

Hótel South Coast opnar við Eyra-veg á Selfossi

Hótel South Coast við Eyra-veg á Selfossi opnar dýrnar fyrir gestum sínum þann 1. júní nk. Rekstraraðili hótelsins, Bárú-kór ehf., hefur ráðið Davíð Kjartansson í starf hótelsstjóra.

Hótelid er fjögurra stjörnu hótel hannað af Guðna Pálssyni á GP arkitektum. Það er með 72 rúmgóðum og vel útbúnum herbergjum. Þar af eru 7 superior herbergi sem eru 34 m² og 8 herbergi með hjólastólaaðgengi. Standard herbergin eru 24 m² að stærð. Ásamt þessu er góð líkams-ræktaraðstaða og heilsulind sem stefnt er á að opna í ágúst. Þá er fundaraðstaða og bar í lobbýinu. Hótelid er staðsett í hjarta bæjarins og er nálægt allri helstu þjónustu.

„Við verðum í samstarfi við Kaffi krús í sumar. Þeir sjá um matargerðina og þjónustuhliðina í veitingasal hótelsins. Svo er auðvitað stutt í alla þjónustu á svæðinu og Suðurlandið ákaflega ríkt af afþreyingu og áhugaverðum áfangastöðum fyrir ferðamenn að njóta,“ segir Davíð. Aðspurður um hvort ekki fylgi fjölgun starfa



þessu verkefni segir Davíð: „Það er mér ákveðið kappsmál að vinna þetta með heimamönnum og við erum einmitt að leita að fólki í hin ýmsu störf. Það er um að gera að vera í sambandi við okkur ef áhugi er fyrir hendi.“

Davíð er enginn nýgræðingur þegar kemur að hótelsrekstri en hann starfaði m.a. sem rekstrarstjóri hjá Adventure Hotels, ION Luxury, Centerhotel Miðgarði svo eitthvað sé nefnt.

„Ég lauk Bsc gráðu í hótels-

stjórnun og ferðamálafræði við César Ritz University í Sviss. Þá er ég með MS gráðu í alþjóðavíðskiptum og markaðsfræði við Háskóla Íslands. Þess má geta að Davíð er afreksmaður í skák, en hann er margfaldur Íslands- og Norðurlandameistari og nýjasti alþjóðlegi meistari okkar Íslendinga. „Þetta er eitthvað sem ég hef fengist við lengi og hef mikinn áhuga og ástríðu fyrir, eins og hótelsreksturinn.“

gpp

Framkvæmdir fyrir Landsmótið 2020 hafnar á Hellu



Framkvæmdir fyrir Landsmót hestamanna sem haldið verður á Hellu 6.–12. júlí 2020 eru komnar á fullt skrið. Verið er að laga til keppnisvelli, kynbótabrautir og umgjörð vallanna. Stefnt er að því að framkvæmdum í þessari lotu verði lokið þann 12. maí nk. Stefnt er á vinnudag einhvern næstu daga sem verður auglýstur á Facebook-síðu Rangárhallarinnar.



Selfyssingar í úrslit

Haukur Þrastarson skorar gegn Val. Mynd: Umf. Selfoss/JÁE.

Selfyssingar komust í úrslit Olísdeildarinnar í handbóla eftir sigur á Val 29-26 í þriðja leik liðanna í undanúrslitum í troðfullri Hleðsluhöllinni á Selfossi á mánu-dagskvöld. Selfoss vann einvígð við Val 3-0.

Selfoss mætir annað hvort Haukum eða ÍBV í úrslitum

Olísdeildarinnar. Staðan í einvígí Hauka og ÍBV er 2-1 fyrir Hauka.

Fyrsti leikur úrslitaeinvígisins er þriðjudaginn 14. maí. Þess má geta að Selfyssingar léku síðast til úrslita um Íslandsmeistaratilinn vorið 1992 eða fyrir 27 árum og lutu í lægra haldi fyrir FH 3-1.

Strandlínán hreinsuð í Rangárþingi ytra

Umhverfisnefnd Rangárþings ytra stóð fyrir strandhreinsun sl. laugardag þar sem stór hluti strandlengjunnar í Rangárþingi ytra var hreinsaður. Strandlína Rangárþings ytra teygir sig frá útfalli Þjórsár í vestri að útfalli Hólsár í austri. Heildarþyngd þess sorps sem hreinsað var er tæp 1000 kg. Nánast það eina sem eftir stendur í fjörunni eru leifar af Vikartindi. Eftir hreinsunina var boðið upp á súpu í íþróttahúsinu í Þykkvabæ í boði Þykkvabæjar. Það var mál manna að hér eftir verði þessi hreinsun árleg. Strandhreinsun er samnorrænt hreinsunaráttak þar sem farið er um fjörur landsins og allt rusl tínt saman en það er gert til að sporna við því að plast brotni niður í fjöruborðinu eða fari á haf út og mengi náttúru og dýralíf.



Hluti hópsins í fjörunni við hreinsun.

Er gólfhitinn rétt stilltur?

Fáðu
fagmann
í verkið

PÍPULAGNIR
HELGA
Selfossi • Sími 699 1985 • 823 6656



ALWAYS A
BETTER WAY

HYBRID

Framúrskarandi þjónusta við Toyota eigendur á Suðurlandi.

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

LÖGMENN SUÐURLANDI

**Opið hús laugardaginn
11. maí 2019 milli kl. 13:00-13:30**

Grænamörk 2, íbúð 101, Selfossi

Um er að ræða 95,2 m² íbúð á fyrstu hæð í fjölbýlishúsi ásamt 8,1 m² geymslu í kjallara. Húsið er eingöngu ætlað 50 ára og eldri. Sérinngangur er í íbúðina. Tvö svefnherbergi, hol, stofa, eldhús, baðherbergi, forstofa og sérþvottahús. Eikarparket er á gólfum og flísar á blautrýmum. Í eldhúsinu er eikarspónlögð innrétting. Á baðinu er innrétting, sturta, handklæðaofn og upphengt wc. Fataskápar eru í forstofu og herbergjunum. Útgengt er á verönd til suðurs úr stofunni. Plan framan við húsið er malbikað. Eignin er laus til afhendingar við kaupsamning. **Verð 44,9 m.**

Allar nánari upplýsingar veitir
Steindór Guðmundsson, löggiltur fasteignasali,
steindor@log.is eða í síma 862 1996.

Leikskólinn á Laugalandi Leikskólakennarar



Í leikskólann á Laugalandi vantar okkur leikskólakennara eða annað uppeldismenntað fólk til starfa næsta haust. Um er að ræða stöðu aðstoðarleikskólastjóra, deildarstjóra og leikskólakennara. Stöðuhlutfall hversrar stöðu er samkomulag.

Leitað er að áhugasömum, metnaðarfullum starfsmönnum körlum jafnt sem konum sem hafa góða hæfni í mannlegum samskiptum og eru tilbúnir til að vinna eftir sérstökum áherslum skólans.

Helstu áherslur í starfi eru m.a. traust og góð umönnun og velliðan barnanna á allan hátt. ART þjálfun (þjálfun í félagsfærni, reiðistjórnun og siðferði), leikur, útikennsla, slökun og fjölbreyttar vinnustundir. Mikil og góð samvinna er við grunnskólann sem er undir sama þaki og leikskólinn. **Í leikskólanum er leikskólakennurum boðið uppá aukinn undirbúningstíma. Deildarstjórar fá samtals 10 tíma og leikskólakennarar 9 tíma á viku m.v. 100% starf.**

Leikskólinn Laugalandi er tveggja deilda leikskóli og er staðsettur að Laugalandi í Holtum. Umhverfi skólans einkennist af fjölbreyttri íslenskrí náttúru sem býður upp á endalausa möguleika fyrir leik og nám.

Umsóknir ásamt meðmælum skulu sendast á Leikskólann Laugalandi, 851 Hella fyrir 24. maí eða á leikskolinn@laugaland.is.

Upplýsingar veitir Sigrún Björk Benediktsdóttir, leikskólastjóri

Veffang: <https://leikskolinnlaugalandi.is>

Netfang: leikskolinn@laugalandi.is - Sími 488 7042

Konukvöld Lyfju og Heilsuhússins á Selfossi

Margar konur létu sjá sig á konukvöldi Lyfju og Heilsuhússins á Selfossi. Boðið var upp á léttar veitingar ásamt því að ýmsir sérfræðingar voru mættir til að kynna vörur og bjóða fram aðstoð og ráð. Meðal annars var Elísabet Reynisdóttir, næringarfræðingur, að bjóða upp á svokallaða kollagenmælingu á húð með sérstöku húðgreiningartæki.

Inga Kristjánsdóttir, næringarþerapisti var einnig mætt og veitti ráðgjöf.

Nýlega tóku nýir eigendur við Lyfju og munu þeir leggja áherslu á að skerpa þjónustu við viðskiptavinum enn frekar og verða leiðandi á því sviði. Þannig var nýlega farið að bjóða elli- og örorkulífeyrisþegum á Selfossi upp á heimsendingu

á lyfjum þrisvar í viku og hef-
ur sú viðbót mælt vel fyrir.
Lyfjaskömmunin er á sínum
stað sem og blóðþrýstings- og
blóðsykurmælingar fyrir hádegi
virka daga. Vafalítið verður svo
haldið áfram að bjóða upp á
skemmtilega viðburði af og til
enda gaman þegar svo mikill
áhugi er fyrir hendi.



Vilborg Halldórsdóttir, lyfsali.



Snyrtivörukynning féll vel í kramið hjá viðskiptavinum.



Léttar veitingar í boði fyrir gesti.



Inga Kristjánsdóttir, næringarþerapisti, veitti viðskiptavinum góð ráð.

Nemendur í Þorlákshöfn sýna pop-list

Nemendur í myndlistarvali í Grunnskólanum í Þorlákshöfn sýna verk sem unnin hafa verið í vetur í Gallerí undir stiganum, fimmtudaginn 9. maí, kl:17:00. Þema sýningarinnar er pop-list sem á rætur sínar að rekja til Bretlands og Bandaríkjanna í kringum 1950. Stefnan var sett fram sem ádeila á list ríka fólksins, þar sem þemað var oft og tíðum landslag og fólk og einungis „fina“ fólkið hafði efni á. Pop-list táknar allt sem er mikið, vinsælt og „kitschy“, með dass af kaldhæðni.

Þeir nemendur sem eiga verk á sýningunni eru; Birgitta Björt Rúnarsdóttir, Daniel Rúnars-son, Julija Rós Radosavljevic, Paphawee Nanghong, Rebekka Matthíasdóttir, Sigríður Fjóla Þórarinsdóttir, Sölvi Hrafn Steinþórsson og Svanhildur Eik Ben Sigurðardóttir.

Hrós vikunnar

Harpa Rún Kristjánsdóttir
er hrósari vikunnar að þessu sinni:



Harpa Rún Kristjánsdóttir

Mig langar að hrósa **sauðfjár-
bændum** fyrir að ætla að þraka
einn svefnvana maímánuð í viðbót.
Þrátt fyrir allt sem á móti blæs
þá er ekkert sem jafnast á við
velheppnaða burðarhjálp, rollu sem
tekur undirvaning án þess að múðra
og að ná að hnoða lífi í hálfdautt
lamb með lungun full af slími. Maí er
mánuðurinn þeirra, sauðkindanna
og bændanna þeirra.

Harpa Rún Kristjánsdóttir

Geir Ófeigsson í Næfurholti, ég
skora á þig að koma með næsta hrós
vikunnar.

Dagskráin, fréttablað Suðurlands

Geir, sendu okkur hrósið á netfangið
dagskrain@prentmet.is. Ekki væri
verra að fá mynd með :)





BUXNADAGAR

20-50% AFSLÁTTUR AF BUXUM
MIÐVIKUDAG TIL LAUGARDAGS
FLEIRI SPENNANDI TILBOÐ Í BOÐI

LINDIN
TÍSKUVERSLUN
Eyravegi 29 · Selfossi · Sími 482 1800

Sænskur sendiherra heimsótti Sunnulækjarskóla á Selfossi

Mánudaginn 29. apríl sl. kom sænski sendiherrann Håkan Juholt í heimsókn í Sunnulækjarskóla. Markmiðið var að fræðast um skólastarfið og ræða norrænt samstarf. Sendiherrann gekk um skólann ásamt skólastjórnendum og Önnu Söderström, safnstjóra skólabókasafnsins. Á leiðinni spjallaði sendiherrann við nemendur og kennara, skoðaði verkefni nemenda og hreift verulega af starfsemi og nemendum. Þá hafði hann mikla ánægju af að sjá verkefni 4. bekkjar um



Astrid Lindgren og Smálöndin Sendiherrann færði skólanum sem eru hans æskustöðvar. sænskar bækur að gjöf.

ATVINNA / JOB

Við hjá River Apartments leitum að góðum starfsmanni til að sjá um þrif á útleigubúðum okkar. Áhugasamir vinsamlegast sendið umsókn og ferilskrá á kristin@riverapartments.is.

River Apartments is seeking an employee in housekeeping of apartments in short time rental. Application and resume shall be sent via email to kristin@riverapartments.is

RIVERAPARTMENTS



Um Toyota á Selfossi

Hjá Toyota á Selfossi starfar um 15 manna samveldinn hópur. Toyota á Selfossi starfar í glæsilegu húsnæði þar sem vinnu og starfsmannaaðstaða er til fyrirmyndar.



Störf í boði

Sumarstarf á verkstæði

Viðkomandi þarf að geta unnið sjálfstætt, vera jákvæður og samviskusamur, geta unnið undir álagi og vera fær í mannlegum samskiptum. Skilyrði er reynsla og eða menntun í bifvélavirkjun. Gæti mögulega þróast í fullt starf.

Umsókn með ferilskrá sendist á gummi@toyotaselfossi.is

Hlutastarf í verslun, lager og móttöku

Viðkomandi þarf að geta unnið sjálfstætt, vera jákvæður og samviskusamur. Þarf að búa yfir haldbærri tölvukunnáttu og geta unnið undir álagi. Gæti mögulega þróast í fullt starf.

Umsókn með ferilskrá sendist á gummi@toyotaselfossi.is

Hafa samband

Sími: 480-8000

Email: toyotaselfossi@toyotaselfossi.is

Vefsíða: www.toyotaselfossi.is



Toyota Selfossi
Fosnesi 14
800 Selfossi

Toyota
Selfossi

Engin vandamál bara lausnir..

