



Starfskýrsla 2023

Ungmennafélagið Ólafur Pá

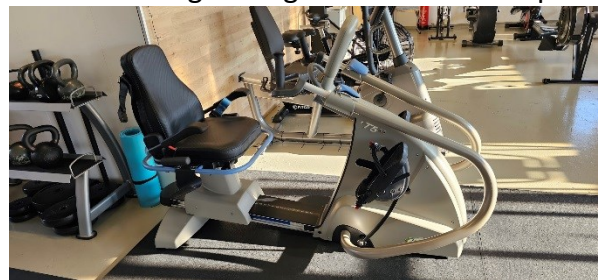
Starfsár UMF Ólafs Pá var með hefðbundnu sniði félagsins þ.e. rekstur líkamsræktarstöðvar að Vesturbraut 8, ásamt útleigu á aðstöðu fyrir snyrtistofu, hárgreiðslustofu og meðferðarstofu nuddara, sjúkraþjálfara og fl.

Aðsókn hefur farið vaxandi og gaman hvað margir íbúar eru farnir að nýta sér þessa aðstöðu. Útleiga á lyklum hefur aukist og er rétt um 100 lykklar í umferð sem segir að einhverju leiti um notendur þó svo að í sumum tilfellum eru fleiri en einn einstaklingur á bak við hvern lykil.

Aðstaða er að fullu klár þó svo að það eigi eftir að koma einhverjum smáhlutum fyrir á réttum stöðum, unnið hefur verið í aðgengi fyrir fatlaða s.s. inngangur, breytingar utandyra svo aðkoma sé sem best. Félagið fékk styrk frá Jöfnunarsjóði sveitarfélaga og Frumkvæðissjóð DalaAuðs í verkefnið.

Auðarskóli hefur verið með afnot af aðstöðu fyrir íþróttaiðkun elstastigs sem er góður grunnur fyrir þau inn í framtíðina, þ.e. að kynnast áhöldum og tækjum, umgengni og hættur.

Á árinu fékkst veglegur styrkur frá Stéttarfélagi Vesturlands sem gaf félaginu andvirði Nustep T4r fjölþjálfara sem er sérstaklega hannaður fyrir sjúkraþjálfun og er einn liður í að efla aðstöðu fyrir þjónustu sjúkraþjálfunar. Unnin var könnun á haustmánuðum um þörfina á sjúkraþjálfara í heimabyggð, niðurstaðan hefur ekki verið birt vegna anna umsjónarmanna, en von er á henni á næstunni.



Íþróttafélagið Undri hefur fengið gjaldfrjálsa aðstöðu fyrir líkamsræktartíma eldri borgara 2x í viku sem hefur tekist mjög vel. Pálína Kristín hefur séð um þessa tíma og er mikil ánægja með þetta, og borið hefur á því að einstaklingar sem þurfa sjúkraþjálfun eru hvattir til að mæta í þessa tíma af sínum sjúkraþjálfara.

Á haustmánuðum var gerður samningur við Dalabyggð um fría afnot fyrir elli- og örorkulífeyrisþega að líkamsræktarsalnum sem er einn liður í að efla aðgengi þessa hópa á aukinni hreyfingu. Unnið að fleiri samningum við Dalabyggð um fría afnot.

Skoðað hefur verið frekari útfærslur til aukinna hreyfingar s.s. rætt hefur verið við Janus heilsueflingu, sú vinna er enn í gangi.

Á síðasta ári koma Sigurjón Ernir frá Ultraform með fyrirlestur um hámarksheilsu ásamt því að vera með styrktaræfinu fyrir áhugsama, mæting var nokkuð góð. Einnig stóð til að fá annan fyrirlesara en það náðist ekki á haustmánuðum.

Félagið tók þátt ásamt Björgunarsveitinni Ósk og Glímufélagi Dalamanna, að aðstoða við skipulagningu, undurbúnings og umsjón með Pósthlaupsins eins og áður, sem haldið var að þessu sinni síðustu helgina í júlí en það mun verða framtíðar helgi fyrir þetta hlaup. Skráningur fer fjölgandi og gekk vel. Félagið fékk styrk frá Frumkvæðasjóði DalaAuðs til að gera lagfæringar og merkingar á hlaupaleið, ásamt því að fá Vegagerðina til að laga vegkaflann milli Þorbergsstaða og Brautarholts, og er þessi kafli nú góð göngu, hlaupa, hjóla og reiðleið sem nær allt frá Búðardal suður að Haukadalsafleggjara. Ungmennafélagið og Byggðasafn Dalamanna fékk styrk frá Menningarmálanefnd Dalabyggðar til sýningar á munum tengdum póstflutningum í Dölum fyrir á tímum, og lítillar þrautabrautar á keppnisdag. Dagurinn var hinn besti í alla staði veður frábært og gestir mjög ánægðir. Glímufélagar sýndu handtöku.



Næsta Pósthlaup verður haldið 27. júlí og eru skráningar þegar farnar að berast. Pósthlaupið er að fá góða einkun skv hlaup.is eða að meðaltali 4,67 (af 5 mögulegum) eða 8 hæsta af 30 utanvegahlaupum síðasta árs.

Þess má geta að Dalamenn átta nokkra öflugra hlaupara í ár líkt og fyrsta árið en árangur hins 9 ára gamla Dalmar Loga var frábær varð 8 í 7km hlaupi af 41 hlaupara, tími hann var 41:39 og eingöngu 6 mín frá besta tíma, Dalmar var yngsti keppandi í hlaupinu í ár.

Umsjónarmaður með salnum er eins og áður Ingibjörg Jóhannsdóttir sem á síðasta ári hlaut viðurkenningu fyrir störf sín í þágu félagsins en hún var ein þriggja sem tilnefnd var til Lýðheilsuverðlauna forseta Íslands.

UMF Ólafur Pá er 115 ára núna í ár.

Stjórn Umf Ólafs Pá

Jón Egill Jóhannsson formaður
Ingibjörg Jóhannsdóttir gjaldkeri
Bergþóra Jóhannsdóttir ritari
Stefanía Anna Vilhjálmsdóttir meðstjórnandi