



Framlag sveitarfélaga
til íþróttastarfs:

Hver er staðan í þínu sveitarfélagi?

Stuðningur við íþróttastarf:

Þetta segja tölurnar

Stefnumótun íþróttahreyfingarinnar

Hver er staðan og hvert stefnum við?

UMFÍ

**UNGMENNAFÉLAG ÍSLANDS
UNGMENNASAMBAND EYJAFJÁRDARSVEITAR
SVEITARFÉLAGID EYJAFJÁRDARSVEIT**



LANDSMÓT UMFÍ 50+



**HRAFNA GILSHVERFI
AKUREYRI OG DALVÍK
26. - 28. JÚNÍ 2026**



**ÍÞRÓTTAKEPPNI
OPNAR GREINAR FYRIR
ALLA FJÖLSKYLDUNA**



**MATAR- OG
SKEMMTI KVÖLD
TÓNLIST DANS
OG SÖNGUR**



**ALLT UM MÓTIÐ
UMFI.IS**



Vinsælasta kerfi landsins fyrir íþróttá- og tómstundastarf

Einfaldaðu skipulag,
samskipti, greiðslur til
félagsins og fáðu betri
yfirsýn yfir reksturinn með
Abler.

Gerum gott starf betra -
íþróttir skipta máli!

Kynntu þér fjölbreyttar þjónustulausnir á www.abler.io



Íþróttafélög um allt land sinna ómetanlegu hlutverki í samfélaginu. Þau taka þátt í að móta og styrkja bæði börn og ungmenni, ásamt því að byggja upp heilbrigð, sterk og samheldin samfélög. Íþróttafélögin eru oft miðpunktur samfélaganna. Til þess að geta haldið út góðu og öflugu íþróttastarfi þarf margt að fara saman. Fjárstuðningur frá ríki og bæ skiptir gríðarlegu máli.

Sveitarfélög landsins leggja árlega milljarða króna til íþróttafélaga. Stærstur hluti framlaganna fer í rekstur sundlauga og íþróttahúsa. Mun minna fer til reksturs íþróttafélaga.

Samkvæmt nýlegri úttekt sem finna má hér í blaðinu eru framlög sveitarfélaga til íþróttafélaga mjög mismunandi á milli sveitarfélaga. Þau eru allt frá nokkrum þúsund krónum og í meira en 500 þúsund krónum á íbúa.

Þegar rýnt er í gögnin má sjá að skýr fylgni er á milli framlaga og þátttöku í íþróttastarfi. Í sveitarfélögum sem fjárfesta markvisst í íþróttastarfi er þátttaka barna og ungmenna mun meiri. Þar sem aðgengi er gott og framboð íþróttafélaga fjölbreytt taka börn þátt í fleiri greinum og eru virkari lengur. Á Suðurlandi er sem dæmi iðkendahlutfall barna langt yfir meðaltali bæði meðal drengja og stúlkna. Þetta er ekki tilviljun, því gögnin benda til að

það sé stefna sveitarfélaga þar að leggja til meira fjármagn til íþróttafélaganna.

Þátttaka í íþróttum skilar sér í heilsufarslegri arðsemi. Börn og ungmenni sem stunda skipulagt íþróttastarfi eru mun líklegri til að vera líkamlega og andlega heilbrigð á fullorðinsárum og þjást síður af lífsstílstengdum sjúkdómum. Heilbrigðiskerfið ber þunga af sjúkdómum sem tengja má af lítilli hreyfingu. Ef íþróttafjárfesting dregur úr þessum sjúkdómum, jafnvel aðeins að hluta, skilar hver króna sem lögð er í íþróttir sér margfalt til baka í formi minni útgjalda til heilbrigðiskerfisins.

Fjárhagslegi ávinningurinn af fjárfestingu í starfi íþróttafélaga nær enn lengra. Virk og öflug íþróttahreyfing skapar störf í formi þjálfara, stjórnenda, starfsmanna íþróttahúsa og sundlauga. Fleiri þátttakendur í íþróttum leiðir því af sér fleiri störf og meiri efnahagslega virkni í héraði og borg. Sveitarfélög með lifandi íþróttastarfsemi hafa oft sterkari samheldni, minna brottfall ungs fólks úr íþróttum og aukin lífs-gæði umfram aðra. Engum blóðum er um að

fletta að fólk horfir til íþróttastarfs þegar það veltir fyrir sér hvar ákjósanlegt er að búa.

Samfélagslegur ávinningur er ekki síðri. Íþróttafélög eru samfélagsmiðja, sérstaklega í minni byggðarlögum. Þau skapa tengsl, móta einstaklinga og efla þátttöku fólks í samfélaginu. Ávinningurinn er líka meiri því ungmenni sem stunda íþróttir eru líklegri til að vera leiðtogar, sýna frumkvæði og öðlast seiglu, sem dugar þeim út ævina.

Ljóst er að öflug og góð þjónusta íþróttafélaga við alla aldursflokka skilar sér í fleiri sjálfbóðaliðum sem eru íþróttahreyfingunni gríðarlega mikilvægir.

Ef við spyrjum okkur, hvort fjárfesting í íþróttum borgi sig þá er svarið ansi skýrt: Já miklu. En spurningin ætti kannski frekar að vera: Höfum við efni á að fjárfesta ekki í íþróttum? Íþróttir eru ekki kostnaður á fjárlögum sveitarfélaga þær eru fjárfesting í heilbrigðu, öflugu og samhæfðu samfélagi. Arðurinn af þeirri fjárfestingu er margfaldir.

Margrét S. Hafsteinsdóttir
stjórnarmaður í UMFÍ



Efnisyfirlit

- 4 Íþróttir eru fjárfesting – ekki kostnaður
- 6 Íþróttastefnan nái til allra
- 8 Skerpa á miðlum Víkings
- 12 Líf og fjör á Landsmóti UMFÍ 50+
- 14 Stefnuþótun íþróttahreyfingarinnar
- 16 Framlög og styrkir til íþrótt- og æskulýðsmála
- 18 Framlög og styrkir til íþróttafélaga um allt land
- 21 Iðkanir íbúa sveitarfélaga
- 23 Dusti rykið af héraðsmótum
- 24 Blómstra í fyrirliðaverkefni
- 25 Suðurnesjamenn sækja fram
- 28 Íþróttir fyrir alla
- 30 Skipulag íþróttamála á Norðurlöndum
- 36 Stefnuþótun á Vestfjörðum
- 38 Danskur sýningarhópur sló í gegn
- 40 Fjórðungur með fötlun æfi íþróttir
- 42 Skortur á þjálfurum hamlar vexti taekwondo
- 43 Gamla myndin: Danskir boðsgestir á Landsmóti UMFÍ á Sauðárkróki



10 Ég kynntist bestu vinkonum mínum í brennibolta – Aníta Arndal



26 Íþróttahreyfingin verði sterkari með stefnuþótun – Charlotte B. Thomassen



32 Nýtt fræðsluefni um konur í íþróttum



34 Raddir ungs fólks



UNGMENNAFÉLAG ÍSLANDS
UNGMENNASAMBAND SKAGAFJARÐAR
SVEITARFÉLAGIÐ SKAGAFJÖRÐUR

UMFÍ

ALLIR MEÐ UNGLINGA LANDSMÓT UMFÍ

SAUÐÁRKRÓKI
31. JÚLÍ - 2. ÁGÚST
2026

ÍÞRÓTTAKEPPNI
FYRIR 11 - 18 ÁRA
ALLIR GETA TEKIÐ ÞÁTT

FJÖLSKYLDUHÁTÍÐ
LEIKIR OG ÞRAUTIR
FYRIR ALLA ALDURSHÓPA

TÓNLEIKAR
TÓNLIST OG FRÁBÆR
STEMNING Á KVÖLDIN



ALLT UM MÓTIÐ
UMFI.IS

Íþróttastefnan náir til allra

Endurskoðuð íþróttastefna til ársins 2030 leggur áherslu á að tryggja öllum landsmönnum þátttöku í sinni heimabyggð. Inga Sæland, mennta- og barnamálaráðherra, jósi lofi á rafíþróttir og hvatti til þess að betur verði tekið utan um greinina.

Í skoðun er stofnun sérsambands um rafíþróttir.

„Við verðum að viðurkenna að samfélagið okkar er að breytast og gerðar eru ólíkar kröfur til fólks. Þegar við mótum stefnu þá skiptir allt fólkið í samfélaginu máli og hvert barn, hvar sem það á heima,“ segir Inga Sæland, mennta- og barnamálaráðherra. Hún kynnti uppfærslu á íþróttastefnu stjórnvalda undir lok apríl og lagði þar ríka áherslu á mikilvægi þess að stefnan endurspeglir samfélagið og þær breytingar sem hafa orðið á því í gegnum árin.

Inga nefndi sem dæmi að hún hefði nokkru áður afhent verðlaun á rafíþróttamóti barna. Þarna hefði hún séð mikilvægi þess að ÍSÍ viðurkenndi rafíþróttir sem grein, því hún gæfi börnum og ungmennum færi á að stunda íþróttir, börnum sem að öðru leyti og af ýmsum ástæðum stunda ekki aðrar greinar og taka þar af leiðandi ekki þátt í skipulögðu íþróttastarfi.

Einn helsti liðurinn í uppfærðri íþróttastefnu kallast á við það og á að gera iðkendum kleift að stunda íþróttir í sinni heimabyggð.

Inga kom því skýrt á framfæri að hún óskaði þess að af þessum ástæðum verði betur tekið utan um rafíþróttir.

Auður Inga Þorsteinsdóttir framkvæmdastjóri UMFÍ benti á að rafíþróttum hafi vaxið ásmegin á Íslandi og hafi UMFÍ einmitt unnið með Rafíþróttasamtökum Íslands (RÍSÍ) á sínum tíma að því að opna þeim dyr að íþrótt- og ungmennafélögum. Nú er svo komið að fjöldi íþróttafélaga býður iðkendum upp á rafíþróttir innan skipulags starfs. Rafíþróttir eru hins vegar ekki enn viðurkenndar innan ÍSÍ. Willum Þór Þórsson, forseti ÍSÍ, sagði engu að síður að umsókn RÍSÍ um stofnun sérsambands um rafíþróttir væri í skoðun.

Svæðisfulltrúar hluti af stefnunni

Endurskoðuð íþróttastefna er unnin í samstarfi ríkis, sveitarfélaga og íþróttahreyfingarinnar og tekur mið af nýjum áherslum og skipulagi, svo sem svæðisstöðvum og bætri umgjörð afreksstarfs.

Meginmarkmið hennar er að styrkja íþróttastarfi í nærumhverfi fólks, sérstaklega fyrir börn og ungmenni, og auka aðgengi óháð efnahag, fötlun eða menningarlegum bakgrunni. Áhersla er lögð á að efla svæðisbundið samstarf, bæta stuðning við þjálfara og hvetja til aukinnar þátttöku sjálfboðaliða, sem eru lykillinn að öflugu íþróttastarfi.

Jafnframt er lögð áhersla á að þróa íþróttahreyfinguna í takt við samfélagið með því að vikka skilgreiningu á íþróttum og skapa rými fyrir fjölbreyttari þátttöku, til dæmis með rafíþróttum. Stuðningur við



Inga Sæland, mennta- og barnamálaráðherra, á óformlegum fundi með forsvarsfólki íþróttahreyfingarinnar og sveitarfélaga þar sem endurskoðuð íþróttastefna var kynnt.

afreksíþróttafólk verður áfram styrktur, enda gegnir það mikilvægu hlutverki sem fyrirmyndir.

Á næstu árum verður sérstök áhersla lögð á að festa svæðisstöðvar íþróttahéraðanna í sessi. Markmiðið er að styrkja íþróttafélög víðs vegar um landið, auka samstarf milli landshluta og bæta gæði starfsins. Starfsfólk á svæðunum hefur þegar gegnt mikilvægu hlutverki, meðal annars í tengslum við innleiðingu farsældarráða fyrir börn og ungmenni, og er lykillinn að betri og heildstæðari þjónustu.

Stefnan í heild sinni undirstrikar að íþróttir stuðla ekki aðeins að líkamlegri heilsu heldur einnig að félagslegri þátttöku, vellíðan og sterkara samfélagi.

Þarf að skila árangri um allt land

„Það skiptir miklu máli að við höfum skýra stefnu og að hún þróist áfram í góðu samtali. Nú er mikil vinna í gangi innan íþróttahreyfingarinnar og sameiginlegt markmið okkar er að móta traustan grunn og skýra framtíðarsýn sem hægt verður að byggja á í nýjum íþróttalögum. Það sem skiptir síðan mestu máli er að markmiðin og aðgerðirnar í stefnu séu fjármögnuð þannig að stefnan verði að veruleika og skili árangri fyrir fólk um allt land,“ segir Jóhann Steinar Ingimundarson formaður UMFÍ.



Íþróttastefna til 2030

Þú getur skannað kóðann hér og lesið íþróttastefnuna á vefsvæði mennta- og barnamálaráðuneytis.

Skinfaxi 1. tbl. 2026

Skinfaxi, tímarit Ungmennafélags Íslands, hefur komið út samfleytt síðan 1909. Tímaritið dregur nafn sitt af hestinum fljúgandi sem dró vagn goðsagna-verunnar Dags er ók um himinhvolfið í norrænum sagnaheimi.

RITSTJÓRI

Jón Aðalsteinn Bergsveinsson.

ÁBYRGÐARMADUR

Jóhann Steinar Ingimundarson.

RITNEFND

Skúli Bragi Geirdal formaður, Arnór Ásgeirsson, Gunnar Gunnarsson Kolbeinn Þorsteinsson og Sigurður Eyjólfur Sigurjónsson.

UMBROT OG HÖNNUN

Indigó.

PRENTUN

Litróf.

AUGLÝSINGAR

Hringjum.

FORSÍÐUMYND

Myndina tók Hulda Margrét á Unglingalandsmóti UMFÍ á Selfossi.

LJÓSMYNDIR

Jón Aðalsteinn Bergsveinsson, Gunnar Gunnarsson, Unnar Erlingsson, Gunnhildur Lind Hansdóttir, Tómas Freyr Kristjánsson o.fl.

SKRIFSTOFA UMFÍ/SKINFAXA

Þjónustumiðstöð UMFÍ, Engjavegi 6, 104 Reykjavík, s. 568 2929
umfi@umfi.is - www.umfi.is

UMFÍ

Ungmennafélag Íslands, landssamband ungmennafélaga, var stofnað á Þingvöllum 2. ágúst 1907. Sambandsaðilar eru 26 og skiptast í 25 íþróttahéruð og 1 ungmennafélag með beina aðild. Alls eru um 450 félag innan UMFÍ.

STJÓRN UMFÍ

Jóhann Steinar Ingimundarson formaður, Skúli Bragi Geirdal varaformaður, Margrét Sif Hafsteinsdóttir gjaldkeri, Sigurður Óskar Jónsson ritari, Helgi Sigurður Haraldsson meðstjórnandi, Guðný Stefánía Stefánsdóttir meðstjórnandi og Halla Margrét Jónsdóttir meðstjórnandi.

VARASTJÓRN UMFÍ

Birgír Mór Bragason, Gunnar Þór Gestsson, Ragnheiður Högnadóttir og Sigurður Eyjólfur Sigurjónsson.

STARFSFÓLK UMFÍ

Auður Inga Þorsteinsdóttir framkvæmdastjóri, Einar Þorvaldur Eyjólfsson fjármálastjóri, Jón Aðalsteinn Bergsveinsson, kynningarfulltrúi og ritstjóri Skinfaxa, Ómar Bragi Stefánsson framkvæmdastjóri móta (aðsetur á Sauðárkróki), Ragnheiður Sigurðardóttir verkefnastjóri, Aldís Baldursdóttir verkefnastjóri og Elísabet Hrunn Salvardsdóttir bókhald.

SKÓLABÚÐIR Á REYKJUM

Sigurður Guðmundsson forstöðumaður, Ingimar Oddsson, Rannveig Aðalbjörg Hjartardóttir, Hulda Signý Jóhannesdóttir, Luis Augusto Aquino, Gísli Kristján Kjartansson, Oddný Bergsveina Ásmundsdóttir, Róbert Júlíusson, Elísabet Sif Gísladóttir og Gréta Kristín Róbertsdóttir.

UMFÍ

UNGMENNAFÉLAG ÍSLANDS
UNGMENNASAMBAND SKAGAFJARÐAR
SVEITARFÉLAGIÐ SKAGAFJÖRÐUR

ÍPRÓTTA- OG FJÖLSKYLDUHÁTÍÐ
UM VERSLUNARMANNAHELGINA

UNGLINGA LANDSMÓT

UMFÍ

SAUÐÁRKRÓKI
30. JÚLÍ - 2. ÁGÚST 2026

ÍPRÓTTAKEPPNI

FYRIR 11-18 ÁRA
EINSTAKLINGAR OG LIÐ

FJÖLSKYLDUHÁTÍÐ

LEIKIR OG ÞRAUTIR
FYRIR ALLA ALDURSHÓPA

TÓNLEIKAR

TÓNLIST OG FRÁBÆR
STEMNING Á KVÖLDIN



ALLT UM MÓTIÐ
UMFI.IS



Haukur Hinriksson, framkvæmdastjóri Víkings.

Skerpa á miðlum Víkings

Vörumerki íþróttafélaga eru ekki aðeins merki á treyju heldur sameiginleg sjálfsmynd sem þarf að vera skýr, samræmd og lifandi. Undanfarin misseri hefur Knattspyrnufélagið Víkingur í Reykjavík farið í markvissa vegferð til að styrkja og einfalda vörumerki sitt, bæði í ásýnd og miðlun. Haukur Hinriksson, framkvæmdastjóri Víkings, segir hafa verið kominn tími á að uppfæra og staðla merki félagsins.



Ný uppfærð útgáfa af Víkingsmekinu.



Tvær eldri útgáfur af Víkingsmekinu.

„Það var kominn tími til að festa vörumerki Víkings betur í sessi, staðla það og setja um það reglur. Við höfum nú notað eldra merkið í meira en tíu ár og prentað það út á fána, borða og alls konar muni og varninga. Notkunin hefur kannski ekki verið nógu samræmd, litirnir í merkinu hafa ekki allir verið eins, saumarnir í boltanum í merkinu hafa breyst og svo mætti lengi telja,“ segir **Haukur Hinriksson**, framkvæmdastjóri Víkings.

Aðalstjórn Víkings fékk í fyrrihaust Halldór Smára Sigurðsson til að stýra breytingu merkisins og öllu tilheyrandi. Halldór tók merki Víkings í gegn og kynnti ýmsar hugmyndir um notkun þess, svo sem á fánum og varningum. Halldór þekkir félagið vel enda er hann fyrrverandi leikmaður Víkings í meistaraflokki karla í knattspyrnu og hefur tekið búninga félagsins í gegn á tveggja ára fresti í samvinnu við íþróttavöruframleiðandann Macron.

