



Dansandi norðurljós

Dansandi norðurljós sáust víða um Suðurland þegar himinn lifnaði við í grænum litum en norðurljósín hafa undanfarna daga verið að gera vart við sig. Ljósmyndina tók Birkir Pétursson.

Nýir eigendur Ísbúðarinnar okkar

Hjónin Guðrún Lára Magnúsdóttir og Farhang Salih hafa tekið við sem nýir eigendur Ísbúðarinnar okkar í Hveragerði. Þau hjónin tóku við ísbúðinni í október sl. eftir að fyrrum eigendur fengu heldur neikvæða umsögn frá almenningi.

Dagskráin kíkta í heimsókn og ræddi við Guðrúnu og Farhang.

„Dóttir mín var að vinna fyrir fyrrum eigendur og hún lét okkur vita þegar staðurinn var settur á sölu,” segir Guðrún í samtali við Dagskrána. Á þeim tíma var ljóst



að þörf væri á breytingu á atvinnurekanda. Í kjölfar þess ákváðu þau hjónin að stíga inn og taka við rekstrinum.

Tilkynningin barst á Facebook-síðu Hvergerðinga, þar sem Hvergerðingar lýstu afar mikilli ánægju með nýja eigendur ísbúðarinnar. Viðtökurnar sem Guðrún og Farhang hafa fengið hafa því verið afar hlýjar og einlægir að þeirra sögn. Þykir Hvergerðingum það ánægjulegt að geta loks notið almennilegrar ísbúðar í ísbænum sjálfum.

Framundar eru ýmsar framkvæmdir í ísbúðinni í vendum. Guðrún og

Farhang segjast vera með margar hugmyndir í vinnslu um að breyta og bæta ísbúðina. Allt gerist þó með tímanum og í millitíðinni leggja þau áherslu á að Hvergerðingar sem og aðrir viðskiptavinir fái góðan ís frá Kjörís.

Nú þegar hafa verið settar upp tvær ísvélar og sú þriðja væntanleg á næstunni. Guðrún og Farhang vilja leggja ríka áherslu á hreinlæti, gæði og góða þjónustu og vilja að viðskiptavinir finni sig ávallt velkomna þegar þeir stíga inn í ísbúðina.

Hjónin eru spennt fyrir komandi tímum og hlakka til að byggja og bæta upp í sína eigin ísbúð.

SEG



Guðrún og Farhang. Mynd: Dagskráin/SEG.

Fáðu fagmann í verkið



PÍPULAGNIR
SUÐURLANDS

Háheiði 10, Selfossi
S. 699 1985 / 823 6656



Framúrskarandi
fyrirtæki 2020-2025

NÝR TOYOTA PROACE



Toyota Selfossi
Fossnesi 14
480 8000



Toyota
Selfossi



Hægt er að senda inn fréttatilkynningar
á netfangið dfs@dfs.is

Súperlagnir er alhliða þjónustufyrirtæki á
sviði pípulagna á Selfossi

SÚPER
LAGNIR

VIÐ TÖKUM AÐ OKKUR STÓR SEM SMÁ VERKEFNI

Símin hjá okkur er 664-8892 eða senda verkbeiðni á superlagnir@superlagnir.is



AÐALSKOÐUN
Nýtt ár, nýr miði!



Eyravegur 51,
800 Selfoss
Sími 590-6996

38. FLOKKSPING FRAMSÓKNAR

Stjórnir Framsóknarfélaga í Árnessýslu minna
á að formenn félaga taka við beiðnum um að
útbúa kjörbréf á flokksping Framsóknar sem
haldið verður 14.-15. febrúar á Hilton Reykjavík
Nordica.

Kosið verður um formann á þinginu og
takmörkuð sæti í boði fyrir hvert félag. Einnig
bendum við áhugasömum á að hægt sé að
ganga í flokkinn til að öðlast rétt til setu á
fundinum á heimasíðu hans, Framsokn.is

Hlökkum til að eiga skemmtilega helgi með
ykkur, kjósa nýjann formann og halda áfram að
efla og styrkja grasrót Framsóknar.

Hrónn Guðmundsdóttir, formaður Framsóknarfélags Ólfuss - hronng59@gmail.com
Marta Rut Ólafsdóttir, formaður Framsóknarfélags Hveragerðis - martarut91@gmail.com
Valgeir Ómar Jónsson, formaður Framsóknarfélags Árborgar - omar@centrum.is
Walter Fannar Kristjánsson, formaður Framsóknarfélags Árnessýslu - walter.fannar@gmail.com

Nóg að gera hjá Betu Björgvins

Selfyssingurinn Elísabet Björgvinsdóttir, eða Beta Björgvins eins og flestir þekkja hana, hefur verið önnur kafin upp á síðkastið. Beta hefur nýlega verið ráðin sem nýr skemmtanastjóri á Miðbar á Selfossi og auk þess er hún nýlærður þjálfari í Barre.

Dagskráin tók viðtal við Betu þar sem hún sagði frá starfi sínu bæði sem skemmtanastjóri á Miðbar og Barre þjálfari, auk þess deildi hún upplifun sinni sem keppandi úr Idolinu fyrir nokkrum árum.

Almennt mjög skemmtilegt starf

Starf Betu sem skemmtanastjóri er tiltölulega nýhafið. Í desember sl. hóf hún störf. „Ég byrjaði bara núna í desember, þau höfðu samband við mig um að það vantaði skemmtanastjóra,“ segir hún.

Starfið er afar fjölbreytt að sögn Betu og gefur henni mikið frelsi á sjálfstæð vinnubrögð. „Þetta snýst mikið um skipulagningu viðburða og skemmtanahald. Ég er til dæmis að sjá um að bóka gigg fyrir viðburði. Hún tekur þó fram að hún sé ekki ein að skipuleggja viðburði og að vinnan sé mikið í sambandi við samstarfsfólk sitt.

Beta segir það greinilega hafa orðið breyting á viðburðahaldi staðarins. Landsleikirnir í handbolta hafa meðal annars verið afar vinsælir á Miðbar meðan á þeim stendur. Aðspurð hvað henni finnist skemmtilegast við starfið svarar hún: „Þetta er bara fyrir höfuð allt mjög skemmtilegt. Það er búið að bæta mjög mikið í viðburði upp á síðkastið. Það er búið að rífa staðinn aðeins upp sem er bara geggjað og mjög gaman.“

Á morgun, föstudaginn 30. janúar, er Beta að sjá um viðburð á Miðbar þar sem Gummi Emil lætur sjá sig tryllir gesti.

Barre uppfyllir löngunina að hjálpa öðrum

Barre hefur notið gríðarlegra vinsælda hjá mjög mörgum upp á síðkastið. Samhliða skemmtanastjórastarfinu er Beta Barre-þjálfari hjá Gym800 og nýtur



Elísabet Björgvinsdóttir.

Mynd: SEG.

hún góðs af því. Hún er nýlega lærð og hóf störf í janúar. „Það er mjög gaman, mjög vinsælt og mjög skemmtilegt.“

Barre er sambland af styrktaræfingum, pilates og jóga. Barre lýsir sér þannig að það eru hefðbundnar líkamsræktarhreyfingar með léttlöð og gerðar eru smáar hreyfingar í takt við tónlist, engin hopp eða hlaup. Í Barre er áhersla lögð á styrk, líkamstöðu, jafnvægi og sjálfstraust. „Þetta er í raun bara endurteknningar í takt við tónlist,“ segir Beta.

Beta segir starfið mjög gefandi og að áhugi hennar fyrir Barre liggir í að vilja efla konur í að finna sjálföryggi í líkamsrækt. Námskeiðið er því fyrir konur sem vilja æfa í öruggu og eflandi umhverfi. „Það er svo stór partur af konum sem mæta í líkamsrækt og það fylgir þeim oft svo mikið óöryggi. Ég vil að konur geti mætt til mín og ekki verið óöruggar heldur finna frekar sjálföryggi.“ Hún segir Barre þjálfunin uppfylla þá löngun að vilja hjálpa fólki.

Í febrúar verður Beta með 4 vikna námskeið, Barre með Betu, alla þriðjudaga og fimmtudaga. Beta verður með þrjú námskeið, hefðbundið Barre, mömmu Barre og svo að lokum unglinga Barre. Hægt er að skrá sig á gym800.is og hvetur Beta alla þá sem hafa áhuga á að mæta.

Idol reynslan

Beta lýsir sér sjálfri sem stórum persónuleika. Hún hefur alltaf sótt í sviðsljósið því þar finnur hún adrenalínið. Margir kannast

við Betu úr Idolinu en í lok árs 2023 og byrjun 2024 tók hún þátt enda mikil söngkona og með hörkurödd. Þar stóð Beta sig með þrýði og komst í beina útsendingu í keppninni. Hún segir þá reynslu hafa verið afar skemmtilega að vissu leyti en að hún hafi haft mikil áhrif á hana.

