

## Mafalda og Tómas sigruðu 106 km hlaupið



Mynd: Hengill Ultra/Mummi Lú

Hengill Ultra fór fram í fimmtánda sinn í Hveragerði sl. laugardag. Alls tóku um 1000 hlauparar frá 38 þjóðlöndum þátt til að spreyta sig á fimm vegalengdum um eitt fjölbreyttasta og fallegasta utanvegahlaupssvæði landsins. Hafa aldrei áður jafn margir erlendir hlauparar tekið þátt í hlaupinu.

Í kvennaflokki 106 km varð sigurvegari Mafalda Sigmarsson frá Portúgal, rásnúmer 119. Mafalda, sem hefur búið á Íslandi undanfarin sex ár, kom í mark á tímanum 18:59:13 eftir sterkt og yfirvegað hlaup. Tómas Aron Viggósson sigraði 106 km í karlaflokki á tímanum 14:34:14, eftir afar krefjandi aðstæður á brautinni.

Í 53 km hlaupinu sigraði

Grétar Guðmundsson í karlaflokki, en í kvennaflokki bar Dalrós Inga Ingadóttir sigur úr býtum á tímanum 5:51:00. Í 26 km hlaupinu var það Egill Gunnarsson úr Fjallahlaupahjálfun sem kom fyrstur karla í mark á glæsilegum tíma, 1:47:24. Í kvennaflokki sigraði Hildur Aðalsteinsdóttir úr Haukum á tímanum 1:59:56 og var þar með fyrsta konan í mark í þeirri vegalengd.

Hlaupið gekk vel þrátt fyrir mikla bleytu á brautinni eftir úrkomu síðustu daga. Veðrinu fór batnandi þegar leið á daginn og mikill fjöldi gesta lagði leið sína til Hveragerðis til að fylgjast með keppninni og taka á móti hlaupurum í mark.

## Ostaköku- og brauðtertukeppni sló í gegn

Sunnudaginn 7. júní 2026, svar haldin árleg osta- og brauðtertukeppni Kaffi Krúsar og Konungskaffis í miðbæ Selfoss. Keppnin hófst fyrir 12

árum síðan sem Ostakökukeppni Kaffi Krús, en fyrir þrem árum kom Konungskaffi með okkur í þennan skemmtilega viðburð og þá bættist við Brauðtertukeppni.

Það stefndi allt í metfjölda þátttakenda sem varð svo ekki vegna forfalla. Aldrei hafa fleiri karlmenn tekið þátt í keppninni."

Mína Stojanov vann besta ostakakan árið 2026 með köku sinni Baklava ostakaka. Umsögn dómnefndar var "frumleg, falleg, bragðgóð og skemmtilega öðruvísi. En uppskrifin á rætur að rekja til Tyrklands"

Hilmar Harðarson, matreiðslumeistari vann besta brauðterta ársins 2026 með Karry Lime- rækjutertu. Umsögn dómnefndar "Einstaklega fallega skreytt með matjurtum úr garði Hilmars. Hlutfall á milli brauðs og rækjusalat frábært. Klassísk brauðterta þar sem ferskleiki naut sín.

Verðlaunin fyrir fallegstu köku ársins 2026 hlaut svo Evgeniya Vaganova fyrir ostakökuna Allsber. Ostakakan var

skreytt með ferskum berjum og var einstaklega falleg.

Formaður dómnefndar var Guðrún Hafsteinsdóttir en hún er auðvitað vön Kjörissmakkari og með henni í dómnefnd sátu Anna Margrét Magnúsdóttir sem unnið hefur Ostakökukeppnina þrisvar sinnum, Daniel Ólafsson, Haukur Már Hauksson, Ida Sofia Grundberg, Valdimar Bragason og Þórhildur Guðbjörg Hjaltadóttir.

Vinningshafar fengu glæsileg verðlaunin frá Hótel Geysir, Hótel Krúu í Vík og Hótel Örk og fallegar ostakörfur frá MS.

Einnig fengu allir keppendur gjafabréf frá Kaffi krús og Konungskaffi að verðmæti 20.000kr.

Skipuleggjendur þakka öllum þátttakendum, styrktaraðilum og dómnefnd kærlega fyrir að gera þennan dag einstaklega skemmtilegan.



Keppendur og tómnafnd. Mynd: Aðsend/Ísak Eldjárn

### Næsta blað Dagskrárinnar

Vegna 17. júní er skil á efni og auglýsingum fyrir hádegi mánudaginn 15. júní.

Blaðið kemur út á fimtudeginum 18. júní



## Fáðu fagmann í verkið

Framúrskarandi fyrirtæki 2020-2025

**PÍPULAGNIR**  
SUÐURLANDS

Háheiði 10, Selfossi  
S. 699 1985 / 823 6656

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



Framúrskarandi fyrirtæki 2019

**Arvirinn**

Neyðarsími 660 1160

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

**ADALSKOÐUN**  
Eyravegur 51, 800 Selfoss  
Sími 590-6996

Ekki gleyma ferðafélaganum

*Frú Sigurlaug*  
Mjódd

Mikið úrval af náttfatnaði fyrir dómur og herra

Glæsileg vefverslun

SÍMI - 774 - 7377 | www.frusigurlaug.is

Náttúruleg **Útihúsgögn.is**  
Úti allt árið  
Alvöru tréhúsgögn  
Handsmíðuð Gæðavara

- Heimili og sumarhús
- Bæjarfélög og opin svæði
- Fyrirtæki og hótel

info@utihusgogn.is

Garðbekkir, Borðsett 4-12 manna, Hringborð

Við prentum ljósmyndir **honnun.prentmetoddi.is**

Við prentum ljósmyndir í öllum algengustu stærðunum.