Halldór átti upphaflega að búa til ramma utan um notkun á merki Víkings. Ákveðið var að nýta tækifærið og fara alla leið í málinu, endurhanna merkið og fleira til.

„Við erum búin að taka merkið í notkun og vinnum að því að skipta því nýja inn á á öllum stöðum. Næsta skref er að búa til leiðbeiningarbækling um ítarlega notkun merkisins í víðu samhengi, notkun leturs og fleira,“ segir Haukur.

Tækifærið var nýtt til að stokka samfélagsmiðla Víkings upp, að sögn Hauks.

„Samfélagsmiðill Víkings hefur verið þvert á deildir félagsins og þjónað öllum deildum félagsins. En það fyrirkomulag bauð kannski upp á of mikið af árekstrum þar sem nokkrir viðburðir geta átt sér stað sama dag jafnvel og fréttir og tilkynningar áttu það jafnvel til að kaffærast í umfjöllunum um einstaka viðburði. Til að bregðast við því töldum við að heppilegra væri ífelast í því að aðgreina miðlana betur. Nú höfum við þann hátt á að hver deild er með sinn samfélagsmiðil, getur farið á dýptina um sín mál, birt upplýsingar um einstaka leiki og ýmislegt fleira. Knattspyrnudeildin er sem dæmi með eigin samfélagsmiðil, handknattleiksdeildin dustaði rykið af sínum og við bjuggum til nýja miðla fyrir aðrar deildir.

Miðlægur samfélagsmiðill Víkings þjónar enn sínum tilgangi en segir frá starfi félagsins í heild,“ bætir Haukur við.

Vegferð Víkings er svipuð og fleiri íþróttafélög eru lögð af stað í. Þar á meðal er Hrafn-Flóki, sambandsaðili UMFÍ, KR og HK í Kópavogi, sem Halldór Smári hefur jafnframt unnið með. Einnig má geta þess að nokkrar félög hafa um langt árabíl haft leiðarlínur um notkun merkja sinna.



“ Mikill tímasparnaður í kringum hver einustu mánaðarmót.

- Eva Rós Gústafsdóttir ★★★★★
Eigandi Veislubjónar ehf.

 TÍMAVERA

KOMINN TÍMI TIL!

- ✓ Einföld tímaskráning fyrir vinnustaðinn
- ✓ Hættu að nota penna og blað og komdu yfir í Timaveru
- ✓ Þú getur strax byrjað að nota appið



FRÍ 14 DAGA PRUFA
TIMAVERA.IS

SKANNAÐU TIL AÐ
PRÓFA TÍMAVERU

Raftvistur ehf.



Líklegast bestir í rafmagni!

Ég kynntist bestu vinkonum mínum í brennibolta



Brennibolti nýtur vaxandi vinsælda hjá fólki á miðjum aldri. Keppt verður í brennibolta á Landsmóti UMFÍ 50+ í Eyjafjarðarsveit.

Við munum mörg eftir leikjum í brennibolta í grunnskóla. En það er með þessa grein eins og svo margar sem fólk lék sér í á yngri árum, þær eiga það til að rykfalla í minningunni. Það kom þess vegna **Anítu Arndal** skemmtilega á óvart þegar íbúi í Árbænum spurði á Facebook-hópi fyrir þremur árum íbúa hverfisins hvort einhver vissi um hópa fólks sem æfi brennibolta. Það var reyndar ekki raunin.

En Aníta fékk hugmynd:

„Ég fór í málið og græjaði hóp. Maðurinn minn bjó til nafn á hann og svo tók þetta að vinda fljótt upp á sig,“ segir Aníta. Segja má að þar með var lífi blásið í íþróttina síðan úr grunnskóla því til varð brenniboltahópurinn Fireballs. Hópurinn byrjaði á því að hittast einu sinni í viku og æfa í Selásskóla en fluttu sig síðan yfir í hjólaskautahöllina á Höfða. Nú eru í honum 25 konur og mætir um helmingur á reglulegar æfingar.

Aníta kom ekki alveg af fjöllum. Fyrir nokkrum árum æfði frænka hennar brennibolta með HK og bauð Anítu á æfingu.

„Ég prófaði þetta, en greinin greip mig ekki því þær hinar voru svo miklu betri en ég. En frænka mín talaði svo vel um hópinn og félagslífið var gott,“ segir hún.

Skemmtanagildi í fyrsta sæti

Aníta segir skemmtanagildi lykilatriði í brennibolta. Það sé umfram annað.

„Okkur finnst rosalega gaman á æfingum. Þótt við keyrum þetta af alvöru þá erum við að njóta þess. Þú þarft nefnilega ekki að hafa neina sérstaka hæfni – bara geta gripið, kastað og skemmt þér,“ segir hún.

Sama ár og hópurinn varð til var boðið upp á keppni í brennibolta fyrir 20 ára og eldri á Landsmóti UMFÍ 50+ sem fram fór í Vogum á Vatnsleysuströnd sumarið 2024.

„Þótt við værum nýbyrjaðar að æfa þá stefndum við hátt. En það gekk ekki eftir, því við lentum í fjórða sæti af fjórum mögulegum,“ segir Aníta. Hópurinn keppti aftur á Ólafsfirði þegar keppt var í greininni á mótinu í Fjallabyggð í fyrra.

Aníta segir það mikla upplifun að æfa brennibolta og keppa á þeim fáu viðburðum sem í boði eru. Þar kynnist líka fólk.

„Á fyrsta mótinu okkar í Vogum kynntumst við stelpum sem voru í hópnum Svörtu ekkjurnar. Þær höfðu æft lengur og gátu frætt okkur um brennibolta. Nokkrar úr þeim hópi hafa síðan komið yfir til okkar,“ segir Aníta.

Brenniboltahópurinn er ekki aðildarfélag íþróttafélags og það sama gildir um aðra hópa fullorðins fólks sem æfir ýmsar greinar saman, svokallaðar bumbuboltagreinar. Þrátt fyrir það er farið alla leið og prýða auglýsingar styrktaraðila treyjur liðsins.

Aníta segir fjölda fólks um miðjan aldur æfa brennibolta, en enginn standi í mótahaldi. Hún hefur stofnað síðu á Facebook þar sem fólk getur skráð sig og tengst öðrum brenniboltahópum.

Aníta segir að þrátt fyrir aðstöðuleysið þá hafi hún á aðeins þremur árum eignast nýja vini. „Við erum orðin þéttur hópur í liðinu sem þekktist vel. Ég hef eignast mikið af nýjum vinum og bestu vinkonum mínum í dag kynntist ég í þessum hópi,“ segir hún.



18 greinar og fjölskylduskemmtun

Bókað er að heljarinnar fjör verður á Landsmóti UMFÍ 50+ sem haldið verður í Eyjafjarðarsveit dagana 26.–28. júní. Þetta er fyrsta skiptið sem mótið fer fram á sambandssvæði Ungmennasambands Eyjafjarðar (UMSE). Keppni í greinum fer fram í Hrafnagilshverfi, á Dalvík og á Akureyri. Boðið verður upp á 18 greinar og fjölbreytta skemmtun.

Þetta eru greinarnar:

- | | | |
|---------------------------------------|--------------------|--------------------------|
| • Badminton | • Hjólreiðar | • Stígvélakast |
| • Boccía | • Pílukast | • Sund |
| • Brennibolti (fyrir 20 ára og eldri) | • Pokavarp | |
| • Bridds | • Pútt | Annað í boði: |
| • Frjálsar íþróttir | • Pönnukökubakstur | • Utanvegahlaup |
| • Frisbigolf | • Ringó | • Sýning í hestaíþróttum |
| • Golf | • Skák | • Fjölskyldudagur |
| | • Skotfími | |



Brennibolti í hnotskurn

- Í brennibolta eru tveir hópar hvor á móti öðrum.
- Börn leika sér í brennibolta í íþróttum í grunnskóla eða í frímínútum í skólum.
- Greinin hentar fólki á öllum aldri.
- Í brennibolta er vellinum skipt í tvennt og hvort lið á sínum helmingi vallarins.
- Þegar leikur hefst er bolti settur á miðju vallarins og snýst keppnin um að ná boltanum og kasta honum í andstæðing.
- Leiknum lýkur þegar einn stendur uppi í öðru liðinu.
- Brennibolta má ekki rugla saman við gryfjubolta, sem líka er algengur. Í gryfjubolta er notaður mýkri bolti og fleiri. Dýna er aftan við hvorn hóp. Þegar liðsmaður fær bolta í sig fer viðkomandi á dýnu andstæðingsins. Ef þau grípa boltann þá eru þau laus úr gryfjunni.



Líf og fjör á **Landsmóti UMFÍ 50+**

Landsmót UMFÍ 50+ var í fyrsta sinn haldið á Hvannstanga árið 2011 og hefur verið haldið árlega síðan. Markmið mótsins byggir á þeirri hugmynd að skapa vettvang fyrir aldurshópinn 50 ára og eldri til þess að koma saman, njóta þess að vera í góðum félagsskap og keppa í fjölda íþróttagreina.

Mótið fór fram í Fjallabyggð í fyrra í samstarfi við Sveitarfélagið Fjallabyggð og Ungmenna- og íþróttasamband Fjallabyggðar (UÍF). Keppt var í fjölda greina bæði á Siglufirði og Ólafsfirði.



Kátir keppendur í sundi kvenna.



Frisbígolf er lífleg og skemmtileg grein sem reynir á þolrifin og krefst bæði hittni og einbeitingar.



Pokavarp er ein af nýju greininum á Landsmóti UMFÍ 50+. Keppt var fyrst í henni í Fjallabyggð í fyrra.



Góðir kunningjar hittast oft á Landsmóti UMFÍ 50+.



Hraðinn og gleðin er mikil í ringó.



Matar- og skemmtikvöldin á mótinu eru afar vinsæl og komast stundum færri að en vilja. Tjúttáð er langt fram á kvöld undir dansvænni tónlist.



Boccía hefur frá upphafi verið á meðal fjölmennustu greina á Landsmóti UMFÍ 50+.



Kátar konur eftir keppni í frjálsum íþróttum sem alltaf njóta mikilla vinsælda á Landsmóti UMFÍ 50+.



Kynning verður á göngufótbolta á Landsmóti UMFÍ 50+ í Hrafnagilshverfi í Eyjafirði. Þar skiptir máli að halda aftur af sér.



Alltaf góð stemning í hinni geysivinsælu keppni í pönnukubakstri.



Málin aðeins rædd í boccía.



Keppendur í golfi á góðri stundu á Ólafsfirði.



Það þarf góða einbeitingu í pílukasti.



Spjótkast er ein af greinunum í frjálsum íþróttum.



Ingimundur Ingimundarson í góðri sveiflu á þúttvellinum.

Stefnumótun íþróttahreyfingarinnar

Stefnumótun ÍSÍ og UMFÍ hófst með formlegum hætti á fundi formanna sérsambanda og íþróttahéraða á Akranesi í nóvember á síðasta ári. Vinnan markar tímamót enda hefur vinna sem þessi aldrei áður farið fram. Stefnt er að því að stefnumótunarlappi verði kynnt í maí á næsta ári.

Stefnumótunarvinna ÍSÍ og UMFÍ hófst í byrjun þessa árs. Hún samanstóð af vinnufundum og vinnustofum, greiningum, samtölum og markvissri gagnaöflun. Leitað var eftir aðkomu breiðs hóps fólks. Ráðgjafafyrirtækið Expectus, sem vinnur með íþróttahreyfingunni í gegnum ferlið og stýrir vinnunni.

Stefnumótunin skiptist upp í nokkra hluta. Hér er aðeins fjallað um tvo þeirra.

Í fyrsta hluta í byrjun árs var fundað með forsvarsfólki hagsmunaaðila frá sérsamböndum, íþróttafélögum, ríki og borg.

Annar hluti verkefnisins hófst á Egilsstöðum í mars og stóð hann fram í apríl. Þessi fasi samanstóð af fundum á vegum íþróttahreyfingarinnar vítt og breytt um landið. Samhliða fundinum fóru fram viðburðirnir Raddir ungs fólks og verða niðurstöður þeirra funda nýttar í stefnumótunarvinna.

Á fundina mættu ýmsir hagsmunaaðilar sem tengjast skipulögðu íþróttastarfi innan íþróttahéraða. Ágætt dæmi um það er fundurinn á Egilsstöðum sem heyrði undir Austurland en þangað mættu fulltrúar frá sambandssvæðum



Þátttakendur á stefnumótunarfundi hreyfingarinnar á Akureyri.

Ungmenna- og íþróttasambandi Austurlands (UÍA) og Ungmennasambandinu Úlfjótí (USÚ). Ræddu þau þar saman, hlýddu á erindi og unnu saman í hópum.

Eftir fundinn á Egilsstöðum var fundað á Vesturlandi, Norðurlandi eystra og Norðurlandi vestra, Vestfjörðum, Suðurlandi og Suðurnesjum og hófuðborgarsvæðinu.



Jóhann Steinar Ingimundarson, formaður UMFÍ og Willum Þór Þórsson, forseti ÍSÍ.

Willum Þór, forseti ÍSÍ:

„Stefnumótunin hefur gengið mjög vel alveg frá því að við lögðum grunn að vinnunni í samvinnu við UMFÍ og Expectus. Við höfum haldið fjölmarga fundi um allt land og þeir hafa gengið mjög vel. Þessi hluti þar sem framtíðarsýnin og hlutverkið hefur verið rætt hefur verið umfram væntingar mínar,“ segir Willum Þór og bætir við að þátttakan á stefnumótunarfundum um allt land hafi verið góð þar sem mótaðar hafi verið áherslur innan þriggja lykilsviða: grasrót, samfélags og afreks.

„Við leggjum mikla áherslu á að vinna að þessari stefnumótun með grasrót og öllum hagaðilum og móta þannig sýnina auk þess að framtíðarsýnin, hlutverkið, markmið og aðgerðir verði byggðar á gögnum sem styrkja okkar vinnu og samtal við stjórnvöld. Ég er virkilega spenntur fyrir framhaldinu og við

erum opin fyrir þeim breytingum sem stefnan og rödd grasrótáttar kann að framkalla, hvort heldur í lögum eða skipulagi.“

Jóhann Steinar, formaður UMFÍ:

„Stefnumótunarfundirnir hafa gengið mjög vel. Þótt þeir hafi verið ólíkir þá var þátttakan góð og umræðan líflæg. Fólk var greinilega vel undirbúið og hafði sterkar skoðanir á því hvert skuli stefna,“ segir Jóhann Steinar.

Hann segir það hafa vakið athygli sína hve góður samhljómur sé um grundvallargildin.

„Það er skýr sameiginleg sýn um að íþróttastarf eigi að vera fyrir alla og að gleðin eigi að vera í forgrunni. Þá er líka áberandi að fólk upp-

lifer aukna pressu í rekstri íþróttafélaga og vaxandi kostnað fyrir foreldra, sem gerir þessa vinnu sérstaklega mikilvæga núna. En fólk er almennt jákvætt, uppbyggilegt og raunsætt. Það er mikil vitund um mikilvægi sjálfbæðis í starfinu. En fólk hefur eðlilega áhyggjur af því að nú sé erfiðara en áður að fá fólk til starfa. Það muni hafa áhrif á getu hreyfingarinnar til að halda úti öflugum starfi til framtíðar,“ segir hann og hvetur alla sem láta sig íþróttastarf varða til að taka þátt í stefnumótunarvinnunni.

„Þetta er tækifæri til að hafa raunveruleg áhrif á framtíð íþróttahreyfingarinnar og tryggja að starfið verði, með gleðina að leiðarljósi, sjálfbært til framtíðar.“

Í byrjun árs sendu ÍSÍ og UMFÍ út sameiginlega helstu upplýsingar um stefnumótunina, áskoranir og markmið. Þar sagði m.a.:

- Stefnumótun er mikilvægt tæki til að skapa sameiginlega sýn, skýra forgangsröðun og styrkja stöðir íþróttastarfsins og umgjörð til framtíðar.
- Áskoranir og þarfir eru ólíkar eftir því hvort um er að ræða afreksstarf, grasrótastarf, verkefni sem tengjast lýðheilsu og forvörnum eða almenna starfsemi félaganna.
- Með sameiginlegri vinnu getum við þó mótað stefnu sem tekur mið af þessari

fjölbreytni og styrkir hreyfinguna í heild.

- Stjórnir ÍSÍ og UMFÍ hafa hvor um sig skipað stefnuráð og tilnefnt fulltrúa í sameiginlegan stýrihóp stefnumótunarinnar. Með því er lögð rík áhersla á sameiginlega ábyrgð, samráð og samvinnu um framtíð hreyfingarinnar.

Í stýrihópi stefnumótunarinnar sitja fulltrúar tilnefndir af stjórnunum ÍSÍ og UMFÍ. Þau eru: Kári Mímisson ÍSÍ, Willum Þór Þórsson ÍSÍ, Halla Margrét Jónsdóttir UMFÍ og Helgi Sigurður Haraldsson UMFÍ.



Framlög og styrkir til íþróttá- og æskulýðsmála

Hér má sjá ítarlegt yfirlit um iðkendur og iðkanir innan sveitarfélaga landsins, ásamt framlögum sveitarfélaga til íþróttá- og æskulýðsmála. Framlögunum hefur verið deilt niður eftir íbúafjölda. Upplýsingarnar draga upp mynd af framlögum sveitarfélaga til íþróttastarfs um allt land.

Fjárframlag til íþróttá og æskulýðsmála er misjafnt eftir sveitarfélögum en tölurnar benda til að fjárfesting í íþróttastarfi og íþróttamannvirkjum skili sér í hærrí iðkendafjölda innan sveitarfélaga. Við vitum að ástundun í skipulögðu íþróttastarfi er besta forvörnin og því skilar fjárfesting í íþróttum sér í öflugum og heilbrigðu samfélagi. Fjárfesting í íþróttum skiptir þess vegna miklu máli.

Helstu niðurstöður – hvað segja tölurnar?

Sum sveitarfélög leggja mjög mikið til íþróttá- og æskulýðsmála í formi stuðnings og styrkja. Hér má sjá þau sveitarfélög sem leggja hæst fjárframlög til íþróttá- og æskulýðsmála og einnig hver fjárframlagið er deilt niður á hvern íbúa innan sveitarfélags. Með þessari aðferð kemur í ljós að fjölmennustu sveitarfélög landsins greiða alla jafna hæstu framlögin til íþróttastarfs. Þegar framlögum er skipt niður á íbúa kemur í ljós að fámennari sveitarfélög landsins greiða jafnframt mörg hver há framlög á hvern íbúa.

