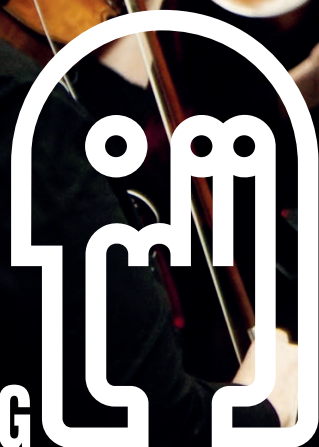


# DÖFFBLAÐIÐ

TÍMARIT FÉLAGS HEYRNARLAUSRA

FEBRUAR 2022

FRÍTT  
EINTAK



FÉLAG  
HEYRNARLAUSRA

VIRÐING  
SAMVINNA OG  
FRUMKVÆÐI



## ÁSGARÐSLAUG

Nýendurbætt sundlaug, 25 m útilaug  
samtengd við litla barnalaug.  
Gufubað, heitir pottar og kaldur pottur, líkamsrækt.  
Góð aðstaða fyrir fatlaða.

.....  
**Afgreiðslutími:**

Mánud - föstud kl. 06:30 – 22:00  
Laugard og sunnud kl. 08:00 – 18:00  
.....

**Íþróttamiðstöðin Ásgarður**

Sími: 550 2300  
gardabaer.is



# SUNDLAUGAR

FRÁBÆR AFBREYING, FJÖR, LÍKAMSRÆKT OG SLÖKUN!

# GARÐABÆJAR



## ÁLFTANESLAUG

Eina öldulaug landsins og stærsta  
vatnsrennibrautin 10 m há og 80 m löng.  
Útilaugin er 25 m, innanhúslaug, heitir pottar,  
buslulaug, gufuböð og líkamsrækt.  
Góð aðstaða fyrir fatlaða.

.....  
**Afgreiðslutími:**

Mánud - föstud kl. 06:30 – 21:00  
Laugard og sunnud kl. 09:00 – 18:00  
.....

**Breiðumýri, Álftanes,**  
Sími: 550 2350

Formannspistill.....	4	Tilkynningahornið.....	17
Pistill framkvæmdastjóra .....	4	Gunnar Snær Jónsson – Að læra og lifa í Noregi .....	18
WFD fundur í Abu Dhabi .....	6	Kolbrún Völkudóttir – Barnalán á Völlunum.....	20
Táknmálstúlkaðir menningarviðburður á covid-tímum .....	8	Barnahornið .....	22
Fundur íþróttasambands Norðurlanda í Kaupmannahöfn .....	12	Aðsendir nemendapistlar .....	24
Hallbjörn Freyr – Á láði og legi.....	14	Jenile aðgengistæki að hljóði.....	26
Degi döff fagnað með hamborgaraveislu .....	16	Döfsmót 2021 í Árnosi.....	28
Rausnarleg gjöf til Félags heyrnarlausra.....	17		

## Ritstjórapistill



Þórður Örn Kristjánsson  
Ritstjóri  
thok@hi.is

Í blaðinu þetta árið kennir ýmissa grasa. Við fengum nokkrar aðsendar greinar og tókum viðtal við áhugavert döff fólk sem hefur verið að gera góða hluti. Barnahornið er á sínum stað ásamt tilkynningum um það sem er framundan þetta árið. Ég sem ritstjóri ber ábyrgð á blaðinu og efni þess, ef félagsmenn eða aðrir lesendur vilja koma ábendingum á framfæri um efni eða hugmyndir að næsta blaði myndi ég taka þeim fagnandi. Það er von mín að allir finni

eitthvað sem þeir hafi gaman að og viti svolítið meira um döff samfélagið, einstaklinga og baráttumál þeirra eftir lestur blaðsins. Þetta er okkar mál gagn og ein af okkar röddum sem við höfum til að koma okkar áherslum út í samfélagið, nýtum það og sýnum samfélaginu hversu fallett, fróðlegt og duglegt döff samfélagið er. Munum að döff geta allt!

Með táknmálsskveðju,  
Þórður Örn Kristjánsson

1. tölublað | 22. árgangur  
ISSN 1670 - 5013

**Útgefandi**  
Félag heyrnarlausra

**Skrifstofa**  
Þverholt 14  
105 Reykjavík  
Sími: 561-3560  
deaf@deaf.is  
www.deaf.is

**Ritstjóri**  
Þórður Örn Kristjánsson  
thok@hi.is

Ritstjórn áskilur sér rétt til að stytta og breyta innsendum bréfum og greinum í blaðið ef þörf þykir. Skoðanir einstakra höfundu eru ekki endilega skoðanir félagsins eða ritstjóra.

**Framkvæmdastjóri**  
Daði Hreinsson  
dadi@deaf.is

**Ábyrgðarmaður**  
Heiðís Dögg Eiríksdóttir  
heiddis@deaf.is

**Auglýsingastjóri**  
Daði Hreinsson  
dadi@deaf.is

**Ljósmynd á forsiðu**  
Táknmálssöngkonan Kolbrún Völkudóttir.  
Mynd eign Símfóníuhjómssveitar Íslands.

**Ljósmyndir**  
Þórður Örn Kristjánsson  
og aðrar aðsendar myndir.

**Aðsendar myndir og greinar**  
doffbladid@deaf.is

**Prófarkalestur**  
Vala Gísladóttir

**Umbrot og prentvinnsla**  
LITRÓF  
Umhverfisvottuð prentsmíðja  
Vatnagarðar 14  
104 Reykjavík  
Sími: 563 6000

Fyrirspurnir um  
heimsendingu blaðsins  
doffbladid@deaf.is

**Upplag**  
800 eintök



Fylgist með okkur  
@deaf.is



Fylgist með okkur  
facebook.com/felagheyrnarlausra

Landssamtökin  
**Proskahjálp**  
Mannréttindi fyrir alla!

 **Sveitamennt**  
www.sveitamennt.is

 **Sjómennt**  
www.sjomennt.is

 **Landsmennt**  
www.landsmennt.is

 **Ríkismennt**  
www.rikismennt.is

 **Heyrnar- og talmeinastöð Íslands**

# Formannspistill



Heiðdís Dögg Eiríksdóttir  
Formaður  
heiddis@deaf.is

Nýr dagur runninn upp, ég fæ mér kaffi og kíkí á fréttirnar áður en dagurinn hefst. Þar er frétt sem tengist fréttinni sem kom fram í kvöldfréttum hjá RÚV, sem ég fylgdist með á rauntíma kvöldinu áður, sem var ekki í boði fyrir ekki löngu síðan. Á meðan þjóðin hefur í árána rás fylgst með fréttum hefur hópur Íslendinga sem talar íslenskt táknmál ekki setið við sama borð og aðrir en nú erum við árið 2022 komin eitthvað áleiðis. En ekki fáum við að fylgjast með íþróttufréttum, en þær eru þó textaðar, en alls ekki veðurfréttir, hvorki texti né táknmálstúlkun. Hver ástæðan er get ég bara ekki útskýrt fyrir þér lesandi góður. Vinnudagurinn er hafinn, ég stend og horfi með stolti á bekkinn minn sem ég kenni eðlisfræði. Táknmálstúlkurinn er á sínum stað, ég nýt þess að kenna eðlisfræði og geri það á mínu tungumáli sem er íslenskt táknmál og nemendur mínir eru áhugasamir. Maðurinn minn er líka kennari og kennir stærðfræði á sínu tungumáli, íslensku. Að loknum vinnudegi skrepp ég á námskeið um GPS rötun og snjóflóðavarnir, hef alltaf haft áhuga á fjallamennsku og vildi fræðast betur til að tryggja betur öryggi og upplifun á fjöllumum. Þar sem kennarinn talar ekki íslenskt táknmál er táknmálstúlkurinn þarna til að túlka á milli íslensku og íslensks táknmáls. Í pásunni á námskeiðinu hringi ég á verkstæðið þar sem bíllinn er í viðgerð, þar nýti ég mér fjartúlkun

og þjónustuaðilinn segir að bíllinn verði tilbúinn eftir tvo daga. Um kvöldið hitti ég gönguhópin og við erum að undirbúa göngu á Kilmanjaro, það er mikill spenningur fyrir göngunni og búið að tryggja táknmálstúlkun fyrir okkur sem tölum íslenskt táknmál svo við getum notið ferðaleiðsagnar leiðsögumannsins.

Þetta er ekki raunveruleikinn minn nema fyrsti parturinn og símtalið á verkstæðið bara á milli klukkan 9-15 og ég þarf kannski að bíða í 50 mín þar til röðin kemur að mér hjá fjartúlkunum. Ég fékk lánaða raunasögu vina minna á Norðurlöndum sem njóta jafnréttis á vinnumarkaðinum með táknmálstúlk, fá tækifæri að fara í göngu á Kilmanjaro með táknmálstúlki, geta hringt hvert sem er í gegnum fjartúlk 24/7 og mesti biðtíminn er 5 mínútur, horft á fréttir og þar meðtalið íþróttir og veður með táknmálstúlki. Ég get farið á námskeið EF það er laus túlkur eða fjármagn. Ætli ég og við sem tölum eina hefðbundna minnihlutamálið á Íslandi fáum tækifæri til þess að njóta jafnréttis á Íslandi einn góðan veðurdag? Það er hægt ef viljinn er fyrir hendi.

Virðingarfyllt  
Heiðdís Dögg Eiríksdóttir

## Pistill framkvæmdastjóra



Daði Hreinsson  
framkvæmdastjóri  
dadi@deaf.is

Gleðilegt árið og megi árið 2022 verða okkur líflegt með mörgum góðum samkomum og virku félagslífi, jákvæðum og gleðilegum uppákomum. Það er öllum mjög dýrmætt að vera í umhverfi þar sem þeir finna jákvæða straua, stuðning og hvatningu í kring sem hefur þau smitandi áhrif á mann sjálfan og svo áfram til fólks í kringum mann. Maður má ekki gleyma því að það er svo mikilvægt að maður gefi sjálfur af sér, vitandi það, eða vonandi að jákvæðnin berist áfram á milli fólks og dagurinn verði okkur öllum góður og ánægjulegur. Þessa hugleiðingu verður maður að hafa enn frekar í heiðri nú á tímum þegar covid ástandið hefur lamað eðlilegt líf í tvö ár og sumt fólk í kringum mann orðið frekar þungt á geði eða hefur gleymt jákvæðninni, allt eftir því sem fólk hefur upplifað á þessum tímum. Sumir hafa þurft að kveðja störf sín, aðrir hafa séð tækifæri í ástandinu

og þarna er mikilvægt að muna að það er mest undir þér sjálfri manneskjunni komið hvernig þú ætlar að takast á við nýja tíma og nýjar áskoranir. Með mér frá æsku hef ég haft það heilræði á bak við eyrað um að „hver er sinnar gæfu smiður“ og það er mitt mottó þegar maður tekst á við næsta verkefni lífsins. Með þessu mottói hvet ég aðra, sem lesa þennan pistil, til að takast á við lífið að það sé mest í þínum höndum að ákveða örlög þín. Ég er búinn að ákveða að takast á við þetta ár sem spennandi, krefjandi og skemmtilegt og vonandi næ ég að smita einhverja í kringum mig með jákvæðu hugafari og spennandi samstarfi – ertu með?