„Maður kemur allveg brenndur út úr þessu, þetta tekur alveg á,“ segir hún. Hún lýsir óþarfa athugasemdum sem bárust til hennar á meðan á keppninni stóð og á meðan símakostningin réð ferðinni en ekki lengur dómaramnir. „Það voru svona ákveðnir hlutir sem fólk sagði sem var kannski alveg full óþarfi sem situr væntanlega í manni. Ég var 17-18 ára þá og ógeðslega leiðinlegt að fá svona komment á þeim tíma,“ bætir Beta við.

Þrátt fyrir erfiðu reynsluna sem fylgdi keppninni segir Beta sig alveg vera komin yfir tímana sem tóku á og hún er afar þakklát fyrir það sem hún lærði á þessu tímabili. Hún segir upplifunina hafa verið uppbyggjandi og skemmtilega á sinn hátt samhliða baráttunni.

Í dag er hún ekki jafn mikið í söngnum og áður fyrr. Beta er þó að reyna að koma sér á ról en segir að hún vilji samt á þessu augnabliki leggja meiri áherslu á bæði skemmtunarstjórnunina og að þjálfa Barre. Beta trúir þó að brátt muni hún ná að finna jafnvægi í öllum störfum sínum. „Ég held samt að með öllu þessu sem ég er að gera núna komi söngurinn með hinum störfunum á endanum,“ segir Beta að lokum.

SEG



Mynd: Aðsend.



Mynd: Aðsend.

vís

Hlökkum til að sjá þig

Fimmtudaginn 5. febrúar milli kl. 16.30-17.30
þjóðum við Selfyssingum og sveitungum á
svæðinu í léttar veitingar á þjónustuskrifstofuna
okkar á Eyravegi 37.



Að fara í réttir er toppurinn

Sigurður Steinar Valdimarsson, alltaf kallaður Steinar flutti á Selfoss í fyrra frá Kópavogi en kærasta hans, Karólína Ívarsdóttir er Selfyssingur og öll hennar fjölskylda býr á svæðinu. Steinar er nýr þjónustustjóri VÍS á Suðurlandi.

„Það er virkilega gaman að vera kominn á Selfoss og ég er

fullur tilhlökkunar að kynnast núverandi og nýjum viðskiptavinum VÍS enn betur. Ég hef líka fundið hversu samheldið samfélagið og það er ánægjulegt að vera partur af þessu frábæra samfélagi.“

Ljóst er að Suðurlandið er mjög stórt og spennandi svæði með öflugt og vaxandi atvinnu-

líf í fjölbreyttu samfélagi. Það skiptir Steinar máli að þjónustan endurspegli þarfir fólks hér. Markmiðið er að styðja við þennan vöxt og að viðskiptavinir finni að þeir fái einlæga, faglega og aðgengilega þjónustu þegar þeir þurfa mest á henni að halda. Hann hefur unnið í tryggisvæðingum í tæp fimm ár en það má segja að hann brenni fyrir góðri þjónustu. „Ég hef alltaf haft mikinn áhuga á þjónustu og mér finnst gaman að leysa mál og hjálpa fólki. Svo fannst mér þetta passa mjög vel við styrkleika mína og það sem ég vil vera að gera til lengri tíma.“

Fritíma sinn nýtir Steinar í útivist og hreyfingu en þar ber hæst fjallganga, badminton, golf, skíði og crossfit enda er hann í hörkuformi. Auk þess hefur hann áhuga á ljósmyndun og allri tækni.

„Þó ég sé alinn upp höfuðborgarsvæðinu þá finnst mér gott að vera í sveitinni, en tengdapabbi minn og fjölskylda búa í Bláskógabyggð og það er alltaf gott að koma þangað og ég tala nú ekki um að fara í réttir á haustin, það er alveg toppurinn. Svo er ég búinn að sannfæra pabba að skrá sig í Golfklúbbinn á Selfossi með mér.“

Fimmtudaginn 5. febrúar milli kl. 16.30-17.30 bjóðum við Selfyssingum og sveitungum á svæðinu í léttar veitingar á þjónustuskrifstofuna okkar á Eyra-vegi 37.

Vonandi sjáumst við sem flest!



Sigurður Steinar Valdimarsson. Myndir: Aðsendar.

Án glitmerkja á Hvolsvelli

Ég fór að sjá brennuna hér í Heimabyggð sem var með ágætum í góðu verði. Það var saman komið markt fólki. Björgunarsveitin skaut mörgum flugeldum á loft. Stutt frá brennunni voru margir bílar og sumar að færa sig til að sjá betur frá bílunum. Margir þessara bíla eru rafmagnsbílar og heyrir lítið í þeim. Börn og fullorðnir voru að labba á milli þeirra en engin var með glitmerki og sáust illa í myrkinu. Þá voru hundar og kettir með glitmerki og jafnvel með blikkljós. Voru hundar og kettir meira virðir en börnin okkar sem eru framtíðin?

Virðingafyllt,
Sigmar, Hvolsvelli



Fjölmeningarráð ytra og eystra funda

Fjölmeningarráð Rangárþing ytra og Rangárþings eystra hittust á dögunum á sameiginlegum fundi og ræddu meðal annars framkvæmd á Fjölmeningarhátíð sem haldin verður 9. maí á Hellu.

Vel heppnuð hátíð var haldin á Hvolsvelli í fyrra

þar sem var húsfyllir og fólk fékk að kynnast menningu og mat þeirra þjóðerna sem eru í Rangárvallasýslu. Einnig var íslensk menning kynnt og hefðbundinn íslenskur matur á boðstólnum.

Mikil gleði ríkti á fundinum sem var gífurlega vel heppnaður.

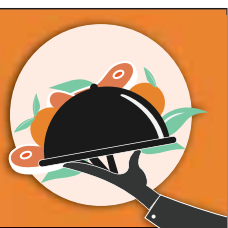
Gáta vikunnar

Fullt er oft af fréttæfni, fást með þessu ýmsir tónar. Hnífinn beittan nú ég nefni, nær um lendur allar grónar.

Svar við gátu í blaði 2836: **BOGI**
1. Regnbogi - 2. Dýrabogi - 3. Lásabogi
4. Bogi, róninn í Spaugstofunni



Sunnlenski matgæðingurinn



Lasagne

Birna Gestsdóttir er matgæðingur vikunnar.

Takk fyrir áskorunina Sölvi – og auðvitað tek ég henni. Lasagne hefur lengi verið uppáhaldsréttur fjölskyldunnar og í gegnum tíðina hef ég þróað hann áfram, þó engin nákvæm uppskrift sé til. Hér er hún nokkurn veginn:

Hráefni:
500 g nautahakk
2–3 hvítlauksrif
1 laukur, fínsaxaður
Krydd: Best á allt og Chili Explosion
1 dós (400 g) saxaðir tómatar
1 dós Hunts tómatar með garlic & herbs
½ lítri matreiðslurjómi
2 stk. Mexíkó-ostar
Lasagnaplötur
Rifinn ostur til að setja yfir
Tómatar (ríflegt magn í Sölvasalat)
Annað grænmeti í salat eftir smekk
Hvítlauksbrauð

Nautahakk, laukur og hvítlaukur eru steikt saman á pönnu og kryddað með Best á allt og Chili Explosion. Þegar þetta er orðið vel steikt er dós af hökkuðum tómötum og dós



af Hunts tómötum með garlic & herbs bætt út í og látið malla í góða stund.

Sósan er gerð úr matreiðslurjóma og Mexíkó-osti sem bráðna saman í potti. Ef osturinn er lengi að bráðna má nota töfrasprota til að flýta fyrir.

Lasagnið er sett saman í eldföstu móti í nokkrum lögum: hakk, sósa og lasagnaplötur. Endað er á lasagnaplötum, sósu og rifnum osti. Bakað í ofni í um 30 mínútur.

Með þessu er borið fram Sölvasalat – með miklu af tómötum – og að sjálfsögðu hvítlauksbrauð, sem er algjör nauðsyn.

Ég skora á frænku mína og vinkonu Bryndísi Áskelsdóttir að koma með uppskrift að sínum rómaða laxarétt í næstu viku.

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



Stelpur safna til krabbameinsfélagsins

Þessar flottu stelpur, Embla Dagmar, Sóley Anna, Eyrún Halla og Dagmar sem vantar á myndina þær héldu tombólu á Hellu til styrktar Krabba-

meinsfélaginu á Selfossi og afhentu þeim 13.808 krónur.

Krabbameinsfélagið vill þakka þeim kærlega fyrir.



Útgefandi: Prentmet Oddi, Gagnheiði 17, 800 Selfoss, sími 482 1944, dfs@dfs.is, dfs.is.
Ritstjóri: Björgvin Rúnar Valentinsson, sími 482 1944, dfs@dfs.is.
Blámaður: Sæbjörg Erla Gunnarsdóttir, sími 482 1944, saebjorg@dfs.is.
Auglýsingaeld: Sími 482 1944, auglysingar@dfs.is.

Dagskráin kemur út á hverjum fimmtudegi. Upplag 4.500 eintök. Allt efni og auglýsingar berist fyrir hádegi á þriðjudögum.

