



# Klifur

Fréttablað Sjálfsbjargar, landssambands fatlaðra

Desember 2003, 14. árgangur 4. töl.



## Hjálparhundar

fyrir hreyfihamlaða

# Klifur



Fréttablað Sjálfsbjargar,  
landssambands fatlaðra.

## Ábyrgðarmaður:

Sigurður Einarsson.

## Útgáfufund:

Pálína Snorradóttir  
Árni Salomonsson  
Birna Frímannsdóttir  
Guðný Guðnadóttir  
Jón Hlöðver Áskelsson  
Örn Sigurðsson

## Upplag:

5.500 eintök.

## Skrifstofa Sjálfsbjargar, lsf.

Hátúni 12, 105 Reykjavík.

## Sími:

552-9133

## Myndsendir

562-3773

## Tölvupóstur:

mottaka@sjalfsbjorg.is

## Framkvæmdastjóri:

Sigurður Einarsson.

## Fjármálafulltrúi:

Edda S. Hólmsteinsdóttir.

## Ritari:

Steingerður Halldórsdóttir.

## Upplýsinga- og félagsmálafulltr:

Björg Árnadóttir.

## Hönnun og umbrot:

Kristrún M. Heiðberg.  
heidberg@islandia.is

## Prentvinnsla:

Prentmet ehf.

ISSN 1670-312X

## Efnisyfirlit:

### Forystugrein

- Svanur Ingvarsson skrifar

3-4

### Alþjóðadagur fatlaðra

- viðurkenningar til fyrirtækja

5

### Nemendur á Húsavík

- fóru um bæinn í hjólastól og með hækjur

6-8

### Fjarkennsla ehf.

- gefur Sjálfsbjargarfélögum tölvudiska

9

### Sjónarhóll

- viðtal við Sigmund Erni Rúnarsson

10-12

### Sjálfsbjargardagar

- Vopnafjörður

13

### Hjálparhundar fyrir hreyfihamlaða

- viðtal við Auði Björnsdóttur á Ísafirði

14-17

### Garðshorn á Húsavík

- endurhæfingar- og útivistarsvæði

20-22

### Bifreiðastyrkir hreyfihamlaðra

- Bergur Þorri Benjamínsson, skrifar

22-23

### Jólamyndagáta

- vinningar í boði

27





## Forystugrein

# Lifandi jákvæð þátttaka fækkar hindrunum

Jólin eru að ganga í garð eftir nokkra daga, hátíð ljóss og friðar. Samskipti manna einkennast þá af vináttu. Jólakveðjur eru sendar vinum og ættingjum og þakkað fyrir ánæguleg samskipti á líðandi ári. Því finnst mér við hæfi á adventunni að varpa ljósi á jákvæðar og þægilegar vinnuaðferðir og hluti sem ég tel að geti bætt líðan og umhverfi fatlaðra.

Ég hef verið bundinn hjólastól í 14 ár og starfað með Sjálfsbjörg á Suðurlandi í um 12 ár. Þetta er ekki langur tími en samt hafa orðið miklar framfarir í aðgengismálum á félagssvæðinu á þessum tíma. Ekki ætla ég að þakka mér eða félaginu allar þær framfarir, en mig langar til að segja frá vinnuaðferðum og verkefnum sem hafa gengið vel. Auk þess ætla ég að fara nokkrum orðum um útvísvist og hreyfingu, sem mér finnst afar mikilvæg, en tel að vanti mikið upp á hjá fötludum.

## Aðgengismál

Helstu verkefni Sjálfsbjargarfélaga um land allt er barátta fyrir bættum kjörum og aðgengi fyrir fatlaða. Að mínu viti er mun líklegra til árangurs að fá ráðamenn til að vinna með okkur en að berjast við þá. Þó hefur barátta örugglega oft verið eina færa leiðin í gegnum árin og er sjálfsagt enn. Á Alþjóðadegi fatlaðra, 3. des. ár hvert, er hefð fyrir því á landsvísi að veita fyrirtækjum og stofnunum viðurkenningar fyrir gott aðgengi. Á síðustu árum höfum við veitt 14 slíkar viðurkenningar á Suðurlandi, sem er miklu meira en annars staðar á landinu. Sú aðferð sem við höfum



*Svanur Ingvarsson, formaður Sjálfsbjargar á Suðurlandi, skrifar forystugreinina að þessu sinni. Hann hefur verið í hjólastól í 14 ár og starfað með Sjálfsbjörg á Suðurlandi í um 12 ár. Hann segir miklar framfarir hafa orðið í aðgengismálum á félagssvæðinu á þessum tíma. Myndin er tekin í Haukadalsskógi en þar hafa verið gerðir skógarstígar sem aðgengilegir eru fötludum.*

Að mínu viti er mun líklegra til árangurs að fá ráðamenn til að vinna með okkur en að berjast við þá. Þó hefur barátta örugglega oft verið eina færa leiðin í gegnum árin og er sjálfsagt enn.

beitt er að setja okkur í samband við fyrirtæki og bjóða þeim úttekt og í framhaldi af því viðurkenningu þar sem við á. Alltaf hefur okkur verið vel tekið og stundum hafa fyrirtækin þurft að bæta aðgengi til að standast

kröfur um viðurkenningu. Þetta hefur orðið til þess að bæta aðgengi í viðkomandi fyrirtækjum og það sem er jafnvel enn mikilvægara, þá hefur þetta vakið mikla og góða athygli sem ég er viss um að hefur orðið mörgum öðrum hvatning til að bæta aðgengi hjá sér. Maður finnur að almenningur gerir sér miklu betur grein fyrir því en áður að aðgengi þarf að vera gott.

## Að vera sýnileg

Önnur aðferð finnst mér mjög mikilvæg og árangursrík, bæði til að stuðla að bættu aðgengi og ekki síður bættu heilsu og líðan fatlaðra. Það er einfaldlega að vera nógu sýnileg, taka þátt í því sem hugurinn stendur til og finna leiðir til að kom-

ast yfir hindranir eða ryðja þeim úr vegi. Það getur verið mjög einfalt (en alls ekki alltaf) að sneiða hjá óaðgengilegum matsölustöðum o.þ.h. og beina viðskiptum sínum þangað sem aðgengi er gott. Stórir sigrar hafa unnist síðustu ár í aðgengi að stofnunum og fyrirtækjum alls konar.

En hvað með útivistarsvæði, íþróttasvæði og náttúruperlur landsins? Varðandi slíka staði er yfirleitt ekki hægt að snúa sér annað. Því tel ég best að sækja slíka staði sem mest og sýna þannig fram á þörfina fyrir gott aðgengi. Ég hef reynslu af því að með því að sækja ákveðna staði t.d. sundlaugar, skíðasvæði og kajakaleigur hefur það orðið til þess að aðstaðan batnar. Ef rætt er við staðarhaldara eða eigendur á jákvæðum nótum er mjög líklegt að þeir geri sitt til að bæta aðgengi eða búnað.

### Skógarstígurinn í Haukadall

Skógarvörðurinn á Suðurlandi, Hreinn Óskarsson, hafði frumkvæði að samvinnu Sjálfsbjargar á Suðurlandi og Skógræktarinnar að gerð aðgengilegra skógarstíga í Haukadallsskógi sem er rétt fyrir ofan Geysi. Þar er nú þegar kominn stígur sem er um 1 km að lengd. Breiður og góður stígur sem var valið staði í sem minnstum halla. Enn er þó unnið að því að gera stíginn enn betri, enda er þetta tilraun sem við vitum ekki til að hafi verið gerð áður hér á landi. Pokasjóður og Ferðamálaráð hafa styrkt þetta verkefni myndarlega. Þetta finnst mér frábært dæmi um viðhorfsbreytingu í samfélaginu. Stígurinn verður væntanlega opnaður með formleg-

Ég hef reynslu af því að með því að sækja ákveðna staði t.d. sundlaugar, skíðasvæði og kajakaleigur hefur það orðið til þess að aðstaðan batnar.

En ef nógu margir sýna áhuga á útivist, nýta það sem til er og finna leiðir til að bjarga sér gætu unnist fleiri sigrar í þessum efnunum á næstu árum. Viðhorfsbreytingin gæti kannski náð inn til Tryggingastofnunar sem þá færi að sjá hag í því að styrkja kaup á slíkum búnaði og þar með augljósan rétt fatlaðra til þátttöku í því sem hugurinn stendur til og er öllum til góðs.

um hætti næsta vor og þá boðað til skógardags.

### Skíðamennska og kajakaróður

Við fyrstu sýn virðist útivist kannski ekki vera það sem fatlaðir ættu að leiða hugann að, hvað þá skíðamennska eða kajakaróður. En með réttum búnaði, t.d. rafskutlu, geta flestir stundað útivist einhvers konar. Sjálfur hef ég fundið hvernig maður fyllist orku við það að komast upp í fjöll á skíði síðla vetrar, eftir inniveru og bíltúra í margar vikur. Sem dæmi hefur mikið starf verið unnið hjá Íþróttasambandi fatlaðra til að auka möguleika fatlaðra til að stunda skíði. Í góðri samvinnu við Vetrariþróttamiðstöð Íslands á Akureyri er orðið til töluvert af búnaði í Hlíðarfjalli til skíðaiðkunar og einnig er til búnaður í Bláfjöllum. Boðið er uppá námskeið á hverjum vetri sem er góð leið til að byrja. Það væri óskandi að fleiri nýttu sér þennan möguleika sem hefur verið í þróun síðustu ár. Með skíðamennsku opnast sannarlega margir möguleikar til náttúruupplifunar og skemmtunar. Það er gott fyrir þá sem það geta, að ögra sér smávegis og auka þannig kraft og þor og fækka hindrunum. Það er

von mín að fatlaðir auki þátttöku sína í útivist og hreyfingu hvers konar og þar með þeirri aukningu sem á sér stað meðal almennings í hollum lífsháttum.

### Tæki og búnaður

Tæki og búnaður til útivistar og eða íþróttaiðkunar er mjög dýr og því erfitt fyrir marga að verða sér úti um slíkt. En ef nógu margir sýna áhuga á útivist, nýta það sem til er og finna leiðir til að bjarga sér gætu unnist fleiri sigrar í þessum efnunum á næstu árum. Viðhorfsbreytingin gæti kannski náð inn til Tryggingastofnunar sem þá færi að sjá hag í því að styrkja kaup á slíkum búnaði og þar með augljósan rétt fatlaðra til þátttöku í því sem hugurinn stendur til og er öllum til góðs.

Um leið og ég hvet alla Sjálfsbjargarfélagi til að efla sjálfa sig á sál og líkama með því að stunda útivist og hreyfingu óska ég þeim og landsmönnum öllum gleðilegra jóla.

## Tungumálaskóli á Írlandi

Sjálfsbjörg Isf. barst bréf á dögunum frá tungumálaskóla í borginni Cork á Írlandi þar sem boðið er upp á góða aðstöðu fyrir hreyfihamlaða. Boðið er upp á tveggja vikna námskeið, en einnig er hægt að vera lengur.

Borgin Cork er hafnarborg á suðurströnd Írlands.

Nánari upplýsingar er að fá á heimasíðu skólans: [www.cila.ie](http://www.cila.ie) Einnig er hægt að skrifa til:

Tom Quinlan  
Managing Director  
Cork International Language Academy  
Fitzgerald House, Grand Parade,  
Cork, Ireland  
Sími: +353-214-251-765  
Fax: +353-214-279-633.

Alþjóðadagur fatlaðra:

# Fimm fyrirtæki hljóta viðurkenningar fyrir gott aðgengi

Sjálfsbjörg hélt upp á Alþjóðadag fatlaðra, 3. des. s.l. með því að veita viðurkenningar fyrir gott aðgengi. Fimm fyrirtæki hlutu viðurkenningar að þessu sinni. Þau eru: Borgarholtsskóli, Grand Hótel Reykjavík, Eirberg, Lágafellsskóli og Hótel Hellissandur. Athöfnin fór fram á Grand Hótel Reykjavík.

Sjálfsbjörg hefur haldið upp á Alþjóðadag fatlaðra frá árinu 1995 með því að vekja athygli á þeim fyrirtækjum og stofnunum sem hafa unnið að því að byggja aðgengileg mannvirki eða bæta aðgengi í eldri húsum.