Kveðja,  
Daði Hreinsson framkvæmdastjóri



# Öruggara spjall

Í öruggu netspjalli á [islandsbanki.is](https://islandsbanki.is) getur þú auðkennt þig með rafrænum skilríkjum og sinnt öllum almennum bankaviðskiptum á einfaldan hátt.

**Góð þjónusta breytir öllu**





# WFD fundur í Abu Dhabi

— Höfundur og myndir Hjördís Anna Haraldsdóttir —

Síðasti stjórnarfundur hjá Alheimssamtökum heyrnarlausra (World Federation of The Deaf) var haldinn í Tilibís í Georgíu í nóvember 2019. Samkvæmt hefðum er fundað tvisvar á ári en þar sem heimsfaraldur skall á þá urðu fundir með öðruvísi sniði gegnum fjarfundabúnað í tölvu. Við funduðum oft og fundir voru haldnir í ZOOM-forritinu. Þar sem stjórnarmenn eru frá öllum heimsálfum, fyrir utan Suðurskautslandið, þá var snúið að finna fundartíma. Sumir þurftu vakna eldsnemma og aðrir vaka lengur fram yfir miðnætti.

Svo opnaðist smá gluggi í heimsfaraldrinum í haust 2021, þá var tilvalið að hafa staðfund. Döff félagið í Abu Dhabi voru gestgjafar dagana 8. - 13. nóvember. Sameinuðu Furstadæmin áttu einnig 50 ára sjálfstæðisafmæli sem var líka ástæðan fyrir gestrisni þeirra.

Ég hafði ekki reynslu af að ferðast á tímum heimsfaraldursins þar sem landamæri voru ströng vegna Covid reglna, skilyrði og kröfur voru margar og misjafnar eftir löndum. Mikil pappírsvinna og skráningar þurfti til þess að fá „grænt ljós“ til að komast til Abu Dhabi. Bólusetningarvottorð og ýmsar persónulegar upplýsingar þurfti að skrá fyrirfram til þess fá „grænt ljós“.

Daginn fyrir brottför fór ég í test og var kvíðin fyrir að greinast jákvæð. Mikill léttir var að vera neikvæð. Fyrst var flogið til Dublin og þar lenti ég í veseni og það var ævintýri að ná fluginu



Hjördís Anna stjórnarmaður WFD.

til Abu Dhabi. Ég lenti seinna en upphaflega stóð til. Allir sem komust á fundinn voru að snæða morgunverð þegar ég kom. Ég fór beint upp í herbergið með tösku og hafði 40 mínútur til að taka mig til fyrir fund, eftir 7 klukkustunda flugferð. Við fórum á miðstöð sem er blönduð endurhæfing, starfsþjálfun og þjónustu-miðstöð fyrir fólk með fötlun. Sá sem kom miðstöðinni á legg er af einni fursta fjölskyldunni. Við fengum flotta fundaraðstöðu þar og forstöðumaður kom og hitti okkur, smá athöfn var fest á filmu og svo myndataka. Eins gott að ég tók mig almennilega til, það var heitt og þurrt, um 30 gráðu hiti. Svo á næstu dögum var fundað þar sem hótelið var.



Falleg listaverk eru víða í Abu Dhabi.



Döff þátttakendur frá Mið-Austurlöndum klæddir í kandura.



Stjórn og starfsmenn WFD.

Samhliða fundum hjá WFD var líka svæðisfundur þar sem fulltrúar frá löndum eins og Kúveit, Katar, Sameinuðu Furstadæmunum, Jórdaníu, Palestínu og fleirum mættu. WFD stjórn aðstoðaði við framkvæmd kosningar nýrrar stjórnar Arabíska svæðisbandalagsins. Mitt hlutverk snerist um atkvæðaseðilinn og talningu atkvæða. Það sem stóð uppúr í ferðinni var menningarmunur milli þjóða, dagskráin var t.d. gerð fyrir bænastundir. Einnig var viss upplifun að sjá formlegan klæðnað þeirra sem koma frá Mið-Austurlöndum, sérstaklega frá Persaflóasvæðinu. Það eru hvítir kyrtlar (Kandura) með höfuðslá, það eru smáatriði í kyrtlunum sem sýna hvaðan þeir koma eins og lögum hálmálsins og höfuðklútar með ákveðnum mynstrum.

Það var upplifun að sjá fólkið hittast og tákna hluti sem ég skildi ekki. Arabíska er töluð í flestum löndunum en táknmálið er ólíkt milli landanna en samt gátu þeir talað saman með „alþjóðlegum táknum með arabísku ívafi“.

Síðan endaði vikan með málstofu þar sem WFD stjórnarmenn skiptumst á að kynna okkar starf og samstarf við svæðisstjórn. Við rýndum í upplýsingar um réttindi og sáttmála um rétt fólks

með fötlun og svo voru umræður út frá þeim. Konurnar voru bæði með slæðu yfir höfuð og blæju, sumar settu upp blæju bara þegar myndir voru teknar af þeim. Skemmtilegt móment var þegar ég skrapp inn í WC þá hitti ég konu sem var í sínu fínustu þússi, kjól, flottum skóm og hún var að klára að mála sig en síðan setti hún blæju yfir sig. Ég tók eftir að konurnar með blæjur voru í flottum skóm og hendurnar skreyttar með henna mynstri. Þrátt fyrir öðruvísi menningarheim var fólkið að kljást við nákvæmlega sömu hindranir alls staðar í heiminum. Sérstaklega varðandi aðgengismál, menntun, atvinnu og fleira í málefnum döff og táknaðsins.

Sú mynd sem ég hafði af Arabíu var lituð af umfjöllun og fréttum frá Mið-Austurlöndum en þau voru breytt þegar ég fór þaðan. Auðvitað var landslag, klæðnaður og matur öðruvísi en ekki fólkið. Þar hitti ég samherja í baráttunni í átt að tryggja að döff njóti mannréttinda jafnt á við aðra og brjóta niður hindranir í samfélaginu með því að viðurkenna táknað og bæta aðgengi að menntun, þjónustu og atvinnu svo döff geti notið mannsæmandi lífskjara jafnt við aðra samlanda sína.



# Táknmálstúlkaðir menningarviðburður á COVID-tímum

— Höfundur: Þórður Örn Kristjánsson. Myndir: Lilja Kristín Magnúsdóttir, Ívar Eypórsson og Þjóðleikhúsið —

*Táknmálstúlkun á sviðslistum er alltaf að aukast hér á landi sem og annars staðar. Bæði eru leikverk og söngur túlkaður yfir á táknmál svo döff geti notið jafnt á við heyrandi. Því miður hefur covid19 faraldurinn farið illa með menningarlíf Íslendinga síðasta árið og margar sýningar fallið niður. Okkur í Döffblaðinu langaði að heyra í Hröðum höndum hvernig árið hefur verið og hvernig nýtt ár leggst í þau. Adda Rut svaraði því nokkrum spurningum fyrir okkur.*

**Hefur þetta ár ekki verið mikil rússíbanareið þegar kemur að sviðstúlkun hjá ykkur í Hröðum höndum?**

Jú það má nú segja það, - en við getum líka horft á þetta með jákvæðum augum og sagt að síðustu tvö ár hafi verið mest spennandi tímabil í sögu Hraðra handa, sem leikhús- og listviðburðatúlka!

**Alltaf gott að horfa á björtu hliðarnar! Hversu mikil áhrif hefur COVID19 faraldurinn haft á ykkar vinnu þetta árið?**

Að öllu gríni slepptu, þá hefur ekki bara verið erfitt að festa tíma til að framkvæma verkefni sem urðu fyrir valinu í ár, heldur hafa samkomubönn og takmarkanir gert það að verkum að dagsetningar hafa verið færðar til ansi oft. Svo ég tali nú ekki um sóttkví og einangrun.... ef það eru ekki túlkar í sóttkví, þá eru það leikarar, eða leikstjórar, söngvarar og hljómsveitastjórar....





En þetta er búinn að vera raunveruleiki fólks um allan heim, svo við erum auðvitað alls ekki ein um að fást við þetta. Það er því ekkert hægt að gera annað en taka þessu með æðruleysi. Einn dag í einu, eitt verkefni í senn. Með gleði og þakklæti í hjarta yfir því að geta alla vega boðið upp á aðgengi döff að listviðburðum, þrátt fyrir ástandið. Og við höfum líka verið einstaklega lánsamar í Hröðum höndum að fá mikinn meðbyr innan listaheimsins og ekki síst styrkjaumhverfisins, einmitt á þessum erfiðu faraldurstímum. Þar er marga ára þrotlaus vinna og barátta farin að skila sér ríkulega.

**Hvað hafið þið getað túlkað mörg verk/sýningar af þeim sem þið ætluðuð upphaflega?**

Það hefur ekkert verið fellt niður ennþá, sem betur fer. En það hefur verið mikið um frestanir. Flestar sýningarnar sem við erum með á dagskránni núna, eða kláruðum í haust, áttu upphaflega að vera sýndar síðasta vor, en sumar þeirra hafa ekki verið sýndar ennþá. Við höfum mætt svo frábæru viðmóti í Þjóðleikhúsinu undanfarið og erum komin í mjög flott samstarf við það góða listafólk. Dagskráin sem við völdum saman er fjölbreytt og skemmtileg, fyrir alla aldurshópa og við erum einnig að gera ýmsar tilraunir varðandi aðgengi og túlkun, sem er bæði spennandi og jákvætt. Því ólíkar aðferðir í aðgengi henta ólíku fólki og það er alltaf markmiðið að reyna að hafa eitthvað fyrir alla - eða alla vega sem flesta og viðhafa alltaf fagleg vinnubrögð í öllum okkar verkum. Og það er líka nauðsynlegt að gera tilraunir til að geta vaxið. Við verðum að þora að prófa okkur áfram, vera hugrökk og gera jafnvel mistök - því við lærum ekki bara af þeim, heldur geta tilraunirnar orðið til þess að við uppgötvum eitthvað stórkostlegt!

Við erum búin að túlka eina sýningu í Þjóðleikhúsinu nú þegar, *Út að borða með Ester*, en þá prófuðum við að hafa annan túlkinn döff - hann Arnar Ægisson. Svo vorum við með stuðningstúlk, Lilju Kristínu Magnúsdóttur, sem var ekki á sviðinu. Þetta var nokkuð flókið í framkvæmd, en virkilega skemmtileg tilraun, Arnar stóð sig eins og sönn leikhússtjarna og fólk var almennt mjög ánægt með útkomuna. Rétt fyrir jólin túlkuðum við svo jólatónleika Heru Bjarkar; Ilmur af jólum. Það var dásamleg stund og gaman að segja frá því að það er strax búið að bóka okkur til að táknmálstúlka jólatónleikana hennar Heru fyrir næstu jóll!

**Eigum við von á fleiri sviðslistatúlkunum af ykkar höndum þegar faraldurinn eða sóttvarnarreglur leyfa?**

Já ég ætla rétt að vona það - það alla vega stendur ennþá til að hafa aðgengi að *Kardemommubænum* og ég er á fullu að undirbúa túlkun á *Góðan daginn faggi*, þó að þeirri sýningu hafi líka verið frestað um óákveðinn tíma. Báðar þessar sýningar verða sýndar í Þjóðleikhúsinu.



