

VÍÐSJÁ

Rit Blindrafélagsins, samtaka blindra og sjónskertra á Íslandi
18. árg. 1. tbl. 2026

Sameiningaráform
Hljóðbókasafnsins
vekja ugg

Atvinnulífið
og við

Sami heimur,
aðrar leiðir

Ég ákvað að helga líf
mitt hljóðbókum
Gísli Helgason í viðtali

Minningar í myndum



Með því að færa gömlu ljósmyndirnar yfir í stafrænt form er hægt að leyfa fleirum að njóta þeirra skemmtilegu minninga sem í þeim felast.

Nú er hægt að draga fram öll gömlu albúmin og fá myndirnar skannaðar inn fyrir hagstætt verð.

Hjá Blindravinnustofunni, þar sem starfa 30 fatlaðir einstaklingar, hefur verið komið upp aðstöðu sem gerir sjónskertum starfsmönnum vinnustofunnar fært að skanna inn ljósmyndir.

Verð er mjög hagstætt, eða frá 28 krónum á mynd.

Ljósmyndaskönnun
Blindravinnustofan
Stuðningur til sjálfstæðis

SJÁÐU MIG!

Ávarp formanns - Sigpór U. Hallfreðsson

Að hafa örugga framfærslu er grunnforsenda fyrir farsæld í hversdagslífi hverrar manneskju. Fyrir flesta felst það í atvinnutekjum en almannatryggingakerfinu er ætlað að grípa þau sem eru óvinnufær.

Þetta vissu frumkvöðlarnir sem stofnuðu Blindravinnustofuna fyrir rúmum 80 árum. Í þá tíð höfðu blindir og sjónskertir takmarkaðan aðgang að atvinnu og enn minni að menntun. Margir lifðu í sárri fátækt og þessu vildi fólk breyta með því að skapa atvinnutækifæri til að geta séð sér og sínum farborða.

Að hafa tækifæri til atvinnu við hæfi hefur víðtækara gildi fyrir einstaklinginn, samfélagið og hagkerfið.

Á vinnustaðnum nýtur fólk félagslegra tengsla og upplifir samfélagslega þátttöku og tilgang sem hefur bein áhrif á andlega vellíðan, svo eitthvað sé nefnt.

Tíðarandinn og tækifærin fyrir blinda og sjónskerta á atvinnumarkaði hafa sem betur fer þróast til betri vegar. Smátt og smátt hafa glerþökin verið brotin og opnað leið að fjölbreyttum störfum þannig að fleiri finna sig í starfi við hæfi.

Nú er sjálfsagt að þessi hópur sækir sér þá menntun sem hugur stendur til og góðu heilli eru blindir og sjónskertir nú að afla sér fjölbreyttrar menntunar og starfsréttinda í framhalds- og háskólum landsins.

En við skulum ekkert fara í grafgötur með að þetta er ekki sá dans á rósum sem ætla mætti. Ennþá mæta okkur hindranir í menntakerfinu og á atvinnumarkaði.

Sumt má rekja til þess að húsnæðið eða aðkoman að vinnustaðnum eða skóla er óaðgengileg og svipaða sögu má segja um takmarkanir sem óaðgengilegar stafrænar lausnir valda. Þetta má allt laga og oftast

með lítilli fyrirhöfn.

Mesta og erfiðasta hindrunin felst þó jafnan í f o r d ó m u m gagnvart fötlun, skilningsleysi og ranghugmyndum um getu þessa hóps.

Ótal frásagnir eru

til um að fólk fái ekki boð í atvinnuviðtal ef það tilgreinir fötlun sína í atvinnuumsókn, jafnvel þó að fötlunin sem slík hafi engin áhrif á starfshæfnina gagnvart viðkomandi starfi. Samsvarandi er upplifun margra af atvinnuviðtali, áhuginn dofnað um leið og mætt er á staðinn án þess að viðkomandi fái að gera grein fyrir sér og getu sinni til að sinna starfinu.

Þetta er sameiginleg upplifun allra fötlunarhópa, þar með talinna blindra og sjónskertra um víða veröld, og þetta hefur verið staðfest með mælingum.

Í erlendri könnun voru sendar tvær nær eins ferilskrár, þar sem eini munurinn var að annar umsækjandinn var sagður vera með fötlun sem hafði engin áhrif á starfshæfni. Niðurstaðan var sláandi, ófatlaða umsækjandanum buðust tvöfalt fleiri atvinnuviðtöl en þeim fatlaða.

Því eru það svo mikilvæg skilaboð inn í menntakerfið og atvinnumarkaðinn þegar fatlaður einstaklingur sækir um skólavist eða atvinnu að horft sé til styrkleika viðkomandi. Sjáðu mig og það sem ég hef fram að færa í stað þess að láta fötlunina blinda þér sýn.

Allir geta eitthvað, enginn getur allt.



HLJÓÐBÓKASAFN



Ef lestur verður bara neysla
bls. 4.

INTERNET



Aðgengi
bls. 7.

JÖTUNHUNDAR



Hundahótel á Norðurlandi
bls. 8.

THE BLIND LIFE



Samfélagsmiðlarás
bls. 10.

LÍFIÐ



Sami heimur, aðrar leiðir
bls. 12.

GÍSLI HELGASON



Helgaði líf mitt hljóðbókum
bls. 14.

GLERAUGU



Spennandi þróun
bls. 21.

ATVINNULÍFIÐ



Hlynur Þór segir frá reynslu sinni
bls. 26.

UNGMENNI



Trúðu að þú getir
bls. 22.

SKÍÐI



Útivistarfólk innan Blindrafélagsins
bls. 30.

Viðsjá. Rit Blindrafélagsins, samtaka blindra og sjónskertra á Íslandi. 18. árg. 1. tbl. 2026.

Útgefandi: Blindrafélagið, samtök blindra og sjónskertra á Íslandi, kt.: 470169-2149, Hamrahlíð 17, 105 Reykjavík.

Ábyrgðarmaður: Sigþór U. Hallfreðsson.

Ritstjórn: Marjakaisa Matthíasson og Mónica Elísabet Kjartansdóttir.

Greinahöfundar: Hlédís Sveinsdóttir, Hlynur Þór Agnarsson, Marjakaisa Matthíasson, Mónica Elísabet Kjartansdóttir, Karen Kjartansdóttir, Rósa María Hjörvar og Þorkell Jóhann Steindal.

Ljósmyndir: Ýmsir.

Prentun: Litlaprent

KEAHOTELS : // 1984



AÐGENGI AÐ FJÖLBREYTTUM BÓKMENNTUM

Ef lestur verður bara neysla hverfur jafnrétti til þekkingar

Áform eru uppi um sameiningu Hljóðbókasafns Íslands, Kvikmyndasafns Íslands og Landsbókasafns Íslands – Háskólabókasafns. Sameiningin er kynnt sem stjórnsýsluleg einföldun og fagleg efling, en fyrir notendur Hljóðbókasafnsins vekur hún upp alvarlegar áhyggjur. Þar er ekki um formsatriði að ræða, heldur grundvallarspurningu um jafnan aðgang að þekkingu. Hljóðbókasafnið hefur mjög mikilvægu hlutverki að gegna gagnvart þeim sem ekki geta fært sér venjulegt prentað letur í nyt.

Blindrafélagið leggst gegn þessum áformum menningar-, nýsköpunar- og háskólaráðherra og telur að þau muni skapa óvissu um safnið og getu þess til að standa undir lögbundnu

hlutverki sínu og skyldum stjórnvalda samkvæmt samningi Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks.

Hljóðbókasafn Íslands er ekki almenn bókasafnsþjónusta. Það er sérúrræði með skýrt, lögbundið hlutverk: að tryggja aðgengi að bókmenntum, fræðslu og upplýsingum fyrir fólk sem getur ekki lesið hefðbundið prentað letur. Safnið er jafnframt framleiðslueining sem umbreytir bókum í aðgengilegt form – oft með sértækri útfærslu sem almennir markaðir sinna ekki.

Þetta hlutverk er eðlisólíkt hlutverki Landsbókasafns Íslands – Háskólabókasafns, sem er náms- og rannsóknarbókasafn.





Óttinn er sá að við sameiningu verði sérstaða Hljóðbókasafnsins veikari: aðgengissjónarmið eitt af mörgum, í stað þess að vera kjarni starfseminnar.

Það veldur sérstökum áhyggjum að sameiningin er lögð til án skýrra trygginga. Ekki liggur fyrir hvernig sjálfstæði þjónustunnar verði varið, hvernig tryggt verður að áfram verði framleitt sérhæft efni eða hvernig réttindi notenda verða vernduð þegar hagsmunir stofnananna rekast á. Óljóst er hvernig fjárveitingar til Hljóðbókasafnsins verði tryggðar og rekjanlegar til lögbundinna verkefna þess við þjónustu við notendur. Þegar slíkar tryggingar vantar er hætt við að ákvarðanir ráðist af hagkvæmni, umfangi og almennri notkun, fremur en þörfum þeirra sem þjónustan var sérstaklega ætluð.

Þessi ótti er ekki byggður á vangaveltum einum saman. Í Finnlandi var Aðgengisbókasafnið Celia, systurbókasafn Hljóðbókasafnsins hér heima, sameinað Þjóðskjalasafni Finnlands í byrjun þessa árs. Strax eru komnar sterkar vísbendingar um að bókakosturinn sé að verða fátæklegri, stefnu sem nú þegar sætir vaxandi gagnrýni. Yfir 85% af nýju efni febrúarmánaðar eru sömu bækur og hjá stórum streymisveitum á borð við Storytel, BookBeat og Nextory. Notendahópur þessara streymisveitna hlustar á hljóðbækur fyrst og fremst sér til skemmtunar. Hættan er sú að safnkostur Hljóðbókasafnsins fari að líkjast sífellt meira markaðsframboði: vinsælar glæpasögur, afþreying og ævisögur frægra manna fá forgang, á meðan ljóðlist, klassík, fræðibækur og sérhæft efni hverfa í skuggann.



Þessi breyting er hægfara en kerfisbundin. Framboðið fyrir hópinn sem hefur ekki aðgang að venjulegu lesefni minnkar þegar á boðstólum eru einungis bækur sem borgar sig að framleiða fyrir stóran hlustendahóp.

Fyrir sjáandi lesendur eru hljóðbækur val. Fyrir suma blinda og sjónskerta eru þær eina valið. Að framleiða fábrotið efni er skerðing á rétti. Ef efni er ekki framleitt á aðgengilegu formi er það einfaldlega ekki til. Sérstaklega alvarleg er staða fræðibóka, þar sem hljóðbækur eru oft einfaldaðar: töflur, myndlýsingar og heimildir falla út. Slíkt efni dugar ekki þeim sem vilja læra, stunda nám eða taka virkan þátt í samfélagsumræðu.

Á ekki opinber þjónusta að tryggja að í boði sé efni sem er ekki hæst á sölulistum þegar kjarni málsins er ekki skipulag stofnana heldur jafnræði? Á fólk sem ekki getur lesið prentað letur ekki að hafa sama rétt til fjölbreyttrar bókmennningar og þekkingar og aðrir – eða aðeins aðgang að því sem er vinsælt og arðbært? Ef sameining safnanna verður að veruleika án þess að sérhlutverk Hljóðbókasafnsins sé skýrt, varið og styrkt er hætta á að við stígum skref aftur á bak. Finnska dæmið gefur vísbendingu um stefnu sem við viljum ekki: ef lestur verður bara neysla hverfur jafnrétti til þekkingar.

Sporin hræða, svo það er ekki að undra að notendur Hljóðbókasafnsins séu uggandi.

MM&MEK



INTERNET SEM HENTAR ÖLLUM!

Allir eiga að geta notað vefinn.

Nú liggur fyrir Alþingi frumvarp til laga um vefsetur og smáforrit sem á að tryggja að allir, meðal annars blindir og sjónskertir, geti notað slíkar lausnir. Reglurnar koma frá Evrópusambandinu en byggja á alþjóðastaðli sem kallast WCAG. Í reglunum er unnið með fjórar grunnstoðir: skiljanleika, skynjanleika, öryggi og nothæfni.

Þetta þýðir að þær upplýsingar sem eru á heimasíðu þurfa að vera skiljanlegar, sem getur verið áskorun, sérstaklega fyrir sumar stofnanir sem hafa vanið sig á stofnanamál sem fæstir skilja, þó að það eigi að heita íslenska. Efni þarf líka að vera skynjanlegt, sem þýðir að þeir sem nota talgervil til að lesa eiga að geta notað hann; ef upplýsingar eru á mynd- eða hljóðformi þarf að vera texti líka, svo fólk með sjón- eða heyrnarskerðingu geti numið innihaldið. Öll umgjörð þarf að vera örugg til þess að tryggja að viðkvæmar upplýsingar fari

ekki á víð og dreif og að notendur upplifi traust. Að lokum þurfa lausnir að vera nothæfar; takkar og hlekkir eiga að virka og það þarf að vera hægt að gera það sem beðið er um á heimasíðunni eða í smáforritinu.

Þessi löggjöf á við um stafrænar lausnir á vegum hins opinbera og samhliða henni verður unnið með kynningu og leiðbeiningar fyrir þjónustuveitendur. En í Evrópu á þessi löggjöf við alla þjónustu á vefnum – bæði hins opinbera og einkaaðila – og hefur verið í gildi frá júní í fyrra. Vonir standa til að þessi nýja löggjöf muni gera fleirum kleift að nota stafrænar þjónustuleiðir sem verða sífellt algengari. Ef þú ert sjónskert/ur og langar til þess að læra betur að nota stafrænar lausnir, þá er hægt að hafa samband við ráðgjafa hjá Sjónstöðinni eða tala við skrifstofu Blindrafélagsins.

RMH



„ÉG ÞEKKI EKKI ENDILEGA EIGANDANN EN HUNDINN ÞEKKI ÉG.“

Óskar Harðarson ólst upp á Vopnafirði en á nú heima í Hörgárdal nálægt Þelamörk með konu sinni, Hildi Kristínu Thorstensen. Hjónin stofnuðu hundahóтелиð Jötunhunda í byrjun sumars 2024.

Hugmyndin að hundahótelinu kviknaði þegar þau hjónin voru að byggja húsið sitt og voru að leita að starfsemi heima. Óskar ólst upp í sveit og hafa hundar alltaf verið hluti af lífinu. Vinafólk hjónanna er hundaræktendur og Óskar hefur lengi aðstoðað þau. Það var skortur á hundahótelum og þau hjónin ákváðu

að prófa og byggðu hundahótel með níu stórum stíum. Ef tveir til þrír hundar koma frá sama heimilinu geta þeir verið saman.

„Við ákváðum að byrja ekki með fleiri hunda heldur sjá til. Ef þetta gengur vel, þá getum við



frekar stækkað hótelið,“ segir Óskar.

Óskar er sjónskertur en það hindraði hann ekki í að byggja húsið sjálfur. Hann er ljósfælinn og greinir enga liti. Birtuskilyrði trufla hann mest í daglegu lífi og sem dæmi nefndi hann að hann vinnur helst með bakið í sólinu.

„Við fengum húsið teiknað og það var smíðameistari sem réð yfir verkinu en þeir höfðu ekki tíma til að vinna við þetta. Þeir leyfðu mér að vinna verkið að mestu en voru með yfirsýnina og komu að meta vinnuna og kvitta fyrir að allt væri í lagi.“

Sjónskerðingin truflar Óskar almennt ekki en hann segist þó ekki vera mannglöggur og hlær. „Ég þekki ekki endilega eigandann en hundinn þekki ég, þegar fólk kemur með hunda eða sækir þá.“ Hann þekkir fólk betur af röddinni. „Ég er ekki feiminn við að láta vita af sjónskerðingunni, það vita það allir nálægt mér og ég læt alltaf vita af því í vinnunni.“

Óskar sér allt í svarthvítum tónum. Litir skipta hann engu máli. Almennt finnst honum ekki erfitt að muna eftir hundunum. En hann getur þurft að vanda sig. „Í sumar voru þrír brúnir Labrador-hundar í húsinu og þá þurfti ég að passa mig og muna að einn var með breiðari hálsól, annar með nafnið í ólinni og svo framvegis.“ Stundum gerir maður líka mistök. Einn sinni setti Óskar hund í vitlausa stíu. Hann fór að þefa um allt og þá áttaði Óskar sig á því að hundurinn var ekki á sínum stað.

Óskar hefur haft dýr í kringum sig alla sína ævi og kann að túlka hegðun þeirra nokkuð vel. „Þegar nýju hundarnir eru komnir inn sé ég hvort þeir eru stressaðir og hvernig þeir bregðast við hinum hundunum. Ég tek yfirleitt nýja hundinn út með einhverjum rólegum

hundi. Stundum leiðbeina eigendurnir mér líka með hvaða hunda þeirra hundum líkar við. Ég veiti þeim hundum meiri athygli sem þess þurfa. Um daginn kom til okkar hundur sem var mjög stressaður og hafði aldrei verið skilinn eftir á ókunnugum stað þannig að ég lék meira við hann. Sumir hundar eru mjög háðir manninum og þurfa meiri athygli.“

Óskar hefur unnið við ýmis störf. Hann vildi prófa allt mögulegt til að komast að því hvað hann gæti. Hann telur upp vinnustaði: minkabú, bílaverkstæði, elliheimili, byggingarvinnu, bílrúðuskipti, mjólkursamlag og hestabúgarð á Norður-Írlandi. Sjónskerðingin hefur takmarkað atvinnumöguleikana, helst að því leyti að oft þarf maður bíl. Hann hefur ekki mætt fordómum vegna sjónskerðingar nema á einum stað.

Óskar hefur þó komist að því að honum líkar mjög vel að vinna sjálfstætt og að búa í sveitinni. Starfsemi hundahótelsins hefur farið vel af stað. „Mér líður vel í sveitinni í kringum hunda og hesta. Ég vinn einn og finn í rólegheitunum hvernig best er að gera hlutina. Ég hef verið mikið einn um ævina en ég er ekki einmana, ætli það sé ekki að manni líði bara vel með sjálfum sér.“

MM



SAM SEAVEY, STJÓRNANDI YOUTUBE-RÁSARINNAR THE BLIND LIFE, HEIMSÓTTI BLINDRAFÉLAGIÐ

Í september 2025 kom Sam Seavey, stjórnandi YouTube-rásarinnar The Blind Life, í heimsókn til Blindrafélagsins.

Sam er frumkvöðull á sviði hjálpartækni fyrir blinda og sjónskerta og hefur byggt upp öflugan samfélagsmiðlarás þar sem hann miðlar reynslu, fróðleik og nýjungum sem geta auðveldað einstaklingum með sjónskerðingu daglegt líf. YouTube-rás hans, sem er með yfir 60.000 áskrifendur, er orðin vinsæll vettvangur fyrir gagnlegar umfjallanir, tæknilausnir og innblástur fyrir fólk um allan heim. Sam Seavey er frá Bandaríkjunum og er búsettur í Kentucky. Sam var aðeins 11 ára gamall þegar hann greindist með Stargardt-sjúkdóminn en sjúkdómurinn veldur sjónskerðingu. Hann hefur í yfir þrjá áratugi tileinkað sér þekkingu á hjálpartækni með það að markmiði að stuðla að og efla sjálfstæði og lífsgæði fólks með sjónskerðingu.

Árið 2013 stofnaði hann YouTube-rásina The Blind Life, sem í dag hefur vaxið og orðið að áhrifamiklum vettvangi þar sem sameinast fræðsla, hvatning og kynning á nýjustu lausnum í hjálpartækni. Í gegnum efni sitt deilir Sam bæði persónulegri reynslu og faglegri þekkingu, sem hefur gert rásina að mikilvægri upplýsingaleið fyrir þúsundir einstaklinga um allan heim.

Þrír viðburðir á vegum Blindrafélagsins með Sam Seavey

Sam hélt þrjá áhugaverða og fræðandi fyrirlestra sem miðaðir voru að ólíkum hópum. Fyrsti viðburðurinn var opinn kynningarfundur þar sem Sam flutti fyrirlestur undir yfyrskriftinni „Lærðu að lifa þínu besta blinda lífi!“ Hann sagði frá sinni persónulegu sögu,





hvernig hann greindist með augnsjúkdóminn Stargardt aðeins 11 ára gamall og hvernig hann hefur nýtt stoðtækni til að lifa sjálfstæðu lífi. Sam hafði einnig meðferðis nokkur hjálpartæki frá Bandaríkjunum sem gestum gafst tækifæri til að prófa og skoða og hann svaraði spurningum gesta.

Næsti viðburður var morgunverðarfundur með fagfólki, fundur ætlaður ráðgjöfum, kennurum og sérfræðingum sem vinna með stoðtækni. Sam fjallaði um kennsluaðferðir, hvatningu og leiðir til að hjálpa notendum að hefja sitt eigið ferðalag með stoðtækni. Umræður snerust um faglegar lausnir og reynslu af þjálfun.

Síðasti viðburðurinn var óformlegur hittingur þar sem notendur og fagfólk spjölluðu við Sam um allt sem tengist hjálpartækni. Rætt var um hvíta stafí, aðgengilega dróna og myndavélar, og gestir fengu að prófa nýjungar eins og Ray-Ban Meta-snjallgleraugu.

Vel heppnaður fræðsluviðburður

Heimsókn Sam Seavey vakti mikla ánægju meðal þátttakenda og undirstrikaði hversu mikilvægt það er að miðla þekkingu og reynslu á sviði stoðtækni. Slíkir viðburðir styrkja tengsl fagfólks og notenda, ýta undir samráð og hvetja til nýsköpunar í þjónustu við blinda og sjónskerta.

Efnið sem Sam framleiðir hefur fjölbreytt notagildi. Hægt er að nýta það sem kennsluefni fyrir samtök og fræðsluaðila sem vilja kynna hjálpartækni og hagnýtar aðferðir til að auðvelda daglegt líf. Þá getur efnið verið gagnlegt þegar kemur að vitundarvakningu þar sem það veitir skýra innsýn í raunverulegar áskoranir og lausnir sem varða aðgengi og fjölbreytileika. Efnið sýnir á skýran og uppbyggilegan hátt að sjálfstæði, virk þátttaka og aukin lífsgæði eru raunhæf og aðgengileg markmið.

MEK



SAMI HEIMUR, AÐRAR LEIÐIR

Ég fæ reglulega spurninguna: „Hvernig er að vera blindur?“ Stundum er hún sögð með varfærni, stundum með einlægri forvitni, og stundum eins og fólk sé að reyna að ganga úr skugga um að ég sé í lagi. Ég skil spurninguna og hún er yfirleitt vel meint. En samt er eitthvað við hana sem fær mig til að staldra við.

Vegna þess að undir henni leynist oft hugmynd sem fólk gerir sér ekki alltaf grein fyrir: að blindan setji mann inn í einhvers konar sérheim. Að lífið mitt sé annað líf. Að tilveran mín snúist fyrst og fremst um það að vera blindur, eins og það sé aðalverkefnið. Ég finn þetta sérstaklega þegar næsta spurning kemur fljótt í kjölfarið: „Hvað gerirðu allan daginn?“

Þá er eins og fólk sé að spyrja ekki bara um daginn minn, heldur um það hvernig blindur dagur virkar. Eins og blindir og sjónskertir eyði deginum í eitthvað sem aðrir gera ekki. Einhvers konar dularfulla blindra og sjónskertra hluti. Ég þykist vita að þetta sé ekki illvilji. Þetta er bara hin eðlilega tilhneiging heilans til að fylla í eyðurnar með ímyndunum þegar hann

skortir reynslu. Þegar við þekkjum ekki ferlið, þá virðist ferlið framandi. En sannleikurinn er bæði einfaldari og jarðbundnari. Ég er að gera nákvæmlega það sama og flestir aðrir. Ég vakna, fer á fætur, fæ mér að borða, klæði mig, skipulegg verkefni, fer út úr húsi, vinn, hreyfi mig, hugsa um heilsuna, hitti fólk, tek þátt í samfélaginu, slaka á, hlæ, pirrast, fresta stundum hlutum og reyni að halda lífinu saman í eðlilegu jafnvægi. Ég er ekki að búa til annað líf. Ég er að lifa sama lífi og þú, í sama heimi.

Munurinn er bara sá að ég fer aðrar leiðir. Það er í raun kjarni málsins. Blindir og sjónskertir eru ekki að gera eitthvað annað. Við erum að gera það sama. Við erum bara að nota aðrar aðferðir. Og þessi munur á aðferð

ruglar stundum fólk svo mikið að það heldur að markmiðin hljóti að vera allt önnur.

Þetta má sjá í smáatriðum. Ef ég fer í búð, þá er ég ekki að fara í „blindrabúð“. Ég er að fara í sömu búð og allir aðrir. Ég er að kaupa mjólk, brauð, ávexti, kaffi og allt hitt sem venjulegt líf krefst. Munurinn er sá að ég les búðina öðruvísi. Ég les hana með hljóði, snertingu, lykt, minni og skipulagi. Ég hlusta á bergmál til að skynja opið rými, finn mun á yfirborði undir fótum, nota leiðarlínur, tel skref og byggi innra kort af staðnum. Ég er ekki að framkvæma töfrabrogð. Ég er bara að vinna með aðrar upplýsingar.

