

Kerlingarfjöll og nágrenni friðlýst



Þann 10. ágúst sl. var undirrituð friðlýsing Kerlingarfjalla og nærliggjandi svæða sem landslagsverndarsvæði, alls um 344 km². Friðlýsingunni var fagnað við hálendismiðstöðina í Ásgarði í Kerlingarfjöllum, að viðstöddum fulltrúum sveitarfélaga á svæðinu, Vina Kerlingarfjalla, Fannborgar, Umhverfisstofnunar auk umhverfis- og auðlindaráðuneytisins.

Kerlingarfjöll eru meðal helstu náttúruperla landsins. Þau hafa að geyma afar fjölbreytta náttúru og er svæðið vinsælt til útivistar. Friðlýsing þeirra er því mikil tímamót. Unnið hefur verið að friðlýsingunni frá árinu 2016 en það var sveitarfélagið Hrunamannahreppur sem hafði frumkvæði að samstarfi við undirbúning hennar.

Kerlingarfjöll draga nafn sitt af móbergsdranga sem rís upp úr líparítskriðu sunnan í Tindi í

vestanverðum fjöllum. Fjalla-klasinn samanstendur af litríkum líparittindum og stórbrotnu landslagi. Svæðið er megineldstöð og eitt af öflugri háhitasvæðum landsins. Ekki hafa orðið eldgos í Kerlingarfjöllum á nútíma. Í Hveradölum, einu helsta aðdráttarafli Kerlingarfjalla, hvína og sjóða fjölbreyttir og litríkir gufu- og leirhverir. Í kringum marga þeirra vex sérstæður og viðkvæmur gróður.

Á svæðinu eru fjölmargar gönguleiðir, m.a. að jarðhitasvæðunum. Ferðaþjónusta er rekin í Ásgarði þar sem heitar uppsprettur eru nýttar til upphitunar á húsakynnum og til baða. Töluverðar verndaraðgerðir og uppbygging hafa átt sér stað í Kerlingarfjöllum undanfarin ár, gönguleiðir hafa verið stikaðar og í Hveradölum hafa verið lagðir stígar og fræðsluskilti reist. Í framhaldi af friðlýsingu svæðis-

ins verður unnin stjórnunar- og verndaráætlun fyrir svæðið og uppbygging svæðisins og landvarsla skipulögð til framtíðar.

Náttúra Kerlingarfjalla og nágrennis hefur mjög hátt verndargildi en Kerlingarfjöll voru skráð á náttúruminjaskrá árið 1996 og stór hluti svæðisins hefur fram til þessa verið verndaður með hverfisvernd. Svæðið var einnig skilgreint sem náttúruverndarsvæði í Svæðisskipulagi miðhálandis Íslands frá 2015. Innan þessa svæðis sem nú hefur verið friðlýst eru jafnframt orkukostir í verndarflokki Rammaáætlunar.

Friðlýsingin hefur verið unnin í víðtæku samráði við Hrunamannahrepp, Skeiða- og Gnúpverjahrepp og Kerlingarfjallavini. Það var Svandís Svavarsdóttir, settur umhverfis- og auðlindaráðherra í málinu, sem undirritaði friðlýsingu.

Ærslabelgurinn við Sunnulækjarskóla vel nýttur



Ærslabelgir eru vinsæl leikföng fyrir fólk á öllum aldri. Nú er kominn flottur ærslabelgur við Sunnulækjarskóla á Selfossi sem hægt er að hoppa og skoppa á fram og til baka. Mikil ásókn hefur verið í belginn allar götur frá því að hann var blásinn upp í fyrsta sinn í lok júlí. Þá eru komnir belgir á Eyrarbakka og Stokkseyri.



Loftgæðamælir settur upp í Bláskógabyggð

Umhverfisstofnun hefur sett upp loftgæðamæli í Reykholti. Fyrir um ári ályktaði sveitarstjórn Bláskógarbyggðar að nauðsynlegt væri að koma upp slíkum mæli í sveitarfélaginu en síðustu ár og áratugi hafa loftgæði í sveitarfélaginu verið mjög slæm við vissar aðstæður en engar mælingar hafa verið til staðar. Í miklu þurrviðri hefur mikið magn jarðefna borist ofan af hálendi og þá sérstaklega af

svæðinu í kringum Hagavatn. „Það er fagnaðarefni að loftgæðamælir skuli hafa verið settur upp svo hægt sé að fylgjast með loftgæðum og áhrifum þess á heilsu fólks“, segir Helgi Kjartansson oddviti Bláskógabyggðar. Hægt er að fylgjast með loftgæðamælinum með því að fara inn á www.loftgaedi.is og leita að Reykholti. Á myndinni er Þorsteinn Jóhannsson hjá Umhverfisstofnun við loftgæðamælinn.

Er potturinn klár fyrir sumarið?

20 ára
2000-2020

PÍPULAGNIR
HELGA

Háheiði 10, Selfossi
S. 699 1985 / 823 6656



Austurvegi 69 // 800 Selfoss // 480 0400 // jotunn.is // jotunn@jotunn.is

Nýjar vörur og útsölulok
Verið velkomin!
Motivo
Hönnun, tíska og gjafavara
Austurvegi 9 Selfossi S.482 1700 Motivo.is

Prices listed: Kr. 14.990, Kr. 16.500, Kr. 12.990, Kr. 4.590, Kr. 3.990, Kr. 4.290, Kr. 4.690, Kr. 5.890, Kr. 12.500, Kr. 7.990.

Sendibílar á Suðurlandi
Tek að mér alla almenna flutningsþjónstu
Heimsendingar - Vörudreifing - Búslóðaflutningar - Ruslaferðir
Traust og fagleg þjónusta með yfir 20 ára reynslu.
Tómas 820 3880 - keyrsla@keyrsla.is - www.keyrsla.is - f /keyrsla.is



Bókakaffið fær rós í hnappagatið

Restauranguru.com er einskonar leitarstöð fyrir fólk sem vill finna veitingar eða þjónustu á því svæði sem það er stadd hvar sem er í heiminum. Bókakaffið hlaut á dögunum viðurkenningu frá síðunni sem besta kaffihúsið á Selfossi. Í umsögninni kemur meðal annars fram að persónulegt andrúmsloftið á Bókakaffinu geri gestum kleift að slaka á eftir langan og erfiðan dag. Margir gesta greina jafnframt frá því að starfsfólkið sé til fyrirmyndar. Meðal umsagna gesta eru: „Notaleg bókaútdráttur þar sem má koma inn, slaka á og ná utan um hugsanir sínar áður en maður hendir sér á ný í

ferðamannaflauminn fyrir utan dyrnar. Mæli eindregið með.“ Það er alltaf gaman að því sem vel er gert en Bókakaffið skipar sér stóran sess í huga heimamanna og gesta.

Alltaf lagt upp með að hafa gott kaffi

Þegar blaðamaður Dagskrárinnar leit við á Bókakaffinu var Elín Gunnlaugsdóttir við kaffivélina tilbúin með rjúkandi heitt Americano. „Við höfum alltaf lagt dálítið upp úr því að vera með gott kaffi, en við erum með kaffi frá Kaffitári,“ segir Elín. Aðspurð um nýfengna viðurkenningu segir hún það alltaf gaman að fá

hrós, sér í lagi eins og þarna þar sem starfsfólkinu er sérstaklega hrósað. Meðan ég drekk kaffið fæ ég spjall og ábendingar um næstu bækur á náttborðið.