Arnór Pétursson, formaður Sjálfsbjargar Isf. sagði við þetta tækifæri að það væri ánægjulegt að á meðal þeirra fyrirtækja og stofnana sem hlutu viðurkenningar að þessu sinni væri hótél og skóli. „Það er ekkert sem hjálpar fötluðum eins vel að komast áfram í lífinu en að geta sótt sér menntun. Ef menn hafa færnisskerðingu á einhvern máta þá er það einna helst í gegnum menntun sem þeir geta staðið betur að vígi í lífinu í framtíðinni. Þess vegna gleður það mig virkilega að hér hafi verið veittar viðurkenningar til skóla. Auk þess gerum við okkur grein fyrir því að við þurfum líka, þó við eigum við hreyfihömlun að stríða, að eiga frístundir. Þá eru það staðir eins og veitingahús og hótél sem koma til greina, þannig að mér finnst vel við hæfi að þessir tveir þættir sameinist hér í dag í þessum viðurkenningum. Við höfum verið mjög spör á það hjá Sjálfsbjörg að veita stofnunum og fyrirtækjum viðurkenningar, ekki nema við séum hundrað prósent viss



Fimm fyrirtæki hlutu viðurkenningar að þessu sinni. Þau eru: Borgarholtsskóli, Grand Hótel Reykjavík, Eirberg, Lágafellsskóli og Hótel Hellissandur. Athöfnin fór fram á Grand Hótel Reykjavík. Þórir Karl Jónasson, formaður Sjálfsbjargar á höfuðborgarsvæðinu (l.t.h.) afhenti viðurkenningarnar. Myndir/kmh.



Arnór Pétursson, formaður Sjálfsbjargar Isf., sagðist vonast til að viðurkenningarnar yrðu öðrum fyrirtækjum og stofnunum hvatning til að gera bragarbót á sínum málum.

um að viðkomandi staðir séu fullkomlega aðgengilegir. Við skulum gera okkur fyllilega grein fyrir því

að á hátíðisdögum tölum við um að á Íslandi sé eitt þjóðfélag, að allir séu jafnir. Ef við ætlum að nálgast það markmið okkar þá verðum við að gera þeim sem eru hreyfihamláðir kleift að komast ferða sinna hvar sem er og hvenær sem er. Þetta er mikilvægt verkefni til framtíðar og ég trúir því að viðurkenningarnar sem hafa verið veittar hér verði öðrum hvatning til að gera bragarbót, þannig að á næstu árum munu við sjá fleiri og fleiri fyrirtæki og stofnanir sem eru fullkomlega aðgengilegar.“

Þess má geta að á heimasíðu Sjálfsbjargar [www.sjalfsbjorg.is](http://www.sjalfsbjorg.is) er að finna upplýsingar um staði hér á landi sem aðgengilegir eru hreyfihömluðum.





## Nemendur á Húsavík

*Krakkarnir ásamt Brynhildi  
Bjarnadóttur og Arnfríði  
Aðalsteinsdóttur.  
Mynd/Skarpur/Húsavík.*

# Fóru um bæinn í hjólastól og með hækjur

**N**emendur í 5. bekk Borgarhólsskóla á Húsavík vöktu heldur betur athygli á dögnum er þeir fóru um bæinn á hjólastólum, með hækjur og með bundið fyrir augun. Tílefnið, jú þeir voru að kanna aðgengi fyrir fatlaða. Þetta gerðu þeir eftir að hafa fengið heimsókn frá Brynhildi Bjarnadóttur, sem er í stjórn Sjálfsbjargar á Húsavík, en hún heimsótti tvo skóla, 5. og 6. bekk Borgarhólsskóla á Húsavík og 5. 6. og 7. bekk Hafralækjarskóla í Aðaldal. Brynhildur spjallaði við nemendur og sýndi þeim m.a. myndband um fatlaða telpu sem fer allra sinna ferða í hjólastól. Heimsóknin var í tilefni af Sjálfsbjargarviku sem haldin var á Húsavík sl. vor í sambandi við Evrópuár fatlaðra.

skaplega erfitt, þannig að mér datt í hug að leyfa krökkunum sjálfum að prófa. Við fórum á spítalann og fengum lánaða hjólastóla og hækjur. Krakkarnir voru mjög spenntir og fannst gaman að prófa eitthvað öðruvísi. Það kom þeim mikið óvart að sjá hversu erfitt þetta er.“

### Aðgengi víða slæmt

Að sögn Arnfríðar er aðgengið í bænum mjög misjafnt. „Við fórum í þessar helstu opinberu byggingar, t.d. sjúkrahúsið, bæjarskrifstofuna og lögreglustöðina. Á bæjarskrifstofunni og lögreglustöðinni eru sjálfopnanlegar hurðir en þar voru hins vegar þröskuldar sem ekki var viðlit að komast yfir. Það kom okkur líka mikið á óvart hvað hurðirnar voru fljótar að lokast aftur, það tók krakkana miklu lengri tíma að komast inn og út heldur en hurðin leyfði. Einnig vakti það mikla furðu að á

„Brynhildur tók fyrir einelti og fordóma í garð þeirra sem eru kannski ekki alveg eins og allir hinir. Krakkarnir höfðu mikinn áhuga á því sem hún hafði að segja og það urðu líflugar umræður í bekknum,“ segir Arnfríður Aðalsteinsdóttir, kennari í

Borgarhólsskóla. „Við tókum það síðan upp hjá okkur sjálfum hér í bekknum að prófa að fara um bæinn og kanna aðgengi á eigin spýtur. Ég hef verið að vinna svolítið með fötlum og hef lent í því að ferðast um bæinn með hjólastóla og það er af-

Einnig vakti það mikla furðu að á bæjarskrifstofunni er súla á bak við hurðina, þannig að hún opnast ekki nógu mikið til að hægt sé að fara þar inn í hjólastól.

bæjarskrifstofunni er súla á bak við hurðina, þannig að hún opnast ekki nógu mikið til að hægt sé að fara þar inn í hjólastól. Byggingin er gömul en það er búið að breyta henni m.a. með tilliti til fatlaðra. Það hefur hins vegar ekki verið betur gert en svo að manneskja í hjólastól festist í hurðargatinu. Hjá Sjóvá-Almennum er skábraut en hún er hins vegar allt of brött til að nýttast fólki í hjólastól. Og bókasafnið, þar er aðgengið sérstaklega slæmt og varla að krakkarnir kæmst þar á hækjum. Hér er um að ræða opinberar stofnanir þangað sem við eigum öll rétt á að sækja þjónustu.

Síðan er ýmislegt annað sem betur má fara. Við tókum t.d. eftir því að sumstaðar var búið að taka öðrum megin við götu úr gangstéttarbrúnum til að auðvelda aðgengi en það var ekki gert hinum megin. Við könnuðum líka aðgengið í skólan-

um okkar. Við erum í nýrri viðbyggingu á 2. hæð, en nemandi í hjólastól gæti ekki farið þar um. Hann kæmist t.d. ekki inn á klósettið.

Við ræddum síðan um ferðina okkar um bæinn og krakkarnir töluðu mikið um hvað þetta hefði verið erfitt, sérstaklega að fara um í hjólastól. Það var margt sem þeir ráku sig á og fannst alveg með ólíkindum. Við ræddum um að það væri fólk sem þyrfti alltaf að vera í hjólastól og þyrfti að glíma við svona vandamál á hverjum einasta degi. Þeim fannst mjög gaman að taka þátt í þessu og þetta vakti þau til umhugsunar um aðgengismál fatlaðra. Krakkarnir fengu verðskuldaða athygli vegna uppátækisins, fengu t.d. birta heilsíðugrein í fréttablaði staðarins, Skarpi, þar sem þau sögðu frá þeim erfiðleikum sem þau hefðu lent í.“

### Komst ekki inn í kirkjuna

„Við stelpurnar fórum allar saman og skiptumst á að vera í hjólastólum,“ segir Aldís Óskarsdóttir, 11 ára, nemandi í bekknum. „Ég fékk að sitja í honum að bakaríinu og að kirkjunni. Þetta er samt ekki í



*Krakkarnir könnuðu aðgengi á helstu opinberum stofnunum, þangað sem við eigum öll rétt á að sækja þjónustu. Mynd/Skarpur/Húsavík.*

## Í hjólastól

Góðan dag, nú er gaman allir eru úti að leika sér í fótbolta eða holly hoo.

Mig langar út að leika mér við Jóa, Sigga og Kristófer já, segir mamma, já farðu út farðu út að leika þér.

Nú kem ég út og geng niður þrepin ég hleyp yfir götuna og bomm ég dett ég sé bara svart tíminn líður og ég vakna og mamma situr hjá mér hvað er hún að gera hér.

Nú spyr ég mömmu hvað er að Ó elskan mín og hún faðmar mig þú lentir í bílslysi. Ég fer heim með mömmu í hjólastól.

*Benedikt Örn Hjaltason.  
Ljóðið er eitt af fjölmörgum ljóðum sem bárust í samkeppnina.*

fyrsta skipti sem ég sest í hjólastól, vegna þess að maðurinn hennar ömmu er í hjólastól sem ég hef prófað. Það var erfitt að komast alla þessa leið. Ég ýtti mér sjálf og síðan ýtti Margrét bekkjasystir mín mér líka þegar ég var orðin þreytt. Það var erfitt að komast upp gangstéttarbrúnirnar. Stelpurnar hjálpuðu mér við það en ef ég hefði verið ein hefði ég ekki komist. Síðan komst ég ekki upp tröppurnar í kirkjunni og fór því ekkert inn í hana. Mér fannst leiðinlegt að komast ekki á alla staðina sem ég vildi fara á. Ég hef lítið hugsað um svona mál áður en nú hugsa ég meira um þau.“

### Erfitt að vera í hjólastól

„Við vorum með hækjur og hjólastól og svo var einn strákur með bundið fyrir augun. Við leiddum hann um bæinn. Það prófuðu allir

allt,“ segir Hilmar Örn Káráson, 11 ára, nemandi í bekknum. „Þegar ég var í hjólastólnum þá fór ég að bæjarskrifstofunni og að bókasafninu. Maður komst ekkert á bókasafnið í hjólastólnum, vegna þess að það eru stórar tröppur þar. Annar strákur sem var á undan mér átti að fara inn á bæjarskrifstofuna og hann komst ekki einu sinni inn um dyrnar því þær voru svo þröngar. Þegar ég var með hækjur þá fór ég frá löggustöðinni og að Sjóvá-Almennum, sem gekk bara vel. Þetta var soldið erfitt. Ég varð svo þreyttur í höndunum á að vera með hækjurnar. Þegar ég var í hjólastólnum ýtti ég mér sjálfur og það var líka erfitt. Strákarnir ýttu mér stundum þegar ég var orðinn þreyttur. Mér fannst mjög gaman að prófa þetta þó að þetta hafi verið erfitt.“

### Sýning á myndum og ljóðum

Í tilefni af Sjálfsbjargarviku var einnig haldin sýning á myndum og ljóðum nemenda úr Borgarhólsskóla og Hafralækjarskóla í Aðaldal. Þema sýningarinnar, sem haldin var í Snælandi, félagsheimili Sjálfsbjargar á Húsavík, var fötlun af einhverju tagi.

Brynildur segist hafa verið mjög ánægð með hvernig til hafi tekist á Sjálfsbjargarvikunni. „Myndmenntakennararnir í báðum skólun-



*Hér reyna stelpurnar að komast út úr opinberum stofnunum. Krökkunum fannst mjög gaman að prófa að vera í hjólastól og með hækjur. Þau segjast almennt lítið hafa hugsað um þessi mál, en það hafi hins vegar breyst eftir þessa reynslu.*

*Mynd: Skarpur/Húsavík.*



um tóku vel í þetta þrátt fyrir að langt væri áliðið vetrar og verkefnið næg. Sýningin á verkum krakkanna gekk vel og húsið fylltist af gestum. Á veggjum voru 58 myndir, sumar með innfelldum ljóðum. Sérprentuð ljóð á pappír voru rétt um 30 talsins. Sjálfsbjörg veitti viðurkenningar fyrir þrjár bestu myndirnar og ljóðin, sem valin voru af sérskipaðri dómnefnd. Sýningin var á öllum veggjum hússins og stóð uppi í allt sumar og gladdi augu gesta og gangandi. Fulltrúi frá Landssambandsstjórn Sjálfsbjargar á þessari

Maður komst ekkert á bókasafnið í hjólastólnum, vegna þess að það eru stórar tröppur þar. Annar strákur sem var á undan mér átti að fara inn á bæjarskrifstofuna og hann komst ekki einu sinni inn um dyrnar því þær voru svo þröngar.



*Í tilefni af Sjálfsbjargarviku var einnig haldin sýning á myndum og ljóðum nemenda úr Borgarhólsskóla og Hafralækjarskóla í Aðaldal. Þema sýningarinnar, sem haldin var í Snælandi, félagsheimili Sjálfsbjargar á Húsavík, var fötlun af einhverju tagi. Mynd: Kristbjörn Óskarsson.*

sýningu var Herdís Ingvadóttir frá Akureyri. Þetta var einstaklega skemmtilegt. Það vakti athygli mína hve mörg börn fjölluðu um þá fötlun sem ég hef kannski haft minnst af að segja í mínu félagsstarfi, þ.e. blindu, en ég hafði auðvitað minnst á þessa fötlun við börnin eins og aðra fötlun. Það hafði greinilega virkað sterkt á þau þegar þau fóru um bæinn án þess að sjá og þetta skilaði sér í myndum og ljóðum. Draumur minn er sá að koma þessari sýningu víðar og vekja þannig meiri athygli á henni og því sem hún fjallar um.“

*Texti: Krístrún M. Heiðberg.*



Fjarkennsla ehf.

