



Nokkrir hressir nemendur úr ML við Louvre-safnið í París.

Laugvetningar í París

Fyrir rúmri viku fór hópur frönskunema úr ML í haustferð til Parísar og dvaldi þar í fjóra daga. Hópurinn taldi 15 nemendur ásamt frönskukennara sínum og húsfreyju á heimavist.

Dvalið var á gömlu sjarmerandi hóteli í Latínuhverfinu, með ekta franskri stemningu. Hópurinn skoðaði m.a. Eiffel-turninn, breiðgötuna Champs-Élysées, Louvre-safnið, Le Panthéon, Montmartre hverfið og Sacré-Cœur, Père-Lachaise kirkjugarðinn, nággrannafrúna Notre-Dame og Versali, eina glæsilegustu höll Evrópu. Nemendur æfðu sig heilmikið í frönsku og kynntust heillandi borg. Við heimkomu vinna nemendur verkefni, flytja fyrirlestra og útbúa plaköt um Parísarferðina.



Kristrún Rut Antonsdóttir og Karítas Tómasdóttir fagna góðu fótballa-sumri ásamt dyggum aðdáendum sínum, þeim Arnheiði Soffíu og Heklu.

Knattspyrna:

Besti árangur Selfoss frá upphafi

Lokaumferð Pepsi-deildar kvenna í knattspyrnu fór fram á JÁVERK-vellinum á Selfossi sl. laugardag þegar stelpurnar tóku á móti Val. Liðin sættust á skiptan hlut 2:2 sem þýddi að Selfoss-liðið endaði tímabilið í fjórða sæti deildar-

innar með 30 stig og 13 mörk í plús. Er það bæting og besti árangur liðsins frá upphafi. Glæsilegu sumri er nú lokið hjá stelpunum en þess má einnig geta að Selfoss komst í fyrsta skipti í sögu félagsins í úrslitaleikinn í Borgunarbikarnum.

Íslenskar konur í ljóðum, fræðum og tónlist

Dagskrá sem ber heitið „Íslenskar skáldkonur í ljóðum, fræðum og tónlist“ verður haldin á vegum Konubókastofu sunnudaginn 5. október kl. 14 í Rauða húsinu á Eyrarbakka.

Þar munu Elisabet Kristín Jökulsdóttir, Kristrún Guðmundsdóttir, Heiðrún Ólafsdóttir og Sigrún Haraldsdóttir flytja eigin ljóð. Anna Þorbjörg

Ingólfssdóttir mun fjalla um skáldkonuna Erlu og Lay Low, ásamt Agnesi Ernu Estherardóttur, mun flytja ljúfa tónlist, eins og þeim einum er lagið, við ljóð kvenna.

Dagskráin í Rauða húsinu á Eyrarbakka er hluti af stofnun Bókabæjanna austanfjalls sem Konubókastofa er þátttakandi í. Hlaðvarpinn og Menningar-sjóður Suðurlands hafa styrkt ljóðadagskrána. -ög



Frá vinstri: Guðni Sveinn ökukennari, Hákon Öder, Dagmar Öder og Magnús Öder. Ljósmynd: ÖG

Prefalt bílpróf sama daginn

Það er alltaf stór áfangi í lífinu hjá hverjum og einum að fá bílpróf.

Í síðustu viku gerðist sá ánægjulegi atburður að þrír börur fengu öll ökuskrarteini sama daginn. Þar var um að ræða þau Dagmar

Öder, Hákon Öder og Magnús Öder Einarbörn frá Halakoti í Hraungerðishreppi hinum forna. Þau systkini stóðust öll með glæsibrag bæði verklega og bóklega prófið en ökukennari þeirra var Guðni Sveinn Theodórsson á Selfossi. -ög



Helgi, Thelma Karen og litli drengurinn ásamt Kjartani Björnssyni forseta bæjarstjórnar Sv. Árborgar. Ljósmynd: ÖG.

Íbúar Árborgar orðnir 8000

Íbúar Sveitarfélagsins Árborgar eru nú orðnir 8.000 talsins. Þann 20. september sl. fæddist drengur á Sjúkrahúsi Suðurlands sem telst vera 8000. íbúinn í sveitarfélaginu.

Drengurinn sem var 50 cm og 3970 gr. býr í Baugstjörn á Selfossi ásamt foreldrum sínum þeim Helga Ófeigssyni og

Thelmu Karen Ottósdóttur. Fulltrúi frá Sveitarfélaginu Árborg hitti fjölskylduna nú í liðinni viku og færði drengnum peningagjöf, samfelli með áletruninni „Ég er 8000. Árborgarbúinn“ og blómvönd.

Í upphafi árs voru íbúar í Árborg 7.889 en eru nú komnir yfir 8.000 í lok september. -ög

Er gólfhitinn rétt stilltur?

Fáðu
fagmann
í verkið



PÍPULAGNIR
HELGA
Selfossi · Sími 699 1985 · 772 2142



TOYOTA

ALWAYS A
BETTER WAY

Allar almennar bílaviðgerðir, hjólbarðapjónusta, rúðupurrkur, perur og síðast en ekki síst hin sívinsæla smurþjónusta á 30% afslætti.

Toyota Selfossi, Fosnes 14, 800 Selfoss

www.toyotaselfossi.is

ÞÚ PASSAR HANN VIÐ PÖSSUM ÞIG

VELDU ÖRYGGI FYRIR ÞIG OG ÞÍNA

HANKOOK



Ventus K115

HANKOOK



Kynergy

HANKOOK



Dynapro



Nánari upplýsingar

www.solning.is

SÓLNING
Renndu við

Smíðjuvegi 68-72, Rvk | Hjalldraunni 4, Hf | Flj. abraut 12, Njarðvík | Eyra vegi 33, Selfossi | Barðinn, Skútuvogi 2

Eyra vegi 32, Selfossi
Sími 571 8288Reykjavík - Hafnarfjörður - Selfoss
London - Berlín - KaupmannahöfnOpnum kl. 21:00 allar helgar 2
Fyrir 1 af jókulköldum og
Mojito til kl. 23:00
Fimmt. Dj 800
Föstd. Trúbador
Laugd. Emmsjé Gauti and Dj'sH
B A RSENNILEGA BESTI BAR Í HEIMI
Eyra vegi 2, Selfossi

Ályktun stjórnar Verslunarmannafélags Suðurlands

Stjórnarfundur Verslunarmannafélags Suðurlands haldinn þann 29. september 2014 fordæmir þá lítilsvirðingu, sem ríkisstjórnin sýnir lægst launaða fólki landsins, með fjárlagafrumvarpi ársins 2015. Meðal þeirra atriða sem harðast koma niður á þessum hópi er:

1. Skerðing framlaga, til jöfnunar á örorkubyrði lífeyrissjóðanna.
2. Hækkun lægra þreps virðisaukaskatts.
3. Að ekki er staðið við framlög til VIRK starfsendurhæfingasjóðs.
4. Aukin greiðsluþáttaka sjúklinga í lækni- og lyfjakostnaði.
5. Skerðing framlaga til menntamála.
6. Styttning tíma til greiðslu atvinnuleysisbóta.

Stjórn VMS skorar á ríkisstjórnina að endurskoða fram komið frumvarp og hafa þá hag þeirra sem minnst mega sín í fyrirrúmi.

Sölusýning í reiðhöllinni á Flúðum

Reiðhöllin á Flúðum ásamt Rnokkrum áhugasömum ætlar að standa fyrir sölusýningu föstudaginn 10. október nk. kl. 20:00. Sýningin er ætluð hrossum á öllum aldri, tömdum jafnt sem ótömdum og er öllum velkomið að koma með hross. Skráningargjald er 1.883 kr. á hross og innfalið er opið kvöld í

Reiðhöllinni. Skráning fer fram á netfangið reidhollin@gmail.com og skal henni lokið fyrir miðnætti þriðjudaginn 7. okt. Frekari upplýsingar veita Guðmann í síma 899 0772 eða Sigurður í síma 894 3059. Stöndum nú saman að því að vera með góða sýningu í heimabyggð.

Áskorun frá eldri borgurum í Rangárvallasýslu

Fundur í félagi eldri borgara í Rangárvallasýslu haldinn í Menningarhúsinu Helli þann 3. september 2014 samþykkir áskorun til ríkisstjórnar Íslands að standa nú þegar við gefin loforð um að draga til baka þær skerðingar á kjörum eldri borgara og öryrkja, sem tóku

gildi þann 1. júlí 2009 og ekki hefur verið leiðrétt nema að litlu leyti. Jafnframt er skorað á stjórn Landssmbands eldri borgara að fylgja því máli fast eftir. Áskorunin send til ríkisstjórnar Íslands og til stjórnar Landssambands eldri borgara.

Ályktun félagsfundar VLFS Hellsu

Verkalýðsfélag Suðurlands mótmælir harðlega þeirri aðför að launafólki sem birtist í nýju fjárlagafrumvarpi ríkisstjórnarinnar. Þar má helst telja:

Hækkun virðisaukaskatts á matvæli, skert réttindi atvinnulausra, lækkun framlags ríkisins til jöfnunar á örorkubyrði Lífeyrissjóða á sama tíma og dælt er peningum inn til opinberu sjóðanna sem þýðir enn meiri ójöfnuð á milli kjara almennra og opinberra Lífeyrissjóða. Þetta leggur auknar byrðar á lágtekjuhópa og sýnir að þeir eru ekki í forgangshópi ríkisstjórnarinnar.

Það er ótrúlegt skilningsleysi ríkjandi við þessa fjárlaga-

frumvarps á kjörum almennings. Með þessu frumvarpi er ríkisstjórnin að gefa samstarfi við verkalýðshreyfinguna langt nef. Við þessar aðstæður verður verkalýðshreyfingin að svara þeim skilaboðum skýrt og búa sig undir harðari deilur við gerð kjarasamninga en verið hafa í langan tíma.

VLFS áréttar að félög innan ASÍ hafa sýnt mikla ábyrgð við gerð samninga á undanförunum árum. Það getur ekki verið réttlæt看legt að þau beri hana ein í þjóðfélagi sem vill byggja á jöfnuði og sanngirni fyrir þegna sína.

WWW.SELFOSSBIO.IS **SelfossBíó** KVIKMYNDAHÖS SÍMI: 517 7000

SÝNINGAPLAN	2.OKT	3.OKT	4.OKT	5.OKT	6.OKT	7.OKT	8.OKT
TÓFRAHÚSÍÐ - ÍSL. TAL			11:00 13:00 15:00	11:00 13:00 15:00	18:00		18:00
AFINN	17:40	17:40 20:00	17:30	17:30		17:40	
THE EQUALIZER	20:00		20:00			20:00	
ANNABELLE	22:30	22:30 00:30	00:30	22:00 00:00	22:00	22:30	22:00
DRACULA UNTOLD			22:30	20:00	20:00		20:00

FRUMSÝNING TILBOÐ POWERSÝNING

Lág álagning - þinn hagur

Barna jogginggallar
2.990 fleiri litirLeggings
1.790 - 2.990
fleiri gerðirSíð peysa
5.990,
bolur 3.990
gallabuxur
5.990

3.990

kvengallabuxur
5.990 - 6.990Nýkomnar nýjar
vörur beint frá
framleiðandaSTRIKIÐ
Fataverslun

Austurvegi 69 - Selfossi - 482 2555

NÝLIÐAVIKA!

Í INTERSPORT 2. - 9. OKTÓBER

25%

AFSLÁTTUR AF
ÖLLUM
ÚTIVISTAR-
VÖRUM

VIÐ TÖKUM
VEL Á MÓTI
YKKUR!



ALLT FYRIR BJÖRGUNARSVEITARMANNINN Á EINUM STAÐ!
KÍKTU VIÐ EÐA BÓKAÐU ÚTIVISTARKVÖLD FYRIR HÓPINN

Nánari upplýsingar veitir Steinunn: intersportsel@intersport.is

Keppnin um sterkustu konu Íslands fer fram í Þorlákshöfn

Keppnin um sterkustu konu Íslands 2014 verður haldin í Icelandic Glacial höllinni (íþróttahúsinu) í Þorlákshöfn þann 4. október næstkomandi. Sex konur hafa skráð sig til leiks, tvær í 75 kg flokki og fjórar í svokölluðum opnum flokki. Enn hefur ekki verið lokað fyrir skráningu og er vonast til að fleiri konur verði með. Greinarnar eru fimm, dekkjavelta, rammaréttstöðu-

lyfta (með trapbar), loggur, halda lóði beint fram fyrir sig og hleðslugrein sem mun fara fram á litla upphækkaða grasblettinum fyrir framan íþróttahúsið. Þeir sem standa að keppninni í ár eru konur sem eru saman í saumaklúbbi og kalla sig Sleggjurnar. Í klúbbum eru miklar kempur og þekktar í kraftasportinu, t.d. Þóra Þorsteinsdóttir og Rósa Birgisdóttir (allar er þær Sunnlendingar).



Þrír strákar frá Umf. Heklu tóku þátt í unglingamóti KR í borðtennis

Laugardaginn 27. september sl. tóku þrír þátttakendur frá Umf. Heklu þátt í Unglingamóti KR í borðtennis, en mótið fór fram í Hagaskólanum í Reykjavík. Komust kapparnir, sem kepptu í flokki 11-12 ára drengja, allir á verðlaunapall. Heiðar Óli Guðmundsson varð í 2. sæti og þeir Aron Birkir Guðmundsson og Þorgils Gunnarsson urðu í 3.-4. sæti. Keppendur á mótinu voru frá BH, HK, KR, Umf. Heklu og Víkingi.

-gj/ög



Frá vinstri: Heiðar Óli, Ingi Brjánn (KR), Aron Birkir og Þorgils.

Ferð Íslandrover með fatlaða af Suðurlandi

Laugardaginn 6. september sl. fóru félagar í Íslandrover (félagi áhugafólks um Land Rover á Íslandi) í dagsferð með fólki með fötlun af Suðurlandi. Í ferðina fóru 7 bílar og 3 farþegar í hverjum bíl. Lagt var af stað frá Selfossi um kl. 10, keyrt sem leið lá austur í Rangárvallasýslu, upp Hagabraut, upp í Landssveit og að Næfurholti. Þaðan var haldið Kotleið yfir að Gunnars-holti og á þeirri leið var tekið nestisstopp. Síðan var keyrt upp undir Keldur og svo niður með Eystri-Rangá og að á Hvolsvelli. Þaðan lá leiðin í gegnum Vestur-Landeyjar og Austur-Landeyjar. Farið hjá Hallgeirsey niður á sandinn og eftir honum að Landeyjahöfn. Þar var stoppað og nestið klárað. Að því loknu var haldið heim. Komið var á Selfoss um kl. 18. Ekki er hægt að segja annað en allir hafi verið ánægðir með ferðina. Stjórn Íslandrover vill þakka Guðna-bakaríi, HP kökum og MS á Selfossi fyrir rausnarlegan stuðning í formi nestis.

Sighvatur Blöndahl forstöðumaður Selsins, frístunda- og fræðsluklúbbs fatlaðra sagði



ferðir sem þessar vera ótrúlega gott og skemmtilegt innlegg í starf fatlaðra. Félagar biðu hreinlega eftir ferðinni milli ára. Því vildi hann koma á framfæri

sérstöku þakklæti til jeppamanna.

Þeir félagar Íslandrover sem tóku þátt í ferðinni, þakka fyrir ánægjulega ferð.



Sunnlenski matgæðingurinn



Steinn Þórarinnsson er sunnlenski matgæðingurinn þessa vikuna.

Ég þakka Sighóri bróður mínum fyrir áskorunina og hrósið. Mér finnst ágætlega gaman að elda, sérstaklega helgarmatinn. Það er alltaf gaman að bjóða vinum í mat og einstaka sinnum læt ég þá bara elda sjálfa, þá býð ég upp á steinasteik og dreg fram steikarstein sem ég hef átt í rúm tuttugu ár og er alltaf jafn gaman að nota. Til þess að eldamennskan lukkist vel þá nota ég gjarnan lambafillet eða svínalund en auðvitað er hægt að nota hvaða kjöt sem er. Uppskriftin miðast við fjóra.

Steinasteik

Lambafillet 1 kg

Salt og pipar eða krydd að eigin vali
Ólífúolía

Ófrosið kjötið er tekið úr ísskáp sex tímum áður en eldað er, svo það nái stofuhita.

Kjötinu er skipt niður á fjóra litla diska, sem hafðir eru við hliðina á matardiskinum ásamt góðum hníf, svo hægt sé að skera það niður í hæfilega bita til steikingar.

Steinninn er hitaður í ofni að lágmarki í klukkustund á 200°C. Eftir hitunina er steinninn settur á tilheyrandi grind og sprittlogi hafður

Sem matgæðing næstu viku langar mig að skora á systur mína, Þóru Þórarinsdóttur, en hún er algjör snillingur í öllu sem viðkemur mat.

Matgæðingar eru beðnir að senda uppskrift ásamt mynd af sér eigi síðar en á mánudagsmorgni.



undir. Ólívuolían er pensluð á kjötið fyrir steikingu. Sem meðlæti hef ég oft haft kartöflusalat.

Kartöflusalat

Soðnar kartöflur 300 g

Harðsoðin egg 2 stk.

Beikon 100 g

Grænt epli 1 stk.

