bakið á féluginu en það þarf að láta vita af sér, að sögn Gísla. Þá hafa fyrtækni á svæðinu einnig verið rausnarleg en allar tekjur félagsins eru styrkir og fjárfamlög.

„Við höfum haft mikinn meðbyr á Suðurnesjum enda verið dugleg að láta vita

Kjartan Ásmundsson kepptir í boccia á Hængsmótinu 1997 en hann er blindur.



af okkur. Ef eitthvað er á seyði hjá félagini komum við fréttum um það í staðarblöðin þannig að allir á svæðinu vita af okkur.“

Félagið sækir öll bocciamótin, Íslandsmótið sem haldið er í mars, Hængsmótíð í maí og Íslandsmótið í einstaklingskeppni sem haldið er í október. Það má geta þess að á Hængsmótinu 1997 keppti blindur félagi í Nesi í boccia og er það í fyrsta skipti sem blindur maður kepptir hér á landi á móti í þessari íþrótt og gekk honum mjög vel.

,Í febrúar 1997 fórum við í fyrsta skipti utan og margir af krökkunum voru að fara í fyrsta sinn til útlanda. Við fórum á „Malmö open“ og tók undirbúningur ferðarinnar heilt ár. Upphaflega ætluðum við bara með eitt lið en niðurstæðan varð sú að við fórum með sjö lið og voru 30 manns í för. Þetta var mikil upplifun og til að kóróna ferðina unnum við í aldurshópnum 14 - 20 ára. Hópurinn var afar stoltur af þeim árangri.

Við reynum samt að innræta þeim að aðalatriðið sé að vera með en ekki að vinna, þótt það sé skemmtilegt. Keppnisskapið og metnaðurinn eru hins vegar svo mikil að allir vilja komast í úrslit og vinna.“

Stærsti viðburðurinn í sögu félagsins var þegar það sá um framkvæmd Íslandsmótsins í einstaklingskeppni í boccia haustið 1996. Keppnin fór fram í íþróttahúsinu í Keflavík og mættu rúmlega 200 keppendur til leiks ásamt þjálfurum og fylgdarmönnum.

,Mótið tókst í alla staði mjög vel, enda komu margir að því og var félagið dyggilega stutt af bæjaryfirvöldum, fyrirtækjum, félagasamtökum og einstaklingum. Við fengum félaga í Kiwanisklúbbnum Keili, sem hefur verið aðal stuðningsaðili okkar í gegnum árin, og krakka úr Fjölbautaskóla Suðurnesja til að sjá um dómgæsluna. Þetta var á fimm ára afmæli félagsins og í tilefni af því héldum við mikla veislu þar sem fjöldi manns mætti og skemmti sér konunglega. Á afmælinu afhenti Kiwanisklúbburinn Keilir okkur félagsfána. Þetta ár er

einnig minnisstætt fyrir það að þá eignuðumst við okkar fyrsta Íslandsmeistara í boccia en þeir eru nú orðnir átta talsins.“

Mjög blómlegt félagslíf hefur verið hjá Íþróttaféluginu Nesi og eiga þjálfararnir Anna Lea og Guðmundur Bróði heiðurinn af því. Félagsmiðstöðin

Fjörheimar í Njarðvík hefur verið notuð á laugardögum til afpreyingar og leikja og haldnar hafa verið kvöldvökur. Þá stendur félagið árlega fyrir innanfélagsmóti og er foreldrum þá boðið að keppa við krakkana í boccia. Uppskeruhátið er svo haldin á vorin þar sem krakkarnir eru verðlaunaðir fyrir ástundun og árangur og er séð til þess að allir fái viðurkenningarskjál. Sumarið 1996 sóttu félagar í Nesi æfingabúðir á Laugarvatni en auk þess hefur verið farið í dagsferðir til Reykjavíkur.

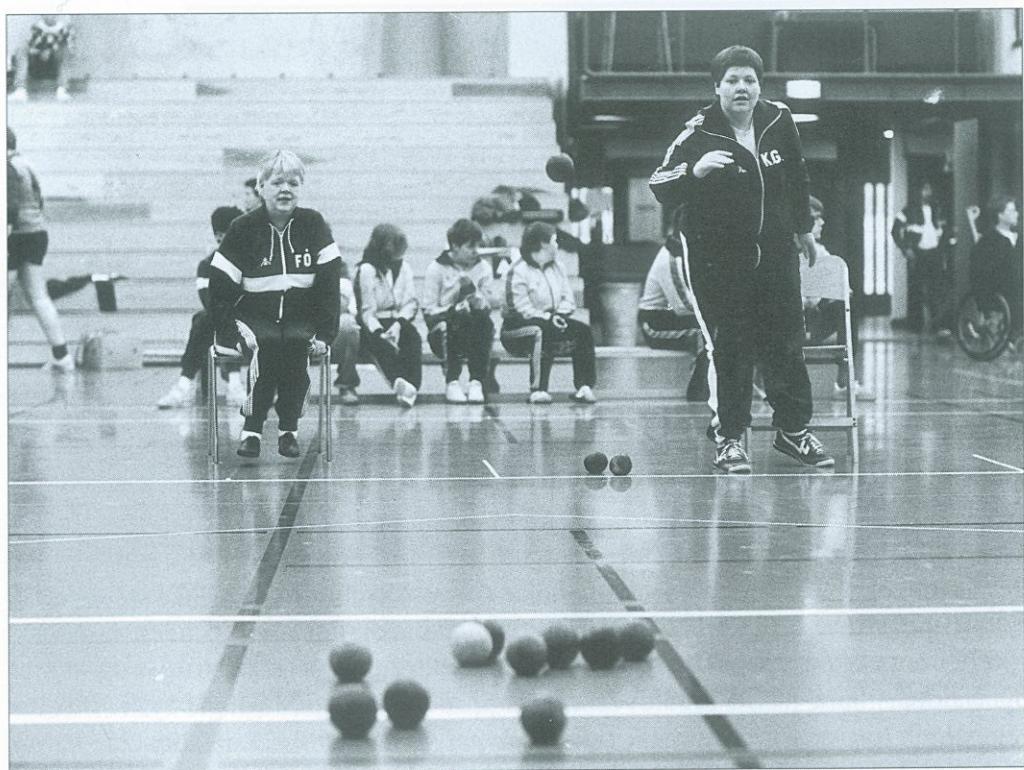
Hvernig tengdist Gísli starfsemi félagsins?

„Ég hef verið tengdur íþróttastarfi frá því ég man eftir mér en þó einkum íþróttum ófatlaðra. Ég var í stjórn handknattleiksdeilda UMFK um árabil og framkvæmdastjóri UMFK í nokkur ár. Það er svo í gegnum starf mitt í Proska-hjálp sem ég tengist íþróttum fatlaðra. Ég hef því reynslu af því að starfa bæði með fötluðum og ófötluðum og satt best að segja er mun skemmtilegra og gjöf-ulla að starfa með fötluðu íþróttafólki en ófötluðu. Þakklætið hjá krökkunum og foreldrunum er mikið og fölskvalaust en það fór ekki mikið fyrir því í handknattleiknum. Þar var ætíð verið að krefjast einhvers af okkur sem gáfum okkur í starfið og viðkvæðið var yfirleitt: Er þetta allt og sumt?“

Ég upplifi líka sterkt árangurinn af starfinu hjá fatlaða íþróttafólkinu og sé mikinn mun á krökkunum eftir að þau hófu að æfa með féluginu. Það gildir bæði um framfarir félagslega og í íþróttunum. Félagsskapurinn skiptir þau svo miklu máli. Þá hafa foreldrar þeirra sagt við mig að krakkarnir séu mun hressari en áður og til marks um það er að mikið kappsmál er hjá flestum að missa aldrei úr æfingu enda mætingabikarinn í húfi. Það er mikill metnaður í þessum krökkum,“ sagði Gísli að lokum.



Stoltir verðlaunahafar á uppskeruhátið hjá Nesi.



Frá Íslandsmóti í boccia 1987.



Reynir Kristófersson úr ÍFR varpar kúlunni.



Íþróttafélagið Gróska, Sauðárkróki

Íþróttafélagið Gróska á Sauðárkróki var stofnað 22. mars 1992. Stofnfundurinn var haldinn í Sveinsbúð, húsi björgunarsveitarinnar. Íþróttafélagið Gróska er ekki bundið við Sauðárkrók heldur er starfssvæði þess allur Skagafjörður.

Anna Hjaltadóttir var einn aðalhvatamaður að stofnun félagsins ásamt Sólveigu Jónasdóttur. Anna segir að þær hafi starfað með stuðningshóp fyrir fatlaða í Gagnfræðaskólanum á Sauðárkróki. Þær fengu lánað bocciasett hjá Íþróttasambandi fatlaðra í ársbyrjun 1992 til að athuga hvort ekki væri hægt að virkja áhuga þessara krakka á einhverri íþrótt. Til að byrja með voru einungis þrjú börn í æfingunum. Þegar félagið var stofnað seinna um vorið bættust fleiri í hópinn og nú eru íbúar tveggja sambýla á Sauðárkróki í féluginu. Þá hefur fjölmennur hópur eldra fólks gengið til liðs við félagið.

Anna sagði að aðstöðuleysi hefði háð féluginu verulega og því væri boccia eina íþróttin sem æfð væri. Félagið hefur einu sinni í viku aðgang að tveimur völlum í nýja íþróttahúsinu og einum í íþróttasal barnaskólans. Þetta stendur þó



Félagar úr Grósku á Íslandsmótinu 1998.

til bóta því að vonir standa til þess að félagið fái inni í nýrri viðbyggingu við Íþróttahúsið og fái þar þrjá til fjóra velli. Gangi það eftir stendur til að bæta skotfimi við og hafa verið lögð drög að því að fá leiðbeinanda frá Hæng á Akureyri.

Einn flokkur æfir sund hjá Tindastóli og er því ekki beint á vegum Grósku.

Fram til þessa hefur þjálfun hjá féluginu alfarið verið í sjálfboðavinnu. Anna og Sólveig sáu um hana fyrsta árið en síðan hafa foreldrar barnanna komið að starfinu og eru nú mjög virkir í því. Hjá eldri borgurum er sjálfboðastarf einnig í hávegum haft og fara tveir af þeim á dvalarheimili aldraðra og þjálfa hvor sína sveitina.

Félagar í Grósku eru nú 50 talsins. Þar af eru fatlaðir krakkar á þriðja tug. Auk þess er félagið með opinn flokk sem aldraðir og nokkrir þroskaheftir einstaklingar keppa í.

Fastir liðir í starfsemi félagsins eru árshátiðir og þorramót. Þátttakendur í þorramótinu eru bæjarstjórnin, Kiwanismenn, aldraðir og fatlaðir einstaklingar. Bæjarstjórnin gefur verðlaunapeninga á mótið en Kiwanismenn hafa gefið féluginu keppnisbúninga og verðlaunabikar sem er veittur fyrir sérstakan árangur og ástundun.

Árið 1994 var Norðurlandsmót í boccia haldið á Sauðárkróki en auk Grósku sóttu það félögin frá Akureyri, Siglufirði og Húsavík. Gróska sækir flest mótt sem í boði eru, Íslandsmótin, Norðurlandsmótin og Hængsmótin. Frammistaða félagsmanna á þessum móttum hefur verið mjög góð, þeir sópuðu að sér bikurum og verðlaunapeningum á Íslandsmótinu í einstaklingsboccia í Reykjavík 1997.

„Við höfum aldrei farið heim af neinu móti án verðlauna,“ sagði Anna.

Hún sagði að yfirleitt færð tveir keppendur frá Grósku á mótt í rennuflokkí í boccia, en mjög fatlaðir einstaklingar nota rennu fyrir boltana, og lento yfirleitt í fyrsta, öðru eða þriðja sæti. Keppendur Grósku snuru heim með two bikara af



Anna
Hjaltadóttir.



Gróskufólk á Íslandsleikum Special Olympics á Akureyri 1996.

Íslandsmótinu í Reykjaneshús 1997, annan í rennuflokki og hinn í opnum flokki. Og á Hængsmótinu 1997 vann Gróska glæsilegan bikar fyrir árangur sinn í boccia en Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík hefur unnið þann bikar sl. þrjú ár og vann hann til eignar 1996.

Einum félagsmanni var boðið á móti í Borås í Svíþjóð til að keppa í 60 m hlaupi og boltakasti og fór Anna með sem fylgdarmaður. Fleiri íslenskir keppendur voru með í för, frá Vestmannaeyjum, Ísafirði, Seyðisfirði og Skálatún.

Keppendurnir greiða yfirleitt sjálfir fyrir ferðir og gistingu þegar farið er á móti. Peir greiða einnig sjálfir fyrir lokahófið á Íslandsmótinu og Hængsmótinu en þeir vilja alls ekki sleppa þeim. Hins vegar sér félagið um nesti á ferðalögum. Bærinn styður félagið með 200 þúsund krónum á ári. Önnur fjároflun er einkum sala á jólakortum frá Íþróttasambandi fatlaðra auk félagsgjalda og æfingagjalda. Einu sinni var haldið bingó og fyrir utanferðina fór félagið í fjársöfnun í bænum og gáfu mörg fyrirtæki í söfnunina þannig að hún gekk mjög vel.

Anna segist ekki í neinum vafa um að íþróttirnar hafi hjálpað fötluðum einstaklingum mikið.

„Þá finnst mér viðhorf samfélagsins til fatlaðra hafa breyst. Fjölmíðlar hafa vissulega fjallað um fatlað afreksfólk en almenn umfjöllun um fatlaða er því miður of lítil enn hjá mörgum fjölmiðlum. Þá er ánægjulegt að aðgengismál fatlaðra eru mjög að breytast til hins betra. Enn er þó langt í land að þau séu nægilega góð. Til dæmis er aðgengið að sundlauginni hér á Sauðárkróki mjög slæmt.“

Íþróttafélagið Fjörður, Hafnarfirði



Íþróttafélagið Fjörður í Hafnarfirði var stofnað 1. júní 1992. Hanna Kristinsdóttir var einn af helstu hvatamönnum þess að félagið var stofnað og formaður þess frá upphafi til vorsins 1997. Núverandi formaður er Tómas Jónsson.

Hanna er móðir fatlaðs drengs. Þegar hann var átta ára ákvað hún ásamt Valgerði Hólmarsdóttur, sem á einnig fatlaðan dreng á svipuðu reki, að kanna hvort grundvöllur væri fyrir stofnun íþróttafélags fatlaðra í Hafnarfirði.

„Ég hafði fylgst með afreksfólki okkar í fjöldum en sá ekki mitt barn fyrir mér í því samhengi á þessum tíma.“

Þær Hanna og Valgerður byrjuðu á því að leita til íþróttar- og tómstundaráðs í Hafnarfirði og fengu mjög góðar viðtökur þar. Í samvinnu við Ingvar Jónsson, íþróttafulltrúa bæjarins, var boðað til undirbúningsfundar í maí og mætti Anna Karólína Vilhjálmsdóttir starfsmaður Íþróttasambands fatlaðra á fundinn og kynnti sambandið og aðildarfélög þess.

Á fundinum var kosin undirbúningsnefnd og áttu þær Hanna og Valgerður sæti í henni. Nefndin ræddi við formann Íþróttabandalags Hafnarfjarðar um

hvernig best væri að standa að stofnun félagsins. Það var svo stofnað eins og fyrr sagði 1. júní 1992 og voru stofnfélagar fyrst og fremst aðstandendur fatlaðra auk nokkurra annarra einstaklinga.

„Félagið fékk strax frábærar viðtökur hjá bæjaryfirvöldum og öllum sem við höfum leitað til. Við höfum aldrei rekist á lokaðar dyr. Allir hafa verið tilbúnir til að gera allt fyrir okkur. Við



Hanna Kristinsdóttir með syni sínum Höskuldum Pór Höskuldssyni en hann æfir með Firði.



Sundfólk úr Firði með Ólafi Þórarinssyni þjálfara sínum á móti.

njótum mikils stuðnings hjá þjónustuklúbbum, Lionsklúbbum, Kiwanisklúbbum og Verkakvennafélaginu Framtíðinni. Einstaklingar hafa líka verið okkur mjög hjálpsamir.“

Það kom strax í ljós, eftir stofnun félagsins, að þörfin fyrir íþróttafélag fatlaðra var mikil í Hafnarfirði. Félagið útbjó skrá yfir fatlaða einstaklinga yngri en 25 ára og reyndust þeir um 80 talsins. Margir þeirra voru þá þegar farnir að stunda íþróttæfingar í Reykjavík. Nú eru 55 iðkendur hjá Firði en félagsmenn eru rúmlega 200 talsins. Þar munar mikið um það að allar Lionskonurnar í Kaldá gengu í félagið og styrkja það með því að greiða félagsgjöld.

Keppnisgreinar sem stundaðar eru á vegum félagsins eru boccia og sund. Félagið er með aðstöðu í íþróttahúsi Víðistaðaskóla fyrir bocciaæfingar og sundæfingar í báðum sundlaugunum í Hafnarfirði. Einn vetur reyndi félagið að æfa frjálsar íþróttir en það gekk ekki. Prátt fyrir það hafa tveir ungir strákar úr félagini keppt á frjálsíþróttamótum.

„Við horfum til þess að geta haft frjálsar íþróttir og borðtennis hjá okkur í framtíðinni. FH hefur komið að máli við okkur og boðist til að veita aðstoð. Það kemur sterkelega til greina að þeir útvegi þjálfara í frjálsum og að við fáum að nýta aðstöðuna hjá þeim.“

Þá er félagið með íþróttaskóla fyrir ung börn á aldrinum tveggja til tólf ára á veturna. Þá eru settar upp þrautabraitir til að styrkja jafnvægið og svo er krökk-



Verðlaunahafar í boccia. Frá vinstri: Þorlákur Sigurðsson, Anna María Bjarnadóttir og Arngrímur Erlendsson.

unum skipt í eldri og yngri hópa. Fjölskyldan kemur þá iðulega með og ófötluð systkini taka þátt í æfingunum.

Fjarðarmenn sækja flest mótt sem í boði eru, Íslandsmótin í sundi og boccia og Hængsmótið. Strax árið eftir stofnun félagsins var Íslandsmótið í íþróttum fatlaðra haldið í Hafnarfirði. Þá halda félöginn í Hafnarfirði, Akranesi og Borgarnesi sérstakt vormót. Er skipst á um að keppa í Hafnarfirði og á Akranesi, Borgnesingar hafa ekki enn haft aðstöðu til að halda mótið en til stendur að víkka það út.

Á þorranum er haldið þorramót í boccia og er þá bæjarstjórn og þeim þjónustuklúbbum sem styrkja félagið boðið að senda sveitir. Tvær sveitir koma frá bæjarstjórn og tvær frá þjónustuklúbbunum.

Þjálfaramálin hafa verið í mjög góðum höndum. Ólafur Þórarinsson hefur verið sundþjálfari félagsins frá upphafi auk þess sem tveir nemendur af íþróttabraut í Flensborgarskóla hafa aðstoðað við þjálfunina.

„Íþróttaiðkunin hefur gefið syni mínum afar mikið. Satt að segja held ég að íþróttirnar hafi bjargað sálarheill hans. Á sínum tíma var hann farinn að biðja um að fá að æfa með FH eða Haukum en það hefði aldrei gengið. Nú er hann þrettán ára og enn mjög spenntur fyrir æfingunum og ánægður með þær. Hann æfir sund og boccia og hefur keppt fyrir félagið, enda er aldrei sleppt úr æfingu,“ sagði Hanna að lokum.

Íþróttafélagið Þjótur, Akranesi

Íþróttafélagið Þjótur á Akranesi var stofnað 8. nóvember 1992. Inga Harðardóttir hefur verið formaður félagsins frá upphafi en hún kennir við íþróttabraut Fjölbautaskólans á Vesturlandi. Inga segir að stofnun félagsins hafi verið rökrétt framhald af starfi hennar við íþróttabraut Fjölbautaskólans en hluti af náminu var að kenna fötluðum nemendum í sérdeild Brekkubæjarskóla.

Inga segist hafa haft mikinn áhuga á að kynna sér betur íþróttir fatlaðra og því hafi hún haft samband við Íþróttasamband fatlaðra og í framhaldi af því var stofnaður áhugamannahópur um stofnun íþróttafélags fatlaðra á Akranesi. Peir sem undirbjuggu stofnunina voru annars vegar íþróttayfirvöld á Akranesi og hins vegar aðstandendur fatlaðra. Ári áður en félagið var stofnað var einum fötluðum unglingi úr Brekkubæjarskóla boðið í unglingabúðir í Danmörku.

Iðkendur í Þjóti eru um 20 talsins og hefur fjöldinn verið svipaður frá stofnun. Iðkendur eru nú á aldrinum 7 til 65 ára. Íþróttagreinarnar sem iðkaðar hafa verið á vegum félagsins eru boccia, frjálsar íþróttir, sund og boltaleikir. Æfingaaðstaða á Akranesi er mjög góð að sögn Ingu og hefur félagið fengið sömu þjónustu frá bæjarféluginu og önnur aðildarfélög ÍA.

Félagið hefur notið mikils velvilja hjá frjálsum félagasamtökum á Akranesi,



Inga Harðardóttir formaður Þjóts.

eins og Kiwanisklúbbnum og Lionsmönnum. Lionsmenn hafa haldið mótið með Pjóti og sjá um dómgæslu fyrir félagið. Þá hafa Lionessur og Soroptimistar einnig stutt félagið veglega. Félagið stendur sjálft fyrir eigin fjárlunum. Annars végar er árleg jólakortasala og sala á Sjálfsbjargarklemmunni. Hins végars eru áheitaleikarnir.

Áheitaleikarnir hafa verið samstarfsverkefni Pjóts og einhvers annars aðila. Einu sinni hefur útskriftarhópur úr fjölbrautarskólanum komið að þessu verkefni en í hin skiptin hafa það verið knattspyrnustelpurnar í ÍA. Fjárlunin fer þannig fram að félagar í Pjóti og frá samstarfsaðilanum fara þrír til fjórir saman, banka upp á öll hús í bænum og bjóða fólk að skrifa sig á lista og hversu mikið það ætlar að ánaðna þessum tveimur hópum. Síðan er söfnunarfénu skipt á milli hópanna. Þessi fjárlun er skemmtileg að því leytinu til að allir fá heilmikið félagslega út úr þessu, bæði okkar félagsmenn og ekki síður þeir sem fara með þeim. Fyrir þá er þetta mjög lærðómsríkt. Þessu hefur einnig verið tekið mjög vel af bæjarbúum. Þessari söfnun lýkur með bocciakeppni þar sem allir geta komið með lið og er borgað lágt þátttökugjald. Þetta hefur tekist mjög vel en ágóðinn af þessu fer í að greiða þjálfaralauna. Sex þjálfarar eru á vegum félagsins en á hverri bocciaæfingu eru fjórir þjálfarar.

Inga sagði að margir fastir punktar væru í starfsemi félagsins. Pjótur tekur þátt í öllum Íslandsmótum auk Hængsmótsins. Þá hefur félagið sent þátttakendur á norræn barna- og ungingamót. Árlega er haldið innanfélagsmót í boccia, jólamótið, þar sem bocciameistar Pjóts er kosinn. Pjótur heldur einnig Lionsmótið en Lionsmenn hafa gefið bikar og verðlaunapeninga fyrir það. Auk Pjóts hafa Kveldúlfur frá Borgarnesi og Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík tekið þátt í Lionsmótinu. Nú er ætlunin að víkka mótið út þannig að átta félög taki þátt í því og

gera það að Suðvesturlandsmóti. Félagið er líka með gagnkvæmar heimsóknir og samskipti við Fjörð í Hafnarfirði og Kveldúlf í Borgarnesi. Hafa Pjótur og Fjörður skipst á um að taka á móti félögunum.

Sundfólkis hefur tekið þátt í nýárssundinu og í Asparmótinu í sundi þegar það hefur verið haldið.

„Hápunkturinn í starfsemi félagsins var vorið 1996 þegar við héldum Íslandsmót í boccia, lyftingum,



Íslandsmeistarar í boccia 1996.



Frá setningu Íslandsmótsins 1998.

bogfimi og borðtennis. Þetta var þriggja daga móti og voru þátttakendur og aðstoðarmenn þeirra rúmlega 400 talsins.“

Árangur keppenda Þjóts á móti hefur verið mjög góður og hafa félagsmenn unnið til fjölda verðlauna. Þjótur hefur átt félagsmenn á landsliðsæfingum og þeir hafa tekið þátt í alþjóðaleikum Special Olympics í Bandaríkjunum og Mónakó, auk þess sem félagar í Þjóti hafa tekið þátt í Íslandsleikum Special Olympics.

Inga segist sjá mikinn mun á fólkini eftir að það hóf þátttöku í íþróttum.

„Fólkið vex og styrkist. Hreyfihömluð börn hafa byggst upp líkamlega og andlega og þeir sem eldri eru breytast ekki á að segja hversu mikils virði þetta er fyrir þá. Við leggjum áherslu á félagslega þáttinn í starfinu. Höldum t.d. alltaf upp á afmæli félagsins og förum þá í leiki, dönum og njótum veitinga. Við höldum einnig aðalfundinn hátíðlegan og bjóðum þá fólk i að heimsækja okkur. Einnig reynum við að hittast einu sinni í mánuði í félagsmiðstöðinni með börnum og ungingunum í Þjóti þar sem fræðslu um skaðsemi vímuefna, mataræði o.fl. er blandað saman við skemmtun. Þá höfum við haft danstíma með danskennara þannig að það er ýmislegt fleira en íþróttirnar sem við stundum.“

Í stjórn Þjóts eiga sæti fimm manns og að sögn Ingu eru þeir allir mjög áhugasamir um félagið og starfa af fullum krafti. Þessir einstaklingar hafa allir verið með frá upphafi ef einn er undanskilinn. Stjórnin hittist hálfsmánaðarlega enda starfið öflugt eftir því.



KVELDÚLFUR

Íþróttafélagið Kveldúlfur, Borgarnesi

Íþróttafélagið Kveldúlfur í Borgarnesi var stofnað 23. nóvember 1992. Til að byrja með voru æfðar lyftingar á vegum félagsins en Íris Grönfeld þjálfaði lyftingafólkið. Fljóttlega hófust einnig æfingar í boccia en erfiðlega gekk að fá sal sem hentaði og fóru æfingar til að byrja með fram í litlu samkomuhúsi og var flagglína notuð til að marka útlínur vallarins.

Guðmunda Ólöf Jónsdóttir er formaður Kveldúlfss. Hún kynntist íþróttum fatlaðra upphaflega á Bolungarvík þar sem hún þjálfaði sundfólk. Meðal þeirra sem hún þjálfaði var fatlaður drengur sem tók þátt í nýárssundinu og fór á ólympíumót fatlaðra í New York í Bandaríkjunum 1984.

Guðmunda fluttist til Borgarfjarðar árið 1993 og hóf störf á sambýlinu en íbúar þess stunduðu íþróttir á vegum Kveldúlfss, bæði lyftingar og boccia.

Iökendur í Kveldúlfss eru átta talsins, fimm frá sambýlinu og þrír utan úr bæ. Félagið hefur nú aðstöðu í íþróttahúsinu fyrir bocciaæfingar einu sinni í viku auk þess sem það hefur aukatíma á haustin. Auk boccia eru frjálsar íþróttir æfðar yfir sumarið og einn félagsmaður hefur æft sund einu sinni í viku með sunddeild Skallagríms. Auk þess æfir annar félagi frjálsar íþróttir með Skalla-

grími. Aðalþjálfari félagsins er Þórður Jónsson en fleiri koma þar að málum, m.a. þjálfaði Hanna Lind hópinn um tíma í frjálsum íþróttum.

Guðmunda sagði að fyrra mótið sem Kveldúlfur sótti hefði verið Lionsmót á Akranesi árið 1994 en þá var Elín Helgadóttir formaður Kveldúlfss. Einnig bauðst Kveldúlfss að vera með í vináttusam-



Guðmunda Ólöf Jónsdóttir formaður Kveldúlfss.