# Gefur Sjálfsbjargarfélögum tölvukennsluefni

Fyrirtækið Fjarkennsla ehf. hefur gefið Sjálfsbjargarfélögum tölvukennsluefni á margmiðlunarformi. Um er að ræða geisladiska með kennsluefni fyrir Windows 98/ 2000 stýrikerfið, Word, Excel, Outlook, Internetið, PowerPoint, Frontpage og Photoshop.

Ólafur Kristjánsson framkvæmdastjóra Fjarkennslu sagði að fyrirtækið hefði nýlega gefið út nýtt kennsluefni og allar eldri gerðir af diskum hefðu því verið innkallaðar úr verslunum í skiptum fyrir nýja efnið. „Við vitum að kennsluefnið hefur reynst vel t.d. hjá Hring-sjá. Því ákváðum við að gefa Sjálfsbjargarfélögum allt kennsluefni sem skilar sér inn og vonum að það nýttist þeim vel“ segir Ólafur. Guðrún Hannesdóttir forstöðumaður Hring-sjár tekur undir orð Ólafs og segir kennsluefnið hafa nýst vel. Næm-endur taki diskana með sér heim og noti efnið til upprifjunar eða til að dýpka þekkingu sína á ákveðnu sviði.

Fyrirtækið Fjarkennsla ehf. var stofnað árið 2001 og sérhæfir sig í gerð tölvukennsluefnis á margmiðlunarformi. Auk þess tölvukennsluefnis sem að ofan er nefnt þá hefur Fjarkennsla framleitt kennsluefni fyrir ýmis fyrirtæki, meðal annars Garmin GPS kennsluefni í samvinnu við R. Sigmundsson ehf. og kennsluefni um Fotowire forritið fyrir Hans Petersen.

Félagsmenn eru hvattir til að nýta sér þetta tækifæri. Áhugasamir geta



*Björg Árnadóttir, upplýsinga- og félagsmálafulltrúi Sjálfsbjargar Isf., tekur við kennsluefninu úr hendi Ólafs Kristjánssonar, framkvæmdastjóra Fjarkennslu ehf.*

---

Um er að ræða geisladiska með kennsluefni fyrir Windows 98/ 2000 stýrikerfið, Word, Excel, Outlook, Internetið, PowerPoint, Frontpage og Photoshop.

---

hringt á skrifstofu Sjálfsbjargar, Isf í síma 552-9133. Þar verður tekið á móti beiðnum svo lengi sem birgðir endast. Einhverjum geisladiskum verður haldið eftir hjá Sjálfsbjörg og þeir lánaðir út til þess að sem

flestir fái að njóta. Kennsluefnið verður til afhendingar á skrifstofu Sjálfsbjargar eftir nánara samkomulagi. Þess má einnig geta að næstu miðvikudaga kl. 07.20 verður Fjarkennsla með stutta kennslustund og kynningu á kennsluefninu í morgun-sjónvarpi Stöðvar 2.

*Björg Árnadóttir,  
upplýsinga- og félagsmálafulltrúi  
Sjálfsbjargar Isf.*

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



# Sjónarhóll

**F**oreldrar og aðstandendur barna með sérþarfir þurfa oft að verja miklum tíma og kröftum í leit að þjónustu og ráðgjöf. Þeir hafa kvartað undan því að erfitt sé að rata um völunderhús velferðarkerfisins og að þeim sé iðulega vísað á milli ráðuneyta og stofnana, sérfræðinga og ráðgjafa. Með stofnun Sjónarhóls er breytinga að vænta. Þar verður veitt fagleg og óháð ráðgjöf fyrir aðstandendur barna sem eiga við langvarandi veikindi og fötlun að stríða. Blaðamaður Klifurs leitaði til Sigmundar Ernís Rúnarssonar, talsmanns Sjónarhóls, til að fræðast betur um starfsemina.

„Sjónarhóll er langþráður draumur foreldra og aðstandenda langveikra og fatlaðra barna. Það er klárt mál að þessi hópur hefur hreinlega orðið af mannréttindum vegna þess að oft og tíðum er erfitt að komast að raun

um hver réttur manns er. Erfitt hefur reynst að vita hvaða ráðuneyti og stofnun maður tilheyrir og til hvaða sérfræðinga ber að leita. Flestir hafa týnst í völunderhúsi velferðarkerfisins og margir gefist upp og

fyrir vikið hafa börnin orðið af sjálf-sagðri og lögmætri þjónustu. Það er nógu erfitt út af fyrir sig að ala upp alvarlega veikt barn og þurfa að kosta miklu til í tíma og peningum, að barátta við kerfið bætist ekki ofan á líka.“

Samtökin sem standa að Sjónarhóli eru: Foreldrafélag barna með AD/HD (áður foreldrafélag misþroska barna), Landssamtökin Proskahjálpar, Styrktarfélag lamaðra og fatlaðra og Umhyggja, félag til stuðnings langveikum börnum. Að sögn Sigmundar Ernís hefur það lengi verið í umræðunni á milli þessara samtaka að koma á einhvers konar samvinnu. „Eftir að fjölskylduþjónustu Proskahjálpar var komið á fót kom endanlega í ljós hve þörfin fyrir slíka starfsemi er



Það er nógu erfitt út af fyrir sig að ala upp alvarlega veikt barn og þurfa að kosta miklu til í tíma og peningum, að baráttu við kerfið bætist ekki ofan á líka.

gríðarlega mikil og þá sáu hin félögin að þau þyrftu að fara út í eitthvað svipað. Þar með kviknaði hugmynd um að félögin tækju sig öll saman og mynduðu einhvers konar samstarfsvettvang, sem nú er orðinn að veruleika með tilkomu Sjónarhóls.“

#### Allar upplýsingar á einum stað

Sigmundur Ernir segir Sjónarhól eiga að vera það þekkingartorg sem alltaf hefur vantað. „Þar verður hægt að fá allar upplýsingar, ráðgjöf og fræðslu, í stað þess að fólk þurfi að hringja út um allan bæ og vera vísað af einum stað á annan. Sjónarhóll er hugsaður sem eins konar leiðsögumaður fólks um kerfið. Ef eitthvað er óljóst þá geta foreldrar leitað þangað, fengið úrlausn sinna mála og síðan verður fylgst með viðkomandi barni og fjölskyldu þess allt þar til barnið nær 18 ára aldri. Fjölskyldum mun standa til boða að sækja ýmis fræðslunámskeið, unnið verður að öflugum kynningar- og fræðslustarfi sem beint verður til allra þeirra sem vinna með börnum og unglingum, svo sem í skólum og leikskólum landsins, tómstundastarfi, íþróttafélögum og víðar. Enn fremur verður á Sjónarhóli sérhæft bókasafn með innlendu og erlendu efni. Safnað verður saman á einn stað upplýsingum frá sérfræðingum um viðkomandi sjúkdóm, fötlun eða þroskafrávik auk upplýsinga frá hagsmunasamtökum. Öllum þessum upplýsingum verður jafnframt safnað saman á heimasíðu sem mun skapa nauðsynlega yfirsýn yfir alla aðila sem koma að málefnum viðkomandi fjölskyldna.“



*Sigmundur Ernir Rúnarsson, talsmaður Sjónarhóls, segist sjálfur hafa kynnst því hversu mikill frumskógur kerfið er. Hann á tæplega 19 ára stúlku sem er þroskaheft og fötlud.*

#### Fólk ekki upplýst um réttindi sín

Sigmundur Ernir á sjálfur tæplega 19 ára stúlku sem er þroskaheft og fötlud. „Ég er búinn að kynna því í þessi 19 ár að kerfið er óhemjumikill frumskógur. Mitt barn hefur einfaldlega orðið af ákveðnum mannréttindum, sem maður gerði sér ekki

grein fyrir fyrr en eftir á að hún ætti rétt á. Ég var aldrei upplýstur um það og hafði kannski ekki hugmyndaflug til að verða mér úti um þær upplýsingar. Slíkt hefur einmitt gerst í tilvikum svo margra, þeir hafa ekki fattað fyrr en löngu seinna að þeir áttu rétt á hinni og þessari þjónustu, s.s. varðandi menntun, lækniþjónustu, lyfjafyrirgreiðslu, aðstoð frá stuðningsfjölskyldu, umönnunarbætur, hjálparkæmi o.s.frv. Það er mikil vinna að kynna sér þetta allt saman, nokkuð sem bætist ofan á það sorgarferli sem felst í því að eiga alvarlega fatlað og veikt barn og útheimtir mikla útsjónarsemi, vinnu og peninga. Ef ná á utan um þetta allt þarf í raun einnig að beita hörku, frekju, klíkuskap og útsjónarsemi til að allt gangi upp, vegna þess að kerfið er soldið lokað og heldur upplýsingum fyrir sig þó að margt hafi vissulega breyst til batnaðar. Langvarandi veikindi barna eru flókin og varða svo marga þætti samfélagsins, læknisfræðilega, lögfræðilega, félagsfræðilega, menntunarlega o.s.frv., þannig að hvernig svo sem menn einfalda kerfið þá verður það samt sem áður alltaf flókið. Ég hef barist af miklum krafti sjálfur og með félögum mínum í þessum geira og við

## Markmið Sjónarhóls

Sjónarhóll er þjónustumiðstöð fjölskyldna barna með sérþarfir. Markmið Sjónarhóls er að veita foreldrum stuðning til að fóta sig í vöndarhúsi velferðarkerfisins. Sjónarhóll hyggst ná markmiðum sínum meðal annars með því að:

Styðja foreldra við breyttar aðstæður.

Kynna fjölskyldum réttindi sín varðandi þjónustu samfélagsins.

Aðstoða fjölskyldur við að fá þjónustu.

Greiða foreldrum leið að upplýsingum um viðkomandi sjúkdóm, fötlun eða þroskafrávik.

Koma á samvinnu allra þeirra sem tengjast málum fjölskyldunnar.

Efla kynningu og fræðslu til þeirra sem vinna með börnum og unglingum.

Efla innbyrðis tengsl foreldra sem búa við svipaðar aðstæður.

höfum unnið litla, sæta sigra hér og þar. Ef maður er hins vegar ekki allveg á fullu spani út um allt, stöðugt á verði og nógu ákafur og frekur þá getur maður orðið af ýmsu. Enda þótt ég hafi beitt öllum mínum kröftum þá veit ég sem er að dóttir mín hefur orðið af margs kyns þjónustu sem hún átti rétt á. Eftir að hún fór á sambýli rak ég t.d. augun í alls kyns hjálpartæki sem ég hafði einfaldlega ekki hugmynd um að væru til. Á meðan vorum við hjónin að bogra með hana og eyðileggja á okkur bakið, sérstaklega konan mín, bera hana upp og niður stiga, baða hana og hjálpa henni á salernið.“

### Söfnunin komin í 135 milljónir

Aðspurður um hvenær starfsemi Sjónarhóls hefjist, segir Sigmundur Ernir að aðeins sé verið að bíða eftir svari um húsnæði. „Miðstöðin verður væntanlega í húsnæði Styrktarfélagssamaðra og fatlaðra á Háaleitisbraut. Þangað munu síðan öll hin þrjú félögin flytja og vera undir sama þaki. Það mun skila sér í enn frekari virkni í starfinu, vegna þess að þá geta allir miðlað af sinni þekkingu. Áætlað er að ráða fjóra starfsmenn, auk forstöðumanns.“

Eins og kunnugt er var staðið fyrir landssöfnun fyrir Sjónarhól, sem fékk mikla athygli. „Viðbrögðin sem við fengum voru langt framar björtustu vonum okkar. Við settum okkur það takmark að safna að minnsta kosti 25 milljónum, en sem stendur er söfnunin nú komin í 135 milljónir og enn er verið að safna. Fyrir utan þessa peninga má svo nefna alls kyns þjónustu sem okkur stendur til boða að kostnaðarlausu, s.s. gluggaþvott, uppsetningu á ljósum, flutninga, mat og drykki, parket o.fl. o.fl. Við fengum mikla kynningu á þeim vanda sem við er að etja í þessum efnun. Þegar á reynir eru Íslendingar ein stór fjölskylda, það sannaðist heldur betur á þessari söfnun.“

