



Hjónin Anna Lyn og Þorgeir F. Sveinsson á nýja asíska veitingastaðnum á Selfossi. Mynd: GPP.

Nýr asískur veitingastaður opnaður á Selfossi

Hjónin Anna Lyn og Þorgeir F. Sveinsson opnuðu í síðustu viku nýjan veitingastað með asískum áherslum að Eyraveggi 15 á Selfossi. Staðurinn ber nafnið *Asískt hlaðborð – Buffet ni Berns*. Anna og Þorgeir hafa búið á Selfossi frá 2015 og rekið þar gistiheimili sem heitir *Anna Lyn Guesthouse*.

„Áherslan hjá okkur er að vera með asískan mat frá mörgum löndum. Við erum t.d. með

rétti frá Kóreu, Taílandi, Filippseyjum og Íran. Þetta er sett upp sem hlaðborð þar sem réttirnir breytast frá degi til dags“, segir Anna. „Fólk borgar eitt verð og getur fengið sér af öllum réttunum og meðlæti með. Verðlagningunni er svo stillt í hóf.“

Á nýja asíska veitingastaðnum á Selfossi er opið kl. 11–14 og 18–21. Hægt að borða á staðnum eða taka með heim ef fólk vill frekar. -gpp/ög



Framkvæmdir hafnar – við breikkun hringvegarins á milli Hveragerðis og Selfoss

Framkvæmdir við fyrsta áfanga breikkunar hringvegarins á milli Hveragerðis og Selfoss. Mynd: ÖG.

Framkvæmdir við breikkun hringvegarins á milli Hveragerðis og Selfoss hófust í lok síðasta árs. Tilboð voru opnuð í nóvember sl. og í framhaldinu skrifað undir samninga í desember við Íslenska aðalverktaka hf., en þeir buðu lægst í verkið, rúmar 1.360 milljónir króna.

Fyrsti hluti verksins er breikkun hringvegarins ásamt gerð nýrra gatnamóta við Vallaveg og Ölfusborgaveg. Heildarlengd kaflans er um 2,5 km. Til framkvæmdanna telst einnig gerð nýrra hliðarvega sem tengjast nýjum vegamótum, annars vegar Ölfusveg frá Ölfusborgavegi að Hvammsvegi og hins vegar Ásnesvegi frá Vallavegi að Ásnesi. Inni í verkinu er

einnig breikkun brúar yfir Varmá og undirgöng austan Varmár fyrir gangandi og ríðandi. Einnig eru innifaldar breytingar á lagnakerfum veitufyrirtækja sem og nýlagnir og landmótun auk annarra þátta sem nauðsynlegir eru til að ljúka verkinu. Þessum áfanga verksins skal vera að fullu lokið 15. september 2019. -ög

Byggt á Edenreit í Hveragerði

Verktakafyrirtækið Jáverk vinnur um þessar mundir að byggingu íbúða á Edenreit í Hveragerði. Um er að ræða samtals 77 íbúðir, 55 til 95 fermetrar að stærð, í húsum á tveimur til þremur hæðum. Framkvæmdaðili er Suðursvalir. Íbúðirnar eru áhugaverður kostur fyrir þá sem vilja minnka við sig og barnafólk sem vill komast í sveita- og gróðursæluna í Hveragerði. -ög



Framkvæmdir á Edenreit í Hveragerði.

Mynd: ÖG.

„Til sjávar og sveita“

Þriðjudaginn 29. janúar nk. kl. 13:00 verður haldinn fundur í Fjölheimum á Selfossi þar sem kynna á nýtt verkefni sem er að fara af stað á landsvísi.

Verkefnið sem kallast *Til sjávar og sveita* er keyrt af Landbúnaðarklasanum og Icelandic Start-up. Á fundinum verður jafnframt rætt almennt um umhverfi

frumkvöðla og hvað þarf til þess að koma vöru á markað – hvort sem um ræðir matvöru eða aðrar framleiddar vörur.

SASS er samstarfsaðili í þessu verkefni enda eitt af hlutverkum þess að halda utan um Uppbyggingarsjóð sem veitir meðal annars styrki til nýsköpunarverkefna. -ög

Er gólfhitinn rétt stilltur?

Fáðu
fagmann
í verkið

PÍPULAGNIR
HELGA
Selfoss • Sími 699 1985 • 823 6656

Rafverktakar • Verslun
Öryggis-, myndavéla-
og lofnettskerfi

Framúrskarandi
Fyrirbæti 2013

Árvirkinn

Neyðarsími 660 1160

Eyraveggi 32 • Selfoss • Sími 480 1160
www.arvirkinn.is

ÍPRÓTTAHÚSIÐ VALLASKÓLA 26. JANÚAR

SELFOSS

ÞORRABLÓT 2019



SIGURJÓN FRÁ SKOLLAGRÓF · LÉTTISVEITIN RÓFUSTAPPA
ATLI FANNAR BJARKASON · HLJÓMSVEITIN BRIMNES
FJÖLDASÖNGUR · LEYNIATRÍÐI · GÖMLU DANSARNIR
BRENNIVÍNS "SNAPS" OG FLEIRA OG FLEIRA
VEISLUSTJÓRI HJÖRTUR BENEDIKTSSON

Miðasala hefst 4. janúar og stendur til 24. janúar í Gallerí Ozome Selfossi og á Töx.is.
Miðaverðið á blót og ball er 7.200 kr. en sérstakt forsaleiðing verður frá 4. til 11. janúar
eða litlar 6.800 kr. En miðaverðið á ballið er 3.000 kr. Nánari upplýsingar má finna á
Facebooksíðunni "Selfossþorri" og í síma 4 800 100 - Góða skemmtun!

»DFS.is

FRÉTTAVEFUR SUÐURLANDS

Ertu að leita að vinnu á Suðurlandi?
www.dfs.is/atvinna/

BÓNDADAGUR Á KRISP



Skelfisksúpa

500 gr T Bone Steik
sem þú deilir með elskunni þinni

borin fram með smælki kartöflum,
smjörsteiktum sveppum
og sósu að eigin vali

Gulrótarkaka

6.850 á mann

krisp
RESTAURANT

Ný menntastefna Árborgar 2018-2022



Ný menntastefna Árborgar hefur litið dagsins ljós en hægt er að nálgast hana í Ráðhúsi Árborgar og á Árborgarvefnum á stafrænu formi. Hér birtist hluti af innangangi stefnunnar en á næstu vikum birtir Dagskráin meira efni úr menntastefnunni sem er auðlesin og afar hnitmiðuð.

Menntastefna Árborgar markar framtíðarsýn í skólumálum og á erindi til alls samfélagsins. Stefnan skapar skýran ramma um megináherslur í starfi skóla og skólaþjónustu. Nú sem fyrr var leitast við að fá sem flesta til að taka þátt í stefnumótunarvinnunni enda komu margir að gerð menntastefnunnar, m.a. nemendur, foreldrar og starfsfólk skóla. Einnig tóku fulltrúar fræðslufirvalda og atvinnulífs virkan þátt í vinnunni. Stýrihópur var myndaður snemma árs 2017 sem leiddi verkefnið og vann úr þeim efniviði sem fram kom m.a. á hugarflugsfundum. Í hópnum sátu Sandra Dís Hafþórsdóttir, Anna Ingadóttir, Kristín Eiríksdóttir, Már Ingólfur Músson, Guðný Ingibjörg Rúnarsdóttir, Magnús J. Magnússon og Þorsteinn Hjartarson. Arna Ír Gunnarsdóttir kom inn í hópinn á haustdögum 2018. Birna Sigurjónsdóttir, fyrrverandi verkefnastjóri á skóla- og frístundasviði Reykjavíkurborgar, las stefnudrögin yfir, gaf

góð ráð og aðstoðaði stýrihópinn við lokaúrvinnslu.

Metnaður, virðing, vinátta og gleði eru þau gildi sem flestir töldu mikilvægust enda gefa megináherslur menntastefnunnar það vel til kynna. Hér er um að ræða grunnildi sem sýna hvað skiptir máli í skólastarfinu og hvað sé eftirsóknarvert svo góður árangur náist í námi, kennslu og samskiptum. Gildin skýra það sem aðilar skólasamfélagsins í Árborg vilja að skólarnir séu þekktir fyrir og einkenni verk þeirra.

Lærdómssamfélag er hugtak sem hefur verið áberandi í skólaumræðunni í Árborg að undanförunni enda hefur sú hugmyndafræði verið lögð til grundvallar þegar áherslur og meginforsendur í þróunar- og umbótastarfi hafa verið mótaðar. Það er liður í því að stuðla að samvinnu og sameiginlegri sýn sem flestra í skólasamfélaginu með það að leiðarljósi að bæta námsárangur, samskipti og líðan nemenda.

Skóli fyrir alla er eitt meginstef menntastefnunnar hér á landi enda hluti af alþjóðasáttmálum um réttindi barna sem Ísland hefur undirgengist. Til að geta unnið vel í þessum anda, þar sem allir eiga rétt á þátttöku á eigin forsendum, þurfa skólar að hafa svigrúm og stuðning til að innleiða nýjungar og vinna

að framgangi stefnunnar með öflugri starfsþróun starfsfólks. Það er meðal annars gert með faglegum jafningjastuðningi, teymisvinnu og öflugri umbóta- og þróunarstarfi.

Fjórða iðnbyltingin er hugtak sem vísar í tækniframfarir og þess sem er í vændum á sviði gervigreindar, sjálfvirknivæðingar og víðtækra samfélagsbreytinga. Því er mikilvægt að nemendur og starfsfólk skólanna í Árborg séu vel í stakk búin til að nýta öll þau tækifæri sem samfélagið hefur upp á að bjóða. Svo vel takist til skiptir gott samstarf heimila og skóla miklu máli og að starfshættir skólanna séu fjölbreyttir og sveigjanlegir þar sem hver nemandi fær að njóta sín á eigin forsendum.

Skólar og skólaþjónusta. Í Sveitarfélaginu Árborg eru starfandi fimm leikskólar og þrír grunnskólar og hafinn er undirbúningur að byggingu nýs skóla í Björkstykki. Skólarnir móta sjálfir megináherslur en ætlast er til að þeir taki mið af menntastefnu Árborgar. Skólaþjónusta Árborgar var stofnuð 2014 og er leiðarljós hennar að þjóna fjölbreyttum þörfum barna, foreldra og starfsfólks skóla. Unnið er í anda snemmtækrar íhlutunar, þá skiptir miklu samstarf sem flestra fagaðila, sem koma að þjónustu við börnin í Árborg.

MÍMIR NEMENDAFÉLAG

MEINNTASKÓLANS
AÐ LAUGARVATNI

SÆLIR SUNNLENDINGAR!

Þú fer fyrsta mánuði ársins að ljúka og byrjaði 2019 svo sannarlega vel hér í Menntaskólanum að Laugarvatni. Þann 8. janúar fengum við heimsókn frá fræðslufulltrúa SOS barnaþorpanna. Fengum við glæsilega kynningu á allri starfsemi samtakanna, áherslan var þó lögð á hvað það felur í sér að gerast styrktarforeldri. Það var í umræðu nemendafélagsins að gerast styrktarforeldrar og hefur það nú orðið að veruleika. Félagar Mímis biða nú spennitíð eftir fyrstu fréttum af nýja styrktarbarni sínu.



Kór Menntaskólans að Laugarvatni og stjórnandi hans, Eyfún Jónsdóttir, hlutu Menntaverðlaun Suðurlands. Guðni Th. Jóhannesson forseti Ísland og afhenti verðlaunin á Háttíðarfundinum á Háttíðarfundinum Háskólafréttir Suðurlands, er haldinn var í háttíðarsal FSU þann 10. janúar.



Diddinn var haldinn 17. janúar. Diddinn er innan skóla tónlistarkvöld þar sem nemendum gefst kostur á að syngja, spila og skemmta samnemendum sínum. Tímstundarformaður Mímis, Sölvi Rúnar Þórarinnsson, sá um kvöldið og var stemmingin ekki af verri endanum.



Umsjón: Ólafía Sigurðardóttir og Álfheiður Björk

VERÐHRUN LINDIN

50-70% AFSLÁTTUR

EKKI MISSA AF ÞESSU TÆKIFÆRI

TÍSKUVERSLUN

Eyravegi 29 · Selfossi · Sími 482 1800

Frumskýning hjá Leikfélagi Hveragerðis 2. febrúar

Laugardaginn 2. febrúar næstkomandi frumsýnir Leikfélag Hveragerðis hinn sprenglægilega farsa Tveir Tvöfaldir í Leikhúsinu, Austurmörk 23, Hveragerði.

Tveir Tvöfaldir er eftir breska leikskáldið Ray Cooney í íslenskri þýðingu Árna Íbsen. Ray Cooney er einn virtasti gamanleikjahöfundur samtímans, meðal verka hans eru t.d. Nei ráðherra, Viltu finna milljón? og Með vífið í Lúkunum, sem Leikfélag Hveragerðis setti á svið árið 2013.

Æfingar hófust seinni partinn í október á síðasta ári, þannig að á laugardaginn 2. febrúar kl. 20:00 kemur afraksturinn í ljós af löngu og ströngu æfingaferli. Eins og gengur og gerist hefur ýmislegt komið upp á. T.d. heltust tveir af þeim sem voru í aðalhlutverkum úr lestinni þegar liðið var á æfingatímann þannig að það þurfti að finna



Frá æfingu á leikritinu Tveir tvöfaldir sem Leikfélag Hveragerðis frumsýnir 2. febrúar nk.

nýja einstaklinga til að taka við hlutverkum þeirra.

Sýningar verða svo fimmtudaginn 7. febrúar, föstudaginn 8. febrúar og laugardaginn 9. febrúar. Allar sýningar byrja kl. 20:00. Miðapantanir eru í síma 863 8522.

Fólk er hvatt til að sjá þessa sprenglægilegu sýningu. Hláturinn lengir lífið!

BETRI DEKK BESTA VÖRNIN

Lægra verð á gæðadekkjum til frambúðar.

Sími 482 2722 • Austurvegi 52, Selfossi • solning.is

SÓLNING
Meira til skiptanna

82%

Sunnlendinga

lesa Dagskrána í hverri viku

DAGSKRÁIN
FRÉTTABLAÐ SUÐURLANDS

Sími 482 1944 | auglysingar@dfs.is


28.
jan.
mán.
20:30 Verslun Líflands
Hvolsvelli
29.
jan.
þri.

11:30 Hótel Flúðum

Porraþræll, fræðslufundur Líflands verða haldnir á Suðurlandi 28. og 29. janúar 2019.

Að þessu sinni verður fjallað um stein- og bætiefnafóðrun jórturdyra og mikilvægi þeirra í kjöt- og mjólkurframleiðslu. Nánari upplýsingar á lifland.is.

Fundargestir verða leystir út með veglegum gjafapakka með vörum sem nýtast öllum kúabændum. Að auki verða tilboð á bætiefnum og öðrum vörum í verslunum Líflands um allt land meðan á fræðslufundunum stendur.

Boðið verður upp á léttar veitingar.