Úthlutun úr Íþróttta- og afrekssjóði Rangárþings eystra

Íþróttta- og afrekssjóður Rangárþings eystra var stofnuður fyrir um ári. Sjóðurinn hefur það markmið að veita einstökum íþróttta- eða afrekssmönnum, sem keppa fyrir hönd íþróttafélags í Rangárþingi eystra, viðurkenningu og fjárstuðning og auðvelda þeim æfingar og þátttöku í mikilvægum keppnum.

Nýlega var úthlutað úr sjóðnum í fyrsta skipti. Þrír einstaklingar hlut styrk að þessu sinni en það voru þau Birta Sigurborg Úlfarsdóttir fyrir frjálsar íþróttir, Þorsteinn Ragnar Guðnason fyrir taekwondo og Þórdís Ósk Ólafsdóttir fyrir knattspyrnu. Þau eru öll fædd 2003 og öll búsett á Hvolsvelli.



F.v.: Þórdís Ósk, Birta Sigurborg og Þorsteinn Ragnar.

Sveitarfélagið Rangárþing um til hamingju og vill hvetja eystra óskar þessum einstaklinga aðra til þess að sækja um.

Mikill fjöldi á Sindratorfærunni

Um 5500 manns voru saman kominn til að horfa á fyrstu torfærukeppni sumarsins. Flugbjörgunarsveitin á Hellu og akstursíþróttanefnd Umf. Heklu höfðu veg og vanda að keppninni sem haldin var með pompi og prakt í blíðskaparveðri á Hellu laugardaginn 4. maí sl.

Geir Evert Grímsson á Sleggjunni hreppti Helluna að þessu sinni en hann stóð efstur að stigum að keppni lokinni með 1774 stig. Geir sýndi flott tilþrif og ók örugglega í gegnum alla keppnina auk þess að klára ána og mýrina með stæl. Í öðru sæti varð Ingólfur Guðvarðsson á Guttanum með 1712 stig. Alls luku nítján keppendur keppni.

Aðrir öikumenn sýndu flott tilþrif. Aron Ingi Svansson á Stormi hreppti tilþrifaverðlaunin í flokki sérútbúinna bíla eftir mikla flugsýningu í brautunum og magnaða björgun frá veltu í tímabraut. Jakob Nielsen Kristjánsson á Þjakknum í götubílaflokki færði flokkinn upp á annað plan og lét vaða í barðið í fyrstu braut og flaug bókstaflega upp brekkuna og fékk tilþrifaverðlaun götubílaflokksins að launum. Haukur Viðar Einarsson á Heklu náði mesta hraðanum í ánni, alls 98 km/klst og var 4 km/klst frá heimsmetinu. Íslandmeistarinn og Heimsmets-hafinn Þór Þormar Pálsson náði sér ekki á strik í keppninni en sýndi frábæra takta og fór góða veltu eins og honum einum er lagið. Óskar Jónsson á Úlfinum

kom sá og sigraði í götubílaflokki í sinni fyrstu keppni á nýsmíðuðum bíl. Það verður að teljast góður árangur.

Erlendir gestir frá sjónvarpsþættinum Top Gear voru á svæðinu og fengu að taka þátt í keppninni. Bretarnir Christopher

Harris og Freddie Flintoff höfðu það af að enda ofan við miðju í stigatöflunni eftir daginn. Það verður að teljast þokkalegur árangur enda báðir í sinni fyrstu keppni en annar þeirra settist fyrst undir stýri 30 mínútur fyrir keppni.

-KRÐ/GPP



DAGSKRÁIN
FRÉTTABLAÐ SUÐURLANDS

Útgefandi: Dagskráin, Eyra­vegi 25, 800 Selfoss, sími 482 1944, fax 482 2835, dagskrain@prentmet.is.
Ritstjóri: Örn Guðnason, sími 856 0672, orn@prentmet.is.
Bláðamaður: Gunnar Páll Pálsson, sími 856 0673, gunnarp@prentmet.is. **Auðlýsingar:** Katla Harðardóttir, sími 482 1944, katla@prentmet.is

Dagskráin kemur út á hverjum miðvikudegi. Allt efni og auðlýsingar berist í Prentmet, Eyra­vegi 25, Selfossi, fyrir hádegi 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

Visnagátur-höf, Páll Jónasson - Útg. Bókaútgáfan HÓLAR

Gáta vikunnar

Oft með fiski orðið sá,
uppnefni á feitur.
Brauð sem kemur Berlín frá,
blönduð góðum stundum á,
einkum þó í afnæmum og teitum.

Svar við gátu í blaði 2496: GEIT.
2. lína: raggeit - 4. lína: steingeit

Sunnlenski matgæðingurinn

Matgæðingur vikunnar er Gunnar Biering Agnarsson.

Ég vil byrja á að þakka Ingvari vini mínum fyrir áskorunina. Ég tek henni fagnandi. Fyrir stuttu varð ég þess heiðurs aðnjótandi að snæða kvöldverð sem hann framreiddi. Matseðill þess kvölds samanstóð að miklu leyti af þeim réttum sem hann deildi með okkur í síðasta tölublaði Dagskrárinnar. Hvílík veisla!

Fjölskylda okkar hjóna hefur vaxið töluvert á undanförmum árum en við eigum 5 börn og 1 barnabarn. Aðeins 1 barnanna býr enn hjá okkur svo til að hitta þau öll þurfum við oftast að bjóða í mat en áður. Þessar stundir eru okkur mjög dýrmætar því hvað erum við án fjölskyldu eða vina?

Þó ég muni deila með ykkur uppskrift eftir nokkrar setningar verð ég að skjóta því inn að við Hvergerðingar eignuðumst framúrskarandi fiskverslun í lok ágúst 2016. Þar hef ég oft keypt fiskisúpu til að bjóða gestum, t.d. í lítilli brúðkaupsveislu okkar hjóna og eins við önnur tækifæri þar sem fyrirvari hefur verið stuttur. Ávallt fyrsta flokks fiskur og yfirleitt úrval af fiskréttum. Við Hvergerðingar erum mjög lánsamir að hafa slíka fiskverslun í okkar samfélagi.

Ég mun deila með ykkur uppskriftum að meðlæti sem ég býð oft upp á með nautakjöti eða lambi. Ákvað að sleppa uppskrift að kjötinu sjálfu, í eldri tölublaðum eigum við ríkulegt úrval góðra uppskrifta svo ég lét meðlætið duga að þessu sinni. Sós sem ég geri oft með nautakjöti er svona:

Sveppasósa fyrir 4

- 1 box sveppir
- ½ ltr. rjómi
- Íslenskt smjör eftir þörfum
- 1 tsk. rífsberjagel
- 1 tsk. timían
- Hugsanlega ½ til 1 teningur nautakraftur. Salt og pipar ef þörf er á.

Skerið sveppina gróflega og steikið upp úr smjörinu. Yfirleitt hef ég lokað kjöti á pönnu áður og steiki þá sveppina á sömu pönnu og kjötið var steikt á, án þess að þrífa hana á milli. Fæ þá

afgang af salti og pipar í sósuna sem ég hef notað þegar ég steikti kjötið. Notist við miðlungshita en sparið ekki smjórið. Þegar sveppirnir eru klárir bætið rjómanum við og hitið að suðumarki. Setjið timían og rífsberjagelið útí.

Látið malla við vægan hita á meðan sósan þykknar. Ef þörf er á bætið við nautakrafti (1/2 til 1 teningi). Ég nota reyndar frekar soð af kjöti ef það er til staðar. Hef aldrei verið hrifinn á hveitibollum í sósu svo ég nota frekar Maizena ef þörf er á að þykkja sósuna.

Mig langar einnig til að deila með ykkur kartöfluuppskrift sem ég hef notað til hátíðarbrigða undanfarið og gengur vel með hvaða kjótrétti sem er.

Hugsað fyrir 4: Ofnbakaðir kartöfluhelmingar

- 12 kartöflur
- ½ bolli brætt smjör
- Rifinn parmesan-ostur
- Hvítlauksduft

Krydd að vild en ég nota yfirleitt Season All. Hitið ofninn í 200°C. Skerið kartöflur í tvennt á langhliðina. Bræðið smjör og setjið í botninn á eldföstu formi (passið að hafa formið ekki of stórt, smjórið þarf að fylla vel út í formið) og rífið vel af parmesan osti yfir. Kryddið og raðið kartöflunum í formið með sárið niður í smjórið. Bakið í 40-45 mínútur.

Svo er nauðsynlegt að hafa eitthvað grænt með. Mæli með að þið prufið að elda eggaldin og tómata í ofni. Þurfið þá:

- 1 – 2 eggaldin
- 4 tómatar eða margir litlir Hvítlaukssalt, mulinn svartur pipar og nýrifinn parmesa-nostur.

Sneiðið í sirka 5 mm þykkar sneiðar og dreifið á ofnplötu. Stráið pipar, hvítlaukssalt og skammtið svo ostinn með skeið á hverja sneið.

Bakið á 175°C í 20 mín. eða þar til osturinn er tilbúinn.

Að lokum tilnefni ég vin minn Jóhann Ásgrím Pálsson, sérfræðing hjá Landsbankanum. Mig grunar að hann leiði okkur í allan sannleikann um ketó-mataræðið.

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



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
- Almennt 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. maí 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



Ársfundur deildar VR á Suðurlandi

Ársfundur deildar VR á Suðurlandi verður haldinn **miðvikudaginn 22. maí nk. kl. 19.00 á Austurvegi 56, Selfossi (3. hæð).**

Dagskrá

- Kosning fundarstjóra og fundarritara
- Skýrsla stjórnar fyrir liðið starfsár
- Kosning stjórnar
- Önnur mál

Boðið verður upp á léttar veitingar.

Gestir fundarins

Ragnar Þór Ingólfsson, formaður VR
Stefán Sveinbjörnsson, framkvæmdastjóri VR

Tilkynningar um framboð til stjórnar þurfa að hafa borist til VR á netfangið vr@vr.is fyrir kl. 19.00 miðvikudaginn 15. maí 2019.



Stofnfundur Skógræktarfélags Stokkseyrar

Stofnfundur Skógræktarfélags Stokkseyrar verður haldinn
12. maí nk. klukkan 20:00 í Gimli kaffihúsi á Stokkseyri.

Kosið verður í stjórn og farið yfir þær hugmyndir og stefnur
sem félagið hefur í hyggju að gera.



Innilegar þakkir færum við öllum þeim
sem sýndu okkur hlýhug og samúð við
andlát og útför föður okkar,
tengdaföður, afa og langafa,

Steingríms Gíslasonar,
bónda frá Torfastöðum.



Sérstakar þakkir færum við starfsfólki Ljósheima fyrir mjög góða
umönnun og öllum öðrum sem gerðu honum lífið léttara.

Hjartans þakkir.

Árný V. Steingrímsdóttir Friðgeir Jónsson
Jensína Sæunn Steingrímsd. Ægir Stefán Hilmarsson
Aðalheiður Jóna Steingrímsd. Björn Magnússon
Gísli Steingrímsson Ragnheiður Sigmarsdóttir
Sigurður Þór Steingrímsson Guðbjörg Bergsveinsd.
Birgir Árdal Steingrímsson Margrét Jónsdóttir
Bergur Geir Guðmundsson Sigrún Óskarsdóttir

barnabörn og barnabarnabörn.



Sveitarfélagið
ÁRBORG

Lýsing deiliskipulagsáætlunar við Austurveg milli Sigtúns og Fagurgerðis á Selfossi.

Samkvæmt 1. mgr. 40. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér
kynnt lýsing deiliskipulagsáætlunar við Austurveg milli Sigtúns og
Fagurgerðis á Selfossi í Sveitarfélaginu Árborg.
Um er að ræða deiliskipulag á skipulagssvæði sem skilgreint er
sem íbúðarsvæði og miðsvæði. Skipulagssvæðið afmarkast af Aust-
urveg í suðri, Sigtúni í vestri, Árvegi í norðri og Fagurgerði í austri.
Svæðið er um 48.400 m² að stærð.
Í fyrirhugaðri deiliskipulagstillögu verða skilgreindir byggingarreitir
innan lóða. Tiltekið verður meðal annars hámarksbyggingarmagn
(nýtingarhlutfall) innan hvers reits og hámarks hæð húsa. Nýt-
ingarhlutfall lóða á íbúðarsvæðum er 0,3 – 0,45 en á miðsvæðum
á bilinu 1,0 – 2,0. Ef um er að ræða mögulega hættu vegna flóða
verður tilgreind lágmarks hæð gólfkóta íbúðarhúsa. Hæð botnplötu
ber að vera yfir flóðalínu.
Lýsing deiliskipulagsáætlunarinnar mun liggja frammi á skrifstofu
skipulags- og byggingarfulltrúa að Austurvegi 67, Selfossi og í
Ráðhúsi Árborgar að Austurvegi 2, Selfossi á skrifstofutíma frá kl.
8-15. Skriflegum ábendingum er hægt að koma á framfæri á sama
stað og á netfangið bardur@arborg.is fyrir 24. maí 2019. Einnig er
hægt að kynna sér lýsinguna á heimasíðu sveitarfélagsins, <http://www.arborg.is>.

Virðingarfyllst,
Bárður Guðmundsson,
skipulags- og byggingarfulltrúi.

Bílstólspoki

Í dag gefum við uppskrift af ungbarnagalla
í sem hannaður er fyrir ungbörn í bílstól en
vissulega má einnig nota hann sem poka til að
klæðast í vagni. Sérstakt op er fyrir öryggis-
beltið þannig að barnið sitji vel í stólnum.

Gallinn er prjónaður á prjóna númer 6 úr
tveimur þráðum, Malabrigo Rios sem er hand-
lituð merinoull og Anisia mohairgarni.

Stærðir: 0–3ja/3–6 mánaða

Efni: 2/3 dk Malabrigo Rios, 2/3 dk Anisia
mohair, hringprjónar og sokkaprjónar nr. 6,
prjónamerki 4/5 tölur.

Uppskrift:

Bolur: Fitjið upp 90/98 l á prjóna nr. 6, tengið
í hring og prjónið slétt alls 20/25 sm. Í næstu
umferð fellum við af fyrir opi fyrir bílbeltið.
Prjónið 18/20 l, fellið næstu 9 l laust af, prjón-
ið 36/40 l fellið af næstu 9 l, prjónið sl út um-
ferðina. Prjónið áfram slétt en þegar komið er
að opunum eru fitjaðar upp 9 lykkjur. Prjónið
áfram slétt, 5/8 sm. Setjið prjónamerki við
upphaf umferðar og eftir 45/49 l til að aðskilja
fram- og bakstykki.