Hæstu framlög á hvern íbúa:

Grindavík	um 535 þús. kr. á íbúa
Strandabyggð	um 281 þús. kr. á íbúa
Grímsnes- og Grafningshreppur	um 258 þús. kr. á íbúa
Vopnafjarðarhreppur	um 240 þús. kr. á íbúa
Fjarðabyggð	um 237 þús. kr. á íbúa

Hæstu heildarframlög:

Reykjavík	15.733.695.000 kr.
Kópavogsbær	4.462.447.000 kr.
Garðabær	3.116.305.000 kr.
Akureyri	2.969.850.000 kr.
Hafnarfjörður	2.858.417.000 kr.

Hæstu framlög til íþróttá- og æskulýðsmála 2024 á hvern íbúa

Sveitarfélag	Framlag á íbúa
Grindavík	535.647 kr.
Strandabyggð	280.609 kr.
Grímsnes- og Grafningsshr.	257.763 kr.
Vopnafjarðarhreppur	240.056 kr.
Fjarðabyggð	237.357 kr.
Kaldrananeshreppur	231.206 kr.
Fjallabyggð	230.880 kr.
Dalvíkurbyggð	228.848 kr.
Vesturbyggð	221.451 kr.
Reykholahreppur	211.694 kr.

Fámennari sveitarfélög geta staðið sig vel

Gögnin sýna að lítil sveitarfélög geta stutt mjög vel við íþróttastarf ef pólitískur vilji og stefna eru til staðar.

Þetta bendir til:

- Íþróttir eru oft samfélagsmiðja í smærri byggðum.
- Sterk tenging er milli íþróttafélaga og sveitarfélags.
- Forsvarsfólk sveitarfélaga telur mikilvægt að styðja við íþróttastarf.

Gögnin byggja á þessu

- Fjárhagslegu upplýsingarnar sem gögnin hér byggja á koma úr ársreikningum sveitarfélaga fyrir árið 2024 og eru meðal annars birtar í gagnagrunni Samtaka íslenskra sveitarfélaga.
- Upplýsingar um iðkanir koma úr skilakerfi íþróttá- hreyfingarinnar.

Heildarframlög til íþróttá- og æskulýðs mála á hvern íbúa

Tölur í sviga: Þar af styrkir.

VESTFIRÐIR

Sveitarfélag	Framlag á hvern íbúa
Ísafjarðarbær	178.006 kr. (31.823 kr.)
Súðavíkurbær	38.041 kr. (0 kr.)
Bolungarvík	123.117 kr. (19.387 kr.)
Strandabyggð	280.609 kr. (13.666 kr.)
Árneshreppur	239 kr. (0 kr.)
Kaldrananeshr.	231.206 kr. (435 kr.)
Vesturbýggð	221.451 kr. (5.911 kr.)
Reykholahreppur	211.694 kr. (10.802 kr.)

VESTURLAND

Sveitarfélag	Framlag á hvern íbúa
Akranes	122.491 kr. (44.409 kr.)
Hvalfjarðarsveit	116.234 kr. (842 kr.)
Borgarbyggð	130.849 kr. (27.374 kr.)
Stykkishólmur	179.382 kr. (27.512 kr.)
Eyja- og Miklaholtshr.	3.802 kr. (3.802 kr.)
Snæfellsbær	162.126 kr. (28.641 kr.)
Grundarfjarðarbær	135.221 kr. (30.770 kr.)
Dalabyggð	52.850 kr. (12.513 kr.)
Skorradalshreppur	ekki meðtalinn

HÖFUÐBORGARSVÆÐIÐ

Sveitarfélag	Framlag á hvern íbúa
Kópavogsbær	111.450 kr. (59.621 kr.)
Mosfellsbær	129.067 kr. (56.980 kr.)
Seltjarnarnesbær	179.162 kr. (58.438 kr.)
Garðabær	154.917 kr. (35.624 kr.)
Kjósarhreppur	10.485 kr. (565 kr.)
Hafnarfjarðarbær	90.671 kr. (42.114 kr.)
Reykjavíkurborg	113.378 kr. (23.399 kr.)

SUÐURNES

Sveitarfélag	Framlag á hvern íbúa
Reykjanesbær	76.093 kr. (20.991 kr.)
Grindavík	535.647 kr. (82.423 kr.)
Suðurnesjabær	135.445 kr. (13.758 kr.)
Svf. Vogar	113.753 kr. (20.119 kr.)

AUSTURLAND

Sveitarfélag Framlag á hvern íbúa

Fjarðabyggð	237.357 kr. (14.252 kr.)
Múlaþing	169.368 kr. (27.211 kr.)
Vopnarfjarðarhr.	240.056 kr. (15.129 kr.)

Fljótdalshreppur ekki meðtalinn

Gögnin sýna að...

Íþróttir eru ekki kostnaður – heldur fjárfesting

Sveitarfélög sem styðja vel við íþróttir leiða af sér:

- meiri þátttöku barna og ungmenna í skipulögðu íþróttastarfi.
- sterkara samfélag.
- bættri lýðheilsu íbúa sveitarfélagsins.
- minni félagslegan vanda.
- sterkari tengslum íbúa við heimabyggð.

Hvað sýna upplýsingarnar okkur?

Jákvæða hliðin

- Þátttaka í íþróttastarfi er meiri í þeim sveitarfélögum sem fjárfesta í starfinu.
- Smærri og dreifðari byggðir geta verið fyrirmyndir annarra því þar er alla jafna góð þátttaka með þeim jákvæðu áhrifum sem íþróttastarfið hefur.
- Þar sem íþróttafélag og sveitarfélag vinna vel saman virðist árangurinn mestur.

Vangaveltur

- Töluverður fjárhagslegur munur er á milli sveitarfélaga.
- Sum sveitarfélög virðast lítið fjárfesta í íþróttastarfi miðað við stærð.
- Vísbendingar eru um að búseta barna og ungmenna veldur því að þau hafa ekki sama aðgang að íþróttastarfi og önnur.
- Góðar samgöngur á milli og innan sveitarfélaga hafa jákvæða áhrif á þátttöku í íþróttum. Margþættur ávinningur fyrir bæði sveitarfélög. Bætt lýðheilsa - fleiri þátttakendur - hagkvæmari rekstur.

Frávik sem vert er að hafa í huga

Mjög há upphæð á íbúa

Getur stafað af:

- litlum íbúafjölda.
- stórra einstaka framkvæmd tengdu íþróttastarfi í sveitarfélaginu.
- sérstöku stuðningsátaki í sveitarfélaginu.

Lág framlög í stórum sveitarfélögum

Getur bent til:

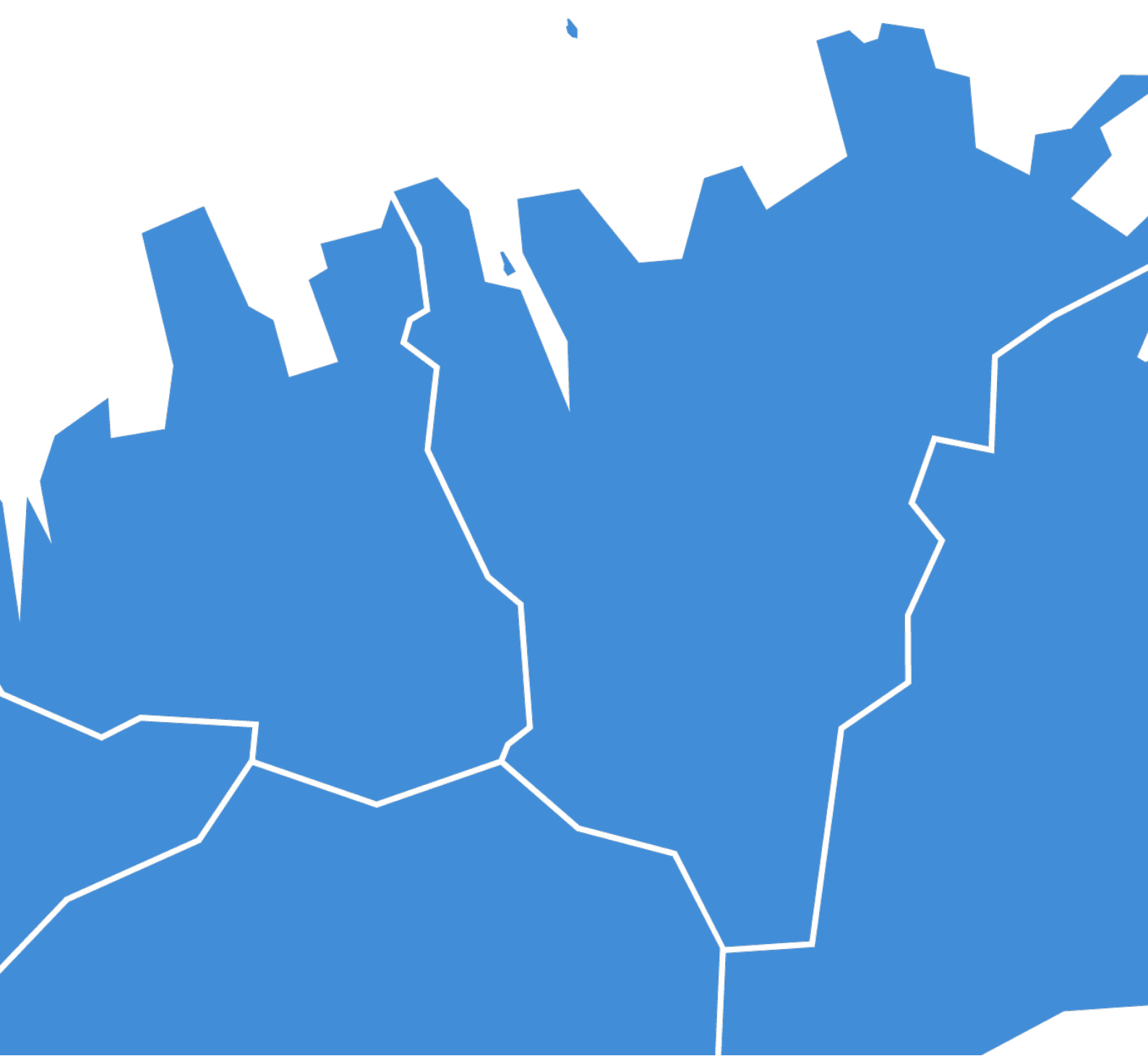
- undirfjármögnunar á íþróttastarfi
- rekstrarliðir bókaðir annars staðar

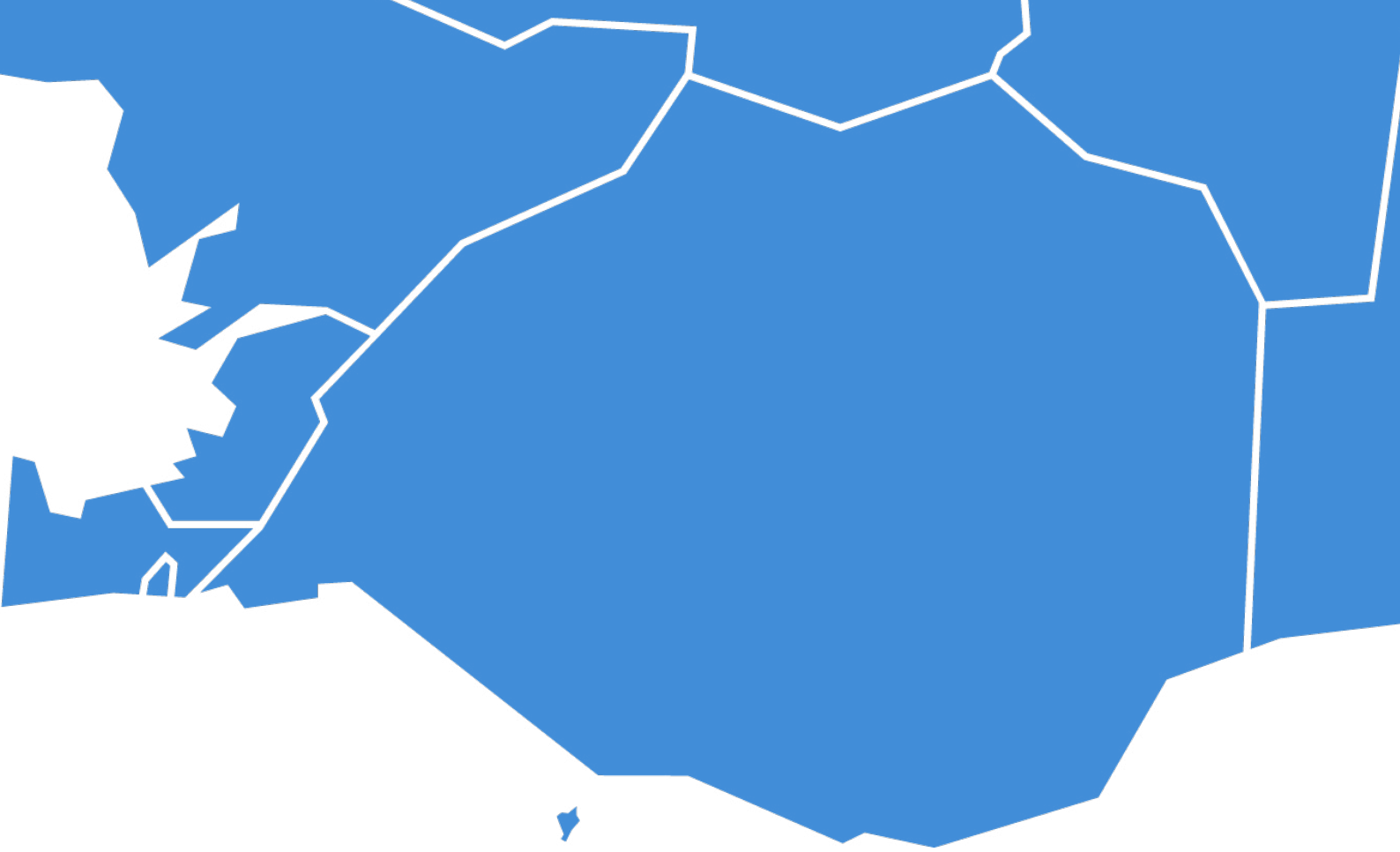
NORÐURLAND VESTRA

Sveitarfélag	Framlag á hvern íbúa
Skagafjörður	163.408 kr. (15.204 kr.)
Húnaþing vestra	107.227 kr. (11.645 kr.)
Húnabyggð	175.000 kr. (13.799 kr.)
Skagatrönd	158.029 kr. (18.745 kr.)

NORÐURLAND EYSTRA

Sveitarfélag	Framlag á hvern íbúa
Akureyri	148.122 kr. (87.244 kr.)
Norðurþing	138.155 kr. (18.258 kr.)
Þingeyjarsveit	84.966 kr. (7.603 kr.)
Fjallabyggð	230.880 kr. (26.013 kr.)
Langanesbyggð	181.053 kr. (7.732 kr.)
Dalvíkurbyggð	228.848 kr. (73.982 kr.)
Eyjafjarðarsveit	141.004 kr. (19.566 kr.)
Hörgársveit	106.557 kr. (6.543 kr.)
Svalbarðsstrandahar.	46.795 kr. (8.728 kr.)
Grýtubakkahreppur	180.231 kr. (9.496 kr.)
Tjörneshreppur	8.338 kr. (8.338 kr.)





SUÐURLAND

Sveitarfélag	Framlag á hvern íbúa
Árborg	101.429 kr. (72.585 kr.)
Bláskógabyggð	139.970 kr. (20.844 kr.)
Flóahreppur	37.166 kr. (8.987 kr.)
Grímsnes- og Grafningshr.	257.763 kr. (7.894 kr.)
Hrunamannahreppur	119.154 kr. (4.018 kr.)
Hveragerði	129.845 kr. (37.592 kr.)
Ölfus	146.313 kr. (38.409 kr.)
Skeiða- og Gnúpverjahr.	127.983 kr. (8.960 kr.)
Rangárþing ytra	155.588 kr. (33.485 kr.)
Rangárþing eystra	120.683 kr. (20.955 kr.)
Vestmannaeyjar	149.777 kr. (42.172 kr.)
Mýrdalshreppur	104.207 kr. (7.916 kr.)
Skaftárhreppur	186.772 kr. (957 kr.)
Svf. Hornafjörður	57.064 kr. (30.105 kr.)
Ásahreppur	134.401 kr. (18.744 kr.)

Ef sveitarfélag styður lítið við íþróttastarfið – hvað er þá til ráða?

Tillögur að úrbótum

1. Setja skýra íþróttastefnu innan sveitarfélagsins: Markmið um þátttöku barna, lýðheilsu og tryggja jafnt aðgengi að íþróttastarfi.
2. Samstarf við íþróttafélög í sveitarfélaginu
3. Reglulegir samráðsfundir með forsvarsfólki íþróttafélaga í sveitarfélaginu og langtímasamningar sem tryggja stöðugleika í starfi þeirra.
4. Mæla árangur af starfinu: Tengja framlög við: þátttöku – heilsu – brottfall – félagslega virkni

Iðkanir íbúa sveitarfélaga

Hér má sjá iðkanir íbúa sveitarfélaga landsins. Til skýringar þýðir lágt hlutfall fremur litla þátttöku í skipulögðu íþróttastarfi í sveitarfélaginu. 100% merkir sem dæmi að viðkomandi æfir eina grein. Á hinn bóginn sýnir hátt hlutfall að börn í sveitarfélaginu æfa fleiri en eina grein. Að þessu sögðu skekkir það tölurnar ef fáir iðkendur æfa tvær greinar eða fleiri. Þetta gefur engu að síður vísbendingar um að íbúa ýmis æfa í heimabyggð eða í nálægu sveitarfélagi.

Upplýsingarnar miðast við lögheimili iðkenda og því geta iðkanirnar farið fram í sitt hvoru sveitarfélaginu. Sem dæmi getur einstaklingur með lögheimili á Bolungarvík stundað þar sund en æft fótbolta á Ísafirði. Það telst hér sem tvær iðkanir á Bolungarvík.