Gjafapakki fyrir fundargesti



LÍFLAND
Stofnað 1917

Sala og ráðgjöf
Sími 540 1100

www.lifland.is
lifland@lifland.is

Reykjavík
Lyngháls

Akureyri
Óseyri

Borgarnes
Borgarbraut

Blönduós
Efstubraut

Hvolsvöllur
Ormsvöllur

MIKIÐ ÚRVAL AF UMGJÖRÐUM Á GÓÐU VERÐI

**Sjónmælingar
á staðnum**





GLERAUGNA GALLERÍ

Eyravegi 7 ■ 800 Selfoss ■ Sími 482 1144
info@gleraugnagalleri.is ■ gleraugnagalleri.is
Erum líka á Facebook: gleraugnagalleri



Hugvekja um vistvæna neyslu Umhverfis Suðurland

Allar vörur og athafnir hafa Áymist góð eða slæm áhrif á umhverfi okkar. Við rekstur heimilis og almenn innkaup er mikilvægt að vera meðvitaður um þau umhverfisáhrif sem við styðjum með kaupum okkar. Vistvæn neysla er að neyta þeirrar vöru sem hefur sem minnst skaðleg áhrif á umhverfið og heilsu manna sem og koma í veg fyrir soun. Við innkaup er gott að leiða hugann að líftímakostnaði vörunnar, en það þýðir að hugsa um öll áhrif sem af vörunni hljóta frá upphafi til enda, frá ræktun til förgunar.

Vistvæn neysla er mikilvægur liður í verndun umhverfisins og baráttu við loftlagsbreytingar. Umhverfis Suðurland hefur áður fjallað um áhrif matarsóunar og skynditísku á umhverfið og samfélagið. Vistvæn neysla snýst um að takmarka neyslu og kaupa ekki óþarfa. Meiri fróðleik má finna á vefnum www.umhverfissudurland.is og Facebooksíðunni Umhverfis-Suðurland.



Matgæðingur vikunnar er Þorbjörn Jónsson.

Ég vil byrja á því að þakka Eyþóri kærlega fyrir þennan heiður.

Við á heimilinu höfum eld- að þenna rétt í nokkuð mörg ár. Það sem þarf í brasið er eitt stykki nautalund (má vera hrossalund eða folaldalund), pipar, smjör til steikingar, klettsalat, parmesan, gott salt (flögusalt) og helst nokkrar tegundir af Dijon sinnepi.

Lundin er krydduð með pipar nokkuð hressilega og steikt á pönnu við mikinn hita. Allar hliðar á lundinni lokaðar. Kjötið tekið af pönnunni og smellt í ofninn við svona 180 gráður. Kjötið er ca. klárt um 53 gráður en látið bíða svo í 20 mínútur þá ætti kjarnhiti að vera um 57 gráður (medium rare).

Þegar kjötið er klárt er það sneitt í ca. fingurbreiðar sneiðar. Þegar sest er til matar er kjötið saltað, borið smá sinnep á, klettsalati dreift yfir og að endingu rifinn parmesan yfir allt saman.

Rétturinn er venjulega án nokkurs meðlætis nema það sem tiltekið er hér að ofan. En ef fólk vill hafa frekara meðlæti með réttinum mæli ég með rissotto með sólþurrkuðum tómötum.

Í minni útgáfu af rissotto þá þarf eftirfarandi hráefni: Ólívu-



Þorbjörn Jónsson.

olía, 350 gr. rissotto-grjón, 3-4 skallot- laukar fínsaxaðir, timian, saffran, nokkrir fínsaxaðir sólþurrkaðir tómatar, kjúklingasoð (kjúklingakraftur í ca. lítra af vatni) og að sjálf-sögðu parmesan.

Olía í þokkalega stóran pott og skallot-laukurinn myktur. Grjónunum hent í pottinn og leyft að steikjast aðeins. Timian bætt við eftir smekk og nokkur strá af saffran, kjúklingasoðinu svo hellt að litlum hluta yfir grjónin, hitinn lækkaður og suðunni leyft að koma upp. Þegar vökvinn er að gufa upp er bætt við meiri krafti og svo ferlið endurtekið þar til grjónin eru fullsoðinn. Sólþurrkuðu tómötunum er bætt við í lokin. Þegar grjónin eru svo borin fram er rifnum parmesan dreift yfir.

Ég skora á Ársæl Jónsson bróður minn að sýna okkur aðeins í eldhússkápana hjá sér í næstu viku.

Matgæðingar eru beðnir að senda á dagskrain@prentmet.is uppskrift ásamt mynd af sér eigi síðar en á sunnudegi.

Félagsráðgjafar á Suðurlandi skrifa um velferðarmál

Vonda stjúpán

Ánotalegrist undu les foreldri söguna um vonda stjúpuna fyrir barnið sitt. Söguna um



hvernig vonda stjúpán reyndi að losa sig við stjúpabarnið (eða börnin) og pabbinn „gat“ ekkert gert. Sagan endar yfirleitt á þann veg að vonda stjúpán hverfur úr lífi barnsins og það lifir hamingjusamt til æviloka!

Í raunveruleikanum upplifa mörg börn að vonda stjúpán sé til í alvörunni og hún sé einmitt á þeirra heimili. Þó sögurnar snúi oftast að stjúpmaðrum þá tala börn oft um að stjúpforeldri hafi stolið foreldrinu frá þeim og það hafi allt orðið

verra eftir að stjúpforeldrið kom inn í líf þeirra. Börn eru sett í stöðu sem þau hvorki kusu né höfðu val um að vera í. Kröfur eru settar á börnin að þau sýni stjúpforeldrum sínum tilfinningar sem þau jafnvel bera ekki til þeirra og að þau sýni þeim sömu hegðun og virðingu og þau sýna almennt sínum eigin foreldrum.

Stjúptengsl eru oft og tíðum mjög flókin tengsl. Foreldrar lenda oft í tilfinningavanda og upplifa samviskubit gagnvart barninu sínu þegar nýr maki er kominn inn í fjölskylduna. Á sama hátt geta foreldrar upplifað mikla afþrýðisemi og jafnvel samkeppni þegar stjúpforeldri kemur inn í líf barnsins þeirra og ósjálfrátt fara foreldrar að berjast á móti því að

barninu fari að þykja vænt um stjúpforeldrið.

Það getur verið vandasamt verk að setja saman mismunandi fjölskyldur sem koma úr ólíkum aðstæðum og með ólíkar væntingar. Allir reyna þó sitt besta og vona að allt gangi vel en erfitt getur verið að takast á við ágreining þegar flækjustigið hækkar ofar öllu. Félagsráðgjafar hafa bæði menntun og þjálfun í að leiðbeina fjölskyldum í mismunandi aðstæðum og getur oft verið gæfuspor í stofnun stjúp-fjölskyldna að leita ráðlegginga áður en haldið er af stað í skemmtilegt og vonandi gæfuríkt ferðalag.

Svanhildur Ólafsdóttir,
félagsráðgjafi MA og
fjölskyldufræðingur.



Sigríður og Ólafía Ósk á Stórmóti ÍR.

Ólafía Ósk Svanbergisdóttir og Sigríður Sigurjónsdóttir kepptu í kúluvarpi á Stórmóti ÍR í frjálsum um nýliðna helgi. Þær stöllu keppa fyrir hönd Suðra. Ólafía Ósk keppir í flokki hreyfihamlaðra og Sigríður í flokki þroskahamlaðra. Báðar stóðu þær sig með þrýði á þessu móti með persónulegum sigrum. Þess má geta að þetta var opið

mót þar sem fatlaðir sem og ófatlaðir kepptu saman.

Það verður nóg að gera hjá iðkendum í frjálsum á næstu vikum þar sem nokkur mót eru framundan s.s. Meistaramót Íslands 15-22 ára um næstu helgi þar sem Ólafía Ósk ætlar að keppa ásamt fleiri iðkendum frá HSK.



Útgefandi: Dagskráin, Eyravegi 25, 800 Selfoss, sími 482 1944, fax 482 2835, dagskrain@prentmet.is.
Ritstjóri: Örn Guðnason, sími 856 0672, ormg@prentmet.is.
Bláðamaður: Gunnar Páll Pálsson, sími 856 0673, gunnar@prentmet.is. Auglýsingar: Katla Harðardóttir, sími 482 1944, katla@prentmet.is.
Dagskráin kemur út á hverjum miðvikudegi. Allt efni og auglýsingar berist í Prentmet, Eyravegi 25, Selfossi, fyrir hádegis á mánudögum. Upplag 9700 eintök.
Dreift ókeypis í allar sýslur austan Hellisheiðar. Dagskráin er aðili að samtökum bæjar- og héraðsfréttablaða.



ISSN 1670-407X

Svansmerkið, Prentgripur, 1041 0858

Vísnaðgátur-höf. Páll Jónasson - Útg. Bókautgáfan HÓLAR

Gáta vikunnar

Hann er til að herða ró,
hlutur jakans upp úr sjó,
myndast oft í sinu sá,
sumra manna höku á.

Svar við gátu í blaði 2482: FÆRI.

1. lína: akfæri - 2. lína: tækifæri
3. lína: skotfæri - 4. lína: handfæri

VERTU MEÐ!

BYKO SELFLOSS LEITAR AÐ DUGLEGU STARFSFÓLKI

1 Við leitum að afgreiðslumanni í Timburverslun.

Starfið felst í afgreiðslu, tiltekt á pöntunum
til viðskiptavina og önnur almenn lagerstörf.

Starf sem hentar öllum aldurshópum.
Lyftarapróf er kostur en ekki nauðsynlegt.

2 Við leitum að hressum og duglegum einstaklingum til að vinna á kassa og í verslun, 50 til 100% hlutastarf í boði.

Nauðsynlegt er að hafa ríka þjónustulund og góða
hæfni í mannlegum samskiptum ásamt því að vera
stundvís, jákvæður og heiðarlegur.



Sótt er um hjá verslunarstjóra

Gunnar Bjarki Rúnarsson
gunnarbr@byko.is eða í síma 480-4600

BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN

- ÚTBOÐ - JARÐVEGSFRAMKVÆMDIR Í HVERAGERÐI 2019

Verkís hf., fyrir hönd Hveragerðisbæjar, óskar eftir tilboðum í jarðvegsframkvæmdir vegna 1. áfanga bílastæða við Hamarshöllina á íþróttasvæði Hveragerðisbæjar.

Um er að ræða gröft, fyllingar og malbikun ásamt frágangi regnvatnslagna, snjóbræðslu, kantsteina og málun bílastæða.

Nokkrar magntölur:

- Gröftur og fyllingar: 1.550 m³
- Malbikun: 2.600 m²

Verklok eru 20. júlí 2019.

Útboðsgögn eru afhent rafrænt. Áhugasamir sendi tölvupóst á verkis.selfoss@verkis.is með nafni, heimilisfangi og síma.

Tilboðum skal skila á Bæjarskrifstofur Hveragerðisbæjar, Breiðumörk 20, 810 Hveragerði fyrir kl.14, 11. febrúar 2019, en þá verða þau opnuð að viðstöddum þeim bjóðendum, sem þess óska.



Auglýsing um skipulagsmál í Rangárbæingum eystra

Samkvæmt 2. mgr. 32. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, er auglýst niðurstaða sveitarstjórnar vegna eftirfarandi breytingar á aðalskipulagi Rangárbæings eystra 2012-2024.

Hamragarðar/Seljalandsfoss – Aðalskipulagsbreyting

Sveitarstjórn Rangárbæings eystra samþykkti á fundi sínum þann 10. janúar 2019, tillögu að breytingu á aðalskipulagi Rangárbæings eystra 2012-2024 fyrir Hamragarða/Seljalandsfoss, Rangárbæingum eystra. Tillagan var auglýst skv. 1. mgr. 31. gr. skipulagslaga nr. 123/2010. Athugasemdir bárust og hefur þeim sem gerðu athugasemdir verið send umsögn sveitarstjórnar. Óverulegar breytingar á tillögunni voru gerðar eftir auglýsingu. Hægt er að kæra samþykkt sveitarstjórnar til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála. Kærufrestur er einn mánuður frá birtingu auglýsingar um gildistöku deiliskipulagsins í B-deild Stjórnartíðinda.

Samkvæmt 3. mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, er auglýst niðurstaða sveitarstjórnar vegna eftirfarandi deiliskipulagstillögu.

Hamragarðar/Seljalandsfoss – Deiliskipulag

Sveitarstjórn Rangárbæings eystra samþykkti á fundi sínum þann 10. janúar 2019, tillögu að deiliskipulagi fyrir Hamragarða/Seljalandsfoss, Rangárbæingum eystra. Tillagan var auglýst skv. 1. mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010. Athugasemdir bárust og hefur þeim sem gerðu athugasemdir verið send umsögn sveitarstjórnar. Óverulegar breytingar á tillögunni voru gerðar eftir auglýsingu. Hægt er að kæra samþykkt sveitarstjórnar til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála. Kærufrestur er einn mánuður frá birtingu auglýsingar um gildistöku deiliskipulagsins í B-deild Stjórnartíðinda.

F.h. Rangárbæings eystra,
Guðmundur Úlfar Gíslason,
fulltrúi skipulags- og byggingarmála

Hvolpasveitarpeysa

Hvolpasveitin nýtur mikilla vinsælda meðal leikskólakleppa og þau vilja mörg eiga peysu með uppáhalds hvolpinum sínum. Þessi uppskrift er ætluð börnum 2ja- 6 ára. Peysan er prjónuð úr undarmjúkri Royal merinrull sem fæst í Hannyrðabúðinni á Selfossi. Þetta garn má þvo í þvottavél sem kemur sér vel þar sem börn eru. Grunnliturinn hér er rauður, en vel má prjóna peysuna í öðrum litum.

Stærðir: 2 - 4 - 6 ára

Efni: 2 - 3 - 4 dk rautt

1 dk af gulu, ljósgráu, dökkgráu og hvítu í allar stærðir

Prjónar nr: 3,5 og 4,5 - 60 cm, ermaprjónar nr. 3,5 og 4,5. Prjónamerki, prjónanælur.

Uppskrift:

Bolur: Fitjið upp 108 - 116 - 128 l á prjóna nr. 3,5 með dökk gráum lit og prjónið brugðning 2 sl, 2 br eina umferð. Skiptið yfir í rautt garn og prjónið áfram brugðning 2 umf, skiptið þá í gult og prjónið 2 umf, svo 2 rauðar, 2 gular og loks eina rauða umferð. Skiptið yfir á prjóna nr. 4,5 prjónið áfram slétt með rauðu garni en aukið í fyrstu umferð um 4 - 6 - 10 lykkjur jafnt yfir hringinn (alls 112 - 122 - 138 lykkjur á prjóninum). Prjónið þar til bolurinn mælist 26 - 29 - 32 sm. Setjið síðustu 3 l á undan á prjónanælu, prjónið 56 - 61 - 69 l setjið síðustu 3 l á nælu, prjónið 53 - 58 - 66 l. Leggið bolinn til hliðar og prjónið ermar.