Félagar úr Kveldúlfri á Íslandsleikum Special Olympics á Akureyri 1996.

starfi með Þjóti á Akranesi og Firði í Hafnarfirði. Þessi þrjú félög hafa hist árlega á Akranesi eða í Hafnarfirði en Kveldúlfur hefur ekki enn getað haldið mótið vegna aðstöðuleysis. Aðstaðan í íþróttahúsínu er þess eðlis að hjólastólfafólk getur ekki komist þar um án aðstoðar. Það stendur þó vonandi til bóta því að bæjaryfirvöld ætla að skoða málið og finna lausn á því.

Guðmunda sagði að í framhaldi af mótinu á Akranesi hefði félagið farið að líta í kringum sig og sækta nú þau mótt sem í boði væru, eins og Íslandsmótin í boccia og Hængsmótið. Sumarið 1995 tóku félagsmenn þátt í Íslandsmótinu í frjálsum íþróttum á Laugarvatni og unnu til verðlauna. Þá tóku frjálsíþróttamennirnir í Kveldúlfri þátt í landsmóti ungmannafélaganna í Borgarnesi sumarið 1997.

Félagið stendur sjálftr árlega fyrir firmakeppni í boccia. Hvert fyrirtæki er með þrjá í liði og er borgað þáttökugjald. Sagði Guðmunda að mikil stemming væri fyrir þessu móti í bænum og væru liðin farin að hafa eigin keppnisbúninga. Þátttaka í mótinu hefur aukist stöðugt. Stuðningur bæjarbúa hefur verið mjög góður að sögn Guðmundu.

Í febrúar 1997 fór Kveldúlfur á „Malmö open“ í Svíþjóð og var ferðin mjög skemmtileg að sögn Guðmundu. Kveldúlfsmönnum gekk mjög vel á mótinu og voru í samfloti með Íþróttafélagi fatlaðra í Reykjavík og Öspinni. Á heimleiðinni var komið við í Kaupmannahöfn.

Þá sendi félagið einstakling á norrænt barna- og ungingamót í Garðabæ 1995 og sumarið 1997 til Gautaborgar í Svíþjóð. Það var fimmtán ára ungingur sem keppti í frjálsum íþróttum og borðtennis. Guðmunda sagði hann mjög efnilegan í öllu sem hann tæki sér fyrir hendur en hann hefði þó mestan áhuga á frjálsum og borðtennis.

„Það hefur gefið mér mjög mikið að fá að kynnast dugnaði þessa fólks. Íþróttirnar gefa fötluðum mjög mikið félagslega, andlega og líkamlega. Þetta er mikil styrking á allan hátt. Með þátttöku sinni í móttum hafa þau kynnst fjölda fólks alls staðar að af landinu, enda hlakka þau ætíð mikið til þegar mótt er á dagskrá. Þá vil ég að það komi fram að öll stjórn félagsins hefur verið mjög virk og unnið mjög vel saman.“



Íslenskir keppendur á norræna barna- og unglingamótinu í Gautaborg 1997.



Svipmynd frá norræna barna- og unglingamótinu í Garðabæ 1995.



Íþróttasamband fatlaðra

Íþróttasamband fatlaðra var stofnað 17. maí 1979 og var Sigurður Magnússon fyrsti formaður þess. Aðildarfélög sambandsins voru fimm þegar það var stofnað, Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík, Akur og Eik á Akureyri, Björk og Íþróttafélag heyrnarlausra í Reykjavík. Félögunum átti eftir að fjölgja ört á næstu árum og voru þau orðin níu talsins árið 1983.

Starfsemi ÍF var mjög fjölbreytt strax frá upphafi. Mikið var lagt upp úr því að kynna íþróttir fatlaðra víða um land og aðstoða menn við að stofna félög.

Pá sá sambandið um að skipuleggja Íslandsmóti fyrir alla fötlunarflokkag og aðstoða við önnur móti. Sú starfsemi jókst jafnt og þétt eftir því sem félögum fjölgæði.

Erlend samskipti voru strax frá upphafi mikil. Á það jafnt við á félagslega sviðinu og íþróttasviðinu. Fatlaðir íþróttamenn héðan töku þátt í íþróttamótum á erlendum vettvangi og stóðu sig mjög vel. Fyrst í stað voru það móti á Norðurlöndum sem íslensku keppendurnir sóttu en þegar fram í sótti sóttu keppendur héðan öll stórmót fyrir fatlaða íþróttamenn erlendis.

Samskiptin erlendis hófust talsvert fyrir stofnun ÍF. Félagslega íþróttastarfið var enn í mótu erlendis og tók ÍF þátt í þeirri uppbyggingu eftir föngum. Tók sambandið virkan þátt í Íþróttasambandi fatlaðra á Norðurlöndum, NORD HIF, og var Sigurður Magnússon formaður ÍF kjörinn formaður norræna sambandsins í janúar 1983. ÍF var einnig virkt í ECISOD sem eru samtök íþróttasamtaka fatlaðra í Evrópu. Þá tekur ÍF virkan þátt í Alþjóðaíþróttasambandi fatlaðra, auk ýmissa fleiri alþjóðasamtaka.

Skipurit Íþróttasambands fatlaðra

Íþrótta- og ólympíusamband Íslands - ÍSÍ

Íþróttasamband fatlaðra - ÍF

Sambandsþing ÍF

Stjórn ÍF

Dómstóll ÍF

Ólympíuráð ÍF

Skrifstofa ÍF

Formannafundir ÍF

Nefndir ÍF:

Fræðslunefnd
Alþjóðasamskiptanefnd
Boccianefnd
Bogfiminefnd
Borðtennisnefnd
Frjálsíþróttanefnd
Sundnefnd
Vetraríþróttanefnd
Sumarbúðanefnd
Special Olympics nefnd
Afreksmannasjóðsnefnd

NORD HIF, INAS-FMH,
ISOD, IBSA, ISMGWF,
SOI, CP-ISRA, IPC, CISS

22 aðildarfélög ÍF, innan
16 héraðssambanda
Félagsmenn um 1.500

Haldið annað hvert ár

Kjörtímabil 4 ár

3 fundir milli sambandsþinga

Sérráð ÍF:

Læknaráð
Fagráð

Sumarbúðir ÍF



Skrifstofa
ÍF.

Húsnæði ÍF

Fyrstu sjö árin sem unnið var að íþróttastarfí fatlaðra höfðu fatlaðir íþróttamenn aðstöðu á skrifstofu ÍSÍ og gátu notað þar síma og önnur tæki gjaldfrítt. Fyrst eftir stofnun Íþróttasambands fatlaðra var sambandið ekki með neina fasta skrifstofu en segja má að höfuðstöðvarnar hafi verið á skrifstofu Sigurðar Magnússonar í húsi Styrktarfélags lamaðra og fatlaðra á Háaleitisbraut 11 - 13, en Sigurður var framkvæmdastjóri Styrktarfélagsins auk þess að gegna formennsku í ÍF.

Þegar Markús Einarsson var ráðinn til ÍF 1982 fékk skrifstofan fastan samsstað, eitt herbergi í húsakynnum Sambands íslenskra sveitarfélaga að Háaleitisbraut. Þar var skrifstofan til haustsins 1985.

Í október 1985 fékk Íþróttasamband fatlaðra húsnæði í Íþróttamiðstöðinni í Laugardal, í húsakynnum Íþróttasambands Íslands. Fyrst á jarðhæð í húsi II en árið 1997 í núverandi húsnæði í nýjasta húsi Íþróttamiðstöðvarinnar á þriðju hæð.

Parna er glæsileg aðstaða fyrir hina fjölbreyttu starfsemi ÍF, enda hefur starfið undið upp á sig með árunum.



Hús Sambands íslenskra sveitarfélaga á Háaleitisbraut þar sem ÍF var fyrst með eigin skrifstofu.

Starfsmenn ÍF

Í september 1981 ákvað stjórn ÍF að ráða mann til starfa á skrifstofu sambandsins. Var Markús Einarsson íþróttakennari ráðinn fyrsti framkvæmdastjóri sambandsins í sem svaraði hálfu stöðugildi og tók hann til starfa 1. september 1982.

Haustið 1984 fékk Markús árs leyfi og hélt til framhaldsnáms í íþróttum fatlaðra í Noregi. Var Ólafur Magnússon íþróttakennari þá ráðinn til sambandsins.

Er Markús kom aftur frá námi ákvað stjórn ÍF í ágústmánuði 1985 að auka starfskraft á skrifstofunni um helming og voru þeir Markús Einarsson og Ólafur Magnússon ráðnir, hvor um sig í hálfu stöðugildi. Árið 1988 var Markús svo ráðinn í fullt starf hjá sambandinu en Ólafur var áfram í hálfu starfi.

Haustið 1990 sagði Markús Einarsson starfi sínu lausu og Ólafur Magnússon fékk árs leyfi til framhaldsnáms í íþróttastjórnun í Danmörku. Var Anna Karólína Vilhjálmsdóttir íþróttakennari, sem þá hafði lokið námi í íþróttastjórnun í Danmörku, ráðin í þeirra stað.

Er Ólafur kom aftur til starfa haustið 1991 var samþykkt af stjórn ÍF að auka starfskraft sambandsins enn frekar. Réð hún því árið 1992 þau Ólaf Magnússon og Önnu Karólínu Vilhjálmsdóttur í heilt stöðugildi hvort um sig, Ólaf sem framkvæmdastjóra og Önnu Karólínu sem framkvæmdastjóra íþróttar og útbreiðslusviðs.

Í febrúarmánuði 1996 var Anna Guðrún Sigurðardóttir síðan ráðin til almennrar skrifstofuvinnu í hálfu starf.



Anna G. Sigurðardóttir að störfum á skrifstofu ÍF í Íþróttamiðstöðinni.



Sýnishorn af útgáfu ÍF.

Útgáfumál

Útgáfustarfsemi hefur verið mikil á vegum Íþróttasambands fatlaðra. Þar er um að ræða fréttabréf, blöð, handbækur, bæklinga, reglur, skýrslur, veggspjöld, jólkort og myndbönd.

Þegar ÍSÍ hóf að kynna íþróttir fatlaðra upp úr 1970 var gefið út fræðsluefni sem notað var á námskeiðum, m.a. á vegum ÍF. 1985 og 1993 gaf ÍF þetta fræðsluefni aftur út endurskoðað og endurbætt. Var það hugsað sem kennsluefni fyrir A-stigs leiðbeinendanámskeið.

Af öðru námsefni má nefna kennsluefni fyrir leiðbeinendur í vetraríþróttum sem Halldóra Björnsdóttir samdi. Þá hafa verið gefin út leikjahefti fyrir þjálfara fatlaðra barna og unglings.

Fréttabréf ÍF kom fyrst út í janúar 1983 og hefur komið reglulega út síðan. Í því eru fluttar fréttir af starfinu, enda segir í ávarpsorðum Sigurðar Magnússonar í fyrsta tölublaði Fréttabréfsins að tilgangurinn sé upplýsingamiðlun um íþróttastarfsemi fatlaðra.

Fréttabréf ÍF er einfalt í uppsetningu og ekki mikið að vöxtum. Öðru máli gegrar um tímaritið Hvata sem ÍF hefur gefið út síðan 1991 undir ritstjórn Ólafs Jenssonar. Það er mjög veglegt, litprentað tímarit þar sem í boði er fjölbreytt efni sem tengist íþróttum fatlaðra, útvist, þjóðlegum fróðleik og öðru áhugaverðu efni.

Árið 1984 gaf ÍF út kynningarbækling um hvaða möguleikar væru í boði fyrir fatlaða til íþróttaiðkunar. Bæklingurinn var prentaður í 3.000 eintökum og dreift til fatlaðra. M.a. dreifði Tryggingastofnun ríkisins hluta af upplaginu til þeirra



Frá norræna barna- og ungingamótinu sem haldið var hér á landi árið 1995.

sem voru á aldrinum 7 til 12 ára og nutu bóta frá stofnuninni. Kynningarbæklingurinn hefur síðan verið endurútgefinn einu sinni.

Sama ár gaf ÍF út handbók sem hefur að geyma lög og reglugerðir sambandsins, heimilisföng stjórnarmanna og aðildarfélaga, auk annars efnis. Handbókin er endurskoðuð og endurútgefin eftir hvert sambandsþing.

Fyrsta myndbandið sem ÍF gaf út var um norrænt barna- og ungingamót sem haldið var hér á landi í júní 1987. Var myndbandið notað til að kynna íþróttir fatlaðra barna á útbreiðslufundum. ÍF, Stöð 2 og Visa Island stóðu saman að gerð heimildarmyndar um þátttöku íslenskra íþróttamanna í heimsleikum fatlaðra í Assen í Hollandi í júlí 1990. Var myndin sýnd á Stöð 2 en hún er til í myndbandasafni ÍF og hægt að fá hana lánaða þar. Meðal myndbanda sem ÍF hefur framleitt má nefna: Nýárssundmót 1991 og 1992, Íslandsmótið 1991 og 1992, Vilborgarlundur 1991, Sumarbúðir ÍF 1991 og 1992, Norræna barna- og ungingamótið 1991 og 1993, Norræna barna- og ungingamótið „professional“ 1995, Special Olympics 1991 og kynningarmyndband ÍF: Að sigra sjálfan sig, sem gefið var út 1995, en umsjón með því hafði Logi B. Eiðsson fréttamaður. Þá eru í eigu ÍF mörg myndbönd um erlend stórmót fatlaðra íþróttamanna.

Undir lok níunda áratugarins fékk ÍF þær Auði Ólafsdóttur, Elínrós Eyjólfsdóttur, Kristínu Rós Hákonardóttur og Maríu Ólafsdóttur til að hanna veggspjald með áletruninni Íþróttir fyrir alla. Á veggspjaldinu voru fatlaðir hvattir til að stunda íþróttir og var því dreift á staði sem ætla mátti að fatlaðir sækta.

Allan tíunda áratuginn hefur ÍF gefið út jólakort hönnuð af listamönnum og hefur sala þeirra verið ein helsta tekjulind margra aðildarfélaga ÍF.

Kynningar- og útbreiðslustarf

Iþróttasamband fatlaðra hefur lagt mikla áherslu á kynningar- og útbreiðslustarf í skóla- og heilbrigðiskerfinu. A-stigs leiðbeinendanámskeið ÍF eru nú orðin fastur liður í námi við Íþróttakennaraskóla Íslands, Kennaraháskóla Íslands og Proskapjálfaskóla Íslands og ÍF hefur verið með kynningu á íþróttastarfi fatlaðra á námsbraut í sjúkraþjálfun hjá Háskóla Íslands árlega frá 1990. Stefnt er að því að kynning ÍF verði fastur liður í námi allra þeirra fagstéttu sem tengjast starfi með fötluðum. Samstarf við fagfélög ætti að verða markvissara og árangursríkara þegar þeim áfanga er náð.

ÍF hefur lagt áherslu á A-stigs leiðbeinendanámskeið ÍF í framhaldsskólum og hafa þau verið metin til eininga. Markhópar ÍF í kynningarstarfi í skólum hafa verið framhaldsskólar, sérskólar og háskólar. Kynningarstarf hefur þó farið fram víða í grunnskólum en það hefur fyrst og fremst verið í samræmi við óskir frá viðkomandi skólum.

Á öllum kynningum ÍF hefur sú regla verið í gildi að fatlaður einstaklingur fylgi framkvæmdastjóra íþróttu- og útbreiðslusviðs á kynningar og segi frá viðhorfi sínu og reynslu af íþróttastarfi fatlaðra. Allir þeir einstaklingar sem þarna hafa komið að máli hafa staðið sig sérstaklega vel og innlegg þeirra hefur ætíð vakið mikla athygli.

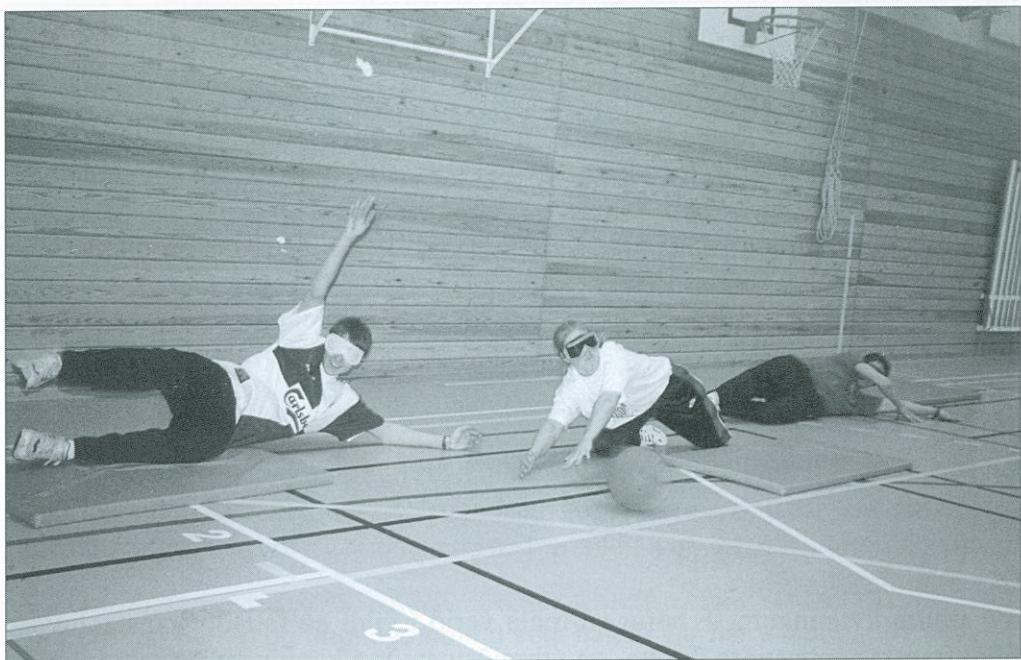
Námskeið fyrir þjálfara og leiðbeinendur í sérstökum greinum hafa verið haldin þar sem fólk hefur getað aflað sér aukinnar menntunar, t.d. varðandi þjálfunarmál fatlaðra.

Námskeið og kynningar á nýjum íþróttagreinum hafa farið fram þar sem kynnt eru ný tæki og nýir möguleikar fatlaðra í íþróttum. Á síðustu árum hafa m.a. verið haldnar kynningar á hjólastólkörfubolta, blindrabolta, hjólastólatennis, hestamennsku fatlaðra, vetraríþróttum og siglingum.

ÍF hefur verið í mjög góðu samstarfi við endurhæfingarstofnanir og markmið hefur verið að reyna að ná til einstaklinga áður en þeir útskrifast, t.d. eftir að hafa fatlast af slysförum. Samstarf við landssam-



Frá námskeiði í íþróttum fatlaðra veturinn 1996-1997.



Blindrabolti kynntur á A-stigs námskeiði fyrir nemendur framhaldsskóla 1996.

tök fatlaðra hefur verið mjög þýðingarmikið og ánægjulegt. Almennt kynningarstarf hefur einnig farið fram víða um land þar sem haldnir hafa verið kynningarfundir í bæjarfélögum í samstarfi við heimaaðila og/eða fundir með aðildarfélögum ÍF auk þess sem fjölmargar kynningar hafa farið fram hjá einstökum aðilum, t.d. Lions- og Kiwanisklúbbum.

Erfitt er að meta árangur kynningarstarfsins en markmiðið er að með slíkri kynningu megi kveikja áhuga fólks á að kynna sér íþróttastarf fatlaðra enn frekar og koma til liðs við hreyfinguna á einhvern hátt. Fjölmargar nefndir starfa innan ÍF og það er eitt mesta lán sambandsins hve vel hefur gengið að fá í þessar nefndir fagfólk sem vinnur að sérhæfðum málum innan þess. Sífellt fleira fagfólk leitar til skrifstofu ÍF eftir upplýsingum, aðilar sem hafa áhuga á að kynna sér möguleika fatlaðra á að taka þátt í ýmsum íþróttareinum og aðrir sem hafa áhuga á einstökum þáttum starfsins.

Það er því ástæða til að ætla að í framtíðinni taki starfsfólk innan mennta- og heilbrigðiskerfisins í auknum mæli þátt í útbreiðslustarfinu með því að hvetja fatlaða til þátttöku í íþróttum. Skilningur hefur aukist mjög á félagslegu gildi íþrótta í daglegu lífi fatlaðs fólks. Fatlað íþróttafólk hefur lagt ómetanlegt lóð á vogarskálar kynningarstarfsins með glæstum árangri á íþróttasviðinu en ekki síður hefur einlæg framkoma þess skapað velvilja og jákvætt viðhorf þjóðarinnar og aukið skilning fólks á því að fatlaðir eiga að hafa sama rétt og aðrir í leik og starfi.



Undanfarin ár hafa verið haldnar kynningar á nýjum íþróttagreinum. Á myndunum hér má sjá nokkrar þeirra. Hjólastólkörfuboltinn nýtur vaxandi vinsælda og hér er Örn Ómarsson að etja kappi við bandaríska körfuboltastjörnu.



Tviburabréðurnir Svanur og Pröstur Ingvars-synir á gönguskíðasleða og alpasleða.



Ásdís Úlfarsdóttir prófar hjólastólatennis á kynningardegi ÍF og TSÍ vorið 1996.



Frá kynningu ÍF og HÍS á hestamennsku fatlaðra 1996.

NORD HIF stofnað í Reykjavík 1976

Samstarf Norðurlandanna á sviði íþróttar hefur um áratuga skeið verið mjög náið og leitt margt gott af sér, jafnt í íþróttunum sjálfum sem og í ýmsum félagslegum og fjárhagslegum viðfangsefnum. Tugþúsundir íþróttafólks á Norðurlöndunum eiga ógleymalgar endurminningar sem byggjast á íþróttasamskiptum og vináttutengslum sem af þeim hafa leitt.

Þegar íþróttastarfí fatlaðra á Norðurlöndum fór að vaxa fiskur um hrygg eftir 1960 kom það eins og af sjálfu sér að samskipti frændþjóðanna jukust á því sviði. Í Svíþjóð, Noregi og Danmörku voru menn nokkuð á undan öðrum en fljóttlega bættust Finnar, Íslendingar og Færeyingar í hópinn.

Í fyrstu var um að ræða samstarf nefnda frá hverju landi sem hittust árlega til að finna samstarfinu grundvöll. Markmiðið var að koma á formlegu norrænu starfi íþróttasambands fatlaðra þar sem allir hópar ættu hlut að máli. Þessi þróun tók nokkur ár og í ljós kom að ýmsa erfiðleika þurfti að yfirstíga. Það sýndi sig



Árið 1997 hélt NORD HIF hátiðarfund á Íslandi í tilefni 20 ára afmælisins. Forseti Íslands bauð gestum í móttöku á Bessastöðum í tilefni fundarins. Á myndinni eru sánsku fulltrúarnir með forsetahjónunum.



Dönsku fulltrúarnir í móttökunni á Bessastöðum.

m.a. að hinir ýmsu hópar fatlaðra og hagsmunafélög þeirra áttu í mikilli samkeppni, t.d. um fjármagn heima fyrir. Margir settu sig því í nokkra varnarstöðu gagnvart því sem gerast myndi þegar öllum þessum mismunandi hópum yrði steyppt saman í eitt sameiginlegt íþróttasamband fyrir öll Norðurlöndin. Um þetta var fjallað ítrekað á sameiginlegum nefndarfundum án þess að það leiddi til endanlegrar niðurstöðu.

Sigurður Magnússon var fulltrúui ÍSÍ í nefndarstarfinu í nokkur ár. Hann var staddur á einum slíkum fundi í Stokkhólmi 1975. Áður en fundinum var slitið hafði hann orð á því að fundir eftir fundi enduðu án þess að tekin væri endanleg afstaða til stofnunar formlegs

íþróttasambands fatlaðra og að það gæti ekki gengið lengur. Jafnframt bauð hann að næsti fundur í samstarfs-nefndinni yrði haldinn á Íslandi 1976. Tilgangur þess fundar yrði skýr: Stofnun norræns íþróttasambands fatlaðra. Sigurður kvaðst fyrir hönd ÍSÍ geta lofað því að tekið yrði vel á móti fulltrúunum og lögð áhersla á að skapa jákvæða og góða fundarstemmingu. Öll ytri umgjörð yrði eins góð og kostur væri.

Öllum til mikillar ánægju gengu hin góðu áform eftir. NORD HIF var stofnað á fundi á Hótel Loftleiðum í byrjun september 1976 eftir all snarpar umræður og eftir að fundarhlé hafði verið gert í tvígang til þess að sætta gagnstæð sjónarmið.

Með tilkomu sambandsins var tekið jákvætt og þýðingarmikið frumkvæði á vettvangi norræns menningarsamstarfs. Um það munu allir sém til þekkja vera sammála, enda hefur norrænt íþróttasamstarf margfaldast á liðnum árum fötluðu íþróttafólki til gagns og gleði.

Að loknum stofnandinum var fulltrúum boðið til móttöku á Bessastöðum hjá þáverandi forseta Íslands dr. Kristjáni Eldjárn. Lýsti forsetinn virðingu sinni á þeim árangri sem hefði náðst, enda hefði málið mjög mikla þýðingu fyrir fatlað fólk á Norðurlöndum.

Allir verðlaunapeningar sem NORD HIF veitir á mótum sínum eru áritaðir á íslensku með fornu íslensku letri og er það gert í þakklætisskyni við Íslendinga fyrir að hafa rekið smiðshöggið á stofnun sambandsins.



Norsku fulltrúarnir í móttökunni á Bessastöðum.



Finnsku fulltrúarnir í móttökunni á Bessastöðum.



Færeyersku fulltrúarnir í móttökunni á Bessastöðum.



Íslensku þátttakendurnir á ólympíumótinu í Lillehammer í Noregi 1994.

Erlend samskipti

Iþróttasamband fatlaðra á aðild að mjög mörgum alþjóðasamtökum fatlaðra íþróttamanna og tekur virkan þátt í starfsemi þeirra. Þarf ÍF að sækja ýmsa fundi og ráðstefnur sem þessi samtök standa fyrir, auk þess sem fundir hafa verið haldnir hér á landi. Þau erlendu samtök sem ÍF á aðild að eru:

IPC, alþjóðaólympíuhreyfing fatlaðra sem var stofnuð árið 1989 og eru alþjóðasamtök allra fötlunarflokkja, nema heyrnarlausra og Special Olympics, aðilar að samtökunum. IPC stendur að framkvæmd ólympíumóta og heimsmeistaramóta fyrir fatlaðra og eru nú 158 lönd aðilar að samtökunum. Ísland tók fyrst þátt í ólympíumóti fatlaðra í Hollandi árið 1980.

Special Olympics, alþjóðaþróttasamtök þroskaheftra, standa fyrir keppni fyrir alla þroskahefta. ÍF gerðist aðili að Special Olympics International árið 1990 og hafa tugir þroskaheftra Íslendinga tekið þátt í Evrópumótum og alþjóðlegum móturnum á vegum samtakanna. ÍF er umsjónaraðili Special Olympics á Íslandi en þessi samtök starfa sjálfstætt víðast hvar og eru gífurlega öflug, ná nú til 150 landa.

Þá er ÍF aðili að IBSA, alþjóðaþróttasamtökum blindra/sjónskertra, CP ISRA, alþjóðaþróttasamtökum spastískra, ISOD, alþjóðaþróttasamtökum aflimaðra, ISMGWF, alþjóðaþróttasamtökum mænuskaðaðra, INAS-FMH, alþjóðaþróttasamtökum þroskaheftra, sem standa fyrir keppni í hefðbundnu formi. Þá er Íþróttafélag heyrnarlausra aðili að CISS, alþjóðaþróttasamtökum heyrnarlausra og heyrnarskertra.

ÍF þarf að sækja ýmsa fundi og ráðstefnur þessara samtaka sem eru alþjóðaíþróttasamtök fyrir hvern fötlunarflokk.