En hvernig er svo kaffið? Jú, ljómandi gott, snarpheitt, bragðmikið og akkúrat. Auðvitað má svo fá allra handa kaffidrykki, allt frá hefðbundinni uppáhellingu yfir í espresso eða hitt víðfræga latte oft kennt við póstmúmerið 101. Fyrir þá sem síður vilja kaffið er súkkulaði með rjóma eða te. Við létum einfaldleikann duga að sinni og óskum Bókakaffinu til hamingju með viðurkenninguna.
-gpp

Ærslabelgurinn í Hveragerði ónýtur

Það eru daprar fréttir sem berast úr Hveragerði en ærslabelgur sveitarfélagsins hefur verið metinn ónýtur. Fjárhagslegt tjón er verulegt og ekki verður hægt að fara í endurnýjun á dýnunni fyrir næsta vor. Ástæðan er rakin til þess að einhverjir fari um á vespum eða hlaupahjólum á dýnunna sem ekki er gerð fyrir þess háttar átök, en dýnan er mikið rifin. Hveragerði-ísbær biðlar til foreldra og forráðamanna að ræða við börn sín um mikilvægi þess að fara vel



með leiktæki og sameiginlegar eigur bæjarbúa. Það sé góft að bera virðingu fyrir náttúru og umhverfi sínu og dapurt að fáir aðilar stundi skemmdarverk sem hafi áhrif á alla bæjarbúa. -gpp

82%

Sunnlendinga lesa Dagskrána í hverri viku



Hrós vikunnar

Einar Jakob er hrósari vikunnar að þessu sinni:



Einar Jakob

Ég má til með hrósa Símoni Levi sláttustjóra Árborgar. Hann er greinilega búinn að vanda til verka því hvert sem maður fer er grasið nýslegið og fallett

Einar Jakob

Ég ætla að senda boltann beint til Símons að skila inn næsta hrósi, enda einn glaðlyndasti og mesti hrósari sem ég hef kynnst.

Dagskráin, fréttablað Suðurlands

Símon, sendu okkur hrósið á dfs@dfs.is fyrir næsta mánudag. Ekki væri verra að fá mynd með :)



ÚTSALA

ÚTSALA-ÚTSALA-ÚTSALA-ÚTSALA

GERIÐ GÓÐ
KAUP

LINDIN
TÍSKUVERSLUN

Eyravegi 29 · Selfossi · Sími 482 1800

Blað brotið í upplýsingagjöf til ferðalanga um Ísland

Markaðsstofur landshlutanna, MAS, hafa ýtt úr vör samstarfsverkefni sem miðar að því að auðvelda og hvetja enn frekar til ferðalaga innanlands. Verkefnið er liður í að auka á dreifingu ferðamanna um landið sem og styðja við uppbyggingu íslenskrar ferðaþjónustu í kjölfar heimsfaraldurs. Þetta er langstærsta þróunarverkefni sem MAS hefur tekið sér fyrir hendur.

Verkefnið ber yfirskriftina *Upplifðu* og er sannkölluð stafræn bylting þegar kemur að skipulagningu ferðalaga um Ísland sem og upplýsingagátt um það sem í boði er. Allar sex markaðsstofur landshlutanna, Markaðsstofa Norðurlands,

Markaðsstofa Vestfjarða, Markaðsstofa Vesturlands, Austurbrú, Markaðsstofa Reykjaness og Markaðsstofa Suðurlands standa að verkefninu.

Um ræðir gagnvirkt vefsvæði, www.upplifdu.is, þar sem notendum gefst kostur á að sníða ferðalagið nákvæmlega eftir sínu höfði og fá aðstoð við að sjá hvað er í boði á hverjum stað, fá nákvæma tímaáætlun milli áfangastaða og síðast en ekki síst, uppgötva nýja möguleika á myndrænan hátt.

Upplifdu.is brýtur þannig blað í sögu upplýsingagjafar til ferðalanga um Ísland en ekki eru fordæmi fyrir viðlíka gagnvirkri síðu með jafn yfirgrípsmiklar upplýsingar á fjölmörgum svið-

um ferðaþjónustu á Íslandi. Þróun og framleiðsla er í höndum framleiðslustofunnar Tjarnargöttunnar og er myndefnið sem prýðir síðuna unnið úr einum stærsta myndabanka sem gerður hefur verið úr efni frá Íslandi.

Viðbót um virkni síðunnar

Síðan er einföld í notkun og miðar að því að sem flestir geti nýtt sér hana. Notendur velja sér upphafspunkt ferðalags og geta svo séð hvað er í boði á hverjum þeim stað sem heillar og handvelja hvað skuli heimsækja og hvaða afþreyingu og þjónustu skuli nýta meðan á heimsókn stendur. Hægt er að velja þar til gerðar síur til að auðvelda enn frekar skipulagningu ferðarinn-



ar og eru þær síur þrjár; staðir, afþreying og þemu. Sían *staðir* nær til að mynda yfir kirkjur, fornminjar, útsýni, gil og gljúfur, jökla og hella. *Afþreying* yfir baðstaði, hvalaskoðun, matarupplifanir, hjólaferðir, golfvelli, dýragarða ofl. *Þemu* endurspeglar svo tegund ferðar, fjölskylduferð, ævintýraferð, söguslóðir, afslöppun,

menningu, dýralíf eða náttúru. Þegar búið er að velja eru óskir ferðalangsins dregnar saman og úr verður heildstæð ferðaáætlun í forni myndbands sem og skjals, sem nær ekki aðeins utan um spennandi ferðalag heldur einnig utan um hagnýta hluti eins og lengd aksturs milli áfangastaða og áætlaðan tíma í hverri afþreyingu.

TRÍÓ

MÁNAÐARINS

3

ÞRÍJAR PIZZUR
AF MATSEDLI
Á SJÓÐHEITU
TILBOÐSVERÐI Í
HVERJUM MÁNUÐI

STÓR PIZZA



PANTAÐ Á NETINU
EDA MEÐ APPINU
OG GREITT
FYRIRFRAM



→ EIN STÓR PIZZA ←

1.790 KR.

AÐEINS EF ÞÚ PANTAR Á NETINU EDA MEÐ APPINU, GREIÐIR FYRIRFRAM OG SÆKIR



DOMINOS.IS | DOMINO'S APP

Fischeretrið kallar menn til skákarinnar

Gunnar Finnlaugsson frá Arnarstöðum í Hraungerðishreppi hefur síðustu 45 árin verið búsettur í Lundi í Svíþjóð. Gunnar nam mjólkurfræði hjá MBF og mjólkurverkfræði í Dalum Tekniske Skole í Danmörku. Hann var hægri hönd Grétars Símonarsonar mjólkurbústjóra hjá MBF á árunum 1973 til 1976, þá kom m.a. G-mjólkinn til sögunnar hér. Hann starfaði síðan hjá Alfa Laval í Svíþjóð og Tetra Pak og fór víða um heiminn, var t.d. í Saudi Arabíu. En það er skákin sem dregur hann heim því hún heillaði hann ungan dreng og þá tefldi hann með skákkfélagi sveitar sinnar; Baldri í Hraungerðishreppi, og

síðar hélt hann uppi skákáhuga og skákkennslu á Selfossi. Hér á hann marga gamla féлага og yngri menn að lærlingum, sem hann leiddi að lystisemdum skákarinnar. Gunnar kom mjög að því að byggja upp Fischeretrið á Selfossi með Aldísi Sigfúsdóttur, lagði meðal annars til veglega fjárhæð í safnið og marga muni og bækur. Hér situr hann við skákkborðið fræga sem hann léði safninu og teflir við gamlan skákbróður sinn úr Baldri, Þorvald Ágústsson frá Brúnastöðum. Þeir öttu oft kappi saman á yngri árum og fóru fyrir liði félagsins. Gunnar segir gjarnan að skákkfélag Baldurs hafi verið sterkasta skáksveit

heimsins miðað við mannfjölda í Hraungerðishreppi. Þeir félagar voru einnig að rifja upp snillingana þegar undirritaðan bar að. Þeir ræddu skákmeistara Baldurs, Stokkseyringa og Selyssinga og auðvitað þá allra stærstu, Friðrik Ólafsson, Bobby Fischer, Tal, Korchnoi og Petrósjan. Skákin er göldrótt og nú er Bobby Fischer frægasti Íslendingurinn, og leiðir okkur að skákinni næstu þúsund árin. Fischersafnið er sótt af fólki alls staðar að úr veröldinni og síðan komið að leiði hans í Laugardælakirkjugarði sem er eitt mest myndaða leiði heimsins.