*Texti: Krístrún M. Heiðberg.*

## Þökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

### Keflavík

Tannlæknastofa Einars og Kristínar  
Skólavegi 10  
Teppahreinsun Suðurnesja  
Iðavöllum 3  
Varmamót ehf  
Framnesvegi 19  
Reynir Ólafsson ehf  
Hafnargötu 52  
Fasteignasalan Ásberg ehf  
Hafnargötu 27  
H. Þórðarson ehf  
Krossholti 11  
Rafiðn ehf  
Vikurbraut 1  
Umbrot ehf  
Vikurbraut 13  
Sparisjóðurinn í Keflavík  
Tjarnargötu 12-14  
Geimsteinn ehf  
Skólavegi 12  
Ökuleiðir svf  
Hafnargötu 56  
Verslunarmannafélag Suðurnesja  
Vatnsnesvegi 14  
DMM lausnir ehf  
Iðavöllum 9b

### Keflavíkurflugvöllur

Fagræsting sf  
Leifsstöð

### Grindavík

Gunnar Vilbergsson  
Vikurbraut 46  
Selhals ehf  
Ásabraut 8  
Myndsæl ehf  
Hafnargötu 11  
Rafþjónusta Birgis ehf  
Seljabraut 7

### Garður

Gerðahreppur,  
Melbraut 3  
Bókasafn Gerðahrepps,  
Garðbraut 90  
Hólmsteinn hf, útgerð,  
Garðhúsum  
Karl Njálsson ehf,  
fiskverkun, Melbraut 5

### Njarðvík

Íslandsmarkaður hf  
Hafnarbakka 13  
Toyotasalurinn Reykjanesbæ  
Njarðarbraut 19  
Trésmiðja Héðins og Ásgeirs sf  
Holtsgötu 52  
Hitaveita Suðurnesja  
Brekkestig 36  
Happi ehf  
Kjarrmóa 22

### Akranes

Sjúkraþjálfun Georgs Janussonar  
Kirkjubraut 28  
Verslun Axels  
Sveinbjörnssonar ehf  
Suðurgötu 7-9  
Straumnes ehf, rafverktakar  
Krókatúni 22-24  
Bifreiðastöð Þórðar Þ Þórðarsonar  
Dalbraut 6  
Verslunin Nina  
Kirkjubraut 4  
Dvalarheimilið Höfði  
Sólmundarhöfða  
Þorgeir og Ellert hf  
Bakkatúni 26  
Haraldur Böðvarsson hf  
útgerð, Bárugötu 8-10  
Hibylamálun Garðars Jónssonar ehf  
Einigrund 9  
Runólfur Hallfreðsson ehf  
Krókatúni 9



# Sjálfsbjargardagar á Vopnafirði

Í vor kom Þorsteinn Þorgrímsson formaður Sjálfsbjargar á Vopnafirði að máli við okkur í félagsmálanefndinni með það erindi hvort við vildum ekki koma og kynna Sjálfsbjörg á Sjálfsbjargardegi hjá þeim. Og auðvitað slógum við til. Við Jórunn Erla Sigurjónsdóttir og Ása Hildur Guðjónsdóttir úr félagsmálanefnd skelltum okkur austur og fengum mjög góðar móttökur. Þorsteinn fór með okkur um allan Vopnafjörð og sýndi okkur aðgengi á hinum ýmsu stöðum auk þess að fræða okkur um sveitarfélagið frá hinum ýmsu sjónarhornum.

Á laugardeginum var svo fundur í Sundaborg aðstöðu eldri borgara. Það var sæmileg mæting á fundinn eða um 50% félagsmanna. Þorsteinn formaður flutti erindi og gaf síðan Jórunni Erlu orðið og kynnti hún þá starfsemi sem fer fram á vegum landssambandsins og í Sjálfsbjargarhúsinu, Sjálfsbjörg á Suðurlandi, Evrópuár fatlaðra ofl. Ása Hildur kynnti svo starfsemi unglínganna sem starfað hafa á landssambandsganginum í sumar, Sjálfsbjörg á höfuðborgarsvæðinu og Halaleikhópin, Átakshóp öryrkja ofl. auk þess sem við komum inn á hin ýmsu mál. Þá gaf Þorsteinn, Magnúsi Má Þorvaldssyni byggða- og atvinnumálafulltrúa bæjarins orðið. En hann greindi frá því hvernig það væri frá hans sjónarhóli að vera fatlaður á Vopnafirði. Þá átti einnig að koma á fundinn fulltrúi frá skólayfirvöldum á staðnum en forfallaðist. Á fundinum var borið fram kaffi og miklar og góðar tertur og færum við Sjálfsbjargar konum á Vopnafirði bestu þakkir fyrir. Nokkrar umræður urðu á eftir framsöguerindunum og ýmsar fyrirspurnir komu til okkar um hin ýmsu mál sem við reyndum að svara eftir



*Jórunn Erla Sigurjónsdóttir, frá félagsmálanefnd Sjálfsbjargar Isf., kynnti þá starfsemi sem fer fram á vegum landssambandsins og í Sjálfsbjargarhúsinu, Sjálfsbjörg á Suðurlandi, Evrópuár fatlaðra o.fl. Þorsteinn Þorgrímsson, formaður Sjálfsbjargar á Vopnafirði, sem hér sést við hlið Jórunnar, flutti einnig erindi á fundinum.*

Heitt brunnu á heimamönnum aðgengismál í stórglæsilegu húsi Kaupvangi sem er verið að endurgera og skora ég á heimamenn að skrifa um það mál í Klifur.

bestu getu. Og erum við sannfærðar um að fólk fór margt fróðara af fundinum. Heitt brunnu á heimamönnum aðgengismál í stórglæsilegu húsi Kaupvangi sem er verið að endurgera og skora ég á heimamenn að skrifa um það mál í Klifur. Heimsókn okkar mæltist vel fyrir og bættust að minnsta kosti 4 - 5 félagar við félagatalið. Í lok fundarins dró Þorsteinn svo upp myndaalbúm með myndum af „aðgengilegum stöðum“ á Vopnafirði og fól hann okkur Jór-

runni Erlu að koma henni til framkvæmdastjórnar Sjálfsbjargar Isf. sem við og gerðum. Með ósk um að myndirnar yrðu öðrum félögum til eftirbreytni. Ekki eru allir staðirnir sem mynd er af með aðgengið alveg í lagi en þeir segjast mun fylgja því eftir að það verði lagfært og nýjar myndir þá sendar inn. Við erum ekki í ferlinefnd og tókum því ekki afstöðu til aðgengisins. Umræður spunnust um kjaramál öryrkja frá hinum ýmsu sjónarhornum, starfsemi Sjálfsbjargar og margt fleira. Ég held að allir hafi farið fróðari af fundinum. Og við reynslunni ríkari, þökkum góðar og einlægur móttökur. Þetta er í annað sinn við stóllur kynnum Sjálfsbjörg fyrir aðildarfélögum en við heimsóttum félag heilablóðfallsskaðaðra sl. vetur. Var okkur þetta bæði skylt og ljúft.

*Ása Hildur Guðjónsdóttir,  
félagsmálanefnd.*



*Hjálparhundurinn Tryggur með Viðari og Auði á góðri stund. Myndir: Árný/Myndás.*

# Hjálparhundar fyrir hreyfihamlaða

**V**íða erlendis er algeng sjón að sjá fatlað fólk með hjálparhunda. Slíkt er ekki mjög þekkt hér á landi, þrátt fyrir að hérlendis hafi slíkir hundar verið þjálfaðir. Auður Björnsdóttir er ein af fáum Íslendingum sem hefur hlotið menntun í að þjálfja þjónustuhunda eins og þeir eru kallaðir. Auður, sem býr á Ísafirði, hefur m.a. þjálfað hund fyrir son sinn, Viðar, sem er sex ára og með vöðvarýrnun. Hundurinn gagnast Viðari vel í hans daglega lífi, auk þess að vera honum góður félagsskapur.

„Viðar greindist með vöðvarýrnun aðeins tveggja ára gamall og fljótlega eftir það tók ég ákvörðun um að þjálfja hjálparhund fyrir hann,“ segir Auður. „Ég fór að vinna í því að finna hund sem hentaði og ákvað að fá hvölp og láta þá alast upp saman. Ég fékk hundinn hér á Ísafirði. Hann heitir Tryggur og er blanda af

Golden Retriever og Labrador. Það hafa alltaf verið hundar á heimilinu okkar. Við eigum Tuma, sem er tíu ára, en hann þjálfaði ég sem leitarhund. Síðan hef ég verið að þjálfja aðra hunda sem hafa þá verið inni á heimilinu, þannig að Viðar þekkir ekki annað.

Það hefur gengið mjög vel með

Trygg og hann hefur gagnast Viðari vel. Yfirleitt eru hjálparhundar aðeins notaðir fyrir fullorðna en ég ákvað að prófa þetta fyrir son minn þar sem ég er menntuð í þessum fræðum. Hjálparhundar þurfa aðhald og mikilvægt er að leiðrétta þá þegar þeir gera eitthvað rangt. Þegar ungir krakkar eiga í hlut er hættu á að þeir vilji eingöngu leika sér við hundinn og þá er hann fljótur að gleyma sínu hlutverki. Börn hafa ekki það sem þarf til að stjórna hundi, þess vegna verður einhver fullorðinn að vera til staðar til að halda honum við efnið.

Það sem Tryggur gerir fyrir Viðar er m.a. að rétta honum hluti sem hann missir, en hann á erfitt með að beygja sig. Hann sækir fyrir hann, heldur á hlutum fyrir hann, hjálpar honum t.d. upp á gangstéttarkanta og hjálpar honum að standa upp ef hann dettur. Þessa dagana er ég svo að kenna honum að gelta ef Viðar



dettur, þannig að þeir sem eru nærri geti komið til hjálpar. Viðar á nefnilega erfitt með að kalla hátt vegna þess að vöðvarýrnunin nær til allra vöðva líkamans. Þetta hefur samt ekki alveg virkað ennþá. Tryggur er svo blíður hundur og það er erfitt fyrir hann að gelta á lítinn krakka sem liggur. Hann er semsagt ekki alveg tilbúinn til þess en það kemur.“

### Ekki alveg eins og allir hinir

Auður segir Viðar mjög duglegan og skýran strák og það gangi vel hjá honum í skólanum. „Hann gerir sér samt alveg grein fyrir því að hann er ekki alveg eins og allir hinir krakkarnir. Af og til koma upp spurningar hjá honum, af hverju hann geti ekki hitt og þetta, og það getur verið erfitt. Læknarnir segja að framför hjá honum verði einungis upp að vissu marki, síðan staðni hann. Hann hefur bætt við sig af getu og krafti frá því að hann fæddist. Læknarnir vilja meina að hann eigi eftir að halda getu til að ganga, en hann vaggar svolítið þegar hann gengur. Við höfum reynt að láta hann nota spelkur en hann vill ekki nota þær, þarf líklega að venjast þeim betur. Stoðtækjafraeðingurinn hans segir að göngulagið myndi batna við að nota spelkurnar. Síðastliðið sumar fengum við rafmagnshjólastól fyrir hann vegna þess að hann hefur ekki mikið úthald í að ganga langar vegalengdir. Hann notar stólinn þegar við förum í langa göngutúra, en annars gengur hann alveg sjálfur.“

Að sögn Auðar tekur Viðar Trygg ekki með sér í skólann. Hún segist þó gjarnan vilja hafa það fyrirkomulag á þegar hann verður eldri. „Mér finnst mikið öryggisatriði að hann sé með hundinn með sér, en ég hef svo sem ekkert rætt það við skólayfirvöld. Ég hef verið ánægð með hvernig skólinn hefur tekið á hans málum. Viðar er með stuðningsfulltrúa og það er passað mjög vel upp á að hann sé ekki hafður útundan eða verði fyrir aðkasti. Ef hann dettur eða honum er hrint þá er strax rokið til og honum hjálpað aftur á fætur.




---

Hann gerir sér samt alveg grein fyrir því að hann er ekki alveg eins og allir hinir krakkarnir. Af og til koma upp spurningar hjá honum, af hverju hann geti ekki hitt og þetta, og það getur verið erfitt.