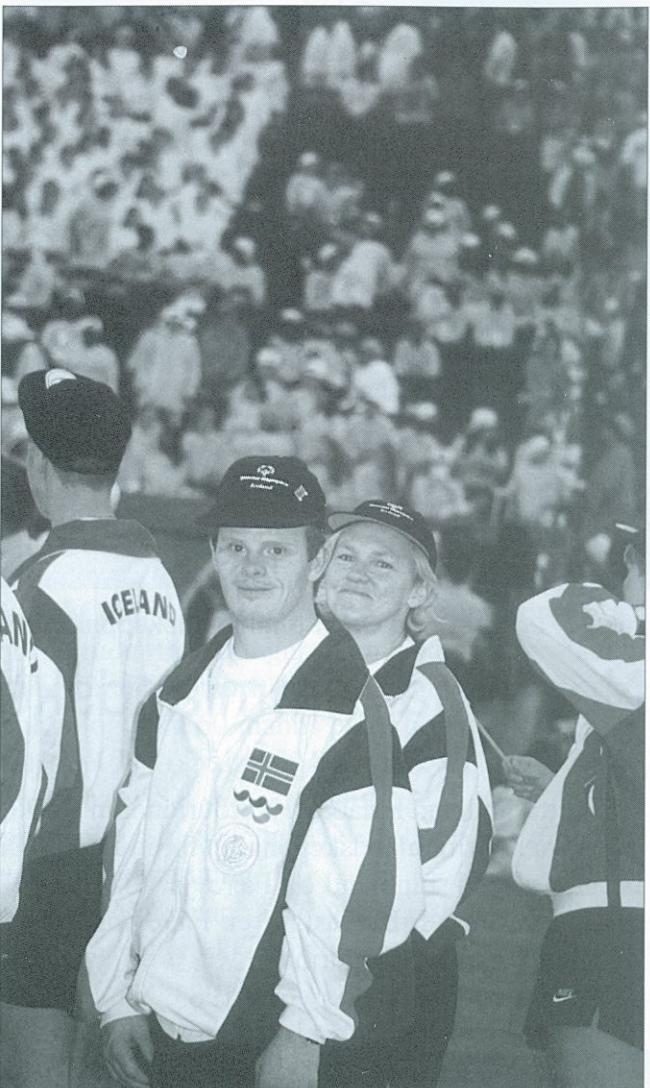
ÍF er einnig aðili að NORD HIF, samtökum íþróttasambanda fatlaðra á Norðurlöndum, en stjórn þeirra er skipuð formönnunum íþróttasambands fatlaðra í hverju landi.

Verkefni á vegum NORD HIF eru m.a. umsjón Norðurlandameistaramóta, norrænna vináttuleikja, norræna barna- og ungingamótsins, norrænna þjálfararáðstefna, norrænna fræðslufunda og ráðstefna o.fl. Norræna trimmlandskeppnin var verkefni á vegum NORD HIF.

Nefndir starfa innan NORD HIF að einstökum málum, m.a. íþróttu- og fræðslunefnd.

Ísland var í forsvari og sá um skrifstofu fyrir NORD HIF árin 1982-1984 og 1992-1995. Sigurður Magnússon var formaður NORD HIF fyrra tímabilið og Ólafur Jensson síðara tímabilið.

ÍF er háð því að eiga gott samstarf við erlend samtök og þá aðila erlendis sem vinna að íþróttamálum fatlaðra. Leita þarf út fyrir landsteinana vegna flestra mála þar sem ÍF hefur yfirumsjón með öllu íþróttastarfi fatlaðra hér á landi og getur ekki leitað upplýsinga hjá öðrum aðila innanlands ef um er að ræða mál sem varða erlend samskipti. Hér er m.a. um að ræða upplýsingar um nýjar íþróttagreinar, ný tæki fyrir fatlaða til íþróttaiðkunar, fræðslumál, lög og reglugerðir, flokkunarmál o.fl.



Fulltrúar Íslands á heimsleikum Special Olympics í New Haven í Bandaríkjunum 1995.



Félagar úr Gáska og Ösp í trimmlandskeppninni 1983.

Norræna trimmlandskeppnin

Íþróttasamband fatlaðra á Norðurlöndum (NORD HIF) ákvað að halda fyrstu norrænu trimmlandskeppnina í íþróttum fatlaðra vorið 1981. Ísland, Noregur, Svíþjóð, Finnland og Færeýjar tóku þátt í keppninni og fóru leikar svo að Ísland vann yfirburðasigur en Færeýingar urðu í 2. sæti. Hlutu Íslendingar veglegan bikar fyrir sigurinn.

Keppnin var endurtekin vorið 1983. Nú voru Danir með en Finnar ekki. Jafnframt var haldin innanlandskeppni hér á landi. Í norrænu keppninni unnu Íslendingar aftur glæsilega og Færeýingar urðu í öðru sæti. Í innanlandskeppninni sigraði UMSK.

Keppnin var endurtekin tveimur árum síðar, 1985. Þá var fyrirkomulagið með þeim hætti að keppnin var þrískipt. Í fyrsta lagi var um keppni á milli Norðurlandanna að ræða. Í annan stað var þetta innanlandskeppni, þar sem það héraðssamband sem hlaut flest stig miðað við íbúafjölda sigraði, og í þriðja lagi var þetta einstaklingskeppni, þar sem þeir einstaklingar sem trimmuðu einu sinni á dag alla dagana, eða 14 sinnum, gátu unnið til verðlauna. Keppnisgreinar voru ganga, hlaup, skokk, hjólastólaakstur, róður, hestamennska og hjóreiðar. Til þess að hljóta stig í keppninni þurfti að trimma a.m.k. 2,5 km. Norðurlöndin fimm tóku þátt að þessu sinni en Færeýingar ekki. Enn unnu Íslendingar með yfirburðum og fengu bikarinn til eignar en Finnar urðu í öðru sæti. Af héraðssamböndunum varð UMFB (Ungmennafélag Bolungarvíkur) í efsta sæti.



Úr göngunni „í spor fatlaðra“ 1992.

urðu í 5. sæti. Bolvíkingar sigruðu aftur í innanlandskeppninni.

Haustið 1989 var efnt til norrænu trimmlandskeppninnar í fimmra sinn og sigruðu Færeyingar en Ísland varð í þriðja sæti. Alls tóku 866 einstaklingar þátt í keppninni hér á landi. Enn sigruðu Bolvíkingar í innanlandskeppninni. Í tengslum við keppnina efndu ÍF, Trimmlúbbur Eddu Bergmann, Íþróttafélagið Ösp og ÍFR til ratleiks á Miklatúni og tóku 60 manns þátt í honum.

Keppnin var næst haldin haustið 1991 og sigraði Danmörk en Ísland varð í fjórða sæti. Í innanlandskeppninni bar HSB sigur úr býtum.

Síðasta norræna trimmlandskeppnin var haldin haustið 1993 og sigraði Ísland þá en HSH var stigahæst í innanlandskeppninni.

Tilgangurinn með trimmlandskeppninni var sá að vekja fatlað fólk til umhugsunar um gildi íþróttar og útvistar og er ekki að efa að það markmið náðist með keppninni.

Merki sambandsins

Fljótlega eftir stofnun Íþróttasambands fatlaðra var hafist handa við að láta hanna merki fyrir sambandið og var í þeim tilgangi leitað til Hreins M. Jóhannssonar gullsmiðs. Hann teiknaði merkið sem var síðar samþykkt af stjórn ÍF. Ástmar Ólafsson auglýsingateknari útfærði það svo nánar til notkunar í prentun. Í fyrstu lögum sambandsins var þó gert ráð fyrir skammstöfuninni ÍSF í stað ÍF eins og hún er nú. Merkið hefur verið notað við gerð oddfána, á bréfsefni og umslög, verðlaunapeninga og fleira.



Hreinn M. Jóhannsson.



Myndin er tekin við fyrstu gróðursetninguna í Vilborgarlundi. Með frú Vigdísí Finn bogadóttur á myndinni er Ólafur Jensson formaður ÍF ásamt nokkrum samstjórnarmönnum og unguum íþróttaiökendum, auk Sveins heitins Björns- sonar forseta ÍSÍ lengst til hægri.

Vilborgarlundur

Arið 1990 var að tilhlutan ÍF vígður gróðurreitur í landi Keldna, innst í Grafarvogi í Reykjavík. Á bak við þetta ágæta framtak sambandsins er hins vegar nokkur saga um upphafið og síðan nafngiftina en skógræktarlundi ÍF var gefið nafnið Vilborgarlundur.

Ólafur Jensson fyrrverandi formaður ÍF er áhugamaður um skógrækt og fannst honum vel til fundið að skapa tækifæri fyrir fatlaða til að sinna því mikilvæga verkefni sem ræktun landsins er. Hann leitaði samstarfs við forráðamenn Reykjavíkurborgar, einkum þá Þorvald S. Þorvaldsson skipulagsstjóra og Jóhann Pálsson garðyrkjastjóra, um framkvæmdina. Málaleitan hans var vel tek-ið og niðurstaðan varð sú að borgaryfirvöld sáu um undirbúning og skipulag landsspildu í landi Keldna til þessa ræktunarstarfs.

Á afmælisdegi ÍF, 17. maí 1970, var skógræktarreiturinn vígður og honum gefið nafnið Vilborgarlundur, en þannig háttaði til að amma frú Vigdísar Finn bogadóttur, þáverandi forseta Íslands, Vilborg Guðnadóttir var húsfreyja að Keldum. Þar var frú Vigdís gjarnan í sveit hjá ömmu sinni í æsku.

17. maí 1990 gróðursetti frú Vigdís fyrstatréð og gaf lundinum nafn en áhugi hennar á skógrækt er löngu landskunnur og velvild hennar í garð fatlaðra hefur ávallt verið mjög mikil.

Árlega er farið á afmælisdegi ÍF í Vilborgarlund og nýtré gróðursett.

Sumarbúðir ÍF, norræn barna- og ungingamót

Iþróttasamband fatlaðra hefur rekið sumarbúðir á hverju sumri frá árinu 1986 og hefur aðsókn að þeim jafnan verið mjög góð. Áður hafði Sigurður Guðmundsson rekið sumarbúðir fyrir fatlað íþróttafólk að Leirá í Borgarfirði og íþróttafélöginn Björk úr Reykjavík og Eik frá Akureyri verið með sumarbúðir á Laugarvatni. Markmið sumarbúðanna er að kynna, efla og viðhalda áhuga á íþróttum fatlaðra. Hefur þessi starfsemi notið mikilla vinsælda og ljóst að þörfin er mikil enda hafa margir kynnst íþróttum fatlaðra í fyrsta sinn í sumarbúðunum á Laugarvatni.

Fyrsta sumarið sá Markús Einarsson framkvæmdastjóri ÍF um sumarbúðirnar. Það sumar voru haldin tvö tú daga námskeið og sóttu 40 manns hvort námskeiðið.

Markús sá um sumarbúðirnar fram til ársins 1991 en þá tók Guðrún Hallgrímsdóttir við rekstrinum. Vorið 1992 var honum breytt með það að markmiði að koma í auknum mæli til móts við fatlað íþróttafólk. Ákveðið var að bjóða þrjá valhópa, tvo með mismunandi áherslur á íþróttagreinar og einn heilsubótarhóp. Þátttaka var mjög góð eftir breytinguna og tóku 120 manns þátt í námskeiðunum sumarið 1992. Guðrún var forstöðumaður sumarbúðanna til ársins 1995 en þá tóku íþróttakennararnir Jóhann Arnarson og Baldur Þorsteinsson við rekstrinum.

Í sumarbúðunum er boðið upp á ýmislegt fleira en íþróttaiðkun. Farið er með þátttakendur í styrti ferðir, t.d. hringferð í kringum Laugarvatn og fjallgöngur. Þá hefur verið farið í heyskap í Miðdal, í bátsferðir, hestaferðir og leiki. Góðir



Páttakendur
í sumarbúðum
ÍF við
Íþróttamiðstöðina á
Laugarvatni.



Skroppið í útreiðatúr í sumarbúðunum.



Í hjólreiðatúr á Laugarvatni.

er haldið annað hvert ár og skiptast Norðurlöndin á um að halda þau. Íþróttasamband fatlaðra hefur alltaf sent íslensk börn á mótin auk þess sem það stóð fyrir mótinu hér á landi sumarið 1987.

Hvert land á rétt á að senda 25 þáttakendur á aldrinum 12 - 16 ára á mótið og er keppt í boccia, borðtennis, frjálsum íþróttum og sundi. Hafa þessi móti verið frumraun margra efnilegra íþróttamanna í alvöru íþróttakeppni og hafa íslensku krakkarnir iðulega staðið sig mjög vel. Þeir unnu t.d. í 17 greinum á mótinu sem haldið var hér á landi 1987, það er í 6 greinum frjálsra íþrótta og 10 sundgreinum auk þess sem þeir urðu í fyrsta sæti í sveitakeppninni í boccia.

gestir hafa komið í heimsókn, til dæmis heimsóttu tvíburabréðurnir Arnar og Bjarki Gunnlaugssynir knattspyrnumenn frá Akranesi sumarbúðirnar 1995.

Í sumarbúðunum hafa að jafnaði starfað um 15 manns auk þess sem sérstakir fylgdarmenn koma með þeim einstaklingum sem þurfa mikla sérhæfða aðstoð.

ÍF hefur alveg frá byrjun lagt mikið upp úr barna- og ungingastarfi. Hluti af því hefur verið að gera fötluðu ungu fólk kleift að sækja barna- og ungingamót erlendis, einkum á Norðurlöndum. Strax sumarið eftir að ÍF var stofnað fóru 20 börn á vegum sambandsins á norræna íþróttahátið í Kaupmannahöfn í tilefni alþjóða barnaársins. Árið 1981 stóð Svíþjóð fyrir norrænu barna- og ungingamóti og hefur sú hefð skapast síðan að slíkt móti



Frá norræna barna- og unglingamótinu sem haldið var í Reykjavík sumarið 1987.



Norræna barna- og unglingamótið í Reykjavík 1995.

Frá kynningu á boccia fyrir eldri borgara.



Boccia eldri borgara

Asíðstu árum hefur Íþróttasamband fatlaðra staðið fyrir kynningum á bocciaíþróttinni á fjölmögum dvalarheimilum, dagvistunum og félagsmiðstöðvum eldri borgara á Stór-Reykjavíkursvæðinu. Gífurlegur áhugi hefur vaknað á boccia meðal eldri borgara og forráðamenn félagsmiðstöðva hafa sýnt málínun mikinn stuðning.

Íþróttasamband fatlaðra hefur aðstoðað þessa aðila við að setja á fót bocciaæfingar með því að útvega bocciasett og veita ráðgjöf þegar þörf er á. ÍF óskaði eftir því að samstarfi yrði komið á þar sem ÍF yrði fyrst og fremst ráðgjafaraðili en forstöðumenn félagsmiðstöðva aldraðra, Félag áhugafólks um íþróttir aldraðra og aðrir þeir sem áhuga hefðu á sæju um skipulag uppbyggingar á íþróttinni meðal aldraðra hér á landi. ÍF hefur haldið dómaranámskeið fyrir þá sem hafa umsjón með bocciaþjálfun aldraðra og hefur samstarfið gengið mjög vel.

Ótal mótt hafa verið haldin í umsjón þessara aðila þar sem þátttaka hefur aukist ár frá ári. Þátttaka á stærsta mótið, sem er mótt með þátttöku allra staðanna er nú orðin svo mikil að nauðsyn er á úrtökumóti á hverjum stað til að velja sveitir til þátttöku.

Það sem þarna hefur átt sér stað er mjög athyglisvert og má segja að eldri borgarar hafi slegið öðrum við, sé miðað við uppbyggingu á íþróttareininni og fjölda þátttakenda á svo fáum árum. Þessi áhugi meðal aldraðra á boccia hér-lendis og hin sívaxandi þátttaka hefur m.a. vakið mikla athygli á hinum Norðurlöndunum.

Grunnurinn að þessum árangri er án efa áhugi þeirra sem starfa í forsvari félagsstarfs aldraðra en Íþróttasamband fatlaðra hefur átt einstaklega ánægjulegt samstarf við alla þessa aðila.



Félagar úr
Gáska fylgj-
ast með á
Íslandsmóti.

Innlend íþróttamót

Íslandsmót í íþróttum fatlaðra hafa verið haldin allt frá stofnun íþróttasambands fatlaðra og reyndar frá því talsvert fyrir stofnun sambandsins. Þau hafa verið haldin í flestum greinum sem fatlað íþróttafolk stundar. Nú eru Íslandsmót haldin í boccia, bogfimi, borðtennis, lyftingum, sundi og frjálsum íþróttum, innan- og utanhúss. Mótin hafa verið haldin víða um land og hafa þá íþróttafélög fatlaðra á staðnum átt veg og vanda af skipulagningu þeirra. Þessi móti eru yfirleitt mjög vel sótt.

Fyrsta Íslandsmótið í íþróttum fatlaðra var lyftingamót sem haldið var í sjónvarpssal árið 1977. Áhrifin af framkvæmd mótsins í sjónvarpinu vógu mjög þungt í almmenri kynningu á íþróttum fatlaðra og voru mikill stuðningur við uppbyggingarstarfið á öllum sviðum.

Fyrsta Íslandsmót ÍF í boccia og borðtennis árið 1979 á Akureyri. Það var haldið í íþróttahúsi Glerárskóla en jafnframt voru haldin opin móti í bogfimi og lyftingum. Í byrjun næsta árs var aftur haldið Íslandsmót í lyftingum í sjónvarpssal og sama ár var fyrsta Íslandsmótið í sundi fatlaðra haldið í Sundhöll Reykjavíkur. Þátttakendum var skipt í fjóra fötlunarflokk: hreyfihamlaða, blinda og sjónskerta, proskahefta og heyrnardaufa. Önnur Íslandsmót í íþróttum fatlaðra árið 1980 voru í boccia, bogfimi og borðtennis.

Árið 1995 var Íslandsmótinu í boccia skipt í einstaklings- og sveitakeppni vegna sívaxandi fjölda keppenda. Sveitakeppni fer fram að vori ásamt bogfimi, borðtennis, lyftingum og sundi. Einstaklingskeppni fer fram að hausti og stefna ÍF hefur verið sú að þessi móti séu í umsjón aðildarfélaga ÍF um land allt. Frá árinu 1995 hafa einstaklingsmóti ÍF í boccia verið haldin á Húsavík, í



Á haustdögum 1983 barst íþróttasambandi fatlaðra að gjöf glæsilegur bikar frá Sigmari Ólasyni sjómanni á Reyðarfirði. Hann kvað engar kvaðir fylgja gripnum, hann væri til frjálsrar ráðstöfunar hjá stjórni sambandsins í því skyni að efla og hvetja til góðra verka. Stjórni ÍF fannst við hæfi að hafa bikarinn aðalverðlaun í nýárssundinu sem fram átti að fara í fyrsta sinn tveimur mánuðum síðar og gefa honum nafnið Sjómannabikarinn. Bikarinn vannst til eignar af Birki Gunnarssyni, blindum íþróttamanni, árið 1993. Sigmar gaf hins vegar strax nýjan bikar og var hann veittur í fyrsta sinn 1994. Á myndinni er Sigmar Ólason á hafnargarðinum á Reyðarfirði og í baksýn togarinn Snæfugl sem Sigmar hefur verið á um margra ára bil.

Frá verðlaunaafhendingu á fyrsta nýárs sundmótinu. Á myndinni afhendir frú Vigdís Finnbogadóttir, forseti Íslands, Sigrúnú Pétursdóttur Sjómannabikarinn en auk þeirra eru á myndinni Erlingur P. Jóhannsson sundbjálfari og fjær Hrafnhildur Hámundardóttir.





Kept í sundi.

Reykjanesbæ og á Selfossi. Stóru Íslandsmótin eru yfirleitt haldin í Reykjavík í umsjón ÍF. Þau hafa þó einnig verið haldin á Akureyri og Akranesi auk þess sem Íþróttafélagið Ösp sá um framkvæmd mótsins í Reykjavík árið 1997.

Íslandsmót í frjálsum íþróttum utanhúss eru haldin á sumrin og innanhúss á vorin. Þessi móti hafa farið fram í Reykjavík, Kópavogi, Mosfellsbæ, Akureyri og Laugarvatni. Fyrsta Íslandsmót fatlaðra í frjálsum íþróttum utanhúss fór fram á Kópavogsvelli sumarið 1986. Um 90 keppendur frá fimm félögum tóku þátt í mótinu. Í febrúar sama ár var haldið fyrsta innanhússmótið í frjálsum íþróttum í Baldurshaga og Íþróttahúsi Seljaskóla. Kept var í flokkum þroskaheftra, hreyfihamlaðra og blindra og sjónskertra. Keppendur voru 70 frá sex félögum.

Árið 1983 var haldið stórt frjálsíþróttamót fyrir þroskahefta á Kópavogsvelli og tóku 80 manns þátt í því. Sumarið 1985 sá Lionsklúbburinn Hængur á Akureyri um frjálsíþróttamót fyrir þroskahefta. Hafa Hængsmótin verið haldin árlega síðan og eru mjög vinsæl.

Fyrstu Íslandsleikar Special Olympics voru haldnir í Mosfellsbæ árið 1994. Kept var í frjálsum íþróttum og sundi auk þess sem lyfingar voru sýningarátriði á leikunum. Alls tóku 85 keppendur frá ellefu félögum þátt í mótinu. Árið 1996 voru Special Olympics haldnir í tengslum við Hængsmótið á Akureyri og árið 1998 í Borgarbyggð en þessir leikar eru haldnir annað hvert ár og eru aðeins fyrir þroskahefta.

Nýárssundmót fatlaðra barna og unglings hefur farið fram í byrjun janúar ár hvert frá árinu 1984. Þetta móti er ætlað börnum og unglingum sautján ára og yngri. Nýárssundmótið er byggt upp á óhefðbundinn hátt, árangur er reiknaður samkvæmt ákveðinni stigagjöf og umgjörð mótsins er ávallt mjög formleg. Heiðursgestur er á hverju móti, tónlistaratriði og heiðursvörður skáta og mikil

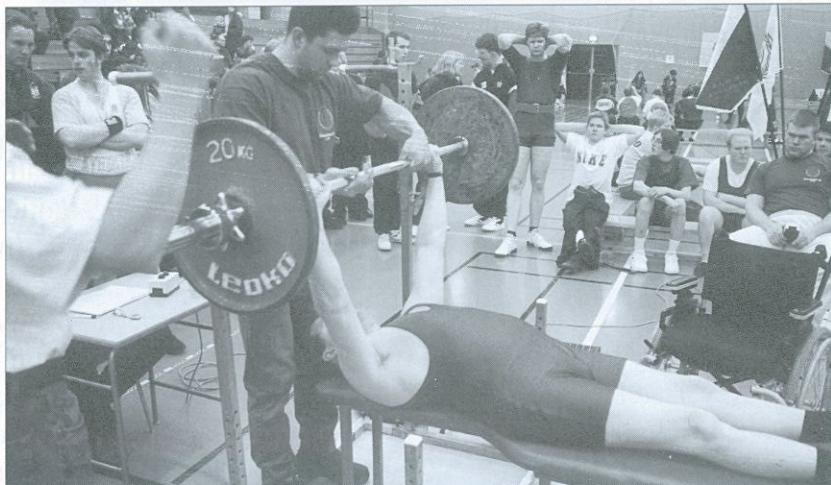
Einbeittin er mikil í kúluvarpinu.



Gert klárt fyrir keppni í rennuboccia.



Frá keppni í lyftingum.





Viðar
Guðnason
ÍFR sýnir
tilþrif í
borðtennis.

stemming ríkir. Keppt er um Sjómannabikarinn sem gefinn er af Sigmari Ólasoni sjómanni á Reyðarfirði. Á þessu móti hefur komið fram opinberlega í fyrsta sinn fjöldi fatlaðra barna sem áttu síðar eftir að gera garðinn frægan bæði innanlands og utan á ýmsum stórmótum. Nýárssundið hefur alltaf verið haldið í Sundhöll Reykjavíkur og þátttakendur yfirleitt verið frá 25 - 35 talsins, börn á mismunandi aldri með ólíkar fatlanir.

ÍF hefur séð um ýmis norræn móti, fundi og ráðstefnur hér á landi. Þar má m.a. nefna Norðurlandameistaramót í sundi, bogfimi, lyftingum, borðtennis og boccia, norræn barna- og unglingamót og norræna vináttuleika.

Strax árið 1981 var Norðurlandameistaramótíð í sundi haldið í Vestmannaeyjum og var það í fyrsta sinn sem Norðurlandameistaramót í sundi var haldið hér á landi. ÍF og Íþróttabandalag Vestmannaeyja sáu um undirbúning mótsins en alls voru þátttakendur 70 talsins úr röðum hreyfihamlaðra, blindra/sjónskertra og þroskaheftra frá öllum Norðurlöndunum nema Finnlandi.

Af öðrum norrænum íþróttamótum sem haldin hafa verið hér á landi má nefna norrænt íþróttamót fatlaðra barna og unglingsa sem var haldið sumarið 1987 í Reykjavík. 78 börn og unglingsar á aldrinum 12 - 16 ára frá öllum Norðurlöndunum tóku þátt í því.



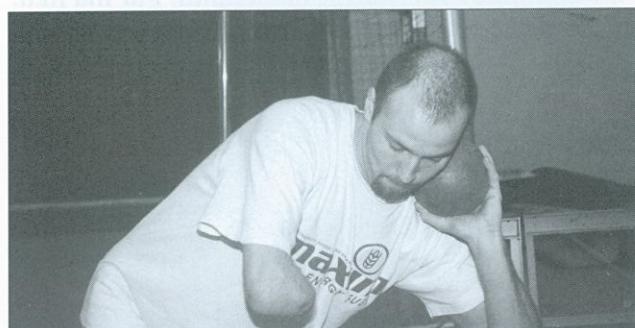
Gunnar P. Gunnarsson keppir í langstökki
á Special Olympics 1994.



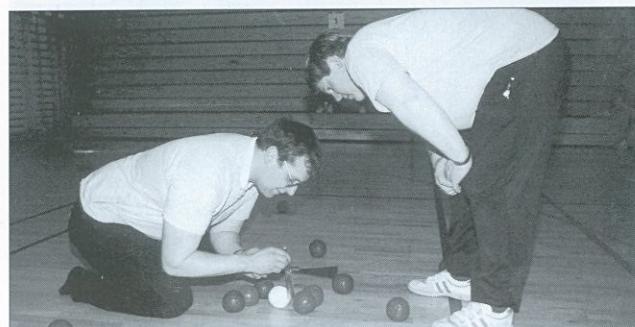
Tilbúinn að stinga sér.



Í viðbragðsstöðu.



Kúluvarp innanhúss.



Dómgaæsla í boccia.

Kept var í boccia, borðtennis, frjálsum íþróttum og sundi. Árið eftir, vorið 1988, var haldið Norðurlandamót heyrnarlausra í handbolta í Íþróttahúsi Seljaskóla. Sama sumar var Norðurlandamót í boccia haldið í Íþróttahúsi Digraness í Kópavogi og á sama tíma voru norrænir leikar þroskaheftra á Selfossi og tóku 150 þátttakendur frá öllum Norðurlöndunum þátt í mótinu. Sumarið 1989 var Norðurlandameistaramót í sundi haldið í Vestmannaeyjum og voru þátttakendur 80 talsins frá öllum Norðurlöndunum. Vorið 1993 var haldið Norðurlandameistaramót fatlaðra í bogfimi og lyftingum og Norðurlandameistaramót í borðtennis vorið 1994.

Í júní 1995 sá ÍF um norræna barna- og unglingsamótið og var það haldið í Garðabæ. Í fyrsta skipti tóku ófatlaðir einstaklingar þátt í mótinu en þátttakendur voru 112 frá öllum Norðurlöndunum. Mótið stóð í sjö daga í stað fjögurra áður og var mikil áhersla lögð á að koma til móts við sem stærstan hópungs íþróttafólks og kynnaland og þjóð.

Pátttaka í íþróttamótum erlendis

Fatlað íþróttafólk frá Íslandi hefur gert garðinn frægan á erlendri grund. Frammistaða þess hefur vakið verðskuldaða athygli, jafnt innanlands sem utan. Íslenska afreksfólkið hefur unnið fjöldann allan af verðlaunum og ber þar hæst framgöngu þess á ólympíumótum fatlaðra. Þá hefur íslenska keppnisfólkinu vegnað mjög vel á öðrum stórmótum, eins og heimsleikum, Evrópumótum og Norðurlandamótum.

Fyrsta erlenda stórmótið sem Íslendingar tóku þátt í eftir stofnun ÍF voru hins vegar Stoke Mandeville-leikarnir 1979. Fóru fjórir pátttakendur þangað.