SENDUM HVERT Á LAND SEM ER

prentmet.is heildarlausnir í prentun

## Sveinbjörn heiðraður fyrir 45 ára ómetanlegt framlag sitt sem skólabílstjóri

Föstudaginn 5. júní sl. voru skólaslit Bláskógaskóla á Laugarvatni haldin með hátíðlegum hætti. Við athöfnina var Sveinbjörn F. Einarsson heiðraður sérstaklega fyrir 45 ára ómetanlegt framlag sitt sem skólabílstjóri, en hann lætur nú af störfum.

Á sínum tíma óskaði Sveinbjörn eftir því að taka að sér skólaaksturinn. Þar réð meðal annars eigin reynsla hans miklu, en hann hafði sjálfur þurft að vera á heimavist til að sækja skóla. Honum var því mikið í mun að börnin í sveitinni gætu búið heima hjá fjölskyldum sínum og sótt skóla þaðan.

Þegar Sveinbjörn hóf aksturinn var vetrarþjónusta ekki sú sama og hún er í dag og margir töldu erfitt að halda úti reglulegum skólaakstri við þær aðstæður. Hann lét það þó ekki aftra sér og hefur alla tíð síðan haft yfir að ráða bílum og búnaði til að sinna verkefninu, óháð veðri og færð.

Samhliða skólaakstrinum hefur Sveinbjörn sinnt búskap sínum af sama dugnaði. Á milli ferða fór hann heim til að sinna

störfum á búinu og mætti svo aftur til að tryggja að börnin kæmst örugg til og frá skóla.

Í gegnum árin hefur hann sinnt skólaakstrinum af öryggi, festu og umhyggju. Fyrir fjölmörg börn og fjölskyldur hefur hann verið fastur og traustur punktur í daglegu lífi og órjúfanlegur hluti af skólasamfélaginu í Þingvallasveit. Þótt barnahóparnir hafi oft ekki verið stórir fylgdi hann mörgum nemendum alla þeirra skólagöngu, allt frá fyrstu árum grunnskólans og fram að útskrift. Þannig mynduðust tengsl sem spönnuðu heilan áratug í lífi margra barna.

Við skólaslitin voru Sveinbjörn færdar innilegar þakkir fyrir ómetanlegt framlag sitt til skólasamfélagsins og afhent viðurkenning, gjöf og blómvöndur í þakklætisskyni.

Sveinbjörn tók einnig til máls við athöfnina og þakkaði fyrir það traust sem honum hefur verið sýnt í gegnum árin. Hann sagði að góð samskipti við börnin og fjölskyldur þeirra hefðu skipt miklu máli. Hann rifjaði jafnframt upp þann góða starfsanda sem ríkt hefur innan



Sveinbjörn ásamt Guðrúnu Rákel Svandísardóttur, skólastjóri Bláskógaskóla við skólaslitin. Mynd: Aðsend.

skólans og nefndi sérstaklega morgunstundirnar á kaffistofunni þar sem skólabílstjórar og starfsfólk hittast yfir kaffibolla áður en dagurinn hefst.

Bláskógaskóli þakkar Sveinbjörn innilega fyrir farsæla samfylgd og ómetanlegt framlag til skólasamfélagsins í Þingvallasveit í 45 ár.

## Fimleikadeild í Uppsveitunum endurvakin

Á hugi á fimleikum hefur farið vaxandi í Uppsveitunum undanfarin tvö ár síðan fimleikadeildin var endurvakin. Í dag æfa um 65 börn og ungmenni á aldrinum 5-15 ára hjá deildinni hér í Hrunamannahreppi. Starfið nær út fyrir Hrunamannahrepp því iðkendur koma einnig úr Skeiða- og Gnúpverjahreppi og Bláskógabyggð. Vegna þessarar góðu þátttöku kallar deildin sig gjarnan Fimleika Uppsveita.

Krakkarnir sýna starfinu mikinn áhuga og nýtur deildin góðs af því að hafa kröftuga og metnaðarfulla þjálfara, þær Önnu Grétu og Huldu Brá. Nú í vor bættist svo við aukþjálfari, hún Aðalheiður Skúla. Eins er frábært hve mikinn stuðning foreldra hópurinn hefur sýnt

starfinu.

Til að mæta þörfum deildarinnar var fjárfest í nýju loftgólfi og dýnum síðasta sumar, þar sem eldri búnaður var orðinn úreltur. Ný búnaðurinn hefur nýst vel við æfingar í vetur og styrkt starfseminna. Þátttaka og mæting var sömuleiðis góð á jólasýningu deildarinnar í desember, þar sem iðkendur sýndu afrakstur haustsins.

Í janúar síðastliðnum sendi stjórn fimleikadeildarinnar erindi til sveitarstjórnar Hrunamannahrepps vegna þess hve deildin hefur vaxið hratt. Þar var óskað eftir því að kannaðir yrðu möguleikar á sérhæfðu rými fyrir fimleika aðstöðu í framtíðinni. Sveitarstjórn tók jákvætt í erindið og samþykkti að

kanna þessa möguleika, sem eru ánægjuleg tíðindi. Góð þátttaka hefur verið í vetur og vonast er til að hún haldist áfram á næsta starfsári.

Fimleika árinu lauk svo með vorferð laugardaginn 30. maí með heimsókn í Mosfellsbæ þar sem krakkarnir fengu að spreyta sig í fimleikahúsi Aftureldingar. Eftir æfinguna var boðið upp á Subway samlokur og ferðinni lokið með sundferð í Lágafellslaug. Skemmtileg og eftirminnileg ferð!

