



Fregnir

Soroptimistasamband Íslands

48. árg. desember 2022 nr. 129





HVATNING SOROPTIMISTA

Sýnum dreglyndi og verum einlægar í vináttu.
Verum reiðubúna til hjálpar og þjónustu.
Sýnum í verki skilning og friðarvilja.
Setjum markið hátt og vinnum störf okkar
með sæmd og ábyrgðartilfinningu.

MARKMIÐ SOROPTIMISTA

Að vinna að bættri stöðu kvenna.
Að gera háar kröfur til siðgæðis.
Að vinna að mannréttindum öllum til handa.
Að vinna að jafnrétti, framförum og friði,
með alþjóðlegri vináttu og skilningi.

SOROPTIMISTAR SKULU BEITA SÉR FYRIR:

Að veita þjónustu í heimabyggð,
heimalandi og á alþjóðavettvangi.
Að taka virkan þátt í ákvarðanatöku
hvarvetna í þjóðfélaginu.



Ritnefnd: Sigríður Inga Sigurðardóttir, Halla Björg Baldursdóttir
ritstjóri, Margrét Helgadóttir og Jóna Kristbjörnsdóttir

Fregnir er málagn Soroptimistasambands Íslands.

Heimasíða: www.soroptimist.is

Netfang: soroptimist@soroptimist.is

Ritnefndin óskar eftir greinum í næsta blað Fregna.

Vinsamlegast sendið efni á netfangið fregnir@soroptimist.is

Forsíðumynd: Halla Björg Baldursdóttir

Baksíðumynd: Halla Björg Baldursdóttir

Umbrot og hönnun blaðs: Gígja Ívarsdóttir - gigja@kompanhonnun.is

Kæru systur,

Jólablað Fregna 2022 er sjöunda og síðasta blaðið sem núverandi ritnefnd úr Soroptimistaklúbbi Hafnarfjarðar og Garðabæjar gefur út. Við erum afar stoltar af þessum blöðum sem öll hafa verið efnismikil, litrík og lifandi, þökk sé dugnaði systra hvaðanæva að við að senda okkur efni og segja frá störfum klubbanna og ýmsu öðru sem markað hefur vegferð þeirra.

Þegar við tókum við blaðinu haustið 2020 var því hvíslað að okkur að það erfðasta við að gefa út Fregnir væri að fá nægilegt efni. Það er hins vegar alls ekki okkar reynsla því að á þeim þremur til fjórum vikum sem við höfum gefið systur hverju sinni til að útbúa efni hefur svo sannarlega ekki staðið á viðbrögðum. Blöðin hafa verið á bilinu 18-28 blaðsíður og meðallengd 25 blaðsíður.

Margir halda einnig að það að vera í ritstjórn Fregna sé erfitt og tímafrekt, en því er alls ekki þannig farið. Verkefnið snýst um að auglýsa eftir efni, safna því saman og flokka ásamt því að lesa yfir innsendar greinar með tilliti til málfars, stafsetningar og almenns samræmis. Ekkert af þessu myndi kallast „mikið verk“ og systur í öllum klúbbum hafa svo sannarlega lagt til meira vinnuframlag við hin ýmsu verkefni en þetta. Uppsetning blaðsins er í höndum grafíks hönnuðar en ritnefndin fer yfir lokaútkomuna áður en blaðið er gefið út.

Í blaðinu að þessu sinni er sagt frá roðagyllta átakinu, fjallað er um verkefni klúbba nær og fjær, stór og smá, gömul og ný, og sagt frá því hvernig Soroptimistasystur hafa tengst þvert á klúbba og landamæri gegnum sameiginlegt áhugamál.

Allir 19 klúbbar landsins sendu inn jólakveðjur að þessu sinni og er það afar ánægjulegt.

Við í ritnefnd Fregna 2020-2022 þökkum öllum þeim sem lögðu hönd á plóg við að gera Fregnir að því sem þær eru. Við þökkum greinaskrifurum og ljósmyndurum fyrir skemmtilegar og fróðlegar greinar og flottar myndir. Við þökkum Gígju hönnuði fyrir fallega uppsetningu og þolinmæði við ritnefnd. Við óskum næstu ritnefnd góðs gengis og hlökkum til að sjá fleiri blöð.

Að lokum vil ég þakka samstarfskonum mínum í ritnefnd kærlega fyrir gott samstarf.

Gleðileg jól!

Halla Björg Baldursdóttir
Ritstjóri Fregna 2020-2022



Kæru systur,

Þegar þessi orð eru rituð lýsa aðventuljósinn borg og sveit. Jólin eru á næsta leiti með frið og gleði. Fólki heldur jólahátíðina með mismunandi hætti en landsmenn tengja þessa hátíð líklega mest við ósk um að gleðja aðra og að láta hversdagslegt argaþras niður falla og reyna þess í stað að láta sparihliðina snúa út hátíðadagana.

Við Soroptimistasystur ljúkum senn 16 daga áttakinu gegn ofbeldi í sérhverri mynd. Systur hafa margar hverjar lagt á sig mikla vinnu til fræðslu, við sölu á margvíslegum varningi og í samtölum við samferðafólk um málefni áttaksins.

Upplifun mín er sú að áttakið hafi verið óvenju kraftmikið að þessu sinni og fengið meiri undirtektir en fyrr. Raunar hefur svo verið að ár frá ári hefur áttakið náð meiri athygli landsmanna. Og að ári liðnu ætlum við að gera enn betur. Tímasetning áttaksins í aðdraganda jóla er einkar vel til fundin því að við vitum að þarna úti er fólk sem þarf stuðning til að eiga friðsæl jól án ofbeldis. Þegar grannt er skoðað þurfum við öll stuðning til að njóta friðar, því friður er félagslegt fyrirbæri sem fæst með samstöðu og samhug. Ég hef þá trú að því fleiri sem fá að reyna og sjá að Soroptimistasystur vinna í anda markmiða okkar þeim mun betur stuðlum við að friði í huga og hjarta fjölmargra, hér og um allan heim.

Orð og verk þurfa að fara saman. Orð eru til alls fyrst, en verk þurfa að fylgja orðum. Soroptimistar hafna ofbeldi í hvaða birtingarmynd sem er. Systur fylgja því eftir með því að safna peningum og veita styrki til góðra verka til þeirra sem hafa áunnið sér traust og tiltrú á þessu sviði. Við fylgjum orðum eftir með því að halda sjálfstyrkingarnámskeið fyrir stúlkur. Við stuðlum að umræðu, sem getur gefið fólki í neyð byr undir vængi til að komast út úr aðstæðum sínum og leita sér hjálpar, og finna frið sem það kannski ekki hefur upplifað lengi.

Mannkynssagan er full af dæmum um að mannum mistekst oft að leysa sín mál með friðsamlegum hætti. Á árinu hefur leitað til Íslands hópur fólks á flótta

undan stríðsástandi í Úkraínu. Sem betur fer er þeim vel tekið og þau fá góðan stuðning. En átök eru víða. Samkvæmt Wikipediu eru fimm lönd í heiminum til viðbótar með yfir fimm þúsund fallna í átökum á árinu. Fjórtán lönd eða fleiri hafa misst yfir þúsund manns á árinu sem er að líða í beinum átökum. Það er ekki auðvelt að gera sér í hugarlund allan þann sársauka sem þessu fylgir. En sem betur fer sýnir sagan líka að það er hægt að taka höndum saman og leysa málin með samtali og samstarfi. Sameinuðu þjóðirnar eru virðingarverð viðleitni til þess.

Orð eru til alls fyrst. Það gildir líka á heimavelli okkar, í íslensku samfélagi, á okkar eigin heimilum. Til að leysa málin þurfum við að geta sett okkur í annarra spor og sýnt vilja til mennsku í samskiptum. Að hætta að tala saman færir ekki frið. Að stöðva átök færir ekki alltaf frið, ef ranglætið er viðvarandi. Jólin færa okkur vonina um heim þar sem friður fær að ríka, orð og athafnir fara saman, ranglæti er eytt og mennirnir setjast saman sem ein samheldin fjölskylda sem lætur gamlar erjur og rígr lönd og leið. Við leggjum ekki niður baráttuna. En við erum ekki að hefna ófara af hendi ofbeldismannsins, heldur erum við að byggja upp betri heim.