Í næstu umferð er fellt af fyrir hneppingu
prjónið 21/23 l fellið af 3 l, prjónið slétt út um-
ferðina. Héðan í frá er prjónað fram og tilbaka,
slétt á réttunni, brugðið á röngunni. Á 4/6 um-
ferða fresti er tekið úr við mitti í hvorri hlið
þannig að síðasta l fyrir prjónamerki er tek-
in óprjónuð, næstu 2 eru prjónaðar saman og
þeirri óprjónuðu steipt yfir. Endurtakið þetta
þannig að alls verði 5 úrtökur, þá eru 67/75 l
á prjóninum. Prjónið þar til miðjuop mælist
15/18 sm. Í næstu brugðnu umferð er merkt
fyrir ermum þannig að prjónaðar eru 14/16 l,
næstu 4 l settar á þráð, prjónið 31/35 l, setjið
næstu 4 l á þráð, prjónið út umferðina. Leggið
stykkið til hliðar og prjónið ermar.

Ermur: Fitjið upp 9/11 l og prjónið fram og
tilbaka 4 umf garðaprjón (2 garðar) svo slétt
prjón 18/22 umf. Fitjið upp 9/11 l í viðbót og
tengið í hring. Prjónið áfram slétt prjón yfir
slétta prjónið en 2 garða yfir ný uppfittuðu
lykkjurnar. Athugið að undirermin er þar sem
stytttri hluti prjónlesinsins er. Prjónið áfram í
hring, en aukið á 5 umferða fresti um 1 l sína
hvoru megin við miðjulykkju á undirermi, alls
4 sinnum, þá eru alls 26/30 l á prjónunum.
Prjónið þar til undirermi mælist 15/18 sm.
Setjið síðustu 2 l umferðar og fyrstu 2 l á þráð.
Prjónið aðra ermi eins.

Axlastykki: Sameinið nú ermar og bol. Gott
er að setja prjónamerki þar sem ermi og bol-
ur mætast, prjónið slétt á réttunni, brugðið á



röngunni. Í næstu sléttu umferð er byrjað á
laskaúrtöku þannig að þegar 2 l eru að prjóna-
merki tökum við eina l óprjónaða og steyp-
um yfir næstu l og prjónum sl, næstu 2 l eftir
prjónamerkið eru prjónaðar sl saman. Prjónið
brugðið til baka. Laskaúrtakan er prjónuð í
hverri sl umferð. Prjónið þar til alls eru komn-
ar 10/12 úrtökur. Prjónið þá brugðning 1 sl,
1 br en byrjið umferðina og endið á 2 sl, alls
4/5 umferðir. Þá er byrjað á hettunni sem er
prjónuð með sléttu prjóni en aukið í fyrstu
umferðinni út um 4/6 l jafnt yfir umferðina.
Prjónið áfram þar til hettan mælist 16/18 sm
frá brugðningu. Prjónið þá hálfa umferð og
lykkið saman út umferðina.

Næst er prjónaður kantur fyrir hneppingu.
Tínið upp lykkjur meðfram köntunum 1 l í
annarri hverri umferð, allan hringinn. Prjónið
brugðning 1 sl og 1 br, 2 umferðir. Í næstu um-
ferð eru gerð 4/5 hnappagöt meðfram bolnum
öðrum megin, þannig að 2 l eru prjónaðar
saman, slegið tvisvar upp á prjóninn, næsta
l tekin óprjónuð af og steipt yfir þar næstu
lykkju. Prjónið áfram brugðning, einnig
lykkjurnar sem slegnar voru upp á prjóninn.
Þegar alls eru komnar 6 umferðir fellum við
laust af.

Fellið neðsta hluta ermar saman við efri
hluta þannig að garðarnir mætist og saumið
snyrtilega saman á báðum hliðum, þannig
myndast eins konar lokaðir vettlingar með opi
fyrir hendina. Lykkið pokann saman að neð-
an og undir ermum, gangið frá endum, festið
tölur á, skolið úr mildu sápuvatni og leggið
til þerris.

Uppskrift: Þóra Þórarinsdóttir



Hannyrðabúðin

Eyrasegi 23, Selfossi // 555-1314



DFS.is
FRÉTTAVEFUR SUÐURLANDS





LAGERSTÖRF OG ÚTAKSTUR

Olís Selfossi óskar eftir að ráða kraftmikla einstaklinga til sumarafleysinga.

Tilfallandi störf á lager

Hæfniskröfur

- Lyftarapróf kostur

Bílstjórar í útakstur og dreifingu á vörum

Hæfniskröfur

- Gilt meirapróf
- ADR-réttindi kostur

Áhersla er lögð á

- Snyrtimennsku og reglusemi
- Stundvísi, jákvæðni og þjónustulund
- Hæfni í mannlegum samskiptum

Störfin henta jafnt konum sem körlum.

Nánari upplýsingar hjá útibússtjóra.

Umsóknir á olis.is.

Umsóknarfrestur er til 20. maí.

SUMARSTÖRF Á SELFLOSSI



JAFNLAUNAVOTTUN
2019-2022

Hjá Olís er lögð áhersla á góðan aðbúnað starfsfólks, stuðning til náms og heilsu-eflingar, heiðarleika í samskiptum, snyrtimennsku og fagleg vinnubrögð.



Vinur við veginn

DFS.is
FRÉTTAVEFUR SUÐURLANDS

Ferskar fréttir á hverjum degi!

ISTAK

Brúarvirkjun við Tungufljót

ISTAK HF. leitar að bílstjórum og/eða vélamönnum úr nærumhverfi sem vilja taka þátt í framkvæmdinni í sumar. Sumarvinna mögulega í boði fyrir skólafólk.

Nánari upplýsingar í síma: 869 1206 eða ghg@istak.is



**Sveitarfélagið
ÁRBORG**

Deiliskipulagsbreytingar skóla- og sundhallarreits á Selfossi.

Samkvæmt 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, auglýsir bæjarstjórn Sveitarfélagsins Árborgar tillögu að breyttu deiliskipulagi skóla- og sundhallarreits á Selfossi í Sveitarfélaginu Árborg.

Breytingin nær til lóðar Sundhallar Selfoss. Sundhöllin var stækkuð árið 2015 til norðurs og rúmaði nýbyggingin m.a. nýja líkamsræktarstöð á 2. hæð og afgreiðslu og búningsklefa á 1. hæð. Einnig voru lögð ný bílastæði norðan við nýbygginguna. Sameiginlegur inngangur að sundlaug og líkamsræktarstöð er að vestanverðu við Tryggvagötu. Vegna mikillar aðsóknar er nú þörf á enn frekari stækkun líkamsræktarstöðvarinnar og er lagt til að stækka aðra hæðina til norðurs þannig að hún slúti yfir bílastæðin og hvíli á nokkrum burðarsúlum. Við það fækka bílastæðum lítillega en gönguleið helst óskert meðfram húsinu.

Deiliskipulagsbreytingin felst í:

- 1) Stækkun 2. hæðar til norðurs um 400 m².
 - 2) Bílastæðum fækka um 4
 - 3) Kvöð er um gönguleið undir 2. hæð meðfram húsinu frá Bankavegi að Tryggvagötu.
- Leyfilegt byggingarmagn helst óbreytt og einnig aðrir byggingarskilmálar.

Teikningar ásamt greinargerð (skilmálum), vegna tillögunnar mun liggja frammi á skrifstofu skipulags- og byggingarfulltrúa að Austurvegi 67 Selfossi frá 9. maí 2019 til 20. júní 2019. Öllum er gefinn kostur á að gera athugasemdir við tillöguna. Frestur til að skila athugasemdum rennur út 20. júní 2019 og skal þeim skilað skriflega til skipulags- og byggingarfulltrúa á skrifstofu hans að Austurvegi 67, 800 Selfossi. Á sama tíma er teikning og greinargerð til kynningar á heimasíðu Árborgar <http://www.arborg.is> þar sem hægt er að skoða tillöguna og senda athugasemdir til skipulags- og byggingarfulltrúa í netfangið bardur@arborg.is.

Virðingarfyllt,
Bárður Guðmundsson,
skipulags- og byggingarfulltrúi.

Glórulausar fyrirætlanir bæjarstjórnarmeirihlutans í Árborg

**Magnús
Gíslason,**

íbúi í Árborg.



aður við þenslu sveitarfélagsins vegna fjölgunar. Þessi upptalning segir hverjum sem það vill skilja að þetta er meira en nógu stór bita fyrir Árborg að kyngja. Reksturinn er ekki öðruvísi en rekstur heimilis, það verður að sníða sér stakk eftir vexti. Það er ekki allt opið fyrir lánalínur frá Lánasjóði sveitarfélaga eins og nýlegt dæmi sýnir. Þegar lán var tekið núna í vetur upp á 600 milljónir sem átti að fara í framkvæmdir var skilyrði lánveitanda að eldra lán 580 milljónir yrði gert upp. Eftir voru þá 20 milljónir til framkvæmda. Þegar stjórn lánasjóðsins tók erindið fyrir og sá hvað er framundan í sveitarfélaginu mat hún þessa lánsúmsókn svo og bókaði á eftirfarandi hátt: „Stjórn lánasjóðsins tók fyrir lánsúmsókn Árborgar á síðasta fundi, síðastliðinn þriðjudag og var lánsúmsókn fyrir 600 mkr. samþykkt. Lánsúmsóknin var samþykkt þannig að 580 mkr. séu vegna afborgana eldri lána og 20 mkr. séu vegna framkvæmda ársins“. Þannig er nú staðan þegar kemur að aðgangi að lánsfé til framkvæmda í sveitarfélaginu. Það þarf ekki að hafa mörg orð um þessa stöðu.

En það er búið að vera að skoða „aðrar leiðir“ alveg frá síðasta hausti.

Sala á fráveitu viðruð af bæjarstjóra

Hugmyndin sem Gísli Halldór Halldórsson bæjarstjóri viðraði á heimasíðu sveitarfélagsins í desember sl. um sölu á frá-

veitu Árborgar er algjörlega galin. Eigi þessi fyrirætlan að ganga eftir þarf að hækka gjöld á okkur íbúana. Það var ekki nema von að enginn bæjarfulltrúi meirihlutans treysti sér til að kynna þessa hugmynd. Það versta í þessu öllu saman er svo að það er ekki búið að slá þetta út af borðinu heldur hangir þetta yfir okkur íbúum Árborgar. Ég mótmæli þessu harðlega því að þessi gjörningur að selja innviði heitir að pissa í skoðinn sinn. Sömu flokkar og nú eru við völd hikuðu ekki við að selja rafveitu Selfoss á sínum tíma. Töpuðust 150 milljónir af andvirði sölnunnar í peningamarkaðssjóði í hruninu. Sporin hræða því óneitanlega þegar kemur að því að höndla með grunn innviði sveitarfélagsins.

Tekjuöflun í fjárfestingarætlun sem gerð var síðasta haust stenst ekki

Þær tekjur sem áttu að skila sér vegna lóðasölu eru ekki að skila sér. Fyrsta árið átti að selja lóðir sem hefðu skilað sveitarfélaginu 600 milljónum. Nánast ekkert er selt upp í þessa áætlun því það er ekki byrjað á hverfinu sem átti að gefa mestu tekjurnar, Björkustykki. Innan við hálfu ári eftir að fjárhagsáætlunin var gerð er hún einskis gilt plagg. Með því að fara í offjárfestingar og skuldaférfun ríkur skulda hlutfallið upp úr öllu valdi og við lendum undir eftirlitsnefnd sveitarfélaga. Ég held ekki að íbúar Árborgar vilji að sveitarfélagið verði keyrt niður á þetta plan. Meirihlutinn í Árborg skipaður fjórum flokkum og sjö flokkabrotum stendur frammi fyrir miklum pólitískum vanda vegna allra sinna loforða. Hann er kominn með bakið upp að vegg eins og sagt er í íþróttunum.

Aðalfundur Garðyrkjufélags Árnesinga Plöntuskiptidagur 26. maí á Selfossi



Aðalfundur Garðyrkjufélags Árnesinga var haldinn 2. apríl sl. og þar var kosin ný stjórn fyrir félagið. Formaður Valdimar Bragason, Selfossi; Pétur Reyn-

isson, Hveragerði, gjaldkeri; Ingólfur Guðnason, Hveragerði, ritari og meðstjórnendur voru kosnar Ingibjörg Sigmundsdóttir, Hveragerði og Dagný Guð-

mundsdóttir, Bláskógabyggð og í varastjórn Jón Kr. Bragason, Bláskógabyggð, og Hlíf Böðvarsdóttir, Selfossi.

Að loknum aðalfundarstörfum hélt Jóhanna B. Magnúsdóttir fróðlegt erindi um gróðurhús, bæði köld og upphituð.

Ákveðið var að halda svo kallaðan plöntuskiptadag í Tryggvagarði á Selfossi sunnudaginn 26. maí nk. kl. 13:00. Þá getur allt blóma- og trjáræktar fólk komið með plöntur og skipt við aðra þátttakendur, en þemað er „planta á móti plöntu“.

Þá var áformað að fara í garðaskoðun í Hveragerði og nágrenni í júlímánuði, en garðar þar verða valdir síðar og þá nánar tilkynnt um þann atburð. -VBr.

Fjölmenni tók þátt í 1. maí hátíðarhöldum á Selfossi



Kröfuganga 1. maí á Selfossi við undirleik Lúðrasveitar Selfoss. Mynd: GPP.

Fjölmenni safnaðist saman í ágætis veðri á Selfossi til að taka þátt í kröfugöngu sem stéttarfélagin á Suðurlandi stóðu fyrir í tilefni af 1. maí, á alþjóðlegum baráttudegi verkafólks. Vel var mætt í hátíðardagskrá á Hótel Selfoss enda kjaramál of-arlega í huga fólks í kjölfar þess að skrifað var undir nýja kjara-samninga á almennum vinnu-markaði fyrir þrem vikum, þar sýndi sig vel að samstaðan skil-ar árangri. Yfirskrift dagsins var *Jöfnum kjörin – Samfélag fyrir alla* og er greinilegt að þessi yfirskrift átti góðan hljómgrunn hjá fólki.

Gangan fór frá húsi stéttar-félaganna við Austurveg 56 að

Hótel Selfossi þar sem boðið var upp á veitingar og hátíðardag-skrá á vegum stéttarfélaganna á Suðurlandi. Aðalræðumaður dagsins var Magnús Már Guð-mundsson, framkvæmdastjóri BSRB og Álfheiður Østerby námsmaður.