Aðgengi að *Kardemommubænum* verður þannig hátað að ég hitti döff áhorfendur nokkrum dögum fyrir sýninguna og fer yfir sögu verksins og persónur, sýni myndir úr sýningunni og syng nokkur lög úr sýningunni á táknmáli. Á sýningardaginn fá svo þessir áhorfendur að kíkja með mér á sviðið, hitta nokkra af persónum verksins og skoða leikmyndina, áður en sýningin hefst. Svo horfa allir á sýninguna, án þess að það sé túlkur á sviðinu, en ég verð úti sal, þar sem döff áhorfendur geta séð mig og ég mun



hraðtúlka verkið. Sem sagt ekki á sama hátt og fólk er vant að sjá hjá Hröðum höndum, þar sem við bregðum okkur í hlutverk og jafnvel búninga, eins og við leggjum venjulega áherslu á í okkar verkefnum.

Það eru tvær meginástæður fyrir því að við förum þess leið núna. Annars vegar sú að *Kardemommubærinn* er mikið „show“, - mikið sjónarspil fyrir áhorfendur og margt að fylgjast með. Það er því afar erfitt að koma túlki inn á sviðið, í góðri sjónlínu fyrir döff áhorfendur, án þess að spilla fyrir heildarmynd sýningarinnar. Slík framkvæmd væri alls ekki ómöguleg, en hún er kostnaðarsöm og krefst mikilla æfinga með öllum leikurum og leikstjóra og því miður var ekki nægt fjármagn eða ákjósanlegar aðstæður til að fara í þær framkvæmdir í þetta sinn. Við völdum að hafa aðgengi að fleiri sýningum í ár, hafa fjölbreytta dagskrá, svo að fólk geti valið úr og fara þar af leiðandi ólíkar leiðir í nálgun og túlkun.



*Góðan daginn faggi* er sjálfs-ævisögulegur söngleikur, um skömm, mennsku og drauminn um að tilheyra. Þetta er ótrúlega mögnuð og mikilvæg sýning fyrir alla - ekki síst fólk sem upplifir sig stundum utanveltu eða öðruvísi. Þetta er sem sagt söngleikur með einum leikara og fer í gegnum allan tilfinningaskalann, gleði, sorg, áföll, stuð, grín og alvöru í gegnum einlægt spjall, leik, tónlist og dans. *Góðan daginn faggi* verður skuggatúlkuð og er sýning sem enginn ætti að missa af. Hún verður sýnd í Þjóðleikhúskjallaranum, þar sem andrúmsloftið er afslappað og auðvelt að njóta saman í góðra vina hópi.

#### Geturðu sagt okkur hvað er að fréttu af O.N. sviðslistahópi?

Já, ég, Sigga Vala og Darri, sem er heyrandi leikari og vinur okkar, stofnuðum þennan nýja leikhóp fyrir bráðum tveimur árum en O.N. stendur fyrir Omnibus Nobis sem er latína og þýðir „Við öll“. Markmið hópsins er að stuðla að því að gera íslensku táknmáli hátt undir höfði innan sviðslista og efla hlut málfara táknmálsins í

framkvæmd listviðburða, með beinni þátttöku þeirra í verkefnum og verkefnavali hópsins.

Hópurinn setur því upp tvítyngdar sýningar, sem eru jafnaðgengi- legar fyrir þá sem hafa annars vegar íslenskt raddmál og hins vegar íslenskt táknmál að móðurmáli og er samsettur af döff og heyrandi listafólki. Hópurinn mun gera tilraunir með miðlun tungumálsins og rannsaka hvernig við getum skilið betur ólíka menningarheima hvert annars og fegurðina sem í þeim er fólgin, með því að skoða hvað er sameiginlegt með þeim, en ekki bara hvað skilur þá að.

Við fengum styrk frá Sviðslistaráði og Listamannalaun fyrir hópinn og erum að fara að setja upp leiksyningu í Þjóðleikhúsinu í haust. Sýningin heitir *Eyja* og er skrifuð af mér og Sóleyju Ómarsdóttur og leikstýrt af Andreu Elínu Vilhjálmssdóttur, en Hjördís Anna Haraldsdóttir er listrænni stjórnandi sýningarinnar. Margt fleira listafólk kemur að sköpun *Eyju*, bæði döff og heyrandi, en leiksyningin *Eyja* markar ákveðin tímamót þar sem hún er fyrsta leiksyningin sinnar tegundar í Þjóðleikhúsinu. Við höfum verið að vinna að þróun verksins í Þjóðleikhúsinu í vetur og munum einnig standa fyrir viðburðaröð, þar sem menning og listir döff og íslenska táknmálið spila stærsta hlutverkið. Svo það eru ótrúlega spennandi og mikilvægir hlutir að gerast í Þjóðleikhúsinu þessa dagana,

#### Er eitthvað sem þið viljið koma á framfæri til döff samfélagsins?

Bara það sama og áður - innilegar þakkir til ykkar sem hafið mætt á táknmalstúlkaða viðburði á vegum Hraðra handa, það er út af ykkur sem við getum haldið áfram að bjóða upp á aðgengi að listviðburðum. Haldið áfram að mæta og njóta listarinnar, með vinum og fjölskyldum ykkar. Það er svo óendanlega gott fyrir sálina!

Svo vil ég hvetja ykkur öll til að hafa samband við okkur á [hradarhendur@gmail.com](mailto:hradarhendur@gmail.com) ef þið hafið einhverjar hugmyndir sem þið viljið koma á framfæri eða sérstakar óskir varðandi leikhús- eða tónleikaverkefni. Við viljum auðvitað reyna að koma til móts við óskir þeirra sem nýta sér aðgengi á táknmáli að listviðburðum, ef fjármagn leyfir. En ég minni á að fjármagn til að túlka leiksyningar er aldrei tryggt, heldur eru verkefni framkvæmd á styrkjum sem við sækjum um hingað og þangað á hverju einasta ári, öðruvísi væri ekki hægt að gera þetta. Svo hvet ég líka alla til að fylgjast með dagskránni hjá Þjóðleikhúsinu bæði í vor og næsta haust - þar má nú þegar sjá kunnugleg andlit úr döff samfélaginu og ýmislegt spennandi að gerast þar!

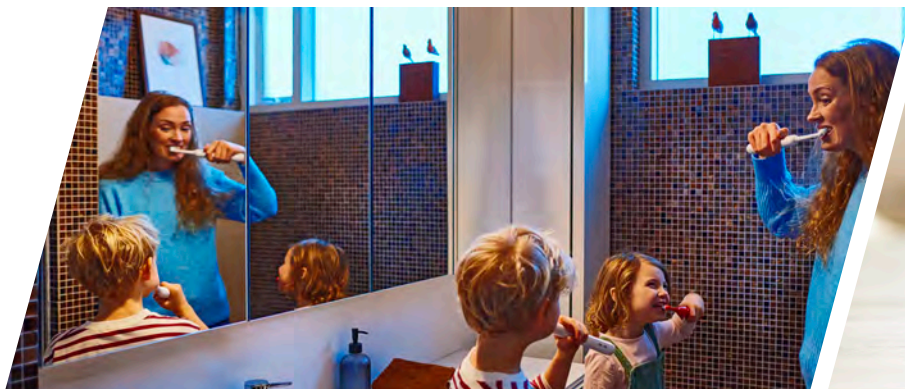
Það eru greinilega skemmtilegir tímar framundan fyrir okkur döff og hlökkum við til þessa árs. Við hvetjum einnig lesendur, jafnt döff sem aðra, til að mæta á sem flestar sýningar og njóta listviðburða sem næra sálina og gleðja geðið.



# ÓDÝRASTA RAFMAGNIÐ

FYRIR HEIMILIÐ

ENNEM / SIA / INN-008780



**Skiptu núna. Það borgar sig strax.**

N1 selur nú ódýrasta rafmagnið til heimila á Íslandi.\* Það er ekkert mál að skipta og spara sem nemur allt að heilu mánuðunum á hverju ári. Kláraðu málið á n1rafmagn.is og byrjaðu strax að spara!

440 1000 N1rafmagn.is



RAFMAGN

\*Heimild: Aurbjörg.is



# Fundur íþróttasambands Norðurlanda í Kaupmannahöfn

— Höfundar og myndir: Böðvar Már Böðvarsson og Jóel Eiður Einarsson —

Böðvar Már Böðvarsson og Jóel Eiður Einarsson eru vinir sem æfa saman keilu hjá Íþróttafélagi heyrnarlausra. Jóel hefur æft frá árinu 2010 en Böðvar byrjaði árið 2012. Alls æfa 8 einstaklingar keilu að staðaldri hjá félaginu en það er eina íþróttin sem er virk innan ÍFH eins og er. Lítið hefur verið um æfingar og keppni síðasta árið vegna covid19 en vonandi verður nú breyting þar á. Þeir félagar fóru á fund Íþróttafélaga Norðurlanda sem haldinn var í Kaupmannahöfn í Danmörku haustið 2021 og skrifuðu þeir ferðasögu sem hér birtist.

Við vorum komnir út á flugvöll kl. 05:30 og fórum beint inn, þurftum ekki að bíða í röð þar sem við vorum búnir að tékka okkur inn. Flugði sjálfst var kl. 07:50 og vorum við komnir til Köben um kl. 12:00 og allt gekk vel út úr flugstöð.

Það var 15 mín. ganga á hótelið sem var bara rétt hjá og nýtt, eða eins árs, og vorum við komnir þangað um kl. 13:00. Hótelið hét Scandic Copenhagen. Við fengum tvö herbergi en ekki eitt, þetta er vegna sóttvarnareglna hjá þeim og ég, Böðvar, fékk herbergi á 8. hæð en Jóel fékk herbergi á 5. hæð. Þegar við vorum búnir að koma okkur fyrir þá var skroppið aðeins í bæinn sem tók 10 mínútur og við vorum komnir til baka um kl. 17:00 og þá fengum við okkur léttu máltíð og hittum Danina tvo á hótelinu.

Um kvöldið kl. 21:00 hittum við hitt fólkið sem var frá Danmörku, Noregi, Finnlandi og Eistlandi en Svíar og Lettar voru ekki komnir og Litháarnir komu ekki. Danmörk, sem var gestgjafi, bauð öllum bjór á barnum og vorum við þar til kl. 23:00 en síðan var farið í háttinn.

Morgunmat var kl. 07:00 en við vorum mættir í morgunmat kl. 07:30 og þegar búið var að fá sér morgunmat fórum við á fundinn sem byrjaði kl. 09:00. Þar voru mættir tveir Danir, tveir Finnar, tveir Norðmenn, einn Sví, einn Letti og einn frá Eistlandi og svo við Jóel tveir frá Íslandi sem sagt 11 manns á fundinum.



Fundargestir að störfum.

Fundurinn fjallaði um stöðu íþróttahjálmsfélagsins á Norðurlöndum og var mikið rætt um stöðu döfð innan ICSD. Það kom okkur á óvart hve mikil fækkun hefur orðið á iðkendum döfð á Norðurlöndunum. Margir döfð eru byrjaðir að æfa núna frísbíggj (FOLF) og rafíþróttir í stað venjulegra íþróttahjálms. Fundurinn var búinn kl. 15:00 eða fyrr enda gekk allt mjög vel og þá var farið í góða göngu sem tók einn og hálfan tíma sem var bara mjög gott eftir langan fund.

Kvöldmat var haldinn kl. 18:00 og borðuðum við á veitingastað á hótelinu og vorum við þar til kl. 21:00. Þá var farið á efstu hæð á barinn og síðan vorum við farnir í háttinn kl. 24:00. Við fengum okkur morgunmat kl. 09:00 og þegar við vorum búnir að fá okkur morgunmat var farið upp í herbergið og náð í töskurnar okkar og lagt af stað út á flugvöll. Við áttum flug kl. 14:00 og vorum komnir til Íslands kl. 15:30 eftir góða ferð.