---

Góður skilningur er fyrir hendi í skólanum og það er vel hugsað um hann þar.“

### Hundarnir verða að vera blíðir og góðir

Auður lærði hundapjálfun í Noregi,

auk þess að sækja nám í Skotlandi. Hún segist alltaf hafa haft áhuga á hundapjálfun. „Áður en ég fór í nám hafði ég þjálfað leitarhund hér heima. Eftir námið þjálfaði ég svo tvo blindrahunda, reyndar fyrstu blindrahundana sem þjálfaðir hafa verið hér á landi.“

Aðspurð hvort hægt sé að þjálfva alla hunda sem þjónustuhunda, segir Auður að þær hundategundir sem henti best séu yfirleitt Labrador og Golden Retriever, einnig sé gott að blanda þeim saman. „Þessar hundar hafa svo góða skapgerð, eru blíðir og góðir, þola mikið áreiti og eiga gott með að aðlagast. Hundar þurfa að minnsta kosti að vera árs gamlir til að hægt sé að þjálfva þá. Þá eru þeir búnir að vera inni á heimili, síð-

Það hefur gengið mjög vel með Trygg og hann hefur gagnast Viðari vel. Yfirleitt eru hjálparhundar aðeins notaðir fyrir full-orðna en ég ákvað að prófa þetta fyrir son minn þar sem ég er menntuð í þessum fræðum.

an tekur við um 6-8 mánaða þjálfun, og svo fara þeir til þess aðila sem þeir eiga að hjálpa. Þess vegna er mjög mikilvægt að þeir séu vel aðlögunarhæfir og geti auðveldlega skipt um eigendur.“

#### Fær líka að leika sér

Að sögn Auðar er í lagi að hafa aðra hunda á heimili þar sem þjónustuhundur er. Það hafi ekki truflandi áhrif. „Í okkar tilviki er Tryggur alinn upp við að hafa annan hund á heimilinu. Þegar við förum í göngutúr og Tryggur er í beislinu sínu þá er hann í vinnunni. Þá hleypur Tumi e.t.v. laus og það truflar Trygg ekkert. Þjónustuhundar verða að venjast því að vinna undir öllum kringumstæðum. Hins vegar má ekki gleyma því að þeir eru hundar og verða líka að fá að leika sér. Þegar Viðar er t.d. í rafmagnshjólástólnum sínum þá hleypur Tryggur bara með.“

Aðspurð hvort fólk og þá sérstaklega krakkar séu mikið að fikta í hundinum þegar Viðar er úti með hann, segir Auður svo ekki vera. „Hér á Ísafirði er fólk vant því að sjá þá féлага saman. Viðar notar hann mikið þegar hann fer út að leika sér hér í götunni hjá okkur. Þá er hundurinn félagsskapur fyrir hann og visst öryggi. Það er allt í lagi þótt að krakkar séu að klappa hundinum, hann er mjög stöðill og lætur það ekki trufla sig. Og þegar hann er í vinnubeislinu sínu þá veit hann að hann á ekki að vera að leika sér. En það verður líka að vera þannig að



## „Tryggur er besti vinur minn“

Viðar og Tryggur, hundurinn hans, hafa alist upp saman og eru nánast óaðskiljanlegir. Tryggur er blíður og góður hundur og passar vel upp á Viðar. Þegar blaðamaður ræddi við Viðar var hann á leiðinni með mömmu sinni að sjá þegar jólatréð á Silfurtorgi á Ísafirði yrði tundrað. Aðspurður hvort hann hefði séð einhverja jólasveina, sagði hann ákveðinn að þeir kæmu ekki fyrr en 11. desember. „En þeir koma kannski kl. 5 þegar kveikt verður á jólatrénu. Tryggur er að hvíla sig núna, en hann fær að koma með okkur.“

Viðar segist hafa gaman af því að vera með Trygg. „Hann er góður hundur en stundum er hann soldið óþekkur. Mamma fer með hann út á hverjum degi og ég fer á Traxinum mínum (rafmagnshjólástólum). Krakkarnir eru stundum að klappa Tryggi þegar ég er úti með hann en það er allt í lagi.“

Viðar er í Grunnskólanum á Ísafirði. „Það er gaman í skólanum, mér finnst skemmtilegast að mála. Þórhallur er besti vinur minn, en hann er ekki með mér í bekk. Hann er í 1.M en ég er í 1.K. Svo er Tryggur líka besti vinur minn.“

krakkar megi klappa honum. Til þess er leikurinn líka gerður, að Viðar fái svólítt félagsskap frá öðrum krökkum út á hundinn. Krakkarnir klappa Trygg og síðan er það bara búíð. Hann er ekki kaf-færður í athygli.“

#### Ekki mikill áhugi á þjónustuhundum hérlendis

Hundapjálfun er ekki aðalstarf Auðar, hún vinnur hálfan daginn á skrifstofu á Ísafirði. Einnig hefur hún haldið hlýðninámskeið fyrir hunda. „Það er ekki svo mikið að gera í

þjálfuninni að ég geti eingöngu unnið við það. Á næstunni er ég að fara að þjálfva hund fyrir mann sem er í hjólástól og svo stendur jafnvel til að ég þjálfí annan til viðbótar. Hér á landi hafa ekki verið þjálfaðir aðrir blindrahundar en þeir sem ég þjálfaði og það var árið 1998. Það er bara enginn áhugi á því. Blindir hafa ekki áhuga á að fá sér blindrahund. Að hluta til er það vegna þess að hundahald hefur átt erfitt uppdráttar hér á landi. Bannað er að hafa hunda, hundahald hefur fengið neikvæð viðbrögð og það dregur úr



fólki. Síðan er auðvitað mikil vinna að vera með hund, það þarf að sinna þeim, gefa þeim, fara út með þá o.fl. Varðandi blindrahunda þá þurfa eigendurnir auk þess að læra að rata sjálfir, sem getur verið töluvert mál. Það er nefnilega algengur misskilningur að hundurinn rati fyrir þá. Eigendurnir verða sjálfir að vita hvert þeir eru að fara og síðan aðstoðar hundurinn þá með það sem á vegi þeirra verður. Flestum vex þetta í augum. Þess má geta að erlendis eru langir biðlistar eftir þjónustuhundum, t.d. á Norðurlöndunum og í Bretlandi.“

Auður segir það kostar sitt að fódra hunda. „Tryggur étur t.d. eitt kg. af mat á dag. Ég hef hins vegar verið svo heppin að Sláturfélag Suðurlands hefur verið fjölskyldunni innan handar. Þeir útvega allt fóður ofan í Trygg og síðan styrktu þeir mig þegar ég fór til Noregs fyrir ári síðan, til að bæta við menntun mína. Með þessu vilja þeir styrkja gott málefni.“

### Mikil vinna að þjálfna hunda

Aðspurð um muninn á að þjálfna annars vegar blindrahund og hins vegar hjálparhund, segir Auður mun meiri vinnu liggja að baki blindrahundi. „Blindrahundar þurfa að læra töluvert meira en hjálparhundar og læra að vinna mjög sjálfstætt. Þeir þurfa að passa svo mikið umhverfið og læra að gera einnig ráð fyrir eigandanum. T.d. þarf að kenna þeim að þegar það stendur ruslatunna á götunni og hundurinn slyppi framhjá henni, þá þarf hann að hugsa um að koma eigandanum framhjá líka. Þar af leiðandi þarf að kenna blindrahundi að hann sé 1.70 á hæð og metri á breidd, þannig að hann geri alltaf ráð fyrir eigandanum líka. Að þjálfna blindrahund tekur að meðaltali um 6-8 mánuði, en að þjálfna hjálparhund tekur um 4-6 mánuði. Þjálfarar líta svo almennt eftir hundum sem þeir hafa þjálfað, fara í heimsókn á heimilin þar sem hundarnir eru og fylgjast með hvernig gangi.“

Kostnaðurinn við að fá sér þjónustuhund er töluverður, að sögn Auðar. Hann er þó misjafn eftir því hver-su mikið er innifalið. „Erlendis kost-

Hjálparhundar létta ekki eingöngu hreyfihömluðum lífið með því að hjálpa þeim, heldur eru þeir líka svo mikill félagsskapur.

ar fullþjálfaður blindrahundur um tvær milljónir, en hjálparhundur kostar aðeins minna. Hundarnir þurfa að fara í gegnum læknisskoðun og ýmsar aðrar skoðanir. Þjónustuhundar eru t.d. alltaf teknir úr sambandi svo að það sé ekki að trufla þá. Þjálfunin hefst síðan þegar þeir eru tilbúnir andlega og líkamlega. Hundurinn sem ég er t.d. að fara að þjálfna hefur alist upp hjá núverandi eigendum sínum og þeir hafa látið gelda hann og staðið straum af öðrum kostnaði. Svo tek ég bara við honum og þjálfna hann, þannig að verðið er ekki sambærilegt því sem gerist erlendis. Þjónusta sem þessi er samt dýr vegna þess að það liggur mikil vinna að baki því að þjálfna þjónustuhunda. Þjálfun á hjálparhundi með öllu því sem fylgir, þ.e. kaup á hundi, mjaðmamyndir, heilbrigðisskoðun, gelding, bólusetning, fóðrun og vinna við þjálfun er um kr. 800.000 - 1.000.000. Blindrahundur kostar hins vegar um 1.800.000. Hundar

sem ég þjálfna eru hjá mér allan tímann sem þjálfunin fer fram. Ég er svo heppin að vera með góðan vinnuveitanda sem leyfir mér að taka hundana með mér í vinnuna. Þá liggja þeir á gólfinu á meðan ég er að vinna. Það er líka mikil þjálfun fyrir þá að vera á vinnustað og innan um fólk.“

### Létta fólki lífið og eru mikill félagsskapur

Aðspurð hvort Tryggingastofnun niðugreiði kostnað við hjálparhund, segist Auður ekki hafa látið á það reyna. „Hjálparhundur er auðvitað eins og hvert annað hjálpartæki fyrir hreyfihamlaða og því fyndist mér ekki nema eðlilegt að það væri niðurgreitt. Þeir hjá Tryggingastofnun hafa nú verið svolítið tregir þegar eitthvað nýtt og óhefðbundið kemur til. En það er aldrei að vita, kannski eru þeir jákvæðir hvað þetta varðar. Hjálparhundar létta ekki eingöngu hreyfihömluðum lífið með því að hjálpa þeim, heldur eru þeir líka svo mikill félagsskapur. Það gefur fólki mikið að hafa alltaf einhvern hjá sér, einhvern til að hugsa um, einhvern sem þykir vænt um þig. Hundar eru svo góðar skepnur og þeir sýna það alltaf ef þeim þykir vænt um mann.“

*Texti: Krístrún M. Heiðberg.*

## Málið í skoðun hjá Hjálpartækjanefnd

**B**laðamaður Klifurs leitaði upplýsinga hjá Tryggingastofnun varðandi hjálparhunda, þ.e. hvort stofnunin niðurgreiddi slíkan þjálfunarkostnað. Í ljós kom að ekkert fordæmi var fyrir því. Félagráðgjafi hjá Tryggingastofnun, sem blaðamaður ræddi við, sagðist ætla að senda fyrirspurnina til Hjálpartækjamiðstöðvarinnar sem myndi líta á

hana sem formlegt erindi og taka málið fyrir hjá Hjálpartækjanefnd. Niðurstaðan hefði síðan fordæmisgildi og unnið yrði eftir henni hjá Tryggingastofnun. Því miður fékkst ekki svar fyrir útgáfu blaðsins, en við munum að sjálfsgöðu fylgja málinu eftir og greina frá niðurstöðunni í næsta Klifri.



# Pökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

## Akranes

Tövuþjónustan á Akranesi ehf  
Vesturgötu 48  
Bilver, bilaverkstæði ehf  
Akursbraut 13  
Fasteignasalan Hákot ehf  
Kirkjubraut 28  
Skagaverk ehf  
Skarðsbraut 11  
Hjólbarðaviðgerðin sf  
Dalbraut 14  
Vignir G. Jónsson hf  
Smíðjuvöllum 4  
Trésmiðjan Kjölur hf  
Akursbraut 11a  
Skilmannahreppur  
Hagamel 16

## Borgarnes

Dvalarheimili aldraðra  
Borgarnesi  
Borgarbraut 65  
Borgarbyggð  
Borgarbraut 11  
Sæmundur Sigmundsson ehf  
Kveldúlfsgötu 17  
Gámaþjónusta Vesturlands ehf  
Sólbakka 9  
Sparisjóður Myrasýslu  
Borgarbraut 14  
Glitnir ehf  
Brákabraut 7  
Laugaland hf  
Laugalandi  
Félagsbúið Mófellsstöðum sf  
Mófellsstöðum  
Varmalandsskóli  
Varmalandi  
Skorradalshreppur  
Grund  
Hvítársíðuhreppur  
Sámsstöðum

## Stykkishólmur

Sæfell ehf  
Nesvegi 13  
Verkstjórafélag Snæfellsness  
Silfurgötu 36  
Málflutningsstofa

Snæfellsness sf  
Aðalgötu 2

## Grundarfjörður

Haukabergr  
Hamrahlíð 1  
Hjálmar ehf  
Hamrahlíð 4

## Snæfellsbær

Útgerðarfélagið Dvergur hf  
Grundarbraut 26  
Friðrik Bergmann ehf  
Grundarbraut 48  
Sverrisútgerðin ehf  
Túnbrekku 16  
Sjávriðjan Rífi hf  
Hafnargötu 8  
Hjallasandur ehf  
Helluhóli 3

## Búðardalur

Mjólkursamlagið Búðardal  
Brekkuhvammi 15

## Króksfjarðarnes

Kolur ehf vinnuvélar og  
verktakar  
Kinnarstöðum

## Ísafjörður

Eiríkur og Einar Valur hf  
Seljalandi 9  
Bylgjan, skipstjóra- og  
stýrimannafélag  
Kjölur ehf  
Urðarvegi 37  
Stál og Hnifur ehf  
Hnifsdalsvegi 1  
Krossnes ehf  
Króki 2  
Hornstrandir ehf  
Fjarðarstræti 39  
Ísafjarðarbær  
Stjórnsýsluhúsinu  
Heilbrigðisstofnunin  
Ísafjarðarbær

Torfnesi

Tréver sf  
Hafraholti 34  
Vélsmiðja Ísafjarðar ehf  
Sundahöfn

## Bolungarvík

Sérleyfisferðir Bolungarvík -  
Ísafjörður  
Völusteinsstræti 22  
Vélvirkinn  
Hafnargötu 8  
Jakob Valgeir ehf  
Grundarstíg 5  
Sparisjóður Bolungarvíkur  
Aðalstræti 14  
Dusi ehf - Finnabær  
Vitastíg 1

## Suðureyri

Klofningur ehf  
Aðalgötu 59

## Patreksfjörður

Oddi hf, fiskverkun  
Eyrargötu 1  
Bjarg ehf  
Mýrum 14  
Strönd ehf  
Breiðalæk

## Tálknafjörður

Bókhaldsstofan Tálknafirði  
Strandgötu 40  
Miðvík ehf  
Túngötu 44  
Þórberg hf  
Strandgötu

## Þingeyri

Brautin sf  
Ketilseyri

## Staður

Staðarskáli ehf  
Stað Hrutafirði

## Hólmavík

Höfðavík ehf  
Vesturtúni 1

## Hvammstangi

Heilbrigðisstofnunin  
Hvammstanga  
Spítalastíg 1

## Blönduós

Heilbrigðisstofnunin Blönduósi  
Flúðabakka 2  
Samstaða, skrifstofa  
verkalýðsfélaga  
Þverholti 1  
Bólstaðarhlíðarhreppur  
Svinavatnshreppur  
Holti

## Skagaströnd

Trésmiðja Helga  
Gunnarssonar ehf  
Mánabraut 2  
Vík, útgerð  
Hólabraut 5

## Sauðárkrókur

Sauðárkróksbakari ehf  
Aðalgötu 5  
Bókhaldsþjónusta KOM ehf  
Víðihlíð 10  
Kaupfélag Skagfirðinga  
Ártorgi 1  
Skinnastöðin hf  
Syðri-Ingveldarstöðum

## Varmahlíð

Akrahreppur Skagafirði  
Miklabæ, Skagafirði  
Lambeyri ehf  
Lambeyri

## Hofsós

Stuðlaberg ehf  
Suðurbraut

## Speki

*Vinátta tveggja manna hvílir alltaf á  
þolinmæði annars þeirra.*

Indverskt máltæki.

*Vinur er sá er til vammis segir.*

Málsháttur

*Kærleiksrík smáatvik halda ástinni  
lífandi.*

Theodor Fontane.

*Ástin á sér tvær dætur: góðvild og  
þolgæði.*

Málsháttur.

## Sjálfsbjörg

Félagið okkar með fullhuga kraft  
og farsæld í árunna straumi,  
slétta mun brautir og slíta hvert haft  
með slagkrafti, líkt og í draumi.  
Áfram skal haldið að efla vort þor,  
öll það við hljótum að skilja.  
Aldrei skal dáðleysi og dapurlegt spor  
draga úr kjarki og vilja.

*Höfundur: Kristján Runólfsson  
Sauðárkróki.*

*Kristján sendi Kjartani ræðara flestar  
vísurnar í ferðinni frægu sl. haust.*



## Þökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

### Siglufrjörður

Heilbrigðisstofnunin Siglufríði  
Hvanneyrarbraut 37-39  
Egilssíld ehf  
Gránugötu 27

### Akureyri

Tannlæknahúsið sf  
Kaupangi við Mýrarveg  
Glófi ehf  
Frotagötu 1a  
Tölvís sf  
Kaupangi við Mýrarveg  
Bókabúð Jónasar sf  
Hafnarstræti 108  
Hártiskan sf  
Kaupangi við Mýrarveg  
Hlíð hf  
Kotárgerði 30  
Véla- og stálsmíðjan ehf  
Gránufélagsgötu 47  
Sparisjóður Norðlendinga  
Skipagötu 9  
KPMG Endurskoðun Akureyri hf  
Glerárgötu 24

Tannlæknastofa Sigrúnar  
Þórunnarstræti 114  
Teiknistofan H Á  
Furuvöllum 13  
Tískuverslun Steinunnar  
Hafnarstræti 97  
Félag málmíðnaðarmanna  
Akureyri  
Skipagötu 14  
Vaxtarræktin Akureyri  
Íþróttahöllinni við Skólastíg  
Vélsmiðjan Ásverk ehf  
Gránufélagsgötu 47  
Raf & Tækni ehf  
Kaldbaksgötu 4  
Raflampar sf  
Óseyri 4  
Brim  
Fiskitanga  
Glerárskóli  
Höfðahlíð  
Trésmíðaverkstæðið Mógil sf  
Einhóli  
Sveitahótelid Sveinbjarnargerði  
Svalbarðsströnd  
Baugsbót sf

bifreiðaverkstæði  
Frotagötu 1b  
Kjarnafæði hf  
Fjölningötu 1b  
Bifreiðaverkstæði  
Bjarnhéðins ehf  
Fjölningötu 2a  
Miðstöð ehf  
Draupnisgötu 3g  
Húsprýði sf  
Múlasíðu 48

### Grenivík

Hlaðir ehf  
Melgötu 6  
Frosti hf  
Melgötu 2  
Sparisjóður Höfðhverfinga  
Ægissíðu 7

### Grímsey

Vélaverkstæði Sigurðar  
Bjarnasonar ehf  
Hátúni  
Sæbjörg ehf

Öldutúni 3  
Sigurbjörn ehf, útgerð  
Öldutúni 4  
Grunnskólinn í Grimsey  
Stekkjarkví ehf  
Hafnargötu 17  
Bratti ehf  
Gerðubergi

### Dalvík

Daltré ehf  
Grundargötu 9  
Blómabúðin Ílex  
Hafnarbraut 7  
G. Ben ehf  
Ægisgötu 3

### Ólafstjörður

Vélsmiðja Ólafsfjarðar hf  
Múlavegi 3

### Húsavík

Skipaafgreiðsla Húsavíkur ehf  
Höfða 2

Garðshorn á Húsavík:

# Endurhæfingar- og útivistarsvæði

Ég gladdist innra með mér þegar komið var að máli við mig og ég beðin að segja frá endurhæfingar- og útivistarsvæðinu Garðshorni í Klifri. Garðshorn er sannkölluð vin í skjóli á bak við sjúkrahúsið og Dvalarheimili aldraðra á Húsavík.

Með stuðningi, sem fyrst og fremst hefur verið samfélagslegs eðlis, hefur hugsjón náð fram að ganga. Það var ógleymanlega stund þann 20. september sl. þegar Garðshorn var formlega vígt. Þrjúhundruð manns voru samankomnir og glöddust yfir þessu skrefi sem stigið hefur verið til að bæta lífsgæði fatlaðra, aldraðra, sjúkra og okkar allra. Listamenn lágu ekki á liði sínu, söngur, myndlist, ræður og ljóðlist glöddu hugi og hjörtu viðstaddra. Opnuð var sýning á málverkum Elsu S. Þorvaldsdóttur í gluggum tengingangs, sem snúa út í Garðshorn. Ótrúlega skemmtilegt að geta verið úti við og notið myndlistarinnar. Hin og þessi ljóð eru milli blóma í stóru blómabeði og sömuleiðis upplýsingar um höfunda þeirra. Ljóðið hans Guðmundar G. Halldórssonar segir meira en mörg orð.

Garðshorn

Mót sumri og sól,  
veitir skammdegisskjól,  
sköpun iðinna handa.

Sú bæn vor er heit,  
Guð blessi þann reit,

þar sem bræðralagsmerki skal standa.

Í Garðshorn eru allir velkomnir sem vilja njóta fegurðar, friðar, endurhæfingar og samfélags við aðra. Í Garðshorni er gert ráð fyrir fjölbreyttri þjálfun, gönguþjálfun,



*Benedikt Davíðsson, heiðursgestur við opnun Garðshorns, afhjúpar listaverk eftir aldraðan heiðursmann, Ólaf Guðmundsson t.h. Listaverkið kemur höfuðmarkmiði Garðshorns vel til skila, Garðshorn tengir saman ólíka hópa og kynslóðir! Skátafélagar úr Víkingi báru íslenska fánann. Myndir/Skarpur.*

hjólástólaþjálfun auk liðkandi og styrkjandi æfinga á tækjum sem staðsett verða á sérstöku þjálfunarsvæði sem sjúkra- og iðjuþjálfari hafa hannað. Það er svo gott að leika sér og stunda íþróttir á öllum aldri, finna barnið í sér. Í Garðshorni er 18 holu púttvöllur, Ingimarsvöllur. Auðvelt er að spila boccia á stórri stétt við skábrautina. Það er hægt að gefa sköpunargleðinni lausan taum og setja upp sýningar úti og inni. Gosbrunnur gleður augað, tröppur og stór tréfallur gerir að verkum að allir eiga að geta fundið þjálfunarmöguleika við sitt hæfi eða bara liggja og sleikja sólina á stóra pallinum. Hægt er að komast á pallinn upp tröppur en einnig eftir stíg Gísla stíg Auðunssonar, sem liggur að

Þrjúhundruð manns voru samankomnir og glöddust yfir þessu skrefi sem stigið hefur verið til að bæta lífsgæði fatlaðra, aldraðra, sjúkra og okkar allra.

honum. Stígarnir og golfvöllurinn í Garðshorni heita í höfuðið á læknum sem starfað hafa á Húsavík í um 30 ár. Þeir hafa báðir stigið mörg skref til framfara á félagslegum vettvangi í Þingeyjarsýslum.

Auk Framkvæmdasjóðs aldraðra hafa Kvenfélögin, Sjálfsbjörg, Verkalýðsfélög í sýslunni, Lions,



Höfuðmarkmið Garðshorns er að efla félagsleg tengsl, hrista saman hópa í samfélaginu. Að rjúfa einangrun sem oft vill verða þegar menn ganga ekki lengur heilir til skógar vegna sjúkdóms, fötlunar eða öldrunar.

Kiwanis, Soroptimista félagar, Félag aldraðra Húsavík og nágrenni, fyrirtæki og einstaklingar lagt af mörkum fé og vinnu. 13 milljóna framkvæmd er að baki, fjármögnun er langt komin og við vonumst til að geta lokið því sem á vantar á næsta ári.

Áður en lengra er haldið er vert að skoða nokkur þeirra markmiða sem sett voru árið 1998, áður en framkvæmdir hófust:

Að skapa vettvang fyrir félagsleg tengsl milli hópa í samfélaginu.

Að gera öldruðum, sjúkum og fötluðum kleift að njóta útivistar í auknum mæli og taka þátt í léttum garðyrkjustörfum.

Að skapa fjölbreytni í sjúkra- og



*Félagsleg samskipti milli allra hópa samfélagsins eru þroskandi og gefandi. Við eigum öll okkar lífssögu og þurfum öll á því að halda að sagt sé eitthvað fallett við okkur.*

iðjuþjálfun, m.a. fyrir börn.

Höfuðmarkmið Garðshorns er að efla félagsleg tengsl, hrista saman hópa í samfélaginu. Að rjúfa einangrun sem oft vill verða þegar menn ganga ekki lengur heilir til skógar vegna sjúkdóms, fötlunar eða öldrunar.