Í kjölfarið fylgdu skemmti-riði meðal annars frá Leikfélagi Selfoss sem flutti atriði úr sýn-ingu sinni *Á vit ævintýranna*. Unnur Birna og Dagný Halla Björnsdætur fluttu nokkur lög. Í Sleipnishöllinni var ungviðinu boðið á hestbak og var mikil ásókn í það en félagar úr þeirra röðum fóru einnig í fararbroddi kröfugöngunnar.

Harpa Rún kosin formaður Bókabæjanna



Bókabæirnir héldu aðalfund sinn á kaffihúsinu Gimli á Stokkseyri 30. apríl sl. Nokkr-ar breytingar urðu á stjórn en Heiðrún Dóra Eyvindardóttir færir sig úr formannsstöln-um yfir í meðstjórnandasæti. Við keflinu tekur Harpa Rún Kristjánsdóttir. Þá kemur Pétur Már Guðmundsson nýr inn í stjórn og tekur við stöðu ritara. Svanhvít Hermannsdóttir situr áfram sem gjaldkeri auk vara-mannanna, Hlífur Sigríðar Arn-dal, Jóns Özurs Snorrasonar og Dorothee Lubecki, en Dorothee situr einnig í alþjóðastjórn IOB. Á fundinum var ákveðið að láta félagsmenn njóta góðrar stöðu félagsins og rúkka ekki

félagsgjöld að svo stöddu. Sam-þykkt var að halda áfram föstum liðum eins og Margmálaljóða-kvöldi og málþingi, en efla einnig ný verkefni sem tengj-ast bókum í breiðu samhengi. Áhugasöm eru hvött til að setja sig í samband við Bókabæina og fá aðstoð við að hrinda góðum hugmyndum í framkvæmd. Að lokum skýrði Dorothee frá ferð sinni á aðalfund IOB í Ástralíu á síðasta ári, þar sem hún var kjörin í alþjóðlegu stjórnina. Hún sagði það merki-legt að sjá hversu lík áherslumál fólks á landsbyggðinni eru hvar sem er í heiminum og hvatti stjórnarmenn til alþjóðlegs bókelskandi samstarfs.



Fjöldi tónleika í Tónlistarskóla Árnesinga

Dagskrá allra tónleikanna er vönduð, fjölbreytt, skemmtileg og metnaðarfull. eru Sunnlendingar hvattir til að nýta sér þetta góða tækifæri til að skyggjast inn í öfluga starfsemi Tónlistarskóla Árnesinga.

Aðgangur að tónleikunum er ókeypis og allir hjartanlega velkomnir.

Framhaldsprófstónleikar í einsöng

Þrír söngnemendur ljúka framhaldsprófi frá Tónlistarskóla Árnesinga með opinberum tónleikum í maí.

9. maí kl. 18:00 - Unnur Þórisdóttir heldur tónleika í Selfosskirkju.

9. maí kl. 20:00 - Berglind María Ólafsdóttir heldur tónleika í Hveragerðiskirkju.

16. maí kl. 20:00 - Sædis Lind Másdóttir heldur tónleika í Hveragerðiskirkju.



Unnur Þórisdóttir



Berglind María Ólafsdóttir



Sædis Lind Másdóttir

Allskynsóperan

Fjöldi hljómsveita, samspilshópa og söngvara leiða saman hesta sína í ævintýraóperu Tónlistarskóla Árnesinga, sem hlotið hefur nafnið Allskynsóperan. Í óperunni koma við sögu persónur úr ýmsum ævintýr-um og þjóðsögum.

Haldnar verða þrjár óperusýningar í Menningar-sal Arthostel (Hólmaröst) á Stokkseyri.

10. maí kl. 19:00

11. maí kl. 14:00

11. maí kl. 17:00

Vortónleikar blásarasveita

13. maí kl. 18:00 - Eldri blásarasveitir Tónlistarskóla Árnesinga á Selfossi og í Þorlákshöfn hafa unnið mikið saman í vetur og halda sameiginlega vortónleika í Sunnulækjarskóla.

Gestir: Yngri blásarasveit á Selfossi.



Lokatónleikar

13. maí kl. 20:00 - Karítas Birna Eypórs-dóttir fíðlunemandi kveður skólann með tónleikum í Básnum, Ölfusi.

Íþróttir Selfyssingar leika til úrslita

Efni sendist á: selfoss@prentmet.is

Egill besti bardagamaður á Íslandi

JÚDÓ Íslandsmótið í júdó fór fram í Laugardalshöll í lok apríl og áttu Selfyssingar fimm keppendur á mótinu.

Þetta var dagur Egils Blöndal sem vann -90 kg þyngdarflokkin með yfirburðum og opna flokkinn eftir hörkuátök við félagan sinn Þór Davíðsson í viðureign sem tók 18 mínútur og 40 sekúndur en hefðbundinn keppnistími er fjórar mínútur. Egill sótti án afláts gegn Þór sem var ekki tilbúinn að gefa sinn hlut en varð að lokum að játa sig sigraðan. Egill var kominn til þess að berjast á þessu móti á því lék enginn vafi frá byrjun. Voru allar viðureignir hans í -90 kg flokknum stuttar. Sú lengsta 23 sekúndur og sú stysta 3 sekúndur, slíkir voru yfirburðir Egils. Andstæðingar hans vissu ekki hvort þeir voru að koma eða fara.

Þór átti einnig góðan dag en auk silfurverðlauna í opnum flokki varð hann Íslandsmeistari í -100 kg.



Egill og Þór (t.v.) glímdu til úrslita í opnum flokki.

Auk þess kepptu Selfyssingarnir Grímur Ívarsson (2. sæti í -100 kg fl. og 7. sæti í opnum fl., Breki Bernharðsson (2. sæti í -73 kg fl. og 5. sæti í opnum fl.) og Jakub Tomczyk (4. sæti í -66 kg fl.) einnig á mótinu. Jakub var að keppa í fyrsta skipti á Íslandsmóti í fullorðinsflokki aðeins 15 ára og stóð sig mjög vel.

ghs/gj

Sigur á heimavelli eftir framlengingu (1-0)

Selfoss vann Val í framlengdum fyrsta leik liðanna í Hleðsluhöllinni, 35-34, þann 30. apríl. Leikurinn var í járnnum allan tímann, jafnt í hálfleik 17-17 og að loknum venjulegum leiktíma 30-30 eftir að Selfyssingar jöfnuðu í lokasókn sinni í venjulegum leiktíma.

Í framlengingunni fóru Selfyssingar af stað af miklum krafti og skoruðu þrjú fyrstu mörkin. Valsmenn náðu að saxa á forystuna en höfðu það ekki af að klára hana. Eins marks sigur í einum af mest spennandi leikjum tímabilsins var því staðreynd.

Mörk Selfoss: Haukur 13, Elvar Örn 5/2, Nökkvi Dan 5/1, Árni Steinn 5, Guðni 4, Hergeir 2 og Guðjón Baldur 1. Varin skot: Sölvi 10 (33%), Pawel 4 (22%).

Sigur sóttur á Hlíðarenda í öðrum leik (2-0)

Liðin mættust öðru sinni á Hlíðarenda föstudaginn 3. maí. Fjórði leikur Selfyssinga í úrslitakeppninni og fjórði eins marks sigurinn, 31-32.



Haukur Þrastarson lék frábærlega í leikjunum gegn Val. Hann fór með himinskautum í fyrsta leiknum og skoraði 13 mörk. Ljósmynd: Umf. Selfoss/JÁE.

Eftir brösótta byrjun vann Selfoss sig inn í leikinn og leiddu með einu marki í hálfleik, 15-16. Í upphafi síðari hálfleiks bætti Selfoss forystuna en voru slegirnir niður á jörðina með fjórum mörkum Valsmanna í röð. Patrekur Jóhannesson tók þá leikhlé og skerpti á sínum mönnum sem komust aftur á rétta braut og sigldu heim eins marks sigri í æsispennandi leik.

Mörk Selfoss: Elvar Örn 8/2, Haukur og Hergeir 6, Árni Steinn 5, Alexander Már 4, Guðni 2 og Atli Ævar 1. Sölvi varði 13 skot (30%).

Valsmönnum sópað í sumarfrí (3-0)

Selfyssingar höfðu góða stjórn á þriðja leik liðanna sem fram fór í

Hleðsluhöllinni mánudaginn 6. maí. Reyndist þetta seinasti leikur liðanna þar sem Selfyssingar fóru með sigur af hólmi 29-26.

Jafnt var á með liðunum í fyrri hálfleik og skiptust þau á að leiða með einu marki. Selfyssingar skoruðu þrjú síðustu mörk hálfleiksins og leiddu 17-14 í hálfleik.

Heimamenn héldu föstum tökum á leiknum í síðari hálfleik þar sem þeir héldu Valsmönnum í hæfilegri fjarlægð, juku muninn mest í fimm mörk á kafla og unnu að lokum sannfærandi sigur 29-26.

Mörk Selfoss: Elvar Örn 6/3, Hergeir 5, Árni Steinn og Haukur 4, Nökkvi Dan og Guðni 3, Atli Ævar 2 og Alexander Már 1. Varin skot: Pawel 8 skot (32%) og Sölvi 1 skot (10%).

Viðurkenningar á minningarmóti fimleikadeildar Selfoss

FIMLEIKAR Laugardaginn 13. apríl fór fram árlegt minningarmót fimleikadeildar Selfoss. Mótið er uppskeruhátið deildarinnar og er haldið til minningar um Magnús Arnar Garðarsson, sem var félagi og þjálfari í deildinni en hann lést árið 1990.

Á mótinu fær hver hópur verðlaun fyrir sitt besta áhald og í lokin eru veittar viðurkenningar til einstaklinga og verðlaun fyrir lið ársins í yngri flokkum. Foreldrar Magnúsar, þau Garðar Garðarsson og Valborg S. Árnadóttir gefa alla eignarbikara og bikar fyrir lið ársins.

Viðurkenningu fyrir lið ársins fékk 4. flokkur 2, en það er hópur 10-11 ára stúlkna, sem hafa sýnt skemmtilegan karakter í vetur, standa sig vel á æfingum og eru þéttur og flottur hópur.

Viðurkenningu fyrir framfarir og ástundun fengu Karitas Líf Sigurbjörnsdóttir og Ævar Kári Eyþórsson. Viðurkenningu fyrir efnilegasta unglinginn fengu Auður Helga Halldórsdóttir og Daníel Már Stefánsson. Félagi ársins var að þessu sinni Ingvaldur Jóna Þorbjörnsdóttir.

Titillinn fimleikakona ársins fékk Evelyn Þóra Jósefsdóttir, en fimleikamaður ársins var valinn Sindri Snær Bjarnason.

Frábær dagur þar sem iðkendur okkar fengu að láta ljós sitt skína og mörg lið nýttu tækifærið og keyrðu keppnisæfingarnar sínar, þar sem Íslandsmótin fara fram um þessar mundir.

bki



Verðlaunahafar f.v. Sindri Snær, Ævar Kári, Bjarni Már, Auður Helga, Karitas Líf, Ingvaldur Jóna og Evelyn Þóra.



Lið ársins var 4. flokkur 2. Ljósmyndir: Umf. Selfoss/Inga Heiða.

Íslandsmeistarar í formum og bardaga

TAEKWONDO Bikarmót TKÍ í bardaga og formum fór fram í Ármannsheimilinu 27. apríl sl.

Þorsteinn Ragnar Guðnason hélt áfram að gera góða hluti í formum og uppskar þrenn verðlaun þ.e. silfur í einstaklingsformum, brons í paraformum og gull í hópaformum. Margrét Edda Gnarr keppti í einstaklingsformum senior kvenna og hlaut hún bronsverðlaun. Sigurjón Bergur Eiríksson keppti í -80 kg flokki senior karla í bardaga og hlaut hann bronsverðlaun. Síðast en ekki síst stal Natan Hugi Hjaltason senunni þar sem hann hlaut gullverðlaun í -63 kg flokki



Natan Hugi með viðurkenningu sem keppandi mótsins.

junior karla og var einnig valinn maður mótsins með hæstu stigatölu.

djp

Hólmfríður Magnúsdóttir í Selfoss



Hólmfríður handsalar samninginn við Jón Steindór Sveinsson, formann knattspyrnudeildar Selfoss. Ljósmynd: Umf. Selfoss/GKS.

KNATTSPYRNA Hólmfríður Magnúsdóttir skrifaði nýlega undir árs samning við knattspyrnudeild Selfoss og mun hún leika með liði félagsins í Pepsi Max deild kvenna í sumar.

Hólmfríður, sem er 34 ára, er gríðarlegur fengur fyrir ungt lið Selfoss. Hún er ein reynslumesta knattspyrnakona þjóðarinnar og er í 2.-3. sæti yfir leikjahæstu knattspyrnakonur landsins með 286 meistaraflokksleiki. Hólm-

fríður er uppalin hjá KFR en hefur á sínum ferli leikið með KR, Val, ÍBV, Avaldsnes í Noregi, Kristianstad í Svíþjóð og Philadelphia Independence í Bandaríkjunum.

„Ég ætlaði ekki að spila fótbolta í sumar, en þegar grasið fór að grænka þá fór mig að kitla í tærnar og ég fór að íhuga þetta fyrir stuttu. Eg finn að áhuginn er enn fyrir hendi þannig að ég er ekki tilbúin til að hætta strax,“ segir Hólmfríður.

HSK-fólk heiðrað og Olga kosin í stjórn ÍSÍ

74. Íþróttabing Íþrótt- og Ólympíusambands Íslands var haldið í Reykjavík um síðustu helgi. Þingfulltrúar voru vel á annað hundrað af öllu landinu. Fulltrúar HSK á þinginu voru þau Guðríður Aadnegard, Helgi S. Haraldsson, Guðmundur Jónsson, Olga Bjarnadóttir, Engilbert Olgeirsson, Gissur Jónsson og Jana Lind Ellertsdóttir, sem mætti sem varafultrúi seinni daginn.

Þrír einstaklingar úr HSK voru heiðraðir á þinginu. Hrafnhildur Guðmundsdóttir í Þorlákshöfn og Guðmundur Kr. Jónsson Selfossi voru kosin heiðursfélagar ÍSÍ og Jón M. Ívarsson var sæmdur heiðurskrossi ÍSÍ.