VESTURLAND	Hlutfall iðkana af íbúafjölda 17 ára og yngri		Hlutfall iðkana af íbúafjölda 18 ára og eldri	
	Karlar	Konur	Karlar	Konur
Akranes	102%	104%	33%	15%
Hvalfjarðarsveit	96%	80%	34%	18%
Borgarbyggð	114%	110%	24%	25%
Sveitarfélagið Stykkishólmur	114%	142%	33%	15%
Eyja- og Miklaholtshreppur	71%	168%	40%	40%
Snæfellsbær	79%	77%	27%	10%
Grundarfjarðarbær	142%	116%	44%	15%
Dalabyggð	110%	107%	29%	28%
Meðaltal Vesturland	104%	113%	33%	21%
Meðaltal landið	132%	122%	32%	21%

NORÐURLAND EYSTRA	Hlutfall iðkana af íbúafjölda 17 ára og yngri		Hlutfall iðkana af íbúafjölda 18 ára og eldri	
	Karlar	Konur	Karlar	Konur
Akureyri	132%	108%	30%	16%
Norðurþing	161%	161%	40%	20%
Þingeyjarsveit	177%	169%	40%	39%
Fjallabyggð	139%	156%	27%	12%
Langanesbyggð	127%	170%	16%	27%
Dalvíkurbyggð	145%	136%	31%	18%
Eyjafjarðarsveit	187%	125%	41%	32%
Hörgársveit	102%	90%	34%	22%
Svalbarðsstrandahreppur	105%	75%	38%	28%
Grýtubakkahreppur	160%	111%	37%	19%
Meðaltal Norðurland eystra	144%	130%	33%	23%
Meðaltal landið	132%	122%	32%	21%

VESTFIRÐIR	Hlutfall iðkana af íbúafjölda 17 ára og yngri		Hlutfall iðkana af íbúafjölda 18 ára og eldri	
	Karlar	Konur	Karlar	Konur
Ísafjarðarbær	107%	109%	34%	18%
Súðavíkshreppur	12%	29%	21%	16%
Bolungarvík	91%	109%	29%	10%
Strandabyggð	138%	190%	19%	11%
Árneshreppur	200%	200%	34%	22%
Kaldrananeshreppur	133%	36%	14%	4%
Vesturbyggð	76%	55%	17%	9%
Reykholahreppur	77%	120%	8,82%	10%
Meðaltal Vestfirðir	104%	106%	22%	12%
Meðaltal landið	132%	122%	32%	21%

AUSTURLAND	Hlutfall iðkana af íbúafjölda 17 ára og yngri		Hlutfall iðkana af íbúafjölda 18 ára og eldri	
	Karlar	Konur	Karlar	Konur
Fjarðabyggð	118%	124%	26%	17%
Múlaþing	138%	126%	27%	10%
Vopnarfjarðarhreppur	102%	73%	25%	20%
Meðaltal Austurland	119%	108%	26%	16%
Meðaltal landið	132%	122%	32%	21%

NORÐURLAND VESTRA	Hlutfall iðkana af íbúafjölda 17 ára og yngri		Hlutfall iðkana af íbúafjölda 18 ára og eldri	
	Karlar	Konur	Karlar	Konur
Skagafjörður	176%	156%	43%	29%
Húnaþing vestra	105%	161%	22%	25%
Húnaþing norðaustur	130%	110%	39%	26%
Sveitarfélagið Skagaströnd	51%	66%	29%	8%
Meðaltal Norðurland vestra	115%	123%	33%	22%
Meðaltal landið	132%	122%	32%	21%

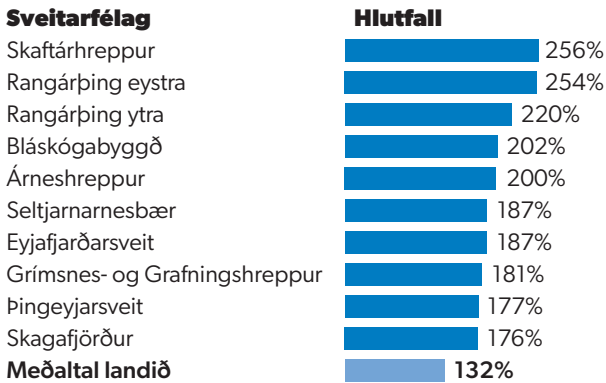
SUÐURLAND	Hlutfall iðkana af íbúafjölda 17 ára og yngri		Hlutfall iðkana af íbúafjölda 18 ára og eldri	
	Karlar	Konur	Karlar	Konur
Árborg	120%	94%	33%	17%
Bláskógabyggð	202%	134%	31%	23%
Flóahreppur	132%	117%	51%	43%
Grímsnes- og Grafningshreppur	181%	167%	39%	29%
Hrunamannahreppur	151%	104%	29%	26%
Hveragerði	158%	150%	53%	35%
Ölfus	144%	143%	33%	22%
Skeiða- og Gnúpverjahreppur	129%	93%	54%	41%
Rangárþing ytra	220%	175%	49%	36%
Rangárþing eystra	254%	222%	32%	27%
Vestmannaeyjabær	158%	145%	34%	10%
Mýrdalshreppur	153%	94%	15%	12%
Skaftárhreppur	256%	209%	16%	20%
Sveitarfélagið Hornafjörður	170%	146%	41%	23%
Meðaltal Suðurland	173%	142%	36%	26%
Meðaltal landið	132%	122%	32%	21%

SUDURNES	Hlutfall iðkana af íbúafjölda 17 ára og yngri		Hlutfall iðkana af íbúafjölda 18 ára og eldri	
	Karlar	Konur	Karlar	Konur
Reykjanesbær	93%	90%	21%	10%
Grindavík	64%	43%	22%	13%
Suðurnesjabær	63%	61%	18%	7%
Sveitarfélagið Vogar	100%	92%	20%	7%
Mtl. Suðurnes	80%	71%	20%	9%
Meðaltal landið	132%	122%	32%	21%

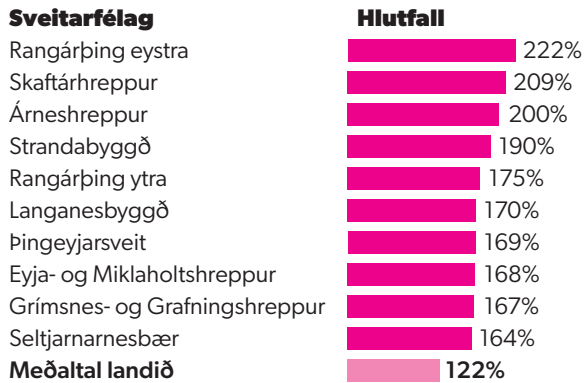
HÖFUÐBORGARSVÆÐIÐ	Hlutfall iðkana af íbúafjölda 17 ára og yngri		Hlutfall iðkana af íbúafjölda 18 ára og eldri	
	Karlar	Konur	Karlar	Konur
Kópavogsbær	147%	130%	39%	24%
Mosfellsbær	131%	107%	41%	23%
Seltjarnarnesbær	187%	164%	46%	27%
Garðabær	172%	154%	51%	30%
Kjósarhreppur	104%	156%	37%	34%
Hafnarfjarðarbær	150%	123%	35%	20%
Reykjavíkurborg	107%	87%	28%	15%
Meðaltal höfuðborgarsvæðið	143%	132%	40%	25%
Meðaltal landið	132%	122%	32%	21%

Flestar iðkanir

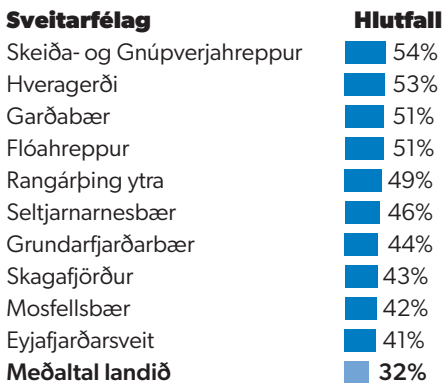
Hlutfall iðkana af íbúafjölda 17 ára og yngri – karlar



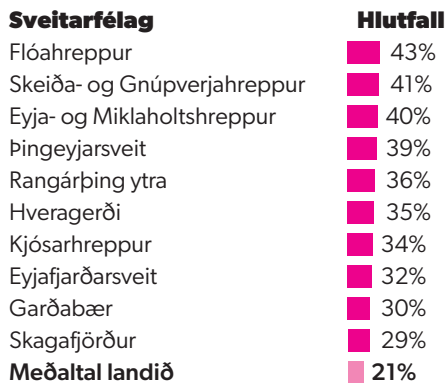
Hlutfall iðkana af íbúafjölda 17 ára og yngri – konur



Hlutfall iðkana af íbúafjölda 18 ára og eldri – karlar



Hlutfall iðkana af íbúafjölda 18 ára og eldri – konur



Stuðningur skiptir máli

Athugið að í sumum sveitarfélögum hér í samantektinni eru iðkenda-hlutföll barna og unglinga oft yfir 100%. Í sumum tilvikum fara þau upp í 200%. Þetta merkir einfaldlega að sami einstaklingurinn kemur tvisvar fyrir og æfir tvær eða fleiri greinar. Þetta merkir að:

- Vísbendingar erum að þar sem aðgengi er gott að íþróttastarfi þá er þátttakan meiri.
- Börn stunda fleiri en eina íþrótt.
- Í sveitarfélaginu er gott framboð íþróttar.
- Fjölbreytt framboð íþróttar í einu sveitarfélagi hefur jákvæð áhrif iðkanir á fámennari nágrennasveitarfélögum.

Kynjamunur sést sums staðar

Gögnin sýna jafnframt að í sumum sveitarfélögum er kynjahalli. Það getur bent til að...

- framboð íþróttar hentar sumum betur en öðrum.
- hefðir eru í ákveðnum íþróttagreinum.
- skortur er á þjálfurum/fyrirmyndum/æfingatimum.

Dusti rykið af héraðsmótum

Miklar umræður urðu á þingi Ungmennasambandsins Úlfljóts (USÚ) í vor um þá hugmynd að endurvekja héraðsmót á milli Vestur- og Austur-Skaftfellinga. Mót þessi voru við lýði fram á níunda áratug síðustu aldar þar sem iðkendur Ungmennasambands Vestur-Skaftafellssýslu (USVS) og USÚ öttu kappi í frjálsum íþróttum. Einnig var rætt um mót á milli grunnskólanema undir merkjum sambandanna.

„Þau sem muna eftir þessum mótum urðu uppveðruð. Ég er sannfærður um að ef við endurvekjum þau þá gæti það blásið lífi í íþróttastarfið sunnan Vatnajökuls. Ég vona svo sannarlega að af því verði,“ segir **Bjarni Malmquist**, formaður Ungmennasambandsins Úlfljóts (USÚ), en hann varpaði fram hugmyndum þess efnis að blása lífi í gömlu mótin á nýjan leik í því skyni að auka samkennd iðkenda á svæðinu og auka ánægju þeirra af því að taka þátt í mótum og keppni.

Héraðsmótin sem Bjarni nefndi hófust eftir vígslu Skeiðarárbrúar árið 1974 og stóðu fram til um 1980. Við þeim tóku skólámót á milli nemenda í grunnskólum á báðum sambands-svæðum. Nokkrir skólar tóku þátt í þeim. Mótin voru við lýði fram til um 1998 og voru þau afar vinsæl. Á þeim kepptu grunnskólarnemar úr 5. til 10. bekk í frjálsum íþróttum, körfubolta, fótbolta og skák. Keppendur gistu í flatsæng, kvöldvökur voru haldnar og mótin urðu stór félagsleg upplifun fyrir unga fólk.

Bjarni segir skólámótin hafa verið þau fyrstu

sem hann hafi tekið þátt í á sínum íþróttuferli og af þeim sökum séu þau eftirminnleg í hans huga.

„Mótin voru haldin frá fimmtudegi til föstudags. Skólalald var lagt niður, helgin löng og gríðarlega mikið líf í þeim íþróttahúsum sem hýstu mótin hverju sinni og skemmtilegar kvöldvökur þessa báða daga,“ rifjar Bjarni upp.

Bjarni bendir á að héraðsmótin séu rökrétt innlegg í alla neikvæðu umræðuna undanfarið um ferðakostnað vegna keppnisferða barna þvers og kruss um landið.

„Hár ferðakostnaður er mjög í umræðunni þessi misserin. Það er flókið mál. En það er einfaldlega dýrt að ferðast. Það er auðvitað lausn að setja meira fjármagn í íþróttir og þætti sem snúa að ferðakostnaði. En héraðsmótin gætu líka vegið inn í jöfnuna af því að það er sem dæmi ódýrara fyrir okkur að fara á Kirkjubæjarklaustur á mót en til Reykjavíkur og lengra. Héraðsmótin geta með því móti orðið ódýrari leið og bætt tengingar iðkenda á landsvæðinu,“ segir Bjarni.

„Ég tel í alvöru að tími sé kominn til að



Bjarni Malmquist, formaður USÚ, með Alex Leví Gunnarssyni, sem hlaut Hvattningarverðlaun USÚ á þingi sambandsins í ár.

endurvekja mótin. Þau voru góð hugmynd á sínum tíma og fyrir löngu búið að útfæra þau. Þess vegna er minna mál en ella að blása lífi í þau,“ segir hann að lokum.



Þátttakendur frá USÚ á Unglingalandsmóti á Egilsstöðum.

Blómstra í fyrirliðaverkefni

UMFÍ fékk styrk úr sjóði UEFA fyrir leiðtogaverkefninu

„Við erum öll fyrirliðar.“

Verkefnið er unnið í samstarfi við Íþróttafélagið Fram í Reykjavík og þrjá grunnskóla.

„Verkefnið gengur rosalega vel og margir nemendur sem styrkjast við að fá að stíga upp í leiðtogahlutverkið. Ég hef séð marga fá tækifæri til að að ganga inn í það, blómstra og eflast félagslega. Munur er á mörgum nemendum á milli vikna,“ segir Sólmundur Magnús Sigurðarson, þjálfari í 5. flokki í knattspyrnu og og stuðningsfulltrúi í Dalsskóla í Reykjavík. Hann er annar tveggja þjálfara hjá Fram sem koma að leiðtogaverkefninu „Við erum öll fyrirliðar.“ Sólmundur segir greinilegt að nemendurnir sem taka þátt í verkefninu finni til meiri ábyrgðar en áður.

Með styrk frá UEFA

Þetta er þróunarverkefni UMFÍ og UEFA (Knattspyrnusambands Evrópu) sem fyrirtækið Kvan vinnur við og í samstarfi við Íþróttafélagið Fram, Dalsskóla, Ingunnarskóla og Sæmundarskóla í Reykjavík. Samstarfsmaður Sólmundar er Matthías Jochum Matthíasson, þjálfari 5. flokks kvenna í knattspyrnu hjá Fram.

UMFÍ frékk styrk frá UEFA Foundation for Children. Verkefnið byggir á þeirri hugmyndafræði að öll sem vilja geti tileinkað sér leiðtoga-hæfni og leiðtogahegðun og vinna gegn neikvæðri hegðun. Með verkefninu fylgja handbækur fyrir kennara, starfsfólk skóla og nemendur.

Tveir nemendur ganga í hlutverk leiðtoga eina viku í senn og er stefnt að því að allir nemendur í hverjum bekk hafi orðið leiðtogar áður en skólaárið er á enda. Þeirra hlutverk er sem dæmi að telja bolta fyrir og eftir æfingar, drífa aðra nemendur áfram og vinna að því að upp-ræða neikvæða hegðun.

Verkefninu var ýtt úr vör í Íþróttahúsi Fram í Úlfarsárdal í janúar. Viðstödd opunarhátíðina voru m.a. fulltrúar UEFA, þau Carine N' Koué,



Gríðarlega góð stemning var á víslu verkefnisins.



Sólmundur Magnús Sigurðarson, þjálfari í 5. flokki hjá Fram.

framkvæmdastjóri Styrktarsjóðs barna hjá UEFA (UEFA Foundation for Children) og Hakan Sjöstrand.

Eftir opunarhátíðina tók við undirbúningur framhaldsins með öflun gagna og dreifingu á efni, dreifingu á fyrirliðaböndum til skóla, auk funda með UMFÍ þar sem markmið, innihald og framkvæmd voru mótuð. Í framhaldi- nu var unnið að frekari skipulagningu og samráði með skólunum.

Hönnuðu boli

Nú í mars og apríl var bronshátíð verkefnisins haldin. Nemendur fengu tússpenna og hönnuðu boli, sem þeir höfðu til sýnis. Hátíðir sem þessar þykja mikilvægur vettvangur til að fagna framförum nemenda, og verðlauna hvern og einn nemanda með merktum bolum, sem þau skreyttu saman með textiltúss.

Bronshátíðin heppnaðist vel og sýndi hún fram á mikilvægi þess að markvisst starf með leiðtoga-hæfni, samskipti og sjálfstyrkingu getur haft jákvæð áhrif á skólabrag og líðan nemenda sem og kennara.

Að bronshátíðinni lokinni var unnið að eftirvinnu, þar á meðal myndbandsklippingu, yfirferð á efni og frekari samskiptum við skóla. Einnig var haldið áfram með textavinnu og frágang verkefnisins. Skipulögð voru næstu skref með framhald verkefnisins, haft samband við Fram Íþróttahús til að bóka fyrir gullhátíðina/ uppskeruhátíð sem er lokaviðburður verkefnisins. Áður en að því kemur verður skipulögð silfurhátíð.



Carine N' Koué hélt ávarp og fjallaði um kosti jákvæðrar hegðunar og leiðtoga-hæfni.



Þau sem komu að verkefninu hittust þegar því var ýtt úr vör í byrjun árs í Íþróttahúsi Fram í Úlfarsárdal. Hér eru fulltrúar frá KSÍ, Fram, UMFÍ og skólunum, KVAN og fleirum.



Rúnar V. Arnarson, formaður ÍRB, á ársþingi Íþróttabandalags Reykjanesbæjar.



Guðni Erlendsson, framkvæmdastjóri ÍRB.

Suðurnesjamenn sækja fram

Margt er að gerast á Suðurnesjum. Í mars var framkvæmdastjóri ÍRB ráðinn til starfa. Í apríl var svo greint frá því að hafin væri skoðun á kostum og göllum sameiningar íþróttabandalaganna á svæðinu. Formaður ÍRB segir að við heimsóknir til annarra sveitarfélaga hafi runnið upp fyrir stjórn bandalagsins að hún gæti gert betur.

Guðni Erlendsson var ráðinn framkvæmdastjóri Íþróttabandalags Reykjanesbæjar (ÍRB) í byrjun mars og er hann sá fyrsti til að gegna þeirri stöðu í sögu ÍRB. Guðni er menntaður íþróttfræðingur og hefur lokið mastersnámi í mannauðsstjórnun og kemur til starfa frá Samkaupum, en þar var hann mannauðsstjóri. Guðni hefur langa reynslu af íþróttastarfi bæði sem leikmaður og þjálfari.

Rúnar V. Arnarson, formaður ÍRB, sagði um það leyti þegar auglýsing um stöðuna var sett í loftið að þetta væri byrjunina á því sem koma skyldi. „Við þurfum alltaf að halda áfram og sækja fram,“ sagði hann og benti á að unnið hafi verið að þessum áfanga síðastliðin þrjú til fjögur ár.

Í ársskýrslu ÍRB skrifaði hann jafnframt í ávarpi að stjórn bandalagsins kæmist ekki yfir nema brot af því sem hún eigi að gera og úr því verði að bæta.

„Það er langt frá því að ÍRB geti veitt þá þjónustu og rekið þá starfsemi sem því ber að veita

eins og er í öðrum stórum bæjarfélögum. Starfsemin hefur stórukist og lendir á sjálfboðaliðum að sinna því sem þeir komast yfir. Það er ekki orðið boðlegt lengur,“ skrifaði hann og kallaði eftir því að sveitarfélagið geri bandalaginu kleift að ráða starfsmann og opna skrifstofu til að bandalagið geti sinnt því sem það á að sinna. Í kjölfarið samþykkti bæjarstjórn Reykjanesbæjar að setja laun framkvæmdastjóra á fjárhagsáætlun.