Friður ríki í fjölskyldum okkar og meðal nágretta og vina. Friður ríki milli manna og þjóða. Friður ríki í stríðshráðum löndum, og gleði jóla færi okkur þá sýn að samfélag kærleika er grundvöllur hamingju og velferðar.

Þetta er mitt síðasta forsetabréf. Ég vil nota tækifærið til að þakka ykkur, kæru systur, fyrir samfélagið sem stjórnartíð mín hefur fært mér, fyrir að upplifa hugsjón Soroptimista, og fyrir góðar og gefandi stundir á árinu.

*Gleðileg jól,
Guðrún Lára Magnúsdóttir
Forseti SÍ 2020-2022*



Stoltar stelpur á leið í keppni í apríl 2019 í KSÍ búningum.

Þar sem lítið getur orðið stórt

Veturinn 2018-2019 kom upp hugmynd hjá Soroptimistaklúbbi Árbæjar að nýta ferð einnar systur, sem jafnframt var verkefnastjóri klúbbsins, til Sierra Leone í Vestur-Afríku eins vel og hægt er. Fyrir utan að færa sjúkrastofnunum og skólum peningagjafir frá nokkrum Soroptimistaklúbbum á Íslandi var ákveðið að gera eitthvað meira. Áður hefur birst grein í Fregnum um þá ferð og þann mikla stuðning sem systur í nokkrum klúbbum á höfuðborgarsvæðinu veittu því verkefni.

Aukaverkefni ferðarinnar var að styrkja hóp stúlkna sem búa mjög afskekkt og hafa stofnað fótboltalið.

Þorpið sem þær koma frá heitir Mogbwemo og er í um 250 km fjarlægð frá höfuðborginni Freetown. Vegasamband er afleitt og tekur það um 5 klukkutíma að komast þangað.

Í samstarfi við KSÍ fóru verkefnastjórnir Guðrún Helga Bjarnadóttir og María Karlsdóttir á fund í höfuðstöðvar KSÍ og voru þeim afhentir aflagðir landsliðsbúningar kvenna, ásamt forlata töskum til að geyma búningana í.

Við höfðum fregnir af því að stelpurnar bæði æfa og spila berfættar. Skóleysið var farið að há þeim í keppnum og var staðan orðin þannig að þær fengu ekki að taka þátt í ákveðnum keppnum þar sem þær voru skólausar. Verkefnastjórinn, Guðrún Helga, fór því af stað á Facebook að biðja vini og vandamenn

um að gefa fótboltaskó sem væru ekki í notkun. Viðtökur létu ekki á sér standa. Mörg skópör söfnuðust og eitt skópar vakti mikla athygli, en það voru skór af landsliðsmarkmanninum okkar Hannesi Halldórssyni. Þar sem þetta voru upp til hópa góðir skór voru þeir eingöngu notaðir í keppnum og aldrei á æfingum. Nokkrar

stúlkur voru um hvert skópar nema sú sem fékk skóna hans Hannesar. Hún fékk að halda þeim alveg út af fyrir sig.

En ástæða þessarar frásagnar, svona löngu seinna, er að frænka Guðrúnar átti leið til Sierra Leone núna í haust og heimsótti þetta þorp. Hún færði þeim nýja gamla búninga frá Íþróttafélaginu Þrótti í Reykjavík. Þá kom í ljós að búningarnir sem við hjá Árbæjarklúbbi útveguðum þeim árið 2019 eru enn mikið notaðir, enda gerðir úr eðalefni.



Gleðin leynir sér ekki.



Barist af hörku í landsliðsbúningi frá Íslandi.



Guðrún Helga og María að taka við búningunum frá KSÍ.

En aðeins meira af þessum stelpum. Þorpið Mogbwemo er í Rutile héraði. Í héraðinu er mikið um námugróft, þá er einkum verið að grafa eftir rutile (þaðan kemur nafnið). Þorpið stendur við uppistöðulón og virkar ekki stórt en þarna búa örugglega fleiri en í meðal sjávarplássi á Íslandi. Öll húsin eru á einni hæð, byggð úr múrsteinum.

Í liðinu eru 26 stúlkur og er sú yngsta aðeins 11 ára. Liðið var stofnað fyrir um 7 árum þegar nokkrar stelpur í þorpinu komust að því að námufyrirtækin væru að styrkja strákana í boltanum og vildu þær hafa sama aðgang að peningum og þeir. Þær byrjuðu að æfa á fótboltavellinum á hverjum morgni við sólarupprás.



Dagatöl 2023

Myndir frá Sierra Leone sem Soroptimistaklúbbur Árbæjar er með til sölu á **2500 kr.**

En ekki leið á löngu þangað til þær fundu fyrir gleðinni og ánægjunni af því að spila fótbolta. Á endanum var tekið eftir þeim og Mustapha og Pastor tóku þær upp á sína arma. Því miður hafa þær ekki ennþá fengið styrki frá námufyrirtækjunum.

Fótboltinn er notaður til að valdefla stúlkurnar og hann

gefur þeim leið til að komast úr fátækt. Þær æfa 5 tíma á dag, tvisvar á morgnanna og þrisvar um eftirmiðdaginn, sex daga vikunnar. Þarna eru nokkrar af bestu fótoltakonum landsins og sækir kvennalandslið Sierra Leone rúmlega helming af sínum liðskonum til þessa fótoltaliðs. Þær fara reglulega í alþjóðleg verkefni og eru þá lánaðar til liða í öðrum löndum. Nýlega voru nokkrar þeirra að koma frá Tyrklandi þar sem þær höfðu verið að spila í nokkra mánuði. Eina skilyrðið til að fá að vera með í þessu fótoltaliði er að sækja skóla og afla sér menntunar.

Einkunnarorð liðsins eru „one team – one family“ og það skín í gegnum allt sem þær gera. Þarna búa þær saman á um 100 fermetrum í þremur herbergjum, með eldhús sem er ekki meira en hlóðir, nokkrar dýnur og tveir sófar.

Við hjá Árbæjarklúbbsi vorum sammála um að saga þessara stúlkna væri gott innlegg inn í jólaföstuduna. Gjafir gleðja og það sem sumum finnst vera gamalt og úr sér gengið, finnst öðrum eins og happdrættisvinningur. Það þarf ekki alltaf að eyða miklum peningum í að gera eitthvað stórt.

*Gleðileg jól,
f.h. Soroptimistaklúbbs Árbæjar,
Guðrún Helga Bjarnadóttir*



Leikhlé.



Pokinn er 35x39x13,5 cm, tekur 18 lítra og kostar aðeins 2.500 kr.

Í tilefni af 16 daga átakinu „Roðagyllum heiminn“ stendur Soroptimistaklúbbur Hafnarfjarðar og Garðabæjar fyrir fjáröflun með sölu á umhverfsvænum og veglegum burðarpokum merktum áherslum átaksins.

Þú getur styrkt þetta verðuga verkefni með kaupum á fallegum poka sem minnir á verkefnið.

Ef þú vilt eignast svona fallega poka og styðja við gott málefni þá geturðu sent póst á Jóhönnu Kristínu Gústavsdóttur, gustavsdottir@gmail.com



Átak gegn kynbundnu ofbeldi

Soroptimistar um allan heim standa fyrir 16 daga átaki gegn kynbundnu ofbeldi frá 25. nóvember til 10. desember. Þetta er í þrítugasta og fyrsta skipti sem Soroptimistar hefja slíkt átak á alþjóðlegum baráttudegi gegn ofbeldi gagnvart konum og stúlkum.

Soroptimistar slást í för með um sex þúsund samtökum í 187 löndum sem leidd eru af Sameinuðu þjóðunum til að vekja athygli á kynbundnu ofbeldi með slagorðinu #roðagyllumheiminn eða #orangetheworld. Roðagyllti liturinn er litur átaksins og táknar bjartari framtíð án ofbeldis gegn konum og stúlkum. Átakið stendur til 10. desember en sá dagur er alþjóðlegur mannréttindadagur Sameinuðu þjóðanna og jafnframt dagur Soroptimista.

Markmið 16 daga átaksins er að beina athyglinni að alvarleika kynbundins ofbeldis, fræða almenning og hvetja til þess að ofbeldi verði stöðvað. Til þess þarf vitundarvakningu. Ein af hverjum þremur konum hefur verið beitt ofbeldi á lífsleiðinni og er það eitt útbreiddasta mannréttindabrot í heimi.