Tíu voru í framboði til sjö sæta í stjórn ÍSÍ til fjögurra ára. Olga Bjarnadóttir á Selfossi var kjörin í stjórn. Gunnar Bragason frá Hellu var endurkjörinn og því eru þrír Sunnlendingar í nýju stjórninni en Selfyssingurinn Þráinn Hafsteinsson var kosinn til fjögurra ára á Íþróttabingi 2017. Reykvíkingurinn Knútur G. Hauksson kom nýr inn í stjórn, formaður Golfklúbbs Öndverðar-ness. Aðrir sem náðu kjöri eru Ása Ólafsdóttir, Hafsteinn Pálsson, Ingi Þór Ágústsson og Kolbrún Hrunn Sigurgeirsdóttir.



Guðmundur Kr. Jónsson og Hrafnhildur Guðmundsdóttir, heiðursfélagar ÍSÍ og Jón M. Ívarsson með heiðurskross ÍSÍ.



Þingfulltrúar HSK, f.v.: Gissur, Engilbert, Guðríður, Jana Lind, Olga og Guðmundur. Á myndina vantar Helga Haraldsson.

Nýtt HSK-met sett í Jötunhlaupinu

Jötunhlaup Frískra Flóamanna í samstarfi við Jötunvélar fór fram þann 1. maí sl. í blíðskaparveðri. Alls tóku 30 hlauparar þátt í hlaupinu í ár en það var örlítil fækkun frá árinu áður.

Í 5 km hlaupinu var Reimar Snæfells Pétursson hraðastur en hann fór vegalengdina á 16:57 mín. Hraðasta konan var Linda Heiðarsdóttir úr Útipúli en hennar tími var 20:38 mín.

Fyrstur Frískra Flóamanna í 5 km var Sigursveinn Sigurðsson. Tíminn hans var 19:10 mín. Auður Inga Ólafsdóttir var fljótust Frískra í kvennaflokki en hennar tími var 24:25 mín. og var það jafnframt HSK-met í aldursflokknunum 50–54 ára.

Í 10 km hlaupinu kom Auður Tinna Aðalbjarnardóttir fyrst í mark á 44:46 mín. og Benedikt Rafnsson úr Frískum Flóamönnum á 46:51 mín. Í kvennaflokki var Guðný Hrunn Rúnarsdóttir fyrst Frískra Flóamanna á 50:41 mín.

Hlaupið var ræst við húsa-kynni Jötunn Véla og þar var líka endamarkið. Í viðbót við hefðbundin verðlaun fyrir bestu tíma í karla- og kvennaflokki í 5 og 10 km vegalengd voru veitt útráttarverðlaun sem Jötunn Vélar, Riverside Spa, Krisp, Sportbær, Stúdíó Sport og Efnalaug Suðurlands gáfu. MS gaf hleðsludrykki og Heilsuhúsið orkudrykki. Öllum þessum aðilum eru færðar hinar bestu þakkir fyrir stuðninginn.

Góður rómur var gerður í keppnislok að hlaupaleiðinni en bæði þykir brautin hröð og skemmtileg og því býður hún



Auður Inga Ólafsdóttir. Mynd: Dýrfinna S.

upp á kjöraðstæður til að bæta tíma. Þess má geta að kvöldið áður fóru Frískir Flóamenn og „plokkuðu“ hlaupaleiðina þannig að hún var líka óvenju snyrtileg.

Æfingatímar Frískra Flóamanna er á þriðjud. og fimmtud.

kl. 17:15 og á laugardögum kl. 10:00. Hlaupin hefjast og enda við Sundhöll Selfoss og eru allir áhugasamir um hlaup hvattir til að mæta. Æfingar eru ókeypis.

Marín og Jana Evrópumeistarar

GLÍMA Tveir keppendur af sam-bandssvæði HSK tóku þátt í Evrópumótinu í keltnekum fangbrögðum sem haldið var í Reykjanesbæ dagana 25.–27. apríl sl.

Þær Marín Laufey Davíðsdóttir og Jana Lind Ellertsdóttir stóðu sig frábærlega á mótinu og urðu báðar Evrópumeistarar. Marín Laufey varð Evrópumeistari í -80 kg flokki bæði í glímu og backhold og varð síðan í 2. sæti í gouden í sama þyngdarsflokki. Hún var kosin glímukona mótsins í glímu og backhold.

Jana Lind vann Evrópumeistaratitil í glímu í -56 kg flokki og þá varð hún í 3. sæti í -56 kg flokknum bæði í gouden og backhold. Heildarúrslit mótsins eru á www.glima.is.



Marín Laufey og Jana Lind.

2. deild karla

Selfoss JÁVERK Völlurinn

Fjarðabyggð UMF SELFLOSS 1936

Laugardaginn kl. 14:00

JAKO Apótekarinn



Land til þökuskurðar

Landgræðsla ríkisins auglýsir
13 hektara frækur til leigu
í nágrenni Gunnarsholts í Rangárþingi ytra.

Óskað er eftir tilboðum í akurinn.

Umsóknir skal senda á netfangið
reynir@land.is og er umsóknarfrestur til
kl. 12:00 fimmtudaginn 23. maí næstkomandi.

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

Kvennareiðtúr Sleipnis 18. maí 2019

Athugið breytt tímasetning!!



Þema kvennareiðtúrsins er „regnboginn“.

Lagt af stað kl. 13:30 frá Sleipnishöllinni og riðið sem leið liggur að Stekkum í Sandvíkurhreppi/Árborg. Vegna breyttrar dagsetningar á Kvennareiðtúr verður ekki möguleiki að vera í Hlíðskjálfi þar sem það er í útleigu og þar af leiðandi hefur nefndin tekið þá ákvörðun að matur verður snæddur í Sleipnishöllinni (reiðhöllinni) að loknum reiðtúr um kl. 18:00. Matur og nesti kemur frá Veisluþjónustu Suðurlands.

Í Sleipnishöllina mæta hressir trúbadorar sem leiða okkur í söng fram eftir kvöldi.

Miðasala verður **miðvikudaginn 15. maí** frá kl. 16:00–18:00 í hesthúsinu hjá Jóhönnu Haraldsdóttur sem er númer 8 við Vallartröð.

Nesti og matur er á sama verði og í fyrra 3.500 kr. en 1.200 kr. ef konur vilja eingöngu nesti.

Hlökkum til að sjá ykkur í öllum regnbogans litum.

SAGNASAUMUR Í BAYEUX

Lítil ferðasaga um heimsókn Njálu-refilsfólks til Bayeux

Hvenær er ferðalag langt og hvenær stutt? Stundum getur ferðalag tekið stuttan tíma en verið samt í huga manns mjög langt og lærdómsríkt. Á það ekki endilega við um vegalengdir, miklu fremur viðburði. Og það átti svo sannarlega við þegar hópur Njálu-refilsfólks fór í fimm daga kynnisferð til Bayeux í Frakklandi til að skoða hinn heimsfræga, 1000 ára gamla Bayeux-refil. Hópurinn samanstóð af saumafólki, nokkrum aðstandendum, sveitarstjóra Rangárbings eystra, Antoni Kára Halldórssyni og formanni fagráðs Sögusetursins, Óla Jóni Ólasyni.

Lagt var upp frá Njálu-refilstofunni á Hvolsvelli kl. þrjú aðfaranótt sumardagsins fyrsta, þann 25. apríl sl. Haldið var á Keflavíkurflugvöll þáðan sem flogið var til Parísar. Þar tók á móti okkur hinn indæli fararstjóri og leiðsögumaður, Kristín Jónsdóttir, þekkt sem Parísardaman (sjá: <http://www.parisardaman.com/>). Hún býður Íslendingum upp á leiðsögn um París og skipuleggur einnig lengri ferðir eftir óskum viðskiptavina. Kristín var ekki sú eina sem beið okkar á veginum því fyrir utan stóð stór og stæðileg rúta sem flutti okkur á áfangastað, hótelið okkar í Bayeux. Á leiðinni til Normandí blöstu við okkur fagrir akrar, repjan með sinn skærgula lit í fullum blóma, og trjágróðurinn upp á sitt fegursta, nýtsprunginn. Það er mikið forskot sem ræktunin á þessum slóðum hefur miðað við okkar aðstæður, þar sem ekki var einu sinni búið að sá á þessum tíma. Á áfangastað beið okkar kvöldverður og eftir langt og strangt ferðlag var lagst á koddann með mikilli tilhlökkun fyrir þeim spennandi dögum sem framundan voru.

Næsti dagur hófst á skoðunarferð um Bayeux. Borgin er að grunni til frá tímum Rómaveldis en seint á níundu öld lögðu Normanar hana í rúst og reistu nýja borg eftir að hafa tekið kristna trú. Í borginni má enn finna leifar af gamla borgarmúrnum ásamt mörgu fleiru ævafornu enda slapp borgin að mestu við sprengjuregn seinni heimsstyrjaldarinnar.

Við byrjuðum á að skoða grasaragardinn í Bayeux en þar stendur eitt af merkistrjám Frakklands, gríðar umfangsmikið hengibeyki sem gróðursett var á seinni hluta nítjándu aldar. Garðurinn er



Ferðafélagar í grasaragardinum í Bayeux, undir stóra hengibeykinu.

afar fagur og státar af mörgum merkilegum trjám og gróðri.

Þá var haldið að dómkirkjunni í Bayeux (Cathédrale Notre-Dame de Bayeux). Bygging hennar hófst 1047 og var hún vígð 14. júlí 1077 að viðstöddum Vilhjálmi sigursæla hertoga af Normandí og konungi Englands sem er aðalpersónan í orrustunni við Hastings og þá um leið aðal söguhetjan í Bayeux-reflinum. Kirkjan er friðlýst sem einn af þjóðarýrgripum Frakklands. Þar sem kirkjan stendur er forn helgistaður, allt frá tímum Rómverja. Það var hér sem Vilhjálmur neyddi Harald Guðnason til að sverja sér trúnaðareid, sem Haraldur svo sveik. Það leiddi til innrásar Normanna í England, 1066 sem Bayeux-refillinn segir frá. Odo biskup í Bayeux, hálfbróðir Vilhjálms, tók þátt í innrásinni og telja margir að hann hafi staðið fyrir gerð refilsins.

Nú var komið að stóru stundinni í ferðinni, heimsókninni á Bayeux Museum sem hýsir Bayeux-refillinn. Refillinn er 70 metra langur og er á heimsminjaskrá Unesco. Það fór straumur um marga í hópnum þegar við komum inn í portið á safninu. Ég held að mörgum hafi þótt þetta helg stund. Við vorum leidd í gegnum söguna með hljóðleiðsögn og þótti sumum nóg um hraðann sem var á því ferðalagi enda margur sem vildi virða betur fyrir sér ýmis smáatriði í reflinum. En þetta er gert til að tryggja flæði í gegnum sýninguna sem 400.000 manns skoða

á ári hverju og allt að 3000 manns á dag. Þegar við höfðum farið í gegnum sýninguna tók safnstjórinn Antoine Verney á móti okkur og fræddi okkur um sögu og varðveislu refilsins. Það er mikið vandaverk að varðveita svo gamalt listaverk og að mörgu að huga í því sambandi. Nú stendur til á næstu árum að byggja nýtt hús yfir listaverkið sem er í eigu franska ríkisins og sagði Verney okkur að ágreiningur væri um hvernig refillinn yrði sýndur í hinu nýja húsnaði. Hvort leggja ætti áherslu á að sýna listaverkið eins og hugsað var í upphafi eða að meiri áhersla verði lögð á varðveisluna.

Ekki er laust við að smá kvíðahroll hafi sett að sumum í hópnum, þegar við leiddum hugann að varðveislu hins 90 metra langa Njálu-refils. Í öllu falli duldust engum að við höfðum fengið mikilvægar og gagnlegar upplýsingar. Að lokum færðum við Verney nokkrar gjafir, m.a. hópssamaða mynd úr Njálu-reflinum. Heimsóknin á safnið var áhrifarík og ljóst að að mörgu þarf að huga þegar kemur að uppsetningu og varðveislu Njálu-refilsins.

Þessum frábæra degi lauk á dýrindis kvöldverði á hinum pínulítla og sjarmerandi veitingastað La Rapière þar sem hópurinn fagnað 60 ára afmæli Christinu Bengtson sem er annar af verkefnastjórnunum refilsins.

Daginn eftir bjuggu ferðafélagarnir við nokkuð frelsi, þar sem engin dagskrá

var skipulögð. Nýtti fólk daginn til að skoða söfn, búðir og byggðir.

Síðasti dagur ferðarinnar var í raun tileinkaður innrásinni í Normandí og heimsókn í miðaldabæinn Honfleur sem er gamall hafnarbær sunnan megin við ósa Signu. Afar fallegur miðbær sem státar af gömlum húsaröðum þar sem urmull lítilla og fallegra verslana og listagallería gleðja fjölda ferðamanna sem vafra um bæinn. Bærinn slapp við sprengjuregn Þjóðverja öfugt við Le Havre sem er norðan megin við Signuósa, bærinn sá var rústir einar eftir innrásina í Normandí. Í Honfleur er afar falleg og hlýleg kirkja, kennd við heilaga Katrínu. Hún var reist um miðja 15. öld. Hún er úr timbri og er talið að bátasmiðir hafi séð um bygginguna enda hvolfpakið eins og skip á hvolfi. Bærinn er nokkuð sérstakur þar sem svört steinklæðning einkennir flest gömlu húsanna í miðbænum.

Frá Honfleur var ekið að Omaha-ströndinni og að minningarkirkjugarði um fallna Bandaríkjamenn og hetjudáðir þeirra við innrásina í Normandí (The Normandy American Cemetery and Memorial) þar sem 9400 hermenn eru grafnir, og að auki er minnst 1.500 saknaðra. Við skoðuðum einnig minjar um gamlan hafnargarð og fleira sem tengist þessum mikla atburði sem breytti gangi seinni heimsstyrjaldarinnar eins og öllum er kunnugt. Það var áhrifaríkt að koma á þessar slóðir. Við Íslendingar sem vorum svo langt frá þessum voðatburðum höfum sennilega aldrei getað sett okkur inn í þær aðstæður sem fólk bjó við í Evrópu á þessum stríðstímum.

Þá var komið að heimferð. Þrátt fyrir að mannskapurinn væri orðinn nokkuð lúinn þegar komið var aftur á áfangastað voru allir sammála um að ferðin hafi tekist einstaklega vel, verið bæði fræðandi og gagnleg á allan máta. Víst er að Njálu-refillinn á eftir að njóta góðs af þeirri fræðslu sem aðstandendur hans fengu í ferðinni.

Að lokum vil ég þakka þeim Gunnhildi Eddu Kristjánsdóttur, verkefnastjóra Njálu-refilsins og Parísardömunni, Kristínu Jónsdóttur fyrir góða skipulagningu og leiðsögn í ferðinni.