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

ISSN 1670-407X

Prentun: Prentmet Oddi Svansvottuð prentsmíða



Skattafróðleikur KPMG

Miðvikudaginn 4. febrúar
kl. 17:00 á Hótel Selfossi

Nánari upplýsingar á kpmg.is



GO CRAZY

29. JANÚAR - 3. FEBRÚAR

SPARAÐU

25%

AF ÖLLUM VÖRUM*

ALLT AÐ 70% AFSLÁTTUR AF ÚTSÖLUVÖRUM

*GILDIR EKKI AF SÉRPÖNTUNUM, VÖRUM Á FÖSTU LÁGU VERÐI NÉ VÖRUM Á ÚTSÖLU

Kæri félagsmaður.

Boðað er til aðalfundar Stangaveiðifélags Selfoss, laugardaginn 14. febrúar n.k. kl. 11:00 í Hótel Selfoss, Norðursal.

Á dagskrá eru venjuleg aðalfundarstörf.

Umsóknargögn vegna veiðileyfa á sumri komanda eru aðgengileg á heimasíðu félagsins eins og verið hefur. Umsóknum þarf að koma á aðalfundinn eða setja í póstkassann sem er við félagsheimili Stangaveiðifélags Selfoss við Víkina.

Félagar fjölmennum.
Stjórnin.

**Gaslýsingar og villuljós meirihlutans í Árborg**

Í greinargerð með fjárhagsáætlun Árborgar 2026–2029 er dregin upp mynd af „áframhaldandi bata“, „ábyrgum rekstri“ og „auknum ávinningi fyrir íbúa“. Þetta hljómar vel. Vandinn er sá að þessi frásögn stenst enga skoðun þegar hún er borin saman við tölurnar í áætluninni sjálfri. Hún er villuljós, tendrað til að draga upp aðra mynd en raunin er í sveitarfélaginu að loknu kjörtímabilinu.

Byrjum á kjarnanum. A-hluti sveitarfélagsins – daglegur rekstur skóla, leikskóla, félagsþjónustu og stjórnsýslu – er rekinn með um 615 milljóna króna halla árið 2025 og gert er ráð fyrir að hallinn verði um 495 milljónir króna árið 2026. Þrátt fyrir þetta er rekstrarvandi A-hlutans hvergi nefndur í greinargerðinni. Í staðinn er vísað í samanlagða niðurstöðu A- og B-hluta, þar sem veitur og önnur fyrirtæki halda heildarniðurstöðunni jákvæðri.

Þetta er ekki smáatriði. Þetta er meðvituð og villandi framsetning. Gaslýsing á kjösendur korteri fyrir kosningar og uppgjör á kjörtímabilinu.

1500 milljónir í viðbótarskatta á íbúa

Í greinargerðinni er talað um „skattalækkanir“ og „ávinning fyrir heimilin“. Þar er hins vegar ekkert minnst á 10% álag á útsvarstekjur eða um 1500 milljónir vegna ársins 2024, sem íbúar þurftu að greiða 1. júní 2025. Sú skattahækkun var ekki smávægileg og hún var lykilfor-

senda þess að reksturinn rétti sig af á pappírnum ásamt miklum hækkunum á gjaldskrár sveitarfélagsins og hærri fasteignagjöldum á sama tíma. Það passar einfaldlega ekki inn í þá fallegu mynd sem dregin er upp – og er því látið liggja á milli hluta.

Nú eru boðaðar skattalækkanir kynntar sem ávinningur fyrir heimilin. Þær nema um 300 milljónum króna samtals, sem er aðeins um fimmtingur af þeirri tekjuaukningu sem kom með viðbótarálaginu.

Þá er mikilvægt að hafa eitt í huga: lækkun fasteignagjalda er fyrst og fremst leiðrétting á móti hækkun fasteignamats, ekki raunveruleg skattalækkun. Þar sem fasteignamat hækkaði ekki jafnt í sveitarfélaginu, dugar þessi lækkun sum staðar alls ekki til og fasteignagjöld lækka því ekki hjá öllum – hjá sumum hækka þau jafnvel áfram.

Fjárfestingar eru kynntar sem merki um styrk og árangur. Langur listi af framkvæmdum er talinn upp, en hvergi er fjallað um rekstraráhrif þeirra. Engin umræða er um aukinn kostnað, viðhald, mannafla eða álag á A-hlutann. Fjárfestingar eru sýndar sem sjálfstæð gæði, án þess að tengja þær við reksturinn sem þarf að standa undir þeim til framtíðar.

Sama má segja um skuldir. Greinargerðin leggur áherslu á að skuldahlutföll séu innan viðmiða og fari lækandi. Það sem ekki er sagt er að heildarskuldir í krónum eru áfram mjög háar og lausafjárstaða þröng. Hlutföll

Sigurjón Vídalín Guðmundsson

Bæjarfulltrúi
Samfylkingarinnar í SvF. Árborg



eru notuð til að fegra myndina, á meðan raunverulegt umfang skulda er falið í töflum.

Þegar allt þetta er lagt saman blasir við einföld niðurstaða: Greinargerðin er kynningar-efni og kosningaráróður sem er kostaður af skattfé íbúanna, ekki heiðarleg greining á stöðu sveitarfélagsins.

Íbúarnir eiga betra skilið

Tölurnar segja að kjarnarekstur Árborgar sé veikur, að hann hafi þurft mikla skattahækkun til að haldast á floti og að áætlanir byggji á bjartsýnum forsendum um áframhaldandi aðhald og hagvöxt. Orðin segja hins vegar að allt sé á rétttri leið.

Íbúar eiga skilið betra en fallega orðræðu. Þeir eiga skilið að tölurnar fái að tala skýrt – líka þegar þær segja eitthvað sem er óþægilegt fyrir D-listann og þá staðreynd að þeim hefur lánast illa að stilla af fjármál sveitarfélagsins í kjölfar vaxtaverkja fádæma fjölgunar íbúa og þá uppbyggingu sem henni fylgdi.

Útdráttur; Í greinargerðinni er talað um „skattalækkanir“ og „ávinning fyrir heimilin“. Þar er hins vegar ekkert minnst á 10% álag á útsvarstekjur ársins 2024, sem íbúar þurftu að greiða 1. júní 2025.

Viltu vera memm?

POWERtalk-deildin Jóra heldur kynningarfund mánu dagskvöldið 2. febrúar í Selinu á Selfossi kl. 19:30.

POWERtalk (áður ITC) byggist á jafningjafraðslu og hvatningu við að koma fram á fundum, halda ræður, skipuleggja fundi og stjórna þeim. Byrjað er á einföldum verk-

efnum en þau verða sífellt meira krefjandi eftir því sem kjarkurinn vex. Undirbúnað eru mismunandi gerðir af ræðum þar sem fjallað er um allt milli himins og jarðar nema flokkspólitík og trúboð. Einnig eru alls konar leikir sem æfa að tala óundirbúið. Þá er hláturinn aldrei langt undan.

Félagar koma víða að og úr ýmsum starfsstéttum. Fundir eru tvisvar í mánuði, sept-maí. Gestir eru ætíð velkomnir en fundir eru auglýstir á facebook-síðunni: POWERtalk deildin Jóra, Selfossi.

Vertu velkomin á kynningarfundinn 2. feb. Kræsingar í boði.



HEILBRIGÐISSTOFNUN SUÐURLANDS

Vilt þú vinna á framúrskarandi vinnustað?

Við höfum opnað fyrir umsóknir um sumarstörf og bjóðum upp á fjölbreytt og spennandi störf á öllum deildum og starfsstöðvum HSU

HVERAGERÐI HÖFN Í HORNAFIRÐI
KIRKJUBÆJARKLAUSTUR UPPSVEITIR
RANGARÐING SELFÖSS VÍK
VESTMANNAEYJAR ÞORLÁKSHÖFN

Skannaðu kóðann Vertu með í sumar

Umsóknarfrestur er til og með 28. febrúar 2026

FAGMENNSKA VIREING SAMVIRKA

STARFSKRAFTUR Í ELDHÚS

Heilbrigðisstofnun Suðurlands óskar eftir að ráða starfskraft til starf í eldhús HSU á Selfossi

Hæfniskröfur
Matartæknir er kostur.
Reynsla af störfum í eldhúsi er kostur
Þekking og reynsla af matseld og næringu
Góð íslenskukunnátta og enskukunnátta

Sótt er um á www.hsu.is undir laus störf eða skannið QR kóðann hér til hliðar

Allar nánari upplýsingar veitir Bjarni Birgisson
bjarni.birgisson@hsu.is

Samvinna og tengslamyndun í brennidepli á Mannamótum 2026

Mannamót Markaðstofa
Landshlutanna, fjölmenn-
asti tengslaviðburður ársins,
íslenski ferðaþjónustu, fór fram
í Kórnum í Kópavogi þann 15.
janúar síðastiðinn. Sunnlend-
ingar voru áberandi á sýningunni
en 77 fyrirtæki af þeim 260 sem
tóku þátt voru af Suðurlandi.
Gestir Mannamóta voru um 1200
í ár og um 500 manns voru í húsi
sem sýnendur og því má segja
að þetta voru ein fjölmennustu
Mannamótin hingað til.