Félagsleg samskipti tilheyra grunnþörfum okkar, við þurfum



*Sigríður Jónsdóttir  
hjúkrunarfræðingur og formaður  
nefndar um Garðshorn.*



*Kvartettinn Út í vorið að syngja fyrir hátíðargesti. Auk þeirra söng Stúlknakór Húsavíkur, Sólseturskórinn og fluttu voru nokkur lög af disknum Í fadmi þínum. Málverk Elsu Þorvaldsdóttur í gluggum tengingangs og ljóðin í blómabeðinu auðga andann.*

jafnmikið á þeim að halda eins og að borða og sofa. Ef við ræktum þau ekki þá er hættan á einangrun fyrir hendi og systir einangrunar er kvíði, óöryggi og lélegt sjálfsmat sem getur leitt til depurðar eða þunglyndis. Það hversu vel hefur tekist til má þakka góðri hönnun Hilmars Dúa Björgvinssonar og Per Langsøe Cristensen sem byggðist meðal annars á ráðgjöf Agnars Kára Sævarssonar. Hann leiðbeindi um halla og breidd á stígum sem allir eru upphitadír, blómabeð er í vinnuhæð þannig að þeir sem bundnir eru hjólastól geta sinnt blómunum og notið ljóðlistarinnar í leiðinni. Í næsta áfanga

verður sett rafdrifin hurð við skábrautina út í Garðshorn. Í hana verður ljóð Huldu, „Gefðu mér, jörð“ grópað. Aðgengi í Garðshorn er á fjórum stöðum. Fyrir fatlaða er auðveldast að koma frá götu sem heitir Sólbrekka, hún endar við göngustígana í Garðshorn. Vonandi eignumst við einhvern tíman „skutlu“ til að nota til ferðalaga um Garðshorn. Það gæfi nýja vídd, því auðvelt væri að fara úr Garðshorni í bæjarferð á „skutlunni.“

Samskiptin við Agnar Kára hafa verið afar lærdómsrík og ánægjuleg. Ég minnst þess, þegar ég sagði við hann að það væri skemmtileg tilviljun að opna Garðshorn einmitt á ári sem tileinkað væri fötludum: „Nei, er ár fatlaðra, ég hef ekki leitt hugann að því, ég hef svo mikið að gera að ég gleymi stundum að ég - telst til fatlaðra.“ Þeir sem eru sjúkir eða fatlaðir eru oft á tíðum heilbrigðastir allra.

Við getum öll lært af Agnari Kára, að líta jákvæðum augum á lífið og tilveruna. Að rækta það jákvæða sem við höfum en ekki stöðugt að beina sjónum að neikvæðum staðreyndum sem verður ekki breytt. Þá munu hæfileikarnir sem við búum yfir fá að njóta sín út í ystu æsar. Fortíðin er þá ekki lengur við stjórnvöllinn, heldur er hún einungis hluti af því sem einstaklingurinn getur orðið í framtíðinni.

Möguleikar Garðshorns eru óteljandi. Næsta skref er að koma á samstarfi milli ólíkra hópa í samfélaginu til að móta notkunarmöguleika. Hugmyndir, áhugi, vinnugleði og félagsleg samstaða geta gert kraftaverk, eins og tilurð Garðshorns sannar.

Það er von mín að þegar þú, lesandi góður, kemur til Húsavíkur, þá leggir þú leið þína í Garðshorn.

*Sigríður Jónsdóttir  
hjúkrunarfræðingur og  
formaður nefndar um Garðshorn.*

## Bifreiðastyrkir hreyfihamlaðra

Þegar fjárlög fyrir árið 2004 voru kynnt nú í haust kom fram að stefnt væri að því að ná fram sparnaði er varðaði bifreiðastyrki til hreyfihamlaðra. Sá sparnaður átti að nást með því að lengja þann tíma sem liði milli styrkveitinga úr fjórum árum í sex ár. Talað var um að útgjöld til þessa málaflokks hefðu aukist mikið eða úr 150 milljónum í 500 milljónir kr. á þessu ári og því þyrfti að ná fram sparnaði.

Er þetta rétta leiðin, að lengja tímenn og láta styrkþegana, sem í flestum tilfellum hafa ekki mjög háar tekjur, borga hærri mismun þegar kemur að endurnýjun bifreiðarinnar? Að mínu mati er þetta alger fyrirláttur. Það kom best í ljós þegar var farið að skoða tölur um kostnað nánar.

Þá kom í ljós að ástæða þess að svo mikil hækkun hafði orðið mátti að stórum hluta rekja til þess að orðalagi við einn flokk styrkjanna hafði verið breytt lítillega þegar ný reglugerð nr. 752/2002 um bifreiðastyrkina tók gildi í október árið 2002. Áður fengu þeir sem voru að kaupa sinn fyrsta bíl 500 þúsund kr. í styrk, en þetta er nýr flokkur styrkja sem fyrst var úthlutað árið 2000.

Með nýju reglugerðinni frá því í október árið 2002 var þessi styrkur hins vegar látinn ná til þeirra sem voru að sækja um styrk í fyrsta skipti. Þannig breyttist kostnaðurinn við þennan lið úr 4 milljónum árið 2002 í 288 milljónir árið 2003. Það er því ljóst að þarna hafa allmargir séð tækifæri, þegar kom að endurnýjun á bifreið viðkomandi.

Það er þó ljóst að annar þáttur



*Bergur Þorri Benjamínsson.*

Er þetta rétta leiðin, að lengja tímenn og láta styrkþegana, sem í flestum tilfellum hafa ekki mjög háar tekjur, borga hærri mismun þegar kemur að endurnýjun bifreiðarinnar?

vegur líka þungt í þessu sambandi. Sú upphæð sem flestir fá í svokallaðan lægri styrk er einungis 250 þúsund kr. Það má því áætla að allmargir hafa ekki tekið þennan styrk vegna þess hversu lágur hann er og að viðkomandi má ekki selja sína bifreið fyrir en eftir fjögur ár ef hann þiggur styrkinn. Að framangreindu má því áætla að það sé nauðsynlegt að hækka lægri styrkinn, eigi hann að koma að einhverju gagni. Í Svíþjóð er lægsti styrkur 600 þúsund krónur.

Aldur þeirra sem geta fengið bif-

reiðastyrk er að mínu mati of hár hér, en þeir sem eru yngri en 75 ára gátu fengið styrk skv. nýju reglugerðinni, en henni var breytt í febrúar 2003 og þá voru aldursmörk umsækjanda um bifreiðastyrk alveg felld út. Svo vitnað sé til Svíþjóðar aftur þá er þetta sama aldursmark 65 ár. Það er mín skoðun að það hafi ekki átt að hækka aldursmarkið úr 70 árum í 75 og fella það síðan alveg út enda sé endurnýjunarþörf hjá þessum aldurshópi allt önnur og hægari heldur en hjá þeim sem yngri eru. Eru menn að öllu jöfnu hættir vinnu og keyra því mun minna en áður.

Þegar rætt er um þessi útgjöld er mjög mikilvægt að menn skoði hlutina í nokkuð víðu samhengi. Þegar einstaklingur kaupir nýjan bíl fer stór hluti af kaupverði bifreiðarinnar aftur til ríkisins í formi vörugjalda og virðisaukaskatts. Það má gefa sér að kaupir menn meðalstóran fólksbíl fyrir um 2,4 til 2,5 milljónir fari að minnsta kosti 1 milljón kr. beint til ríkisins aftur. Ríkið hefur mjög miklar tekjur af bifreiðum og er því ekki óeðlilegt að hugsað sé

Aðrar upphæðir hafa einnig haldist lítið breyttar á meðan almennt verðlag hefur hækkað. Upphæðir allra styrkja eru því minna virði heldur en áður sem aftur þýðir meiri álögur á þá sem njóta styrkjanna.

hvort þessar tekjur minnki ekki ef hreyfihamlaðir verði að endurnýja sína bíla með lengra millibili. Því má heldur ekki gleyma að bíllinn er eitt aðalhljálpartæki þeirra sem eru mikið hreyfihamlaðir. Flestir sem eru fatlaðir keyra þar af leiðandi mjög mikið og er algerlega ótækt að ætlast til að þeir verði á meira eignum og þar af leiðandi óáreiðanlegri bílum.

Upphæðir þær sem hreyfihamlaðir fá í styrk hafa haldist óbreyttar nú í nokkuð mörg ár. Sem dæmi um þetta má nefna að árið 1996 var styrkur til þeirra sem notuðu hjólastól 700 þús-

und kr. og var hann veittur á þriggja ára fresti. Þessi upphæð var síðan hækkuð árið 2000 í eina milljón kr. en um leið veitt á fjögurra ára fresti. Aðrar upphæðir hafa einnig haldist lítið breyttar á meðan almennt verðlag hefur hækkað. Upphæðir allra styrkja eru því minna virði heldur en áður sem aftur þýðir meiri álögur á þá sem njóta styrkjanna.

Það er ekki ofsagt að þessi áform ríkisins séu undarleg og illa unnin, sérstaklega þegar haft er í huga að tryggingamálaráðherra skipaði nefnd árið 2001, sem fór yfir þessi mál og skilaði tillögum sama ár. Var það síðan að samkomulagi að farið yrði nokkurs konar bil beggja í þessu sambandi. Það er því mikilvægt að farið verði vel yfir þetta mál á næstunni og það skoðað vel og vandlega og í samráði við þá sem eiga þar hagsmuni, en ekki einungis í tengslum við gerð fjárlaga.

*Bergur Þorri Benjamínsson.  
Höfundur er nemi í viðskiptafræði við Háskólann á Akureyri og er bundinn hjólastól eftir slys.*

## Pökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

### Húsavík

Fiskiðjusamlag Húsavíkur hf  
Garðarsbraut 14  
Langanes hf, útgerð  
Skólagarði 6  
Húsavíkurbær  
Ketilsbraut 9  
Bókasafnið á Húsavík  
Stóragarði 17  
Skóbúð Húsavíkur  
Garðarsbraut 13  
Hvammur, heimili aldraðra  
Vallholtsvegi 15  
Alli Geira hf  
Garðarsbraut 50

### Laugar

Ferðaþjónustan

Narfastöðum ehf  
Narfastöðum

### Kópasker

Öxarfjarðarhreppur  
Bakkagötu 10  
Silfurstjarnan hf  
Núpsmýri

### Raufarhöfn

Önundur ehf.  
Aðalbraut 41a

### Þórshöfn

Þórshafnarhreppur  
Langanesvegi 2

Haki ehf  
Langanesvegi 29

### Vopnafjörður

Bílar og vélar ehf  
Hafnarbyggð 14a  
Mjólkursamlag Vopnfirðinga hf  
Hafnarbyggð 6  
Vopnafjarðarhreppur  
Hamrahlíð 15

### Egilsstaðir

Jón Hliðdal ehf  
Reynivöllum 3  
Birkitré sf  
Lyngási 12  
Verkfræðistofa Austurlands ehf  
Selási 15  
Bókás ehf

Koltröð 4

Hraðbúð ESSO www.khb.is  
Kaupvangi 6  
Trésmiðja Guðna  
Þórarinssonar  
Másseli  
Hitaveita Egilsstaða og Fella  
Einhleypingi 1

### Seyðisfjörður

Bókaverslun Ara Bogasonar og  
Eiríks Sigurðssonar sf  
Austurvegi 23

### Mjólfjörður

Mjólfjarðarhreppur  
Brekku



# Jólafiðrildið



**S**agan er byggð að hluta til á reynslu höfundar, þegar skrautfiðrildi úr eldiviðarkassa í herbergi hans í Salzburg í Austurríki veturinn 1968 - 1969 hóf sig á loft á dimmri vetrarnótt og vakti hann með andfælum.



Pétur var 7 ára gamall, hann var mikið veikur og jólin alveg að koma og kominn aðfangadagur. Hann lá í rúminu sína undir hlýrri sænginni og úti í horni snarkaði í spýtunum sem brunnu í ofninum og héldu herberginu heitu. Við hliðina á ofninum var kassi með spýtnakubbum sem pabbi eða mamma bættu í eldinn svo eldurinn gæti logað áfram og haldið herberginu hlýju í köldum jólamánuðinum. Pétur hafði meira að segja hjálpað pabba sínum um haustið þegar hann fór út í skóg til að höggva tré í eldivið, sem síðan

voru söguð og höggvin í kubba og svo þurrkuð úti í geymslu til að hita upp húsið um veturinn. Hann fór oft einn út í geymsluna til að ná í spýtur til að brenna í ofninum. En einmitt núna á sjálfum jólunum var hann svo veikur að hann gat ekkert gert nema að liggja í rúminu. Jólin ætluðu bara að fara fram hjá honum í þetta sinn.

Þegar klukkurnar í kirkjunni í bænum hans hringdu inn jólin klukkan sex þá fannst honum klukknahljómurinn frekar óþægilegur og minnti hann á að hann gat

ekki tekið þátt í jólagleðinni með systur sínum, bróður og foreldrum. Búið var að skreyta herbergið hans og setja upp lítið fallett jólatré á borðið við hliðina á rúminu hans, en allt kom fyrir ekki, jólin voru víðs fjarri í huga hans og hann fann til í höfðinu og maganum. Svo sveið hann svo mikið í augun að hann hafði ekkert gaman af að horfa á fallega jólatré sitt. Jólapakkana sína, sem hann hafði alltaf verið svo ópolinmóður að opna, hafði hann núna engan áhuga á að skoða. Matarlystin var engin og hann snerti

ekki fína jólamatinn sem pabbi hans færði honum og það var sama hvaða saga honum var sögð hann kom engum matarbita niður.