Rúnar svaraði því til á umfi.is að stjórn ÍRB hafi gert sér grein fyrir því eftir heimsóknir til annarra íþróttahéraða að bandalagið hafi ekki verið að sinna mörgu af því sem það þurfti að sinna. „Við erum í raun langt á eftir og þurfum að fylgja öðrum stórum sveitarfélögum eftir. Það er því engin launung að við horfum til þess að gera þetta að fullu stöðugildi,“ segir Rúnar og bætir við að margt sé í farvatninu sem geti bætt íþróttastarf á Suðurnesjum, svo sem skoðun á kostum og göllum sameiningar ÍRB við Íþróttabandalag Suðurnesja (ÍS).

Skoða kosti sameiningar

Í apríl var svo greint frá því að stjórnir ÍRB og Íþróttabandalags Suðurnesja (ÍS) væru farnar að skoða kosti og galla sameiningar íþróttahéraðanna. Fram kemur í tilkynningu frá íþróttabandalögum sem send var aðildarfélögum þeirra að í febrúar á þessu ári hafi verið haldinn sameiginlegur fundur íþróttahéraðanna. Þar var svæðisfulltrúum á Suðurnesjum falið að vinna heildstæða greiningu á kostum og göllum sameiningar ÍRB og ÍS. Munu þeir skila skýrslu um niðurstöðuna í febrúar á næsta ári.

Markmið greiningarinnar er að skoða hvernig sameining íþróttahéraða á Suðurnesjum geti litið út með tilliti til aðkomu sveitarfélaga, áhrifa á aðildarfélög innan raða ÍRB og ÍS og úthlutunar fjármagns frá ÍSÍ og UMFÍ.

Tímarammi greiningarvinnu er áætlaður eitt ár frá fundinum í febrúar. Svæðisfulltrúar eiga að skila af sér framvinduskýrslu innan hálfis árs til stjórnar ÍRB og ÍS, sem í kjölfarið munu upplýsa sín aðildarfélög um stöðu greiningarinnar.

Í HNOTSKURN

- ÍS varð sambandsaðili UMFÍ undir lok árs 2023 og ÍRB um mitt ár 2024. Sambandsaðilar UMFÍ eru nú 26 talsins sem skiptast í 25 íþróttahéruð og eitt ungmennafélag með beina aðild. Alls eru um 450 félög innan UMFÍ, þar á meðal öll íþróttafélög á Íslandi.
- Innan íþróttahéraðanna beggja er íþróttalíf á Suðurnesjum.
- Íþróttabandalag Suðurnesja (ÍS) var stofnað 1. desember árið 1947. Innan þess eru félög í Grindavík, Suðurnesjabæ og Vogum á Vatnsleysuströnd.
- Íþróttabandalag Reykjanesbæjar (ÍRB) var stofnað í maí árið 1996 og fagnar því 30 ára afmæli á þessu ári. Innan þess eru félög Reykjanesbæ þ.e. Keflavík og Njarðvík.
- ÍRB er héraðssamband íþróttafélaga í Reykjanesbæ og vinnur að því að bæta íþróttastarf bæjarfélagsins og um leið annast samstarf fyrir hönd aðildarfélaganna við bæjarstjórn og aðra opinbera aðila.



DGI's politiska arbejde



Charlotte Bach Thomassen formaður Danske Gymnastik & Idrætsforeninger (DGI).

Íþróttahreyfingin verði sterkari með stefnumótun

ÍSí og UMFÍ hafa undanfarið ár unnið að sameiginlegri stefnumótun íþróttahreyfingarinnar. Fyrstu skref í vinnunni hófust á formannafundi ÍSí á Akranesi í fyrra. Eftir það voru haldnir fundir með fulltrúum íþróttafélaga, sveitarfélaga og fleirum. Eftir áramótin hafa verið haldnir fundir innan íþróttahéraða um allt land þar sem einblínt hefur verið á afreksstarf, stjórnskipan, þátttöku og sjálfbóðaliðastarf og rætt um það hvernig íþróttahreyfingin getur með bestu móti þjónað íþróttafélögum í samfélagi sem er í sífelltri þróun.

Charlotte Bach Thomassen, formaður DGI, segir mikilvægt í allri stefnumótunarvinnu hreyfingarinnar að hafa skýra framtíðarsýn.

Stundum er talað um það að Íslendingar séu eftirbátar Dana og taki ýmislegt upp sem þau hefur verið innleitt. Það sama á einmitt við um stefnumótunarvinnu íþróttahreyfingarinnar. Áratugur er síðan forsvarsfólk Danmark Idrætsforbund (DIF), sem er Ólympíunefnd Danmerkur, settist til borðs með kollegum hjá Danske Gymnastik & Idrætsforeninger (DGI), sem eru systursamtök UMFÍ í Danmörku, með það fyrir augum að vinna saman að stefnumótun íþróttahreyfingarinnar þar í landi.

Charlotte Bach Thomasson, formaður DGI, kom hingað til lands ásamt Jens Otto Størup, framkvæmdastjóra DGI. Í tengslum við heim sóknina gafst kærkomið tækifæri til að ræða við þau um stefnumótun íþróttahreyfingarinnar í Danmörku á sínum tíma, forsendurnar fyrir henni, helstu áskoranir, lausnir og ávinninginn af vinnunni.

Er ekki bara best að sameina þetta?

„Þið eruð á sama stað og við fyrir áratug. Í Danmörku velti almenningur og reyndar stjórnvöld líka því fyrir sér hvort við þyrftum virkilega tvenn landssamtök fyrir íþróttir. Spurningarnar spruttu fram af því að fólk þekkti ekki muninn á samtökunum og taldi nýtingu fjármuna best varið undir Ólympíunefndinni. En í stað sameiningar völdum við að fara í samstarf. Það er ákvörðun sem styrkti bæði samtökin miklu meira,“

segir Charlotte Bach Thomassen, formaður DGI. Hún tekur reyndar skýrt fram að þetta hafi verið fyrir hennar tíð, hún hafi sest í formanns- stólinn tveimur árum síðar.

„Ég var ekki með alveg í byrjun. Samstarfið byrjaði að einhverju leyti vegna ákveðinnar pressu á bæði samtökin, DIF og DGI. Bæði samtökin vildu halda sjálfstæði sínu og því var ákveðið að vinna saman frekar en að sameina þau. En við urðum að sýna og sanna bæði fyrir stjórnvöldum og almenningi ólík hlutverk DIF og DGI. Þau væru of ólík til að sameinast, en þau gætu unnið saman. Þannig hófst þetta og samvinnan hefur styrkt bæði samtökin,“ segir Charlotte og bætir við að DIF hafi ákveðið skilgreint hlutverk sem snúi að afreksstarfi. DGI á hinn bóginn vinni með íþróttafélögum um allt land þar sem áherslan er á börn, ungmennti, íþróttir fyrir alla og lýðheilsuáhrif.

Markviss samvinna

Stjórnir DIF og DGI hittast tvisvar á ári þar sem rætt er um hin og þessi mál, farið yfir sameiginlega fleti og samstarfsverkefni.

„Við gerum okkur grein fyrir því að við erum ólík. En það er líka styrkurinn. Starf okkar er skýrara í hugum okkar, ekki síður en í augum almennings og stjórnvalda. Það á við um bæði samtökin,“ segir Charlotte og bendir á að fyrir tíma stefnumótunar hafi mikill tími farið í að



Fólk í stjórnnum ÍSÍ og UMFÍ hlýddi á erindi þeirra Charlotte Bach Thomassen og Jens Otto Størup í Íþróttamiðstöðinni í Laugardal.

sýna öðrum fram á að samtökin væru ekki í keppni á ýmsum sviðum, svo sem um fjármagn, heldur í sama liðinu og hvor samtökin um sig með skýr hlutverk og markmið.

Deila upplýsingum

Í ljósi alls þessa liggur beinast við að spyrja hvort stefnumótunin, skýrari hlutverk og gott samstarf hafi gert út um árekstra á milli samtakanna. Ekki er þetta algjör himnasæla og beinn og breiður vegur?

„Fyrir tíu árum vorum við miklir keppinautar um allt og ekkert. Í dag er miklu rólegri í kringum okkur. Við rekumst auðvitað stundum á, en það eru smámunir miðað við það sem var fyrir tíu árum,“ segir Charlotte. „Samskiptin eru svo miklu meiri en áður, við tölum meira saman og oftar og deilum upplýsingum. Samt erum við enn tvö sjálfstæð samtök.“

Charlotte segist fullviss um að stefnumótun íþróttahreyfingarinnar í Danmörku hafi styrkt bæði DIF og DGI. „Rödd okkar er kraftmeiri en áður, ekki síst gagnvart stjórnvöldum. Við njótum bæði meiri virðingar í þeirra augum, ástæðan er sú að hlutverk okkar, leiðir og markmið eru skýrari. Við hjá DGI erum sem dæmi valkostur við keppnisíþróttir og afreksstarf.“

Þetta þarf Charlotte að skýra betur.

„Jú, sjáðu til. Fyrir áratug voru hlutverk og markmið okkar óljós í augum stjórnvalda og almennings. Í dag sjá þau skýran mun á samtökunum, þau sjá líka að við vinnum vel saman í stórum og mikilvægum málum og höfum viðtækari áhrif á samfélagið,“ áréttar Charlotte og telur til ýmis lýðheilsutengd mál, svo sem aukna hreyfingu, skipulagð íþróttastarf, átak til að ná betur til þeirra sem standa utan við starfið og fleira. Það hafi áhrif á andlega og líkamlega liðan fólks og bæti samfélagið.

Sjálfboðaliðum fjölgaði

Charlotte segir samstarf lyklatríði og því séu hún og aðrir innan DGI meira en reiðubúin til að leggja sitt af mörkum og deila með íþróttahreyfingunni hér á landi upplýsingum til að gera vinnuna við stefnumótunina árangursríka.

Ef við horfum til hinna Norðurlandanna þá er erfitt að finna fyrirmyndir. Engin tvö lönd státa af sama fyrirkomulagi íþróttamála. Eins og við sjáum hér einbeitir DIF sér í grófum dráttum að afreksmálum og tengdu

starfi en DGI að íþróttafélögum, almenningsíþróttum og lýðheilsu. Þetta er tvískipt kerfi, svipað og hér á landi. Í Svíþjóð á hinn bóginn er allt íþróttastarf undir miðlægri stjórn Riksidrottsförbundet (RF). Svipuðu máli gegnir um skipulag í Noregi þar sem Norges Idrettsforbund (NIF) nær yfir starf sérsambanda, íþróttahéraða og félaga. Í Finnlandi er Suomen Olympiakomitea leiðandi en sérsamböndin sjálfstæðari en á hinum Norðurlöndunum.

Hvaða leið er rétt?

Charlotte horfir í heimahaga í þessum málum.

„Norska leiðin er ekki góð,“ segir hún. „Hún eykur líkurnar á að kastljósið beinist í meiri mæli en áður að afreksíþróttum. Almenningsíþróttir verða þá út undan. Í Danmörku hefur almenningur meira val um íþróttir. Fjölbreytnin skiptir svo miklu máli. Þá taka líka fleiri þátt í starfinu, bæði iðkendur og sjálfbóðaliðar,“ segir Charlotte og leggur áherslu á að allt starf í stefnumótun íþróttahreyfingarinnar, í það minnsta hvað UMFÍ snerti – af því að hér sé svipað tvískipt kerfi og í Danmörku, verði að miða að því að hvetja fólk til að hreyfa sig meira.

„Öll vinna okkar í samstarfi DIF og DGI miðað að þessu,“ segir Charlotte og bætir við að ávinningurinn hafi líka skilað því að sjálfbóðaliðum íþróttafélaga í Danmörku hefur fjölgað.

„Þeir eru fleiri nú en fyrir tíu árum og fjölgunin skýrist aðallega af fleira ungu fólki sem tekur þátt í starfinu,“ segir hún.

Stöndum fast á okkar

Stefnumótunarvinna DIF og DGI hefur að mati Charlotte skilað góðum árangri á þeim tíu árum sem liðin eru frá því vinnan hófst. En voru virkilega allir sammála um að gera þetta og fara í vinnuna?

„Í upphafi var mikil mótstaða, sérstaklega DIF-megin. Þar var fólk sem óttaðist að missa áhrif gagnvart íþróttahreyfingunni og stjórnvöldum og mögulega fá minna fjármagn en áður. Það skipti þess vegna miklu máli að forsvarsfólk beggja samtaka stóð fast á sínu í stefnumótun þeirra. Það var líka mikil áhersla lögð á að vinnan myndi skila ávinningi fyrir sérsamböndin og íþróttafélögin, sem bæði fengu betri og markvissari þjónustu en áður. Það kom líka í ljós að þetta vildu stjórnvöld – og almenningur líka. Fólk hefur orðið skýrari mynd í huga sér hvað bæði samtökin standa fyrir. Það hefur styrkt bæði DIF og DGI.“



Halla Tómasdóttir forseti Íslands og Björn Skúlason maður hennar ræddu lýðheilmál í stóra samhenginu við þau Charlotte og Jens í Stjörnuheimilinu áður en sýningarhópurinn Verdenholdet hélt sýningu.

Íþróttir fyrir alla

Þau **Charlotte Bach Thomassen** og **Jens Otto Størup**, framkvæmdastjóri DGI, gerðu margt á þeim fáu dögum sem þau dvöldu hér á landi í mars. Þau heimsóttu nokkur íþróttafélög og dásömuðu aðstöðu þeirra, funduðu með Höllu Tómasdóttur, forseta Íslands, og forsetamakanum Birni Skúlásyni um íþróttir og lýðheilsu. Þau stóðu jafnframt fyrir opnum fundi í Íþróttamiðstöðinni í Laugardal um stöðu íþróttar, hreyfingar og lýðheilsu í Danmörku og áskoranir og tækifæri. Þar fjölluðu þau um það hvernig samstarf DGI og DIF hefur mótast í gegnum árin, lýðheilsuverkefnið Hreyfðu þig fyrir lífið (Bevæg dig for livet), auknið samstarf við stjórnvöld, áherslur í stefnumótun íþróttahreyfingarinnar í Danmörku síðastliðin tíu ár og áskoranir og tækifæri sem þau sjá fram undan í íþróttahreyfingunni.

Íþróttir og samfélagið

Charlotte Bach Thomassen er Kaupmannahafnarbúi og hefur verið formaður DGI í um átta ár. Á þeim tíma hefur hún lagt áherslu á að samtökin séu ekki aðeins vettvangur fyrir íþróttir heldur hluti af samfélaginu.

Bakgrunnur Charlotte er í íþróttahreyfingunni. Hún æfði fimleika frá barnæsku og segir þá reynslu hafa mótað sýn sína á samspil íþróttar og samfélagsins.

„Íþróttir eiga að vera órjúfanlegur hluti af samfélaginu og ná til sem flestra, svo allir verði með,“ segir hún og bætir við að kjarninn í starfi DGI sé ekki keppni heldur sé áhersla lögð á þátttöku fólks í íþróttum, gleðina sem felst í því að taka þátt, lýðheilsu og félagsleg tengsl í gegnum félögin.

Charlotte lítur á DGI sem virkan þátttakanda í þeim áskorunum sem fólk og samfélög standa frammi fyrir, það er að segja félagslegri einangrun, auknum einmanaleika, of lítilli hreyfingu fólks og ofþyngd. Á ama tíma verður fólk eldra en áður og mikilvægt er að fólk haldi heilsu.



„Við í DGI og íþróttahreyfingin öll eigum að vera lausnin við þessum áskorunum,“ segir hún og bendir á sem dæmi að þótt Danir séu almennt taldir hamingjusamir þá lifi þeir ekkert sérlega heilsusamlegum lífsstíl. Í stuttu máli gætu Danir verið heilbrigðari.

„Íþróttafélögin geta gegnt lykilhlutverki í áskorunum samtímans, það er svo margt í íþróttum og þátttöku sem getur bætt heilsuna,“ segir hún og á þar jafnt við um andlega og líkamlega heilsu.

Börnin og eldri borgarar í forgrunni

Charlotte segir tvö stefnumál í brennidepli DGI þessi misserin. Þau snúast annars vegar um að auka þátttöku barna í skipulögðu íþróttar- og frístundastarfi og eldra fólk.

Charlotte hefur einmitt talað fyrir því að íþróttafélög nái til breiðari hóps fólks.

„Í dag standa um 10-20% barna utan við skipulagt íþróttar- og frí-



Forsetahjónin ásamt sýningarhópnum Verdensholdet sem sýndi listir sínar í Stjórnuheimilinu í Garðabæ.



stundastarf og taka ekki þátt í neinu. Ástæðurnar geta verið margar, ekki síst félagslegar. Við þurfum að ná til þeirra sem standa utan við félögin. Markmið okkar er að fjölga þeim og að hvert barn taki þátt í skipulögðu starfi og sé skráð í íþróttafélag,“ segir hún og bætir við í sambandi við hinn markhópin að þróa þurfi starfsemi íþróttafélaga á þann veg að fólk geti tekið þátt í starfinu lengur og það geti leitt til þess að eldra fólk geti lifað virku og heilbrigðara lífi.

Charlotte segir þessar áherslur krefjast á vissan hátt hugarfarsbreytingar og nýrrar nálgunar á umgjörð og starfsemi íþróttafélaga.

Charlotte segir íþróttafélögin þurfa að verða virkari þátttakendur í samfélaginu, þau séu svo miklu meira en æfingavellir og mót.

„Við verðum að einbeita okkur að því að gera íþróttafélög að samkomustað fyrir fólk, hjarta í samfélaginu,“ segir hún og heldur áfram að í grunninn snúist starf íþróttafélaga um einfalt en öflugt markmið: „Allir vinna þegar allir taka þátt,“ segir hún.

Samtökin í hnotskurn

DGI samanstendur af rúmlega 264.000 sjálfboðaliðum í 6.751 staðbundnu félagi vítt og breitt um Danmörku. Mikilvægt er að draga fram að félögin byggja að mestu á starfi sjálfboðaliða og eru ekki með launað starfsfólk í almennu íþróttastarfi.

Iðkendur innan DGI eru nærri því tvær milljónir.

DGI býður upp á 2.662 námskeið og viðburði.

Helstu verkefni DGI eru DGI Landstævne, DGI Verdensholdet og DGI Hærevejlsøbet.

Royal Run, sem Friðrik, konungur Danmerkur, hefur tekið þátt í frá upphafi, er samstarfsverkefni DGI, DIF og frjálsíþróttasamtaka Danmerkur ásamt konungi.



Skipulag íþróttamála á Norðurlöndum

Eins og fram hefur komið vinnur íþróttahreyfingin saman að stefnumótun. En hvernig er skipulag og uppbygging íþróttahreyfingarinnar á hinum Norðurlöndunum? Hér er yfirlit yfir skipulagið.