Tilgangur Mannamóta er að kynna fjölbreytileika landsbygðarinnar fyrir ferðaskrifstofum á höfuðborgarsvæðinu. Sýningarsvæðinu var skipt upp eftir hliðshlutum sem gerði gestum kleift að „ferðast um landið“ og kynnast því besta sem íslensk ferðapjónusta hefur upp á að bjóða á einum stað. Viðburðurinn er haldinn í samstarfi Markaðsstofa landshlutanna, Ísavia og Ícelandair.

Kraftur í samstarfinu

Ragnhildur Sveinbjarnardóttir, framkvæmdastjóri Markaðsstofu Suðurlands, segir þátttökuna undirstrika styrk svæðisins:

„Mannamót eru einn mikilvægasti vettvangur ársins fyrir samstarfsfyrirtæki okkar til að byggja upp tengsl og kynna sínar vörur beint fyrir fagaðilum á höfuðborgarsvæðinu. Að sjá

77 öflug fyrirtæki af Suðurlandi mæta til leiks sýnir þann mikla kraft og þau gæði sem einkenna ferðaþjónustu í okkar landshluta. Við leggjum sérstaka áherslu á að sýna hve fjölbreytt og spennandi Suðurland er heim að sækja allan ársins hring, ekki síst yfir vetrartímann, og það er dýrmætt að sjá hve vel samstarfið skilar sér í jafn öflugri mætingu og raun bar vitni.“

Suðurland leiðir vöxtinn

Hin mikla mæting sunnleuskra fyrirtækja á Mannamót kemur ekki á óvart þegar lítið er til nýjustu gagna um atvinnutekjur á landinu. Suðurland hefur sýnt meiri vöxt í heildaratvinnutekjum en nokkur annar landshluti síðan 2017, eða um 33% aukningu. Árið 2024 nam hlutdeild reksturs gístistaða og veitingareksturs um 10% af heildaratvinnutekjum í fjórðungnum.

sem sýnir hve þýðingarmikil greinin er fyrir efnahag sunn-
lenskra samfélaga.

Fulltrúar SASS voru á staðnum að kynna sér starfsemi ferðabjónustuaðila. Það var samdóma álit þeirra að sýningin sýndi glögglega hversu mikilvægt það er fyrir fagaðila í greininni að koma saman, skiptast á ráðum og styrkja samstarf til framtíðar.

Undirbúningur skilaði sér

Aðeins samstarfsfyrirtækjum Markaðsstofa landshlutanna gefst kostur á að sýna á Mannamótum. Markaðsstofurnar stóðu fyrir sérstökum undirbúningsfundum fyrir sýnendur þar sem farið var yfir gerð kynningar-
efnis og hvernig best væri að ná til gesta á viðburðinum. Sú vinna skilaði sér í faglegri og glæsilegri framsetningu á sunnlesskri ferðabjónustu á Mannamótum.

SASS



Ingunn framkvæmdastjóri SASS og Ragnhildur framkvæmdastjóri Markaðsstofu Suðurlands

Hrafn Arnarsson ráðinn aðalþjálfari Judofélags Suðurlands

Judofélag Suðurlands hefur ráðið Hrafn Arnarsson sem nýjan aðalþjálfara félagsins. Hrafn tekur við starfinu með það fyrir augum að efla þjálfun félagsins, byggja upp sterkt keppendateymi og auka árangur félagsmanna á komandi árum.

Hrafn Arnarsson fyrrverandi Íslandsmeistari og er reynslumikill keppnismaður og hefur iðkað Judo í tæpa tvo áratugi þrátt fyrir ungan aldur. Hrafn var keppandi í Landsliði Íslands á alþjóðavettvangi og hefur hann einnig starfað sem leiðbeinandi. Hann hefur þjálfað iðkendur á öllum aldri og er þekktur fyrir metnaðarfulla nálgun, jákvætt hugarfar og áherslu á einstaklingsmiðaða þjálfun.

„Ég er mjög spenntur fyrir þessu tækifæri og hlakka til að vinna með íþróttamönnum félagsins, þjálfurum og stjórn félagsins.“ Markmið mitt er að efla þjálfunina, stuðla að jákvæðri upplifun og hjálpa féluginu að ná nýjum hæðum í krafti samvinnu og árangursmiðaðrar þjálfunar.“

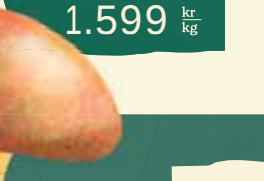
Stjórn Judofélags Suðurlands
fagnar ráðningu Hrafns og gerir
ráð fyrir að með hans leiðsögn
muni félagið styrkja stöðu sína



innan íslensks Judo og skapa enn sterkari vettvang fyrir iðkendur til að njóta sín í íþróttinni.

Hrafn Arnarsson mun hefja störf sem aðalþjálfari Judofélags Suðurlands í febrúar með útfærslu á nýjum þjálfunaráætlanum og með áherslu á Judo fyrir alla. Þess ber að geta að á haustmánuðum fékk Judofélag Suðurlands húsnæði í World Class á Selfossi og stundar þar æfingar af kappi alla virka daga kl 18:30.





KJÖRBÚÐIN

VERSLUN Í HEIMABYGGÐ



53%

Sunnudagssteik
í marineringu, Bara matur

3469 kr.-kg.

1.599 ^{kr}/_{kg}



33%

Jarðarber
Driscoll's, 400g

1199 kr.-pk.

799 ^{kr}/_{pk}

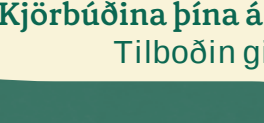


31%

Kjúklingabringur
Bara matur, erlendar

3269 kr.-kg.

2.249 ^{kr}/_{kg}



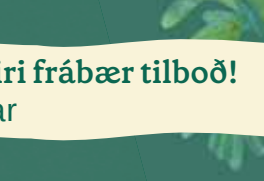
20%

Lasagne Bolognese
Matarbúrið, 1kg

2499 kr.-stk.

1.999 ^{kr}/_{stk}





Kíktu í Kjörbúðina þína á Hellu og nældu þér í fleiri frábær tilboð!

Tilboðin gilda 29. janúar - 8. febrúar

Hannyrðahornið

Handstúkur

Uppskrift:
Bobbýjardætur / bobby.is

STÆRÐIR:
S/M og L

GARN:
CAMPER frá Kelbourne
Prjónfesta er 24 lykkjur á 10 cm í sléttu prjóni á 3,5 mm prjóna Garnið fæst hjá Bobby Hveragerði og bobby.is

GARNMAGN:
50 gr í allar stærðir.

ÞAÐ SEM ÞARF:
Sokkaprjóna /crazy trio 3,5 mm og 3 mm í stroffið.
Stoppunál til að ganga frá endum.
Prjónamerki.

TÆKNIUPPLÝSINGAR :
Stúkurnar eru prjónaðar frá lófa og upp á handlegg, með mynstri sem er á handarbaki. Mynsturteikning fylgir og útskýringar á táknum.

UPPSKRIFT:
Fitjið laust upp, 52 – 56 lykkjur á 3,5 mm prjóna og prjónið slétt út umferð, setið prjónamerki við upphaf til að marka upphaf og endi umferðar. Prjónið 4 umferðir í viðbót. Næsta umferð er gataprjón, sem er gert svona:
Prjónið tvær lykkjur saman, sláið bandi uppá prjóninn... endurtakið út umferðina. Prjónið næstu 5 umferðir slétt.
Í næstu umferð er annað hvort kanturinn prjónaður eða saumaður niður. Brjótíð niður stykkið við gatamunstrið, það sést að það myndast litlar tungur, farið í gegnum fyrstu lykkjuna og fyrstu lykkjuna á uppfiti og dragið í gegnum báðar, hér er myndband sem sýnir þetta : <https://www.youtube.com/watch?v=0imkH50oHtc>

Það er líka hægt að sauma niður kantinn eftir á.

Næst er prjónað eftir mynsturteikningu, staðsetjið mynstrið á miðju handarbaki. Það er gott að hafa 19 lykkjur sem er fjöldi lykkja í mynstri á handarbakinu og deila hinum lykkjunum á tvo prjóna, ef notaðir eru sokkaprjónar.

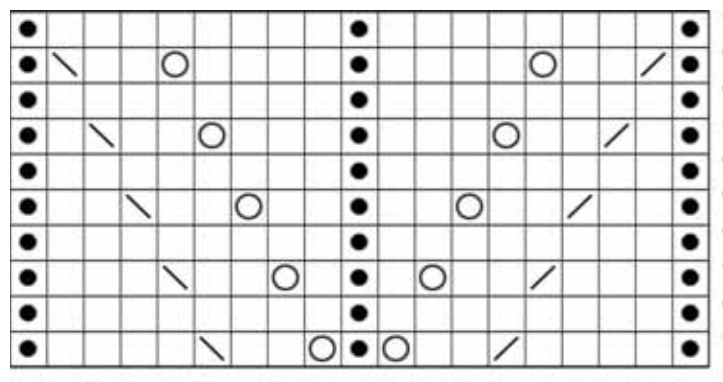
Tákn:
□ Slétt lykkja
● Brugðin lykkja
○ Slá upp á prjóninn
/ Prjóna tvær lykkjur saman
\\ Takið tvær lykkjur eins og þið ætlið að prjóna þær Færið yfir á vinstri prjón og prjónið aftaní þær.