Íslendingar tóku fyrst þátt í ólympíumótinu á öðru starfsári ÍF. Það voru leikarnir í Arnhem í Hollandi sumarið 1980. Íslensku keppendurnir voru tólf talsins og með þeim fóru átta aðstoðarmenn. Íslendingar kepptu í kringlukasti, spjótkasti, kúluvarpi, sundi, lyftingum og borðtennis í Hollandi og var hápunktur ferðarinnar þegar Sigurrós Karlsdóttir hreppti gull í 50 m bringusundi. Var hún þar með fyrsti Íslendingurinn sem vann ólympíugull.

Ólympíumótið 1984 var tvískipt. Leikarnir fyrir mænuskaða og þá sem höfðu lamast af völdum lómunarveiki voru haldnir í Stoke Mandeville á Englandi en aðrir hópar kepptu í New York. Níu Íslendingar tóku þátt í leikunum í New York og hlutu þeir tvenn silfur og sjö brons á leikunum. Átta Íslendingar tóku þátt í leikunum í Stoke Mandeville og unnu til tveggja bronsverðlauna.



Fulltrúar Íslands ganga inn á setningaráðið ólympíumótsins í Atlanta 1996.

Íslensku keppendurnir á ólympíumótinu í New York 1984 ásamt fararstjórum, þjálfurum og nefndarmönnum ólympíunefndar ÍF.



Árið 1988 var ólympíumótið haldið í Seoul í Suður-Kóreu og tóku fjörtán íslenskir íþróttamenn þátt í leikunum. Uppskeran var góð, tvö gull, tvö silfur og sjö brons.

Í september 1992 var röðin komin að Spáni að halda ólympíumót. Var það tví skipt, í Barcelóna fór fram ólympíumót mænuskaðaðra, aflimaðra, spastískra, blindra og sjónskertra og í Madrid var haldið fyrsta ólympíumót þroskaheftra. Tólf keppendur frá Íslandi tóku þátt í mótinu í Barcelóna og átta í mótinu í Madrid. Árangur íslensku keppendanna varð mun betri en nokkur bjóst við, alls unnu þeir til 38 verðlauna á mótunum. Í Barcelóna unnust þrjú gull, tvö silfur og tólf brons og í Madrid tíu gull, sex silfur og fimm brons. Sigrún Huld Hrafnsdóttir vann níu gull og tvö silfur í Madrid og er það einn glæsilegasti árangur sem íslenskur íþróttamaður hefur náð á móti.

Ólympíumót fatlaðra var næst haldið í Atlanta í Bandaríkjunum sumarið 1996. Tíu keppendur fóru frá Íslandi og enn sem fyrr var árangurinn glæsilegur. Alls unnu Íslendingarnir til fimm gullverðlauna, fjögurra silfurverðlauna og fimm bronsverðlauna.

Þótt árangur fatlaðra íþróttamanna frá Íslandi hafi risið hvað hæst á ólympíumótum hefur þeim einnig vegnað mjög vel á öðrum alþjóðlegum mótum. Þar má nefna frábæra frammistöðu á heimsleikum fatlaðra, Evrópumótum og Norðurlandamótum en íslenskt íþróttafólk hefur tekið virkan þátt í öllum þessum mótum og unnið til fjölmargra verðlauna.



Haukur Gunnarsson hlaut silfurverðlaun í 100 m hlaupinu á Evrópumeistaramótinu í Belgíu 1985.



Merki Íslands við setningu ólympíumótsins í New York 1984. Í heiðursstúku má sjá Ronald Reagan þáverandi Bandaríkjaforseta.



Stjórn Íþróttasambands fatlaðra 1982 - 1984. Aftari röð frá vinstri: Markús Einarsson framkvæmdastjóri ÍF, Hörður Barðdal, Sveinn Áki Lúðvíksson, Magnús B. Einarson og Ólafur Ólafsson. Fremri röð: Ólafur P. Jónsson, Sigurður Magnússon formaður og Páll B. Helgason.

Stjórnir og nefndir ÍF

Stjórn Íþróttasambands fatlaðra fer með æðstu völd sambandsins á milli sambandsþinga sem haldin eru á tveggja ára fresti. Allt frá stofnun sambandsins til dagsins í dag hafa valist mjög hæfir menn í stjórn sem hafa verið reiðubúnir að leggja á sig ómælda vinnu í þágu íþróttarfatlaðra án þess að þiggja fyrir það neina greiðslu. Án framlags þeirra væri staða íþróttarfatlaðra öll önnur og lakari en hún er.

Stjórn ÍF hefur verið undir forystu þriggja manna. Á árunum 1979 til 1984 var Sigurður Magnússon formaður Íþróttasambands fatlaðra. Ólafur Jensson tók við af Sigurði og gegndi formennsku til ársins 1996. Þá tók Sveinn Áki Lúðvíksson við formennsku og gagnir henni enn.

Þær fjölmörgu nefndir sem starfað hafa á vegum ÍF hafa verið einn af burðarásum starfseminnar. Fulltrúar allra nefnda ÍF eru sjálfboðaliðar sem leggja fram sérþekkingu sína og vinnufl í samvinnu við stjórn og starfsfólk sambandsins til að starfið megi dafna sem best. ÍF hefur borið gæfu til að fá í þessar nefndir fólk sem hefur reynslu og sérþekkingu á þeim málaflokkum sem nefndirnar starfa að og er framlag þess ómetanlegt.

Helstu nefndir ÍF eru: fræðslunefnd, alþjóðasamskiptanefnd, boccianefnd, bogfiminefnd, borðtennisnefnd, frjálsíþróttanefnd, sundnefnd, vetraríþróttanefnd, sumarbúðanegefnd, Special Olympics nefnd og afreksmannasjóðsnefnd.

Stjórnartal ÍF

1979 - 1982:

Sigurður Magnússon, formaður, Páll B. Helgason, Hörður Barðdal, Sigríður Níelsdóttir, Ólafur P. Jónsson, Magnús B. Einarson, Guðbjörg Eiríksdóttir og Magnús Pálsson.

1982 - 1984:

Sigurður Magnússon, formaður, Hörður Barðdal, Sveinn Áki Lúðvíksson, Magnús B. Einarson, Ólafur Ólafsson, Ólafur P. Jónsson, Páll B. Helgason og Vilhjálmur B. Vilhjálmsson.

1984 - 1986:

Ólafur Jensson, formaður, Hörður Barðdal, Ólafur P. Jónsson, Gunnar Kr. Gunnarsson, Guðrún Hallgrímsdóttir, Böðvar Böðvarsson, Sveinn Áki Lúðvíksson og Jón Haukur Danielsson.

1986 - 1988:

Ólafur Jensson, formaður, Sveinn Áki Lúðvíksson, Guðrún Hallgrímsdóttir, Þórður Árni Hjaltested, Hildur Jónsdóttir, Björgvin Friðriksson, Ólafur P. Jónsson og Guðlaugur Guðmundsson.



Stjórn Íþróttasambands fatlaðra 1990 - 1996 og starfsmenn ÍF. Fremri röð frá vinstrí: Sigurður Björnsson, Þórður Árni Hjaltested, Camilla Th. Hallgrímsson, Ólafur Jensson, formaður, Sigríður Sæland, Ólafur P. Jónsson. Efri röð: Sveinn Áki Lúðvíksson, Svava Árnadóttir, Anna Karólína Vilhjálmssdóttir og Ólafur Magnússon.

1988 - 1990:

Ólafur Jensson, formaður, Guðlaugur Guðmundsson, Þórður Árni Hjaltested, Björk Jónsdóttir, Ólafur P. Jónsson, Sveinn Áki Lúðvíksson, Sigurður Björnsson og Böðvar Böðvarsson.

1990 - 1992:

Ólafur Jensson, formaður, Camilla Th. Hallgrímsson, Ólafur P. Jónsson, Sigríður Sæland, Svava Árnadóttir, Sveinn Áki Lúðvíksson, Þórður Árni Hjaltested og Sigurður Björnsson.

1992 - 1994:

Ólafur Jensson, formaður, Camilla Th. Hallgrímsson, Ólafur P. Jónsson, Svava Árnadóttir, Sveinn Áki Lúðvíksson, Sigríður Sæland, Sigurður Björnsson og Þórður Árni Hjaltested.

1994 - 1996:

Ólafur Jensson formaður, Camilla Th. Hallgrímsson, Sigríður Sæland, Þórður Árni Hjaltested, Ólafur P. Jónsson, Sveinn Áki Lúðvíksson, Sigurður Björnsson og Svava Árnadóttir.

1996 - 1998:

Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður, Camilla Th. Hallgrímsson, Svava Árnadóttir, Guðmundur Grímsson, Þórður Árni Hjaltested, Erlingur P. Jóhannsson, Margrét Hallgrímsdóttir og Ólafur P. Jónsson.



Núverandi stjórn ÍF 1996 - 1998 og starfsmenn sambandsins. Aftari röð f.v.: Ólafur Magnússon, Erlingur P. Jóhannsson, Guðmundur Grímsson, Camilla Th. Hallgrímsson, Svava Árnadóttir og Anna K. Vilhjálmsdóttir. Fremri röð: Anna G. Sigurðardóttir, Margrét Hallgrímsdóttir, Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður, Þórður Árni Hjaltested og Ólafur P. Jónsson.

Sigurður Magnússon

Pað er ekki ofögum sagt að kalla Sigurð Magnússon guðföður íþróttta fatlaðra á Íslandi. Í sögu hreyfingarinnar á Íslandi leikur hann svipað hlutverk og Sir Ludwig Guttmann á heimsvísu. Vist er að staða íþróttta fatlaðra væri öll önnur ef ekki hefði notið áhuga og elju Sigurðar við að ýta starfinu úr vör og stýra starfseminni fyrstu tólf árin.

Sigurður Magnússon fæddist á Reyðarfirði 1928 og bjó þar fyrstu ellefu ár ævinnar þar til hann fluttist til Reykjavíkur. Á Reyðarfirði lagði hann stund á fimleika og knattspyrnu og þegar hann fluttist til Reykjavíkur hóf hann að æfa með KR. Átján ára veiktist hann af berklum og missti þá annan mjaðmarliðinn.

„Það má eiginlega segja að ég hafi fæðst með íþróttabakteríuna það var mér því mikið áfall þegar ég veiktist af berklunum og varð óhæfur til íþróttaiðkana af því að ég missti annan mjaðmarliðinn. Ég var samt ekki á því að gefast upp þar sem ég vildi starfa áfram fyrir íþróttahreyfinguna. Ég sá aðeins two möguleika í því, annars vegar að snúa mér að dómgæslu og hins vegar að starfa að stjórnunarstörfum fyrir hreyfinguna og hvort tveggja gekk eftir.“

Sigurður varð formaður Handknattleiksráðs Reykjavíkur og framkvæmdastjóri ÍR. Haustið 1948 var hann svo ráðinn fyrsti framkvæmdastjóri ÍBR og gegndi því starfi til ársins 1954 að hann hellti sér út í viðskiptalífið, bæði sem kaupmaður og einnig framkvæmdastjóri og formaður hjá Kaupmannasamtökunum.

Árið 1971 söðlaði Sigurður um og réðst aftur til íþróttahreyfingarinnar, að þessu sinni til ÍSÍ til að annast kynningu og útbreiðslu á íþróttum fyrir alla, trimminu eins og það var nefnt fyrstu árin.

„Petta var mikið mál



Sigurður með Sir Ludwig Guttmann í Stoke Mandeville árið 1971.



Myndin er frá einu fyrsta fræðslunámskeiði sem forystufólk fatlaðra sótti um íþróttir fatlaðra. Námskeiðið var haldið um 1980 og er Sigurður lengst til hægri.

hjá ÍSÍ á sínum tíma og mikil áhersla lögð á að útbreiða iðkun almenningssíþróttu meðal landsmanna. Við áttuðum okkur hins vegar fljótt á því að það var tómpt mál að tala um íþróttir fyrir alla nema fatlað fólk gæti einnig tekið þátt í þeim. Ári eftir að ég byrjaði að starfa hjá ÍSÍ fór ég á fund íþróttanefndar Eyrópuráðsins í Strasbourg. Á meðal fyrirlesara þar var Sir Ludwig Guttmann sem var óumdeilanlegur forystumaður og upphafsmaður íþróttu fatlaðra í heiminum. Ég gleypти boðskap hans í mig, enda maðurinn mjög vel máli farinn og átti málflutningur hans við mikil rök að styðjast að mínu mati. Ég gaf mig á tal við hann í fundarhléi strax eftir að hann hafði flutt erindið til að fræðast nánar um það sem hann hafði verið að segja. Hann varð hrifinn af áhuga mínum og bauð mér að koma til Stoke Mandeville á sinn kostnað á leið minni heim, sem ég gerði. Þar kynntist ég af eigin raun því mikla starfi sem fram fór í Stoke Mandeville.

Þessi kynni mín af Guttmann og Englandsheimsóknin höfðu mikil áhrif á mig. Ég skildi vel hlutskipti fatlaðra þar sem ég hafði kynnst hvoru tveggja, því að vera ófatlaður og einnig því að fatlast. Ég þekkti því ýmsa sálræna erfiðleika sem fatlað fólk á við að striða en það átti á þessum árum mun erfiðara uppdráttar en nú og fordómar í garð þess voru miklir.

Ég man vel eftir því að þegar ég hafði átt í veikindum mínum og ætlaði að fara að stunda sund í Sundhöll Reykjavíkur upplifði ég þessa fordóma í fyrsta skipti. Þar sem ég hafði misst mjáðmarlið átti ég í erfiðleikum með að afklæðast og klæða mig og þurfti að nota við það hjálpartæki þar sem ég gat ekki beygt mig. Fólk starði á mig við þetta eins og ég væri einhver furðuskepna. Ég var allt í einu orðinn skotspónn þeirra sem ekki bjuggu við neina fötlun.

Þessi staðreynd auðveldaði mér að skilja hlut annarra sem voru margir mun meira fatlaðir en ég. Stærsti þröskuldurinn fyrir fatlað fólk er að yfirvinna vanmáttarkenndina sem oft er fylgifiskur fötlunarinnar. Það er erfitt fyrir þetta fólk að skipta um föt fyrir framan aðra og opinbera þannig fötlun sína. Stærsti sig-



Sigurður með þroskaheftu íþróttafólki og þjálfurum þeirra á alþjóðamóti í Gateshead á Bretlandi.

urinn er því oft að sigrast á þessari vanmáttarkennd og þora að gera hlutina. Það er engin tilviljun að einkunnarorð hreyfingarinnar eru: Stærsti sigurinn er að vera með.

Það að ég hafði sjálfur kynnst þessari hlið mála hjálpaði mér því mikið við að skilja vandann sem við var að etja.“

Í tengslum við átakið Íþróttir fyrir alla setti ÍSÍ á laggirnar þriggja manna undirbúningsnefnd fyrir íþróttastarfsemi fatlaðra árið 1973 og var Sigurður formaður hennar.

„Eftir að búið var að stofna nefndina urðu íþróttir fatlaðra hluti af dæminu Íþróttir fyrir alla. Allir sem leitað var til voru mjög skilningsríkir. Þó voru nokkrir einstaklingar innan íþróttahreyfingarinnar sem fóru ekki dult með þá skoðun sína að íþróttir væru fyrir fullfrískt og hraust fólk og að íþróttaiðkun fatlaðra væri engin íþróttaiðkun, í besta lagi endurhæfing. Þeim fór þó fljótt fækkandi og þær raddir heyrast ekki lengur.“

Hvað var erfiðast við að byggja upp íþróttir fatlaðra?

„Erfiðast og jafnframt skemmtilegast var að virkja fatlaða fólk ið til þátttöku. Það að skapa tiltrú hjá því að það gæti þetta. Það að breyta vantrú í sjálfstraust og skapa félagslegan vettvang fyrir þetta fólk til að stunda íþróttir er mér minnisstæðast frá þessum árum. Eftir að þeim áfanga var náð kom allt hitt á eftir eins og af sjálfu sér.“

Þegar Íþróttasamband fatlaðra var stofnað árið 1979 var Sigurður kjörinn for-



Frá verðlaunaafhendingu innanlandskeppninnar í norrænu trimmlandskeppninni. UMSK sigraði.

auk kvenfélaga og kirkjufélaga. Þá nutum við almenns velvilja hjá stjórn-málamönum á Alþingi og í sveitarstjórnunum. Við útveguðum okkur kynning-armyndbönd erlendis frá og sýndum þau á fundum þessara félaga auk þess sem við notuðum þau við að byggja upp sjálfstraust hjá fötluðu fólkí.

Innlend íþróttamót og mótaþátttaka erlendis var einnig ríkur þáttur í starfinu. Íslendingar tóku strax frá byrjun þátt í flestum móturnum sem stóðu til boða erlendis. Ástæðan fyrir því var að strax í upphafi var ljóst að við áttum mjög frambæri-legt íþróttafólk sem stóðst samanburð við þá bestu á hinum Norðurlöndunum. Á þessum árum sóttu Íslendingar eingöngu móti á Norðurlöndum auk þess sem við sendum fólk á Stoke Mandeville - leikana og olympíumótin.

Einn liður í þessum erlendu samskiptum var þátttaka okkar í NORD HIF en við áttum drjúgan þátt í stofnun þess, enda fór hún fram hér á landi. Í kringum þetta norræna samstarf var heilmikil vinna.“

Sigurður hætti sem formaður ÍF árið 1984 þegar hann hóf störf sem skrifstofustjóri ÍSÍ og seinna framkvæmdastjóri þess.

„Starfið sem ég tók við hjá ÍSÍ var svo viðamikið og fjölþætt að ég ákvað að hætta hjá ÍF. Auk þess vildi ég ekki vera formaður eins af samböndunum sem mynda ÍSÍ þegar ég var kominn í þessa stöðu. Mér fannst það ekki við hæfi.

Þegar ég lít yfir þennan tíma sem ég vann fyrir íþróttahreyfingu fatlaðra þá kemur mér fyrst í hug hversu afskaplega heppinn ég var með samstarfsfólk. Í mínum huga er þetta einn jákvæðasti þátturinn í starfi mínu fyrir íþróttahreyfinguna. Þetta mun ætíð standa upp úr.

Þá er mér afar ljúft að láta þess getið að íþróttahreyfing fatlaðra var afar heppin að fá Ólaf Jensson sem eftirmann minn og allt hans samstarfsfólk. Það hefur allt staðið sig með mikilli prýði. Það hefur byggt mjög vel á þeim grunni sem búið var að leggja. Á þeim tólf árum sem Ólafur gegndi formennsku jókst starfsemin og blómstraði og sömu sögu er að segja um Svein Áka Lúðvíksson og hans samstarfsfólk sem heldur starfinu áfram. Íþróttahreyfing fatlaðra hefur verið einstaklega heppin með fólk.“

maður þess og gegndi þeirri stöðu fyrstu fimm árin.

„Starfið fyrstu árin fólst mikið í því að vinna að stofnun nýrra félaga, halda kynningarfundí í þeim og námskeið fyrir aðstandendur félaganna og þjálfara. Þá var kynningarstarf í ýmsum klúbbum og félögum, sem veittu okkur mikinn stuðning frá byrjun, stór þáttur í starfinu. Fjölmargir aðilar studdu okkur vel strax frá upphafi. Þar má nefna Lions- og Kiwanisklúbba um allt land,

Ólafur Jensson

Ólafur Jensson var formaður Íþróttasambands fatlaðra á árunum 1984 til 1996. Þá hefur hann tekið virkan þátt í norrænu samstarfi Íþróttasambanda fatlaðra og var formaður NORD HIF í þrjú ár. Ólafur hefur einnig ritstýrt Hvata, tímariti Íþróttasambands fatlaðra frá stofnun þess árið 1991.

Kynni hans af Íþróttum fatlaðra ná allt aftur til upphafs þeirra hér á landi. Þannig var að þeir Höskuldur Kárason og Arnór Pétursson komu á fund hjá Kiwanisklúbbnum Esju árið 1974 til að segja frá stofnun Íþróttafélags fatlaðra í Reykjavík.

„Málflutningur þeirra og eldmóður hrifu mig og aðra klúbbfélaga svo við ákváðum að taka vel í erindi þeirra. Ég var formaður styrktarsjóðs klúbbsins og við höfðum þá nýlega keypt fjölmarga bikara og verðlaunapeninga. Ég lagði því til að Íþróttafélagi fatlaðra yrðu gefnir þessir gripir, og það var samþykkt og fóru þeir félagar með það af fundinum. Þeir komu svo stuttu síðar til okkar og tjáðu okkur að viðtökur okkar hefðu verið mun betri en hjá öðrum og sóttu um inngöngu í klúbbinn. Klúbburinn fylgdist síðan náið með starfsemi Íþróttafélaga fatlaðra í gegnum þá Arnór og Höskuld og þegar Íþróttasamband fatlaðra var stofnað árið 1979 ákváðum við að gefa því alla verðlaunagripi á mótin og hefur það verið gert síðan. Það skemmtilega er að við förum sjálfir á mótin og afhendum verðlaunagripina og kynnumst þannig Íþróttafólkinu. Tökum þátt í ánægju þess og gleði í starfinu.“

Ólafur er fæddur árið 1934 í Reykjavík. Hann hefur stundað mjög fjölbreytt störf til lands og sjávar. Hann lauk sveinsprófi í vélvirkjun hjá Vélsmiðjunni Steðja og starfaði síðan hjá Vélsmiðjunni Sindra um skeið. Meðal starfa sem Ólafur hefur gegnt má nefna að hann starfaði hjá fulltrúaráði Sjálfstæðisflokkssins í Reykjavík og hjá Birgðastöð Reykjavíkurborgar. Árið 1959 var hann ráðinn til Byggingaþjónustu Arkitektafélags Íslands og var þar allt til ársins 1973 að hann hóf rekstur umboðs- og heildsölufyrirtækis. Árið 1979 hóf hann svo aftur störf hjá Byggingaþjónustunni, sem þá var



Ólafur Jensson.

gerð að sjálfseignarstofnun, og starfaði þar til ársins 1992 að hann varð að hætta störfum þar sem hann gat ekki lengur unnið af fullum kröftum vegna uppskurðar sem hann fór í og afleiðinga hans.

Ólafur er gamall KR-ingur þótt ekki segist hann hafa verið mikill afreksmaður í íþróttum. Hann stundaði sund í sunddeild KR. Aðalgreinin var sundknattleikur en auk þess keppti hann í bringusundi, skriðsundi og baksundi. Hann átti m.a. KR-met í baksundi um nokkurt skeið.

Tíldrögin að því að hann gerðist formaður stjórnar Íþróttasambands fatlaðra voru þau að árið 1983 var hann beðinn að taka sæti í ólympíunefnd fatlaðra vegna ólympíumótsins í New York og í Stoke Mandeville í Englandi árið 1984. Það var í annað skipti sem fatlaðir íþróttamenn frá Íslandi tóku þátt í ólympíumóti.

„Fyrsta skiptið var í Hollandi 1980 þegar Sigurrós Karlsdóttir vann fyrsta ólympíugullið sem Ísland hefur hlotið, ef frá eru taldir Fálkarnir frá Kanada sem unnu gull í íshokkí á ólympíuleikunum í Antwerpen 1920. Ég fór utan til New York með hópnum í sumarbyrjun 1984 og var viðstaddir svona leika í fyrsta skipti. Það var stórkostleg upplifun og mikil hvatning fyrir mig til að byggja upp öflug samtök fyrir fatlað fólk hér á landi. Það hreif mann að sjá einfættan mann stökkva yfir 2 metra í hástökki sem var herra en nokkur íþróttamaður hér á landi hafði stokkið þá. Eða að sjá handa- og fótalaust fólk synda með ótrúlegum hraða, sjá blinda skjóta með rifflí í mark og tæknina sem spastískir sýndu. Þetta var nokkuð sem maður gleymir aldrei. Þá má ekki gleyma þeirri geislandi gleði sem skein úr hverju andliti. Seinna um sumarið fór ég til Stoke Mandeville en þar voru leikarnir fyrir mænuskaddaða haldnir. Það var líka stórkostleg upplifun að verða vitni að þeim leikum.

Nokkrum dögum fyrir aðalfund 1984 var hringt í mig og í símanum var for-



Ólafur Jónasson særmi frú Vigdís Finnboagadóttur forseta Íslands forseta-stjörnu ÍF.



Frú Vigdís Finnbogadóttir tekur við fána Íþróttasambands fatlaðra í Svíþjóð á norræna barna- og unglingamótinu sem haldið var hér á landi 1987. Sveinn Björnsson forseti ÍSÍ og Ólafur Jensson formaður ÍF fylgjast með.

maður uppstillingarnefndar ÍF. Hann tjáði mér að það væri mikill vilji innan nefndarinnar að fá mig sem formann sambandsins. Ég fékk stuttan umhugsunartíma, aðeins nöttina og fram að hádegi daginn eftir. Ég ákvað að verða við þessari ósk uppstillingarnefndarinnar. Veganestið sem ég fékk á ólympíumótinu í New York og í Stoke Mandeville var mjög gott. Það var mér mikil hvatning til þess að standa mig í starfinu hér heima auk þess sem það gaf mér ýmsar hugmyndir. Það má eiginlega segja að ég hafi fengið þetta beint í æð. Þá var ekki síður mikilsvert að kynnast fólkini hér heima. Ég hef átt mjög gott og farsælt samstarf við það og verið heppinn með samstarfsfólk í stjórn sambandsins og það fólk sem hefur starfað fyrir það. Sömu sögu er að segja um stjórnarfólk í aðildarfélögum ÍF auk allra sjálfboðaliðanna. Það er ekki hægt að hugsa sér betra, einlægara og þakklátara fólk að vinna fyrir.

Þegar ég tók við sem formaður voru aðildarfélögum um sjö talsins en eru nú tuttugu og tvö. Auk þess eru ýmsar deildir starfandi hjá Íþróttafélögnum og ungmennafélögnum víða um landið. Þá er sá árangur ekki minna verður að viðhorf þjóðarinnar til fatlaðra hefur gjörbreyst á þessum árum. Og það á ekki bara við gagnvart Íþróttafólkini. Samfélagið er mun opnara og jákvæðara í garð fatlaðra nú en það var fyrir nokkrum árum og er tilbúið að gera meira fyrir þá. Dugnaður fatlaðra Íþróttamanna og vilji þeirra til að verða sjálfbjarga á hygg ég stærstan þátt í þeirri viðhorfsbreytingu.

Virkta Íþróttastarf fatlaðra er hin fullkomna endurhæfing og því er svo mikilvægt fyrir þá að stunda Íþróttir. Í raun og veru er sérhver fatlaður Íþróttamaður fyrst og fremst að keppa við sjálfan sig, að gera betur í dag en í gær. Þannig sést líka árangurinn af starfinu strax.“

En á hvað hefur Ólafur lagt megin áherslu í starfi sínu sem formaður?



Tekið á móti landsliðinu.

nema tú keppendur á leikunum og tókum ekki þátt í hópíþróttunum. Til samanburðar má nefna að þjóðir með allt að 300 keppendur fengu 40 verðlaunapeninga. Miðað við fjölda keppenda er ég nokkuð viss um að við vorum í efsta sæti.“

Nú þegar Ólafur er hættur formennsku hvaða ábendingar gefur hann þeim sem tóku við stjórn sambandsins?

„Að halda áfram á þessari braut. Leggja áherslu á að veita ungu fólki tækifæri til þess að taka þátt í íþróttastarfi. Þá er mikilvægt að halda áfram að vekja athygli á starfinu. Því miður eru enn alltof margir fatlaðir sem fá ekki tækifæri til þess að iðka íþróttir. Aðalatriðið er ekki að sigra heldur að taka þátt. Sá er kannski mesti sigurvegarinn sem er síðastur.

Annars þarf ég varla að leggja núverandi forystu línumnar. Fólkid sem starfar að þessum málum er gott fólk sem mun beita sér fyrir frekari þróun og uppgengingu starfsins. Eitt vil ég þó minnast á og það er hversu mikilvægt það er að foreldrar, aðstandendur og vinir hvetji fatlaða til þess að iðka íþróttir og láti ekki þar við sitja heldur fari með þeim til að byrja með. Í íþróttastarfinu eignast þeir svo sjálfir félaga og vini og þá kemur afgangurinn af sjálfu sér. Þetta er mjög mikilvægt því að fötluðum hættir til að einangrast svo mikið. Í íþróttastarfinu kynnast þeir kannski fólki sem er meira fatlað en þeir sjálfir. Slíkt gjör-breytir oftugarfarinu. Þeir hætta að vorkenna sjálfum sér og verða jákvædir og hamingjusamir. Það er það veigamesta í lífinu.