Sýrður rjómi 100 g

Aromat 1 tsk.

Grænmetiskrydd 1 tsk.

Beikonið skorið smátt og steikt á pönnu og kælt. Kartöflurnar, egginn og eplið skorið í bita og öllu blandað saman.

Með þessu er víst hollt að hafa grænmetissalat og sér konan um það.

PS. Gætið fyllstu varúðar því þið eruð með opinn eld og mikinn hita.

Kepptu á Spáni á heimsmeistaramóti ískotfimi

Hákon Þ. Svavarsson frá Skotíþróttafélagi Suðurlands og Sigurður Unnar Hauksson frá Skotfélag Reykjavíkur kepptu á heimsmeistaramóti í skotfimi á Granada á Spáni í vikunni. Kepptu þeir í haglabyssu skeet. Er þetta stærsta mót í skotfimi sem hefur verið haldið til þessa. Hákon sem keppti í flokki fullorðinna skaut 117 af 125 dúfum sem er Ólympíulágmark og endaði í 45. sæti af 130 keppendum. Það kemur honum líklega í topp 100 á heimslista, en sigurvegarinn skaut 122 af 125. Sigurður keppti í unglingaflokki og skaut 116 sem er bætning á hans eigin Íslandsmeti í unglingaflokki.



Sigurður Unnar Hauksson og Hákon Þ. Svavarsson.

Hann hafnaði í 15. sæti af 60 keppendum en sigurvegarinn þar skaut 123 af 125.

DAGSKRÁIN

Útgefandi: Dagskráin, Eyraey 25, 800 Selfoss, sími 482 1944, fax 482 2835, dagskrain@prentmet.is. Ritstjóri og blaðamaður: Örn Guðnason, sími 856 0672, orn@prentmet.is. Auglýsingar: Katla Harðardóttir, sími 482 1944, katla@prentmet.is

Dagskráin kemur út á hverjum fimmtudegi. Allt efni og auglýsingar berist í Prentmet Suðurlands, Eyraey 25, Selfossi, fyrir hádegis á þriðjudögum. Upplag 9000 eintök. Dreift ókeypis í allar sýslur austan Hellisheiðar. Dagskráin er aðili að samtökum bæjar- og héraðsfréttablaða.

ISSN 1670-407X

Prentmet - Umhverfissvartuð prentsmíða



Gáta vikunnar

Á mér hvílir þungi þinn.
Þinna klæða efni ég vinn.
Ég er upphaf auðs um sinn.
Í mig stígur presturinn.

Svar við gátu í blaði 2262: BAKKI

Árbakki. Bæjarnafnið Bakki.
Torfbakki. Bakki á hníf.

»DFS.is
FRÉTTABLAÐ SUÐURLANDS

BONUS BONUS BONUS BONUS BONUS

Gott verð í Bónus 2.-5. okt.



398
kr. kg.



Íslenskir Tómatar pakkaðir



398
kr. 550ml

Bónus Rjómi 550ml



359
kr. 125g

Bónus Lambhagablanda 125g
Verð áður 398 kr.



298
kr. 250g

Bónus Feti í kryddolíu/olíu m.ólífum



259
kr. 250g

Íslenskir Sveppir 250g



223
kr. 770g

Bónus Heilkornabrauð 770g



1598
kr. kg.

Goða Sérvalið lambasaltkjöt 1.flokkur



1185
kr. pokinn

Frosin ósoðin lifrarpylsa
5 keppir = 2.38 kg.



1498
kr. kg.



1398
kr. kg.

Kjaranafæði Ferskt lambalæri af nýslátruðu



4 Coke
á verði 3

148 kr. flaskan

594
kr. 4x1.5 ltr.



1598
kr. 38 þvottar



1343
kr. 90 þvottar

Finish Uppþvottavélátöflur 90 stk.



1098
kr. kg.

Bónus Ferskar grísakótilettur



659
kr. kg.

Bónus Ferskur grísabógur



1995
kr. kg.

Bónus Ferskar kjúklingabringur



1898
kr. kg.

Ferskur hálfur lambahryggur
af nýslátruðu (lundarparturinn)



295
kr. kg.

Kjaranafæði Fersk lambalifur



295
kr. kg.

Kjaranafæði Fersk lambahjörtu

AFGREIÐSLUTÍMI
FIMMTUDAGUR
11:00-18:30

BONUS EKKERT BRUÐL



AFGREIÐSLUTÍMI
FIMMTUDAGUR
11:00-18:30

ÓDÝRT ÓDÝRT ÓDÝRT ÓDÝRT ÓDÝRT ÓDÝRT ÓDÝRT ÓDÝRT ÓDÝRT



HAUSTSPRENGJA

Tilboð á ZE-ZE[®] og zhenzi[®] vörum

C O N C E P T W O M E N S W E A R

Bjóðum áfram þessar vörur með afslætti
Buxur - Peysur - Bolir - Kjólar

NÝTT - NÝTT - NÝTT
Skór - Skór - Skór

LINDIN

TÍSKUVERSLUN

Eyravegi 29 · Selfossi · Sími 482 1800

ÓDÝRT ÓDÝRT ÓDÝRT ÓDÝRT ÓDÝRT ÓDÝRT ÓDÝRT ÓDÝRT ÓDÝRT

Skrifstofuherbergi

Þjónustuskrifstofa stéttarfélaganna á Suðurlandi auglýsir 18 m² skrifstofuherbergi til leigu. Skrifstofan er staðsett á þriðju hæð í húsnæði stéttarfélaganna á Austurvegi 56, Selfossi. Lyfta er í húsinu og gott aðgengi fyrir hjólastóla.

Möguleiki er á aðgangi að góðu eldhúsi, fundarsölum og annarri þjónustu eftir nánara samkomulagi.

Innifalið í leigu er rafmagn, hiti og þrif.

Nánari upplýsingar veitir Þór Hreinsson í síma 480 5000 eða í tölvupósti thor@midja.is

Halli Parket ehf.

894 0048

Slípun - lögn - lökkun - olía parket - lím - lökk - olíur

Húsasmiðameistari með áratuga reynslu
halliparket@gmail.com

Ferðapjónustan Minniborgir



Gisting og veitingar

Boltinn í beinni

Veitingahúsið okkar verður opið í allan vetur.

Villibráðar- og jólahlaðborð.

Uppl. á www.minniborgir.is og í síma 486 1500

Mannauðsstjórn í molum

Sú var tíðin að fyrirtæki sem svildu sýnast stór voru með starfsmann sem kallaður var starfsmannastjóri. Þessi starfsmannastjóri sá um flesta þá þætti sem að starfsmönnum snéri. Hann sá um ráðningarferlið, um laun og kjör að hluta og hann sá jafnvel um að segja fólki upp og ýmislegt fleira. Á árunum fyrir hrún, svokölluðum „uppgangsárum“ var nafnið starfsmannastjóri að mestu lagt niður og orðið mannauðsstjóri tekið upp. Oft var gamla starfsmannastjóranum sagt upp og annar ráðinn í hans stað, oft ungt fólk með góða menntun. Enginn gat verið með rekstur á alvöru fyrirtæki án þess að hafa mannauðsstjóra. Þeir höfðu ansi viðtæka þekkingu á rekstri og héldu stóra og feita fundi með starfsmönnum um það hve góðir og ómetanlegir starfskraftar þeirra væru. Stundum skildi maður varla orð af því sem sagt var því það fór allt fram á máli lærða mannsins og kannski engin ástæða til að fólk skildi þá. Lang oftast lauk þessum fundum með mannauðsstjórunum á þann veg að þrátt fyrir að starfsmenn væru fyrirtækinu dýrmætir og jafnvel lífsnauðsynlegir yrðu menn nú samt að hlaupa ögn hraðar, því ekki væri möguleiki á að fjölga

starfsmönnum. Ég kallaði þetta nú alltaf hamstrafundi, því mér fannst eins og ég væri einn af aðalhömstrum fyrirtækisins og þess vegna yrði ég að hlaupa hraðar. Hamstrar geta hlaupið alveg ótrúlega hratt og lengi ef þeir búast við einhverri gulrót. Allt gekk upp, við brostum af stolti eftir fundina og hlupum og hlupum og aldrei. Enda stóð það víst aldrei til. Mannauður er bara notaður á tyllidögum. Nú er að koma æ oftar í ljós að þessi hamstrahlaup eru að koma niður á viðkomandi starfsmönnum. Allskyns stoðkerfisvandamál og aðrir heilsukvillar eru að koma upp hjá fólki sem virðist vera að brenna út á hlaupunum. Mannauðsstjórnun á að hafa það sem aðalatriði að fólki líði vel í vinnunni, bæði þegar menn ljúka vinnu að kvöldi og þegar menn mæta að morgni til vinnu. En ábyrgð mannauðsstjóra lýtur ekki eingöngu að því sem fram fer innan fyrirtækis því að í sumum tilvikum hefur hann áhrif útávið. Þegar fólk sem er atvinnulaust leggur í mikla

Gils Einarsson

formaður
Verzlunarmanna-
félags Suðurlands



vinnu við að útbúa ferilsskrá fyrir sig til að geta lagt fram með starfsúmsókn sem send er eftir að fyrir-

tækin hafa auglýst laus störf, er lágmarkskrafa að fá svar. Þegar fólk hefur sent 20, 30, 40 umsóknir eins og mörg dæmi eru um og ekki fengið svar nokkurs staðar er ekki nema eðlilegt að fólk gefist upp. Einstaka fyrirtæki hafa alltaf fyrir reglu að svara öllum umsóknum, kannski hafa þau bara gamaldags starfsmannastjóra sem af langri reynslu notar mannlega þáttinn í sínum störfum.

Kæru mannauðsstjórar og gamaldags starfsmannastjórar, viljið þið gera svo vel að svara fólki sem sækir um hjá ykkur það þarf ekki að vera erfitt eða flókið, aðeins að búið sé að ráða, þakkið áhuga viðkomandi og óskið honum farsældar. Til fyrirtækjanna sem telja sig hafa stefnu í starfsmannamálum og vilja að þau séu tekin alvarlega, gerum við þær kröfur að fólk sé metið að verðleikum og því svarað kurteislega, jafnvel þó svarið sé neikvætt.



Almennur félagsfundur Bárunnar, stéttarfélags verður haldinn að Austurvegi 56, Selfossi mánudaginn 6. október nk.

Fundurinn byrjar með kjötsúpu kl. 19:00 í boði Bárunnar, stéttarfélags.

Dagskrá:

1. Kosning fulltrúa á þing Alpýðusambands Íslands 22. – 24. október 2014.
2. Niðurstaða kjarabings Bárunnar, stéttarfélags sem haldið var þann 23. september sl.
3. Önnur mál.

Stjórn Bárunnar, stéttarfélags hvetur félagsmenn til þátttöku í starfi félagsins.

Stjórnin.

Lyfjaauglýsing

20% afsláttur

Gildir í október



Landsbyggðin

Glerártorg Akureyri
Hrísalundur Akureyri
Dalvík

Höfuðborgar-
svæðið

Hella
Hveragerði
Hvolsvöllur
Keflavík

Austurver
Domus Medica

Selfoss
Vestmannaeyjar
Þorlákshöfn

Eiðistorg
Fjörður
Glæsibær
Hamraborg
JL-húsið
Kringlan

 **Lyf & heilsa**
Við hlustum!

Trúum því að ljósleiðari skili betri lífsgæðum

Einn fagran haustdag fyrir rúmri viku var Kristófer A. Tómasson, sveitarstjóri Skeiða- og Gnúpverjahrepps, sóttur heim á skrifstofu hreppsins í Árnesi. Ritstjóri Dagskrárinnar bað hann um að segja frá því helsta sem er í gangi hjá hreppnum um þessar mundir og einnig því sem framundan er.

Miklar endurbætur á Þjórsárskóla

„Við réðumst í heilmiklar endurbætur á húsnæði í Þjórsárskóla fyrir nokkru, endurnýjuðum þak og hluta af gluggum, gleri og hurðum. Við erum nýbúnir að bjóða út framkvæmdir við uppbyggingu á gámasvæði sem verður hérna rétt neðan við veginn. Það er heilmikil framkvæmd. Við erum að byggja þar upp ramp og um 6200 fermetra svæði,“ sagði Kristófer. „Svo höfum við verið að uppfæra öryggiskerfi í helstu byggingum hjá okkur og höfum verið að mála og snurfusa talsvert margar byggingar. Það er heilmikil viðhaldsvinna í gangi. Einnig má nefna lagfæringar á félagsheimilinu hér í Árnesi, en þar erum við nýbúnir að endurnýja allt gler. Við höfum líka verið að lagfæra svoltið sundlaugarhúsnæðið í Brautarholti. Það var orðið lúð og við höfum verið að endurnýja þakglugga og mála og lagfæra þar.“

Framkvæmdir í Þjórsárdal

Kristófer sagði að á næstunni myndi sveitarfélagið í samstarfi við Skógræktina ráðast í framkvæmdir í Þjórsárdal. Þar yrði byrjað á gangstígagerð við Hjálparfoss og að í framhaldinu yrðu byggðir upp gangstígar við Gjána. „Við fengum ágætan styrk úr framkvæmdasjóði ferðamála í þetta verkefni. Þessu á að vera lokið fyrir áramót. Það er eins með gámasvæðið. Við ætlum að vera tilbúnir með það 1. desember,“ sagði Kristófer. „Við höfum líka verið að lagfæra garða og opin svæði hérna í kringum okkur, bæði í Árnesi og í Brautarholti. Í Brautarholti stendur til að byggja upp gangstíg innan hverfisins og munum við setja við hann lýsingu sem mun nýtast innan hverfisins.“

Verkefni á næsta ári

Hvað næsta ár varðaði sagði Kristófer að það væru hugmyndir um að fara í róttæka gátnagerð í báðum hverfunum, þ.e. bæði í Árnesi og í Brautarholti. „Við þurfum að ganga frá fráveitukerfi hér í



Kristófer A. Tómasson, sveitarstjóri Skeiða- og Gnúpverjahrepps.

Ljósmynd: ÖG.

Árnesi og leggja slitlag á götur. Það er ekki ólíklegt að það verkefni verði sett inn í fjárhagsáætlun næsta árs. Eins er í Brautarholti, þar þurfum við að gera lagfæringar á lögnum í götum og leggja slitlag á þær. Þetta verður umfangsmikið verkefni og ég sé það fyrir mér sem eitt stærsta verkefnið hjá okkur á næsta ári. Það á eftir að taka það til formlegrar afgreiðslu í sveitarstjórn, en hefur verið rétt,“ sagði Kristófer.

Lóðir á skikkanlegu verði

Húsnæðismál eru ofarlega á baugi hjá mörgum sveitarfélögum. Aðspurður sagði Kristófer að Skeiða- og Gnúpverjahreppur ætti nóg til af lóðum. „Hérna í Árneshverfinu eigum við einar tólf einbýlishúsalóðir og lóð undir tvö þriggja íbúða raðhús. Við viljum gjarnan sjá að einhverjir fari að byggja hérna. Þessar lóðir fást nú á skikkanlegu verði. Við eigum auk þess búgarðalóðir hérna neðan við veginn. Nokkrar þeirra eru tilbúnar. Á næstu árum stendur til að leggja þarna vegi eftir því sem eftirspurn

gefur tilefni til. Þetta eru 5 hektara spildur, niður í Heiðinni sem við köllum. Niður á Brautarholti eigum við líka allmargar íbúðarhúsalóðir. Ég held að verðlag á þessum lóðum sé bara brot af því sem kostar að fá lóð til umráða á Selfossi til dæmis,“ sagði Kristófer.

Ljósleiðari inn á öll heimili

Árin 2012 og 2013 var ljósleiðari lagður inn á öll heimili í hreppnum. Kristófer sagði að það verkefni hefði verið umfangsmikið enda sveitarfélagið mjög langt og með mörgum ranghólum og löngum afleggjurum. Heildarlengdin á strengnum er 180–190 kílómetrar. Lagning ljósleiðarans var íbúum að kostnaðarlausu. Fólk greiðir svo bara mánaðargjald. „Fyrir þá sem byggja hérna verður veittur styrkur til inntöku á ljósleiðara. Við höfum fulla trú á að þetta framtak sveitarfélagsins eigi eftir að skila sér í betri lífsgæðum. Möguleikar á gagnaflutningum og gott netsamband er lykilatriði nú til dags. Við höfum trú á að fleiri vilji flytja til okkar út af þessum lífsgæðum,“ sagði Kristófer.

Stoltir mjólkurframleiðendur

Þegar talið barst að atvinnumálum sagði Kristófer að hreppurinn væri mikið landbúnaðarsamfélag. „Við erum svolítið montin af því að vera eitt af stærstu mjólkurframleiðsluheruðum landsins. Við framleiðum um 7% af allri mjólk í landinu hér í hreppnum. Það eru hér 28 framleiðendur og meðalbúin eru ansi stór miðað við það sem gengur og gerist. Svo eru náttúrulega aðrar búgreinar stundaðar hérna líka. Hérna er umfangsmikil minkarækt sem skapar mörg störf og þrjú svínabú sem eru þó nokkuð stór. Svo er talsverð sauðfjárrækt og hrossarækt stunduð hér líka,“ sagði Kristófer.