Mynstrið prjónið þið 3x.

Eftir mynstur er prjónuð 1 umferð og skipt yfir á 3 mm prjóna og stroff prjónað 2 lykkjur sléttar og 2 lykkjur brugðnar ca 8 cm.
Fellið laust af.
Það má líka alveg hafa stroffið með 1 lykkju sléttri og 1 lykkju brugðinni. Bara eftir smekk hvers og eins.
Gangið vel frá öllum endum

Þvottaleiðbeiningar:
Þvoið í höndum með ullarsápu, skolið úr og kreistið sem mest vatn úr og leggið til þerris.

ATH!
Okkur þætti vænt um að ef flíkin er sett á samfélagsmiðla að merkja okkur í póstinum @bobbyjardætur.
Uppskriftin er eign Bobbyjardætra og ekki er leyfilegt að dreifa henni eða afrita nema til eigin nota.
Ef aðstoðar er þörf hafið samband við okkur í tölvupósti info@bobby.is.



BOBBÝJARDÆTUR

Breiðumörk 13, Hveragerði - Sími 774 2324
info@bobby.is - www.bobby.is



Þjónustukjarni eldri borgara – lykill að gæðasamfélaginu í Hveragerði

Jóhanna Ýr
Jóhannsdóttir

Oddviti Framsóknar og formaður bæjarráðs Hveragerðisbæjar.



Garðar Rúnar
Árnason

Fulltrúi Framsóknar í öldungaráði Hveragerðisbæjar



Gæði samfélags mælast í því hvernig við þjónustum íbúana. Íbúasamsetning í Hveragerði er fjölbreytt og býr í bænum m.a. fjölmennur og virkur hópur eldra fólks. Það er eitt af megin áherslumálum Framsóknar að bjóða upp á fjölbreyttan búsetuvalkost fyrir alla hóp samfélagsins. Það er því mikilvægt að hlusta eftir því hvað hentar hverjum. Í Hvera-

gerði er öflugt félagsstarf hjá Félagi eldri borgara. Félagið heldur úti fjölbreyttri starfsemi fyrir þau sem hafa náð 60 ára aldri. Markmið félagsins er að vinna að velferðarmálum eldra fólks og það gera þau með því að vekja athygli á þörfum eldri borgara. Þá er markmið um að stuðla að aukinni þjónustu og skipuleggja og framkvæma tómstunda- og félagsstarf meðal fé-

laga. Samtal bæjaryfirvalda og FEB er gríðarlega mikilvægt og viljum við trúa því að afrakstur þeirrar samvinnu kristallist í undirbúningshópi sem nú hefur verið komið á.

Undirbúningshópur vegna nýs þjónustukjarna eldri borgara í Hveragerði

Bæjarstjórn samþykkti á fundi sínum þann 9. október 2025 að stofnaður yrði undirbúningshópur vegna nýs þjónustukjarna eldri borgara í Hveragerði. Fram kom á þeim fundi að hópnum sé ætla að vinna að og skila skýrslu til bæjarstjórnar. Markmið skýrslunnar er að draga saman forsendur fyrir slíku verkefni. Einnig er hópnum ætlað að

skila tillögum að ákjósanlegri staðsetningu og þarfagreiningu á hlutverki og mögulegri starfsemi þjónustukjarnans.

Hópurinn skipaður

Erindið var tekið fyrir á fundi Öldungaráðs Hveragerðisbæjar þann 11. desember 2025 og þar skipað í undirbúningshópinn. Samþykkt var að skipa í hópinn einn fulltrúa frá hverju stjórnmálaafli í Hveragerði og tvo fulltrúa frá FEB. Framsókn í Hveragerði: Garðar Rúnar Árnason, Okkar Hveragerði: Anna Jórunn Stefánsdóttir, Sjálfstæðisflokkur: Ásta Magnúsdóttir, Félag eldri borgara í Hveragerði: Kristinn G. Kristjánsson og Daði V. Ingimundarson. Að

auki mun starfsmaður hópsins koma frá Hveragerðisbæ. Í undirbúningshópnum er því gert ráð fyrir samvinnu sveitarfélagsins, Öldungaráðs og Félags eldri borgara.

Aukin lífsgæði

Stofnun þessa stýrihóps markar spennandi skref í átt að aukinni þjónustu sem mætir þörfum eldri borgara. Með sameiginlegu átaki og góðri samvinnu er færi á að móta framtíðarsýn um uppbyggingu þjónustukjarna sem stuðlar að auknum lífsgæðum fyrir öll sem nýta þjónustuna. Þetta er fjárfesting í framtíð sem þjónar okkur öllum - hvort sem er í dag eða síðar á lífsleiðinni.

Þráhyggja er ekki stefna – D-listinn og frístundastyrkir

Það var sérkennilegt sem forsvarsmaður Íþróttafélags að fylgjast með fundi sveitarstjórnar Rangárþings ytra í dag, 14. janúar. Einn af dagskrárliðum fundarins var frístundastyrkir, en frístundastyrkir hafa verið í boði í sveitarfélaginu frá árinu 2023.

Umræðan var um víðan völl, rætt var nýting frístundastyrks, hvort hann væri að skila sér og loks var þróun æfingagjalda hjá Íþróttafélögum í Rangárþingi ytra til umræðu. D-listinn í Rangárþingi ytra, sem að hefur frá upphafi sett fyrirvara um frístundastyrkinn, bókaði um málið. Rýnum aðeins í bókun D-listans:

Í bókun D-listans er velt því fyrir sér hvers vegna aðeins 83% væru að nýta sér styrkinn, hvað með hin 17% sem gera það ekki og í kjölfarið var umræða um það hvort að mögulega væri um að ræða börn af erlendum uppruna. Skemmst er frá því að segja að 83% er á allan mælikvarða mjög gott hlutfall nýtingar sem þekkt varla í öðrum sveitarfélögum. Hvað þau 17% varðar sem ekki nýta styrkinn og hvort það séu börn af erlendum uppruna, þá getur það vel verið og er ályktun undirritaðs að það sé tilfellið, en má þar benda á að Ungmennafélagið Hekla hefur t.d. fengið styrk úr hvatasjóði ÍSÍ og UMFÍ fyrir verkefni um inngildingu barna af erlendum uppruna upp á 350.000 kr. Þannig að það sem upp úr stendur er að 83% hlutfall er gott og vinna er hafin við að ná til þeirra sem upp á vantar.

Í bókun D-lista er það tekið fram að þau hafi haft áhyggjur af því að innleiðing frístundastyrks myndi hafa í för með sér hækkun æfingagjalda sem að nú hafi raungerst. Nefna þau þar dæmi um að æfingagjöld ákveðinna flokka KFR hafi hækkað um 36% á sama tíma og launavísitala hafi aðeins hækkað um 17%. Tekið er fram að svipuð dæmi sé að finna hjá öðrum félögum, þar á meðal félagi undirritaðs. Í stuttu máli var staðan sú fyrir tilkomu frístundastyrks að æfinga-



gjöld félaganna voru hlægilega lág, starfið ekki jafn faglegt, fjárhagur Íþróttafélaganna var milli steins og sleggju og óheyrilegt álag var á sjálfbærni félaga. Það sem upp á vantaði til að niðurgreiða starfið til foreldra og iðkenda. Er það nostalgían sem að D-listinn vill? Minni faglegheit, verri fjárhagur Íþróttafélaga og sjálfbærni félaga sem að brenna út? En rýnum aðeins í tölur að baki þessara hækkananna og sem liggja að baki íþróttastarfinu.

Byrjum á því að hafa á hreinu hver kostnaður við starfið er. Ef að 1 klst af æfingum á viku með einum þjálfara á að standa undir sér þarf önnin að kosta 15.000 kr. og lágmarksfjöldi iðkenda að vera 15 stk. Er þá ótalinn kostnaður við aðstoðarþjálfara og keppni. Höfum einnig í huga að ungmennafélagið Hekla er lítið félag og ekki sjálfsagt að iðkenda hópar nái alltaf að vera 15 eða fleiri.

Berum þá saman verðþróun tveggja æfingahópa. Körfuknattleikur fyrir iðkendur í 7-10 bekk kostaði haustið 2022 11.000 kr., æfingar voru 2 klst. á viku og frjálisþróttir fyrir iðkendur í 1-2 bekk kostaði 5.500 kr., æfingar voru 1 klst. á viku.