Ermur: Fitjið upp 24 - 28 - 32 l með dökk gráum lit á prjóna nr. 3,5, prjónið brugðning 2 sl, 2 br, eina umferð með gráu, 2 umf rauðar, 2 gular og 2 rauðar. Skiptið yfir á prjóna nr. 4,5, aukið í fyrstu umferð um 2 l við upphaf og lok umferðar. Prjónið áfram slétt en aukið um 2 l á 5 umferða fresti 4 - 5 - 5 sinnum, svo á 6 umferða fresti þar til alls eru 46 - 50 - 54 l á prjóninum. Prjónið þar til ermi mælist 23 - 27 - 30 - sm. Setjið fyrstu 2 og síðustu 1 l umferðar á hjálparnælu. Prjónið aðra ermi eins.

Axlastykki: Sameinið nú bol og ermar á hringprjón nr. 4,5 og prjónið 1 - 2 - 3 umferðir með rauðu (192 - 210 - 234 l á prjóninum).



Hvolpasveitarpeysa.

Prjónið því næst samkvæmt mynstri 1. Prjónið 1 - 1 - 2 umf hvítar athugið að í stærðum 2 og 6 eru 2 l teknar saman 3 sinnum jafnt yfir umferðina, ekki er fækkað lykkjum í stærð 4 (189 - 210 - 231 l á prjóninum).

Prjónið svo samkvæmt mynstri 2. Að því loknu eiga að vera 117 - 130 - 143 l eftir á prjóninum.

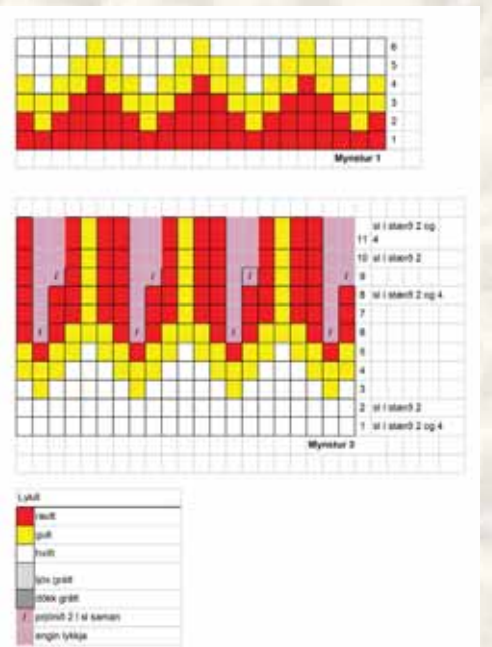
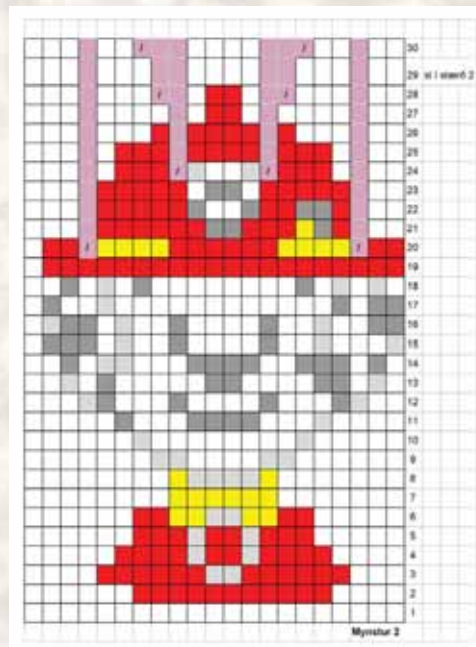
Prjónið samkvæmt mynstri 3 en takið 2 l saman 9 - 4 - 5 sinnum, jafnt yfir í fyrstu umferðinni (108 - 126 - 138 l á prjóninum). Að mynstri 3 loknu eiga að vera 72 - 84 - 92 l á prjóninum.

Skiptið nú yfir á prjóna nr. 3,5 prjónið eina umferð slétta og fækkið um leið um 12 - 14 - 12 l jafnt yfir umferðina. Prjónið nú brugðning 2 sl, 2 br, 2 umf rauðar, 2 gular, 2 rauðar, 1 dökk gráu, fellið laust af með gráum lit.

Lykkjið saman undir höndum. Gangið frá endum, athugið að gott er að kljúfa endana í þrennt og ganga frá hverjum hluta sér, þá ber minna á þeim í fráganginum.

Skolið úr mildu sápuvatni og leggið til þerris.

Uppskrift: Þóra Þórarinsdóttir



Hannyrðabúðin

Eyravegi 23, Selfossi // 555-1314



Sólar dagar

hjá Almari bakara

helgina 25.-27. janúar 2019



Rúnstykki

25 kr./stk.



Öll brauð

500 kr./stk.



Kleinuhringir

150 kr./stk.

Frítt kaffi með öllum tertusneiðum

P.S. Bóndadagskakan kemur 24. janúar í sölu :)

Verið velkomin!

Opnunartími

7:30-18:00

alla daga vikunnar

**ALMAR
BAKARI**

Almar bakari - Sunnumörk 2, Hveragerði - Sími 483 1919

Glæsilegur snjókarl hjá börnum í Vallaskóla

Snjórinn sem kom í síðustu viku gladdi marga af yngri kynslóðinni. Lítið hefur verið um tækifæri til þess að bregða sér á sleða eða gera snjókarl það sem af er vetri. Það voru snör handtök hjá börnunum í Vallaskóla nú fyrir helgi en þau bjuggu til þennan myndarlega snjókarl, sem er höfðinu hærri en flestir viðstaddir.

-gpp



Mynd: Vallaskóli/SS

Ekki missa af þessu tækifæri

Okkur vantar leikskólakennara í 100% stöðu



Krakkaborg



FLÓAHREPPUR

Krakkaborg er þriggja deilda leikskóli og að jafnaði dvelja þar um 40-45 nemendur frá níu mánaða – sex ára. Húsnæði leikskólans er nýlegt og aðstaða og aðbúnaður mjög góður. Hér er góður starfsmannahópur, hátt hlutfall fagmenntaðra, yndislegir nemendur og jákvæðir foreldrar. Umhverfi leikskólans býður upp á óendanlega möguleika. Þeir sem vilja vera virkur hluti liðsheimildar, jákvæðir og skapandi ættu ekki að hika. Við erum falin perla aðeins í 10 mínútna akstri frá Selfossi. Áhugasamir velkomnir í heimsókn.

Hæfniskröfur:

- Leikskólakennaramenntun eða önnur uppeldismenntun
- Lipurð og sveigjanleiki í samskiptum
- Frumkvæði og jákvæðni
- Sjálfstæð og skipulögð vinnubrögð

Ef ekki fæst leikskólakennari til starfa eru aðrar umsóknir teknar til skoðunar. Laun eru samkvæmt kjarasamningum. Nánari upplýsingar veitir Guðbjörg Hólm Þorkelsdóttir leikskólastjóri í síma 480 0151 eða 863 7037 eða Björg Kvaran aðstoðarleikskólastjóri í síma 480 0151 eða 845 1019.

Umsóknir ásamt ferilskrá sendist á netfangið leikskoli@floahreppur.is
Umsóknarfrestur er til 31. janúar 2019



Leikskólinn Heklukot

Deildastjóri
Leikskólakennarar



Auglýst er eftir deildarstjóra og leikskólakennurum á nýja deild sem opnar

1. mars nk. við leikskólann Heklukot á Hellu í Rangárbírgi ytra sem er um 100 km frá Reykjavík. Heklukot hefur hingað til verið fjögurra deilda leikskóli með um 75 nemendur frá eins til fimm ára en við opnun fimmtu deildarinnar verða nemendur í kringum 90.

Unnið er eftir markmiðum Skóla á grænni grein sem fela í sér sambærilegar áherslur og í Aðalnámskrá leikskóla (2011). Einnig er unnið eftir markmiðum Heilsustefunnar sem stuðlar að heilsuefningu í leikskólasamfélaginu með áherslu á næringu, hreyfingu og listsköpun í leik.

Í Heklukoti er leikskólakennurum boðið uppá aukinn undirbúningstíma, fá samtals 9 tíma m.v. 100% starf.

Leitað er að fagmenntuðum, jákvæðum kennurum (eða öðru uppeldismenntuðu fólki), körlum eða konum, með góða samskiptahæfni, eru heilsuhraustir, hafa góða íslenskukunnáttu, sýna frumkvæði, sjálfstæði, hafa metnað fyrir starfi sínu og eru tilbúnir til að vinna að málörvun, uppeldi og menntun barna á leikskólaaldri í samræmi við námskrá og í nánú sambandi við stjórnendur leikskólans.

Umsókn og ferilskrá óskast send rafrænt á heklukot@heklukot.is fyrir 1. febrúar nk.

Nánari upplýsingar veitir Auður Erla Logadóttir leikskólastjóri í síma 488 7045, netfang: heklukot@heklukot.is og einnig má sjá upplýsingar um skólann á heimasíðu skólans: www.heklukot.leikskolinn.is.

www.leikskolinn.is/heklukot | heklukot@ry.is | Sími: 488 7045



HEILSUHORN HSU

Hreyfing skiptir máli

Regluleg hreyfing hefur fjölþættan ávinning fyrir heilsuna eins og vísindarannsóknir staðfesta. Þetta eru eflaust ekki nýjar fréttir fyrir flesta en nauðsynlegt er að vekja máls á þessu og vonandi hvetja einhverja til að byrja að hreyfa sig. Eins og kemur fram í ráðleggingum frá landlækni má minnka líkur á að fá kransæðasjúkdóma, heilablóðfall, sykursýki af tegund 2, sumar tegundir krabbameina, stoðkerfisvandamál og geðröskun með reglulegri hreyfingu. Umfram allt eykur regluleg hreyfing líkurnar á að fólk lifi lengur og við betri lífsgæði en annars. Það er því til mikils að vinna og mikilvægt að við látum þetta ekki vaxa okkur í augum.

Það að velja sér hreyfingu og koma sér af stað vefst þó fyrir mörgum ekki síst núna þegar vitundarvakning um mikilvægi hreyfingar á heilsu okkar er svo mikil og úr mörgu að velja. Staðreyndin er sú að hreyfing þarf alls ekki að vera flókin eða að kosta mikið þó það sé vissulega hægt að fjárfesta í verri hlutum en heilsunni. Hreyfing á að vera skemmtileg en ekki kvöð svo að sem betur fer eru valkostirnir margir.

Ráðleggingar og rannsóknir mæla með því að fullorðið fólk hreyfi sig í um 30



Inga Sjöfn Sverrisdóttir.

mínútur á degi hverjum óháð áreynslustigi hreyfingarinnar. Það eitt að velja stigann í stað lyftunnar, leggja í stæðið sem er lengra frá áfangastaðnum, velja að ganga eða hjóla í stað þess að keyra, telur allt inn í okkar dagskammt af hreyfingu. Hreyfing veitir okkur vellíðan og er fyrir alla, bæði konur og karla, börn jafnt sem aldna. Lítum bara á börnin sem hreyfa sig svo fimlega, við höfum þetta að vissu leyti í okkur. Ef við erum að bíða eftir rétta deginum til að byrja þá er svarið „strax í dag“, það er til mikils að vinna. Það á því vel við að segja, „hreyfing í dag er okkur í hag“.

F.h. Heilbrigðisstofnunar Suðurlands, Inga Sjöfn Sverrisdóttir, sjúkráþjálfari lyflæknisdeilda HSU.

Gestir í sundlaugum Árborgar aldrei fleiri



Sundlaugin á Stokkseyri

Sundlaugarar í Árborg eru vinsælir áfangastaðir íbúa jafnt sem ferðamanna, bæði innlendra og erlendra. Dagsskráin sló á þráðinn til Braga Bjarnasonar, menningar- og frístundafulltrúa Árborgar og ræddi við hann um sundlaugarar í Árborg.

Góð afþreying fyrir alla fjölskylduna

„Það sést best á heimsóknartölum að sundlaugarar okkar eru vinsæll áfangastaður. Á síðasta ári, 2018, er aukning, eins og flest árin þar á undan, en ég er að horfa á tölur síðustu tíu ára. Það voru 316.310 heimsókn-

ir í laugin á árið 2018 og það er aukning um ríflega 3.500 einstaklinga frá 2017, en það ár komu 312.787 gestir. Hvað sundlaugin á Stokkseyri varðar þá erum við að horfa á aukningu á milli ára þar líka. Það voru 16.269 gestir sem sóttu laugin heim 2018. Árið 2017 voru komur 13.921. Það er aukning upp á rúmlega 2.300 einstaklinga, sem er mjög gott.“

Góður aðbúnaður í lauginni á Selfossi, laugin á Stokkseyri hefur sinn sjarma

„Sundhöllin á Selfossi, sem var barn síns tíma, var breytt fyrir fáeinum árum. Húsnæðið stækkað og öll aðstaða innandyrta stórbætt. Þar er nú einnig líkamsræktaraðstaða þar sem íbúar og gestir geta hreyft sig og skellt sér svo í sund. Þrátt fyrir að eiga svona flotta sundhöll er rétt að gleyma ekki að við eigum einnig notalega sundlaug á Stokkseyri sem hefur annan sjarma og ég hvet fólk til að líta við þar með börnin eða bara til að renna sér í pottinn.“ -gpp



24. janúar – 3. febrúar

TILBOÐ

Stór bátur
+ 0,5 l Pepsi

1.090 KR.



quiznos.is



HÖFUÐBORGARSVÆÐIÐ:
NORÐLINGAHOLTÍ · GULLINBRÚ · ÁLFHEIMUM · SÆBRAUT
MJÓDD · GARÐABÆ · MOSFELLSBÆ

LANDSBYGGÐIN:
BORGARNESI · AKRANESI · AKUREYRI · REYÐARFIRÐI
KEFLAVÍK · SELFOSSI · HELLU · VARMAHLÍÐ



Íþróttir

Efni sendist á: selfoss@prentmet.is

Vésteinn sæmdur gullmerki Umf. Selfoss

Selfyssingurinn Vésteinn Hafsteinsson hefur fylgt Ungmennafélagi Selfoss frá fæðingu. Fyrst sem iðkandi, þjálfari og fyrirmynd íþróttafólks en síðar sem ráðgjafi og lærifaðir þjálfara hjá félaginu.

Það er ekki heiglum hent að klófesta Véstein, sem búsettur er í Svíþjóð og alltaf með mörg járn í eldinum. Það var því afar ánægjulegt að ná loksins að króa hann af heima hjá Þorvaldi bróður hans milli hátíða.

Víktor S. Pálsson, formaður Umf. Selfoss, fékk þann heiður að næla gullmerki Umf. Selfoss í barm Vésteins og þakka honum þannig fyrir ævilangt framlag sitt til ungmennafélagsins en við



Þeir voru kampakátir Víktor (t.h.) og Vésteinn þegar búið var að afhenda gullmerkið. Ljósmynd: Umf. Selfoss/Gissur.

vitum jafnframt að hann er reynslu sinni til iðkenda og hvergi nærri hættur að miðla af þjálfara á Selfossi.

Súrt tap hjá stelpunum gegn toppliðinu

HANDBOLTI Stelpurnar okkar tóku á móti Valskonum í Hleðsluhöllinni á föstudag. Leikurinn endaði 27-28 fyrir Val eftir mark á síðustu sekúndubrotum leiksins.