Ferðapjónustan sækir í sig veðrið

Ferðapjónustan hefur verið að sækja í

sig veðrið í hreppnum, en þar er nú eitt fullvaxið hótél og nýu ferðapjónustufyrirtæki. Þar af eru einir sjö aðilar sem bjóða upp á gistingu í einhverjum mæli. Svo eru hestaleigur og hestaferðir. Kristófer sagði að verið sé að hefja byggingu á stærðar gistiheimili út úr Álfstöðum á Skeiðum. Það verður opnað að vori. Í Brautarholti, þar sem Kertasmiðjan var, er verið að breyta húsnæðinu í mótél-gistingu. „Það eru mjög góð tjaldsvæði hérna á þremur stöðum. Eitt er í Brautarholt og annað hér í Árnesi. Svo er það þriðja hjá skógræktinni inni í Þjórsárdal. Við ákváðum í fyrra að rafvæða tjaldsvæðin hérna í Árnesi og í Brautarholti. Hér í Árnesi voru í sumar 2000 gistinætur. Sem er nú bara harla gott á rosasumri á ekki stærra svæði. Í Brautarholti var fjöldinn vel á þriðja þúsund,“ sagði Kristófer.

Margir ónýttir möguleikar

„Við höfum haft veitingaaðila hér í Árnesi í sumar sem hefur haldið úti veitingasölu og séð um tjaldsvæðið og jafnframt rekið Þjórsárstofu. Það hefur gengið býsna vel. Ég hef fulla trú á að það séu margir ónýttir möguleikar hér í ferðapjónustunni. Ég held að við getum stoppað fleiri ferðamenn en við gerum og boðið þeim upp á eitthvað fleira. Það er mín trú að þeim muni fjölga sem munu koma auga á tækifærin sem eru í ferðamennsku hérna,“ sagði Kristófer.

Góðir skólar

Kristófer sagði að heimamenn væru mjög stoltir af skólunum í hreppnum. Í Árnesi er Þjórsárskóli rekinn en í honum eru nemendur frá 1. og upp í 7. bekk. Það er svokallaður „Grænánaskóli“ er leggur mikla áherslu á að nýta umhverfið til kennslunnar. Síðan er starfræktur leikskóli á Brautarholti. „Það hefur komist til tals að lækka leikskólagjöldin. Ekki er ólíklegt að tekin verði ákvörðun í þeim efnum á næstunni. Það er a.m.k. mikill vilji fyrir því,“ sagði Kristófer.

Setið um laust húsnæði

Þegar Kristófer var spurður um húsnæðismál sagði hann að það væri greinilega skortur á húsnæði því setið væri um öll hús sem losna til leigu enda atvinnuástandið mjög gott. „Í þessum búgreinum sem ég nefndi starfa náttúrulega margir og í ferðapjónustunni líka. Á dvalarheimilinu fyrir aldraða niður á Skeiðum starfa heilmargir og hér hjá sveitarfélaginu eru 27 ársverk en nokkrir eru í hlutastörfum, flestir við grunnskólann og leikskólann. Svo eru nokkrir verktakar hérna sem skapa mörgum atvinnu. Í Búrfelli eru t.d. um 25 fastastörf yfir árið og 6-8 af þeim sem vinna þar eru búsettir hér í sveitarfélaginu. Það er fyrirsjáanlegt að farið verður í að byggja Búrfell 2 þ.e. stækkun Búrfellsvirkjunar. Mér finnst líklegt að byrjað verði á þeim framkvæmdum 2016. Það verður mannfrek framkvæmd. Framkvæmdatíminn verður held ég um 30 mánuðir. Störfín á framkvæmdatíma þar verða ansi mörg. Við munum finna fyrir því,“ sagði Kristófer.

Viðtal: Örn Guðnason.

Fundur um notkun spjaldtölva til samskipta og um talmeín almennt

MND félagið býður öllum Áhugasömum til fundar á Hótel Selfossi fimmtudaginn 2. október þar sem fjallað verður um notkun spjaldtölva til samskipta og talmeín almennt, ásamt mögulegum lausnum því tengt. Tveir fyrirlestrar verða fluttir á fundinum. Kl. 10:00-12:00 mun Sigrún Jóhannsdóttir frá TMF fjalla um mögulegar lausnir. Tækni til tjáskipta - möguleikar í spjaldtölvum og PC tölvum til að skrifa, tala og lesa.

Kl. 14:00-15:00 segir dr. Sigríður Magnúsdóttir talmeínafræðingur frá sínu sérsviði, kyngingu, raddböndum, þind og þeim úrræðum sem til eru.

Allir áhugasamir eru velkomnir á fyrirlestrana. Til að tryggja sér pláss verður að skrá sig í netfangið mnd@mnd.is (nafn, e-mail og heimili) og segja hvorn fyrirlesturinn viðkomandi mætir á eða báða. Aðgangur er ókeypis en tekið er við framlögum á staðnum.

-ög



Auglýsing

um breytingu á aðalskipulagi Sveitarfélagsins Árborgar 2010-2030

Jarðstrengur milli Selfoss og Þorlákshafnar ásamt hjólreiðastíg og umhverfisskýrslu.

Bæjarstjórn Árborgar samþykkti þann 20. ágúst 2014 tillögu að breytingu á Aðalskipulagi Árborgar 2010-2030. Tillagan var auglýst frá 27. mars til og með 12. maí 2014. Athugasemdir bárust við tillöguna sem gáfu tilefni til minniháttar breytinga á tillögunni. Gerð var breyting á legu jarðstrengsins frá auglýstri tillögu þannig að hann fylgir Suðrhólum og Eyravegi í stað framtíðarvegar samkvæmt gildandi aðalskipulagi. Ekki er um grundvallarbreytingu að ræða. Ný strengleið fylgir lagnabelti sem þegar er skilgreint í aðalskipulagi Árborgar 2010-2030, og er innan eignarlands Sveitarfélagsins og mun ekki hafa áhrif á aðra landnotkun. Breytingin mun ekki hafa áhrif á niðurstöðu umhverfisskýrslu. Þeir sem óska nánari upplýsinga geta snúið sér til skipulags- og byggingarfulltrúa Austurvegi 67 Selfossi eða í netfangið bardur@arborg.is.

Bárður Guðmundsson
skipulags- og byggingarfulltrúi Árborgar

ERUM VIÐ AÐ LEITA AÐ ÞÉR?

ATVINNA Í BOÐI Í LAGNADEILD BYKO SELFOSSI

Sölumaður í lagnadeild.

STARFSSVIÐ

Starfið felst í sölu lagnaefna til viðskiptavina.

HÆFNISKRÖFUR

- Reynsla/menntun sem nýtist í starfi.
- Frumkvæði og metnaður.
- Rík þjónustulund.
- Hæfni í mannlegum samskiptum.
- Hæfileiki til að starfa sjálfstætt.

Vinnutími er 8-18 alla virka daga
og þriðju hverja helgi frá 10-16.

Nánari upplýsingar gefur Gunnar Bjarki Rúnarsson,
verslunarstjóri BYKO Selfossi.

Umsóknir skulu berast á netfangið gunnarbr@byko.is
fyrir 10. október.

BYKO

BÚÐU BETUR. BORGADU MINNA.

VERT - www.vert.is

Taktu þitt næsta skref með Canon



Canon PowerShot SX600
Verð: 39.900 kr.



Hágæða myndir og vídeó.
18x aðdráttarlinsa. Ótrúlega nett
Wi-Fi og NFC fyrir snjalltækin.

Canon PIXMA MG4250
Verð: 15.900 kr.



Nettur fjölnota prentari með
Wi-Fi Prentun, ljósritun og skönnun.
2 hylkja FINE prentun.

Canon PIXMA MG5550
Verð: 21.900 kr.



Háþróaður fjölnota prentari
með Wi-Fi Prentun, ljósritun og skönnun.
Sparaðu pappír með prentun báðum megin.

Canon EOS 1200D, EF-S 18-55 IS linsa
Verð: 89.900 kr.



3 klst. námskeið og kennslubók
fylgir. 18 megapixla myndflaga.
Full HD vídeó og ISO 6400 (12800).

Náttúra – maður – hestur

Opin æfing Karlakórs Hreppamanna

Fátt er betra sálinni en að syngja. Það geta allir vitnað um sem hafa tekið þátt í kórsöng eða eins og skáldið sagði: „Saungurinn er hin öruggasta leið til að lyfta mannsandanum frá hrjúfum hversdagsleik.“ Það er ekki aðeins kórsöngurinn sem lyftir andanum heldur og ekki síður félagskapurinn sem fylgir í kaupbæti.

Karlakór Hreppamanna er nú að hefja vetrarstarfið og að vanda verður það viðburðaríkt og spennandi. Meginþema söngsins í vetur verður: náttúra - maður - hestur, skreytt stemningu ljósmynda úr safni Sigurðar Sigmundssonar ljósmyndara frá Syðra-Langholti. Að vori leggur kórinn svo í ferð með vortónleika sína sem byggjast á þessu meginefni.



Karlakór Hreppamanna í Stokkseyrarfjöru sl. vor.

Síðastliðinn vetur æfði kórinn sjómannaölög, íslensk og útlend, með ívafi af sögum um sjómennsku sem sérstakur sögu-maður fór með og setti það skemmtilegan svip á tónleikana. Vortónleikar voru þá haldnir á

út í vorið. Og ekki má gleyma júníviðburðinum sem er fastur liður. Þá fara kórfélagar í reiðtúr á milli bæja í Hrunamannahreppi og gleðja heimamenn með nærveru sinni. Í þessum tórum bregðast ekki ýmsar einkennilegar tilviljanir sem menn hafa mikla skemmtan af. Gildir bændur leggja til fákana.

Kórinn hvetur söngáhugamenn til að koma á opnu æfinguna 7. október í Félagsheimili Hrunamanna á Flúðum.

Stjórn KKH



Úr söngförl Karlakórs Hreppamanna til Rómarborgar.

Enginn félagskapur býr svo vel að ekki sé pláss fyrir nýja, glaða og efnilega félaga. 7. október næstkomandi kl. 20.30 býður kórinn nýja félaga velkomna á kóræfingu til þess að kynnast köllunum og hlusta á samhljóminn í rödduðum söng, hrifast með og slást í hópinn. Kallarnir í kórnum eru vissir um að þú átt erindi í félagskapinn með þeim og leggir þannig þitt af mörkum til að gera góðan kór betri og auðga enn menningarlíf landsmanna.

Frá stofnun hefur kórinn búið svo vel að hafa Edit Molnár að kórstjóra og Miklos Dalmay píanóleikara, metnaðarfulla listamenn sem láta sér ekkert fyrir brjósti brenna. Kórfélagar koma úr öllum hreppum í uppsveitum Árnessýslu, úr Flóanum og frá Selfossi. Æft er í Félagsheimili Hrunamanna á Flúðum á þriðju dagskvöldum klukkan 20.30.

Flúðum, Stokkseyri, í Grindavík og um sjómanna dagshelgina í Vestmannaeyjum. Botninn verður sleginn í þessa dagskrá með tónleikum og einsöngvara í lok október. Um miðjan nóvember verður kóramót fimm sunnenskra kóra á Hvolsvelli og þá skelfur Hvoll.

Karlakvöld kórsins eru viðfrægar skemmtanir þar sem veislustjórar fara á kostum í troðfullum sal í Félagsheimilinu - af glöðum köllum etandi ljúffengt hrossaket með mjúkum veigum sem má ekki nefna á nafn hér enda er sjón þar sögu ríkar.

Auk annarra viðburða á dagatali kórsins hafa verið þrettándagleði með dansleik á Flúðum, auk vorfagnaðar sem kemur í kjölfar vortónleikanna. Þar á dagskránni er kórsöngur af léttara taginu og dansleikur, og þaðan fara menn svo glaðbeittir



Heimabjónusta

Hveragerðisbær óskar eftir að ráða starfsmann í 50% starf við heimabjónustu sem fyrst.

Helstu verkefni og ábyrgðarsvið:

- Almenn þrif
- Veita félagslegan stuðning og hvatningu
- Vera vakandi yfir andlegri og líkamlegri líðan þjónustuþega

Helstu hæfniskröfur:

- Hæfni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði og skipulagshæfni
- Hæfni til að starfa sjálfstætt
- Skilyrði að umsækjandi hafi reynslu af almennum heimilisstörfum.

Umsækjendur þurfa að hafa náð 18 ára aldri. Laun skv. kjarasamningum opinberra starfsmanna á Suðurlandi – FOSS.

Umsóknnum skal skila fyrir 15. október 2014 á eyðublöðum sem liggja frammi á Bæjarskrifstofu Hveragerðis. Allar nánari upplýsingar eða fyrirsurnir um starfið veitir Erna Guðmundsdóttir, netfang ernag@hveragerdi.is eða Eygló Huld Jóhannesdóttir í síma 660 3916.

Aðalfundur Garðyrkjufélags Árnesinga

Garðyrkjufélag Árnesinga heldur aðalfund sinn miðvikudaginn 8. október, nk. kl. 20.00 að Austurvegi 56, Selfossi, (þriðju hæð til hægri). Á dagskrá fundarins verða hefðbundin aðal-

fundarstörf; eins og tilgreint er í lögum félagsins. Að fundarstörfum loknum mun Guðríður Helgadóttir (Gurrý) flytja erindi, sem vafalaust verður fróðlegt, en sjónvarpsþættir hennar *Með Gurrý í*

garðinum hafa vakið mikla athygli. Kaffiveitingar verða á staðnum og eru félagar hvattir til að fjölmenna, nýir félagsmenn velkomnir. Aðgangur ókeypis. Stjórn Garðyrkjufélags Árn.

Vantar þig heyrnartæki?

Heyrnarmælingar, ráðgjöf og heyrnartækjapjónusta

Selfoss - 14. október

Árni Hafstað heyrnarfræðingur verður á Selfossi við heyrnarmælingar, ráðgjöf og sölu heyrnartækja. Mikið úrval af hágæða heyrnartækjum. Sérsmíðuð eða næstum ósýnileg bak við eyra. Margir verðflokkar.



Heyrnartækni

Bókaðu tíma í heyrnarmælingu og fáðu heyrnartæki til prufu

Sími 568 6880

Glæsibæ | Álfheimum 74 | 104 Reykjavík | Sími 568 6880 | www.heyrnartaekni.is

Konubókastofa kynnir



KONUBÓKASTOFA

5. OKTÓBER KLUKKAN 14 Í RAUÐA HÚSINU Á EYRARBAKKA

ÍSLENSKAR SKÁLDKONUR Í LJÓÐUM, FRÆÐUM OG TÓNLIST

Þessar konur munu heiðra okkur með nærveru sinni: **Elísabet Kristín Jökulsdóttir**, **Kristrún Guðmundsdóttir**, **Heiðrún Ólafsdóttir** og **Sigrún Haraldsdóttir** munu flytja eigin ljóð. **Anna Þorbjörg Ingólfssdóttir** mun fjalla um skáldkonuna Erlu. Síðan munu **Lay Low**, ásamt **Agnesi Ernu Estherardóttur**, flytja ljúfa tónlist við ljóð kvenna. Kaffihlé og spjall.

Dagskráin er hluti af stofnun **Bókabæjanna austanfjalls** sem Konubókastofa er þátttakandi í. **Hlaðvarpinn** og **Menningarsjóður Suðurlands** styrktu ljóðadagskrána.

Ljósritun og gormun



Eyravegi 25, Selfossi - Sími 482 1944
selfoss@prentmet.is



Opnun hjá List í héraði

Pann 4. október nk. kl. 16:00 til 17:00 verður opnunarhátíð Listar í héraði í Gallery Ormi, Sögusetrinu á Hvolsvelli og eru allir velkomnir. List í héraði er myndlistarsýning þar sem 10 einstaklingar úr Rangárþingi, sem eiga það sameiginlegt að hafa gaman af því að mála, koma saman og sýna verk sín.

List í héraði er styrkt af Menningarráði Suðurlands.

Á meðfylgjandi mynd má sjá hluta af hópnum sem sýnir afrikstur sinn.

Menningarráð Suðurlands

Samkomulag um akstur skólabarna í Hamarshöll

Hveragerðisbær og Landferðir hafa gert samkomulag um akstur í Hamarshöll frá Íþróttahúsinu Skólasmörk á opnunartíma Skólasels frá kl. 12:50–15:30 virka daga 3–4 ferðir á dag. Aksturinn skapar betri nýtingu í íþróttahúsum bæjarins og samfellu skóla og íþróttæfinga hjá yngri grunnskólabörnum þannig að þau séu búin á íþróttæfingum fyrir kl. 17 á daginn í flestum tilfellum. Síðastliðinn vetur voru ferðir með börn úr 1. og 2. bekk en nú í vetur eiga börn í 1. – 4. bekk

kost á að fara með rútunni. Góð samvinna var við íþróttafélagið Hamar um skipulag íþróttæfinga og aksturs til að allt gengi sem best fyrir sig.



Aldís Hafsteinsdóttir bæjarstjóri og Bjarki Freyr Jóhannesson forstjóri Landferða.