Noregur – NIF

Íþrotta- og ólympíusamband Noregs (Norges Idrættssforbund og Olympiske og Paralympiske Komité - NIF) eru æðstu samtök íþróttamála í Noregi. Þetta eru jafnframt stærstu félagasamtök Noregs, með rúmlega tvær milljónir félaga, og 12.000 íþróttafélög í 19 héraðs-samtökum og 54 landssamböndum.

- Íbúar í Noregi: 5,6 milljónir í byrjun árs 2025.
- NIF — æðst íþróttasamtaka í Noregi.
- 55 sérsamböndin.
- 11 héraðssamtök sem þjóna hverju fylki Noregs
- Um 28 íþróttaráð á sveitarfélagastigi.
- 8.991 íþróttafélög.
- 2,36 milljónir félagsmanna.
- Olympiatoppen er deild innan NIF og hefur vakið heimsathygli vegna árangurs afreksíþróttafólks.
- Starf grasíþrotta er að mestu fjármagnað af happdrætti norska ríkisins (Norsk Tipping).



Riksidrottsförbundet

Svíþjóð – RF

Sænsku íþróttasamtökin (Riksidrottsförbundet, RF) eru yfir sænsku íþróttahreyfingunni. Innan þeirra eru 3 milljónir meðlima í 22.000 félögum í 19 héruðum Svíþjóðar.

- Íbúar í Svíþjóð: 10,6 milljónir í byrjun árs 2025.
- Riksidrottsförbundet (RF) eru samtök sænsku íþróttahreyfinganna.
- RF er skipt í 19 svæði (RF-SISU)
- 72 sérsambönd – 18.000 íþróttafélög og 250 íþróttagreinir.
- Þrjár aðilar með lykilhutverk – Sænska Ólympíunefndin (SOK), Sænsku Íþróttasamtökin (RF) og sérsamböndin eins og Knattspyrnusamband Svíþjóðar (SvFF). RF sér um grasrótaríþróttir en SOK um Ólympíustarfið.
- 3,1 milljónir félagsmanna.



Danmörk – DIF og DGI

Skipulag íþróttamála í Danmörku byggist á DIF (Danmarks Idrætsforbund) og DGI (Danske Gymnastik- og Idrætsforeninge).

- Íbúar í Danmörku: 6 milljónir í byrjun árs 2025.
- DIF er Íþróttasamtök og Ólympíunefnd Danmerkur. Undir þeim eru 63 sérsambönd, sem einbeita sér að afreksíþróttum og keppnisíþróttum. Danir eru jafnframt með Team Denmark, sem sérhæfir sig í utanumhaldi afreksíþrotta.
- 2.842.139 iðkendur (samtals DIF og DGI)
- 8.259 félög (undir DIF) 6.751 félög (undir DGI)
- DGI leggur áherslu á almenningsíþróttir, fjölbreytni og útbreiðslu. DGI skipuleggur m.a. stór landsmót á fjögurra ára fresti. Hugmyndafræði DGI byggir á því að íþróttir séu fyrir alla. Lögð er rík áhersla á gleði, samveru og heilsu frekar en afrek og keppni. Undir DGI eru 14 landshlutasambönd og 6.751 íþróttafélög um alla Danmörku.
- Dönsk félög eru sjálfseignarstofnanir þar sem iðkendur greiða félagsgjöld og sjálfbóðaliðar sjá iðulega um þjálfun og stjórn.



SUOMEN
OLYMPIAKOMITEA

Finnland – Suomen Olympiakomitea

Finnland er sérstætt að því leyti að það fór í gegnum sameiningu nýlega. Áður voru tvær stofnanir um íþróttastarf landsins: Finnsku íþróttasamtökin Valo, sem einbeittu sér að unglinga- og almenningsíþróttum, og Finnsla ólympíunefndin, sem einbeitti sér að afreksíþróttum. Stofnanirnar sameinuðust 1. janúar 2017.

- Íbúar í Finnlandi: 5,6 milljónir í byrjun árs 2025.
- Finnsla ólympíunefndin — undir nefndina falla 90 sérsambönd, Paralympic, FINCIS og yfir 9.000 íþróttafélög landsins.
- 1,8 milljónir iðkenda



ÍSLAND

Íbúafjöldi: **389.000**
 Íþróttahéröð: **25**
 Sér sambönd: **34**
 Fjöldi félaga: **478**
 Fjöldi iðkenda: **95.000**

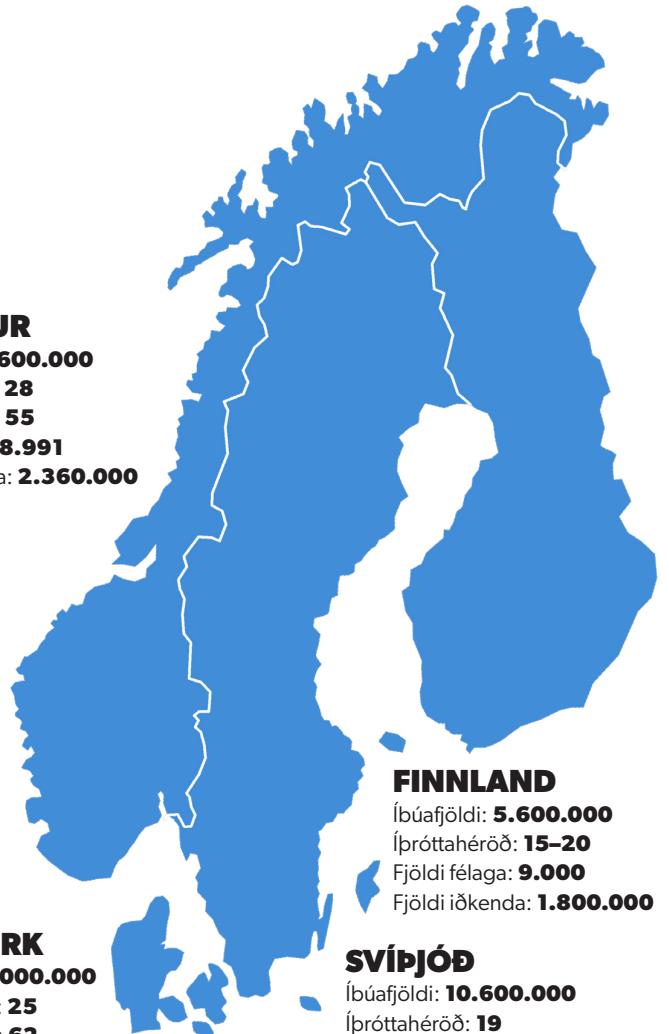


FÆREYJAR

Íbúafjöldi: **54.000**
 Íþróttahéröð: **10**
 Sér sambönd: **16**
 Fjöldi félaga: **150**
 Fjöldi iðkenda: **20.000**

NOREGUR

Íbúafjöldi: **5.600.000**
 Íþróttahéröð: **28**
 Sér sambönd: **55**
 Fjöldi félaga: **8.991**
 Fjöldi iðkenda: **2.360.000**



FINNLAND

Íbúafjöldi: **5.600.000**
 Íþróttahéröð: **15–20**
 Fjöldi félaga: **9.000**
 Fjöldi iðkenda: **1.800.000**

DANMÖRK

Íbúafjöldi: **6.000.000**
 Íþróttahéröð: **25**
 Sér sambönd: **62**
 Fjöldi félaga: **8.259**
 Fjöldi iðkenda: **2.842.139**

SVÍPJÓÐ

Íbúafjöldi: **10.600.000**
 Íþróttahéröð: **19**
 Sér sambönd: **72**
 Fjöldi félaga: **18.000**
 Fjöldi iðkenda: **3.100.000**



UMFÍ



Ísland – ÍSÍ og UMFÍ

Segja má í stuttu máli að núverandi skipulag íþróttamála hér á landi sé einna líkast blöndu af því sem gerist í Noregi og Danmörku.

- Íbúar á Íslandi: 389.000 í byrjun árs 2025.
- Íþrótt- og Ólympíusamband Íslands (ÍSÍ) – æðsti aðili frjálsrar íþróttastarfsemi á Íslandi, samkvæmt íþróttalögum. Undir ÍSÍ heyrir 25 íþróttahéruð um allt land og 34 sér sambönd.
- ÍSÍ stuðlar að þróun afreksíþróttar og almenningsíþróttar á borð við Hjólað í vinnuna, Lífshlaupið og fleiri viðburði.
- Afreksmiðstöð Íslands (AMÍ) er nýjasti hluti ÍSÍ. Hún er stjórnstöð afreksíþróttastarfs á Íslandi og hefur yfirsýn yfir öll afreksmál ÍSÍ og einstakra sér sambanda. Starf AMÍ er í náinni samvinnu við sér sambönd ÍSÍ og vísindasamfélagið.
- Ungmennafélag Íslands (UMFÍ) er landssamband ungmennafélaga og íþróttabandalaga á Íslandi. Þjónustu- og samræmingaraðili fyrir sambandsaðila og aðildarfélög þeirra. Innan UMFÍ eru 25 íþróttahéruð og eitt félag með beina aðild.
- Alls eru um 340.000 skráðir sem meðlimir innan íþróttahreyfingarinnar. Virkir iðkendur eru 95.000.

Færeyjar – ÍSF

Ídrottasamband Foroya (ÍSF) er æðsti aðili frjálsrar íþróttastarfsemi í Færeyjum.

- Íbúar á Færeyjum: 54.600 í byrjun árs 2025.
- Undir ÍSF eru 16 sér sambönd, 10 menningarsambönd sem gegna sama hlutverki og sér sambönd hér, 150 íþróttafélög og 20.000 iðkendur.

Heimild: Norden.org. Fólksfjöldatölur miðast við 1. janúar 2025.

Nýtt fræðsluefni um konur í íþróttum

Nýtt fræðsluefni um konur í íþróttum var kynnt í Íþróttamiðstöðinni í Laugardal á vordögum. Kynningin var haldin í tilefni af Alþjóðlegum baráttudegi kvenna, sem er haldinn 8. mars ár hvert. Um 80 manns mættu á viðburðinn í íþróttamiðstöðinni.

Fræðsluefnið samanstendur af myndbrotum af sérfræðingum á sínu sviði sem fjalla um þá þætti sem einkenna íþróttakonur á mismunandi æviskeiðum. Markmið verkefnisins er að efla þekkingu og fræðslu, styðja við heilbrigði íþróttakvenna, hámarka frammistöðu þeirra og draga úr líkum á meiðslum.

Fræðsluefnið samanstendur af 44 myndböndum sem eru annars vegar miðuð að yngri íþróttakonum og hins vegar eldri íþróttakonum, þjálfurum, foreldrum og öðrum sem koma að íþróttastarfi.

Knattspyrnukonan Lára Hafliðadóttir kynnti verkefnið ásamt dr. Hafrúnu Kristjánsdóttur. Hafrún er prófessor og deildarforseti íþróttfræðideildar Háskólans í Reykjavík, en Lára er starfsmaður KSÍ á Vísindasviði og doktorsnemi í íþróttavísindum við Háskólann í Reykjavík með áherslu á íþróttakonur.

Konur í íþróttum er fræðsluröð um um og fyrir íþróttakonur. Verkefnið er samstarfsverkefni Háskólans í Reykjavík (HR), Knattspyrnusambands Íslands (KSÍ), Íþrótt- og Ólympíusambands Íslands (ÍSí) og Ungmennafélags Íslands (UMFÍ).

Þetta er fræðsluefnið:

- Kynningarmyndband – þjálfun kvenna og munur á milli kynjanna: Lára Hafliðadóttir.
- Hormóna- og kvenheilsa: 5 upptökur.
- Tíðahringurinn: 9 upptökur.
- Grindarbotn: 2 upptökur.
- Brjóstaheilsa: 1 upptaka.
- Svefn og andleg heilsa (m.a. kvíði): 5 upptökur.
- Svefn: 2 upptökur.
- Átraskanir: 1 upptaka.
- Næring og líkamssamsetning: 4 upptökur.
- Beinheilsa: 2 upptökur.
- Meiðsl: 4 upptökur.
- Álag: 2 upptökur.
- Heilahristingur: 1 upptaka.
- Öndun: 1 upptaka.
- Meðganga: 2 upptökur.
- Varðveisla á frjósemi: 1 upptaka.



Hér er hægt að lesa sér meira til um verkefnið og sjá upptökur.



Lára Hafliðadóttir, doktorsnemi í íþróttavísindum við Háskólann í Reykjavík, kynnti verkefnið.



Hressar konur sem mættu á kynningu á fræðsluupptökunum.



Ragnhildur Sigurðardóttir og Hafrún Kristjánsdóttir í smá upphitun fyrir kynningu á upptökunum.



Fv.: Hafrún Kristjánsdóttir og Vaka Rögnvaldsdóttir ásamt tveimur þátttakendum á viðburðinum.

Ungmenni sneru bökum saman

Um 25 ungmenni frá fimm ungmennaráðum hittust til skrafs og ráðagerða í byrjun mars til að ræða stöðu ungs fólks á Íslandi. Markmiðið var sameiginleg umsögn þeirra um áform um mótun ungmennastefnu sem hafði verið birt í samráðsgátt stjórnvalda. Ungmennastefnan hefur lengi verið á umræðuborðinu og er þetta í fyrsta sinn sem hún er að verða að veruleika.



Guðmundur Ari Sigurjónsson fór yfir tildrög ungmennastefnunnar og markmið hennar.

Markmið ungmennastefnunnar er að sameina ólík stefnumál sem snerta ungt fólk og tryggja aukna þátttöku ungs fólks í stefnumótun.

Guðmundur Ari Sigurjónsson, þingmaður og þingflokksformaður Samfylkingarinnar, hélt stutt erindi um ungmennastefnuna í upphafi fundar. Hann leiddi einmitt stýrihóp mennta- og barnamálaráðuneytisins um mótun stefnunnar. Guðmundur hefur reynslu af þeirri vinnu en hann hefur setið í Æskulýðsráði ríkisins, starfað á vettvangi félagsmiðstöðva ásamt víðtækri reynslu úr stjórnsýslu.



Mikil ánægja var með vinnu við sameiginlega umsögn ungs fólks.



Fylgst með af mikilli athygli á fundinum.



Ungmennaráð félagasamtaka leggja orð í belg og hafa mikið að segja.

Bætt aðgengi að íþróttá- og frístundastarfi

Í sameiginlegri umsögn ungmennaráðanna er lögð áhersla á að ný ungmennastefna stjórnvalda verði heildstæð og taki mið af öllum þáttum í lífi ungs fólks, svo sem í málum er varða menntun, frítíma, atvinnu, heilsu og framtíðarmöguleika. Þau telja mikilvægt að tryggð verði raunhæf tækifæri til þátttöku í samfélaginu, auk stuðnings sem gerir þeim kleift að byggja upp sjálfstætt líf.

Íþróttá- og frístundastarf er talið lykilatriði fyrir vellíðan og þroska, en bæta þarf aðgengi, halda kostnaði niðri og leggja meiri áherslu á ánægju fremur en afrek. Fram kemur að frístundastyrkurinn hefur reynst mikilvægt úrræði sem eykur þátttöku í skipulögðu starfi. Mikilvægt er þó að tryggja að hækkun styrksins leiði ekki til hækkunar æfingagjalda og að hann sé samræmdur á milli sveitarfélaga til að tryggja jafnt aðgengi.

Þá kemur fram að bæta þarf aðstöðu svo yngri iðkendur þurfi síður að víkja fyrir meistaraflokkum eða viðburðum. Þá þarf að tryggja að ungmenni sem þurfa aukinn stuðning geti tekið þátt í skipulögðu frístundastarfi, til dæmis með stuðningi á æfingum. Einnig er mikilvægt að bæta upplýsingagjöf um frístundastarf til fjölskyldna af erlendum uppruna.

Ungmennin taka það að lokum skýrt fram í lok umsagnarinnar að þau fagni mótun stefnunnar og taki áfram virkan þátt í samráði um hana.

Fimm áherslupunktur

- Heildstæð nálgun á líf og aðstæður ungmenna.
- Aukið aðgengi og gæði í íþróttá- og frístundastarfi.
- Fjölbreyttara og samræmdara menntakerfi með áherslu á lífsleikni.
- Betri tengsl við vinnumarkað og jöfn atvinnutækifæri.
- Sterkari stuðningur við heilsu og húsnæðisöryggi.

Ungmennaráðin voru eftirfarandi:

- Ungmennaráð UMFÍ.
- Ungmennaráð Bandalags íslenskra skáta.
- Ungmennaráð KFUM og KFUK.
- Ungmennaráð UNICEF á Íslandi.
- Unglingadeild björgunarsveitarinnar Kyndils í Mosfellsbæ. Auk þeirra mættu starfsmenn ráðanna og verkefnastýra Æskulýðsvettvangsins.



Fjölmargir tóku þátt í viðburðinum á Akureyri.



Frá viðburðinum á Egilsstöðum.

RADDIR UNGS FÓLKS:

„Þetta snýst ekki allt um að vera best“

Mikilvægt er að halda viðburði þar sem ungt fólk getur látið rödd sína hljóma, að sögn Kristínar Rögnu Finnsdóttur.

„Mér fannst þetta sjúklega skemmtilegt,“ segir Kristín Ragna Finnsdóttir, sem tók þátt í viðburðinum *Raddir ungs fólks*, þar sem ungmenni í íþróttum fengu tækifæri til að ræða framtíð íþróttastarfs hér á landi. Viðburðurinn var samstarfsverkefni ÍSÍ og UMFÍ og Ungmennaráðs UMFÍ auk svæðisfulltrúa um allt land. Viðburðirnir voru haldnir á átta stöðum um allt land og í hverjum landsfjórðungi. Fundarröðin var styrkt af Erasmus+, styrkjaáætlun Evrópusambandsins (ESB).

Viðburðirnir voru iðulega tengdir fundum um stefnumótun íþróttahreyfingarinnar sem gjarnan fóru fram á eftir viðburðinum með ungu fólki. Handboltakappinn Ólafur Stefánsson, sem jafnframt er í meistaranámi í sálfræði við Háskólann í Reykjavík, hélt erindi í upphafi allra viðburðanna og tók virkan þátt í samræðum og vinnuhópum ásamt forsvarsfólki bæði ÍSÍ og UMFÍ.

Í erindinu fjallaði Ólafur um þátttöku sína í íþróttum og gleðina sem hann sagði lykilatriði í allri íþróttaiðkun. Hann lagði þar áherslu á að þótt fólk tapi keppni á íþróttavellinum – jafnvel lúti í lægra haldi gagnvart öðrum áskorunum – þá skipti máli að tapa ekki hjartanu og gleðinni fyrir því sem maður gerir.

Afar góð þátttaka var á fundunum um allt land og sköpuðust virkilega góðar umræður um eitt og annað tengt íþróttum og íþróttastarfi sem miða að því að draga úr og koma í veg fyrir brottfall ungs fólks úr skipulögðu íþróttastarfi. Niðurstöður umræðnanna verða meðal annars nýttar í sameiginlega stefnumótun íþróttahreyfingarinnar sem nú stendur yfir.