Steinunn Ósk Kolbeinsdóttir



Gunnhildur Edda Kristjánsdóttir og Cristína Bengtson verkefnastjórnar Njálurefilsins ásamt safnstjóranum Antoine Verney.



Hópurinn fyrir framan safnið Bayeux Museum ásamt safnstjóranum Antoine Verney.

Húsnæði í Hveragerði

Á dögnum var húsnæðisáætlun Hveragerðisbæjar lögð fram til síðari umræðu í bæjarstjórn. Í henni eru greinargóðar upplýsingar um stöðu á húsnæðismarkaði í Hveragerði og áætlanir um íbúðapörf til ársins 2027. Húsnæðisáætlun er forsenda þess að sveitarfélagið geti unnið skipulega að uppbyggingu auk þess að hafa það markmið að stuðla að auknu húsnæðisöryggi heimila í Hveragerði. Húsnæðisáætlun er líka stefnuyfirlýsing sveitarfélags um hvernig mæta á húsnæðisþörf til skemmri eða lengri tíma hjá öllum samfélagsþópum. Hægt er að kynna sér húsnæðisáætlun Hveragerðisbæjar á vef sveitarfélagsins.

Félagslegt leiguhúsnæði

Í húsnæðisáætlun Hveragerðisbæjar er gert ráð fyrir að til ársins 2027 sé þörf á sjö félagslegum leiguíbúðum. Þessi tala virðist vera fundin út frá því hversu margar umsóknir eru nú um félagslegt leiguhúsnæði hjá Hveragerðisbæ. Eins og staðan er nú á Hveragerðisbær þrjár félagslegar leiguíbúðir en þær ættu að vera 16 talsins ef þær væru hlutfallslegar jafnmargar og hjá Sveitarfélaginu Árborg og Ölfusi. Þegar horft er til stöðu sveitarfélaga á landsvísi er fjöldi félagslegra leiguíbúða á hverja þúsund íbúa með þeim lægstu í Hveragerði, jafnvel sveitarfélögin Garðabær og Selfjarnesbær, sem jafnan eru nefnd sem dæmi um sveitarfélög sem standa sig mjög illa í þessum málum, eru betur sett þegar kemur að framboði á félagslegu húsnæði á hverja þúsund íbúa. Það er sameiginleg ábyrgð allra sveitarfélaga að sjá til þess að nægt framboð sé á félagslegu leiguhúsnæði í öllum sveitarfélögum. Sveitarfélög sem ekki bjóða upp á nógu margar félagslegar leiguíbúðir eru þannig að velta ábyrgðinni yfir á önnur. Hveragerðisbær þarf því að axla sína ábyrgð og standa sig í þessum málum. Framboð á félagslegu leiguhúsnæði í Hveragerði á auðvitað að vera sambærilegt og í nágrannasveitarfélögunum.

Almennar leiguíbúðir

Í húsnæðisáætlun Hveragerðis-

Njörður Sigurðsson,

bæjarfulltrúi
Okkar Hvera-
gerðis.



bæjar er jafnframt gert ráð fyrir að þörf sé á sex almennum leiguíbúðum til ársins 2027 og er miðað við að fjöldi leiguíbúða af nýjum íbúðum í bæjarfélaginu verði ekki lægra en 15%. Þessi tala er fundin út frá því hvernig leigumarkaðurinn er í Hveragerði og á landinu almennt. Á Íslandi búa um 16–18% af íbúum 18 ára og eldri í leiguíbúðum og í áætluninni er leitt líkum að því að um 7–12% íbúa í Hveragerði séu í leiguhúsnæði. Á Norðurlöndunum og víða í Evrópu er hlutfall íbúa í leiguhúsnæði mun hærri en þekkt hér á landi og er til að mynda áætlað að um 35% Dana búi í leiguhúsnæði. Með það að markmiði að stuðla að auknu húsnæðisöryggi í sveitarfélaginu ætti Hveragerðisbær að hafa það markmið að hlutfall almennra leiguíbúða, s.s. í gegnum leigufélög sem eru rekin án hagnaðarsjónarmiða, verði mun hærri en 15%. Með því myndu bæjaryfirvöld auka aðgengi að öruggu og viðeigandi leiguhúsnæði fyrir efnaminni fjölskyldur.

Húsnæði fyrir alla

Í umræðum í bæjarstjórn benti undirritaður á að forsendur og stefna húsnæðisáætlunarinnar er varðar félagslegt og almennt leiguhúsnæði mætti ekki nægilega vel því markmiði að tryggja öllum samfélagshópum öruggt og gott húsnæði. Með því að leggja mikla áhersla á séreignastefnu í húsnæðismálum og minni á uppbyggingu leiguhúsnæðis er hætta á því að þörfum efnaminni hópa samfélagsins sé ekki mætt. Sveitarfélögin hafa mikið um það að segja hvort og hvernig heilbrigður leigumarkaður þróast og þurfa þau að beita sér í þeim málum.

Aðalfundur Hveragerðissóknar 2019

Aðalfundur Hveragerðissóknar 2019 fer fram mánudaginn 13. maí kl. 20 í safnaðarheimili Hveragerðiskirkju.

Dagskrá:

- Venjuleg aðalfundarstörf
- Kosning í sóknamefnd

Umræða um tillögu kirkjupings um sameiningu Hveragerðis- og Þorláksprestakalla.

Verið öll velkomin

STÚDÍÓ SPORT

SKREFINU LENGRA

Vantar þig nýja göngu- eða hlaupaskó?

Dagana 11.-12. maí verður það nýjasta frá Asics og Hoka ípróttaskóm kynnt.



Af því tilefni verða skórnir á 15% afslætti þessa daga.

Sérfræðingur veitir ráðgjöf á fimmtudaginn 11. maí milli klukkan 15:00- 17:00



Verið velkomin!



Austurvegi 11, Selfossi

Virka daga 10-18

Laugardaga 10-16

studiosport.is



Vilt þú slást í hópinn?

Við leitum að öflugum verkfræðingum eða tæknifræðingum til starfa hjá EFLU Suðurlandi, sem er með starfsstöðvar á Selfossi og Hellu. Þar starfa 22 starfsmenn á þremur fagsviðum: þéttbýlistækni, byggingasviði og skipulagssviði. Saman myndar hópurinn öflugt og samhent teymi sem vinnur náið með öðrum sviðum EFLU. Um er að ræða tvö störf.

Verk- eða tæknifræðingur á byggingasviði

Hæfniskröfur:

- A.m.k. B.Sc. gráða
- Reynsla af mannvirkjahönnun
- Reynsla í notkun AutoCad og Revit
- Reynsla í notkun burðarþolshugbúnaðar
- Góðir skipulags- og samskiptahæfileikar
- Frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð

Verk- eða tæknifræðingur á sviði þéttbýlistæknisviði

Hæfniskröfur:

- A.m.k. B.Sc. gráða
- Reynsla við gatna- og eða lagnahönnun
- Reynsla við þrívíddarhönnun, Civil 3D
- Þekking á kortagerð og landmælingum
- Góðir skipulags- og samskiptahæfileikar
- Frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð

Umsókn með upplýsingum um menntun og starfsreynslu skal berast í gegnum vefsíðu EFLU, www.efla.is/laus-storf, fyrir 20. maí næstkomandi. Öllum umsóknum verður svarað og farið með þær sem trúnaðarmál. Frekari upplýsingar veitir Gísli Gíslason svæðisstjóri EFLU Suðurlandi: gisli.gislason@efla.is

Umsóknarfrestur
20. maí 2019

Nánari upplýsingar
412 6000 eða job@efla.is

Farið verður með allar
umsóknir sem trúnaðarmál

EFLA er alhliða verkfræði- og ráðgjafarfyrtæki sem starfar á öllum helstu sviðum verkfræði og tækni. EFLA býður upp á afþrengis starfsumhverfi, áhugaverðan starfsvettvang í alþjóðlegu umhverfi og sterka liðsheild um 400 samhentra starfsmanna. Bæði konur og karlar eru hvattir til að sækja um.



Gamli glugginn úr,
nýi glugginn í
...svo einfalt er það

Nýsmíði á gluggum og hurðum,
ásamt ísetningum og viðhaldi.

Hafðu samband og við metum ástandið.

Smíðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - gluggagerdin@gluggagerdin.is

Mikil stemning á lokahátíð Félagsmiðstöðvarinnar Zelsíuz í Árborg



Mikil stemning var á lokahátíð 5. – 7. bekkja grunnskóla Árborgar í Félagsmiðstöðinni Zelsíuz í Árborg. Nemendur biðu í ofvæni eftir að húsið opnaði en boðið var upp á pylsur og candyfloss áður en farið var í ýmsa leiki. Mynd: GPP.

Listasmíðja við ströndina

NÁMSKEIÐ FYRIR BÖRN

18.-22 JÚNÍ (ÞRI- LAU.)

KL: 9:00-14:00

6-9 ÁRA

VERÐ: 20.000 ISK

TAKMARKAÐ PLÁSS

STAÐSETNING: STOKKSEYRI

24.-28 JÚNÍ (MÁN-FÖS.)

KL: 9:00-14:00

10-14 ÁRA

Kennari er Alda Rose Cartwright
myndlistamaður og listgreinakennari

Skráning og upplýsingar: listastrondin@gmail.com



KIRKJUBÆJARSTOFA

Laus staða kynningarfulltrúa

Kirkjubæjarstofa — þekkingarsetur á Kirkjubæjarklaustri auglýsir 50% stöðu kynningarfulltrúa. Umsóknarfrestur er til 14. maí 2019. Æskilegt er að umsækjendur geti hafið störf sem fyrst.

Nánari upplýsingar eru á www.klaustur.is og í síma 487 4645.

OPIN RÁÐSTEFNA UM ALMANNAVARNIR OG SKIPULAG

Að byggja og búa í lifandi landi og náttúru.

Ráðstefnan er haldin af Samtökum sunnlenskra sveitarfélaga, lögreglustjóranum á Suðurlandi og lögreglustjóranum í Vestmannaeyjum í samstarfi við Skipulagsstofnun.

Dagskrá og skráning á ráðstefnuna er á sass.is

Haldin á Hótel Selfossi
17. maí 2019 kl. 9:00-15:00



Róðrarmarapön verðandi stúdenta

Þann 30. apríl síðastliðinn héldu útskriftarnemar í Menntaskólanum að Laugarvatni róðrarmarapön. Marapön-ið var haldið í fjáröflunarskyni útskriftarnemanna, sem halda í útskriftarferð til Krítar 28. maí. Róið var í 24 klukkutíma samfleytt og voru alls farnar 24 ferðir fram og til baka, allt í allt rúmir 125 km. Björgunarsveitarbátur og tveir að-

ilar fylgdu allan tímann með í öryggisskyni. Þrír nemendur í fjáröflunarnefnd þriðja bekkjar héldu utan um viðburðinn og uppsetningu á honum. Það voru þeir Egill Snær Sveinsson, Ívar Haukur Bergsson og Sölvi Rúnar Þórarinsson. Ýmsir létu styrki af hendi rakna í ferðasjóð útskriftarnemenda, bæði fyrir- tæki og einstaklingar.

-ÍHB/GPP

Gunnar Gränz með sýningu í Gjánni



Eitt af verkum Gunnars á sýningunni.

Gunnar Gränz hefur opnað málverkasýningu í Gjánni í Bókasafni Árborgar á Selfossi undir nafninu „Tiltekt“. Á sýningunni eru gamlar og nýjar myndir sem Gunnar hefur mál- að á ýmsum tímum. Listsköp- un Gunnars hefur tekið ýmsum breytingum á liðnum árum. Hann túlkar bæjarlífið með sínum hætti. Sýningin er opin á opnunartíma bókasafnsins út maí. Allir eru velkomnir.



SÆLIR SUNNLENDINGAR!

Nú hafa nemendur Menntaskólans að Laugarvatni verið í páskafrí og því hefur verið rólegt í skólanum seinustu dagana.

Kórinn æfði stift fyrir lokatónleikana sem voru haldnir í Skálholtskirkju og Guðriðarkirkju dagana 8. og 9. apríl síðastliðna og gengu þeir ljómandi vel. Kórinn ákvað að gefa 50% af ágóða tónleikanna til Krabbameinfélags Íslands og hefur kórinn núna gefið hálfa milljón til góðgerðarmála og eru kórmeðlimir því himinlifandi. Því miður er kórinn núna kominn í frí en hann mætir galvaskur aftur eftir sumarfrí.

Fólk kom frá íþróttalyðháskólanum, Nordjyllands Idrættshøjskole og hélt fyrirlestur um starf skólans fyrir 2. bekk.



Nú liður að útskrift hjá nemendum 3. bekkjar en fyrir það eru prófin og verkefnaskil sem krakkarnir hafa verið að undirbúa sig fyrir síðan í janúar. Það eru spennandi tímar framundan og spennandi að vita hvað nemendur ætla að gera eftir menntaskóla.

Umsjón: Krístrún Urður og Sindri Bernholt

Bjargfæri

Út er komin hjá bókaútgáfunni Sæmundi á Selfossi bókin *Bjargfæri* eftir Samöntu Schweblin í þýðingu Jóns Halls Stefánssonar.

... þetta er að gerast, Am- anda. Ég krýp við rúmstokkinn þinn í einni sjúkrastofunni á heilsugæslunni. Tíminn er á þrotum og áður en hann rennur út þarf að finna vendipunktinn.

Ung kona liggur dauðvona á sjúkrahæð. Hjá henni situr drengur, óskyldur henni, sem hjálpar henni að segja sögu sína. Saman reyna þau að grafast fyrir um þá hræðilegu atburði sem hafa kippt fótunum undan tilveru ungu konunnar og fjölskyldu hennar.

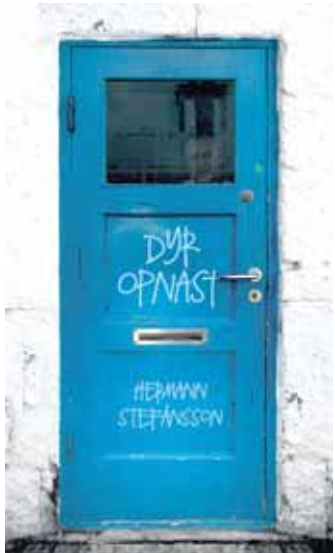
Bjargfæri er nístandi hryllingssaga úr nútímanum, þétt- ofin og næstum óbærilega spennandi örlagasaga um það sem við óttumst mest.