Nytjamarkaðurinn á Selfossi

Notaðar vörur fyrir lítið, til styrktar þeim sem eiga lítið



ATH!
Breyttur opnunartími á laugardögum vetur.
Opið frá kl. 12 - 16

Opnunartímar:

Virka daga 10:00 - 18:00

Laugardaga

12:00 - 16:00

"Lækaðu" við okkur á Facebook

www.facebook.com/NytjamarkadurinnSelfoss

Eyravegi 5, 800 Selfoss - 572 3239

Heima er best

Kjarval

16% afsláttur

Holta kjúlingabringur, 100% hrein afurð

2498 kr. kg
verð áður 2998

20% afsláttur

SS piparkryddað foladafille

2398 kr. kg
verð áður 2998

Krónu brauðskinka, 200 g

219 kr. pk.

Rifinn ostur, mozzarella- og gratinostur, 200 g

359 kr. pk.

Hatting hvítlauksbrauð, 3 stk. í pk.

499 kr. pk.

Pitabrød

6 í pk.

Hatting fin pitabrød, 6 stk. í pk.

349 kr. pk.
verð áður 389

Hleðsla íþróttadrykkur, tvær teg., 250 ml

225 kr. stk.

Bláber, 125 g

399 kr. pk.
verð áður 649

Myllu jólakaka

2 fyrir 1

Nyákens piparköku-hjörtu, 625 g

799 kr. pk.

Kornax brauðhveiti

419 kr. pk.

Svali, epla- og appelsínudrykkur, með eða án sykurs, 3 x 250 ml

139 kr. pk.
verð áður 229

C-11 er kraftmikil þvottadurft án ensíma, sem hentar vel í allan þvott.

629 kr. pk.

Sjá opnunartíma á www.kjarval.is

Klaustur // Vík // Hvolsvöllur // Hella // Þorlákshöfn // Vestmannaeyjar



Fundur um vináttu barna og skólapjónustu

- súpa í boði -



Foreldrafélag Sunnulækjarskóla, skólapjónusta Árborgar og samráð foreldrafélaga bjóða foreldrum leik- og grunnskólabarna í Árborg á fræðslu- og súpufund, miðvikudaginn 8. október nk. kl. 19:00, í Fjallasal í Sunnulækjarskóla. Stefnt er að því að fundurinn verði um 2 klst.

Kl. 19:00. Kynning á skólapjónustu Árborgar. Þorsteinn Hjartarson, fræðslustjóri, kynnir þjónustuna og svarar fyrirspurnum.

Kl. 19:45. Bjóðum upp á súpu og kaffihressingu.

Kl. 20:00. Vinátta barna og unglinga. Vanda Sigurgeirsdóttir, lektor í Háskóla Íslands, fjallar um mikilvægi vináttu fyrir börn og unglinga. Megináhersla verður lögð á leiðir fyrir foreldra til að geta aðstoðað börn sín við að eignast vini og halda þeim.

Kl. 21:00. Dagskrárlök.

Vonumst við til að fá marga foreldra á fundinn. Það skiptir miklu máli að börnunum okkar líði vel og það eru til leiðir til þess að bæta líðan þeirra. Það kæmi sér vel ef fólk gæti sent tölvupóst á skolathjonusta@arborg.is ef það hefur áhuga á að taka þátt í fundinum svo hægt sé að áætla fjölda í mat. Það er þó alls ekkert skilyrði fyrir þátttöku.

Foreldrafélag Sunnulækjarskóla
Skólapjónusta Árborgar
Samráð foreldrafélaga í Árborg



netto

Samkaup **úrval**
Samkaup **strax**
KASK - KÁ - KB - KEA - KFFB - KH - KHB - KSK - KP

Þú færð afsláttinn gegn framvísun Félagsmannakortsins



DOCE GUSTO
KAFFIVÉL
VERÐ ÁÐUR 34.995,-
24.497,-



MAGI VAC
VACUUM VÉL
VERÐ ÁÐUR 24.998,-
17.499,-



FRYSTIKISTA
WHIRPOOL 311 LÍTRA
VERÐ ÁÐUR 99.995,-
69.997,-



LG SJÓNVARP
42"
VERÐ ÁÐUR 129.995,-
90.997,-



SAFAPRESSA
PHILIPS 500W
VERÐ ÁÐUR 17.995,-
12.597,-



SÍMI DRÁÐLAUS
PHILIPS DECT
VERÐ ÁÐUR 5.995,-
4.197,-

TILBOÐ TIL
FÉLAGSMANNA!
30%
AFSLÁTTUR AF ÖLLUM
RAFTÆKJUM



STRAUJÁRN
RUSSEL HOBBS
VERÐ ÁÐUR 10.995,-
7.697,-



KEYLUJÁRN
REMINGTON
VERÐ ÁÐUR 7.495,-
5.247,-



RAKVÉL
REMINGTON
VERÐ ÁÐUR 10.995,-
7.697,-



BARTSKERI
REMINGTON
VERÐ ÁÐUR 7.995,-
5.597,-



SLÉTTUJÁRN
REMINGTON
VERÐ ÁÐUR 8.995,-
6.297,-

Tilboðin gilda í: Nettó Reykjaneshæ | Nettó Grindavík | Nettó Borgarnesi | Nettó Akureyri | Nettó Egilsstöðum |
Nettó Selfossi | Nettó Höfn | Úrval Blönduósi | Úrval Ólafsfirði | Úrval Dalvík | Úrval Hafnafirði | Úrval Neskaupstað

FÉLAGSMANNATILBOÐ

30% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM RAFTÆKJUM



PANASONIC SJÓNVARP
50"
VERÐ ÁÐUR 189.995,-
132.997,-



BLANDARI
PHILIPS 600W
VERÐ ÁÐUR 14.995,-
10.497,-



ELDHÚSÚTVARP
PHILIPS M/STÖÐVAMINNI
VERÐ ÁÐUR 12.995,-
9.097,-



KAFFIVÉL
PHILIPS 1000W
VERÐ ÁÐUR 6.995,-
4.897,-



GUFUSJÓÐARI
HOME&COOK
VERÐ ÁÐUR 12.495,-
8.747,-



EGGJASJÓÐARI
STYLO EGG
VERÐ ÁÐUR 7.995,-
5.597,-



KAFFIVÉL
RUSSEL HOBBS
VERÐ ÁÐUR 11.995,-
8.397,-



HÁRBLÁSARI
REMINGTON
VERÐ ÁÐUR 5.495,-
3.847,-



EGGJASJÓÐUVÉL
STYLO EGG BOILER
VERÐ ÁÐUR 7.995,-
5.597,-



KÆLISKÁPUR
WHIRPOOL 187 CM
VERÐ ÁÐUR 104.995,-
73.497,-



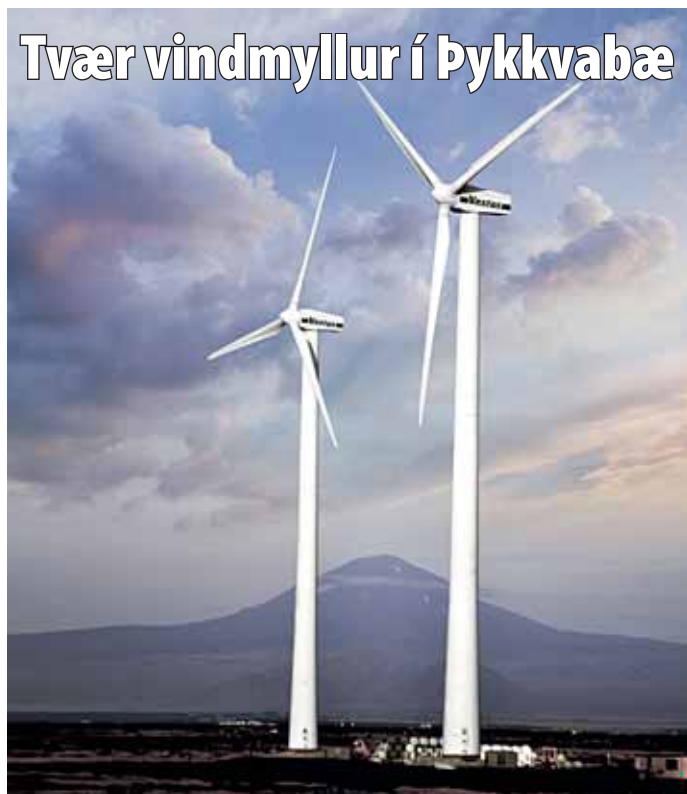
ÞURRKARI
WHIRPOOL - BARKALOUS
VERÐ ÁÐUR 99.995,-
69.997,-



ÞVOTTAVÉL
WHIRPOOL 7 KG
VERÐ ÁÐUR 99.995,-
69.997,-

MIKIÐ ÚRVAL! – Tilboðin gilda 2.-8. okt 2014

Tvær vindmyllur í Þykkvabæ



Orka náttúrunnar selur nú fólki og fyrirtækjum raforku sem framleidd er í tveimur vindmyllum fyrirtækisins Biokraft, sem risnar eru í Þykkvabæ. Framleiðslan á að geta fullnægt raforkubörf um þúsund heimila. Biokraft áformar að reisa fleiri myllur á næstu árum.

Orka náttúrunnar ohf. framleiðir og selur raforku frá jarðvarmavirkjunum á Nesjavöllum og Hellisheiði og vatnsaflstöðinni í Andakíl auk þess að kaupa rafmagn frá fjölda smærri og stærri framleiðenda til endursölu. Þetta er upphaf þess að ON aflar rafmagns beint frá vindmyllum.

Þykkvibærinn afar hentugur

Eigendur Biokraft eru Snorri Sturluson og Steingrímur Erlingsson. Þeir hyggja á frekari orkuframleiðslu. „Við hyggjumst setja upp fleiri vindmyllur og erum að skoða virkjunarkosti. Allt Suðurlandið er undir í okkar áformum, en við vitum að Þykkvabæjarsvæðið er mjög gott og heimamenn jákvæðir, þannig að við byrjum þar.“

Veðurfarslega þykir Þykkvibærinn hentugur fyrir vindmyllur; landið flatt, langt í næstu fjöllum, mikil nálægð við sjó og vindur jafn.

Eigendur Biokraft eru báðir vélstjórar og hafa langa reynslu af raforkuframleiðslu í skipum. „Við kynntumst virkjun vindorkunnar í Danmörku og fannst að fyrst hún gæti gengið þar, þá hlyti hún að ganga hér, þar sem alltaf er rok.“

Reynsla af nýtingu roksins

Páll Erland, framkvæmdastjóri Orku náttúrunnar, segir ánægjulegt skref nú stigið. Þá sé það mikilvægt að þegar samið var um orkukaupin af Biokraft var einnig samið um aðgang Orku náttúrunnar að upplýsingum um verkefnið, byggingar- og rekstrarkostnað og vinnslusögu. „Það er mjög gott að fá þetta tækifæri til að fá að kynnast nýtingu vindsins og það hentar Orku náttúrunnar vel að gera þetta í samstarfi við aðila eins og Biokraft,“ segir Páll.

Myllurnar eru danskar, af tegundinni Vestas. Þær eru festar á 53 metra háa turna. Það þýðir að í hæstu stöðu er hvor mylla líðlega 70 metra há, eða jafnhá Hallgrímskirkju. Samanlagt afl þeirra er 1,2 megavött og áætluð framleiðsla allt að þrjár gígavattstundir á ári. Myllurnar stöðu áður úti í Þýskalandi en voru teknar niður til að rýma fyrir öðrum stærri.



Páll Erland, framkvæmdastjóri ON, ásamt Snorra Sturlusyni og Steingrími Erlingssyni frá Biokraft.

Flóamarkaður Jórúkórsins

Nú styttest í árlegan flóamarkað Jórúkórsins. Að þessu sinni verður hann á nýjum stað Austurvegi 33-35, við hliðina á Hársnyrtistofu Østerby og Galleri Ozone. Föstudaginn 10. okt. er opið frá kl. 13-18 og laugardaginn 11. okt. kl. 10 - 16.

Flóamarkaður Jóranna hefur notið mikilla vinsælda undanfarin ár, þar bjóða þær til sölu marga eigulega muni sem leita

að nýjum eigendum, svo sem fatnað, leikföng, skart og skraut, bækur, blöð, diska, plötur, húsgögn, raftæki og allskonar dót, að ógleymdu ljúfmeti og heimabökuðum kökum. Allt á mjög hóflegu verði. Kaffi og nýbakaðar vöflur með rjóma verða til sölu á staðnum.

Flóamarkaðurinn er aðal fjáröflun kórsins og vonum við að sem flestir noti þetta tækifæri

til að gera góð kaup á skemmtilegum markaði, sem er orðinn fastur liður í bæjarlífinu.



Haustverkin í Grunnskólanum á Helli

Einn af föstum liðum í Skólafélagi Grunnskólans á Helli eru haustferðir nemenda þar sem nemendur og kennarar leggja land undir fót og heimsækja áhugaverða staði. Þetta haustið voru það elstu nemendurnir sem riðu á vaðið og fóru í óbyggðaferð. Gist var eina nótt í Landmannahelli og farið í gönguferðir um næsta nágrenni. Næst voru það nemendur á yngsta stigi skólans sem fóru í ferðalag. Farið var í fjöruna á Stokkseyri þar sem krakkarnir skoðuðu dýralíf fjörunnar og sáu margt forvitnilegt. Þaðan var farið í veiðisafnið hans Páls Reynis-

sonar sem tók vel á móti hópnum og sýndi krökkunum mörg framandi dýr. Það voru svo nemendur miðstigs sem ráku lestina í haustferðalögum grunnskólans og fóru í ferð á Þingvelli. Þar tók Einar Á. E. Sæmundsen á móti hópnum og var með skemmtilega fræðslu um staðinn. Frá Þingvöllum lá leið hópsins að Úlfjótssvatni þar sem krakkarnir léku sér í skemmtilegum leiktækjum á svæði skátanna. Í öllum ferðunum léku veðurguðirnir við ferðalangana og hjálpuðu þannig til við að fullkomna ferðirnar.

Þann 16. september var í fyrsta skipti haldið upp á „dag

íslenskrar náttúru“ í Grunnskólanum á Helli. Nemendur yngsta stigs fluttu endurvinnslu- lag grænfaða-skólans og færðu elstu bekkjunum veggspjöld með texta endurvinnslulagsins til að þeir myndu nú læra hann jafn vel og þau. Nemendur í 6. bekk kynntu fyrir gestum og gangandi vistheimtarverkefni sem þau eru að vinna að ásamt Landvernd og Landgræðslu ríkisins á söndunum vestan megin við Gunnarsholtveg. Í tilefni dags íslenskrar náttúru gróðursettu starfsmenn skólans u.þ.b. 160 birkiplöntur í Melaskógi í lok kennsludags.



Skipulagsmál vegna minkabús að Ásum

Gunnar Örn Marteinsson sendi Dagskránni eftirfarandi línur er tengjast afgreiðslu sveitarstjórnar Skeiða- og Gnúpverjahrepps á skipulagsmálum er varða minkabú að Ásum:

Á fundi sveitarstjórnar Skeiða- og Gnúpverjahrepps þann 16. september sl. var til afgreiðslu mál sem talsvert hefur verið tekist á um í sveitarstjórn en það er hvort leyfa eigi ábúendum jarðarinnar Ása að reisa minkabú nærri landamörkum nágrennajarða

þar sem eigendur voru ósáttir við að búið yrði reist á viðkomandi stað. Niðurstaða málsins er eftirfarandi, en lesa má nánar um afgreiðslu málsins á heimasíðu sveitarfélagsins www.skeidgnup.is.

Skipulagsmál vegna minkabús að Ásum. Framhald frá 4. fundi.

„Lögd var fram tillaga að skipulagi að minkabúi að Ásum á Steinkerstúni. Skipulagsgögn lögd fyrir að nýju frá framkvæmdaðila Steinkers ehf. Auk

minnisblaðs frá Rúnari Friðgeirssyni tækni- fræðingi hjá Verkfræðistofunni Eflu, ásamt tölvupósti frá Helga Kjartanssyni byggingafræðingnum.

Gengið var til atkvæða um tillöguna. Tillagan var felld með þremur atkvæðum. Eftirtaldir sveitarstjórnarfulltrúar höfðu framkominni tillögu vegna deiliskipulags Steinkerstúns athafnasvæðis: Meike Erika Witt, Gunnar Marteinsson og Halla Sigríður Bjarnadóttir.“

Rauðir dagar

6.-10. október



Það eru Rauðir dagar hjá Íslandsbanka alla næstu viku þar sem við leggjum sérstaka áherslu á að kynna nýjungar í þjónustu sem létta þér lífið.

Þú gætir unnið iPhone 6

Komdu í kaffi til okkar á Austurvegin 1 í vikunni og lærðu að nýta þér Íslandsbanka Appið. Allir sem nota Appið í október fara í pott og geta unnið iPhone 6.

Kynntu þér dagskrá og viðburði Rauðra daga á islandsbanki.is

Þriðjudagur 7. október

Komdu og fáðu að vita meira um Netbankann og hraðbankann.

Miðvikudagur 8. október

Kynning á húsnæðislánum og aukaláni til kaupa á fyrstu eign.



Íþróttir



FIMLEIKAR - FÓTBOLTI - FRJÁLSAR - HANDBOLTI - JÚDÓ - MÓTOKROSS - SUND - TAEKWONDO



Luka Jagacic leikmaður ársins og markakóngur, Haukur Ingi Guðnason framfarir og ástundun, Guðmundur Brynja Óladóttir leikmaður ársins og markadrottning, Krístrún Rut Antonsdóttir, framfarir og ástundun, Erna Guðjónsdóttir efnilegust og Þorsteinn Daniel Þorsteinsson efnilegastur.