Ég er afar þakklátur fyrir það tækifæri að fá að vinna fyrir þetta fólk og kynnst fjölmögum einstaklingum sem hafa stutt mig og hreyfinguna. Það á bæði við um fjölmarga einstaklinga og fyrirtæki en ekki síður opinberar stofnanir sem hafa stutt við okkur og gert okkur kleift að vinna þetta verk.“

„Ég lagði strax mikla áherslu á að búa eins vel að æfingu og þjálfun og þekktist best erlendis. Til þess þurfti að fara í mikla fjárlögun. Þetta hefði aldrei verið hægt nema með mjög góðum stuðningi þjóðarinnar. Þar hjálpaðist allt að. Góður árangur fatlaðra íþróttamanna á ólympíumótinu í Seoul 1988 vakti athygli og gerði þjóðina stolta og því reyndist auðveldara að fá aðstoð jafnt hjá almenningu sem opinberum aðilum.

Það má eiginlega segja að allt hafi hjálpast að til að skapa árangur og hann hefur heldur ekki látið á sér standa. Á ólympíumótinu í Atlanta fengum við 14 verðlaunapeninga og vorum þó ekki með



Sveinn Áki Lúðvíksson með Hauki Gunnarssyni í Atlanta 1996.

Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍF

Sveinn Áki Lúðvíksson, sölustjóri hjá Hugbúnaði hf. í Kópavogi, og núverandi formaður ÍF, hefur átt sæti í stjórn og varastjórn sambandsins frá upphafi. Þegar Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík var stofnað var Sveinn Áki formaður Borðtennissambands Íslands. ÍFR leitaði til hans og spurði hvort hann gæti útvegað félaginu borðtennisþjálfara. Það var hægara sagt en gert og því ákvað Sveinn Áki að taka sjálfur að sér þjálfun hjá ÍFR, enda hafði hann þjálfar KR-inga í borðtennis.

„Við vorum með æfingar á annarri hæð húss Öryrkjabandalagsins í Hátúni en auk borðtennis voru curling og lyftingar æfðar þar. Þar kom þó að Öryrkjabandalagið þurfti að nota húsnæðið undir annað og lentum við þá á hrakhólum með húsnæði. M.a. æfðum við um skeið í Fellahelli. Þangað niður var snarbrattur stigi og nokkrir af iðkendunum voru bundnir hjólastólum. Það var því alltaf meiriháttar mál að koma þeim niður stigann og kraftaverk að ekki urðu slys við þessar aðstæður. Þeir létu það þó ekki á sig fá enda æfðu þeir af miklum eldmóði. Ljóst var þó að þetta gat ekki gengið til lengdar og fengum við þá inni í Þinghóllsskóla í Kópavogi. Þaðan fórum við svo í Hlíðaskóla, ég var þá hættur sem þjálfari hjá ÍFR og annar KR-ingur tekinn við þjálfuninni. Í Hlíðaskóla var svo æft þar til íþróttahús fatlaðra var tekið í notkun.“

Sveinn Áki fór einnig í nokkrar ferðir utan með ÍFR á þessum árum, m.a. á barna- og ungingamót á Norðurlöndum og til Stoke Mandeville. „Það var mjög

eftirminnileg ferð. Það flaug t.d. í okkur að skreppa með lest frá Stoke til London. Með í för voru nokkur í hjólastólum. Lestirnar voru ekki hannaðar fyrir slík farartæki en eftir mikið stapp ákvað lestarvörðurinn að leyfa okkur að fara í póstvagni og þar urðum við að hírast og áttum fullt í fangi með að hemja hjólastólana svo að þeir æddu ekki um allan vagninn. Þegar til London kom leist brautarvörðunum þar ekkert á það þegar við komum út úr póstvagninum og ætluðu þeir fyrst að senda okkur til baka. Okkur tókst þó að telja þá af því og áttum síðan mjög góðar stundir í London.“

Eins og fyrr sagði var Sveinn Áki kjörinn varamaður í fyrstu stjórni ÍF. Þótt hann hafi verið varamaður segist hann hafa sótt flesta stjórnarfund enda hafi það verið venjan hjá sambandinu að varamenn sætu fundina.

„Í byrjun fór mikill tími í kynningar- og fræðslustarf sem var öðru fremur í höndum Sigurðar Magnússonar og Arnórs Péturssonar. Þeir voru á sífelldum fundum hjá félögum út um allt land og einnig á fundum hjá Kiwanis- og Lions-hreyfingunum þar sem þeir sýndu fræðslumyndir og héldu erindi um íþróttir fatlaðra. Þetta starf þeirra átti eftir að skila miklum árangri því að þeir undirbjuggu jarðveginn að því jákvæða viðhorfi sem íþróttir fatlaðra áttu eftir að njóta og njóta enn. Einnig fór töluverð orka í það á þessum árum að fá fatlað fólk til þess koma og stunda íþróttir. Það þarf að fá fólk til þess að skilja að það er enn líf eftir slys eða veikindi. Þetta vandamál er enn fyrir hendi.“

Hvert var viðhorfið í þjóðfélaginu á þessum árum til íþróttta fatlaðra?

„Menn litu frekar á þær sem félagsmálapakka en íþróttapakka í byrjun. Það var ekki fyrr en fatlað íþróttafólk fór að sýna góðan árangur erlendis að þjóðin uppgötvaði að fatlaðir voru að gera ótrúlega hluti. Ég get nefnt dæmi af spasti-skri stúlkum sem styrktist svo við íþróttirnar að hún gat boríð fram kaffi í bolla á undirskál eftir nokkurn tíma. Læknirinn hennar varð vitni að því og hann spurði mig hvað hefði eiginlega komið fyrir. Annað dæmi er um pilt sem var alveg bundinn hjólastól vegna vöðvarýrnunar þegar hann sótti sína fyrstu keppni sem var í Wales á Bretlandi. Hann tók svo miklum framförum að hann gat hvílt sig á hjólastólnum og fór að ganga við hækjur. Smám saman fór honum svo mikið fram að hann flokkaðist ekki lengur með þeim sem hann hafði verið að keppa við. Þessi piltur er að gera nokkuð sem hann á ekki að geta gert. Þegar maður horfir upp á svona sér maður hvílku Grettistaki íþróttir fatlaðra hafa lyft. Á fyrstu árunum var öll þjálfun í sjálfboðavinnu. Maður fékk launin sín í að horfa upp á stórkostlegan árangur og framfarir fólksins. Nú er þetta orðið hörkuíþróttafólk sem æfir sex daga vikunnar og þar gildir engin elsku mamma. Þetta er hörkupuð.“

Sveinn Áki hefur gegnt ýmsum trúnaðarstörfum fyrir íþróttahreyfingu fatlaðra. Hann var ritari NORD HIF þegar Sigurður Magnússon var formaður þess árin 1983 til 1985 og einnig seinna þegar Ólafur Jensson gegndi sama embætti. Þá hefur hann verið formaður Ólympíuráðs fatlaðra á Íslandi frá stofnun þess.



Jónas Hvannberg, hótelstjóri á Hótel Sögu, heiðraður fyrir margra ára dyggan stuðning við íþróttir fatlaðra árið 1998.

„Norðurlöndin hafa staðið mjög vel saman og allt samstarf þeirra verið til fyrirmynnar. Við höfum samræmt reglur okkar og halduð sameiginleg Norðurlandamót. Þá höfum við verið með trimmlandskeppni og ungingamót í mismunandi fötlunarflokkum. Varðandi alþjóðamálin hafa þessar þjóðir staðið þétt saman. Á alþjóðavettvangi hefur reynst erfitt að samræma reglur því að mismunandi fötlunarflokkar hafa verið með eigin hagsmunasamtök sem hafa lítið viljað gefa eftir. Þá er töluverður munur á aðstöðu fatlaðra eftir löndum. Norðurlöndin og lönd Norður-Evrópu hafa gert mun meira fyrir fatlaða en fátækari ríki. Þetta kom berlega í ljós þegar ólympíumótið var halduð í Barcelóna á Spáni. Tækifærið var notað til að benda yfirvöldum þar á að ferlimál fatlaðra væru í miklum ólestri í borginni. Fatlaðir komust einfaldlega ekki leiðar sinnar.“

Þrátt fyrir fámennið hér hefur okkar fólk vegnað ótrúlega vel á erlendum stórmótum. Er endalaust hægt að gera sér vonir um svo góðan árangur hjá íslensku keppendum?

„Sérstaða okkar er mjög mikil. Ætli það sé ekki víkingaeðlið í okkar fólk sem skilar þessum árangri. Fámennið hér varð til þess að við urðum að blanda saman fötlunarflokkum. Ísland er eina landið þar sem heyrnarskertir eru innan sömu véganda og aðrir fatlaðir. Þá vorum við brautryðjendur í því að hafa þroskahefta með öðrum. Það er fyrst núna sem hefur verið samþykkt að leyfa þeim að keppa með á ólympíumótum fatlaðra. Stóru þjóðirnar eru farnar að leggja gífurlega mikið í ólympíumót fatlaðra og setja mjög mikla peninga í uppbygginguna svo þeir geti unnið til verðlauna. Ég var í Sidney í Ástralíu fyrir skömmu vegna ólympíumótsins sem verður halddið þar í ár. Þar kom ég í íþróttamiðstöð þar sem var verið að undirbúa keppendur frá Ástralíu fyrir mótið. Þetta var alveg ótrúlega fullkomín miðstöð og augljóst að ekkert hafði verið sparað til að gera þetta sem glæsilegast úr garði.

Stórþjóðirnar skilja ekki hvernig á því stendur að okkur hefur vegnað svona vel þegar við erum ekki með nema tíu keppendur á mótum en stærstu þjóðirnar með um 100 keppendur. Þótt einungis tugur keppenda færi frá okkur til Atlanta



Sveinn Áki á aðalfundi IPC í Sydney í Ástralíu haustið 1997, en ólympíumótið verður haldið þar árið 2000.

frábærum árangri. Haukur Gunnarsson kom heim sem sigurvegari mótsins í hlaupi og aðrir þáttakendur héðan stóðu sig frábærlega. Enginn bjóst við að ættum eftir að leika þennan leik aftur en í Barcelóna 1992 héldum við þessu áfram og sundið kom sterkar inn. Eftir leikana á Spáni sögðum við að við gætum aldrei leikið þetta eftir. Ferðin til Atlanta 1996 var hins vegar sigurför. Þangað fórum við með tíu manna hóp og komum heim með fjórtán verðlaun. Þá var maður stoltur af því að vera Íslendingur. Hvað gerist í Sidney og í framtíðinni skal ég því ekkert segja um. Ljóst er þó að það verður hörð barátta að halda sér í toppsætunum. Stórbjóðirnar eru farnar að leggja metnað sinn í þetta og þá hefur þátttökubjóðum fjölgað mikið. Austantjaldslöndin eru nú komin inn en mörg þeirra tóku ekki þátt í þessum mótum áður. Sovétríkin viðurkenndu einfaldlega ekki að fatlaðir væru til. A-Þjóðverjar voru heldur ekki með. Það var ekki fyrr en í Seoul að þeir urðu þáttakendur og þá fyrst eingöngu með blinda. Nú leggja Rússar og aðrar þjóðir sem áður tilheyrdú Sovétríkjum mikla áherslu á að ná árangri á þessu sviði og Bandaríkjumenn leggja einnig mjög mikið upp úr því. Það er því ljóst að baráttan verður mjög hörð.“

En hvernig lýst formanni ÍF á framtíðina?

„Það blasa mörg vandamál við. Við þurfum endurnýjun hjá keppnisfólki og einning endurnýjun fólks til að stýra starfinu félagslega. Það hefur reynt mikið á foreldra þessara krakka, enda byggist starfið mikið á vilja þeirra. Það er því við mörg ljón að glíma á leiðinni en maður kemur í manns stað. Fram til þessa höfum við verið afar heppin með þjálfara. Þeir hafa sýnt óhemju dugnað og elju og ég skil ekki hvernig þeir hafa getað sett allan þennan tíma í þjálfunina. Það sama á við um dugnað og fórnfýsi stjórnenda félaganna vítt og breitt um landið. Utan um allt þetta starf halda starfsmenn ÍF en það hefur verið gæfa sambandsins að til starfa hafa ráðist metnaðarfullir og áhugasamir einstaklingar. Þegar ég byrjaði sjálfur að þjálfra borðtennislið ÍFR sagði einn aðstandenda við mig: Ef þú réttir okkur litla putta tökum við alla höndina. Hann reyndist sannspár því að ég er hér enn í ársþyrjun 1998.“

komu þeir heim með fjórtán verðlaunapeninga. Ein ástæðan fyrir því er að við gerum mjög strangar kröfur til keppenda okkar. T.d. fengu þeir einir að vera með á ólympíumótinu í Atlanta sem höfðu náð þeim árangri sem hefði nægt til að komast á verðlaunapall í Barcelóna.

Hvort við getum endalaust haldið áfram á þessari sigurbraut skal ég ekkert segja um. Við tókum fyrst þátt í ólympíumóti í Hollandi 1980 og unnum þar til tvennra verðlauna. Árið 1988 var mótið í Seoul í Kóreu og þar náðu íslensku þáttakendurnir



Ólafur P. Jónsson, stjórnarmaður ÍF

Ólafur P. Jónsson hefur setið í stjórn Íþróttasambands fatlaðra frá upphafi. Hann er fæddur árið 1942 í Vogum á Vatnsleysuströnd. Þegar hann var á þriðja ári lenti hann í því slysi að dýnamit sprakk við andlit hans og missti hann þá vinstra augað. Hann sá ætíð illa vegna slyssins en þó fór það ekki að há honum neitt að ráði fyrr en upp úr tvítugu. Sjúkdómurinn sem hann þjáist af er kallaður RP-sjúkdómur en hann lýsir sér þannig að sjónin fer að dofna um tvítugt.

Ólafur nam sjúkranudd hjá Eðvarði Hinrikssyni sjúkranuddara og stofnaði síðan Nudd- og gufubaðstofu Óla, Hamrahlíð 17, árið 1975 sem hann hefur rekid síðan. Hann hefur í áranna rás nuddað fjölda íþróttamanna og kynnst því hvílkt kraftaverk rétt endurhæfing getur gert.

„Ég hef alltaf verið mikill útvistarmaður og umgengist íþróttafolk frá því að ég byrjaði í nuddinu. Auk þess hafði ég verið lauslega í sambandi við Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík vegna sundsins en ég átti stóran þátt í að blindir hófu að æfa sund seinni hluta áttunda áratugarins. Kristjana Jónsdóttir æfði okkur í Árbæjarlaug. Þetta var um tólf manna hópur sem æfði hjá Kristjönu og þættu aðstæður ekki góðar í dag. Laugin var 12,5x6 metrar og náði okkur í hné þar sem hún var grynnst. Þarna komumst við upp á lag með að synda í hring til þess að rekast ekki hvert á annað. Við fluttum svo úr Árbæjarlaug í Sundhöllina þar sem Erlingur Jóhannsson sundkennari og íþróttafulltrúi Reykjavíkur sá um

þjálfunina en hann hefur þjálfað fatlaða sundmenn síðan. Um líkt leyti og Erlingur tók við þjálfuninni fórum við að keppa.

Það voru ýmsir erfiðleikar við að stunda æfingar fyrstu árin, einkum þeir að komast á staðinn. Það lenti fyrst og fremst á eiginkonunni, Margréti F. Sigurðardóttur, að aka okkur. Börnin fylgdu einnig með í laugina þannig að það má segja að þetta hafi verið eins og hjá venjulegum fjölskyldum. Þótt aðstæður væru ekki góðar lögðust allir á eitt, þjálfarar og aðstoðarfólk, til að auðvelda okkur æfingarnar.

Þegar við fluttum æfingarnar yfir í Sundhöllina fengum við sérstaka braut þar. Fleiri töku þetta upp því að það kom sér mjög vel fyrir alla. Sundið hentaði okkur sem erum blind mjög vel. Þótt sund sé einstaklingsgrein er félagsandinn mjög góður. Til að byrja með kepptum við fyrst og fremst við okkur sjálf því að við vorum á mjög mismunandi stigum. Ég lærði t.d. ekki almennilega að synda fyrr en þarna.

Fyrsta mótið sem við tókum þátt í var um 1980. Á fyrstu mótunum vorum við tveir sem kepptumst um að verða fyrstir í mark, ég og Gunnar Guðmundsson. Um leið og krakkarnir fóru að geta eithvað hættum við keppni. Sjálfur var ég fyrst og fremst að þessu til að greinin dytti ekki upp fyrir.“

Íþróttasamband fatlaðra var stofnað árið 1979 og stóðu tólf íþróttabandalög og héraðssambond að stofnuninni. Reynt var að fá fulltrúa sem flestra tegunda fötlunar í stjórn ÍF og varð Ólafur fulltrúi Blindrafélagsins. Hann hefur setið í stjórn ÍF allar götur síðan og er eini einstaklingurinn sem hefur setið óslitið í stjórn sambandsins frá stofnun þess.

„Andinn í garð ÍF var strax frá stofnun mjög jákvæður og hefur verið allar götur síðan. Fólk hafði nú ekki mikla trú á okkur til að byrja með en íþróttafólk okkar sýndi strax frá byrjun ótrúlega góðan árangur og það skilaði sér í auknum stuðningi við okkur og ekki síst auknum skilningi fatlaðra sjálfra á hversu mikilvægar íþróttirnar væru fyrir heilsuna. Íþróttir eru



Kiwanisklúbburinn Esjan hefur gefið öll verðlaun sem ÍF veitir. Hér eru þau Ólafur P. Jónsson og Kristín Guðmundsdóttir með Sigurþóri Sigurðssyni frá Esjunni á Íslandsmóti 1993 með bikar sem klúbburinn hefur gefið.



Ólafur P. Jónsson með hóp af þátttakendum í norræna barna- og unglingamótinu í Reykjavík 1987.

mjög mikilvægur hluti af endurhæfingu fyrir fatlaða og það er staðreynd að fatlaðir lifa mun betra lífi og lengur nú en fyrir tuttugu árum þegar ÍF var stofnað. Það hefur líka haft þau áhrif að við erum núna mun meiri þátttakendur í þjóðlífínu og samtímis er meira gert fyrir okkur.

Strax í byrjun skipti stjórn ÍF með sér verkum og allir lögðust á eitt við að fá hlutina til að ganga upp. Vinir og ættingjar aðstoðuðu og allir voru mjög jákvæðir. Það var eins og ekkert væri ómögulegt. Það að við skyldum bera gæfu til þess að allar fatlanir væru undir einum hatti tel ég hafa verið mjög mikilvægt. Í því felst styrkur ÍF og aðrar þjóðir öfunda okkur af því. Það auðveldaði mjög við uppbyggingu þess skipulags hversu litlar allar einingar eru hér á landi.

Allt frá byrjun hefur verið stígandi í starfinu. Það byggir fyrst og fremst á forystunni á hverjum stað og á það fólk ómældar þakkið skilið. Árangur frumherjanna og þeirra sem á eftir komu hefur haft gífurlega mikið að segja fyrir fatlaða. Fólk er orðið frjálsara. Þá er ekki síður mikilvægt að það hefur lært að taka tillit til annarra en það er mjög mikilvægt í öllum íþróttum. Hápunktarnir í starfinu hafa verið margir, heimsmet og ólympíumet, og þeir eiga eftir að verða fleiri en fyrst og síðast er þetta heilbrigðismál. Fatlaðir sem stunda íþróttir eru mun minna veikir en þeir sem gera það ekki. Þá heyrir það til algerra undantekninga að slys verði í þessum íþróttagreinum. Íþróttir fatlaðra eru mjög sterkt endurhæfing.“

Ólafur segist vera mikill félagsmaður og hafa gaman af að rökræða hlutina. Hann segir að starfið í þágu íþróttar fatlaðra hafi hjálpað sér mikið, aukið örygg- ið og sjálfstæðið en auk þess sem hann á sæti í stjórn Íþróttasambands fatlaðra er hann í stjórn Blindrafélagsins og Bergmáls sem er líknarfélag krabbameins-sjúkra. Þá er hann líka stjórnarmaður í Félagi íslenskra sjúkranuddara.

„Ég hef gaman af þessu og geri þetta í stað þess að liggja uppi í rúmi. Versti óvinur blindra og annarra fatlaðra er hreyfingar- og aðgerðaleysi. Í íþróttum fá fatlaðir tækifæri til að liðka sig í leik. Íþróttir eru á allan hátt mjög góð endurhæfing. Í raun og veru eru íþróttafélög fatlaðra að sjá um það sem skólanir eiga að annast en hafa ekki aðstöðu til. Það er m.a. ástæðan fyrir því hversu hliðhollir opinberir aðilar hafa verið okkur. Þetta er ekki bara líkamleg endurhæfing, andlega hliðin skiptir ekki minna máli í þessu samhengi.“

Mjög fjölbreyttar íþróttagreinar hafa verið stundaðar á vegum blindra. Fyrir utan sundið má nefna blindraboltann sem hefur verið stundaður undanfarin þrjú ár. Á tímabili stunduðu blindir skotfimi. Hjólreiðar er önnur íþróttagrein sem blindir hafa fengist við en Blindrafélagið keypti nokkur tveggja manna hjól og hafa þau verið notuð tölувert. Einnig má nefna skíðagöngur sem voru iðkaðar á tímabili. Jóga hefur einnig verið stundað og blindir hafa farið í fjallgöngur. 1996 fór fimmtán manna hópur á Esjuna en sjálfur hefur Ólafur klifið hana í tvígang og Keili „fjallið mitt“ jafn oft. Sú íþróttagrein sem Ólafur hefur verið iðnastur við er augnleikfimi. Hún hefur verið stunduð hér á landi frá árinu 1987. Þá var fengin hingað bandarísk kona til að kenna blindum þessa leikfimi sem hún hafði sjálf búið til. Gengur hún fyrst og fremst út á það að örva blóðrásina til augnanna. Ólafur segir að þetta sé 50 mínútna prógram og leikfimin felist í miklum teygjum.

„Það má vel vera að augnlæknum þyki það bábilja en ég er sannfærður um að ég væri alblindur ef ég hefði ekki stundað þessa leikfimi. Það skiptir kannski ekki máli hver hefur rétt fyrir sér þar. Það sem skiptir höfuðmáli er að við sem stundum þessa leikfimi gerum það vegna þess að við teljum hana þess virði.“

Ólafur segir að vegna sjónarinna hafi hann mjög takmarkaða möguleika á að fylgjast með þegar keppt er. Hins vegar hafi þau sem náðu heimsmetum á síðasta ólympíumóti verið í sjúkranuddi hjá honum.

„Par fæ ég tengslin við þessa krakka, sem eru vinir mírir, en það eru þessi tengsl sem mér finnst hvað ánægjulegust. Met og sigrar á alþjóðlegum móturnum eru vissulega hápunktar starfseminnar en það er erfitt að gera upp á milli því að hápunktarnir eru svo margir og eiga eftir að verða mun fleiri. Árangurinn sýnir hins vegar hvað við höfum verið farsæl með þjálfara og starfsfólk. Það er allt menntað í íþróttum, með mikla þekkingu og reynslu og mjög framarlega í heim-inum á sínu sviði. Í raun og veru erum við með sérfræðinga á hverju sviði fyrir sig og það er hlustað á þetta fólk erlendis af því að það hefur náð svo frábærum árangri.“



Markús Einarsson, fyrrum framkvæmdastjóri ÍF

Markús Einarsson var fyrsti framkvæmdastjóri Íþróttasambands fatlaðra. Hann tók við starfinu árið 1982 og starfaði til ársins 1990, fyrir utan eins árs hlé þegar hann fór til Noregs til náms. Markús er nú framkvæmdastjóri hjá Bandalagi íslenskra farfugla.

Markús útskrifaðist frá Íþróttakennaraskóla Íslands 1978 og hóf þá kennslu við Grunnskóla Garðabæjar. Þar var fyrir Júlíus Arnarson Íþróttakennari og þjálfari hjá ÍFR. Júlíus bað Markús að hlaupa í skarðið fyrir sig í einn mánuð haustið 1979.

„Eftir það fór ég að þjálfa lyftingamenn hjá Íþróttafélagi fatlaðra í Reykjavík. Síðan leiddi eitt af öðru og ég tengdist starfi félagsins meira. Ég tók að mér barna- og ungingahóp innan félagsins og sá um undirbúning Íslandsmótsins 1980 í samvinnu við Sigurð Magnússon. Sama ár fór ég svo á ólympíumótið í Hollandi með íslensku keppendum. Þetta gerðist allt mjög hratt og starfið fyrir fatlaða íþróttamenn jókst mjög mikið. Ég tók að mér ýmis verkefni fyrir Íþróttasamband fatlaðra og þegar staða framkvæmdastjóra var auglýst sótti ég um og var ráðinn í hálft starf haustið 1982.“

Skrifstofa sambandsins var í húsi Styrktarfélags lamaðra og fatlaðra á Háaleit-



Markús í hópi afreksmanna á móti.

isbraut. Sigurður var þá framkvæmdastjóri Styrktarfélagsins en ÍF hafði eitt herbergi á annarri hæð.

„Fyrsta verkið mitt var að koma einhverju skikki á gögn sambandsins en þau var mjög víða að finna. Þessu þurfti ég að safna saman og flokka. Þá var fjárfölnun talsverður hluti starfsins, mótaþald, námskeið, kynningar- og útbreiðslustarf og erlend samskipti. Fljótlega eftir að ég réðst til ÍF hófum við útgáfu á fréttabréfi. Það var unnið á gamla Oliwetti-ritvél. Við þýddum og staðfærðum leikreglur í öllum íþróttagreinum og gáfum út handbók. Þá ferðaðist ég talsvert út á land og vann þar með heimamönnum við að stofna félög og koma starfinu

af stað. Auk starfsins hjá ÍF hélt ég áfram að þjálfa og má eiginlega segja að maður hafi verið í þessu vakandi og sofandi meira og minna allan sólarhringinn. En ég hafði mjög gaman af þessu og þetta varð að áhugamáli hjá mér.“

Markús segir að þetta hafi verið alveg ný lífsreynsla fyrir sig.

„Ég þekkti ekkert til fatlaðra áður og upplifði þá



Markús við setningu Íslandsmóts 1986.

svipað og flestir aðrir. Mér þótti margt skrítið en dáðist að því sem fólk ið var að gera og hreifst með þannig að starfið varð að hugsjón og áhugamáli. Samstarfið við fatlaða og aðstandendur þeirra varð til þess að ég fékk nýja lífssýn. Gildismatið breyttist þegar ég hóf að vinna með þessu fólki, ekki síst foreldrunum. Ég dáðist að þeirri baráttu sem sem þeir voru tilbúnir að leggja á sig til þess að berjast fyrir sjálfsögðum réttindum skjólstæðinga sinna í kerfinu. Hversdagslegir hlutir sem maður heyrir fólk oft kvarta yfir verða lítilfjörlegir borið saman við það sem þetta fólk þarf að glíma við. Maður lærir að meta betur það sem maður hefur sjálfur og hættir að taka öllu sem sjálfgefnu.“

Haustið 1984 fór Markús til Noregs til náms í Íþróttakennslu fyrir fatlaða og kom aftur heim ári síðar. Þegar hann fór utan var Ólafur Magnússon ráðinn framkvæmdastjóri og þeir störfuðu síðan saman til ársins 1990 að þeir fóru báðir utan til náms. Þá var Anna Karólína Vilhjálmsdóttir ráðin til sambandsins.