Samanta Schweblin er fædd í Argentínu árið 1978 og býr í Berlín. Hún er ein skærasta stjarnan í bókmenntum hins spænskumælandi heims nú um stundir, skrifar



bæði smásögur og skáldsögur og þykir einhver hæfileikaríkasti höfundur sem um langa hríð hefur komið frá Suður-Ameríku. Bjargfæri er hennar fyrsta skáldsaga; hún hefur verið þýdd á yfir tuttugu tungumál og fengið frábærar viðtökur gagnrýnenda og lesenda. Schweblin er gestur Bókmenntahátíðar í Reykjavík.

Dyr opnast eftir Hermann Stefánsson



Hjá bókaútgáfunni Sæmundi á Selfossi er komin út bókin *Dyr opnast* eftir Hermann Stefánsson

Hvað eiga mannréttindi, Hsvefnfarir, Esjan og bóka- áritanir sameiginlegt? Hvernig skilgreinir maður fil? Hvernig tengjast vitaverðir, leðurlökur, ljóstíur og póstsendingar? Er Guð í húsinu? Er Dauðinn á tónleikunum? Hvað er á bakvið dýrnar? *Dyr opnast* ber undirtitlinn: Lífið er trúnaðarmál en tegundarheiti bókarinnar er dregið af grísku kvikindi: Kímerubók. Hún hefur að geyma smásögur og smáprósa, sagnabætti, æviágrip, tilraunir og esseyjur, prakkaraprósa og prósaljóð, filósóferingar og firur, lýrskar smámyndir og uppljóstrun um Esjuna. *Dyr opnast* er fjórtánda skáldverk Hermanns Stefánssonar sem síðast sendi frá sér skáldsöguna *Bjargræði* (2016) sem hlaut einróma lof gagnrýnenda.

Vinnudagur í Friðlandi í Flóa

Fuglavernd hefur umsjón með Friðlandinu í Flóa og er ætlunin að stefna þangað fólki laugardaginn 18. maí nk. milli kl. 09:00 og 15:00 til þess að taka til hendinni.

Verkefni dagsins verða fyrst og fremst hreinsun svæðisins með ruslatínslu og málningarvinna við fuglaskoðunarhúsið og flotbrýr/göngustíga. Fólki er beðið að athuga að tíma- setningar geta breyst þegar nær dregur, eftir veðurspá. Þátttakendur koma sér sjálfir á staðinn. Stígvél eru bráðnauðsynlegur skófatnaður. Félagsmenn og aðrir áhugamenn um fugla velkomnir.

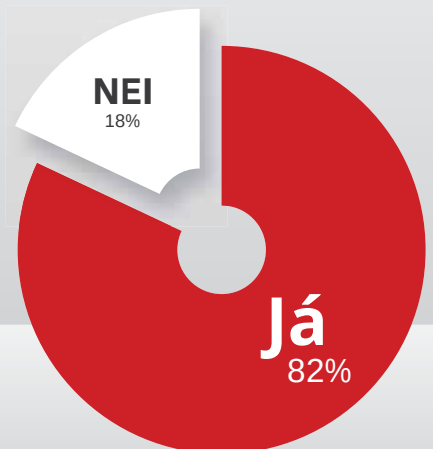


82% Sunnlendinga lesa Dagskrána í hverri viku

Sterkur sunnlenskur auglýsingamiðill í yfir 50 ár.

*Samkvæmt skoðanakönnun Gallups á tímabilinu okt. - des. 2018.

DAGSKRÁIN
FRÉTTABLAÐ SUÐURLANDS



Grilldagur Kríunnar 2019

Einn af vorboðum hestamanna í Flóanum er Grilldagur Kríunnar. Á Grilldaginn koma hestamenn ríðandi úr öllum áttum á sveitakrána Kríuna í Kríumýri sem er í útjaðri Selfoss, og fagna hækkandi sól með grilli og góðum veigum. Í ár verður dagurinn 11. maí og verður byrjað að fýra upp í grillinu klukkan 17.00. Allir eru velkomnir að fagna með Flóamönnum hvaða fararskjóta sem þeir nota til að mæta á svæðið.

STÚDÍÓ SPORT

SKREFINU LENGRA

Við kynnum nýtt útivistarmerki!

TENSON

A way of living since 1951



Úlpa fullorðins
19.990 kr

Dagana 11. og 12. maí verður **20%** afsláttur af Tenson vörum.

Sjáumst!



Úlpa fullorðins
19.990 kr

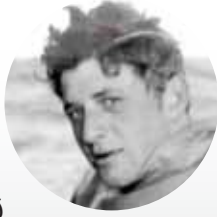
Austurvegi 11, Selfossi

Virka daga 10-18

Laugardaga 10-16

Studiosport.is

**Ársæll Guðmundsson,
Skálholtsbraut 1, verður
80 ára þann 15. maí 2019.**



Í tilefni afmælisins tekur hann á móti ættingjum og vinum í húsi Kiwanisklúbbsins Ölfvers við Óseyrarbraut í Þorlákshöfn sunnudaginn 12. maí næstkomandi frá klukkan 15 til 18.

Aðalfundur Framsóknarfélags Árnessýslu



Aðalfundur Framsóknarfélags Árnessýslu verður haldinn miðvikudaginn 15. maí í veitingahúsinu við Faxa í Biskupstungum kl. 20:30.

Venjuleg aðalfundarstörf.

Formaður Framsóknarflokksins Sigurður Ingi Jóhannsson mætir á fundinn.

Framsóknarfélag Árnessýslu

Aðalfundur Leikfélags Selfoss Athugið breyttan fundartíma



Aðalfundur Leikfélags Selfoss 2019 verður haldinn miðvikudaginn 15. maí næstkomandi í Litla leikhúsinu við Sigtún kl. 20:00. Venjuleg aðalfundarstörf, m.a. inntaka nýrra félaga.

Aðalfundir LS eru heimilislegir og í flesta staði léttir og skemmtilegir. Allir eru velkomnir.

Nánari upplýsingar á heimasíðu félagsins, www.leikfelagselfoss.is og facebooksíðu félagsins

Stjórn Leikfélags Selfoss



Aðalfundur Bárunnar 2019 21. maí 2019

Aðalfundur Bárunnar, stéttarfélags verður haldinn þriðjudagskvöldið 21. maí nk. í húsakynnum félagsins að Austurvegi 56, 3. hæð, Selfossi. Fundurinn hefst kl. 19:00.

Dagskrá

1. Venjuleg aðalfundarstörf
2. Breytingar á reglugerð sjúkrasjóðs
3. Kjaramál
4. Önnur mál

Boðið verður upp á veitingar. Aðalfundargestir taka þátt í happdrætti. Við hvetjum félagsmenn til þess að mæta og taka þátt.

Stjórn Bárunnar, stéttarfélags.

Tvennir tímar með vortónleika

Söngsveitin Tvennir tímar, kór eldra fólks í uppsveitum Árnessýslu, halda vortónleika sína að Flúðum sunnudaginn 12. maí nk. kl. 15:00. Stjórnandi er Stefán Þorleifsson.

Boðið verður upp á fjölbreytta dagskrá þar sem eldri og yngri kynslóðir koma fram. Söngur, gleði og léttar veitingar. Vonast hópurinn til að sjá sem flesta og eiga saman gott síðdeg. Kórinn æfir að jafnaði einu sinni í viku yfir vetrartímann. Kórfélagar eru 25.

Laugardaginn 18. maí nk. heimsækir kórinn Ljósheim og Sólvelli á Eyrarbakka.



Kór og söngstjóri þann 5. maí sl. eftir guðþjónustu á Stóra-Núpi.

Kvöldstund í Skyrgerðinni í Hveragerði



Söngsveit Hveragerðis ásamt Söngfélagi Þorlákshafnar halda sameiginlega tónleika í Skyrgerðinni í Hveragerði, föstudaginn 10. maí klukkan 20:00. Á dagskránni er létt og skemmtileg tónlist í kaffihúsa stemningu, þjóðlög og dægurperlur í bland, sem allir þekkja

og hafa fylgt okkur gegnum tíðina.

Stjórnandi Söngsveitar Hveragerðis, er Unnur Birna Björnsdóttir og stjórnadi Söngfélags Þorlákshafnar er Örlygur Benediktsson. Aðgangur er ókeypis og allir hjartanlega velkomnir.

Söngpartý í Aratungu

Brokkkórinn, kór hestamanna Af höfuðborgarsvæðinu stendur fyrir Söngpartý í Aratungu í Reykholti laugardagskvöldið 11. maí. Sérstakur gestur verður Karlakór Selfoss.

Stjórnandi Brokkkórsins, Magnús Kjartansson, hefur lagt alls konar spennandi verkefni fyrir meðlimi í vetur og Brokkkórinn startar kvöldinu með að syngja nokkur lög og í kjölfarið stígur Karlakór Selfoss á svið. Í framhaldinu fá allir tækifæri til að þenja raddböndin og skemmta sér og öðrum. Magnús Kjartansson mun sjá um undirspil og sungin verða lög sem allir þekkja.



Brokkkórinn hefur haldið slík partý undanfarin ár í reiðhöll Sprettis í Kópavogi við góðan orðstír og meðlimir eru spenntir að halda austur

fyrir fjall og skemmta sér með Tunngamönnum og -gestum.

Húsið verður opnað kl. 19:30 og stuðið hefst upp úr kl. 20:00. Miðasala verður við innganginn.



Vortónleikaröð Karlakórs Selfoss

Það voru ljúfir tónar sem bárust um Selfoskirkju þriðjudaginn 30. apríl sl. Tónleikarnir voru hluti af vortónleikaröð kórsins, sem nú er lokið. Tónlistin var blanda klassískra karlakórsлага og þekktra íslenskra og erlendra

dægur- og þjóðlagaperla. Með kórnum var fjögurra manna hljómsveit sem lék undir með kórnum í völdum lögum. Það var mat gesta að tónleikarnir hefðu tekist með miklum ágætum og lagavalið sérstaklega fjölbreytt og skemmtilegt. -gpp

DFS.is
FRÉTTAVEFUR SUÐURLANDS

Fáðu tilboð í
auglýsingapakka í
blaðið og á vefinn!



Hafðu samband
Sími 482 1944
dfs@dfs.is



Félagsráðgjafar á Suðurlandi skrifa um velferðarmál

Bíddu mamma, ekki hlaupa svona hratt, streita í lífi fjölskyldna

Hugtök eins og streita, kulnun og örmögnun eru frekar nýleg í umræðunni á Íslandi og má segja að samfélagsleg vitundarvakning eigi sér stað um neikvæð áhrif langvarandi streitu og álags á einstaklinginn. Þessi einstaklingur er oftast hluti af fjölskyldu og finnur hún oftast fyrir afleiðingunum. Skoða þarf vel hvaða kröfur einstaklingar eru farnir að gera til sín sjálfra, hvaða kröfur atvinnulífið gerir á sína starfsmenn og hvaða kröfur samfélagið gerir á einstaklinginn.

Í mínu starfi sem félagsráðgjafi hef ég orðið mjög vör við allar „tilbúnu“ kröfurnar sem einstaklingar setja á sjálfa sig. Vil ég þá helst nefna kröfurnar á mæður að sinna vinnu vel, börnum, eigin heilsu og heimili. En hvaðan koma allir þessir streituvaldar og hvað er til ráða? Erum við að gera raunhæfar kröfur á okkur sjálf og maka okkar? Til þess að svara þessum spurningum er mikilvægt að skoða hvort að einstaklingurinn setji sér raunhæf markmið og muna að það geta ekki allir verið meistara í öllu. Samtal um forgangs-röðun, skipulag og jafnvægi getur hjálpað einstaklingnum að greina streituvaldana og að takast á við þá. Mikilvægt er að



forgangsraða verkefnum og er þá sérstaklega horft til foreldra. Það er mjög fin lína á milli þess að ráða við hlutina eða að hafa allt of mikið að gera. Það getur haft þær afleiðingar að ánægja í daglegu lífi og starfi minnkar mikið og streita eykst.

Foreldrar sem fyrirmynd þurfa að skoða vel líðan sína og streituvalda með tilliti til samveru með fjölskyldu. Mikilvægt er að börn og foreldrar myndi örugg tengsl á fyrstu æviárunum, að foreldrar séu til staðar fyrir börnin og eigi með þeim jákvæðar samverustundir. Mikilvægt er að átta sig á streitu sem fylgir notkun snjalltækja sem eru oft í samkeppni

um athygli. Hreyfing gagnast vel til að losa um streitu og er tilvalið að njóta samvista með börnum og losa um streitu t.d. með göngu niður í fjöru, upp á fjall eða inni í skóg.

Kulun er frekar nýtt hugtak sem er oftast notað í tengslum við störf einstaklinga. Það er misjafnt á milli faghópa og landa hvernig einkennin eru skilgreind og því ekki hægt að segja með vissu hversu algeng kulnun sé. Kulnun kemur í kjölfar langvarandi streituástands. Kulnun er hugtak sem lýsir sér sem líkamleg, andleg og sálræn örmögnun.

Félagsráðgjafar vinna með einstaklingum og fjölskyldum þeirra. Hægt er að fá ráðgjöf hjá félagsráðgjöfum um það hvernig minnka megi streituvalda í daglegu lífi. Hægt er að skoða gagnlegt efni á velvirk.is þar sem sérstaklega er fjallað um jafnvægi í lífi og vellíðan í vinnu. Mikilvægt er að setjast sérstaklega niður, skoða streituvalda og setja raunhæf markmið hvernig megi minnka streituna. Munum að njóta en ekki þjóta.

Heiða Ösp Kristjánsdóttir,
félagsráðgjafi MA og
starfar hjá Virk.



HEILBRIGÐISSTOFNUN
SUÐURLANDS

Sumarafleysingar

Vantar fólk til afleysinga í eldhúsi HSU á Selfossi í sumar.

Nánari upplýsingar veitir Gunnar í síma 867 6688.

Álfurinn er
30 ÁRA
Fögnum saman, kaupum álfinn



Sveitarfélagið
ÁRBORG

Eftirtaldir stöður eru lausar í leikskólum sveitarfélagsins frá 8. ágúst 2019

Álfheimar

- Deildarstjórar, 100% starfshlutfall
- Leikskólakennarar, 100% starfshlutfall
- Matráður, 100% starfshlutfall

Árbær

- Leikskólakennarar, 100% starfshlutfall

Brimver/Æskukot

- Deildarstjóri, 100% starfshlutfall
- Leikskólakennarar, 100% starfshlutfall

Hulduheimar

- Deildarstjóri, 100% starfshlutfall
- Leikskólakennarar, 100% starfshlutfall
- Leikskólasérkennari, 100% starfshlutfall

Jötunheimar

- Deildarstjóri, 100% starfshlutfall
- Leikskólakennarar, 100% starfshlutfall

Sjá nánar: www.arborg.is



Vilt þú vinna með ungu fólki?