Stjórn og þjálfarar Fimleika Uppsveita þakka iðkendum og foreldrum fyrir samstarfið á liðnum vetri og hlakka til áframhaldandi starfs í haust.





## 12. JÚNÍ FÖSTUDAGUR

17:00 – 23:00

**Fjör á Flúðum** - rölt á milli viðburða á veitinga-  
húsunum á Flúðum.

Nánari dagskrá verður auglýst á samfélags-  
miðlum í næstu viku.

## 13. JÚNÍ LAUGARDAGUR

Íbúar Hrunamannahrepps draga fána að húni  
og fagna deginum.

11:30

Sveitarstjórn og afmælisnefndin taka á móti  
forseta Íslands, frú Höllu Tómasdóttur og sýna  
henni valda staði á Flúðum.

13:15

**Forseti mætir að félagsheimilinu** og hittir  
íbúa og aðra gesti. Allir velkomnir og börn  
sérstaklega til að hitta forsetann.

Þeir sem hafa tök á eru hvattir til að mæta í  
þjóðbúningi.

13:30

**Hátíðardagskrá hefst í Félagsheimili Hruna-  
manna.**

- Kynnir er Óskar Snorri Óskarsson.
- Karlakór Hreppamanna
- Ávarp oddvita, Jóns Bjarnasonar.
- Ávarp forseta Íslands,  
frú Höllu Tómasdóttur.
- Bjarni Harðarson - að vera nágranni  
Hrunamanna.
- Sr. Óskar H. Óskarsson - kostir þess að vera  
Hrunamaður.

15:00

Að lokinni hátíðardagskrá er öllum boðið  
veitingar að hætti Hrunamanna.

15:00

**Dagskrá fyrir börn um landnám í  
Hrunamannahreppi í bókasafninu**

„Það gleymdist að taka með fress“

Sagan er sögð með myndateppum sem  
Gudrun Kloes saumar og hennar lýsa land-  
námi og landslagi í Hrunamannahreppi út frá  
sjónarhorni kattar.

16:00

**Söguskilti afhjúpuð** í miðbæ Flúða.

16:30

**Ullarverið** – tónleikar með Hróðmari Sigurðs-  
syni og Ingibjörgu Turchi.

20:00

**Hrunatónar í félagsheimilinu**

- tónleikar og skemmtun.

Hrunamannahreppur hefur alið marga topp  
listamenn. Á þessum tónleikum verður farið yfir  
örlítinn hluta þeirra í söng og tónlist.

Frítt inn fyrir alla fjölskylduna.

## ÆDRIR VIÐBURÐIR LAUGARDAGINN 13. JÚNÍ

12:00 – 17:00

**Víkingarþorp í Lækjargarðinum.** Félag víkinga,  
Rimmugýgur, reisir þorp úr tjöldum og verða  
þau með markað og vopnaskak að hætti land-  
nema.

12:00 – 17:00

**Aparóla, hoppukastalar og leiktæk  
í Lækjargarðinum.**

10:00 – 14:00

**Secret Lagoon** býður íbúa sveitarfélagsins  
sérstaklega velkomna í tilefni af 1150 ára  
afmæli Hrunamannahrepps. Þau sem gefa upp  
lykilorðið „HRUNAMANNAREPPUR“ fá frian  
aðgang að lóninu milli kl. 10 til 14.

Börn 16 ára og yngri þurfa að vera í fylgd  
foreldra.

10:00 – 12:00

**Hrunalaug** - opið hús.

Kynning á uppbyggingunni sem átt hefur sér  
stað í og við Hrunalaug síðustu ár. Heitt á könn-  
unni og allir velkomnir að rölta um svæðið.

10:00 – 14:00

**Apótek Suðurlands**, Hrunamannavegi 3.

20% afsláttur af fjölbreyttum vörum  
föstudag og laugardag.

7:00-18:30

**Sólskinsbúðin** - pop-up tómatapema.

Smakk og mikið úrval af matvöru sem unnin er  
úr gómsætum íslenskum tómotum.

## 14. JÚNÍ SUNNUDAGUR

11:00

**Dagskrá fyrir börn um landnám í  
Hrunamannahreppi í bókasafninu.**

„Það gleymdist að taka með fress“.

*Sjá lýsingu á laugardegnum.*

14:00

**Guðsþjónusta í Tungufellskirkju**

Kirkjukaffi hjá ábúendum að Tungufelli að  
messu lokinni. Verið öll velkomnir.

13.00–16.30

**Golfklúbburinn Flúðum**

- golfþrautir með vöfluverðlaunum.

Settar verða upp þrjár stöðvar þar sem félagar  
úr klúbbnum kynna ýmislegt sem tengist golfi.  
Áhugasamir fá afhent kort og safna einum  
límmiða á hverri stöð. Í lokin er svo hægt að  
skipta kortinu út fyrir vöflu með sultu og rjóma  
í Kaffi-Sel á milli kl. 14.00 og 17.00 þennan  
sama dag.

## ALLA HELGINA

**Kaffi Sel**, veitingastaður við golfvöllinn,  
býður 1.150 kr. afslátt af öllum pizzum  
laugardag og sunnudag vegna afmælis  
Hrunamannahrepps.

**Mínilik:** Opin kaffiserímónía verður haldin  
á laugardaginn milli kl. 15-17. Þá er  
hefðbundin opnun alla helgin, laugardag  
og sunnudag frá kl. 18-21.

**Ullarverið** er með opið laugardag  
og sunnudag milli kl. 11:00 og 18:00.  
Kynning á nýju Íslensku ullargarni, ull úr  
Hrunamannahreppi. Framleitt af Ullar-  
verinu.