Fyrsta haustið eftir tilkomu frístundastyrks var kostnaður vegna körfubolta 7.-10. bekkjar kominn í 18.500 kr., æfingar voru 2 klst á viku, og frjálisþróttir í 1-2. bekk kostaðu 12.500 kr., æfingar voru 1 klst í viku.

Þar má sjá að eftir tilkomu frístundastyrks hækkuðu æfingagjöldin vissulega lítillega, en kostnaðarbyrði foreldra minnkaði umtalsvert. Þátttaka jókst, kostnaðarbyrði foreldra minnkaði og betri horfur voru fyrir rekstri Íþróttafélaganna. Er

þetta ekki skýrt dæmi um það að innleiðing frístundastyrkja hafi borið árangur?

Ef við tökum stöðuna á þessum æfingahópum í dag þá kostar körfubolti 7–10 bekkjar vorið 2026 heilar 21.500 kr. Æfingar eru 3 klst á viku.

Þannig hefur þróun á verðlagi 1 klst æfingar í körfuknattleik 7–10 bekkjar verðið eftirfarandi:

- Haustið 2022: 5.500 kr. per klst
- Haustið 2023: 9.250 kr. per klst
- Vorið 2026 7.167 kr. per klst

Og munum nú og höfum í huga að 1 klst þarf að kosta að lágmarki 15.000 kr. til að æfingagjöldin ein og sér standi undir sér. Ungmennafélagið Hekla hefur ALDREI rukkað fyrir sínar æfingar þannig að æfingagjöldin standi undir kostnaði.

Sama má segja um frjálisþróttir í 1-2 bekk, en frá haustinu 2024 hefur Ungmennafélagið Hekla boðið upp á það að greitt sé eitt gjald og að börn geti æft allar íþróttgreinar. Haustið 2024 var það gjald 21.500 kr. og æfingar í boði 4,75 klst á viku, sem að kemur út í 4.526 kr. per klst.

Það er nauðsynlegt að svara málflutningi sem þessum með tölum, gögnum og rökum. Við búum við ómetanleg lífsgæði í íþrótt- og æskulýðsstarfi í Rangárþingi ytra og frístundastyrkur hefur verið lyftistöng í að bæta þau lífsgæði.

Ég vona að fulltrúar D-listans sjái sér fært að lesa þessa grein og um leið langar mig að bjóða þau velkomin í nútímann og að hætta þessari þráhyggju gagnvart því sem áður var, sem er endurtekið búið að sýna fram á að var umtalsvert verra og sú þróun sem hefur orðið hefur orðið til hins betra.

Ekki veit ég í þágu hverra þessi málflutningur D-listans er, en hann er ekki í þágu fjölskyldna, barna og ungmenna, íþróttafélaga eða samfélagsins í Rangárþingi ytra í heild og ég er efins um að hann skili sér í kjörkassann.

Ljóð vikunnar

FRÁSÖGN TRÚRRAR EIGINKONU

Þegar þú flaugst til blárra fjalla í fjarlægu landi grét ég ekki sáran eins og trúar eiginkonur, lagðist ekki í uppdiðkaðan einmanaleika eins og sumar

því að þú skildir líkamsílm þinn eftir hjá mér. Ég bíð í hreiðrinu okkar í krónu gullregnsins eftir smá ástarögn sem þú gætir fært mér.

Ég byrja daginn böðuð morgunbirtu fletti blöðum helgra rita; allt fari vel. Ég vænti vina minna í hádegismat á hverjum degi, í iðjuleysi síðdegisins skiptast á skin og skúrir í huganum.

Hver færi að rífast við mánann þegar nágrannarnir eru stjórnur?

Til hvers að vera döpur? Skýin kenna mér að fljúga.

En um kvöldið kom vindroka inn til mín og felldi kertin um koll.

Þegar ég fór með bænirnar skildi ég að í fjarska var hryggjarstykkið í ást minni brotið miskunnarlaust.

Um nóttina féll fyrsta regn ársins og frá þeim degi rignir nóg í heila bók um fölskvalausa sorg. Döpru hjarta er lítil huggun í fegurð, króna gullregnsins er nú logandi bál.

Tamali Neogi, Indlandi

Þór Stefánsson þýddi.
Mynd: Germains Droogenbroodt

Matthías býður sig fram til að leiða lista Framsóknar í Árborg

Matthías Bjarnason hefur ákveðið að bjóða sig fram til að leiða lista Framsóknar í Árborg í komandi sveitarstjórnarkosningum.

„Ástæður þess að ég býð mig fram til að leiða lista Framsóknar eru margar. Ég hef brennandi áhuga á málefnum nærsamfélagsins og hef hugmyndir um hvernig við getum bætt Árborg. Ég tel þó enn mikilvægara að hlusta á hugmyndir annarra, vega þær og meta og koma góðum hugmyndum í framkvæmd,“ segir Matthías í framboðstilkygningu sinni.



„Ég tel vanta ferskt fólk í stjórn málin í Árborg, fólk sem horfir af metnaði til framtíðar. Af varamannabekknunum á yfirstandandi kjörtímabili hef ég séð hvernig sumir festast í fortíðinni og eyða mikilli orku í rifrildi um liðna tíð. Staðan er eins og hún er og við breytum ekki fortíðinni. Við getum haft áhrif á framtíðina og það er það sem ég vill gera.“ Á komandi mánuðum hyggst Matthías gera nánari grein fyrir áherslum sínum og stefnu í málefnum Árborgar.

Sveinn Ægir hyggst halda áfram störfum sínum

Sveinn Ægir Birgisson, formaður Bæjarráðs í Sveitarfélaginu Árborg, býður sig fram í prófkjöri Sjálfstæðisfélaga Árborgar 7. mars og hyggst halda áfram störfum sínum í þágu sveitarfélagsins.

Sveinn hefur starfað fyrir íbúa í Árborg síðustu fjögur ár. „Ég tel að reynsla mín og þekking á sveitarfélaginu muni nýtast vel, enda iðar samfélagið okkar af lífi og hér liggja fjölmörg tækifæri. Framtíðarkynslóðir vilja setjast að í Árborg og það sjáum við glögg í eftirspurn eftir okkar sterku leik- og grunnskólum, ásamt



öflugum og fjölbreyttu íþróttalífi. Þessu fylgja þó einnig áskoranir og við þurfum að standa vörð um þá dýrmætu þjónustu og sérstöðu sem samfélagið okkar hefur upp á að bjóða.“ Þetta kemur meðal annars fram í tilkynningu Sveins um framboð sitt. „Áframhaldandi uppbygging og skýr forgangsröðun eru gríðarlega mikilvæg. Sem formaður bæjarráðs og formaður eigna- og veitunefndar tel ég mig hafa góða innsýn í það sem þarf að gera til að ná enn lengra og gera Árborg að enn sterkara og framúrskarandi sveitarfélagi,“ bætir Sveinn svo við.

FUNDIR



Krabbameinsfélagið

OPNUNARTÍMAR

Mánudaga kl. 11-14

Opíð hús

Þriðjudagar kl. 11-13

Upprekjur

Þriðjudagar kl. 14-16

Unga fólkið

Miðvikudagar kl. 11-14

Opíð hús

Fimmtudagar lokað

Viðburðir auglýstir sérstaklega á Brossiðunni

Föstudagar kl. 11-13

Opíð hús

Fyrsta þriðjudag í mánuði

Karlahöpurinn Smárarnir kl. 18

Eyravegur 31, Selfossi

Sími 482 1022 og 788 0300

arnessysla@krabb.is
krabbameinsfelagarnessyslu.netFacebook: Krabbameinsfélag
Árnessýslu/Brossið/Smárarnir

Al-Anon Selfossi

Al-Anon fundir - einn dagur í einu, alla laugardaga.
Nýliðafundur hefst 9:30 og Al-Anon fundur strax að honum loknum klukkan 10:00.

Al-Anon Selfossi

Al-Anon fundir á þriðjudögum í Hrísholti 8. Nýliðafundur kl. 20:00. Fundur kl. 20:30.

AA

Mán. kl. 20:30 - AA fundur
Þrið. kl. 19 - AA konufundur
Mið. kl. 19:30 - AA fundur
Fim. kl. 20 - AA karlafundur
Fös. kl. 20:30 - AA fundur
Lau. kl. 21 - AA opin 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 i sobota godzina 19:00. Hrísholt 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.

CoDA

Bataleið frá meðvirkni

Fundur alla laugardaga kl. 10:30.
Hrísholti 8, Selfossi.
Nánari upplýsingar á coda.is.

CoDA-fundur / Meðvirkni

Bókasafn Ölfuss, Hafnarbergi 1, Þorlákshöfn
Mánudaga kl. 19:30.

Leiðin út á þjóðveg

Fundur í Rauðakrosshúsinu, Mánamörk 1, Hveragerði, neðri hæð, miðvikudaga kl. 19:30.

AA fundir í Hveragerði í húsi

Rauða krossins. Mánamörk 1
Mánudaga Kl.18 - Konur
Fimmtudaga Kl.18 - Sporafundur - Konur

ÞJÓNUSTA



Daglegar ferðir

SELFOS - REYKJAVÍK
SUÐURLAND

Fjárheimar ehf.