Leikurinn var jafn fyrsta korterið en síðan setti Valur í næsta gir og fór inn í hálfleik með 5 marka forskot, 11-16. Valskonur byrjuðu seinni hálfleik betur og náðu mest sjö marka forskoti, 13-20. Þá hrukku stelpurnar okkar í gang og það með látum. Selfoss var búið að jafna leikinn þegar um fimm mínútur voru eftir, 25-25 og komust síðan tveimur mörkum yfir í kjölfarið. Klaufaleg mistök í sókninni ásamt mistökum í dómgæslu varð til þess að Valskonur náðu að jafna leikinn aftur. Valur átti síðan síðustu sókn leiksins sem endaði með marki á sama tíma og leiktíminn rann út og báru þær sigur úr þytum.

Mörk Selfoss: Sarah Boye 6, Harpa Sólveig 5/2, Perla Ruth og Hulda Dís 4, Tinna Sigurrós og Ída Bjarklind 3, Carmen og Rakel 1 mark hvor. Katrín Ósk varði 9 skot í markinu.

Selfoss er því áfram í botnsæti Olís-deildarinnar



Sarah Boye var markahæst með 6 mörk. Ljósmynd: Umf. Selfoss/JÁE.

með 4 stig eftir 12 umferðir en mega taka margt jákvætt úr þessum leik. Þar má nefna Tinnu Sigurrós sem spilaði sinn fyrsta meistaraflakksleik og skoraði þrjú mörk en þess má geta að hún er ekki nema 14 ára gömul!

Stelpurnar léku gegn Haukum sl. þriðjudag en taka á móti ÍBV nk. sunnudag kl. 16:00. esó/gj

SS styrkir handboltann á Selfossi myndarlega



HANDBOLTI Sláturefag Suðurlands og handknattleiksdeild Selfoss hafa gert með sér samstarfssamning sem Þorsteinn Rúnar Ásgeirsson (t.v.) framkvæmdastjóri handknattleiksdeildar og Hafþór Úlfarsson deildarstjóri markaðsdeildar SS skrifuðu nýverið undir. Það er kærkomið að stórt og rótgróið sunnenskt fyrirtæki eins og SS er styrki deildina og fagnar deildin þessu samstarfi. Ljósmynd: Umf. Selfoss/Gissur.

Selfyssingar allt í öllu á HM

HANDBOLTI Sex Selfyssingar eru með íslenska landsliðinu á HM í Þýskalandi og Danmörku. Liðið mætti Þjóðverjum og Frökkum um helgina. Haukur Prastarson var kallaður inn í hópinn fyrir leikinn gegn Frökkum og var þar með yngsti leikmaður sem tekur þátt á HM í ár. Hann er einnig yngsti leikmaðurinn á HM í sögu Íslands, 17 ára gamall. Það var gaman að sjá kunnuglega útilínu í leiknum gegn Frakklandi þar sem frændurnir Teitur Örn, Elvar Örn og Haukur spiluðu saman mest allan seinni hálfleikinn. Elvar Örn var besti leikmaður liðsins gegn Frökkum með 5 mörk, Teitur með 3 og Haukur 2, Bjarki Már skoraði einnig 2 mörk. Liðið mætir Brasilíu í dag (miðvikudag) kl. 14:30 í seinasta leik liðsins í milliriðli.



Elvar, Teitur, Ómar og Haukur. Mynd: HSÍ.



Gyða Dögg með viðurkenningar sem hún hlaut á lokahófi MSÍ. Gyða Dögg ekur af mikilli yfirvegum í brautinni. Mynd: MSÍ.

Gyða Dögg mótorhjóla- og snjósleðakona ársins

MÓTOKROSS Mótorhjóla- og snjósleðaiþróttasamband Íslands útnefndi Gyðu Dögg Heiðarsdóttur mótorhjóla- og snjósleðakona ársins 2018.

Gyða Dögg, sem býr í Þorlákshöfn, keppir fyrir mótokrossdeild Umf. Selfoss. Hún er 19 ára gömul og byrjaði að keppa í mótokrossi 12 ára gömul og hefur því æft í sjö ár. Þrátt fyrir ungan aldur er þetta í

þriðja skipti sem hún hampar þessum titli en hún var einnig valin akstursíþróttakona ársins 2015 og 2016.

Gyða Dögg náði mjög góðum árangri á liðnu keppnistímabili þar sem hún varð bæði Íslandsmeistari í kvennaflokki í mótokrossi og enduropólakstri.

Nánnar er fjallað um árangur Gyðu Daggar í frétt á vefsíðu Umf. Selfoss, www.selfoss.net.



Sigurliðið var sigurvegari softballmóts Selfoss 2019. F.v.: Vilhelm Freyr, Tryggvi Sigurberg, Pálmar, Reynir Freyr og Tryggvi Þórisson. Ljósmynd: Umf. Selfoss/Árni Þór.

Sigurliðið sigraði softballmótið

HANDBOLTI Sigurliðið sigraði mjúkboltamót (softball) Selfoss sem haldið var í upphafi árs. Þetta var annað árið sem mótið var haldið og heppnaðist það mjög vel. Leikið var í fjórum riðlum, síðan léku efstu tvö lið hvers riðils í hefðbundinni útslátarkeppni.

Að lokum var það Sigurliðið sem hafði betur gegn liðinu Sverrir Pálsson. Landslið örvhentra sigraði lið GP Dildo & co í leik um bronsið. Sigurliðið fékk að launum gjafabréf í Kaffi krús en 2. og 3. sæti fengu vinninga í boði Hamborgarabúllu Tómasar og Pylsuvagnsins.

Að mótinu loknu var árlegt björkvöld deildarinnar haldið. Einar Þorvarðarson, fyrrverandi framkvæmdastjóri HSÍ, var með áhugavert erindi um stöðu íslenska landsliðsins o.fl. Verðlaun voru afhent fyrir mjúkboltamótið og þar m.a. kynnt úrvalslið áhugaverðra leikmanna ásamt buningaverðlaunum og elsti markaskorariinn verðlaunaður. Einnig var boðið upp á pílukastkeppni þar sem veglegir vinningar voru í boði frá TRS, Hótel Íslandi og Fjöruþorðinu.

Kvöldið var vel heppnað og yfir 100 manns sem sóttu það. Það er klárt að þessi handboltadagur er kominn til að vera!

Fyrsti sigur Þjótanda á héraðsmóti

FRJÁLSAR ÍPRÓTTIR HSK-mótið í flokkum 11 ára og eldri fóru fram í Kaplakrika sunnudaginn 13. janúar sl. Níu lið áttu keppendur á mótunum. Í upphafi dags hófu 90 krakkar á aldrinum 11–14 ára leik á aldursflokka mótinu og þar var mikið um persónuleg met og bætingar. Umf. Selfoss sigraði stigakeppni aldursflokka mótisins örugglega en Garpur var í öðru sæti og Umf. Þjótandi í því þriðja.

Eftir hádegi bættust eldri iðk- endur við keppendahópinn en þá hófst unglingamót 15–17 ára og héraðsmót fullorðinna. Umf. Selfoss sigraði unglingamótið en í öðru sæti varð Umf. Hrunamanna og Umf. Biskupstungna í þriðja.

Héraðsmót í frjálsum fullorð- inna innanhúss hefur verið haldið árlega frá árinu 1961. Aldurs- flokka mótíð var fyrst haldið árið 1969 og unglingamótið hefur verið haldið óslitið frá 1971.

Umf. Þjótandi vann stigakeppni héraðsmótisins, Umf. Selfoss varð í öðru sæti og Umf. Þór í þriðja. Þetta er í fyrsta sinn sem Þjótandi sigrar í stigakeppninni en einn af forver- um félagsins, Umf. Samhygð, vann keppnina einu sinni, árið 1965.

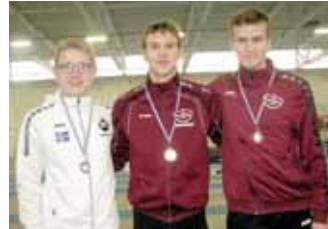
Tvö HSK-met voru sett á mót- inu. Dagur Fannar Einarsson kepp- andi Umf. Selfoss bætti HSK-



Keppendur í kúluvarpi í flokki 13 ára stúlkna á HSK-móti. Mynd: EO.



Verðlaunahafar í kúluvarpi karla, f.v.: Bjarki Óskarsson, Stefán Narfi Bjarnason og Haraldur Gísli Kristjánsson.



F.v.: Sindri Freyr Seim Sigurðsson, Dagur Fannar Einarsson og Jónas Grétarsson á palli í flokki 16–17 ára.

metin í 60 metra grindahlaupi í flokkum 16–17 ára og 18–19 ára, en hann hljóp á 8,55 sek. Styrmir Dan Steinunnarson, Umf. Þór,

átti eldri metið, 8,57 sek. 2015. Heildarúrslit mótanna eru inni á www.fri.is og fleiri myndir má sjá á www.hsk.is. gó/eo



Aðalfundur

Hestamannafélagsins Ljúfs 2019

verður haldinn í félagsheimilinu þriðjudaginn 12. febrúar, kl. 20:00

Dagskrá: Venjuleg aðalfundarstörf.

Á þessu ári á að kjósa um formann og gjaldkera. Formaður og gjaldkeri gefa ekki kost á sér til endurkjörs. Félagsmenn eru hvattir til að mæta og taka þátt í félags- starfinu. Kaffiveitingar í boði félagsins. *Stjórnin.*

Fjórir bikarmeistara- titlar HSK keppenda

GLÍMA Fertugasta og sjö- unda Bikarglíma Íslands fór fram 11. janúar sl. í íþróttahúsi Akurskóla í Reykjanæsbæ. Góð þátt- taka var í mótinu og mikið um skemmtilegar glímur. Þrír erlendir keppendur tóku þátt að þessu sinni, en tveir keppendur frá HSK tóku þátt. Marín Laufey Davíðsdóttir og Jana Lind Ellertsdóttir urðu



Jana Lind Ellertsdóttir.

báðar tvöfaldar bikarmeistarar. Marín Laufey sigraði í opnum flokki kvenna með fullt hús stiga, hún varð einnig meistari í +70 kg flokki kvenna. Jana Lind varð bikarmeistari kvenna í -70 kg flokki kvenna og hún sigraði einnig í unglingaflokki kvenna í +70 kg flokki. Heildarúrslit mótisins eru á www.glima.is.

Marín Laufey Íslands- meistari í backhold

BACKHOLD Íslandsmeist- aramótið í backhold fór fram í Bardagahöllinni Reykjanæsbæ 12. janúar sl. og tóku tveir kepp- endur frá glímuráði HSK þátt í mótinu. Marín Laufey Davíðs- dóttir varð Íslandsmeist- ari í opnum flokki kvenna og varð svo í þriðja sæti í +70 kg flokki kvenna. Jana Lind Ellertsdóttir vann tvenn verðlaun á mót- inu, en hún varð önnur í -70 kg flokki kvenna og þriðja í +70 kg flokki unglinga.



Marín Laufey Davíðsdóttir.

Styttist í að Lífshlaupið hefjist

Nú styttist í að nýtt lífshlaupsár hefjist, þann 6. febrúar. Opnað verður fyrir skráningu miðvikudaginn 23. janúar á vefsíðu Lífshlaups- ins www.lifshlaupid.is.

Lífshlaupið er heilsu- og hvatningarverkefni ÍSÍ sem höfðar til allra aldurshópa. Á síðasta ári voru yfir 15 þúsund virkir þátttakendur í samtals um 500 skólum og vinnustöðum. Verkefnið miðar að því að hvetja landsmenn til að huga að daglegri hreyfingu og auka hana eins og kostur er.

Eftirfarandi keppnir eru hluti af Lífshlaupinu:

- Grunnskólakeppni fyrir 15 ára og yngri í tvær vikur í febrúar
- Framhaldsskólakeppni fyrir 16 ára og eldri í tvær vikur í febrúar
- Vinnustaðakeppni í þrjár vikur í febrúar
- Einstaklingskeppni þar sem allir geta tekið þátt og skráð niður sína daglegu hreyfingu allt árið.



Héraðsþing HSK með nýju sniði

Héraðsþing HSK verður haldið í 97. sinn á Laugalandi í Holtum fimmtudaginn 14. mars næstkomandi. Þingið verður að þessu sinni með nýju sniði, en það er haldið á fimmtudegi í stað laugardags eins og lengi hefur verið. Þingið hefst stundvíslega kl. 17:30 og er áætlað að því ljúki kl. 21:30.



Forstöðumaður þjónustumiðstöðvar

Skeiða- og Gnúpverjahreppur auglýsir starfs forstöðumanns þjónustumiðstöðvar laust til umsóknar

Verkefni forstöðumanns:

- Umsjón og eftirlit með eignum sveitarfélagsins. Þar eru með- taldar fasteignir, gatna- og veitukerfi auk landssvæða.
- Umsjón framkvæmda.
- Umsjón sorpþjónustu.
- Rekstur áhaldahúss.
- Umsjón vinnuskóla.
- Samskipti við verktaka.
- Önnur tilfallandi verkefni í samráði við sveitarstjóra.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Sveinspróf ásamt reynslu í bygginga- og/eða málmíðn- greinum.
- Þjónustulund og lipurð í mannlegum samskiptum.
- Aukin ökuréttindi.
- Skipulagsfærni og frumkvæði.
- Hreint sakavottorð.
- Þekking á staðháttum er kostur.

Undir þjónustumiðstöð Skeiða- og Gnúpverjahrepps heyrir öll þjónusta og umsjón eigna og framkvæmda á vegum sveitar- félagsins. Þar eru meðtaldar allar fasteignir, veitur og land- eignir ásamt ýmsu lausafé. Auk þess sorpþjónusta við íbúa og fyrirtæki. Umsjá vinnuskóla tilheyrir þjónustumiðstöð. Þjónustumiðstöðin rekur áhaldahús sem starfrækt er í nýju og vel útbúnu iðnaðarhúsnæði.

Um 100% starf er að ræða. Laun og starfskjör eru samkvæmt kjarasamningi sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags.

Umsóknarfrestur til 4. febrúar nk.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Kristófer Tómasson sveitarstjóri í síma 486 6100 og 861 7150.

Umsóknnum skal skila á netfang sveitarstjóra, kristofer@skeidgnup.is.



Skeiða- og Gnúpverjahreppur

- ÚTBOÐ - JARÐVEGSFRAMKVÆMDIR Í HVERAGERÐI 2019

Verkís hf., fyrir hönd Hveragerðisbæjar, óskar eftir tilboðum í jarðvegsframkvæmdir vegna 1. áfanga bílastæða við Hamarshöllina á íþróttasvæði Hveragerðisbæjar.

Um er að ræða gröft, fyllingar og malbikun ásamt frágangi regnvatnslagna, snjóbræðslu, kantsteina og málun bílastæða.

Nokkrar magntölur:

- Gröftur og fyllingar: 1.550 m³
- Malbikun: 2.600 m²

Verklok eru 20. júlí 2019.

Útboðsgögn eru afhent rafrænt. Áhugasamir sendi tölvupóst á verkis.selfoss@verkis.is með nafni, heimilisfangi og síma.