---

# Samskipti á vinnustað ganga ekki alltaf smurt fyrir sig

---

Virkjum góð samskipti.  
Kynntu þér góð ráð á [velvirk.is](http://velvirk.is)





Hallbjörn ásamt skipfélaga sínum á bátunum Arnari HU1.



Frystitogarinn Arnar HU1 sem gerður er út frá Skagaströnd.

# Hallbjörn Freyr – Á láði og legi

— Höfundur: Þórður Örn Kristjánsson. Myndir: Hallbjörn Freyr Ómarsson. —

Hallbjörn Freyr Ómarsson er ungur döff maður sem býr í Keflavík þar sem hann er með bílaverkstæði. Á verkstæðinu lagar hann ryðskemmdir, sandblæs og sprautar bíla svo þeir verði sem nýir útlits. Hallbjörn hefur komið víða við og marga fjöruna sopið þar sem hann bjó á Skagaströnd og var lengi á sjó áður en hann settist að í Keflavík. Okkur í Döffblaðinu langaði að heyra meira um Hallbjörn, hvernig var að vera döff sjómaður og hvað hann hefur verið að gera síðan hann kom alfarið í land.



Feðgarnir Hallbjörn og Kristján Freyr á góðri stundu.

## Ert þú ættaður af Skagaströnd Hallbjörn?

Móðir mín er ættuð af Skagaströnd en pabbi úr Reykjavík. Ég fæddist og ólst upp í Reykjavík en foreldrar mínir fluttu árið 1998 á Skagaströnd og þá bjó ég hjá stuðningsfjölskyldu í Reykjavík árin 1998-2001. Móðir mín flutti svo aftur til Reykjavíkur og ég bjó með henni 2001-2002 svo ég gæti klárað 10. bekk.

## Hvað gerðir þú eftir 10. bekk?

Eftir 10. bekk þá flutti ég norður og byrjaði að vinna við að sjá um ruslið á Skagaströndinni. Ég fór svo að vinna aðeins hjá SS þegar ég var 18 ára gamall en það var voðalega stutt. Þegar ég var 19 ára gamall

þá ákvað ég að flytja aftur suður til Reykjavíkur og fékk íbúð hjá Brynjuhúsi og fór að vinna hjá Eimskip. Ég ákvað þá að nýta tímann og skræði mig í Sjómannaskólan til að öðlast réttindi til að vinna úti á sjó. Ég fékk skirteinið mitt þegar ég var 20 ára og ákvað þá að flytja aftur norður og þá byrjaði ég loksins að vinna úti á sjó.

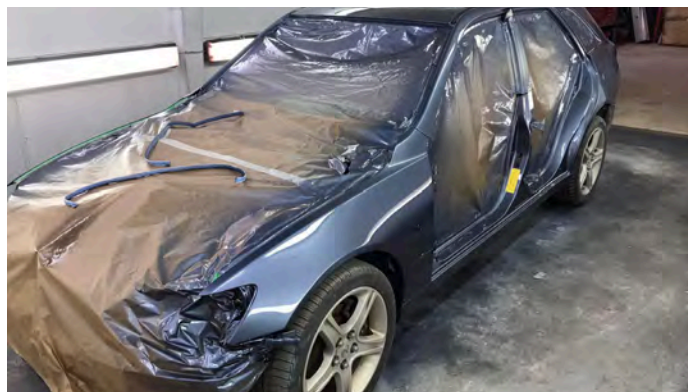
## Á hvaða bát varst þú og hversu lengi? Er ekki erfitt vera döff sjómaður?

Báturinn sem ég var á heitir Arnar HU1 og var vel búinn frystitogari. Ég vann úti á sjó alveg í 12 ár en sagði svo upp árið 2018. Það var bæði gott og erfitt að vinna sem döff sjómaður. Ef við horfum á það

peningalega þá var það mjög gott að fá ágætislaun en það var samt erfitt að vera döff sjómaður því ég gat ekki mikið talað við liðið úti á sjó. Ég var miklu meira að tala svona „bendingatáknmál“ og allt svona einfalt. Ég saknaði þess oft að geta talað við einhvern sem var reiprennandi í táknmáli. Þannig að það voru bæði kostir og gallar að vinna sem döff sjómaður.

## Þú ert þekktur bílaáhugamaður sem þú ert þekktur bílaáhugamaður sem hefur átt marga bíla um ævina. Hvenær kviknaði bílaáhugi þinn? Er mikill bílaáhugi í fjölskyldunni?

Móðir mín hefur sagt mér að ég var 2 ára þegar ég byrjaði að hafa áhuga á bílum. Það var þannig að faðir minn hafði flutt inn bíl frá USA um 1988 og það var Ford 1957 árgerð. Ég var svo áhugasamur að ég byrjaði þá að fylgjast með pabba að gera við bíla og hef ekki hætt síðan. Faðir minn ber ábyrgð á því að ég er bílafíkill. Faðir minn byrjaði snemma að hafa áhuga á að gera við bíla en hann smitaðist af bílafíkn þegar frændi hans kynnti fyrir honum bíla. Pabbi byrjaði ungur að gera við bíla og á þessum tíma þá var ekkert um réttindi eða neitt slíkt og allir gátu unnið við að gera við bíla. Þannig að ég fékk þetta frá föður mínum.



Bilaviðgerðir og sprautun.

*Það er alvöru „muscle-car“ eða vöðvabíll á íslensku. Svaka flottur amerískur dreki með miklum krafti, rúmlega 400 hestöfl!! Þú værir snöggur í heimsókn til Skagafjarðar á honum. Eitthvað að lokum fyrir lesendur?*

Bara allir velkomnir að leita til mín ef ykkur vantar ráð með bílinn ykkar.

*Við hvetjum lesendur til að hafa samband við Hallbjörn ef þeir eru í bílavandræðum, hann er hafsjór af fróðleik. Þess má geta að Hallbjörn á 13 ára gamlan son, Kristján Frey sem hefur einnig smitast af bílaáhuga föður síns.*



Bilaviðgerðir og sprautun.



Draumabíllinn, Dodge charger 1969 Daytona.

***Pú ert að vinna við bílasprautun ekki rétt?***

Jú það er rétt. Ég er að vinna við bílasprautun og einnig við stálsmíði, ég laga ryðbletti og set nýtt stál í staðinn fyrir það sem er skemmt. Ég er ekki menntaður bílasprautari heldur meira sjálfærður bílasprautari. Ég vann samt tímabundið á verkstæði sem sá um bílasprautun, þannig að ég fékk góðan grunn þar sem hefur hjálpað mér mikið. Síðan þekki ég marga sem eru bílasprautarar og er duglegur að spyrjast fyrir þegar mig vantar ráðgjöf.

***Nú rekur þú þitt eigið verkstæði, hvar er það og er nóg að gera í þeim bransa?***

Verkstæðið mitt er í Keflavík og það er alveg nóg að gera. Ég er frekar að kvarta yfir að það sé of mikið að gera en of lítið.

***Það er svokallað „lúxus-vandamá“ að hafa of mikið að gera! Hvað heldurðu að þú hafir átt marga bíla um ævina Hallbjörn?***

Ég man ekki alveg nákvæmlega hvað ég hef átt marga bíla en allavega yfir 30. Ég á ekki uppáhaldsbíl því ég hef skipt svo oft um bíla.

***En áttu þér einhverna draumabíl ef þú mættir eiga einn?***

Það eru svo margir bílar sem mig langar að eiga en ef ég á að velja einn þá myndi ég segja Dodge charger 1969 daytona.



# Degi döff fagnað með hamborgaraveislu

*Gastro truck sá um veitingar.*

Alþjóðavika döff, þar sem horft er til réttindabaráttu og aðgengismála, er haldinn í lok september ár hvert en alþjóðadagur táknaðsins er 23. september. Hvert Norðurlandanna á þó sinn eigin dag innan vikunnar og Dagur döff á Íslandi er þann 21. september. Félag heyrnarlausra bauð félagsmönnum og

fjölskyldum á menningarkvöld í Þverholtið föstudaginn 24. september. Gastro Truck sá um að grilla hamborga fyrir gesti og ÍFH sá um bjórkvöld ásamt því að sýna gamalt myndefni á skjávarpa um sögu döff. Góð mæting var hjá félagsmönnum og allir áttu góðan dag saman.



*Góð mæting var hjá félagsmönnum og allir skemmtu sér vel.*



# Rausnarleg gjöf til Félags heyrnarlausra

Hjónin Bryndís Guðmundsdóttir og Árni Sigfússon komu færandi hendi til Félags heyrnarlausra og færðu félaginu að gjöf 600 svuntur og poka merktu verkefninu *Lærum og leikum með hljóðin*.

Verkefnið er skrifað af Bryndísi sjálfri sem er talmeinafræðingur og málefnið því vel kunnug. Bryndís er dóttir Hervarar Guðjónsdóttur sem var fyrrum formaður Félags heyrnarlausra og er gjöfin gefin í minningu hennar, en Hervör lést á síðasta ári.

Besta gjöf handa ungu barni sem er að hefja máltökuna er tími og góð málörvun sem verður auðveldari með vönduðu efni *Lærum og leikum með hljóðin* þar sem leiðsögn talmeinafræðings er fylgt í hverju skrefi.

Mörg börn sem eiga í erfiðleikum með að segja íslensku málljóðin ná markverðum árangri með efninu okkar, læra framburð hljóðanna og styðja hljóðavitund í átt að læsi um leið og þau bæta í orðaforða sinn og málfærni.

Félagið mun selja pokana og svunturnar gegn vægu gjaldi og munu tekjur af þeim renna til frekari eflingu íslenska táknmálsins út í leikskóla en Félag heyrnarlausra hefur nú þegar gefið öllum leikskólum landsins plakat með íslenska táknmálsstafrófinu.

Félagið þakkar þeim Bryndísi og Árna kærlega fyrir þessa rausnarlegu gjöf en myndin var tekin þegar þau heimsóttu okkur með gjafirnar þann 13. október.



Hjónin Árni Sigfússon og Bryndís Guðmundsdóttir komu færandi hendi.

## Tilkynninga- og fréttahornið

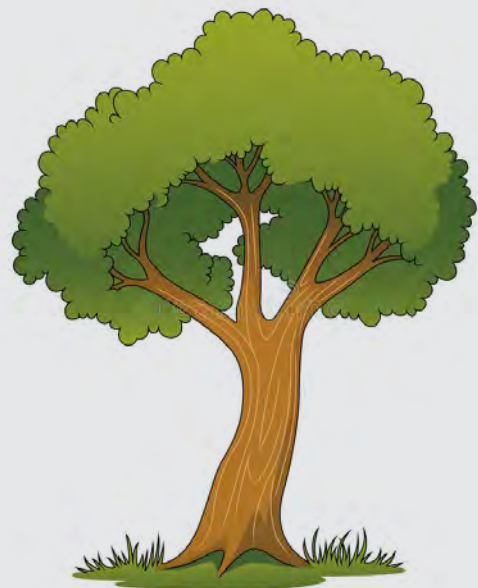
Við minnum á að þeir sem hafa hugmyndir að skemmtilegum viðburðum fyrir döfssamfélagið hafi samband við skrifstofu deaf@deaf.is. Viðburðastjórar fá þóknun fyrir sitt starf.