Eyravegi 37, 2h - 800 Selfoss
s. 482 3454 - maddy@maddy.isBókhald - ráðgjöf
skattskilÞjónusta við
einstaklinga og
fyrirtæki

Persónuleg þjónusta

FUNDIR

Vöflukaffi

Vöflukaffi verður
laugardaginn 31. janúar n.k.
frá kl. 11-12, að
Eyravegi 15, gestur verður
Lilja Dögg Alfreðsdóttir
varaformaður.
Allir velkomnir,



FÉLAGSSTÖRF



SKRIFSTOFA FEBSEL

Opin fimmtudaginn
29. janúar kl. 13:00-14:30

OPIÐ HÚS

Fim. 29. janúar kl. 14:45

FÆÐUÖRYGGI

ÁRNI BRAGASON,
FYRRVERANDI
LANDGRÆÐSLUSTJÓRIKaffihlaðborð kvennfélagsins
verð 1.500 kr.

Innviðir eru forsenda lífsgæða ekki tekjustofn ríkisins

Íumfjöllun innviðanefndar á vegum Samtaka sunnlenskra sveitarfélaga voru lagðar fram tillögur fyrir ársþingið sem haldið var í október 2025. Meðal annars var fjallað um kalt vatn, fráveitu og hitaveitur. Svo

tryggja megi sjálfsögd mannréttindi og aðgang að heitu og köldu vatni ásamt fráveitu þarf að fjárfesta gríðarlega í innviðum til að tryggja afhendingu á vatni og að veita því frá heimilum og fyrirtækjum.



heilbrigði, sem að lokum fellur á íbúa landsins í formi gjalda. Slík ráðstöfun nær engri átt og ber að afnema hið snarasta þegar rætt var um innviði fór umræðan um víðan völl og telja sumir að leikskólar, skólar, leikvællir og allt það sem þjónustar íbúa megi skilgreina sem innviði.

Að sjálfsögdum má færa rök fyrir því öllu en skilgreina þarf samt sem áður betur hvaða framkvæmdir um ræðir en vissulega er þarft að fella niður innheimtu á virðisaukaskatti af leik- og grunnskólabyggingum ásamt veituframkvæmdum hvers sem eru á hendi Sveitarfélaga.

Kjömir fulltrúar sveitarfélaga, óháð því hvar þeir starfa, þurfa að standa þétt saman og knýja á um að þingmenn kjördæmanna leiðrétti þá tímaskekkju sem virðisaukaskattur á innviðafamkvæmdir er. Þetta er hagsmunamál sem varðar alla íbúa og því er nauðsynlegt að halda því ræki-lega á lofti þegar gengið verður til næstu sveitarstjórnkosninga.

Ef sveitarfélög eiga að geta mætt lögbundnum skyldum sínum og tryggt áframhaldandi uppbyggingu nauðsynlegra innviða er forsenda þess að dregið verði úr skattheimtu ríkisins á þessum samfélagslega mikilvægu fjárfestingum

Arnar Freyr Ólafsson

Bæjarfulltrúi Árborg

Stjórnarmaður í Samtökum

Sunnlenskra Sveitarfélaga

Formaður innviðanefndar SASS

HEILSA

Energy Touch
- Nudd
- Heildræn
meðhöndlun

Yoga Nidra byrjar

9. feb. kl. 17:00

11. feb. kl. 17:30

13. feb. kl. 10:00

Ragnhildur
Sigurðardóttir
Sími 693 2197
ragnhildurgagga.isCand.mag. í þróttfræðum,
nálastungur, yoga,
NLP-master/coach,
heilsuuddari,
Hugræn atferlismeðferð,
meta medicine.

KIRKJUR

Guðsþjónusta

Laugardaginn 31. janúar
klukkan 11:00
Jón Hjörleifur leiðir
Bíbliurannsókn.
Kristján Ari predikar.
Barna og unglingastarf á sama tíma
Safnaðarheimili Sjöundadags
Aðventista
Eyravegi 67 - Selfossi
Allir hjartanlega velkomnir

Selfosskirkja

Fjölskyldumessa í Selfosskirkju
sunnudaginn 1. febrúar, kl. 11:00.
Prestur Anna Eiríksdóttir - æskulýðsfulltrúi Sjófn Þórarinsdóttir.
Barnakór Selfosskirkju syngur undir stjórn Bergþóru Kristínardóttur.
Organisti: Edit A Molnár.
Þriðjudagssamvera 3. febrúar.
Gestur Örn Grétarsson.
Foreldrasamvera miðvikudag kl. 11-12
Morgunbænir miðvikudaga kl. 10:00.

Skálholtsdómkirkja

Messa kl. 11 þann 1. febrúar.
Sr. Kristján Björnsson vígslubiskup þjónar og predikar. Pétur Núi Stefánsson leikur á orgel og leiðir safnaðarsöng.
Barnaborðið er ávallt á sínum stað. Innilega velkomin.

Oddakirkja

Guðsþjónusta verður næsta sunnudag 1. febrúar, kl. 11.00. Kórin leiðir söng við undirleik Halldórs Óskarssonar organista. Prestur er sr. Halldóra Þorvarðardóttir.

Hrepphóla kirkja:

Kirkjuskóli laugardaginn 31. jan. kl. 11. Verið öll velkomin.

Miðdalskirkja í Laugardal

Messa kl. 14 1. febrúar þar sem Kyndilmessunni er fagnað. Sr. Kristín Þórunn Tómasdóttir sóknarprestur þjónar fyrir altari og predikar. Pétur Núi Stefánsson leikur á harmóníum og leiðir safnaðarsöng auk Söngkórs Miðdalskirkju. Innilega velkomin.

ATVINNA

Bifreiðasmiður óskast

Bilverk BÁ óskar eftir að ráða bifreiðasmið til starfa á verkstæði fyrirtækisins.

Góð laun og framtíðarstarf í boði fyrir réttan aðila.

Vinnutími er frá 8 - 16 virka daga.
Næg verkefni framundan.
Upplýsingar á staðnum eða í síma 4822224

Ferilskrá og aðrar upplýsingar sendist á bilverkba@simnet.is



Bílamálari óskast

Bilverk BÁ óskar eftir að ráða bílamálara til starfa á verkstæði fyrirtækisins.

Góð laun og framtíðarstarf er í boði fyrir réttan aðila.

Vinnutími er frá 8 - 16 virka daga.
Næg verkefni framundan
Upplýsingar á staðnum eða í síma 4822224

Ferilskrá og aðrar upplýsingar sendist á bilverkba@simnet.is





Sex fríar klukkustundir og tæmdir biðlistar á leikskólum í Hveragerði

Fleiri stundir og önnur þjónusta hækkar ekki

Í upphafi kjörtímabilsins lagði meirihluti Okkar Hveragerðis og Framsóknar í bæjarstjórn Hveragerðisbæjar upp þá stefnu að bjóða upp á 6 klukkustundir gjaldfrjálst á leikskólum bæjarins. Þessi sýn er nú að raungerast frá 1. febrúar nk. eftir markviss skref í þá átt á kjörtímabilinu og er það mikið gleðiefni.

Frá 1. febrúar nk. verða mán- aðargjöld fyrir 8 klst. vistun einungis 8.800 kr. og með því hafa leikskólagjöld lækkað um 70% á kjörtímabilinu.

Samhliða þessu hefur öllum börnum í Hveragerði verið tryggt leikskólapláss frá 12 mánaða aldri með því að biðlistar hafa verið tæmdir með opnun nýrra deilda á leikskólanum Óskalandi árið 2025.

Okkar Hveragerði leggur mikla áherslu á málefni fjölskyldna og öflugir leikskólar sem geta þjónustað ört stækkandi íbú- ahóp á faglegan hátt er gott dæmi um það sem við viljum standa fyrir.

Fríar stundir óháð vistunartíma barns

Rétt er að undirstrika að Hvera- gerðisleiðin í gjaldfrjálsum stundum á leikskóla gerir ekki ráð fyrir að aðrar og fleiri leik- skólastundir, eða önnur þjónusta, hækki sem þessu nemur eins og virðist vera raunin í öðrum sveitarfélögum sem eru að fara svipaða leið. Kjósi foreldrar að nýta 6 eða færri stundir er það gjaldfrjálst og kjósi foreldrar að nýta fleiri en 6 stundir kostar sjöunda stundin 4.400 kr. og sú áttunda 4.400 kr. til viðbótar, eða samtals 8.800 kr. Aðgerðin hefur það einfaldlega í för með sér að leikskólagjöld lækka og hefur ekki önnur áhrif á starfsemi leik- skólanna, vistunartíma í boði eða aðra gjaldaliði eins og fyrir há- degisverð og hressingu. Hvera- gerðisleiðin felur þannig í sér að öll börn fái 6 klukkustundir gjaldfrjálssar óháð því hve langur vistunartími barns er.