Myndir: UMF Selfoss/Inga Heiða Heimisdóttir og Helena Kristinsdóttir.

Lokahóf knattspyrnudeildar

Lokahóf knattspyrnumanna fór fram á laugardag þar sem veittar voru viðurkenningar fyrir góðan árangur, framfarir og ástundun í sumar.

Meistaraflokkir voru einnig veittar viðurkenningar eins og sjá má af myndunum sem fylgja fréttinni. Allar upplýsingar um verðlaunahafa eru á heimasíðu UMF. Selfoss, www.umfs.is.



Katrín Ýr Friðgeirsdóttir og Einar Ottó Antonsson hlutu Guðjónsbikarinn.



2. fl. kvk.



3. fl. kvk.



2. fl. kk.



3. fl. kk.



6. fl. kvk.



6. fl. kk.



5. fl. kvk.



5. fl. kk.



4. fl. kvk.



4. fl. kk.

Eftirfarandi leikmenn yngri flokka hlutu verðlaun.

Verðlaunahafar í 2. fl. karla
Leikmaður ársins: Birkir Pétursson
Markakóngur: Ísak Eldjárn Tómasson
Framför og ástundun: Frey Sigurjónsson og Richard Sæþór Sigurðsson

Verðlaunahafar í 3. fl. karla
Leikmaður ársins á eldri ári: Guðmundur Sveinsson
Leikmaður ársins á yngri ári: Páll Dagur Bergsson
Mestu framfarir: Alfredo Ivan Arguello
Besta ástundun: Þorkell Ingi Sigurðsson

Verðlaunahafar í 4. fl. karla
Leikmaður ársins á eldri ári: Jón Þór Sveinsson
Leikmaður ársins á yngri ári: Brynjólfur Þór Eyþórsson
Mestu framfarir: Valdimar Jóhannsson
Besta ástundun: Benedikt Fadel

Verðlaunahafar í 5. fl. karla
Leikmaður ársins á eldri ári: Sigurður Óli Guðjónsson
Leikmaður ársins á yngri ári: Guðmundur Tyrtingsson
Mestu framfarir: Matthías Veigar Ólafsson
Besta ástundun: Natán Þór Jónsson

Verðlaunahafar í 6. fl. karla
Leikmaður ársins á eldri ári: Þorsteinn Aron Antonsson
Leikmaður ársins á yngri ári: Alexander Clive Vokes
Mestu framfarir: Elías Karl Heiðarsson
Besta ástundun: Hans Jörgen Ólafsson

Verðlaunahafar í 2. fl. kvenna
Leikmaður ársins: Sunneva Hrönn Sigurvinisdóttir
Markadrottning: Katrín Rúnarsdóttir
Framför og ástundun: Harpa Hlíf Guðjónsdóttir

Verðlaunahafar í 3. fl. kvenna
Leikmaður ársins á eldri ári: Eydis Arna Birgisdóttir
Leikmaður ársins á yngri ári: Eyryn Gautadóttir
Mestu framfarir: Kolbrún Ýr Karlsdóttir
Besta ástundun: Ólöf Eir Jónsdóttir

Verðlaunahafar í 4. fl. kvenna
Leikmaður ársins á eldri ári: Unnur Dóra Bergsdóttir
Leikmaður ársins á yngri ári: Barbára Sól Gísladóttir
Mestu framfarir: Elva Rún Óskarsdóttir
Besta ástundun: Brynhildur Ágústsdóttir

Verðlaunahafar í 5. fl. kvenna
Leikmaður ársins á eldri ári: Brynhildur Sif Víktorsdóttir
Leikmaður ársins á yngri ári: Anna María Bergþórsdóttir
Mestu framfarir: Nadia Rós Axelsdóttir
Besta ástundun: Íris Embla Gissuraróttir

Verðlaunahafar í 6. fl. kvenna
Leikmaður ársins á eldri ári: Thelma Lind Sigurðardóttir
Leikmaður ársins á yngri ári: Embla Dis Gunnarsdóttir
Mestu framfarir: Alexía Björk Þórisdóttir
Besta ástundun: Brynja Líf Jónsdóttir

Tap gegn Víkingum

Selfyssingar þurftu að játa sig sigraða á móti Víkingum í 1. deildinni í handbolta sl. föstudag. Selfyssingar byrjuðu vel og voru yfir allan fyrri hálfleikinn en staðan var 11-9 fyrir Selfoss í leikhli. Heimamenn komust í 13-10 fljótlega í seinni hálfleik en þá tók við góður kaffi Víkinga og var eins og allur vindur væri úr Selfyssingum sem voru allt of fljótir að gefast upp við að lenda undir. Lokatölur 20-24.

Sverrir var markahæstur með fjögur mörk ásamt Andra Má sem skoraði þrjú úr vítum. Matthías, Jóhann og Egíðijus skoruðu þrjú, Hörður tvö og Daniel Arnar skoraði eitt mark. Sebastian átti góða spretti í markinu, var með 16 varða bolta eða 40% markvörslu, þar af fimm varin víti.



Reynsluboltinn Sebastian í marki Selfyssinga

Mynd: Sport.is/Svefur Geir

Næsti leikur liðsins er á útivelli á morgun, föstudaginn 3. október klukkan 20:00, á móti Gróttu í Hertz höllinni á Seltjarnarnesi.

Selfyssingar í basli með Hafnfirðinga

Selfoss gerði jafntefli við FH 19-19 í fyrsta heimaleik vetrarins í Ólisdeildinni í handbolta í seinustu viku.

Eftir fljögandi start þar sem Selfoss komst í 7-1 voru stelpurnar yfir í hálfleik 12-8. FH skoraði fimm mörk í röð í upphafi síðari hálfleiks og eftir það var jafnt á flestum tölum. Skömmu fyrir leikslok voru Selfyssingar tveimur mörkum undir en skoruðu seinustu

mörk leiksins og jöfnuðu 19-19. Hrafnhildur Hanna Þrastardóttir jafnaði úr vítakasti 10 sekúndum fyrir leikslok.

Hanna og Carmen voru markahæstar Selfyssinga með 6 mörk. Krístrún skoraði 4, Kara Rún Árnadóttir 2 og Dagmar Öder 1 mark.

Um helgina tapaði Selfoss fyrir Haukum á útivelli í Ólisdeild kvenna. Eftir harða

baráttu endaði leikurinn 25-19 en staðan í hálfleik var 14-11 fyrir heimakonur.

Krístún, Auður og Perla Ruth skoruðu allar 4 mörk fyrir Selfoss, Hrafnhildur Hanna og Heiða Björk skoruðu 2 mörk og þær Elena, Margrét Katrín og Kara Rún skoruðu allar 1 mark.

Næsti leikur er á heimavelli gegn Fylki laugardaginn 4. september og hefst kl. 14:00.



F.v. Rikharð Atli, Konráð Oddgeir, Eysteinn Máni, Nadía Björt og Alma Rún voru á æfingu fyrir EM í Baulu á sunnudag. Á myndina vantar landsliðsfulltrúana Aron, Evu, Hugrúnu Hlín og Rakel Nathalie. Mynd: UMF Selfoss/Olga Bjarnadóttir

Selfyssingar í eldlínunni á Evrópumótinu í hópímleikum 13.-18. október

Evrópumótið er stærsti viðburður í fimleikum sem haldinn hefur verið hér á landi en mótið verður haldið í frjáls-íþróttahöllinni í Laugardalnum í Reykjavík.

Á mótinu keppa níu Selfyssingar í þremur mismunandi landsliðum. Þau hafa undanfarna mánuði æft stíft með landsliðum Íslands í hópímleikum. Nú er komið að lokaspertinum og álagið og spennan eykst með hverjum deginum. Síðustu tvær vikurnar munu liðin æfa og hittast nær daglega til að finna stökkin og dansinn fyrir mótið.

Þær Eva Grímsdóttir og Rakel Nathalie Kristinsdóttir keppa í fullorðinsflokki kvenna. Aron Bragason og Hugrún Hlín Gunnarsdóttir keppa í blönduðu liði fullorðinna. Alma Rún Baldursdóttir, Eysteinn Máni Oddsson, Konráð Oddgeir Jóhannsson, Nadía Björt Haf-

steinsdóttir og Rikharð Atli Oddsson keppa öll í blönduðu liði unglunga. Annar þjálfari blandaðs liðs unglunga er Selfyssingurinn Tanja Birgisdóttir og er mjög dýrmætt fyrir okkur að eiga hana sem fulltrúa þar.

Laugardaginn 4. október kl. 16 verður keyrslumót íslensku liðanna hjá Stjórnunni í Garðabæ. Þá munu dómamar dæma liðin og gefa þeim punkta fyrir lokaspertinn.

Full ástæða er til að hvetja fólk að tryggja sér sæti á þessari einstöku keppni þar sem tækifæri gefst til að horfa á sterkasta fimleikafólk Evrópu etja kappi. Stuðningur ykkar hefur allt að segja og eftir þrotlausar æfingar síðustu mánuði munu krakkarnir kunna vel að meta góðan stuðning úr stúkunni.

Nánari upplýsingar um mótið eru á heimasíðu UMF Selfoss www.umfs.is.

Glæsileg þjálfara-ráðstefna

Þjálfararáðstefna Árborgar var haldin í Sunnulækjarskóla á Selfossi um seinustu helgi og var þema ráðstefnunnar gleði, styrkur og afrek. Fjöldi þjálfara frá UMF Selfoss sótti ráðstefnuna ásamt þjálfurum frá öðrum félögum í Árborg. Ráðstefnugestir voru ánægðir með bæði fræðandi, fjölbreytta og skemmtilega fyrirlestra.

Ráðstefnan var haldin að frumkvæði Sveitarfélagsins Árborgar sem á heiður skilin fyrir að standa, með þessum hætti, vel að fræðslu og endurmenntun þjálfara í sveitarfélaginu.

Ráðgert er að halda þjálfararáðstefnu Árborgar í þriðja sinn að ári.

ECCO DAGAR Í SPORTBÆ!

20% afsláttur

DAGANA 2. - 4. OKTÓBER



SÉRFRÆÐINGUR FRÁ ECCO
VERÐUR Á STAÐNUM
FÖSTUDAG OG LAUGARDAG

SPORTBÆR
SKÓBÚÐ SELFÖSS
Sími 482 1600

**Ljósritun
og
gormun**

prentmet
Suðurlands
HRADÞJONUSTA
Eyravegi 25, Selfossi - Sími 482 1944
selfoss@prentmet.is

Kórskóli

(5.-10. bekkur)

Grunnskólanum í Hveragerði
Þriðjudaga kl. 16-17 (hefst 7. okt)

Sunnulækjarskóla Selfossi
Fimmtudaga kl. 16-17 (hefst 9. okt)

Flúðaskóla
Fimmtudaga kl. 18-19 (hefst 9. okt)

Kórskóli Tónsmiðjunnar er 9 vikna námskeið sem endar á tónleikum með hljómsveit. Stjórnendur eru: Dagný Halla Björnsdóttir (Hveragerði & Selfossi) Stefán Þorleifsson (Flúðir) Verð kr. 8.400.-

Tónsmiðja Suðurlands er einkarekinn tónlistarskóli, viðurkenndur af menntamálaráðuneytinu. Tónsmiðjan er með samstarfssamning við: Árborg, Ásahrepp, Flóahrepp, Hrunamannahrepp, Hveragerðisbæ, Rangárþing Eystra & Skeiða- og Gnúpverjahrepp. Tónsmiðjan býður upp á hefðbundið tónlistarnám auk ýmissa námskeiða.

TÓNSMIÐJA SUÐURLANDS



Nánari upplýsingar og skráning á: www.tonsmidjan.net

Tónagull

(vannsóknargrunnað tónlistaruppeldi)

6-12 mánaða
Mánudaga kl. 12-12:45

13-24 mánaða
Mánudaga kl. 13-13:45

2ja ára og eldri
Mánudaga kl. 16:30-17:15
Hefst 13. okt

Tónagull er sex vikna námskeið fyrir yngstu kynslóðina. Verð: kr. 16.500.- (bók og geisladiskur innifalinn) Kennari: Kolbrún Hulda Tryggvadóttir

Nýir æfingatímar í knattspyrnu

Vetrarstarf knattspyrnudeildar hefst á nýjum æfingatímum mánudaginn 6. október. Upplýsingar um æfingatíma má finna á heimasíðu UMF Selfoss www.umfs.is og á Fésbókarsíðu flokkanna.

Allar skráningar á knattspyrnuæfingar fara fram í gegnum skráningar- og greiðslukerfið Nóra sem finna má á heimasíðu UMF Selfoss.



OPÍÐ TIL
KL. 22.00
Í KVÖLD

ENN MEIRA AF
NÝJUM VÖRUM

galleri OZONE
AUSTURVEGI 35
SELFÖSS



Söngsveitin Tvennir tímar er kór eldri borgara í uppsveitum Árnessýslu. Nú er kórinn að hefja vetrarstarf sitt og býður alla söngelska uppsveitaborgara til að ganga í lið með sér. Efnisskráin er sem fyrr við allra hæfi, íslensk sem erlend lög bæði ný og gömul. Sem fyrr er stefnt að viðburðaríku vetrarstarfi með tónleikahaldi og ferðalögum. Æfingar eru í Félagsheimilinu á Flúðum á fimmtudögum kl. 13:00-14:20. Fyrsta æfing vetrarins er miðvikudaginn 8. október nk. Stjórnandi er Stefán Þorleifsson.



Richard Booth, konungur bókabæjarins í Hay-on Wye í Wales, flutti ávarp á stofnfundinum.

Bókabæirnir austanfjalls orðnir að veruleika

Stofnfundur bókabæjanna austanfjalls var haldinn í Fjölbrotaskóla Suðurlands á Selfossi sl. laugardag. Forseti Íslands, hr. Ólafur Ragnar Grímsson, var viðstaddur og

flutti ávarp á fundinum. Einnig flutti Richard Booth ávarp en hann hefur verið kallaður konungur bókabæjanna.

Hann stofnaði ásamt félögum sínum bókabæinn Hay-on-Wye í Wales árið 1970. Sjö árum síðar lýsti Richard yfir sjálfstæði Hay-on-Wye og skipaði sjálfan sig sem konung yfir bókabænum.

Með verkefninu Bókabæirnir austanfjalls er myndaður klasi samstarfsaðila sem tengjast bókum, menningu og ferðapjónustu á svæðinu. Bókabæirnir eru hluti af alþjóðlegu samstarfi bókabæja sem starfa í fjórtán löndum í þremur heimsálfum. Bókabæirnir austanfjalls eru Hveragerði, Þorlákshöfn, Eyrarbakki, Stokks-eyri og Selfoss.

Bókabæjunum er ætlað að tengjast menningartengdri ferðapjónustu þar sem m.a. er ætlunin að merkja út staði og leiðir sem hafa bókmenntalegar tengingar, svo sem fótspor sögupersóna og skálda. Einnig bókmenntalegu starfi í heimabyggð ásamt verslun og viðskiptum er tengist bókum.

Ýmsar hugmyndir voru kynntar á stofnfundinum svo sem að kaupa og selja notaðar og nýjar bækur, taka þátt í eða útbúa viðburði, leita upplýsinga um verk sem hafa verið skrifuð í bókabæjunum, fara í ratleiki um bókabæina, efna til samkeppni um sögur eða ljóð og margt fleira.

-ög

ART teymið á Suðurlandi á málþingi í Danmörku

ART teyminu á Suðurlandi var boðin þátttaka í alþjóðlegu málþingi, PREPSEC International (Prepare for Evidence based Practice in Social Emotional Competence), í gagnreyndum (rannsókuðum með góðum árangri) þjálfunaraðferðum í félags- og tilfinningafærni. Málþingið var haldið í Danmörku dagana 23.-27. ágúst sl.

ART (Agression Replacement Training) er vel afmörkuð og árangursrík aðferð til að draga úr erfiðri hegðun og/eða tilfinningavanda hjá börnum og ungmennum og getur auðveldað þeim að eiga betri samskipti og læra að þekkja sínar eigin tilfinningar. ART þjálfun hefur verið notuð með góðum árangri til að hjálpa börnum og ungmennum í vanda og foreldrum þeirra, auk þess sem þjálfunin er notuð víða um land sem forvörn fyrir börn og ungmenntu í leik-, grunn- og framhaldsskóla á Íslandi.

Ráðstefnan hófst á félagafundi PREPSEC. Í dag eru fimm íslenskir félagar í PREPSEC International en félagar eru alls 89. Á fundinum voru kynnt markmið og starfsreglur PREPSEC, en meginmarkmið samtakanna er að vinna að gæðainnleiðingu ART þjálfunar og skyldra aðferða í nýjum löndum. Samtökunum er ætlað að hjálpa til við þróun þjálfunar í aðildarlöndum og nýjum löndum og býður nettengsl milli þjóða.

Rætt var um sívaxandi kröfur um að notaðar séu gagnreynðar

aðferðir við meðferð og þjálfun barna og ungmenna í vanda og fjölskyldna þeirra. Því er mikilvægt að stofna til stórra og alþjóðlegra rannsókna á árangri ART og skyldra aðferða. Rætt var um samstarf milli þjóða varðandi rannsóknir og miðlun upplýsinga.