Guðni Ágústsson.



Hér sitja að tafli í Fischeretri þeir Þorvaldur Ágústsson og Gunnar Finnlaugsson.



Tveir af velgjörðarmönnum Bobby Fischers við leiði hans í Laugardælakirkjugarði þeir Guðmundur G. Þórarinnsson og Davíð Oddsson.

Gengið á Þríhyrning

Fjallgöngur eru afar vinsælar um þessar mundir og í Rangárþingi eystra er fjöldi tinda sem hægt er að ganga á, bæði fyrir reynda og óreynda göngumenn. Fimmvörðuháls, ein vinsælasta gönguleið landsins, er einmitt í sveitarfélaginu en stöðugar ferðir hafa verið yfir hálsinn í sumar.

Ein af okkar bestu fjallgönguleiðum í Rangárþingi eystra er upp á Þríhyrning. Þríhyrningur er um 18 km frá Hvolsvelli og er 675 metrar á hæð með gott útsýni til allra átta. Fjallið dregur nafn sitt af þremur hornum og á milli þeirra er dalur sem heitir Flosadalur. Segir í Njáls sögu að þar hafi Flosi á Svínafelli og brennumenn falið sig eftir Njálsbrennunna. Í fjallinu

framanverðu eru tvö hamragil, Katrínargil og Tómagil.

Hvernig á að fara

Fljótshlíðarvegurinn (261) er ekinnt að Tumastöðum en þar er keyrt upp þangað til komið er að Fiská. Hjá Fiská er svo beygt til hægri upp á grasbala og hefst gangan þaðan. Gönguleiðin liggur því sem næst beint til

austurs upp á syðri hrygg/hálsa Þríhyrnings. Þegar þangað er komið er haldið sem leið liggur upp á fjallið. Þegar upp er komið má sjá þrjá toppa, tveir þeirra eru kleifir flestum en sá þriðji, hæsti (675 m y.s.) er eingöngu kleifur mjög vönnum einstaklingum. Eðlilegt er að gefa sér tvo til þrjá tíma í fjallgönguna.



Matgæðingur vikunnar er **Jón Ægir Sigmarsson.**

Takk kærlega fyrir áskorunina. Getum vottað það að þessi súpa slær alltaf í gegn. En þar sem við höfum verið ansi upptekin í ferðalögum undanfarið hef ég ákveðið að hafa þetta fljótlegt og ferðalagavænt.

Hamborgarar

500 gr. nautahakk
að sjálfsgöðu frá Bakka
1/2 – 1 hvítlauskostur
fer eftir smekk
Smá skvetta af Caj P original
Salt og pipar

Aðferð

Skertið ostinn mjög smátt og setjið í skál. Hakkinu er svo blandað rólega samanvið. Hendið Caj P, salti og pipar út í og blandið. Svo er bara að móta hamborgarana og leggja á disk. Gott að pensla þá með olíu áður en þeir fara á grillið. Fýrið upp í grillinu og passið að það sé alveg funheitt. Skellið hamborgurinum á og lokið grillinu. Mér finnst best að snúa þeim bara einu sinni eftir ca. 2-3 mín. og henda þá ostinum á. Gott að setja brauðið á grillið í smá stund. Svo er bara að púsla þessu saman og njóta.

Svo er hérna uppskrift að grafinni gæsabringu sem ég geri stundum á tyllidögum.

Ég ætla að skora á mikinn meistara og féлага minn Pál Jóhannsson. Ég veit að hann lumar á ýmsu og er duglegur á bak við eldavelína.

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



Grafin gæsabringa

1 hluti af hverju
Salt
Sykur
Timian
Rósmarin
Basil
Sinnepsfræ
Oregano
Estragon (fáfnisgras)

Aðferð

Blandið öllu kryddinu saman í skál. Hreinsið bringur og þerrið. Setjið kryddblönduna á matarfilmu og leggið bringuna ofan á. Setjið krydd ofan á bringuna og pakið henni inn. Þeir sem hafa tók á því að vakúmpakka henni gera það, annars leggið þær í fat og hafið í kæli í 3-4 daga. Gott að snúa þeim daglega. Svo er bara að skera þær í þunnar sneiðar. Snittubrauð smurt með rjómaosti með svörtum pipar, sneið þar ofan á og svo pikklaðan rauðlauk og bláberjasultu á toppinn.

Magnús Ragnarsson á Hvolsvelli er vanur göngumaður og gerði sér ferð upp á miðtind Þríhyrnings þar sem hann náði þessum góðu myndum.



DAGSKRÁIN
FRÉTTABLAÐ SUÐURLANDS

Útgefandi: Dagskráin, Eyraveggi 25, 800 Selfoss,
sími 482 1944, dagskrain@prentmet.is.
Ritstjóri: Gunnar Páll Pálsson, sími 856 0673,
gpp@prentmetoddi.is.

Auðgýsingar: Katla Harðardóttir,
sími 482 1944, skh@prentmetoddi.is.
Dagskráin kemur út á hverjum miðvikudegi. Allt efni og auðgýsingar berist í Prentmet, Eyraveggi 25, Selfossi, fyrir hádegi á mánudögum. Upplag: 8700 eintök.
Dreift ókeypis í allar sýslur austan Hellisheiðar. Dagskráin er aðili að samtökum bæjar- og héraðsfrettablaða.

ISSN 1670-407X

Svansmerkið, Prentgripur, 1041 0858

Vísnaðgátur-höf. Ármann Dalmanncsson - Útg. Bókaútgáfan SKRUDDA

Gáta vikunnar

Forðum til þrifa í fjósi ég var.
Fyrir öðrum ég verð að þoka.
Ég segi óþarfa setningar.
Í séra hendi ég fæ að moka.

Svar við gátu í blaði 2558: KEFLI.
1. lína: Þráðarkefli - 2. lína: Kökukefli
3. lína: Rúnakefli - 4. lína: Kálfakefli

† Minningarorð um Einar Jónsson

Ég minnst vinar míns Einars Jónssonar, oftast kallaður Einar Johnny. Við eigum það sameiginlegt að hafa alist upp með fótboltnum á Selfossi og var félagið okkar Umf. Selfoss okkur ákaflega kært. Leiðir okkar lágu lengi saman á vettvangi knattspyrnunnar og fyrst fyrir alvöru um haustið 1991 þegar staðan var erfið í fótboltnum á Selfossi og tókum við þá að okkur deildina ásamt góðu fólki og hældum henni gangandi til næsta aðalfundar í erfiðri stöðu. Þá reyndi mjög á vinnuframlag og góð úrræði og voru kvöldin ófá sem ég eyddi heima hjá Einari og Elínu konu hans sem lést fyrir aldur fram árið 2014. Einar var einn frumkvöðla hjá deildinni við gangstéttasteypu til fjáröflunar, hafði forgöngu að byggingu timburstúku árið 1993 á Selfossvelli, átti sæti í stjórn deildarinnar, var í sögu- og minjanefnd svo fá dæmi séu tekin. Það væri því við hæfi að nýja stúkan á Selfossvelli fengi nafn sem tengdist Einari og minningu hans. En umfram allt



var Einar leikmaður í knattspyrnu og margir í stórfjölskyldunni þótt félagsmálin skipuðu stóran sess að loknum ferli. Einar var leikjahæsti leikmaður Selfoss með 386 leiki og inni á vellinum var Einar foringi, oftast fyrirlíði í hjarta varnarinnar og gaf aldrei neitt eftir. Þeir „Dýragarðsbræður“ sem oft eru svo nefndir voru áberandi í leikjum Selfoss til áratuga ásamt mági þeirra, en Dýragarðs- nafnið kom út frá því að Jónfaðir þeirra var dýralæknir. Einar sneri sér svo að þjálfun og menntaði sig sem slíkur en Einar var að mínu mati djúppenkjandi áhugamaður um knattspyrnu, horfði á leiki úti um allan heim, mest í sjónvarpi seinni árin og hafði gaman af að fara yfir og greina. Við Einar vorum ekki alltaf sammála og gátu þá klippingarnar tekið á aðra klukkustund og krufðum við málin til mergjar. Einar þjálfaði Viðar son minn til að mynda á mótunarárunum og minnst Viðar oft hversu vel Ein-