Nærri 140 konur eru myrtar á hverjum degi af nánnum fjölskyldumeðlimi. Um 15 milljónir

núlifandi unglingsstúlkna, 15-19 ára, hafa verið beittar kynferðislegu ofbeldi. Konur eru 72 prósent allra þeirra í heiminum sem hneppt eru í mansal og kynlífsprælkun. Um 200 milljónir núlifandi stúlkna og kvenna hafa verið limlestar á kynfærum. Á hverri mínútu eru 23 barnungar stúlkur þvingaðar í hjónaband.

Sú hefð hefur skapast að ákveðið málefni er í brennidepli ár hvert. Áhersla íslenskra Soroptimista mun að þessu sinni opna á vitundarvakningu um að allir þekki rauðu ljósin í ofbeldissambandi, hvort sem það er andlegt, líkamlegt, kynferðislegt, fjárhagslegt eða stafrænt ofbeldi.

Ýmislegt hefur verið gert þessa 16 daga til að beina athygli að ofbeldi gegn konum, meðal annars hafa greinar og fræðsluefni birst í blöðum, byggingar í heimabyggð klúbba verið lýstar upp í roðagylltum lit, systur klædst roðagylltum fatnaði og ýmis varningur tengdur verkefninu verið til sölu.

Elín Albertsdóttir

Soroptimistaklúbbi Hafnarfjarðar og Garðabæjar



Stóru „litlu“ verkefni

Á hverju ári vinna Soroptimistar að mörgum góðum málum. Sum vekja mikla athygli en önnur vilja oft gleymast. Mörg þessara litlu verkefna vekja þó gleði hjá mörgum.

Soroptimistaklúbbur Kópavogs hefur í nokkur ár keyrt út bækur fyrir Bókasafn Kópavogs til fólks sem á erfitt með að koma í bókasafnið eða yfirleitt að fara nokkuð út.

Tvær systur fara saman og heimsótt eru 12 – 16 heimili í hvert sinn. Oftar en ekki bíða lántakendur alveg tilbúnir að fá nýjan bókaskammt og skila þeim gamla. Stundum vill fólk bjóða okkur inn og spjalla en við þiggjum það yfirleitt ekki. Þessar útkeyrslustundir eru líka gæðastundir hjá okkur systur, við kynnumst betur hvor annarri og spjöllum mikið saman.

Í Sunnuhlíð er rekin dagdvöl sem átti 33 ára afmæli þann 17. nóvember og hélt hún basar í tilefni afmælisins. Þar mættum við systur og buðum upp á kaffi ásamt vöflum með rjóma.

Alltaf eru einhver skemmtiatriði og að þessu sinni kom Kvinnakór Kópavogs og söng fyrir gesti. Við höfum mætt einu sinni á ári með vöflukaffi, að

undanskyldum tveimur síðustu árum, og hefur þetta alltaf verið mjög góður dagur.

Eitt af þeim verkefnum sem Kópavogsklúbbur hefur styrkt er dúettinn Elligleðin, sem er starfsemi sem hefur í nokkur ár farið í skipulagðar heimsóknir til fólks á sambýlum/hjúkrunarheimilum og glatt íbúana með söng. Þar má oft sjá hvernig heimilisfólkið lifnar við þegar dúettinn kemur í heimsókn.

Alzheimersamtökin höfðu samband við okkur í haust um hvort við vildum liðsinna þeim í kaffistund einu sinni í mánuði. Rætt var um að 4 til 6 systur þyrfti í hvert sinn. Verkefnisstjórar Kópavogsklúbbs höfðu samband við alla klúbbana á höfuðborgarsvæðinu og skemmst er frá að segja að nú er búið að manna allar kaffistundirnar í vetur. Frábært samstarf Soroptimistaklúbbanna.

Á jólafundi lögðu systur í bauk í stað þess að vera með jólapakka og klúbburinn leggur síðan sömu upphæð til viðbótar við þessa söfnun.

Á adventunni 2021 færðum við samfélagshúsinu Dvöl sjónvarp að gjöf. Dvöl er athvarf þar sem gæðfatlaðir geta komið saman og átt samverustundir yfir daginn. Á jólafundinum okkar nú í desember höfum við sama háttinn á, söfnum í bauk og gefum til góðra málefna.

Þessi litlu verkefni láta ekki mikið yfir sér en hafa öll það að markmiði að gleðja fólk sem fer lítið út og er mjög oft félagslega einangrað á sínum heimilum. Góður félagskapur, bros og hlýlegt viðmót lætur öllum líða vel.

Við getum spurt: „Hvað getur þú gert í dag til þess að skapa gleði í lífi annarra?“

Þóra Guðnadóttir
Soroptimistaklúbbi Kópavogs





Systurnar þrjár - Sexmenningarnir

Það var árið 2005 sem við hittumst öll í sömu ferð, ferð Soroptimista til Rúanda í Afríku til þess að taka þátt í fyrsta friðarmaræðni SIE. Það var fríður hópur frá Íslandi, Soroptimistar, makar, vinir og hlauparar sem lögðu í þessa ferð. Upp úr þessari ferð varð til hópurinn „Sexmenningarnir“ sem innihélt „systurnar þrjár“ ásamt eiginmönnum.

Við erum þrjár Soroptimistasystur, hver úr sínum klúbbi, sem áður þekktumst mismikið. Við erum Laufey Baldursdóttir í Akureyrarklúbbi, Sigríður Þórarinsdóttir í Snæfellsnessklúbbi og ég, Margrét Helgadóttir í Hafnarfjarðar- og Garðabæjarklúbbi. Við Sigga störfuðum saman í stjórn Landssambandsins, hún var þáverandi forseti og ég var gjaldkeri. Laufeyju þekkti ég ekkert og sama á við um eiginmenn þeirra, sem allir komu úr mismunandi geirum atvinnulífs og félagslífs. Þeir eru Árni Óðinsson, Óli S. Sigurjónsson og Guðjón Halldórsson.

Það myndaðist vinskapur okkar á milli sem hefur gefið mér mikið og ég held að ég geti fullyrt það sama um þau hin. Við höfum öll gaman af að ganga á fjöll og njóta þess að víkka sjóndeildarhringinn með útivist. Við höfum hist nánast á hverju ári síðan í Rúanda, farið í gönguferðir, hjólaferðir og heimsóknir okkar á milli þar sem við búum á mismunandi stöðum á landinu. Þetta er gott dæmi um hvað soroptimisminn getur gefið manni. Það að kynnst ólíkum konum í mismunandi störfum frá mismunandi stöðum er

ekkert nema frábært. Ég nefni hér á eftir nokkrar af ferðum okkar til útlanda og innanlands frá árunum 2007 til 2022.

Árið 2007 tókum við þátt í hjóla- og bátsferð í Hollandi sem hollenskir Soroptimistar skipulögðu og sátum um. Þetta var vikuferð þar sem við hjóluðum á milli staða á daginn og á endastöð dagsins beið okkar báturinn sem var okkar hótél. Við hittum Soroptimista úr nokkrum klúbbum og tóku klúbbarnir á móti okkur á mismunandi hátt, t.d. göngutúr um svæði þeirra, hittingur á veitingastað eða boð í heimahús. Svona ferðir voru í boði í nokkur ár en fyrirmyndin var ferðavika okkar systra í Hafnarfjarðar- og Garðabæjarklúbbi, en margir Hollendingar höfðu tekið þátt í slíkri viku.

Árið 2008 fórum við í Dólómítana á Norður-Ítalíu og gengum þar í fjöllunum mislangar dagleiðir og miseríðar í fallegu umhverfi við góðar aðstæður.

Árið 2009 gengum við Laugaveginn, á milli Landmannalauga og Þórsmörk á þremur dögum og fengum einstaklega gott veður alla leið. Í Þórsmörk sameinuðumst við hópnum í ferðaviku Hafnarfjarðar- og Garðabæjarklúbbs. Á þeim tíma var ég formaður klúbbsins og hafði því enga beina vinnuskyldu í Þórsmörkferð klúbbsins. Þarna í Þórsmörk var næsta ferð hópsins ákveðin. Maria sem er Soroptimisti í Sviss bauð okkur sexmenningunum

að koma til þeirra í Sviss og hún skyldi skipuleggja ferð fyrir okkur.