„Hún reyndist því tveggja manna maki og fór létt með það.“

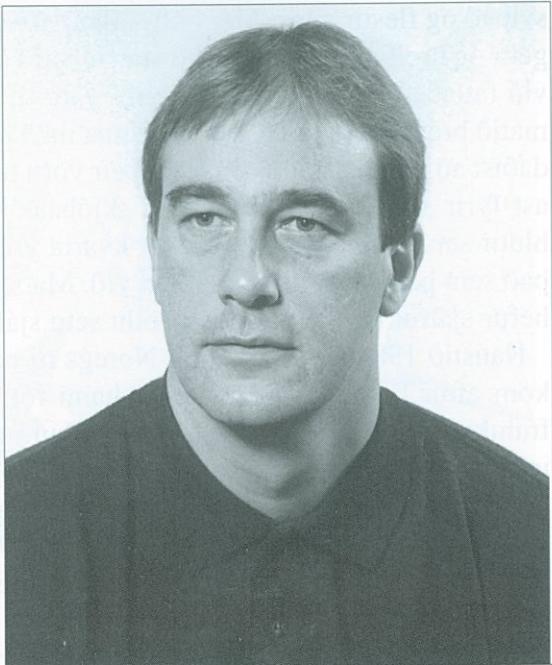
Fljótlega eftir að Markús kom að utan 1985 fluttist Íþróttasamband fatlaðra í Íþróttamiðstöðina í Laugardal, fyrst í tvö herbergi í húsi nr. II en seinna í núverandi húsnæði sitt í húsi nr. III.

Markús var fulltrúi Íslands í tækninefnd norræna sambandsins og einnig sótti hann mörg námskeið erlendis og reynsla hans nýttist við gerð kennslugagna og námskeiða hér.

„Eftir að ég kom heim 1985 einbeittum við okkur að kennslu- og námsgagna-gerð. Við unnum mikið saman að því ég og Magnús Ólafsson og þetta var mest þroskandi tími í mínu lífi fram til þessa.“



Frá aðalfundi ÍF. Markús, Sigurður Magnússon, Jóhann Pétur Sveinsson, Hannes P. Sigurðsson og Páll B. Helgason.



Ólafur Magnússon, framkvæmdastjóri ÍF

Ólafur Magnússon, framkvæmdastjóri Íþróttasambands Íslands, hóf störf hjá sambandinu haustið 1984 til að leysa Markús Einarsson af er hann fór til Noregs í nám og hefur Ólafur starfað óslitið hjá sambandinu síðan, fyrir utan eitt ár sem hann var við framhaldsnám í íþróttastjórnun í Danmörku. Ólafur útskrifaðist sem íþróttakennari frá Íþróttakennaraskólanum á Laugarvatni árið 1976. Að námi loknu hóf hann kennslu m.a. við Fjölbaut Ármúlaskóla auk þess að þjálfa í knattspyrnu. Aðrir skólar sem Ólafur kenndi við eru Hagaskóli og Laugalækjarskóli. En hvað kom til að hann sótti um framkvæmdastjórastöðu hjá Íþróttasambandi fatlaðra?

„Vegna námsleyfis Markúsar Einarssonar var staðan auglýst í blöðum og ég ákvað að sækja um. Ég þekkti ekkert til íþróttfatlaðra þannig að það var ekki af hugsjón sem ég sótti um. Ástæðan var einfaldlega sú að mig vantaði meira að gera. Hins vegar verða allir sem kynnast íþróttum fatlaðra hugfangnir af þessu starfi.

Ég var ráðinn í hálfu stöðu og átti að hafa tveggja tíma viðveru á dag á skrifstofunni og two tíma þar fyrir utan. Nú erum við hins vegar þrjú og höfum meira en nóg að gera. Þegar Markús kom heim frá námi var starf framkvæmdastjóra ÍF gert að heilli stöðu og skiptum við henni á milli okkar. Það var ekki fyrr en 1992, þegar stjórn ÍF tók við skrifstofu norræna sambandsins, að ég réð mig í

fullt starf hjá sambandinu. Fram að því hafði ég viðurværi mitt af kennslu og knattspyrnuþjálfun.“

Í hverju var starfið fólgioð þegar þú byrjaðir hjá ÍF?

„Þegar ég byrjaði voru aðildarfélög sambandsins sjö talsins. Nú eru þau tuttugu og tvö. Þegar ég hóf störf voru hafnar þreifingar um að fjölga aðildarfélög-unum og fór mikill tími í þá vinnu. Við vorum með útbreiðslunefnd sem vann að því, fór um landið til að kynna íþróttir fatlaðra og aðstoðaði við að stofna félög. Þá gáfum við út fréttabréf þannig að samskiptin við aðildarfélögin voru mjög mikil.

Þegar ég kom til starfa var nánast gerð stjórnarsamþykkt um að allt yrði gert sem í valdi ÍF stæði til að vinna gull í Seoul 1988 og það notað til að markaðs-setja íþróttir fatlaðra hér á landi. Var þetta talið raunhæft miðað við þann góða efnivið sem við áttum í íþróttum fatlaðra. Sambandið setti mikla fjármuni í að undirbúa íþróttafólkið þannig að það takmark nædist að vinna gull á leikunum. Öll umgjörð fyrir íþróttafólkið var gerð eins góð og mögulegt var. Og það tókst. Við unnum tvö gull í Seoul. Við höfum hins vegar margoft spurt okkur hvað hefði gerst ef þetta hefði mistekist.

Síðan hefur á vegum ÍF verið markvisst unnið að uppbyggingu á fötluðu afreksfólki og það skilaði sér með frábærum árangri á Spáni 1992 og í Atlanta 1996. Við höfum skapað þessu fatlaða íþróttafólki bestu skilyrði til að það gæti náð hámarksárangri á þessum stórmótum. Afreksfólkið okkar er líka orðið mjög sjóað á alþjóðlegum mótum enda hefur ÍF kappkostað að senda það á móti erlendis. Þessi uppbygging er stór hluti af því starfi sem við starfsfólk ÍF höfum verið að vinna að með stjórn sambandsins.“

Hefur þessi mikla áhersla á afreksfólkið skilað einhverju til almennra iðkenda íþróttu á vegum ÍF?

„Þetta skilaði miklu í byrjun. Þessi góði árangur varð til að hvetja ýmsa til að byrja að iðka íþróttir og íþróttafélögum fatlaðra fjöldaði. Á seinni stigum hefur aftur á móti skapast viss hræðsla við að fólk nái ekki þessum ofurárangri. Það hefur því ekki átt sér stað nein sprenging í þátttöku fatlaðra í íþróttum. Sem betur fer er einungis lítið hlutfall þjóðarinnar fatlað og líkt og hjá ófötluðum er það einungis visst hlutfall fatlaðra sem stundar íþróttir. Um fjórði hver Íslendingur er meðlimur í íþróttafélagi. Ef tíundi hluti þjóðarinnar er fatlaður þá eru fatlaðir einstaklingar hér á landi um 26.000 talsins. Samkvæmt því ættu um 650 fatlaðir einstaklingar að stunda íþróttir en hjá ÍF eru þeir hins vegar 1.000 til 1.200 talsins.

Það er endalaust hægt að spryrra sig þeirrar spurningar hvort rétt sé að leggja svona mikla áherslu á afreksfólkið. Það er hins vegar óumdeilt að þetta starf og kynning hafa breytt miklu varðandi afstöðu almennings til íþróttu fatlaðra. Allur þorri almennings er nú meðvitaður um að við eigum afreksfólk í fremstu röð í heiminum og ég er handviss um að þjóðin er mjög stolt af okkur.“

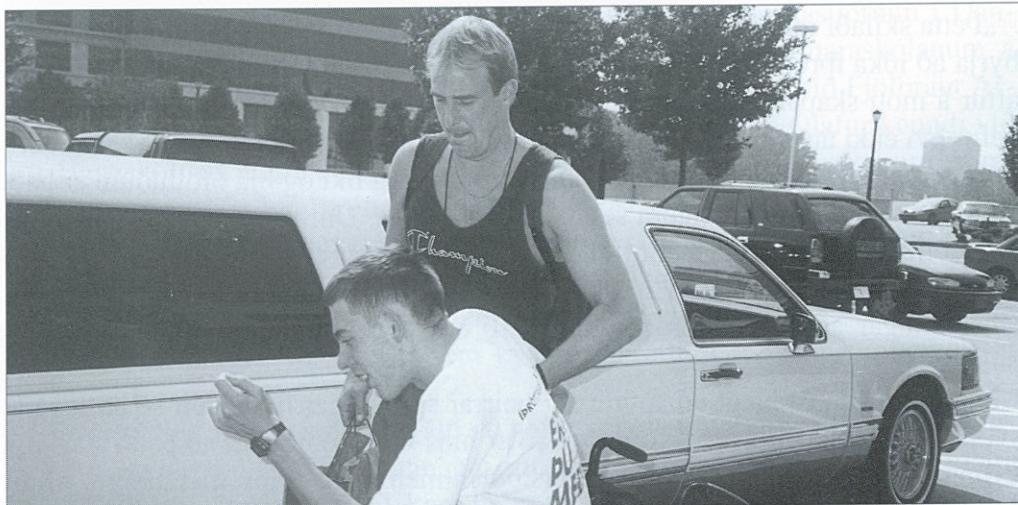
Hverju þakkarðu pennan góða árangur?

„Í fyrsta lagi höfum við haft mjög góðan efnivið sem er íþróttafólkið okkar. Þá höfum við verið svo gæfusöm að fyrir okkur hafa starfað frábærir þjálfarar. Þeir hafa fyrst og fremst skapað pennan góða árangur. Eftir hvert ólympíumót hefur verið valinn undirbúningshópur og honum sett ákveðið markmið að stefna að. Til að ná því hafa þjálfurunum verið sköpuð þau skilyrði sem þeir óska eftir. Stjórn sambandsins hefur útvegað þeim nánast allt sem þeir hafa farið fram á. Þessi vinnubrögð hafa skilað okkur afreksfólki á heimsmælikvarða. Keppnin á alþjóðavettvangi er hins vegar alltaf að harðna og það er augljóst að við getum ekki litið á það sem sjálfgefinn hlut að við vinnum til verðlauna á stórmótum í framtíðinni.

Það er svo allrar athygli vert, og segir meira en mörg orð um færni þjálfaranna sem starfa með okkur, að hingað til hefur afreksfólkið okkar verið að toppa árangur sinn á stórmótum erlendis. Það hefur svo skilað verðlaununum.

Við höfum verið mjög ströng varðandi lágmörk sem við setjum til að komast á mótt eins og ólympíumótið og heimsmeistaramótið. Lágmörkin sem við setjum eru yfirleitt mun strangari en þau sem móttshaldarar setja. Við miðum í mörgum tilfellum við að keppendur okkar þurfi að ná lágmörkum sem hefðu skilað þeim í fjórða til fimmta sæti á síðasta ólympíumóti eða heimsmeistaramóti. Með því að ná þessum lágmörkum hafa þau nánast sjálfkrafa verið að synda og/eða hlaupa inn í úrslit á stórmótum.

Í stuttu máli sagt þá hefur stjórn ÍF borið gæfu til að ráða til sín mjög hæfa þjálfara og þeir hafa haft góðan efnivið í höndunum. Þjálfararnir hafa svo notið dyggs stuðnings stjórnar ÍF og starfsmanna sambandsins við að ná sem bestum árangri hjá íþróttafólkinu.“



Ólafur og Pálmar Guðmundsson við límosínu sem kom að sækja íslensku þáttakendurna í Atlanta 1996 í veislum sem ræðismaður Íslands bauð þeim í.

Pú sagðir að þú hefðir ekkert bekkt til íþróttfatlaðra þegar þú hófst störf hjá ÍF. Hvað kom þér mest á óvart?

„Sennilega þessi ódrepandi vilji iðkendanna og þeirra sem sáu um þjálfuna og hvernig þeim tókst sífellt í sameiningu að gera betur en áður. Þá vakti þessi mikla gleði og samheldni sem ríkja innan hreyfingarinnar einnig athygli mína. Þetta var mjög ólíkt því sem ég þekkti úr reynsluheimi ófatlaðra íþróttamanna.

Á sinn hátt held ég að það hafi verið kostur að hafa ekki áður verið tengdur starfi fatlaðs íþróttafólks. Ég var þess vegna betur í stakk búinn til þess að meta það sem var vel gert og það sem mátti gera betur. Ég hafði heldur engra persónulegra hagsmuna að gæta og gat því gagnrýnt ef þess þurfti. Þá hafði ég viðmiðin úr afreksíþróttum ófatlaðra og gat heimfært þau upp á íþróttir fatlaðra.

Sjálfur hef ég lært mikið af þessu. Bæði af íþróttafólkinu og einnig þeim sem vinna félagslega starfið. Þegar ég réðst hingað fékk ég afburðastjórnanda, Ólaf Jensson, sem var guðfaðir manns í flestu sem sneri að umgengni við allt ytra umhverfi, hvort sem það voru ráðamenn, fjölmilafolk eða aðrir. Ef maður kom með hugmyndir til hans sem honum leist á sagði hann yfirleitt að það þyrfti ekkert að ræða þær frekar, þetta væri bara framkvæmdaatriði. Uppi á vegg hjá mér hangir innrammaður listi sem hann gaf mér yfir þrjátíu örugg ráð til að drepa nýjar hugmyndir. Þegar hann gaf mér þennan lista sagði hann að ég ætti að varast að fara nokkurn tímann eftir einu einasta af þessum ráðum. Og það hef ég reynt að halda í heiðri. Ólafur Jensson er ótrúlega jákvæð persóna og ég full-yrði að hann hafi lyft Grettistaki fyrir íþróttir fatlaðra. Hann var til langstíma andlit Íþróttasambands fatlaðra út á við og naut sambandið góðs af því hve vel kynntur hann var.

Þá er ekki heldur hægt að hugsa sér betra samstarfsfólk í gegnum tíðina en þau Markús Einarsson og Önnu Karólínu Vilhjálmsdóttur. Við Markús störfuðum í sex ár saman og féll aldrei skuggi á samstarfið. Það sama get ég sagt um sjö ára samstarf við Önnu Línu. Hjá okkur hefur verið ákveðin verkaskipting. Ég sé meira um fjármálin og rekstur skrifstofunnar en hún um samskiptin við félögin.



Með Ólafi Jenssyni og þeim Árna Þór Árnasyni og Birni Þórissyni frá Nike við undirritun samstarfs-samnings.

En þegar hlutirnir gerast hratt og mikið gengur á, verið er að undirbúa stórvíðburði, Íslandsmót eða önnur stórmót eins og ólympíumót eða fjölbjóðlegar ráðstefnur, göngum við hvort í annars störf. Ef samstarfsfólkið væri ekki jafn jákvætt gengju hlutirnir ekki jafn vel og raun ber vitni. Okkur hefur alltaf tekist að leysa allt í góðu þrátt fyrir að við höfum nánast verið með nefið ofan í því sem hinn aðilinn er að gera.

Pað sama gildir um stjórн ÍF. Þar hef ég starfað með mjög góðu fólki og það hefur borið óbilandi traust til okkar starfsmanna sambandsins að bera uppi hita og þunga starfsins. Ég efast um að innan annarra sérsambanda séu starfsfólki veitt jafn mikil völd og okkur til að koma fram með hugmyndir og framkvæma þær. Pað gildir bæði um hlutirnir sem Ólafur Jensson veitti formennsku og núverandi stjórн undir forystu Sveins Áka Lúðvíkssonar.“

Hvaða gildi hafa íþróttir fyrir fatlað fólk?

„Það er hægt að telja upp endalaus dæmi um að íþróttir hafi skipt sköpum fyrir fatlaða einstaklinga. Það er engin spurning um að íþróttirnar hafa mjög góð áhrif á fatlað fólk. Þá hafa þær einnig þjóðhagsleg áhrif. Íþróttir fatlaðra eru oft lokapunkturinn á endurhæfingu þeirra og mjög áhrifamiklar sem slíkar. Þær spara líka kostnað af sjúkrahúslegu og lyfjum. Þá gera íþróttirnar þetta fólk betur í stakk búið til að takast á við daglegt líf. Þær hjálpa því til að brjótast út úr félagslegrí einangrun. Bara það að sækja íþróttæfingar verður til þess að fólk-ið kemur út á meðal annarra. Þær kenna því líka að horfa hnarreist framan í heiminn. Stjórн ÍF hefur lagt mikla áherslu á að allar samkomur á vegum sambandsins séu jafn glæsilegar og hjá óföltuðum. Þá hefur ekkert verið sparað til þess að íþróttafólk okkar yrði sem glæsilegastir fulltrúar sambandsins og Íslands á erlendri grundu.“

Samstarf á erlendum vettvangi hefur verið mjög mikið.

„Já og farið vaxandi á þeim árum sem ég hef starfað hjá ÍF. Með aukinni þátttöku íslenskra íþróttamanna í erlendum móturnum hefur þátttaka okkar í fundum og störfum erlendis aukist.

Ísland tók þátt í að skapa Alþjóða ólympíuhreyfingu fatlaðra, IPC, árið 1989. Fram að þeim tíma höfðu samtök mismunandi fötlunarflokkar séð um og nánast ráðið stefnu í mótauhaldi hjá fötluðu íþróttafólki. Með tilkomu Alþjóða ólympíuhreyfingarinnar tókst loksins að sameina þessi sérsambönd innan einnar hreyfingar sem kemur fram út á við sem einn aðili. Íslendingar studdu þessa þróun mjög eindregið ásamt hinum Norðurlöndunum. Við höfum því verið mjög virk á fundum Alþjóða ólympíuhreyfingarinnar alveg frá byrjun. Nú gætir hins vegar nokkurrar sundrungar þar inni sem vonandi finnst lausn á.

Þá höfum við verið virk í norrænu samstarfi. Allir viðburðir á vegum NORD HIF hafa nánast forgang hjá sambandinu. Ísland var með forystu í NORD HIF á árunum 1992 - 1995. Það var mikil áskorun og lífsreynsla að takast á við það. Við vorum dálítið bangin í byrjun, hvort við værum í stakk búin til að takast á



Ólafur Magnússon með Ólympíuráði ÍF 1992 - 1996, þeim Snorra Magnússyni, Sigrúnú Kjartansdóttur, Arnóri Péturssyni, Ólafi Jenssyni og Sveini Áka Lúðvíkssyni. Myndin er frá kynningu vegna ólympíumótsins í Barcelóna 1992.

við þetta verkefni og standa okkur jafn vel og stærri Norðurlandaþjóðirnar. Það sýndi sig svo að við vorum fær um að gera hlutina jafn vel ef ekki betur en þær. Nálægð starfsmanna og stjórnar ÍF gerði okkur kleift að vinna öðruvísi úr hlutunum en aðrir höfðu gert. Við vorum með allt á okkar könnu og gátum því brugðist hraðar og markvissar við en hinir gerðu.“

Hvernig sérðu framtíð íþróttarfatlaðra á Íslandi fyrir þér?

Það hljómar kannski eins og mótsögn en ég er þeirrar skoðunar að markmið Íþróttasambands fatlaðra sé að leggja sjálft sig niður. Það hlýtur að vera draumahugsjónin að fötluðum sé gert kleift að stunda íþróttir í almennum íþróttafélögum. Hvort það gerist í okkar tíð veit ég hins vegar ekki. Hvað framtíð ÍF varðar þá er ég sannfærður um að með styrk og stuðningi aðildarfélaganna og almennings í landinu, sem verið hefur mjög góður, þá á starfsemi sambandsins áfram eftir að vera blómleg og skapa fötluðu íþróttafólki eins góðan aðbúnað og best gerist í heiminum, hér eftir sem hingað til.

Ég hef unnið hér með afburðafólki á öllum sviðum. Formennirnir sem ég hef starfað með, þeir Ólafur Jensson og Sveinn Áki Lúðvíksson, eru báðir einstakir í sinni röð, að ógleymdu Sigurði Magnússyni sem alltaf hefur verið hægt að leita til, bæði þegar hann var framkvæmdastjóri Styrktarfélags lamaðra og fatlaðra og seinna ÍSÍ. Það hefur alltaf verið hægt að leita í smiðju þessara manna eftir ráðleggingum og öðru. Á meðan ÍF ber gæfu til að búa að svona einstaklingum hlýtur framtíðin að vera björt.“

Anna Karólína Vilhjálmsdóttir á sambandsþingi ÍF sem haldið var á Hótel Sögu 1996.



Anna Karólína Vilhjálmsdóttir, framkvæmdastjóri íþrótt- og útbreiðslusviðs ÍF

Anna Karólína Vilhjálmsdóttir er framkvæmdastjóri íþrótt- og útbreiðslusviðs Íþróttasambands fatlaðra. Hún hóf störf hjá sambandinu árið 1990. Hún útskrifaðist sem íþróttakennari frá Íþróttakennaraskólanum á Laugarvatni árið 1982 og sem kennari frá Kennaraháskóla Íslands árið 1985. Eftir kennaranámið fór hún að kenna við framhaldsskólann og grunnskólann á Húsavík og var bæði með almenna kennslu og íþróttakennslu. Árið 1989 - 1990 stundaði hún í nám í Íþróttastjórnun við Íþróttaháskólann í Kaupmannahöfn.

„Þegar ég var við nám við Íþróttaháskólann í Kaupmannahöfn kom Ólafur Jensson til Danmerkur og hafði samband við mig. Hann bauð mér starf hjá ÍF en Markús Einarsson var þá að hætta og átti ég að koma í staðinn fyrir hann. Ég hafði þá haft talsverð kynni af íþróttum fatlaðra en þau má rekja allt aftur til þess að ég var í Íþróttakennaraskólanum. Þar var haldin kynning á íþróttum fatlaðra og hreifst ég af henni. Í framhaldi af því fór ég sem aðstoðarmaður í sumarbúðir á Leirá í Borgarfirði til Sigurðar Guðmundssonar en þar voru bæði fatlaðir og ófatlaðir einstaklingar. Ég man að ég var mjög stressuð þegar ég var að bíða eftir rútunni með sumarbúðagestina. Ég hafði aldrei verið með fötluðu fólkí áður. Mitt hlutverk var að taka á móti þeim og fylgja þeim upp á herbergi. Ég gleymi því aldrei að um leið og hópurinn kom var ég strax orðin hluti af honum og þannig hefur það verið ætíð síðan. Mér fannst áberandi að yfirborðsmennska var ekki til meðal þessa fólks.“

Eftir þetta fór Anna Karólína að þjálfa boccia og frjálsar íþróttir hjá Íþróttafélagi fatlaðra í Reykjavík og kynntist íþróttastarfí fatlaðra af eigin raun. Hún sá m.a. um að þjálfa Hauk Gunnarsson og hélt áfram að fylgja honum á móti erlendis þótt hún flyttist norður á Húsavík. Hún var því í stöðugum tengslum við hreyfinguna þrátt fyrir að hún byggi úti á landi.

„Það byrjaði nú ekki björgulega þjálfarastarf mitt hjá ÍFR. Þegar ég hóf að þjálfa boccia hjá þeim árið 1983 neitaði ég að skrá þrjá menn til þátttöku í Íslandsmóti af því að þeir höfðu ekki æft með félagini. Þetta voru félagsmálatröllin Jóhann Pétur Sveinsson, Trausti Sigurlaugsson og Theodór A. Jónsson, allir miklir forsvarsmenn Sjálfssbjargar. Þeir urðu hissa fyrist og þóttust auðvitað mjög móðgaðir en það varði ekki lengi. Ég byrjaði því starf mitt á meðal fatlaðra með því að útiloka þessa menn frá keppni. Við hlögum öll að þessu síðar en við áttum svo eftir að eiga mjög gott samstarf og Jóhann Pétur heitinn varð besti vinur minn.“

Það var svo þegar þú varst stödd í Kaupmannahöfn 1990 að þú félst á að taka að þér starf hjá Íþróttasambandi fatlaðra?

„Ólafi Jenssyni tókst að telja mig á að taka að mér starfið, enda þótti mér það spennandi og nær ógerningur að neita Ólafi. Ég þurfti því að gera ýmsar ráðstafanir þar sem ég hafði ráðið mig áfram á Húsavík. Það gekk þó allt upp og hér er ég enn.

Þegar ég var að koma til starfa hjá ÍF fékk Ólafur Magnússon svar um að hann fengi inni í sama námi og ég var að útskrifast úr við Íþróttaháskólann í Kaupmannahöfn. Þeir Markús og Ólafur yfirgáfu mig því báðir samtímis og ég stóð uppi ein. Það gekk samt furðuvél að stýra þessu enda gott fólk sem stóð með mér. Ólafur Ólafsson hjá Öspinni var mín hægri hönd og Ólafur Jensson var ómetanlegur, stóð auðvitað með mér eins og klettur og var alltaf til staðar þrátt fyrir að hann þyrfti að takast á við mjög erfitt tímabil í kjölfar aðgerðar sem hann fór í vegna veikinda skömmu eftir að ég byrjaði. Mjög margir aðstoðuðu mig til að þetta gengi upp og auk þessara tveggja vil ég sérstaklega nefna fulltrúa nefnda ÍF og stjórn ÍF sem var mér dyggur bakhjarl.

Þegar Ólafur Magnússon kom aftur til starfa höfum við haft með okkur vissa verkaskiptingu. Ég sé alfarið um útbreiðslu- og fræðslumál sambandsins. Ég setti mér strax þá reglu að hafa ætíð með mér fatlaðan einstakling, sem hefði reynslu af íþróttum fatlaðra, á alla fundi og ráðstefnur sem ég sækti.

Þá setti ég mér strax það markmið að reyna að breyta hugarfari þeirra sem starfa með fötluðum og þeirra sem eru í námi sem tengist fötluðum. Lokaverkefni mitt og Önnu Bjarnadóttur í Danmörku var um tengsl heilbrigðiskerfisins og samfélagsins og horft sérstaklega til þess hvort því væri fylgt eftir að fólk færi í íþróttir eftir að það hefði verið í endurhæfingu. Rauði þráðurinn í niðurstöðu okkar var að þeir sem hafa fengið hvatningu til að kynna sér íþróttir, t.d. hjá læknum, sjúkraþjálfurum og kennurum, fóru í mun meira mæli að

stunda íþróttir en þeir sem ekki höfðu verið hvattir til þess. Ábyrgð fagfólksins er því mikil en hins vegar virðist tilviljun ráða því hvort það bendir þeim sem það er að sinna á þessa leið.“

Hver hefur árangur af þessu kynningarstarfi orðið?

„Hann er greinilegur. Það er mun meira um að fólk leiti upplýsinga hér og ég hef eingöngu orðið vör við mikinn velvilja og jákvæð viðbrögð í garð starfs okkar. Námskeið um íþróttir fatlaðra eru orðin fastur liður í námsbraut nokkurra fagskóla. Þar má nefna Kennaraháskóla Íslands, námsbraut í sjúkraþjálfun í HÍ og fleiri skóla sem útskrifa fagfólk sem fer að starfa að málum sem tengjast fötluðum eða fólkí almennt. Þetta skilar því að mun fleiri leita upplýsinga hjá okkur, jafnt námsfólk, fagfólk, aðstandendur fatlaðra og fatlaðir sjálfir. Hingað kemur t.d. fólk sem hefur verið hvatt til þess af læknum og öðrum aðilum innan kerfisins.“

Hvað með framhaldsskólana?

„Við höfum haft skipulagt samstarf við framhaldsskólana og A-stigsnámskeiðin okkar hafa verið metin til eininga hjá mörgum þeirra. Öllum framhaldsskólum í landinu hefur verið boðið upp á svona námskeið en það er misjafnt hvernig þeir hafa nýtt það. Ég hef haft samband við íþróttakennara um að þeir taki sjálfir að sér námskeiðin eins og hverja aðra valbraut við skólana. Það er að aukast að það sé gert en annars höfum við séð um þetta sjálf og hef ég reynt að tengja fræðsluna sjálfu íþróttastarfínu með því að láta hluta námskeiðsins fara fram á æfingum hjá íþróttafélögum fatlaðra. Þannig hitta nemendurnir fólkíð sem stundar íþróttir fatlaðra. Það skemmtilega við þetta er að áhuginn hjá ungu fólkí að sækja þessi námskeið er mjög mikill.

Ástæðan fyrir því að ég legg svona mikla áherslu á þennan aldurshóp er að unglingsarnir eru svo opnir og hreinskilnir. Í lok hvers námskeiðs legg ég fyrir þá spurningar. Það sem vekur kannski mesta athygli er að þar kemur fram sem rauður þráður að þáttakendur segja að þeir séu hættir að vorkenna fötluðu fólkí. Á námskeiðunum kynnast þeir fötluðum jafnöldrum og komast að því að það er engin ástæða til að vorkenna þeim eða líta á þá öðruvísí en annað fólk, enda hef ég aldrei kynnst neinum fordómum hjá þessu unga fólkí.“

Eruð þið með kynningar víðar?