Leysir orkuna út á vellinum

Kristín Ragna, sem verður 16 ára á þessu ári, tók þátt í viðburðinum í Reykjavík í apríl. Hún situr í ungmennaráði KSÍ, sem lét vita af fund-



Kristín Ragna leggur hér til málanna á fundinum á höfuðborgarsvæðinu

inum og tók Kristín Ragna þátt í honum ásamt Auði Kjerúlfi úr ungmennaráðinu.

Hún segist strax haft áhuga á að mæta á fundinn því hún hafi mikinn áhuga á að taka þátt í því að finna leiðir til að halda ungu iðkendum lengur í skipulögðu íþróttastarfi.

Kristín Ragna hefur lengi æft knattspyrnu. Hún bjó lengi með fjölskyldu sinni í Svíþjóð og var virk í starfi yngri flokka þar í landi. Þegar hún flutti aftur heim fór hún í 5. flokk hjá Víkingi Reykjavík. Nú er hún í 3. flokki á eldra ári og þjálfar auk þess yngri flokka.

„Ég er mjög virk í Víkingi og mér fannst umræðan um það hvernig halda eigi krökkum í starfi lengur mjög athyglisverð,“ segir hún. „Þetta skiptir svo miklu máli, af því að íþróttir hafa svo góð áhrif á andlega heilsu. Ef krakkarnir glíma við eitthvað þá geta þau fengið útrás í íþróttum. Það geri ég og leysi alla mína orku út á æfingum,“ segir Kristín Ragna og bætir við að hreyfingin geri fólki líka gott.

Ekki skiptir máli hvort iðkendum eru góðir í sinni grein eða ekki, hreyfingin og þátttakan eru lykilatriðið, að mati Kristínar Rögnu.

„Íþróttir og þátttaka í þeim snýst ekki aðeins um það að vera sú besta. Þótt ég sé ekki lang-

besta í fótbolta þá er svo gaman að vera með hinum krökkunum. Og þess vegna er svo mikilvægt að halda gleðinni í leiknum,“ heldur hún áfram og bætir við að sér hafi vírst sem erindi Ólafs Stefánssonar hafi náð vel til annarra þátttakenda á viðburðinum Raddir ungs fólks.

Þjálfarar nálgast iðkendum betur

Í umræðunum kom henni á óvart hversu mikil áhrif þjálfarar hafa á iðkendum. „Þeir eru svo mikilvægir. Ef ég er að æfa og ekki með nógu góðan þjálfara þá dregur það úr ánægju minni af íþróttinni,“ segir hún og telur þennan þátt mega bæta í þjálfaramenntun: „Þeir þurfa sumir að nálgast iðkendum sína betur.“

Einnig ræddu þátttakendur lausnir fyrir eldri unglinga sem vilja halda áfram í íþróttum án þess að stefna á afreksstig. „Okkur fannst mikilvægt að hafa tvo flokka – einn fyrir þau sem stefna hátt og annan fyrir þau sem vilja bara vera með. Minni alvarleiki. Það er flott fyrir þau sem eru með metnað að vilja skara fram úr og æfa mikið, en hin vilja skemmta sér og njóta,“ segir hún.

Í hnotskurn

Viðburðurinn Raddir ungs fólks gegnir lykilhlutverki í þróun íþróttahreyfingarinnar á Íslandi. Með því að safna saman ungu fólki á aldrinum 15–25 ára og fá fram þeirra sjónarmið í skipulögðu samtali við stjórnmendur og fagfólk skapast dýrmæt innsýn í þarfir og væntingar iðkenda.

Viðburðurinn var styrktur af Erasmus+, styrkjaáætlun Evrópusambandsins.



Þátttakendur á Egilsstöðum stilltu sér upp.



Fundirnir voru brotnir upp með leikjum.



Rakel Magnúsdóttir, annar tveggja svæðisfulltrúa íþróttahéraðanna á Suðurlandi, var borðstjóri á Selfossi.



Ólafur Stefánsson hélt erindi á öllum fundunum og tók virkan þátt í umræðunum.



Ólafur Stefánsson flytur erindi sitt.



Súsanna Guðlaug Halldórsdóttir, í Ungmennaráði UMFÍ, ásamt vinkunum í Fjölbrotaskólanum á Sauðárkróki.



Frímann Ari Ferdinandsson, framkvæmdastjóri ÍBR, (til hægri) hlustaði vel á ungar raddir.



Valdimar Víðisson, bæjarstjóri Hafnarfjarðar, hlýddi á erindi Ólafs og tók þátt í umræðum á höfuðborgarsvæðinu.



Ragnar M. Sigurðsson, íþrótt- og tómsundafultrúi Ölfuss, Engilbert Olgeirsson, framkvæmdastjóri HSK og Ragnheiður Högnadóttir, varastjóri UMFÍ, ræddu saman á Selfossi.



Sigurður Óskar Jónsson frá UMFÍ og Erla Gunnlaugsdóttir svæðisfulltrúi voru á fyrsta fundi Radda ungs fólk á Austurlandi.

- Ungmennaráð KSÍ var sett saman í ágúst árið 2025 í kjölfar ungmennaráðstefnu Sambandsins í maí sama ár.
- Í ungmennaráðinu eru 17 einstaklingar frá átta aðildarfélögum KSÍ.
- Þau eru á aldrinum 13–21 árs.
- Emir Daði Arnbergz á sæti í ungmennaráði KSÍ sem fulltrúi Skallagríms í Borgarnesi. Hann situr jafnframt í ungmennaráði UMFÍ.
- Fyrsti fundur ráðsins fór fram í janúar á þessu ári. Ungmennaráðið hélt sitt fyrsta þing í mars í höfuðstöðvum KSÍ á Laugardalsvelli. Öllum aðildarfélögum var boðið að senda sex fulltrúa á aldrinum 13–23 ára.



Sameining og samstarf lykill að sterkari íþróttastarfi á Vestfjörðum

Íþróttafélög á Vestfjörðum standa frammi fyrir fjölbreyttum áskorunum og í sumum tilvikum þarf markvisst átak til að efla starfið. Fyrstu niðurstöður stefnumótunar í íþróttastarfi á svæðinu leggja áherslu á aukið samstarf og sameiningu félaga. Lagt er til að kanna sameiningu Héraðssambands Vestfirðinga og Héraðssambands Bolungarvíkur í áföngum. Áætlað er að 30–65 milljónir króna þurfi árlega til Vestfjarða til að ná markverðum árangri.

Haustið 2025 hófst sameiginleg stefnumótunarvinna íþróttahéraða á Vestfjörðum með fundi stjórna héraðanna. Í framhaldinu voru haldnir vinnufundir innan hvers héraðs með þátttöku aðildarfélaga til að dýpka

umræðuna og kortleggja stöðu, þarfir og tækifæri á grasrotarstigi.

Birna Hannesdóttir og Páll Janus Þórðarson, svæðisfulltrúar íþróttahéraðanna á Vestfjörðum, stýrðu stefnumótunarvinnunni í samstarfi við forsvarsfólk íþróttahéraðanna og aðildarfélaga. Nú liggur fyrir aðgerðaráætlun fyrir svæðið til ársloka 2029.

Niðurstöðurnar í hnotskurn:

- Vegna dreifðrar byggðar, langra vegalengda og fámennis stendur íþróttastarf á svæðinu frammi fyrir sértækum áskorunum.
- Þessar aðstæður kalla á samstillt átak íþróttahéraða, sveitarfélaga og félaga. Aukin áhersla verði lögð á Vestfjarðamót til að minnka ferðakostnað og efla samvinnu innan svæðisins.
- Ýmislegt var skoðað, meðal annars sameining Héraðssambands Vestfirðinga (HSV) og Héraðssambands Bolungarvíkur (HSB). Í aðgerðaráætlun kemur fram að á það skuli reyna í skrefum.

Öflugra starf á Ströndunum

Strandabyggð og Héraðssamband Strandamanna (HSS) hafa undirritað nýjan samning sem felur í sér ráðningu tómsundafulltrúa á starfssvæði HSS í 70% starfi, sem jafnframt mun gegna hlutverki framkvæmdastjóra sambandsins í 30% starfi. HSS hefur ekki haft framkvæmdastjóra um nokkurt skeið. Tómsundafulltrúi hefur heldur ekki verið í fullu starfi. Með samningnum eru slegnar tvær flugur í einu höggi, ef svo má segja.

Þetta er nýr samningur sem markar mikilvægt skref í uppbyggingu íþrótt- og tómsundastarfs í sveitarfélaginu. Samningurinn miðar að því að efla íþrótt- og æskulýðsstarf í Strandabyggð, styrkja starf aðildarfélaga HSS og tryggja börnum og ungmönnum fjölbreytt og aðgengilegt frístundastarf.

Samningurinn felur jafnframt í sér fjárhagslegan stuðning Strandabyggðar við starfsemi HSS auk aðgengis að aðstöðu og mannvirkjum sveitarfélagsins sem nýtast íþróttastarfi og félagsstarfi íbúa.

Sameining íþróttafélaga í Vesturbyggð

Á héraðsþingi Héraðssambandsins Hrafna-Flóka 2025 var settur á laggjarnar starfshópur sem skoðaði íþróttastarf og skipulag íþróttabarna og ungmenna í sveitarfélaginu.

Tvö aðildarfélög Hrafna-Flóka af þremur í sveitarfélaginu samþykktu sameininguna en Tálknfirðingar standa utan sameiningannar að svo stöddu. Barðstendingar, sem höfðu nokkru áður sagt sig úr héraðssambandinu, bættust líka í hópinn og einfaldar það þátttöku barna og ungmenna þaðan í skipulögðu íþróttastarfi. Börn frá Barðaströnd sækja nám til Patreksfjarðar og auðveldar sameiningu íþróttaiðkun þeirra.

Reynsla af fyrri sameiningum bendir til þess að breytingar sem þessar geti skilað árangri. Árið 2016 sameinuðust sem dæmi íþróttafélögin BÍ/Bolungarvík, KFÍ, Skellur og Sundfélagið Vestra. Að mati margra hefur sú sameining tekist vel og íþróttageirinum fjölgað á undanfönum tíu árum.

Áskoranir í smærri byggðum

Birna Hannesdóttir, formaður HHF íþróttafélags og annar tveggja svæðisfulltrúa íþróttahéraðanna á Vestfjörðum, er frá Bíldudal og búsett á Patreksfirði. Hún segir alla vinnu tengda stefnumótun íþróttastarfs á Vestfjörðum, sameiningu íþróttafélaga og frekara samstarf geta skilað sér í sterkara og sameinuðu sveitarfélagi Vesturbyggðar. Birna bendir jafnframt á möguleika á að byggja upp skipulagt íþróttastarf í Birkimel á Barðaströnd sem gæti styrkt þátttöku barna og ungmenna í dreifbýli.

„Í styrkleikanum felst að við getum bæði deilt búnaði á milli félaga og kostnaði við kaup á honum. Birna bendir einnig á að það sé tækifæri í að nýta íþróttahúsið á Bíldudal betur. Það getur tekið tíma, sérstaklega þar sem fjölbreytt og skipulagt íþróttastarf hefur legið niðri um tíma og virkja þarf börnin til þátttöku á ný,“ segir hún.

„Mögulega þurfum við að bjóða upp á eitthvað annað og öðruvísi en hefur verið í boði áður,“ segir hún og áreftar að markmiðið sé að koma íþróttastarfi á Bíldudal í gang á ný. Einblína verði á einstaklingsíþróttir þar eins og í öðrum smærri byggðarlögum.

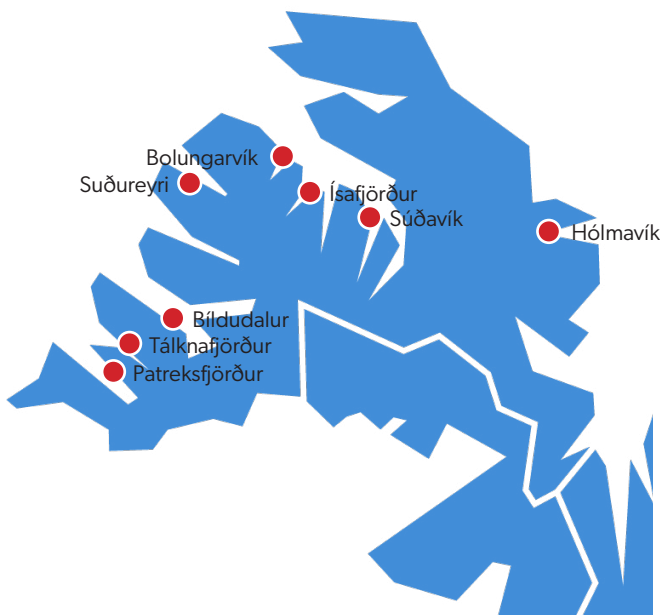
Birna bendir á að Hvatasjóður íþróttahreyfingarinnar hafi reynt vel í þeirri viðleitni að blása lífi í íþróttastarf í smærri byggðum á Vestfjörðum gegn þeim áskorunum sem þar blasi við. Sjóðurinn hafi styrkt borðtennisæfingar, sem hafi verið boðið upp á, á Flatreyri, Suðureyri, Tálknafirði og Drangnesi, þar sem æfingar eru



Birna Hannesdóttir, formaður HHF íþróttafélags.

byrjaðar af fullum krafti. Æfingar hófust einnig í íþróttahúsinu á Bíldudal og var vel mætt á fystu æfinguna en en þátttaka dróst fljótt saman. Einnig hefur illa gengið að finna þjálfara á nokkrum stöðum en það er veruleiki sem smærri byggðarlög þurfa að takast á við.

Sterkt og samstillt íþróttastarf hefur lykhillutverk í að efla lýðheilsu, byggja upp samfélög og skapa tækifæri fyrir börn og ungmenni á Vestfjörðum til að blómstra.



Tómstundafulltrúi í Vesturbyggð

Nýlega hefur verið ráðið í starf tómstundafulltrúa í sameinuðu sveitarfélagi Vesturbyggðar sem tekur til starfa á næstu mánuðum. Starfið hefur verið ómannað í um ár. Sveitarfélagið nær til Patreksfjarðar, Tálknafjarðar og Bíldudals, auk dreifbýlis og nærliggjandi byggða, þar á meðal Barðastrandar.

Þetta er jákvætt skref fyrir íþróttalífið í sveitarfélaginu, enda mun tómstundafulltrúi gegna mikilvægu hlutverki sem tengiliður milli íþróttahreyfingarinnar og sveitarstjórnar.

Vestfirðir í tölum

Fjöldi sveitarfélaga: **8**
Íbúar: **6.930**
Íþróttafélög: **29**
Iðkendur/iðkanir: **1.882/2.613**



Kostnaðarliðir og fjárþörf

HHF:

Helstu kostnaðarliðir:

- Samgöngur og ferðastyrkir.
- Þjálfaralaun og fræðsla.
- Viðhald og nýting mannvirkja.
- Sameiginleg verkefni og mót.
- Stjórnun og samhæfing.

Áætluð fjárþörf: 10–25 milljónir króna árlega.

HSS:

Helstu kostnaðarliðir:

- Samgöngur og ferðastyrkir vegna æfinga og keppni.
- Þjálfaralaun og fræðsla fyrir þjálfara.
- Viðhald og nýting íþróttamannvirkja.
- Sameiginleg verkefni og íþróttaviðburðir.
- Búnaður og aðstaða til æfinga.
- Samhæfing og stuðningur við íþróttafélög.

Áætluð fjárþörf: 5–10 milljónir króna árlega.

HSB og HSV:

Helstu kostnaðarliðir:

- Samgöngur og ferðastyrkir vegna æfinga og keppni.
- Þjálfaralaun og fræðsla fyrir þjálfara.
- Stuðningur við sjálfbæði og starfsemi félaga.
- Sameiginleg verkefni og íþróttaviðburðir.
- Samhæfing og þróun íþróttastarfs á svæðinu.

Áætluð fjárþörf: 15–30 milljónir króna árlega.



Danskur sýningarhópur sl

Heimshornaflakkararnir í **Verdensholdet** ferðuðust um landið í byrjun mars á þessu ári, héldu vinnustofur fyrir iðkendur nokkurra félaga og héldu vel sóttar listsýningar.

Danski sýningarhópurinn Verdensholdet kom til landsins á vegum UMFÍ, í samvinnu við Fimleikasamband Íslands og fimleikafélög á ýmsum stöðum um landið í byrjun mars og

dvaldi hér út mánuðinn. Fimleikahópurinn Verdensholdet samanstendur af 28 einstaklingum (14 konum og 14 körlum) auk þjálfara og starfsmanna.

Þegar sýningarhópurinn kom hingað til lands hafði hann verið á ferðalagi um heiminn frá því í október á síðasta ári með sýningu sína, sem kallast „Core“. Ferð Verdensholdet hófst á Selfossi. Eftir það voru vinnustofur og sýningar á Akranesi, hjá Hetti á Egilsstöðum, Fjölni í Grafarvogi og svo var stór sýning í Ásgarði. Sýningin á Egilsstöðum var afar vel sótt en



Forseti Íslands ásamt formanni og framkvæmdastjóra DGI á sýningu Verdensholdet í Garðabæ.



Forsvarskonur þeirra félaga sem tóku á móti sýningarhópi Verdensholdet.



Frá sýningunni stóru í Stjörnuheimilinu í Garðabæ.



Sýningarhópurinn í heimsókn hjá danska sendiherranum á Íslandi.



Frá sýningu Verdensholdet á Selfossi.

ó í gegn

talið er að hátt í 600 manns hafi verið í húsinu.

Meðlimir Verdensholdet kusu fremur að gista í heimahúsum en á hótelum meðan á ferð þeirra stóð hér og upplíðu meðlimir hópsins því land og þjóð frá sjónarhóli íbúa frekar en sem ferðafólk. Hópurinn dvaldi á hverjum stað í nokkra daga, hélt vinnustofur fyrir iðkendum og um hálf tíma langar sýningar sem voru afar vel sóttar. Stærsta sýningin var hjá Stjörnunni í Garðabæ en hana sáu í kringum 900 manns og var uppselt.

Þau Charlotte Bach Thomassen, formaður dönsku landssamtakanna DGI (Danske gymnastik- og idrætsforeninger), og Jens Otto Størup, framkvæmdastjóri DGI, komu hingað til lands sérstaklega til að sjá sýningu Verdensholdet í Garðabæ. Forsetahjónin voru á meðal gesta á sýningunni. Þau nýttu því tækifærið til að ræða við þau Charlotte og Jens ásamt Jóhanni Steinari Ingimundarsyni, formanni UMFÍ, um lýðheilsumál og nálganir DGI.