Tilboðum skal skila á Bæjarskrifstofur Hveragerðisbæjar, Breiðumörk 20, 810 Hveragerði fyrir kl.14, 11. febrúar 2019, en þá verða þau opnuð að viðstöddum þeim bjóðendum, sem þess óska.



Auglýsing um skipulagsmál í Rangárþingi eystra

Samkvæmt 2. mgr. 32. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, er auglýst niðurstaða sveitarstjórnar vegna eftirfarandi breytingar á aðalskipulagi Rangárþings eystra 2012-2024.

Hamragarðar/Seljalandsfoss – Aðalskipulagsbreyting

Sveitarstjórn Rangárþings eystra samþykkti á fundi sínum þann 10. janúar 2019, tillögu að breytingu á aðalskipulagi Rangárþings eystra 2012-2024 fyrir Hamragarða/Seljalandsfoss, Rangárþingi eystra. Tillagan var auglýst skv. 1. mgr. 31. gr. skipulagslaga nr. 123/2010. Athugasemdir bárust og hefur þeim sem gerðu athugasemdir verið send umsögn sveitarstjórnar. Óverulegar breytingar á tillögunni voru gerðar eftir auglýsingu. Hægt er að kæra samþykkt sveitarstjórnar til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála. Kærufrestur er einn mánuður frá birtingu auglýsingar um gildistöku deiliskipulagsins í B-deild Stjórnartíðinda.

Samkvæmt 3. mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, er auglýst niðurstaða sveitarstjórnar vegna eftirfarandi deiliskipulagstillögu.

Hamragarðar/Seljalandsfoss – Deiliskipulag

Sveitarstjórn Rangárþings eystra samþykkti á fundi sínum þann 10. janúar 2019, tillögu að deiliskipulagi fyrir Hamragarða/Seljalandsfoss, Rangárþingi eystra. Tillagan var auglýst skv. 1. mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010. Athugasemdir bárust og hefur þeim sem gerðu athugasemdir verið send umsögn sveitarstjórnar. Óverulegar breytingar á tillögunni voru gerðar eftir auglýsingu. Hægt er að kæra samþykkt sveitarstjórnar til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála. Kærufrestur er einn mánuður frá birtingu auglýsingar um gildistöku deiliskipulagsins í B-deild Stjórnartíðinda.

F.h. Rangárþings eystra,
Guðmundur Úlfar Gíslason,
fulltrúi skipulags- og byggingarmála

Gullspretturinn á Laugarvatni



Fólk hjálpast að, þetta á líka fyrst og fremst að vera skemmtilegt.

Á Laugarvatni er ár hvert staðið fyrir hlaupi sem hefur frá fyrstu tíð verið kallað Gullspretturinn. Árið 1995 var haldin mikil listahátíð á Laugarvatni sem að komu rúmlega 100 listamenn. Það voru þær Alda Sigurðardóttir og Kristveig Halldórsdóttir sem stóðu fyrir henni og kölluðu viðburðinn Gullkistuna með vísan í hnjúk mikinn efst á Miðdalsfjalli sem blasir við frá Laugarvatni. Þær endurtóku síðan leikinn 10 árum síðar eða 2005 og þá datt þeim Grímu Guðmundsdóttur og Sigurði Halldórssyni í hug að standa fyrir hlaupi í kringum Laugarvatn í tengslum við hátíðina og kalla það Gullsprettinn. Það kallaði á nokkurn undirbúning og skipulag og komu ýmsir að því með þeim þetta fyrsta skipti.

Í fyrsta hlaupið mættu tæplega 50 manns og var ákveðið að halda þessu áfram. Erla Þorsteinsdóttir og Pálmi Hilmarsson bættust nú í fastan undirbúningshóp og hefur þessi hópur séð um hlaupið á hverju ári síðan þá með dyggri aðstoð heimamanna sem leggja töluverða vinnu í þetta á hlaupdegi. Skemmst er frá því að segja að hlaupið óx mun hraðar en mönnum datt í hug í fyrstu. Undanfarin ár hefur sá fjöldi sem má hlaupa verið takmarkaður af tillitsemi við gróður og fuglalíf en ekki síður vegna þess að það hreinlega ræðst illa við að taka við fleirum.

Um 300 manns hafa tekið þátt árlega í nokkur ár og það er talsvert utnumhald ef allt

á að ganga upp. Daginn fyrir hlaup er farið hringinn í kringum vatnið með stikur og hlaupaleiðin merkt vandlega til að allir fari nú sem



næst þeirri leið sem til er ætlast. Hlaupið reynir töluvert á en vaða þarf yfir ár og mjúkar mýrar, vara sig á nautahópum eða hrossum og þá er mýið stundum erfitt þegar þannig viðrar, krían getur líka verið illskeytt þar sem hún er til staðar. En það koma allir brosandir í mark, það er bara eitthvað svo skemmtilegt við þetta og menn hjálpast að yfir erfiðustu hindranirnar.

Björgunarsveitin Ingunn hefur ávallt lagt til bát og mannskap á vatnið sem er þá tilbúinn hvenær sem er ef einhver mistigur sig eða gefst upp sem er nánast aldrei. Þá er hrætt í ótalinn fjölda af rúgbrauðum sem bökuð eru í hvernum yfir nóttina og eru þá tilbúin, volg og fin þegar menn koma í mark. Á þau er best að setja vel af íslensku smjöri og reyktum silungi frá Útey sem er í boði

líka. Aðgangur að Fontana er svo innifalinn í hlaupgjaldinu svo það fara allir sáttir og sælir heim að loknu hlaupi. Að kveldi hlaupdags er svo slegið upp grillveislu fyrir alla sem lögðu hönd á plóg við undirbúning, vinnu og frágang eftir hlaup. Góð stemning í þeim hópi enda samhentur, og það er alltaf gott að geta endað góðan dag öll saman og ræða hvað mátti betur fara og hvað heppnaðist vel.

Frá því strax á fyrsta ári þessa hlaups hefur allur ágóði sem eftir stendur þegar búið er að dekkja kostnað farið í að styðja góð málefni innan sveitar á Laugarvatni og nágrenni. Öll vinna allra þeirra sem að hlaupinu standa eða koma til aðstoðar á hlaupdegi er sjálfböðavinna. Björgunarsveitin Ingunn hefur verið styrkt verulega undanfarin ár og þar að auki hafa krakkar sem farið hafa utan á íþróttamót fengið styrki og þannig mætti áfram telja. Síðast en ekki síst má nefna uppbyggingu á göngustígnum meðfram vatninu neðan við þorpið, en hann var tekinn verulega í gegn í sumar af þeim sem að hlaupinu standa. Mikil vinna en gefandi og skemmtileg í ágætis veðri í sumar þó ótrúlegt sé í allri þeirri rigningu sem þó var flesta daga í sumar eins og menn muna. Það er svo bara spennandi að takast á við næsta sprett sem verður eins og áður skömmu fyrir 17. júní.

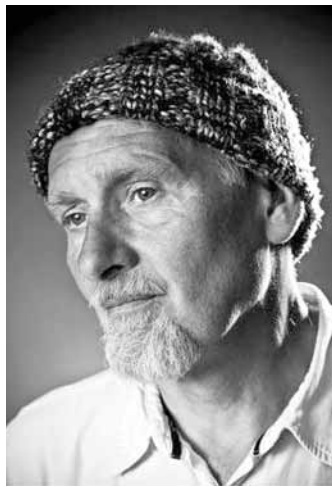
Fyrir hönd Gullspretts,
Pálmi Hilmarsson



Gullspretturinn stóð fyrir lagfæringum á göngustíg í sumar.



Björgunarsveitinni Ingunni afhentur styrkur að upphæð 300.000 kr. skömmu fyrir áramót.



Magnús Þór Sigmundsson.

Kvöldmessa með Magnúsi Þór í Selfosskirkju

Sunnudagskvöldið 27. janúar nk. kl. 20 verður kvöldmessa í Selfosskirkju þar sem fléttast saman falleg tónlist, ritningar-orð og bæn. Magnús Þór Sigmundsson sér um tónlistina og sr. Ninna Sif Svavarsdóttir um guðsorðin. Þetta verður notaleg samvera í helgarlok. Allir eru hjartanlega velkomnir.

Kona á skjön – farandsýning um Guðrúnu frá Lundi

Einn okkar mest lesnu og Esannarlega merkustu rithöfunda var Guðrún frá Lundi. Það er Bókasafni Árborgar Selfossi heiður og ánægja að fá nú að hýsa sýningu um þessa merku konu sem byrjaði ekki að skrifa fyrr en tekin að halla í sextugt en sendi eftir það frá sér bók nánast á hverju ári,“ segir í tilkynningu frá safninu. Sýningin opnaði 17. janúar sl. og mun standa út febrúar og er opin á sama tíma og safnið.

Sunnudaginn 27. janúar nk. kl. 14:30 verður sanna kall-aður „sparibollaviðburður“ á safninu. Þá koma þær Kristín S. Einarsdóttir og Marín G. Hrafnisdóttir og kynna sýninguna og verða með „kaffi-kviss“ sem er léttur og skemmtilegur spurningaleikur úr Dalalífi og fleiri bókum Guðrúnar. Starfsfólk bókasafnsins á ekki bolla í stíl við viðburðinn svo fólk er endilega hvatt til að koma með sparibollana með sér og fá sér sopa.



útsala útsala útsala
útsala útsala útsala
útsala útsala útsala
útsala útsala útsala

Enn meiri afsláttur af völdum vörum

A4

Austurvegi 65, Selfossi
www.a4.is



Tilkynning til allra eigenda mannvirkja í byggingu, hönnuða og byggingarstjóra í umdæmi byggingarfulltrúans í Rangárþingi ytra:

Rafræn byggingargátt geymir gagnasafn Mannvirkjastofnunar um mannvirki, skv. 61. gr. laga um mannvirki. Slóð byggingargáttar er <https://www.minarsidur.mvs.is>.

Frá 1. janúar 2019 skulu byggingarstjórar framkvæma áfangaúttektir sjálfir og skila niðurstöðum þeirra í byggingargátt Mannvirkjastofnunar. Hægt er að skila upplýsingunum með úttektarforriti MVS eða öðru sambærilegu forriti sem fengið hefur samþykki Mannvirkjastofnunar.

Aðilar eru hvattir til að kynna sér ofantaldar breytingar.

Allar frekari upplýsingar gefa starfsmenn embættis byggingarfulltrúa á Hellu eða Mannvirkjastofnun.

Haraldur Birgir Haraldsson,
skipulags- og byggingarfulltrúi



TORFHÚS
RETREAT

Torfhús Retreat er glænýtt lúxushótel, staðsett á Einiholtsmelum í Biskupstungum

Starfskraftar óskast í eftirfarandi störf:

Hótelræstingar

Almennar ræstingar á hótelinu.

Gestamóttöku

Fagleg móttaka gesta og önnur verkefni sem heyra undir gestamóttöku.

Matreiðslumanneskju

Ábyrg fyrir matreiðslu morgunmatar og umsjón með eldhúsi

Hæfniskröfur:

- Rík þjónustulund og vönduð vinnubrögð
- Góð samskipta- og samstarfshæfni
- Reynsla af þjónustustörfum
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Snyrtimennska og stundvísi
- Góð ensku- og íslenskukunnátta, bæði skrifað og talað.

Fyrir frekari upplýsingar sem og umsóknir vinsamlegast sendið á rm@torfhus.is.

Ég les stundum á furðulegustu stöðum - segir lestrarhesturinn Steinunn Dís Öfjörð Sævarsdóttir

Ég heiti Steinunn Dís Sævarsdóttir og er 9 ára. Ég geng í Melaskóla. Ég æfi á fiðlu, píano og saxafón og svo spila ég líka fótbolta og er á námskeiði í Myndlistarskólanum í Reykjavík. Ég á tvö lítul systkini. Mér finnst mjög gaman að lesa og stærðfræði er uppáhalds fagið mitt. Mér finnst mjög gaman að ferðast og fara í útilegur. Ég er mikill fjallagarpur og gekk Laugavegin með mömmu minni síðasta sumar þar sem ég kynntist mörgum öðrum skemmtilegum krökkum. Báðar ömmur mínar, Steingerður og Ásdís og afar mínir, Örlýgur og Magnús og margar frænkur mínar og frændur búa á Selfossi og ég fer mjög oft þangað. Mamma og pabbi eru bæði frá Selfossi.

Hvaða bók ertu að lesa núna?

Ég er eiginlega að lesa þrjár bækur. Miðnæturgengið eftir David Walliams, Eragon eftir Christopher Paolini og Þitt eigið tímaferðalag eftir Ævar Þór Benediktsson. Eragon er ævintýrasaga þar sem stákur að nafni Eragon finnur dreka og temur hann. Það sem mér finnst svolítið skemmtilegt við bókina er að aftast í fyrstu bókinni eru orð á öðru tungumáli sem höfundurinn bjó sjálfur til. Þitt eigið tímaferðalag er bók þar sem maður flakkar á milli blaðsíðna og getur valið hvað gerist næst í sögunni. Þú getur valið tímabil og farið aftur í tímann og jafnvel svo langt að þú hitt fyrir risaeðlu. Svo getur

þú líka farið alla leið út í geim. Ef þú vilt ekki fara svo langt getur þú líka ferðast afur um til dæmis þrjá klukkutíma eða jafnvel inn í framtíðina. Mér finnst það mjög skemmtilegt. Miðnæturgengið er öðruvísi og spennandi, frábrugðin öðrum bókum.

Kaflaheitin í þeirri bók eru mjög skemmtileg, eins og til dæmis Skítt, skítt og rosa skítt, Gjörðsamlega tröllaukið og Ba ba ba búmm. Sagan gerist á spítala og fjallar um fyndna og skemmtilega krakka sem dvelja þar. Aðalsögupersónan, Tommi, er í heimavistarskóla sem honum líður ekki vel í. Hann slasast, fær kúlu á höfuðið og lendir þar með inni á spítalanum.

Hvers konar bækur höfðu helst til þín?

Spennubækur, ævintýrabækur og fyndnar bækur. Í raun er ég alæta á bækur. Það eru helst barnabækur sem eru of léttar fyrir mig sem höfðu síst til mín. Þrátt fyrir það hef ég gaman að af lesa fyrir yngri systkini mín þær bækur sem þeim þykja skemmtilegar.

Ertu alin upp við lestur?

Já, ég er alin upp við lestur. Mamma og pabbi hafa lesið fyrir mig á kvöldin frá því ég var lítil og þau gera það ennþá. Ég á margar uppáhaldsbækur. Allar David Walliams bækurnar, allar Harry Potter bækurnar og Eragon, svo ég nefni nokkrar.

Hvernig eru lestrarvenjur þínar?

Ég les oftast uppi í rúmi á



Steinunn Dís Öfjörð Sævarsdóttir

kvöldin. Ég les stundum úti í búð, í skólanum, á ferðalögum og í raun á furðulegustu stöðum, til dæmis á veitingastöðum og í bílnum.

Áttu þér einhvern uppáhaldshöfund?

Já nokkra. David Walliams, J. K. Rowling, Ævar Þór Benediktsson, Guðrúnu Helgadóttur, Gunnar Helgason, Christopher Paolini, Astrid Lindgren, Kristínu Steinsdóttur, Jo Nesbø, Gerði Kristnýju og Guðmund Ólafsson. Þessir höfundar skrifa allir skemmtilegar bækur.