ar kenndi þessa mögnuðu íþrótt knattspyrnu, og var góður leiðbeinandi. Einar var bítill í sér og vildi helst hafa sitt að aftan en Elín hafði aðra skoðun; vildi hafa háríð styttra, ég skynjaði fyrir löngu hversu mikið hann elskaði hana og því fékk hún oftast að ráða. Við göntuðumst oft með það eftir að hún lést hvora klippinguna við ættum að taka og niðurstaðan varð oftast henni í vil. Fráfall hennar var honum þungbært en í staðinn gat hann glaðst yfir glæsilegum barnahópi og ört stækkandi hópi afabarnanna. Einar missti síðan móður sína og barnabarn síðasta árið og tókst svo á við þessu erfiðu veikindi. Það er mikið hægt að leggja á eina fjölskyldu en hún stendur þétt saman og samfélagið hér á Selfossi syrgir góðan dreng. Einar var ekki maður óraunhæfra væntinga sem oft kom fram í okkar samtölum um knattspyrnu þar sem vonir og væntingar spila stóra rullu, hann vildi hafa báða fætur á jörðinni. Einar gat verið stríðinn mjög, en einkenni hans voru staðfesta, samviskusemi og traust. Einar sagði nú síðast er við hittumst að leiktíminn væri liðinn og uppbótartíminn langt kominn, og nú er hann liðinn. Ég vil þakka trausta vináttu, allt framlag hans til fótboltans og samfélags okkar hér á Selfossi. Innilegar samúðarkveðjur til fjölskyldunnar allrar.
Kjartan Björnsson.

82%



Sunnlendinga lesa Dagskrána í hverri viku

UNDRALAGNIR
ÖLL ALMENN PÍPULAGNINGAÞJÓNSTA

SÍMI 8484768
UNDRALAGNIR@GMAIL.COM
JÓN KARL LINDAL PÍPULAGNINGAMEISTARI

Boggugarðar

- Trjá- og hekkklippingar
- Beðahreinsanir
- Garðaráðgjöf

Sólborg Ósk Kragh
GARÐYRKJUFRAÐINGUR

Sími 895 2766
solborgosk@gmail.com

Erum á Facebook

TR

SKÓLA TÖLVUR

Þú finnur réttu fartölvuina í skólann á tolvutek.is

NÝ VEF VERSLUN
Skoðaðu úrvalið, berðu saman tölvur og settu á óskalistann þinn

TÖLVUTEK
Reykjavík • Mörkin 3 • 563 6900 | Akureyri • Undirhlíð 2 • 430 6900

acer **hp** **Lenovo**

Pay Léttkaup

Vantar í vinnu mann vanan pípulögnum og smíðavinnu - mikil vinna og góð verkefnastaða.

Allar upplýsingar veita Heimir í síma 892 3742 og Gestur í síma 899 5443 eða á tresmidjan@tresmidjan.is



Slátrhús Selfossi

Störf í slátrartíð haustið 2020

Slátrfélag Suðurlands óskar eftir að ráða **slátrara** sem og **almenna starfsmenn** til starfa í slátrartíð sem hefst í byrjun september og stendur í um tvo mánuði.

Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir um að sækja um starf á heimasíðu félagsins www.ss.is undir „sækja um starf“.

Nánari upplýsingar hjá SS á Selfossi í síma **480 4100**.

Upplýsingar um SS er hægt að nálgast á heimasíðu fyrirtækisins www.ss.is.



Auglýsing um skipulagsmál í Ölfusi Deiliskipulagstillaga Árbær 3a í Ölfusi.

Bæjarstjórn Ölfuss hefur samþykkt á fundi nr. 279, þann 28. maí 2020 að auglýsa deiliskipulagstillögu fyrir Árbær 3a, skv. 1. málsg. 41. gr. og 1. málsg. 42. gr. skipulagslaga.

Á landinu má, skv. tillögunni, byggja 6 metra hátt íbúðarhús allt að 300 fermetra að stærð og 7 metra háa skemmu/hesthús allt að 600 fermetra að stærð með íbúð á efri hæð. Þetta er í samræmi við gildandi aðalskipulag.

Greinargerð og uppdráttur vegna breytingarinnar verður til sýnis á bæjarskrifstofum Sveitarfélagsins Ölfuss að Hafnarbergi 1, Þorlákshöfn, frá og með 12. ágúst til 25. september 2020. Þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta er hér með gefinn kostur á að gera athugasemdir við áformin. Skila skal athugasemdum á bæjarskrifstofu Ölfuss eða með tölvupósti á skipulag@olfus.is, fyrir 25. september 2020.



Gunnlaugur Jónasson,
skipulagsfulltrúi

ÖLFUS

Munnur og meðganga

Sverrir Örn Hlökkversson, tannlæknir

Það er margt sem breytist í líkamanum þegar kona gengur með barn. Tannlæknar heyra stundum:

„Þetta fór bara svona þegar ég var ólétt“. Þá er verið að vísa í tannskemmdir o.fl. vandamál sem komu fram á meðgöngunni. Áður fyrir var stundum talað um að kona missti tönn við hverja meðgöngu. Það á varla við í dag. En hvað er það við meðgöngu sem veldur því og þarf þetta að fara svona?

Tannholdsbólgur almennt

Tannholdsbólgur koma þegar bakteríur fá að vera óáreittar á tönnum og undir tannholdi. Á mannamáli: Þegar ekki er hreinsað nægilega vel. Við miklar bólur verður tannholdið rautt og þrútið, aamt viðkomu og blæðir gjarnan úr við áreiti. Við langvarandi bólur tapa tennurnar síðan festunni. Með forvörnum (bursti+tannþráður) má komast hjá tannholdsbólgu. Tannsteinn viðheldur hins vegar bólgunum. Ef hann er til staðar þarf að hreinsa hann í burtu hjá tannlækni, það næst ekki með bursta eða tannþræði.

Tannholdsbólgur á meðgöngu

Hjá flestum barnshafandi konum verður bólgusvarið meira/ýktara vegna hormónabreytinga. Ef vantar upp á hreinsun á meðgöngu verða bólur því meiri en ella. Forvarnir eru besta meðalið; fyrirmyndar hreinsun og fjarlæging tannsteins. Með auknum bólgum er hætt við að þrif verði verri því tannholdið er aamt viðkomu. Þá eykst hættan á enn frekari bólgu sem og tannskemmdum vegna verri þrifa. Hálfgerður vítahringur. Hætt er við því að konan „sitji uppi“ með bólgurnar, tannholds- og tannfestuvandamál eftir fæðingu ef ástandið nær að verða nægilega slæmt.

Tannskemmdir

Tannskemmdahætta (er vegna baktería, „Karius og Baktus“) getur aukist á meðgöngu. Vegna þrýstings frá kviðarholi er oft lítið „pláss“ í maga (og lítil lyst),

gjarnan svengdartilfinning og fyrir vikið verið að narta yfir daginn. Borðað oft og lítið í senn, jafnvel á nóttunni. Að borða oft á dag stóreykur skemmdahættuna, jafnvel þó svo um holla fæðu sé að ræða. Sumar konur verða sólgnar í ákveðinn mat, stundum sätindi og skemmdahættan eykst þá enn frekar.

Mikilvægt er að halda tönnum hreinum. Ef matast er oft á dag má auka fjölda skipta sem tennurnar eru burstaðar, eða bæta við flúorskolun. Ef matast er á nóttunni er nauðsynlegt að hreinsa tennurnar á eftir. Það er ekki bara „matur“ sem eykur skemmdahættuna heldur líka drykkir. Æskilegt er að halda sig við vatn á milli mála.

