

Hafa lært íslensku af krafti í tæp tvö ár

Á hugasamar konur hafa lagt stund á íslenskunám hjá Fræðslunetinu sl. tvö ár á Hvolsvelli. Þær luku íslensku 4 þann 28. mars sl. og hafa þá lokið 240 kennslustundum í íslensku. Kennarinn þeirra allan tímann hefur verið Jaroslaw Dudziak, kennari og löggiltur skjalapýðandi. Hópurinn hefur sýnt og sannað að þeir sem stunda íslenskunám af kappi og taka a.m.k. eitt námskeið á önn ná oftast góðum árangri. Allar hafa þær nú náð nokkuð góðum tókum á íslensku og eru áhugasamar um frekara nám eins og kom fram þegar Eydís Katla náms- og starfsráðgjafi kom á útskriftina. Tilgangur heimsóknarinnar var að kynna hópnum ýmsa möguleika á frekari menntun og raunfærni.

Markmið næsta vetrar er að bjóða upp á námsleiðina „Íslensk menning og samfélag“ (áður Landnemaskóli). Námið er 106 klukkustunda langt og er tilgangur námsins að auðvelda fólki af erlendum uppruna aðlögun að íslenskum vinnumarkaði og samfélagi. Í náminu er lögð áhersla á íslenskt mál, menningu, samfélag og atvinnulíf ásamt því að byggja upp sjálfsstraust og samskiptafærni. Námið fer fram á íslensku



Hópurinn ásamt Jaroslaw Dudziak kennara og Eydís Kötlu Guðmundsdóttur náms- og starfsráðgjafa.

og hentar þeim sem eru komnir með nokkuð góða færni í málinu.

Hópurinn vill endilega hvetja Íslendinga til að tala íslensku við þá sem eru að læra og dreymir um að fá tækifæri til að æfa sig

markvisst í íslenskunni. Kom sú hugmynd m.a. fram að upplagt væri að óska eftir sjálfbóðaliðum til að koma í íslenskutíma til að spjalla við íslenskunemana. Hver veit nema slíkt verði að veruleika.



Almar Þór Þorgeirsson (t.h.) ásamt Örvari Arnarsyni.

Almar bakari opnar aftur á Selfossi

„Þetta var of spennandi til að gera ekki neitt. Staðsetningin er geggjuð,“ sagði Almar Þór Þorgeirsson bakari þegar hann var spurður út í áform um að opna aftur bakarí á Selfossi. Til stendur að Almar bakari opni um miðjan júní í nýju húsnæði

við Larsenstræti á Selfossi við hliðina á Bónus. „Planið er að vera með lítið bakarí á staðnum og bjóða upp á ákveðnar vörur auk alls þess úrvals sem við böku í Hveragerði. Þetta verður lifandi bakarí með sætum fyrir 40 manns,“ segir Almar. Ög



Gúndi kvaddur eftir 41 árs starf

Um síðustu mánaðamót lét Guðmundur Baldursson af störfum eftir 41 árs starf sem húsvörður í Vallaskóla. Gúndi, eins og hann er oftast kallaður, hóf störf við skólann vorið 1978. Af þessu tilefni var hann kvaddur með kaffisamsæti og honum

þökkuð góð og gifturrík störf allan þennan tíma. Jafnframt var honum óskað allra heilla í framtíðinni. Telja má víst að margir lesendur Dagskrárinnar hafi stundað grunnskólanám á Selfossi undir vökulum augum Gúnda. gó/ög



Mynd: karfan.is/Bára Dröfn.

Þórsarar unnu magnaðan sigur

Líð Þórs í Þorlákshöfn vann magnaðan sigur á Tindastóli í 8-liða úrslitakeppni karla í körfubolta sl. mánudagskvöld. Þórsarar skoruðu sigurkórðu leiksins á lokasekúndunum og unnu 93-94 og samanlagt 3-2 eftir að hafa lent 2-0 undir í einvíginu. Mótherjar Þórs í 4-liða úrslitunum verða Íslandsmeistarar KR. Fyrsti leikurinn verður í Frostaskjólínu 5. apríl nk. kl. 19:15. ög

Útgáfudagar um páskana

Um páskana kemur Dagskráin út þriðjudaginn 16. apríl og síðan þriðjudaginn 30. apríl. Skil á efni og auglýsingum í blaðið sem kemur út 16. apríl er fyrir hádegi föstudaginn 12. apríl. Skil á efni og auglýsingum í blaðið sem kemur út 30. apríl er fyrir hádegi föstudaginn 26. apríl.

Er gólfhitinn rétt stilltur?



Fáðu
fagmann
í verkið

PÍPULAGNIR
HELGA
Selfossi • Sími 699 1985 • 823 6656



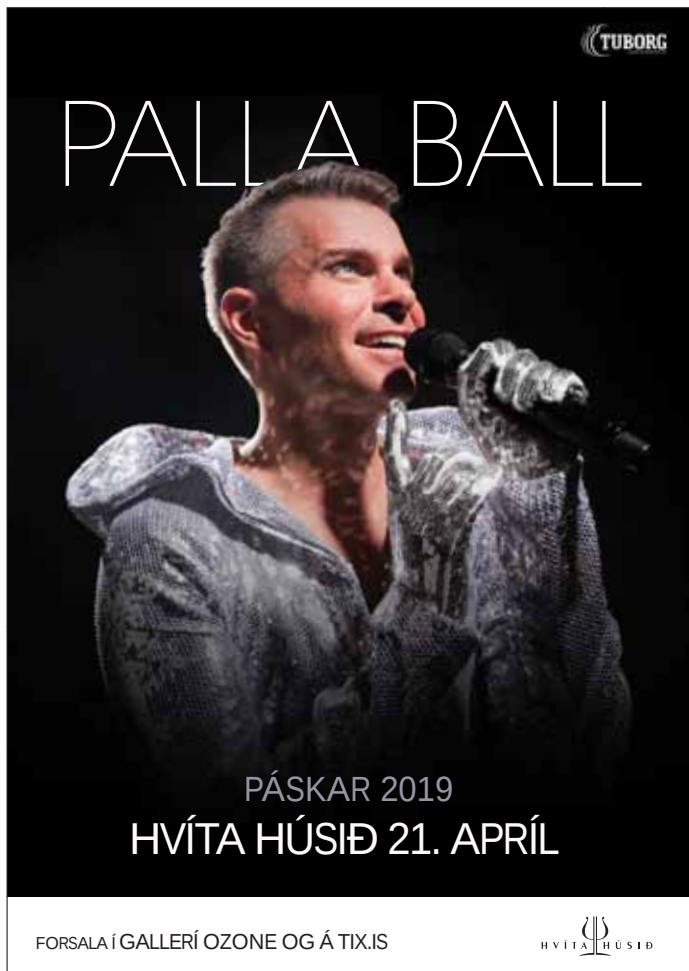
TOYOTA

ALWAYS A
BETTER WAY

HYBRID

Framúrskarandi þjónusta við Toyota eigendur á Suðurlandi.

Toyota Selfossi Fosnesi 14 Selfossi Sími: 480-8000 www.toyotaselfossi.is



PALLA BALL

PÁSKAR 2019
HVÍTA HÚSIÐ 21. APRÍL

FORSALA Í GALLERÍ OZONE OG Á TIX.IS



Gospelkór Lindakirkju.

Við þjónum

Lionshreyfingin var stofnuð fyrir meira en 100 árum og er í dag stærsta þjónustuhreyfing heimsins, starfar í 206 löndum með 1,4 milljón félaga og þetta árið stjórnað af Íslendingi, Guðrúnu Björt Yngvadóttur, alþjóðaförseta hreyfingarinnar.

Hreyfingin hefur sett sér ákveðin markmið og siðareglur til að starfa eftir og fjármagnar rekstur sinn með félagsgjöldum til að tryggja að allur ágóði af upptökum sem Lionshreyfingin stendur fyrir fari óskipt í þau verkefni sem unnið er að á hverjum tíma.

Lionsklúbbur Hveragerðis,

sem hefur starfað í 49 ár, stendur fyrir árlegu tónleikahaldi og að þessu sinni fimmtudaginn 11. apríl nk. þar sem Gospelkór Lindakirkju undir stjórn Óskars Einarssonar býður upp á það besta úr heimi gospeltónlistarinnar í Hveragerðiskirkju. Flestar fjáraflanir LKH fara til að þjóna íbúum Hveragerðis og nágrennis og varð að þessu sinni fyrir valinu að útvega án endurgjalds til þeirra sem þess þurfa svokallað Vefvarp sem Blindrafélagið hefur þróað fyrir sína félagsmenn en gagnast vel þeim sem hafa skerta sjón eða heyrn. Þetta verkefni Lionsklúbbsins er unnið í samvinnu við Félag eldri borgara í Hveragerði sem ætlar að

hjálpa með þarfagreiningu Vefvarpsins fyrir félagsmenn sína. Tilgangur þessa tækis er að sporna við því að fólk einangrist, því tækid auðveldar aðgang að fréttum og ýmissi afþreyingu s.s. hljóðbókum úr Hljóðbókasafni Íslands svo og greinar sem lesnar eru úr blöðum og að hlusta á texta með leiknu efni RÚV svo sem bíomýndum o.fl.

Fjáröflunartónleikar Lionsklúbbs Hveragerðis verða haldnir í Hveragerðiskirkju 11. apríl nk. kl. 20:00. Miðasala hafin í Shell-skálanum Hveragerði og er miðaverð 2.500 krónur. Einnig verða seldir miðar við innganginn tónleikadaginn þann 11. apríl þar sem posi verður til staðar. ÁBE.

Fræðslufundur um einhverfu og leiðir í skipulagðri kennslu með börnum og unglingum

Fræðslufundur um einhverfu og leiðir í skipulagðri kennslu með börnum og unglingum verður haldinn í Félagsheimilinu Þingborg fimmtudaginn 4. apríl nk. kl. 13:30–15:30.

Fyrirlesarar eru Hrafnhildur Karlsdóttir, kennsluráðgjafi og leik- og grunnskólakennari og Kolbrún Sigþórsdóttir, kennsluráðgjafi og grunnskólakennari.

A fundinum verður farið yfir einkenni einhverfu; einkenni í félagslegu samspili, einkenni í máli og tjáskiptum og sérkennilega áráttukenna hegðun. Einnig verður fjallað um erfiðleika í skynúrvinnslu hjá börnum og unglingum og hvernig hún getur komið fram í skólanum og verið hamlandi fyrir nemandann. Sú umfjöllun byggir m.a. á úmsögnum ungs fólks í bók Jarþrúðar Þórhallsdóttur „Önnur skynjun, ólík veröld – lífsreynsla fólks á einhverfurófi“, en það er viðtalsrannsókn sem kom út árið 2013.

Kynntar verða leiðir í skipulagðri kennslu fyrir börn á einhverfurófinu, bæði aðferðir sem henta einstökum nemendum en einnig leiðir sem virka um leið mjög vel fyrir alla nemendur deildar/bekkjara. Þá verður fjallað um mikilvægi þess að aðlaga kennsluumhverfi á leikskóladeild / í skólastofu og á öðrum svæðum í skólanum að þörfum barna á einhverfurófi en þær leiðir geta oftast hentað öðrum nemendum í skóla án aðgreiningar.

Fundurinn er öllum opin og aðgangur ókeypis. Skráning er á heimasíðu Skóla- og velferðarþjónustu Árnesþings, www.arnesthing.is.

Einkenni einhverfu geta komið fram á misjöfnum tíma á fyrstu

aldursárunum og birst á mismunandi hátt. Börn á einhverfurófi glíma við ákveðnar hömlur í félagslegum samskiptum og eiga því sum hver erfitt með að eignast vini. Barnið á yfirleitt erfitt með allar breytingar og að skipta úr einni athöfn í aðra t.d. að fara úr og í skóla og smávægilegar breytingar á umhverfi hafa veruleg áhrif á það. Það getur stundum verið erfitt að skilja þau sem hafa miklar hömlur í máli og tjáskiptum og áráttur geta truflað þau. Stundum er skynúrvinnsla þeim erfið og getur það haft þau áhrif að þau borða ekki ákveðnar matartegundir og eiga erfitt með að lesa í umhverfið sitt og jafnvel svipbrigði fólks. Eins og fyrr segir birtist einkenni á

ólíkan hátt og eru mismunandi hamlandi. Engir tveir einstaklingar á einhverfurófi eru eins. Mikilvægt er að kennarar og starfsfólk skóla þekki einkenni einhverfurófsins og geti unnið með nemendum á þeirra forsendum og hjálpað þeim að læra á sig sjálf og umhverfi sitt. Ef þekking á einhverfu er ekki fyrir hendi er einstaklingur á einhverfurófi fær ekki viðeigandi stuðning hefur það yfirleitt neikvæð áhrif á heilsu og lífsgæði.

Einhverfan getur líka verið styrkleiki ef nemandinn mætir skilningi og fær einstaklingsmiðaðan stuðning þar sem að hann er styrktur í að nýta hæfileika sína og sérkunnáttu til að ná árangri.

Útgáfudagar um páskana

Um páskana kemur Dagskráin út þriðjudaginn 16. apríl og þriðjudaginn 30. apríl. Skil á efni og auglýsingum í blaðið sem kemur út 16. apríl er fyrir hádegi **föstudaginn 12. apríl**. Skil í blaðið sem kemur út 30. apríl er fyrir hádegi **föstudaginn 26. apríl**.

Um endurmenntun atvinnubílstjóra

Á undanförunum misserum hafa atvinnubílstjórar sótt endurmenntun í samræmi við reglugerð þar að lútandi. Á dögunum bárust fréttir af tilmælum dómismálaráðuneytis til ríkislögreglustjóra um að ekki megi sekta atvinnubílstjóra (táktala 95 í öku-skírteini) sem ekki hefði lokið endurmenntun. Handhafa gildra



Guðni Sveinn Theodorsson, ökukennari

atvinnuréttinda samkvæmt ökuskrírteini eru því ekki sektaðir í atvinnuakstri. Hins vegar fást atvinnuréttindi ekki endurnýjuð nema að endurmenntun hafi verið sótt. Mjög mikilvægt er fyrir atvinnubílstjóra að fylgjast með gildistíma ökuréttinda sinna og endurnýja á réttum tíma. Nánari upplýsingar á okuland.is.

SUMAR 2019



Kæru félagsmenn FOSS

Mánudaginn 8. apríl verður opnað fyrir umsóknir á sumarhúsum og íbúðum FOSS fyrir sumarið 2019. Opnunin er punktastýrð.

Punktastýrð úthlutun fer eftir orlofspunktaeign félaga. Á hverju tímabili gildir reglan „fyrstur kemur fyrstur fær“.

Sumartímabilið er 9. júní – 11. ágúst.

Úthlutun opnar þessa daga:

8. apríl 400 – 1.000 punktar
10. apríl 250 – 1.000 punktar
12. apríl 150 – 1.000 punktar
14. apríl opnað fyrir alla félagsmenn óháð punktastöðu

Orlofsnefnd

Húsin sem eru í boði:

- Skógarsel
- Munaðarnes 13
- Akureyri
- Reykjavík 2 íbúðir
- Hólar í Hjalteadal
- Sólbrekka Árnesi

ÁLALÆKUR

Opið hús laugardaginn

18, 20, 22 og 28

6 apríl kl. 15:00-16:00



Íbúðirnar eru þriggja herbergja og eru frá **78,5** til **81,3 fm.**

Fjórar íbúðir eru í hverju húsi og eru allar íbúðir með sérinngangi.

Íbúðir efri hæða eru með 13,7 fm svölum og íbúðir neðri hæða eru með jafn stóran afnotarétt.

Íbúðirnar afhendast fullbúnar með parketi. Gólfhiti í öllum íbúðum.

Fyrstu íbúðir afhendast

í maí 2019. Verð frá

33.400.000kr - 33.900.000kr.