Fjölgun gjaldfrjálsra stunda skrefaðar áfram á kjörtímabilinu

Með ákvörðun bæjarstjórnar Hveragerðisbæjar á fundi sín- um þann 8. janúar síðastliðinn var nánar tiltekið ákveðið að 5 stundir yrðu gjaldfrjálsar frá 1. janúar 2026 og 6 stundir yrðu gjaldfrjálsar frá 1. febrúar 2026.

Fram að þessu hefur ein gjald- frjáls stund tekið gildi á leikskól- um bæjarins árlega yfir kjörtíma- bilið, eða með eftirfarandi hætti:

- 1 gjaldfrjáls stund haustið 2022
- 2 gjaldfrjálsar stundir haustið 2023
- 3 gjaldfrjálsar stundir haustið 2024
- 4 gjaldfrjálsar stundir haustið 2025
- 5 gjaldfrjálsar stundir 1. janúar 2026
- 6 gjaldfrjálsar stundir 1. febrúar 2026

Þessi ákvörðun er mikið fagn- aðarefni og öruggt að með henni, ásamt mörgum öðrum aðgerðum og ákvörðunum á kjörtímabilinu, færum við gott bæjarfélag í allra fremstu röð.

Framúrskarandi þjónusta og lífsgæði í Hveragerði

Fulltrúar Okkar Hveragerðis í bæjarstjórn og nefndum Hvera- gerðisbæjar hafa unnið statt og stöðugt að því að tryggja íbúum framúrskarandi þjónustu og lífs- gæði í bæjarfélaginu. Rík áhersla hefur verið á fjölskylduvænt samfélag sem mótar að mörgu leyti meginsteifið í stefnumál- efnum Okkar Hveragerðis og málefnasamningi núverandi meirihluta bæjarstjórnar. Unnið hefur verið markvisst að því að gera þessar áherslur að veruleika á kjörtímabilinu með margvís- legum stuðningi við fjölskyldur og börn. Um þetta hefur verið einhugur í meirihlutasamstarfi Okkar Hveragerðis og Fram- sóknar.

Okkar Hveragerði mun á komandi árum halda áfram að leita leiða til að styðja enn betur við barnafjölskyldur í Hvera- gerði með gæðin í forgrunni.

Hveragerði - bær í blóma!

Höfundar
Sandra Sigurðardóttir
Bæjarfulltrúi Okkar
Hveragerðis
Forseti bæjarstjórnar
Hveragerðisbæjar

Dagný Sif Sigurbjörnsdóttir
Bæjarfulltrúi Okkar
Hveragerðis
Varaformaður bæjarráðs Hvera-
gerðisbæjar

Njörður Sigurðsson
Bæjarfulltrúi Okkar
Hveragerðis

Lítill sem enginn launamunur kynjanna

Sveitarfélagið Árborg fór í Sgegnum vottun Jafnréttis- stofu án athugasemda í október og fékk endurnýjun á jafnlauna- vottun.

Sveitarfélagið Árborg stóðst fyrst jafnlaunavottun árið 2019, sem er staðfesting á því að jafn- launakerfi sveitarfélagsins sam- ræmist kröfum jafnlaunastaðals- ins ÍST 85:2012 og félagsmála- ráðuneytisins. Jafnlaunakerfi

sveitarfélagsins er nú tekið út árlega af iCert á Íslandi. Launa- munur kynjanna er 0,7% konum í óhag sem er óverulegur munur. Jafnlaunakerfið hefur verið virkt síðan 2019 og gerðu ytri út- tektaraðilar engar athugasemdir við endurvottun þess núna árið 2025.

„Sveitarfélagið er ávallt að vinna að því öll kyn fái sömu laun fyrir sambærileg störf og

að launamunur kynjanna sé ekki til staðar,“ stendur í tilkynningu frá Árborg.

Hjá sveitarfélaginu starfa um 1200 starfsmenn á 38 vinnustöð- um. Sveitarfélagið skiptir störf- unum upp í 9 flokka og skýrir flokkunin yfir 89% af launamun kynjanna sem telst nokkuð fast- mótuð launauppygging.





Námskeið í fundarstjórnun með Katrínu Jakobs

Tveggja klukkustunda námskeið þar sem fyrst verður farið yfir helstu atriði í fundarstjórnun og hvernig má tengja þau við ólíkan stjórnunarstíl. Þá verður farið yfir helstu sviðsmyndir sem geta komið upp á ólíkum fundum. Þátttakendur spreyta sig á raunhæfu verkefni og í lokin eru helstu atriði dregin saman á einfaldan og hagnýtan hátt.

Hvar og hvenær? Háskólafélag Suðurlands – Tryggvagötu 13, 800 Selfoss.
Þriðjudaginn 17. febrúar kl. 16:30-18:30.

Skráning á www.hfsu.is



Prófkjör

Auglýst er eftir framboðum til prófkjörs Sjálfstæðisflokksins í Árborg fyrir komandi sveitarstjórnarkosningar.

Prófkjörið fer fram laugardaginn 7.mars.

Framboðsfrestur er til kl. 16:00 þann 8. febrúar 2026.

Nánari upplýsingar má finna á xd.is



LAGNALAND
LAGNALANDSNIÐ

**ÁREIÐANLEGIR
PÍPULAGNINGAVERKTAKAR**

Sími 769 0001 (Halli) - 800 Selfossi
lagnaland@lagnaland.is

VÍKURHEIÐI 16

Bílasprautun - Bílaréttingar
Bílrúðuskipti

Bilverk BA

Þar sem
fagmennirnir vinna

★★★★★

Vottað verkstæði

Gagnheiði 3 - Selfossi
Sími 482 2224 / 899 5424
bilverkba.is

prentmet
heildarlausrnir í prentun

Við prentum
ljósmyndir

honnun.prentmetoddi.is

Pantað ljósmyndaprentun
í öllum algengustu
ljósmyndastæðunum

SENDUM
HVERT Á LAND
SEM ER

DAGSKRÁIN
FRÉTTABLAÐ SUÐURLANDS

Viltu vekja athygli
á Suðurlandi?

Sími 482 1944
auglysingar@dfs.is

**ÖLL
ALMENN
SMÍÐAVINNA**

LÖGGILTIR
HÚSASMÍÐAMEISTARAR

848 0964 899 0979
GÍSLI ÖRN

GBHUSEHF@GMAIL.COM

GB HÚS
SÍMI: 848-0964

HEYRN
HEYRNARÞJÓNUSTA

534 9600
www.heyrn.is

**LÖGGILTUR
HÚSASMÍÐAMEISTARI**

NÝSMÍÐI · VIÐHALD · BREYTINGAR

KARL S:692-2575
800SMIDI@GMAIL.COM

S: 692-2575
800 SMÍÐI

Nýlagnir - Endurlagnir - Viðgerðir

Lagnir og Lausnir ehf
Ykkar óskir, okkar lausnir

Kristinn 660 1580 Einar 660 1581 lagniroglausnir.is

**Stíflupjónusta
Sævars Selfossi**

Sími: 861 1919
stifla.selfoss@gmail.com

YFIR
20 ÁRA
REYNSLA

Stíflulosun úr lögnum
Myndun lagna
Rótarskurður o.fl.

FROST

KÆLIKERFI - FRYSTIKERFI
HÖNNUN - SALA - ÞJÓNUSTA

HÁHEIÐI 9, SELFOSSI - SÍMI 464 9400 - WWW.FROST.IS

BRAGA AF
VINATU!

**Fæst hjá
BYKO Selfossi**

**Raflagnir
Tölvulagnir
Ljósleiðaralagnir**

TRS

Gagnheiði 26, Selfoss
480 3300 ■ www.trs.is

Lagnapjónustan ehf

Pípulagnir - Efnissala
482 2311 696 2311
Skrifstofa Þjónustusími

**STÍFLULOSUN
SUÐURLANDS**

STÍFLULOSANIR
LAGNAMYNDUN - ÁSTANDSSKOÐANIR
SÓNUM ÚT LAGNIR
LAGNAFÓÐRUN
ROTÞRÆR
FITUGILDRUR
SANDGILDRUR
SKÓLPHEINSISTÖÐVAR
HOLRÆSAHREINSUN

ÁRATUGA REYNSLA
OG SÉRÞEKKING
Á FRÁVEITUMÁLUM

510 1180 - 699 8441

NÝTT

Vinnuvélanámskeið
á netinu!

www.vinnuvelaskolinn.is

PÚLSINN
Raf & kælipjónusta

Kæli & Frystikerfi
Viðgerðir · Þjónusta
Nýsmíði · Rafmagn

Sími: 760-5670 · pulsinn@pulsinn.com

Ökukennsla

Sniðið að þörfum hvers og eins.
Kennsla á íslensku eða ensku.

Hafðu samband í 897 4693
Bókaðu á **UTIADAKA.IS**
„Með þér alla leið“

**800
LAGNIR**

ALHLIÐA PÍPULAGNINGA
VERKTAKAR

Eyjólfur - Sími 888 8001
Guðjón - Sími 888 8002
800lagnir@800lagnir.is