Á málþinginu deildu sjö þjóðir reynslu sinni, nýjungum og rannsóknum varðandi ART þjálfun og skyldar aðferðir:

Framlag Finnlands var lýsing á ART þjálfun í Finnlandi og sýnikennsla í sjálfsstjórnunartíma.

Framlag Svíþjóðar var yfirlýsing um félags- og tilfinningafærni á meðferðarheimili fyrir börn og nýting tækni í síðferðisþjálfun barna og unglinga. Einnig kynntu Svíar greinar Bengts Daleflod sálfræðings og atferlisfræðings um yfirlýsingu og viðhald árangurs (Generalization and maintenance of gain) sem hlýst af ART þjálfun og



Málstofugestir glíma við verkefni frá íslensku aðalnámskránni. Á myndinni má sjá fulltrúa Kanada, USA og Stuðla.



Fulltrúar sjö landa PREPSEC International á málþinginu í Danmörku.

Asbjorg Berget sérkennsluráðgjafa um hvernig nota má starfræna greiningu (Functional Analysis) til að velja félagsfærniþætti í ART.

Framlag Noregs var kynning á AART, en það er hefðbundin ART þjálfun án klípusagna, en með viðbótum er varða félagslegt læsi (Social Perception Training). Kynnt var endurbætt útgáfa af bók Goldstein, Glick og Gibbs, en í henni er lögð áhersla á félagslegt læsi, síðferðisþjálfun, félagsfærni og sjálfsstjórn.

Framlag Danmerkur var erindi um aðlögun ART þjálfunar að þörfum barna og unglinga í skólum og meðferðarheimilum í Danmörku. Einnig var kynnt þjálfun í félagslegu læsi og tilraunaverkefni um innleiðingu ART í þremur grunnskólum í Tåstrup.

Framlag ART teymisins á Suðurlandi var kynning og vinnustofa í tengingu ART þjálfunar við íslenska aðalnámskrá leik-, grunn- og framhaldsskóla. Einnig var kynning frá Stuðlum á því hvernig þeir nota ART með unglingum á lokuðu meðferðarheimili.

Framlag Bandaríkjanna var kynning á hvernig ART þjálfun er notuð í unglingafangelsum í Washington fylki, rannsóknum og árangri ART þjálfunar. Washington fylki hefur gert viðamiklar rannsóknir á ART þjálfun og eiga stærsta gagnabanka um rannsóknarniðurstöður ART í heiminum. Í erindi þeirra kom m.a. fram að sparnaður við ART þjálfun ungra afbrotamanna er 11 dollarar á móti hverjum 1 í kostnað.

Framlag Kanada var kynning á Problem Solving (lausn vandamála) sem byggt er á sömu aðferðum og ART þjálfun, kynning á Family TIES sem er fjölskyldu-ART þjálfun svipuð þeirri sem beitt er á Suðurlandi. Einnig voru kynntar niðurstöður úr rannsókn á streitu og meðferð við streitu (Spin Your Stress).

Stjórnvöld á Íslandi gera, eins og nágrannarþjóðir okkar, kröfur á að notaðar séu gagnreynðar aðferðir við þjálfun/meðferð barna og ungmenna í vanda. ART þjálfun á Íslandi hefur þegar sannað gildi sitt sem áhrifarík þjálfun/meðferð og munu frekari rannsóknir á árangri þess sýna enn betur fram á gildi þjálfunarinnar/meðferðarinnar.

ART teymið á Suðurlandi hlakkar til samstarfs við aðrar þjóðir á sviði rannsókna og áframhaldandi þróunar.

Landsþing LH á Selfossi og haldið upp á 85 ára afmæli Sleipnis

Helgina 17.-18. október Hnæstkomandi verður landsþing Landsambands hestamannafélaga haldið á Hótel Selfossi. Þessi þing eru nú haldin annað hvert ár.

LH er eins og nafnið segir til um samstarfsvettvangur hestamanna stofnað 18. desember 1949. Í dag er Haraldur Þórarinnsson Laugardælum formaður LH.

Gestgjafi þingsins er Hestamannafélagið Sleipnir sem stofnað var 9. júní 1929 í samkomuhúsinu að Skeggjastöðum Hraungerðishreppi og var þá starfssvæðið Árnessýsla. Eins og alþjóð veit eru þessi samtök gríðarlega öflug og mikill fjöldi fólks sem stundar hestamennsku sem íþrótt og atvinnumensku.

Það er gestgjafanum metnaðarmál að þingið takist vel í alla staði. Meðal annars verður haldið upp á 85 ára afmæli Sleipnis í lokahófi þingsins á laugardagskvöldinu. Þar hefur verið undirbúin mikil veisla sem félagsmönnum gefst kostur á að taka þátt í. Veislustjóri verður Páll Stefáns-son dýralæknir á Stuðlum. Þá koma fram skemmtikraftar úr héraði eins og Sigga og Grétar Sólvangi og Ólfusingurinn Sólmundur Hólm. Hljómsveit hótelsins mun halda uppi miklu

fjöri eftir að skipulagðri dagskrá lýkur. Kostnaði öllum er mjög stíllt í hóf. Miðasala verður í Baldvin og Þorvaldi 9. og 10. október.

Fréttatilkynning frá FEBH

AFINN í Selfossbíói föstudaginn 3. október. Rúta frá Þorláksetri kl. 19:30. Þátttökulisti.

Flensubólusetning í Þorláksetri, fimmtudaginn 9. okt. kl. 11:00.

Fimmtudagsspjall í október kl. 10:00.

2. okt. Guðbrandur Bogason formaður öðukennarafélags Ísl.

9. okt. Jóna Valgerður formaður landssambands eldri borgara.

16. okt. Ingunn Gunnarsdóttir frá Tryggingastofnun.

23. okt. Hlíf Arndal fjallar um Bókabæina austanfjalls.

30. okt. Svanur Jóhannesson kynnir nýja bók sína, Prentsmiðjueintök.

Kvikmyndasýning mánudaginn 6. okt. kl. 20:00.

KEEP
CALM
AND
GO
SHOPPING

ÚTSÖLU OG FLÓAMARKAÐUR Í TRYGGVASKÁLA
föstud. 3. okt kl. 11-18 og laugard. 4. okt kl. 11-17
Fatnaður, gjafavara, barnadót og miklu fleira.

Verið velkomin og gerið góð kaup - notað og nýtt.

Motivo

Hönnun, tíska og gjafavara

Ritsmiðja fyrir ungt fólk

Í október efndir Bókasafnið í Hveragerði til ritsmiðju fyrir ungt fólk, með styrk frá Menningarráði Suðurlands. Ritsmiðjan er liður í og fellur inn í þema Bókabæjanna austanfjalls. Leiðbeinandi í ritsmiðjunni verður Guðrún Eva Mínervudóttir.

Ritsmiðjan er hugsuð sem hvatning fyrir ungt fólk til að tjá sig á rituðu máli. Þátttakendum verður leiðbeint við að móta eigin hugmyndir og koma þeim frá sér, skrifa góðan og áhugaverðan texta á íslensku hvort sem er í formi smásögu, örsögu eða ljóðs.

Miðað er við að 15-25 ára

þátttakendur gangi fyrir, en öðrum er heimilt að sækja um og fer þá eftir aðsókn hvort þeir komast að. Gert er ráð fyrir að lágmarki 5 og hámarki 15 þátttakendum.

Ritsmiðjan verður fyrstu þrjá laugardagana í október, 2 klst. (3 kennslustundir) í senn og er námskeiðsgjald 5000 krónur. Afrakstur ritsmiðjunnar verður annars vegar kynntur með birtingu á vef og hins vegar með viðburði þar sem skrifin verða flutt á einn eða annan hátt.

Nánari upplýsingar fást á Bókasafninu í Hveragerði þar sem skráning fer fram til 1. október.

Veggspjaldasýning á starfsstöðvum Heilsugæslunnar

Þann 1. september sl. voru 10 ár liðin frá stofnun Heilbrigðisstofnunar Suðurlands sem varð til með sameiningu átta heilsugæslustöðva og eins sjúkrahúss á Suðurlandi.

Allan septembermánuð hefur veggspjaldasýning verið í gangi á öllum starfsstöðvum stofnunarinnar til kynningar fyrir gesti og gangandi á fjölbreyttri starfsemi HSu. Sýningin hófst á Kirkjubæjarklaustri og í Vík og færðist svo stöð af stöð í september og lýkur á Selfossi í þessari viku. Þann 30. september sl. var opið hús á

Heilbrigðisstofnun Suðurlands á Selfossi þar sem almenningi var boðið að skoða veggspjaldasýninguna og kynna fjölbreyttri starfsemi þessarar lífæðar Sunnlendinga.

Heilbrigðisstofnun Suðurlands heldur áfram að eflast og dafna í þágu skjólstaðinga sinna. Þann 1. október var nýtt samstarfsfólk boðið velkomið við sameiningu stofnunarinnar við Heilbrigðisstofnun Suðurlands á Höfn og Heilbrigðisstofnunina í Vestmannaeyjum. Með sameiningunni hefst nýr kafli í sögu stofnunarinnar.



Afmæli
Skarphéðinn Sveinsson,
húsasmiðameistari 80 ára

Af því tilefni langar okkur að taka á móti ættingjum, vinum og samstarfsfélögum í kaffi og meðlæti sunnudaginn 5. október milli kl. 2 og 5 í sal Oddfellow, Vallholti 19, Selfossi (fyrir ofan Vínbúðina). Hlökkum til að sjá ykkur.

Skarphéðinn og Íris

CLINIQUE

dagar í Lyfju Selfossi 2. - 8. október

Ef keyptar eru vörur frá Clinique fyrir 6.900 kr. eða meira er þetta kaupaukinn þinn*

Kaupaukinn inniheldur:

- Liquid Facial Soap Mild 30 ml
- Moisture Surge Intense 7 ml
- All About Eyes Serum 5 ml
- High Impact Mascara 3,5 ml
- High Impact Lip Colour 3,6 g

*meðan birgðir endast



NÝTT Smart serum

Skilur ástand húðarinnar.

Getur sjáanlega breytt öjöfnum húðlit, línur og hrukkum eða stinnleika húðarinnar.

20% afsláttur

2. - 6. október

CLINIQUE

Ofnæmisprófað. 100% ílmefnalaust.

Ráðgjafi frá Clinique verður í Lyfju Selfossi föstudaginn 3. október.



- Lífið heil

Menningarmánuðurinn október 2014

Fjölbreyttir menningarviðburðir í Sveitarfélaginu Árborg allan mánuðinn

16. okt. - „Selfossbíó“ – Hótel Selfoss kl. 20:00

18. okt. - „Rauða Húsið á Eyrarbakka“ – Rauða Húsið kl. 20:00

26. okt. - „Saga Umf. Stokkseyrar“ íþróttahús Stokkseyrar kl. 15:00

30. okt. - „Tónleikar ungmennahúss“ Pakkhúsið kl. 20:00

31. okt. - „Bífreiddastöð Selfoss – Fossnesti og Inghóll“ Hvíta Húsið kl. 20:00

Nánar um dagskrána á
www.arborg.is



DALADAGUR

11. október í Básnum, Ölfusi

Efirfarandi námskeið í boði:
Sving, sænskt bugg, línudans, byrjenda og framh.námskeið

Kennt verður í tveimur söllum svo allir ættu að geta sótt 3 námskeið yfir daginn

12.30	Tékk inn
13.00 – 16.00	Námskeið
16.00	Kaffihlé
17.00	Námskeið
18.30	Matarhlé
21.00	Dansleikur

Verð 3000,- fyrir námskeiðin og dansleik
 SKRÁNING HJÁ:
 Bjarna 863 3086 – Eypóri 821 1286 – Sólrúnu 896 8836

Básinn Veitingar
Ingólfsskáli Viking Restaurant



Jóga er ákveðinn lífsstíll

Jógastöðin á Selfossi hóf sitt ellefta starfsár í haust. Margir hafa verið með frá upphafi enda verður jóga ákveðinn lífsstíll með reglulegri ástundun.

„Það geta allir stundað jóga og enginn er of gamall fyrir jóga. Jógastöðurnar þjálfa allan líkamann, teygja og mýkja vöðva og liðamót, hryggjar-súluna og allt stoðkerfið. Jóga-öndunin endurnærir líkama og er gott tæki til að ná tökum á huganum, þannig endurnærast þú á líkama og sál. Jóga er í raun vísindi sem á uppruna sinn á Indlandi fyrir þúsundum ára. Þetta er elsta þjálfunarkerfi sem þróað hefur verið í heiminum og sem enn er notað með góðum árangri,“ sagði Rósa Traustadóttir jógakennari hjá jóga-stöðinni Hugform á Selfossi.

Jóga Nídra djúpslökun og nýr diskur

Hjá Jógastöðinni er einnig boðið upp á Jóga Nídra djúpslökun sem stundum er nefnt jógiskur svefn, sem er dásamleg leið inn í kyrrð og slökun. Eldgamalt afbrigði jóga

frá gömlu meisturunum. Flestir verða hugfangnir af því að ná svo djúpt inn í slökun jafnvel í fyrsta sinn sem prufað er.

„Nú er kominn út diskur með Jóga Nídra sem ég er afar stolt af. Hann var tekinn upp hjá Tónverki á Selfossi hjá Labba og sá hann um tónlistina á disknum. Hægt er að nálgast diskinn í Jógastöðinni en einnig sendi ég hann út um allt land. Í tilefni af útkomu þessa nýja disks verður boðið upp á frían tíma í Jóga Nídra fimmtudaginn 2. október kl. 17.15. Þar verður einnig hægt að kaupa diskinn og skrá sig á nýtt námskeið í Jóga



Nýi djúpslökunardiskurinn frá Hugform.



Rósa Traustadóttir, jógakennari hjá Jógastöðinni Hugform.

Nídra sem hefst þriðjudaginn 7. október kl. 20:00. Sjá nánar á www.hugform.is.

Almennur ávinningur af jógaaðstundun

„Jógæfingar styrkja stoðkerfi líkamans, sérstaklega bakið og hrygginn og hafa fyrirbyggjandi áhrif á vöðva-bólgu og verki. Jóga jafnar brennslu líkamans, eykur orku, bætir svefn og þér líður almennt betur. Er eftir einhverju að bíða?“, sagði Rósa.

Hreyfing léttir lífið

Hreyfing hefur jákvæð áhrif á líkamsástand, dregur úr virkni sjúkdóma og hefur fyrirbyggjandi áhrif, auk jákvæðra áhrifa á lífsgæði. Margir hafa fengið þær ráðleggingar sér til heilsuþótar að fara nú að hreyfa sig og samþykkja þá hugmynd að hreyfing geri þeim gott en vantar upplýsingar um hvaða hreyfing er heppilegust og hvernig best er að útfæra hana miðað við líkamsástand. Mikíð hefur verið rannsakað gildi og áhrif hreyfingar á heilsu og lífsgæði og unnar hafa verið út frá því alþjóðlegar ráðleggingar varðandi ráðlagða daglega hreyfingu sem er a.m.k. 30 mín. á dag, hreyfing sem samsvarar röskri göngu. Auk þess hefur verið útgefið m.a. af FYSS (Fysisk aktivitet i Sjukdoms-

Alma Anna
Oddsóttir
sjúkrahjálfari HSu



prevention och Sjukdoms-behandling), hvaða form hreyfingar á við mismunandi sjúkdóma þar sem ráðlagt er varðandi tíðni, ákefð og lengd þjálfunar og veitir upplýsingar hvaða áhrif það eru sem hreyfingin hefur á viðkomandi sjúkdómsástand.

Hreyfiseðlar

Í vor hófst vinna á HSu við að innleiða svokallaða hreyfiseðla. Þar starfar nú sjúkrahjálfari við móttöku vegna hreyfiseðla. Hreyfiseðlar eru

gefnir út af heilsugæslulæknum sem hafa metið að hreyfing eigi við sem meðferðarráðgjafi.

Sjúkrahjálfari metur ástand viðkomandi einstaklings, setur upp þjálfunaráætlun og fylgir henni eftir. Veitir stuðning og leiðbeinir varðandi hreyfiúrræði sem eru í boði á svæðinu. Auk þess sinnir hann kynningu og fræðslu varðandi verkefni til starfsfólks HSu og til almennings.

Hreyfiseðilsverkefnið er styrkt af Velferðarráðuneytinu. Móttaka vegna hreyfiseðla er á Selfossi þar sem tekið er á móti einstaklingum sem koma frá þjónustusvæði HSu fyrir utan Höfn og Vestmannaeyjar. Á næstu vikum munu sjúkrahjálfarar þar taka til við að sinna þessari móttöku.

Hveragerðisbær auglýsir eftir tilsjónarmanni

Starfið sem um ræðir felst fyrst og fremst í því að aðstoða foreldri við að sinna forsjár- og uppeldisskyldum sínum svo sem best hentar hag og þörfum barnanna á heimilinu. Í þessu tilviki vantar aðstoð inn á heimilið snemma á morgnana til að sinna hefðbundnum morgunverkum, einnig þarf aðstoð inn á heimilið seinni part dags, samanlagt yrði þetta 3ja klukkustunda vinna á dag. Umsóknarfrestur er til 16. október 2014.