Félag heyrnarlausra hefur starfandi lögfræðing, Karólínu Einarsdóttur hjá Foss lögmönnum. Ef félagsmenn þurfa lögfræðiaðstoð er þeim bent á að hafa samband við skrifstofu.

Þann 22. - 30. júlí verður norræn menningarhátíð döf haldin í Stavanger í Noregi. Við hvetjum áhugasama til að hafa samband við skrifstofu og fá upplýsingar þegar nær dregur. Næsta menningarhátíð verður haldin á Íslandi árið 2026.

Alþjóðavika döf verður haldin hátíðleg 22. - 29. september. Meira um það á heimasíðu félagsins í haust.

Stórbruni varð í Heiðmörk síðsumars og brann m.a. hluti af Táknmálslundinum. Stefnt er að því að fara í gróðursetningarferð með félagsmönnum í vor og reyna að bæta tjónið.



# Gunnar Snær Jónsson – Að læra og lifa í Noregi

— Höfundur: Þórður Örn Kristjánsson. Myndir: Gunnar Snær Jónsson —

Á síðustu árum hafa nokkrir döff flutt til bæði Danmerkur og Noregs til að mennta sig og vinna. Gunnar Snær Jónsson er ungur döff maður sem fæddist í Reykjavík 1989 en valdi að flytja til Noregs á fullorðinsaldri þar sem döff samfélagið er stærra og fleiri tækifæri til vinnu en á Íslandi. Döffblaðið bað Gunnar að svara nokkrum spurningum um líf hans í Noregi og hver munurinn sé á að búa þar eða á Íslandi.

## Hvernig var þín skólaganga á Íslandi Gunnar?

Ég gekk í Heyrnleysingjaskólann sem þá var kallaður Vesturhlíðarskóli. Þegar ég var í unglingadeild var Vesturhlíðarskóli lagður niður, þar sem nemendurnir voru svo fáir, og við fluttumst þá yfir í Hlíðaskóla til aðlögunar með heyrandi nemendum. Þannig kláraði ég grunnskólapróf í Hlíðaskóla og kaus að halda áfram námi í framhaldsskóla og valdi náttúrufræðibraut í Menntaskólanum við Hamrahlíð (MH) á fyrsta ári. Í gegnum skólagönguna skipti ég um nokkrar brautir, prufaði málbraut og svo félagsfræðibraut því náttúrufræðibraut hentaði mér ekki. Það var skemmtileg upplifun að prófa alls konar fög og fá smakk af hver þeirra pössuðu mér best. Að lokum útskrifaðist ég með stúdentspróf af félagsfræðibraut.

## Hvenær fluttir þú til Norges og hversvegna?

Árið 2011 ákvað ég að flytja til Oslóar eftir námslok í MH því mig hafði alltaf langað að flytja til annarra landa en vissi ekki upphaflega í hvaða landi ég vildi prufa að búa. Áður en ég flutti til Noregs hafði ég séð fyrir mér að búa í Kaupmannahöfn eða öðrum stað á Norðurlöndum en enginn þeirra vakti hjá mér áhuga þar til ég heimsótti Osló í fyrsta skipti. Fólkið úti er frábært og vingjarnlegt og mér var vel tekið. Ég var fljótur að komast inn í



Á kaffihúsi í Osló.

vinahóp svo ákvað ég að flytja þangað vorið 2011 og bjó þar tæpt ár til að sjá hvort landið væri eitthvað fyrir mig. Að lokum valdi ég að flytja aftur heim til að læra þroskapjálfafræði við Háskóla Íslands en svo breyttist það því ég valdi að klára ekki háskólanámið. Ég ætlaði að flytja aftur til Noregs því mér fannst Noregur vera heimilið mitt. Það frestaðist því miður lengur en ég reiknaði með. Þegar ég sótti um háskólanám í Osló og fékk námspláss ákvað ég að það væri tímabært að snúa aftur til Noregs.

## Í hvaða skóla gekkstu í Noregi og hvað heitir námið sem þú kláraðir?

Háskólinn sem ég gekk í Osló heitir Oslo

Metropolitan Universitet og námið sem ég sótti um er norskt táknafræði og túlkafræði með bachelorgráðu.



Gunnar að skoða næturlífið í Noregi.

### Um hvað fjallar námið?

Námið fjallar um norskt táknmál og túlkafraeði, þar sem við nemendur fáum möguleika á að læra norskt táknmál frá grunni með kynningu á döff menningu, sögu, tungumáli og fleira. Á öðru ári voru nemendur komnir með grunnkunnáttu í norsku táknmáli og lærðum við túlkun sem við áttum að þjálfa með þýðingu á milli norsku og norsks táknmáls.

### Ætlar þú að mennta þig meira eða byrja að vinna?

Í byrjun hugsaði ég um að halda áfram með rannsókn í táknmálsfræði fyrir mastersgráðu en ég missti hvatninguna að halda áfram eftir að hafa stundað þriðja árið í gegnum stafræna kennslu út af corona-tímabilinu. Þannig séð liggur þetta í bið í skúffunni þar til ég er tilbúinn að taka námið einn daginn. Eftir útskrift var planið að vinna sem döff táknmálstúlkur hjá túlkapjónustu í Osló en eftir að hafa fengið nokkur atvinnutilboð hjá nokkrum stöðum ákváð ég að vinna sem lýðháskólakennari hjá lýðháskóla í Ál eða Ál Folkehøyskole og vinna sem döff táknmálstúlkur sem verktaki hjá NAV túlkapjónustu í Osló.

### Ertu sem sagt byrjaður að vinna sem lýðháskólakennari? Hvernig gengur það? Hvað ertu að kenna?

Já, ég byrjaði að vinna í ágúst 2021 sem kennari á táknmálsbraut fyrir döff. Tilgangur námsbrautarinnar er að kenna nemendum dýpra og nánar um norskt táknmál, menningu döff, sögu döff úti í heimi og margt fleira. Markmiðið er að gefa þeim innblástur í döff heimi og styrkja döff sjálfsmynd. Einnig er ég að kenna mismunandi fög í valfagi. Starfið er ótrúlega spennandi en ábyrgðarfullt. Það gengur rosalega vel og það er mjög sérstök upplifun að vinna á vinnustað þar sem allir nota norskt táknmál allan sólarhringinn sem er tækifæri sem maður fær ekki hvenær sem er. Það er svo dásamlegt að fylgjast með nemendum blómstra og sjá hversu mikið þeir hafa lært og þroskast á stuttum tíma, þökk sé skólanum.

### Heldur þú að það sé auðveldara fyrir döff að fá vinnu sem hentar þeim í Noregi heldur en á Íslandi?

Það getur verið erfitt fyrir þá að sækja um vinnu þegar þeir koma frá öðru landi og án menntunar sérstaklega ef þeir kunna ekki



Á gönguskiðum með samstarfsfélögum sínum.



Gönguskiði eru vinsælt sport í Noregi.



Holl og góð útívera.

norsku. Fyrir flesta er þó létt að fá vinnu við almenn störf eins og í matvörubúð eða á öðrum stað sem krefst ekki menntunar. Í mínum augum er ekki létt að svara spurningunni því að hver einstaklingur fær

mismunandi upplifun í nýju landi. Fyrir mig upplifði ég mjög litla hindrun við starfsleit á meðan það getur reynst erfitt fyrir aðra.

### Ætlar þú að búa alfarið í Noregi eða flytja aftur til Íslands?

Mér líður dásamlega vel í Noregi og get séð fyrir mér að búa hér alfarið en Ísland liggur alltaf í hjarta mér því ég er og verð alltaf Íslendingur.

### Saknar þú einhvers sérstaklega frá Íslandi eftir að þú fluttir til Noregs?

Já, ég sakna vina og fjöskyldu sem búa á Íslandi og sérstaklega íslensks matar! Vissirðu að í Noregi selja þau Draum og Rís nammi?

### Nei það vissi ég ekki, munar öllu að geta keypt gott íslenskt nammi!!

Já ég kaupi það stundum til að fá nostalgíska tilfinningu af Íslandi. Einnig sakna ég þess að fara oft í sund því það er ekki svo algengt að fara í sund hér í Noregi nema úti í sjó yfir sumarið. En það er algengt að fara í göngutúr eða fjallgöngu frá vori fram á haust í Noregi svo á gönguskiði eða skíði yfir veturinn. Ég hef nú vanið mig á að fara í göngutúr í staðinn fyrir sund. Þegar ég kem í heimsókn til Íslands er það engin spurning að skella sér í sund og fá sér íslenskan ís.

### Er mikill munur fyrir döff að búa í Noregi miðað við á Íslandi? Kostir/gallar?

Já, það er reyndar svakalega mikill munur fyrir döff að búa í Noregi miðað við á Íslandi. Aðalástæðan er stærra döffsamfélag hér í Noregi. Það búa rúmlega 5000 döff hér sem gefur mann stærri möguleika að kynnst nýju fólki og eignast vini. Einnig eru fleira tilboð fyrir döff í Noregi miðað við á Íslandi.

### Er mikill munur fyrir döff að búa í Noregi miðað við á Íslandi? Kostir og gallar?

Já, það er reyndar svakalega mikill munur fyrir döff að búa í Noregi miðað við á Íslandi. Aðalástæðan er stærra döffsamfélag hér í Noregi. Það búa rúmlega 5000 döff hér sem gefur mann meiri möguleika á að kynnst nýju fólki og eignast vini. Einnig eru fleiri tilboð fyrir döff í Noregi miðað við á Íslandi.

Það eru góð lokaorð. Döff geta allt sem þeir vilja, það þarf bara að elta draumana og láta ekkert stoppa sig. Takk kærlega fyrir spjallið Gunnar, það verður gaman að fylgjast með þér og fá fréttir frá Noregi.



# Barnalán á Völlunum

— Höfundur: Þórður Örn Kristjánsson. Myndir: Kolbrún Völkudóttir og Sinfóniuhljómsveit Íslands —

Kolbrún Völkudóttir eða Kolla eins og hún er kölluð er fjögurra barna móðir sem býr á Völlunum í Hafnarfirði. Margir þekka Kollu sem Tinnu táknmálsálf í Stundinni okkar á RÚV en samnefndur þáttur var sýndur við góðar undirtektir fyrir nokkrum árum. Kolla hefur einnig verið áberandi sem táknmálssöngkona á tónleikum og listviðburðum gegnum tíðina. Döfblaðið vildi heyra í Kollu hvernig meðgangan og fæðingin gekk en Kolla valdi að fæða yngsta barnið heima hjá sér með sínum nánustu.

**Nú áttu fjögur börn Kolla, hvað heita þau og hversu gömul eru þau orðin?**

Börnin heita Viktoría Björt sem er 17 ára, Salka María 5 ára, Kári 2 ára og yngsta barnið er 8 vikna stúlka sem er ekki ennþá komin með nafn.

**Þetta er mikið barnalán. Ætlaðir þú alltaf að eignast stóra fjölskyldu?**

Já mig hefur alltaf dreymt um að eignast mörg börn.

**Hvernig gekk síðasta meðgangan?**

Ég hef í öllum meðgöngum verið hryllilega lasin í byrjun og fengið grindargliðnun. Það var ekki fyrr en í síðustu meðgöngu að ég kynntist kírópraktor, þá varð þetta mín besta meðganga þar sem það náðist að halda grindargliðnuninni niðri. Annars hafa allar meðgöngurnar gengið vel hjá mér.