Sýrueyðing/glerungseyðing

Sýrueyðing er þegar utanadkomandi sýra eyðir upp tönnum. Ekki hefðbundnar tannskemmdir heldur eru tennurnar hægt og rólega að þynnast/eyðast. Ferli sem getur orðið ansi flókið viðureignar. Ógleði og uppköst á meðgöngu stuðla að sýrueyðingu. Sömuleiðis getur þrýstingur frá kviðarholi ýtt undir bakflæði og þar með sýrueyðingu. Breytt neyslumynstur getur ýtt undir sýrueyðingu ef mikið er sótt í súra drykki og ávexti. Þetta má hafa áhrif á, ólíkt uppköstum og bakflæði. Hér er best að takmarka neysluna. Skolið munninn með vatni eftir sýrubað. Ekki bursta tennurnar strax á eftir.

Móðir og barn

Talið er að móðir „smiti“ barnið af eigin örveruflöru á fyrstu dögnum. Þ.e. barnið „erfi“ munnflöru móður. Það er hagar fyrir barnið að móðirin sé með heilbrigða flöru í munnum. Það fæst með góðri hreinsun og umhirðu.

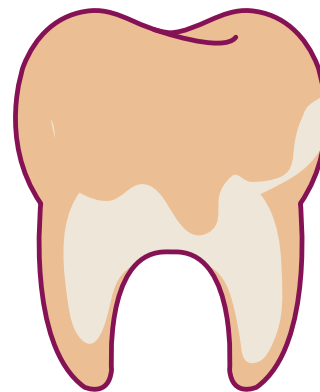
Gefðu þér góðan tíma fyrir fæðingu

Skynsamlegt er að fara í skoðun og hreinsun hjá tannlækni á fyrri hluta meðgöngu. Ef eitthvað þarf að laga er gott að ljúka því. Ekki plana tannlæknaþjónustu á seinni hluta meðgöngu, legan í tannlæknaástól getur verið erfið og tíminn fram að fæðingu ófyrirséður. Eftir fæðingu er oft ekki mikill tími aflögu fyrstu mánuðina. Það getur valdið óþarfa álagi og streitu að vita af einhverju óviðgerðu. Best er að hafa lokið því sem þarf að gera svo hægt er að sinna þarfari verkefnum eftir fæðingu.

Í stuttu máli

Með einföldum forvörnum er hægt að lágmarka líkur á vandamálum tengdum meðgöngunni: Flúorbusta tennur a.m.k. tvisvar á dag og nota tannþráð daglega. Forðast sykraðar og súrar vörur. Skola tennur eftir sýruáreiti. Uppræta tannholdsbólgu og tannstein, ómeðhöndluð tannholds Vandamál fyrir meðgöngu stórauka hættuna á frekari vandamálum. Láttu ekki tannheilsuna þvelast fyrir þér og komandi barni, njóttu meðgöngunnar eftir fremsta megni.

Sverrir Örn Hlökkversson
tannlæknir



Tannverndarhornið

Hallgrímur P. Helgason með sýningu í Listagjálni



sækja myndefnið en Ölfusáin og Ingólfsjallið eru rétt innan seilingar og þetta tvennt verður viðfang margra mynda þegar birtan eða myrkrið heillar. Hallgrímur hefur svo verið ötull í því að deila myndum sínum með öðrum inni á íbúasíðum sveitarfélagsins, en Dagskráin hefur einnig notið góðs af því að fá myndir til birtingar. Hallgrímur er gjarna á ferð þegar aðrir sofa og tekur norðurljósamyndir. Margir fá þá að sjá sýningu náttúrunnar með morgunkaffinu þegar hann er búinn að smella inn nýrri mynd af Ingólfsjallinu í norðurljósafans.

Sýningin verður opin til 5. september á sama tíma og Bókasafnið. Safnið er opið frá kl. 9-18 alla virka daga og frá 10-14 á laugardögum. Ókeypiss er inn á sýninguna og allir velkomnir.

Hallgrímur P. Helgason hefur glatt marga íbúa Árborgar með myndum sínum af Suðurlandinu. Nú getur fólk komið við í Listagjálni á Bókasafni Árborgar og skoðað myndir eftir hann. Hallgrímur er fæddur í Reykjavík og bjó lengst af þar og í Kópavogi. Hallgrímur er lærður prentsmiður og vann alla tíð við það starf. Eftir að Hallgrímur og kona hans hættu að vinna fluttu þau frá Kópavogi til Selfoss og hafa komið sér vel fyrir.

Eignaðist sína fyrstu myndavél sjö ára

Hallgrímur eignaðist sína fyrstu myndavél er hann var sjö ára gamall. Allt frá því hefur hann haft brennandi áhuga á ljósmyndun og áhuginn fer síst dvíndandi. Hallgrímur segir í samtalið við blaðið að ekki sé langt að



Hallgrímur með fyrstu myndavélina.

Hálendisvakt lögreglunnar á Suðurlandi kemur víða við

Hálendisvakt lögreglunnar er fastur póstur á hverju sumri. Undanfarna daga hafa lögreglumenn gert víðreist um hálendið. Meðal annars var eftirlitspóstur settur upp við Veiðivötn þar sem þrír ökumenn voru látnir blása, tveir fengu jákvæða svörun en voru undir refsimörkum. Þá fóru lögreglumenn upp í Jökulheima og að Landmannalaugum þar sem skálaverðir hafa þurft að vísa fólki frá vegna fjöldatakmakana. Það hefur gengið vel og fólk almennt tekið þeim til-mælum með jafnaðargeði.

Í Nýjadal slógust landverðir með í för og ummerki um ut-
 anvegaakstur í umdæmi Norð-

urlands rannsókuð og gögnum komið með rafrænum hætti til lögreglunnar á Norðurlandi. Þegar haldið var til baka voru þrír erlendir hjólamenn stöðvaðir eftir að tilkynnt hafði verið um akstur þeirra utan vegar. Rætt var við mennina og ummerkin skoðuð. Ummerkin reyndust minniháttar. Málið verður sent áfram til ákærvalds eftir helgina. Aftur var haldið í Veiðivötn og fylgst með umferð þar, en allir voru til fyrirmyndar þar. Fram undan er að aka Dómadalsleiðina og í Landmannalaugar að nýju með ýms-
 um útdúrum.



**Bifreiðasmiður eða
 bifvélavirki óskast.
 Upplýsingar í síma
 899 5424**



Fjölskyldusvið Árborgar óskar eftir húsnæði til langtímaleigu fyrir dagdvöl fyrir einstaklinga með heilabilun. Húsnæðið þarf að vera að lágmarki 370 fermetrar að stærð, á einni hæð og með góðu aðgengi. Nánari upplýsingar og þarfagreiningu fyrir starfsemina veitir Heiða Ösp Kristjánsdóttir, deildarstjóri félagsþjónustu í síma 480 1900 eða í gegnum netfangið heidaosp@arborg.is fyrir 23. ágúst.



Sveitarfélagið
ÁRBORG



HÓPBÍLAR

Bifreiðastjóri óskast

Við hjá Hópbílum óskum eftir að ráða bifreiðastjóra í eftirfarandi akstur:

Akstur strætisvagna á Suðurlandi

Þorlákshöfn – Hveragerði
 Hveragerði – Þorlákshöfn

Starfshlutfall: Fullt starf
Dagsetning ráðningar: Sem fyrst

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

Hvetjum konur jafnt sem karla til að sækja um

Hægt er að senda inn umsóknir á atvinna@hopbilar.is eða hafa samband við Davíð í síma 599 6014.

Melabraut 18 - 220 Hafnarfirði - Sími 599-6000



LEIKSKÓLINN
ÁLFABORG



Leikskólinn Álfaborg auglýsir eftir metnaðarfullum leikskólakennara til starfa.