Kristján 696-1122
kristjan@fastlind.is
löggiltur fasteignasali



Stefán 892-9966
stefan@fastlind.is
löggiltur leigumiðlari

LIND
FASTEIGNASALA

Flóahlaupið um helgina

Flóahlaupið fer fram við Félagslund í Flóahreppi í 41. skipti þann 6. apríl næstkomandi. Flóahlaupið hefur verið haldið árlega frá árinu 1979 svo hlaupið fagnar 40 ára afmæli í ár. Flóahlaupið hefur breyst töluvert í gegnum tíðina en fyrstu árin hófst hlaupið og endaði á hlaðinu í Varsabæ en þegar hlaupið stækkaði þurfti að færa hlaupið að Félagslund. Í fyrsta hlaupinu voru tíu keppendur en flestir hafa keppendur verið á annað hundrad. Haldið hefur verið í þá hefð að bjóða upp á kökuhlaðborð að hlaupi loknu og verður enginn svikinn af því. Framkvæmdaaðili hlaupsins er Ungmennafélagið Þjótandi.

Hlaupið í ár verður sem fyrr segir haldið laugardaginn 6. apríl og hefst kl. 13:00 við Félagslund. Boðið verður upp á 3 km skemmtiskokk þar sem allir þátttakendur fá verðlaun fyr-



Við rásmarkið í Flóahlaupinu.

ir þátttöku auk þess sem keppt verður til verðlauna í eftirfarandi vegalengdum og flokkum: 3 km hlaupi pílta og stúlkna 14 ára og yngri, 5 km opnum flokki karla og kvenna og 10 km hlaupi kvenna 39 ára og yngri, 40-49 ára og 50 ára og eldri. 10 km hlaupi karla 39 ára og yngri, 40-49 ára, 50-59 ára, 60-69 ára og 70 ára eldri. Verðlaun eru veitt fyrir þrjá fyrstu í hverjum flokki auk þess sem allir fá verðlaun fyrir þátttöku.

Skráningargjald er 1.500 kr. fyrir 14 ára og yngri og 3.000 kr. fyrir 15 ára og eldri. Forskráning í hlaupið fer fram á hlaup.is gegn lægra gjaldi en einnig er hægt að skrá sig á staðnum. Ath. að greiða verður með peningum, enginn posi verður á staðnum. Innifalið í skráningargjaldinu er glæsilegt kaffihlaðborð að hætti Flóamanna að hlaupi loknu. Allir áhugasamir eru hvattir til að koma og taka þátt í þessu skemmtilega hlaupi um Flóann.

Rangæingar gera það gott á Íslandsmóti

Um helgina fór fram Íslandsmót unglunga í borðtennis. Mótið var haldið í KR-heimilinu í Frostaskjöldi en keppt var í einliða-, tvíliða- og tvenndarleik. Rangæingar fjölmenntu á mótið, en skráðir til leiks voru 28 iðkendur úr íþróttafélögum Dímon, Heklu og Garpi. Allir iðkendur stóðu sig vel og þó nokkrir komust á verðlaunapall.

Í tvenndarleik 13 ára og yngri urðu þau Steindór Orri Þorbergsson og Sylvía Sif Sigurðardóttir sem og Anton Óskar Ólafsson og Lisbeth Viðja Hjartardóttir í 3.-4. sæti. Í tvíliðaleik pílta, 13 ára og eldri, enduðu Steindór Orri og Anton Óskar sem og Sumarliði Erlendsson og Kristinn Már Sigurðarson í 3.-4. sæti. Í einliðaleik táta, 11 ára og yngri, varð Lisbeth Viðja



í 3.-4. sæti. Í einliðaleik hnokka, 11 ára og yngri, varð Steindór Orri í 2. sæti og Vikar Reyrr Víðisson í 3.-4. sæti. Í einliðaleik pílta, 12-13 ára, hafnaði Krist-

inn Már í 3.-4. sæti. Öll keppta þau fyrir íþróttafélagið Garp. Frábær árangur hjá öflugum hópi og greinilega mikil gróska í borðtennis í Rangárfingi.



Sunnlenski matgæðingurinn



Matgæðingur vikunnar er Jón Þór Jóhannsson.

Ég vil þakka Valgerði fyrir þessa áskorun um að vera matgæðingur vikunnar, ég verð eiginlega að skora á hana að bjóða mér í mat þar sem ég á bág með að trúa að hún geti eldað þetta allt sem hún var með í síðustu Dagskrá.

Eina sem ég get gert þokkalega í matreiðslu er að grilla og hef nokkuð gaman af því að prófa mig áfram í þeim efnum, ég notast nánast eingöngu nú orðið við kolagrill þar sem gaman er að prófa mismunandi tegundir af kolum og finna þetta auka bragð sem kolin gefa.

Ég grilla mikið af lambakjöti og mæli ég með að úrbeina lambalæri og marinera það, í marinerunguna nota ég:

Soyasósa, sirka 3 matskeiðar
Balsamik edik, sirka 1 desilíttra
Kjöt- og grillkrydd
Maldon salt
Púðursykur, 1 matskeið

Þessu blanda ég saman og læt kjötið liggja í því í nokkra klukkutíma.

Grillið er svo keyrt upp og kolin höfð öðru megin í grillinu, kjötið er svo sett á grillið þeim megin sem kolin eru ekki og látið ná ca. 60 gráðum, þá er



Jón Þór Jóhannsson.

kjötið fært yfir kolin; þá fáum við fallegar grillrendur.

Með þessu er gott að grilla lauk, papriku, brokkoli og kúrbít. Það grófsaxa ég og set á Weber-grænmetisbakka, þegar þetta er orðið vel grillað er gott að setja 3-4 matskeiðar af kjötmarinerungunni yfir og hafa í 1-2 mínútur áfram á grillinu.

Með þessu er svo nauðsynlegt af hafa kartöflur og góða sósu.

Það sem ég geri oftast eru grillkartöflur og sætar kartöflur skornar til helminga og þeim raðað á ofnplötu, smá olía og Maldon salt ofan á þær og hef þær í ofninum í klukkutíma á 200°C.

Ég kann ekki að gera sósar en hvítlaussósan úr Bónus klikkar ekki og gerir allan mat betri

Að sjálfsögðu er varla hægt að gera þetta á öðru en Weber-grillum.

Mig langar að skora á vinnufélaga minn, Lárus Kristín Guðmundsson, ég öfunda hann oft af því hvað hann kemur með gírnilegan mat í vinnuna.

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

Hamar sigraði Ægi í Suðurlandsslagnum

Sannkallaður Suðurlandsslagur var háður á gervigrasinu á Selfossi sl. laugardag þegar knattspyrnuhlíð Hamars og Ægis áttust við í snjókomunni.

Fyrri hálfleikur var slakur hjá Hamarsmönnum og fengu Ægir víti á 10. mínútu sem þeir misnotuðu. Ægismenn voru mun betri aðillinn í fyrri hálfleik og skoruðu um miðbik hálfleiksins. Staðan í hálfleik 1-0. Í hálfleik þjoppuðu

Hamarsmenn sér saman og mættu tvíefldir til leiks í þann seinni. Hamarsmenn jöfnuðu fljótlega eftir frábæra sókn. Sam Malson kom með fyrirgjöf sem endaði í varnarmanni Ægis og í netið. Hamar sótti hart að Ægismönnum og var staðan



Atli Þór Jónasson.

1-1 þangað til á 82. mínútu þegar Bjarki Rúnar sendi boltann inn fyrir vörn Ægismanna á Atla Þór Jónasson sem afgreiddi boltann ískaldur í netið með vinstri fæti í sínum þriðja meistaraflöksleik fyrir Hamar. Lítið gerðist eftir þetta og enduðu leikar 2-1 fyrir Hamar. Frábær karaktarsigur hjá Hamarsmönnum sem eiga einn leik eftir í riðlinum og eru á toppi riðilsins með fullt hús stiga.



Hagyrðingakvöld og dansleikur

að Hótel Smyrlabjörgum laugardaginn 13. apríl 2019. Borðhald hefst kl. 19 og hagyrðingar príla á pall kl. 21. Hagyrðingar eru Kristín Jónsdóttir, Snorri Aðalsteinsson, Ragnar Ingi Aðalsteinsson og Andrés Björnsson. Stjórnandi er séra Hjálmar Jónsson.

Fyrir dansi spila Hilmar og fuglarnir og líka Ekubandið.

Miðaverð á skemmtun og dansleik 3.000 kr.

Félag Harmonikuunnenda, Hornafirði.

DAGSKRÁIN
FRÉTTABLAÐ SUÐURLANDS

Útgefandi: Dagskráin, Eyravegí 25, 800 Selfoss, sími 482 1944, fax 482 2835, dagskrain@prentmet.is.
Ritstjórn: Örn Guðnason, sími 856 0672, orn@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, Eyravegí 25, Selfossi, fyrir hádegis á mánuðögum. 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

Úr heyi' og korni hnýtt er það,
hluti' af stærra verki það,
herrann finni herðir það,
og hreinlát dama brúkar það.

Svar við gátu í blaði 2492: **HRYGUR.**
1. lína: neitum - að neita bónorði er hryggbrot
4. lína Hamborgarhryggur

Betri framtíð fyrir fermingar- peninginn



Það sem hljómar eins og góð hugmynd í dag getur orðið vandræðaleg saga í framtíðinni. Þess vegna borgar sig að hugsa sig vel um og láta fermingarpeningana vaxa á Framtíðarreikningi eða í sjóði á meðan.

Ef þú leggur inn 30.000 kr. eða meira á Framtíðarreikning bætum við 6.000 kr. við. Það sama gerum við ef þú fjárfestir fyrir 30.000 kr. eða meira í sjóðum Stefnis. Þannig getur okkar framlag orðið allt að 12.000 kr.

Kynntu þér framtíðarheimili fermingarpeninganna.

Ráðstefna um hættur í bifreiðum með aðra eldsneytisgjafa en jarðefnaeldsneyti



Brunavarnir Árnæssýslu bí samstarfi við Mannvirkjastofnun munu þann 9. apríl nk. standa fyrir ráðstefnu um hættur í rafmagnsbílum og ökutækjum með aðra eldsneytisgjafa en hefðbundið jarðefnaeldsneyti. Þá verður einnig fjallað um eld og aðrar hættur í spennuvirkjum. Fyrirlesarar á ráðstefnunni koma úr ýmsum áttum. Aðal erindi ráðstefnunnar flytur

Frank Ástveit, aðalvarðstjóri hjá hjá slökkviliðinu í Bergen í Noregi. Það erindi fer fram á ensku og fjallar um hvernig bregðast skuli við eldi í bifreiðum með aðra eldsneytisgjafa en hefðbundið jarðefnaeldsneyti. Í kjölfarið mun Frank stjórna sýningu á slökkvistarfi í logandi bifreið með eldvarnarteppi. Aðrir fyrirlesarar á ráðstefnunni eru Lárus Kristinn Guðmundsson,

varðstjóri hjá BÁ, Aðalheiður Jacobsen, framkvæmdastjóri Netparta, Halldór Halldórsson, öryggisstjóri Landsnets og Reynir Guðjónsson, öryggisstjóri Orku náttúrunnar. Ráðstefnan er öllum opin. Miða má nálgast á midi.is fyrir 4. apríl nk. en innifalið í ráðstefnugjaldi er hádegisverðarhlaðborð og kaffiveitingar.



HEILSUHORN HSU

Val á fæðingarstað

Töluverðar breytingar hafa orðið á fæðingarhjálp á Íslandi síðustu áratugin. Fæðingastöðum hefur fækkað og þjónustustig breyst. Árið 2010 var sólarhrings-skurðstofuþjónusta hætt við Heilbrigðisstofnun Suðurlands (HSU) á Selfossi og á sama tíma breyttist þjónustustigið þar. Árið 2013 var svo sólarhringsþjónusta við fæðingadeild Vestmannaeyja hætt. Árið 2007 gerði Landlæknisembættið leiðbeiningar um val á fæðingastað og þar er fæðingastöðum á landinu skipt niður frá A til D.



Sigrún Kristjánsdóttir, yfirljós-móðir HSU.

A-fæðingastaður:

Landspítali Háskólasjúkrahús, sérhæfð deild fyrir áhættumæðravernd og áhættufæðingar. Vökudeild frá 22 vikum.

B-fæðingastaður:

Sjúkrahúsið á Akureyri, sérhæfð deild fyrir áhættumæðravernd og áhættufæðingar. Vökudeild frá 34 vikum.

C-fæðingastaður:

Akranes, Ísafjörður, Neskaupsstaður. Sólarhringsþjónusta á skurðstofu, milli-stærð af fæðingadeild.

D-fæðingastaður:

Selfoss, Vestmannaeyjar, Keflavík, heimafæðingar. Fæðingadeild á heilbrigðisstofnun þar sem konum í eðlilegri meðgöngu og fæðingu eiga þess kost að fæða. Ekki skurðstofuþjónusta. Heimafæðingar eru einnig flokkaðar sem D-fæðingastaður.

Á meðgöngunni er það hlutverk ljósmæðra að meta það hvort konur séu í eðlilegri meðgöngu eða hvort einhverjir áhættuþættir séu

til staðar og þá hvort það séu áhættuþættir sem hafa áhrif á það hvar kona megir fæða. Í leiðbeiningunum frá Landlækni þá eru helstu ástæður þess að konur eiga þess ekki kost að fæða á fæðingastað D (HSU) eftirfarandi: Langvarandi sjúkdómar, vaxtarseinkun barns, fæðing fyrir 37 vikna meðgöngu eða eftir 42 vikna meðgöngu, ef framkalla þarf fæðingu, ef kona hefur áður farið í keisarskurð eða ef blætt hefur óeðlilega í fyrri fæðingu.

Einnig getur þurft að flytja konu í fæðingu ef upp koma vandamál í fæðingunni og eru helstu ástæður þessar: Fósturstreita, óeðlileg blæðing, þörf á mænurótardeyfingu, hiti í fæðingu eða legvatn farið í meira en 24 tíma og sótt ekki góð.

Nýjustu rannsóknir hafa sýnt að konur sem eru í eðlilegri meðgöngu og fæðingu eru með betri/jafngóða útkomu úr fæðingum ef þær fæða á ljósmæðrarekinni einingu eða heima heldur en ef þær fæða á hátækisjúkrahúsi.

F.h. Heilbrigðisstofnunar Suðurlands, Sigrún Kristjánsdóttir, yfirljós-móðir HSU.

RADDIR

sunnlennskra ungmenna

Tónleikar í Selfosskirkju 7. apríl kl. 20:00

Unglingakór Selfosskirkju og Leiklistarnemar FSu



Stjórnendur
Eyrún
Jónasdóttir og
Guðfinna
Gunnarsdóttir

Aðgangseyrir kr. 2.000

Hljóðfæraleikarar
Alexander Freyr Olgeirsson, gítar
Eyrún Jónasdóttir, píanó
Samúel Guðmundsson, slagverk
Sigurgeir Skafti Flosason, bassi



Aðalfundarboð Skógræktarfélags Selfoss

Aðalfundur Skógræktarfélags Selfoss verður fimmtudaginn 11. apríl 2019 kl. 20:00 í sal Þjónustuskristofu stéttarfélaganna á Suðurlandi að Austurvegi 56, þriðju hæð.

Á dagskrá verða:

- venjuleg aðalfundarstörf
- fyrirlestur - rakin saga uppbyggingar í Hellisskógi í máli og myndum 1985-2019.

Allir eru velkomnir.



BÍLSTJÓRAR Í SUMARAFLEYSINGAR

Eimskip Flytjandi á Selfossi leitar að ábyrgum bílstjórum í sumar-afleysingar. Vinnutíminn er frá 08:00–17:00, alla virka daga. Viðkomandi þarf að hafa sveigjanleika til að vinna lengur ef þörf krefur.

MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR

- Meirapróf (C) er skilyrði
- Framúrskarandi þjónustulund og jákvæðni
- Hæfni í mannlegum samskiptum
- Almenn hreysti

Nánari upplýsingar um starfið veitir Helgi Sigurður Haraldsson, svæðisstjóri Eimskips Flytjanda á Selfossi í síma **525-7952** eða **hlh@eimskip.is**

Eingöngu er tekið við umsóknum í gegnum heimasíðu: **www.eimskip.is/starf** undir auglýsingunni: *Sumarstörf 2019*. Viðeigandi starfsstöð er valin í umsóknarferlinu.

Umsóknarfrestur er til og með 15. apríl 2019.
Hreint sakavottorð og 18 ára aldur er skilyrði fyrir ráðningu hjá Eimskip. Öllum umsóknum verður svarað og farið með þær sem trúnaðarmál.

Eimskip Flytjandi
Háheiði 8
800 Selfoss
eimskip.is



VIKTOR ÖRN
Bocuse d'Or
BRONS 2017

HINRIK ÖRN
Nordic Junior Chefs
SILFUR 2018

PÁSKA BORGARINN

— SHAMROCK —



140 G SÉRVALIÐ NAUTAKJÖT
BEIKON-LAUKSULTA
GULUR CHEDDAR OG MARIBO-OSTUR
SINNEPS-MÆJÓ · AGÚRKUSNEIÐAR
JÖKLASALAT · GRILLAÐUR, MARINERAÐUR
PORTOBELLO-SVEPPUR

SÉRÚTBÚIN BRAGÐLAUKAVEISLA SEM
VERÐLAUNAKOKKARNIR VIKTOR ÖRN OG
HINRIK ÖRN HAFU TÖFRAÐ FRAM.
SAMAN REKA ÞEIR LUX VEITINGAR.

GRILL 66

VIÐ ERUM Á OLÍS

GRILL66.IS



Ertu að leita að vinnu á Suðurlandi?

Ný störf auglýst í hverri viku!

www.dfs.is/atvinna/

Starfamessan á Selfossi verður haldin í Hamri/FSu 10. apríl. Foreldrar og aðrir áhugasamir eru velkomnir frá kl. 14-16.

til þess að kynna sér nám og störf í iðn-, verk- og tæknigreinum á Suðurlandi



STARFAMESSA

www.starfamessa.is // www.facebook.com/starfamessa



ÖLFUS



Vegna barnsburðarleyfis er 70% staða náms- og starfsráðgjafa við Grunnskólann í Þorlákshöfn laus fyrir skólaárið 2019-2020:

Í skólanum eru um 220 nemendur í 1. – 10. bekk og við hann starfar hæft og vel menntað starfsfólk. Einkunnarorð skólans eru: Vinátta, virðing og velgengni. Starfsfólk og nemendur skólans vinna að aukinni umhverfisvitund og minnkun matarsóunar. Sveitarfélagið Ölfus hefur sinnt skólamálum af miklum metnaði og er húsnæði skólans afar gott líkt og allur aðbúnaður. Gott samstarf er við leik- og tónlistarskóla á staðnum, en tónlistarskólinn er í húsnæði grunnskólans. Nánari upplýsingar má finna á heimasíðu skólans.

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Að vera trúnaðarmaður og talsmaður nemenda.
- Standa vörð um velferð allra nemenda og veita ráðgjöf varðandi nám, námstækni og námsvenjur.
- Stýra starfi eineltisteymis og halda námskeið fyrir nemendur um bætt samskipti í samvinnu við kennara.
- Sjá um náms- og starfsfræðslu í 10. bekk og ráðgjöf um tilfærslu milli skólastiga.
- Taka þátt í samstarfi innan og utan skólans.

Hæfniskröfur:

- Starfsréttindi sem náms- og starfsráðgjafi.
- Geta starfað sjálfstætt
- Hæfni í mannlegum samskiptum
- Jákvæðni og frumkvæði

Frekari upplýsingar um starfið

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og Kennarasambands Íslands (FG). Starfið hentar jafnt körlum sem konum. Um tímabundna ráðningu er að ræða fyrir næsta skólaár. Ráðið er í stöðuna frá og með 1. ágúst 2019. Umsóknarfrestur er til og með 10. apríl 2019 og skal umsóknum ásamt ferilskrá skilað rafrænt í gegnum heimasíðu sveitarfélagsins <https://www.olfus.is/is/moya/formbuilder/index/index/umsokn-um-starf>.

Nánari upplýsingar má nálgast hjá skólastjóra Ólínu Þorleifsdóttur, olina@olfus.is eða aðstoðarskólastjóra Jónínu Magnúsdóttur, jonina@olfus.is

Skólastjórnendur

Góð allt árið

Sumar húfur er gott að grípa allt árið og hér er uppskrift að einni slíkri sem hentar vel fyrir bæði dömur og herra.

Garnið er með tweed áferð sem er vinsælt þessa dagana, heitir Vilma og er frá Permin. Það er blanda af ull og viskos, 50 gr eru 120 metrar. Það fæst hjá okkur í 11 afar fallegum litum. Garnið hentar einnig vel í peysur, er mjúkt og gefur þétta og fallega áferð. Í húfunna fara tvær dokkur, ein í gráu og ein í gulu. Þrjónar nr. 4, 50 sm og sokkprjónar eða Addi trio.

Stærðir 53/54 – 56/57 – 59/60 sm.

Randomunstur, athugið að úrtakan hefst áður en því lýkur.

- 6 gráar umf, 1 gul umf
- 5 gráar umf, 2 gular umf
- 4 gráar umf, 3 gular umf
- 3 gráar umf, 4 gular umf
- 2 gráar umf, 5 gular umf
- 1 grá umf, 6 gular umf
- 2 gráar umf, 5 gular umf
- 3 gráar umf, 4 gular umf
- 4 gráar umf, 3 gular umf
- 5 gráar umf, 2 gular umf
- 6 gráar umf, 1 gul umf

Fitjið upp 102 – 108 – 114 l og tengið í hring. Þrjónið 4 umf sl og byrjið síðan á randomunstri.

Þegar húfan er orðin 19 sm frá uppfiti byrjar úrtaka (randomunstur heldur áfram).



Þrjónið 15 – 16 – 17 l og prj 2 l saman. Endurtakið út umferð. Þrjónið eina umf án úrtöku. Þrjónið 14 – 15 – 16 l og prj 2 l saman. Endurtakið út umferð. Þrjónið eina umf án úrtöku. Endurtakið þannig úrtökuna í annarri hverri umferð alls 12 sinnum. Þá eru eftir 30 – 36 – 42 l

Þrjónið saman 2 l samfleytt 2 umf.

Slítið frá og þræðið endann í gegnum lykkjurnar sem eftir eru, herðið að og gangið frá endunum.

Þvoið húfuna í mildu sápuvatni og leggið til þerris.

Til hamingju með dásamlega húfu!

Hönnun: Alda Sigurðardóttir



Hannyrðabúðin

Eyragævi 23, Selfossi // 555-1314



Slæmt GSM samband í neðri hluta Flóahrepps



Talsvert slitrótt og lélegt samband er fyrir GSM síma í neðri Flóahreppi eins og margir íbúar sveitarfélagsins kannast við. Bryndís Eva Óskarsdóttir, bóndi í Dalbæ í Flóahreppi, sagði í samtali við blaðið: „Það er afar lélegt samband hér niðurfrá. Það er til að mynda ekki samband hvar sem er í húsinu og það er enn verra í útihúsunum.

Þá er vert að benda á að það er ákveðið öryggisatriði fyrir okkur sem vinnum stundum ein að hafa þessa hluti í lagi. Það myndi breyta miklu fyrir okkur að sambandið yrði betra.“ Sveitarstjórn tók málið fyrir á fundi sínum í byrjun mánaðarins og bókaði áskorun til þeirra aðila sem sinna fjarskiptapjónustu á svæðinu að vinna að uppfærslu á þeim sendum sem eiga að þjónusta svæðið þannig að GSM samband verði ásættanlegt. „Ég sendi bókunina á öll stærri fjarskiptafyrirtækin sem sinna þessari þjónustu ásamt því að senda afrit af öllum erindunum á Almannavarnir á Suðurlandi. Það er mikilvægt öryggisatriði, bæði fyrir íbúa og ferðamenn, að sambandið sé viðunandi, sem það er ekki í dag. Við vonumst til að fjarskiptafyrirtækin bregðist hratt og örugglega við þessari áskorun, sagði Eydis Þ. Indriðadóttir, sveitarstjóri í Flóahreppi í samtali við Dagskrána“ -gpp

Dagsferð FEBH til Reykjavíkur

Félag eldri borgara í Hveragerði stendur fyrir dagsferð til Reykjavíkur föstudaginn 5. apríl næstkomandi. Farið verður með rútu frá Þorlákssetri kl. 13:00. Leiðsögn verður með Stefáni Pálssyni sagnfræðingi. Hann fræðir fólk á sinn einstaka og skemmtilega hátt um þær breytingar sem orðið hafa á lífæð borgarinnar. Höfnin og Grandinn verða skoðuð í 1 til 1 1/2 klst. Einnig verður Nýja Sjóminjasafnið skoðað og síðan hressing. Verð er aðeins 4.000 kr. Greiða þarf í Arion banka inn á reikning nr. 52. Þátttökulisti er í Þorlákssetri og þarf fólk að skrá sig sem fyrst. Einnig má skrá sig hjá Kristínu í síma 860 3884 og Fjólu í síma 659 5415 sem fyrst. Ferðanefndin.

Ný Sóknaráætlun Suðurlands 2020 til 2024

Tökum öll þátt í að móta stefnur landshlutans fram til ársins 2024

Nú er fyrsta tímabili Sóknaráætlunar Suðurlands að ljúka, 2015 til 2019. Verkefnið um sóknaráætlun hefur þróast mikið á tímabilinu, bæði hjá Samtökum sunnleuskra sveitarfélaga (SASS) sem og hjá ríki. Það má segja að tilraunaverkefninu um sóknaráætlunir landshluta sé hér með að ljúka og við taki nýtt tímabil þar sem við mörkum okkur nýja stefnu til framtíðar og byggjum á reynslu fyrra tímabils.

Sóknaráætlun Suðurlands 2015-2019 hefur skilað 68 fjármögnum verkefnum eða aðgerðum fyrir um 240 mkr. sem snerta byggðamál og byggðapróun í landshlutanum. Jafnframt hefur verið úthlutað úr Uppbyggingarsjóði Suðurlands, sem er hluti af Sóknaráætlun Suðurlands, fyrir um 70 til 90 mkr. árlega yfir tímabilið. Auk þess hefur stefnumörkun Sóknaráætlunar Suðurlands haft áhrif á störf SASS á sviði byggðapróunar, s.s. í gegnum áherslur Uppbyggingarsjóðs Suðurlands, í atvinnuþróun og ráðgjöf á vegum SASS og með einstökum verkefnum.

Með lagasetningu um sóknaráætlunir frá árinu 2015 og Byggðaaætlun 2018 til 2024, hafa jafnframt verið stigin skref í þróun stefnumörkunar sem fylgt er nú eftir með fjármögnum aðgerðum. Meðan Byggðaaætlun tekur til landsins alls eru sóknaráætlunir landshluta ein-

Þórður Freyr Sigurðsson
Sviðsstjóri Þróunar- sviðs SASS og verkefnastjóri Sóknaráætlunar Suðurlands



skorðaðar við sérstöðu hvers landshluta fyrir sig, með sértækum verkefnum og á ákveðnum málafnasviðum.

Sóknaráætlun Suðurlands 2020 til 2024 mun amk. innihalda eftirfarandi stefnur:

- Menningarstefna Suðurlands
- Atvinnu- og nýsköpunarstefna Suðurlands
- Umhverfis- og auðlinda- stefna Suðurlands

Ef ofangreind málefni höfða til þín viljum við taka vel á móti þér á íbúafundi þar sem grunnur verður lagður að stefnum í málaflokkunum. Svo stefnur okkar verði raunhæfar og tali okkar máli, þurfa íbúar að koma að mótn þeirra. Þegar hafa verið haldnir sjö íbúafundir um umhverfis- og auðlindamál á Suðurlandi með þátttöku um 200 íbúa. Íbúafundir um atvinnumál, nýsköpun og menningarmál verða nú haldnir í þessum mánuði um allan landshlutann.

Það er markmið okkar að þátttaka verði góð svo áhrif og áherslur íbúa komist til skila inn í nýja Sóknaráætlun Suðurlands 2020 til 2024. Með von um góða þátttöku og gott samstarf.

KK ásamt föruneysi á ferð um Suðurland

Tónlistarmaðurinn KK sækir Sunnlendinga heim næstu vikurnar ásamt sérlega fríðu föruneysi skipað stórkostlegum tónlistarmönnum. Þetta er í fyrsta sinn í langan tíma sem KK ferðast um landið ásamt hljómsveit og er það honum mikið tilhlökkunarefni þar sem hann getur þá flutt mörg af þeim lögum sem henta ekki svo vel þegar hann er einn með gítarinn. Fyrst heimsótti hann Þor-

lákshöfn og Vestmannaeyjar, en næstu viðkomustaðirnir á Suðurlandi eru Midgard á Hvolsvelli 4. apríl og Skyrgerðin í Hveragerði 6. apríl.

Föruneysi KK skipa þeir Eyþór Gunnarsson, sem spilar á hljómborð, Guðmundur Pétursson á gítara, Kristinn Snær Agnarsson á trommur og Sölvi Kristjánsson á bassu. Sá síðastnefndi er einmitt sonur KK.

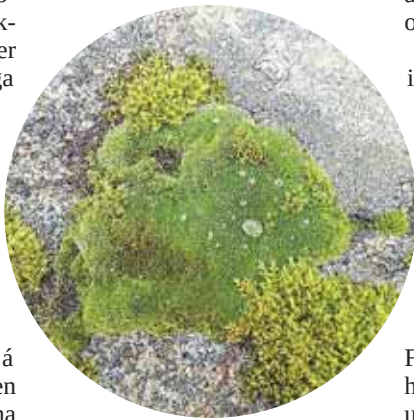


Samstarfsverkefnið GróLind

Árið 2017 hófst samstarfsverkefni Landssamtaka sauðfjárbænda, Landgræðslunnar, atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneytisins og Bændasamtaka Íslands um að vakta og meta ástand gróður- og jarðvegsauðlinda landsins. Verkefnið fékk nafnið GróLind og er markmið þess að gera reglulega heildarmat á ástandi gróður- og jarðvegsauðlinda landsins og þróa sjálfbærnisvísu fyrir nýtingu auðlindanna. Þekking á ástandi gróður- og jarðvegsauðlindanna og skilningur á því hvaða þættir hafa áhrif á ástandið er forsenda fyrir ábyrgri nýtingu.

Umsjón verkefnisins er á höndum Landgræðslunnar en einnig er starfandi fimm manna faghópur undir forystu Landssamtaka sauðfjárbænda sem tryggir að fagleg vinnubrögð séu stunduð í hvítetna. Verkefnið er fjármagnað til 10 ára í gegnum búvörusamningana. Á fyrstu tveimur árum verkefnisins hefur verið unnið að þró-

un þess m.a. að ákvarða hvaða vistkerfisþætti skulu vakta, þróa ástandsmat á auðlindunum og byggja upp samstarfsnet verkefnisins. Einnig hefur verið unnið að kortlagningu



beitilanda á landsvísu og atferli sauðfjár á afréttum kannað með staðsetningartækjum.

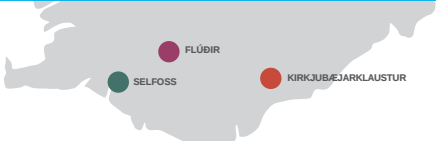
Grunnurinn að því að GróLind verði árangursríkt verkefni er gott samstarf við alla hagsmunaaðila, m.a. bændur og aðra

landnotendur, fjallskilaneindir, sveitarfélög, háskóla, opinberar stofnanir og fyrirtæki. Með góðu samstarfi er tryggt að verkefnið nýtist sem best til að bæta landnotkun; það sé byggt á traustum vísindalegum grunni og unnið á skilvirkum hátt.