Snemmsumars árið 2010 héldum við til Sviss, þar sem Maria og Charles, eiginmaður hennar, tóku á móti okkur. Þau fóru með okkur beint í fjöllin í Zermatt sem er nálægt landamærunum við Ítalíu undir Matterhorni. Þar bættust í hópinn klúbbsystir Mariu og hennar maður, algerir fjallagarpar. Eftir göngur okkar í Zermatt héldum við vestur á bóginn í fjöllin nær Frakklandi nálægt Mt. Blanc þar sem við dvöldum á fjölskyldureknu hóteli í fjöllum, mjög notalegu. Eftir fjallaferðirnar héldum við aftur



til norðurs, heim til þeirra Mariu og Charles í Cernier. Meðan við dvöldum hjá þeim fórum við í gönguferðir og hjólaferð. Við sátum Soroptimistafund hjá klúbbum hennar Mariu þar sem eiginmennirnir voru með, en á undan fundinum var stutt leiðsögn

um sögu staðarins í kirkjunni. Soroptimistar komu í heimboð til Mariu til að hitta okkur og okkur var boðið í kvöldverð í heimahúsi þar sem við vorum leyst út með gjöfum. Við nutum mikillar gestrisni hjá svissneskum Soroptimistum og þar var virkilega skemmtilegt að vera.

Þegar við flugum til Rúanda árið 2005, þá flugum rétt við hæsta fjall Afríku, Kilimanjaro, 5895 m. Maðurinn minn hafði flogið þar áður og hét því að ganga á fjallið einhvern tímann og lét hann það heyrast að fjallið yrði toppað á sextíu ára afmælinu sínu 2011. Það varð úr að við sexmenningarnir toppuðum Kilimanjaro 28. september 2011 ásamt Jóhanni Árnasyni, eiginmanni Hafðísar Karlsdóttur í Kópavogsklúbbi, og yngri syni okkar Guðjóns, Loga Guðjónssyni. Jóhann hafði lýst áhuga á að koma með þegar við vorum að fljúga til Rúanda um árið. Áður hefur komið stutt frásögn af Kilimanjaroferðinni í Fregnum, en það var aldeilis frábær ferð.

Næstu ár ferðuðumst við mest innanlands, þurftum greinilega að ná okkur niður eftir fyrri

reisur, enda hafði fjármálakreppan verið í algleymingi. Við gengum á Snæfellsjökul árið 2012 með aðsetur heima hjá Siggu og Óla. Árið 2013 dvöldum við hjá Laufeyju og Árna á Hjalteyri og gengum Þorvaldsdalinn og fórum til Grímseyjar.



Árið 2014 var gengið á Reykjanesi hér fyrir sunnan í brjáluðu roki og í nágrenni Akureyrar árið 2015. Árið 2021 eftir Covid-19, að því að talið var þá, héldum við aftur til Hjalteyrar og gengum um Hrísey í vetrarkulda í júní, en við fengum einnig leiðsögn heimamanns þar sem hann skottaðist um eyjuna með okkur á traktor.

Árið 2016 var komið að næstu utanlandsferð. Við ákváðum að fara til Marokkó í Atlasfjöllin. Þar er hæsta fjall Norður-Afríku, Mt. Toubkal 4167 m. Við gengum um fjöll og dali í Atlasfjöllum í sex daga með leiðsögumanni úr héraði, kokki, fylgdarsveini og nokkrum ösnum. Við aðlögumst hæðinni og skoðuðum lífið og tilveruna í litlu fjallaþorpunum á svæðinu. Það var alltaf gott veður nema einn daginn, en þá var úrhellis rigning og brjáláð veður þannig að asarnir neituðu að hreyfa sig. Eftir tiltal við asna hafðist það að halda áfram. Þetta var á afmælisdaginn minn, en til greina hafði komið að toppa Toubkal þann dag. Sem betur fer reyndum við það ekki því að þann dag var ekki uppgöngufært á fjallið. Við toppuðum daginn eftir og var það síðasti göngudagurinn í ferðinni. Sá dagur var ansi langur og krefjandi, en okkur fannst uppgangan ekki svo erfið.

Eftir fjallaferðina var ferðinni heitið til Marakesh, þar sem við dvöldum í gamla bæjarhlutanum í tvo daga og fórum um þann bæjarhluta með leiðsögumanni meðal annars. Við gistum á „ryad“ í eigu hollenskra hjóna. Staðurinn var dásamlegur, falinn í hrörleika bæjarhlutans, en þau hjón ráku annað svipað „ryad“, enn flottara, og þar borðuðum við að kvöldlagi uppi á þaki með útsýni yfir borgina í ljósadýrð kvöldsins.

Árið 2018 fórum við systur til Hollands í tilefni 70 ára afmælis hollenska Landssambandsins. Árið 2019



var svo komið að alheimspingi Soroptimista í Kuala Lumpur í Malasíu. Við tókum þátt í þinginu, en á undan því vorum við túristar í borginni og fórum að sjálfsögðu i gönguferð með leiðsögn um gamla hluta borgarinnar og ýmislegt fleira sem í boði var. Eftir þingið tókum við sexmenningarnir þátt í ferð Soroptimista til Borneo. Enn ein ævintýraferðin þar sem margt var skoðað. Við náðum einni góðri gönguferð í fjöllum í mígandi rigningu. Við gengum einnig um skóglendi þar sem villtar orkideur af öllum stærðum og gerðum vaxa. Að sjálfsögðu þurftum við líka að sigla út í sólbaðseyju í suðurhöfum.

Við nálgumst núið. Í haust 2022 héldum við til Norður-Spánar. Við flugum héðan um London til Bilbao, þaðan sem við keyrðum í fjöllin Picos de Europa. Þetta er fjallabyrping vestan við hinn þekktu Jakobsveg. Þar dvöldum við í viku á fjölskyldureknu sveitahóтели sem tileinkar sér sjálfbærni. Við fórum í gönguferðir á svæðinu með leiðsögumanni úr héraði. Hann er 22 ára, ólst þar upp og var í sveit hjá ömmu sinni á sumrin og var mikið náttúrubarn sem hann þakkar ömmu sinni. Hann þekkti hverja hæð og plönturnar og dýrin líka. Við fengum alls konar veður, að mestu gott en líka hávaðarok, smá rigningu og þoku. Fyrsti göngudagurinn var heitastur og um miðjan dag fór hitinn upp í 34°C. Þegar leið á vikuna



lækkaði hitastigið alveg niður í 11°C síðasta daginn þar sem við vorum frekar hátt staðsett í þoku og dumbungi. Eftir veruna í fjöllunum héldum við til Bilbao í sólina

og hitann þar sem við dvöldum í þrjá daga. Þar fórum við í gönguferð með leiðsögumanni og skoðuðum Guggenheimsafnið einnig með leiðsögn. Bilbao er frábær borg að heimsækja, margt að skoða og gott að versla.

Eins og ég sagði áður er þetta ekki tæmandi listi yfir okkar ferðir. Það er þannig að við erum ekki öll alltaf saman í ferðum, stundum komast bara ekki allir í hópnum. Mig langar samt til að segja frá einni ferð sem var ekki fullmönnuð. Við Sigga fórum með kallana okkar yfir hálfan hnöttinn til Tasmaníu. Það var árið 2013, þegar við héldum upp á sextíu ára afmælin okkar. Ég vissi nefnilega um Soroptimista þar, sem rak „Bed & breakfast“ með eða án kvöldverðar í húsi sínu. Ég hafði séð að margir Soroptimistar frá ýmsum stöðum heims höfðu gist þar og dásömuðu mikið. Margaret er í Soroptimistaklúbbi Hobart sem er í tveggja og hálfis tíma fjarlægð þegar keyrt er. Hjónin Margaret og Alan voru frábær heim að sækja og dvöldum við hjá þeim í fjóra daga. Þau eru afbragðs kokkar og skemmtileg. Við vorum í Tasmaníu í ellefu daga, vorum í höfuðborginni Hobart, við ströndina, úti í Mariueyju og inn til fjalla. Í norðurhluta Tasmaníu er fjallaklasi, Cradle Mountain, þar sem er þjóðgarður og gengum við í einstaklega fallegu umhverfi í vetrarlegu veðri, en þetta árið voraði seint.

Næsta ferð er enn ekki ákveðin svo að við sjáum til hvað framtíðin færir okkur. Hvað sem verður, þá ætla ég að taka undir orð ömmu minnar heitinnar. Hún sagði að það væri gaman að lifa, ef maður hefði eitthvað til að hlakka til.