Ef ég fer í vinnuna, þá er ég ekki að sinna einhvers konar sérvinnu sem kallast „vinna fyrir blinda“. Ég er að vinna. Ég svara tölvupóstum, skrifa texta, les skjöl, svara í símann, hitti samstarfsfólk, skipulegg verkefni, leysi vandamál og læri nýtt. Ég geri þetta með tæknilausnum sem eru orðnar svo góðar að þær gera mér kleift að gera flest sem ég þarf. Skjálesarar og talgervlar breyta texta í hljóð. Snjallsíminn getur lesið upp texta á umbúðum, lýst myndum og hjálpað mér að rata. Þetta eru bara verkfæri. Fyrir mér eru þau jafn eðlileg og það að þú horfir á skjá.

Ef ég fer út að ganga, þá er ég ekki að fara í blindragöngu. Ég er bara að ganga. Ég er að hreyfa mig til að viðhalda styrk, jafnvægi og geðheilsu. Ég er að finna takt, hraða og rými. Ég er að fá ferskt loft og vinna úr hugsunum. Að ganga er ekki bara að komast á milli staða. Hún er líka lífeðlisfræðileg endurstilling. Og þessi endurstilling er jafn mikilvæg fyrir mig og þig.

Þegar fólk spyr mig hvað ég geri allan daginn, þá vil ég stundum svara: „Ég er að lifa.“ Og

það er ekki svar til að forðast spurninguna. Það er einfaldlega rétt lýsing. Lífið mitt er ekki stórt kennsluefni um blindu. Það er líf sem inniheldur ábyrgð, óvissu, gleði, metnað og daglegar kröfur. Það er líf sem þarf að virka. Það sem fólk sér hins vegar oftast er ekki þetta. Það sem fólk sér eru augnablikin þar sem aðferðin mín verður sýnileg. Þegar ég nota hvíta stafinn. Þegar ég hlusta með meiri athygli. Þegar ég set hendurnar á hluti til að greina þá. Þegar ég tala við símann minn. Þegar leiðsöguhundur stýrir mér í gegnum mannfjölda. Þá virðist eins og eitthvað sérkennilegt sé í gangi. En þetta eru bara birtingarmyndir af því sama ferli og allir framkvæma: að safna upplýsingum og bregðast við þeim. Ég bara safna upplýsingum eftir öðrum leiðum.

Þegar þetta er skilið, þá breytist viðhorfið. Þá verða blindir og sjónskertir ekki lengur fólk sem þarf stöðugt að vera aðstoðað eða varið, heldur fólk sem er einfaldlega að framkvæma sömu verkefni með aðlögun.

Blinda er ekki dauðadómur. Hún er ekki endir á lífi. Hún er breyting á upplýsingaleið. Hún er breyting á aðferð. Hún getur verið erfið, pirrandi og krefjandi á köflum, alveg eins og aðrar aðstæður í lífi. En hún er ekki nýr heimur, heimurinn er sá sami. Leiðirnar eru bara aðrar.

Ef ég mætti óska mér þess að fólk taki eitt með sér, þá væri það þetta. Þegar þú hittir blinda eða sjónskerta manneskju, þá þarftu ekki að ímynda þér að hún sé á einhvers konar leynilegri braut í tilverunni. Hún er líklega að gera nákvæmlega það sama og þú. Hún er bara að fara aðrar leiðir.

ÞJS





„ÉG ÁKVAÐ AÐ HELGA LÍF MITT HLJÓÐBÓKUM“

Gísli Helgason hefur um áratugaskeið haft djúpstæð áhrif á íslenskt menningarlíf.

Með starfi sínu opnaði hann blindum og sjónskertum aðgang að bókmenntum, fræðslu og upplýsingum, á sama tíma og hann breytti því hvernig samfélagið í heild hugsar um aðgengi og menningarþátttöku. Hann stóð að stofnun Blindrabókasafns Íslands, var brautryðjandi í útgáfu hljóðbóka og starfaði víða á vettvangi útvarps, tónlistar og félagsmála. Í þessu viðtali rekur hann lífshlaup sitt, frá bernsku í Vestmannaeyjum til baráttu fyrir réttindum blindra og áhrifa sinna á íslenskt menningarlíf.

Æskuárin í Vestmannaeyjum

Gísli Helgason fæddist 5. apríl 1952 í Vestmannaeyjum, tuttugu mínútum fyrir níu að morgni. Tvíburabróðir hans, Arnþór, kom í heiminn tíu mínútum á undan honum. „Við þóttum svo líkir að mamma merkti annan með tveimur bindum um vinstri handlegginn og hinn hvítum bindum um hægri handlegginn,“

segir Gísli og hlær. Þetta einfalda merkingakerfi reyndist foreldrum þeirra vel og segir sitt um líkindi bræðranna.

Móðir þeirra, Guðrún Stefánsdóttir, lifði langa ævi og varð 101 árs gömul. Eitt sinn heimsótti Gísli hana á elliheimilið Eir ásamt eiginkonu sinni. „Hún heilsar mér og segir: „Sæll



Sigtryggur minn.“ Sigtryggur var næstelsti bróðir minn og alltaf klæddur í voðalega fin jakkaföt. Ég var þannig klæddur líka þetta sinnið.“ Þegar Gísli leiðréttir hana og segir að hann heiti Gísli neitar hún því alfarið. Það er ekki fyrr en eiginkona hans, Herdís, kynnir sig og segir að hún eigi Gísla sem móðirin brosir og segir: „Þú þarft að merkja hann.“

Þeir tvíburabræður fæddust inn í stóran systkinahóp í Vestmannaeyjum. Þeir voru yngstu börn foreldra sinna sem voru mikið athafnafólk í Eyjum og stunduðu fjölbreyttan atvinnurekstur. Faðir þeirra, Helgi Benediktsson, var áberandi frumkvöðull í atvinnulífi Vestmannaeyja. Heimilið einkenndist af vinnu, ábyrgð og kröfum sem fylgdu lífi í sjávarplássi á fyrri hluta 20. aldar. Fljótlega eftir að þeir bræður fæddust kom í ljós að þeir voru verulega sjónskertir. Fyrir foreldra þeirra varð það ekki tilefni til uppgjafar heldur ákall um að bregðast við af ábyrgð og framsýni. Þau lögðu ríka áherslu á að synirnir fengju góða menntun og tækifæri til að lifa virku lífi, þrátt fyrir þær áskoranir sem sjónskerðingin fól í sér. Sú afstaða, að horfa fyrst til möguleika en ekki til takmarkana, átti eftir að móta bæði uppeldi þeirra bræðra og lífsstefnu.

Blindraskólinn og stúdentspróf

Frá upphafi lögðu foreldrar þeirra ríka áherslu á menntun drengjanna. Aldrei var litið á nám sem aukaatriði eða eitthvað sem mætti víkja til hliðar. Þvert á móti var það skýr afstaða á heimilinu að Arnþór og Gísli skyldu fá sömu tækifæri til menntunar og aðrir.

Þegar ljóst varð að þeir bræður gátu ekki lesið venjulegt letur var farið að skoða sérkennslu.

Þá var aðeins einn kostur í boði: Blindraskólinn á Bjarkargötu 8 í Reykjavík.

Samhliða skólagöngunni fann Gísli fljótt að Blindrafélagið í Hamrahlíð 17 var vettvangur þar sem hann átti heima. „Ég fann strax að þetta var mitt félag.“

Menntaleiðin hélt áfram í Menntaskólann í Reykjavík, þar sem Gísli og Arnþór rufu múra. Þeir urðu fyrstu blindu nemendurnir á Íslandi til að ljúka stúdentsprófi.

Að loknu stúdentsprófi árið 1972 hóf Gísli lögfræðinám við Háskóla Íslands. „Ég var ekki mikill námsmaður,“ viðurkennir hann og bendir á að námið hafi í raun verið „fyrir fram dauðadæmt“ þar sem enginn bókakostur var til á punktalettri. Samt mætti hann til náms í umhverfi sem var að mestu óaðgengilegt, samhliða því sem hann starfaði á skiptiborði Samvinnutrygginga og síðar hjá Sambandi íslenskra samvinnufélaga.

Gosið 1973 og upphaf útvarpsferils

Árið 1973 var Gísli enn í lögfræðinámi við Háskóla Íslands þegar eldgosið hófst í Vestmannaeyjum aðfaranótt 23. janúar. Í annarri viku gossins tók hann eftir auglýsingu um útvarpsþátt sem kallaðist Eyjapistill, en þátturinn féll jafnan niður. Þann 5. febrúar hringdi Stefán Jónsson, fréttamaður á RÚV, í Gísla. Stefán vatt sér beint að efninu. „Jæja, frá og með morgundeginum eigið þið bræður að sjá um fimmtán mínútna langan þátt í útvarpinu á hverjum einasta degi. Hann heitir Eyjapistill.“

„Ég hrópaði í símann: Þú lýgur þessu, Stefán. Svárið lét ekki á sér standa. „Þetta er ákveðið. Þið mætið niður á Skúlagötu á sjöttu hæð





klukkan eitt á morgun. Sjáumst.“ Á heimilinu braust út ringulreið. „Ég henti símanum frá mér og kallaði yfir á Arnþór og mömmu hvað hefði gerst. Engar útgönguleiðir voru gefnar í þessu máli og líklega orðið ljóst að laganámi Gísla væri lokið.

Fyrsti þáttur Eyjapistils fór í loftið 7. febrúar, tveimur dögum eftir símtalið örlagaríka, og var hugsaður sem brú milli Eyjamanna sem höfðu þurft að flýja heimili sín og samfélagið. Í Eyjapistli voru fluttar kveðjur, tilkynningar, fréttir og spjall, oft í beinu sambandi við hlustendur.

Þættirnir voru sendir út alla daga vikunnar. Í ellefu mánuði var Eyjapistill í loftinu daglega, alls yfir 260 þættir sem námu nær hundrað klukkustundum af útsendingum.

Hljóðbækur: lífsstarf kviknar

Um 1974 fóru Gísli og Arnþór að vinna við að afrita gömul segulbönd yfir á kassettur fyrir hljóðbækur. „Við fengum alveg feiknalegan áhuga á því að fara að framleiða hljóðbækur,“ segir hann. Árið eftir, 1975, voru tvö stúdío komin í gagnið hjá Blindrafélaginu í Hamrahlíð 17. „Mér datt í hug hvort það væri ekki sniðugt að gefa út eitthvert hljóðtímarit,“ rifjar hann upp, „þannig að það væri hægt að lesa upp úr dagblöðum inn á snældur og senda til fólks.“ Hugmyndin mætti tortryggni. Gamall starfsmaður hjá Blindrafélaginu var fljótur að setja fyrirvara: „Um leið og þú opnar kjaftinn, þá fýkur milljón út í hverju orði,“ sagði hann. Þrátt fyrir efasemdir varð hugmyndin að veruleika. Sveinn Ásgeirsson, þekktur útvarpsmaður, og félagar úr Lionsklúbbum

Nirði voru fengnir til að lesa efnið inn. Hljóðtímaritið hlaut heitið Valdar greinar og lifði í 44 ár. Fyrir marga blinda og sjónskerta varð það mikilvæg tenging við fréttir, samfélag og daglegt líf.

Á Borgarbókasafninu gekk Gísli að Eiríki Hreini Finnbogasyni, borgarbókaverði og fyrrverandi kennara sínum í íslenskum bókmenntum, með einfalt erindi: að fá lánaða hljóðbókina Paradísarheimt eftir Halldór Laxness. „Hann fór að spjalla við mig,“ segir Gísli, „og sagði nánast orðrétt: „Það er þannig að þú ert annar þeirra sjónskertu manna sem hafa lokið menntaskólaprófi? Ég veit um áhuga þinn á hljóðbókum. Og maður í þinni stöðu á að gera það sem hann getur til að sjá til þess að blint og sjónskert fólk hafi eins mikið af hljóðbókum og hægt er.““ Gísli þagnar augnablik þegar hann rifjar þetta upp. „Þetta greyptist inn í hugann á mér,“ segir hann. „Ég ákvað þarna að helga líf mitt hljóðbókum.“

Gísli var þarna 22 eða 23 ára gamall og frá þeirri stundu tók líf hans og starf nýja stefnu sem átti eftir að móta næstu áratugi.

Gísli vann lengi í hljóðveri Blindrafélagsins í Hamrahlíð 17. „Ég var þar í svona tíu til tólf ár,“ segir hann. „Við framleiddum gríðarlega mikið af hljóðbókum og dagskrárefni. Þetta var mikil og mikilvæg starfsemi.“

„Við vorum vel tækjum búin, og ég varð dálítið eftirsóttur í alls konar hljóðvinnslu,“ bætir hann við. „Það komu tónlistarmenn og alls konar fólk inn í húsið og það hafði áhrif – fólk fór að skilja betur aðstöðu blindra og sjónskertra, hvað var hægt og hvað þurfti að bæta.“

Herdís: örlagaríkur tebolli, samstarf og Ástarjátning

Platan Ástarjátning var nánast tilbúin í ársbyrjun 1995. Um svipað leyti kynntist Gísli Herdís Hallvarðsdóttur – tónlistarkonu, lagahöfundu og bassaleikara sem margir þekkja úr goðsagnakenndu hljómsveitinni Grýlunum. Sjálfur var Gísli þá einnig virkur tónlistarmaður. „Hún kom í te heima hjá mér,“ segir hann. „Við urðum eitthvað viðkvæm og höfum verið saman síðan.“

Hann segir að hann hafi strax sagt henni frá plötunni og því sem lá honum á hjarta. „Mig langaði svo að gefa hana út,“ segir Gísli. „Og hún studdi mig rækilega í því.“ Fljótlega unnu þau saman að verkefnum, þar sem hugmyndir þeirra og reynsla úr tónlistar- og útgáfuheiminum runnu saman.

Platan hlaut heitið Ástarjátning og það var ekki aðeins heiti á hljómplötu heldur spegilmynd af því sem var að gerast í lífi hans á þessum tíma. Hún kom út skömmu síðar og seldist í um 11.000 eintökum.

Ágóðinn af plötunni var notaður til kaupa á blindraletursprentara. Með Ástarjátningu varð ástin ekki aðeins persónuleg, heldur líka verkfæri sem breytti aðgengi og opnaði nýjar leiðir fyrir blint og sjónskert fólk

Blindrabókasafn Íslands: hugmyndin verður að lögum

Árið 1979 komu Gísli og Helga Ólafsdóttir, yfirmaður útlána hljóðbóka hjá Borgarbókasafninu, með byltingarkennda hugmynd. Að hans sögn var það Helga sem kastaði hugmyndinni fram. „Gísli,“ sagði hún, „eigum við ekki bara að stofna blindrabókasafn?“ „Jú,“ svaraði hann, „en



hvernig förum við að því?“ Þau ákváðu að fara beint til menntamálaráðherra frekar en í gegnum yfirmenn sína. „Mig minnir að Helga hafi sagt að ég hafi sagt: „Við skulum ekkert vera að tala við þau, því að þau fara bara að draga lappirnar í þessu og þá gerist ekkert.““ Ráðherra tók vel í hugmyndina og skipaði þau í nefnd til að sjá um stofnun hljóðbókasafns, Blindrabókasafns. Kristín H. Pétursdóttir, bókafulltrúi ríkisins, gekk líka í nefndina.

Nefndin taldi fimm manns. Helga sá um að semja lögina og tókst að klára drög að lögum um Blindrabókasafn Íslands árið 1981. Lögina voru samþykkt á Alþingi 1982. Í maímánuði 1982 var farið að huga að starfsfólki. Safnið átti að skiptast í þrjár deildir: útláns- og upplýsingadeild, námsbókadeild og tæknideild. Gísli og Helga sóttu hvort um sitt starfið. „Hún á útláns- og upplýsingadeild, ég á tæknideild og við vorum bæði ráðin. En Arnþóri bróður

mínum var hafnað í námsbókadeild. Það var gefin út sú skýring að hann væri blindur og gæti þetta ekki,“ segir Gísli reiður. Arnþór hafði háskólapróf í sagnfræði og fleiri greinum en var vissulega alveg blindur. „Það var náttúrliga ekki hægt að ganga fram hjá honum.“

Að lokum var Gunnar Thoroddsen, þáverandi forsætisráðherra, fenginn til að skipta sér af málinu að beiðni Halldórs Rafnar, formanns Blindrafélagsins. „Gunnar hafði samband við menntamálaráðherra og sagði honum að skipa Arnþór í stöðuna. Og þetta tók bara helvíti mikið á en Arnþór var ráðinn.“

Hljóðbókasafnið var opnað í byrjun febrúar 1984 í húsnæði Blindrafélagsins og nýtti þau tvö stúdíó sem til voru. „Það varð fljótlega gríðarlega mikil framleiðsla á hljóðbókum og

námsbókadeildin tók til starfa og framleiddi hljóðbækur, bæði á venjulegu blindralettri, sem nú er kallað punktaletur, og svo voru stækkaðar bækur fyrir fólk og það var byrjað að framleiða punktaletursbækur fyrir lítil börn.“

Gísli hætti hjá Hljóðbókasafninu í kringum 1984–1985 en hélt áfram að vinna að hljóðbókum í gegnum Blindrafélagið og stofnaði meðal annars Hljóðbókaklúbbinn.

Tónlistin og Kvöldsígling

Í gegnum tíðina hefur Gísli verið virkur í tónlist. „Það er lítið spilað eftir mig í dag,“ segir hann hógvær, „nema kannski Kvöldsígling.“ Ekki er annað hægt en að brosa yfir þessu lítillæti, enda er Kvöldsígling eitt þeirra laga sem margir kunna utan að, lag sem hefur siglt inn í sameiginlegt minni landsmanna.

Hann lærði ungur á blokkflautu, klarínnett og píanó. „Ég kynntist blokkflautunni hjá bróðurdóttur minni, Guðrúnu,“ segir hann og hlær. „Ég varð alveg heillaður.“ Síðan tók klarínettið við, áður en blokkflautan „tók alveg yfir“ aftur. Gísli lék meðal annars með hljómsveitinni Islandica sem ferðaðist víða erlendis og kynnti íslenska tónlist, og fleiri hljómsveitum, og var oft fenginn til að stýra upptökum og hljóðritunum.

Samhliða eigin tónlistarsköpun var Gísli einnig einn af stofnendum Vísnavína, félags sem skapaði opinn vettvang fyrir alþýðutónlist, söngvaskáld og trúbadora í Reykjavík á síðari hluta 8. áratugarins. Í gegnum mánaðarleg Vísnaðkvöld á Hótel Borg og í Þjóðleikhúskjallaranum mótaði hann, ásamt öðrum, rými þar sem ungt fólk, ljóð, lög og óhefðbundin tjáning mættust. Þar fengu margir sitt fyrsta svið, meðal annars Bubbi Morthens með Ísbjarnarblús, og þar tók að

myndast sú lifandi tónlistarhefð sem síðar setti mark sitt á íslenskt tónlistarlíf.

Í dag leikur Gísli með hljómsveitinni Vinir og vandamenn, með vinum sínum úr Vestmannaeyjum, flestum afkomendum Oddgeirs Kristjánssonar og Ása í Bæ. „Oddgeir kenndi mér á flautu,“ segir Gísli. „Dóttursonur hans er forsprakinn í sveitinni og ræður þessu öllu saman. Við hin – við bara hlýðum.“

Hljóðbók.is

Árið 2004 stofnuðu Gísli og Herdís fyrirtækið Hljóðbók.is. „Við fórum að gefa út hljóðbækur,“ segir Gísli, „og urðum raunar til þess að Storytel gat opnað vefi sína hér á landi á sínum tíma, árið 2018. Við áttum þá marga titla og gátum látið þau hafa þá. Við sáum fljótt að okkar eigin heimasíða myndi varla þola samkeppnina við svona stóran aðila.“

Hann heldur þó áfram að framleiða hljóðbækur, þrátt fyrir breyttar aðstæður. Fyrir Gísla og Herdísu snýst þetta ekki aðeins um tæki og titla heldur um raddir – að færa sögur á milli fólks, brúa bil þar sem augu duga ekki, og halda áfram að opna heim bóka fyrir þau sem hlusta.

Barátta fyrir Blindrabókasafninu

Í dag hefur Gísli áhyggjur af framtíð Blindrabókasafnsins sem nú heitir reyndar Hljóðbókasafnið. Fyrirhugaðar sameiningar bókasafna valda honum ugg. „Mér líst afar illa á þetta,“ segir hann. „Það virðist vera hugmynd að steypa Landsbókasafninu, Kvikmyndasafninu og Hljóðbókasafninu saman í eina stóra einingu. Mér finnst það einfaldlega ekki skynsamlegt.“ Hann rifjar upp flutning safnsins frá Hamrahlíð 17 til Kópavogs og telur það hafa verið mikil mistök og vill bókasafnið aftur heim, eins og hann



segir. Að hans mati felst styrkur Hamrahlíðar 17 í samlegðinni sem þar er til staðar. Þar starfa Sjónstöðin og augnlæknar, og þar er Blindrafélagið. „Ef Hljóðbókasafnið væri þar,“ segir Gísli, „þá væri ráðgjöf og þjónusta á einum stað. Fólk utan af landi gæti komið til Reykjavíkur og sinnt mörgum erindum í einni ferð.“

Þjóðarþóklöðuna telur hann hins vegar óhentuga fyrir sjónskert fólk. „Hún er erfið yfirferðar,“ segir hann, „og langt frá öðrum þjónustustöðum sem fólk þarf að heimsækja. Þá er verið að eyða peningum í flutninga og aðlögun í stað þess að styrkja þjónustuna sjálfa.“

„Ég held að Hljóðbókasafnið styrkist frekar með því að vera í húsi Blindrafélagsins,“ segir Gísli, „njóta stuðnings þess og aðgengis, heldur en að verða ein deild í stórri heild.“ Hann hefur sett þessi sjónarmið á blað og sent umsögn til stjórnvalda.

Eftir áratugi í þjónustu aðgengis

Þegar litið er yfir feril Gísla blasir við fjölbreytni og þrautseigja. Hann hefur staðið frammarlega í því að breyta aðgengi blindra og sjónskertra að menningu og upplýsingum. Úr stúdentsprófsnemanum varð hann að frumkvöðull í þáttagerð, útgáfu hljóðbóka, tónlistarmaður og óþreytandi talsmaður aðgengis og réttinda.

Þegar hann er spurður hverju hann sé stoltastur af er svarið skýrt: „Ég held að ég sé einna stoltastur af því að hafa, ásamt Helgu Ólafsdóttur, átt þátt í að Blindrabókasafnið varð til og að almenn hljóðbókaútgáfa festi rætur. Mér var sagt að þetta myndi aldrei borga sig. Svo er ég líka stoltur af því að mér hefur verið tekið vel sem tónlistarmanni.“

Saga Gísla Helgasonar er saga um að fylgja sannfæringu sinni, standa með þeim sem þurfa á stuðningi að halda og breyta samfélagi í hljóði, með seiglu og samvinnu. Hann hefur helgað hljóðbókum líf sitt – og með því opnaði hann heilan heim fyrir þá sem hlusta.

KK





ERU GLERAUGUN ÞÍN SNJÖLL?

Algjör bylting hefur orðið í gervigreindargleraugum frá því að stóru tæknifyrirtækin fóru að leika sér að því að þróa gleraugu fyrir nokkrum árum síðan.

Margar pælingar hafa verið settar fram um mögulega þróun gleraugna samhliða þróun stafrænnar tækni. Sumir þekkja VR-gleraugu sem notuð eru í tölvuleikjaheiminum og geta látið notanda finnast eins og hann sé staddur á allt öðrum stað. Slík gleraugu hafa rutt sér til rúms á ýmsum sviðum, innan kennslu og þjálfunar og í skemmtanaiðnaði. En nú eru komin frá Meta gleraugu sem eru með hátalara og hljóðnema auk myndavélar sem gefa fólki færi á að nota farsímann með því að tala við gleraugun. Þá er hægt að stjórna símanum í gegnum gleraugun með röddinni. Þessi gleraugu eru þar að auki tengd gervigreind

OpenAI og geta svarað ýmsum spurningum og framkvæmt fjölda aðgerða, svo sem að lýsa umhverfi – sem getur nýst blindum og sjónskertum einstaklega vel. Þessi gleraugu eru ekki enn komin á markað á Íslandi en hafa gefið mjög góða raun erlendis.

Svo eru að bætast við ýmsar lausnir í gleraugnaheiminum sem tengjast gervigreind, gleraugu sem eiga að geta skipt um lit eftir aðstæðum og jafnvel styrkleika eftir þörfum notanda. Það er nokkuð ljóst að það verður spennandi að fylgjast með þessari þróun.