Frekari upplýsingar veitir Jódís Bjarnadóttir félagsráðgjafi hjá Hveragerðisbæ í síma 483 4000 eða á jodis@hveragerdi.is.

Umsækjendur þurfa að vera ábyrgir og jákvæðir.
Hafa áhuga á að vinna með börnum. Reyklausir.
Helst með bílpróf og aðgang að bíl.
Helst búsettir í Hveragerði eða nágrenni.

Betri rakstur með Proraso

Raksápa:

Froða 1500,-
Bolli 1200,-
Krem 1350,-

Rakburstar frá 1300,-

Aftershave
Balsam - Spíri 2800,-

Blóðstoppari 730,-

Østerby Hár

Austurvegi 33-35, Selfossi - Sími 482 1455



Tígrisdýr óskast!

Við opnum nýja Tiger verslun á Selfossi í október!
Við leitum að hressum og duglegum einstaklingum
í fullt starf og hlutastörf.

Starfsmenn Tiger hafa gott auga fyrir útstillingum, eru snyrtilegir til fara og með ríka þjónustulund.

Um 30–100% störf er að ræða. Reynsla af afgreiðslustörfum er æskileg. Viðkomandi þarf að geta byrjað sem fyrst.

Áhugasömum er bent á að senda inn umsókn og ferilskrá á netfangið atvinna@tiger.is merkt „Selfoss“.

TIGER
 Villidýr á verði
 tiger.is · facebook.com/tigericeland



AUGLÝSING UM SKIPULAGSMÁL

Bláskógabyggð, Grímsnes- og Grafningshreppi, Hrunamannahreppi, Skeiða- og Gnúpverjahreppi, Flóahreppi og Ásahreppi

Samkvæmt 2. mgr. 36. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér kynnt niðurstaða sveitarstjórna vegna eftirfarandi óverulegra breytingu á aðalskipulagi:

1. Breyting á Aðalskipulagi Grímsnes- og Grafningshrepps 2008-2020 við Ljósafofsslaug. Íbúðarsvæði í stað svæðis fyrir þjónustustofnanir.
2. Breyting á Aðalskipulagi Grímsnes- og Grafningshrepps 2008-2020 á spildu úr landi Ormsstaða. Íbúðarsvæði í stað svæðis fyrir frístundabyggð.
3. Breyting á Aðalskipulagi Gaulverjabæjarhrepps 2003-2012, Flóahreppi, á spildu úr landi Ragnheiðarstaða. Landbúnaðarsvæði í stað svæðis fyrir frístundabyggð.

Samkvæmt 1. mgr. 30. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér kynntar tillögur að lýsingu eftirfarandi aðalskipulagsverkefna:

4. Breyting á Aðalskipulagi Biskupstungnahrepps 2000-2012, Bláskógabyggð, innan þéttbýlisins Reykholt. Nýr vegur að íbúðarsvæði austan grunnskóla (land Eflingar).
5. Breyting á Aðalskipulagi Biskupstungnahrepps 2000-2012, Bláskógabyggð vegna Reykjavegar. Breyting á legu og efnistökusvæði.
6. Breyting á Aðalskipulagi Biskupstungnahrepps 2000-2012, Bláskógabyggð. Norðurtún, efnistökusvæði í landi Syðri-Reykja við Brúará.

Samkvæmt 2. mgr. 30. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér kynnt tillaga að eftirfarandi breytingu á aðalskipulagi:

7. Breyting á Aðalskipulagi Biskupstungnahrepps 2000-2012 í sameignarlandi Úthlíðar, Stekkholts og Hrauntúns í Bláskógabyggð. Nýtt efnistökusvæði við Höfðaflatir.

Samkvæmt 3. mgr. 40. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 eru hér kynntar lýsingar fyrir eftirfarandi deiliskipulagsverkefni:

8. Deiliskipulag fyrir Geysissvæðið í Haukadal, Bláskógabyggð. Hverasvæði og nánasta umhverfi auk mögulegrar færslu á þjóðvegi.
9. Deiliskipulag fyrir Ragnheiðarstaði 2 Inr. 222006 í Flóahreppi. Nýtt lögbýli

Samkvæmt 1. mgr. 31. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér kynntar eftirfarandi breytingar á aðalskipulagi:

10. Breyting á Aðalskipulagi Laugardalshrepps 2000-2012 í landi Austureyjar 1. Svæði fyrir verslun- og þjónustu í stað íbúðarsvæðis.
11. Breyting á Aðalskipulagi Skeiða- og Gnúpverjahrepps 2004-2016. Stækkun Búrfellsvirkjunar.
12. Breyting á Aðalskipulagi Laugardalshrepps 2000-2012 í landi Lækjarhvamms. Smávirðjun.

Samkvæmt 1. mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 eru hér kynntar tillögur að eftirfarandi deiliskipulagsáætlunum:

13. Deiliskipulag fyrir frístundabyggðina Lambhaga úr landi Ölfusvatns við Þingvallavatn, Grímsnes- og Grafningshreppi.
14. Deiliskipulag 7 íbúðarhúsalóða úr landi Króks í Ásahreppi. Svæði sem kallast Miðmundarholt. Endurauglýsing.
15. Breyting á deiliskipulagi frístundabyggðarinnar Vaðholt úr landi Ormsstaða. Frístundalóðir breytast í lögbýli.
16. Breyting á deiliskipulagi frístundabyggðarinnar Illagil í landi Nesja í Grímsnes- og Grafningshreppi. Skilmálabreyting.
17. Deiliskipulag smávirðjunar í landi Lækjarhvamms í Bláskógabyggð.
18. Breyting á deiliskipulagi Austureyjar I og III í Bláskógabyggð. Lóð fyrir hótél/gistihús í stað íbúðarlóða.

Ofangreindar skipulagstillögur liggja frammi til kynningar á skrifstofu skipulagsfulltrúa, Dalbraut 12, Laugarvatni á skrifstofutíma frá 9-16. Að auki er hægt að nálgast nánari lýsingu á tillögnum og tillögurnar sjálfar á vefslóðinni <http://www.granni.is/uppsveitirogfloahr/auglysingur.htm>.

Skipulagstillögur nr. 4 – 9 eru í kynningu frá 2. til 23. október 2014 en tillögur nr. 10 – 18 frá 2. október til 14. nóvember 2014. Athugasemdir og ábendingar við tillögur nr. 4 – 9 þurfa að berast skipulagsfulltrúa í síðasta lagi 23. október 2014 en 14. nóvember fyrir tillögur nr. 10 – 18. Athugasemdir og ábendingar skulu vera skriflegar.

Pétur Ingi Haraldsson, skipulagsfulltrúi
petur@sudurland.is



Æskulýðssjóður Árborgar

Umsóknarfrestur: 1. nóvember

Ungmennaráð Árborgar minnir á æskulýðssjóð Árborgar sem hægt er að sækja um styrk fyrir verkefni í fyrsta sinn 1. nóvember næstkomandi. Taka skal fram að bæði má sækja um styrk fyrir verkefni sem þegar hafa verið framkvæmd sem og verkefni sem eru framundan.

Verkefnin geta verið af margvíslegum toga, svo sem:

- Menningarviðburðir
- Efniskostnaður við skapandi verkefni
- Leiktæki á opnu svæði
- Sérhæfður útbúnaður sem þjónustar fjölda fólks.

Verkefnin þurfa að uppfylla eftirfarandi skilyrði:

- Styrkurinn er ekki til einkanota – verkefnin þurfa að þjónusta almenning eða hóp ungs fólks á einhvern hátt. Ekki aðeins þeim sem sækja um styrkinn.
- Hámarksaldur umsækjenda er 25 ár eða að meðaldur hóps umsækjenda er lægri en 25 ár.
- Verkefnið má ekki ýta undir eða stuðla að neikvæðri hegðun svo sem drykkju, vímuefnaneyslu, skemmdarverkum o.s.frv.
- Skila þarf inn nótum eða öðrum staðfestingum um að greiðsla hafi farið fram til að styrkur sé greiddur út.
- Að loknu verkefni skal skila inn stuttri skýrslu.

Með umsókn þarf að fylgja eftirfarandi upplýsingar:

- Ítarleg lýsing á verkefni þar sem kemur fram uppbygging þess, tímabil, staðsetning, þátttakendur og áhrif þess á samfélagið hér í Sveitarfélaginu Árborg
- Fjárhagsáætlun
- Ábyrgðarmenn og/eða skipuleggjendur

Umsókn sendist á vefpóstfangið:
ungmennarad@arborg.is

Nánari upplýsingar gefur Gunnar E. Sigurbjörnsson í síma 480 1950 og vefpóst: gunnars@arborg.is

Opið hús hjá Krabbameinsfélagi Árnessýslu

Opið hús hjá Krabbameinsfélagi Árnessýslu að Eyravegi 23 í húsnæði Rauða Krossins þriðjudaginn 7. október kl. 20.00.

Ingunn Stefánsdóttir hjúkrunarfræðingur ræðir um svefn. Allir velkomnir.

Olís deild kvenna

Styðjum stelpurnar til sigurs!

Selfoss - Fylkir

Íþróttahúsi Vallaskóla

Laugardaginn 4. október

klukkan 14:00

Áfram Selfoss!

Alþjóðlegur dagur þroskaþjálfar

Í dag fimmtudaginn 2. október er alþjóðlegur dagur þroskaþjálfar. Í tilefni dagsins viljum við segja frá störfum okkar sem ráðgjafarþroskaþjálfar í félagsþjónustu.

Fagstéttin

Þroskaþjálfar eru fagstétt sérstaklega menntaðir til að starfa með fötluðu fólki á öllum aldri. Hugmyndafræði þroskaþjálfunar byggir meðal annars á jafnrétti, virðingu fyrir sjálfsákvörðunarrétti, sjálfstæðu lífi og mannhelgi, þar sem hver manneskja er einstök og allir eiga rétt til fullrar þátttöku í samfélaginu á eigin forsendum. Með þetta að leiðarljósi hafa þroskaþjálfar tekið þátt í að móta þjónustu og ryðja í burt hindrunum í samfélaginu í því skyni að bæta lífsskilyrði og lífsgæði fatlaðs fólks. Auk þess er réttindabarátta og réttindagæsla fatlaðs fólks stór þáttur í starfi þroskaþjálfar.

Félagsþjónusta

Markmið félagsþjónustunnar er meðal annars að veita félagslega aðstoð af ýmsum toga. Félagsþjónustan veitir einstaklingum og fjölskyldum

ráðgjöf þar sem sérstök áhersla er lögð á málefni barna, ungmenna, fatlaðra og aldraðra. Þar starfar breiður hópur fagfólks og þar á meðal ráðgjafarþroskaþjálfar sem veita fötluðu fólki og fjölskyldum fatlaðra barna upplýsingar, ráðgjöf og þjónustu.

Ráðgjöf til fjölskyldna fatlaðra barna

Meginverkefni ráðgjafarþroskaþjálfar er meðal annars að efla og styðja fjölskyldur fatlaðra barna í hlutverki sínu. Ráðgjöf þroskaþjálfar til foreldra miðast við þarfir fatlað barnsins fyrir umönnun og þjálfun og að gera foreldrum kleift að nýta sértækar ihlutunarleiðir í daglegu lífi. Lögð er áhersla á að ráð og leiðbeiningar falli að aðstæðum fjölskyldunnar og hafi velferð hennar í huga. Ráðgjafi er einnig þátttakandi í þjónustuteymi barnsins og er foreldrunum til stuðnings í teymisstarfi.

Ráðgjöf til einstaklinga með fötlun, 18 ára og eldri, og aðstandenda þeirra

Hlutverk ráðgjafarþroska-

þjálfar er meðal annars að veita stuðning og ráðleggingar er varða m.a. athafnir daglegs lífs, félagsþátttöku, skóla- og/eða atvinnuþátttöku og búsetu. Ráðgjafarþroskaþjálfar meta stuðningsþörf vegna sérhæfðar þjónustu og koma með tillögur um hana þar sem það á við.

Mannréttindi

Í samningi Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks er viðurkennt að hugtakið fötlun þróast og að fötlun verður til í samspili fólks með skerðingar og umhverfisins og viðhorfa sem hindra fulla þátttöku í samfélaginu líkt og aðrir gera.

Þroskaþjálfar leitast við að hafa áhrif á og stuðla að jákvæðum viðhorfum og auka skilning á aðstæðum fatlaðs fólks.

Til hamingju með daginn þroskaþjálfar og í tilefni hans munu margir okkar bera merki félagsins.

Halla Steinunn Hinriksdóttir
og
Sigríður Elín Leifsdóttir,
ráðgjafarþroskaþjálfar.



Félagsvist

Spiluð verður félagsvist í vetur að Eyravegi 15, öll mánudagskvöld kl. 20:00. Góð verðlaun. Byrjum að spila 6. október 2014.

Framsóknarfélag Árborgar

Veist þú hvar barnið þitt er á kvöldin?

Rannsóknir hafa leitt í ljós að unglingar foreldra sem vita gjarnan hvar þeir eru á kvöldin og með hverjum, eru ólíklegri til að neyta áfengis eða vímuefna en þeir unglingar sem eru undir minna eftirliti.



Forvarnahópur Árborgar

Réttlæt看anleg laun?

Þann 4. september sl. var haldinn þriðji fundur sveitarstjórnar í Rangárþingi eystra eftir kosningar í vor. Fyrst á dagskrá var mál, sem var ekki að finna í stefnuskrá framboðslista, en var engu að síður álitið það brýnt að önnur fögur loforð þurftu að víkja; launahækkun oddvitans.

Ákvörðun um tvöföldun launa oddvitans hefur vakið ugghjá mörgum íbúum sveitarfélagsins og leitt til fjörugra umræðna, meðal annars á samskiptavefnum Facebook. Í ljósi þess að oddvitinn greiddi sjálfur atkvæði með tillögunni hefur fólk sínar efasemdir um að þessi launahækkun sé réttlæt看anleg.

Það kemur í sjálfu sér ekki á óvart að starfsfólk krefjist „rétttra“ launa fyrir stöðuna sem það gegnir, en almennt ættu laun að taka mið af eftirfarandi: Í hverju felst starfið? Krefst

starfið einhverjar menntunar, jafnvel háskólagráðu? Hefur viðkomandi aðili reynslu á sviðinu?

Hversu umfangsmikið er starfið? Og síðast en ekki síst, hversu mikil ábyrgð fylgir starfinu?

Í Rangárþingi eystra starfar sveitarstjóri með mikla reynslu auk öflugs skrifstofustjóra. Starf oddvitans felst aðallega í skipulagningu og stjórn fundar, en hann er jafnframt talsmaður sveitarstjórnar. Þó að oddviti Rangárþings eystra sé með háskólamenntun á sviði heilsugæslu og ákveðna reynslu við sveitarstjórnarstörf, þá fæst það ekki séð að hæfni hennar jafnist á við hæfni sveitarstjórnar, en skv. nefndri ákvörðun eru þeirra grunnlaun þau sömu, burtséð frá því að

Christiane L. Bahner,
varamaður í
sveitarstjórn
Rangárþings
eystra



starf sveitarstjóra er mun ábyrgðarmeira en starf oddvitans.

Fyrir kosningar hefur listinn lagt fram metnaðarfulla

pólitíska stefnu, en nú sjáum við greinilega breytingu á pólitískri forgangsörðun. Mikilvæg málefni eru rakin ítarlega í fjölmiðlum en ákvarðanatöku þeirra frestað á sveitarstjórnarfundum á meðan vald meirihlutans er notað til að bæta persónulegan hag viðkomandi sveitarstjórnarmanna.

DAGSKRÁIN
FRÉTTABLAÐ SUÐURLANDS

Auglýsingasíminn er

482 1944

BÍLAR

KLETTUR

Bílfreidaverkstæði
Sími 482 4012, Hrísmýri 3, SelfossiÞjónustuskoðanir Heklu-bífreifa
og almennar bílavíðgerðir.Hjólástillingar
Shell smurþjónusta
ÞJÓNUSTUUMBOÐ SELFÖSSIGagnheiði 11
800 Selfossi
Sími 482 2200
GSM 894 2277
Fax 482 2777Yfirbyggingar - Réttingar
Bílamálun - Rúðuskipti

HEILSA

Dáleiðsla - heilsuráðgjöf -
nudd - svæðanuddSvæðanudd, nudd, augnlestur,
heilsuráðgjöf, einnig dáleiðsla en
með dáleiðslu má m.a. finna rót
heilsuvandamála, aðstoða fólk við
að hætta að reykja, bæta árangur
á mörgum sviðum, upplifa brot úr
fyrri æviskeiðum, vinna að æski-
legri líkamsþyngd og margt fleira.
Vinn einnig með kenningar Edgars
Cayce um grunn góðrar heilsu
með hollu mataræði, með líkams-
rækt og jákvæðu hugarfari.
Bókanir í síma 898 1501.Heiðar Ragnarsson,
Heilsulindinni, Miðgarði,
Austurvegi 4, Selfossi

Reynir Katrínar

Nuddmeðferðir

Heilun

Spálestur í steina guðanna
og þrivalda
Einnig áruteiknunTímappantanir og upplýsingar
í síma 861 2004Reynir Katrínarson,
nuddmeistari

Slökunarjoga!

