

Arnór Ingi var valinn skyndihjálparmanneskja ársins 2022



Arnór Ingi og Bjarki Ásamt björgunarsveitarfólki eftir verðlaunaafhendinguna. Mynd: SIGÓSIG

Hvergerðingurinn Arnór Ingi Davíðsson var valinn skyndihjálparmanneskja ársins 2022, en hann bjargaði lífi yngri bróður síns þegar þeir lentu í snjóflóði fyrir tæpu ári, en þá voru þeir 14 og 10 ára. Arnór fékk viðurkenninguna vegna þess að hann brást rétt við þegar bróðir hans grófst í snjó. Hann hafði strax samband við neyðarlínuna og var svo hjá bróður sínum, fylgdi leiðbeiningum neyðarlínunnar í hvívetna og hélt Bjarka rólegum þar til hjálpin barst.

Arnór þakkaði sérstaklega þeim viðbragðsaðilum sem höfðu komið að björgun bróður hans og var þakklátur fyrir viðurkenninguna. Hann og bróðir hans Bjarki tóku við

viðurkenningarskjali, gjafa-bréfi á skyndihjálparnámskeið, skyndihjálpartösku, Apple Airpods Pro frá Nova og fullum kassa af rauðum karamellum frá Góu, en það er uppáhalds sælgæti þeirra bræðra.

Miklu var tjaldað til á 112-deginum í Hörpu á laugar-dag, en þema dagsins í ár var „Hvað get ég gert?“ og var ætlunin að vekja fólk til vitundar um hvernig það getur brugðist við þegar neyðarástand skapast. Gestir gátu skoðað fjöldahjálpartjöld Rauða krossins, kynnst skyndihjálpar og virt fyrir sér alls kyns tækjabúnað viðbragðsaðila, ásamt því að fá ýmsa fræðslu um þau mikilvægu störf sem þeir vinna.

Árborg fær Kafarann að gjöf

Á dögunum gaf Guðrún Arndís Tryggvadóttir, myndlistarmaður, Sveitarfélaginu Árborg málverkið „Kafarann“ sem nú hefur verið sett upp í Sundhöll Selfoss.

Jafnframt hefur hún sett upp Pop-up sýningu á átta vatnslitamyndum í Norður-Gangi sundlaugarbyggingarinnar en þær voru hluti af hugmynda-vinnu hennar fyrir verkið.

Guðrún en daglegur gestur í lauginni og fannst því við hæfi að verkið fái að hanga þar til frambúðar enda sé hennar markmið að myndlist fái meira vægi og verði sjáanlegri í Sveitarfélaginu Árborg. Um verkið segir hún: „Fyrir mér er sund og köfun farvegur fyrir hina stöðugu leit að svörum í

djúpi sjálfsins. Verkið fjallar um þessa tilfinningu og hve allt er í raun líkt, lífverurnar, gróðurinn, vatn, eldur og jörð.“

Málverkið Kafarinn er málað með olíu á hörstriga árið 2021 og hangir á veggnum í ganginum sem snýr að útilauginni.

Engill sem kafar í djúpið

„Hugmyndin að verkinu vaknaði þegar allt lokaðist í Covid, líka sundlaugin á Selfossi. Áður en laugin lokaði vegna heimsfaraldursins fór ég daglega í sund. Fyrir mér er sund stór hluti af mínu daglega lífi og hrein og klár nauðsyn. Ég byrjaði að vinna úr því að vera innilokuð heima í heimsfaraldri og úr varð engill sem kafar í djúpið í leit að svörum.

Þannig fékk ég eins konar útrás fyrir þörfina fyrir vatnið og um leið varð engillinn eins konar persónugerving hjálpar til að komast út úr þessum heimsfaraldri. Engill sem gæti bjargað málunum ef hann finnur veiruna og skilur hvernig hægt sé að eyða henni. Einhvern veginn var það svo augjóst að við erum eins viðkvæm og allar aðrar lífverur í þessum heimi og að í raun sé allt eins. Ein lítil veira gæti eytt okkur og breytt öllum okkar vonum og draumum um ókomna framtíð. Vatnslitamyndirnar á sýningunni eru aðeins lítill hluti þeirra þælinga sem ég vann áður en að ég ákvað að mála stærra verk byggt á þessari hugmynd,“ segir Guðrún.



Sundlaugargestir geta nú notið þess að horfa á Kafarann eftir Guðrúnu Arndísi Tryggvadóttur þegar þeir mæta í Sundhöll Selfoss.

**Fáðu
fagmann
í verkið**



**PÍPULAGNIR
SUÐURLANDS**

Háheiði 10, Selfossi
S. 699 1985 / 823 6656



Framúrskarandi
fyrirtæki

**Rafverktakar · Verslun
Öryggis-, myndavéla-
og loftnetskerfi**



Neyðarsími 660 1160

Eyravegi 32 · Selfossi · Sími 480 1160
www.arvirkinn.is



Sendibílar á Suðurlandi

Tek að mér alla almenna flutningsþjónstu
Heimsendingar - Vörudreifing - Búslóðaflutningar - Ruslaferðir
Traust og fagleg þjónusta með yfir 20 ára reynslu.

Tómas 820 3880 - keyrsla@keyrsla.is - www.keyrsla.is - [f /keyrsla](https://www.facebook.com/keyrsla)



Félagsvist

Spilað er á mánu-
dögum kl. 19:30 að
Eyravegi 15 (2. hæð)
á Selfossi.

Þátttökugjald 500 kr.

Umsjónarmaður:
Guðmundur Bjarnason,
s. 853 1953

Hrós vikunnar

Ragna Berg Gunnarsdóttir
er hrósari vikunnar að þessu sinni:

Ragna Berg Gunnarsdóttir

Takk fyrir Inga Jóna Bragadóttir, ég tek heils hugar undir hrósið þitt til starfsmanna Barnaskólans á Eyrarbakka og Stokkseyri þar starfar lausnamiðað og duglegt fólk.

Ragna Berg Gunnarsdóttir

Ég vil hrósa bæjarstjórn Árborgar vegna endurskipulagningar á rekstri Svf. Árborgar og lækka m.a. laun bæjarfulltrúa um 5%, en reyna samt að standa vörð um lögbundina þjónustu eins og hægt er, en sameinuð náum við að rétta úr kútnum.

Ragna Berg Gunnarsdóttir

Ég skora á Sigríði Pálsdóttur deildarstjóra við Barnaskólann á Eyrarbakka og Stokkseyri.

Dagskráin, fréttablað Suðurlands

Endilega sendu okkur hrósið á netfangið dfs@dfs.is. Ekki væri verra að fá mynd með :)



Metnaðarfull markmið í uppbyggingu húsnæðis í Hveragerði

Húsnæðisáætlun Hveragerðis var samþykkt samhljóða á bæjarstjórnarfundi 9. febrúar síðastliðinn, og er hún sú fyrsta sem núverandi meirihluti Okkar Hveragerðis og Framsóknar leggur fram. Á vef Húsnæðis- og mannvirkjastofnunar segir að „hlutverk húsnæðisáætlana er að draga fram mynd af því hver staða húsnæðismála er í hverju sveitarfélagi fyrir sig, greina framboð og eftirspurn eftir margvíslegum húsnæðisformum og setja fram áætlun um hvernig sveitarfélagið ætlar að mæta húsnæðisþörf heimila, bæði til skemmri og lengri tíma. Megin markmið með gerð húsnæðisáætlana er því að stuðla að auknu húsnæðisöryggi heimilanna“. Í húsnæðisáætlun Hveragerðisbæjar 2023, sem nær til ársins 2033, er að finna greiningu á stöðu í húsnæðismálum í sveitarfélaginu og markmið um uppbyggingu til næstu tíu ára.

Fjölbreytt búsetuúrræði

Í málefnaþingningu Okkar Hveragerðis og Framsóknar kemur fram að ein af megináherslumálum kjörtímabilsins verði að „tryggja fjölbreytt búsetuúrræði í Hveragerði, þ.m.t. að stuðla að fjölgun fjölagslegs leiguhúsnæðis og leiguíbúða í gegnum íbúðarfélag sem eru rekin án hagnaðarsjónarmiða“. Þessi áherslumál er nú að finna í nýrri húsnæðisáætlun Hveragerðis. Í henni eru metnaðarfull markmið um fjölbreytt húsnæðisform svo að íbúar Hveragerðis geti haft

kost á öruggu húsnæði á viðráðanlegu verði, og hvort sem fólk þurfi á stuðningi að halda með sín húsnæðismál eða ekki. Húsnæðisáætlun Hveragerðis nær því yfir húsnæðisþarfir allra íbúa, óháð eignarformi, stærð og gæðum húsnæðis.

Félagslegt leiguhúsnæði

Semstendurleggursveitarfélagið fram það markmið að félagslegt leiguhúsnæði aukist um 100% á ári frá því sem áður var. Þetta er há tala, enda verður að hafa í huga að nánast ekkert hefur verið gert í þessum málaflokki undanfarin ár. Aukningin frá því að kaupa enga félagslega leiguíbúð, eins og undanfarin ár, í að kaupa eina á ári er 100%. Það er því þörf á verulegu átaki í að fjölga félagslegu leiguhúsnæði í Hveragerði enda hefur sveitarfélagið staðið sig mjög illa í að sinna þessu lögbundna hlutverki. Það er þó rétt að taka fram að vegna vanrækslu í þessum málaflokki í meiri en áratug mun taka tíma að byggja upp félagslegt húsnæði í Hveragerði svo að staðan verði svipuð og í öðrum sveitarfélögum.

Námsmannaíbúðir

Í nýrri húsnæðisáætlun er í fyrsta skipti að finna markmið um uppbyggingu námsmannaíbúða í sveitarfélaginu. Farið verður af stað með að kanna áhuga byggingarfélaga um byggingu námsmannaíbúða. Líklegt er að slíkar íbúðir verði eftirsóttar

Njórður
Sigurðsson,

bæjarfulltrúi Okkar
Hveragerðis



meðal námsmanna með fjölskyldur, og námsmanna sem eiga rætur í Hveragerði og vilja búa hér áfram þó nám sé sótt til höfuðborgarsvæðisins.

Fleiri leiguíbúðir

Sveitarfélagið er auk þess opið fyrir umsóknum íbúðabygginga óhagnaðardrífina leigu- og búseturéttarfélaga sem og vegna umsókna íbúða sem fjármagnaðar eru með hlutdeildarlánum. Á síðasta ári voru teknar í notkun tíu íbúðir hjá Bjargi, sem er íbúðafélag ASÍ og BSRB, í Langahrauni í Hveragerði. Þörf er á fleiri slíkum íbúðum í sveitarfélaginu og eru bæjaryfirvöld tilbúin í að vinna að þeim málum í samvinnu við slík íbúðafélög.

Sókn í húsnæðismálum

Húsnæðisöryggi er eitt stærsta velferðarmál samfélagsins og þar eru sveitarfélög stefnumarkandi aðili. Með þeirri húsnæðisáætlun sem hefur verið samþykkt í bæjarstjórn Hveragerðis er sveitarfélagið að leggja sitt af mörkum til að ná rammamálum ríkis og sveitarfélaga um aukið framboð íbúða og hlutfall íbúða á viðráðanlegu verði.

Stöndum vörð um veitur Árborgar

Undanfarnar vikur hafa verið viðburðaríkar í rekstri bæjarfélagsins þar sem aðstæður eru krefjandi í jafn viðamikilli uppbyggingu og hér fer fram. Við þær aðstæður er rætt um að velta við öllum steinum. Í þeirri einföldu yfirlýsingu er margt sem liggur undir. Að velta við hverri krónu í rekstri sveitarfélagsins og skoða og meta allar eignir bæjarfélagsins. Ein eign hefur komið oftar til umræðu en undirritaður kærir sig um. Selfossveitur. Hvernig væri að skoða sölu á veitum?