RMH



TRÚÐU AÐ ÞÚ GETIR! – FÆRNIBÚÐIR FYRIR BLIND OG SJÓNSKERT BÖRNBLIND OG

Síðasta sumar fóru tvær íslenskar stelpur til Brockport í New York-fylki í Bandaríkjunum til að taka þátt í Færnibúðum, sem á ensku kallast „Camp Abilities“

Camp Abilities eru alþjóðlegar íþrótta- og sumarbúðir fyrir börn og ungmenni sem eru blind eða sjónskert, með eða án heyrnarskerðingar. Markmið búðanna er að efla sjálfstraust, sjálfstæði og lífsgleði þátttakenda í gegnum hreyfingu, leik og íþróttir. Áherslan er á það sem er mögulegt fremur en það sem er takmarkandi og fær hvert barn einstaklingsmiðaða þjálfun og hvatningu frá fagfólki og nemendum í íþróttakennarafræðum. Búðirnar voru stofnaðar árið 1996 af dr. Lauren J. Lieberman í New York-fylki í Bandaríkjunum. Síðan þá hefur verkefnið vaxið hratt og í dag eru Camp Abilities-búðir starfræktar á meira en 30 stöðum víðs vegar um heiminn, Íslandi þar með talið. Hugmyndafræðin

hefur vakið mikla athygli fyrir að brjóta niður hindranir og gera íþróttir aðgengilegar öllum börnum, óháð skerðingum eða fötlun.

Slíkt starf er afskaplega mikilvægt því rannsóknir sýna að þátttaka barna með sérþarfir er mun minni þegar kemur að íþróttum og afþreyingu en barna sem ekki hafa sérþarfir. Þörfin er því mikil við að virkja þennan hóp, efla hann sem og verðandi íþróttakennara. Rannsóknir sýna að þátttaka í Camp Abilities hefur skilað jákvæðum breytingum í hreyfifærni og sjálfstrausti þátttakenda og einnig hjálpað verðandi íþróttakennurum að skilja og aðlaga íþróttir að þörfum barna með sérþarfir.

samskip



Lífeyrismál.is
UPPLÝSINGAVEFUR UM LÍFEYRISMÁL

Það er líka upplifun okkar sem sóttum þessar búðir síðasta sumar að þetta skipti máli. Svona búðir geta verið upphafið að nýjum kafla í lífi þátttakenda. Aukið sjálfstraust á einu sviði getur skilað sér yfir á önnur auk þess sem þátttakendur koma með þekkingu og reynslu heim sem þeir geta miðlað til sinna íþróttakennara og foreldra/forsjármanna. Hópurinn sem sótti Camp Abilities í Brockport sumarið 2025 samanstóð af dr. Inga Þór Einarssyni, lektor við HR, Maríu Sól Jónsdóttur, nemanda við Íþróttadeild Háskólans í Reykjavík, Kristínu Ösp Haraldsdóttur þátttakanda og Sveindísi Helgu Hlédísardóttur þátttakanda. Einnig fórum við, foreldrar þeirra Kristínar Aspar og Sveindísar Helgu, út og dvöldum á hóteli í nágrenni skólans, svona ef eitthvað kæmi upp á. Það reyndist óþarfi og nýttum við tímann í að skoða bæinn og nágrenni. Við fórum til dæmis í dagsferð að Niagara-fossum, fengum að taka þátt í dagskránni í búðunum á þjóðhátíðardaginn 4. júlí og fleira.



Dagskráin í Camp Abilities var fjölbreytt, sund, tennis, hjólreiðar, fimleikar, markbolti, fótbolti, vatnabretti, handverk o.fl. Að auki var öflug dagskrá á kvöldvökum þar sem voru hæfileikakeppnir, spilakvöld, söngur o.fl. Alveg pökkuð dagskrá frá morgni til kvölds, en þó með pásu yfir daginn fyrir börnin til að hlaða batteríin. Þátttakendur og þjálfarar gista á heimavist SUNY Brockport-háskólans meðan á búðunum stendur. Það er líka heilmikil reynsla sem fæst með því að standa á eigin fótum, tala svo til bara ensku og vera þátttakandi í svona alþjóðlegu verkefni. Allt eflir þetta og þroskar þátttakendur.

María Sól, annar fulltrúi okkar í þjálfarateyminu, segist hafa séð mikinn mun á þátttakendum.

Eftir því sem líða fór á búðirnar urðu börnin áræðnari við að prufa nýja hluti, stóðu upp á kvöldvökum og töluðu yfir allan hópinn. Þá urðu þátttakendur sífellt öruggari í þessu nýja alþjóðlega umhverfi og sáu sjálf um samskipti við aðra, bæði starfsfólk og aðra þátttakendur.

Sveindís Helga talaði um að henni hafi þótt skemmtilegast að spila tennis. Leikið var á tennisvöllum undir berum himni í sól og hita. Parna er notaður tennisbolti sem gefur frá sér hljóð og er boltinn einnig stærri og mýkri heldur en hinn hefðbundni; boltinn ferðast því hægar sem er betra fyrir sjónskerta. Hljóðið hjálpar til við að meta ferðalag hans og mýkt hans gerir spilunina öruggari. Minni líkur eru á meiðslum fari bolti í andlit. Allt eykur þetta ánægju af því að spila. Stundum þarf ekki mikið til að aðlaga



S: 660 0770 - www.aftak.is



íþróttir og afþreyingu þannig að öll geti notið.

Kristínu Ösp fannst markbolti skemmtilegastur en þá er leikið í tveimur liðum og öll eru með bundið fyrir augun svo þátttakendur séu jafnir. Leikið er á hnjónum og boltinn er einnig með hljóði. Leikurinn gengur út á að skora í mark andstæðings og hjálpast að við að verja sinn vallarhelming.

Hjólreiðarnar voru á svokölluðum tvímenningshjólum (tandem bikes) en það eru lengri reiðhjól með tveimur sætum og tveimur pedalasettum. Fremri aðilinn getur bæði stýrt og hjólað en sá seinni bara hjólað. Það fannst báðum stelpunum skemmtilegt og hefðu viljað fara í lengri ferðir á hjólunum. Í búðunum var

einnig sjö manna hjól og sátu þá hjólarar í hring, öll með pedalasett en einungis einn aðili gat stýrt hjólinu. Sum kvöldin var farið á ána sem rennur rétt við skólann og fengu þátttakendur kennslu á vatnabretti. Þær stöllur tóku sig svo til eitt kvöldið og sungu fyrir salinn „Húsið og ég“ með dyggri aðstoð salarins. Þann daginn var mjög heitt og svalandi íslensk rigning þeim ofarlega í huga.

Næstu Færnibúðir í Brockport NY eru frá 28. júní til 4. júlí 2026 og má finna upplýsingar um þær inni á www.campabilities.org. Það væri gaman ef næðist góður hópur þátttakenda sem og öflugra verðandi íþróttakennara frá Íslandi.



Það verður gaman að fylgjast með þróun á íslensku Færnibúðunum. Allt starf sem miðar að því að valdefla börn með sérþarfir og aðstoða okkur hin við að læra aðferðir til þess er af hinu góða. Það er full ástæða til að þakka þeim sem staðið hafa að þessum búðum, bæði hérlandis og erlendis. Takk fyrir að trúa á getuna, á lausnir og samvinnu.

Í lokin langar mig að vitna hér í smá bót úr einkunnarlagi búðanna, Try Everything, sem mér finnst afar lýsandi fyrir þann hugrakka hóp sem sækir búðirnar.

I won't give up, no, I won't give in
Till I reach the end, and then I'll start again
No, I won't leave, I wanna try everything

I wanna try even though I could fail
Ef fólk bara áttæði sig á hversu dugleg og hugrökk börn með sérþarfir eru. Þau gefast ekki auðveldlega upp, þau reyna og framkvæma þangað til færni er náð. Þau vilja prófa allt, vitandi að þeim gæti mistekist. En eins og segir í sama lagi þá fljúga fuglar ekki beint úr hreiðrinu, þeir falla margoft til jarðar en fara alltaf aftur upp.

Fegurðin við Færnibúðir er að þar eru öll börn fleyg.

HS



ATVINNULÍFIÐ OG VIÐ

Hlynur Þór segir frá reynslu sinni úr atvinnulífinu.

Ég hef alla tíð notið þess að vinna mikið og hef gaman af því að vinna. Ég hef verið sjálfstætt starfandi einstaklingur, launþegi og rek í dag mitt eigið fyrirtæki. Með árunum hef ég lært inn á sjálfan mig og hvað hentar mér, hvar áhugasvið mitt liggur og hvernig ég vil byggja upp og skipuleggja mitt líf. Það verður að teljast óæskilegt ef atvinna manns virkar illa samhliða öðrum hlutum tilverunnar. Einn af stærstu kostum þess að vera sjálfstætt starfandi er frelsið sem því fylgir, að geta skipulagt vinnudaginn eða geta breytt til, skroppið út yfir daginn og sinnt erindum en unnið þess í stað um kvöldið eða aukalega yfir

helgi. Það þarf umtalsverðan sjálfsaga til að halda þessu fyrirkomulagi svo vel megi vera, en fyrir mig virkar það vel.

Ég er metinn með um 10% sjón. Ég hef svo lengi sem ég man eftir mér lítið velt mér upp úr sjónskerðingu minni og lít ekki á hana sem eitthvað sem skilgreinir mig sem einstakling. Þegar ég var í atvinnuleit tók ég meðvitaða ákvörðun um að greina ekki frá sjónskerðingu minni fyrr en í fyrsta lagi í atvinnuviðtali. Þannig gæti ég tryggt að ég yrði á staðnum þegar og ef það umræðuefni kæmi upp og gæti þá rætt það og svarað spurningum. Þó



að ég hafi sjálfur ekki fundið fyrir skertum tækifærum eða mismunun á vinnumarkaði, þá útilokar það ekki að ég gæti hafa orðið fyrir barðinu á henni án þess að vita af því. Ég hef heyrt reynslusögur frá öðrum, hvort sem um er að ræða blinda eða sjónskerta einstaklinga eða með aðrar fatlanir eða skerðingar. Það er ekki í takt við gildi þess samfélags sem ég tel að við flest viljum búa í að ákveðinn hópur fólks eigi erfiðara með að verða sér úti um atvinnu.

Á mínum tíma sem launþegi starfaði ég hvað lengst hjá Vodafone á Íslandi, síðar Sýn. Ég skal viðurkenna að ég upplifði gjarnan að ég þyrfti að sanna að ég væri jafningi fullsjáandi samstarfsfólks míns, að mín skerðing hefði ekki áhrif á mín afköst eða gæði vinnuframlags. Þegar ég hugsa til baka sé ég að sú pressa var búin til af mér sjálfum og veit ég í raun ekki hvort einhver þörf hafi verið á henni, enda hef ég aldrei upplifað mismunun

á vinnumarkaði á eigin skinni. Hins vegar þegar ég starfa sjálfstætt fyrir einstaklinga, fyrirtæki eða stofnanir færist allt sem kalla mætti starfsmannahald og mannauðsstjórnun frá þeim yfir til mín. Ég er ekki lengur að starfa í nafni annars fyrirtækis, á launaskrá og ábyrgð þeirra. Ég stend og fell með eigin verkum. Kosturinn við þetta fyrirkomulag er að sjónskerðingin mín hættir að vera „þeirra vandamál“ þar sem eingöngu er verið að horfa í gæði þeirrar vinnu sem keypt er af mér. Mínir kunnar þurfa ekki að vita hvort það var yfir höfuð ég sjálfur sem gerði alla vinnuna, eða hvort það hafi verið starfsmaður hjá mér eða jafnvel undirverktaki. Það gefur mér, og öðrum með fatlanir, skerðingar eða aðrar áskoranir, tækifæri til að setja upp vinnuflæði og umhverfi sem hentar okkur. Þú sem starfskraftur getur ýmist unnið alla vinnuna frá A–Ö eða nýtt krafta þína eingöngu þar sem

Stuðningur til sjálfstæðis!

Blindravinnustofan gegnir mikilvægu hlutverki í því að skapa blindu, sjónskertu og öðru fólki með fötlun atvinnu og starfa þar um 25 til 30 einstaklingar.

Blindravinnustofan hefur verið starfandi síðan 1941 og markmið og tilgangur hennar er að veita sínu fólki stöðuga atvinnu sem það gæti stundað sér til lífsviðurværis.

Verkefnin eru mismunandi eins og þau eru mörg en til að byrja með voru helstu verkefnin framleiðsla og sala á burstum. Í dag sér Blindravinnustofan um innpökkun, ljósmyndaskönnun, vörumerkingar og strimlakústagerð. Mikilvægasti hluti starfseminnar er pökkun á hreinlætisvörum sem seldar undir merkjum Blindravinnustofunnar.

Blindravinnustofan stuðlar að auknum stuðningi blindra og sjónskertra til sjálfstæðis



Blindravinnustofan



þeir nýtast best og fengið aðra til að gera rest. Þetta getur klárlega hentað mörgum.

Mitt fyrirtæki heitir Reykjavík Marketing og starfar fyrst og fremst sem stafræn markaðsstofa. Áður starfaði ég sem aðgengis- og upplýsingafulltrúi hjá Blindrafélaginu og nokkur verkefni fylgdu mér úr því starfi yfir til Reykjavík Marketing, þá aðallega starfa ég áfram sem sjálfstæður sérfræðingur í aðgengismálum og umboðsaðili fyrir NaviLens á Íslandi. Ég hugsa stundum, í ljósi þess sem ég geri dagsdaglega í vinnunni, að fá fyrirtæki hefðu ef til vill ráðið inn starfsmann í auglýsingagerð, myndbandsklippingar og aðra

grafíska uppsetningu, sem væri með 10% sjón. En enginn af mínum viðskiptavinum í dag spyr mig hvort það hafi verið ég eða einhver annar sem gerði ákveðin verk, því það eina sem skiptir máli er niðurstaðan, lokaafurðin og árangurinn.

Í ljósi þess að ég er sjálfur sjónskertur og hef verið í sporum atvinnuleitanda, starfsmanns og atvinnurekanda, þá hef ég innsýn og reynslu í þessum málaflokki frá öllum hliðum ef svo má segja. Eins og ég sé þetta, þá eru þrír grunnþættir sem allir þurfa að vinna saman til að jafna stöðu fatlaðra á vinnumarkaði á Íslandi. Þessir þrír þættir eru einstaklingarnir





sjálfir, atvinnurekendur og hið opinbera, bæði ríki og sveitarfélög. Allir þessir aðilar hafa ríkar skyldur og bera allir ábyrgð á því að þetta samspil gangi upp.

Atvinnurekendur þurfa að vera opnir og óhræddir við þann möguleika að ráða inn fatlað starfsfólk, leita að lausnum í stað þess að einblína á vandamál eða hindranir. Hver og einn starfsmaður kemur með eitthvað að borðinu, og við erum eins misjöfn og við erum mörg. Fatlaðir geta haft aðra sýn á hluti en ófatlaðir og einnig má færa rök fyrir því að fatlaðir séu færir í að leysa vandamál eða sjá lausn í erfiðum aðstæðum, enda þurfa margir að gera það oft á dag, þar sem ýmsar hindranir geta orðið á vegi þeirra sem aðrir þurfa aldrei að glíma við.

Einstaklingurinn þarf einnig að búa yfir færni til að nýta sér þann stoðbúnað sem gerir honum kleift að sinna sinni vinnu. Sem dæmi má nefna að blindur einstaklingur sem kann ekki að nota skjálestur í tölvu eða síma gæti átt erfitt uppdráttar að starfa við vinnu þar sem tölvukunnátta er hæfnisskilyrði. Í því tilfelli væri það ekki sök vinnuveitandans að atvinnusambandið gengi ekki upp, því ef einstaklingurinn væri sjálfur vel hæfur að nota sinn stoðbúnað stæði hann jafnfætis öðru starfsfólki. Ef atvinnurekandi horfir hins vegar ekki á þann möguleika að hinn blindi starfskraftur geti unnið á tölvu vegna þess

að hann er blindur mætti skella sökinni á atvinnurekandann.

Víkjum að lokum að hinu opinbera og hlutverki þess í samspilinu. Ýmis stoðbúnaður og aðgengislausnir sem fólk með fötlun gæti þurft á að halda til að sinna vinnu getur kostað fjármuni, tekið meira pláss á vinnustað o.þ.h. Ef ég horfi á þá stöðu atvinnurekanda að vera með tvo umsækjendur um laust starf, báðir hnífjafnir á öllum sviðum en kostnaður vegna stoðbúnaðar við annan þeirra er mikill hvorn er líklegri að ég velji ef ég sem atvinnurekandi þarf að bera þann kostnað? Mögulega leist mér ögn betur á umsækjandann með fötlunina, en þessi kostnaður verður alltaf honum í óhag við ákvarðanatökuna. Hlutverk ríkisins og sveitarfélaga í þessu samspili er að jafna stöðu þessara tveggja aðila, svo fötlunin sem slík og þær þarfir sem henni fylgja verði ekki það sem ræður úrslitum.

Ég er glaður og þakklátur fyrir mína reynslu á íslenskum vinnumarkaði og er stoltur af því að atvinnuþátttaka blindra og sjónskertra á Íslandi er meiri en á hinum Norðurlöndunum. Þetta er hins vegar málaflokkur sem við getum gert betur í og við sem samfélag ættum sífellt að leitast við að gera það.

HPA



Á SKÍÐUM SKEMMTI ÉG MÉR

Hópur útivistarfólks innan Blindrafélagsins dvaldi á Ströndum í byrjun febrúar og naut þess að renna sér á gönguskíðum. Skíðaferðin er orðin hefð því hún var farin fimmta árið í röð. Sandra Dögg Guðmundsdóttir sem er frá Drangnesi hefur verið skipuleggjandi ferðanna í mörg ár.

Skíðafélag Strandamanna sá um kennsluna og stóðu kennararnir sig mjög vel. Þeir voru fjórir og voru þátttakendur mjög ánægðir með kennsluna.

„Kennararnir voru jákvæðir og drífandi. Þeir gáfu skýrar leiðbeiningar og fóru með okkur í alls konar leiki. Þeim finnst væntanlega líka gaman að kenna okkur því flestir hafa verið með í fleiri ár og vonast til að sjá okkur að ári,“

sagði Sandra Dögg. Í nemendahópnum voru ellefu manns, bæði byrjendur og lengra komnir og voru öll grundvallaratriði skíðagöngu kennd.

Mörgum finnst skíðaganga meira krefjandi íþróttagrein en svigskíði. Halldór Sævar Guðbergsson er líka þeirrar skoðunar. Hann segist njóta þess meira að renna sér á svigskíðum. Hann sér ekki en treystir sér í



brekkuna með aðstoðarmanni sem yfirleitt rennir sér fyrir aftan hann. Þannig heyrir hann betur fyrimælin.

Vegna snjóleysis fór kennslan fram á skíðasvæðinu á Steingrímsfjarðarheiði þar sem aðstæður eru til fyrirmyndar. Brautirnar liggja á flatlendi og henta mjög vel fyrir byrjendur. Lengri brautin var 5 km löng og fóru flestir hana.

Sandra Dögg er mjög ánægð með að komast í náttúruna. „Það er geggjað að vera úti, svo mikið frelsi og einfalt að skíða eftir sporunum.“ Samveran er líka mikilvægur hluti af þessum ferðum. Eftir langan dag á skíðum og góða máltíð var gott að skella sér í sund í Bjarnarfirði.

MM





AÐ FÁ AÐ TALA MEÐ EIGIN RÖDD

Margir blindir og sjónskertir nota talgervla til þess að lesa. Talgervillinn les þá það sem stendur á tölvu- eða símaskjá svo við getum áttað okkur á upplýsingunum. En sumir þurfa talgervil til að tjá sig með. Þar á meðal er hópur barna með talmein eða málproskaröskun. Þessir krakkar geta sumir náð tökum á tjáskiptum með tæknilausnum sem þá nota talgervil. Lengi vel hafa einungis verið fullorðinsraddir í boði, en krökkunum finnst skýrt að hljóma eins og gamalt fólk. Nú stefna stjórnvöld ásamt Almennarómi að því að hægt verði að gera barnaraddir, svo krakkarnir fái rödd sem samsvarar þeim betur.

Annar hópur sem hefur áhuga á þróun talgervla er fólk með alvarlega hrörnunarsjúkdóma.

Þar snýst þróun talgervla um að varðveita eigin rödd og breyta í talgervil sem hægt er að nota þegar viðkomandi missir talfærni, svo að maður hljómi eins og maður sjálfur og ekki eins og allir hinir.

Það krefst mikillar vinnu að búa til talgervla. Þó að það sé komin alls konar tækni til að auðvelda það krefst það mikillar forvinnu. Undirstaðan er gagnaöflun. Það þarf að safna miklu magni af raddgögnum og þá er einmitt mikilvægt að hafa fjölbreytnina í fyrirrúmi. Það þarf að safna röddum sem hljóma alls konar, svo hægt sé í framtíðinni að smíða raddir sem þjóna mismunandi hópum.

RMH



**Krílin hennar Línu
Rutar fást í verslun
Blindrafélagsins,
Hamrahlíð 17**

BLINDRAFÉLAGIÐ ÞAKKAR STUÐNINGINN

Reykjavík

A. Margeirsson ehf, Flúðaseli 48
A. Wendel ehf, Tangarhöfða 1
Aðalhreinsir-Drífa ehf, Hringbraut 119
Altak - Artic ehf, Silfursléttu 5
ARGOS ehf-Arkitektastofa Grétars og Stefáns, Eyjarlóð 9
ASK Arkitektar ehf, Rauðarárstíg 10
Atorka ehf verktakar og vélaleiga, Vættaborgum 117
Atvinnueign ehf, Síðumúla 13
Augnlæknar Reykjavíkur ehf, Hamrahlíð 17
ÁTVR Vínbúðir, Stuðlahálsi 2
B&B gluggatjaldahreinsun ehf, Grandagarði 16
B.B.bílaréttingar ehf, Viðarhöfða 6
Ber ehf, Gerðhömrum 30
Birtingur ehf
Bílasalan Heimsbílar ehf, Kletthálsi 2
Bílasmiðurinn hf, Bíldshöfða 16
Bjossi 16 ehf, Jarðverktaki
Blómabúðin Hlíðablóm, Háaleitisbraut 68
Boreal travel ehf, Klapparstíg 25
Bókabúðin Sjónarlind, Bergstaðastræti 7
Bókhaldsstofan Stemma ehf, Sundaborg 3
Bókhaldspjónustan Örninn ehf, Nethyl 2a
Bótamál, Lágmúla 7
Brunahönnun slf, Álfabakka 12
BSI bifreiðaverkstæði ehf, Ásgarði 4
BSRB bandalag starfsmanna ríkis og bæja, Grettisgötu 89
Byggingarfélag Gylfa og Gunnars hf, Borgartúni 31
Café Loki, Lokastíg 28
CU2 ehf - cu2.is, Stangarhyl 6
Daddi's pizza
Dagný Land Design ehf, Brekknaási 9
Dalbær sf, Hlaðbæ 3
Dea Medica ehf, Álfheimum 74
Dental-I ehf, Mörkinni 6
Dómkirkjan í Reykjavík
Dubliner
EEV Framkvæmd og ráðgjöf ehf, Smárarima 25
Ellen Ingvadóttir- löggiltur dómtúlkur og skjalapýðandi
Fasteignamál Lögmansstofa slf, Suðurlandsbraut 20
Ferðakompaníið ehf, Fiskislóð 20
Félag eldri borgara, Stangarhyl 4
Félag íslenskra bifreiðaeigenda, Skúlagötu 19
Félag íslenskra hjúkrunarfræðinga, Suðurlandsbraut 22
Fínka ehf, málningarverktakar, Norðurási 6
Flötur ehf, Hverafold 14
Fold uppboðshús ehf, Rauðarárstíg 12-14
Frakt Flutningsmiðlun ehf, Sóltún 20