Ný námskeið að hefjast í
Hveragerði, Eyrarbakka og á
Sólheimum í Grímsnesi.
Nánari upplýsingar á www.
uni.is. Skráning hjá Unni
Arndísar í síma 696 5867 eða
uni@uni.is.

HÚSNÆÐI Í BÖÐI

Herbergi til leigu

á Selfossi með það herbergi og
sérinngangi. Upplýsingar í
síma 665 6915.

Til leigu

129 fm iðnaðarhúsnæði við
Eyraveg, Selfossi. Uppl. í síma
660 3006.

GISTING

GISTING VIÐ LEGOLAND

Gisting við Legoland og Billund
flugvöll, 10 ára reynsla,
www.bbgisting.com,
sími 0045 75 88 57 18.
Bryndís og Bjarni

GISTING AKUREYRI

Flott orlofshús í Vaðlaheiði
við Akureyri.Höfum einnig íbúðir á Akureyri.
Nánari upplýsingar á
www.orlofshus.is

ÞJÓNUSTA

Sveinn Skorri Skarphéðinsson
Sími 893 0422
sveinnskorri@gmail.com

X5

Persónuleg þjónusta

Bílavíðgerðir

Hjólbarðasala

Hjólbarðaðþjónusta

Gagnheiði 34 S : 893-3305



Hjá Maddý ehf.

Eyravegi 27- 800 Selfoss
s. 482 3454 - maddy@maddy.isBókhald - ráðgjöf
skattskilLaunavinnsla
ReikningaskrifGreiðslumat
Greiðsluferfiðleikamat
Persónuleg þjónusta

KJARNA-BÓKHOLD

Austurvegi 6 - 800 Selfossi

Sími 482 3755 - kjarne@centrum.is

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

Ráð í rekstri!

• STEYPUSÖGUN • KJARNA-
BORUN • INNRÖMMUN
• TVÍBLAÐSÖGUN FYRIR
HITALÖGNUM •Saga dyragöt, gluggagöt og
fleira í steinsteypu.Kjarnaborun fyrir lögnum.
Ramma inn myndir,
spegla og fleira.Opíð frá kl. 12-20 virka daga,
og þess utan ef einhver er við.ÁSGEIR EGGERTSSON
Sléttuvegi 6, Selfossi
Sími 482 2319 - 893 9068.
STEINSTEYPUSÖGUNIN ÁS ehf.

S: 662-1122

Daglegar ferðir
SELFÖSS - REYKJAVÍK
SUÐURLAND

ÞJÓNUSTA

Eru meindýrin að
angra þig?

Sími: 892 0502

Gunnar Þór Hjaltason,
meindýraeyðir, Bjarnastöðum, Ölfusi

TIL SÖLU

Dekk

3 stk. hálfslitin Toyo harðskelja-
dekk til sölu 235/30-R16. Uppl.
í síma 898 1549.

Bátur til sölu

15 feta bátur ásamt kerru og
mótor, selst saman. Uppl. í
síma 896 5703, Böðvar.

Til sölu

Amerískt sófasett, 3+2+1.
Mjög vel farið. Mjúkt og
notalegt sófasett. Gældýra-
og reyklaut heimili. Verð
85.000 kr. Á sama stað er
einnig til sölu Dóru rúmteppi
ásamt gardinum, laki, koddav-
eri og tveimur veggmyndum.
Verð 5.500 kr. Uppl. í síma 694
9881.

FUNDIR

KRABBAMEINSFÉLAG
ÁRNESSYSLU
Sími 696 1752

Al-Anon

Al-Anon fundir á þriðjudögum
kl. 21:00, Hrísholti 8.

CoDA

Bataleið frá meðvirkni

Fundir alla sunnudaga kl. 16
Hrísholti 8, Selfossi (AA húsið).
Nánari upplýsingar coda.is.

AA

Fundir alla miðvikudaga kl.
19:30.

Hrísholti 8, Selfossi.

Nánari upplýsingar á aa.is

Þórhallur verður með
einkafundi 4. október.
Opíð hús verður 6. og 20.
október.
Opinn bænahringur verður 7.
og 21. október.
Uppl. og tímappantanir í síma
861 2150.Sálarannsóknarfélagið
Austurvegi 26, Selfossi
(bak við pósthúsið)

Komdu í heimsókn!

»DFS.IS
FRÉTTABLAÐ SUÐURLANDSÍþróttaskóli fyrir leikskóla-
börn á FlúðumÍþróttaskóli fyrir leik-
skólakrakka mun hefjast í
íþróttahúsi Hrunamanna á
Flúðum á næstunni. Íþróttas-
kólinn er fyrir öll börn sem
komast á leikskóla sveitar-
félaganna eða frá eins árs til
elsta árgangsins.Skólinn byrjar laugar-
daginn 4. október og verður
alla laugardaga kl. 11-12 í tíu
skipti. Síðasti dagurinn verður
laugardagurinn 1. desember.
Foreldrar/aðstandendur þurfa
að koma með börnum sínum
og styðja við þau og aðstoða í
hverjum tíma. Í íþróttas-
kólanum verður lögð áherslaá að þjálfar samhæfingu og
jafnvægi barna með ýmsum
skemmtilegum æfingum. Eru
foreldrar/aðstandendur mikil-
vægur hlekkur í að styðja við
þjálfun barna sinna í
skólanum.Stakur tími kostar 1.000 kr.
en allt námskeiðið þ.e. 10
tímar kosta 7.000 kr.
Leiðbeinandi á námskeiðinu
er Kristín Magdalena Ágúst-
dóttir leik- og grunnskóla-
sérkennari. Frekari upplýs-
ingar og skráning á
námskeiðið er kristinn@
arborg.is eða síma 690 4541.

KIRKJUR

Hrunakirkja

Guðsþjónusta kl. 14. Sr.
Halldóra Þorvarðardóttir
prófastur setur sr. Óskar
Hafstein Óskarsson formlega
inn í embætti sóknarprests í
Hrunaprestakalli. Kirkjukór
Hruna- og Hrepphólasókna
leiðir sönginn. Organisti er
Stefán Þorleifsson. Létta
kaffiveitingar í safnaðarheimili
kirkjunnar á eftir. Allir
velkomnir!Kirkjuskólinn í Sólheimakirkju
Hefst laugardaginn 4. október
kl. 13:00. Söngur, sögur, föndur
og gleði. Nýtt spennandi efni.
Hressing í anddyri kirkjunnar í
lok stundarinnar.
Verið öll hjartanlega velkomin í
kirkjuskólann.

Sólheimakirkja

Tónlistarmessa sunnudaginn
5. október kl. 14:00. Japanski
tónlistarmaðurinn Ryoichi
Higuchi flytur japanska og
íslenska tónlist við gítar-
undirleik Tatsukuni Uchida,
sendifulltrúa í japanska
sendiráðinu í Reykjavík.
Prestþjónusta annast sr. Birgir
Thomsen. Organisti er Ester
Ólafsdóttir. Meðhjálpari er Erla
Thomsen. Verið öll hjartanlega
velkomin í Sólheimakirkju.

Þorlákaskirkja

Messa kl. 14:00. Organisti Jörg
Sondermann spilar og stjórnar
Kirkjukór Þorlákaskirkju (sem
syngur). Fermingarbörn lesa
ritningartexta. Sóknarprestur
prédikar og þjónar fyrir altari.
Sunnudagaskóli kl. 11:00.
Hafís Þorgilsdóttir stjórnar
ásamt sóknarpresti.

Þykkvabæjarkirkja

Guðsþjónusta sunnudaginn 5.
október kl. 11:00.

KIRKJUR

Kirkjuskólinn í Víkurprestakalli

Fyrsta samvera kirkjuskólans í
vetur verður í Víkurskóla í
Mýrdal nk. laugardag kl. 11:15
- 12:00. Nýtt efni í bland við
það gamla góða sem við
þekkjum svo vel frá fyrri árum.
Hlökkum til að hitta ykkur öll.

Halli og Gulla

Skálholtsdómkirkja

Messa sunnudag 5. október kl.
11:00. Sr. Egill Hallgrímsson,
sóknarprestur annast prests-
þjónustuna. Organisti er Jón
Bjarnason.

Haukadalskirkja

Guðsþjónusta sunnudag 5.
október kl. 14:00. Sr. Egill
Hallgrímsson, sóknarprestur
annast prestsþjónustuna.
Organisti er Jón Bjarnason.

Selfoskirkja

Fjölskylduguðsþjónusta kl. 11
sunnudaginn 5. október. Sr.
Axel og sr. Ninna Sif þjóna.
Barna- og unglingakórar
kirkjunnar syngja undir stjórn
Edit Molnár. Skemmtileg og
nærandi samverustund fyrir
alla fjölskylduna! Kökubasar að
messu lokinni þar sem
æskulýðsfélag kirkjunnar
safnar fyrir ferð sinni á
landsmót æskulýðsfélaga í lok
október. Kvöldmessa kl. 20.
Stefán Þorleifsson situr við
flygilinn og sér með sér ýmsa
söngvara. Sr. Axel og sr. Ninna
Sif þjóna. Sjáumst í kirkjunni!

Hvítasunnukirkjan Selfossi

Austurvegi 40b

www.selfossgospel.is

Sunnudaga kl. 11:00 - Sam-
koma, barnapössun og kaffi-
veitingar.
Mánudaga kl. 20:00 - Celebrate
Recovery 12 spora fundir.
Opnir fyrir alla.
www.celebraterecovery.is.
Fimmtudaga kl. 18:00 - Bæna-
stund
Fimmtudaga kl. 19:00 - Alfa
námskeið.

Lagnabjónustan ehf

Pípulagnir - Efnissala
482 2311 696 2311
Skrifstofa Þjónustusími

Menningarmánuðurinn október vex og dafnar

Menningarmánuðurinn í Árborg er nú haldinn í fimmta sinn í sveitarfélaginu. Líkt og undanfarin ár verður boðið upp á nokkra stóra viðburði auk þess sem ýmislegt fleira menningartengt er á dagskrá í mánuðinum. Kjartan Björnsson er formaður íþrótt- og menningarnefndar Árborgar og hefur komið að undirbúningi menningarmánaðanna frá upphafi ásamt Braga Bjarnasyni íþrótt- og menningarfulltrúa. Kjartan var beðinn að segja frá því helsta sem boðið verður upp á í ár.



Kjartan Björnsson, formaður íþrótt- og menningarnefndar Árborgar.

Saga Selfossbíós rifjuð upp

„Við rifjum upp sögu Selfossbíós fimmtudaginn 16. október, en Selfossbíó var um miðja síðustu öld eitt stærsta danshús Íslands, þannig að það er yfir mikla sögu að fara, bæði út frá höllunum sem þarna voru haldin, sem voru mörg þekkt, og síðan út frá bíóinu sjálfu. Við förum yfir söguna í máli og myndum og munum væntanlega taka líka einhver tónlistaratriði sem tengjast bíóinu. Við erum búin að fá Martein Sigurgeirsson til að sjá um Selfossbíókvöldið en hann hefur verið að taka saman gömul vídeó og taka líka viðtöl fyrir okkur til að gera þessa dagskrá skemmtilega“, sagði Kjartan.

Bífreiðastöð Selfoss - Fossnesti og Inghóll

„Saga Bífreiðastöðvar Selfoss verður tekin fyrir föstudaginn 31. október, en það má segja að hún hafi byrjaði á móts við Pylsuvagninn við brúna. Bífreiðastöðin stækkaði síðan og þeir fluttu sig austur úr og stofnuðu Fossnesti og síðar Inghól, veitingastað og

skemmtistað. Við förum yfir sögu þess fyrirtækis í máli, myndum og tónlist og fléttum svona saman hlutum. Jón Bjarnason kynnir og skemmtanasjóri mun sjá sérstaklega um Bífreiðastöðvar Selfoss kvöldið sem fram fer í Hvíta húsinu. Þess má geta að við höfum notið aðstoðar og velvildar Helgu Einarsdóttur sem vann hvað lengst hjá Bífreiðastöð Selfoss“, sagði Kjartan

Rauða húsið á Eyrarbakka

Kjartan sagði að laugardaginn 18. október yrði saga Rauða hússins á Eyrarbakka rifjuð upp. „Þar mun Jóhann Jónsson taka á móti okkur á efri hæðinni. Einnig munum við njóta aðstoðar Magnúsar Karels og Ingu Láru sem verða með yfirferð í sögulegu samhengi. Við rifjum upp sögu þessa húss og tengjum ýmislegt saman í máli og myndum og gerum skemmtilegan dag. Örlygur Ben spilar ásamt bandi“, sagði Kjartan.

Saga Umf. Stokkseyrar

„Sunnudagskvöldið 26. októ-

ber verður saga Ungmennafélags Stokkseyrar tekin fyrir í íþróttahúsinu á Stokkseyri. Þeir félagar í Umf. Stokkseyrar eru að taka saman söguna og við ætlum að rifja hana upp með þeim. Farið verður yfir söguna í máli og myndum og þeir ungmennafélagar verða með skemmtileg atriði auk tónlistar og kaffisölu“, sagði Kjartan.

Ýmislegt fleira á dagskrá

Auk þeirra fjögurra burðarliða menningarmánaðarins, sem hér hafa verið nefndir sagði Kjartan að sunnudaginn 5. október verði Konubókastofa með kvöldstund í Rauða húsinu undir yfirskriftinni „Íslenskar skáldkonur í ljóðum, fræðum og tónlist“ og að sú kvöldstund væri hluti af menningarmánuðinum. Þá verða haldnir tónleikar fyrir yngra fólkið í Ungmennahúsinu fimmtudagskvöldið 30. október.

„Síðan höfum við gefið almennum félögum tækifæri á að tengja sig inn í þennan mánuð og fá kynningu á ýmsum dagskrárlíðum. Við erum svo heppin að það er fullt af fólki sem er tilbúið að hjálpa til við undirbúning og framkvæmd menningarviðburðanna“, sagði Kjartan. „Það má segja að þessi fjögur ár sem menningarmánuðurinn október hefur verið haldinn hefur hann bara vaxið og dafnað og það hefur alltaf fjölgað og fjölgað þátttakendunum sem hafa tekið þátt í þessu. -ög

Rétting og málun
Vottað réttingaverkstæði
Cabas tjónaskoðun

TOYOTA
Breiðumýri 1, Selfossi
480 8020

Gluggar Utihurðir Sérsmíði
GK GLUGGAR
Norður-Nýjabæ | 851 Hellu | 566 6787
www.gkgluggar.is | gkgluggar@gkgluggar.is

Bú Aðföng
ÁBURÐUR
Sími 487 8888

Slökkvitæki ehf
Hleðsla - Sala - Þjónusta
Austurvegi 52 - Selfossi
Sími 666 9990
Verslum við litla manninn

FYLGD
Útfararþjónusta
Vistvænar íslenskar kistur
Þjónusta allan sólarhringinn
Sími 482 4300
Netfang: fylgd@fylgd.is - Vefsíða: fylgd.is

Vinnuvélanámskeið
Meiraprófsnámskeið
Eyravegi 55, Selfossi - Þráinn, sími 892 9594 - www.okuskoli.is

Raf- og Kæli-þjónustan ehf.
Sími 692 4649
• Uppsetn. og viðhald á kæli- og frystikerfum • Ísskápa viðgerðir • Almennar raflagnir

FRÓN
heittasti tónlistar- & næturklúbbur á Íslandi
Fim. MJÓLKURKVÖLD með BS Tempo
hefst kl 22:00. 500 kall inn og FRÍR VIKING meðan birgðir endast.
Fös. NO NAME spilar næntis og nýtt! Kveðjum gamla Kokteillistann - 15% afsl. alla nóttina!
Lau. UFC FIGHT NIGHT // GUNNAR NELSON vs Story kl 19:00!
Meistari Björn Daði þeytir skífum og nýi Kokteillistinn byrjar að kítla! Prófaðu Amaretto sour og Rachels Special
Boltinn í beinni
fron@fronclub.is / Eyravegi 35 / 800 selfoss

Tæknipjónusta Suðurlands ehf.
Selfossi
Þjónusta og sala á:
Gervihnattabúnaði Loftnetsbúnaði Öryggiskerfum Eftirlitsmyndavélakerfum Hljóðkerfum Símerfum o.fl.
Sérhæfing, þekking, reynsla
Gunnar Guðmundsson
sími 694 4922

LJÓSMYNDASTOFA SUÐURLANDS
PASSA MYNDIR
Eyravegur 38
sími: 4821766
FILMVERK

TAXI SELFOSSI
SÍMI 482 3800
Opið allan sólarhringinn um helgar

Hjólbarðapjónusta Magnúsar
Gagnheiði 25 - Sími 482 2151
HM
Hjólbarðar Smurþjónusta Betri vörur - betra verð

VÉLSMÍÐJA SUÐURLANDS ehf
Efnissala Rennismíði Innréttingar Járnsmiði
Gagnheiði 5, Selfossi
Sími 482 1980

Josera.
super premium gæludýrafóður
Fæst hjá BYKO Selfossi

Bílasprautun - Bílaréttingar - Bílruðuskipti
Bilverk BA
- þar sem fagmennirnir vinna
★★★★★ Vottað verkstæði
Gagnheiði 3 - Selfossi
Sími 482 2224 / 899 5424 - bilverkba.is