*Margrét Helgadóttir
Soroptimistaklúbbi Hafnarfjarðar og Garðabæjar*



Soroptimistahringur

Soroptimistaklúbbur Hafnarfjarðar og Garðabæjar er með til sölu hringa sem tileinkaðir eru Soroptimistum. Á hringana er grafið orðið SOROPTIMIST ásamt fjórum kertum. Hringarnir eru úr silfri, sléttir og rodíumhúðaðir eða hamraðir og oxíderaðir. Hægt er að sérpanta þá úr gulli. Hönnuður hringanna er Ingi, gullsmiður í Hafnarfirði, sem starfar undir nafninu Sign.

Verð hringanna er kr. 25.900 og rennur allur ágóði til góðgerðamála.

Um sölu hringanna sér Sigurborg Kristinsdóttir og veitir nánari upplýsingar, netfang bobbakri@gmail.com eða í síma 867-2155.



Soroptimistasamband Íslands

Landssambandsfundur á Selfossi 2023

Soroptimistaklúbbur Suðurlands býður ykkur velkomnar til Landssambandsfundar á Hótel Selfossi helgina 21.-23. apríl nk. á Selfossi.

DAGSKRÁ:

Föstudagur 21. apríl:

Móttaka í Sumarliðabæ, Ásahreppi kl. 20 - 22

Laugardagur 22. apríl á Hótel Selfossi:

Skráning á þingið hefst kl. 8:30

Landssambandsfundur kl. 9:00 - 16:00

Embættismannafundur kl. 16:00 - 17:00

Hátíðarkvöldverður kl. 19:00

Skráning og þáttökugjald:

Þáttökulisti verður sendur til allra formanna í janúar 2023.

Systur sjá sjálfar um að bóka gistingu.

Hótel Selfoss býður systur tilboðsverð á gistingu með bókunarnúmerinu 30371017.

Tekið er á móti bókunum á gistingu í gegnum netfangið info@hotelfselfoss.is og í síma 480 2500.

Eftirtaldir systur gefa nánari upplýsingar:

Brynhildur Geirsdóttir, brynhildurgeirs@gmail.com, s. 866 9928

Ingibjörg Stefánsdóttir, ingibjostef@gmail.com, s. 864 2972

Jónína Magnúsdóttir, jonina@olfus.is, s. 845 0467

Hlökkum til að fá ykkur í heimsókn.

*Með systrakveðju,
Soroptimistaklúbbur Suðurlands*



Jóhanna Ingibjörg Sigmarsdóttir

f. 25. apríl 1944, d. 26. september 2022

Jóhanna var fædd í Kolsholtshelli í Villingaholtshreppi en flutti á fyrsta aldursári með foreldrum sínum, sr. Sigmari Inga Torfasyni og Guðríði Guðmundsdóttur, að Skeggjastöðum í Bakkafirði þangað sem faðir hennar vígðist til prestsþjónustu. Jóhanna ólst upp á Skeggjastöðum og gekk í barnaskóla þar, lauk stúdentsprófi frá MA 1965, lauk kennaraprófi frá KÍ 1966, stundaði djáknanám við Samariterhemmet í Uppsölum 1971-72, nám í guðfræði við HÍ 1972-73 og frá 1992. Hún lauk embættisprófi í guðfræði 1998.

Jóhanna vígðist sem sóknarprestur til Eiða-prestakalls 1999 og var skipuð sóknarprestur í Egilsstaðaprestakalli frá 2011. Hún var prófastur í Múlaprófastsdæmi 2005-2011. Eftir starfslok starfaði hún sem afleysingaprestur við íslenska söfnuðinn í Noregi og við Reykhólaprestakall. Jóhanna hafði umsjón með Kirkjumíðstöð Austurlands frá árinu 1999 og til dauðadags, fyrst sem sóknarprestur og eftir starfslok sem gjaldkeri stjórnar.

Störf Jóhönnu fyrir Kirkjumíðstöð Austurlands verða ekki metin til fjár, hún gætti eigna og starfsemi Kirkjumíðstöðvarinnar sem sjáaldurs augna sinna og sagðist vera svona „yfir og allt um kring“.

Jóhanna gekk í Soroptimistaklúbb Reykjavíkur 1994 og þegar hún flutti austur á Hérað gekkst hún fyrir því að stofnaður yrði klúbbur þar. Soroptimistaklúbbur Austurlands var stofnaður 6. september 2003 og var Jóhanna stofnformaður klúbbsins. Hún gegndi ýmsum embættum og var virk í starfi allt til hinstu stundar.

Jóhanna sinnti fjölskyldu sinni af einlægri ástúð og umhyggju. Síðustu misserin hafði hún alla afkomendurna í göngufæri frá heimili sínu og það fundust henni ómetanleg lífsgæði. Hún sinnti afkomendaþjónustunni, eins og hún kallaði það, með kærleika og gleði.

Fjölskylda Jóhönnu, Soroptimistar og Kirkjumíðstöðin var þrenning sem munu njóta verka hennar um ókomna tíð.

Jóhanna var heiðursfélagi í Soroptimistaklúbbi Austurlands og kveðjum við systur í klúbbum hana með virðingu og þökk fyrir starf í þágu Soroptimista.

Ég veit ekki hvort þú hefur
huga þinn við það fest
að fegursta gjöf sem þú gefur
er gjöfin sem varla sést.

Ástúð í andartaki,
augað sem glaðlega hlær,
hlýja í handartaki,
hjarta sem örar slær.
Allt sem þú hugsar í hljóði
heiminum breytir til.
Gef þú úr sálarsjóði
sakleysi, fegurð og yl.

(Úlfur Ragnarsson)

f.h. Soroptimistaklúbbs Austurlands,
Kristjana Björnsdóttir formaður





Saga systra Keflavíkurklúbbs

Systur í Keflavíkurklúbbi hafa síðustu misseri fjallað um sín á milli hvað það skiptir miklu máli að halda utan um sögu systra og klúbbsins og hugsanleg ævintýri sem systur hafa upplifað á sinni vegferð sem Soroptimistar. Systrum Keflavíkurklúbbs hefur fjölgað mikið á síðustu misserum og með þeirri fjölgun gerðu systur sér grein fyrir ýmsum áskorunum sem þarf að vinna með. Til dæmis þarf að taka vel á móti nýliðum, fylgja þeim og kenna, og ekki síst þarf að halda þétt utan um eldri systur sem hafa í áratugi unnið ötullega að verkefnum Soroptimista.

Það kom sá dagur í september að eldri systur fengu heimboð. Tilgangurinn með heimboðinu var fyrst og fremst að koma saman, spjalla, hlæja, rifja upp góðar stundir og borða gott bakkelsi. Tólf konur, þar af nokkrir stofnfélagar, settust saman og ræddu ýmis mál.

Farið var yfir liðinn tíma. Rifjað var upp þegar systur tóku þátt í að sýna pelsa á tískusýningu í Munaðarnesi. Á þessum tíma höfðu þær varla snert svona fínar flíkur, hvað þá gengið í þeim.

Systur hafa tekið sér margt fyrir hendur til að fjármagna verkefni. Þær stóðu meðal annars í stórþrifum í skólum, leikskólum, sundmiðstöð, fyrirtækjum og nýbyggingu fyrir eldri borgara. Þær hönnuðu, saumuðu og seldu ýmsan varning. Þær voru sammála um að þessi verkefni hafi verið

hópeflandi því mikil gleði og fjör réð ríkjum, svo ekki sé talað um fjármagnið sem þær fengu fyrir vinnuna. Hamangangurinn var oft svo mikill að sumar þurftu að fækka fötum vegna hita.

Lengi vel unnu systur hörðum höndum við að fjármagna svokallaða D-álmú sem var ætluð fyrir eldri borgara sem þurftu innlögn á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja. Það voru mörg samtök sem komu að þessari fjármögnun enda mjög stórt og þarft verkefni fyrir samfélagið á Suðurnesjum.

Systur unnu einnig við gróðursetningu og finna fyrir stolti þegar þær keyra Reykjanesbrautina og horfa á gróðurinn sem dafnar vel og fallega við Stapann.