**Hús minninganna** að Suðurbrún 7 á  
Flúðum er opið laugardag kl. 10-17 og  
sunnudag kl. 12-16.

**Spennandi ratleikur** fyrir börn hefur verið  
settur upp af starfsfólki VISS á Flúðum í  
tilefni af afmælishátíð Hrunamannahrepps.  
Leitið að víkingaskjöldunum sem faldir eru  
á Högnastaðaásnum og í Lækjargarðinum  
og spreytið ykkur á vísbendingunum.

## Guðlaug er nýr skólastjóri í Þorlákshöfn

Guðlaug Einarsson dóttir hefur verið ráðin nýr skólastjóri við Grunnskólann í Þorlákshöfn.



Guðlaug hefur starfað við Grunnskólann í Þorlákshöfn í um 25 ár sem grunnskólakennari og gegnir nú starfi deildarstjóra elsta stigs. Hún hefur víðtæka reynslu af kennslu, skólaþróun og stjórnun innan skólasamfélagsins.

Guðlaug hefur aflað sér framhaldsmenntunar á sviði íslenskukennslu, fræðslustarfs og nýsköpunar og hefur komið að fjölbreyttum verkefnum í skólastarfinu. Þá hefur hún einnig tekið þátt í verkefnastjórn og stefnumótun í skólamállum innan sveitarfélagsins og býr yfir umfangsmikilli þekkingu á starfsemi skólans.

## Guðrún Jóhannsdóttir nýr skólastjóri BES

Guðrún Jóhannsdóttir hefur verið ráðin nýr skólastjóri Barnaskólans á Eyrabakka og Stokkseyri frá og með deginum 1. ágúst 2026.



Guðrún er núna starfandi deildarstjóri í Vallaskóla á Selfossi en hún hefur tæplega 26 ára reynslu af stjórnun, skólaþróun og leiðtogaströfum innan grunnskóla m.a. sem skólastjóri.

Guðrún er með B.ed. gráðu frá Kennaraháskóla Íslands, meistaraþróf í menntun án aðgreiningar frá Háskóla Íslands auk diplómu í stjórnun menntastofnana.



Eyþór Orri Árnason, Geir Helgason og Bjarmi Skarphéðinsson. Mynd: Selfoss karfa/BRV

## Penninn á loft hjá Selfoss körfu

Á mánudaginn sl. skrifuðu þjálfarar meistaraflokka karla og kvenna hjá Selfoss Körfu undir samninga um að stýra liðunum á komandi keppnistímabili.

Bjarmi Skarphéðinsson og Eyþór Orri Árnason hafa framleingt samninga sína við félagið en þeir stýrðu meistaraflokki karla saman á síðasta tímabili. Undir þeirra stjórn sýndi liðið góða framvindu og munu þeir áfram leiða uppbyggingu karlaliðsins á komandi tímabili.

Þá hefur Geir Helgason verið ráðinn aðalþjálfari meistaraflokks kvenna. Geir gegndi hlutverki aðstoðarþjálfara

kvinnaliðsins á síðasta tímabili og þekkir því vel til leikmannahópsins og starfseminnar.

Stjórn Selfoss Körfu fagnar því að tryggja áframhaldandi stöðugleika í þjálfun meistaraflokka og hlakkar til samstarfsins á komandi tímabili. Með reynslu sinni af starfi innan félagsins og góðri þekkingu á leikmönnum eru Bjarmi, Eyþór og Geir vel í stakk búnir til að leiða liðin inn í spennandi tímabil.

Fréttir af leikmannamálum eru væntanlegar á næstunni. Fylgist með á heimasíðun og samfélagsmiðlum Selfoss körfu.

## Örn Þrastarson ráðinn þjálfari meistaraflokks karla

Örn Þrastarson hefur verið ráðinn þjálfari meistaraflokks karla.

Örn er Selfyssingum að góðu kunnur en hann spilaði með meistaraflokk og síðustu 20 ár hefur hann þjálfað hjá deildinni. Hann hefur þjálfað meistaraflokk kvenna, u-lið karla, 3. flokk karla og kvenna ásamt mörgum yngri flokkum. Síðustu ár hefur Örn einnig starfað sem íþróttastjóri deildarinnar.

Mikil ánægja er með ráðn-

ingu Arnar sem mun leiða áframhaldandi uppbyggingu meistaraflokksins hjá okkur næstu árin.

„Ég er mjög spenntur að takast á við þetta spennandi verkefni. Ég tek við góðu búi frá Carlosi en ég hinsvegar þekki þessa stráka vel, veit hvað í þeim býr og er fullviss um að þeir eigi mörg skref inni og það séu bjartir tímar framundan.“ sagði Örn Þrastarson við undirritun samnings.



Örn Þrastarson ásamt Þóri Haraldssyni formanni Handknattleiksdeildar Umf. Selfoss og Hannesi Höskuldssyni fyrirlíða meistaraflokks karla. Mynd: Aðsend.

## Gáta vikunnar

Sit ég oft á svona - beinn, sjá má á fiðlum líka. Flestar kirkjur eiga einn, og Eimskipafélagið líka.

Svar við gátu í blaði 2855: **KAPP**  
1. **Kappklæða sig** - 2. **Kappakstur**  
3. **Kappganga** - 4. **Kappræður**



## Sunnlenski matgæðingurinn



## Sumarsalat með grilluðu folaldafile og grilluðu brauði

Matgæðingur vikunnar er Olga Valsdóttir.

Ég þakka Gísli fyrir áskorunina og deili með ykkur ljúffengri sumarlegri uppskrift.