**Merkilegt, hvernig hjálpar kírópraktor þér? Er það einhvers konar nudd?**

Nei ekki nudd heldur hnykkingar þar sem brakar í liðamótum. Ég hafði enga trú á þessu fyrst en ákvað að prufa og mæli sterklega með því. Fór þrisvar í viku til að byrja með en svo bara einu sinni í mánuði til að halda grindargliðnuninni í skefjum.

**Hvernig var að fæða heima saman borið við spítala? Mælir þú með því fyrir konur?**

Það er alveg dásamlegt að fæða heima í staðinn fyrir spítala. Þá ertu með sömu ljósmæður sem þú þekkir vel. Þú ert heima hjá þér og getur ráðið hvað þú vilt gera. Það er líka alveg ágætt að fæða á spítala en mér fannst það vera eitthvað svo takmarkað þar og mér fannst ég ekki vera ég sjálf. Síðustu þrjú börnin voru fædd heima í lauginni. Ég mæli algjörlega með heimafæðingu ef konan er hraust og heilbrigð.



Mikil gleði ríkti þegar fréttist af nýrri fjölskylduviðbót.



Nýfæddur í fangi fjölskyldunnar.

### Í lauginni? Ertu þá með fæðingarlaug þar sem fæðingin fer fram? Hjálpar það til?

Já þetta er uppblásin laug með heitu vatni sem linar hriðaverki. Það má ekki gefa verkjalyf í heima-fæðingum og þar hjálpar laugin mikið til. Ég fæddi líka lyfjalaust á spítala í minni fyrstu fæðingu svo ég vissi út í hvað ég væri að fara.

### Hver var hjá þér við fæðinguna?

Ljósmeður mínar, túllkur og börnin mín. Þau eru öll ástfangin af nýjustu viðbótinni í fjölskylduna.

### Hvernig er „venjulegur“ dagur hjá fjögurra barna móður?

Hehe það er aldrei venjulegur dagur. Það þarf alltaf eitthvað að skutla upp á spítala, í taltíma, til tannlæknis og fleira. Ætli „venjulegur“ dagur hjá mér væri þá ekki líklega svona:

Vakna klukkan 6:30 og geri mig til áður en ég vek börnin. Kem tveimur börnum á leikskóla og í skóla en unglingurinn fer sjálf í menntaskóla. Kem heim og þá byrja ég að hugsa um þá nýfæddu, gefa henni að drekka, skipta um bleiu og meira að drekka. Það þarf líka alltaf að gera eitthvað yfir daginn, þvo þvott, brjóta saman þvott, gera innkaupalista, fara í búð, útbúa hádegisverð og sinna litlu og fara út í göngutúr. Svo er stundum þrjónað ef það er tími en oftast ekki og þá er strax kominn tími til að sækja börnin. Okkur finnst rosalega gott að fara út í göngutúr hvort sem það er fyrir kvöldmat eða eftir kvöldmat þá er mikið sport að fara út með vasaljós þar sem það er ennþá mikið dimmt. Elda kvöldmat, baða börnin, ganga frá, lesið í bók og þau upp í rúm klukkan 19. Mér finnst mikilvægt svo að eiga „me time“ þegar allir eru sofnaðir, þá tek ég fram þrjónana mína og geri ekkert á heimilinu.

### Þú segist taka þrjónana upp þegar þú færð tíma. Ertu mikið að þrjóna? Hvað þá helst?

Ég hef verið mikil þrjónakona með smá hléum á milli. Mest þrjóna ég flíkur á börnin og í gjafir. Ég hef haft tíma í þrjónaskap núna í orlofinu og nota hann vel.



Kolla er dugleg þrjónakona og þrjónar mikið á börnin sín.

### Það er rosaleg vinna að halda svona stóru heimili gangandi! Er ekki erfitt að vera ein með svona mörg börn?

Ég fæ þá spurningu oft. Þetta er auðvitað flókið púsluspil en skemmtilegt og gengur alltaf upp. Við fjölskyldan elskum hæglætislífstílinn þar sem við reynum bara að vera og njóta saman. Börnin taka þátt í öllu á heimilinu ef þau vilja. Mér finnst bara mest erfitt þegar eitt barnanna verður veikt.

### Eitthvað að lokum fyrir lesendur?

Hlátur er hollur fyrir sálina og með jákvæðu hugarfari verður allt miklu léttara.

# Barnahornið

## Hannes Víðir Sindrason

Hannes Víðir er döff 3 ára leikskólastrákur á Sólborg. Hann býr í Kársnesinu í Kópavogi með foreldrum sínum Sindra Jóhannssyni og Sigríði Völu Jóhannesdóttur ásamt tæplega 2 ára gömlum bróður sem heitir Hákon Viggó Elíz. Hannes hefur mikinn áhuga á flugvélum, björgunarsveitum og elskar að fara í leikhús. Við spurðum þennan flotta strák nokkurra spurninga fyrir barnahorn blaðsins.

### Hvað er skemmtilegast að gera á leikskólanum Hannes?

Leikfímistími þá skríðum við á fjórum fótum eins og bangsar og bröltum um.

### Hver er besti vinur þinn?

Ella og líka Christopher.

### Er ekki skemmtilegt að vera stóri bróðir?

Júhú! Það er svo fyndið þegar hann Viggó er að elta mig.

### Áttu þér uppáhaldsleikfang?

Flugvélar.

### Flugvélar eru skemmtilegar. Hefur þú farið í flugvél?

Ég flaug til Egilsstaða með ömmu Mæju nokkrum sinnum til að heimsækja langömmu Sigríði sem býr á Seyðisfirði. Vonandi fæ ég að fljúga bráðum til Svíþjóðar að heimsækja Adam.



Falleg fjölskylda sólar sig ásamt hundinum Ivo.

### Hvaða bíómynd finnst þér skemmtilegust?

Myndin um ET. Fjölskylda ET var í fljúgandi furðuhlut (UFO) og varð að fara í flýti þá skildu þeir ET eftir á jörðinni. Þá var ET leiður þar til þau komu aftur til jarðarinnar og sóttu hann.

### Hvað ætlar þú að verða þegar þú verður stór?

Jólasveinn.

Það hlýtur að vera gaman að vera jólasveinn, gefa krökkum í skóinn og syngja jólalög! Takk fyrir spjallið Hannes. Vonandi ferðu fljótt aftur að fljúga í flugvél og þá kannski til Svíþjóðar, það væri sko skemmtilegt.



Leikið við mömmu og Viggó.

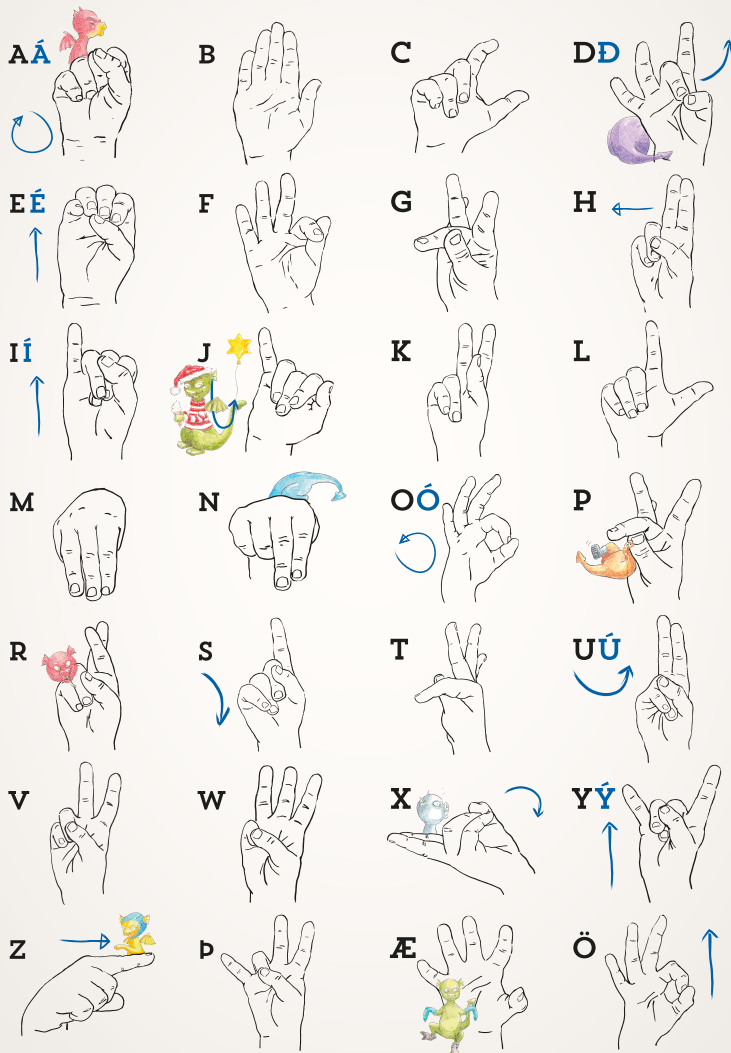


Gott að fljúga inni draumalandið.



Hannes og Viggó bróðir hans eru góðir vinir.

# STAFRÓFIÐ Á ÍSLENSKU TÁKNMÁLI



## Táknmálsdrekinn

Félag heyrnarlausra hefur í samstarfi við stofnanir og fyrirtæki sent öllum leikskólum landsins íslenska táknmálsstafrófið. Markmiðið með þessu er að gefa börnum tækifæri á að kynnstá táknmálinu og læra að stafa einfalda hluti eins og nöfn sín og féлага sinna eða fjölskyldu. Með þessu öðlast börnin betri skilning á því út á hvað táknmál gengur og hvernig það virkar. Viðtökur hafa verið frábærar og þökkum við sömuleiðis þeim aðilum sem komu með okkur að kostun verksins. Meðal heimsóknavina á plakatinu eru myndir af táknmálsdreknum sem er fígúra sem tjáir tilfinningar sínar og samskipti á táknmáli og litarhafti og er markmiðið inn í framtíðina að drekinn heimsæki börnin í leikskólana og kenni þeim einföld tákn til að efla frekar sýn barna á táknmáli.

## Drekinn hefur verið í sóttkví

Táknmálsdrekinn okkar hefur þurft að vera í sóttkví í vetur og því ekki komist á leikskólana til að hitta öll börnin og tala táknmál. Hann bíður spenntur eftir að sóttvarnareglur verði rýmkaðar og ætlar þá að fara á alla leikskólana til að sjá hvað börnin eru dugleg að læra stafrófið. Þangað til hugsar tilfinningadrekinn um að vera góður og passar sig á að fylgja sóttvarnareglum svo hann komist sem allra fyrst í heimsókn.



Táknmálsdrekinn kom í heimsókn, grænn og glaður.