Fríkirkjan í Reykjavík, Laufásvegi 13
Fulltingi slf, Höfðabakka 9
G P Skartgripir og úr, Bankastræti 9
Gallerí List listmunaverslun, Skipholti 50a
Garðheimar, Álfabakka 6
Gátun ehf, bókhaldspjónusta, Nóatún 17
Gleraugnaverslunin Glæsibæ ehf, Álfheimum 74
Gló stuðningsfélag - Æfingastöð Reykjadalur
Gnýr ehf
Grettir, vatnskassar ehf, Vagnhöfða 6
Gróðrarstöðin Mörk, Stjörnugróf 18
Grænn markaður ehf, Réttarálsí 2
Gull- og silfursmiðjan Erna ehf, Skipholti 3
Gullnesti ehf, Gylfaflöt 1-3
H.Jónsson ehf, rétting og sprautun, Smiðshöfða 14
Hagi ehf - Hilti, Stórhöfða 37
Hallgrímskirkja, Hallgrímstorgi 1
Hamborgarabúlla Tómasar, Geirsgötu 1
Hampiðjan hf, Skarfagörðum 4
Happdrætti Háskóla Íslands, Dvergshöfða 2
Hárgreiðslustofan Delila & Samson, Vörputorgi 2
Hársnyrtistofan Aida, Blönduhlíð 35
HEI - Medical Travel - hei.is
Hekla hf, Laugavegi 172-174
Helgason og Co ehf, Gylfaflöt 24-30
Henson sports, Brautarholti 24
Hið íslenska bókmenntafélag, Hagatorgi
Hitastýring hf, Ármúla 16
Hjúkrunarheimilið Eir, Hlíðarhúsum 7
Hjúkrunarheimilið Skjól, Kleppsvegi 64
Hljóðbók slf, Ármúla 7b
Hornið veitingastaður, Hafnarstræti 15
Hótel Leifur Eiríksson ehf, Skólavörðustíg 45
Hraði ehf, Ægisíðu 115
Hringsjá endurhæfing, Hátúni 10d
Hugsjá ehf, Ármúla 36
Höfðakaffi ehf, Vagnhöfða 11
Höfði fasteignasala, Suðurlandsbraut 52
Iclean ehf, Skútuvogi 10D
Intellecta ehf, Höfðabakka 9
ÍslandsApótek ehf, Laugavegi 53b
Íslenski barinn ehf, Ingólfsstræti 1a
Ísloft blikk- og stálsmiðja ehf, Bíldshöfða 12
Ísól ehf, Ármúla 17
Íþróttabandalag Reykjavíkur, Engjavegi 6
Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík, Hátúni 14
Íþróttafélagið Fylkir, Fylkisvegi 6
Íþróttasamband fatlaðra, Engjavegi 6
Járn og gler hf, Skútuvogi 1h
JHM - sport.is, Stórhöfða 35
JJ pípulagnir ehf, Dugguvogi 17
JYSK, Höfðabakka 9
K. H. G. Þjónustan ehf, Eirhöfða 14

K16 ehf, byggingaverktaki, Draghálsi 4
 Kjaran ehf, Síðumúla 12-14
 Kjöreign ehf, fasteignasala, Ármúla 21
 Klettur-Skipaafgreiðsla ehf, Korngörðum 5
 Kólus ehf, Tunguhálsi 5
 Krumma ehf, Gylfaflöt 7
 Könnuður ehf, Borgartúni 20
 Lagnalist ehf, Skógarási 6
 Mannverk ehf, Dugguvogi 2
 Mokka-Espresso-Kaffi, Skólavörðustíg 3a
 Múrarmeistarafélag Reykjavíkur, Borgartúni 35
 NORDIK lögfræðipjónusta, Skólavörðustíg 24
 Nortek ehf, Fossaleyni 16
 Olíudreifing ehf, Hólmaslóð 8
 Orka ehf, Stórhöfða 37
 Ormsson, Lágmúla 8
 Ortis tannréttingar slf, Faxafeni 11
 Ó. Johnson & Kaaber - ÍSAM ehf, Blikastaðavegi 2-8, Korputorgi
 Ófeigur gullsmiðja ehf, Skólavörðustíg 5
 ÓG lögmenn ehf, Borgartúni 25
 Ólafur Þorsteinsson ehf, Vatnagörðum 4
 Ósal ehf, Tangarhöfða 4
 Óskaskrín ehf, Suðurlandsbraut 30
 ÓV jarðvegur ehf, Vesturlandsvegi 200
 Pixel ehf, Ármúla 1
 Plast - miðar og tæki ehf, Krókhálsi 1
 PricewaterhouseCoopers ehf, Skógarhlíð 12
 Rafha ehf, Suðurlandsbraut 16
 Rafiðnaðarsamband Íslands, Stórhöfða 31
 Raflax ehf, Lambhagavegi 9
 Rafstjórn ehf, Stangarhýl 1a
 Rafögn, Jónsgeisla 31
 Reiðhjólaverzlunin Berlín, Háaleitisbraut 58-60
 Reykjavíkurborg, Ráðhúsinu
 Reyktal þjónusta ehf, Síðumúla 34
 RJ Verkfræðingar ehf, Stangarhýl 1a
 Rolf Johansen & Co ehf, Skútuvogi 10a
 Rossopomodoro, veitingastaður, Laugavegi 40a
 S H G Steindór Hrannar Grímarsson ehf, Álfheimum 72
 S.Ó.S. Lagnir ehf, Bildshöfða 18
 S4S ehf, Guðríðarstíg 6
 Sameyki stéttarfélag í almannapjónustu, Grettisgötu 89
 Shalimar, Pakistanska veitingahúsið, Austurstræti 4
 Sigurjónsson & Thor ehf, Lágmúla 7
 Sjá - viðmótsprófanir ehf, Laugavegi 13
 Skolphreinsun Ásgeirs sf, Unufelli 13
 Skýrslur og skil, Suðurlandsbraut 46
 Smith og Norland hf, Nóatúni 4
 Snarmerki ehf - skiltagerð og raflagnapjónusta
 Spektra ehf, Laugavegi 178

Spilavinir ehf, Suðurlandsbraut 48
 Stjörnuegg hf, Vallá Kjalarnesi
 Stratus ehf
 Straumkul ehf, Bæjarflöt 19
 Styrja ehf, Depluhólum 5
 Systasamlagið ehf, Óðinsgötu 1
 Tannlæknafélag Íslands, Síðumúla 35
 Tannréttingar sf, Snorrabraut 29
 Tark - Arkitektar, Hátúni 2b
 Teikna – teiknistofa arkitekta ehf, Suðurlandsbraut 20
 Teiknistofan Tröð ehf, Gróska, Bjargargötu 1
 Tensio ehf, Ármúla 18
 Tékkland bifreiðaskoðun ehf, Hátúni 2a
 Trackwell hf, Laugavegi 178
 Trésmiðja Magnúsar F. Jónssonar ehf, Súðarvogi 54
 Trévirki ehf, Skeifunni 3
 Tösku- og hanskabúðin ehf, Laugavegi 103
 Útfarapjónusta Rúnars Geirmundssonar, Þverholti 30
 Úti og inni sf, Þingholtsstræti 27
 Vatnaskil ehf, Síðumúla 28
 Veiðipjónustan Strengir, Smáraríma 30
 Verkfræðistofa Práinn og Benedikt ehf, Laugavegi 178
 Verkfræðistofan Víðsjá ehf, Tryggvagötu 11
 Verslun Guðsteins, Ármúla 11
 Vélvík ehf, Höfðabakka 1
 Vilhjálmsson sf, heildverslun, Sundaborg 1
 Vinnumálastofnun, Grensásvegi 9
 VMB verkfræðipjónusta
 Vörn, öryggisfyrirtæki, Vagnhöfða 17
 Vörukaup ehf, Lambhagavegi 5
 Würth á Íslandi ehf, Norðlingabraut 8
 XCO ehf, Akraseli 9
 Þ.G. verktakar ehf, Lágmúla 7

Seltjarnarnes

Horn í horn ehf, parketlagnir, Unnarbraut 24
 Seltjarnarnesbær, Austurströnd 2

Vogar

Kálfatjarnarsókn, Vatnsleysuströnd

Kópavogur

ALARK arkitektar ehf, Dalvegi 18
 Arkís arkitektar ehf, Vesturvör 7
 AX Lögmennspjónusta slf, Hlíðasmára 6
 Bak Höfn ehf, Jöklalind 8
 BESA ehf, Silfursmára 2
 Bílasprautun og réttingar Auðuns, Auðbrekku 27
 Bílrúðumeistariinn slf, Dalvegi 18
 Blikksmiðjan Vík ehf, Skemmuvegi 42

Einar Ágústsson & Co ehf, Dalvegi 16d
Fagtækni hf, Akralind 6
Félag stjórnenda, Hlíðasmára 8
Fríform ehf, Askalind 3
Fríkirkjan Kefas, Fagrapingi 2a
Fuglar ehf, Urðarhvarfi 6
Funi, Smiðjuvegi 74
goddi.is, Auðbrekku 19
Hafið-fiskverslun ehf, Hlíðasmára 8
HÁ hreinu ehf, Dalvegi 16c
HD ehf. Iðn- og tækniþjónusta, Vesturvör 36
Hljóðbókasafn Íslands
Hreinir Garðar ehf, Víkurhvarfi 4
Iðnaðarlausnir ehf, Akralind 8
Íshúsið ehf, Smiðjuvegi 4a
Íslenskt sjávarfang ehf, Bakkabraut 2
Kalli K ehf -Karl K Karlsson, Víkurhvarfi 1
Karína ehf, Breiðahvarfi 5
Lakkskemman ehf, Skemmuvegi 30
Landmótun sf, Hamraborg 12
Litlaprent ehf, Skemmuvegi 4
Lín design, Smáratorgi
Loft og raftæki ehf, Hjallabrekku 1
Merkjaholt ehf, Bæjarlind 9
Pottagaldrar ehf, Dalbrekku 42
Rafbraut, Dalvegi 16b
Rafport ehf, Auðbrekku 9-11
Rakarastofan Herramenn, Hamraborg 9
Rennsli ehf, pípulagnir, Akralind 1
Snæland, Núpallind 1
Teitur ferðaþjónusta, Dalvegi 22
Útfararstofa Íslands ehf, Auðbrekku 1
Vikingbátar ehf
Zenus gluggatjöld, Víkurhvarfi 2
Öreind ehf, Auðbrekku 3

Garðabær

66° Norður, Miðhrauni 11
Dráttarbílar vélaleiga ehf, Miðhraun 20
Efnalaug og fatahreinsun Garðabæ, Garðatorgi 3
Fagval ehf, Smiðsbúð 4
Garðabær, Garðatorgi 7
Geislatækni ehf - Laser þjónustan, Suðurhrauni 12c
Heildverslunin Aggva ehf, Urðarhæð 8
Kerfóðrun ehf, Hraungötu 3
Loftorka Reykjavík ehf, Miðhrauni 10
Nýprif - ræstingaverktaki ehf, Garðatorgi 2b
Smurstöðin Garðabæ ehf, Litlatúni 1
Úranus ehf, Hegranesi 21
Val - Ás ehf, Suðurhrauni 2

Hafnarfjörður

Annriki, Þjóðbúningar og skart - annriki.is,

Suðurgötu 73
Bílaverk ehf bílamálun og réttingar, Kaplahrauni 10
Blikksmíði ehf, s: 5654111 blikksmidi@simnet.is,
Melabraut 28
Geymsla Eitt ehf, Steinhellu 15
Hafnarfjarðarbær
Hafnarfjarðarhöfn, Óseyrarbraut 4
Hagtak hf, Melabraut 13-15
Hamraborg ehf, Lónsbraut 6
Holtanesti, Melabraut 11
Ísrör ehf, Hringhellu 12
Jarðboranir hf, verktaki, Dalshrauni 1b
Knattspyrnufélagið Haukar, Ásvöllum
Músik og Sport ehf - musikogsport.is,
Reykjavíkurvegi 60
Netorka hf, Dalshrauni 1
Nonni Gull, Strandgötu 37
SIGN ehf, skartgripaverkstæði, Fornubúðum 12
Sjúkraþjálfarinn ehf, Strandgötu 75
Teknís ehf, Einhelli 8
Verkþing ehf, Kaplahrauni 22
Paktak ehf, Grandatröð 3

Reykjanesbær

Benni pípari ehf, Bolafæti 9
Bergraf ehf, Hólmeigsbraut 19h
Bílasprautun Magga Jóns ehf, Iðavöllum 11
Dacoda ehf, Hafnargötu 55
DMM Lausnir ehf, Hafnargötu 91
Ellert Skúlason ehf, Selvík 3
Ferðaþjónusta Reykjaness ehf
Georg V. Hannah sf, Hafnargötu 49
Happy Campers ehf, Stapabraut 21
Kalka sorpeýðingarstöð sf, Berghólabraut 7
Kast.is, Hafnargötu 25
Lotus Car Rental ehf, Flugvöllum 6
Pulsuvagninn í Keflavík
Rafeindir og Tæki ehf, Ægisvöllum 2
Rafiðn ehf, Víkurbraut 1
Rétt sprautun ehf, Smiðjuvöllum 7
Skólar ehf, Keilisbraut 773
Slæging ehf, Básvegi 1
Soho Catering, veisluþjónusta - soho.is,
Hrannargötu 6
Vikurfréttir ehf, Hólmeigsbraut 13

Grindavík

Einhamar Seafood ehf, Verbraut 3a
Grindavíkurbær, Víkurbraut 62
Stakkavík ehf, Bakkalág 15b
Vísir ehf, Hafnargötu 16

Suðurnesjabær

Lighthouse Inn

SI raflagnir ehf, lðngörðum 21

Mosfellsbær

Ágluggar JG ehf, Flugumýri 34

Byggingafélagið Bakki ehf, Þverholti 2

Dalsgarður ehf, gróðrarstöð, Dalsgarði 1

Elektrus ehf, Bröttuhlíð 1

Esja eignir ehf, Hrafnshöfða 25

Glertækni ehf, Völuteigi 21

Hótel Laxnes / Áslákur alvöru sveitakrá í Mosfellsbæ

Ístex hf, Völuteigi 6

Kjósarhreppur, Ásgarði

Kærleikssetrið ehf

Malbikstöðin ehf, Flugumýri 26

MIG Verk ehf, Dvergholti 13

Mosfellsbakarí, Bjarkarholti 3-5

Nonni litli ehf, Þverholti 8

Nýja bílasmiðjan hf, Flugumýri 20

Reykjabúið ehf, Suðurreykjum 1

Stjörnugrís hf, Vallá

VGH-Mosfellsbæ ehf, Flugumýri 36

Ævintýri ehf, hópferðabílar, Krókabyggð 12

Akranes

Apótek Vesturlands ehf, Smiðjuvöllum 32

Hvalfjarðarsveit

Verslunin Einar Ólafsson ehf, Skagabraut 9-11

Vogir ehf, Smiðjuvöllum 17

Borgarnes

Blómasetrið - Kaffi kyrrð, Skúlagötu 13

Landnámssetur Íslands, Brákarbraut 13-15

Sprautu- og bifreiðaverkstæðið Borgarness sf,

Sólbakka 5

Stykkishólmur

Skipavík ehf, Nesvegi 20

Grundarfjörður

Dvalarheimilið Fellaskjól

ILDI ehf, Smiðjustíg 10

Kirkjufell Hotel

Rútuferðir ehf, Sólvöllum 5

Snæfellsbær

Hótel Búðir, Búðir

Hellissandur

Félags- og skólaþjónusta Snæfellinga, Klettsbúð 4

Skarðsvík ehf, Viðvík

Útnes ehf, Háarífi 67

Búðardalur

Rafsel Búðardal ehf, Vesturbraut 20c

Rjómabúið Erpsstaðir ehf

Ísafjörður

Ferðaþjónustan í Heydal, Mjóafirði

Hótel Ísafjörður hf, Silfurtorgi 2

Húsið Ísafirði, Hrannargötu 2

Ísblikk ehf, Árnagötu 1

Smali ehf, Hafraholti 46

Pröstur Marsellíusson ehf, Hnífsdalsvegi 27

Hnífsdalur

Hraðfrystihúsið - Gunnvör hf, Hnífsdalsbryggju

Bolungarvík

Bolungarvíkurkaupstaður

Rafverk AG ehf, Sjávarbraut 3

Sigurgeir G. Jóhannsson ehf, Hafnargötu 17

Verkalýðs- og sjómannafélag Bolungarvíkur,

Hafnargötu 37

Súðavík

Súðavíkurhreppur, Grundarstræti 1

Patreksfjörður

Villi Á ehf, Aðalstræti 122

Tálknafjörður

Garraútgerðin ehf, Eyrarhúsum

Bíldudalur

Íslenska kalkþörungafélagið ehf, Hafnarteigi 4

Pingeyri

Véla- og bílaþjónusta Kristjáns ehf

Drangsnes

Fiskvinnslan Drangur ehf, Aðalbraut 30

Árneshreppur

Árneshreppur - arneshreppur.is

Hvammstangi

Aðaltak slf, Höfðabraut 11

Sláturhús KVH ehf, Norðurbraut 24

Vélaverkstæði Hjartar Eiríkssonar sf, Búlandi 1

Blönduós

Blönduóskirkja

Sauðárkrókur

Aldan - stéttarfélag, Borgarmýri 1

Byggðastofnun, Sauðarmýri 2
Doddi málari ehf, Raftahlíð 73
FISK-Seafood ehf, Háeyri 1
Fjölbautaskóli Norðurlands vestra, Bóknámshúsinu
RH Endurskoðun ehf, Sæmundargötu 1
Steinull hf, Skarðseyri 5
Verslunarmannafélag Skagafjarðar, Borgarmýri 1

Varmahlíð

Langamýri í Skagafirði, fræðslusetur þjóðkirkjunnar

Siglufjörður

JE Vélaverkstæði ehf, Gránugötu 13
Snerpa, ípróttafélag fatlaðra og aldraðra, Lindargötu 2

Akureyri

Baldur Halldórsson ehf, Hlíðarenda
Bifreiðaverkstæði Bjarnhéðins ehf, Fjölnisgötu 2a
Blikkrás ehf, Óseyri 16
Dexta orkutæknilausnir ehf
Dýralæknaþjónusta Eyjafjarðar ehf, Perlugötu 11
Eining-lðja, Skipagötu 14
Enor ehf, Hafnarstræti 53
Eyjafjarðarsveit, Skólatröð 9
Fasteignasalan Byggð, Skipagötu 16
Framtal sf, Kaupangi Mýrarvegi
Grófargil ehf, Glerárgötu 36
Hagvís ehf, Hvammi 1
Herradeild JMJ, Gránufélagsgötu 4
Hvítasunnukirkjan Akureyri
Kjarnafæði Norðlenska hf, Sjávargötu 1
Möðruvallaklausturssókn
S.Guðmundsson ehf, múrverktaki, Klettaborg 19
Samvirkni ehf, Hafnarstræti 97
Slippurinn Akureyri ehf, Naustatanga 2
Straumrás hf, Furuvöllum 3
Veitingastaðurinn Krua Siam, Strandgötu 13
Vélsmiðjan Ásverk ehf, Grímseyjargötu 3

Grenivík

Grýtubakkahreppur

Dalvík

Sæplast Iceland ehf, Gunnarsbraut 12
Whales Hauganes ehf, Hafnargötu 2

Ólafsfjörður

Árni Helgason ehf, vélaverkstæði, Hlíðarvegi 54
Sjómannafélag Ólafsfjarðar, Brekkugötu 9
Skiltagerð Norðurlands ehf, Námuvegi 8

Húsavík

Tjörneshreppur, Ketilsstöðum
Trésmiðjan Rein ehf, Víðimóum 14

Laugar

Pingeyjarsveit

Mývatn

Ásta P Lárusdóttir, Skútustöðum II
Dimmuborgir guesthouse, Geiteyjarströnd 1
Kaffihúsið við Dimmuborgir
Reykjahlíðarsókn

Kópasker

Vökvaþjónusta Kópaskers ehf, Bakkagötu 6

Þórshöfn

B.J. vinnuvélar ehf, Langesvegi 28

Vopnafjörður

Bílar og vélar ehf, Hafnarbyggð 14a
Pétur Valdimar Jónsson, Teigi
Vopnafjarðarhreppur

Egilsstaðir

Ársverk ehf, lðjuseli 5
Gistihúsið Egilsstöðum - Lake Hotel Egilsstaðir, Egilsstöðum 1-2
Héraðsprent ehf, Miðvangi 1
Kjöt- og fiskbúð Austurlands, Kaupvangi 23b
Klassík ehf, Selási 1
Lionsklúbburinn Múli
Menntaskólinn á Egilsstöðum, Tjarnarbraut 25

Reyðarfjörður

Fjarðaveitingar ehf, Austurvegi 21
Launafl ehf, Hrauni 3

Eskifjörður

Egersund Ísland ehf, Hafnargötu 2
Fjarðarþrif ehf, Strandgötu 44
R.H.gröfur ehf, Helgafelli 9

Neskaupstaður

Samvinnufélag útgerðamanna
Síldarvinnslan hf, Hafnarbraut 6
Tannlæknastofan, Hafnarbraut 1
Verkmenntaskóli Austurlands, Mýrargötu 10

Fáskrúðsfjörður

Loðnuvinnslan hf, Skólavegi 59

Höfn í Hornafirði

Jökulsárlón ferðaþjónusta ehf
Málningarþjónusta Horna ehf, Álaugarvegi 1
Rósaberg ehf, Háhóli

Selfoss

Árvirkinn ehf, Eyravegi 32
Bífreiðaverkstæðið Klettur ehf, Hrísmýri 3
Bíltak ehf, Hellismýri 1
Bílverk BÁ ehf, bílamálun og bílaréttingar, Gagnheiði 3
Búhnykkur sf, Stóru-Sandvík
Fjölbautaskóli Suðurlands, Tryggvagötu 25
Flóahreppur, Pingborg
Gheim ehf, Baugstjörn 13
HÚS fasteignasala, Austurvegi 26
JÁ pípulagnir ehf, Suðurgötu 2
Jáverk ehf, Gagnheiði 28
Jóhann Helgi & Co ehf, Vatnsholti 2
Kökugerð H P ehf, Gagnheiði 15
Lagnadeildin ehf, Öndverðarnesi
Mika Restaurant, Skólabraut 4
Pípulagnir Suðurlands ehf, Háheiði 10
Reykhóll ehf, Reykhóli
Suðri ehf, Jórutúni 8
Tannlæknastofa Suðurlands ehf, Austurvegi 9
Taxi Selfossi s: 482 3800, Gagnheiði 21
Tré og Straumur ehf, Björnskoti
Ullarverslunin Pingborg ehf, Gamla Pingborg
VBF Mjólnir ehf, Hrísmýri 1
Verkfræðistofa Guðjóns, Austurvegi 42
Vélaþjónusta Ingvars, Gagnheiði 45
Vélsmiðja Suðurlands ehf, Gagnheiði 5

Hveragerði

Ficus ehf, Bröttuhlíð 2
Flóra garðyrkjustöð, Heiðmörk 38
Hótel Örk, Breiðumörk 1c
Kjörís ehf, Austurmörk 15
Norbygg ehf

Porlákshöfn

Bíliðjan ehf, verkstæði, Unubakka 48
Sveitarfélagið Ölfus, Hafnarbergi 1

Ölfus

Brettavinnslan ehf, Skjólkletti 2
Eldhestar ehf, Völlum

Flúðir

Flúðasvepir ehf, Undirheimum
Kvenfélag Hrunamannahrepps

Hella

Dýrgripir ehf, Ártúni 3
Hellismenn ehf
Kanslarinn veitingahús, Dynskálum 10
Stracta Hótel, Gaddstaðflötum 4

Hvolsvöllur

Kvenfélagið Hallgerður
Rangárþing eystra, Austurvegi 4
Torf ehf, Borgareyrum
Viðskiptaþjónusta Suðurlands - umboð TM
trygginga, Ormsvöllum 7

Vík

Hótel Dyrhólaey Ás
RafSuð ehf, Sunnubraut 17

Kirkjubæjarklaustur

Hótel Klaustur - Bær ehf
Skaftárhreppur, Klausturvegi 4

Vestmannaeyjar

Bílaverkstæði Sigurjóns, Flötum 20
Bókasafn Vestmannaeyja, Safnahúsi
Bragginn sf, bílaverkstæði, Flötum 20
Hótel Vestmannaeyjar, Vestmannabraut 28
Ísfélag hf, Guðmundur Jóhann Árnason, Tangagötu 1
Miðstöðin Vestmannaeyjum ehf, Strandvegi 30
Skipalyftan ehf, Eiðinu
Teiknistofa Páls Zóphóníassonar ehf, Kirkjuvegi 23
Tvisturinn ehf, Faxastíg 36

Verslun Blindrafélagsins

Í hjálpartækjaverslun

Blindrafélagsins er hægt að finna ýmis smáhjálpartæki svo sem úr með stórri skífu, talandi úr, talandi klukkur, stækkunarspegla og ýmislegt fleira sem gagnast blindum og sjónskertum.

Hjálpartækjaverslunin er á skrifstofu félagsins, Hamrahlíð 17



Vefvarp Blindrafélagsins

Í Vefvarpi Blindrafélagsins er hægt að hlusta á rauntímalestur sjónvarpstexta hjá RÚV og fylgjast með erlendu efni í sjónvarpinu.

Lánþegar Hljóðbókasafns Íslands geta hlustað á sínar hljóðbækur í Vefvarpinu og náð í nýjar bækur hjá safninu í hverjum mánuði.

Einnig er að finna ýmislegt annað efni eins og útvarpsstöðvar, sjónvarpsstöðvar, Morgunblaðið, Fréttatímann, aðra fréttamiðla og margt annað.

Mjög auðvelt er að læra á Vefvarpið

Internet-tenging þarf að vera til staðar til að nota Vefvarpið.

Þú þarft ekki að vera félagi í Blindrafélaginu til að fá Vefvarp.

Félagsmenn fá 25% afslátt af leigu.

Nánari upplýsingar er hægt að fá á skrifstofu Blindrafélagsins í síma 525 0000.



Öllum er velkomið að
leigja Vefvarpið.

Þríkrossinn

Tákn heilagrar þrenningar,
falleg fermingargjöf til barna sem þér þykir vænt um.