Á Sveitarfélag að vera að ómaka sig við að reka veitufyrirtæki?

Meginástæðan er sú að okkur hefur tekist ágætlega til með rekstur á veitunum undanfarin ár. Svo ágætlega að afkoman hefur ítrekað verið tekin frá Selfossveitum og notuð í til að greiða önnur gjöld. Undirritaður er síður en svo ánægður með þá þróun, því strípun á fé veitanna hefur komið í veg fyrir viðhald og hamlað vexti þeirra. Til viðbótar hefur tilfærsla fjármagns aukið á skuldir Selfossveitna að óþörfu.

Einangra þarf Selfossveitur, fráveitu og kaldavatnsveitu frá bæjarsjóði

Endurskipulagning á rekstri Árborgar er óumflýanlegur. Eftirlitsnefnd með fjármálum sveitarfélaga mun knýja á um endurskipulagningu rekstrar því skuldaviðmið Árborgar er komið yfir hámarksviðmið. Það er þegar skuldir eru meira en 150% af heildartekjum hvers árs. KPMG sér um ráðgjöf til sveitarfélagsins.

Telur undirritaður líklegt að þessari lausn hafi verið velt upp við núverandi meirihluta í greiningum þeirra. Einkaaðliar væru mjög ánægðir með að sjá um þetta fyrir okkur. Enda eru tekjur öruggar, stöðugar og án áhættu. Allir þurfa heitt og kalt vatn og fráveitu. Aðeins má undanskilja kalda vatnið því opinberum aðilum er skylt að veita þá þjónustu. Hinsvegar, þá telur undirritaður eðlilegt að þessari þjónustu sé komið fyrir í einu fyrirtæki sem er aðskilið frá bæjarsjóði. Breyta mætti samþykktum þannig að millifærslur á féi séu óheimilar

Arnar Freyr
Ólafsson

bæjarfulltrúi
Framsóknar í
Árborg



og verðleggja megi þjónustuna til að standa undir þjónustu, viðhaldi og þróun rekstrar.

Stöndum vörð um Mjólkurkúna

Við viljum að það komi skýrt fram að Framsókn í Árborg er andvíg því að selja að hluta eða í heilu lagi veitur Árborgar. Eign veitna er mikið öryggisatriði fyrir íbúa Árborgar og að sveitarfélagið stjórni þróun og starfsemi slíkra grundvallar innviða. Jafnframt erum við andvíg útvistun á hluta af þjónustu þeirri sem þessi fyrirtæki sinna nú um stundir. Málið var tekið fyrir á almennum félagafundi Framsóknarfélgs Árborgar hvar einróma andstaða var við tilfærslu á eignarhaldi veitna Árborgar.

AFMÆLISVEISLA

Við fögnum **49 ára** afmæli!

Höldum upp á það með afmæliskaffi og tilboðum
frá 15. febrúar til 22. febrúar.

50-70% afsláttur

af útsöluvörum

20% afsláttur

af nýjum vörum

20% afsláttur

af öllum vörum
í netverslun.

Afsláttarkóði er:

Lindin49

**Hjartans þökk fyrir
viðskiptin í gegnum árin.**

LINDIN
TÍSKUVERSLUN

Eyravegi 29 · Selfossi · Sími 482 1800



Eyravegi 25, 800 Selfoss

☎ 482 1944

✉ selfoss@prentmetoddi.is



Við erum sérfræðingar í prentun bóka,
almennu prentverki og framleiðslu umbúða.
Öll framleiðsla fer fram á Íslandi.

Láttu sérfræðinga okkar aðstoða
við að finna bestu, hagkvæmustu og
umhverfisvænustu leiðina fyrir þig.



Listin er eilíf

*Þess vegna leggjum við mikinn
metnað í myndlistarvörurnar okkar.*

Þú finnur allt fyrir myndlistina hjá okkur.

- Olíulitir
- Trönur
- Spreybrúsar
- Ljósaborð
- Akrýllitir
- Blindrammar
- Teikniborð
- Skissubækur
- Vatnslitir
- Strigi
- Gjafasett
- ... og margt fleira
- Trélitir
- Penslar
- Teikniborð

DALER ♦ ROWNEY



MUSEO



REMBRANDT

CANSON

LYRA

Bruynzeel

SLIPPFÉLAGIÐ

Austurvegi 58

Selfossi

S: 482 1250

Opið: 8-18 virka daga / 10-14 laugardaga

slippfelagid.is



Betri þjónusta í fræðslu- og velferðarmálum í Hveragerði

Skóla og velferðarþjónusta Árnesþings (SVÁ) var stofnuð 2013 og var Hveragerðisbær hluti af því byggðasamlagi frá upphafi. Byggðasamlag er stjórnsýslueining þar sem sveitarfélög standa saman að rekstri í ákveðnum málaflokkum. Sagan segir að við Sunnlendingar séum heimsmeistarar í byggðasamlögum, þar sem við erum huti af mun fleiri byggðasamlögum heldur en sveitarfélög í öðrum landshlutum. Byggðasamlögin eru jákvæður vettvangur til að sameina minni sveitarfélög og styrkja í ákveðnum málaflokkum, bæði í lögbundnum verkfærum og ólögbundnum.

Skóla og velferðarþjónusta Árnesþings hefur unnið gott og mikið starf síðustu 10 ár en á þessum tíma hafa sveitarfélögin stækkað töluvert, sem dæmi hefur Hveragerðisbær stækkað um 40%. Samkvæmt Hagstofnunni voru 2288 íbúar í Hveragerði árið 2013 og nú í upphafi árs 2023 eru íbúar Hveragerðisbæjar orðnir um 3200. Við þessa miklu stækkun gefur að skilja að þjónustupörfin hefur breyst til muna.

Staðan metin og uppbygging hafin

Haustið 2021 var gerð úttekt á starfsemi Skóla- og velferðarþjónustunnar og leiddi niðurstaðan í ljós að fara þurfti í breytingar á starfseminni eða slíta byggðasamlögin. Haustið 2022 ákvað stjórn NOS (nefndar oddvita og sveitarstjóra), sem fer með vald

SVÁ, að slíta byggðasamlögin og var ákveðið að slitin færu fram ekki síðar en 1. mars næstkomandi þar sem það hugnaðist sveitarfélögunum sem voru aðilar samlagsins. Málin hafa síðan þróast og breyst frá því í haust og ákváðu sveitarfélög í uppsveitum Árnessýslu og Flóanum að sameinast og halda samstarfi sínu áfram á þessum vettvangi en Ölfus og Hveragerðisbær hófust handa við uppbyggingu sjálfstæðra eininga í sinni heimabyggð.

Mikilvægur mannauður

Þegar nýr meirihluti tók við á þessu kjörtímabili var ákveðið að fara í stefnumótun og úttekt á bæjarfélaginu og því góð tíma-setning fyrir Hveragerðisbær til breytinga á byggðasamlögin SVÁ. Okkur gefst nú tækifæri á að byggja upp nýtt fræðslu- og velferðarsvið, greina þarfirnar sem eru til staðar og móta eftir okkar þörfum. Menntastofnanir Hveragerðisbæjar; grunnskólinn, leikskólarnir og frístundamiðstöðin vinna gott og mikilvægt starf og erum við afar stolt af því. Við erum einstaklega heppin með mannauðinn sem þar starfar en við það að SVÁ leggst niður verða ráðnir inn starfsmenn til að sinna þeim störfum sem starfsmenn SVÁ sinntu áður. Ánægjulegt er að nokkrir starfsmenn sem störfuðu innan SVÁ koma til með að starfa áfram fyrir Hveragerðisbær, en auk þess verður ráðið í þrjár stöður á næstu dögum.

Sandra Sigurðardóttir

Oddviti Okkar Hveragerðis og formaður bæjarráðs



Þessu til viðbótar hefur verið tekið upp samstarf við öll þau sveitarfélög sem áður skipuðu SVÁ um sameiginlegar bakvaktir í barnaverndarmálum á viðkomandi svæðum. Það er því ekki hægt að segja annað en að um mjög farsæla lausn sé að ræða.

Stækkandi bæjarfélag – aukin þjónusta

Samfella verður því tryggð í þjónustu, þar sem fræðslu- og velferðarsvið Hveragerðisbæjar tekur formlega til starfa frá og með 1. mars næstkomandi. Sviðinu verður stýrt af tveimur teymisstjórum og starfsstöð þess verður í Fljótsmörk, þar sem SVÁ var áður til húsa.

Hveragerði er ört stækkandi bæjarfélag og sjáum við fram á að vöxturinn haldi áfram næstu árin. Við þurfum því að bregðast við með aukinni þjónustu við íbúa samhliða fjölguninni og færa þjónustuna nær íbúunum. Með tilkomu fræðslu- og velferðarsviðs Hveragerðisbæjar erum við svo sannarlega að setja aukinn þunga í þjónustu við menntastofnanir bæjarins sem og velferðarþjónustuna og gera okkar Hveragerði að enn betri búsetukosti.



Sunnlenski matgæðingurinn



Björgvin Rúnar Valentínsson er sunnlenski matgæðingurinn að þessu sinni.



Ég hef beðið í yfir áratug eftir að vera sunnlenski matgæðingurinn hjá Dagskránni og loksins er sá draumur að rætast. Ég mun gera mitt allra besta svo að Sunnlendingar verði ekki fyrir vonbrigðum.

Ég hef ákveðið að deila með ykkur uppáhalds svínarífsuppskriftinni minni. Þetta er uppskrift sem hittir alltaf beint í mark á mínu heimili.

Ath. ég geri alltaf tvöfaldan skammt af BBQ-sósunni.

Spicy BBQ-svínarífi með engifer og eldpipar

1,5 kg „baby back“ svínarífi (ég kaupi þau alltaf í Costco)

Marinering

5 msk. hlynssýróp
2 tsk. chipotle chilli-mauk
1 msk. engiferduft
1 msk. Worcestershire-sósa
1 ½ tsk. paprikukrydd
1 ½ tsk. cumin (ekki kúmen)
1 tsk. kínverskt five-spice
½ tsk. múskat

BBQ-sósa

4 cm engifer
3-4 hvítlauksgeirar
125 ml tómatsósa
60 ml viský eða dökkt romm
1 msk. Worcestershire-sósa
3 msk. eplaedik
1 tsk. Dijon-sinnep
½ tsk. chilli flögur
50 g púðursykur

Byrjið á að fjarlægja himnuna á bakhlið rifjanna. Best er að nota skeið og eldhúspappír til að fjarlægja himnuna, þar sem hún getur verið mjög sleip. Þurrkið rifið vel með eldhúspappír.

Blandið saman öllum hráefnunum fyrir marineringuna

Ég skora á tengdason Selfoss, hann Arnar Guðjónsson, að koma með uppskrift í næstu viku.

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

og smyrjið henni vel á rifin. Vefjið síðan rifjunum vel í plastfilmu og geymið inn í ískáp í minnst 5 klst., helst yfir nótt.

Áður er rifin eru elduð er gott að leyfa marineruninni að dropa af rifjunum og þeim leyft að ná stofuhita. Síðan er þeim pakkað inn í extra sterk-an álpappír, þannig að safinn af rifjunum leki ekki í burtu. Rifin eru síðan elduð í ofni eða á óbeinum hita á grilli á 180°C í 2 klst. eða þangað til kjötið er byrjað að falla af beinunum.

Gott er að byrja á sósunni þegar rifin eiga 30-40 mín. eftir að eldun. Byrjið á rífa engiferinn og hvítlaukinn í pott. Blandið síðan restinni af hráefnunum ásamt 80 ml af vatni í pott og leyfið sósunni að malla í 20-30 mín. eða þangað til hún er orðin hæfilega þykk.