Nú á vormánuðum eru haldnir kynningar- og samráðsfundar um GróLind um land allt. Á fundunum er verkefnið kynnt og kallað eftir hugmyndum og athugasemdum um framkvæmd þess og þróun.

Búið er að funda á Vesturlandi og hluta Vestfjarða, Norðvesturlandi, Skaftafells-sýslum og Rangárvallasýslu. Fundur fyrir Árnessýslu verður haldinn á Brautarholti á Skeiðum þann 8. apríl. Vonast starfsfólk Landgræðslunnar að fólk sjái sér fært að mæta, fræðist og taki þátt í þróun verkefnisins.

Nánari upplýsingar um verkefnið má finna á www.grolind.is. Þangað er einnig hægt að senda fyrirspurnir eða athugasemdir um verkefnið.



OPINN ÍBÚAFUNDUR UM ATVINNU- OG MENNINGARMÁL

Í tengslum við mótn Sóknaráætlunar Suðurlands 2020-2024

9. APRÍL SELFOSS Atvinnumál kl: 12:00-14:00 Súpufundur Menningarmál kl: 16:00-18:00 Kaffi hressing Staðsetning: Tryggvaskáli	10. APRÍL KIRKJUBÆJAR-KLAUSTUR Atvinnu- og menningarmál kl: 15:00-18:00 Kaffi hressing Staðsetning: Félagsheimilið Kirkjuhvoli	11. APRÍL FLÚÐIR Atvinnumál kl: 14:00-16:00 Kaffi hressing Menningarmál kl: 16:30-18:30 Kaffi hressing Staðsetning: Félagsheimilið Flúðum
--	---	---

Frekari upplýsingar um íbúafundina má sjá á heimasíðu Samtaka sunnleuskra sveitarfélaga **sass.is**





FERMINGARGJÖFIN FÆST Í VAX









AUSTURVEGI 21 - SELFOSSI

Íþróttir

Efni sendist á: selfoss@prentmet.is

Deildarmeistarar í 4. flokki



HANDBOLTI Lið Selfoss á eldra ári í 4. flokki karla fengu um helgina afhent sigurlaun fyrir deildarmeistaratitil í 2. deild, en þeir unnu deildina nokkuð sannfærandi og tryggðu sér þar með sæti í úrslita-keppninni þar sem þeir mæta A-liði Selfoss sem varð í öðru sæti í 1. deild. Þetta sýnir hversu mikla breidd Selfoss er með, en ekkert annað lið á tvö lið í úrslitum. B-lið Selfoss var með A-liði margra annarra félaga í deildinni. Strákarnir á yngra árinu tryggðu sér á dögum fjórða sætið í 1. deild Íslandsmótsins en þeir komust að auki í undanúrslit í bikarkeppninni. 4. flokkur karla er mjög fjölmennur en 25 strákar æfa þar að staðaldrí, fleiri en í nokkru öðru félagi á landinu.

esó/gj



Guðjón Baldur kom sterkur inn í lið Selfyssinga. Ljósmynd: Umf. Selfoss/JÁE.



Perla Ruth var mögnuð gegn Stjörnunni með níu mörk í níu skotum. Ljósmynd: UMFS/JÁE.

Tvöfaldur sigur hjá Selfyssingum

HANDBOLTI Meistaraflokkar karla og kvenna gerðu góða ferð yfir Hellsheiðina á laugardag og sóttu fjögur stig í Olísdeildinni. Með dyggum stuðningi fjölda Selfyssinga unnu stelpurnar sannfærandi fimm marka sigur á Stjörnunni og strákarnir góðan tveggja marka sigur á Fram.

Glæsilegt í Garðabænum

Stelpurnar byrjuðu leikinn gegn Stjörnunni af krafti og náðu fljótt fjögurra marka forystu, munurinn varð mestur fimm mörk í fyrri hálfleik, 7-12. Þá kom góður kafli hjá Stjörnunum sem leiddu í hálfleik 16-15. Selfoss jafnaði strax í upphafi seinni hálfleiks í 18-18 og eftir það var jafnt á öllum tölum þar til Selfoss náði að slíta sig frá Stjörnunni um miðjan seinni hálfleik. Í kjölfarið lokuðu stelpurnar leiknum með stæl og unnu að lokum með 5 mörkum, 27-32.

Mörk Selfoss: Perla Ruth 9, Hrafnhildur Hanna 8, Katla María 7, Harpa Sólveig 3/2, Carmen 2, Rakel, Sarah og Tinna Sigurrós eitt mark hver. Katrín Ósk varði 15 skot (36%).

Stelpurnar eru í botnsæti deildarinnar og geta því miður ekki bjargað sér þaðan. Í gær léku þær gegn HK í Digranesi seinasta leik sinn að sinni í deildinni.

Sætt í Safamýrinni

Strákarnir okkar byrjuðu leikinn gegn Fram af krafti og komust í 1-3. Framarar náðu að jafna og komast mest þremur mörkum yfir 11-8. Selfoss fínstílti sinn leik, náði yfirhöndinni og leiddi í hálfleik 15-18. Selfoss hafði yfirhöndina í seinni hálfleik og hélt Frömum einu til þremur mörkum frá sér. Selfyssingar stóðust þó öll áhlaup heimamanna, vörðu stigin tvö og lokatölur urðu 29-31.

Mörk Selfoss: Haukur 7/1, Elvar Örn 6, Árni Steinn og Hergeir 5, Guðjón Baldur og Atli Ævar 3 og Nökkvi Dan 2. Varin skot: Sölvi 11 (38%) og Pawel 1 (10%).

Strákarnir eru í öðru sæti Olísdeildarinnar, þremur stigum á eftir Haukum og eiga leik gegn botnliði Gróttu í Hleðsluhöllinni í kvöld, miðvikudag 3. apríl kl. 19:40.

esó/gj



Alexander hefur spilað 100 leiki fyrir Selfoss. Mynd: UMFS/ÁÐ.

Alexander framlengir við Selfoss

HANDBOLTI Örvhenti hornamaðurinn Alexander Mór Egan hefur framlengt samning sinn við handknattleiksdeild Selfoss.

Alexander Mór er uppallinn Selfyssingur og spilaði sinn 100.

leik fyrir félagið nú um daginn. Deildin er ánægð með að Alexander skuli framlengja við félagið og verður hann áfram einn af lykilmonnum liðsins.

esó

Aðalfundur Ungmennafélags Selfoss

Aðalfundur Ungmennafélags Selfoss árið 2019 verður haldinn í félagsheimilinu Tíbrá fimmtudaginn 4. apríl kl. 20:00.

Alls á 51 fulltrúi seturétt á aðalfundinum en hann fer með æðsta vald í málefnum félagsins. Fyrir fundinn verður lögð árs-

skýrsla félagsins, ársreikningar og fjárhagsáætlun næsta árs.

A fundinum verður félagi ársins heiðraður sem og deild ársins. Þá verða veittar heiðursviðurkenningar til góðra félaga sem hafa unnið félaginu vel. Allir eru velkomnir meðan húsrúm leyfir.



Það er þéttsetið í Tíbrá þegar aðalfundir félagsins fara fram. Ljósmynd: Umf. Selfoss/Gissur

Áslaug Dóra með U17 landsliðinu á Ítalíu

KNATTSPYRNA Selfyssingurinn Áslaug Dóra Sigurbjörnsdóttir var í landsliðshópi U17 kvenna sem lék í milliriðli í undankeppni Evrópumótsins 2019 í Montecatini Terme á Ítalíu dagana 19.-28. mars.

Ísland vann fyrsta leik sinn í riðlinum gegn Ítalíu 2-1 en tapaði næstu leikjum 0-2 á móti Danmörku og 0-1 gegn Slóveníu. Áslaug Dóra stóð fyrir sínu, var í byrjunarliðinu í fyrstu tveimur leikjunum og kom inn á sem varamaður í loka-leiknum.

Ísland endaði í þriðja sæti riðilsins en Danmörk fer áfram í lokakeppni EM sem verður haldin í Búlgaríu í sumar.



Áslaug Dóra (nr. 6) fyrir leik liðsins gegn Danmörku. Ljósmynd: KSÍ



Stelpurnar á yngra ári í 5. flokki unnu alla sína leiki

HANDBOLTI Stelpurnar í Selfoss 2 á yngra ári í 5. flokki gerðu sér lítið fyrir og unnu alla sína leiki á Íslandsmóti sem fram fór í Grafarvogi fyrir rúmri viku. Með því tryggðu þær sér sigur í þriðju deildinni. Glæsilegur árangur hjá stelpunum.

Ljósmynd frá foreldrum Umf. Selfoss.

Fimm leikmenn frá Selfossi í landsliðshópnum

HANDBOLTI Þeir Elvar Örn Jónsson, Haukur Þrastarson, Teitur Örn Einarsson, Ómar Ingi Magnússon og Bjarki Már Elísson verða allir í landsliðshópi Íslands sem mætir Norður-Makedóníu nú í apríl.

Fyrri leikurinn verður í Laugardalshöll þann 10. apríl en seinni ytra þann 14. apríl. Íslendingar hafa unnið báða leiki sína í undankeppninni, gegn Grikkjum og Tyrkjum, og eru efstir í riðlinum með 4 stig. N-Makedóníumenn og Grikkir hafa 2 og Tyrkir eru án stiga á botni riðilsins.

Hópin er í heild sinni má finna á vefsíðu Umf. Selfoss, www.selfoss.net.



Elvar Örn, Teitur Örn, Ómar Ingi og Haukur á HM í Þýskalandi í janúar. Ljósmynd: HSÍ

Jana Lind glímudrottning Íslands í fyrsta sinn

GLÍMA Jana Lind Ellertsdóttir, sem keppir með glímuliði HSK, sigraði í kvennaflokki Íslandsglímunnar 2019 í fyrsta sinn á sínum ferli, en keppnin fór fram í íþróttahúsinu við Strandgötu í Hafnarfirði 23. mars sl.

Jana Lind sigraði Marín Laufeyju Davíðsdóttur í úrslitaglímu en þær voru báðar með 3,5 vinninga eftir glímur dagsins. Jana Lind hlaut því Freyju-menið í fyrsta skipti. HSK keppendur urðu í tveimur efstu sætum, en Marín Laufey fékk silfrið.

Fegurðarglímuverðlaun kvenna, Rósina, hlaut Marín Laufey Davíðsdóttir í sjötta sinn en hún hefur keppt sex sinnum í Íslandsglímu kvenna og alltaf hlotið fegurðarverðlaun.

Enginn karl keppti undir merkjum HSK á mótinu en Ásmundur Hálfðán Ásmundsson, UÍA, varð glímukóngur Íslands í fjórða sinn.



F.v.: Marín Laufey Davíðsdóttir, Jana Lind Ellertsdóttir glímudrottning Íslands og Marta Lovísa Kjartansdóttir UÍA sem varð í þriðja sæti.

Guðmunda endurkjörin formaður Frjálsíþróttaráðs HSK

FRJÁLSAR ÍÞRÓTTIR Aðalfundur Frjálsíþróttaráðs HSK var haldinn í Selinu 26. mars sl. og mættu fulltrúar frá sex aðildarfélögum ráðsins á fundinn.

Skýrsla stjórnar var lesin af Guðmundu formanni og Engilbert fór yfir reikninga ráðsins. Samkvæmt þeim var hagnaður um 2.674 kr. en markmiðið var að hagnaður yrði eins nálægt núlli og hægt yrði.

Fjárhagsáætlun ráðsins var samþykkt og þá var samþykkt tillaga um skiptingu hagnaðar á MÍ 15–22 ára sem fram fer á Selfossvelli 15.–16. júní. 5% fer til frjálsíþróttaráðs og 95% til þeirra félaga sem útvega starfsmenn á mótið og verður hagnaðinum deilt út miðað við vinnuframlag.

Á fundinum var rætt um mótahald sumarsins á vegum frjálsíþróttaráðs HSK. Stefnt er að því að halda héraðsleika og aldursflokkamót fyrir 14 ára og yngri í Þorlákshöfn um sjómannadagshelgina í byrjun júní. HSK mun



Rætt var um að halda HSK mót 14 ára og yngri í Þorlákshöfn um sjómannadagshelgina í sumar. Myndin er frá mótinu á síðasta ári.

sjá um eitt meistaramót í sumar, en MÍ 15–22 ára fer fram á Selfossi um miðjan júní og á fundinum var lokið við að skipa í framkvæmdanefnd, sem mun hafa yfirumsjón með undirbúningi og framkvæmd mótsins.

Guðmunda Ólafsdóttir Umf. Þjótanda og Bryndís Eva Óskarsdóttir Umf. Þjótanda voru kosnar til tveggja ára á aðalfundi árið 2017. Guðmunda gaf kost á

sér áfram, en ekki Bryndís Eva.

Guðmunda og Anna Pálsdóttir Umf. Selfoss voru kjörnar til tveggja ára. Árið 2018 voru Helgi S. Haraldsson Umf. Selfoss, Tinna Björnsdóttir Umf. Selfoss og Sigurður K. Guðbjörnsson Umf. Heklu kosin til tveggja ára.

Fundargerð aðalfundarins hefur verið sett á heimasíðu HSK, www.hsk.is.

Haukur valinn í U15 landsliðið



Haukur Davíðsson.

KÖRFUBOLTI Þjálfarar U15 ára landsliðanna hjá drengjum og stúlkum hafa valið sín 18 manna lokalið fyrir sumarið 2019. **Haukur Davíðsson** úr Hamri í Hveragerði var valinn að þessu sinni og mun hann taka þátt í verkefni sumarsins. Ísland sendir lið á *Copenhagen-Inviational-mótið* í Danmörku, tvö ný manna lið hjá strákum og stúlkum. Mótið fer fram í Farum, Kaupmannahöfn, dagana 21.–23. júní, en hópurinn heldur út þann 20. júní.

Margrét og Úlfur komust á pall á Unglingameistaramótinu

BADMINTON Um þar síðustu helgi fór Unglingameistaramót Íslands fram í TBR-húsunum við Gnoðavog. Þar áttust við bestu badmintonkrakkar landsins og átti Hamar í Hveragerði tíu keppendur af 143. Átta þeirra komust í undanúrslit og tveir í úrslit. Keppni var hörð og fóru margir leikirnir í odda-

lotur og var mikil barátta um að komast á verðlaunapall.

Margrét Guangbing Hu sigraði í tvíliðaleik í flokknum U15 meistar, ásamt Maríu Rún Ellertsdóttur frá ÍA og sömuleiðis fékk Margrét silfur í einliðaleik í A-flokki U15 meistar. Úlfur Þórhallsson sigraði einliðaleik í flokknum U11 snáðar.



Margrét Guangbing Hu.



Úlfur Þórhallsson.

OLÍS-DEILD KARLA
HEIMALEIKUR:

Gróttta

MÍÐVIKUDAGINN 3. APRÍL KL. 19:30

HLEDSLHÖLLINNI SELFOSSI



Félag rafiðnaðarmanna á Suðurlandi

Aðalfundur

Aðalfundur Félags rafiðnaðarmanna á Suðurlandi verður haldinn miðvikudaginn 24. apríl 2019 kl. 19:00 á skrifstofu félagsins, Austurvegi 9 á Selfossi.

Dagskrá fundar:

1. Venjuleg aðalfundarstörf
2. Önnur mál.

Stjórnin



Sveitarfélagið ÁRBORG

Leikskólinn Jötunheimar auglýsir eftir aðstoðarleikskólastjóra

Leikskólinn Jötunheimar auglýsir eftir aðstoðarleikskólastjóra frá og með 1. júní 2019 eða eftir nánara samkomulagi.