Þríkrossinn er sívinsæll og glæsilegur
íslenskur skartgripur

Hann er nú einnig fáanlegur úr silfri
í 4 mismunandi stærðum

Þríkrossinn er seldur til styrktar blindum
og sjónskertum á Íslandi

Hann fæst hjá Blindrafélaginu
og helstu skartgripasölum á landinu



Minningar í myndum



Með því að færa gömlu ljósmyndirnar yfir í stafrænt form er hægt að leyfa fleirum að njóta þeirra skemmtilegu minninga sem í þeim felast.

Nú er hægt að draga fram öll gömlu albúmin og fá myndirnar skannaðar inn fyrir hagstætt verð.

Hjá Blindravinnustofunni, þar sem starfa 30 fatlaðir einstaklingar, hefur verið komið upp aðstöðu sem gerir sjónskertum starfsmönnum vinnustofunnar fært að skanna inn ljósmyndir.

Verð er mjög hagstætt, eða frá 28 krónum á mynd.

Ljósmyndaskönnun
Blindravinnustofan
Stuðningur til sjálfstæðis

SJÁÐU MIG!

Ávarp formanns - Sigpór U. Hallfreðsson

Að hafa örugga framfærslu er grunnforsenda fyrir farsæld í hversdagslífi hverrar manneskju. Fyrir flesta felst það í atvinnutekjum en almannatryggingakerfinu er ætlað að grípa þau sem eru óvinnufær.

Þetta vissu frumkvöðlarnir sem stofnuðu Blindravinnustofuna fyrir rúmum 80 árum. Í þá tíð höfðu blindir og sjónskertir takmarkaðan aðgang að atvinnu og enn minni að menntun. Margir lifðu í sárri fátækt og þessu vildi fólk breyta með því að skapa atvinnutækifæri til að geta séð sér og sínum farborða.

Að hafa tækifæri til atvinnu við hæfi hefur víðtækara gildi fyrir einstaklinginn, samfélagið og hagkerfið.

Á vinnustaðnum nýtur fólk félagslegra tengsla og upplifir samfélagslega þátttöku og tilgang sem hefur bein áhrif á andlega vellíðan, svo eitthvað sé nefnt.

Tíðarandinn og tækifærin fyrir blinda og sjónskerta á atvinnumarkaði hafa sem betur fer þróast til betri vegar. Smátt og smátt hafa glerþökin verið brotin og opnað leið að fjölbreyttum störfum þannig að fleiri finna sig í starfi við hæfi.

Nú er sjálfsagt að þessi hópur sækir sér þá menntun sem hugur stendur til og góðu heilli eru blindir og sjónskertir nú að afla sér fjölbreyttrar menntunar og starfsréttinda í framhalds- og háskólum landsins.

En við skulum ekkert fara í grafgötur með að þetta er ekki sá dans á rósum sem ætla mætti. Ennþá mæta okkur hindranir í menntakerfinu og á atvinnumarkaði.

Sumt má rekja til þess að húsnæðið eða aðkoman að vinnustaðnum eða skóla er óaðgengileg og svipaða sögu má segja um takmarkanir sem óaðgengilegar stafrænar lausnir valda. Þetta má allt laga og oftast

með lítilli fyrirhöfn.

Mesta og erfiðasta hindrunin felst þó jafnan í f o r d ó m u m gagnvart fötlun, skilningsleysi og ranghugmyndum um getu þessa hóps.

Ótal frásagnir eru

til um að fólk fái ekki boð í atvinnuviðtal ef það tilgreinir fötlun sína í atvinnuumsókn, jafnvel þó að fötlunin sem slík hafi engin áhrif á starfshæfnina gagnvart viðkomandi starfi. Samsvarandi er upplifun margra af atvinnuviðtali, áhuginn dofna um leið og mætt er á staðinn án þess að viðkomandi fái að gera grein fyrir sér og getu sinni til að sinna starfinu.

Þetta er sameiginleg upplifun allra fötlunarhópa, þar með talinna blindra og sjónskertra um víða veröld, og þetta hefur verið staðfest með mælingum.

Í erlendri könnun voru sendar tvær nær eins ferilskrár, þar sem eini munurinn var að annar umsækjandinn var sagður vera með fötlun sem hafði engin áhrif á starfshæfni. Niðurstaðan var sláandi, ófatlaða umsækjandanum buðust tvöfalt fleiri atvinnuviðtöl en þeim fatlaða.

Því eru það svo mikilvæg skilaboð inn í menntakerfið og atvinnumarkaðinn þegar fatlaður einstaklingur sækir um skólavist eða atvinnu að horft sé til styrkleika viðkomandi. Sjáðu mig og það sem ég hef fram að færa í stað þess að láta fötlunina blinda þér sýn.

Allir geta eitthvað, enginn getur allt.



HLJÓÐBÓKASAFN



Ef lestur verður bara neysla
bls. 4.

INTERNET



Aðgengi
bls. 7.

JÖTUNHUNDAR



Hundahótel á Norðurlandi
bls. 8.

THE BLIND LIFE



Samfélagsmiðlarás
bls. 10.

LÍFIÐ



Sami heimur, aðrar leiðir
bls. 12.

GÍSLI HELGASON



Helgaði líf mitt hljóðbókum
bls. 14.

GLERAUGU



Spennandi þróun
bls. 21.

UNG MENNI



Trúðu að þú getir
bls. 22.

ATVINNULÍFIÐ



Hlynur Þór segir frá reynslu sinni
bls. 26.

SKÍÐI



Útivistarfólk innan Blindrafélagsins
bls. 30.

Viðsjá. Rit Blindrafélagsins, samtaka blindra og sjónskertra á Íslandi. 18. árg. 1. tbl. 2026.

Útgefandi: Blindrafélagið, samtök blindra og sjónskertra á Íslandi, kt.: 470169-2149, Hamrahlíð 17, 105 Reykjavík.

Ábyrgðarmaður: Sigþór U. Hallfreðsson.

Ritstjórn: Marjakaisa Matthíasson og Mónica Elísabet Kjartansdóttir.

Greinahöfundar: Hlédís Sveinsdóttir, Hlynur Þór Agnarsson, Marjakaisa Matthíasson, Mónica Elísabet Kjartansdóttir, Karen Kjartansdóttir, Rósa María Hjörvar og Þorkell Jóhann Steindal.

Ljósmyndir: Ýmsir.

Prentun: Litlaprent

KEAHOTELS : // 1984



AÐGENGI AÐ FJÖLBREYTTUM BÓKMENNTUM

Ef lestur verður bara neysla hverfur jafnrétti til þekkingar

Áform eru uppi um sameiningu Hljóðbókasafns Íslands, Kvikmyndasafns Íslands og Landsbókasafns Íslands – Háskólabókasafns. Sameiningin er kynnt sem stjórnsýsluleg einföldun og fagleg efling, en fyrir notendur Hljóðbókasafnsins vekur hún upp alvarlegar áhyggjur. Þar er ekki um formsatriði að ræða, heldur grundvallarspurningu um jafnan aðgang að þekkingu. Hljóðbókasafnið hefur mjög mikilvægu hlutverki að gegna gagnvart þeim sem ekki geta fært sér venjulegt prentað letur í nyt.

Blindrafélagið leggst gegn þessum áformum menningar-, nýsköpunar- og háskólaráðherra og telur að þau muni skapa óvissu um safnið og getu þess til að standa undir lögbundnu

hlutverki sínu og skyldum stjórnvalda samkvæmt samningi Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks.

Hljóðbókasafn Íslands er ekki almenn bókasafnsþjónusta. Það er sérúrræði með skýrt, lögbundið hlutverk: að tryggja aðgengi að bókmenntum, fræðslu og upplýsingum fyrir fólk sem getur ekki lesið hefðbundið prentað letur. Safnið er jafnframt framleiðslueining sem umbreytir bókum í aðgengilegt form – oft með sértækri útfærslu sem almennir markaðir sinna ekki.

Þetta hlutverk er eðlisólíkt hlutverki Landsbókasafns Íslands – Háskólabókasafns, sem er náms- og rannsóknarbókasafn.





Óttinn er sá að við sameiningu verði sérstaða Hljóðbókasafnsins veikari: aðgengissjónarmið eitt af mörgum, í stað þess að vera kjarni starfseminnar.

Það veldur sérstökum áhyggjum að sameiningin er lögð til án skýrra trygginga. Ekki liggur fyrir hvernig sjálfstæði þjónustunnar verði varið, hvernig tryggt verður að áfram verði framleitt sérhæft efni eða hvernig réttindi notenda verða vernduð þegar hagsmunir stofnananna rekast á. Óljóst er hvernig fjárveitingar til Hljóðbókasafnsins verði tryggðar og rekjanlegar til lögbundinna verkefna þess við þjónustu við notendur. Þegar slíkar tryggingar vantar er hætt við að ákvarðanir ráðist af hagkvæmni, umfangi og almennri notkun, fremur en þörfum þeirra sem þjónustan var sérstaklega ætluð.

Þessi ótti er ekki byggður á vangaveltum einum saman. Í Finnlandi var Aðgengisbókasafnið Celia, systurbókasafn Hljóðbókasafnsins hér heima, sameinað Þjóðskjalasafni Finnlands í byrjun þessa árs. Strax eru komnar sterkar vísbendingar um að bókakosturinn sé að verða fátæklegri, stefnu sem nú þegar sætir vaxandi gagnrýni. Yfir 85% af nýju efni febrúarmánaðar eru sömu bækur og hjá stórum streymisveitum á borð við Storytel, BookBeat og Nextory. Notendahópur þessara streymisveitna hlustar á hljóðbækur fyrst og fremst sér til skemmtunar. Hættan er sú að safnkostur Hljóðbókasafnsins fari að líkjast sífellt meira markaðsframboði: vinsælar glæpasögur, afþreying og ævisögur frægra manna fá forgang, á meðan ljóðlist, klassík, fræðibækur og sérhæft efni hverfa í skuggann.



Þessi breyting er hægfara en kerfisbundin. Framboðið fyrir hópinn sem hefur ekki aðgang að venjulegu lesefni minnkar þegar á boðstólum eru einungis bækur sem borgar sig að framleiða fyrir stóran hlustendahóp.

Fyrir sjáandi lesendur eru hljóðbækur val. Fyrir suma blinda og sjónskerta eru þær eina valið. Að framleiða fábrotið efni er skerðing á rétti. Ef efni er ekki framleitt á aðgengilegu formi er það einfaldlega ekki til. Sérstaklega alvarleg er staða fræðibóka, þar sem hljóðbækur eru oft einfaldaðar: töflur, myndlýsingar og heimildir falla út. Slíkt efni dugar ekki þeim sem vilja læra, stunda nám eða taka virkan þátt í samfélagsumræðu.

Á ekki opinber þjónusta að tryggja að í boði sé efni sem er ekki hæst á sölulistum þegar kjarni málsins er ekki skipulag stofnana heldur jafnræði? Á fólk sem ekki getur lesið prentað letur ekki að hafa sama rétt til fjölbreyttrar bókmennningar og þekkingar og aðrir – eða aðeins aðgang að því sem er vinsælt og arðbært? Ef sameining safnanna verður að veruleika án þess að sérhlutverk Hljóðbókasafnsins sé skýrt, varið og styrkt er hætta á að við stígum skref aftur á bak. Finnska dæmið gefur vísbendingu um stefnu sem við viljum ekki: ef lestur verður bara neysla hverfur jafnrétti til þekkingar.

Sporin hræða, svo það er ekki að undra að notendur Hljóðbókasafnsins séu uggandi.

MM&MEK



INTERNET SEM HENTAR ÖLLUM!

Allir eiga að geta notað vefinn.

Nú liggur fyrir Alþingi frumvarp til laga um vefsetur og smáforrit sem á að tryggja að allir, meðal annars blindir og sjónskertir, geti notað slíkar lausnir. Reglurnar koma frá Evrópusambandinu en byggja á alþjóðastaðli sem kallast WCAG. Í reglunum er unnið með fjórar grunnstoðir: skiljanleika, skynjanleika, öryggi og nothæfni.

Þetta þýðir að þær upplýsingar sem eru á heimasíðu þurfa að vera skiljanlegar, sem getur verið áskorun, sérstaklega fyrir sumar stofnanir sem hafa vanið sig á stofnanamál sem fæstir skilja, þó að það eigi að heita íslenska. Efni þarf líka að vera skynjanlegt, sem þýðir að þeir sem nota talgervil til að lesa eiga að geta notað hann; ef upplýsingar eru á mynd- eða hljóðformi þarf að vera texti líka, svo fólk með sjón- eða heyrnarskerðingu geti numið innihaldið. Öll umgjörð þarf að vera örugg til þess að tryggja að viðkvæmar upplýsingar fari

ekki á víð og dreif og að notendur upplifi traust. Að lokum þurfa lausnir að vera nothæfar; takkar og hlekkir eiga að virka og það þarf að vera hægt að gera það sem beðið er um á heimasíðunni eða í smáforritinu.

Þessi löggjöf á við um stafrænar lausnir á vegum hins opinbera og samhliða henni verður unnið með kynningu og leiðbeiningar fyrir þjónustuveitendur. En í Evrópu á þessi löggjöf við alla þjónustu á vefnum – bæði hins opinbera og einkaaðila – og hefur verið í gildi frá júní í fyrra. Vonir standa til að þessi nýja löggjöf muni gera fleirum kleift að nota stafrænar þjónustuleiðir sem verða sífellt algengari. Ef þú ert sjónskert/ur og langar til þess að læra betur að nota stafrænar lausnir, þá er hægt að hafa samband við ráðgjafa hjá Sjónstöðinni eða tala við skrifstofu Blindrafélagsins.

RMH



„ÉG ÞEKKI EKKI ENDILEGA EIGANDANN EN HUNDINN ÞEKKI ÉG.“

Óskar Harðarson ólst upp á Vopnafirði en á nú heima í Hörgárdal nálægt Þelamörk með konu sinni, Hildi Kristínu Thorstensen. Hjónin stofnuðu hundahóтелиð Jötunhunda í byrjun sumars 2024.

Hugmyndin að hundahótelinu kviknaði þegar þau hjónin voru að byggja húsið sitt og voru að leita að starfsemi heima. Óskar ólst upp í sveit og hafa hundar alltaf verið hluti af lífinu. Vinafólk hjónanna er hundaræktendur og Óskar hefur lengi aðstoðað þau. Það var skortur á hundahótelum og þau hjónin ákváðu

að prófa og byggðu hundahótel með níu stórum stíum. Ef tveir til þrír hundar koma frá sama heimilinu geta þeir verið saman.

„Við ákváðum að byrja ekki með fleiri hunda heldur sjá til. Ef þetta gengur vel, þá getum við



frekar stækkað hótelið,“ segir Óskar.

Óskar er sjónskertur en það hindraði hann ekki í að byggja húsið sjálfur. Hann er ljósfælinn og greinir enga liti. Birtuskilyrði trufla hann mest í daglegu lífi og sem dæmi nefndi hann að hann vinnur helst með bakið í sólinu.

„Við fengum húsið teiknað og það var smíðameistari sem réð yfir verkinu en þeir höfðu ekki tíma til að vinna við þetta. Þeir leyfðu mér að vinna verkið að mestu en voru með yfirsýnina og komu að meta vinnuna og kvitta fyrir að allt væri í lagi.“

Sjónskerðingin truflar Óskar almennt ekki en hann segist þó ekki vera mannglöggur og hlær. „Ég þekki ekki endilega eigandann en hundinn þekki ég, þegar fólk kemur með hunda eða sækir þá.“ Hann þekkir fólk betur af röddinni. „Ég er ekki feiminn við að láta vita af sjónskerðingunni, það vita það allir nálægt mér og ég læt alltaf vita af því í vinnunni.“

Óskar sér allt í svarthvítum tónum. Litir skipta hann engu máli. Almennt finnst honum ekki erfitt að muna eftir hundunum. En hann getur þurft að vanda sig. „Í sumar voru þrír brúnir Labrador-hundar í húsinu og þá þurfti ég að passa mig og muna að einn var með breiðari hálsól, annar með nafnið í ólinni og svo framvegis.“ Stundum gerir maður líka mistök. Einn sinni setti Óskar hund í vitlausa stíu. Hann fór að þefa um allt og þá áttaði Óskar sig á því að hundurinn var ekki á sínum stað.

Óskar hefur haft dýr í kringum sig alla sína ævi og kann að túlka hegðun þeirra nokkuð vel. „Þegar nýju hundarnir eru komnir inn sé ég hvort þeir eru stressaðir og hvernig þeir bregðast við hinum hundunum. Ég tek yfirleitt nýja hundinn út með einhverjum rólegum

hundi. Stundum leiðbeina eigendurnir mér líka með hvaða hunda þeirra hundum líkar við. Ég veiti þeim hundum meiri athygli sem þess þurfa. Um daginn kom til okkar hundur sem var mjög stressaður og hafði aldrei verið skilinn eftir á ókunnugum stað þannig að ég lék meira við hann. Sumir hundar eru mjög háðir manninum og þurfa meiri athygli.“

Óskar hefur unnið við ýmis störf. Hann vildi prófa allt mögulegt til að komast að því hvað hann gæti. Hann telur upp vinnustaði: minkabú, bílaverkstæði, elliheimili, byggingarvinnu, bílrúðuskipti, mjólkursamlag og hestabúgarð á Norður-Írlandi. Sjónskerðingin hefur takmarkað atvinnumöguleikana, helst að því leyti að oft þarf maður bíl. Hann hefur ekki mætt fordómum vegna sjónskerðingar nema á einum stað.

Óskar hefur þó komist að því að honum líkar mjög vel að vinna sjálfstætt og að búa í sveitinni. Starfsemi hundahótelsins hefur farið vel af stað. „Mér líður vel í sveitinni í kringum hunda og hesta. Ég vinn einn og finn í rólegheitunum hvernig best er að gera hlutina. Ég hef verið mikið einn um ævina en ég er ekki einmana, ætli það sé ekki að manni líði bara vel með sjálfum sér.“

MM



SAM SEAVEY, STJÓRNANDI YOUTUBE-RÁSARINNAR THE BLIND LIFE, HEIMSÓTTI BLINDRAFÉLAGIÐ

Í september 2025 kom Sam Seavey, stjórnandi YouTube-rásarinnar The Blind Life, í heimsókn til Blindrafélagsins.

Sam er frumkvöðull á sviði hjálpartækni fyrir blinda og sjónskerta og hefur byggt upp öflugan samfélagsmiðlarás þar sem hann miðlar reynslu, fróðleik og nýjungum sem geta auðveldað einstaklingum með sjónskerðingu daglegt líf. YouTube-rás hans, sem er með yfir 60.000 áskrifendur, er orðin vinsæll vettvangur fyrir gagnlegar umfjallanir, tæknilausnir og innblástur fyrir fólk um allan heim. Sam Seavey er frá Bandaríkjunum og er búsettur í Kentucky. Sam var aðeins 11 ára gamall þegar hann greindist með Stargardt-sjúkdóminn en sjúkdómurinn veldur sjónskerðingu. Hann hefur í yfir þrjá áratugi tileinkað sér þekkingu á hjálpartækni með það að markmiði að stuðla að og efla sjálfstæði og lífsgæði fólks með sjónskerðingu.

Árið 2013 stofnaði hann YouTube-rásina The Blind Life, sem í dag hefur vaxið og orðið að áhrifamiklum vettvangi þar sem sameinast fræðsla, hvatning og kynning á nýjustu lausnum í hjálpartækni. Í gegnum efni sitt deilir Sam bæði persónulegri reynslu og faglegri þekkingu, sem hefur gert rásina að mikilvægri upplýsingaleið fyrir þúsundir einstaklinga um allan heim.

Þrír viðburðir á vegum Blindrafélagsins með Sam Seavey

Sam hélt þrjá áhugaverða og fræðandi fyrirlestra sem miðaðir voru að ólíkum hópum. Fyrsti viðburðurinn var opinn kynningarfundur þar sem Sam flutti fyrirlestur undir yfyrskriftinni „Lærðu að lifa þínu besta blinda lífi!“ Hann sagði frá sinni persónulegu sögu,





hvernig hann greindist með augnsjúkdóminn Stargardt aðeins 11 ára gamall og hvernig hann hefur nýtt stoðtækni til að lifa sjálfstæðu lífi. Sam hafði einnig meðferðis nokkur hjálpartæki frá Bandaríkjunum sem gestum gafst tækifæri til að prófa og skoða og hann svaraði spurningum gesta.

Næsti viðburður var morgunverðarfundur með fagfólki, fundur ætlaður ráðgjöfum, kennurum og sérfræðingum sem vinna með stoðtækni. Sam fjallaði um kennsluaðferðir, hvatningu og leiðir til að hjálpa notendum að hefja sitt eigið ferðalag með stoðtækni. Umræður snerust um faglegar lausnir og reynslu af þjálfun.

Síðasti viðburðurinn var óformlegur hittingur þar sem notendur og fagfólk spjölluðu við Sam um allt sem tengist hjálpartækni. Rætt var um hvíta stafi, aðgengilega dróna og myndavélar, og gestir fengu að prófa nýjungar eins og Ray-Ban Meta-snjallgleraugu.

Vel heppnaður fræðsluviðburður

Heimsókn Sam Seavey vakti mikla ánægju meðal þátttakenda og undirstrikaði hversu mikilvægt það er að miðla þekkingu og reynslu á sviði stoðtækni. Slíkir viðburðir styrkja tengsl fagfólks og notenda, ýta undir samráð og hvetja til nýsköpunar í þjónustu við blinda og sjónskerta.

Efnið sem Sam framleiðir hefur fjölbreytt notagildi. Hægt er að nýta það sem kennsluefni fyrir samtök og fræðsluaðila sem vilja kynna hjálpartækni og hagnýtar aðferðir til að auðvelda daglegt líf. Þá getur efnið verið gagnlegt þegar kemur að vitundarvakningu þar sem það veitir skýra innsýn í raunverulegar áskoranir og lausnir sem varða aðgengi og fjölbreytileika. Efnið sýnir á skýran og uppbyggilegan hátt að sjálfstæði, virk þátttaka og aukin lífsgæði eru raunhæf og aðgengileg markmið.

MEK



SAMI HEIMUR, AÐRAR LEIÐIR

Ég fæ reglulega spurninguna: „Hvernig er að vera blindur?“ Stundum er hún sögð með varfærni, stundum með einlægri forvitni, og stundum eins og fólk sé að reyna að ganga úr skugga um að ég sé í lagi. Ég skil spurninguna og hún er yfirleitt vel meint. En samt er eitthvað við hana sem fær mig til að staldra við.

Vegna þess að undir henni leynist oft hugmynd sem fólk gerir sér ekki alltaf grein fyrir: að blindan setji mann inn í einhvers konar sérheim. Að lífið mitt sé annað líf. Að tilveran mín snúist fyrst og fremst um það að vera blindur, eins og það sé aðalverkefnið. Ég finn þetta sérstaklega þegar næsta spurning kemur fljótt í kjölfarið: „Hvað gerirðu allan daginn?“

Þá er eins og fólk sé að spyrja ekki bara um daginn minn, heldur um það hvernig blindur dagur virkar. Eins og blindir og sjónskertir eyði deginum í eitthvað sem aðrir gera ekki. Einhvers konar dularfulla blindra og sjónskertra hluti. Ég þykist vita að þetta sé ekki illvilji. Þetta er bara hin eðlilega tilhneiging heilans til að fylla í eyðurnar með ímyndunum þegar hann

skortir reynslu. Þegar við þekkjum ekki ferlið, þá virðist ferlið framandi. En sannleikurinn er bæði einfaldari og jarðbundnari. Ég er að gera nákvæmlega það sama og flestir aðrir. Ég vakna, fer á fætur, fæ mér að borða, klæði mig, skipulegg verkefni, fer út úr húsi, vinn, hreyfi mig, hugsa um heilsuna, hitti fólk, tek þátt í samfélaginu, slaka á, hlæ, pirrast, fresta stundum hlutum og reyni að halda lífinu saman í eðlilegu jafnvægi. Ég er ekki að búa til annað líf. Ég er að lifa sama lífi og þú, í sama heimi.

Munurinn er bara sá að ég fer aðrar leiðir. Það er í raun kjarni málsins. Blindir og sjónskertir eru ekki að gera eitthvað annað. Við erum að gera það sama. Við erum bara að nota aðrar aðferðir. Og þessi munur á aðferð

ruglar stundum fólk svo mikið að það heldur að markmiðin hljóti að vera allt önnur.

Þetta má sjá í smáatriðum. Ef ég fer í búð, þá er ég ekki að fara í „blindrabúð“. Ég er að fara í sömu búð og allir aðrir. Ég er að kaupa mjólk, brauð, ávexti, kaffi og allt hitt sem venjulegt líf krefst. Munurinn er sá að ég les búðina öðruvísi. Ég les hana með hljóði, snertingu, lykt, minni og skipulagi. Ég hlusta á bergmál til að skynja opið rými, finn mun á yfirborði undir fótum, nota leiðarlínur, tel skref og byggi innra kort af staðnum. Ég er ekki að framkvæma töfrabrogð. Ég er bara að vinna með aðrar upplýsingar.