Þegar rifin eru komin úr ofninum eru þau tekin úr álpappírnum, lögð á grind og BBQ-sósan borin á þau. Næst eru rifin elduð í 30-40 mín. í viðbót. Gott er að bæta alltaf öðru lagi af sósu yfir rifin á 10 mín. fresti.

Hvildu rifin í 5 mín. áður en þau eru borin fram.

Mér finnst gott að bera rifin fram með heimagerðu hrásalati og sætkartöflufrönskum. Verði ykkur að góðu!



Aðalfundur FEBSEL

Aðalfundur Félags eldri borgara Selfossi 2023 verður haldinn fimmtudaginn 23. febrúar 2023 kl. 14:00 í félagsmiðstöðinni Mörk Austurvegi 51, (gengið inn í Grænumörk 5)

Dagskrá:

1. Fundur settur.
2. Kosning fundarstjóra og fundarritara.
3. Skýrsla stjórnar fyrir síðastliðið ár.
4. Endurskoðaðir ársreikningar kynntir og lagðir fram til afgreiðslu.
5. Lagabreyting. Tillaga um breytingu á d. lið 7. gr., um að í stað „þings“ komi orðið „landsfund“.
6. Árgjald félagsmanna ákveðið.
7. Kosningar: Formann til tveggja ára, tvo meðstjórnendur og einn til vara til tveggja ára. Tvo skoðunarmenn ársreikninga til eins árs, fulltrúa í kjörnefnd sbr. 6. gr. Fulltrúa á landsfund LEB.
8. Afgreiðsla ályktana.
9. Önnur mál.

Stjórn FEBSEL



Útgefandi: Prentmet Oddi, Eyraveg 25, 800 Selfoss, sími 482 1944, dfs@dfs.is, dfs.is.
Ritstjóri: Helga Guðrún Lárusdóttir, sími 856 0673, helga@dfs.is.
Blaðamaður: Björgvin Rúnar Valentínsson, sími 482 1944, dfs@dfs.is.
Auglýsingadeild: Sími 482 1944, auglysingar@dfs.is.

Dagskráin kemur út á hverjum fimmtudegi. Upplag 5.200 eintök. Allt efni og auglýsingar berist fyrir hádegi á þriðjudögum.

Dreift ókeypis í allar sýslur austan Hellisheiðar. Dagskráin er aðili að samtökum bæjar- og héraðsfréttablaða.

ISSN 1670-407X



Gáta vikunnar

Vísnaðgátur-höf: Páll Jónsson
Útg. Bókautgáfan HÖLAR

Í örbylgjunni oft það sá,
ofan koma himni frá,
fjöldi kalla fær sér smá,
í fjörunni þau líta má.

- Svar við gátu í blaði 2687: **SKURÐUR**
3. Niðurskurður
4. Uppskurður, læknisaðgerð



Hannaðu fermingarkortin inni á hönnunarvef Prentmets Odda

honnun.prentmetoddi.is



Sími 482 1944
selfoss@prentmetoddi.is





TAKK ÉG

Þú munt þakka þér fyrir sparnaðinn





Elskulegur eiginmaður minn, faðir,
tengdafaðir, afi og langafi

Hilmar Einarsson
Torfholti, Laugarvatni,



andaðist í faðmi fjölskyldunnar á Landspítalanum
Fossvogi föstudaginn 10. febrúar. Útförin fer fram frá
Selfosskirkju föstudaginn 17. febrúar kl. 13. Athöfninni
verður streymt á vefsíðu Selfosskirkju.

Gróa Berglind Pálmadóttir
Pálmi Hilmarsson
Einar Hilmarsson
Sigurður Rafn Hilmarsson
Andri Páll Hilmarsson
Ragnheiður Hilmaradóttir
barnabörn og barnabarnabörn.



Auglýsing um skipulagsmál í Rangárþingi eystra

**Samkvæmt 1. mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010
eru auglýst eftirfarandi tillögur að deiliskipulagi í
Rangárþingi eystra.**

Litlatún - Deiliskipulagstillaga

Deiliskipulagið nær til um 1,5 ha landspildu úr Kirkju-
lækjarkoti. Á byggingarreit B1 er heimilt að byggja allt
að 190 m² íbúðarhús með bílskúr, saman eða í sitt-
hvoru lagi. Á byggingarreit B2 er heimilt að byggja allt
að 60 m² gestahús eða geymslu.

Efri-Úlfsstaðir - Deiliskipulagstillaga

Um er að ræða þrjá byggingarreiti, alls að stærð 4510
m². Á byggingarreit B1 er gert ráð fyrir 3 gestahúsum,
hvert um sig allt að 80 m² að stærð með mænishæð
allt að 5,0m. Á B2 er gert ráð fyrir 2 gestahúsum, hvert
um sig allt að 80 m² að stærð með mænishæð allt
að 5,0m. Á B3 er gert ráð fyrir þjónustumiðstöð, allt
að 300 m² að stærð með mænishæð allt að 6,0m, og
geymsluhús/gestahús allt að 100 m² að stærð með
mænishæð allt að 5,0m.

Ofangreindar deiliskipulagstillögur er hægt að skoða
á heimasíðu Rangárþings eystra, www.hvolsvollur.is
og á skrifstofu skipulags- og byggingarfulltrúa frá
15. febrúar nk. Hverjum þeim sem telur sig eiga hags-
muna að gæta er gefinn kostur á að gera athugasemd
við tillögurnar, og er frestur til að skila inn athuga-
semdum til 29. mars nk. Athugasemdum skal skila
skriflega á skrifstofu skipulags- og byggingarfulltrúa
Rangárþings eystra, Austurvegi 4, 860 Hvolsvelli.

F.h. Rangárþings eystra
Guðmundur Úlfar Gíslason
Skipulags- og byggingarfulltrúi

Pabbi sagði mér oft sögur úr Njálu segir lestrarhesturinn Margrét Magnúsdóttir

Margrét Magnúsdóttir er
fædd í Reykjavík en flutti
á fyrsta árinu að Bakkavelli í
Hvölsreppi ásamt foreldrum
sínunum. Þar ólst hún upp til 16 ára
aldurs og er elst af sjö systkinum.
Margrét hefur búið á Selfossi
síðan 2005 eftir að hafa átt heima
í Reykjavík, Stokkseyri og Þor-
lákshöfn á mismunandi tímum.
Hún er garðyrkjufræðingur að
mennt og hefur starfað við það í
35 ár en einnig sinnt alls konar
störfum á Selfossi á veturna
meðfram rekstri gróðrarstöðvar-
innar Heiðarblóma á Stokks-
eyri. Undanfarin ár hefur hún
unnið á Vinnu- og hæfingarstöð
Suðurlands - VISS og
segist ekki geta endað
starfsævina á betri
vinnustað. Mar-
grét er gift Einari
B. Steinmóðssyni
og á tvær dætur
og tvö stjúpbörn,



Hvaða bók ertu að lesa núna?

Ég var búin að leita lengi að
gömlu skóla ljóðunum mínum
en fann þau ekki. Vinnufélagi
minn rakst síðan á þau á nytja-
markaði og gaf mér, svo ég er
að glugga í þetta eðalrit en þar
eru mörg af mínum uppáhalds-
ljóðum og teikningar Halldórs
Péturssonar glæða ljóðin lífi.
Bókin er á náttborðinu ásamt
Táningabók – ævisögu eftir
Sigurð Pálsson og Borða, biðja,
elska eftir Elizabeth Gilbert.

Hvernig bækur höfðu helst til þín?

Ég les alls konar bækur skáld-
sögur, fræðibækur, spennusögur
en er samt ekki hrifin af glæpa-
sögum þar sem óhugnanlegum
glæpum er lýst í smáatriðum.
Er meira fyrir spennubækur eftir
Arnald Indriðason og Agöthu
Christie. Svo hrífst ég af öllu
sem ég kemst yfir um plöntur
og lífríkið almennt. Til dæmis
fékk ég þrjú eintök af íslensku
myndskreyttu Flórunni hans

Jóns Hlíðbergs í jólagjöf. Þann-
ig að fólkið mitt veit alveg hvar
áhugasvið mitt liggur. Svo þykir
mér gaman að lesa gamlar frá-
sagnir af lífsbaráttunni í okkar
harðbýla landi, ekki síst ef þær
frásagnir gerast á heimaslóðum
mínum í Rangárvallasýslu.

Varstu alin upp við bóklestur?

Föðuramma mín las mikið fyrir
mig þegar ég var barn. Hún bjó
á heimilinu og hvatti mig einnig
til að lesa ýmsar bækur eftir að
ég varð læs. Einnig las mamma
fyrir mig og sagði mér sögur úr
vesturbænum í Reykjavík, en
hún ólst upp á Bakkastíg. Pabbi
sagði mér sögur þá helst
úr Njálu og frá sinni
æsku á Velli í Hvöls-
hreppi en Njála hefst
einmitt með frá-
sögn af Merði sem
bjó á Velli. Þegar
ég byrjaði sjálf að
lesa las ég allt sem ég
komst yfir heima og var
ekki mjög gömul þegar ég las
Önnu Kareninu eftir Leo Tolstoy.

Uppáhalds bækur mínar sem
barn voru eftir Jennu og Hreiðar
Stefánsson, sögurnar hennar Ast-
rid Lindgren, íslenskar þjóðsögur
og Njála. Sem unglingur las ég
mikið af ástarsögum sem allar
enduðu auðvitað vel. Ég las einnig
verk Laxness og Þórbergs og
bara allt sem ég komst í. Þá var
bókasafn í Hvólsskóla sem var
mikið notað í minni fjölskyldu.

En hvernig myndir þú lýsa lestrarvenjum þínum?

Þegar ég var yngri las ég alltaf
áður en ég fór að sofa og gat oft
ekki lagt spennandi bækur frá
mér fyrr en ég var búin með þær.
Ég kom oft illa sofin í skólann
eftir næturlesturinn. Í dag les
ég meira í skorpum. Hef verið
latari við að lesa í seinni tíð, því
nú er hægt að ná í allt og hlusta
í gegnum veraldarvefinn. En það
er ekki alveg sama upplifunin.
Það jafnast ekkert á við að lesa
góða bók.



Áttu þér uppáhaldshöfundu?

Ég á marga uppáhalds höf-
unda íslenska og erlenda og
get ekki gert upp á milli þeirra.
Uppáhaldsbækurnar mínar eru
Englar alheimsins eftir Einar
Má Guðmundsson, Salka Valka
eftir Kiljan og Grænn varstu
dalur eftir Richard Llewellyn.

Hefur bók einhvern tímann rænt þig svefni?

Já margar hafa gert það. Spennu-
sögur í anda Agöthu Christie.
Gyðjan og Uxinn eftir Kristmann
Guðmundsson var bók sem erfitt
var að leggja frá sér á sínum tíma
og var meðal annars kveikjan
að því að ég ferðaðist til Krítar í
fyrsta sinn. Ég tel að Kristmann
Guðmundsson hafi aldrei verið
metinn að verðleikum sem höf-
undur.

En að lokum Margrét, hvernig bækur myndir þú skrifa sem rithöfundur?

Ég hef eins og örugglega
margir gengið með rithöfund-
inn í maganum. Myndi skrifa
skáldsögur byggðar á allskonar
raunverulegum atburðum og svo
kannski smásögur eða jafnvel ör-
sögur.

Umsjón með Lestarahestinum
hefur Jón Özur Snorrason –
jonozur@gmail.com

HSU var ekki starfandi á neyðarstigi

Til að leiðrétta þá umræðu
sem fór á flug fyrir helgi
sendi Dána Óskarsdóttir, for-
stjóri HSU frá sér tilkynningu
þar sem tekið var fram að Heil-
brigðisstofnun Suðurlands væri
ekki starfandi á neyðarstigi.