„Já, við höfum mikið samstarf við endurhæfingarstöðvar vegna fólks sem hefur slasast og fatlast. Við höldum kynningar og einnig heimsækja einstaklingar úr röðum íþróttafólkins ungt fólk sem hefur fatlast vegna slysa. Peir ræða við það og hvetja það til að kynna sér íþróttirnar. Varðandi þennan þátt hefur verið mjög gott samstarf á milli ÍF og þjálfara Íþróttafélags fatlaðra í Reykjavík. Þjálfarar þar hafa reynt að veita þeim góðar móttökur og hafa þetta á persónulegu nótunum. Ef við náum ekki til þeirra áður en þau útskrifast úr endurhæfingu getur verið mjög erfitt að ná til þeirra síðar. Það hefur margsýnt sig.

Þá höfum við einnig átt mjög gott samstarf við landssamtök fatlaðra til að efla

starfið. Málefnið skarast nokkuð hjá okkur því að ÍF er ekki bara íþróttahreyfing. Unga fólkid er mun virkara í íþróttunum en þegar það eldist fer það að sjá hvað hagsmunasamtök eru mikilvæg.“

Samkvæmt starfsheitinu ert þú einnig yfir íþróttasviði sambandsins. Pað hlýtur að mæða mikið á þér þess vegna?

„Það er nú svo að þegar kemur að skipulagningu móta þá sjáum við bæði um hana ég og Ólafur Magnússon og sama gildir um svo til allt sem viðkemur íþróttastarfínu, bæði innanlands og utan. Íþróttanefndir ÍF og landsliðspjálfarar koma einnig mjög mikið að skipulagningu allra móta innanlands og hafa mikil áhrif á þáttöku í mónum erlendis. Það starfar íþróttanefnd að hverri grein og þær hafa mikla ábyrgð og sjálfstæði. Í nefndunum er fólk sem veit nákvæmlega hvað því ber að gera og hefur reynst frábærlega vel. Ólympíuráð ÍF hefur með málefni að gera sem tengjast afreksfólkini og leggur m.a. línur varðandi undirbúning fyrir ólympíumót í samráði við stjórn og starfsfólk ÍF, landsliðspjálfara og íþróttanefndirnar.

Petta er eins og ein stór samhent fjölskylda með sín vandamál en þau eru ætíð leyst en ekki blásin upp. Vissulega koma oft upp skiptar skoðanir, eins og í öllum fjölskyldum, og hagsmunir eru ólískir og margir. Það er því auðvelt að finna deiluefní ef út í það er farið. Það er hins vegar grundvallaratriði að málín séu leyst innbyrðis á skrifstofunni en ekki borin á torg. Ég tel það vera mestu gæfu ÍF að þessi vinnureglu hefur verið ríkjandi.“

Special Olympics eru orðin viðamikill þáttur í starfi ÍF á undanförnum árum.

„Já, það er óhætt að segja það. Við höfum nýtt okkur allan þann kvóta sem við höfum fengið varðandi þáttakendafjölda á þau stórmót sem hafa verið í boði. Special Olympics-hreyfingin er stærsta hreyfing þroskaheftra í heiminum og ÍF varð aðili að henni skömmu áður en ég hóf störf hjá sambandinu. Það var Kennedy-fjölskyldan sem stofnaði þessa hreyfingu og er Timothy Kennedy nú í forsvari fyrir hana. Það hefur haft sitt að segja fyrir hreyfinguna því að hún hefur breiðst út með ógnarhraða og hefur verið mjög áhugavert að fylgjast með



Anna Karólína Vilhjálmsdóttir á milli sunnudrottninganna Önnu Rúnar Kristjánsdóttur og Kristínar Kristjánsdóttur í Atlanta 1996.

því. Með Special Olympics hefur tilboðum fyrir þroskahefta fjölgæð mikið. Þetta er ekki eingöngu fyrir afreksfólkið heldur fyrir alla, bæði þá sem eru í fremstu röð og einnig fyrir almenna iðkendur. Þessi mótt eru bæði á vegum alþjóðasamtakanna, Evrópusamtakanna og sérhvers lands og strangar reglur gilda um skipulag og umgjörð allra móta á vegum samtakanna. Alþjóðasumarleikarnir eru sérlega glæsilegir og líkjast helst ólympíumótum varðandi alla umgjörð og skipulag.“

Að lokum Anna Karólína. Hvað stendur helst upp úr þegar þú horfir til baka?

„Þetta hefur verið mjög lærðómsríkur tími. Það sem stendur upp úr er allt þetta góða fólk sem maður hefur kynnst á þessum árum. Þá hefur verið mjög gaman að sjá hvernig einstaklingar hafa tekið stakkaskiptum við að fara að æfa íþróttir. Þetta á t.d við um samstarfskonu okkar hér, Önnu Guðrún Sigurðardóttur. Það var hrein tilviljun hvernig okkur tókst að fá hana til að fara að iðka íþróttir. Árið 1991 var hún valin til að taka þátt í barna- og ungingamóti eftir ábendingu en hún hafði þá aldrei komið nálægt íþróttum og verið mjög einangruð félagslega heima. Síðan hefur hún marglýst því yfir að árið 1991 hafi hún endurfæðst.

Fólk eins og hún hefur kennt mér mjög mikið um lífið og er erfitt að meta það að verðleikum. Þótt maður geti ekki bent á nema eitt svona dæmi þá er það þess virði að hafa starfað í hreyfingunni. Dæmin eru hins vegar ótalmörg.

Ég verð líka að nefna það að við höfum upplifað mjög breytta tíma á fáum árum varðandi viðurkenningu á afrekum fatlaðs íþróttafólks. Nú hefur tekist að ná samningum við stóra styrktaraðila vegna undirbúnings fyrir ólympíumótið í Sydney árið 2000 en þetta var ekki til umræðu fyrir aðeins fáum árum. Íþróttafólkið er því búið að vinna gífurlegt brautryðjendastarf og hefur sýnt ótrúlegt þolgæði við að sigrast á ýmsum hindrunum vegna þess viðhorfs sem ríkti í garð fatlaðra. Þetta er allt að breytast til batnaðar og það er fyrst og fremst því að þakka að sviðsljósið hefur beinst að fötluðu afreksfólki sem hefur staðið sig frábærlega vel í alþjóðakeppnum. Framkoma þessara einstaklinga í fjölmöldum hefur verið til fyrrmyndar og þó að athyglan hafi beinst að afreksfólkini hefur framlag þess örugglega óbeint haft mjög jákvæð áhrif á viðhorf í garð fatlaðs fólks almennt.

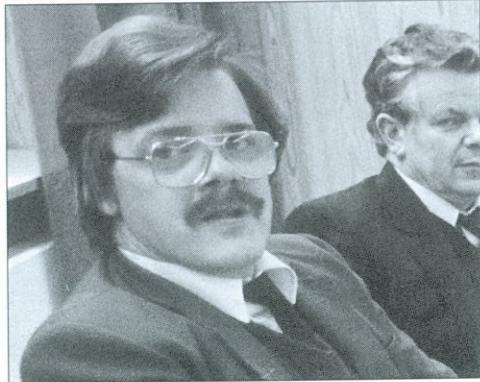
Þá er starfsumhverfið hér einstakt. Okkur er treyst fullkomlega og erum því mjög sjálfstæð í okkar vinnu sem gerir að verkum að hlutirnir geta gengið mjög hratt og vel fyrir sig. Og þeir einstaklingar sem ég hef kynnst og starfað með hafa haft mikil áhrif á mig. Þar vil ég sérstaklega nefna formennina sem ég hef unnið með, þá Ólaf Jensson og Svein Áka Lúðvíksson sem hafa báðir verið einstakir í sinni röð og kennt mér mikið. Og þá er ekki hægt að hugsa sér betri samstarfsmann en Ólaf Magnússon, enda hef ég sýnt honum þá einstöku virðingu að nefna hestinn minn eftir honum.“

Íþróttamenn ársins úr röðum fatlaðra

Allt frá árinu 1977 hefur íþróttamaður ársins verið valinn úr röðum fatlaðra. Það eru ÍSÍ og Frjálst framtak, sem gefur út Íþróttablaðið, sem hafa staðið að þessu vali. Það fer þannig fram að sér samböndin tilnefna sjálf íþróttamann ársins í sinni grein. Verðlaunin eru síðan afhent í hófi sem haldið er undir lok ársins. Fyrstu tvö árin sem íþróttamaður ársins var valinn úr röðum fatlaðra voru fengnir til þess menn sem þekktu vel til íþróttar fatlaðra en síðan ÍF var stofnað árið 1979 hefur sambandið séð um að tilnefna íþróttamennina.



Hörður Barðdal
ÍFR
1977



Arnór Pétursson
ÍFR
1978, 1981



Edda Bergmann
ÍFR
1979



Sigurrós Karlsdóttir
Akri
1980



Elísabeth Vilhjálmsdóttir
ÍFR
1982



Sigurður Pétursson
Ösp
1983



Jónas Óskarsson
Völsungi
1984



Ína Valsdóttir
Ösp
1985



Haukur Gunnarsson
ÍFR
1986, 1987, 1988



Sigrún Huld Hrafnssdóttir
Ösp
1989, 1991, 1994



Ólafur Eiríksson
ÍFR
1990, 1992



Geir Sverrisson
Ármani
1993



Kristín Rós Hákonardóttir
ÍFR
1995, 1996, 1997



Íslensku ólympíufararnir á leikana í Arnhem í Hollandi 1980.



Íslensku þáttakendurnir á Stoke Mandeville-leikunum (ólympíumóti mænuskaðaðra) í Bretlandi 1984.

Gullverðlaunahafar á ólympíumótum, heimsmeistaramótum og Evrópumeistaramótum



Bára B. Erlingsdóttir

Félag: Íþróttafélagið Ösp

Keppnisgrein: Sund

Lýsing á fötlun: Proskaheft

Ólympíugull:

4 gull á ólympíumóti þroskaheftra í Madrid 1992 fyrir boðsund

Birkir R. Gunnarsson

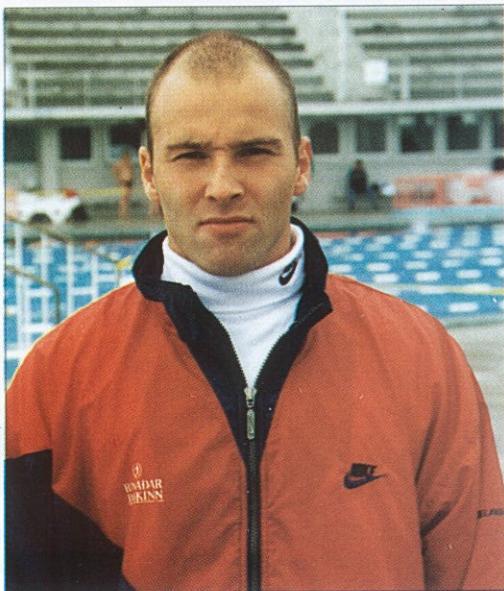
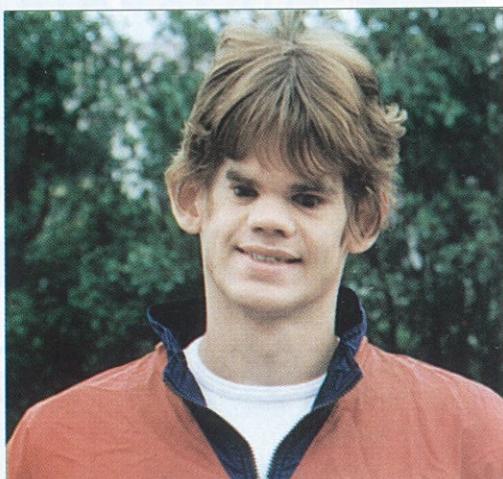
Félag: ÍFR, Ægir

Keppnisgreinar: Sund

Lýsing á fötlun: Blindur

Evrópumeistaragull:

3 gull í Perpignan í Frakklandi 1995
og 4 gull í Riccione á Ítalíu 1997



Geir Sverrisson

Félag: Ármann, UBK, UMFA

Keppnisgreinar: Frjálsar íþróttir,
sund

Lýsing á fötlun: Vantar á hægri
handlegg við olnboga

Ólympíugull:

1 gull í sundi í Barcelóna 1992

Heimsmeistaragull:

1 gull í sundi í Assen, Hollandi
1990, 3 gull í frjálsum í Berlín
1994.

Evrópumeistaragull:

1 gull í sundi í Barcelóna 1991

Guðrún Olafsdóttir

Félag: Íþróttafélagið Ösp

Keppnisgrein: Sund

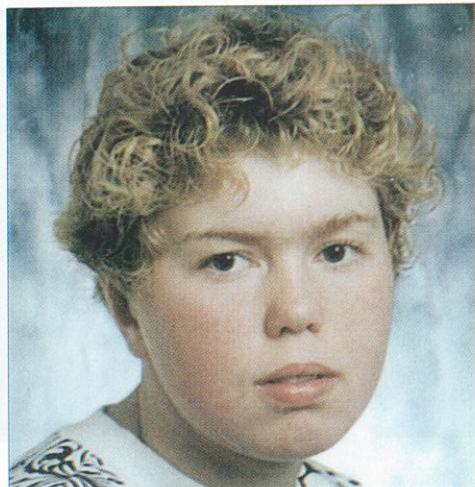
Lýsing á fötlun: Proskaheft

Ólympíugull:

5 gull í Madrid 1992, þar af 4 fyrir
boðsund

Heimsmeistaragull:

5 gull í Hernösand, Svíþjóð 1989



Gunnar P. Gunnarsson

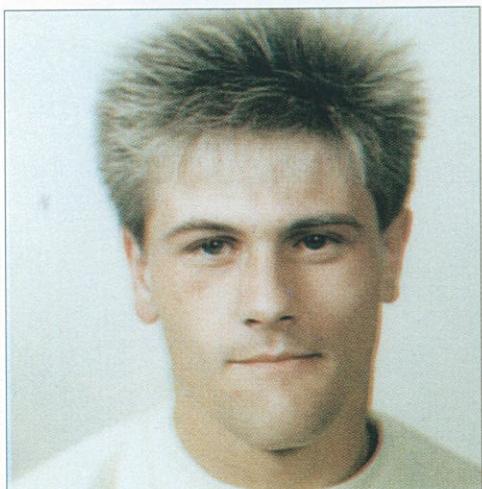
Félag: Íþróttafélagið Suðri

Keppnisgrein: Sund

Lýsing á fötlun: Proskaheftur

Heimsmeistaragull:

2 gull í Hernösand, Svíþjóð 1989



Haukur Gunnarsson

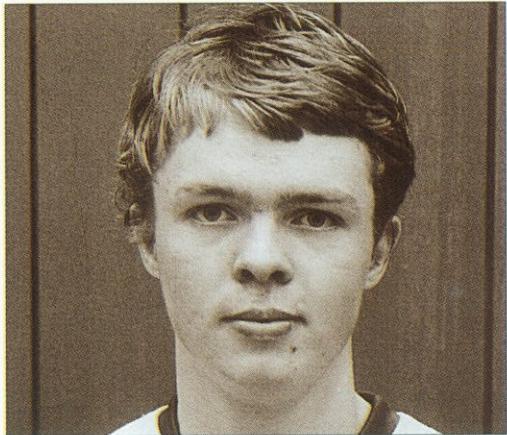
Félag: ÍFR, KR, Ármanн

Keppnisgrein: Frjálsar íþróttir

Lýsing á fötlun: Spastískur

Ólympíugull:

1 gull í Seoul 1988



Hrafn Logason

Félag: Íþróttafélagið Ösp

Keppnisgrein: Sund

Lýsing á fötlun: Proskaheftur

Heimsmeistaragull:

1 gull í boðsundi í Hernösand,

Svíþjóð 1989

Katrín Sigurðardóttir

Félag: Íþróttafélagið Suðri

Keppnisgrein: Sund

Lýsing á fötlun: Proskaheftur

Ólympíugull:

4 gull í boðsundi í Madrid 1992



Kristín Rós Hákonardóttir

Félag: ÍFR

Keppnisgrein: Sund

Lýsing á fötlun: Spastísk vinstra megin

Ólympíugull:

3 gull í Atlanta 1996

Heimsmeistaragull:

1 gull í Assen, Hollandi 1990

Evrópumeistaragull:

3 gull í Perpignan, Frakklandi 1995

4 gull í Badajoz, Spáni 1997

Lilja María Snorradóttir

Félag: Sundfélag Hafnarfjarðar

Keppnisgrein: Sund

Lýsing á fötlun: Vantar vinstri fót
fyrir ofan hné

Ólympíugull:

1 gull í Seoul 1988

Evrópumeistaragull:

2 gull í Barcelóna 1991



Ólafur Eiríksson

Félag: ÍFR og SH

Keppnisgrein: Sund

Lýsing á fötlun: Vantar hægri fótlím
Ólympíugull:

2 gull í Barcelóna 1992

1 gull í Atlanta 1996

Heimsmeistaragull:

3 gull í Assen, Hollandi 1990

2 gull á Möltu 1994

Pálmar Guðmundsson

Félag: ÍFR

Keppnisgrein: Sund

Lýsing á fötlun: Spastískur

Ólympíugull:

1 gull í Atlanta 1996

Evrópumeistaragull:

2 gull í Perpignan, Frakklandi 1995

2 gull í Badajoz, Spáni 1997





Rut Sverrisdóttir

Félag: Akur, Óðinn

Keppnisgrein: Sund

Lýsing á fötlun: Blindir og sjónskertir

Evrópumeistaragull:

1 gull í Barcelóna 1991

Sigrún Huld Hrafnssdóttir

Félag: Íþróttafélagið Ösp

Keppnisgrein: Sund

Lýsing á fötlun: Proskaheft

Ölympíugull:

9 gull í Madrid 1992, þar af 4 í boðsundi

Heimsmeistaragull:

5 gull í Hernösand, Svíþjóð 1989

4 gull á Möltu 1994

Evrópumeistaragull:

1 gull í Perpignan, Frakklandi 1995



Íslensku
þátttakend-
urnir á
ólympíumóti
þroska-
heftra í
Madrid
1992.



Íslensku
þátttakend-
urnir á
ólympíu-
móti hreyfi-
hamlaðra í
Barcelóna
1992.



Sigrún Pétursdóttir

Félag: ÍFR

Keppnisgrein: Sund

Lýsing á fötlun: Spastísk

Heimsmeistaragull:

1 gull í Assen, Hollandi 1990

Sigurrós Karlsdóttir

Félag: Íþróttafélag fatlaðra á Akureyri

Keppnisgrein: Sund

Lýsing á fötlun: Handleggir fatlaðir
frá fæðingu

Ólympíugull:

1 gull í Hollandi 1980



Verðlaunahafar á ólympíumótum

Staður	Ár	Nafn	Félag	Grein	Gull	Silfur	Brons
Holland/ Arnhem	1980	Sigurrós Karlsson Jónas Óskarsson	Akur ÍFR/Völsungur	sund lyftingar	1		1
USA/ New York (hreyfi- hamlaðir)	1984	Jónas Óskarsson Sigrún Pétursdóttir Oddný Óttarsdóttir Haukur Gunnarsson Hafdís Ásgeirsdóttir Hafdís Gunnarsdóttir	ÍFR/Völsungur ÍFR ÍFR ÍFR Akur ÍFR/KR	sund sund sund frjálsar borðtennis borðtennis	1 1	1 2	1 2 2 1
Bretland/ Stoke Mandev. (mænu- skaðaðir)	1984	Anna Geirsdóttir Edda Bergmann	ÍFR ÍFR	sund sund			1 1
Suður-Kór- ea/Seoul	1988	Haukur Gunnarsson Lilja M. Snorradóttir Jónas Óskarsson Geir Sverrisson Ólafur Eirksson Sóley Axelsdóttir	ÍFR Tindastóll ÍFR/Völsungur UMFN ÍFR ÍFR	frjálsar sund sund sund sund sund	1 1		2 2
Spánn/ Barcelóna (hreyfi- hamlaðir)	1992	Geir Sverrisson Ólafur Eirksson Lilja M. Snorradóttir Kristín R. Hákonard. Rut Sverrisdóttir Birkir R. Gunnarsson Haukur Gunnarsson	UMFN/Ármann ÍFR/KR SH ÍFR Akur/Óðinn ÍFR ÍFR/Ármann	sund/frj. sund sund sund sund sund frjálsar	1 2	1 1	1 2 4 1 2 1 1
Spánn/ Madrid (þroska- heftir)	1992	Sigrún H. Hrafnssdóttir Guðrún Ólafsdóttir Bára B. Erlingsdóttir Katrín Sigurðardóttir	Ösp Ösp Ösp Suðri	sund sund sund sund	9 5 4 4	2 2 1 1	2 2 3
USA/ Atlanta	1996	Kristín R. Hákonard. Ólafur Eirksson Pálmar Guðmundsson Birkir R. Gunnarsson Sigrún H. Hrafnssdóttir Geir Sverrisson	ÍFR ÍFR/KR ÍFR ÍFR/Ægir Ösp Ármann	sund sund sund sund sund frjálsar	3 1 1	1 1 1 1	1 1

Verðlaunahafar á heimsmeistaramótum

Staður	Ár	Nafn	Félag	Grein	Gull	Silfur	Brons
Svíþjóð/ Gautaborg	1986	Haukur Gunnarsson	ÍFR	frjálsar			1
Svíþjóð/ Härnösand (þroska- heftir)	1989	Sigrún H. Hrafnasdóttir Guðrún Ólafsdóttir Gunnar Þ. Gunnarsson Hrafn Logason Bára B. Erlingsdóttir Hafdís Gunnarsdóttir	Ösp Ösp Suðri Ösp Ösp	sund sund sund sund sund	5 3 2 1 4	3 2 1 1	2 1
Holland / Assen	1990	Ólafur Eiríksson Kristín R. Hákonard. Sigrún Pétursdóttir Geir Sværrisson Lilja M. Snorradsdóttir Rut Sværrisdóttir Haukur Gunnarsson	ÍFR ÍFR ÍFR UMFN SH Akur/Óðinn ÍFR	sund sund sund sund sund sund frjálsar	3 1 1 1 4 1 2	1 1 1 1	2 1
Malta	1994	Sigrún H. Hrafnasdóttir Ólafur Eiríksson Bára B. Erlingsdóttir Birkir R. Gunnarsson Pálmar Guðmundsson Kristín R. Hákonard. Guðrún Ólafsdóttir Katrín Sigurðardóttir	Ösp ÍFR Ösp ÍFR ÍFR ÍFR Ösp Suðri	sund sund sund sund sund sund sund sund	4 2 1 2 2 1 1 1	1 3 2 2 1 1 1	1 2 2
Þýskaland/ Berlín	1994	Geir Sværrisson	Ármann	frjálsar	3		

sku þáttakandurnir á Olympiatíminu í Atlanta í Þriðju örþópi um miðað við 1996.

Verðlaunahafar á Evrópumeistaramótum

Staður	Ár	Nafn	Félag	Grein	Gull	Silfur	Brons
Belgía/ Antwerpen	1985	Haukur Gunnarsson	ÍFR	frjálsar		2	
Spánn/ Barcelóna	1991	Lilja M. Snorradóttir Rut Sverrisdóttir Geir Sverrisson Ólafur Eiríksson Kristín R. Hákonard	SH Akur/Óðinn UMFN ÍFR ÍFR	sund sund sund sund sund	2 1 1 3	1 2 2	2 2
Frakkland/ Perpignan	1995	Birkir R. Gunnarsson Kristín R. Hákonard. Pálmars Guðmundsson Sigrún H. Hrafnssdóttir Bára B. Erlingsdóttir Gunnar P. Gunnarss.	ÍFR ÍFR ÍFR Ösp Ösp	sund sund sund sund sund	3 3 2 1 2	1 1 1 2 1	1 1
Spánn/ Badajoz	1997	Kristín R. Hákonard. Pálmars Guðmundsson Bára B. Erlingsdóttir	ÍFR ÍFR Ösp	sund sund sund	4 2		1 2
Ítalía/ Riccione (blindir)	1997	Birkir R. Gunnarsson	ÍFR	sund	4	1	



Íslensku þáttakendurnir á ólympíumótinu í Seoul í Kóreu 1988.



Íslensku þáttakendurnir á ólympíumótinu í Atlanta í Bandaríkjunum árið 1996.

Eftirmáli

Í byrjun árs 1997 tók stjórn ÍF ákvörðun um að ráðist skyldi í útgáfu afmælisrits í tilefni þess að á árinu voru 25 ár liðin frá því að íþróttastarf fatlaðra hóf formlega göngu sína með skipulögðum hætti hérlandis. Það gerðist með því að íþróttatíming ÍSÍ sem haldið var í Hafnarfirði í ágúst 1972 gerði samhljóða samþykkt um að vinna að aukinni og bættri aðstöðu til íþróttaiðkana meðal fatlaðra landsmanna. Þessarar merku samþykktar er getið á fleiri en einum stað í afmælísritinu en með henni var teningunum kastað og ekki aftur snúið.

Í mars á sl. ári varð það að samkomulagi milli ÍF og undirritaðs að ég tæki að mér umsjón þessarar afmælisútgáfu. Fékk ég til þess mjög frjálsar hendur, þ.á m. að ráða aðstoðarmann. Til aðstoðar og samstarfs valdi ég Sigurð Á. Friðþjófsson blaðamann og rithöfund.

Afmælisritið sem nú hefur verið gefið út er árangur starfs okkar með góðri aðstoð starfsfólks ÍF auk margra annarra sem of langt mál yrði hér að telja upp. Í upphafi var gert ráð fyrir að ritið kæmi út á haustdögum 1997 en vinnan og fyrirhöfnin við að ná saman öllu því fjölpætta efni sem í ritinu er að finna varð meiri og tímafrekari en svo að það tækist.

Árin 25 sem liðin eru frá því að undirbúningur og aðgerðir hófust hafa verið með ólíkindum. Frammistaða fatlaða fólksins hefur vakið aðdáun landsmanna sem hafa með margvíslegum hætti slegið skjaldborg um þennan nýja þátt í íþróttastarfinu. Í ávörpum og viðtölum við allt það mæta fólk sem tjáir sig í afmælisritinu kemur þessi staðreynd rækilega fram.

Forseti Íslands, hr. Ólafur Ragnar Grímsson, segir m.a. í sínu ávarpi:

„Þjóðin hefur öðlast bjartsýni og kjark við að fylgjast með þeim glæsilega árangri sem fatlaðir hafa náð. Fyrir þá gjöf þökkum við á þessum tímamótum. Að finna sigur í eigin brjósti, að sjá árangur hjá sjálfum sér og öðlast þannig kraft til nýrra verka er þó allri keppni æðra. Íþróttahreyfing fatlaðra hefur fært þúsundum slíka sannfæringu. Hún hefur aukið lífsgleði og sjálfstraust einstaklinga og gert íslenskt þjóðfélag betra og litríkara.“



Sigurður Magnússon.



Sigurður Á. Friðþjófsson.

Afmælisritið er ekki venjulegt sagnfræðirit. Öðru fremur ber að líta á það sem heimildarit og samtíðarsögu um það farsæla starf sem unnið hefur verið af miklum fjölda fólks víðsvegar um land og þann frábæra dugnað sem fatlaða fólkid hefur sýnt og glæsta árangur sem það hefur náð. Við sem að verkinu höfum unnið erum fyllilega meðvitaðir um að hvergi nærri er um tæmandi frásögn að ræða. Starfsemin fyrstu 25 árin hefur verið það mikil og fjölpætt að til að svo gæti orðið þyrfti margfalt stærra afmælisrit. Við settum okkur hins vegar í upphafi, í samráði við forystu ÍF, ákveðinn starfsramma varðandi efnisval og umfang og höfum fyllt út í hann eftir því sem unnt hefur verið.

Ég vil við bókarlok þakka Sigurði Á. Friðþjófssyni einstaklega gott samstarf, ljúfmennsku og lipurð á öllum sviðum. Hæfni hans, kunnátta og reynsla hafa verið okkur mikilvæg. Sömuleiðis vil ég þakka sérstaklega þeim Önnu K. Vilhjálmsdóttur framkvæmdastjóra íþrótt- og útbreiðslusviðs ÍF og Ólafi Magnússyni framkvæmdastjóra sambandsins alla þeirra aðstoð og fyrirgreiðslu.