Ef ég fer í vinnuna, þá er ég ekki að sinna einhvers konar sérvinnu sem kallast „vinna fyrir blinda“. Ég er að vinna. Ég svara tölvupóstum, skrifa texta, les skjöl, svara í símann, hitti samstarfsfólk, skipulegg verkefni, leysi vandamál og læri nýtt. Ég geri þetta með tæknilausnum sem eru orðnar svo góðar að þær gera mér kleift að gera flest sem ég þarf. Skjálesarar og talgervlar breyta texta í hljóð. Snjallsíminn getur lesið upp texta á umbúðum, lýst myndum og hjálpað mér að rata. Þetta eru bara verkfæri. Fyrir mér eru þau jafn eðlileg og það að þú horfir á skjá.

Ef ég fer út að ganga, þá er ég ekki að fara í blindragöngu. Ég er bara að ganga. Ég er að hreyfa mig til að viðhalda styrk, jafnvægi og geðheilsu. Ég er að finna takt, hraða og rými. Ég er að fá ferskt loft og vinna úr hugsunum. Að ganga er ekki bara að komast á milli staða. Hún er líka lífeðlisfræðileg endurstilling. Og þessi endurstilling er jafn mikilvæg fyrir mig og þig.

Þegar fólk spyr mig hvað ég geri allan daginn, þá vil ég stundum svara: „Ég er að lifa.“ Og

það er ekki svar til að forðast spurninguna. Það er einfaldlega rétt lýsing. Lífið mitt er ekki stórt kennsluefni um blindu. Það er líf sem inniheldur ábyrgð, óvissu, gleði, metnað og daglegar kröfur. Það er líf sem þarf að virka. Það sem fólk sér hins vegar oftast er ekki þetta. Það sem fólk sér eru augnablikin þar sem aðferðin mín verður sýnileg. Þegar ég nota hvíta stafinn. Þegar ég hlusta með meiri athygli. Þegar ég set hendurnar á hluti til að greina þá. Þegar ég tala við símann minn. Þegar leiðsöguhundur stýrir mér í gegnum mannfjölda. Þá virðist eins og eitthvað sérkennilegt sé í gangi. En þetta eru bara birtingarmyndir af því sama ferli og allir framkvæma: að safna upplýsingum og bregðast við þeim. Ég bara safna upplýsingum eftir öðrum leiðum.

Þegar þetta er skilið, þá breytist viðhorfið. Þá verða blindir og sjónskertir ekki lengur fólk sem þarf stöðugt að vera aðstoðað eða varið, heldur fólk sem er einfaldlega að framkvæma sömu verkefni með aðlögun.

Blinda er ekki dauðadómur. Hún er ekki endir á lífi. Hún er breyting á upplýsingaleið. Hún er breyting á aðferð. Hún getur verið erfið, pirrandi og krefjandi á köflum, alveg eins og aðrar aðstæður í lífi. En hún er ekki nýr heimur, heimurinn er sá sami. Leiðirnar eru bara aðrar.

Ef ég mætti óska mér þess að fólk taki eitt með sér, þá væri það þetta. Þegar þú hittir blinda eða sjónskerta manneskju, þá þarftu ekki að ímynda þér að hún sé á einhvers konar leynilegri braut í tilverunni. Hún er líklega að gera nákvæmlega það sama og þú. Hún er bara að fara aðrar leiðir.

ÞJS



ORKUVEITA
HÚSAVÍKUR



„ÉG ÁKVAÐ AÐ HELGA LÍF MITT HLJÓÐBÓKUM“

Gísli Helgason hefur um áratugaskeið haft djúpstæð áhrif á íslenskt menningarlíf.

Með starfi sínu opnaði hann blindum og sjónskertum aðgang að bókmenntum, fræðslu og upplýsingum, á sama tíma og hann breytti því hvernig samfélagið í heild hugsar um aðgengi og menningarþátttöku. Hann stóð að stofnun Blindrabókasafns Íslands, var brautryðjandi í útgáfu hljóðbóka og starfaði víða á vettvangi útvarps, tónlistar og félagsmála. Í þessu viðtali rekur hann lífshlaup sitt, frá bernsku í Vestmannaeyjum til baráttu fyrir réttindum blindra og áhrifa sinna á íslenskt menningarlíf.

Æskuárin í Vestmannaeyjum

Gísli Helgason fæddist 5. apríl 1952 í Vestmannaeyjum, tuttugu mínútum fyrir níu að morgni. Tvíburabróðir hans, Arnþór, kom í heiminn tíu mínútum á undan honum. „Við þóttum svo líkir að mamma merkti annan með tveimur bindum um vinstri handlegginn og hinn hvítum bindum um hægri handlegginn,“

segir Gísli og hlær. Þetta einfalda merkingakerfi reyndist foreldrum þeirra vel og segir sitt um líkindi bræðranna.

Móðir þeirra, Guðrún Stefánsdóttir, lifði langa ævi og varð 101 árs gömul. Eitt sinn heimsótti Gísli hana á elliheimilið Eir ásamt eiginkonu sinni. „Hún heilsar mér og segir: „Sæll



Sigtryggur minn.“ Sigtryggur var næstelsti bróðir minn og alltaf klæddur í voðalega fin jakkaföt. Ég var þannig klæddur líka þetta sinnið.“ Þegar Gísli leiðréttir hana og segir að hann heiti Gísli neitar hún því alfarið. Það er ekki fyrr en eiginkona hans, Herdís, kynnir sig og segir að hún eigi Gísla sem móðirin brosir og segir: „Þú þarft að merkja hann.“

Þeir tvíburabræður fæddust inn í stóran systkinahóp í Vestmannaeyjum. Þeir voru yngstu börn foreldra sinna sem voru mikið athafnafólk í Eyjum og stunduðu fjölbreyttan atvinnurekstur. Faðir þeirra, Helgi Benediktsson, var áberandi frumkvöðull í atvinnulífi Vestmannaeyja. Heimilið einkenndist af vinnu, ábyrgð og kröfum sem fylgdu lífi í sjávarplássi á fyrri hluta 20. aldar. Fljótlega eftir að þeir bræður fæddust kom í ljós að þeir voru verulega sjónskertir. Fyrir foreldra þeirra varð það ekki tilefni til uppgjafar heldur ákall um að bregðast við af ábyrgð og framsýni. Þau lögðu ríka áherslu á að synirnir fengju góða menntun og tækifæri til að lifa virku lífi, þrátt fyrir þær áskoranir sem sjónskerðingin fól í sér. Sú afstaða, að horfa fyrst til möguleika en ekki til takmarkana, átti eftir að móta bæði uppeldi þeirra bræðra og lífsstefnu.

Blindraskólinn og stúdentspróf

Frá upphafi lögðu foreldrar þeirra ríka áherslu á menntun drengjanna. Aldrei var litið á nám sem aukaatriði eða eitthvað sem mætti víkja til hliðar. Þvert á móti var það skýr afstaða á heimilinu að Arnþór og Gísli skyldu fá sömu tækifæri til menntunar og aðrir.

Þegar ljóst varð að þeir bræður gátu ekki lesið venjulegt letur var farið að skoða sérkennslu.

Þá var aðeins einn kostur í boði: Blindraskólinn á Bjarkargötu 8 í Reykjavík.

Samhliða skólagöngunni fann Gísli fljótt að Blindrafélagið í Hamrahlíð 17 var vettvangur þar sem hann átti heima. „Ég fann strax að þetta var mitt félag.“

Menntaleiðin hélt áfram í Menntaskólann í Reykjavík, þar sem Gísli og Arnþór rufu múra. Þeir urðu fyrstu blindu nemendurnir á Íslandi til að ljúka stúdentsprófi.

Að loknu stúdentsprófi árið 1972 hóf Gísli lögfræðinám við Háskóla Íslands. „Ég var ekki mikill námsmaður,“ viðurkennir hann og bendir á að námið hafi í raun verið „fyrir fram dauðadæmt“ þar sem enginn bókakostur var til á punktalettri. Samt mætti hann til náms í umhverfi sem var að mestu óaðgengilegt, samhliða því sem hann starfaði á skiptiborði Samvinnutrygginga og síðar hjá Sambandi íslenskra samvinnufélaga.

Gosið 1973 og upphaf útvarpsferils

Árið 1973 var Gísli enn í lögfræðinámi við Háskóla Íslands þegar eldgosið hófst í Vestmannaeyjum aðfaranótt 23. janúar. Í annarri viku gossins tók hann eftir auglýsingu um útvarpsþátt sem kallaðist Eyjapistill, en þátturinn féll jafnan niður. Þann 5. febrúar hringdi Stefán Jónsson, fréttamaður á RÚV, í Gísla. Stefán vatt sér beint að efninu. „Jæja, frá og með morgundeginum eigið þið bræður að sjá um fimmtán mínútna langan þátt í útvarpinu á hverjum einasta degi. Hann heitir Eyjapistill.“

„Ég hrópaði í símann: Þú lýgur þessu, Stefán. Svarið lét ekki á sér standa. „Þetta er ákveðið. Þið mætið niður á Skúlagötu á sjöttu hæð





klukkan eitt á morgun. Sjáumst.“ Á heimilinu braust út ringulreið. „Ég henti símanum frá mér og kallaði yfir á Arnþór og mömmu hvað hefði gerst. Engar útgönguleiðir voru gefnar í þessu máli og líklega orðið ljóst að laganámi Gísla væri lokið.

Fyrsti þáttur Eyjapistils fór í loftið 7. febrúar, tveimur dögum eftir símtalið örlagaríka, og var hugsaður sem brú milli Eyjamanna sem höfðu þurft að flýja heimili sín og samfélagið. Í Eyjapistli voru fluttar kveðjur, tilkynningar, fréttir og spjall, oft í beinu sambandi við hlustendur.

Þættirnir voru sendir út alla daga vikunnar. Í ellefu mánuði var Eyjapistill í loftinu daglega, alls yfir 260 þættir sem námu nær hundrað klukkustundum af útsendingum.

Hljóðbækur: lífsstarf kviknar

Um 1974 fóru Gísli og Arnþór að vinna við að afrita gömul segulbönd yfir á kassettur fyrir hljóðbækur. „Við fengum alveg feiknalegan áhuga á því að fara að framleiða hljóðbækur,“ segir hann. Árið eftir, 1975, voru tvö stúdío komin í gagnið hjá Blindrafélaginu í Hamrahlíð 17. „Mér datt í hug hvort það væri ekki sniðugt að gefa út eitthvert hljóðtímarit,“ rifjar hann upp, „þannig að það væri hægt að lesa upp úr dagblöðum inn á snældur og senda til fólks.“ Hugmyndin mætti tortryggni. Gamall starfsmaður hjá Blindrafélaginu var fljótur að setja fyrirvara: „Um leið og þú opnar kjaftinn, þá fýkur milljón út í hverju orði,“ sagði hann. Þrátt fyrir efasemdir varð hugmyndin að veruleika. Sveinn Ásgeirsson, þekktur útvarpsmaður, og félagar úr Lionsklúbbum

Nirði voru fengnir til að lesa efnið inn. Hljóðtímaritið hlaut heitið Valdar greinar og lífði í 44 ár. Fyrir marga blinda og sjónskerta varð það mikilvæg tenging við fréttir, samfélag og daglegt líf.

Á Borgarbókasafninu gekk Gísli að Eiríki Hreini Finnbogasyni, borgarbókaverði og fyrrverandi kennara sínum í íslenskum bókmenntum, með einfalt erindi: að fá lánaða hljóðbókina Paradísarheimt eftir Halldór Laxness. „Hann fór að spjalla við mig,“ segir Gísli, „og sagði nánast orðrétt: „Það er þannig að þú ert annar þeirra sjónskertu manna sem hafa lokið menntaskólaprófi? Ég veit um áhuga þinn á hljóðbókum. Og maður í þinni stöðu á að gera það sem hann getur til að sjá til þess að blint og sjónskert fólk hafi eins mikið af hljóðbókum og hægt er.““ Gísli þagnar augnablik þegar hann rifjar þetta upp. „Þetta greiptist inn í hugann á mér,“ segir hann. „Ég ákvað þarna að helga líf mitt hljóðbókum.“

Gísli var þarna 22 eða 23 ára gamall og frá þeirri stundu tók líf hans og starf nýja stefnu sem átti eftir að móta næstu áratugi.

Gísli vann lengi í hljóðveri Blindrafélagsins í Hamrahlíð 17. „Ég var þar í svona tíu til tólf ár,“ segir hann. „Við framleiddum gríðarlega mikið af hljóðbókum og dagskrárefni. Þetta var mikil og mikilvæg starfsemi.“

„Við vorum vel tækjum búin, og ég varð dálítið eftirsóttur í alls konar hljóðvinnslu,“ bætir hann við. „Það komu tónlistarmenn og alls konar fólk inn í húsið og það hafði áhrif – fólk fór að skilja betur aðstöðu blindra og sjónskertra, hvað var hægt og hvað þurfti að bæta.“

Herdís: örlagaríkur tebolli, samstarf og Ástarjátning

Platan Ástarjátning var nánast tilbúin í ársbyrjun 1995. Um svipað leyti kynntist Gísli Herdís Hallvarðsdóttur – tónlistarkonu, lagahöfundu og bassaleikara sem margir þekkja úr goðsagnakenndu hljómsveitinni Grýlunum. Sjálfur var Gísli þá einnig virkur tónlistarmaður. „Hún kom í te heima hjá mér,“ segir hann. „Við urðum eitthvað viðkvæm og höfum verið saman síðan.“

Hann segir að hann hafi strax sagt henni frá plötunni og því sem lá honum á hjarta. „Mig langaði svo að gefa hana út,“ segir Gísli. „Og hún studdi mig rækilega í því.“ Fljótlega unnu þau saman að verkefnum, þar sem hugmyndir þeirra og reynsla úr tónlistar- og útgáfuheiminum runnu saman.

Platan hlaut heitið Ástarjátning og það var ekki aðeins heiti á hljómplötu heldur spegilmynd af því sem var að gerast í lífi hans á þessum tíma. Hún kom út skömmu síðar og seldist í um 11.000 eintökum.

Ágóðinn af plötunni var notaður til kaupa á blindraletursprentara. Með Ástarjátningu varð ástin ekki aðeins persónuleg, heldur líka verkfæri sem breytti aðgengi og opnaði nýjar leiðir fyrir blint og sjónskert fólk

Blindrabókasafn Íslands: hugmyndin verður að lögum

Árið 1979 komu Gísli og Helga Ólafsdóttir, yfirmaður útlána hljóðbóka hjá Borgarbókasafninu, með byltingarkennda hugmynd. Að hans sögn var það Helga sem kastaði hugmyndinni fram. „Gísli,“ sagði hún, „eigum við ekki bara að stofna blindrabókasafn?“ „Jú,“ svaraði hann, „en



hvernig förum við að því?“ Þau ákváðu að fara beint til menntamálaráðherra frekar en í gegnum yfirmenn sína. „Mig minnir að Helga hafi sagt að ég hafi sagt: „Við skulum ekkert vera að tala við þau, því að þau fara bara að draga lappirnar í þessu og þá gerist ekkert.““ Ráðherra tók vel í hugmyndina og skipaði þau í nefnd til að sjá um stofnun hljóðbókasafns, Blindrabókasafns. Kristín H. Pétursdóttir, bókafulltrúi ríkisins, gekk líka í nefndina.

Nefndin taldi fimm manns. Helga sá um að semja lögina og tókst að klára drög að lögum um Blindrabókasafn Íslands árið 1981. Lögina voru samþykkt á Alþingi 1982. Í maímánuði 1982 var farið að huga að starfsfólki. Safnið átti að skiptast í þrjár deildir: útláns- og upplýsingadeild, námsbókadeild og tæknideild. Gísli og Helga sóttu hvort um sitt starfið. „Hún á útláns- og upplýsingadeild, ég á tæknideild og við vorum bæði ráðin. En Arnþóri bróður

mínum var hafnað í námsbókadeild. Það var gefin út sú skýring að hann væri blindur og gæti þetta ekki,“ segir Gísli reiður. Arnþór hafði háskólapróf í sagnfræði og fleiri greinum en var vissulega alveg blindur. „Það var náttúrliga ekki hægt að ganga fram hjá honum.“

Að lokum var Gunnar Thoroddsen, þáverandi forsætisráðherra, fenginn til að skipta sér af málinu að beiðni Halldórs Rafnar, formanns Blindrafélagsins. „Gunnar hafði samband við menntamálaráðherra og sagði honum að skipa Arnþór í stöðuna. Og þetta tók bara helvíti mikið á en Arnþór var ráðinn.“

Hljóðbókasafnið var opnað í byrjun febrúar 1984 í húsnæði Blindrafélagsins og nýtti þau tvö stúdíó sem til voru. „Það varð fljótlega gríðarlega mikil framleiðsla á hljóðbókum og

námsbókadeildin tók til starfa og framleiddi hljóðbækur, bæði á venjulegu blindralettri, sem nú er kallað punktaletur, og svo voru stækkaðar bækur fyrir fólk og það var byrjað að framleiða punktaletursbækur fyrir lítil börn.“

Gísli hætti hjá Hljóðbókasafninu í kringum 1984–1985 en hélt áfram að vinna að hljóðbókum í gegnum Blindrafélagið og stofnaði meðal annars Hljóðbókaklúbbinn.

Tónlistin og Kvöldsígling

Í gegnum tíðina hefur Gísli verið virkur í tónlist. „Það er lítið spilað eftir mig í dag,“ segir hann hógvær, „nema kannski Kvöldsígling.“ Ekki er annað hægt en að brosa yfir þessu lítillæti, enda er Kvöldsígling eitt þeirra laga sem margir kunna utan að, lag sem hefur siglt inn í sameiginlegt minni landsmanna.

Hann lærði ungur á blokkflautu, klarínnett og píanó. „Ég kynntist blokkflautunni hjá bróðurdóttur minni, Guðrúnu,“ segir hann og hlær. „Ég varð alveg heillaður.“ Síðan tók klarínettið við, áður en blokkflautan „tók alveg yfir“ aftur. Gísli lék meðal annars með hljómsveitinni Islandica sem ferðaðist víða erlendis og kynnti íslenska tónlist, og fleiri hljómsveitum, og var oft fenginn til að stýra upptökum og hljóðritunum.

Samhliða eigin tónlistarsköpun var Gísli einnig einn af stofnendum Vísnavína, félags sem skapaði opinn vettvang fyrir alþýðutónlist, söngvaskáld og trúbadora í Reykjavík á síðari hluta 8. áratugarins. Í gegnum mánaðarleg Vísnaðkvöld á Hótel Borg og í Þjóðleikhúskjallaranum mótaði hann, ásamt öðrum, rými þar sem ungt fólk, ljóð, lög og óhefðbundin tjáning mættust. Þar fengu margir sitt fyrsta svið, meðal annars Bubbi Morthens með Ísbjarnarblús, og þar tók að

myndast sú lifandi tónlistarhefð sem síðar setti mark sitt á íslenskt tónlistarlíf.

Í dag leikur Gísli með hljómsveitinni Vinir og vandamenn, með vinum sínum úr Vestmannaeyjum, flestum afkomendum Oddgeirs Kristjánssonar og Ása í Bæ. „Oddgeir kenndi mér á flautu,“ segir Gísli. „Dóttursonur hans er forsprakinn í sveitinni og ræður þessu öllu saman. Við hin – við bara hlýðum.“

Hljóðbók.is

Árið 2004 stofnuðu Gísli og Herdís fyrirtækið Hljóðbók.is. „Við fórum að gefa út hljóðbækur,“ segir Gísli, „og urðum raunar til þess að Storytel gat opnað vefi sína hér á landi á sínum tíma, árið 2018. Við áttum þá marga titla og gátum látið þau hafa þá. Við sáum fljótt að okkar eigin heimasíða myndi varla þola samkeppnina við svona stóran aðila.“

Hann heldur þó áfram að framleiða hljóðbækur, þrátt fyrir breyttar aðstæður. Fyrir Gísla og Herdísu snýst þetta ekki aðeins um tæki og titla heldur um raddir – að færa sögur á milli fólks, brúa bil þar sem augu duga ekki, og halda áfram að opna heim bóka fyrir þau sem hlusta.

Barátta fyrir Blindrabókasafninu

Í dag hefur Gísli áhyggjur af framtíð Blindrabókasafnsins sem nú heitir reyndar Hljóðbókasafnið. Fyrirhugaðar sameiningar bókasafna valda honum ugg. „Mér líst afar illa á þetta,“ segir hann. „Það virðist vera hugmynd að steypa Landsbókasafninu, Kvikmyndasafninu og Hljóðbókasafninu saman í eina stóra einingu. Mér finnst það einfaldlega ekki skynsamlegt.“ Hann rifjar upp flutning safnsins frá Hamrahlíð 17 til Kópavogs og telur það hafa verið mikil mistök og vill bókasafnið aftur heim, eins og hann



segir. Að hans mati felst styrkur Hamrahlíðar 17 í samlegðinni sem þar er til staðar. Þar starfa Sjónstöðin og augnlæknar, og þar er Blindrafélagið. „Ef Hljóðbókasafnið væri þar,“ segir Gísli, „þá væri ráðgjöf og þjónusta á einum stað. Fólk utan af landi gæti komið til Reykjavíkur og sinnt mörgum erindum í einni ferð.“

Þjódarbókhlöðuna telur hann hins vegar óhentuga fyrir sjónskert fólk. „Hún er erfið yfirferðar,“ segir hann, „og langt frá öðrum þjónustustöðum sem fólk þarf að heimsækja. Þá er verið að eyða peningum í flutninga og aðlögun í stað þess að styrkja þjónustuna sjálfa.“

„Ég held að Hljóðbókasafnið styrkist frekar með því að vera í húsi Blindrafélagsins,“ segir Gísli, „njóta stuðnings þess og aðgengis, heldur en að verða ein deild í stórri heild.“ Hann hefur sett þessi sjónarmið á blað og sent umsögn til stjórnvalda.

Eftir áratugi í þjónustu aðgengis

Þegar litið er yfir feril Gísla blasir við fjölbreytni og þrautseigja. Hann hefur staðið frammarlega í því að breyta aðgengi blindra og sjónskertra að menningu og upplýsingum. Úr stúdentsprófsnemanum varð hann að frumkvöðull í þáttagerð, útgáfu hljóðbóka, tónlistarmaður og óþreytandi talsmaður aðgengis og réttinda.

Þegar hann er spurður hverju hann sé stoltastur af er svarið skýrt: „Ég held að ég sé einna stoltastur af því að hafa, ásamt Helgu Ólafsdóttur, átt þátt í að Blindrabókasafnið varð til og að almenn hljóðbókaútgáfa festi rætur. Mér var sagt að þetta myndi aldrei borga sig. Svo er ég líka stoltur af því að mér hefur verið tekið vel sem tónlistarmanni.“

Saga Gísla Helgasonar er saga um að fylgja sannfæringu sinni, standa með þeim sem þurfa á stuðningi að halda og breyta samfélagi í hljóði, með seiglu og samvinnu. Hann hefur helgað hljóðbókum líf sitt – og með því opnaði hann heilan heim fyrir þá sem hlusta.

KK





ERU GLERAUGUN ÞÍN SNJÖLL?

Algjör bylting hefur orðið í gervigreindargleraugum frá því að stóru tæknifyrirtækin fóru að leika sér að því að þróa gleraugu fyrir nokkrum árum síðan.

Margar pælingar hafa verið settar fram um mögulega þróun gleraugna samhliða þróun stafrænnar tækni. Sumir þekkja VR-gleraugu sem notuð eru í tölvuleikjaheiminum og geta látið notanda finnast eins og hann sé staddur á allt öðrum stað. Slík gleraugu hafa rutt sér til rúms á ýmsum sviðum, innan kennslu og þjálfunar og í skemmtanaiðnaði. En nú eru komin frá Meta gleraugu sem eru með hátalara og hljóðnema auk myndavélar sem gefa fólki færi á að nota farsímann með því að tala við gleraugun. Þá er hægt að stjórna símanum í gegnum gleraugun með röddinni. Þessi gleraugu eru þar að auki tengd gervigreind

OpenAI og geta svarað ýmsum spurningum og framkvæmt fjölda aðgerða, svo sem að lýsa umhverfi – sem getur nýst blindum og sjónskertum einstaklega vel. Þessi gleraugu eru ekki enn komin á markað á Íslandi en hafa gefið mjög góða raun erlendis.

Svo eru að bætast við ýmsar lausnir í gleraugnaheiminum sem tengjast gervigreind, gleraugu sem eiga að geta skipt um lit eftir aðstæðum og jafnvel styrkleika eftir þörfum notanda. Það er nokkuð ljóst að það verður spennandi að fylgjast með þessari þróun.