„Staðan á bráðamóttöku
HSU er þannig að erfiðlega
hefur reynst að fullmanna
læknavakt helgarinnar, en hins
vegar hefur mönnun hjúk-
runarfræðinga gengið vel. Þessi
staða getur haft áhrif á biðtíma
eftir lækniþjónustu og biðjum
við skjólstæðinga okkar um að
sýna því skilning. Bráðamóttaka
HSU sinnir eins og venjulega al-
varlegum veikindum og slysum.
Erindum er forgangsraðað eftir

alvarleika og þeim sem ekki
þurfa þjónustu bráðamóttöku er
vísað í önnur úrræði. Starfsemin
hefur gengið vel um helgina

þökk sé okkar góða starfsfólki
sem á hrós skilið fyrir,“ segir í
tilkynningunni sem Dána ritar
undir.





FYRSTI DAGUR FRAMTÍÐARINNAR



EITT LÍF – ÓTELJANDI BYRJANIR

Öll viljum við vaxa í átt að vellíðan en mætum alls konar hindrunum.

Þess vegna þurfum við ferðafélaga sem styður og hjálpar. Hvort sem við glímum við erfiðleika eða viljum einfaldlega meiri lífsgæði.

Lyfja

Sumarstörf hjá Sveitarfélaginu Árborg 2023



Eftirfarandi sumarstörf eru laus til umsóknar hjá Sveitarfélaginu Árborg: Hægt er að sækja um öll störfin inn á Alfred.is

Störf hjá vinnuskólanum

Undir hverju starfi eru verk, ábyrgðar og hæfniskröfur.

- Flokkstjórar vinnuskólans
- Umsjón með vinnuhóp vinnuskólans
- Almenn garðyrkjustörf o.fl. tengt vinnuskólanum (Almenn garðyrkjustörf og umhirðu á opnum svæðum tengd vinnuskólanum)
- Frumkvæði og góð mannleg samskipti
- Krafist er stundvísi, ástundunar, dugnaðar.
- Lágmarksaldur 20 ára

Aðstoðarflokkstjórar vinnuskólans

- Aðstoð með vinnuhóp vinnuskólans
- Almenn garðyrkjustörf o.fl. tengt vinnuskólanum (Almenn garðyrkjustörf og umhirðu á opnum svæðum tengd vinnuskólanum)
- Frumkvæði og góð mannleg samskipti
- Krafist er stundvísi, ástundunar, dugnaðar.
- Lágmarksaldur 18 ára

Nánari upplýsingar veitir Dagbjört Harðardóttir dagbjort.hardar@arborg.is eða í síma 480-1900

Störf hjá Umhverfiseildinni

Undir hverju starfi eru verk, ábyrgðar og hæfniskröfur.

Verkstjóri yfir garðslætti

- Umsjón með starfsmönnum sláttur hóps.
- Skipulagning- og ábyrgð á garðslætti og umhirðu á opnum svæðum.
- Viðkomandi þarf að hafa bílpróf.
- Reynsla af viðhaldi véla og vinnuvélaréttindi skilyrði.
- Krafist er stundvísi, ástundunar, dugnaðar.
- Lágmarksaldur 22 ára.

Sumarstarfsfólk í garðslætti.

- Vinna við almenn garðyrkjustörf, garðslátt og umhirðu á opnum svæðum.
- Krafist er stundvísi, ástundunar og dugnaðar.
- Frumkvæði og góð mannleg samskipti.
- Bílpróf æskilegt og vinnuvélaréttindi kostur.
- Lágmarksaldur 18 ára.

Sumarstarfsfólk í almenna garðyrkju.

- Vinna við almenn garðyrkjustörf: gróðursetningu, beðahreinsun og umhirðu á opnum svæðum.
- Krafist er stundvísi, ástundunar, dugnaðar.
- Frumkvæði og góð mannleg samskipti.
- Bílpróf æskilegt og lágmarksaldur 18 ára.

Nánari upplýsingar veitir Guðlaug guðlaug.fridrikka@arborg.is eða í síma 480-1900

Kríasálmar

Börn eru tónelsk að eðlisfari en að syngja fyrir lítil börn eykur einbeitingarhæfileika þeirra og ýtir undir tilfinninga-, og hreyfiproska. Sönghæfileikar skipta þar engu máli. Raddir foreldranna er það fyrsta sem ungbörn læra að þekkja. Börnin tengja raddir foreldra sinna við öryggi og það veitir þeim mikla ánægju að heyra í þeim.

Kríasálmar er tónlistarnámsskeið fyrir foreldra og börn þeirra á aldrinum 3ja til 12 mánaða. Á námskeiðinu er foreldrum kennt hvernig nota má tónlist og söng til að efla tengslin við börnin og örva þroska þeirra. Á námskeiðinu er stuðst við tónlistararf kirkjunnar en jafnframt eru sungnar þekktar vísur, leikið á bjöllur og spilað á hristur. Það verður einnig dansað, notast við slæður, blöðrur og sápukúlur til að örva öll skynfæri barnanna.

Námskeiðið er fjögur skipti, frá 19. febrúar til 12. mars, og fer fram á sunnudögum kl.

9:30-10:10 á baðstofulofti Selfosskirkju. Kosturinn við þessa tímasetningu er einkum sá báðum foreldrum gefst kostur á að koma á námskeiðið með barninu.

Umsjón með námskeiðinu hefur Sjöfn Þórarinsdóttir,

æskulýðsfulltrúi kirkjunnar.

Ekkert þátttökugjald er fyrir námskeiðið en takmarkaður sætafjöldi er í boði. Nauðsynlegt er því að skrá sig til að tryggja sér sæti. Skráning fer fram í gegnum heimasíðu kirkjunnar, selfosskirkja.is



Styrkleikarnir 2023 á Selfossi:

Vorum að opna fyrir skráningar einstaklinga og liða - koma svo!

**Styrkleikarnir verða haldnir í annað sinn á Selfossi
laugardaginn 29. apríl til sunnudagsins 30. apríl.**

Styrkleikarnir eru fjölskylduviðburður sem snýst um að styðja við, heiðra eða minnst þeirra sem hafa fengið krabbamein. Leikarnir standa yfir í heilan sólarhring, sem er táknrænt fyrir að það fæst engin hvíld frá krabbameini.

Fjölskyldur, fyrirtæki/starfsmannafélög, íþróttafélög, félagasamtök eða aðrir skrá sig sem lið og vinna saman að því að hafa fulltrúa á hreyfingu með boðhlaupskefli allan sólarhringinn.

Skráning og nánari upplýsingar:
styrkleikarnir.is.



Sími 482 1944 selfoss@prentmetoddi.is
prentmetoddi.is Eyravegur 25, Selfoss



Störf hjá Skóla- og velferðarþjónustu Árnesþings bs.



Stefna Skóla- og velferðarþjónustu Árnesþings bs. er að þróa faglega og samþætta skóla- og velferðarþjónustu með farsæld barna og fjölskyldna að leiðarljósi. Starfssvæðið er víðfeðmt og munu stjórn og starfsmenn þróa stafræna þjónustu og lausnir eftir því sem við á. Starfsmenn geta valið starfsstöð á starfssvæðinu í samræmi við verkefni hverju sinni og fjarvinnustefnu en megin starfsstöð þjónustunnar er í Laugarási. Sveitarfélögin sem standa að Skóla- og velferðarþjónustunni eru Bláskógabyggð, Flóahreppur, Grímsnes- og Grafningshreppur, Hrunamannahreppur og Skeiða- og Gnúpverjahreppur og hafa þau flest hlotið viðurkenningu BSRB sem framúrskarandi vinnustaðir. Á starfssvæðinu eru um 650 börn á leik- og grunnskólaaldri sem sækja nám í 10 leik- og grunnskólum og eru tveir þeirra samreknir.

Deildarstjóri skólaþjónustu

Leitað er að metnaðarfullum einstaklingi sem býr yfir góðri þekkingu og reynslu af skólamálum og stjórnsýslu og hefur hæfni til að móta starfseminu og leiða öflugan hóp starfsmanna í góðu samstarfi við leik- og grunnskóla á svæðinu.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Leiða skólaþjónustu og vinna að innleiðingu farsældarþjónustu
- Móta samþætta stefnu í þjónustu við skóla og fjölskyldur
- Efla skólana sem faglegar stofnanir
- Tryggja nýtingu kennslufræði- sálfræði- og þroskafræðilegrar þekkingar
- Veita stuðning við þróun, umbætur og nýbreytni og efla samstarf og samvinnu á milli skólastiga
- Samskipti við aðrar greiningastofnanir og samræming þjónustu við nemendur með sérþarfir
- Umsjón með frágangi ýmissa stjórnsýsluerinda
- Veita ráðgjöf til leik- og grunnskóla

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, svo sem innan kennslu, náms- og starfsráðgjafar eða sálfræði
- Framhaldsmenntun er æskileg
- Þekking og reynsla af leik- og grunnskólastarfi
- Reynsla af stjórnunarstörfum og góð þekking á stjórnsýslu sveitarfélaga
- Frumkvæði, sjálfstæði og góð skipulagshæfni
- Lipurð í samstarfi og góð hæfni í mannlegum samskiptum
- Góð almenn tæknikunnátta er nauðsynleg
- Góð íslenskukunnátta og hæfni til að tjá sig í ræðu og riti

Talmeinafræðingur

Leitað er að metnaðarfullum og lausnamiðuðum einstaklingi í 60% starfshlutfall. Starfið er tímabundið vegna fæðingarorlofs.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Skima fyrir og greina málþroskavanda barna með áherslu á áætlanagerð og eftirfylgd
- Veita íhlutun með áherslu á snemmtæka íhlutun
- Teymisvinna með starfsfólki leik- og grunnskóla
- Þátttaka í fræðslu um málþroska, málþroskaröskun og áhrif hennar á möguleika til menntunar
- Leiðbeina og fræða foreldra um málþroska og leiðir til að efla hann
- Stuðla að fyrirbyggjandi aðgerðum varðandi málþroska og læsi barna

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf í talmeinafræði og leyfi til að starfa sem talmeinafræðingur
- Þekking og reynsla af skólastarfi er æskileg
- Lipurð og sveigjanleiki í samskiptum
- Hæfni til að sinna fræðslu og ráðgjöf til nemenda, starfsmanna og foreldra
- Faglegur metnaður
- Frumkvæði, sjálfstæði og góð skipulagshæfni
- Góð íslenskukunnátta og hæfni til að tjá sig í ræðu og riti

Sálfræðingur

Leitað er að metnaðarfullum og lausnamiðuðum einstaklingi sem býr yfir góðri þekkingu á skóla- og/eða velferðarþjónustu.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Mat á þroska, hegðun og líðan nemenda
- Sálfræðilegar athuganir og greiningar á börnum og unglingum, ráðgjöf og eftirfylgni mála
- Ráðgjöf til foreldra og starfsfólks leik- og grunnskóla
- Ráðgjöf og stuðningur við barnaverndarþjónustu
- Samskipti við aðrar stofnanir sem sinna börnum og fjölskyldum og samræma þjónustu

Menntunar- og hæfniskröfur

- Sálfræðimenntun og réttindi til að starfa sem sálfræðingur
- Þekking og reynsla af sálfræðilegum greiningum á börnum
- Þekking og reynsla af leik- og grunnskólastarfi, þekking af velferðarþjónustu og barnavernd er kostur
- Frumkvæði, sjálfstæði og góð skipulagshæfni
- Lipurð í samstarfi og góð hæfni í mannlegum samskiptum
- Góð íslenskukunnátta og hæfni til að tjá sig í ræðu og riti

Umsóknarfrestur er til og með **19. febrúar nk.**

Umsókn þarf að fylgja starfsferilsskrá, prófskírteini og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni umsækjanda til starfsins.

Nánari upplýsingar um störfin veita Geirlaug Jóhannsdóttir, geirlaug@hagvangur.is, og Þórdís Sif Arnardóttir, thordis@hagvangur.is.