Forsvarsfólk fimleikadeilda og félaga víða um land sem tók á móti sýningarhópnum var í skýjunum og þótti afar gott og gagnlegt að fá hópinn í heimsókn. „Þar voru flottar fyrirmyndir á ferð sem náðu vel til iðkenda“, eins og Bergþóra Ingvarsdóttir, framkvæmdastjóri fimleikadeildar Selfoss, orðaði það.

Fjórðungur með fötlun æfi íþróttir

Iðkendum með fötlun hefur fjölgað mikið í skipulögðu íþróttastarfi á síðastliðnum þremur árum. Tækifærin eru orðin fleiri. Iðkendur með fötlun eru hvattir til að taka þátt í Unglingalandsmóti UMFÍ á Sauðárkróki um verslunarmannahelgina.



Edvard Þór Ingvarsson í keppni í körfubolta á Unglingalandsmótinu í Borgarnesi.



Valdimar Gunnarsson, verkefnastjóri verkefnisins Allir með, á málþingi Allir með: Ferðin hingað og ferðalagið framundan.

„Framtíðarsýn okkar er sú að það þyki eðlilegt að íþróttafélög bjóði upp á æfingar fyrir fötluð börn eins og ófötluð. Þangað erum við að stefna,“ segir Valdimar Gunnarsson, verkefnastjóri verkefnisins Allir með. Hann var á meðal fjölmargra mælenda á fjölmennu málþingi um verkefnið. Málþingið hét **Allir með: Ferðin hingað og ferðalagið framundan**.

Á málþinginu var fjallað um stöðu fatlaðra barna í íþróttum, rannsóknir, reynslu barna, foreldra og íþróttafélaga og þau verkefni sem eru í gangi nú þegar um allt land. Á málþinginu voru 18 stutt erindi og pallborð um íþróttir iðkenda með fötlun.

Valdimar sagði margt hafa áunnist á þeim rétt rúmu þremur árum sem liðin eru síðan verkefninu var ýtt úr vör. Markmið þess hefur frá upphafi verið þríþætt: að fjölga tækifærum fyrir börn með fötlun í íþróttum, að börn með fötlun fái tækifæri til að æfa íþróttir með sínu hverfisfélagi og að þau geti byrjað að æfa íþróttir með félagi á sama aldri og börn sem ekki eru fötluð.

Þegar verkefnið hófst voru takmarkaðar upplýsingar til um fjölda barna með fötlun í skipulögðu íþróttastarfi, að sögn Valdimars.

„Við áttuðum okkur fljótt á því að það var vonlaust að finna upplýsingar um það hvar fötluðu börnin væru. Persónuvernd sagði ekki heimilt að veita þær upplýsingar. Við urðum því að fara krókaleiðir til að átta okkur á því hvað þetta er stór hópur,“ sagði Valdimar og lýsti því næst að niðurstaðan væri sú að á Íslandi væru um 3.000 börn með fötlun á aldrinum 6–16 ára. Það væri varlega áætlað. Miðað við þá tölu væru aðeins 4% barna á þessum aldri í skipulögðu íþróttastarfi.

Valdimar benti á að verkefnið gangi að stórum hluta út á að breyta viðhorfum. Það geri enginn einn.

„Ef við ætlum okkur að gera þetta þá þarf allt samfélagið að taka þátt,“ sagði Valdimar og bætti við að margir hefðu verið kallaðir til aðstoðar og mikið gert til að stækka hópinn, svo sem hefði verið unnið mikið starf með svæðisfulltrúum íþróttahéraðanna, íþróttafélögum og fjölmíðlum og mikill stuðningur fengist fyrir verkefnið með Hvatvasjóði íþróttahreyfingarinnar.

„Við gerðum þetta í gegnum hefðbundin íþróttafélög um allt land, fórum hringinn í kringum landið, funduðum með bæjar- og sveitarfélögum og kynntum verkefnið. Við höfum breytt viðhorfum. Kannski ekki alls staðar, en á mjög mörgum stöðum,“ sagði hann.

Allir með er samstarfsverkefni íþróttahreyfingarinnar og þriggja ráðuneyta sem hafa stutt við það síðastliðin þrjú ár og ætla að gera það í þrjú ár til viðbótar.

Nú benda upplýsingar til þess að á bilinu **8,5–9%** barna með fötlun stundi íþróttir með félagi sínu. Stefnt er á að það verði komið upp í **25%** fyrir árið **2030**.

Allir með á Unglingalandsmóti UMFÍ

Stór hluti af verkefninu Allir með er að halda íþróttaviðburði vítt og breytt um landið í samstarfi við íþróttafélög og svæðisfulltrúa íþróttahéraðanna. Verkefnið stendur líka fyrir tveimur stórum viðburðum, Allir með-leikunum og Stjörnuleikum Allir með.

Fyrir tveimur árum mætti galvaskur hópur íþróttaiðkenda frá Special Olympics-liði Hauka í Hafnarfirði á Unglingalandsmót UMFÍ þegar það var haldið í Borgarnesi. Flestir tóku þar þátt í körfubolta en sumir tóku þátt í fleiri greinum.

Heiðdís Erna Egilsdóttir og Edvard Þór Ingvarsson voru á meðal þeirra iðkenda með fötlun sem stigu stór skref á mótinu. Heiðdís keppti í kökuskreyingum en Edvard keppti í körfubolta. Hann skráði sig líka í pílukast og bogfimi, badminton og langstökk í frjálsum íþróttum, sundlaugarfjóri og leikjum.

Allir með verður á Unglingalandsmóti UMFÍ á Sauðárkróki um verslunarmannahelgina og þar geta iðkendur skráð sig til leiks í flestu því sem í boði er á Allir með-leikunum og Stjörnuleikum en geta auðvitað líka tekið þátt í öllu því sem þá langar til. Skráning á mótið hefst í júní.



Frá undirritun samningsins: Frá vinstri: Kolbrún Þ. Pálsdóttir, forseti Menntavísindasviðs HÍ, Silja Bára Ómarsdóttir, rektor Háskóla Íslands, Inga Sæland, mennta- og barnamálaráðherra, Inga Dóra Sigfúsdóttir, stofnandi Rannsóknna og greininga og Ragný Þóra Guðjohnsen, faglegur stjórnanda Íslensku æskulýðsrannsóknarinnar.

Ný gögn um íþróttaiðkun á leiðinni

Nýr samstarfssamningur markar tímamót í þróun og miðlun niðurstaðna úr grunnskólakönnun Íslensku æskulýðsrannsóknarinnar (ÍÆ) fyrir árið 2026. Að samkomulaginu, sem undirritað var um miðjan apríl, standa mennta- og barnamálaráðuneytið, Háskóli Íslands, Menntavísindasvið, Háskólinn í Reykjavík (HR) og Rannsóknir og greining (R&G). Þetta er fyrsta skiptið sem HR og R&G taka þátt með formlegum hætti í miðlun niðurstaðna rannsóknarinnar og er með því stigið mikilvægt skref í því að efla nýtingu gagna um velferð barna og ungmenna.

Háskóli Íslands heldur áfram hlutverki sínu sem framkvæmdaraðili rannsóknarinnar og ber ábyrgð á framkvæmd hennar fyrir ráðuneytið. Nýtt hlutverk R&G felst hins vegar í að styðja við miðlun og hagnýtingu niðurstaðna, meðal annars með aukinni þjónustu við sveitarfélög, skóla og aðra hagaðila. Samningurinn gildir út árið 2026 og verður endurmetinn með möguleika á framlengingu, með hliðsjón af árangri og reynslu.

Íslenska æskulýðsrannsóknin er umfangsmesta rannsókn sinnar tegundar hér á landi og hefur það að markmiði að safna áreiðanlegum gögnum um líðan, velferð og viðhorf barna. Þátttaka er víðtæk, en árið 2025 tóku tæplega 73% nemenda í 4.–10. bekk þátt. Niðurstöður eru birtar í landsskýrslum og sértækum skýrslum fyrir sveitarfélög og skóla.

Nýi samningurinn svarar aukinni eftirspurn eftir dýpri greiningum og skýrari túlkun gagna. Með aukinni aðkomu R&G verður unnt að bjóða sérhæfða greiningu, ráðgjöf og kynningar sem styðja við markvissari stefnumótun og umbætur í skólasterfi.

Ánægjuvogin

Ánægjuvogin er spurningalisti sem unninn var af Rannsóknnum og greiningu (R&G) fyrir UMFÍ og ÍSí. R&G hefur lagt spurningalista fyrir nemendur í 8., 9. og 10. bekk frá árinu 1992 undir verkefnaheitinu *Ungt fólk*. UMFÍ og ÍSí hafa nýtt niðurstöðurnar frá árinu 2012 til þess að fylgjast með þróun ánægju í íþróttum og íþróttaiðkun.

Niðurstöður gáfu svör um ánægju iðkenda með félagið, þjálfarann og aðstöðuna, tengsl íþróttaiðkunar við þætti eins og vímuefnaneyslu, námsárangur, andlega og líkamlega heilsu, svefn og neyslu orkudrykkja.

Nokkur ár eru síðan stjórnvöld breyttu samstarfi sínu gagnvart R&G. Ungmenni hafa af þeim sökum ekki verið spurð um íþróttalíf sitt með jafn ítarlegum hætti um nokkurra ára skeið. Síðustu niðurstöðurnar eru upplýsingar fyrir árið 2022.

Með nýja samstarfssamningnum kann að verða breyting á því.

Skortur á þjálfurum hamlar vexti taekwondo

Mikill uppgangur hefur verið í taekwondo á Suðurlandi síðastliðin ár. Eftir að taekwondodeildin á Selfossi færðist undir Ungmennafélag Selfoss 2008 og fékk tilheyrandi umgjörð og regluverk hefur iðkendum fjölgað mikið.



Þórunn Sturludóttir, Katla Mist Ólafsdóttir og Viktoría Björg Kristófersdóttir sýna listir sínar.

Taekwondo hefur síðastliðin tuttugu ár fest sig í sessi sem ein af helstu greinum á sambandssvæði HSK. Uppgangurinn er mikill. Árangur iðkenda og keppenda undir merkjum Ungmennafélags Selfoss hefur líka vakið eftirtekt. Ófeigur Ágúst Leifsson er einn af hvatamönnum íþróttarinnar og hefur verið formaður deildarinnar um nokkurt skeið. Ófeigur segir markvisst starf hafa skilað sér í öflugum barna- og unglingshópum sem haldi svo áfram æfingum.

„Við erum með æfingar á Selfossi og Hellu. Á Selfossi eru um 100 iðkendur og á Hellu 33,“ segir Ófeigur en deildin þar er afar fjölbreytt og býður upp á mikið úrval fyrir iðkendur á öllum aldri. Á Hellu er Ungmennafélag Selfoss með útibú, þ.e.a.s. leggur til þjálfara, en Ungmennafélagið Hekla í Rangárþingi ytra sér um rekstur og skipulag.

Ófeigur nefnir að æfingar hafi sömuleiðis

verið í boði um tíma á Stokkseyri og í Þorlákshöfn. Iðkendur á Stokkseyri hafi hins vegar kosið að æfa á Selfossi. Æfingar í taekwondo hafa legið niðri í Þorlákshöfn en nú eru væntingar um að þær hefjist þar aftur með haustinu undir handleiðslu þjálfara sem er nýfluttur á svæðið. „Hvergerðinga langar líka að bjóða upp á æfingar í taekwondo, en skortur á þjálfurum stendur í vegi fyrir því að það takist í bráð“.

Þjálfaramálin eru áskorun. „Þótt yfirþjálfarinn Daníel Jens Pétursson sé ótrúlegur þá kemst hann ekki yfir allt,“ segir Ófeigur og bætir við að þótt taekwondo sé oft flokkað sem bardagaíþrótt þá sé kjarni greinarinnar annar. Íþróttin byggir fyrst og fremst á sjálfsvörn þar sem fæturnir spila aðalhlutverkið.

Ófeigur segir starf félagsins hafa verið markvisst í þau rétt rúmu tuttugu ár sem það hafi starfað. Einn lykillaþáttur í fjölgun iðkenda sé



Úlfur Darri Sigurðsson tekur bogaspark.



Daníel Jens Pétursson í bardaga.

HVAÐ ER AÐ FRÉTTA?

samstarf við skóla og frístundastarf. „Yngstu iðkendurnir fá aðstoð við að komast á æfingar beint úr skólavist. Æfingarnar byrja yfirleitt snemma og eru börnin keyrð á æfingar á vegum Sveitarfélagsins Árborgar. Starfsmaður kemur með þeim úr skólavistinni og það skýrir að miklu leyti fjölda yngri iðkenda,“ segir Ófeigur. Þessi nálgun hefur einnig tryggt góða samfellu þar sem börnin skila sér áfram upp í unglingsflokkka.

Ávinningur fyrir börn og ungmenni

Ófeigur segir ávinning af iðkun taekwondo ná langt út fyrir æfingasalinn. „Íþróttin er sérstaklega gagnleg fyrir börn sem glíma við ýmsar áskoranir eins og reiðistjórnun, einhverfu og athyglisbrest. Þetta hjálpar þeim ofboðslega mikið við að ná einbeitingu,“ segir hann og bætir við að deildin bjóði upp á aðgengi fyrir alla, er meðal annars með sérdeild fyrir iðkendur með sérþarfir. Iðkendur með fötlun eru samt of fáir, að hans mati. Þeir mættu vera fleiri af því að greinin gerir svo mikið gagn.

„Í taekwondo læra iðkendur aga, virðingu og sjálfsstjórn. Íþróttin er þess vegna svo langt um meira en bardagi – þetta er agi, virðing og hreyfing, sem eru lykilorð nútímans,“ segir Ófeigur hjá taekwondodeild Umf. Selfoss.

Í hnotskurn

- Taekwondostarfið á Suðurlandi hófst í æfingahúsnæði í iðnaðarhverfinu í Gagnheiði á Selfossi árið 2004. Þjálfarar voru þau Sigursteinn Snorrason og Magnea Ómarsdóttir frá Fjölni.
- Daníel Jens Pétursson hóf að æfa taekwondo þar á sama tíma. Hann er í dag yfirþjálfari í taekwondo á Selfossi og með 6. dan, sem er næsthæsta gráða Íslendinga.
- Taekwondodeildin fékk aðild að Ungmennafélagi Selfoss árið 2008.
- Árið 2007 voru iðkendur 34. Ári síðar voru þeir orðnir 68 og fóru yfir 100 2009.
- Boðið er upp á æfingar í taekwondo hjá 13 félögum um allt land.
- Taekwondo skiptist í tvo meginhluta: Poomse og Sparring. Poomse er sú hlið taekwondo þar sem einn aðili framkvæmir tæknilega hlið hennar. Sparring er aftur á móti sjálf bardagahliðin þar sem tveir eða fleiri aðilar koma saman og berjast.

Gamla myndin:

Danskir boðsgestir á Landsmóti UMFÍ á Sauðárkróki

14. Landsmót UMFÍ fór fram á Sauðárkróki í júlí árið 1971. Líkt og fyrir önnur Landsmót vonuðust skipuleggjendur, þátttakendur og aðrir gestir eftir góðu veðri fyrir útihátíð sem þessa.

„Forráðamenn mótsins höfðu vonað að hinar gamalkunnu ljóðlínur Matthíasar yrðu að áhrinisorðum á Landsmótinu. Og svo sannarlega gátu menn raulað glaðir á þessum sumarmorgni: „Skín við sólu Skagafjörður,“ líkt og væntingum fólks er lýst í 4.–5. tölublaði Skinfaxa árið 1971. Þar með var mótið sett í björtu og góðu sumarveðri.

Við vonum auðvitað að sagan endurtaki sig um verslunarmanna-helgina nú í sumar þegar 26. Unglingalandsmót UMFÍ verður sett á Sauðárkróki.

Á Landsmótið var boðið forystufólki úr ír dönsku íþróttahreyfingunni. Þetta voru þeir Niels Ibsen, formaður systursamtaka UMFÍ í Danmörku, Det Danske Gymnastik og Ungdomsforeninger (DdGU) og Jón Þorsteinsson, íþróttakennari við Íþróttaskólann í Sønderborg á Jótlandi. Jón kom í boði stjórnar UMFÍ en Ibsen í boði landsmótsnefndar.

Stjórn UMFÍ vildi sýna Jóni þakklæti fyrir alla þá aðstoð sem hann hafði veitt íslenskum íþróttafélögum, sérstaklega þeim sem tengdust erlendum samskiptum. Jón hafði nefnilega búið og starfað í Danmörku um árabil og var hann með mikla reynslu af erlendu samstarfi. Ibsen hafði að sama skapi viðamikla reynslu á sínu sviði og gátu Íslendingar nýtt sér fróðleik hans á margan hátt.

Jón og Ibsen dvöldu Landsmótið allt á Sauðárkróki og fylgdust með öllu ásamt því að færa UMFÍ að gjöf tvo vandaða silfurbikara. Viðræður UMFÍ við dönsku gestina voru á sínum tíma taldar mjög gagnlegar og fyrir vikið varð meiri samvinna tekin upp við kollega okkar í Danmörku.

Íþróttahreyfingin hefur lært margt af Dönnum í gegnum tíðina og má til gamans geta að samstarf og samtal UMFÍ við Danmörku er enn mikið og gott. Í mars á þessu ári komu hingað til lands Charlotte Bach Thomassen, formaður landssamtakanna DGI (Danske gymnastik- og idrætsforeninger, áður DdGU) og Jens Otto Størup, framkvæmda-



Niels Ibsen (til vinstri) og Jón Þorsteinsson (til hægri) ásamt eiginkonum sínum á göngu á Landsmótinu á Sauðárkróki 1971.

stjóri DGI. Þau komu hingað til lands til að sjá stórsýningu danska hópsins Verdensholdet í íþróttahúsinu Ásgarði í Garðabæ. Þau stóðu jafnframt fyrir opnum fundi um stöðu íþróttar, hreyfingar og lýðheilsu í Danmörku og áskoranir og tækifæri. Fundinn sóttu margir fulltrúar úr íþróttahreyfingunni og var almenn ánægja meðal fundargesta með þær umræður og það uppbyggilega samtal sem þar fór fram.

Þannig lifir sagan áfram, í minningunum, samstarfinu og samtalínu.

Takk fyrir stuðninginn

Alark arkitektar ehf.
Auðhumla sf.
Bláskógabyggð
Blómasetrið

Enor ehf.
Eyjafjarðarsveit
Fiskmarkaður Þórshafnar
Hvalfjarðarsveit

Hvalur hf.
Krappi ehf.
Nettó
Pixel ehf.

Reykjavíkurborg
Snow Dogs ehf.
Sparisjóður Austurlands
Strendingur ehf.

Súðavíkurreppur
Sæplast ehf.
T.ark
Tannsinn ehf.

Trésmiðjan Rein
Ökuland





Börnin okkar eru ótrúleg í íþróttum

**ÞESS VEGNA STYÐJUM
VIÐ ÞAU ÖLL!**



LEIKURINN OKKAR