Sumarsalat með grilluðu piparkryddlegnu folaldafile og grilluðu brauði

Léttur réttur sem hægt er að elda fyrirfram og er hentugur í partý eða sem forréttur, en að sjálfsögðu er líka hægt að bera fram sem aðalrétt. Gott að bera fram með góðu brauði hvort sem það er heimabakað eða keypt

### Innihald

1 pakki piparmarínarað folaldafile (eða önnur steak) Gott er að taka kjötið úr ísskápnun klukkutíma áður en á að grilla það.

### Grillað grænmeti

Hægt að nota hvaða grænmeti sem hugurinn gírmist en t.d. 1 búnt grænn aspás (skera í helminga), eða kúrbít  
1 rauð paprika (skera í ca 1 cm þykkar ræmur)  
1 búnn vorlaukur Hreinsa eða 1 rauðlaukur

### Marínering fyrir grænmeti:

1 maukað hvítlauskrið  
3 msk fersk steinselja eða þurrkuð krydd  
1 msk. ferskt tímían  
1 dl ólífuolíu 1 tsk salt og ¼ tsk pipar

### Salatið

Salatblanda að eigin vali  
1 bakki sherrytómatar

### Salatdressing:

- 4 msk ólífuolíu, 4 msk balsamic, 4 msk vatn, 1 msk hunang, 1 maukað hvítlauskrið og 1 tsk rifid ferskt engifer, salt og pipar. 50 g bláber.

Skerið grænmetið í frekar stóra og langa bita, setjið allt fyrir kryddleginn í skál og blandið vel saman, bætið grænmetinu út í og látið standa í ca. hálf tíma.

Gerid salatið klárt á fallegum disk.

Grillið kjötið í ca 3-4 mínútur á hvorri hlið (eftir þykkt og smekk). Látið kjötið standa í 10 mín eftir grillun og skerið svo í þunnar sneiðar.

Setjið grænmetið í grill-



bakka eða grænmetiskörfu og grillið í 4-6 mínútur. Setjið grænmetið aftur í olíuskálina og bætið smá olíu og salti út í og veltið því vel saman.

Dreifid grillaða grænmetinu yfir salatið (þegar grænmetið er orðið nokkurn veginn svalt).

Leggið þar næst steikina yfir og dreifið í lokin dressingunni yfir.

Gott er að bera fram með brauði, hér er uppskrift að grilluðu brauði.

### Grillað pizzabrauð

1 kúla af pizzadeigi (keypt eða heimatilbúin)  
2 msk. ólífuolíu

### Ólíublanda

til að pensla með (líka hægt að nota einhverja tilbúna kryddjurt/hvítlauskrið).

1/2 dl ólífuolíu  
2 hvítlauskrið  
1 stilkur ferskt tímían  
1/2 tsk. salt.

Saxa hvítlauk og tímían og blanda í olíu.

Setja ca. 2 msk. ólífuolíu á ofnplötuna.

Fletjið deigið út þannig að það passi á ofnplötuna og leggið deigið í olíuna, penslið með ólífuolíu. Látið deigið hafa í 15-20 mínútur.

Skera deigið í bita með pizzahjól eða hníf (ca 4 x 10 cm eða eftir smekk)

Grilla brauðið við ca. 300 °C og standa yfir því því það bakast mjög fljótt, ca. 2 mínútur á hvora hlið eða þangað til brauðið er orðið gullinbrúnt og bakað í gegn.

Setjið brauðið aftur á ofnplötuna og penslið með kryddjurtalíu um leið og brauðið kemur af grillinu og stráðið aðeins af grófu salti yfir.

Ég skora á Bjarka Frey Sigurjónsson kjötiðnaðarmeistara að koma með eitthvað frumlegt á grillið í næstu viku.

Matgæðingar eru beðnir að senda á [dfs@dfs.is](mailto:dfs@dfs.is) uppskrift ásamt mynd af sér eigi síðar en á sunnudegi.

## DAGSKRÁIN FRÉTTABLAÐ SUÐURLANDS

Útgefandi: Prentmet Oddi, Gagnheiði 17, 800 Selfoss, sími 482 1944, [dfs@dfs.is](mailto:dfs@dfs.is), [dfs.is](http://dfs.is).

Ritstjóri: Björgvin Rúnar Valentinsson, sími 482 1944, [dfs@dfs.is](mailto:dfs@dfs.is).

Blaðamaður: Sæbjörg Erla Gunnarsdóttir, sími 482 1944, [saebjorg@dfs.is](mailto:saebjorg@dfs.is).

Auglýsingaheild: Sími 482 1944, [auglysingar@dfs.is](mailto: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.

Prentun: Prentmet Oddi ISSN 1670-407X Svansvottuð prentsmiðja



# Betri fjármál

Árangur í öllum rekstri – stórum og smáum – stendur og fellur með stjórn fjármála. Í henni er lykillinn fólgin að kjölfestu og öryggi.

**Ecit nýtir afl og þekkingu** yfir þrjú þúsund starfsmanna í 13 löndum til þess að hámarka gæði og hagkvæmni þjónustu sinnar á sviði bókhalds, launavinnslu og víðtækrar fjármálaþjónustu. Þróun eigin hugbúnaðar og tæknilausna sparar enn frekar tíma og fjármuni. Yfir 120 starfsmenn á þrettán skrifstofum víðsvegar um Ísland og yfir þrjú þúsund viðskiptavinir njóta góðs af.

**Á Suðurlandi** erum við á Hellu, Selfossi og í Vestmannaeyjum. Keppikeflið er alls staðar það sama: Að vera fremst á meðal jafningja. Styrkurinn er fólgin í stærðinni.