Sótt er um störfin á hagvangur.is



Nýjar fréttir á hverjum degi!



Útboð



Hveragerðisbær óskar eftir tilboðum í verkið:

GRUNNSKÓLINN Í HVERAGERÐI - VIÐBYGGING ÁFANGI 3

Verkið felst í byggingu viðbyggingar við Grunnskólann í Hveragerði. Viðbyggingin verður staðsett vestur af núverandi skóla við Skólamörk 6, 810 Hveragerði. Byggingin er staðsteypt á tveimur hæðum ásamt lagnakjallara, um 1120m² brúttó stærð gólfplatar.

Verkið felst í jarðvinnu, uppsteypu byggingarinnar og fullnaðarfrágangi að utan og innan ásamt lóðafrágangi.

Verkkaupi mun á verk tíma leggja áherslu á vandaða umgengni um framkvæmdasvæðið

Verklok eru **15.08.2024**

Nokkrar magntölur eru eftirfarandi:

• Losun á klöpp	760 m ³
• Uppgrafið efni	2160 m ³
• Fyllingar	1600 m ³
• Mótasmíði	3140 m ²
• Steinsteypa	510 m ³
• Bendistál	55800 kg
• Utanhúss klæðning	130 m ²
• Pakfrágangur	
Viðsnúð þak	155 m ²
Uppstólað þak	180 m ²
Timburþak yfir sal	340 m ²
• Dúklögð gólf	680 m ²
• Frárennislagnir	760 m
• Gólfhitalagnir	4120 m
• Snjóbræðslulagnir	1050 m
• Vatnsúðakerfi	970 m

Útboðsgögn verða afhent á rafrænu formi frá og með miðvikudeginum **15.02.2023**. Senda skal beiðni um útboðsgögn á netfangið **thordur.kristjansson@efla.is** og gefa upp nafn bjóðanda, kennitölu, heimilisfang, síma og netfang. Tilboðum skal skila til bæjarskrifstofu Hveragerðisbæjar, Breiðumörk 20, 810 Hveragerði, fyrir kl. 14:00, miðvikudaginn 15.03.2023 þar sem þau verða opnuð að viðstöddum þeim bjóðendum sem þess óska.

Bæjarstjórinn í Hveragerði

Sköpunarskólinn hefst í Árborg

Sköpunarskólinn hefur hafið starfsemi sína, en hann er nýr vettvangur fyrir skapandi, hress og listunnandi börn og ungmenntu í Árborg. Í Sköpunarskólann munu börn og unglingar á öllum aldri fá færi til þess að sækja fjölbreytt og skemmtileg listanámskeið af ýmsum toga.

Berglind Björgvinsdóttir listakona, betur þekkt sem BBart, og Rebekka Magnúsdóttir, leikkona og leikstjóri, eru æskuvinkonur með mikinn metnað og sköpunarkraft, en þeim fannst tilvalið að leggja saman krafta sína og opnuðu Sköpunarskólann þann 2. febrúar síðast liðinn. Þeim finnst æðislegt að sjá hvað íþróttir blómsta vel hér í Árborg, þess vegna langaði þeim að skapa vettvang sem býður upp á eitthvað fyrir þau sem vilja efla listrænu hliðina í sér, efla sköpunargáfunna. Markmiðið er að allir geti fundið eitthvað við sitt hæfi, hvort sem það er leiklist,

myndlist, söngur, dans, rapp, spuni, tónlist, og hvað annað sem okkur dettur í hug. En stöllum vilja hlusta á eftirspurnir barnanna og fólksins og svara þeim.

Fyrsta námskeið vorannarinnar er leiklistarnámskeið fyrir börn á aldrinum 10 -12 ára, var haldið núna um helgina 11. og 12. febrúar kl.10.00 - 14.00 í Skrífunni, Eyrarbakka. En þar er Sköpunarskólinn starfræktur. Skráning á námskeiðið fór fram á www.bbart.is. Kennari ver Rebekka, annar stofnenda skólans, en hún kennir m.a. einnig í Leiklistarskóla Borgarleikhússins og í Leynileikhúsinu. Á námskeiðinu verða aðaláhersla lögð á leikgleði, sköpunarkraft og samvinnu. Í lok seinni dagsins enduðu nemendur á því að sýna leikrit fyrir gesti.

Helgina 25. og 26. febrúar kl.10.00 - 14.00, kennir Berglind myndlistarnámskeið fyrir börn á aldrinum 9-12 ára. Innifalið í



námskeiðunum er hádegismatur og ís frá Skúbb.

Sköpunarskólinn leggur aðaláherslu á gleði og vellíðan, og þegar fram líða stundir er markmiðið að bjóða einnig upp á námskeið fyrir fullorðna, ásamt því að standa fyrir ýmsum viðburðum, þær setja markið hátt, enda mikilvægt fyrir alla að halda í sköpunarkraftinn og gleðina.



Spenntir

Selfyssingurinn Einar Bárðar verður með tónleika á Sviðinu á Selfossi föstudagskvöldið 24. febrúar. Hann verður ekki einn því Gunnar Ólason úr Skítamóral og Magni „okkar“ Ásgeirsson verða með honum á sviðinu. „Ég hlakka mikið til, ég hef gert svona áður en þá vorum við fjórir lagahöf-

undar saman en núna er ég bara í frekjukasti og það verða bara spiluð lög eftir mig. Held að laga listinn sé eitthvað um átján lög“ segir Einar þegar hann er spurður út kvöldið. „Ég lofa fólki sem á annað borð hafa gaman af lögunum mínum að það verður mjög gaman. Sögurnar á bak við lög-

in fá smá svigrúm en þvælast ekki fyrir lögunum“ bætir Einar við. Samanlagt hafa Gunnar Ólason og Magni Ásgeirsson sungið flest af vinsælustu lögum Einars. Þannig eru hæg heimatökin þegar þeir þrír leiða saman hesta sína. Skemmtana-gildið mun þó örugglega rísa hæst þegar þeir félagar skauta í gegnum vinsælustu lögin sem Einar samdi fyrir Nylon

flokkinn. Miðasala á tónleika á Sviðinu gengur vel og fer fram á tix.is. Um og upp úr síðustu aldamótum var Einar Bárðarson fyrirferðarmikill laga- og textahöfundur. Hann samdi mörg af vinsælustu lögum Skítamóral, Á móti sól og Nylon-flokksins. Þá samdi hann vinsæl lög fyrir flytjendur á borð við Stjórnina, Björgvin Halldórsson, Jóhönnu

Guðrúnu, Ingó og veðurguðina, Hvanndalsbræður, Garðar Thór Cortes og fleiri. Lag Einars, Birta, sigraði í söngvakeppni Sjónvarpsins árið 2001 og samdi hann lagið Áfram Ísland fyrir íslenska landsliðið í fótbolta sem komið hefur út í minnst þremur útgáfum.

Guðmundur Vignir barnalæknir fær viðurkenningu

Guðmundur Vignir Sigurðsson barnalæknir á HSU, fékk á dögunum viðurkenningu úr Verðlaunasjóði Óskars Þórðarsonar lækis við Háskóla Íslands, ásamt tveimur öðrum barnalæknum. Viðurkenningin er fyrir góðan árangur í rannsóknnum og þróunarstarfi tengdu heilsu barna og barnasjúkdómum. Hin eru þau Berglind Jónsdóttir og Snorri Freyr Dónaldsson.



Mynd: Læknablaðið.

innum 18-27 ára, sem hefur glímt við bólgusjúkdóma í meltingarvegi frá barnsaldri. Helstu niðurstöður hans eru þær að ungt fólk, sér í lagi karlmenn með sjúkdóminn frá barnsaldri, var með mun minni beinþéttni en jafnaldrar á fullorðinsaldri. Hin tvö rannsókuðu annars vegar skjaldkirtilssjálfsónæmi hjá börnum með og án sykursýki af gerð 1 og hins vegar öndunaraðstoð ungbarna strax eftir fæðingu, með sérstakri áherslu á minnstu fyrirburana og þróun tækis til öndunaraðstoðar.



LOPI 42 - ÆVINTÝRI

Hönnuður Védís Jónsdóttir.

Kynning fimmtudaginn 16. febrúar kl. 16 - 18.

Rebekka Kristjánsdóttir sölustjóri hjá Ístex mætir með öll sýnishornin úr nýjasta lopablaðinu.

Verið velkomin

Hannyrðabúðin

Stærsti söluaðili Ístex á Suðurlandi Eyraavegi 23, Selfossi, sími 555-1314



Fjölbreytt atvinna í Árborg

Stálsuðumaður

Við óskum eftir að ráða stálsuðumann í framleiðsludeild fyrirtækisins á Selfossi. Leitað er að öflugum og reyndum starfsmanni. Verkefni stálsuðumanns felast aðallega í samsuðu á stál tengihlutum í foreinangraðar fjarvarma- og hitaveitulagnir fyrir innanlenda og erlenda markað.

Rennismiður - vélvirki

Við óskum eftir að ráða rennismið í véltaeknadeild fyrirtækisins á Selfossi. Leitað er að traustum og reyndum manni með þekkingu á CNC tölvustýrðri rennismiði í sterka og góða liðsheild Set ehf. Verkefni rennismiðs felast í nýsmiði véla og tækja ásamt viðhaldsverkefnum. Einnig smiði tengihluta fyrir lagnaverkefni sem fyrirtækið selur vörur í eða kemur að framkvæmd á.

Bifvéla virki - vélvirki

Við óskum eftir að ráða bifvéla virki, vélvirki eða vélstjóra í véltaeknadeild fyrirtækisins á Selfossi. Leitað er að traustum og reyndum manni í sterka og góða liðsheild Set ehf. Verkefni felast í viðhaldi bifreiða og lyftara, framleiðslutækja og búnaðar auk annara verkefna.

Set er alþjóðlegur framleiðandi og söluaðili á lagnavörum fyrir framkvæmda- og veitumarkaðinn. Set hefur haft gæðavottun skv. ISO 9001 síðan árið 1997. Fyrirtækið hefur frá upphafi hlotið viðurkenningu Credit info sem framúrskarandi fyrirtæki.

Fyrirtækið var stofnað árið 1978 þegar það hóf framleiðslu á einangruðum stálpípum fyrir hitaveitur. Ýmsar fleiri gerðir röðakerfa fylgdu á eftir m.a. fyrir vatnsveitur, fráveitur, snjóbræðslukerfi, raflagnir og ljósléiðaralagnir. Framleiðsla fer fram í verksmiðjum Set ehf á Selfossi og Set Pipes GmbH í Haltern am See í Þýskalandi. Set starfrækir vöruhús í Reykjavík og er með söluskrifstofu í Frederikshavn í Danmörku.

Upplýsingar um störfin eru veittar á skrifstofu Set í síma 480 2700 en umsóknum með ferilskrá þarf að senda á atvinna@set.is. Umsóknarfrestur er til 28. febrúar.



Sími: 480 2700
Netfang: info@set.is
www.set.is



Aðalfundarboð í Félagi eldri borgara Hveragerði 24. febrúar 2023 kl. 15 í Þorlákssætri

Dagskrá

- Skipan fundarstjóra og fundarritara
 - Skýrsla stjórnar um starfsárið 2022
 - Ársreikningur 2022
 - Félagsgjöld 2023
 - Lagabreytingar
 - Kosningar
 1. Kosning formanns
 2. Kosning tveggja stjórnarmanna til tveggja ára
 3. Kosning eins varamanns í stjórn til tveggja ára
 4. Kosning tveggja skoðunarmanna til eins árs og eins til vara
 5. Kosning fulltrúa á mánaðarlega fundi og ársfund Landsambands eldri borgara.
- Tveir stjórnarmenn ganga úr stjórn; Áslaug Guðmundsdóttir, formaður og Guðjón Árnason, varaformaður. Því þarf að kjósa formann, tvo menn í aðalstjórn og einn í varastjórn. Tillaga uppstillingarnefndar liggur fyrir á heimasíðu félagsins, www.hvera.net og í Þorlákssætri.
- Önnur mál: Verkefni framundan.
 - Að fundi loknum er öllum boðið í kaffiveitingar á Rósakaffi.