Leikskólinn Álfaborg er þriggja deilda leikskóli sem starfar í anda Reggio Emilia og er staðsettur í Reykholti, Biskupstungum. Nýtt og skemmtilegt húsnæði leikskólans var tekið í notkun í október 2019. Í leikskólanum starfar metnaðarfullt starfsfólk og mikil áhersla er lögð á góðan starfsanda og vellíðan barna. Auk þess er mikil og góð samvinna á milli leikskólans og grunnskólans Bláskógaskóla í Reykholti.

Laun eru greidd samkvæmt kjarasamningi Sambands ísl. sveitarfélaga og Félags leikskólakennara. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf í byrjun ágúst 2020. Þegar hæfasti umsækjandi hefur verið valinn verður óskað eftir undirritaðri heimild til að afla upplýsinga úr sakaskrá viðkomandi.

Starfsvið: Leikskólakennari

- Starfar samkvæmt lögum og reglugerð um leikskóla, öðrum lögum er við eiga, aðalnámskrá leikskóla og stefnu viðkomandi sveitarfélags.
- Vinnur að uppeldi og menntun barna
- Vinnur að faglegu starfi og samvinnu innan skólans
- Foreldrasamstarf

Menntunar- og hæfnikröfur:

- Leikskólakennaramenntun
- Góð íslenskukunnátta
- Sjálfstæði frumkvæði og góð samskiptahæfni
- Jákvætt viðhorf og sveigjanleiki í starfi
- Ánægja af því að starfa með börnum
- Reynsla er æskileg

Með umsókn um starfið skal fylgja skrá yfir menntun og starfsferil og afrit af leyfisbréfi, kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar með rökstuðningi fyrir hæfni viðkomandi í starfið og upplýsingar um umsagnaraðila. Starfið hentar öllum kynjum. Nánari upplýsingar um starfið veitir Erla Jóhannsdóttir, leikskólastjóri í síma 480 3051. Umsóknir sendist á netfangið: alfaborg@blaskogabyggd.is.

Umsóknarfrestur er til 19. ágúst 2020.



Orkusalan gefur Rangárþingi eystra grænar greinar

Orkusalan setur sér háleitt markmið þegar kemur að umhverfismálum, en fyrirtækið náði stórum áfanga á síðasta ári og varð fyrsta og eina raforkufyrirtækið hér á landi til að kolefnisjafna bæði rekstur og vinnslu raforku. Til að kolefnisjafna gefur Orkusalan nú öllum sveitarfélögum 40 greinar til gróðursetningar innan sveitarfélagsins. Verkefnið er fyrst og fremst hugsað til vitundarvakninga.



Karolínukjöll

Það er alltaf gaman að þrjóna dúkkuföt og enn skemmtilegra að sjá þegar gleðibros færast yfir andlit ungrar dúkkumömmu.

Það er við hæfi að nota bæði bleikan lit og glimmer til að kjöllinn verði sem glæsilegastur og fallegar tölur setja svo punktinn yfir i-ð. Við notum Salida sokkagarn sem fæst í fjórum mismunandi litum og þolir að fara í þvottavél. Glimmergarnið fæst líka í nokkrum fallegum litum, þar á meðal gull- eða sífurritað.

Efni:

1 dk Salida, 1 dk Glitter, þrjónar no 3,5, heklunál no 3,5, 2 tölur, þrjónamerki, þrjónanælar.

Perluprjón: Þrjónið 1 sl, 1 br til skiptis út umferðina, í næstu umferð er þrjónið brugðin lykkja yfir slétta og slétt yfir brugna. Þrjónið þessar tvær umferðir til skiptis.

Mynsturprjón:

Mynstrið nær yfir 10 l, *þrjónið 7 l sl, sláið upp á þrjóninn, takið eina lykkju lausa af, þrjónið tvær lykkjur saman og steypið lausu lykkjunni yfir, sláið upp á þrjóninn*. Endurtakið ** út þrjóninn. Þrjónið 3 umferðir sléttar og endurtakið svo mynsturumferðina. Þrjónið þessar 4 umferðir til skiptis.

Uppskrift:

Kjöllinn er þrjónaður ofan frá og niður. Athugið að berustykkið er allt þrjónað fram og til baka.

Fitjið upp með Salida garni 48 l á þrjóna no 3,5 og þrjónið perluprjón fram og til baka, alls 3 umferðir. Setjið nú þrjónamerki eftir 8 l (bakstykki), 8 l (ermi), 16 l (framstykki), 8 l (ermi). Þrjónið slétt á réttunni og brugðið á röngunni. Aukið út í hverri umferð þannig að þegar 1 l er að þrjónamerki er bandið milli lykknanna tekið upp og það krossað til hægri og þrjónað slétt í lykkjuna sem myndast, þrjónið næstu 2 l sléttar, takið bandið upp milli næstu lykkna og krossið til vinstri og þrjónið slétta lykkju. Endurtakið við hvert þrjónamerki.

Þegar aukið hefur verið út alls 12 sinnum eru 20, 32, 40, 32, 20 l á þrjóninum. Setjið þá ermalykkjurnar 32 á þrjónanælu og tengið nú saman í hring, fitjið upp 2 l á milli bakstykkjanna og 2 l við hvort ermaop, alls 86 l á þrjóninum. Þrjónið í hring, 6 umferðir perluprjón. Þrjónið næstu umferð slétta, en aukið um leið út með því að fara bæði framan og aftan í aðra hverja lykkju, þannig eykst um 43 l á þrjóninum. Þrjónið 1 umf slétta og aukið í lok hennar um 1 l á miðju baki (130 l á þrjóninum).

Þrjónið áfram skv mynsturleiðbeiningum hér að ofan þar til pilsíð mælist frá ermaopi u.þ.b. 16 cm. Þrjónið þá perluprjón alls 6 umf, fellid laust af.



Takið ermalykkjurnar af nælunni, takið upp alls 4 l við ermaopið og þrjónið 6 umf. Perluprjón, fellid laust af. Kantar: Notið Glicer skrautgarn og heklid kant meðan á pilsíð þannig: 1kl, *3 ll, hoppid yfir 1 l, 1 fl í næstu l* endurtakið ** allan hringinn. Heklid eins meðfram ermumum.

Heklid því næst meðfram hálsmáli þannig að byrjað er efst á hægri bakhluta, heklid niður með bakopinunni, 1 fl í aðra hvora l, 2 fl í miðju, 1 fl í hverja l upp vinstra megin. Þegar komið er að hálslíningu er heklid eins og á ermum og pilsí. Þegar komið er að hægri hlið baks er heklid 1 fl í hverja fl, á vinstri hlið eru heklid hnappagöt þannig að eftir 3ju fl eru heklid 7 ll frekar þétt, hoppid yfir 1 fl, heklid svo 1 fl í hverja fl 7 sinnum, gerið annað hnappagat eins, heklid 1 fl í hverja fl þar til komið er upp að hálslíningu. Klippið garnið frá og dragið í gegn.

Loks er heklidur loftlykkjukantur um mittið. Auðveldast er að hafa garnið inni í kjólum og draga í gegn. Heklid ll, eina um hverja þrjónaða lykkju í umferðina á undan perluprjóninu og annan hring eins í umferðina á eftir perluprjóninu. Gangið frá endum, pressid létt með röku stykki. Pakkið fallega inn og gefið ungru dúkkumömmu. Uppskrift: Þóra Þórarinsdóttir.

Uppskrift: Þóra Þórarinsdóttir



Hannyrðabúðin

Eyragvegi 23, Selfossi // 555-1314



Íþróttir

Efni sendist á dfs@dfs.is

HSK-metin halda áfram að falla

FRJÁLSAR Nokkur HSK-met hafa verið sett á hinum ýmsu mótum undanfarnar vikur. Hér verður getið um metin sem hefur ekki þegar verið sagt frá í fjölmiðlum.

Sigmundur Stefánsson setti HSK met í Laugarvatnshlaupinu þann 18. júlí í flokki 65-69 ára þegar hann kom í mark á 6:52,35 klst.