Helstu verkefni

- Vinnur ásamt leikskólastjóra að daglegri stjórnun og rekstri leikskólans sem og skipulagningu uppeldisstarfsins.
- Er staðgengill í fjarveru leikskólastjóra og starfar þá samkvæmt starfslýsingu hans.
- Er faglegur leiðtogi og ber að kynna sér nýjungar í starfi og miðla þekkingu til starfsmanna.
- Skipuleggur og ber ábyrgð á að undirbúningstímar starfsmanna séu notaðir til skipulags á leikskólastarfinu.
- Starfar samkvæmt stefnumörkun leikskólans sem tekur meðal annars mið af menntastefnu Sveitarfélagsins Árborgar, aðalnámskrá leikskóla, lögum og reglugerðum um leikskóla og öðrum lögum er við eiga.
- Sinnir þeim verkefnum er varða stjórnun og uppeldi og menntun leikskólabarna sem yfirmaður felur honum.

Kröfur um menntun, kunnáttu, reynslu og/eða hæfni

- Leyfisbréf leikskólakennara.
- Reynsla, hæfni og áhugi í starfi með börnum.
- Reynsla og/eða menntun í stjórnun æskileg.
- Góð færni í mannlegum samskiptum.
- Jákvæðni, frumkvæði, áhugasemi og góður samstarfsvilji.
- Sjálfstæð og skipulögð vinnubrögð.
- Færni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Góð íslenskukunnátt.
- Góð tölvukunnátt.

Frekari upplýsingar veitir Júlíana Tyrfingsdóttir, leikskólastjóri, sími: 480 6372, netfang: julianat@arborg.is. Sótt er um starfið á vef Árborgar: www.arborg.is eða á heimasíðu Jötunheima <http://jotunheimar.arborg.is/>

Umsóknarfrestur er til 12. apríl 2019.

Störfnin henta jafnt konum sem körlum. Laun fara eftir kjarasamningi Launaneftdar sveitarfélaga og viðeigandi stéttarfélags.

Hægt er að kynna sér leikskólastarfið á heimasíðu Jötunheima: <http://jotunheimar.arborg.is/>.

Leikfélag Hveragerðis

2Tvo Faldir

SÝNT Í LEIKHÚSINU AUSTURMÖRK 23

Two into one

Höfundur: Ray Cooney

Þýðandi: Árni Ibsen

Leikstjóri:

María Sigurðardóttir

SÍÐUSTU SÝNINGAR

16.sýning fimmtudag 4.apríl
lausir miðar **AUKASÝNING**

17.sýning laugardag 6.apríl
lausir miðar **LOKASÝNING**

Allar sýningar byrja kl. 20:00

Miðapantanir í síma 863-8522

Miðaverð kr.3,000-

Starfsmaður óskast

Starfsmaður óskast á vaktir

í afgreiðslu sem fyrst.

Unnið er á vöktum 2-2-3

frá kl. 8 til 19.

Fyrir frekari upplýsingar
sendið fyrirspurnir á netfangið
almarbakari@gmail.com

ALMAR BAKARI

Sunnumörk 2, Hveragerði, sími 483 1919

Met mikils bækur þar sem frásagnargleði og þjóðfélagsrýni fléttast saman

- segir lestrarhesturinn Sigurður Pétursson

Sigurður Pétursson er sagnfræðingur og Vestfirðingur, fæddur og uppalinn á Ísafirði. Hann hefur gefið út bækur um sögu verkálýðshreyfingarinnar á Vestfjörðum og sögu knattspyrnunnar á Ísafirði. Núna er Sigurður kennari við Menntaskólann að Laugarvatni.

Hvaða bók ertu að lesa núna?

Ég var að enda við að lesa bókina *Kaupthanking – Bankinn sem átti sig sjálfur* eftir Þórð Snæ Júlíusson og það er sláandi góð bók sem veitir gott yfirlit yfir alla þá gegndarlausu vitleysu og meðvirkni sem þjóðfélagið gekk í gegnum fyrir hrúnið. Hún lýsir ekki síður átökunum um söguskoðun okkar um mat á hrúninu, orsökum þess og afleiðingum í gegnum réttarhöld, fjölmiðla og skoðanamótendur. Holl lesning. Oftast er ég með fleiri en eina bók í takinu og nú er ég að lesa *Tíu dagar sem skóku heiminn – frásögn af októberbyltingunni* skrifuð af sjónarvotti. Bókin er eftir bandaríska blaðamanninn John Reed sem upplifði byltinguna í Rússlandi haustið 1917 og lýsir átökum, aburðum og persónum á mjög lifandi og sannfærandi hátt. Hann lést úr taugaveiki árið 1920 og kvikmyndin *Reds* með Warren Beatty og Diane Keaton byggir á ævi hans. Bókin kom út á íslensku fyrir skömmu, en ég hafði lesið hana á ensku fyrir löngu síðan. Það er fagnaðaræfni þegar út koma þýðingar á merkum bókum.

Þá er á náttborðinu hjá mér önnur þýðing, *Þetta var bróðir minn: Theo og Vincent Van Gogh* eftir franska rithöfundinn og blaðamanninn Judith Perignon. Þetta er mjög sérstök bók sem lýsir nánu sambandi þeirra bræðra sem dóu með hálfars millibili 1890-1891. Ævi



Sigurður Pétursson.

þeirra og samskiptum er lýst af sjónarhóli Theos á ljúfsáran hátt. Þótt að það sé kannski að bera í bakkafullan lækinn, þá er ég líka að glugga í sögu Héraðsskólans á Laugarvatni, *Laugarvatnsskóli þritugur*, sem Bjarni Bjarnason skólastjóri tók saman og skrifaði að mestu. Þar er margt fróðlegt um sögu skólanna að Laugarvatni og þann frumkvöðlaanda sem einkenndi héraðsskólana á sínum tíma.

Hvers konar bækur höfðu helst til þín?

Svo sem sjá má hér að ofan, þá eru það einna helst sagnfræði og sögulegur fróðleikur sem höfðar til mín. Annars les ég líka skáldsögur, innlendar og erlendar, og hef náð að lesa nokkrar nú í vetur eftir Arnald Indriðason, Ólaf Gunnarsson, Einar Kárasson, Vilborgu Davíðsdóttur og svo auðvitað nýju skáldsöguna hans Hallgríms Helgasonar sem er algert konfekt.

Lastu mikið sem barn?

Já, ég las mikið sem barn og unglingur. Og það var mikið talað um bækur. Ég man eftir heitum umræðum í afmælum eða skírnarveislum um bækur Kiljans, eins og amma mín kallaði Halldór Laxness, einnig bækur Þórbergs, Hagalíns eða Gunnars Gunnarssonar. Persónur og atburðir birtust í lifandi ljósi í frásögnum og tilvitnunum. Það fór ekki hjá því að

maður yrði forvitinn að kynnast þessum höfundum og verkum þeirra. Svo kom tímabil þegar ég las heilu bókaflökkana af bókasafninu. Ég man eftir Bob Moran, James Bond og bókum Alistair McLean. Þessar hasarbækur þóttu nú ekki merkilegar en voru spennandi og opnuðu ævintýraheima. Íslenskar skáldsögur, þjóðsögur og sagnfræði vöktu áhuga og ekki síður vandadur þýðingar skáldverka svo sem *Hundrað ára einsemd* og *Hús andanna*, *Ragtime* og *Nafn rósarinnar*. Allt minnisstæðar bækur.

Hvernig eru lestrarvenjur þínar?

Áður las ég bækur oft í stríklotu, en núorðið er það sjaldgæft. Þá sökkt maður inn í söguefnið og gleymdi stund og stað. Nú les ég oft og styttra í einu – sofna jafnvel í miðri setningu!

Áttu þér einhvern uppáhaldshöfund?

Frá unglingsárum hefur Þórbergur Þórðarson verið í sérstöku uppáhaldi. Það er alveg sama hvað sá maður skrifaði, það er allt jafnmikil snilld. Ég les eitthvað í Þórbergi á hverju ári, til að læra betri stíl. Þá eru suðuramerísku höfundarnir Gabriel Garcia Marques og Isabel Allende í miklu uppáhaldi þar sem frásagnargleði og þjóðfélagsrýni fléttast saman. Uppáhaldsbókin mín er þó *Sturlunga*, einkum höfuðrit hennar *Íslendinga saga* Sturlu Þórðarsonar. Það er sagnabrunnur sem alltaf er hægt að sækja í lifandi næringu fyrir sálina.

Hefur bók rænt þig svefni?

Já, margt. Núna síðast var það *Sextíu kíló af sólskinu*, eftir Hallgrím Helgason. Sú bók er mikið meistaraverk.

Hvernig bækur myndir þú skrifa ef þú værir rithöfundur?

Ég myndi skrifa stóra sögulega skáldsögu um það þegar íslenskt samfélag var að brjótast inn í nútímann. Fátækt fólk að flytja á mölina í von um sjálfstætt líf, þar sem nýir samfélagsstraumar takast á í stórum sagnasveig. En, viti menn! Hallgrímur Helgason er nýbúinn að skrifa þessa bók!



Sveitarfélagið
ÁRBORG

VOR Í ÁRBORG

VOR Í ÁRBORG

Bæjar- og menningarhátíð haldin 25. – 28. apríl í Sveitarfélaginu Árborg. Fjöldi sýninga, tónleika og annarra viðburða fyrir alla fjölskylduna.

„Gaman saman“ leikurinn á sínum stað.

Nánar um hátíðina á www.arborg.is.

www.arborg.is

Grænt og gott

Sú staðreynd að kolefnisfótspor Íslendinga sé tvöfalt stærra en annarra Evrópubúa kemur mörgum á óvart. Ef neysla allra jarðarbúa væri í samræmi við neyslu Íslendinga þyrfti 27 jarðir til að standa undir henni. Já - svona er Ísland þrátt fyrir sína endurnýjanlegu orku, hitaveitur, hreina loftið og góða vatnið.

Við verðum að breyta neysluvenjum okkar ef við ætlum að ná einhverjum árangri í baráttunni gegn hlýnun jarðar. Til að eiga einhverja möguleika á því að ná árangri í þessu stærsta sameiginlega verkefni mannskyns, þarf vilja almennings til breytinga og pólitískan vilja og kjark stjórnvalda. Við þurfum því að spýta í lófana og snúa slæmri þróun við.

Kolefnisfótsporin okkar eru stærst í samgöngum, matvælum og með innfluttum varningi. Orkuskiptin í samgöngum ganga þokkalega þó enn þurfi að herða á uppsetningu hleðslustöðva fyrir rafbíla og orkuflutningur til hafna landsins þurfi að vera traustari.

Grænmetisframleiðsla

Ég vil beina sjónum mínum í þessari grein að matarvenjum okkar og framleiðslu matvæla. Styrkleikar okkar til aukinnar grænmetisframleiðslu eru miklir í formi endurnýjanlegrar raforku, jarðvarma, kalds lofts og fáum pöddum. Við ættum að láta tækniþekkingu vinna með okkur til að auka og auðvelda grænmetisframleiðslu hér á landi og hafa hana að mestu innan dyra.

Athuganir sem gerðar hafa verið fyrir Samband garðyrkjubænda sýna að kolefnisspor íslensks grænmetis er allt niður í 26% af því sem innflutt grænmeti skilur eftir sig. Að meðaltali er um helmingismunur á losun, íslenski framleiðslu í hag. Þetta eitt sýnir að mikill

Oddný G. Harðardóttir.

Þingmaður Samfylkingarinnar í Suðurlkjördæmi.



umhverfisávinningur væri af aukinni innlendra framleiðslu á grænmeti. Alla jafna má reikna með að kolefnisspor matvæla úr jurtaríkinu sé mun minna en úr dýraríkinu.

Stefna stjórnvalda miðar við að búið verði að kolefnisjafna landið fyrir árið 2030. Það verður ekki gert nema með viðtækum aðgerðum og ein af þeim stóru ætti að vera að efla innlenda grænmetisframleiðslu til að draga úr kolefnismengun sem hlýst af innflutningi. Með því fengist einnig gjaldeyrisparnaður, meira fæðuöryggi, styrking byggða og aukin atvinna. Stjórnvöld ættu að reikna með innlendra grænmetisframleiðslu við endurskoðun áætlanar í loftslagsmálum.

Grænir hvatar

Það er þörf á og hagur af því að ýta undir íslenska grænmetisframleiðslu. Það mætti gera með ýmsum hætti, s.s. með leiðum til að nýta jarðhitann betur, hvetja til nýsköpunar, styrkjum til kaupa á betri búnaði, sparneytnari lýsingu, að hækka gróðurhúsin sem fyrir eru svo afköstin verði meiri og gera styrki til raforkuflutninga markvissari. Hvetja þarf einnig unga bændur til að hefja framleiðslu með lagningu eins konar kynslóðabráar frá þeim eldri til þeirra sem yngri eru.

Sýnum kjark í baráttunni gegn hlýnun jarðar. Nýtum styrkleika okkar til grænni matvælaframleiðslu - það borgar sig.



Vegna aðalfundar 2019

Uppstillingarnefnd Bárunnar, stéttarfélags hefur sent frá sér tillögu að lista samkvæmt lögum sem samþykkt voru á aðalfundi 2017. Nefndin leggur fram tillögu að lista til stjórnar og nefnda Bárunnar. Listi uppstillingarnefndar liggur frammi til kynningar hjá Bárinni, stéttarfélagi á Austurvegi 56, Selfossi og á heimasíðu félagsins frá og með föstudeginum 29. mars 2019.

Á aðalfundi Bárunnar 2019 skal kosið um varaformann og þrjá meðstjórnendur.

Úthlutunarnefnd vinnudeilusjóðs (3 aðalmenn og 2 varamenn), uppstillingarnefnd (3 aðalmenn og 1 varamann), kjörstjórn (2 aðalmenn og 2 varamenn) og um skoðunarmenn reikninga (2 aðalskoðunarmenn og 2 varamenn), síðarnefnd (2 aðalmenn og 2 varamenn).

Frestur til að bjóða sig fram eða bera fram aðrar tillögur til uppstillingarnefndar er til og með 30. apríl 2019.

Uppstillingarnefnd Bárunnar, stéttarfélags.



HEYRNARÞJÓNUSTA

Kæru Sunnlendingar
Verðum á Selfossi í Grænumörk 5.
föstudaginn 12. apríl.

Verið velkomin

Heyrðu umskiptin
Fáðu heyrnartæki til reynslu



Ellisif Katrín Björnsdóttir
Heyrnarfræðingur
veitir faglega ráðgjöf

ReSound

rediscover hearing

Heyrn, Hlíðasmára 19, Kópavogur, heyryn@heyryn.is

Tímapantanir - 534 9600

Nánari upplýsingar
www.heyryn.is

Kryddjurtir í gluggann

Undanfarið hefur Umhverfis Suðurland birt punkta forræktun matjurta fyrir sumarið en heppilegt er að byrja á slíkum vorverkum í mars eða apríl. Fyrir þá sem fyllast verkvíða er gott að vita að einnig er hægt að fara styttri leiðina og kaupa eða fá plöntu til að sinna heima. Kryddjurtir eins og basil, steinselja, mynta, kóríander, graslaukur og fleiri eru aðgengilegar í matvöruverslunum og lítið mál að umpotta eða planta þegar heim er komið. Kryddjurtum er gjarnan sáð mjög þétt fyrir matvöruverslanir og því ráð að ná þeim í sundur við rótina og umpotta með góðu plássi

svo hver planta fái að njóta sín og þær kæfi ekki hverja aðra. Kryddjurtir þarf að vökva mjög vel, sérstaklega meðan hún rótar sig í nýjum potti, og halda á björtum stað, t.d. eldhúsglugga. Klippa má ofan af plöntunum og nýta beint í mat en þannig verður hún einnig mjög þétt og falleg. Við hvetjum Sunnlendinga til að spreyta sig á eigin ræktun og deila af-rakstrinum á #umhverfissuðurland.