# Döff gróði, menning og vald

— Höfundur: Anna Valdís Kro —



Samband Granville S. Redmond, döff leikara, og Charlie Chaplin, eins helsta kvikmyndagerðarmanns þöglu myndanna, virðist hafa verið einstakt. Þær heimildir sem til eru um samband þeirra byggja á munnlegum heimildum sem oft eru taldar til frumheimilda þegar um óskrifuð mál er að ræða. Ekki er hægt að fullyrða um hvort Redmond hafi fæðst döff eða hvort hann hafi fæðst heyrandi en fengið skarlatssótt þriggja ára og þannig orðið heyrnarlaus. Redmond gekk í skóla fyrir heyrnarlausu í Berkley í Kaliforníu þar sem listrænir hæfileikar hans voru uppgötvaðir og gætti listgreinakennari hans þess að hann hlyti þann stuðning sem hann þyrfti til þess að þróa þá áfram. Fékk hann kennslu í listmálun, teikningu og látbragðsleik. Redmond fékk styrk til þess að fara í Hönnunarskóla Kaliforníu fyrir heyrnarlausu og þremur árum síðar styrk til þess að ferðast til Evrópu þar sem hann fór í Julian Akademiuna í París og dvaldi hjá Douglas Tilden, döff myndhöggvara. Loks snéri Redmond aftur til Bandaríkjanna og settist að í Los Angeles, gifti sig og stofnaði fjölskyldu. Það var þar, í kringum 1915, sem hann hitti Chaplin.

Redmond (fæddur 1871) og Chaplin (fæddur 1889) urðu fljótt góðir vinir og var listastúdíó Redmonds á lóð Chaplins í Hollywood. Safnaði Chaplin listaverkum eftir Redmond og mun hans uppáhaldslistaverk hafa verið „Low Tide“. Redmond mun hafa haft mikil áhrif á það hvernig Chaplin lék hlutverk sín. Í þöglu myndunum hreyfði hann ekki varinnar heldur notaði látbragð (e. gesture) og svipbrigði svipuð þeim sem döff notuðu. Þar sem Redmond var framúrskarandi látbragðsleikari og Chaplin dáðist að náttúrulegri túlkun hans fór hann með nokkur hlutverk í myndum Chaplins. Á meðan Redmond málaði kenndi hann Chaplin táknmál, fingrastöfun, rútínur í látbragðsleik og samskiptatækni sem Chaplin notaði á árangursríkan hátt í myndum sínum.

Verk Chaplin benda til þess að það hafi verið beint samband milli þöglu myndanna og döff menningar og að hann hafi verið einlægur áhugamaður um hana. Myndirnar höfðu til þeirrar rómantísku hugmyndar að það sé möguleiki á sameiginlegum skilningi og samskiptum í heiminum öllum þar sem afl þöglu myndanna verður algilt tungumál. eru þær dæmi um þann döff gróða sem Chaplin hlaut af því að eiga Redmond að vini.

# Döff gróði

— Höfundur: Arna Þóra Steinþórsdóttir —

Þó svo að döff fólk skorti heyrn þýðir það ekki að heyrnarleysi snúist bara um skort. Í ýmsum tilfellum eru döff jafnvel með aukinn hæfileika. Döff gróði er eitthvað sem margir geta grætt á, m.a. döff einstaklingar, heyrandi fólk, samfélagið og þekkingarfræðin í heild sinni. Margir hafa eflaust heyrt eða lesið að þegar eitt skilningarvit er ekki til staðar verða hin næmari. Rannsóknir hafa leitt í ljós að það er rétt, t.d. rannsóknir á sjón döff. Niðurstöður úr þeim rannsóknum voru mismunandi eftir því hvað varðandi sjón var skoðað. Samkvæmt einni rannsókn kom í ljós að döff geta betur tekið eftir því sem gerist í jaðarsýn þeirra heldur en í miðlægri sýn. Stundum getur það leitt til þess að fólk láti truflast ef þau sjá eitthvað út undan sér þegar verið er að einbeita sér að því sem er fyrir framan sig. Önnur rannsókn hefur sýnt að döff einstaklingur sem er góður í varalestri er með góða sjónræna samskiptahæfileika, jafnvel betri en aðrir.

Í Oaxaca í Mexíkó er hægt að finna dæmi um döff gróða, þar eru döff lögreglumenn sem vinna við að fylgjast með öryggismyndavélum og taka eftir ef eitthvað grunsamlegt gerist. Upprunalega voru þeir fengnir í þetta starf til þess að lesa á varir þeirra sem sáu á öryggismyndavélunum en það leið ekki á löngu þar til þeir voru farnir að taka eftir meiru en því sem verið var að segja. Það er ekki bara jaðarsýn þeirra sem gerir þá svona góða í starfi sínu, það er einnig geta þeirra að taka eftir tilfinningum, svipbrigðum og líkamsshreyfingum annarra. Vegna þess hvað þeim hefur gengið vel í þessu starfi hefur glæpatíðnin lækkað og fleiri borgir hafa ráðið döff í vinnu.

Sjón getur verið mikilvæg til að eiga samskipti við aðra og taka þátt í samfélaginu. Sjón döff er góð ef horft er á niðurstöður rannsókna um jaðarsýn og sjónræna samskiptahæfileika útfra varalestri, einnig ef horft er á lögreglumennina í Oaxaca. Heyrnarleysi er meira en bara skortur á heyrn, margir döff eiga aðra hæfileika vegna þess að heyrnin er ekki til staðar.



**Samtök fyrirtækja  
í sjávarútvegi**



# Táknmálsgróði

— Höfundur: Birta Björg —

Táknmál er náttúrulegt mál sem fylgir ákveðnum kerfum og felur í sér málfræði. Það að læra táknmál hefur margþættan ávinning í för með sér, m.a. fylgir því mikill gróði hvað varðar heilastarfsemi, málkunnáttu og samfélagsvitund. Táknmálsgróði fjallar um ávinninginn af því að læra, nota og kunna táknmál óháð heyrn.

Fyrstu rannsóknir á táknmálsgróða hófust um 1980 þegar sýnt var fram á að óæfður hluti heilans væri notaður við að tala táknmál. Þar með var strax kominn fram gróði við að læra táknmál; nýttur væri hluti heilans sem annars er ónýttur við að tala raddmál. Í kjölfarið lagði fræðasamfélagið áherslu á að finna fleiri ávinninga táknmáls.

Niðurstöður rannsókna sýndu fram á að táknmálstalandi einstaklingar (óháð heyrn) stóðu sig mun betur á ýmsum sviðum tengdum heilastarfsemi en einstaklingar með enga kunnáttu í táknmálum. Þau voru til dæmis betri í að tengja saman andlit, muna andlit, greina breytingar í smærri einingum andlits (t.d. augu og munn), mynda og greina svipbrigði, muna raðir af tóktum og snúa þvívíddarformum í huganum. Ávinningur táknmálskunnáttu er mun margvíslegri en hér hefur verið taldið upp, en einungis út frá þessari stuttu umfjöllun eru jákvæðar afleiðingar þess að læra táknmál augljósar.

Þrátt fyrir þessar rannsóknarniðurstöður er enn verið að ráðleggja foreldrum heyrnarlausra barna frá því að kenna börnum táknmál. Því finnst mér við hæfi að nefna nokkur dæmi um ávinning sem einungis heyrnarlausir einstaklingar með táknmálskunnáttu geta upplifað: Táknmál getur styrkt samskiptahæfni heyrnarlausra einstaklinga, bætt orðaforða í raddmálum, aukið lestrarhæfni, bætt vitsmunastarfsemi og styrkt sjálfsmynd svo fátt eitt sé nefnt.

Táknmál opnar einnig dyr að gríðarlega merkilegum menningarheimi döff sem ég sjálf er virkilega þakklát fyrir að fá að kynna. Einnig hvet ég alla táknmálstalandi einstaklinga til að velta því fyrir sér hvað þau græða persónulega á sínu döfferni (e. deafhood, það að vera partur af samfélagi og menningarheimi heyrnarlausra) eða táknmálskunnáttu.

# Tónlist í heilanum

— Höfundur: Christine Heirbaut —



Á þessari önn fékk ég mikinn áhuga á því hvernig heyrnarlausir upplifa tónlist. Margir halda að það sé aðallega hægt að skynja tónlist í gegnum eyrun. Við breytum skilgreiningu okkar á tónlist og hljóði þegar við gerum okkur grein fyrir því að við heyrum ekki með eyrunum heldur með heilanum. Hljóð er orka sem myndast af titringi sem streymir í gegnum loftið eða á annan hátt. Margar rannsóknir hafa sýnt að þegar mannlíkaminn verður fyrir skemmdum á skynfærum, eins og heyrn eða sjón, þá aðlagast heilinn okkar til að bæta upp fyrir þá röskun. Þessi hæfileiki heilans til að breyta sér, sem heitir á ensku brain plasticity, gerir döff fólki kleift að skynja tónlist með titringi á sama svæði heilans eins og hjá fólki sem heyrir. Þetta þýðir að heyrnarlausir geta fundið fyrir hljóði og titringi í gegnum húðina til að skynja og skilja tónlist í gegnum heyrnarbörkinn á sama hátt og heyrandi gerir.

Líkami okkar nemur þennan titring í gegnum húðina og titringurinn gerir döff fólki kleift að skynja og taka þátt í tónlistarupplifun. Döff fólk upplifir tónlist með því að setja sig í nálægð við titringinn á annan hátt: með því að vera ekki í skóm til að finna titringinn á gólfinu, með því að halda blöðru upp að brjósti eða tómri vatnsflösku í höndunum og sérstaklega með því að standa nálægt hátölurum. Með þessari vitneskju, hefur döff tónlistaráhugafólk lagt sitt af mörkum til að búa til tækni sem gefur frá sér titring í takt við tónlistina. Þátttaka döff skiptir sköpum til þess að slík verkefni gangi vel. Tilgangur þessarar tækni er að auka tónlistarupplifunina bæði fyrir heyrandi og döff tónlistarunnendur. Það mun leiða af sér nýjungar og framfarir á fjölmörgum sviðum eins og sýndarveruleikataekni, tölvuleiki og kvikmyndavettvang.



# Jenile

## aðgengistæki að hljóði

— Höfundur: Sigurlín Margrét Sigurðardóttir —

### Saga Jenile tækjanna

Jenile International er 10 ára gamalt franskt fyrirtæki. Það var stofnað af heyrnarlausum uppfinningamanni, Hassen Chelieb, sem er eigandi þess og aðalmaðurinn í öllu ferli hvers einasta tækis. Fyrirtækið er stutt af frönskum nýsköpunarsjóði og skapar atvinnutækifæri fyrir heyrnalausum. Öll Jenile tækin eru franskt hugvit frá heyrnalausum sem eru notendur tækjanna. Jenile tækin eru seld í 16 löndum og í sífelldum vexti. Jenile International er stór styrktaraðili að viðburðum og félagssamtökum heyrnalausra. Jenile International er á leið með að verða söluhæsti aðilinn í hjálpartækjum fyrir fólk sem ekki heyrir í Frakklandi.

### Fyrir hverja er Jenile?

Jenile aðgengistækin eru fyrir alla sem eru heyrnarlausir, döff, heyrnarskertir eða með samþætta hljóð- og sjónskerðingu.

### En Jenile og heyrnartæki?

Þeir sem nota heyrnartæki dagsdaglega þurfa líka á Jenile aðgengistæki að hljóði að halda. Jenile tækin er björgunarbáturinn – þegar þú ert ekki með heyrnartækin eða heyrnartækin ekki að nema hljóðið þá sér Jenile um það.

Streita getur auðveldlega gert vart við sig ef einstaklingur sem heyrir illa er alltaf að reyna „að heyra“ og vera alltaf „á verði“. Þegar einhver heyrir illa þá á hann fullan rétt að slaka á í umhverfi sínu og fá viðvörn á sínum forsendum frá Jenile tækjum.

Sá sem heyrir illa á líka fullan rétt á friðhelgi á sínu heimili/ herbergi/vistarverum – það ætti að kallast líðin tíð að vaðið sé inn til þess sem ekki heyrir og honum látið bregða. Dyrabjalla, blikkljóskubbur og titrarapúði á að vera staðalbúnaður þeirra sem heyra illa.