Stjórn Félags eldri borgara Hveragerði.



Hannaðu fermingarkortin
inni á hönnunarvef
Prentmets Odda

honnun.prentmetoddi.is



Sími 482 1944
selfoss@prentmetoddi.is



Aðalfundur Rauða krossins í Árnessýslu

verður haldinn fimmtudaginn 9. mars kl. 20:00 í
húsnæði deildar að Eyravegi 23 Selfossi

Dagskrá:

1. Kosning fundarstjóra og fundarritara.
2. Skýrsla stjórnar
3. Ársreikningur lagður fram
4. Framkvæmda og fjárhagsáætlun lögð fram
5. Kosning deildarstjórnar
6. Kosning skoðunarmanna og varamanna
7. Önnur mál.

Stjórnin



Rauði krossinn
Árnesingadeild

**SYNGJUM SAMAN
Á KONUDAGINN**

**HJARTANLEGA VELKOMIN Á SKEMMTILEGA
SÖNGSTUND Í SELFOSSKIRKJU
SUNNUDAGINN 19. FEBRÚAR KL 17:00**

**KOMIÐ OG NJÓTIÐ STUNDARINNAR
HLÖKKUM TIL AÐ SJÁ YKKUR**

UNGLINGA & KIRKJUKÓR SELFOSSKIRKJU

**KAFFISALA TIL STYRKAR
UNGLINGAKÖRNUM KR 500.-**

Ég syng af gleði syng af hjarta

Íþróttir

157 HSK-met sett á síðasta ári

Líkt og undanfarin ár voru metaskrár HSK í frjáls-íþróttum uppfærðar í öllum flokkum frá 11 ára aldri, bæði innan- og utanhúss.

157 HSK met voru sett á síðasta ári, sem eru talsvert fleiri met en árið áður þegar 64 met voru settin.

Keppendur 11 – 22 ára settu 86 met, keppendur í karla- og kvennaflokkum settu sex met og keppendur í öldungaflokkum settu 65 met. 22 þessara meta eru einnig landsmet í viðkomandi flokki.

Bryndís Embla Einarsdóttir Umf. Selfoss, keppandi í 13 ára flokki, setti flest HSK-met á árinu í yngri aldursflokkum. Hún setti samtals 25 HSK met í fjórum aldursflokkum og voru átta þeirra meta einnig Íslands-



Bryndís E. Einarsdóttir setti 25 HSK-met á síðasta ári. Mynd: Aðsend.

met í hennar aldursflokki. Álf-rún Dilja Kristínardóttir Umf. Selfoss, keppandi í 16-17 ára flokki, kom næst með 12 met og þar af tvö landsmet. Næst komu svo Hjálmar Vilhelm Rúnars-son Selfossi, keppandi í 15 ára

flokki og Eydis Arna Birgis-dóttir Selfossi keppandi í 16-17 ára flokki, en þau settu bæði átta HSK met á árinu.

Þuríður Ingvarsdóttir Selfossi setti flest HSK met í öldunga-flokkum, en hún setti 20 HSK met á árinu í flokki 50 - 54 ára og níu þeirra meta voru einnig landsmet. Guðbjörn Árnason úr Þórsmörk og keppandi í flokki 60-64 ára var með átta met. Þá setti Örn Davíðsson Selfossi sex HSK met í sínum aldursflokki sem er 30-34 ára, en hann bætti um betur og setti að auki þrjú HSK met í karlaflokki, eða samtals níu met.

HSK metaskrár, þar sem einnig má sjá yfirlit allra HSK meta sem sett voru á síðasta ári, má nálgast á vef HSK, www.hsk.is. HSK



Fimleikahelgi á Skaganum

Mótaröð 2 og seinni hluti MGK móts fór fram í glæsilegu hóp fimleikahúsi á Akranesi um liðna helgi. Veðrið var að leika okkur grátt en létum það ekki stoppa okkur og allir keppendur Selfoss mættir til keppni þrátt fyrir veðurviðvaranir.

Á laugardeginum átti fimleikadeild Selfoss tvö lið á Mótaröð 2, lið 2. flokks og lið Meistaraflokks. Þetta mót er þannig uppsett að allir keppa mótí öllum, frá 2. flokk upp í

meistaraflokk. Mótið er notað til þess að keyra ný stökk en lendingardýnur eru með mýkra móti. Lið meistaraflokks frumsýndi nýjan dans á mótinu og var mikil spennan í kringum það. Þau höfnuðu í 9. sæti á mótinu. Lið 2. flokks átti virkilega góðan dag og hafnaði í 5. sæti eftir glæsilegar dýnuæfingar. Metnaðarfullar og kraftmiklar stúlkur þar á ferð.

Á Sunnudeginum var seinni hluti GK Móts þar sem Sel-

foss átti 2 lið í 3. flokki kvenna. Keppt var í A og B deild. Selfoss 1 hafnaði í 2. sæti í A deildinni og Selfoss 2 hafnaði í 4. sæti í B deildinni. Hér eru ungur og upprennandi fimleikastúlkur á ferð.

Öll úrslit má finna á <https://live.sporteentsystems.se/>

Þjálfarar fimleikadeildar Selfoss voru heilt yfir ánægð með helgina og vilja koma á framfæri þökkum til foreldra sem stóðu veðurvaktina og sáu um að koma öllum heilum heim. UMFS

Frá Selfoskirkju

Fjölskyldumessa í Selfoskirkju kl. 11.

Sunnudaginn 19. febrúar renna guðspjónusta dagsins og sunnudagaskólinn saman í eina líflega fjölskyldumessu fyrir unga sem aldna.

Sí. Gunnar Jóhannesson og Sjöfn Þórarinsdóttir leiða stundina. Barnakór Selfoskirkju syngur undir stjórn Kolbrúnar Berglindar Grétarsdóttur og Edit Molnár.

Að messu lokinni bíður rjúkandi heit súpa, brauð og kaffi í safnaðarheimilinu gegn 1000 kr. gjaldi.

Verið öll hjartanlega velkomin.



Kústskaft með mótorhjóladekkjum var fyrsta lyftingastöngin



Bergros Björnsdóttir á heimsleikunum í CrossFit í Wisconsin í Bandaríkjunum á síðasta ári.

Bergros Björnsdóttir er 16 ára afrekskona í CrossFit og keppti nú í janúar, ásamt Annie Mist, í parakeppni Reykjavíkurleikanna, þar sem þær stóllur fóru létt með að landa fyrsta sætinu. Í miðjum undirbúningi fyrir heimsleikana í CrossFit síðasta sumar ákváð Bergros með mjög stuttum fyrirvara að keppa á heimsmeistaramótinu í Ólympískum lyftingum sem fram fór í León í Mexíkó þann 15. júní 2022. Þarna var hún yngsti keppandinn og endaði í 8. sæti í sínum flokki. Á mótinu hreppti Bergros titilinn yfir yngstu konu til að lyfta 100kg yfir höfuð í sögu stuttum. Tæpum mánuði eftir heimkomu frá Mexíkó lagði Bergros af stað til Bandaríkjanna í lokaundirbúning fyrir heimsleikana í CrossFit þar sem hún keppti svo frá 4.-6. ágúst í Madison, Wisconsin.

Bergros er dóttir Berglindar Hafsteinsdóttur og Björns Breiðfjörð, hún er fædd og uppalin á Selfossi og hefur stundað nám í Sunnulaekjarskóla síðustu 9 árin en er nýlega flutt til ömmu sinnar og afa í Reykjavík þar sem hún vinnur að því að klára 10. bekk við grunnskólann NÚ. NÚ er grunnskóli sem veitir unglingum tækifæri til að samtvinnna íþróttáhuga sinn og grunnskólanám þar sem nemandinn sinnir námi sínu af sama áhuga og íþróttinni. Með nútímataekni og nýjum kennsluáðferðum veitir skólinn nemendum frelsi til að nálgast námið á eigin forsendum. Skólinn leggur upp með að skapa umhverfi þar sem nemendur finna til ábyrgðar, áhuga, heilbrigði og umfram allt ánægju. En Bergros er á svokallaðri afreksíþróttabraut í NÚ.

Berglind og Bergros tóku á móti blaðamanni Dagskrárinnar á 16 ára afmælisdegi Bergrosar, þann 6. febrúar sl., en hún hafði fengið frí úr skólanum til að geta eytt deginum í faðmi fjölskyldunnar og að sjálfsgöðu nýtti þessi drifandi unga kona daginn líka til þess að fara í fyrsta ökutímann og fá leyfi til æfingaaksturs.

Alltaf verið kappsöm

„Ég hef alla mína ævi verið í íþróttum og verið mjög kappsöm frá því að ég man eftir mér. Ég fann strax að CrossFit var fullkomin íþrótt fyrir mig. Allt við íþróttina heillaði mig svo mikið. Ég setti mér strax stór markmið fyrir íþróttina og hef ekki litið til baka síðan, þetta hefur verið geggjað ferðalag. Ég var að verða 12 ára (fyrir 4 árum) þegar ég byrjaði að æfa, eftir að hafa suðað í mömmu um að fá að byrja, eins og Bjarki, 4 árum eldri bróðir minn sem var kominn á fullt í CrossFit á þeim tíma. Eftir að hún kom að mér úti í skúr, þar sem ég var búin að útbúa lyftingastöng úr kústskafti með mótorhjóladekkjum á sitthvorum enda, játaði hún sig sigraða og leyfði mér að prófa,“ segir Bergros.

„Þegar ég var yngri fékk ég að prófa flestar íþróttir sem eru í boði hérna á Selfossi, ég fór í fimleika í svona hált til eitt ár, síðan í frjálsar, fótbolta, handbolta og mótocross, ég prófaði líka dans en ég entist lengst í handbolta og mótocross svo ég myndi segja að grunnurinn að því hvar ég er í dag komi líklega úr handboltanum, en ég var í honum og mótocrossinu í um fjögur ár. Ég fann eiginlega ekki ástríðuna fyrr en ég byrjaði í CrossFit, það er

einstaklingsíþrótt og mér finnst það mun betra heldur en að vera partur af liði, að geta treyst á sjálfa mig og þurfa ekkert að pæla í neinum öðrum. Það hentar mér betur að vinna alla vinnuna sjálf, því það sem ég legg inn, það fæ ég út, ég er engum háð nema sjálfri mér,“ bætir Bergros við.

Þegar hún er spurð um helstu fyrirmyndir hennar í íþróttinni er Bergros fljót að svara; „Sara Sigmunds, Katrín Tanja og Annie Mist hafa verið mínar stærstu fyrirmyndir en síðan eru líka ungur stelpur að koma upp í sportinu sem eru að keppa á hæsta levelinu sem eru til dæmis Mal O'Brien og Emma Cary en þær eru líka mjög stórar fyrirmyndir fyrir mig, þær sýna manni svo vel hvað er hægt að ná langt þrátt fyrir ungan aldur.“

„Endalaust hægt að finna eitthvað til að vinna í“

„CrossFit er mjög fjölbreytt sport, það er alltaf eitthvað sem maður getur fundið til að bæta, það er eiginlega endalaust hægt að finna eitthvað til að vinna í og ég bara elska hvað það er fjölbreytt, maður þarf einhvernveginn að vera góður í öllu,“ segir Bergros aðspurð hvað sé skemmtilegast við CrossFit.