# ecit

*Traustur bakhjarl á Suðurlandi*

Bókhald | Laun | Ráðgjöf | Hugbúnaður | Tæknilausnir | ecit.is



## LÓÐIR UNDIR ÍBÚÐARHÚSNÆÐI Á EYRARBAKKA

### HJALLADÆL

Árborg auglýsir eftirtaldar lóðir lausar til úthlutunar fyrir íbúðarhúsnæði:

Álfstétt 1	926 m <sup>2</sup>
Búðarstígur 18	878 m <sup>2</sup>
Nesbrú 2.	829m <sup>2</sup>
Hjalladæl 15-19, 21-23 og 25-27	frá 1.100-1.650m <sup>2</sup>

Um er að ræða vel stað- settar lóðir nærri grunn- og leikskóla.

*Hægt er að sækja um lóðir inná „Mín Árborg“. Hægt er að skoða lóðir í úthlutun á kortavef, með því að haka við valkostinn „Lausar lóðir“ má sjá staðsetningu þeirra. Allar frekari upplýsingar eru veittar að Austur-vegi 67, Selfossi, sími skiptiborðs er 480 1900. Umsóknaraðilar skulu kynna sér úthlutunarskilmála lóðanna inn á „Mín Árborg“*

Nánari upplýsingar er að finna á vef Árborgar, [www.arborg.is](http://www.arborg.is)



## FUNDIR



## Krabbameinsfélagið

## OPNUNARTÍMAR

Mánudaga kl. 11-14  
Opíð hús

Þriðjudagar kl. 11-13  
Upprekjur

Þriðjudagar kl. 14:-16  
Unga fólkíð

Miðvikudagar kl. 11-14  
Opíð hús

Fimmtudagar lokað  
Viðburðir auglýstir sérstaklega á  
Brossiðunni

Föstudagar kl. 11-13  
Opíð hús

Fyrsta þriðjudag í mánuði  
Karlahöpurinn Smáranir kl. 18

Eyravegur 31, Selfossi

Sími 482 1022 og 788 0300  
arnessysla@krabb.is  
krabbameinsfelagarnessyslu.net

Facebook: Krabbameinsfélag  
Arnessyslu/Brossið/Smáranir

## 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 kroskus. 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  
Fundir 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

Fundir 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

## Frábær árangur Berserkja á Íslandsmóttinu í No-Gi BJJ

Íslandsmótið í No-Gi brasilísku jiu-jitsu (BJJ) fór fram laugardaginn 30. maí í Ármannshemilinu við glimrandi aðstæður. Keppni í fullorðinsflokki var sérstaklega hörð að þessu sinni, en alls mættu 73 keppendur til leiks frá klúbbum landsins.

Í flokki hvítbeltinga í -83 kg flokki gerði Emil Waagfjörð sér lítið fyrir og landaði Íslandsmeistaratitlinum. Emil, sem kemur frá júdó bakgrunni, sýndi feykilega flott köst og glæsilega tækni sem bar andstæðinga hans ofurlíði. Hann kórónaði svo daginn með því að klára allar sínar glímur á uppgjafartaki.

Fannar Júlíusson, fór hreinlega á kostum í geysisterkum 8 manna flokki blábeltinga í -76 kg. Fannar sýndi algjöra yfirburði í sínum þremur glímum; hann fékk ekki á sig einasta stig á öllu móttinu og sigraði sömuleiðis alla sína andstæðinga með uppgjafartaki.

Egill Blöndal tók 1. sætið í

sínum þyngdarflokki og 3. Sæti í opnum flokki.

Aðrir keppendur klúbbsins stóðu sig sömuleiðis frábærliga og sýndu mikla seiglu. Þröstur Valsson glímdi af krafti og tók 4. sætið í sterkum +100 kg flokki blábeltinga og Daníel Sigurðsson landaði 5. sætinu í -76 kg flokki hvítbeltinga.



F.v. Þröstur, Fannar, Egill, Emil og Daníel. Mynd: Aðsend.

## KIRKJUR

## Selfoskirkja

Prjónamessa sunnudaginn 14. júní kl. 20:00. Mætið endilega með prjónana eða handvinnuna, njótið þess að hvíla í messunni og vinna handverk á sama tíma. Kirkjukórinn syngur, organisti Ester Ólafsdóttir, prestur Guðbjörg Arnardóttir.

## Skálholtsdómkirkja

Í messunni okkar 14. júní kl. 11 fáum við sérlega góða gesti frá Útskálaprestakalli sem þjóna með okkur. Sr. Sigurður Grétar Sigurðsson prédikar og kór Útskálaprestakalls syngur undir stjórn Arons Axels Cortes. Barnaborðið er á sínum stað og verið innilega velkomin!

## Ólafsvallakirkja:

Sumarmessa sunnudaginn 14. júní nk. kl. 11. Verið öll hjartanlega velkomin!

## Tungufellskirkja:

Sumarmessa sunnudaginn 14. júní nk. kl. 14. Verið öll hjartanlega velkomin!

## Hvítasunnukirkjan Selfossi

Austurvegi 40b  
Samkoma á sunnudögum kl.11:00  
English translation available.  
Unglingasamkomur á fimmtudögum kl. 20:00  
Allir innilega velkomnir.