SKYRGERÐIN Í HVERAGERÐI

Óskar eftir að ráða þjóna til starfa. Umsækjendur þurfa að vera íslensku og enskumælandi og búa yfir ríkri þjónustulund 100% vinna í boði

Upplýsingar um starf má nálgast hjá Elfu í síma 852 6677
umsóknir óskast sendar á info@skyrgerdin.is fyrir 10. apríl

Grýlupottahlaupið 50 ára

Á sjöunda áratugnum jókst áhugi manna á víðavangshlaupum til muna og ungmenntafélög vítt og breitt um landið sköpuðu vettvang fyrir almenning og keppnisfólk til að etja kappi saman. Ungmennafélag Selfoss var eitt þessara félaga og víðavangshlaup á vegum félagsins voru haldin í nokkur skipti en ekki reglulega. Árið 1968 var m.a. keppt í nokkrum flokkum drengja og stúlkna og þáttakan var mikil, en það var svo árið 1969 að fyrsta Grýlupottahlaupið var hlaupið. Grýlupottahlaupið dregur nafn sitt af hraunbollum sem standa á túninu fyrir neðan Engjaveg í austurbænum. Þegar hlaupin hófust var golfvöllur bæjarins á túninu en núna er svæðið nýtt undir ferðaþjónustu.

Grýlupottahlaupið var að vissu leyti skilgetið afkvæmi víðavangshlaupanna en styttra og hentaði almenningi betur, sérstaklega yngstu kynslóðinni. Upphafsmenn Grýlupottahlaupsins voru bræðurnir Sigurður og Guðmundur Kr. Jónssynir. Fyrir Landsmót UMFÍ á Eiðum 1968 var Guðmundur Þórarinnsson aðalþjálfari HSK liðsins. Á þessum tíma var Sigurður við nám í Kennaraskólanum og æfði undir stjórn Guðmundar Þórarinssonar, sem þá þjálfaði ÍR. Á vegum ÍR fóru fram hin svokölluðu Tjarnarhlaup. Í félagi ákváðu þeir bræður Sigurður og Guðmundur að standa fyrir hlaupi fyrir unga Selfyssinga með sama sniði og ÍR í Reykjavík. Með þessu móti var hægt að slá tvær flugur í einu höggi, þ.e. hvetja heimamenn á Selfossi til að taka enn virkari þátt í íþróttastarfi og styrkja um leið innviði frjálsíþróttadeildarinnar og Ungmennafélagsins. Þá hafa bræðurnir vafalítið séð tækifæri til að gera almenningssíþróttum hærra undir höfði en verið hafði og þá haft hin jákvæðu uppeldislegu áhrif íþróttar á yngstu kynslóðina í huga.

Grýlupottahlaupið er í raun röð sex hlaupa sem hlaupin eru í vetrarlok og byrjun vors. Fyrirkomulag hlaupsins hefur haldist nánast óbreytt frá byrjun. Þátttakendur voru ræstir tveir og tveir í einu með 10 sekúndna millibili



allt til ársins 2013 þegar farið var að ræsa sex og sex í einu með hálftrar mínútu millibili. Þannig gefst félögum tækifæri til að etja kappi hver við annan, systkini geta fylgst að og foreldrum gefinn kostur á að hlaupa með börnunum sínum. Þeir sem taka þátt í fjórum hlaupum eða fleiri fá sérstaka viðurkenningu og þá eru veitt verðlaun fyrir besta samantlagða tíma úr fjórum hlaupum. Leiðina þekkja flestir Selfyssingar enda hefur hún lítið breyst. Í upphafi voru hlauparnir ræstir við gamla íþróttahúsið og hlupu austur Engjaveg inn á golfvöllinn og niður að hraunbollunum, Grýlupottunum, og til baka, alls um 850 metrar. Árið 2013 voru gerðar breytingar á hlaupaleiðinni af öryggisástæðum þar sem ekki var lengur óhætt að hlaupa á sjálfum Engjaveginum. Nýja leiðin er mun öruggari en jafnlöng og sú fyrri, um 850 metrar. Ræst er við nýju stúkuna á Selfossvelli, hlaupið út af vallarsvæðinu meðfram Engjaveginum í austur, að Grýlupottunum við Gesthús og áfram eftir malarstíg áður en beygt er til hægri og endað inni á nýja frjálsíþróttavellinum. Lokaspjetturinn er 100 metra langur á hlaupabrautinni á vellinum. Vegna þess hve stutt vegalengdin er, er Grýlupottahlaupið tilvalinn vettvangur fyrir unga krakka sem eru að stíga sín fyrstu spor sem íþróttaiðkendur og mögulegir afreksmenn framtíðarinnar en um leið fjölskylduvæn skemmtun.



Þátttakendur í Grýlupottahlaupi 1969.

Fyrstu árin var hlaupið á tveggja til þriggja vikna fresti. Fyrstu hlaupin fóru fram um miðjan janúar en síðustu hlaupin í lok apríl eða byrjun maí, allt eftir veðri. Fyrir kom að aflýsa þurfti hlaupi vegna veðurs. Sem dæmi má nefna að þann 10. apríl 1970 birtist í mörgum dagblöðum tilkynning þar sem Selfyssingar voru minntir á að Grýlupottahlaupið sem frestað var vegna veðurs yrði haldið 11. apríl. Þarna er líklega verið að vísa í hlaupið sem halda átti 4. apríl. Þá kom það fyrir vegna snjóþyngsla að traktorsgrafa var fengin til að ryðja leiðina frá Engjavegi og niður að Grýlupottunum svo hlauparnir gætu komist leiðar sinnar klakklaut. Tímar hlaupanna fyrstu tíu árin staðfesta líka að veður og færð setti oft en ekki mark sitt á hlaupin. Enn í dag

er hlaupið sex sinnum en nú er byrjað í apríl og lýkur hlaupunum í maí. Þetta hefur m.a. stuðlað að því að gera Grýlupottahlaupið enn fjölskylduvænna en áður og yngstu hlauparnir sem nú taka þátt eru sumir hverjir aðeins þriggja ára. Lengi býr að fyrstu gerð.

Venjan hefur verið sú að þeir krakkar sem ljúka fjórum hlaupunum fá viðurkenningu og þau sem ljúka öllum sex hlaupunum fá sérstaka viðurkenningu, auk þess sem veitt eru verðlaun fyrir besta samantlagða tíma úr fjórum hlaupum. Þau skipta orðið þúsundum verðlaunaskjölin sem afhent hafa verið í gegnum tíðina. Verðlaunahátíð hefur að sjálfsögðu verið fastur liður á dagskránni, fyrst í sal HSK á Eyra-vegi en síðan ýmist í leikfimisal eða samkomusal Sand-

víkurskóla, í gamla Selfossbíói, Tryggvaskála eða Tíbrá, húsi Ungmennafélagsins. Þar gera börn og fullorðnir sér glaðan dag og uppskera laun erfiðis síns.

Hlaupið er rótgróið í bæjarlífinu á Selfossi og á þeim 50 árum sem liðin eru síðan fyrstu þrettán krakkarir voru sendir af stað í janúar 1969 eru hlaupin orðin 300 talsins. Á árunum 1969–1975 er fjöldi einstaklinga sem tekur þátt í Grýlupottahlaupinu 1.259, það eru 180 einstaklingar að jafnaði. Á níunda og tíunda áratugnum fjölgaði þátttakendum. Ef við gefum okkur að um 200 einstaklingar taki að jafnaði þátt í hlauparöðinni á hverju ári, er samantlagður fjöldi einstaklinga frá upphafi um tíu þúsund. Sumir hafa aðeins tekið þátt einu sinni en aðrir tekið þátt í Grýlupottahlaupinu ár eftir ár. Til gamans má geta að í upphafi árs 2019 voru 9.515 íbúar í Sveitarfélaginu Árborg. Sumir hafa auðvitað tekið þátt í hlaupinu ár eftir ár og þeir sem tóku þátt í hlaupinu í lok sjöunda áratugarins og upphafi þess áttunda eru jafnvel aftur komnir á kreik og hlaupa nú með börnunum sínum. Því er óhætt að segja að ætlunarverk þeirra bræðra Sigurðar og Guðmundar Kr. Jónssona að gera almenningssíþróttum hærra undir höfði hafi tekist.

Það sem einkennir Grýlupottahlaupið og allt það góða starf sem unnið er innan ungmennafélagsanna verður í sjálfu sér aldrei sett á prent. Með númer á brjóstinu bíður maður eftir því að vera ræstur af stað og hlaupa svo eins og fætur toga fram og til baka. Leiðin getur verið stutt eða löng allt eftir því hver á í hlut. Fótfráir þátttakendur eru innan við þrjár mínútur að hlaupa fram og til baka á meðan þeir yngstu nota tíu til tólf mínútur. Allir eiga þó sammerkt að hafa tekið þátt og sú reynsla er þegar á öllu er á botninn hvolft kannski dýrmætust.

Byggt á grein eftir Þorstein Tryggva Mátsson sem birtist í Braga, afmælisriti Umf. Selfoss 2011. Myndir eru frá Héraðsskjalasafni Árnesinga 2010/45, Guðmundi Karli Sigurdórssyni og Umf. Selfoss.



Mynd lengst til vinstri: Guðmundur Kr. Jónsson í hlutverki ræsis, líkt og hann hefur verið frá upphafi Grýlupottahlaupsins. Mummi ræsir væntanlega hlaupið á 50 ára afmæli þess vorið 2019. Myndir í miðju og til hægri: Svipmyndir úr nýlegum hlaupum.

Hermann ráðinn í stöðu yfirmanns sjúkraflutninga við HSU

Hermann Marinó Maggýj-
Harrison hefur verið ráðinn í
stöðu yfirmanns sjúkraflutninga
við Heilbrigðisstofnun Suður-
lands, frá 1. apríl 2019 til 5 ára.

Hermann Marinó hóf störf
sem sjúkraflutningamaður við
Heilsugæslu Ólafsvíkur 1999.
Síðan starfaði hann sem lög-
reglumaður á Suðurlandi og í
framhaldi af því sem slökkviliðs-
og neyðarflutningamaður
hjá Slökkviliði höfuðborgar-
svæðisins. Þá tók hann við starfi
sem sjúkraflutningamaður við
HSU árið 2010 og gegnir í dag
stöðu varðstjóra en var þar á
undan staðgengill varðstjóra
frá árinu 2011. Hann hefur sl.
tvo mánuði starfað tímabundið
sem yfirmaður sjúkraflutninga á
Suðurlandi í afleysingum.

Hermann Marinó hefur kennt
hjá Sjúkraflutningaskólanum
frá árinu 2005 og einnig unnið
við kennslu í skyndihjálpi. Hann
býr að mikilli og viðtækri starfs-
reynslu á þessu sviði sjúkraflut-
ninga eða í samtals 20 ár, annað
hvort eða bæði sem sjúkra- og
atvinnuslökkviliðsmaður og
sem lögregluþjónn. Hann hefur
starfsmenntun sem atvinnu-
slökkviliðsmaður, neyðarflut-
ningsmaður og sjúkraflutnings-
maður, auk þess að hafa lokið
prófi í bifreiðasmiði. Nú síðast
lauk Hermann Marinó námi
sem bráðateknir (paramedic)
frá National Medical Education



Hermann Marinó Maggýj-Harrison.

& Training Center í Boston árið
2017.

Í tilkynningu frá HSU segir
að Hermann Marinó hafi góðan
bakgrunn á sviði menntunar
og starfsreynslu fyrir starfið,
hann hafi framúrskarandi sýn
á hvernig móta má skipulag
sjúkraflutninga hjá HSU. Hann
hafi einnig skýra sýn á ár-
angursríkar leiðir í rekstri og
stjórnun. Jafnframt hafi hann
skarpa sýn á faglegt forystu-
hlutverk yfirmanns sjúkraflut-
ninga, árangursrík samskipti við
samstarfsmenn og hvaða tækifæri
eru til áframhaldandi upp-
byggingar sjúkraflutninga hjá
HSU með hagsmuni þjónustu-
þega að leiðarljósi í heilbrigðis-
umdæmi Suðurlands.

Tónheilun og slökunarjoga í Reykholti

Fimmtudaginn 4. apríl verður
Þórey Viðars, jógakennari
og tónheilar, í íþróttamiðstöð-
inni í Reykholti. Hún hefur
kennt joga í að verða 6 ár og
frá 2014 hefur hún spilað á
kristals- og tíbeskar söngskál-
ar bæði í tímum og á ýmsum
viðburðum. Hún lauk nýverið
tónheilunarnámi þar sem hún
ferðaðist enn dýpra inn í heim
tónheilunar og dýpkaði skynjun
sína á krafti og heilunarmætti
þessarar nálgunar.

Tíminn byrjar á öndunaræf-
ingum og léttum teygjum áður
en fólk kemur sér vel fyrir í
liggjandi stöðu. Þórey leiðir inn
í hugleiðslu- og slökunarástand

og spilar svo í framhaldi á krist-
als- og tíbeskar söngskálur.

Tónheilun er öflug aðferð
sem þjálfar heilann til að fram-
leiða alpha- og thetabylgj-
ur sem losa út neikvæð áhrif
streitu, breyta stigi meðvitundar
og stuðla að djúpri slökun og
vellíðan. Tíðni tónanna skapa
einnig samhljóð og heilbrigði
í orkukerfi okkar. Með Þóreyju
er hægt að upplifa vellíðan á
líkama, huga og sál.

Tíminn fer fram í íþróttasal-
num. Eftir tímann er svo aðgang-
ur að sundlauginni og heitu
pottunum. Allir eru velkomnir
en senda þarf staðfestingarpóst
á thorey303@gmail.com.



Þórey Viðars, jógakennari og tónheilar.

GUÐNI BAKARI

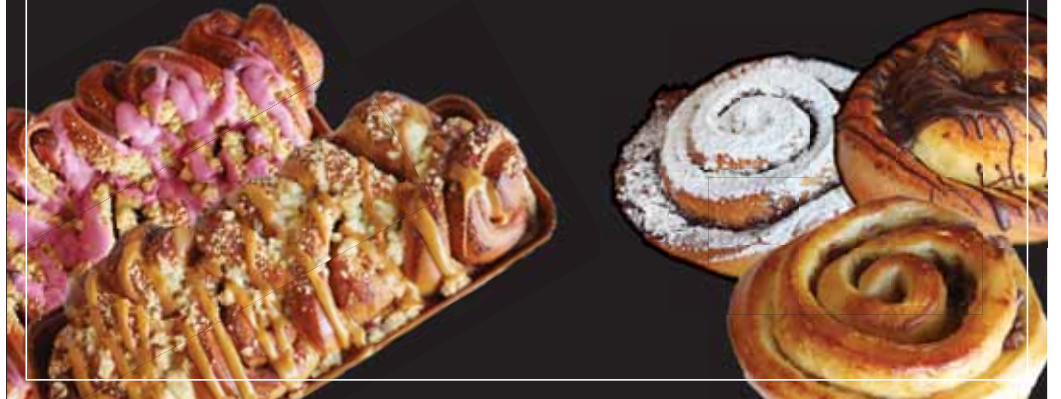
Gleðjumst og njótum!

Sætalínur 815 kr.

Nú líka með bláberjafyllingu

Sælkerasnúðar 395 kr.

Nýr Freyju karamellusnúður



Gospel tónleikar



Lionsklúbbs Hveragerðis
verða haldnir í Hveragerðiskirkju
fimmtudaginn 11. apríl kl. 20:00



Gospelkór Lindakirkju undir stjórn Óskars
Einarssonar ásamt gestasöngvurum
koma fram með það besta úr heimi
gospeltónlistarinnar til Hveragerðis.

Allur ágóði af tónleikunum verður notaður til að útvega vefvarp
fyrir heyrnar- og sjónskerta í Hveragerði í samvinnu við Félag
eldriborgara í Hveragerði og Blindrafélagið.