Barn sem heyrir illa hvort sem er meðfædd eða áunnin heyrnarskerðing þarf líka á Jenile aðgengistæki að hljóði að halda. Barn sem ekki heyrir í dyrabjöllu, reykskynjara eða öðrum skynjara á fullan rétt á að vita af þeirri viðvörn. Bæði ýtir það undir sjálfstæði barnsins og það að vera ekki háður öðrum hvað nær-umhverfis- og heimilishljóð varðar. Það þarf að geta brugðist við á sínum forsendum.

### Hvað hentar best?

Samsetning pakka og einstakra aðgengistækja Jenile er hugsuð með tilliti til þess hvað notandinn setur í forgang fyrir sig.

### Eru Jenile aðgengistækin niðurgreidd af hinu opinbera?

Já. Sjúkratryggingar Íslands niðurgreiða Jenile tæki. Þeir sem eru undir 18 ára fá 100% niðurgreiðslu. Þeir sem eru yfir 18 ára fá 80% niðurgreiðslu - greiða sjálfir 20%. Allir eiga rétt á endurnýjun tækja á 3ja ára fresti. Öll tækin eru CE merkt og hafa upprunapappír.

### Hvar er hægt að nálgast Jenile tækin?

Leó ehf er umboðsaðili Jenile á Íslandi. Við aðstoðum alla sem vilja auka öryggi og aðgengi að hljóði með Jenile tækjunum t.d. stofnanir, vinnustaði, skóla og leikskóla, sambýli, hótél og gististaði – alla sem vilja tryggja fólki sem heyrir illa sama aðgengi að öryggi og þeirra sem heyra. Við erum t.d. með reykskynjara sem tengist tækjunum þegar óvæntur bruni kemur upp.

Allar upplýsingar má nálgast á [jenile.is](http://jenile.is) og áhugasömum er alltaf velkomnið að senda póst á netfangið [info@jenile.is](mailto:info@jenile.is).

Við hjá Jenile á Íslandi aðstoðum við:

- Þarfragreiningu
- Gera pantanir
- Uppsetningu og kennslu á tækin

Pantanir eru afhentar og greiddar hjá Heyrnar- og talmeinstöð Íslands, HTÍ Háaleitisbraut 1, Reykjavík.





# Leiðandi í þjónustu og markaðsetningu á fasteignum um árabil



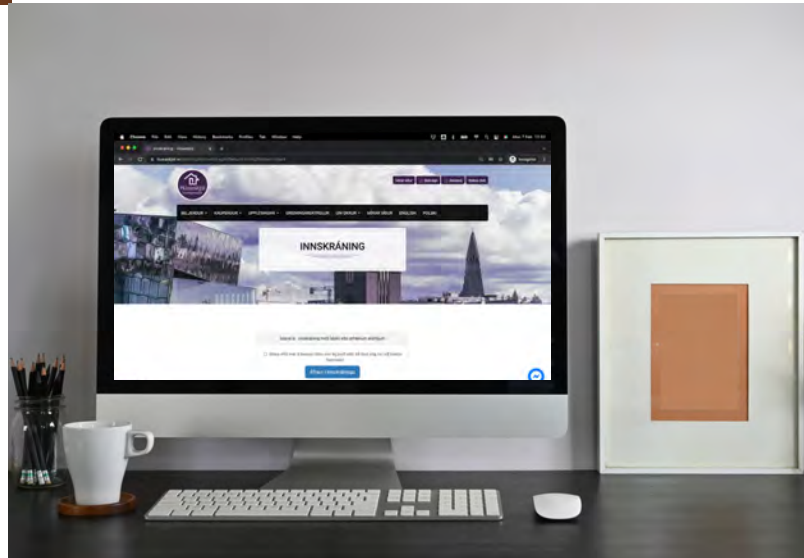
## Ný kerfi tryggja betri upplýsingar fyrir viðskiptavinum.

Þessi kerfi henta döff fólki mjög vel þar sem kaupendur þanta sjálfir tíma í opin hús og fá sendan upplýsingabækling.

Seljendur geta fylgst með söluferlinu inn á Mínum síður. Þeir sjá hversu margir eru bókaðir í sýningar og opin hús. Þeir fá skýrslu um hvernig kaupendum leist á og geta fylgst með ferlinu í rauntíma og þurfa því ekki á túlki að halda til að fá upplýsingar.

## Kaupendapjónusta og þinn fasteignasali þér við hlið alla leið

Nýjasta viðbótin er Kaupendapjónusta Húsaskjól þar sem kaupendur geta geymt upplýsingar um allar eignir sem þeir hafa áhuga á að skoða á Mínum síðum. Þeir fá aðstoð fasteignasala hjá Húsaskjól til að setja upp tilboð óháð á hvaða fasteignasölu er verið að selja fasteignina. Þessi þjónusta er ókeypis fyrir þá sem eru að selja hjá Húsaskjól en kaupendum stendur líka til boða að kaupa þessa þjónustu.



## Textað efni á samfélagsmiðlum

Húsaskjól er mjög virk á samfélagsmiðlum og sendir reglulega frá sér upplýsingaefni og öll video eru textuð.

Greiningadeild Húsaskjól sendir frá sér ítarlega greiningu á markaðnum einu sinni í mánuði. Seljendur geta fylgst með verðþróun á sinni fasteign með því að nýta sér forritið ReiknaVerð.

**Húsaskjól býður öllu Döff fólki 20% afslátt af Gullpakka Húsaskjól til 1. Maí 2022.**

# Döffmót 2021 í Árnasi

Hið árlega Döffmót var haldið dagana 9. – 11. júlí í Árnasi við Þjórsá. Tímasetning gat ekki verið betri þar sem samkomutakmarkanir voru engar og covid var í lægð á þessum tíma. Margir döff á öllum aldri komu saman og skemmtu sér vel. Mörg tjöld, vagnar og húsbílar voru á tjaldsvæðinu en hluti þess var frátekinn fyrir Döffmótið. Farið var í ýmsa leiki þar á meðal bogfimi svo var grillað og skemmt sér í góða veðrinu. Sumir heimsóttu húsdýragarðinn Slakka sem er ekki langt frá tjaldsvæðinu. Þetta var skemmtilegt jafnt fyrir tví- sem og ferfætlinga. Látum myndirnar tala sínu máli og þökkum Kareninu Kristínu Chiodo fyrir lánið á myndunum. Sjáumst svo hress á Döffmótinu 2022!







# Í svalalokunum erum við betri!

Með glerbrautarkerfi frá Aðalglerti getur þú notið sólarinnar vetur, sumar, vor og haust.

Hafið samband og við gerum verðtilboð!

Vizyon  
**Aðalglert ehf**

Skeiðarás 8 | 210 Garðabæ | Sími 888 4537 | [www.adalglert.is](http://www.adalglert.is) | [adalglert@adalglert.is](mailto:adalglert@adalglert.is)

# NISSAN LEAF TEKNA

★ ALLT AÐ 90% LÁN Í BODI ★



- GLÆNÝR BÍLL \*
- ÓTRÚLEGT VERÐ
- Í ÁBYRGÐ
- TIL AFHENDINGAR STRAX



VERÐ AÐEINS

# 4.177

ÞÚSUND

\*Fyrsta skráning nóv/2021  
FLEIRI LITIR Í BODI

# SUZUKI ACROSS PLUG IN HYBRID 4X4

★ ALLT AÐ 90% LÁN Í BODI ★



- GLÆNÝR BÍLL \*
- ÓTRÚLEGT VERÐ
- Í ÁBYRGÐ
- TIL AFHENDINGAR STRAX



VERÐ AÐEINS

# 7.977

ÞÚSUND

\*Fyrsta skráning des/2021  
FLEIRI LITIR Í BODI

# AÐALKAUP — BÍLASALA —

AÐALKAUP - BÍLASALA  
SKEIFUNNI 3c  
SÍMI 888-3715  
adalkaup@adalkaup.is



Akureyrarbær



SaltPay

–KJARNAVÖRUR–



Akureyrarbær



Alþýðusamband Íslands



**Samskiptamiðstöð**  
heyrnarlausra og heyrnarskertra

Hlutverk Samskiptamiðstöðvar heyrnarlausra og heyrnarskertra er að annast táknmalstúlkun, táknmálkennslu ásamt kynningu og fræðslu um íslenskt táknmál. Stofnunin sinnir auk þess rannsóknum á íslensku táknmáli og er í samstarfi við fræðimenn bæði innanlands og erlendis. Á [signwiki.is](http://signwiki.is) má meðal annars finna fræðsluefni um íslenskt táknmál, táknmálsorðabók ásamt örnámskeiðum.

[shh.is](http://shh.is) • [signwiki.is](http://signwiki.is) • [shh@shh.is](mailto:shh@shh.is) • [tulkur@shh.is](mailto:tulkur@shh.is) • Sími 562-7702



# Hlýtt & notalegt

MÚRBÚÐARVERÐ

**NÝTT**

Design rafmagnsofn TCH,  
2000W

**19.995**



Hentar vel í öll  
rými heimilisins!

- Fjarstýring
- Yfirhitavari
- Frostvörn
- Hitastillir
- Tímastillir
- LCD skjár



Olíufylltur rafmagnsofn  
9 þilja, 2000W

**11.929**



Trotec keramik hitablásari  
TFC 13, 1400W

**6.715**



Turbo rafmagnspilofn  
með yfirhitavara

**6.795**



Keramik Element TFC 19E  
snúnings hitablásari

**9.585**



Rafmagnshitablásari  
hobby 2000W 1.f.

**2.295**



Frábær LED rafhlöðu ljóskastari  
sem hentar innan- og utandyra.  
Hleðslan dugar í 3-6 klst. í lýsingu.  
Bílahleðslutæki fylgir með

20W **11.475**

30W **14.995**

Rafmagnshitablásari, 2Kw 1 fasa

**6.795**

Rafmagnshitablásari, 3Kw 1 fasa

**8.795**



Fjöltengi í tengil

**415**

Mikið úrval af  
rakavörðum  
fjöltengjum IP44

Verð frá  
kr. **1.865**



Framlengingarsnúrir  
2-25 metra. Verð frá kr

**995**



Kapalkefli 10 metrar

**3.995**



Kapalkefli 15 metrar

**5.895**

25 metrar  
kr. 7.995  
50 metrar  
kr. 11.995



Kapalkefli, rakavarið  
IP44 25 metrar

**9.995**



Reykjavík	Kletthálsi 7.	Opið virka daga kl. 8-18, laugard. 10-16
Hafnarfjörður	SelHELLU 6.	Opið virka daga kl. 8-18, laugard. 10-16
Reykjanesbær	Fuglavík 18.	Opið virka daga kl. 8-18, laugard. 10-14
Sími 412 2500 - sala@murbudin.is - www.murbudin.is		

SENDUM UM  
LAND ALLT!  
www.murbudin.is

**MÚRBÚÐIN**  
Gott verð fyrir alla, alltaf!




Pínar þarfir - okkar þjónusta



# HUGSAÐU VEL UM TANNHEILSUNA



FYRIR HREINAR OG  
FRÍSKAR TENNUR

 Tannlæknafélag Íslands mælir  
með notkun xylitols sem  
aðalsætufrnis í tyggigúmmii

**GOTT... BETRA...**  
**BESTA SETTIÐ**