## Strandarkirkja

Guðspjónusta verður í Strandarkirkju í Selvogi sunnudaginn 14. júní kl. 14:00. Félagar úr Kór Þorlákshöfn og Hjallasóknar leiða almennan safnaðarsöng undir stjórn Esterar Ólafsdóttur, organista. Sr. Sigríður Munda Jónsdóttir þjónar. Verum öll velkomin. Sóknarnefnd og sóknarprestur

## ÞJÓNUSTA



## Daglegar ferðir

SELFLOSS - REYKJAVÍK  
SUÐURLAND

## Fjárheimar ehf.

Eyravegi 37, 2h - 800 Selfoss  
s. 482 3454 - maddy@maddy.is

Bókhald - ráðgjöf  
skattskil

Þjónusta við  
einstaklinga og  
fyrirtæki

Persónuleg þjónusta

Allt fyrir  
sumarhúsið  
og garðinn

Palla og skjólgirðingar

Viðbyggingar og  
breytingarnar

Viðhald og endurbætur

Lýsingar og raflagnir

Jens sími: 778-7171  
lögildur húsasmíða og  
rafvirkja meistari  
jgrettisson@gmail.com

## Eyjagöng fá alþjóðlegan sérfræðing í neðansjávargangagerð til liðs við sig

Eyjagöng ehf. tilkynna að félagið hafi gert samstarfs-samning við prófessor Eivind Grøv, einn fremsta sérfræðing heims á sviði neðansjávargangagerðar. Grøv mun gegna hlutverki tæknilegs ráðgjafa félagsins við undirbúning og hönnun fyrirhugaðra neðansjávarganga milli meginlands Íslands og Heimaeyjar.

Eyjagöng ehf. er félag sem vinnur að undirbúningi og framgangi neðansjávarganga milli meginlands Íslands og Vestmannaeyja.

Eivind Grøv er aðalvísindamaður hjá norsku rannsóknarstofnuninni SINTEF og aðjúnkt við NTNU-háskólann í Þrándheimi. Hann hefur yfir 40 ára reynslu af jarðgangagerð og bergverkfræði. Hann hefur meðal annars gegnt formennsku í Norska jarðgangafélaginu (NFF) auk þess að hafa verið varaformaður Alþjóðajarðgangasamtakanna (ITA-AITES).

Grøv á að baki farsælt samstarf við íslenska aðila til margra ára. Hann var tæknilegur ráð-

gjafi Spalar hf. við hönnun og framkvæmd Hvalfjarðarganga á tíunda áratugnum. Þá var hann kallaður til sem óháður sérfræðingur í deilunefnd vegna Vaðlaheiðar- og Norðfjarðarganga þegar þau verkefni stóðu frammi fyrir krefjandi jarðfræðilegum áskorunum. Í Færeyjum hefur hann verið ráðgjafi við gerð allra fjögurra neðansjávarganga sem þar hafa verið lögð og er nú ráðgjafi verkkaupa vegna Suðureyjarganganna, sem verða um 24,3 kílómetrar að lengd.

„Við erum afar ánægð með að hafa tryggt okkur krafta Eivinds Grøvs. Reynolds hans af neðansjávargangagerð er einstök á heimsvísu og þekking hans á framkvæmd mannvirkja sem þessara gerir hann að tilvöldum ráðgjafa fyrir Eyjagöng“ segir Haraldur Pálsson hjá Eyjagöngum ehf.

Grøv mun starfa sem tæknilegur ráðgjafi Eyjagöngum ehf. og veita umsagnir um hönnun, rannsóknir og önnur tæknileg atriði sem verkfræðistofur á vegum félagsins leggja fram.

Efnahagurinn  
og ESB

Fundur laugardaginn  
13. júní kl. 12:00  
í Tryggvaskála, Austurvegi 1  
Selfossi



Evran - Vextir og velferð, kaup og kjör

Frummælendur:  
Frosti Sigurjónsson, rekstrarhagfræðingur  
Sólveig Anna Jónsdóttir, formaður Eflingar

Fundarstjóri: Ögmundur Jónasson

Að loknum framsögum verða fyrirspurnir og umræður

Fundurinn er opin og eru allir velkomnir  
Suðurlandsdeild Til vinstri við ESB



TIL VINSTRI  
VIÐ ESB

# Opna Grundina aftur

SæsaBar á Flúðum hefur lokað dyrum sínum en munu aðstandendur barsins nú í staðinn opna veitingahús á Flúðum, Grund kaffi – bar – grill. Haldin verður opnunarhátíð næstkomandi föstudag þann 12. júní.

Bára Sævaldsdóttir og Bergsveinn Theodorsson rekstrarstjórar Sæsabars segja reksturinn hafa gengið vel síðan barinn var opnaður fyrir nokkrum árum. Sæsabar hefur alla tíð verið opinn sem bar á kvöldin, en jafnframt hafa verið haldnir ýmsir fjölskylduvænni viðburðir í gegnum árin.

Ákvörðun hefur nú verið tekin um að færa reksturinn yfir í Grund, þar sem tækifæri gafst til að flytja í stærra húsnæði. Grund hefur verið í lágmarksrekstri undanfarin ár, en nú stefna nýjir eigendur á að opna staðinn og nýta hann til fulls.

Bergsveinn segir þau afar þakklát fyrir viðtökurnar sem þau hafa fengið. „Við erum heppin hvað heimamenn eru ánægðir og það er gaman að fá að vinna með fólk-

inu í hreppnum,“ segir Bergsveinn eða Bessi eins og flestir þekkja hann.

Boðið verður upp á bæði kalda og heita drykki, kökur og sitthvað fleira. Enn er verið að móta rekstrarformið en hugur stendur til að bjóða upp á matseðil í framtíðinni. Segir Bessi ætla að þróa matseðilinn eftir hvernig gengur.

Gangi áætlanir eftir mun Kaffi Grund opna núna um helgina, föstudaginn 12. júní, samhliða upphafi afmælishátíðar Hrunamannahrepps sem verður 1150 ára í ár. Af því til efni mun Hlynur Snær trúbador mæta á svæðið með gítarinn og sjá um tónlistarflutning.