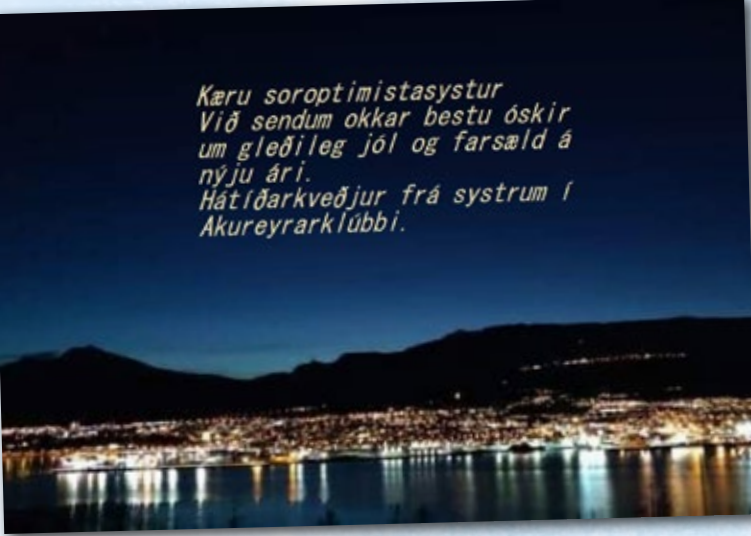
Keflavíkurklúbbur var stofnaður 5. júní 1975. Fimm rétta máltíð var borin fram og auðvitað mættu allar systur í glæsilegum síðkjólum á þessum hátíðardegi, ein meira að segja í íslenska þjóðbúningnum. Þáverandi bæjarstjóri mætti á stofnfundinn, systur frá Reykjavíkurklúbbi og aðrir gestir. Á stuttum tíma var fjöldi systra í klúbbum kominn í 30.

Soroptimistar skipta miklu máli fyrir Suðurnesin, Ísland, Evrópu og heiminn allan. Við höldum áfram að bretta upp ermar og vinna saman að nauðsynlegum verkefnum hverju sinni. Til að klúbbar þrífist vel, eflist og dafni skipta systur allra klúbba miklu máli. Gleymum ekki systrum í annríki verkefna klúbba.

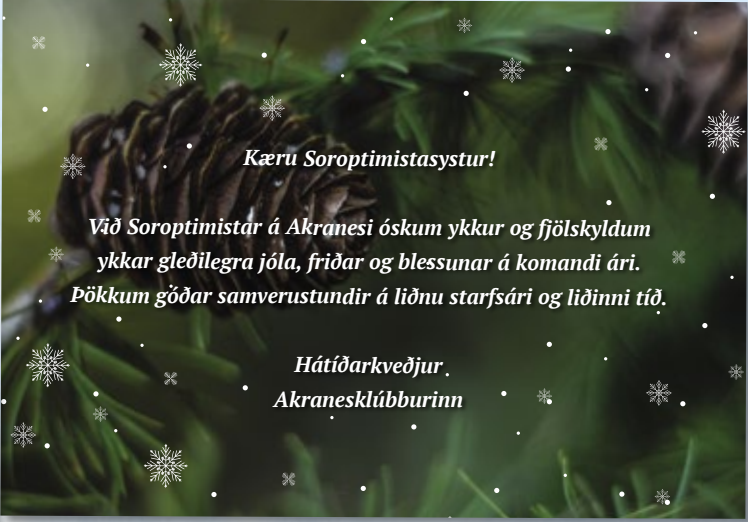
Bjarklind Sigurðardóttir

Varaformaður Soroptimistaklúbbs Keflavíkur






Kæru soroptimistasystur
Við sendum okkar bestu óskir
um gleðileg jól og farsæld á
nýju ári.
Hátíðarkveðjur frá systurum í
Akureyrarklúbbi.



Kæru Soroptimistasystur!


Við Soroptimistar á Akranesi óskum ykkur og fjölskyldum
ykkar gleðilegra jóla, friðar og blessunar á komandi ári.
Þökkum góðar samverustundir á liðnu starfsári og liðinni tíð.

Hátíðarkveðjur,
Akranesklúbburinn




Kæru soroptimistasystur
Við sendum okkar bestu óskir
um gleðileg jól og farsæld á nýju ári

Vináttakveðjur frá systurum
í Skagafjarðarklúbbi




Sendum okkar bestu óskir um gleðileg jól og farsæld
á komandi árum. Þökkum allar góðar systrastundir á liðnum árum.

Þökkum ánægjulegar samverustundir
á Landssambandsfundinum síðastliðið vor.
Soroptimistaklúbbur Snæfellsness




Kæru systur
Sendum ykkur og fjölskyldum ykkar
hugheilar hátíðarkveðjur.

Megi nýtt ár færa ykkur farsæld og frið.
Jólakveðja frá
Soroptimistaklúbbi Húsavíkur og nágrennis



Kæru Soroptimistasystur
Við óskum ykkur og fjölskyldum ykkar
gleðilegra jóla og farsældar á komandi ári.
Þökkum ánægjulegar samverustundir á árinu.

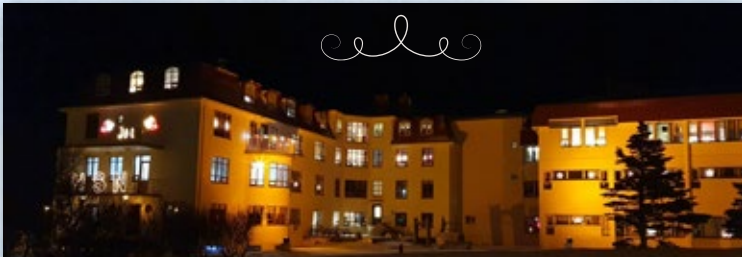
Soroptimistaklúbbur Mosfellsveitar



Kæru systur um land allt
Soroptimistaklúbbur Bakka og Selja
sendir ykkur bestu jóla og nýárskveðjur
Þökkum samstarf og samveru á liðnum árum

*Kæru systur og fjölskyldur
Okkar bestu óskir um gleðiríka jólahátíð og farsæld á nýju
ári. Þökkum samstarfið á árinu.*

Hátíðarkveðja frá systurum í Árbæjarklúbbi



Við sendum ykkur hugheilar jóla- og nýárskveðjur með þökk fyrir
ánægjulegar samverustundir á liðnum árum.

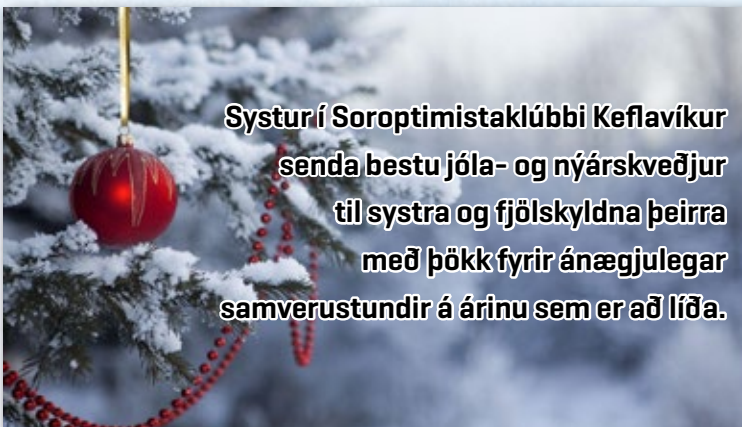
*Kærleikskveðjur,
Soroptimistaklúbburinn Við Húnaflóa.*



Soroptimistaklúbbur Kópavogs sendir systurum
um land allt hugheilar jólakveðjur og þakkar
samverustundir á árinu sem er að líða.
Megi nýtt ár færa okkur öllum gleði og gæfu.



**Systur í Soroptimistaklúbbi Keflavíkur
senda bestu jóla- og nýárskveðjur
til systra og fjölskyldna þeirra
með þökk fyrir ánægjulegar
samverustundir á árinu sem er að líða.**



*Kæru systur um land allt!
Hugheilar jóla- og nýárskveðjur.
Við óskum ykkur farsældar á komandi
ári og þökkum góðar stundir á árinu,
hittustm heilar á nýju ári.
Systur í Soroptimistaklúbbi Suðurlands*



GLEÐILEG JÓL

Kæru soroptimistasystur nær og fjar!

Við sendum ykkur öllum hugheilar
hátíðarkveðjur með óskum
um friðsæl og gleðileg jól.