RMH



TRÚÐU AÐ ÞÚ GETIR! – FÆRNIBÚÐIR FYRIR BLIND OG SJÓNSKERT BÖRNBLIND OG

Síðasta sumar fóru tvær íslenskar stelpur til Brockport í New York-fylki í Bandaríkjunum til að taka þátt í Færnibúðum, sem á ensku kallast „Camp Abilities“

Camp Abilities eru alþjóðlegar íþrótta- og sumarbúðir fyrir börn og ungmenni sem eru blind eða sjónskert, með eða án heyrnarskerðingar. Markmið búðanna er að efla sjálfstraust, sjálfstæði og lífsgleði þátttakenda í gegnum hreyfingu, leik og íþróttir. Áherslan er á það sem er mögulegt fremur en það sem er takmarkandi og fær hvert barn einstaklingsmiðaða þjálfun og hvatningu frá fagfólki og nemendum í íþróttakennarafræðum. Búðirnar voru stofnaðar árið 1996 af dr. Lauren J. Lieberman í New York-fylki í Bandaríkjunum. Síðan þá hefur verkefnið vaxið hratt og í dag eru Camp Abilities-búðir starfræktar á meira en 30 stöðum víðs vegar um heiminn, Íslandi þar með talið. Hugmyndafræðin

hefur vakið mikla athygli fyrir að brjóta niður hindranir og gera íþróttir aðgengilegar öllum börnum, óháð skerðingum eða fötlun.

Slíkt starf er afskaplega mikilvægt því rannsóknir sýna að þátttaka barna með sérþarfir er mun minni þegar kemur að íþróttum og afþreyingu en barna sem ekki hafa sérþarfir. Þörfin er því mikil við að virkja þennan hóp, efla hann sem og verðandi íþróttakennara. Rannsóknir sýna að þátttaka í Camp Abilities hefur skilað jákvæðum breytingum í hreyfifærni og sjálfstrausti þátttakenda og einnig hjálpað verðandi íþróttakennurum að skilja og aðlaga íþróttir að þörfum barna með sérþarfir.

samskip



Lífeyrismál.is
UPPLÝSINGAVEFUR UM LÍFEYRISMÁL

Það er líka upplifun okkar sem sóttum þessar búðir síðasta sumar að þetta skipti máli. Svona búðir geta verið upphafið að nýjum kafla í lífi þátttakenda. Aukið sjálfstraust á einu sviði getur skilað sér yfir á önnur auk þess sem þátttakendur koma með þekkingu og reynslu heim sem þeir geta miðlað til sinna íþróttakennara og foreldra/forsjármanna. Hópurinn sem sótti Camp Abilities í Brockport sumarið 2025 samanstóð af dr. Inga Þór Einarssyni, lektor við HR, Maríu Sól Jónsdóttur, nemanda við Íþróttadeild Háskólans í Reykjavík, Kristínu Ösp Haraldsdóttur þátttakanda og Sveindísi Helgu Hlédísardóttur þátttakanda. Einnig fórum við, foreldrar þeirra Kristínar Aspar og Sveindísar Helgu, út og dvöldum á hóteli í nágrenni skólans, svona ef eitthvað kæmi upp á. Það reyndist óþarfi og nýttum við tímann í að skoða bæinn og nágrenni. Við fórum til dæmis í dagsferð að Niagara-fossum, fengum að taka þátt í dagskránni í búðunum á þjóðhátíðardaginn 4. júlí og fleira.



Dagskráin í Camp Abilities var fjölbreytt, sund, tennis, hjólreiðar, fimleikar, markbolti, fótbolti, vatnabretti, handverk o.fl. Að auki var öflug dagskrá á kvöldvökum þar sem voru hæfileikakeppnir, spilakvöld, söngur o.fl. Alveg pökkuð dagskrá frá morgni til kvölds, en þó með pásu yfir daginn fyrir börnin til að hlaða batteríin. Þátttakendur og þjálfarar gista á heimavist SUNY Brockport-háskólans meðan á búðunum stendur. Það er líka heilmikil reynsla sem fæst með því að standa á eigin fótum, tala svo til bara ensku og vera þátttakandi í svona alþjóðlegu verkefni. Allt eflir þetta og þroskar þátttakendur.

María Sól, annar fulltrúi okkar í þjálfarateyminu, segist hafa séð mikinn mun á þátttakendum.

Eftir því sem líða fór á búðirnar urðu börnin áræðnari við að prufa nýja hluti, stóðu upp á kvöldvökum og töluðu yfir allan hópinn. Þá urðu þátttakendur sífellt öruggari í þessu nýja alþjóðlega umhverfi og sáu sjálf um samskipti við aðra, bæði starfsfólk og aðra þátttakendur.

Sveindís Helga talaði um að henni hafi þótt skemmtilegast að spila tennis. Leikið var á tennisvöllum undir berum himni í sól og hita. Parna er notaður tennisbolti sem gefur frá sér hljóð og er boltinn einnig stærri og mýkri heldur en hinn hefðbundni; boltinn ferðast því hægar sem er betra fyrir sjónskerta. Hljóðið hjálpar til við að meta ferðalag hans og mýkt hans gerir spilunina öruggari. Minni líkur eru á meiðslum fari bolti í andlit. Allt eykur þetta ánægju af því að spila. Stundum þarf ekki mikið til að aðlaga



S: 660 0770 - www.aftak.is



íþróttir og afþreyingu þannig að öll geti notið.

Kristínu Ösp fannst markbolti skemmtilegastur en þá er leikið í tveimur liðum og öll eru með bundið fyrir augun svo þátttakendur séu jafnir. Leikið er á hnjónum og boltinn er einnig með hljóði. Leikurinn gengur út á að skora í mark andstæðings og hjálpast að við að verja sinn vallarhelming.

Hjólreiðarnar voru á svokölluðum tvímenningshjólum (tandem bikes) en það eru lengri reiðhjól með tveimur sætum og tveimur pedalasettum. Fremri aðilinn getur bæði stýrt og hjólað en sá seinni bara hjólað. Það fannst báðum stelpunum skemmtilegt og hefðu viljað fara í lengri ferðir á hjólunum. Í búðunum var

einnig sjö manna hjól og sátu þá hjólarar í hring, öll með pedalasett en einungis einn aðili gat stýrt hjólinu. Sum kvöldin var farið á ána sem rennur rétt við skólann og fengu þátttakendur kennslu á vatnabretti. Þær stöllur tóku sig svo til eitt kvöldið og sungu fyrir salinn „Húsið og ég“ með dyggri aðstoð salarins. Þann daginn var mjög heitt og svalandi íslensk rigning þeim ofarlega í huga.

Næstu Færnibúðir í Brockport NY eru frá 28. júní til 4. júlí 2026 og má finna upplýsingar um þær inni á www.campabilities.org. Það væri gaman ef næðist góður hópur þátttakenda sem og öflugra verðandi íþróttakennara frá Íslandi.



Það verður gaman að fylgjast með þróun á íslensku Færnibúðunum. Allt starf sem miðar að því að valdefla börn með sérþarfir og aðstoða okkur hin við að læra aðferðir til þess er af hinu góða. Það er full ástæða til að þakka þeim sem staðið hafa að þessum búðum, bæði hérlandis og erlendis. Takk fyrir að trúa á getuna, á lausnir og samvinnu.

Í lokin langar mig að vitna hér í smá búið úr einkunnarlagi búðanna, Try Everything, sem mér finnst afar lýsandi fyrir þann hugrakka hóp sem sækir búðirnar.

I won't give up, no, I won't give in
Till I reach the end, and then I'll start again
No, I won't leave, I wanna try everything

I wanna try even though I could fail
Ef fólk bara áttaði sig á hversu dugleg og hugrökk börn með sérþarfir eru. Þau gefast ekki auðveldlega upp, þau reyna og framkvæma þangað til færni er náð. Þau vilja prófa allt, vitandi að þeim gæti mistekist. En eins og segir í sama lagi þá fljúga fuglar ekki beint úr hreiðrinu, þeir falla margoft til jarðar en fara alltaf aftur upp.

Fegurðin við Færnibúðir er að þar eru öll börn fleyg.

HS



ATVINNULÍFIÐ OG VIÐ

Hlynur Þór segir frá reynslu sinni úr atvinnulífinu.

Ég hef alla tíð notið þess að vinna mikið og hef gaman af því að vinna. Ég hef verið sjálfstætt starfandi einstaklingur, launþegi og rek í dag mitt eigið fyrirtæki. Með árunum hef ég lært inn á sjálfan mig og hvað hentar mér, hvar áhugasvið mitt liggur og hvernig ég vil byggja upp og skipuleggja mitt líf. Það verður að teljast óæskilegt ef atvinna manns virkar illa samhliða öðrum hlutum tilverunnar. Einn af stærstu kostum þess að vera sjálfstætt starfandi er frelsið sem því fylgir, að geta skipulagt vinnudaginn eða geta breytt til, skroppið út yfir daginn og sinnt erindum en unnið þess í stað um kvöldið eða aukalega yfir

helgi. Það þarf umtalsverðan sjálfsaga til að halda þessu fyrirkomulagi svo vel megi vera, en fyrir mig virkar það vel.

Ég er metinn með um 10% sjón. Ég hef svo lengi sem ég man eftir mér lítið velt mér upp úr sjónskerðingu minni og lít ekki á hana sem eitthvað sem skilgreinir mig sem einstakling. Þegar ég var í atvinnuleit tók ég meðvitaða ákvörðun um að greina ekki frá sjónskerðingu minni fyrr en í fyrsta lagi í atvinnuviðtali. Þannig gæti ég tryggt að ég yrði á staðnum þegar og ef það umræðuefni kæmi upp og gæti þá rætt það og svarað spurningum. Þó



að ég hafi sjálfur ekki fundið fyrir skertum tækifærum eða mismunun á vinnumarkaði, þá útilokar það ekki að ég gæti hafa orðið fyrir barðinu á henni án þess að vita af því. Ég hef heyrt reynslusögur frá öðrum, hvort sem um er að ræða blinda eða sjónskerta einstaklinga eða með aðrar fatlanir eða skerðingar. Það er ekki í takt við gildi þess samfélags sem ég tel að við flest viljum búa í að ákveðinn hópur fólks eigi erfiðara með að verða sér úti um atvinnu.

Á mínum tíma sem launþegi starfaði ég hvað lengst hjá Vodafone á Íslandi, síðar Sýn. Ég skal viðurkenna að ég upplifði gjarnan að ég þyrfti að sanna að ég væri jafningi fullsjáandi samstarfsfólks míns, að mín skerðing hefði ekki áhrif á mín afköst eða gæði vinnuframlags. Þegar ég hugsa til baka sé ég að sú pressa var búin til af mér sjálfum og veit ég í raun ekki hvort einhver þörf hafi verið á henni, enda hef ég aldrei upplifað mismunun

á vinnumarkaði á eigin skinni. Hins vegar þegar ég starfa sjálfstætt fyrir einstaklinga, fyrirtæki eða stofnanir færist allt sem kalla mætti starfsmannahald og mannauðsstjórnun frá þeim yfir til mín. Ég er ekki lengur að starfa í nafni annars fyrirtækis, á launaskrá og ábyrgð þeirra. Ég stend og fell með eigin verkum. Kosturinn við þetta fyrirkomulag er að sjónskerðingin mín hættir að vera „þeirra vandamál“ þar sem eingöngu er verið að horfa í gæði þeirrar vinnu sem keypt er af mér. Mínir kunnar þurfa ekki að vita hvort það var yfir höfuð ég sjálfur sem gerði alla vinnuna, eða hvort það hafi verið starfsmaður hjá mér eða jafnvel undirverktaki. Það gefur mér, og öðrum með fatlanir, skerðingar eða aðrar áskoranir, tækifæri til að setja upp vinnuflæði og umhverfi sem hentar okkur. Þú sem starfskraftur getur ýmist unnið alla vinnuna frá A–Ö eða nýtt krafta þína eingöngu þar sem

Stuðningur til sjálfstæðis!

Blindravinnustofan gegnir mikilvægu hlutverki í því að skapa blindu, sjónskertu og öðru fólki með fötlun atvinnu og starfa þar um 25 til 30 einstaklingar.

Blindravinnustofan hefur verið starfandi síðan 1941 og markmið og tilgangur hennar er að veita sínu fólki stöðuga atvinnu sem það gæti stundað sér til lífsviðurværis.

Verkefnin eru mismunandi eins og þau eru mörg en til að byrja með voru helstu verkefnin framleiðsla og sala á burstum. Í dag sér Blindravinnustofan um innpökkun, ljósmyndaskönnun, vörumerkingar og strimlakústagerð. Mikilvægasti hluti starfseminnar er pökkun á hreinlætisvörum sem seldar undir merkjum Blindravinnustofunnar.

Blindravinnustofan stuðlar að auknum stuðningi blindra og sjónskertra til sjálfstæðis



Blindravinnustofan



þeir nýtast best og fengið aðra til að gera rest. Þetta getur klárlega hentað mörgum.

Mitt fyrirtæki heitir Reykjavík Marketing og starfar fyrst og fremst sem stafræn markaðsstofa. Áður starfaði ég sem aðgengis- og upplýsingafulltrúi hjá Blindrafélaginu og nokkur verkefni fylgdu mér úr því starfi yfir til Reykjavík Marketing, þá aðallega starfa ég áfram sem sjálfstæður sérfræðingur í aðgengismálum og umboðsaðili fyrir NaviLens á Íslandi. Ég hugsa stundum, í ljósi þess sem ég geri dagsdaglega í vinnunni, að fá fyrirtæki hefðu ef til vill ráðið inn starfsmann í auglýsingagerð, myndbandsklippingar og aðra

grafíska uppsetningu, sem væri með 10% sjón. En enginn af mínum viðskiptavinum í dag spyr mig hvort það hafi verið ég eða einhver annar sem gerði ákveðin verk, því það eina sem skiptir máli er niðurstaðan, lokaafurðin og árangurinn.

Í ljósi þess að ég er sjálfur sjónskertur og hef verið í sporum atvinnuleitanda, starfsmanns og atvinnurekanda, þá hef ég innsýn og reynslu í þessum málaflokki frá öllum hliðum ef svo má segja. Eins og ég sé þetta, þá eru þrír grunnþættir sem allir þurfa að vinna saman til að jafna stöðu fatlaðra á vinnumarkaði á Íslandi. Þessir þrír þættir eru einstaklingarnir





sjálfir, atvinnurekendur og hið opinbera, bæði ríki og sveitarfélög. Allir þessir aðilar hafa ríkar skyldur og bera allir ábyrgð á því að þetta samspil gangi upp.

Atvinnurekendur þurfa að vera opnir og óhræddir við þann möguleika að ráða inn fatlað starfsfólk, leita að lausnum í stað þess að einblína á vandamál eða hindranir. Hver og einn starfsmaður kemur með eitthvað að borðinu, og við erum eins misjöfn og við erum mörg. Fatlaðir geta haft aðra sýn á hluti en ófatlaðir og einnig má færa rök fyrir því að fatlaðir séu færir í að leysa vandamál eða sjá lausn í erfiðum aðstæðum, enda þurfa margir að gera það oft á dag, þar sem ýmsar hindranir geta orðið á vegi þeirra sem aðrir þurfa aldrei að glíma við.

Einstaklingurinn þarf einnig að búa yfir færni til að nýta sér þann stoðbúnað sem gerir honum kleift að sinna sinni vinnu. Sem dæmi má nefna að blindur einstaklingur sem kann ekki að nota skjálestur í tölvu eða síma gæti átt erfitt uppdráttar að starfa við vinnu þar sem tölvukunnátta er hæfnisskilyrði. Í því tilfelli væri það ekki sök vinnuveitandans að atvinnusambandið gengi ekki upp, því ef einstaklingurinn væri sjálfur vel hæfur að nota sinn stoðbúnað stæði hann jafnfætis öðru starfsfólki. Ef atvinnurekandi horfir hins vegar ekki á þann möguleika að hinn blindi starfskraftur geti unnið á tölvu vegna þess

að hann er blindur mætti skella sökinni á atvinnurekandann.

Víkjum að lokum að hinu opinbera og hlutverki þess í samspilinu. Ýmis stoðbúnaður og aðgengislausnir sem fólk með fötlun gæti þurft á að halda til að sinna vinnu getur kostað fjármuni, tekið meira pláss á vinnustað o.þ.h. Ef ég horfi á þá stöðu atvinnurekanda að vera með tvo umsækjendur um laust starf, báðir hnífjafnir á öllum sviðum en kostnaður vegna stoðbúnaðar við annan þeirra er mikill hvorn er líklegri að ég velji ef ég sem atvinnurekandi þarf að bera þann kostnað? Mögulega leist mér ögn betur á umsækjandann með fötlunina, en þessi kostnaður verður alltaf honum í óhag við ákvarðanatökuna. Hlutverk ríkisins og sveitarfélaga í þessu samspili er að jafna stöðu þessara tveggja aðila, svo fötlunin sem slík og þær þarfir sem henni fylgja verði ekki það sem ræður úrslitum.

Ég er glaður og þakklátur fyrir mína reynslu á íslenskum vinnumarkaði og er stoltur af því að atvinnuþátttaka blindra og sjónskertra á Íslandi er meiri en á hinum Norðurlöndunum. Þetta er hins vegar málaflokkur sem við getum gert betur í og við sem samfélag ættum sífellt að leitast við að gera það.

HPA



Á SKÍÐUM SKEMMTI ÉG MÉR

Hópur útivistarfólks innan Blindrafélagsins dvaldi á Ströndum í byrjun febrúar og naut þess að renna sér á gönguskíðum. Skíðaferðin er orðin hefð því hún var farin fimmta árið í röð. Sandra Dögg Guðmundsdóttir sem er frá Drangnesi hefur verið skipuleggjandi ferðanna í mörg ár.

Skíðafélag Strandamanna sá um kennsluna og stóðu kennararnir sig mjög vel. Þeir voru fjórir og voru þátttakendur mjög ánægðir með kennsluna.

„Kennararnir voru jákvæðir og drífandi. Þeir gáfu skýrar leiðbeiningar og fóru með okkur í alls konar leiki. Þeim finnst væntanlega líka gaman að kenna okkur því flestir hafa verið með í fleiri ár og vonast til að sjá okkur að ári,“

sagði Sandra Dögg. Í nemendahópnum voru ellefu manns, bæði byrjendur og lengra komnir og voru öll grundvallaratriði skíðagöngu kennd.

Mörgum finnst skíðaganga meira krefjandi íþróttagrein en svigskíði. Halldór Sævar Guðbergsson er líka þeirrar skoðunar. Hann segist njóta þess meira að renna sér á svigskíðum. Hann sér ekki en treystir sér í



brekkuna með aðstoðarmanni sem yfirleitt rennir sér fyrir aftan hann. Þannig heyrir hann betur fyrimælin.

Vegna snjóleysis fór kennslan fram á skíðasvæðinu á Steingrímsfjarðarheiði þar sem aðstæður eru til fyrirmyndar. Brautirnar liggja á flatlendi og henta mjög vel fyrir byrjendur. Lengri brautin var 5 km löng og fóru flestir hana.

Sandra Dögg er mjög ánægð með að komast í náttúruna. „Það er geggjað að vera úti, svo mikið frelsi og einfalt að skíða eftir sporunum.“ Samveran er líka mikilvægur hluti af þessum ferðum. Eftir langan dag á skíðum og góða máltíð var gott að skella sér í sund í Bjarnarfirði.

MM





AÐ FÁ AÐ TALA MEÐ EIGIN RÖDD

Margir blindir og sjónskertir nota talgervla til þess að lesa. Talgervillinn les þá það sem stendur á tölvu- eða símaskjá svo við getum áttað okkur á upplýsingunum. En sumir þurfa talgervil til að tjá sig með. Þar á meðal er hópur barna með talmein eða málproskaröskun. Þessir krakkar geta sumir náð tökum á tjáskiptum með tæknilausnum sem þá nota talgervil. Lengi vel hafa einungis verið fullorðinsraddir í boði, en krökkunum finnst skýrt að hljóma eins og gamalt fólk. Nú stefna stjórnvöld ásamt Almennarómi að því að hægt verði að gera barnaraddir, svo krakkarnir fái rödd sem samsvarar þeim betur.

Annar hópur sem hefur áhuga á þróun talgervla er fólk með alvarlega hrörnunarsjúkdóma.

Þar snýst þróun talgervla um að varðveita eigin rödd og breyta í talgervil sem hægt er að nota þegar viðkomandi missir talfærni, svo að maður hljómi eins og maður sjálfur og ekki eins og allir hinir.

Það krefst mikillar vinnu að búa til talgervla. Þó að það sé komin alls konar tækni til að auðvelda það krefst það mikillar forvinnu. Undirstaðan er gagnaöflun. Það þarf að safna miklu magni af raddgögnum og þá er einmitt mikilvægt að hafa fjölbreytnina í fyrirrúmi. Það þarf að safna röddum sem hljóma alls konar, svo hægt sé í framtíðinni að smíða raddir sem þjóna mismunandi hópum.

RMH



**Krílin hennar Línu
Rutar fást í verslun
Blindrafélagsins,
Hamrahlíð 17**

BLINDRAFÉLAGIÐ ÞAKKAR STUÐNINGINN

Reykjavík

A. Margeirsson ehf, Flúðaseli 48
A. Wendel ehf, Tangarhöfða 1
Aðalhreinsir-Drífa ehf, Hringbraut 119
Altak - Artic ehf, Silfursléttu 5
ARGOS ehf-Arkitektastofa Grétars og Stefáns, Eyjarlóð 9
ASK Arkitektar ehf, Rauðarárstíg 10
Atorka ehf verktakar og vélaleiga, Vættaborgum 117
Atvinnueign ehf, Síðumúla 13
Augnlæknar Reykjavíkur ehf, Hamrahlíð 17
ÁTVR Vínbúðir, Stuðlahálsi 2
B&B gluggatjaldahreinsun ehf, Grandagarði 16
B.B.bílaréttingar ehf, Viðarhöfða 6
Ber ehf, Gerðhömrum 30
Birtingur ehf
Bílasalan Heimsbílar ehf, Kletthálsi 2
Bílasmiðurinn hf, Bíldshöfða 16
Bjossi 16 ehf, Jarðverktaki
Blómabúðin Hlíðablóm, Háaleitisbraut 68
Boreal travel ehf, Klapparstíg 25
Bókabúðin Sjónarlind, Bergstaðastræti 7
Bókhaldsstofan Stemma ehf, Sundaborg 3
Bókhaldspjónustan Örninn ehf, Nethyl 2a
Bótamál, Lágmúla 7
Brunahönnun slf, Álfabakka 12
BSI bifreiðaverkstæði ehf, Ásgarði 4
BSRB bandalag starfsmanna ríkis og bæja, Grettisgötu 89
Byggingarfélag Gylfa og Gunnars hf, Borgartúni 31
Café Loki, Lokastíg 28
CU2 ehf - cu2.is, Stangarhyl 6
Daddi's pizza
Dagný Land Design ehf, Brekknaási 9
Dalbær sf, Hlaðbæ 3
Dea Medica ehf, Álfheimum 74
Dental-I ehf, Mörkinni 6
Dómkirkjan í Reykjavík
Dubliner
EEV Framkvæmd og ráðgjöf ehf, Smárarima 25
Ellen Ingvadóttir- löggiltur dómtúlkur og skjalapýðandi
Fasteignamál Lögmannsstofa slf, Suðurlandsbraut 20
Ferðakompaníið ehf, Fiskislóð 20
Félag eldri borgara, Stangarhyl 4
Félag íslenskra bifreiðaeigenda, Skúlagötu 19
Félag íslenskra hjúkrunarfræðinga, Suðurlandsbraut 22
Fínka ehf, málningarverktakar, Norðurási 6
Flötur ehf, Hverafold 14
Fold uppboðshús ehf, Rauðarárstíg 12-14
Frakt Flutningsmiðlun ehf, Sóltún 20

Fríkirkjan í Reykjavík, Laufásvegi 13
Fulltingi slf, Höfðabakka 9
G P Skartgripir og úr, Bankastræti 9
Gallerí List listmunaverslun, Skipholti 50a
Garðheimar, Álfabakka 6
Gátun ehf, bókhaldspjónusta, Nóatún 17
Gleraugnaverslunin Glæsibæ ehf, Álfheimum 74
Gló stuðningsfélag - Æfingastöð Reykjadalur
Gnýr ehf
Grettir, vatnskassar ehf, Vagnhöfða 6
Gróðrarstöðin Mörk, Stjörnugróf 18
Grænn markaður ehf, Réttarhálsi 2
Gull- og silfursmiðjan Erna ehf, Skipholti 3
Gullnesti ehf, Gylfaflöt 1-3
H.Jónsson ehf, rétting og sprautun, Smiðshöfða 14
Hagi ehf - Hilti, Stórhöfða 37
Hallgrímskirkja, Hallgrímstorgi 1
Hamborgarabúlla Tómasar, Geirsgötu 1
Hampiðjan hf, Skarfagörðum 4
Happdrætti Háskóla Íslands, Dvergshöfða 2
Hárgreiðslustofan Delila & Samson, Vörputorgi 2
Hársnyrtistofan Aida, Blönduhlíð 35
HEI - Medical Travel - hei.is
Hekla hf, Laugavegi 172-174
Helgason og Co ehf, Gylfaflöt 24-30
Henson sports, Brautarholti 24
Hið íslenska bókmenntafélag, Hagatorgi
Hitastýring hf, Ármúla 16
Hjúkrunarheimilið Eir, Hlíðarhúsum 7
Hjúkrunarheimilið Skjól, Kleppsvegi 64
Hljóðbók slf, Ármúla 7b
Hornið veitingastaður, Hafnarstræti 15
Hótel Leifur Eiríksson ehf, Skólavörðustíg 45
Hraði ehf, Ægisíðu 115
Hringsjá endurhæfing, Hátúni 10d
Hugsjá ehf, Ármúla 36
Höfðakaffi ehf, Vagnhöfða 11
Höfði fasteignasala, Suðurlandsbraut 52
Iclean ehf, Skútuvogi 10D
Intellecta ehf, Höfðabakka 9
ÍslandsApótek ehf, Laugavegi 53b
Íslenski barinn ehf, Ingólfsstræti 1a
Ísloft blikk- og stálsmiðja ehf, Bíldshöfða 12
Ísól ehf, Ármúla 17
Íþróttabandalag Reykjavíkur, Engjavegi 6
Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík, Hátúni 14
Íþróttafélagið Fylkir, Fylkisvegi 6
Íþróttasamband fatlaðra, Engjavegi 6
Járn og gler hf, Skútuvogi 1h
JHM - sport.is, Stórhöfða 35
JJ pípulagnir ehf, Dugguvogi 17
JYSK, Höfðabakka 9
K. H. G. Þjónustan ehf, Eirhöfða 14