Forsala aðgöngumiða er í Shellskálanum Hveragerði og við
innganginn. Miðaverð kr. 2500.- og verður posi við innganginn.

Aðalfundur

Fulltrúaráð Sjálfstæðisfélaganna í Árborg, Sjálfstæðisfélögin á Eyrbakka, Stokkseyri og Óðinn, Selfossi halda aðalfundi sína fimmtudaginn 11. apríl nk. kl. 20.00 í Sjálfstæðishúsinu, Austurvegi 6, Selfossi.

Dagskrá fundarins:

1. Aðalfundarstörf Óðins
2. Aðalfundarstörf fulltrúaráðs
3. Aðalfundarstörf Sjálfstæðisfélagsins á Eyrbakka
4. Aðalfundarstörf Sjálfstæðisfélagsins á Stokkseyri
5. Önnur mál

Allir félagsmenn og fulltrúaráðsmenn velkomnir.

Stjórn fulltrúaráðs Sjálfstæðisfélaganna í sveitarfélaginu Árborg

Stjórn Sjálfstæðisfélagsins á Eyrbakka

Stjórn Sjálfstæðisfélagsins á Stokkseyri

Stjórn Sjálfstæðisfélagsins Óðins



Frá Starfamessunni 2017. Mynd: ÖG.

Starfamessan haldin í þriðja skipti á Selfossi

Senn líður að þriðju Starfamessunni sem verður haldin 10. apríl næstkomandi. Starfamessan er áhersluverkefni á vegum Sóknaráætlunar Suðurlands í samstarfi við Atorku, félag atvinnurekenda á Suðurlandi, og Fjölbautaskóla Suðurlands.

Að þessu sinni verður messan haldin í Hamri, hinu nýja verknámshúsi Fjölbautaskóla Suðurlands og líkt og áður eru það nemendur 9. og 10. bekkja grunnskólanna á Suðurlandi sem eru sérstaklega boðnir til messunnar en auk þess eru framhaldsskólanemar, foreldrar og allir aðrir áhugasamir hvattir til að koma og kynna sér hvað sunnlenskt mennta- og atvinnulíf hefur upp á að bjóða þegar kemur að störfum í iðn-, verk- og tæknigreinum. Líkt og áður munu nemendurnir fylgja ákveðnum ratleik sem leiðir þá á milli kynnenda messunnar. Að þessu sinni verður leikurinn raf-rænn og er unninn í samvinnu við www.locatify.com en það er íslenskt hugbúnaðarfyrtæki sem sérhæfir sig í staðsetningarmiðuðum farsímaleikjum. Vonin er að sú tilraun verði skemmti-



leg leið fyrir nemendur til þess að ferðast um messuna.

Öll helstu fyrirtæki á Suðurlandi í áðurnefndum greinum verða á messunni og kynna sína starfsemi fyrir gestum messunnar og hvaða leiðir nemendur þurfa að fara til þess að ná þeirri hæfni sem til þarf. Gert er ráð fyrir um 800 nemendum yfir

daginn auk þess sem messan verður opin fyrir almenning kl. 14–16. Búast má við að Sunnlendingar láti þennan viðburð ekki fram hjá sér fara og komi við og kynnist því hversu ótrúlega fjölbreytt atvinnutækifæri eru á Suðurlandi. Nánari upplýsingar um messuna má finna á www.starfamessa.is.



Frá Starfamessunni 2017. Mynd: ÖG.

NANNA SYSTIR Í ÁRNESI

Leikstjóri Örn Árnason - Höfundar: Einar Kárasón og Kjartan Ragnarsson

AUKASÝNING VEGNA MIKILLAR EFTIRSPURNAR!

Uppselt var á síðustu sýningu svo ekki hika, heldur pantið miða strax í dag! Nú eru síðustu forvöð að sjá þetta bráðskemmtilega leikrit í uppfærslu leikdeildar UMFG. Sýningin hefur hlotið einróma lof áhorfenda og gagnrýnenda og því ætti enginn að láta hana framhjá sér fara.

Aukásýning
fimmtudaginn 4. apríl kl. 20

ALLRA SÍÐASTA SÝNING!

MIÐAPANTANIR

Sími 869 1118 / gylfi1sig@gmail.com

Miðaverð 3.000 kr. frítt fyrir börn 12 ára og yngri



Verið velkomin

í nýja og stærri verslun okkar að **Austurvegi 24**

A4

Opnunarhátíð Rannsóknaseturs um sveitarstjórnarmál

Föstudaginn 5. apríl nk. verður formleg opnun Rannsóknaseturs um sveitarstjórnarmál í Háskóla Íslands á Laugarvatni. Í tilefni dagsins mun Sigurður Ingi Jóhannsson samgöngu- og sveitarstjórnarráðherra heimsækja rannsóknasetrið ásamt fleiri góðum gestum.

Rannsóknasetur um sveitarstjórnarmál er hluti af starfsemi Stofnunar stjórnsýslufræða og stjórnmála við Háskóla Íslands og er það starfrækt með stuðningi frá samgöngu- og sveitarstjórnarráðuneytinu. Rannsóknasetrið er í senn rannsókn-, fræðslu- og þjónustustofnun fyrir sveitarstjórnarstigið. Markmið þess er að efla og styðja við rannsóknir á sveitarstjórnarmálum og auka faglega þekkingu kjörinna fulltrúa sveitarfélaganna og starfsmanna í stjórnsýslu þeirra. Verkefni eru af ýmsum toga og miða þau flest að því að styrkja starfsemi sveitarfélaganna í heild sinni en rannsóknasetrið mun einnig taka að sér sértæk verkefni fyrir sveitarfélögin í



formi þjónustuverkefna meðal annars. Rannsóknarstjóri setursins er Eva Marín Hlynisdóttir, dósent í opinberri stjórnsýslu við Stjórnmálafræðideild Háskóla Íslands, en verkefnisstjóri þess með aðsetur á Laugarvatni er Helga Kristín Sæbjörnsdóttir.

Málstofa um stöðu og áskoranir kjörinna fulltrúa í sveitarstjórn

Í undanfara opnunarinnar verður haldin málstofa þar

sem Colin Copus, emeritus prófessor við De Montfort háskólann í Leicester, mun halda fyrirlestur sem ber heitið: *Staða kjörinna fulltrúa í sveitarstjórn og samskipti við embættismenn: Í ljósi æ flóknari verkefna, vaxandi áreitis og aukinna krafna íbúa*. Málstofan er haldin í húsnæði Háskóla Íslands á Laugarvatni en hún verður einnig send út á netinu í streymi. Fyrirlesturinn fer fram á ensku og er aðgangur ókeypis. Mælt er til þess að þátttakendur í málstofu og gestir við opnunarhátíð skrái sig til leiks á: www.stjornsyslustofnun.hi.is. Málstofan stendur frá kl. 13 til 14:30. Kl. 15-17 verður síðan opnunarhátíðin. Erindi flytja: Björg Ágústsdóttir, bæjarstjóri Grundarfjarðarbæjar, Colin Copus, emeritus prófessor í háskólanum í Leicester, Eva Marín Hlynisdóttir, rannsóknastjóri setursins og Sigurður Ingi Jóhannsson, samgöngu- og sveitarstjórnarráðherra.

Boðið verður upp á léttar veitingar og opið fyrir skoðunarferðir um húsið.

Fjölskyldufjör í íþróttahúsi Vallaskóla

Laugardaginn 6. apríl kl. 14:00 verður haldið „Fjölskyldufjör“ í íþróttahúsinu við Vallaskóla á Selfossi. Fjölskyldufjör er skemmtun fyrir alla fjölskylduna en um leið styrktarviðburður þar sem safnað verður fyrir sjálfvirku hjartastuðtæki fyrir Bruna- varnir Árnessýslu. Aðgangseyrir (styrkur) er 1.000 krónur. Frítt er fyrir börn 5 ára og yngri. Einnig er tekið á móti frjálsum framlögum inn á reikning Bruna- varna Árnessýslu (Reikn.nr. 0152-15-370666, kt: 470775-0419. Merkja þarf greiðslurnar „Hjartastuð“).

Slökkviliðið verður á svæði-



inu og hægt að skoða reykköf- unarbúninga, farartæki slökkviliðsins og fleira forvitnilegt. Sett verður upp þrautabraut þar sem fólk getur prófað hvort það sé fljótara en slökkviliðið. Einnig verður Zumba fyrir þá sem vilja dilla sér í takt við hressandi tónlist. Frítt er í sund í Sundhöll Selfoss eftir viðburðinn fyrir

þá sem mæta. Fjölskyldufjörin hefst á sameiginlegri upphitun kl. 14:00. Kl. 14:15 verður salnum skipt í tvennt, annars vegar þrautabraut og hins vegar Zumba. Formlegri dagskrá lýkur síðan kl. 15:30. Nánari upplýsingar inn á Facebook undir: Fjölskyldufjör.



Jaðarmiðstöð í Skeiða- og Gnúpverjahreppi

Skeiða- og Gnúpverjahreppur auglýsir til leigu lóð, ásamt fjallaskála sem nefnt er Hólaskógur.

Hólaskógur er örnefni á landssvæði, nú skóglausu, sem liggur vestan við „Hafið“ svokallað við veg sem liggur að Háafossi og áfram til vesturs, frá vegi 32 sem liggur upp Sámstaðamúla og fram hjá Sultartangastöð.

Það er stefna Skeiða- og Gnúpverjahrepps að við Hólaskóg verði aukin ferðapjónusta. Er það í samræmi við rammaskipulag sveitarfélagsins, landsskipulagsstefnu og stefnu forsætisráðuneytis um samþykki fyrir nýtingu lands og landsréttinda. Unnið er að friðlýsingu Þjórsárdals og er Hólaskógur í jaðri svæðisins.

Umrætt svæði er á þjóðlendu (Gnúpverjaafrétti) skv. úrskurði óbyggðanefndar frá 21. mars 2002 í máli nr. 7/2000. Í ljósi þess þarf leyfi sveitarfélagsins Skeiða- og Gnúpverjahrepps til að nýta land og landsréttindi á svæðinu, sbr. 3. mgr. 3. gr. laga nr. 58/1998 um þjóðlendur og ákvörðun marka eignarlanda, þjóðlenda og afrétta. Jafnframt þarf samþykki forsætisráðuneytisins, þar sem umrædd nýting á að vara lengur en til eins árs, sbr. 2. mgr. 3. gr. sömu laga.

Fjallaskálinn er á tveimur hæðum, byggður 1998, hann er 269 fermetrar að stærð.

Skeiða- og Gnúpverjahreppur hefur samþykkt deiliskipulag fyrir umrætt svæði.

Skilmálar sem einkum verður litið til við ákvörðun um leyfisveitingu á umræddu svæði eru eftirfarandi. Ekki skal litið svo á að röðun þeirra gefi til kynna vægi einstakra skilmála innbyrðis:

- hvernig viðkomandi hyggst nýta lóðina í þeim tilgangi að hafa þar þjónustu fyrir ferðamenn og aðra sem eiga leið um svæðið
- frágangur mannvirkja og annarrar starfsemi. Sveitarfélagið mun sérstaklega líta til þess að frágangur verði með þeim hætti að samræmist landslagi vel og stingi ekki í stúf við umhverfið að öðru leyti
- þekking og reynsla viðkomandi aðila af rekstri gisti- og afþreyingarþjónustu, s.s. gistihúsa á miðhálandinu og starfsemi afréttarskála
- reynslu af gerð og viðhaldi göngustíga og annarra ferðapjónustutengdra mannvirkja
- hugmyndir að nýtingu eldri fjallaskála og safngirðinga sauðfjár ásamt varðveislu gamals fjallmannakofa á svæðinu

Upplýsingar um deiliskipulag svæðisins má nálgast hjá skipulagsfulltrúa á skrifstofu Umhverfis- og tæknisviðs Uppsveita bs. www.utu.is sími 480 5500.

Áhugasamir aðilar vinsamlegast sendið tillögu að notkun á umræddu svæði til sveitarfélagsins Skeiða- og Gnúpverjahrepps, eigi síðar en mánudaginn 15 apríl nk. Frekari upplýsingar veitir Kristófer Tómasson sveitarstjóri Skeiða- og Gnúpverjahrepps í síma 486 6100, netfang sveitarstjóra er kristofer@skeidgnup.is.

MÍMIR NEMENDAFÉLAG MENNTASKÓLANS Á LAUGARVATNI

SÆLIR SUNNLENDINGAR!

Það hefur verið mikið að gera í félagslífinu í Menntaskólanum að Laugarvatni um þessar mundir.

Kórinn er í fullum undirbúning undir lokatónleika sem verða haldnir í Skálhótskirkju og Guðriðarkirkju dagana 8. og 9. apríl. Kórinn er á stífum æfingum og stefnir í frábæra tónleika.



Eins og margir vita þá hafa nemendur lagt hart að við að setja upp leikritið Með allt á hreinu sem er byggð á samnefndri mynd. Leikritið hefur verið í sýningu síðastliðnar tvær vikur og hefur það gengið ljómandi vel. Leikritið var sýnt meðal annars í Mosfellsbæ og var lokasýningin í Vik 31. mars síðastliðinn.

Umsjón: Sindri Bernholt og Krístrún Urður

FUNDIR

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

Al-Anon Selfossi
Al-Anon fundir á þriðjudögum
kl. 20:00, nýliðafundur
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

FUNDIR

Vöflukaffi

21. vöflukaffi
vetrar verður
haldið föstu-
dag 5. apríl
að Eyravegi
15 á 2. hæð
milli kl. 16 og
18. Gestur
okkar verður Lilja Alfreðs-
dóttir mennta- og menn-
ingarmálaráðherra og vara-
formaður Framsóknar-
flokksins. Lilja hefur frá
mörgu að segja í viðburða-
ríku starfi sínu. Allir vel-
komnir.



ATVINNA

Atvinna

30 karlmaður óskar eftir vinnu.
Einungis á Selfossi. Góður
vinnukraftur heiðarlegur og
traustur. Lærður húsasmiður
vélvirkir og rennismiður. Er
einnig með vinnuvélaréttindi
og skoða margt annað líka
sem tengist ekki endilega
menntun minni. Leita að fram-
tíðarstarfi. Upplýsingar og
nánar sendist í netfangið, sem
er husvirkinn@gmail.com.

ÞJÓNUSTA

B.R. 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

STEYPUÖGUN - KJARNABORUN - INNRÖMMUN -
TVÍBLAÐASÖGUN FYRIR
HITALÖGNUM

Saga dyragöt, gluggagöt og
fleira í steinsteypu.
Kjarnaborun fyrir lögnum.
Ramma inn myndir,
spegla og fleira.
Annast einnig sólpallasmíði.

ÁSGEIR EGGERTSSON
Sléttuvegi 6, Selfossi
Sími 893 9068
STEINSTEYPUÖGUNIN ÁS ehf.

HÚSNÆÐI ÓSKAST

Geymsla óskast til leigu

Vantar upphitaða geymslu eða
bílskúr í ca. 1-2 ár. Er að tæma
vinnustofuna mína á Stokks-
eyri 1. maí eða fyrr. Þetta eru
húsgögn, teikningar og fleira.
Frábær umgengni og skilvísar
greiðslur. Staðsetning opin.
Verkaskipting kemur einnig til
greina. Uppl. í síma 666 9030.
Sjón Har.

SPIL

Bridge

Vantar fleiri bridgespilara í
Þorlákssætur í Hveragerði.
Spilað er mánudaga og
fimmtudaga kl. 13. Hlökkum til
að sjá ykkur.