Hefur bók rænt þig svefni?

Já, alls konar bækur. Ég verð oft það spennat að ég á erfitt með að leggja bókina frá mér og fara að sofa.

Hvernig bækur myndir þú skrifa ef þú værir rithöfundur?

Ég veit það ekki, fyndnar og spennandi ævintýrabækur. Ég myndi skapa galdrheim með hættulegum skógi þar sem allir fljúga á drekum. Í sögunni væru líka álfar sem tala leynitungumál og risastór galdraskóli.

Íbúum Rangárþings eystra fjölgað um 100



Byggingaframkvæmdir við Gunnarsgerði. Mynd: ÁLK

Árið 2018 var ár uppbyggingar og fólksfjölgunar í Rangárþingi eystra sem er virkilega jákvætt fyrir sveitarfélagið. Griðarleg eftirspurn er eftir lóðum í þéttbýlinu og skipulagsfyrirvöld sveitarfélagsins eru strax farin að huga að næsta skrefi í stækkun Hvolsvallar. Vel gengur að byggja við nýju götuna Gunnarsgerði og nú þegar hafa fyrstu íbúarnir flutt inn í raðhús sem að Sláturfélag Suðurlands

byggði fyrir starfsfólk sitt. SS og Rangárþing eystra, sömdu í byrjun árs 2017, um byggingu 24 lítilla raðhúsa á Hvolsvelli. Nú þegar er byrjað á næsta raðhúsi á svokölluðu Sýslumannstúni svo að verkefnið gengur vel. Það helst að sjálfsögðu í hendur að þegar mikið er byggt þá fjölgar íbúum. Þann 1. janúar 2018 voru íbúar í Rangárþingi eystra um 1.800 talsins en nú í byrjun árs 2019 þá er fjöldi íbúa um 1.920

talsins. Þetta er því fjölgun um rúmlega 100 íbúa á einu ári og erum við virkilega ánægð með þessa þróun. Skipulag lóða er mjög mikilvægt en nú er einnig verið að vinna að miðbæjar-skipulagi fyrir Hvolsvöll sem mun breyta ásjón og aðkomu að þéttbýlinu og vonandi gera miðbæjarsvæðið að ákjósanlegum viðkomustað fyrir gesti en einnig svæði sem íbúar geta nýtt sér og verið ánægð með.

Jákvæð umsögn bæjarráðs Ölfuss

– um smápörungaverkefni í Jarðhitagarði ON við Hellisheiðarvirkjun



Tilraunastöð Algaenovation við Hellisheiðarvirkjun. Mynd: ON.

Bæjarráð Ölfuss tók fyrir á fundi sínum 10. janúar sl. erindi frá Ívilnunarnefnd nýfjárfestinga vegna umsóknar Algaenovation Iceland ehf.

Í erindinu kom fram að fyrir liggur að samið hefur verið við alþjóðlega sprotafyrirtækið Algaenovation um aðstöðu og ýmis orkutengd aðföng fyrir ræktun smápörunga í Jarðhitagarði ON við Hellisheiðarvirkjun í Ölfusi. Úr þörungunum verður framleitt fóður fyrir skepnur og hugsanlega til manneldis.

Algaenovation er í eigu vísindamannanna sem stofnuðu

fyrirtækið auk íslenskra fyrirtækja og fjárfesta. Jarðhitagarður Orku náttúrunnar er umgjörð um fjölbreytta starfsemi sem stuðlar að sem bestri nýtingu afurða Hellisheiðarvirkjunar í Ölfusi, jákvæðum umhverfisáhrifum og verðmætasköpun. Nýting jarðhitans í virkjunum ON á Hengilssvæðinu; Hellisheiðarvirkjun og Nesjavallavirkjun hefur lengst af verið eingöngu til vinnslu rafmagns og heits vatns fyrir hitaveituna á höfuðborgarsvæðinu. Orkuvinnslunni fylgja hins vegar ýmsar aukaafurðir. Þar fellur til varmi í formi vatns

eða gufu sem ekki nýtist allur til orkuvinnslunnar. Efni í jarðgufunni á borð við kísil og jarðhitaloft geta verið verðmæt og við virkjunina er greiður aðgangur að fersku vatni og rafmagni sem unnið er í virkjuninni. Þessi aðföng öll geta nýst ýmissi starfsemi eins og dæmin sanna. Þessi fjölnýting jarðhitans í Ölfusi eykur enn á sjálfbærni nýtingar á jarðhitnum á svæðinu.

Bæjarráð Ölfuss samþykkti samhljóða eftirfarandi bókun: „Bæjarráð veitir hér með jákvæða umsögn um verkefnið og telur það til þess fallið að verða ein af stöðum atvinnulífs í sveitarfélaginu. Þá fellur verkefnið afar vel að áherslum sveitarfélagsins á umhverfisvænan léttinað, matvælavinnslu og fullnýtingu orku innan svæðisins. Sveitarfélagið telur þannig að verkefnið sé til þess fallið að styrkja búsetu á svæðinu, efla innri gerð þess, enda er það afar umfangsmikið. Þannig er gert ráð fyrir að eftir fimm ár muni árstekjur verksmiðjunnar verða um 70 milljónir dollara sem samsvarar um 7 milljörðum króna og störfun sem skapast verði a.m.k. 25 til 35. Í upphafi mun árleg framleiðsla hlaupa á tugum tónna en á sjötta ári verður framleiðslan komin í 900 tonn.“



Áfram listasmiðjur í Listasafni Árnesinga

Listasafn Árnesinga heldur Láfram að bjóða börnum og fjölskyldum þeirra að eiga saman gæðastundir í safninu með þátttöku í listasmiðjum sem haldnar eru mánaðarlega yfir vetrarmánuðina. Nú er komið að janúarsmiðjunni, sunnudaginn 27. janúar kl. 14–16. Á einn eða annan hátt tengist viðfangsefni hverrar smiðju þeirri sýningu sem í gangi er og núna verður unnið út frá sýningunni „Huglæg rými“. Þar má m.a. sjá sérstaka skúlptúra eftir myndlistarmanninn Ólaf Svein Gíslason sem eru líkt og vandlega unnin líkón af húsum eða stöðum.

Í listasmiðjunni verður

unnið með þrívíð mólur pappír sem smiðjustjórinn, Kristín Þóra Guðbjartsdóttir, hefur útfært og hún verður einnig á staðnum til þess að aðstoða þátttakendur við að skapa sitt eigið. Börn og aðstandendur þeirra eru hvattir til þess að nýta þetta tækifæri, koma og skoða sýninguna, ræða um hana og skapa saman í listasmiðjunni þar sem allt efni, pappír og litir eru til staðar og aðgangur og þátttaka í listasmiðjunni er ókeypis.

Nánari upplýsingar um sýninguna og dagskrá safnsins má sjá á heimasíðu þess og samfélagsmiðlum.

FASTEIGNASALAN BÆR
www.fasteignasalan.is
Fagleg og persónuleg þjónusta

Við bjóðum velkominn til starfa Loft Erlingsson

sem er að ljúka námi til löggildingar fasteignasala nk. vor.

Loftur Erlingsson
S. 896 9565
loftur@fasteignasalan.is



Snorri Sigurfinnsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 864 8090
snorri@fasteignasalan.is



Hafsteinn Þorvaldsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 891 8891
hafsteinn@fasteignasalan.is

Það er líflegur fasteignamarkaðurinn á Suðurlandi.

Vantar allar gerðir eigna á söluskrá.



Snorri s. 864 8090
Hafsteinn s. 891 8891
Loftur s. 896 9565

Beitarhólf til leigu

Landgræðslan auglýsir til leigu tvö beitarhólf í nágrenni Gunnarsholts í Rangárþingi ytra. Leigu-verð er samkvæmt gjaldskrá Landgræðslunnar.

Umsóknir skal senda á reynir@land.is og er umsóknarfrestur til 7. febrúar næstkomandi.

Nánari upplýsingar veitir Reynir Þorsteinsson, í síma 892 1347 eða reynir@land.is.



Eldri borgarar á Selfossi

Farið verður í Borgarleikhúsið
sunnudaginn 10. febrúar á Ríkharð III.

Þáttökulisti liggur frammi í Grænumörk 5.

Upplýsingar veita:

Erla (899 8226 / 482 1479) og
Svala (846 8687 / 482 1974)

Kvíðafræðsla í grunnskólum Árborgar

Í samstarfi við grunnskólana í Árborg sótti skólajónusta Árborgar um styrk til Lýðheilsusjóðs til gerðar og flutnings fræðsluerindis um kvíða og annan tilfinningavanda fyrir nemendur í 7. til 10. bekk í öllum grunnskólum sveitarfélagsins. Mikil umræða hefur verið um vaxandi kvíða og vanlíðan hjá börnum og ungmennum og var verkefninu ætlað að bregðast við ákalli skólasamfélagsins eftir aukinni geðheilbrigðisfræðslu til nemenda, foreldra þeirra og starfsfólks skóla. Lucinda Árnadóttir, yfirsálfræðingur hjá skólajónustu Árborgar sá um fræðsluna sem fram fór nú á haustönn. Dagskráin hafði samband við Lucindu til að forvitnast um verkefnið.

Hvað var helst lögd áhersla á í fræðslunni? „Áhersla var lögd á umfjöllun um eðli og helstu einkenni kvíða. Hvernig áhyggjur geta haft áhrif á líðan og hvaða aðferðir geti dregið úr áhyggjum og bætt líðan. Fjallað var um hvernig þættir eins og ónægur svefn og óhöfleg skjánotkun geti haft neikvæð áhrif á líðan

en rannsóknir sýna tengsl milli aukinnar skjánotkunar, of lítillsvefns og kvíða- og vanlíðunar-einkenna hjá börnum og ungmennum.“

Hverjir fengu fræðslu? „Það voru nemendur í 7. til 10. bekk í öllum grunnskólum sveitarfélagsins og starfsfólk skóla fengu fræðslu á skólatíma. Fræðslan fór fram í hverjum bekk fyrir sig og þannig gafst nemendum tækifæri til að spyrja spurninga og taka umræðuna að erindi loknu. Foreldrum nemenda í hverjum skóla fyrir sig var síðan boðið á erindi að kvöldi dags þar sem fjallað var um þá fræðslu sem nemendur og starfsfólk skóla höfðu fengið um sama efni.“

Hvernig var þessu tekið af þeim sem hlutu fræðsluna? „Óhætt er að segja að fræðslunni hafi verið mjög vel tekið. Bæði nemendur og starfsfólk skóla tóku afar vel á móti mér. Nemendur voru áhugasamir og duglegir að spyrja spurninga um efni fræðslunnar. Margir hafa komið á framfæri ánægju sinni með framtakið bæði foreldrar og starfsfólk skóla, og allir á einu



Lucinda Árnadóttir, yfirsálfræðingur hjá skólajónustu Árborgar.

máli um mikilvægi þess að aukið verði við slíka fræðslu um geðheilbrigði í skólunum til nemenda og foreldra.

Verður verkefninu haldið áfram? „Skólajónustan hefur í samráði við skólastjórnendur ákveðið að verkefnið muni halda áfram. Ráðgert er að á hverju skólaári muni sálfræðingar skólajónustu veita 7. bekkjar nemendum í grunnskólum Árborgar og starfsfólki skóla fræðslu á skólatíma og foreldrum þeirra jafnframt boðið á erindi um sama efni.“ -gpp

Af hverju sagði úlfurinn Rauðhettu að fara inn í skógin? – Mikilvægi lesturs og samveru foreldra með börnum sínum

Á tæknöld eins og nú hafa orðið örar og miklar breytingar á stuttum tíma. Spjaldtölvur og snjallsímar eru til á mörgum heimilum og því getur reynst mun einfaldara að sækja sér afþreyingu en áður. Það sem áður stytta okkur stundir vill því oft gleymast eins og lestur, almennt spjall um daginn og veginn, spil og fleira sem reynir á samskipti okkar.

Orðaforði barns getur haft áhrif á hvernig mun ganga að læra að lesa

Fjöldi margar rannsóknir undanfarin ár hafa sýnt hvernig orðaforði barna getur haft áhrif á hvernig lestrarfærni þeirra verður. Barn sem á notalega stund með foreldri á hverjum degi þar sem ýmist er spjallað, lesið eða sungið mun að öllum líkindum eiga auðveldara með að læra að lesa en það barn sem ekki fær þessa gæðastund með foreldrum sínum. Frá tveggja ára aldri og til tveggja og hálfs árs margfaldast orðaforði barna yfirleitt. Orðaforðinn fer frá u.þ.b. 200–300 orðum upp í tæplega 600 orð. Þegar börn hafa svo náð þriggja ára aldri hefur orða-fjöldinn oft náð u.þ.b. 850 orðum. Börn milli tveggja og þriggja ára geta því verið að læra allt að 550 orð á einu ári. Börn læra ný orð með því að spyrja og því mikilvægt að veita spurningum þeirra athygli og grípa hvert tækifæri sem gefst til að spjalla, syngja eða annað sem eflir orðaforða og hljóðkerfisvitund barnsins. Það er hægt að gera hvar sem er, hvort sem það er við matarborðið, í bílnum, fyrir svefninn, í búðinni eða hvar sem er.

Helga Þórey Rúnarsdóttir,

deildarstjóri á
heilsuleiksskól-
anum Árbæ á
Selfossi.



Rúss-í-ba-ni

Hljóðkerfisvitund er hluti af málþroska og er tilfinning og næmni fyrir hljóðum og uppbyggingu tungumálsins. Til að vinna með hljóðkerfisvitund er hægt að gera ýmislegt sem hvorki þarf tæki eða tól og er ekki bundið við stað né stund.

Að ríma, klappa atkvæði (Í-þró-tta-ál-fur), segja orðin hægt og hlusta eftir hljóðum, setja orð saman eins og blóm og pottur=blómapottur, og hljóða orð=sss-óóó-lll, eru allt leiðir sem geta stutt við hljóðkerfisvitund barns.

Hvernig ætlar þú að hjálpa barninu þínu?

Ýmsar aðferðir við orðaforðakennslu eru til og misjafnt er hvað hentar hverju barni.

Orðaspjallaðferðin byggist á því að velja bók og eitt til tvö orð úr bókinni til að kenna. Þegar kemur að orðinu sem skal kenna í bókinni er það rætt lítillga, leikið með það og lestrinum svo haldið áfram. Þegar bókina er búin er orðið útskýrt enn betur, það rætt í öðru samhengi en í sögunni sjálfri og farið yfir merkingu orðsins. Gott er að velja orð sem eru ekki of einföld heldur til dæmis orð sem lýsa tilfinningum, líðan eða orð sem hægt er að túlka með leikrænni tjáningu.