Við leitum að hressum og orkumiklum tómstundaleiðbeinanda sem hefur ódrepani áhuga á að vinna í nýjum Ungmennabúðum UMFÍ á Laugarvatni með 14 - 15 ára ungmennum frá miðjum ágúst og inn í framtíðina.

Starfið felur í sér að leiðbeina á námskeiðum á daginn og sjá um allskonar viðburði stöku kvöld í viku. Kostur ef starfsmaðurinn er yfir 20 ára aldri. Háskólamenntun á sviði uppeldis- eða kennslu-, tómstunda- og félagsmálafræði er æskileg.

Hreint sakavottorð, reyklaus lífsstíll og góð fyrirmynd eru forsendur fyrir starfinu.

Ert þú rétta manneskjan? Okkur hlakkar til að heyra í þér!

Umsóknarfrestur er til 20. maí.

Nánari upplýsingar veitir Anna Margrét Tómasdóttir, forstöðukona Ungmenna- og tómstundabúðanna í síma 434-1600 / 861-2660. Þú getur sent okkur línu eða umsókn ásamt ferilskrá á netfangið umfi@umfi.is.

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 fundur, Hrísholti 8

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

HEILSA

Nudd –
Svæðanudd

Dáleiðsla

Augnlestur og
heilsuráðgjöfEinföld en áhrifarík
ráð við ýmsum
heilsuvandamálum

Alla fimmtudaga í
Heilsulindinni Miðgarði,
Austurvegi 4, Selfossi.

Heiðar Ragnarsson
Sími 898 1501

TAPAD/FUNDID



Lykill

Fannst á göngustíg í Gráhellu/
Hraunhelli á Selfossi. Hægt að
nalgast í Prentmeti á Selfossi.

ÞJÓNUSTA



S: 662-1122
Daglegar ferðir
SELFOSS - REYKJAVÍK
SUÐURLAND



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 Maddý ehf.

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

Bókhald - ráðgjöf
skattskil

Þjónusta við
einstaklinga og
fyrirtæki

Persónuleg þjónusta

STEYPUSÖGUN - KJARNABORUN - INNRÖMMUN -
TVÍBLADASÖGUN FYRIR
HITALÖGNUM

Saga dyragöt, gluggagöt og
fleira í steinsteypu.
Kjarnaborun fyrir lögunum.
Ramma inn myndir,
spjela og fleira.

Annast einnig sólpallasmiði.

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

Málari óskar
eftir verkefnum

Sparsla, grunna, mála.
Faglærður málari óskar eftir
verkefni á Suðurlandi.
Uppl. í síma 777 6466.



Jón Karl Linnar Sími 8484768 undralagnir@gmail.com



BÍLAR



Bifreiðaverkstæði
Sími 482 4012, Hrísmýri 3, Selfossi

Þjónustuskóðanir Heklu-bifreiða og
almennar bílaviðgerðir.
Hjólástillingar



Dekkja- og smurþjónusta
Sími 482 4069



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

Yfirbyggingar - Réttingar
Bílamálun - Rúðuskipti



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
hlíðar. 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 a r k s -
þyngd notanda 110 kg.
Hámarks hraði 14 km/klst, 8
prógröm. Sendi frítt hvert á
land sem er. Prektæki, uppl. í
síma 661 1902.

KIRKJUR

Selfoskirkja

Fermingarmessa laugar-
daginn 11. maí kl. 11:00 og
sunnudaginn 12. maí kl. 11:00.
Kirkjukórinn og raddir úr
Unglingakórnum syngja, org-
anisti Ester Ólafsdóttir. Prestar
Guðbjörg Arnardóttir og
Ninna Sif Svavarsdóttir.

Skálholtsdómkirkja

Messa sunnudag 12. maí kl.
11.00. Sr. Egill Hallgrímsson,
sóknarprestur annast prests-
þjónustuna. Organisti er Jón
Bjarnason.

Eyrarbakakirkja

Fermingarmessa sunnudaginn
12. maí kl. 11.00. Kór kirkjunn-
ar leiðir söng. Organisti Hauk-
ur Arnarr Gíslason. Prestur sr.
Arnaldur A. Bárðarson.

Gaulverjabæjarkirkja

Messa sunnudaginn 12. maí
kl. 14.00. Kór kirkjunnar leiðir
söng. Organisti Haukur Arnarr
Gíslason. Prestur sr. Arnaldur
A. Bárðarson.

TIL LEIGU

Geymsluhúsnæði til leigu

Get tekið búslóðir og annað í
geymslu. Upphitað og þjóf-
varnakerfi. Uppl. í síma 660
3263 (Guðmundur).

Villingaholtskirkja

Þjóðbúningamessa verður
haldin í Villingaholtskirkju
sunnudaginn 12. maí kl. 13.30.
Við hvetjum alla til að mæta til
messu og hvetjum við sérstak-
lega alla sem eiga þjóðbúning
sins heimalands að mæta í
honum. Pálínuboð/messukaffi
verður í Þjórásarverri að lokinni
messu. Þegar haldið er Pálínub-
oð þá mæta allir með ein-
hverjar veitingar, brauð eða
kökur og leggja á sameiginlegt
veisluborð. Kór Hraungerðis
og Villingaholtssókna leiðir
söng, organisti er Ingi Heiðmar
Jónsson og prestur sr. Guð-
björg Arnardóttir. Við hlökkum
til að sjá ykkur sem allra flest.

Hvítasunnukirkjan Selfossi

Sunnudaga kl. 11:00. Sam-
koma, barnastarf og kaffiveit-
ingar. English translation ava-
ilable. Þriðjudaga kl. 19.30
unglingasamkoma. Bæna-
stundir kl. 18. mánudaga,
þriðjudaga, miðvikudaga og
föstudaga. Allir innilega vel-
komnir. www.selfossgospel.is.

Aðventistar

Safnaðarheimili aðventista,
Eyravegi 67, Selfossi, 11. maí.
Bíbliurannsókn kl. 11 og guðs-
þjónusta kl. 12, með ræðu
verður Eric Guðmundsson.
Verið velkomin.



Það eru mörg og fjölbreytt
verkefni sem nemar í trésmíði
í Fjölbrautaskóla Suðurlands
þurfa að leysa. Á myndinni hér
að ofan eru tveir nemendur, þeir
Haflíði Már og Kristberg Évar,

sem eru að ljúka við að smíða
efnisrekka fyrir tréiðnaðardeild
skólans. Efnisrekkarnir eru not-
aðir til að geyma afganga, efni
sem hægt er að ganga í og nýta
áfram. Flott verk og nytsamlegt.

Skóflustunga að nýju húsi fyrir
Brunavarnir Rangárvallasýslu

Brunavarnir Rangárvalla-
sýslu hafa fest kaup á hluta
af iðnaðarhúsi sem BR Sverris-
son ehf. er að byggja á Hellu.
Fyrsta skóflustunga að húsinu
og þar með nýrri slökkvistöð
fyrir Brunavarnir Rangárvalla-
sýslu var tekin fyrir skömmu
að viðstöddum sveitarstjórum
og oddvitum í Rangárvalla-
sýslu ásamt Slökkviliðsstjóra
og stjórnarmönnum Brunavarna
Rangárvallasýslu.

Húsið er alls 554 fermetrar
en Brunavarnir kaupa 319 fer-
metra með 110 fermetra milli-
lofti. Húsið verður algjör bylting
í aðstöðu fyrir Brunavarnir þar
sem það leysir af hólmi eldra
húsnæði sem nýtt hefur verið frá



F.v.: Ágúst Sigurðsson sveitarstjóri Rangárþings ytra, Valtýr Valtýsson sveitar-
stjóri Ásahrepps, Hjalti Tómasson varaoddviti Rangárþings ytra og formaður
stjórnar Brunavarna, Leifur Bjarki Björnsson slökkviliðsstjóri Brunavarna
Rangárvallasýslu, Anton Kári Halldórsson sveitarstjóri Rangárþings eystra og
Guðmundur Gíslason stjórnarmaður í Brunavörnum Rangárvallasýslu.

1969 og er í miðju íbúðahverfi
á Hellu.

Gert ráð fyrir að nýtt hús

verði tekið í notkun snemma árs
2020.

RISA PRENTUN

A0 • A1 • A2 • LJÓSMYNDIR
VINNUTEIKNINGAR • PLAKÖT
RÚLLUSTANDAR



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

82% Sunnlendinga lesa Dagskrána í hverri viku



*Samkvæmt skoðanakönnun Gallups á tímabilinu okt. - des. 2018.



Fáðu tilboð í auglýsingar í
s. 482 1944 eða á auglysingar@dfs.is.

OPIÐ FYRIR UMSÓKNIR TIL 7.JÚNÍ

Á heimavistinni
búa **330**
framhaldsskóla-
nemendur
alls staðar að
af landinu

Nánari
upplýsingar
og umsóknir
heimavist.is



Heimavist MA og VMA



HÓPBÍLAR

Melabraut 18 - 220 Hafnarfirði - Sími 599-6000

Hópbílar óska eftir að ráða bifreiðastjóra í akstur á Suðurlandi

Starfshlutfall: Fullt starf og hlutastarf
Dagsetning ráðningar: Sem fyrst

Hæfniskröfur: Rúturéttindi (ökuréttindaflokkur D eða D1).
Íslenskukunnátta skilyrði. Rík þjónustulund og góð mannleg
samskipti. Hreint sakavottorð.

Hvetjum konur jafnt sem karla til að sækja um

Hægt er að senda inn umsóknir á
atvinna@hopbilar.is eða hafa samband við
Dávíð í síma 5996014.

Nemendur BES vinna markvisst í góðum samskiptum

Það stóð mikið til í Barnaskólanum á Eyrarbakka og Stokkseyri þann 3. maí sl. Verið var að leggja loka hönd á „Samskiptasáttmála Barnaskólans á Eyrarbakka og Stokkseyri“. Hvert barn var búið að leggja til eina setningu í sáttmálann sem miðar að því að bæta samskipti og vinna gegn einelti í skólanum. Krakkarnir fóru á sameiginlegan fund á sal þar sem hver bekkjardeild tók samskiptasáttmála bekkjarins og fann honum stað á veggjum skólans til áminningar fyrir nemendur og starfsfólk skólans.

Góð samskipti mikilvæg

„Við skólann starfar öflugt samskiptateymi fjögurra starfsmanna sem vinna eftir Olweusarætluninni gegn einelti. Megin markmið þess teymis er að efla gæði samskipta og vinna gegn einelti. Samskiptasáttmálinn virkar þannig að hver nemandi semur eina setningu þar sem hann segir frá því með hvaða hætti hann leggur sitt lóð á vogarskálur góðra samskipta og svo innsiglar nemandinn heiti sitt með eigin fingrafari. Sáttmálinn hefur mælst vel fyrir og eru nemendur ánægðir með að fá að vinna að góðum samskiptum með þessum hætti,“ segir Páll Sveinsson, aðstoðarskólalastjóri BES.

Öllum hollt að velta fyrir sér mikilvægi góðra samskipta Á samskiptasáttmálum bekkja-



anna sést strax að það eru ekki einungis börnin sem hefðu gott af því að temja sér góð samskipti því þau koma vísast að góðum notum út lífið. Ef við lítum á nokkrar setningar er ljóst að það er heppilegt að taka þær með sér og nota inn í daginn.

„Ég ætla að vera hjálpsamur.“ „Bannað að stríða öðrum.“ „Vera góður hlustandi.“ „Sýna þeim sem við tölum við áhuga.“ „Góð samskipti eru þegar tveir aðilar geta talað saman með góðu flæði og þar er skilningur og jákvæðni á milli þeirra.“ -gpp

BÓKLEGT VINNUVÉLANÁM Á NETINU

NÁM SEM GEFUR RÉTT TIL PRÓFS Á ALLAR GERÐIR OG STÆRÐIR VINNUVÉLA OPIÐ ALLAN SÓLAHRINGINN

VERÐ 60.000 kr.

VINNUVÉLA SKÓLINN
vinnuvaskolinn.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

MERKINGAR LASERSKURÐUR FRÆSINGAR PRENTUN

Kennslustofa 60

SB SKILTAGERÐ
Þorlákshöfn - Sími 483 1955 - www.sbskilti.is

Júlbíll

Siggafærðir

- Flutningaþjónusta -

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

Reykjavík - Selfoss
Hella - Hvolsvöllur

Sími 772 6010

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
- Ísskápaviðgerðir
- Almennar raflagnir

GK GLUGGAR

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

sumartilboð

2ja rétta 4.490

rauða húsið

restaurant Eyrarbakka

raudahusid.is
483-3330

Búðarstí 4 • 820 Eyrarbakka
raudahusid@raudahusid.is
opið 12:00-21:00 alla daga

Rétting og málun

Vottað réttingaverkstæði
Cabas tjónaskoðun

Breiðumýri 1, Selfossi
Sími 480 8020

Josera.

super premium
gæludýrafóður

Fæst hjá
BYKO Selfossi

VÉLSMÍÐJA SUÐURLANDS ehf

Selfossi Gagnheiði 5 Sími: 482 1980

Efnissala Rennismiði Innréttingar Járnsmiði

Gagnheiði 5, Selfossi
Sími 482 1980

Hjólbarðaðþjónusta Magnúsar

Gagnheiði 25 - Sími 482 2151

Hjólbarðar Smurþjónusta
Betri vörur - betra verð

Bílamerkingar

Strigaprentun
Fatamerkingar
Gluggafilmur
Límmiðar
Skiltagerð
Filmulausnir og merkingar

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

LOFTNET NETSJÓNVARP

Þekking og reynsla

UPPSETNING OG VIÐGERÐIR

Loftnet - Gervihnattaþjónusta
Ljósnet - Ljósleiðaratengingar
Tölvulagnir - Símalagnir
Bústaðir - Húsbílar

Loftnetstaekni.is
sími 894 2460 - Selfoss

Sprettur ÁBURÐUR

Skeljungur
Lúðvík Bergmann, Viðskiptastjóri
GSM: 840 3009

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

Lagnaþjónustan ehf

Pípulagnir - Efnissala
482 2311 696 2311
Skrifstofa Þjónustusími