Bergsteinn segir mikla tilhlökkun ríkja að taka á móti gestum í nýju húsnæði og hefja nýjan kafla í starfsemi á Flúðum. „Við hlökkum til að taka á móti gestum og hvetjum Sunnlendinga sem og aðra gesti til að kíkja við og njóta notalegrar stemningar með okkur á Grund.“

Mynd: Dagskráin.



Gagnheiði 17, 800 Selfoss | Sími 482 1944 | selfoss@prentmetoddi.is | www.prentmetoddi.is

## SUMARNÁMSKEIÐ

15. júní - 13. júlí

Vatnsleikfimi fyrir alla – hentar öllum óháð fyrri hópi

### Mánud. & miðvikud.

Morgunhópur  
kl. 06:40 - 07:20

Kvöldhópur A  
kl. 18:10 - 19:00

Kvöldhópur B  
kl. 19:10 - 20:00

8 skipti - 17.500 kr

### Fimmtudagar

Hópur A  
kl. 15:30 - 16:10

Hópur B  
kl. 16:15 - 16:55

4 skipti - 9.500 kr

Nánari upplýsingar og skráning:  
skraning@vatnogheilsa.is

**Vatn og heilsa**  
Lífsgæði Vatni

## Carglass hefur opnað á Selfossi

Öryggi, áreiðanleiki og fagmennska eru okkar einkunnarorð.

Við hjá Carglass erum sérfræðingar í viðgerðum, rúðuskiptum og stillingu á myndavélakerfum í framrúðum.

- Starfsemi í 44 löndum
- Sérþjálfaðir tæknimenn
- Yfir 8 milljónir viðskiptavina þjónustaðir árlega

Bókaðu tíma í dag



Þú getur bókað tíma með því að skanna QR kóðann



**CARGLASS**

Endurmenntun atvinnubílstjóra  
Akstursþjálfun - Meirapróf

okuland.is



PÚLSINN  
Raf & kæliþjónusta

Kæli & Frystikerfi  
Viðgerðir · Þjónusta  
Nýsmíði · Rafmagn

Sími: 760-5670 · pulsinn@pulsinn.com

FROST

KÆLIKERFI - FRYSTIKERFI  
HÖNNUN - SALA - ÞJÓNUSTA  
HÁHEIÐI 9, SELFOSSI - SÍMI 464 9400 - WWW.FROST.IS



FÁÐU TILBOÐ  
Í PINN PALL

899 0979 848 0964  
ÖRN GÍSLI

WWW.SOLPALLUR.IS



SÓLPALLUR  
Fagmennska - Gæði - Áreiðanleiki



LAGNIR

ALHLIÐA PÍPULAGNINGA  
VERKTAKAR

Eyjólfur - Sími 888 8001  
Guðjón - Sími 888 8002

800lagnir@800lagnir.is



ÁREIÐANLEGIR  
PÍPULAGNINGAVERKTAKAR

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

LAGNALAND EHF.



Bilasprautun - Bílaréttingar  
Bírúðuskipti

Bilverk BA

Far sem  
fagmennirnir vinna

★★★★★

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

STÍFLULOSUN  
SUÐURLANDS

VIÐ ELSKUM  
STÍFLUR!

STÍFLULOSANIR  
LAGNAMYNDUN - ÁSTANDSSKODANIR  
SÓNUM ÚT LAGNIR  
LAGNAFÓÐRUN  
ROTÞRÆR  
FITUGILDRUR  
SANDGILDRUR  
SKÓLPHREINSISTÖÐVAR  
HOLRÆSAHREINSUN

ARATUGA REYNSLA  
OG SÉRÞEKING  
Á FRÁVEITUMÁLUM

510 1180 - 669 8441



Pípulagnir Júlla

Persónuleg þjónusta

Nýlagnir - Endurlagnir - Viðgerðir

Sími 772 1456 - ornja@bnet.is - www.pipulagnirjulla.is

Lagnþjónustan ehf

Pípulagnir - Efnissala  
482 2311 696 2311  
Skrifstofa Þjónustusími

Nýlagnir - Endurlagnir - Viðgerðir

Lagnir og Lausnir ehf  
Ykkar óskir, okkar lausnir

Kristinn 660 1580 Einar 660 1581 lagniroglausnir.is

GB Hús  
NÝSMÍÐI | VIÐHALD | PALLASMÍÐI

ÖLL ALMENN  
SMÍÐAVINNA

Löggiltir húsasmíðameistarar

848 0964 899 0979  
GÍSLI ÖRN

GBHUS@GBHUS.IS

VÉLSMÍÐJA  
SUÐURLANDS ehf  
Selfossi Gagnheiði 5 Sími: 482 1980

Efnissala  
Rennismíði  
Innréttingar  
Járnsmíði

Gagnheiði 5, Selfossi  
Sími 482 1980

Sprettur  
ÁBURÐUR

Skeljungur  
Lúðvík Bergmann, Viðskiptastjóri  
GSM: 840 3009

SAGTÆKNI EHF

STEYPUSÖGUN  
KJARNABORUN  
MÚRBROT

sími 567 4262  
sagtaekni@sagtaekni.is - www.sagtaekni.is

LÖGGILTUR  
HÚSASMÍÐAMEISTARI

NÝSMÍÐI · VIÐHALD · BREYTINGAR

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

S: 692-2575  
800 SMÍÐI

Stíflupjónusta  
Sævars Selfossi

Sími: 861 1919  
stifla.selfoss@gmail.com

YFIR  
20 ÁRA  
REYNSLA

Stíflulosun úr lögnum  
Myndun lagna  
Rótarskurður o.fl.

NÝTT

Vinnuvélanámskeið  
á netinu!

www.vinnuvelaskolinn.is