Önnur aðferð sem foreldrar geta stuðst við til að hjálpa barni sínu að byggja upp orðaforða er þáttökulestur. Þáttökulestur og orðaspjallið passa vel saman en báðar aðferðir er hægt að nota hvar sem er, einungis þarf bókina sem á að lesa. Í þáttökulestri er gott að lesa sömu bókina oft, í minnst 10 mínútur á dag. Þáttökulestur byggist á því að a) hvetja barnið til þess að spyrja og spyrja það einnig – Dæmi: Hvað var Rauðhetta með í körfunni? Hvar sá Rauðhetta úlfinn? b) Gagnvirkur lestur-spyrja börnin spurninga á móti þeirra spurningum eða athugasemdum og c) breyta lesstíl eftir áherslu og þroska barns – Dæmi: Leika raddir. Ekki leggja áherslu á að læra litina í bókinni ef barnið kann þá nú þegar.

Lesum saman – spjöllum saman

Börn eru forvitin að eðlisfari og spyrja spurninga. Eins og kom fram í byrjun er gríðarlega mikilvægt að veita spurningum þeirra athygli. Börn vilja læra og leita stöðugt svara. Börn læra allsstaðar í umhverfinu og fer mikið nám fram í leik- og grunnskólum. Það sem þau læra þar jafnast þó aldrei á við gæðastund sem barnið á með mömmu eða pabba þar sem rætt er um daginn og veginn, helstu vini, hvað er skemmtilegt o.s.frv. eða lesin góð bók sem foreldri og barn velja saman. Til þess að barn geti seinna meir lesið sér til gagns og gamans þarf orðaforði þess að vera góður og þar eruð þið foreldrar helstu áhrifavaldar barnsins ykkar.

**HANDAVINNUSTUND
Í BÓKASAFNINU**

Kæra hannyrðafólk, hittumst fyrr en áður,
kl. 16 og eigum notalega stund saman.
Allir eru velkomnir, þrjónahópar
jafnt sem einstaklingar.
Hlökkum til að sjá ykkur!

24. JANÚAR KL. 16
BÓKASAFN ÁRBORGAR
SELFOSSI

SPARIBOLLADAGUR Á BÓKASAFNINU

Kaffiboð í tengslum við sýninguna "Kona á skjön - ævi og störf Guðrúnar frá Lundi" verður haldið sunnudaginn 27. janúar kl. 14:30 í Bókasafninu á Selfossi. Kristín S. Einarsdóttir og Marín G. Hrafnadóttir koma og kynna fyrir okkur sýninguna og verða með léttan og skemmtilegan spurningarleik úr bókum Guðrúnar. Við eigum ekki bolla í stíl við viðburðinn svo endilega komið með sparibollana ykkar og fáum okkur sopa saman.

Hlökkum til að sjá ykkur!

NÝ ÞJÓNUSTA Á SELFOSSI

RISAPRENTUN

A0 • A1 • A2 • VINNUTEIKNINGAR • PLAKÖT • LJÓSMYNDIR • RÚLLUSTANDAR



SÍMI 482 1944
SELFOS@PRENTMET.IS
EYRAVEGUR 25, SELFÖSS



HEILBRIGÐISSTOFNUN
SUÐURLANDS

Vilt þú taka þátt í eflingu bráðabjónustu í þinni heimabyggð?

Heilbrigðisstofnun Suðurlands leitar að liðsaka í sjúkraflutninga á starfssvæði stofnunarinnar í Rangárþingi, í Vík í Mýrdal og á Kirkjubæjarklaustri. Grunnþjálfun til starfsleyfis í sjúkraflutningum í boði af hálfu HSU.

Hæfniskröfur

- Starfsleyfi Embættis landlæknis í sjúkraflutningum, kostur.
- Grunnmenntun EMT-Basic, kostur.
- Neyðarflutningsnám, kostur.
- Meirapróf.
- Framúrskarandi hæfni í samskiptum.
- Frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Í Vík í Mýrdal og á Kirkjubæjarklaustri er bakvaktaskylda. Bakvaktir eru skipulagðar allan sólarhringinn, á hvorum stað fyrir sig.
- Í Rangárþingi er nú um að ræða bakvaktir frá kl. 19-07. Þar verða auglýstar stöður fyrir haustið 2019.
- Bakvaktir eru skipulagðar af varðstjóra í viðkomandi umdæmi.

Frekari upplýsingar um starfið

Tækifæri fyrir aðila sem hafa áhuga á að afla sér menntunar og/eða starfa við krefjandi verkefni í heilbrigðisþjónustu í heimabyggð. Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármálaráðherra og Landssamband slökkviliðs- og sjúkraflutningamanna hafa gert.

Umsókn skal skilað rafrænt á vef HSU - www.hsu.is - undir laus störf

Umsókninni þurfa að fylgja staðfestar upplýsingar um menntun, starfsleyfi og fyrri störf. Umsókninni þarf einnig að fylgja hreint sakavottorð. Öllum umsóknum verður svarað þegar tekin hefur verið ákvörðun um ráðningu.

Áhugasamir einstaklingar, án tillits til kyns, eru hvattir til að sækja um.

Umsóknir geta gilt í sex mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út, sbr. 2. gr. reglna nr. 464/1996, um auglýsingar á lausum störfum, með síðari breytingum.

Umsóknarfrestur er til og með 28.02.2019

Nánari upplýsingar veitir:

Cecilie B. H. Björgvinsdóttir, mannauðsstjóri HSU, cecilie.bjorgvinsdottir@hsu.is - 432-2002



FUNDIR

**KRABBAMEINSFÉLAG
ÁRNESSÝSLU**
Símatími alla virka daga
frá kl. 13:00 til kl. 16:00
sími 788 0300.

Al-Anon

Al-Anon fundir á þriðjudögum
kl. 20:30, Hrísholti 8, Selfossi.

Al-Anon

Al-Anon fundur - Einn dagur
í einu. Laugardagsmorgnum
kl. 10, Hrísholti 8, Selfossi.

AA

Mán. kl. 21 - AA fundur
Þrið. kl. 12:05 - AA fundur
Þrið. kl. 19 - AA konufundur
Mið. kl. 19:30 - AA fundur
Fim. kl. 20 - AA fundur
Fös. kl. 20:30 - AA fundur
Lau. kl. 21 - AA Opinn fundur
Sun. kl. 11 - AA fundur
Sun. kl. 21 - AA fundur
AA Hrísholti 8, Selfossi.
Nánari upplýsingar á aa.is.

CoDA

Bataleið frá meðvirkni
Fundir alla laugardaga
kl. 10:30.

Hrísholti 8, Selfossi.
Nánari upplýsingar á coda.is.

Leiðin út á þjóðveg

Fundir í Rauðakrosshúsinu
Hveragerði, efri hæð,
fimmtudaga kl. 20:30.

Geðræktarmiðstöðin

Batasetur Suðurlands
Opnunartími í vetur
miðvikudaga kl. 10-14
Kaffi Líf (við hliðina á Nettó)
föstudaga kl. 10-14
í Strókhúsinu

TAPAD/FUNDIÐ



Hanskar fundust við Háengi,
Selfossi. Hægt er að nálgast
þá hjá Prentmet á Selfossi.



Lyklar fundust á Tryggvagötu
á móts við Háengi, Selfossi.
Hægt er að nálgast þá hjá
Prentmet á Selfossi.

ÞJÓNUSTA

BR FLUTNINGAR

S: 662-1122
Daglegar ferðir
SELFOSS - REYKJAVÍK
SUÐURLAND

KJARNABÓKHALD

Bókhald • Framtöl • Skattskil
Launavinnslur • Ráðgjöf o.fl.

Austurvegur 6 - 800 Selfoss
Sími 482 3755 - kjarna@centrum.is

Ráð í rekstri !

ICECOOL

Bifreiða- og breytingaverkstæði
Gagnheiði 51, Selfossi
Sími 482 1361 - gunni@icecool.is

Hjá Maddy ehf.

Eyravegi 27 - 800 Selfoss
s. 482 3454 - maddy@maddy.is

Bókhald - ráðgjöf
skattskil

Þjónusta við
einstaklinga og
fyrirtæki

Persónuleg þjónusta

»DFS.IS
FRÉTTAVEFUR SUÐURLANDS

s. 482 1944
dfs@dfs.is



TIL LEIGU

Til leigu á Selfossi
Til leigu miðsvæðis á Selfossi
falleg og nýlega endurupp-
gerð íbúð á 2. hæð. Hún er
með tveimur rúmgóðum
svefnherbergjum, stofu, bað-
herbergi og eldhúsi. Nánari
upplýsingar í síma 825 5094.

BÍLAR

KIETTUR
Bifreiðaverkstæði

Sími 482 4012, Hrísmýri 3, Selfossi

Þjónustuskóðanir Heklu-bifreiða og
almennar bílaviðgerðir.
Hjólástillingar



Dekkja- og smurþjónusta
Sími 482 4069



Gagnheiði 11
800 Selfossi
Sími 482 2200
GSM 894 2277
Fax 482 2777

Yfirbyggingar - Réttingar
Bílamálun - Rúðuskipti

FUNDIR



Hvers vegna veggjöld?
þarf 3. orkupakkann?

Opinn fundur 24. janúar kl.
20:00 í Tryggvaskála á Selfossi.
Þingmennirnir Ari Trausti
Guðmundsson og Kolbeinn
Óttar Proppé ræða veggjöldin
og þriðja orkupakkann.
Tekið verður við spurningum
fundarmanna og hvetjum við
alla til að mæta og taka þátt í
lifandi þjóðmálaumræðu.

Vöflukaffi

Ellefta vöflu-
kaffi vetrar
verður haldið
næsta föstu-
dag 25. jan. að
Eyravegi 15 á
2. hæð, milli kl.
16 og 18. Gestur okkar
verður Þorsteinn Hjartarson
fræðslustjóri hjá sveitar-
félaginu Árborg. Allir vel-
komnir.



TIL SÖLU



Kia Cee'd World Cup Edition.
árg. 2014 ekinn 50 þ.km.
Sjálfskiptur, dísel, einkabíll,
einn eigandi. Uppl. hjá Bílasölu
Selfoss s. 480 4000 eða Ásgeiri
í s. 894 0123.



Kia Sportage árg. 2016. Ekinn
47 þ.km. 4WD, dísel, sjálfskiptur.
Negld vetrardekk. Einn eig-
andi. Ekki bílaleigubíll. Ásett
kr. 4.390.000,-. Nánari uppl.
hjá Bílasölu Selfoss í síma 480
4000 eða Ásgeiri í s. 894 0123.

KIRKJUR

Selfosskirkja

Messa kl. 11. Prestur sr. Ninna
Sif Svavarsdóttir, kór kirkjunnar
syngur, organisti Ester
Ólafsdóttir. Sunnudagaskóli á
sama tíma í umsjón Jóhönnu
Yrar og æskulýðsleiðtoga.
Súpa í safnaðarheimilinu að
messu lokinni.

Kvöldmessa kl. 20. Magnús
Þór Sigmundsson sér um tón-
listina, prestur sr. Ninna Sif.

Skálholtsdómkirkja

Barnasamkoma laugardag 26.
janúar kl. 11.00. Umsjón hefur
Bergþóra Ragnarsdóttir.

Messa sunnudag 27. janúar
kl. 11.00. Sr. Egill Hallgrímsson,
sóknarprestur, annast prests-
þjónustuna. Kór Óháða safn-
aðarins í Reykjavík syngur.
Organisti er Kristján Hrnar.

Aðventistar

Laugardaginn 26. janúar 2019 í
safnaðarheimili aðventista á
Eyravegi 67. Biblíurannsókn kl.
11 og guðspjónusta kl. 12.
Með ræðu verður Eric Guð-
mundsson. Verið velkomin.
Bænastund verður á mánu-
dagskvöldum kl. 20 að Hraun-
bæ 11, Hveragerði.

Kotstrandarkirkja

Verið hjartanlega velkomin til
guðspjónustu í Kotstrandar-
kirkju kl. 14 sunnudaginn 27.
janúar. Sr. Gunnar Jóhannes-
son þjónar fyrir altari. Kirkjukór
Hveragerðis- og Kotstrandar-
sóknar syngur undir stjórn
Örlygs Atla Guðmundssonar.

HEILSA

Energy Touch
- Nudd
- Heildræn
meðhöndlun



Áttund

Jákvæðar
hugsanir
breyta deginum



Ragnhildur
Sigurðardóttir
farsími
693 2197

Cand.mag. í íþróttatræðum,
nálastungur, yoga,
NLP-master/coach,
nuddmeistari,
Hugræn atferlismeðferð,
meta medicine.



Málefni sjúkraflutninga í Rangárþingi eystra

Eins og fram hefur komið
Estendur til að breyta fyr-
irkomulagi sjúkraflutninga í
Rangárvallasýslu frá og með 1.
febrúar nk. Breytingarnar munu
fela í sér að settar verða inn bak-
vaktir á nóttunni, frá klukkan
sjö á kvöldin til klukkan sjö á
morgnana, í stað staðbundinna
vakta í Rangárþingi. Þann 15.
janúar sl. var haldinn fundur um
málefnið þar sem sveitarstjórn
Rangárþings eystra og forsvars-
menn HSU fóru yfir málið.

Dagskráin hafði samband við
Anton Kára Halldórsson, svei-
tarstjóra Rangárþings eystra og
spurði hann út í fundinn. „Við
komum því á framfæri að við
værum mjög ósátt við þessa
skerðingu á þjónustunni, að
settar verði á bakvaktir. Það er
svo ljóst að það fékkst sérstakt
fjármagn frá ríkinu, og fæst enn,
til þess að fjármagna sjúkra-
flutninga í Rangárþingi, þannig
að það ættu að vera til peningar
fyrir þjónustunni. Á fundinum
kom fram að heildar kostnaður
við sjúkraflutninga á Selfossi og
Rangárþingsbílunum sé um 380
milljónir króna á síðasta ári, en
gert sé ráð fyrir 300 milljónum

í málaflokkinn. Þannig að skera
þurfi niður. Okkur þykir ekki
eðlilegt að það sé eingöngu gert
með því að draga úr þjónustu í
Rangárþingi, hvar þjónustan átti
að vera sérstaklega tryggð með
framlögum frá ríkinu. Þessar
ráðstafanir eru að okkar mati illa
undirbúnar og þá þykir okkur
undarlegt að hafa fyrst heyrt af
þessu máli í gegnum fjölmiðla.“

Er lausn í sjónmáli?