K16 ehf, byggingaverktaki, Draghálsi 4
 Kjaran ehf, Síðumúla 12-14
 Kjöreign ehf, fasteignasala, Ármúla 21
 Klettur-Skipaafgreiðsla ehf, Korngörðum 5
 Kólus ehf, Tunguhálsi 5
 Krumma ehf, Gylfaflöt 7
 Könnuður ehf, Borgartúni 20
 Lagnalist ehf, Skógarási 6
 Mannverk ehf, Dugguvogi 2
 Mokka-Espresso-Kaffi, Skólavörðustíg 3a
 Múrarmeistarafélag Reykjavíkur, Borgartúni 35
 NORDIK lögfræðipjónusta, Skólavörðustíg 24
 Nortek ehf, Fossaleyni 16
 Olíudreifing ehf, Hólmaslóð 8
 Orka ehf, Stórhöfða 37
 Ormsson, Lágmúla 8
 Ortis tannréttingar slf, Faxafeni 11
 Ó. Johnson & Kaaber - ÍSAM ehf, Blikastaðavegi 2-8, Korputorgi
 Ófeigur gullsmiðja ehf, Skólavörðustíg 5
 ÓG lögmenn ehf, Borgartúni 25
 Ólafur Þorsteinsson ehf, Vatnagörðum 4
 Ósal ehf, Tangarhöfða 4
 Óskaskrín ehf, Suðurlandsbraut 30
 ÓV jarðvegur ehf, Vesturlandsvegi 200
 Pixel ehf, Ármúla 1
 Plast - miðar og tæki ehf, Krókhálsi 1
 PricewaterhouseCoopers ehf, Skógarhlíð 12
 Rafha ehf, Suðurlandsbraut 16
 Rafiðnaðarsamband Íslands, Stórhöfða 31
 Raflax ehf, Lambhagavegi 9
 Rafstjórn ehf, Stangarhýl 1a
 Rafögn, Jónsgeisla 31
 Reiðhjólaverzlunin Berlín, Háaleitisbraut 58-60
 Reykjavíkurborg, Ráðhúsinu
 Reyktal þjónusta ehf, Síðumúla 34
 RJ Verkfræðingar ehf, Stangarhýl 1a
 Rolf Johansen & Co ehf, Skútuvogi 10a
 Rossopomodoro, veitingastaður, Laugavegi 40a
 S H G Steindór Hrannar Grímarsson ehf, Álfheimum 72
 S.Ó.S. Lagnir ehf, Bildshöfða 18
 S4S ehf, Guðríðarstíg 6
 Sameyki stéttarfélag í almannapjónustu, Grettisgötu 89
 Shalimar, Pakistanska veitingahúsið, Austurstræti 4
 Sigurjónsson & Thor ehf, Lágmúla 7
 Sjá - viðmótsprófanir ehf, Laugavegi 13
 Skolphreinsun Ásgeirs sf, Unufelli 13
 Skýrslur og skil, Suðurlandsbraut 46
 Smith og Norland hf, Nóatúni 4
 Snarmerki ehf - skiltagerð og raflagnapjónusta
 Spektra ehf, Laugavegi 178

Spilavinir ehf, Suðurlandsbraut 48
 Stjörnuegg hf, Vallá Kjalarnesi
 Stratus ehf
 Straumkul ehf, Bæjarflöt 19
 Styrja ehf, Depluhólum 5
 Systasamlagið ehf, Óðinsgötu 1
 Tannlæknafélag Íslands, Síðumúla 35
 Tannréttingar sf, Snorrabraut 29
 Tark - Arkitektar, Hátúni 2b
 Teikna – teiknistofa arkitekta ehf, Suðurlandsbraut 20
 Teiknistofan Tröð ehf, Gróska, Bjargargötu 1
 Tensio ehf, Ármúla 18
 Tékkland bifreiðaskoðun ehf, Hátúni 2a
 Trackwell hf, Laugavegi 178
 Trésmiðja Magnúsar F. Jónssonar ehf, Súðarvogi 54
 Trévirki ehf, Skeifunni 3
 Tösku- og hanskabúðin ehf, Laugavegi 103
 Útfarapjónusta Rúnars Geirmundssonar, Þverholti 30
 Úti og inni sf, Þingholtsstræti 27
 Vatnaskil ehf, Síðumúla 28
 Veðiþjónustan Strengir, Smáraríma 30
 Verkfræðistofa Práinn og Benedikt ehf, Laugavegi 178
 Verkfræðistofan Víðsjá ehf, Tryggvagötu 11
 Verslun Guðsteins, Ármúla 11
 Vélvík ehf, Höfðabakka 1
 Vilhjálmsson sf, heildverslun, Sundaborg 1
 Vinnumálastofnun, Grensásvegi 9
 VMB verkfræðipjónusta
 Vörn, öryggisfyrirtæki, Vagnhöfða 17
 Vörukaup ehf, Lambhagavegi 5
 Würth á Íslandi ehf, Norðlingabraut 8
 XCO ehf, Akraseli 9
 Þ.G. verktakar ehf, Lágmúla 7

Seltjarnarnes

Horn í horn ehf, parketlagnir, Unnarbraut 24
 Seltjarnarnesbær, Austurströnd 2

Vogar

Kálfatjarnarsókn, Vatnsleysuströnd

Kópavogur

ALARK arkitektar ehf, Dalvegi 18
 Arkís arkitektar ehf, Vesturvör 7
 AX Lögmennspjónusta slf, Hlíðasmára 6
 Bak Höfn ehf, Jöklalind 8
 BESA ehf, Silfursmára 2
 Bílasprautun og réttingar Auðuns, Auðbrekku 27
 Bílrúðumeistari slf, Dalvegi 18
 Blikksmiðjan Vík ehf, Skemmuvegi 42

Einar Ágústsson & Co ehf, Dalvegi 16d
Fagtækni hf, Akralind 6
Félag stjórnenda, Hlíðasmára 8
Fríform ehf, Askalind 3
Fríkirkjan Kefas, Fagrapingi 2a
Fuglar ehf, Urðarhvarfi 6
Funi, Smiðjuvegi 74
goddi.is, Auðbrekku 19
Hafið-fiskverslun ehf, Hlíðasmára 8
HÁ hreinu ehf, Dalvegi 16c
HD ehf. Iðn- og tækniþjónusta, Vesturvör 36
Hljóðbókasafn Íslands
Hreinir Garðar ehf, Víkurhvarfi 4
Iðnaðarlausnir ehf, Akralind 8
Íshúsið ehf, Smiðjuvegi 4a
Íslenskt sjávarfang ehf, Bakkabraut 2
Kalli K ehf -Karl K Karlsson, Víkurhvarfi 1
Karína ehf, Breiðahvarfi 5
Lakkskemman ehf, Skemmuvegi 30
Landmótun sf, Hamraborg 12
Litlaprent ehf, Skemmuvegi 4
Lín design, Smáratorgi
Loft og raftæki ehf, Hjallabrekku 1
Merkjaholt ehf, Bæjarlind 9
Pottagaldrar ehf, Dalbrekku 42
Rafbraut, Dalvegi 16b
Rafport ehf, Auðbrekku 9-11
Rakarastofan Herramenn, Hamraborg 9
Rennsli ehf, pípulagnir, Akralind 1
Snæland, Núpallind 1
Teitur ferðaþjónusta, Dalvegi 22
Útfararstofa Íslands ehf, Auðbrekku 1
Vikingbátar ehf
Zenus gluggatjöld, Víkurhvarfi 2
Öreind ehf, Auðbrekku 3

Garðabær

66° Norður, Miðhrauni 11
Dráttarbílar vélaleiga ehf, Miðhraun 20
Efnalaug og fatahreinsun Garðabæ, Garðatorgi 3
Fagval ehf, Smiðsbúð 4
Garðabær, Garðatorgi 7
Geislatækni ehf - Laser þjónustan, Suðurhrauni 12c
Heildverslunin Aggva ehf, Urðarhæð 8
Kerfóðrun ehf, Hraungötu 3
Loftorka Reykjavík ehf, Miðhrauni 10
Nýprif - ræstingaverktaki ehf, Garðatorgi 2b
Smurstöðin Garðabæ ehf, Litlatúni 1
Úranus ehf, Hegranesi 21
Val - Ás ehf, Suðurhrauni 2

Hafnarfjörður

Annriki, Þjóðbúningar og skart - annriki.is,

Suðurgötu 73
Bílaverk ehf bílamálun og réttingar, Kaplahrauni 10
Blikksmíði ehf, s: 5654111 blikksmidi@simnet.is,
Melabraut 28
Geymsla Eitt ehf, Steinhellu 15
Hafnarfjarðarbær
Hafnarfjarðarhöfn, Óseyrarbraut 4
Hagtak hf, Melabraut 13-15
Hamraborg ehf, Lónsbraut 6
Holtanesti, Melabraut 11
Ísrör ehf, Hringhellu 12
Jarðboranir hf, verktaki, Dalshrauni 1b
Knattspyrnufélagið Haukar, Ásvöllum
Músik og Sport ehf - musikogsport.is,
Reykjavíkurvegi 60
Netorka hf, Dalshrauni 1
Nonni Gull, Strandgötu 37
SIGN ehf, skartgripaverkstæði, Fornubúðum 12
Sjúkraþjálfarinn ehf, Strandgötu 75
Teknís ehf, Einhelli 8
Verkþing ehf, Kaplahrauni 22
Paktak ehf, Grandatröð 3

Reykjanesbær

Benni pípari ehf, Bolafæti 9
Bergraf ehf, Hólmeigsbraut 19h
Bílasprautun Magga Jóns ehf, Iðavöllum 11
Dacoda ehf, Hafnargötu 55
DMM Lausnir ehf, Hafnargötu 91
Ellert Skúlason ehf, Selvík 3
Ferðaþjónusta Reykjaness ehf
Georg V. Hannah sf, Hafnargötu 49
Happy Campers ehf, Stapabraut 21
Kalka sorpeýðingarstöð sf, Berghólabraut 7
Kast.is, Hafnargötu 25
Lotus Car Rental ehf, Flugvöllum 6
Pulsuvagninn í Keflavík
Rafeindir og Tæki ehf, Ægisvöllum 2
Rafiðn ehf, Víkurbraut 1
Rétt sprautun ehf, Smiðjuvöllum 7
Skólar ehf, Keilisbraut 773
Slæging ehf, Básvegi 1
Soho Catering, veisluþjónusta - soho.is,
Hrannargötu 6
Vikurfréttir ehf, Hólmeigsbraut 13

Grindavík

Einhamar Seafood ehf, Verbraut 3a
Grindavíkurbær, Víkurbraut 62
Stakkavík ehf, Bakkalág 15b
Vísir ehf, Hafnargötu 16

Suðurnesjabær

Lighthouse Inn

SI raflagnir ehf, lðngörðum 21

Mosfellsbær

Ágluggar JG ehf, Flugumýri 34

Byggingafélagið Bakki ehf, Pverholti 2

Dalsgarður ehf, gróðrarstöð, Dalsgarði 1

Elektrus ehf, Bröttuhlíð 1

Esja eignir ehf, Hrafnshöfða 25

Glertækni ehf, Völuteigi 21

Hótel Laxnes / Áslákur alvöru sveitakrá í Mosfellsbæ

Ístex hf, Völuteigi 6

Kjósarhreppur, Ásgarði

Kærleikssetrið ehf

Malbikstöðin ehf, Flugumýri 26

MIG Verk ehf, Dvergholti 13

Mosfellsbakarí, Bjarkarholti 3-5

Nonni litli ehf, Pverholti 8

Nýja bílasmiðjan hf, Flugumýri 20

Reykjabúið ehf, Suðurreykjum 1

Stjörnugrís hf, Vallá

VGH-Mosfellsbæ ehf, Flugumýri 36

Ævintýri ehf, hópferðabílar, Krókabyggð 12

Akranes

Apótek Vesturlands ehf, Smiðjuvöllum 32

Hvalfjarðarsveit

Verslunin Einar Ólafsson ehf, Skagabraut 9-11

Vogir ehf, Smiðjuvöllum 17

Borgarnes

Blómasetrið - Kaffi kyrrð, Skúlagötu 13

Landnámssetur Íslands, Brákarbraut 13-15

Sprautu- og bifreiðaverkstæðið Borgarness sf,

Sólbakka 5

Stykkishólmur

Skipavík ehf, Nesvegi 20

Grundarfjörður

Dvalarheimilið Fellaskjól

ILDI ehf, Smiðjustíg 10

Kirkjufell Hotel

Rútuferðir ehf, Sólvöllum 5

Snæfellsbær

Hótel Búðir, Búðir

Hellissandur

Félags- og skólaþjónusta Snæfellinga, Klettsbúð 4

Skarðsvík ehf, Viðvík

Útnes ehf, Háarífi 67

Búðardalur

Rafsel Búðardal ehf, Vesturbraut 20c

Rjómabúið Erpsstaðir ehf

Ísafjörður

Ferðaþjónustan í Heydal, Mjóafirði

Hótel Ísafjörður hf, Silfurtorgi 2

Húsið Ísafirði, Hrannargötu 2

Ísblikk ehf, Árnagötu 1

Smali ehf, Hafraholti 46

Pröstur Marsellíusson ehf, Hnífsdalsvegi 27

Hnífsdalur

Hraðfrystihúsið - Gunnvör hf, Hnífsdalsbryggju

Bolungarvík

Bolungarvíkurkaupstaður

Rafverk AG ehf, Sjávarbraut 3

Sigurgeir G. Jóhannsson ehf, Hafnargötu 17

Verkalýðs- og sjómannafélag Bolungarvíkur,

Hafnargötu 37

Súðavík

Súðavíkurhreppur, Grundarstræti 1

Patreksfjörður

Villi Á ehf, Aðalstræti 122

Tálknafjörður

Garraútgerðin ehf, Eyrarhúsum

Bíldudalur

Íslenska kalkþörungafélagið ehf, Hafnarteigi 4

Pingeyri

Véla- og bílaþjónusta Kristjáns ehf

Drangsnes

Fiskvinnslan Drangur ehf, Aðalbraut 30

Árneshreppur

Árneshreppur - arneshreppur.is

Hvammstangi

Aðaltak slf, Höfðabraut 11

Sláturhús KVH ehf, Norðurbraut 24

Vélaverkstæði Hjartar Eiríkssonar sf, Búlandi 1

Blönduós

Blönduóskirkja

Sauðárkrókur

Aldan - stéttarfélag, Borgarmýri 1

Byggðastofnun, Sauðarmýri 2
Doddi málari ehf, Raftahlíð 73
FISK-Seafood ehf, Háeyri 1
Fjölbrautaskóli Norðurlands vestra, Bóknámshúsinu
RH Endurskoðun ehf, Sæmundargötu 1
Steinull hf, Skarðseyri 5
Verslunarmannafélag Skagafjarðar, Borgarmýri 1

Varmahlíð

Langamýri í Skagafirði, fræðslusetur þjóðkirkjunnar

Siglufjörður

JE Vélaverkstæði ehf, Gránugötu 13
Snerpa, ípróttafélag fatlaðra og aldraðra, Lindargötu 2

Akureyri

Baldur Halldórsson ehf, Hlíðarenda
Bifreiðaverkstæði Bjarnhéðins ehf, Fjölnisgötu 2a
Blikkrás ehf, Óseyri 16
Dexta orkutæknilausnir ehf
Dýralæknaþjónusta Eyjafjarðar ehf, Perlugötu 11
Eining-lðja, Skipagötu 14
Enor ehf, Hafnarstræti 53
Eyjafjarðarsveit, Skólatröð 9
Fasteignasalan Byggð, Skipagötu 16
Framtal sf, Kaupangi Mýrarvegi
Grófargil ehf, Glerárgötu 36
Hagvís ehf, Hvammi 1
Herradeild JMJ, Gránufélagsgötu 4
Hvítasunnukirkjan Akureyri
Kjarnafæði Norðlenska hf, Sjávargötu 1
Möðruvallaklausturssókn
S.Guðmundsson ehf, múrverktaki, Klettaborg 19
Samvirkni ehf, Hafnarstræti 97
Slippurinn Akureyri ehf, Naustatanga 2
Straumrás hf, Furuvöllum 3
Veitingastaðurinn Krua Siam, Strandgötu 13
Vélsmiðjan Ásverk ehf, Grímseyjargötu 3

Grenivík

Grýtubakkahreppur

Dalvík

Sæplast Iceland ehf, Gunnarsbraut 12
Whales Hauganes ehf, Hafnargötu 2

Ólafsfjörður

Árni Helgason ehf, vélaverkstæði, Hlíðarvegi 54
Sjómannafélag Ólafsfjarðar, Brekkugötu 9
Skiltagerð Norðurlands ehf, Námuvegi 8

Húsavík

Tjörneshreppur, Ketilsstöðum
Trésmiðjan Rein ehf, Víðimóum 14

Laugar

Pingeyjarsveit

Mývatn

Ásta P Lárusdóttir, Skútustöðum II
Dimmuborgir guesthouse, Geiteyjarströnd 1
Kaffihúsið við Dimmuborgir
Reykjahlíðarsókn

Kópasker

Vökvaþjónusta Kópaskers ehf, Bakkagötu 6

Þórshöfn

B.J. vinnuvélar ehf, Langesvegi 28

Vopnafjörður

Bílar og vélar ehf, Hafnarbyggð 14a
Pétur Valdimar Jónsson, Teigi
Vopnafjarðarhreppur

Egilsstaðir

Ársverk ehf, lðjuseli 5
Gistihúsið Egilsstöðum - Lake Hotel Egilsstaðir, Egilsstöðum 1-2
Héraðsprent ehf, Miðvangi 1
Kjöt- og fiskbúð Austurlands, Kaupvangi 23b
Klassík ehf, Selási 1
Lionsklúbburinn Múli
Menntaskólinn á Egilsstöðum, Tjarnarbraut 25

Reyðarfjörður

Fjarðaveitingar ehf, Austurvegi 21
Launafl ehf, Hrauni 3

Eskifjörður

Egersund Ísland ehf, Hafnargötu 2
Fjarðarþrif ehf, Strandgötu 44
R.H.gröfur ehf, Helgafelli 9

Neskaupstaður

Samvinnufélag útgerðamanna
Síldarvinnslan hf, Hafnarbraut 6
Tannlæknastofan, Hafnarbraut 1
Verkmenntaskóli Austurlands, Mýrargötu 10

Fáskrúðsfjörður

Loðnuvinnslan hf, Skólavegi 59

Höfn í Hornafirði

Jökulsárlón ferðaþjónusta ehf
Málningarþjónusta Horna ehf, Álaugarvegi 1
Rósaberg ehf, Háhóli

Selfoss

Árvirkinn ehf, Eyravegi 32
Bífreiðaverkstæðið Klettur ehf, Hrísmýri 3
Bíltak ehf, Hellismýri 1
Bílverk BÁ ehf, bílamálun og bílaréttingar, Gagnheiði 3
Búhnykkur sf, Stóru-Sandvík
Fjölbrautaskóli Suðurlands, Tryggvagötu 25
Flóahreppur, Pingborg
Gheim ehf, Baugstjörn 13
HÚS fasteignasala, Austurvegi 26
JÁ pípulagnir ehf, Suðurgötu 2
Jáverk ehf, Gagnheiði 28
Jóhann Helgi & Co ehf, Vatnsholti 2
Kökugerð H P ehf, Gagnheiði 15
Lagnadeildin ehf, Öndverðarnesi
Mika Restaurant, Skólabraut 4
Pípulagnir Suðurlands ehf, Háheiði 10
Reykhóll ehf, Reykhóli
Suðri ehf, Jórutúni 8
Tannlæknastofa Suðurlands ehf, Austurvegi 9
Taxi Selfossi s: 482 3800, Gagnheiði 21
Tré og Straumur ehf, Björnskoti
Ullarverslunin Pingborg ehf, Gamla Pingborg
VBF Mjólnir ehf, Hrísmýri 1
Verkfræðistofa Guðjóns, Austurvegi 42
Vélþjónusta Ingvars, Gagnheiði 45
Vélsmiðja Suðurlands ehf, Gagnheiði 5

Hveragerði

Ficus ehf, Bröttuhlíð 2
Flóra garðyrkjustöð, Heiðmörk 38
Hótel Örk, Breiðumörk 1c
Kjörís ehf, Austurmörk 15
Norbygg ehf

Porlákshöfn

Bíliðjan ehf, verkstæði, Unubakka 48
Sveitarfélagið Ölfus, Hafnarbergi 1

Ölfus

Brettavinnslan ehf, Skjólkletti 2
Eldhestar ehf, Völlum

Flúðir

Flúðasvepir ehf, Undirheimum
Kvenfélag Hrunamannahrepps

Hella

Dýrgripir ehf, Ártúni 3
Hellismenn ehf
Kanslarinn veitingahús, Dynskálum 10
Stracta Hótel, Gaddstaðflötum 4

Hvolsvöllur

Kvenfélagið Hallgerður
Rangárþing eystra, Austurvegi 4
Torf ehf, Borgareyrum
Viðskiptaþjónusta Suðurlands - umboð TM
trygginga, Ormsvöllum 7

Vík

Hótel Dyrhólaey Ás
RafSuð ehf, Sunnubraut 17

Kirkjubæjarklaustur

Hótel Klaustur - Bær ehf
Skaftárhreppur, Klausturvegi 4

Vestmannaeyjar

Bílaverkstæði Sigurjóns, Flötum 20
Bókasafn Vestmannaeyja, Safnahúsi
Bragginn sf, bílaverkstæði, Flötum 20
Hótel Vestmannaeyjar, Vestmannabraut 28
Ísfélag hf, Guðmundur Jóhann Árnason, Tangagötu 1
Miðstöðin Vestmannaeyjum ehf, Strandvegi 30
Skipalyftan ehf, Eiðinu
Teiknistofa Páls Zóphóníassonar ehf, Kirkjuvegi 23
Tvisturinn ehf, Faxastíg 36

Verslun Blindrafélagsins

Í hjálpartækjaverslun

Blindrafélagsins er hægt að finna ýmis smáhjálpartæki svo sem úr með stórri skífu, talandi úr, talandi klukkur, stækkunarspegla og ýmislegt fleira sem gagnast blindum og sjónskertum.

Hjálpartækjaverslunin er á skrifstofu félagsins, Hamrahlíð 17



Vefvarp Blindrafélagsins

Í Vefvarpi Blindrafélagsins er hægt að hlusta á rauntímalestur sjónvarpstexta hjá RÚV og fylgjast með erlendu efni í sjónvarpinu.

Lánþegar Hljóðbókasafns Íslands geta hlustað á sínar hljóðbækur í Vefvarpinu og náð í nýjar bækur hjá safninu í hverjum mánuði.

Einnig er að finna ýmislegt annað efni eins og útvarpsstöðvar, sjónvarpsstöðvar, Morgunblaðið, Fréttatímann, aðra fréttamiðla og margt annað.

Mjög auðvelt er að læra á Vefvarpið

Internet-tenging þarf að vera til staðar til að nota Vefvarpið.

Þú þarft ekki að vera félagi í Blindrafélaginu til að fá Vefvarp.

Félagsmenn fá 25% afslátt af leigu.

Nánari upplýsingar er hægt að fá á skrifstofu Blindrafélagsins í síma 525 0000.



Öllum er velkomið að
leigja Vefvarpið.

Þríkrossinn

Tákn heilagrar þrenningar,
falleg feringargjöf til barna sem þér þykir vænt um.



Þríkrossinn er sívinsæll og glæsilegur
íslenskur skartgripur

Hann er nú einnig fáanlegur úr silfri
í 4 mismunandi stærðum

Þríkrossinn er seldur til styrktar blindum
og sjónskertum á Íslandi

Hann fæst hjá Blindrafélaginu
og helstu skartgripasölum á landinu