BÍLAR

KIETTUR
Bifreiðaverkstæði
Sími 482 4012, Hrísmýri 3, Selfossi
Þjónustuskoðanir 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

Dráttarbeisli
á flestar bifreiðar
Fljót og góð þjónusta
GB BÍLAR
Hlíðarbrún, Flóahreppi
Sími 894 3063 - 486 1100

TIL SÖLU



Göngubraut á
a ð e i n s
45.000,- Þessi
göngubraut er
algjör draum-
ur, því hægt er
að fella hana
næstum alveg
saman eftir notkun og setja til
hliðar. Frí heimsending.
Hámarks þyngd notanda 90
kg. Uppl. í síma 661 1902.



Göngubraut /
hlaupabraut á
a ð e i n s
69.500,- Stærð
b r a u t a r
42x115 sm,
h á m á r k s -
þyngd notanda 110 kg.
Hámarks hraði 14 km/klst, 8
prógröm. Sendi frítt hvert á
land sem er. Þrekkæki, uppl. í
síma 661 1902.



Sumardekk til sölu

Til sölu, sumardekk,
245/65,R17, munstur 5, milli,
verð 25 þús. Uppl. í síma 896
2348, Gísli Geirsson, Fífumóa
6, Selfossi.

Íbúð til sölu

Björt og falleg 80,4 m² íbúð í
fjölbýli á Selfossi er til sölu.
Íbúðin er stutt frá
Fjölbrautaskólanum. Uppl. í
síma 867 7784.

HEILSA

**Nudd -
Svæðanudd**
Dáleiðsla

Augnlestur og
heilsuráðgjöf

Einföld en áhrifarík
ráð við ýmsum
heilsuvandamálum

Alla fimmtudaga í
Heilsulindinni Miðgarði,
Austurvegi 4, Selfossi.

Heiðar Ragnarsson
Sími 898 1501

TAPAD/FUNDIÐ



Týnd kisa

Rósa týndist 21. mars sl.
Finnandi láti Elvar vita í síma
863 9533.

»DFS.IS
FRÉTTAVEFUR SUÐURLANDS

s. 482 1944
dfs@dfs.is

ALMENN SMÍÐAÞJÓNUSTA

SÉRHÆFUM OKKUR Í
ENDURNÝJUN OG BREYTINGUM
INNAN SEM UTAN Á ÖLLUM
TEGUNDUM AF HÚSNÆÐI

HÚSASMÍÐAMEISTARINN
BRÚNALDA 2, HELLU | SÍMI 773 7000

Söngfuglar fljúga austur

Karлакór Rangæinga og Óskar Pétursson á ferð og flugi

„Við verðum eins og farfugl-
arnir, tökum flugið og komum
víða við. Með okkur verður ske-
leggur Skagfirðingur og saman
bruggum við söngvaseið“, segir
Hermann Árnason formaður
karlakórs Rangæinga. Karla-
kórinn byrjar tónleikaröð sína í
Kópavogi 9. apríl og lýkur henni
á Kirkjubæjarklaustri 12. apríl.

„Við getum sagt að tónninn
sé býsna ljúfur á þessum tón-
leikum“, segir Guðjón Halldór
Óskarsson stjórnandi Karlakórs
Rangæinga. „Við syngjum fal-
legar ballöður úr ýmsum áttum.
Undirtónninn er þó sannarlega
íslenskur og þjóðlegur og við
hlepum á sprett inn á milli.
Þannig syngjum við Rangárþing
og Njálshreppi og tökum svo á
rás með Óskari.“

Óskar Pétursson söng ein-
söng með karlakór Rangæinga
í nóvembe, fyrir troðfullu húsi
í Þykkvabæ í mikilli stemmn-

Selfosskirkja
Messa sunnudaginn 7. apríl kl.
11:00. Kirkjukórinn syngur,
prestur Guðbjörg Arnardóttir.
Sunnudagaskóli á sama tíma,
umsjón Jóhanna Yr Jóhanns-
dóttir ásamt leiðtogum.

Hrunakirkja
Messa sunnudaginn 7. apríl kl.
14. Kirkjukórar Hruna- og
Hrepphólasókna og Stóra-
Núps- og Ólafsvallasókna
syngja undir stjórn Stefáns
Þorleifssonar og Þorbjargar
Jóhannsdóttur. Jóna Heiðdís
Guðmundsdóttir prédikar.
Kaffi á eftir í safnaðarheimil-
inu. Allir velkomnir.

Hvítasunnukirkjan Selfossi
Sunnudaga kl. 11:00. Sam-
koma, barnastarf og kaffi-
veitingar. English translation
available. Þriðjudaga kl. 19.30
unglingasamkoma. Fimmtu-
daginn 4. apríl lofgjörðakvöld.
Bænastundir kl. 18 mánudag,
þriðjudag og föstudag. Allir
hjartanlega velkomnir.
selfossgospel.is

Skálholtsdómkirkja
Messa sunnudag 7. apríl kl.
11.00. Sr. Egill Hallgrímsson
sóknarprestur annast prests-
þjónustuna. Organisti er Jón
Bjarnason.

Aðventistar
Laugardaginn 6. apríl 2019 í
safnaðarheimili aðventista á
Eyravegi 67. Biblíurannsókn kl.
11 og guðsþjónusta kl. 12,
ræðumaður Jens Danielsen.
Verið velkomin.

Lokahátíð Stóru upplestrarkeppninnar



F.v.: Álfrún Diljá Kristínardóttir, Vallaskóla, Guðjón Árnason, Vallaskóla og Eva Katrín Danielsdóttir Cassidy, Sunnulækjarskóla.

Lokahátíð Stóru upplestrarkeppninnar í 7. bekk var haldin í Vallaskóla 27. mars sl. og var hin hátíðlegasta að vanda. Lokahátíðin er samstarfsverkefni grunnskólanna, Radda, Skólaþjónustu Árborgar og Skóla- og velferðarþjónustu Árnesþings. Skólarnir sem áttu fulltrúa á þessari lokahátíð voru Barnaskólinn á Eyrarbakka og Stokkseyri, Grunnskólinn í Hveragerði, Grunnskólinn í Þorlákshöfn, Sunnulækjarskóli og Vallaskóli. Á lokahátíðinni kepptu þrír nemendur frá hverjum skóla sem höfðu verið valdir í forkeppnum í sínum skóla.

Áður en sjálf keppnin hófst flutti Gunnar Helgason, rithöfundur, keppendum og gestum skemmtilegt ávarp. Tónlistaratriði frá Tónlistarskóla Árnesinga voru flutt í upphafi og milli lestra sem gaf samkomunni hátíðarblá.

Í fyrstu umferð lásu keppendur svipmyndir úr bók Ævars Þórs Benediktssonar, Þín eigin þjóðsaga. Í annarri umferð voru lesin valin ljóð eftir Önnu Sigrúnu Snorrardóttur. Í lokumferðinni voru lesin ljóð að eigin vali. Verðlaunahafar frá í fyrra, þær Huguína Tinna Róbertsdóttir og Hildur Maja Guðmundsdóttir, lásu kynningar á skáldum keppninnar.

Dómnefndin var skipuð þeim Baldri Sigurðssyni fyrir hönd Radda, Ásmundi Sverri Pálssyni, íslenskufræðingi, og Elinborgu Sigurðardóttur, sérkennara.

Veitt voru verðlaun fyrir þrjú efstu sætin og hafnaði Guðjón Árnason úr Vallaskóla í 1. sæti, Álfrún Diljá Kristínardóttir úr Vallaskóla í 2. sæti og Eva Katrín Danielsdóttir Cassidy úr Sunnulækjarskóla, í 3. sæti.

BÍLSTJÓRI



Ert þú með meirapróf í leit að góðu starfsumhverfi?

Mjólkursamsalan (MS) leitar að jákvæðum og duglegum einstaklingi til þess að sinna starfi bílstjóra við starfsstöðina á Selfossi. Hjá okkur helst í hendur reglulegur vinnutími ásamt nýlegum og öruggum bílum.

Starfs- og ábyrgðarsvið:

- Vörudreifing og þjónusta við viðskiptavini
- Mjólkursöfnun frá bændum
- Umhirða bifreiða
- Önnur tilfallandi verkefni

Hæfniskröfur:

- Meirapróf C skilyrði
- Reynsla af sambærilegu starfi kostur
- Hæfni til að tjá sig á íslensku
- Jákvæðni, dugnaður og góð samskiptahæfni
- Þjónustulund, stundvísi og sjálfstæði í starfi
- Geta til að vinna vel undir álagi

Nánari upplýsingar:

Á starfsstöð okkar að Austurvegi 65 á Selfossi starfa að jafnaði í kringum 140 manns. Þar fer fram margskonar framleiðsla og pökkun á ýmsum vörum ss. neyslumjól, skyri, jógúrt, smjóri og smjörva. Bílstjórar vinna alla virka daga og a.m.k. annan hvern laugardag. Frekari upplýsingar um starfið veitir Björn Magnússon í síma 863 5223. Æskilegt er að umsækjandi geti hafið störf sem fyrst. Til að sækja um starfið þarf að fara á <https://mjolkursamsalan.rada.is>

Umsóknarfrestur er til og með 15. apríl.

Mjólkursamsalan er í eigu kúabænda um allt land. Hlutverk félagsins er að taka við mjólk frá kúabændum og framleiða afurðir í takt við þarfar markaðarins. Félagið heldur úti öflugum söfnunar- og dreifikerfi sem tryggir landsmönnum aðgang að ferskum mjólkurvörum. Hjá Mjólkursamsölnni starfa um 450 starfsmenn á fimm starfsstöðvum á landinu þ.e. Reykjavík,

Búðardal, Akureyri, Egilsstöðum og Selfossi. Mjólkursamsalan leggur áherslu á fjölbreytta samsetningu starfsfólks hvort sem um er að ræða þjóðerni, kynferði, menntun, reynslu eða aldur. Við ráðningar veljum við hæfustu einstaklingana í starfið með gildin okkar **metnað, samvinnu, jákvæðni** og **ábyrgð** að leiðarljósi.

Vínbúðin á Flúðum óskar eftir sumarstarfsfólki

Við leitum að jákvæðum og röskum einstaklingum sem eru tilbúnir að veita framúrskarandi og ábyrga þjónustu.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Sala og þjónusta við viðskiptavini
- Framstilling á vöru og vörumeðhöndlun
- Umhirða búðar

Hæfniskröfur

- Jákvæðni og rík þjónustulund
- Góð hæfni í mannlegum samskiptum
- Reynsla af verslunarstörfum er kostur

Starfstímabil er frá miðjum maí út ágúst.

Umsækjandi skal hafa náð 20 ára aldri.

Sakavottorðs er krafist.

Umsóknarfrestur er til og með 17. apríl. Áhugasamir sækja um starfið á vinbudin.is.

Nánari upplýsingar: María Magnúsdóttir, fludir@vinbudin.is, 560-7884 og Thelma Kristín Snorrardóttir, starf@vinbudin.is, 560 7700.

Gildi ÁTVR eru LIPURÐ – ÞEKKING – ÁBYRGÐ.

Ráðningar í stöður hjá fyrirtækinu taka mið af þessum gildum.

ÁTVR rekur 51 Vínbúð um allt land. Stefna ÁTVR er að vera eitt af fremstu þjónustufyrirtækjum landsins og fyrirmynd á sviði samfélagsábyrgðar. Fyrirtækið vill að vinnustaðurinn sé öruggur, heilsueflandi og skemmtilegur þar sem samskipti einkennast af lipurð, þekkingu og ábyrgð.

Lionsklúbbar á Íslandi safna fyrir lækningatækjum fyrir sykursjúka, sjónskerta og blinda

Helgina 5.-7. apríl nk. munu Lionsfélagar um land allt selja Rauða fjöður til þess að safna fyrir tækjabúnaði fyrir sykursjúka sjónskerta og blinda. Markmiðið er að safna að lágmarki fyrir tveimur augnbotnamyndavélum sem staðsettar verða á innkirtladeild Landspítalans og á þjónustu- og þekkingsarmiðstöð blindrafélagsins.

Lionsfélagar verða á fjölförnum stöðum í öllum stærstu

sveitarfélögum landsins, t.d. verslanamiðstöðvum, verslunum og víðar. Landsmenn eru hvattir til þess að taka Lionsfélögum vel og styrkja átakið. Þeir sem vilja leggja málinu lið með öðrum hætti er bent á heimasíðuna Lions.is og söfnunarsímanúmerin.



SPEKT
Bókhaldsþjónusta
Skattaráðgjöf

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

DFS.is
FRÉTTAVEFUR SUÐURLANDS

Fáðu tilboð í
auglýsingapakka í
blaðið og á vefinn!

Sími 482 1944
dfs@dfs.is



Meistaradeild Cintamani í hestaíþróttum

DAGSKRÁ 2019
23. mars skeiðmót - Selfoss
4. apríl tölt og flugskeið - Fákaseli

Lokamótið mun fara fram fimmtudaginn 4. apríl í Fákaseli, Ingólfshvoli. Keptt verður í tölti og flugskeiði. Húsið opnar kl. 17:00, þar verður boðið upp á dýrindis veitingar, hesta-quiz og mun kepni síðan hefjast kl. 19:00.

Hlökkum til að sjá sem flesta í Fákaseli þann 4. apríl en miðasala er í fullum gangi inn á TIX.is

BÓNFEDGAR

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

Slökkvitæki ehf

Hleðsla - Sala - Þjónusta

Austurvegi 52 - Selfossi
Sími 666 9990

Verslun við litla manninn

Jiibbii

Siggafærðir

- Flutningaþjónusta -

Selfoss - Reykjavík f.h. og e.h.
Reykjavík - Selfoss f.h. og e.h.

Reykjavík - Selfoss
Hella - Hvalsöðullur

Sími 772 6010

Sprettur

ÁBURÐUR

Skeljungur
Lúðvík Bergmann, Viðskiptastjóri
GSM: 840 3009

MERKINGAR

LASERSKURÐUR

FRÆSINGAR

PRENTUN

Kennslustofa 60

SB SKILTAGERÐ

Þorlákshöfn - Sími 483 1955 - www.sbskilti.is

FROST

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

**Raf- og Kæli-
þjónustan ehf.**

Sími 660 2970

- Uppsetn. og viðhald á kæli- og frystikerfum
- Ísskápa viðgerðir
- Almennar raflagnir

Gluggar

Útihurðir Sérsmíði

GK GLUGGAR

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

opið alla daga

rauða húsið

restaurant Eyrarbakka

raudahusid.is
483-3330

Búðarstíg 4 • 820 Eyrarbakka
raudahusid@raudahusid.is

opið 17:00-21:00 mán-fim
12:00-21:00 lau-sun

Rétting og málun

Vottað réttingaverkstæði
Cabas tjónaskoðun

Breiðumýri 1, Selfossi
☎ 480 8020

FYLGD

Útfararþjónusta

Gísli G. Guðmundsson Svanhildur Eiríksdóttir Elfar F. Sigurjónsson

Vistvænar íslenskar kistur, krossar og legsteinar

Sími 482 4300 • www.fylgd.is • fylgd@fylgd.is

NÝTT

Vinnuvélanámskeið á netinu!

www.vinnuvelaskolinn.is

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

Hjólbarðaðþjónusta
Magnúsar

Gagnheiði 25 - Sími 482 2151

HM

Hjólbarðar
Smurþjónusta
Betri vörur - betra verð

Bílamerkingar

Strigaprentun

Fatamerkingar

Gluggafilmur

Límimiðar

Skiltagerð

Filmulausnir
og merkingar

Háheiði 6, Selfossi s: 833 2299
filmulausnir@filmulausnir.is Filmulausnir

Opið mánudaga til föstudaga frá kl. 9 - 17

Bílasprautun - Bílaréttingar
Bílrúðuskipti

Bilverk BA

- þar sem fagmennirnir vinna

★★★★★ Vottað verkstæði

Gagnheiði 3 - Selfossi

Sími 482 2224 / 899 5424 - bilverkba.is

Lagnaþjónustan ehf

Pípulagnir - Efnissala
482 2311 ☎ 696 2311
Skrifstofa Þjónustusími