„Okkur fannst við koma sjón-
armiðum okkar á framfæri við
forsvarsfólk HSU og náum
vonandi að tryggja þjónustuna
áfram óskerta. Við ræddum
einnig flutninga á aðstöðu
sjúkrabíllanna frá Hvolsvelli
yfir á Hellu, sem enn og aftur
var án samráðs. Við komum
þeim sjónarmiðum á framfæri
að skynsamlegast væri að hafa
stöðina áfram á Hvolsvelli, en
við teljum það mjög mikilvægt
út frá viðbragði í austurátt og í
þéttbýlinu á Hvolsvelli. Þess-
ar áhyggjur tóku forsvarsmenn
HSU undir og eins og ég sagði
áðan þá vonandi leysist þetta
mál farsælega.“

-gpp

Lagnabjónustan ehf

Pípulagnir - Efnissala
482 2311 ☎ 696 2311
Skrifstofa Þjónustusími



Ferðamaðurinn og íslenska gestrisnin

„Ég er mjög hræddur um að Íslendingar fari að missa það orðspor að vera gestrisin þjóð“, sagði gamall reynslubolti í ferðapjónustu og atvinnulífi í sjónvarpsviðtali fyrir nokkru. Þessi orð eru mér mjög hugstæð vegna þess að þetta er nákvæmlega sú tilfinning sem ég hef. Því miður finnur maður fyrir því að sumt fólk er farið að láta ferðamannastrauminn fara í taugarnar á sér. Jafnvel fólk sem hefur sitt lífibrauð af túristanum. Einnig fólk sem lifir í þeim samfélögum sem eiga allt undir þessari atvinnugrein. Segja má að allt svæðið frá Markarfljóti að Höfn standi og falli með þjónustu við ferðamanninn. Dragist að ráði saman í þessu mun að sama skapi fjara undan þeim byggðarlögum sem eru á öllu þessu víðfedma svæði. Það er ákveðin skoðun mín að til að tryggja jákvæða upplifun ferðamannsins og þar með líkindi til að hann mæli með því við aðra að ferðast til Íslands þurfum við að fara varlega í ýmsu sem kann að virka fráhrindandi fyrir gestina okkar. Svolítið umburðarlyndi kostar ekkert. Maður heyrir æ fleiri sögur af sjálfskipuðum „löggu“, sem í skjóli einhverra óljósra reglna, eru að skipta sér af því, ef einhver leggur húsbíl eða öðrum faratækjum, annarsstaðar en á merktum tjaldsvæðum. Viljum við framfylgja því út í ystu æsar leggur það okkur þær skyldur á herðar að hafa opin tjaldsvæði allt árið um kring. Sumir vilja vera einir og út af fyrir sig, meðan lang flestir velja tjaldstæðin, sem eru vel sótt og þurfa ekki að

Þórir N. Kjartansson,

fyrirv. framkvæmdastjóri Víkurprjóns í Vík.



láta reka fólk til sín. Vinur minn, þýskur, var að koma til Íslands í sumar í þritugasta og annað skipti. Hann elskar landið og frelsið sem honum hefur fundist ríkja hér. En hann er einn af þeim sem ekki vill vera í fjölmenninu á tjaldsvæðunum heldur finna sér rólegan afskekktan stað og sofa þar í Land-Rovernum sínum. En nú var honum brugðið: Í fyrsta sinn hafði hann lent í því að einhverjir vegfarendur eða heimamenn höfðu komið og rekið hann í burtu af fyrirhuguðum næturstað. Hann var mjög sleginn og fannst hann finna fyrir því að vera ekki lengur velkominn á Íslandi. Bannskilti af ýmsum gerðum spretta upp og eru heldur ekki aðlaðandi. Það væri vel hægt að hafa þau frekar í formi leiðbeininga en boða og banna og myndu þannig hafa mun jákvæðari áhrif. Það verður alltaf til eitthvert eitt prósent af fjöldanum sem ekki kann mannaðið og munu aldrei geta lært þá. Við megum ekki setja alla undir sama hatt og miða gerðir okkar við þann þrönga hóp sem aldrei mun hvort sem er virða einhverjar reglur. Að maður tali nú ekki um alla „kúkaumræðuna“ sem er svo yfirdrifuð að sveitarstjórnafólk á Suðurlandi sá sig knúið til að setja þessa „dásamlegu“ máls-

grein inn í lögreglusamþykktir svæðisins.

„Ekki má ganga örna sinna eða kasta af sér þvagi á almanna-færi eða á lóð, land eða hífýli annars manns. Hver sem það gerir skal hreinsa upp eftir sig“ Ísland er líka dýrt land og þess vegna finnst mér mjög varasöm þróun sem lýsir sér í því að hvar sem á að stoppa til að skoða náttúruferlu eða fara á WC eru að spretta upp rukkunarhlíð og skúrar. Ekkert við það að athuga þó greiða þurfi fyrir klósett þar sem engin önnur þjónusta er. En er þörf á því fyrir stórfyrirtæki sem raka saman milljónum á dag frá ferðamanninum að tíma ekki að hleypa fólki á klósettið af hræðslu við að það versli ekki neitt? Að hvergi megi stoppa án þess að vera neyddur til að borga einhverja hundraðkalla hlýtur líka að virka fráhrindandi. Og eru þessir hundraðkallar þess virði að missa kannski viðskiptavildina sem menn hafa haft? Sumir vinir mínir eru á annarri skoðun og segja gjarna „en þetta er svona í öðrum löndum“. En þá má spyrja á móti af hverju Ísland er svona vinsælt af útlandum ferðamönnum? Vitað er að íslenska náttúran hefur mikið aðdráttarafl en getur ekki verið að hluti af upplifuninni sé það, að fólkinu finnist það vera ögn frjálsara hér en þar sem allir verða að haga sér eins og sauðkind í rétt? Gæti ekki stefnt í það að hér færu menn að hirða aurinn og henda krónunni? Viðskipti haldast nefnilega aldrei til lengdar nema bæði seljandinn og viðskiptavinurinn séu ánægðir.



Hrunamannahreppur Óskar
eftir tilboðum í:

„Flatir 2, seyrusvæði Aðstöðuhús - yfirbygging“

Verkið felst í að hanna, útvega og setja upp alla yfirbyggingu hússins, s.s. burðargrind, klæðningar á þak og vegg, hurðir, glugga og ristar í vegg væntanlegs ca. 880 m² vinnsluhúss sem fyrirhugað er að byggja á seyruvinnslusvæði sveitarfélagsins að Flötum 2 á Flúðum.

Verklok eru 31. október 2019

Helstu magntölur eru:

Burðarvirki húss	880 m ²
Þak og veggjaeiningar	1.770 m ²
Aksturshurðir	4 stk.
Gönguhurðir	4 stk.

Útboðsgögn verða afhent á rafrænu formi frá og með fimmtudaginn 24. janúar 2019. Þeir sem hyggjast gera tilboð í verkið skulu hafa samband við Guðmund Hjaltason á skrifstofu Eflu á Suðurlandi í síma 412 6900, eða með tölvupósti í netfangið utbod.sudurland@efla.is og gefa upp nafn, heimilisfang, síma og netfang og fá í kjölfarið útboðsgögnin send í tölvupósti.

Tilboðum skal skila til skrifstofu Hrunamannahrepps, Akurgerði 6, Flúðum fyrir **kl. 11.00 fimmtudaginn 21. febrúar 2019** og verða þau opnuð þar að viðstöddum þeim bjóðendum sem þess óska.

Hrunamannahreppur

Aukin og skilvirkari þjónusta á heilsugæslustöðinni á Selfossi með þverfaglegu samstarfi

Í byrjun febrúar 2019 mun Heilsugæslustöð Selfoss taka upp nýtt og betra fyrirkomulag fyrir skjólstæðinga sína. Tilgangurinn er að tryggja að erindi fái skjóta og örugga afgreiðslu. Mun biðtími eftir aðstoð stytast og munu flestir geta fengið samtalið við fagaðila samdægurs en í síðasta lagi næsta dag að morgni.

Þetta nýja fyrirkomulag byggist á teymisvinnu þar sem skjólstæðingur á sinn heimilis-lækni en tilheyrir teymi lækna og hjúkrunarfræðinga sem hjálpast að við að aðstoða þá sem hingað leita hratt og örugglega. Teymin verða Blá og Rauð og verða þá allir íbúar sem heyra undir heilsugæslustöðina á Selfossi í öðru hvoru teyminu.

Þegar hringt er inn og óskað eftir tíma hjá lækni mun hjúkrunarfræðingur hringja til baka og fara yfir tilefnið með skjólstæðingi stöðvarinnar. Sum erindi má leysa í gegnum síma eða hjá hjúkrunarfræðingi á heilsugæslustöðinni.



Þeir sem þurfa að hitta lækni fá tíma eftir að vandamálinu hefur verið forgangsraðað eftir alvarleika, það getur verið samdægurs eða seinna ef ekki liggur eins mikið á og verður þá hægt eftir atvikum að undirbúa það viðtal með því að panta t.d. viðeigandi rannsóknir. Með þessu móti teljum við okkur nýta betur þá breidd sem fagfólk okkar býr yfir til að leysa í sameiningu mál skjólstæðinga

heilsugæslustöðvar Selfoss. Langur biðtími mun þá heyra sögunni til ef tilefnið er aðkallandi og má ekki biða.

F.h. Heilbrigðisstofnunar Suðurlands

Unnur Þormóðsdóttir, hjúkrunarstjóri Heilsugæslustöðvar Selfoss

Arnar Þór Guðmundsson, yfirlæknir Heilsugæslustöðvar Selfoss



Sveitarfélagið
ÁRBORG

Opin fundur um viðburði og bæjarhátíðir í Sveitarfélaginu Árborg 2019

Íþrótt- og menningarnefnd Sveitarfélagsins Árborgar boðar til opins fundar um bæjarhátíðir og menningarviðburði í Árborg 2019.

Fundurinn verður haldinn í Ráðhúsi Árborgar, 3.hæð, **mánudaginn 28. janúar nk. kl. 18:00.**

Hátíðarhaldarar sem og aðrir áhugasamir eru hvattir til að mæta og ræða um bæjar- og menningarhátíðir sem haldnar eru í Sveitarfélaginu Árborg á árinu 2019. Bæjarhátíðir og aðrir viðburðir hafa tekist vel á undanförunum árum en á fundinum verður t.a.m. farið yfir aðstöðumál og má þar nefna breyttar aðstæður í Sigtúnsgarðinum á Selfossi sem hefur áhrif á einhverjar hátíðir.

Forsvarsmenn þeirra hátíða sem nú þegar eru fyrirhugaðar á árinu geta sent staðfestar dagsetningar á olafur.rafnar@arborg.is en sveitarfélagið er að vinna í viðburðadagatali fyrir árið 2019 sem gefið verður út í lok febrúarmánaðar.

Íþrótt- og menningarnefnd Sveitarfélagsins Árborgar



Kátir krakkar í Vallaskóla fá endurskinsvesti



Frá afhendingu endurskinsvestanna í Vallaskóla. Mynd: GPP

Forsvarsmenn Foreldrafélags Vallaskóla komu færandi hendi sl. þriðjudag og færðu öllum krökkum í 1. bekk Vallaskóla á Selfossi endurskinsvesti með nafni og merki skólans, að gjöf. Með í för voru fulltrúar frá lögreglunni á Suðurlandi sem fræddu börnin um mikilvægi þess að nota vestin.

Í tilkynningu frá Foreldrafélaginu segir: „Það er von okkar í stjórn Foreldrafélagsins að þessi vesti komi til með að nýtast nemendum vel nú í skammdeginu. Eins og lögreglan kom inn á í fræðslu sinni þá eru mun meiri líkur að börn sjáist í um-

ferðinni séu þau klædd í svona vesti. Einnig er vert að benda á að skólalóðin er á sumum stöðum talsvert dimm og umferð á morgnana mikil, sér í lagi fyrir utan deildina hjá yngstu börnun-

um við Tryggvagötu. Það mætti gjarna lagfæra það af hálfu sveitarfélagsins. Alltént er þetta skref að útvega vesti til að auka sýnileika liður í því að minnka hættu á slysum.“ -gpp



Fjármálastjórn, áætlanagerð og bókhald

Við veitum alhliða þjónustu og ráðgjöf við fjármálastjórn, áætlanagerð og bókhald. Mikil reynsla. Hafið endilega samband við okkur um frekari upplýsingar.

Hagbók ehf.
Eyravegi 37, 800 Selfoss

Símar: 480 3340 / 822 5020 / 899 9413
arnar@hagbok.is / hagbok@hagbok.is

FROST

KÆLIKERFI - FRYSTIKERFI
HÖNNUN - SALA - ÞJÓNUSTA
HÁHEIÐI 9, SELFOSSI - WWW.FROSTMARK.IS



• Uppsetn. og viðhald á kæli- og frystikerfum • Ísskápaviðgerðir • Almennar raflagnir



Norður-Nýjabæ | 851 Hellu | 566 6787
www.gkgluggar.is | gkgluggar@gkgluggar.is



veislur & veitingar
opióð alla daga

rauða húsið
restaurant Eyrarbakka

raudahusid.is
483-3330

Búðarstíg 4 • 820 Eyrarbakka
raudahusid@raudahusid.is

Rétting og málun

Vottað réttingaverkstæði
Cabas tjónaskoðun

Breiðumýri 1, Selfossi
☎ 480 8020

Josera.
super premium
gæludýrafóður

Fæst hjá
BYKO Selfossi



VÉLSMÍÐJA SUÐURLANDS ehf
Selfossi Gagnheiði 5 Sími: 482 1980

Efnissala
Rennismiði
Innréttingar
Járnsmiði

Gagnheiði 5, Selfossi
Sími 482 1980

Hjólbarðapjónusta Magnúsar
Gagnheiði 25 - Sími 482 2151



Hjólbarðar
Smurpionusta
Betri vörur - betra verð

Bílamerkingar
Strigaprentun
Fatamerkingar
Gluggafilmur
Límmiðar
Skiltagerð
Filmulausnir
og merkingar

Háheiði 6, Selfossi s: 833 2299
filmulausnir@filmulausnir.is f: Filmulausnir
Opíð mánudaga til föstudaga frá kl. 9 - 17



Bilverk BA

- þar sem fagmennirnir vinna
★★★★★ Vottað verkstæði
Gagnheiði 3 - Selfossi
Sími 482 2224 / 899 5424 - bilverkba.is

Slökkvitæki ehf
Hleðsla - Sala - Þjónusta
Austurvegi 52 - Selfossi
Sími 666 9990
Verslum við litla manninn

BÓNÆÐGAR
Gagnheiði 51- Selfossi
Símar 482 2327 - 848 2327
- Sækjum og skilum -

Sprettur ÁBURÐUR
Skeljungur
Lúðvík Bergmann, Viðskiptastjóri
GSM: 840 3009

LOFTNET NETSJÓNVARP
Þekking og reynsla
UPPSETNING OG VIÐGERÐIR
Loftnet - Gervihnattapjónusta
Ljósnet - Ljósleiðaratengingar
Tölvulagnir - Símalagnir
Bústaðir - Húsbílar
Loftnetstaekni.is
sími 894 2460 - Selfoss

SPEKT
Bókhaldspjónusta
Skattaráðgjöf
Reykjavík / Þorlákshöfn
Sími 587 7600 / 860 9900
spekt@spekt.is

Júlbíll
Siggaferðir
- Flutningapjónusta -
Selfoss - Reykjavík f.h. og e.h.
Reykjavík - Selfoss f.h. og e.h.
Reykjavík - Selfoss
Hella - Hvolsvöllur
Sími 772 6010

FYLGD
Útfararpjónusta
Gísli G. Guðmundsson Svanhildur Eiríksdóttir Elfar F. Sigurjónsson
Vistvænar íslenskar kistur, krossar og legsteinar
Sími 482 4300 • www.fylgd.is • fylgd@fylgd.is

Meirapróf hefst á Selfossi föstudaginn 1. mars
Þetta er helgarnámskeið. Upplýsingar og skráning hjá Þráni í síma 892 9594 eða í netfangið thrainn@okuskoli.is
Ökuskóli Suðurlands - Eyravegi 55, Selfossi - www.okuskoli.is