Mamma hans og pabbi ræddu um að kannski myndi hann frískast það mikið um nóttina ef hann svæfi vel að hann gæti þá borðað jólamatinn og tekið upp pakkana sína daginn eftir. Mamma sat við rúmið hans og söng fyrir hann Bjart er yfir Bethlehem, og það síðasta sem hann heyrði mömmu sína raula áður en hann sofnaði var „Barni gjafir báru þeir. Blítt þá englar sungu.“ Mamma hans tók tvær spýtur, bætti þeim á ofninn og skildi ljós eftir logandi á jólastjörnunni í glugganum. Hún lét hurðina vera hálfopna svo hún heyrði ef Pétur litli sofnaði. En nú var Pétur farinn að ferðast um draumheima. Honum fannst hann fljúga um loftið með mörgum litlum englum sem voru að leita að jólnum með Pétri. Þeir flugu yfir fjöll og sjó, yfir mörg lönd og allt í einu sá hann lítið hús og í einum glugga

þess hékk svo falleg jólastjarna og einn engillinn flaug hring eftir hring í kring um stjörnunna og Pétri fannst hann syngja: „Stjarnan fín, jólin þín, stjarnan fín, jólin þín,“ aftur og aftur. Honum heyrðist vera mikill hvinur í vængjum englanna, svo mikill hvinur að hann vaknaði. Það fyrsta sem hann sá var logandi jólastjarnan í glugganum og hann sá greinilega að eitthvað flaug í kring um ljósið og inn í ljósið. Hann kallaði hátt „mamma, mamma.“ Þegar mamma hans kom hlaupandi til hans þá heyrði hún Pétur segja „mamma, mamma, sjáðu engilinn sem er hjá stjörnunni og er að koma með jólin til mín.“ Mamma hans sá líka eitthvað sem flaug aftur og aftur í ljósið á jólastjörnunni, en þegar hún kveikti loftljósið sáu þau Pétur undurfallegt, stórt skrautfiðrildi sem reyndi að fljúga aftur og aftur í ljósið. Fiðrildið hafði áður verið lítil lirfa sem var lokuð inni í svartri púpu í einu trjána sem Pétur og pabbi hans höfðu náð í út í skóginn

um haustið. Nú hafði hitinn í kassanum við ofninn sagt við litla orminn: „Nú er farið að hlýna og þess vegna átt þú að breytast í fiðrildi svo þú getir flögrað á milli blómanna og glatt börnin með fallegu litunum þínum.“ „Mamma þetta er jólafiðrildið mitt og nú eru jólin mín komin“ hrópaði Pétur. Nú var Pétur orðinn miklu hressari og honum var að batna. Pétur fékk svo hjálp við að búa út sykurvökva sem firildið gæti drukkið og að koma fyrir trjábút með stórri holu sem það gæti átt heima í. Þegar vorið kom trítlaði Pétur út í skóginn með fiðrildið í kassa. Pétur gaf svo fiðrildinu frelsi og þegar það flaug upp í loftið kallaði hann á eftir því: „Takk jólafiðrildi, þú gafst mér jólin.“

*Jón Hlöðver Áskelsson.*

## Pökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

### Reyðarfjörður

Verkalýðsfélag Reyðarfjarðar  
Brekkgötu 9

### Neskaupstaður

Brynjar Júlíusson hf  
Hafnarbraut 15

### Fáskrúðsfjörður

Fáskrúðsfjarðarkirkja  
Loðnuvinnslan hf,  
Skólavegi 59

### Breiðdalsvík

Héraðsdýralæknir  
Austurlandsumdæmis syðra  
Ásvegi 31

### Höfn

Skinney - Þinganes  
Krossey  
Bókhaldsstofan ehf  
Krosseyjarvegi 17  
Sveitafélagið Hornafjörður  
Hafnarbraut 27  
Sambýlið Hólabrekka  
Hólabrekku  
Sigurður Ólafsson ehf  
Hlíðartúni 21  
Ferðaþjónusta bænda  
Stafafelli  
Lóni

### Selfoss

Verkfræðistofa Guðjóns  
Austurvegi 44  
Lífeyrissjóður  
verkalýðsfélagsins á

Suðurlandi  
Austurvegi 38  
Mjólkurbú Flóamanna  
Austurvegi 65  
Kælivélaþjónustan ehf  
Eyrarvegi 32  
Byggingarfélagið  
Árborg ehf  
Bankavegi 5  
Prentsmiðja  
Suðurlands ehf  
Eyravegi 21  
Fossraf ehf  
Eyravegi 3  
Fossvélar hf  
Hrísmýri 4  
Set ehf, plastiðnaður  
Eyravegi 41  
Verslunin Hornið ehf  
Tryggvagötu 40  
Selfossveitur bs  
Austurvegi 67

Ingólfur, verslun  
Austurvegi 34  
Verkfræðistofa  
Suðurlands ehf  
Austurvegi 3-5  
Flúðasveppir  
Hrunamannahreppi  
Dýralænaþjónusta  
Suðurlands sími 482-3060  
Stuðlum  
Jeppasmíðjan ehf  
Ljónsstöðum  
Básinn, veitingastaður  
Efstalandi  
Hraungerðishreppur  
Þingborg  
Villingaholtshreppur  
Mjósyndi  
Nesey ehf  
Suðurbraut 7  
Gnúpverjahreppi

## Pökkum eftirtöldum fyrirtækjum veittan stuðning

### Hveragerði

Heilsugæslustöðin  
Hveragerði  
Breiðumörk 25b  
Dvalarheimilið Ás  
Hverahlíð 20  
Litla kaffistofan  
Svinhrauni  
Heilsustofnun NLFÍ  
Grænumörk 10  
Hveragerðisbær  
Hverahlíð 24

### Þorlákshöfn

Fiskmark ehf  
Hafnarskeiði 21  
Fagus ehf  
Unubakka 18-20  
Frostfiskur ehf  
Hafnarskeiði 6

### Stokkseyri

Hólmaröst ehf  
Hafnargötu 9

### Flúðir

Ferðaþjónustan Syðra  
Langholti  
Íslenskt grænmeti ehf  
Melum  
Kvenfélag  
Hrunamannahrepps  
Auðsholti

### Hella

Vörufell ehf  
við Suðurlandsveg

### Hvolsvöllur

Fylkir, vörubílstjórafélag  
Eystri-Torfastöðum 1

### Vík

Byggingafélagið Klakkur ehf  
Smíðjuvegi 9

### Kirkjubæjarklaustur

Tjaldstæðið Kirkjubæ 2  
Vestur Skaftafellssýslu  
Kirkjubæjarskóli  
Klausturvegi 4  
Héraðsbókasafnið Kirkjubæjar-  
klaustri  
Klausturvegi 4

### Vestmannaeyjar

Straumur  
Flötum 22  
Vélaverkstæðið Þór ehf  
Norðursundi 9  
Frár ehf  
Hásteinsvegi 49  
Eyjasýn ehf

Strandvegi 47

Ós ehf  
Illugagötu 44  
Reynistaður ehf  
Vesturvegi 10  
Bessi hf  
Sóleyjargötu 8  
Huginn ehf  
Hrauntúni 48  
Ísfélag Vestmannaeyja hf  
Strandvegi 28  
Vestmannaeyjabær  
Ráðhúsinu  
Karl Kristmanns,  
umboðs- og heildverslun  
Ofanleitisvegi 15-19



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

## Vinningar fyrir rétta lausn á jólamyndagátu

**F**imm vinningar verða veittir fyrir rétta lausn á jólamyndagátunni. Að þessu sinni er um að ræða poka utan um GSM-síma til að hengja um háls eða í belti, merkta Sjálfsbjörg, landssambandi fatlaðra. Lausnir sendist til Sjálfsbjargar, Isf. Há-túni 12, 105 Reykjavík. Merkið umslagið „Myndagáta.“ Skilafrestur er til 15. febrúar 2004.

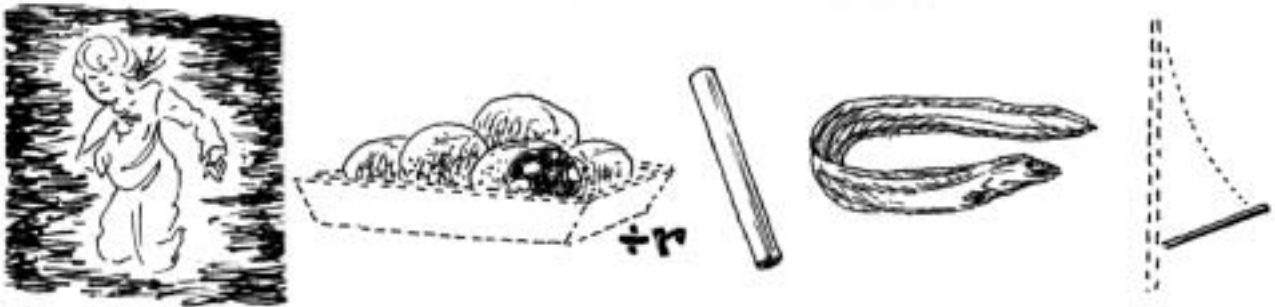
Verðlaun fyrir lausn á krossgátu síðasta tölublaðs eru fimm reiknivélar með klukku, dagatali og

vekjara merkt Sjálfsbjörg, landsambandi fatlaðra. Þær verða sendur vinningshöfum, sem eru: Árni B. Guðmundsson, Suðurgötu 88, 220 Hafnarfjörður; Gunnhildur Hjartardóttir, Vestursíðu 20 íb. 102, 603 Akureyri; Helga Sigurðardóttir, E-Torfast. I, 861 Hvolsvöllur; Stefán Ólafsson, Holtsgötu 21, 101 Reykjavík og Gunnar Valdemarsson, Torfnesi Hlíf I, 400 Ísafjörður. Lausnátunnar var: „Sólin í suðrinu ljómar.“

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



# Jólamyndagáta



ATH! ekki er gerður greinarmunur á á a og á.



*Gle iley jól*



# Dregið 31. desember

í jólahappdrættinu!

**GIRO-SEILL A**  
1.100,-  
Fjárhættis með stöð breyta

**SKULDF. FÆRSLUBEINI ER A BAKHLI. 1.100,-**

**SPV**  
Sportskiðar  
veðjara

**SKULDF. FÆRSLUBEINI ER A BAKHLI. 1.100,-**

**SKULDF. FÆRSLUBEINI ER A BAKHLI. 1.100,-**

**ORG**  
FATLAÐRA  
DRÆTTI  
Kl.: 570269-2169

**FÆRSLUSKJAL GJALDKERA**

**ATV**  
Skeifan 17  
108 Reykjavík  
Sími: 550 4000  
www.atv.is  
sala@atv.is

**LIÐUNUMER**

Ingvar Helgason hf.  
Sævarhóstiða 2  
525 8000  
www.ih.is  
ih@ih.is



**3-6. 4 stk. Lifebook E4010**  
frá Fujitsu Siemens  
hver að verðmæti kr. 219.700,  
heildarverðmæti kr. 878.800.

**Kringlan**  
FRÁ 100 HIRÐIN 1188

**31-119.**  
89 vörutæktir frá Kringlunni  
hver að verðmæti kr. 40.000,  
Heildarverðmæti kr. 3.560.000,-



**1-2. 2 stk Subaru Impreza Gx 2.0**  
125 hó hvor á kr. 2.280.000,-  
heildarverðmæti kr. 4.560.000,-

Happdrætti Sjálfhjargar hefur í meira en 20 ár verið mikilvægasta fjárfundunarleið samtakanna en þau eru haldin trúsvær snum á ári í samartvryjun og um júl.

Sjálfshjörg, landsamband fatlaðra, hefur nú starfað í 44 ár að marknaði stou, sem er að fatlaðir njóti jafnréttis við ófatlaða á öllum mótum þjóðfélisins. Samtökun leggja áherslu á að skapa hreyfingarmilauða félka skilyrði til sjálfsstærðs lífs með eðlilegri búsetu og félagslegri þjónustu eftir þörfum hvers og eins.

Margt hefur áunnin á þessum tíma og hefur fjárfunduningur almennings í landinu gert það ótunga starr Sjálfshjargar mögulegt.

**7-30.**  
24 ferðarvinningar með  
leiguflugi frá Úrval-Útsýn  
hver að verðmæti  
000,-  
verðmæti

**ÚRVAL-ÚTSÝN**

Heildarvöldi útgefna miða er 70.000 stk.  
Dregið verður 31. desember 2003  
Fjöldi vinninga 119  
Upplýsingasími Happaðrættisins er: 5953533



Hægt er að greiða miðum með  
Hringi