Það er viturlegt spakmæli sem segir að ekkert veiti manni jafn mikla gleði og að gera öðrum gott. Þetta sannreyndi ég við upphaf íþróttastarfsemi fatlaðra og í öllu starfi sem fylgdi í kjölfarið. Fölskvalaus gleði og þakklæti fatlaða fólksins fyrir það sem fyrir það var gert var meiri og ríkari en við eigum að venjast. Ekki síst er mér þetta minnisstætt að því er varðar þá sem eru í röðum þroskaheftra, enda þótt það eigi í sjálfu sér við almennt um alla innan samtakanna. Hygg ég að þetta sé einnig reynsla annarra.

Mikilvægasta hlutverk íþróttastarfs fatlaðra er og verður að skapa fötluðu fólkis heilbrigðara og ánægjulegra daglegt líf. Til þess geta verið margar leiðir. Íþróttasambandi fatlaðra og öllum aðildarfélögum þess er óskað góðs gengis við að sinna þessu verðuga verkefni.

Sigurður Magnússon

Heillaóskir til ÍF

Reykjavík

A. Karlsson hf.	Borgarbókasafn Reykjavíkur
Allrabest, sölurnar	Borgarfell ehf., heildverslun
Altech ehf.	Bón- og þvottastöðin ehf.
Alþýðubandalagið - Vikublaðið	Bónus sf.
Alþýðuflokkurinn	Breiðholtsapótek
Alþýðusamband Íslands	Brimborg ehf.
Apple-umboðið	Búseti svf., húsnæðissamvinnufélag
Arkitektar sf.	Byggingafélag Gylfa og Gunnars
Arkitektastofan Ormar P.	Byggingavörur hf.
Guðmundsson	Dagvist barna, Hafnarhúsi
Arnar sf.	Dalverk sf., verktaki
Augnlæknastofa Arnar Sveinssonar	Dansskóli Heiðars Ástvaldssonar
Augnlæknastofa Ólafar Kristínar	Dýraríkið ehf.
Ólafsdóttur	E.G. Ólafsson ehf., heildverslun
Austurleið hf.	Efnissala Guðjóns E. Jóhannss. hf.
Áfengisvarnaráð	Endurskoðendaþjónustan sf.
Ágúst Ármanн hf.	Endurskoðun Guðmundar
Áhöfnin á Mælisfelli,	Hannessonar
Áhöfnin á Svani RE 45	Endurskoðun og reikningsskil hf.
Áhöfnin á Sæljósi ÁR 11	Faktoria
Árvakur hf.	Farfuglaheimilið
Árvík hf.	Farmasía hf., heildverslun
Ásbyrgi, fasteignasala	Fasteignamarkaðurinn hf.
Bako hf.	Faxamjöl hf.
Bandalag starfsmanna ríkis og bæja	Faxavélar hf.
BDO - SamEnd ehf., löggiltir	Fálkinn hf.
endurskoðendur	Feró sf.
Beyki hf.	Félag einstæðra foreldra
Bikarbox hf., plastiðnaður	Félag íslenskra fiskmjölsframleiðenda
Bílahornið Stilling ehf.	Fínverk hf.
Bílanauðt hf.	Fjarhitun hf.
Björk, tóbaksverslun	Fjölprent hf.
Blikksmiðja Austurbæjar hf.	Fjölver hf., efnatækniráðgjöf
Blómabúðin Íris	Framsókn, verkakvennafélag
Boði ehf., stimplagerð,	Fróðá hf.

80

Garðs Apótek við Réttarholtsveg	Húsakaup sf., fasteignasala
Genus hf.	Húsasmiðjan hf.
Gissur og Pálmi hf., byggingaverktaki	Húsnæðisstofnun ríkisins
Gjafablóm sf.	Húsun hf., trésmiðja
Glófaxi ehf., blikksmiðja	Húsvangur, fasteignasala
Greifinn, hársnyrtistofa	Höfðakaffi
Guðmundur Andrésson gullsmíðaverslun	Iðunnar Apótek
Guðmundur Kristinsson	Ingvar og Gylfi hf.
Gullhöllin sf.	Innrömmun Renate Heiðar
Gullsmíðaverslun Hjálmars	Í leiðinni, sölurnar
Torfasonar	Ís-spor ehf.
Gunnar Kvaran hf., heildverslun	Íslandsbanki hf.
Gúmmibátajónustan	Íslensk endurtrygging hf.
Gúmmívinnustofan hf.	Íslenska pókkunararfélagið hf.
Gústaf Þór Tryggvason hrl.	Íslenskar getraunir
Gym 80 - Ofurkraftur hf.	Íslenskar sjávarafurðir hf.
Hafrós ehf.	Ístak hf.
Halldór Jónsson, öku kennari	Ístel hf.
Hampiðjan hf.	Íþróttar- og tómstundaráð Reykjavíkur
Hans hf., herra fataverslun	Íþróttasamband Íslands
Hársnyrtistofa Dóra	Jarðfræðistofa ÁG VST
Háskólabíó	Jazzballetskóli Báru
Heilbrigðis- og	Johan Rönning hf.
tryggingamálaráðuneytið	Jón Ólafur Þórðarson
Heildverslun J.S. Gunnarssonar hf.	Kaffi Ópera og Kaffi Romance
Heildverslun Stgr. Thorleifssonar	Kaldalónsútgáfan
Heimilisprýði	Kassagerð Reykjavíkur
Heimilistæki	Kerfisþróun hf.
Heilsuræktin World Class	Kjarnakorn ehf.
Henson Sports Europe á Íslandi hf.	Kjörgarður hf.
Herragarðurinn hf.	Kjöt hf., kjötvinnsla
Hitastýring hf., raftækjaverslun	Kjöthöllin sf.
Hitaval sf.	Kristján G. Gíslason hf.
Hitaveita Reykjavíkur	Kværner Fisktækni
Hlöllabátar	Lagnatækni hf.
Hollstuvernd ríkisins	Landlæknir
Hólmaröst hf.	Landslagsarkitektar Reynir og Þráinn
Hraðmyndir hf.	Landssmiðjan hf.
Hrafniða DAS,	Landsvirkjun
Hreysti hf.	Litbrá hf., prentþjónusta
	Ljóri sf., sóltjaldagerð

Ljósbær hf., raftækjaverslun	Póló, söluturn
Ljósmæðrafélag Íslands	Póstur og sími hf.
Lyftir hf.	Prófun hf., tækjaviðhald
Lyra sf., heildverslun	R. Sigmundsson hf.
Lystadún Snæland ehf.	Rafeindaiðjan, verkstæði
Læknastofa Hallgríms	Rafeindaþjónustan Örfirisey hf.
Lögfræðiskrifstofa Gunnars I.	Radíómiðun hf.
Hafsteinssonar	Rafha hf., raftækjaverslun
Lögfræðistofa Sóleyjargötu 17	Raftækjaþjónustan sf.
Lögmenn Austurstræti sf.	Rafverk sf.
Löggreglustjórinn í Reykjavík	Rafþjónusta G.S.
M og M sf.	Rafþór hf.
Marco hf.	Rakarastofan Hárspor
Marel hf.	Rekstur og ráðgjöf hf.
Mats ljósmyndir sf.	Reykjavíkurborg
Matstofa Miðfells sf.	Rolf Johansen og Co ehfn
Múlalundur, vinnustofa SÍBS	Rúmfatalagerinn hf.
Námsflokkar Reykjavíkur	S. Waage hf., skóverslun
Nesradíó	S.B.S. innréttigar, trésmiðja
Netagerð Guðmundar Sveinssonar	Samband almennra lífeyrissjóða
Netverk hf.	Samskipti
Norfisk hf.	Samtök plúsmarkaða sf.
Nóatún hf.	Sautján hf.
Nói-Sírfus hf.	Seðlabanki Íslands
Nýbú, innréttigar	Setberg, bókaútgáfa
Nýja bíó hf.	Sérleyfisbílar Helga Péturss. hf.
Nýja sendibílastöðin hf.	SÍBS
Nýja teiknistofan hf.	Sjálfsbjörg, landssamband fatlaðra
Offsetþjónustan hf.	Sjóli hf.
Ofnasmiðjan hf.	Skipatækni hf.
Omega Farma ehf.	Skólabrú
Optima	Skóli John Casablancas
Orka hf., heildverslun	Skóverslun Reykjavíkur
Osta- og smjörsalan sf.	Skúli H. Norðahl arkitekt
Otto B. Arnar ehf.	Skyndiprent sf.
Ó.M. búðin	SKÝRR hf.
ÓK endurskoðun	Smith og Norland hf.
Ólafur Þorsteinsson og Co hf.	Smurstöðin Geirsgötu 19
Perlan hf., veitingahús	Snerruútgáfan ehf.
Pfaff hf.	Sólargluggatjöld hf.
Plúsmarkaðurinn	Sparisjóður vélstjóra

- Steypustöðin hf.
 Stálsmiðjan hf.
 Stoðtækní Össur
 Strætisvagnar Reykjavíkur
 Sturlaugur Jónsson og Co hf.
 Sveinbjörn Sigurðsson hf.
 Sólurninn Iðufelli 14
 Sólurninn Skonsan
 Sólurninn Texas
 Talnakönnun hf.
 Tannlæknastofa Þórarins Jónssonar
 Tannlæknastofa Friðleifs
 Stefánssonar
 Tannlæknastofa Ólafs Björgúlfssonar
 Tannlæknastofa Guðrúnar Ólafsdóttur
 Tannlæknastofa Kristínar
 Ragnarsdóttur
 Tannlæknastofa Sveins Ásgeirssonar
 Tannlæknastofa Ögmundar Mána
 Ögmundssonar
 Tannlæknastofan Valhöll
 Teiknistofan hf.
 Teiknistofan Óðinstorgi sf.
 The Body Shop
 Teitur Lárusson, atvinnuráðgjafi
 Tékk-Kristall hf.
 Thorarensen Lyf hf.
 Tímadjásn
 Tóbaksvarnanefnd
 Tryggingastofnun ríkisins
 Tupperware
 TVG - Ziemsen hf.
 Tækniðeild Ó. Johnson & Kaaber -
 Blikksmiðja
 Tölvumiðstöð sparisjóðanna
 Törn, sjúkraþjálfun
 Umfang hf.
 Umferðarráð
 Upplýsingamiðlunin hf.
 Útilíf hf.
 V.S.Ó. Ráðgjöf ehf.
- Vaka sf.
 Valhúsgögn hf.
 Vatnsveita Reykjavíkur
 Verkfraeðistofa Sigurðar
 Thoroddsen hf.
 Verslunarmannafélag Reykjavíkur
 Verslunartækni hf.
 Vestfjarðaleið
 Vélaleiga Einars H. Péturssonar hf.
 Vélaverkstæði J. Hinrikssonar hf.
 Vélvík ehf.
 Victor Sigurjónsson kjarnaborun
 Vista, verkfræðistofa
 Vöruflutningamiðstöðin hf.
 Z-brautir og gluggatjöld hf.
 Þjóðsaga ehf., bókaútgáfa
 Þjóðskjalasafn Íslands
 Þjónustusamband Íslands
 Próunarfélag Íslands hf.
 POR ehf.
 Prep hf., endurskoðunarskrifstofa
 Proskahjálp, landssamtök fatlaðra
 Ægir, seglagerð
 Ögurvík hf.
 Ökumælar ehf.
 Önn ehf., verkfræðistofa
 Öryrkjabandalag Íslands

Seltjarnarnes

- Áhöfnin á Leu RE 171
 Bjarni Halldórsson
 Bókasafn Seltjarnarness
 Rúna RE 150

Vogar

- Áhöfnin á Þuriði Halldórsdóttur
 Vogabær hf.

Kópavogur

- ALP bílaleigan

Arnardalur sf.
Áhöfnin á Særósu RE 207
Bifreiðastillingin
Bílalökunin hf.
Bílamarkaðurinn
Bíljöfur
Blikkarinn hf., blikksmiðja
Blikkás hf.
Byggðaþjónustan hf.
Efnagerð Laugarness, heildsala
Glervirki sf., verktaki
Goddi hf.
Hedd hf., bílapartasala
Hegas hf., innflutningur
Hjálpartæki Þóris B. Guðjónssonar
Hugbúnaður hf.
Hugur, forritunarþróun hf.
Ískraft hf.
Klukkan, verslun
Landvélar hf.
Lyfting hf., vinnuvélar
Læknafélag Íslands
Markholt hf., byggingaverktaki
Niðursuðuverksmiðjan ORA hf.
Pökkun og flutningur sf.
Raftækjavinnustofa Einars
Stefánssonar
Skrúðgarðaþjónustan
Smurstöðin
Tannlæknastofa Páls Ævars Pálssonar
Tæknivangur
Veislustöð Kópavogs
Vélsmiðja Heiðars hf.
Vélsmiðjan Faxastál hf.

Garðabær

Bygging ehf.
Fura hf., brotamálmsvinnsla
G.H. heildverslun hf.
K. Richter hf., heildverslun
Ósey hf.

Snyrtihöllin, snyrtistofa
Sólbaðsstofan Garðasól
Spesían, söluturn
Tónlistarskóli Garðabæjar
Uppfylling sf.

Hafnarfjörður

Áhöfnin á Fróða HF 45
Ársæll Sigurðsson HF 80
Ás, fasteignasala
Bedco & Mathiesen hf.
Bílaspítalinn
Björgunarnetið Markús hf.
Brunnar hf.
Delta hf.
Fiskvinnsluskólinn Hafnarfirði
Fjarðarmót hf.
Framtak ehf., véla- og skipaþjónusta
G.P. húsgögn hf.
Glerborg hf.
Góa hf. - Linda hf.
Hafnarbakki hf., skipaþjónusta
Hafnarfjarðarbær
Hafnasandur sf., verktaki
Heiðar Jónsson, járnsmiður
Hlaðbær-Colas hf., malbikunarstöð
Hrói höttur hf., veitingasala
Ísboltar hf., heildverslun
Kambur hf., byggingafélag
KIRBY - Reykjavík
Kælitækjaþjónustan
Loki sf.
Lögmenn Hafnarfirði hf.
Músík og sport
Netagerð Jóns Holbergssonar
P. Ólafsson hf.
Ragnar Björnsson hf., bólstrun
Síld og fiskur, matvælagerð
Sjómannafélag Hafnarfjarðar
Sjúkraþjálfarinn ehf.
Spennubreytar

Stoð hf., stoðtækjasmíði
Suðulist
Tannlæknastofa Ágústar
Gunnarssonar
Útvík ehf.
VSB verkfræðistofa ehf.
Verslunarmannafélag Hafnarfjarðar

Keflavík

Apótek Keflavíkur ehf.
Áhöfnin á Stafnesi KE 130
Fasteignasalan Hafnargötu 27 ehf.
Fasteignaþjónusta Suðurnesja
Fiskbúðin Fiskbær
Fiskval, fiskvinnsla
Flughótel
Georg V. Hannah, úr- og skartgripir
Happi ehf. - Happasæll KE 94
Hársnyrtistofa Harðar
Húsagerðin hf., trésmiðja
Íþróttaráð Reykjanesbæjar
Njörður KE 110
Olíusamlag Keflavíkur og nágrennis
Óðinn sf., véldumiðja
Ráin, veitingasala
Reykjanes, bílaleiga
Samkaup
Snyrtistofa Guðrúnar
Sparisjóðurinn í Keflavík
Sundmiðstöð Keflavíkur

Keflavíkurflugvöllur

Keflavíkurverktakar

Grindavík

Apótek Grindavíkur
Áhöfnin á Sandvík GK 325,
Fiskanes hf.
Fiskimjöl og lísi hf. - Sigluberg
Gjögur hf.

Grunnskóli Grindavíkur
Krosshús
Myndsel hf., myndbandaleiga
Selháls ehf.
Stakkavík ehf.
Tannlæknastofa Guðmundar
Pálssonar
Porbjörn hf.

Sandgerði

Kristmann Guðmundsson, ökuennari
Sandgerðisbær

Garður

Fiskþurkun ehf.
Gerðahreppur
Gunnar Hámundarson ehf.
Raflagnavinnustofa Sigurðar
Ingvarssonar

Njarðvík

Dverghamrar sf.
Hitaveita Suðurnesja
S.E.E.S. ehf.
Trésmiðja Héðins og Ásgeirs sf.

Mosfellsbær

Á. Óskarsson og Co hf.
Dalsgarður sf., rósaræktun
Flugfélagið Atlanta hf.
Ísfugl
Íslenskur textíliðnaður hf.
Lego -Reykjalundur
Mosfellsbær
Mottó ehf.
Móar hf.
Sérþrif ehf., alhliða
hreingerningaþjónusta
Tannlæknastofa Guðjóns Valgeirssonar

Akranes

Akranesveita
Áhöfnin á Haraldi Böðvarssyni
Bifreiðastöð Þórðar P. Þórðarsonar
Blikksmiðja Guðmundar J.
Hallgrímssonar
Bókhaldspjónustan sf.
Bæjar- og héraðsbókasafnið Akranesi
Glerslípun Akraness hf.
Haraldur Böðvarsson hf., útgerð
Hvalfjarðarstrandarhreppur
Innri-Akraneshreppur
Í Á hönnun
Leirár- og Melahreppur
Rafnes sf.
Sementsverksmiðjan hf.
Sjúkraþjálfun Georgs Janussonar
Skallagrímur hf., skipaútgerð
Smurstöð Akraness sf.
Stapavík ehf.
Tónlistarskólinn
Verkalýðsfélag Akraness
Verkfræðiþjónusta Akraness ehf.
Porgeir og Helgi hf.
Ægir hf., útgerð

Borgarnes

Andakílshreppur
Borgarverk hf., vinnuvélar
Eðalfiskur hf.
Jörvi hf., vinnuvélar
Lundarreykjadalshreppur
Safnahús Borgarfjarðar
Spalisjóður Mýrasýslu
Varmalandsskóli
Vírnet hf.

Reykholtsdalur

Ferðaþjónustan Húsafelli hf.

Hvítársíðuhreppur

Stykkishólmur

Stykkishólmsbær

Grundarfjörður

Áhöfnin á Pétri Konn SH 36
Haukaberg

Ólafsvík

Áhöfnin á Agli SH 195
Brauðgerð Ólafsvíkur hf.
Heilsugæslustöð
Ólafsvíkurlæknishéraðs
Valafell hf.
Verslunin Vík

Hellissandur

Hjallasandur ehf.
Hraðfrystihús Hellissands hf.
Snæfellsbær

Ísafjörður

Básafell hf.
Gistiheimili Áslaugar
Hjólbarðaverkstæði Ísafjarðar
Ísafjarðarbær
Íshúsfélag Ísfirðinga hf.
Jón og Magnús hf.
Lögsýn hf.
Mjólkursamlag Ísfirðinga
Tréver sf.
Tryggvi Tryggvason og co
Vestri hf.

Bolungarvík

Áhöfnin á Sæbirni ÍS 21
Bolungarvíkurkaupstaður

Gná hf.	Ytri-Torfustaðahreppur
Magnús Már hf.	
Neisti ÍS 218	
Vélsmiðjan Mjölnir	
Súðavík	Blönduós
Sparisjóður Súðavíkur	Áhöfnin á Gissuri hvíta HU 35
Flateyri	Engihlíðarhreppur
Félagskaup hf., matvöruverslun	Pípulagnaverktakar hf.
Sparisjóður Önundarfjarðar	Sveinsstaðahreppur
Patreksfjörður	Skagaströnd
Áhöfnin á Brimnesi BA 800	Skagahreppur
Tálknafjörður	Sauðárkrókur
Bjarmi BA 326	Áki sf., bílaverkstæði
Hraðfrystihús Tálknafjarðar	Bílform sf.
Vélsmiðja Tálknafjarðar hf.	Dögun ehf., rækjuvinnsla
Bíldudalur	Feykir, fréttablað
Áhöfnin á Brík BA 109	Heilsugæsla Sauðárkróks
Hól mavík	Hólalax hf., fiskeldi
Hól mavíkurhreppur	Íþróttá- og tómstundaráð Sauðárkróks
Norðurfjörður	Kaupfélag Skagfirðinga
Árneshreppur	Sauðárkróksapótek
Brú	Vaka hf., saumastofa
Kaupfélag Hrútfirðinga	Vélsmiðja Sauðárkróks hf.
Hvammstangi	Pórir SK 16
Böðvar Sigvaldason	Siglufjörður
Fremri-Torfustaðahreppur	Bás sf., vélaleiga
Meleyri hf.	Íþróttabandalag Siglufjarðar
Sparisjóður V-Húnnavatnssýslu	Rafbær sf.
	Siglufjarðarkaupstaður
	Sjúkrahús Siglufjarðar
	Sparisjóður Siglufjarðar
	Vaka, verkalyðsfélag
	Vélaverkstæði Jóns og Erlings
	Akureyri
	Akureyrarbær
	Arnarneshreppur
	Áhöfnin á Baldvini Þorsteinssyni EA 10

Áhöfnin á Níelsi Jónssyni EA 106
Áhöfnin á Svan EA 14
Áhöfnin á Pingey PH 51
Áhöfnin á Þórði Jónassyni EA 350
Baugsbrot sf., bifreiðaverkstæði
Bautinn og Smiðjan, veitingasala
Bílasalan Stórholt
Blikkrás hf.
Egill Jónsson hf.
Eining, verkalýðsfélag
Félag málmiðnaðarmanna Akureyri
Gámaþjónusta Norðurlands hf.
Hljómver hf.
Hótel Harpa hf.
Höldur ehf.
Iðja sf., amboðaverksmiðja
Kaupfélag Eyfirðinga
Ólöf Regína Torfadóttir, tannlæknir
Sandblástur og málmhúðun hf.
Sigtryggur og Pétur sf.
Sparisjóður Norðlendinga
Sporthúsið ehf.
Straumrás hf.
Svampur og bólstrun
Tannlæknastofa Árna P.
Halldórssonar
Tannlæknastofa Sigrúnar
Marteinsdóttur
Trésmíðaverkstæðið Mógil sf.
Tölвуfræðslan Akureyri hf.
Útgerðarfélag Akureyringa hf.
Valsmíði sf., trésmiðja
Vaxtarraektin Akureyri
Véla- og stálsmiðjan
Vélsmiðjan Ásverk
Vídeóland

Grenivík

Áhöfnin á Frosta PH 229

Dalvík
Daltré hf., byggingaverktaki
Dalvíkurapótek
Keramikverkstæði Kolbrúnar
Ólafsdóttur
Snæfell hf., útgerð og fiskvinnsla

Ólafsfjörður

Áhöfnin á Mánabergi
Dvalarheimilið og
Heilsugæsla Ólafsfjarðar
Ólafsfjarðarbær
Vélsmiðja Ólafsfjarðar

Grímsey

Sandvík hf.

Húsavík

Aðalgeir Sigurgeirsson hf.
Áhöfnin á Kalla á Höfða PH 234
Geiri Péturs ehf.
Húsavíkurkaupstaður
Korri hf.
Langanes hf., útgerð
Reiknistofa Húsavíkur hf.
Skóbúð Húsavíkur
Tækniþjónustan hf.
Uggi sf., fiskverkun
Víkurbarðinn, hjólbarðaverkstæði

Laugar

Sparisjóður Suður-Pingeyinga

Kópasker

Kelduneshreppur, Lóni
Verkalýðsfélag Presthólahrepps

Raufarhöfn

Áhöfnin á Stekkjavík ST 53
Áhöfnin á Þorsteini GK 15
Kristján M. Önundarson á Þorsteini
GK 15
Þorsteinn GK 15

Pórshöfn

Geir hf.
Sparisjóður Pórshafnar og nágrennis
Svalbarðshreppur
Þórshafnarhreppur

Vopnafjörður

Áhöfnin á Fiskanesi NS 37
Verkalýðs- og sjómannafélag
Vopnafjarðar
Vopnafjarðarhreppur

Egilsstaðir

Egilsstaðabær
Hárhúsið sf.
Hitaveita Egilsstaða og Fella
Kaupfélag Héraðsbúa
Miðás hf., trésmiðja
Táp og fjör hf., líkamsrækt
Verslunarmannafélag Austurlands

Seyðisfjörður

Bókaverslun A. Bogasonar
og E. Sigurðssonar
Gullberg hf., útgerð
Þvottatækni hf.

Mjóifjörður

Áhöfnin á Anný SU 71,

Reyðarfjörður

Vélaverkstæði Björns og Kristjáns sf.
Þvottabjörn

Eskifjörður

Eskifjarðarkaupstaður

Neskaupstaður

Áhöfnin á Fylki NK 102
Áhöfnin á Öldunni NK 28
Neskaupstaður
Nesprent hf.
Samvinnufélag útgerðarmanna
Síldarvinnslan hf., útgerð
Tónspil
Viggó hf.

Fáskrúðsfjörður

Kaupfélag Fáskrúðsfirðinga
Verkalýðs- og sjómannafélag
Fáskrúðsfjarðar

Djúpivogur

Búlandstindur hf.

Höfn

Áhöfnin á Erling SF 65
Áhöfnin á Sigurði Ólafssyni SF 44
Áhöfnin á Skinney SF 30
Héðinn Sigurðsson
Húnaröst ehf.
Jökull, verkalýðsfélag
Skinney hf., útgerð

Selfoss

Árvirkinn ehf.
Fossvélar hf.,

Grafningshreppur
Hornið hf., matvöruverslun
Jeppasmíðjan hf.
Mjólkurbú Flóamanna
Pizzahornið - Pizza 67
Prentsmiðja Suðurlands hf.
Rafsel hf., rafverktaki
Ræktunarsamband Flóa og Skeiða hf.
S.B.S hf.
Samtök sunnlenskra sveitarfélaga
Sandvíkurhreppur
Selfosskaupstaður
Selós ehf.
Set ehf., plastiðnaður
Skeiðahreppur
Skóbúð Selfoss hf.
Sólheimar í Grímsnesi
Teiknistofan Hrönn
Veiðisport
Vélgrafen hf.
Villingaholtshreppur

Hveragerði

Heilsustofnun NLFÍ
Hestaleigan Eldhestar sf.
Tannlæknastofan Breiðumörk 18

Porlákshöfn

Landsbanki Íslands
Ölfushreppur

Stokkseyri

Hafey ehf. - áhöfnin á Haferni ÁR 115
Stokkseyrarhreppur

Laugarvatn

Laugardalshreppur

Flúðir

Hrunamannahreppur

Hella

Ásahreppur
Djúpárhreppur
Rangárvallahreppur

Hvolsvöllur

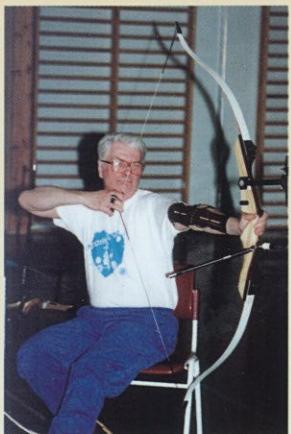
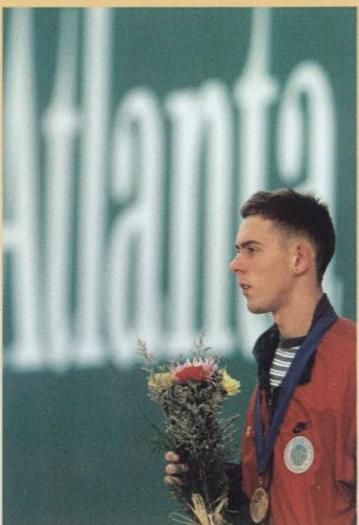
Prjónaver ehf.
Suðurverk hf.

Kirkjubæjarklaustur

Skaftárhreppur

Vestmannaeyjar

Axel Ó.
Áhöfnin á Gígju VE 340
Áhöfnin á Góu VE 30
Áhöfnin á Guðmundi VE 29
Áhöfnin á Hugin VE 55
Áhöfnin á Jóni Vídalín ÁR 1
Áhöfnin á Ófeigi VE 325
Bragginn sf., bílaverkstæði
Herjólfur hf.
Ísfélag Vestmannaeyja hf.
Karl Kristmanns, umboðs-
og heildverslun
Miðstöðin ehf.
Reynistaður sf.
Tölvun hf., verkfræðibjónusta
Útgerðarfélagið Sæhamar hf.
Verkalýðsfélag Vestmannaeyja
Vestmannaeyjabær
Viðar Sigurjónsson



ISBN 997960384-4

9 789979 603849