Þrjú HSK-met voru sett í sleggjukasti á Selfossleikum 22. júlí. Bryndís Embla Einarisdóttir tvíbætti metið í 11 ára flokki með 2 kg sleggju, kastaði lengst 22,71 m og bætti þriggja ára met Álf-rúnar Diljár Kristínardóttur um tæpan metra. Álf-rún, sem keppir í 14 ára flokki, bætti svo eigið met með 3 kg sleggju, kastaði 34,73 m

Dagur Fannar Einarsson varð Íslandsmeistari í 400 m grinda-

hlaupi karla á MÍ á Akureyri 26. júlí sl. á nýju HSK-meti í flokki 18-19 ára. Bætti átta daga gamalt met sitt um 0,11 sek. og hljóp á 55,69 sek.

Loks voru tvö HSK-met sett á Selfossleikum 2 þann 27. júlí. Gunnar Erik Cevers hljóp á 74,47 sek. í 400 m hlaupi og

bætti sjö ára gamalt met Viktors Karls Halldórssonar í flokki 11 ára um 0,18 sek. Þá bætti Eydís Arna Birgisdóttir metið í 400 m hlaupi í 13 ára flokki, hljóp á 62,42 og bætti átta ára gamalt met Hörpu Svansdóttur um rúm- ar tvær sekúndur.



Dagur Fannar Íslandsmeistari í 400 m grinda-hlaupi á nýju HSK meti í sínum flokki.

Ótrúlegur viðsnúningur í Eyjum

KNATTSPYRNA Ótrúlegur viðsnúningur varð í leik ÍBV og Selfoss í Pepsi-Max-deildinni fyrir verslunarmannahelgi. Eftir að Selfyssingar leiddu í hálf-leik 0-2 voru það heimakonur í ÍBV sem tryggðu sér 3-2 sigur í kaflaskiptum leik.

Tiffany McCarty kom Selfyssingum yfir á fyrstu mínútum leiksins með skalla eftir háa sendingu frá Clöru Sigurðardóttur. Tuttugu mínútum síðar skoraði Dagný Brynjarsdóttir úr vítaspyrnu.



Selfyssingar þurfa að hysja upp um sig buxurnar fyrir næsta leik. Ljósmynd: Fótbolti.net/Haflíði Breiðfjörð

ÍBV tók við sér í síðari hálfleik og minnkaði Olga Sevcova muninn eftir aðeins fimm mínútur. Eyjastúlkur jöfnuðu á 85. mínútu þegar Kristjana Kristjánsdóttir skoraði. Það var svo Miyah Watford sem gerði sigurmark ÍBV á lokamínúttunum.

Selfyssingar eru sem fyrr í fjórða sæti deildarinnar með 10 stig en ÍBV lyfti sér upp í sjötta sæti með 9 stig. Vegna hertra regla um samkomur á Íslandi er óljóst hvenær næst verður leik í deildinni.

Viðburðum frestað vegna Covid

UMF. SELFOSS Í ljósi þeirra aðstæðna sem uppi eru í samfélaginu hefur þurft að fresta og breyta ýmsum viðburðum á vegum UMF. Selfoss. Skemmst er að minnast þess að Unglinga-landsmóti UMFÍ sem halda átti á Selfossi um verslunarmannahelgina var frestað um ár.

Um seinustu helgi áttu Brúarhlaup Selfoss og Meistaradeild Olís í knattspyrnu að fara fram á Selfossi á sama tíma og

bæjarhátíðin Sumar á Selfossi. Þegar hert var á reglum um sóttvarnir í lok júlí tóku frjálss-íþróttadeild og knattspyrnudeild þá ákvörðun að fresta þessum viðburðum sem hafa verið haldnir um árabil.

Var það samhljóða ákvörðun deildanna að sýna samfélagslega ábyrgð með því að fresta viðburðunum. Skoðað verður á næstu dögum hvort mögulegt verður að halda viðburðina í lok

ágúst eða byrjun september.

Búið er að fresta fjórnum leikjum meistaraflokka í knattspyrnu og bættist það við fjölda viðburða sem heimsfaraldurinn hefur haft áhrif á í starfsemi Ungmennafélagsins en þar má m.a. nefna að úrslitakeppnin í handbolta var felld niður í vor.

Það er von okkar og trú að með sameiginlegu átaki takist okkur að komast í gegnum faraldurinn fljótt og vel.

Æfingar yngri flokks

HANBOLTI Handboltaæfingar yngri flokka hefjast mánu- daginn 17. ágúst, æfingátímar verða auglýstir á heimasíðu deildarinnar www.selfoss.net og á samfélagsmiðlum. Handknattleiksdeild UMF. Selfoss leggur mikla áherslu á að hafa

vel menntaða og reynslumikla þjálfara og hefur verið mikill stöðugleiki í mannaáðningum undanfarin ár. Yngri flokka starfið hefur verið í fremstu röð undanfarin ár og deildin vex og dafnar á hverju ári.



JÁVERK-völlurinn



Laugardaginn kl 16:00

2. deild karla

Sunnudaginn kl 18:00

JÁVERK-völlurinn



Góður árangur Selfyssinga á Rey Cup

KNATTSPYRNA Alþjóðlega knattspyrnumótið Rey Cup fór fram í Laugardalnum í Reykjavík í lok júlí. Selfoss átti fimm

lið í 4. flokki á mótinu og gekk þeim heilt yfir vel. Miklar framfarir voru hjá öllum liðum bæði í sigrum og ósigrum.



Strákarnir í 4. flokki léku til úrslita í keppni A-liða en urðu að láta í minni pokann gegn öflugum Víkingum frá Reykjavík. Ljósmynd: UMF. Selfoss/Gissur Jónsson

Leikmenn mánaðarins

Knattspyrnudeild Selfoss
Ágúst 2020



Rakel Ingibjörg Svendsdóttir
Leikmaður 6. flokks kvenna



Atli Dagur Guðmundsson
Leikmaður 4. flokks karla

selfossfotbolti

selfoss.net/knattspyrna

FUNDIR

**KRABBAMEINSFÉLAG
ÁRNESÝSLU**
Símatími alla virka daga
frá kl. 13:00 til kl. 16:00
sími 788 0300.

Al-Anon Selfossi
Al-Anon fundir á þriðjudögum
kl. 20:00, nýliðafundur
kl. 20:30 fundur, Hrísholti 8

Al-Anon
Al-Anon fundur - Einn dagur
í einu. Laugardagsmorgnum
kl. 10, Hrísholti 8, Selfossi.

AA
Mán. kl. 21 - AA fundur
Þrið. kl. 12:05 - AA fundur
Þrið. kl. 19 - AA konufundur
Mið. kl. 19:30 - AA fundur
Fim. kl. 20 - AA karlafundur
Fös. kl. 20:30 - AA fundur
Lau. kl. 21 - AA Opinn fundur
Sun. kl.11 - AA fundur
Sun. kl. 21 - AA fundur
AA Hrísholti 8, Selfossi.
Nánari upplýsingar á aa.is.

AA Sporgöngufólk f. alla
Bókasafn
Hafnarberg 1 - 815 Þorlákshöfn
Klukkan 10:30-11:30 Sunnudag.

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

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

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

BÍLAR

KIETTUR
Bifreiðaverkstæði
Sími 482 4012, Hrísmýri 3, Selfossi
Þjónustuskodanir Heklu-bifreiða og
almennar bílaviðgerðir.
Hjólástillingar
HEKLA
Dekkja- og smurþjónusta
Sími 482 4069

AFB SKÁLINN
Gagnheiði 11
800 Selfossi
Sími 482 2200
GSM 894 2277
Fax 482 2777
Yfirbyggingar – Réttingar
Bílamálun – Rúðuskipti

KIRKJUR

Skálholtsdómkirkja
Guðsþjónusta sunnudag kl. 11.
Sr. Egill Hallgrímsson annast
prestþjónustuna. Allir eru vel-
komnir.