Mataræði er stór partur af árangri í íþróttum og Bergros er augljóslega engin undantekning á þeirri reglu. „Ég tel macros úr próteini, kolvetnum og fitu sem ég borða á hverjum degi og reyni að borða eins hreint fæði og ég get til þess að fá sem mesta næringu út úr fæðunni sem ég borða. Ég er hjá næringarþjálfara sem breytir næringarhlutföllum fyrir mig eftir álagi á æfingum, ég borða meira þegar ég er að æfa meira og svo minnka ég skammtana þegar ég æfi minna,“ segir Bergros.

Les bækur sem styrkja andlegu hliðina

Þá segir Bergros að á venjulegum æfingadegi, eftir að hún flutti í bæinn sé hún að vakna um 7:40. „Ég fæ mér að borða og geri mig klára í daginn. Síðan fer ég í skólann sem byrjar kl. 9 og er í honum til 14-14:30, svo fer ég í strætó, beint á æfingu og er þar frá 15-19:15 ca og fer þaðan beint heim, fæ mér að borða, fer í sturtu, vinn aðeins í líkamanum, sé til þess að allt sé í góðu standi. Síðan svona reyni ég að lesa eitthvað til að ná mér aðeins niður eða horfi á einhvern góðan þátt til þess að slaka aðeins á eftir daginn, svo fer ég að sofa í kringum 23, þannig að ég nái alltaf 9 tímum. Ég þarf að vera mjög skipulögð, ef ég ætla að ná markmiðunum sem ég hef sett mér þá kemur



eiginlega ekkert annað til greina. Þegar ég les er ég yfirleitt að lesa bækur fyrir andlegu hliðina, bækur sem hjálpa til við að bæta og styrkja hugann og verða sterkari andlega, sem skilar sér á æfingum og í keppnum. Stundum les ég líka bara venjulegar skáldsögur til að ná mér niður eftir daginn.“

Kom ekkert annað til greina en að segja já

Bergros fékk stjórnur í augun þegar keppnin með Annie Mist bar á góma. „Við Annie Mist erum að æfa á sömu stöð. En að fá að keppa með henni, úff! Ég var svo stressuð, ég var í nokkra daga bara að taka það inn, því hún er jú ein af mínum stærstu fyrirmyndum. Fyrirvarinn var ekki mikill, það var undankeppni fyrir Reykjavíkurleikana og við ákváðum að keppa 2 dögum fyrir það. Þar komu bækurnar sterkar inn, ég finn alveg mun á hausnum á mér, hvernig ég höndlaði pressuna sem ég setti á sjálfa mig og stressið sem kom fyrir keppnina. Skipuleggjendur mótsins voru að spjalla við mig um hvort ég væri ekki að fara að keppa á þessu móti, ég sagði þeim að ég vildi ekki keppa í liði því það höfðar ekki til mín en þegar þau spurðu mig hvort ég hefði áhuga á að keppa með Annie Mist sagði ég auðvitað já, það kom ekkert annað til greina. Þau töluðu svo við Annie og hún var til í að keppa með mér sem mér þótti mjög gaman.“

Ótrauð heldur Bergros áfram að æfa fyrir næstu heimsleika sem haldnir verða í ágúst, en til þess að komast þangað, þarf hún að komast í gegnum þrjár undankeppnir svo framundan eru þéttbókaðir mánuðir af æfingum hjá þessari ungu kjarnakonu og verður gaman að fylgjast með henni byggja sig upp í íþróttinni á komandi mánuðum og árum. **HGL**



Bergros 12 ára með mótorhjóladekk á kústskafti.



Hún er komin langan veg frá kústskaftinu í dag.

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

Polskie mitingi
Polskie mitingi aa grupa krukus.
Poniedziałek i czwartek godzina
19:00. Hrísholti 8 - 800 Selfoss.

AA Sporgöngufólk f. alla
Bókasafn
Hafnarberg 1 - 815 Þorlákshöfn
Klukkan 11-12 sunnudag.

AA opin fundur f. alla
Kirkjan kjallari
Skálholtsbraut - 815 Þorlákshöfn
Klukkan 20:00 fimmtudag.

OA
Áttu erfitt með að hætta að
borða? OA 12 spora fundir
Overeaters anonymous alla
þriðjudaga kl. 19 Hrísholti 8.

CoDA
Bataleið frá meðvirkni
Fundir alla laugardaga kl. 10:30.
Hrísholti 8, Selfossi.
Nánari upplýsingar á coda.is.

CoDA-fundur / Meðvirkni
Bókasafn Ölfuss, Hafnarbergi 1,
Þorlákshöfn
Miðvikudaga kl. 19:30.

Leiðin út á þjóðveg
Fundir í Rauðakrosshúsinu,
Mánamörk 1, Hveragerði, efri
hæð, fimmtudaga kl. 20:30.

FÉLAGSSTÖRF



OPIÐ HÚS

Fim. 16. febrúar kl. 14:45.
Helga R. Einarssdóttir
flytur erindi.

AÐALFUNDUR

Félags eldri borgara á
Selfossi verður haldinn
fimmtudaginn 23. febrúar
nk. Sjá auglýsingu á bls. 4
í blaðinu í dag.

ÞJÓNUSTA

BR FLUTNINGAR
 S. 662 1122
Daglegar ferðir
SELFOSS - REYKJAVÍK
SUÐURLAND

KJARNABÓKHALD

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

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

Ráð í rekstri !

Hjá Maddý ehf.

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

Bókhald - ráðgjöf
skattskil

Þjónusta við
einstaklinga og
fyrirtæki

Persónuleg þjónusta

BÍLAR



Gagnheiði 11 - 800 Selfossi

Sími 482 2200 - GSM 894 2277 - Fax 482 2777

Yfirbyggingar - Réttingar
Bílamálun - Rúðuskipti



Bifreiðaverkstæði
Sími 482 4012, Hrísmýri 3, Selfossi

Þjónustuskóðanir Heklu-bifreiða og
almennar bílaviðgerðir.

HEKLA
Hjólástillingar
Dekkja- og smurþjónusta
Sími 482 4069

FUNDIR

Vöflukaffi

Vöflukaffi laugardaginn
18. febrúar milli kl. 11:00
og 12:00 á Eyrangei 15,
Selfossi. Guðmunda
Ólafsdóttir skjalavörður
á Héraðsskjalasafni
Árnesinga fjallar um
safnið og skjalamál í
héraði. Allir velkomnir

KIRKJUR

Selfosskirkja
Fjölskyldumessa í Selfosskirkju
sunnudaginn 19. feb. kl. 11.
Guðsþjónusta dagsins og
sunnudagaskólinn saman í eina
lífliga fjölskyldumessu fyrir unga
sem aldna. Sr. Gunnar
Jóhannesson og Sjöfn Þórarins-
dóttir leiða stundina. Barnakór
Selfosskirkju syngur.

Kotstrandarkirkja
Guðsþjónusta kl. 14. Sr. Ninna
Sif Svavarsdóttir þjón-
ar. Kirkjukórinn syngur sálma og
lög eftir konur og um konur í til-
efni konudags. Organisti Miklós
Dalmay.

Hveragerðiskirkja
Guðsþjónusta kl. 20. Sr. Ninna
Sif Svavarsdóttir þjón-
ar. Kirkjukórinn syngur sálma og
lög eftir konur og um konur í til-
efni konudags. Organisti Miklós
Dalmay.

Þorlákshöfn
Messa kl. 11. Sunnudagurinn
19. febrúar í föstuinnangi með
áherslu á hefðir konudags,
bolludags, sprengidags og
öskudags. Súpa og vöflur í
hádeginu á veitingastaðnum
Hvönn í Skálholti. Spjall, spurn-
ingar og svör um þessa daga yfir
súpunni. Sr. Kristján Björnsson
þjónar og prédikar. Organisti er
Jón Bjarnason. Allir velkomnir í
Þorlákshöfnina og í súpuspjallið
á eftir.

Sólheimakirkja í Grímsnesi
Skáta- og konudagsmessa
sunnudaginn 19. febrúar kl.
14:00. Sr. Dagur Fannar
Magnússon. Guðmundur Pálsson.
Skátahöfðingi Íslands,
Harpa Ösk Valgeirsdóttir. Skáta-
kórinn. Kirkjuvörður Gunnlaugur
Ingimarsson. Kertavörður Arna
María Danielsdóttir Gleði og
blóm. Kaffihúsið opið frá 15:00
til 16:00 fyrir messugesti.

Miðalskirkja
Taizé messa sunnudaginn 19.
feb. kl. 17 í föstuinnangi er
byggð á sálum frá Taizé
klaustri í Frakklandi. Taizé
sálmar eru nokkurskonar leiðslu-
sálmar og eru góðir fyrir hug-
leiðslu. Í messunni verður
smurning með helgaðri olíu og
stutt hugleiðslustund. Söngkór
Miðalskirkju leiðir sönginn
undir stjórn Jóns Bjarnasonar

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

Hvítasunnukirkjan Selfossi
Sunnudaga kl. 11:00. Samkoma,
sunnudagaskóli og kaffiveiting-
ar. English translation available.
www.selfossgospel.is.

Mosfellskirkja í Grímsnesi
Öskudags - og Heilunarmessa
verður 22. febrúar kl. 20 í
Miðalskirkju í Grímsnesi. Til
okkar koma græðarar og leggja
hendur yfir þá sem vilja þygja
heilun. Einnig verður smurning
með helgaðri olíu og öskukross
settur á henni kirkjugesta. Þóðið
er upp á hugleiðslu stund
kl.19.00 fyrir messu fyrir þá sem
vilja kjarna sig og kyrra hugann.

Torfastaðakirja
Taizé messa sunnudaginn 19.
feb. kl. 19 í föstuinnangi er
byggð á sálum frá Taizé
klaustri í Frakklandi. Taizé
sálmar eru nokkurskonar leiðslu-
sálmar og eru góðir fyrir hug-
leiðslu. Messan inniheldur
smurningu með helgaðri olíu og
stutta hugleiðslustund. Skál-
holtskórinn leiðir sönginn undir
stjórn Jóns Bjarnasonar

Aðventistar
Safnaðarheimili aðventista,
Eyrangei 67, Selfossi, 18. febrú-
ar. Biblíulexiur kl. 11 og guðs-
þjónusta kl. 12, Kristján Ari Sig-
urðsson prédikar.

TIL SÖLU



Sófi

Vel með farinn sófi til sölu.
Verðhugmynd 17.000 kr. Nánari
upplýsingar í síma 693 5375.

FUNDIR

**FÉLAG ELDRI
BORGARA
EYRARBAKKA**

Aðalfundur félags eldri
borgara Eyrarbakka
verður haldinn 25.
febrúar kl. 14 í Alpans-
húsinu. Venjulega
aðalfundarstörf.

Stjórnin



Ljósmyndir: Simone De Greef

Horsteinn opnar

Það var skemmtileg stemmn-
ing á opnun nýrrar sýningar
með heitið Hornsteinn í Lista-
safni Árnesinga á laugardaginn
þrátt fyrir gular viðvaranir komu
yfir 400 manns á opnun.

Innviðaráðherra, Sigurður
Ingi Jóhannsson opnaði sýning-
una formlega. Á sýningunni má
finna marga af þekktustu lista-
mönnum þjóðarinnar og alls eru

123 verk eftir 58 listamenn og
má nefna að þar er einn salurinn
bara með verkum eftir Ásgrím
Jónsson.

Helgi Kjartansson formaður
Héraðsnefndar Árnesýslu ávarp-
aði einnig gesti sýningarinnar.

Sýningin er opin alla daga
nema mánudaga frá 12-17 og er
frítt inn eins og alltaf.

Listasafn Árnesinga



Fréttir úr Sveitarfélaginu Árborg

Bragi Bjarnason
Formaður bæjar-ráðs og oddviti Sjálfstæðisflokksins í Árborg



Það er skammt stórra högga á milli í íslensku veðurfari þessa dagana. Litaviðvaranir koma í röðum með rigningu og rok sem við íbúar í Sveitarfélaginu Árborg finnum fyrir líkt og aðrir. Jákvæðu hliðarnar gætu verið að þetta sé mun hagkvæmari leið til að losna við snjóinn en að moka honum í burtu en við stjórnunni bara ekki tíma-setningunni.