Jafnframt óskum við þess að komandi ár verði
ykkur gjöfult og hamingjuríkt.

Systur í soroptimistaklúbbi Hóla og Fella



Reykjavíkursystur rifja upp spilatakta

Starf Reykjavíkurklúbbsins hefur verið öflugt það sem af er þessu starfsári. Fjórir fundir hafa verið haldnir þar sem systur fengu meðal annars kynningu á “Hvað er planið?”, átaki Þroskahjálpar vegna stöðu fatlaðra ungmenna eftir að formlegri skólagöngu þeirra lýkur. Fengum heimsókn frá Lukku Pálsdóttur og fyrirtæki hennar Greenfit – heilsa er ekki heppni.

Á nóvemberfundi var notaleg stemning í anda jólahefða en þá hittist klúbburinn á Spilavinum en það er ein systra okkar, Svanhildur Eva Stefánsdóttir, sem á og rekur fyrirtækið ásamt Lindu Rós Ragnarsdóttur til fimmtán ára. Systur fengu stutta kynningu á fyrirtækinu og starfsemi þess en í dag eru Spilavinir verslun, spilasaftn og kaffihús. Aðspurð segir Svanhildur Eva hugmyndina að Spilavinum megi rekja til vináttu þeirra Lindu og spilaðkunar þeirra, en einnig til þess þegar börnin þeirra fóru að koma í heiminn og þurftu þær að finna starf sem hentaði útivinnandi mæðrum. „Ég vissi alltaf að ég yrði verslunarkona“, sagði Svanhildur Eva glaðlega við systur á fundinum, en Linda var hönnuður og var þá ekkert endilega á leið í að opna verslun. Þegar þær vinkonurnar sáu kosti þess að geta sameinað áhugamál, vináttu og samveru með börnunum, þá voru línur Spilavina lagðar. Fyrst voru þær til húsa á Langholtsveginum og nú á tveimur hæðum í bláu húsunum við Suðurlandsbrautina.

Þá var komið að því að spila. Systur fengu kynningu á nýjum eða nýlegum spilum, bæði teningspilum og borðspilum. Svanhildur Eva og Linda gengu á milli og kenndu spilareglurnar. Stundum reyndi á þolinmæðina en í raun var aðdáunarvert hversu fljótt hópurinn lærði á ný spil. Það kom svo í ljós að margar systur eru nánast með spilamenskuna í blóðinu. Svanhildur Eva segir að það að grípa í spil sé ríkt í íslenskri menningu. Flestir læra á spil strax á barnsaldri en jafnvel þó þeir hafi ekki spilað í mörg ár þá taki það yfirleitt stuttan tíma að rifja upp reglurnar og helstu trixín. Í Spilavinum gefst svo sannarlega næði til að munda spilin og rækta heilasellurnar, enda úrvalið af spilum og púslum glæsilegt. Kannski verða Íslandspúsluspil, Skipbo, Ticket to ride eða Fjölskyldu besserwisser í jólapökkunum frá Reykjavíkursysturum í ár, hver veit?

Framundan er svo jólafundur í heimahúsi þar sem við fáum m.a. Steinunni Ásu í ” Með okkar augum” til að skemmta okkur.

*Erla Ragnarsdóttir
Soroptimistaklúbbi Reykjavíkur*



Kæru soroptimistasystur og fjölskyldur.
Sendum ykkur hugheilar jóla- og
nýárskveðjur með óskum um gleði
og farsæld á nýju ári.
Þökkum góðar samverustundir á
árinu sem er að líða.

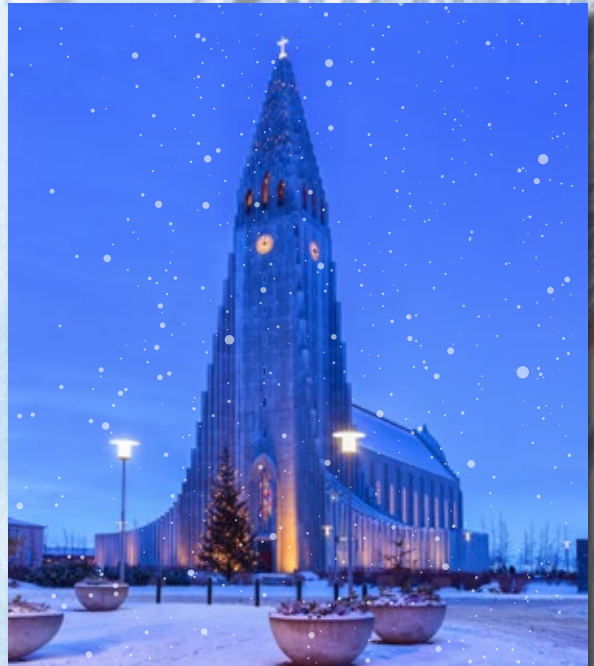
Kærleikskveðjur frá systurum í
klúbbi Hafnarfjarðar og Garðabæjar



Gleðilega hátíð

Sendum öllum Soroptimistasysturum
bestu óskir um gleðileg jól
og gæfuríkt komandi ár.
Þökkum allar góðar systrastundir á liðnum árum.

Kær kveðja.
Soroptimistaklúbburinn Seltjarnarnesi.



Soroptimistaklúbbur Reykjavíkur óskar
öllum systurum sínum gleðiríkrar og
fríðsællar jólahátíðar, farsældar á nýju
ári og þakkar fyrir samvinnu og góðar
stundir á árinu sem er að líða.



Kæru systur og fjölskyldur
Við óskum ykkur gleðilegra jóla
og gæfu á komandi ári.

Jóla-kveðja frá Soroptimistaklúbbi Grafarvogs.

Kæru Soroptimistasystur,

Okkar bestu óskir um falleg og góð jól
og farsæld á nýju ári.
Megi friður, gleði og fögnuður jólananna
fylgja ykkur öllum á nýju ári.

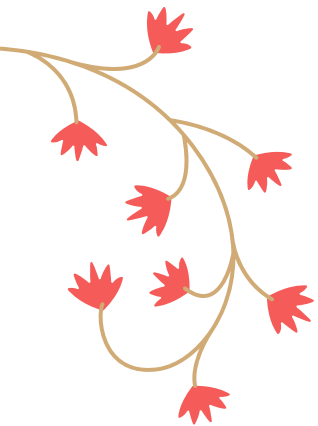
Hátíðarkveðjur frá
Tröllaskagasystrum



Hugheilar jóla- og nýárskveðjur til
systra um land allt. Hlökkum til að
hittast aftur á nýju ári.

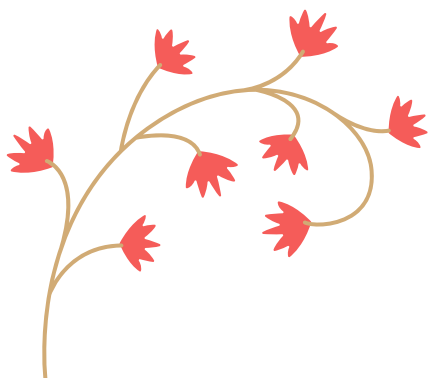
Soroptimistaklúbbur
Austurlands.





Þann 14. nóvember síðsatliðinn afhenti Sólveig Pálsdóttir formaður Soroptimistaklúbbs Seltjarnarness styrk að upphæð kr 600.000 til LÍF-styrktarfélags kvennadeildar Landspítalans. Ingrid Kuhlmann formaður LÍF tók við styrknum. Fyrirhuguð eru kaup á flutningsbekk sem verður notaður í bráðaaðstæðum. Styrkurinn var ágóði af kvennagolfmóti á Nesvelli í sumar auk veitingasölu á fjölskyldudegi bæjarhátíðar á Seltjarnarnesi. Þess má geta að Soroptimistaklúbbur Seltjarnarness hefur margoft veitt LÍF-styrktarfélagi styrki til kaupa á nauðsynlegum tækjabúnaði.

*Ingibjörg Halldórsdóttir
Soroptimistaklúbbi Seltjarnarness*





BÚÐAVERKEFNIÐ

Eins og fram kom í 100. tölublaði Fregna í apríl 2013, og þær systur vita sem tóku þátt í útivistinni á sunnudeginum að loknum Landssambandsfundi síðastliðið vor, hefur Soroptimistaklúbbur Snæfellsness verið í samstarfi við Grunnskóla Snæfellsbæjar frá árinu 2009 með verkefni sem við köllum „Búðaverkefnið“. Farið er í sögu- og hreinsunarferð að Búðum, gengið frá Búðakirkju að Frambúðum og eftir ströndinni til baka.