Snjómoksturinn alltaf óvissa
Það hefur sannarlega reynt á vetrarþjónustuna í Árborg frá því í desember. Reynt hefur verið eftir bestu getu að standa vel að snjómokstri og hafa starfsmenn fengið fjölda ábendinga um hvernig bæta megi þjónustuna enn frekar. Það er ekkert leyndarmál að í slíkri þjónustu felst ófyrirséður kostnaður enda erfitt að stjórna veðrinu sem nær oft að koma okkur á óvart. Til upplýsingar er kostnaður Sveitarfélagsins Árborgar við snjómoksturinn það sem af er vetri um 90 milljónir króna.

Miðbær Selfoss gæti tekið frekari breytingum
Bæjarstjórn hefur samþykkt að auglýsa breytingartillögu að deiliskipulagi fyrir miðbæ Selfoss. Með því gefst íbúum og öðrum áhugasömum tækifæri til að koma ábendingum og athugasemdum á framfæri og þannig haft áhrif á skipulagið áður en það fer til endanlegrar

afgreiðslu. Bæjarstjórn samþykkti jafnframt að breytingartillagan færi í ráðgefandi íbúakönnun líkt og eldra skipulagið enda eðlilegt að sami háttur sé á gagnvart mögulegum breytingum. Slík könnun gæti farið fram rafrænt í lok mars. Vil ég hvetja alla áhugasama til að kynna sér tillöguna þegar hún verður auglýst. Þetta er spennandi verkefni sem án efa á eftir að vekja mikla athygli líkt og miðbær Selfoss hefur gert til þessa.

Launalækkun kjörinna fulltrúa
Það hefur áður komið fram í pistlum mínum að rekstrarstaða sveitarfélagsins er erfið. Nú stendur yfir endurskipulagning á öllum rekstri sveitarfélagsins með það að markmiði að draga úr hallarekstri en um leið viðhalda þjónustustigi eins og hægt er. Líkt og ýmsir íbúar hafa því miður nú þegar orðið varir við er óhjákvæmilegt í viðlíka aðgerðum að draga úr þjónustu einstaka stofnana. Það er von mín að slíkar aðgerðir séu að

mestu tímabundnar en um leið geta aðstæðurnar gefið tækifæri til nýrra leiða og hugsunar. Sem hluta af aðgerðum til hagræðingar hefur bæjarstjórn ákveðið að fella niður áætlaðar launahækkanir kjörinna fulltrúa og nefndarfólks árið 2023 ásamt því að lækka núverandi launataxta um 5 prósent. Þær aðgerðir skila um 21,2 milljónum í sparnað sem er gott skref í rétta átt. Rekstur bæjarsjóðs snertir okkur sannarlega öll með einhverjum hætti og mikilvægt er að íbúar séu upplýstir um stöðu mála.

Það má svo auðvitað ekki gleyma öllu því jákvæða sem er að gerast í samfélaginu okkar. Má þar nefna að menningin blómstrar í mörgum hornum, íþróttafólkinu okkar gengur vel og ný fyrirtæki hafa hafið starfsemi á sl. mánuðum sem eykur bæði þjónustustig og fjölgar störfum á svæðinu. Við búum í kraftmiklu samfélagi og horfum björtum augum fram á veginn.



Tómas tekur við veitinga-rekstrinum á Hótel Selfossi

Hótel Selfoss hefur náð samkomulagi við Tómas Þóroddsson um rekstur veitingastaðarins Riverside. Hann hefur gríðarlega mikla reynslu og þekkingu í rekstri veitingastaða. Tómas rekur m.a. Kaffi Krús, Tryggvaskála, Messann og heilsustaðinn Vor. Riverside veitingastaðurinn er þekktur fyrir gæða máltíðir og vinalagt andrúmsloft í dásamlegu umhverfi með útsýni yfir Ölfusá. „Ég er gríðarlega spenntur fyrir þessu verkefni og kannski hægt að segja að ég sé kominn aftur heim, því ég lærði á Hótel Selfossi, útskrifaðist sem matreiðslumaður þaðan 1993 og var svo ráðinn yfirkokkur og gegndi því starfi til 1999“. Aðspurður sagði Tommi að alltaf væru breytingar með nýjum yfirmönnum og að skemmtilegir tímar væru framundan á Hótel Selfossi. „Hér er mikið af flottu starfsfólki sem við hlökkum til að vinna með,“ sagði Tómas Þóroddsson sem var ásamt sínu fólki að taka við veitingarekstri hótelsins.





MÍMIR NEMENDAFÉLAG
MENNTASKÓLANS AÐ LAUGARVATNI

SÆLIR SUNNLENDINGAR!

Það er margt að fréttu af Menntaskólanum að Laugarvatni að þessu sinni, meðal annars er nýr ritari á þessum finu pistlum þar sem við vorum að skipta um stjórn. Það var mikil stemning á stjórnarskiptunum og spennan ríkti í loftinu þegar úrslit kosninga láu fyrir.

Nýja stjórnin:

Stallari: Agnes Fríða

Varastallari: Hekla Dís

Gjaldkeri: Ástrós Eva

Ritnefndaformaður: Katrín Ölvorsdóttir

Tómstundarformaður: Ragnar Leó

Vef og markaðsfulltrúi: Hrafninn Jónssdóttir

Skólajafnréttisfulltrúi: Addý María og Eydís Lillja

Skemmtinefndarmenn: Heiðar Óli og Teitur Snær

Árshátiðarmenn: Þórkatta loftsóttir og Kolfinna Sjöfn

Íþróttarmenn: Kjartann Helgason og Ragnar Dagur





Við þökkum fyrri stjórn fyrir einstaklega vel unnin störf. Til fagnaðar nýrrar stjórnar var haldið ball og var það svo sannarlega eftirminnlegt og skemmtilegt ball. Gaman að segja frá því að okkar eigin nemendur úr fyrsta bekk stofnuðu hljómsveit að nafni Verðarar Lýðveldisins og létu ljós sitt skína á sviðinu með söng og hljóðfæra spili sem engum leiddist við. Að auki tóku þeir frumsamið lag eftir einn af hljómsveitarmeðlimunum sem snerti hjartarætur. Hljómsveitin Made In Sveitin kom á eftir þeim og hélt uppi fjörinu með skemmtilegum lögum sem allir nemendur tóku hoppandi kátir undir. Núna erum við krakkarnir í Menntaskólanum að Laugarvatni komnir í svo kallaða heimaviku, heimavistirnar tómar og allir heima í huggulegheitum með fjölskyldum sínum. Þetta er allt sem er að fréttu af Menntaskólanum að Laugarvatni að þessu sinni. Takk fyrir lesturinn.

Umsjón: Katrín Ölvorsdóttir og Hrafninn Jónssdóttir

Jóna Katrín er nýr skólameistari Menntaskólans að Laugarvatni



Ásmundur Einar Daðason, mennta- og barnamálaráðherra, hefur skipað Jónu Katrínu Hilmarsdóttur í embætti skólameistara Menntaskólans að Laugarvatni til fimm ára frá 15. febrúar 2023.

Jóna Katrín lauk B.A.-prófi í ensku í júní 2007 og M.Paed-prófi í sama fagi árið 2010 við Háskóla Íslands. Þá lauk hún kennslufræðinámi til kennsluréttinda á meistarastigi við Háskóla Íslands árið 2010. Jóna Katrín er með viðbótardiplómu í opinberri stjórnsýslu frá árinu 2020 og hefur lokið hluta af námi á meistarastigi í opinberri stjórnsýslu við Háskóla Íslands með

áherslu á stjórnun menntastofnana.

Jóna Katrín hefur starfað við menntamál frá árinu 2007, bæði í grunn- og framhaldsskóla. Hún kenndi ensku á námskeiðum fyrir fullorðna og fyrir fólk í atvinnuleit við Fræðslunet Suðurlands árin 2008–2010. Þá hefur Jóna Katrín starfað við Menntaskólann að Laugarvatni frá árinu 2010 sem enskukennari, fagstjóri og áfangastjóri. Auk þess starfaði hún sem aðstoðarskólameistari skólans frá apríl 2021 til mars 2022 og hefur tvívegis starfað sem settur skólameistari, annars vegar frá september 2020 til og með mars 2021 og hins vegar

frá mars 2022 til og með janúar 2023.

Alls sóttu tveir um embættið.

expert kæling

Sími 660 2970

Uppsetn. og viðhald á kæli- og frystikerfum
Ísskápaviðgerðir - Almennar rafلاغ्नir

**HREINGERINGA-
þjónusta Suðurlands ehf.**

Allar ræstingar
Steinteppabreinsun, teppabreinsun,
bón, gluggabreinsun o.fl.

Sími 897 8444

Heint um allt Suðurland

**VÉLSMIÐJA
SUÐURLANDS ehf**

Selfossi Gagnheiði 5 Sími: 482 1980

**Efnissala
Rennismiði
Innréttingar
Járnsmiði**

Gagnheiði 5, Selfossi
Sími 482 1980

FRÖST

KÆLIKERFI - FRYSTIKERFI
HÖNNUN - SALA - ÞJÓNUSTA

HÁHEIÐI 9, SELFÖSSI - SÍMI 464 9400 - WWW.FRÖST.IS

HREINSITÆKNI

Stíflulosun
Rotþróahreinsun
Vélsópun
Lagnafóðrun

Hellismýri 9, 800 Selfoss
selfoss@hrt.is - Sími 892 2136
www.hrt.is

**Tækniþjónusta
Suðurlands ehf.
Selfossi**

Sjónvarpskerfi
fyrir hótél og gistihús

Öryggiskerfi
Eftirlitsmyndavélakerfi
Hljóðkerfi
Símkarfi o.fl.

Sérhæfing - Þekking - Reynsla

Gunnar Guðmundsson Sími 694 4922
Vilmundur Sigurðsson Sími 779 6777

**Sprettur
ÁBURÐUR**

Skeljungur
Lúðvik Bergmann, Viðskiptastjóri
GSM: 840 3009

Lagnabjónustan ehf

Pípulagnir - Efnissala
482 2311 ☎ 696 2311

Skrifstofa Þjónustusími

Pípulagnir Júlla

Nýlagnir - Endurlagnir - Viðgerðir

Sími 772 1456 - ornja@bt.net.is - www.pipulagnirjulla.is

NÝTT

**Vinnuvélanámskeið
á netinu!**

www.vinnuvelaskolinn.is

**BRAC AF
VINÁTTU!**

**Fæst hjá
BYKO Selfossi**

Bólstrun

BÓLSTRUN

Jóel FR. Jónsson
s. 893 4656
galleri@simnet.is

**Rétting
og málun**

Vottað réttingaverkstæði
Cabas tjónaskoðun

Breiðumýri 1, Selfossi

480 8020

**Bílasprautun - Bílaréttingar
Bílrúðuskipti**

Bilverk BA

Þar sem fagmennirnir vinna

★★★★★ Vottað verkstæði

Gagnheiði 3 - Selfossi

Sími 482 2224 / 899 5424 - bilverkba.is

PINGVANGUR

**Pingvangur ehf óskar eftir að ráða
smiði til starfa í Hveragerði**

Í samstarfi við Nátturulækningafélag Íslands hefur Pingvangur hafist handa við að byggja 84 íbúðir í Hveragerði. Næg verkefni eru framundan og óskum við eftir öflugum smiðum til starfa.

Áhugasöm fyrirtæki eða einstaklingar hafið samband við Gunnar Magnússon sími: 663 1621.
gunnar.magnusson@thingvangur.is