Kveikjan að verkefninu var áhersla Soroptimista á heimsvísu á vatnsverkefni, en byggð lagðist af á Búðum á átjándu öld vegna skorts á ferskvatni. Í verkefninu felst að nemendum 8. bekkjar er boðið í ferð að Búðum á vordögum. Í upphafi lögðu systur til bíla til þess að koma nemendum á milli skóla og Búða og útbjuggu nesti fyrir hópinn, en síðastliðin ár hefur skólinn lagt til rútu fyrir hópinn. Ragnhildur Sigurðardóttir umhverfisfræðingur (systir) hefur

frá upphafi séð um að fræða nemendur um sögu Búða, náttúru, menningararf og umhverfið ásamt því að segja sögur úr fortíðinni. Axlar-Björn hefur jafnan átt stóran sess í sögum Ragnhildar og vekur hann alltaf óskipta athygli nemenda, enda einn mesti glæpamaður Íslands og líklega fyrsti ferðaþjónustubóndinn á landinu.

Búðaverkefnið hefur verið í stöðugri þróun. Í vor fórur við með hóp í fjórtánda sinn að Búðum. Verkefnið tilheyrir nú námsskrá í áttthagafræði hjá Grunnskóla Snæfellsbæjar og er samstarfsverkefni klúbbsins, Þjóðgarðsins Snæfellsjökuls, grunnskólans (8. bekkur og starfsfólk) og Hótelis Búða, með aðstoð frá Svæðisgarðinum Snæfellsnesi og Sagnaseiði á Snæfellsnesi sem Ragnhildur sinnir svo vel. Hótelið býður hópnum í súpu áður en farið er heim sem þakklætisvott fyrir hreinsunina á svæðinu.

Ástæða þess að við viljum segja ykkur aftur frá Búðaverkefninu okkar er sú að áttthagafræðin í Grunnskóla Snæfellsbæjar hlaut á dögum íslensku menntaverðlaunin 2022 sem framúrskarandi þróunarverkefni. Við erum að sjálfsögðu mjög stoltar af því að eiga þátt í þessu frábæra verkefni sem áttthagafræðin er.

Fyrir áhugasama er áttthagafræðin með heimasíðuna www.atthagar.is.

*F.h. Soroptimistaklúbbs Snæfellsness
Vilborg Lilja Stefánsdóttir ritari*





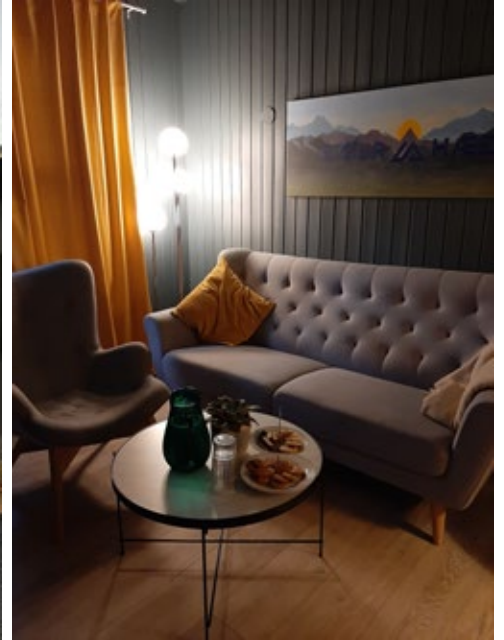
Jólafundur

Soroptimistaklúbbs Snæfellsness

Uppáhaldsfundur ársins hjá okkur Snæfellsnessystrum er jólafundurinn okkar sem ávallt er haldinn í heimahúsi. Jólafundurinn í ár var haldinn föstudaginn 25. nóvember síðastliðinn á heimili Ragnheiðar Víglundsdóttur sem svo sannarlega kann þá list að taka á móti gestum. Tekið var á móti systur að vanda með þúrtvínsstaupi og skálað fyrir nærandi samveru. Birna Dröfn Birgisdóttir sem tekin var inn í klúbbinn í október kveikti á kertum og las hvatningu og markmið. Stjórnin sér alltaf um matinn á jólafundinum. Í ár var boðið upp á lifrarkæfuna okkar góðu í forrétt með nýbökðu rúgbrauði, en lifrarkæfan er alltaf borðuð á jólafundum klúbbsins (uppskriftn birtist í Fregnum nr. 111 í desember 2016). Í aðalrétt var boðið upp á kalkún í anda systur okkar Kay Wiggs heitinnar sem kynnti okkur fyrir þeirri hefð í sinni formannstíð og eftirrétturinn var súkkulaðikaka Ragnheiðar og frómas Þóru Kristínar Magnúsdóttur sem slær alltaf í gegn. Skemmtinefndin sá um dagskrána, við nutum samveru, opnuðum pakka, fengum sögustund hjá Ragnhildi okkar, fórum í leiki og skemmtum okkur konunglega. Ragnhildur Sigurðardóttir varð fimmtug á árinu og fékk af því tilefni afmælisþakka frá klúbbum, jólaóróann frá Georg Jensen, en það er einmitt ein af jólafundarhefðum klúbbsins að þær sem verða fimmtugar fái óróann. Jólafundurinn er eins og áður kom fram uppáhaldsfundur systra í Snæfellsnesklúbbi og er hjá mörgum systur upphafið að jólagleðinni ár hvert.

Helga Guðjónsdóttir
Soroptimistaklúbbi Snæfellsness





Starf Suðurlandssystra í Sigurhæðum

Sigurhæðir eru úrræði fyrir þolendur kynbundins ofbeldis og hóf það starfsemi sína 22. mars 2021 í leiguhúsnæði á Selfossi. Það þjónar öllu Suðurlandi allt frá Ölfusi til Hafnar í Hornafirði að meðtöldum Vestmannaeyjum og er ætlað öllum konum 18 ára og eldri sem eiga lögheimili á Suðurlandi.

Í Sigurhæðum takast konur á við margvíslegar afleiðingar kynbundins ofbeldis undir leiðsögn fagaðila og byggja þannig upp sjálfsmynd, sjálfstraust og sjálfsskilning á ný. Í september 2022 höfðu um 160 konur fengið þar víðtæka þjónustu, en þess ber að geta að þjónustan er án endurgjalds.

Soroptimistasystur á Suðurlandi ganga vaktir þar sem þær taka á móti skjólstæðingum, sjá um að bóka tíma, svara í síma, svara tölvupósti, laga kaffi o.fl. Hver systir tekur vakt einu sinni til tvisvar í viku eftir því hvernig stendur á hjá henni á hverjum tíma og eru ávallt tvær systur á vakt. Húsið er opið þrjú daga vikunnar og eru vaktirnar um níu alls frá tveimur upp í þrjú og hálfan klukkutíma í einu. Einu sinni í viku eru á dagskránni þríf sem sjálfboðaliðarnir sjá um.



Sjálfboðaliðastarfið er gefandi fyrir systur, sem taka vaktir, fyrir margar sakir. Bæði eru þær að gefa af sér í þágu verkefnisins og einnig er það nærandi á þann hátt að systur kynnast smám saman vel innbyrðis. Starfið krefst góðrar samvinnu við úrlausn verkefna sem upp koma og oft er glatt er á hjalla.

Soroptimistaklúbbur Suðurlands tók frumkvæði að Sigurhæðum og ber einn alla fjárhagslega ábyrgð á þeim. Sigurhæðaverkefnið er stórt verkefni og sjálfboðaliðarnir þurfa að sinna fjáröflun eins og hægt er og hafa því lítinn tíma í önnur verkefni. Sigurhæðir eru að öllu leyti reknar á styrkjum og án þeirra væri ekki hægt að sinna þessari brýnu þjónustu. Að lokum má geta þess að skv. reikniformúlu SASS, Sambands sunnlenskra sveitarfélaga, reiknast framlag okkar systra vera í krónum talið tíu milljónir á ári.



*Með kærum kveðjum úr Sigurhæðum,
Elísabet Valtýsdóttir og Jóna Ingvarsdóttir
Soroptimistaklúbbi Suðurlands*

Gledilega hátíð