Selfosskirkja
Guðsþjónusta sunnudaginn 16.
ágúst kl. 11. Kirkjukórinn syngur,
organisti Ester Ólafsdóttir,
prestur Guðbjörg Arnardóttir.
Helgihald miðast við nágildandi
fjöldatakamarkir og tveggja
metra regluna.

ÞJÓNUSTA

BR FLUTNINGAR
S: 662-1122
Daglegar ferðir
SELFOS - REYKJAVÍK
SUÐURLAND

ICECOOL

Bifreiða- og breytingaverkstæði
Gagnheiði 51, Selfossi
Sími 482 1361 - gunni@icecool.is

KJARNABÓKHOLD

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

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

Ráð í rekstri !

Hjá Maddy ehf.

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

**Bókhald - ráðgjöf
skattskil**

**Þjónusta við
einstaklinga og
fyrirtæki**

Persónuleg þjónusta

TIL LEIGU

Stúdíó íbúð til leigu
25 m² ný stúdíó íbúð. Full búin.
Innifalið rafmagn, hiti og sjón-
varp. Langtímaleiga í boði. Leiga
90 þús. Nánari upplýsingar á
netfanginu:
ellaogjulli@internte.is.

ÓSKA EFTIR

Aupair
Þýsk fjölskylda búsett í Stuttgart,
leitar að aufer fyrir pössun
þriggja barna á aldrinu 2 - 6 ára
og aðstoð á heimili. Aldur minnst
18 ára og þýskukunnátta skil-
yrði. Upplýsingar:
barbara.k.schreiner@outlook.com

Vanur smiður
Vanur smiður getur bætt við sig
verkefnum, parketlöggn, inn-
réttingar, og önnur smærri verk-
efni. Sími 867 4369.

Óska eftir gefins kettling
Óska eftir gefins kettlingi. Uppl. í
síma 761 5319.



Sími 482 1944
dfs@dfs.is

Týnda djásn Suðurlands

Selfoss, þar sem lífið á sér stað er þungamiðja í auglýsingaherferð sem fór í gang í fyrra. Falleg sjónvarps- og samfélagsmiðlaauglýsing sem vakti mikla athygli. Nú er verið að byggja miðbæ sem mun án efa setja stóran svip á Selfoss. Eins og auglýsingarnar gefa til kynna þá er Selfoss höfuðstaður Suðurlands en hvaða höfuðstaður er ekki með menningarhús? Inni á Hótel Selfossi er ókláraður menningarsalur. Það eru eflaust margir sem hafa ekki hugmynd um að sveitarfélagið eigi stóran og glæsilegan menningarsal sem hefur staðið auður síðan 1986. Þessi stóri salur tekur rúmlega 300 manns í sæti, sviðið er eitt af stærstu sviðum á Íslandi með prýðilegri búningaaðstöðu og kjallara undir öllum salnum. Með því að klára að byggja þennan sal getur Leikfélag Selfoss, ásamt öðrum leikfélögum, sett upp enn stærra sýningar í fullkláruðum sal. Hægt væri að halda enn stærra ráðstefnur og fyrirlestra, fólk myndi fylla salinn oft og mörgum sinnum ef haldnir væru tónleikar. Það þarf að leggja lokahönd á menningarsalinn sem hefur staðið auður inni í miðju hóteli í rúm 34 ár. Slagorð auglýsingaherferðar-



innar sem kostaði um 40 milljónir var *Selfoss, þar sem lífið á sér stað* en það á svo sannarlega ekki við um menningarlífið. Það er kominn tími til að klára menningarsalinn svo menningarlífið okkar eigi samastað. Hugsið ykkur alla þá frábæru viðburði sem gætu blómstrað í menningarsalnum okkar. Leiksýningar, tónlistarviðburðir, aðstaða fyrir kóra, tónleikar Sinfoníunnar, jólatónleikar, söngvakeppnir og leiksýningar Fjölbauta-skólans og stórar ráðstefnur. Möguleikarnir eru margir. Salur-

inn er til og verður einn glæsilegasti menningarsalur á landsbyggðinni. Það þarf bara að taka ákvörðun að klára salinn því Selfoss á að vera staður þar sem lífið og menningarlífið á sér stað. Ungmennaráð Árborgar skorar á Mennta- og menningarmálaráðherra og Sveitarfélagið Árborg til að fullklára menningarsalinn. Það er synd og skömm að það sé ekki löngu búið að gera það.

Fyrir hönd Ungmennaráðs
Árborgar:
Kristín Ósk Guðmundsdóttir

Bændur gæta landsins



Myndina af pallinum og fossinum tók Jóna Björk Jónsdóttir. Hún tók líka myndina af stígunum. Lilja Magnúsdóttir tók myndina af fossinum.

Það er gaman að eiga náttúruperlu en það er ekki auðvelt þegar þær eru í alfaraleið. Þannig háttar til með Fagrafoss sem er í Geirlandsá, rétt við veginn upp að Laka. Flestir þeir sem gera sér ferð upp í Laka skoða fossinn, sem ber nafn með rentu. Við fossinn er góður útsýnispallur sem kostaður var af Kötlu jarðvangi og styrk frá Landsbankanum. RR tréverk smíðaði pallinn og Valmundur Guðmundsson í Eystra-Hrauni handriðið en Kári Kristjánsson, landvörður, kom með hugmyndir að útliti pallans. En það var eftir að leggja góðan stíg að pallinum. Það var dapurlegt að sjá landið vaðast út,

gróið land verða að drullusvaði vegna þess hve margir fóru að fossinum.

Það eru til lausnir og fjármagn en það þarf að hafa fyrir því að sækja í sjóði til að byggja upp. Þetta vita bændurnir og landeigendurnir í Mörtungu á Síðu en útsýnisstaðurinn að Fagrafossi er í Mörtungulandi. Þær Jóna Björk Jónsdóttir og Rannveig Ólafsdóttir gengu fram fyrir skjöldu til bjargar umhverfinu. Þær sóttu um styrki til að gera pallinn og nú síðast sóttu þær um styrk til Framkvæmdasjóðs ferðamanna-staða til að bæta og afmarka bílastæði og leggja göngustíg úr mól frá bílastæðinu að útsýnis-

pallinum. Það þurfti að færa stíginn fjær gljúfrinu og lagfæra gróðurskemmdir. Mikil áhersla var lögð á að stígurinn væri fær hreyfihömluðum.

Þegar styrkurinn var kominn í hús var næsta verkefnið að semja við vertaka um að vinna verkið. Það var Helgi Kjartansson á Fossi á Síðu sem tók að sér verkið. Helgi mætti með tæki og tól haustið 2019, vann verkið fljótt og vel og Valmundur Guðmundsson smíðaði nýtt hlið á stíginn. Þegar farið er að Fagrafossi í dag eru allar skemmdir að gróa upp og breiður og aðgengilegur stígurinn lítur út eins og hann hafi alltaf verið þarna. -LM

Pollýönnuleikurinn

Gunna
Stella

Á dögunum ákvað ég að hlusta á bókina Pollýönnu. Ég man eftir að hafa lesið þessa bók sem barn og hafði virkilega gaman af þá sem nú. Það þekja margir söguna um Pollýönnu og þá gleði og jákvæðni sem fylgdi henni. Hún var þakklát fyrir það sem lífið gaf henni. Hún sá glasið hálf fullt en ekki hálf tómt. Þetta var henni ekki eðlislegt í fyrstu. Hún þurfti að læra að temja sér þetta hugarfar með hjálp þabba síns.

Það er auðvelt að verða neikvæður og dapur þegar lífið gengur ekki eins og maður vildi. En það er mikilvægt að læra að telja blessanir sínar og allt það góða sem lífið býður upp á þrátt fyrir að við höfum ekki fulla stjórn á öllu því sem gerist. Fríð er búið, sagði Víðir Reynisson á dögunum. Smitum hefur fjölgað og aftur stöndum við sem þjóð frammi fyrir samkomutakmörkunum. Við höfum þó ekki þurft að beita jafn hörðum sóttvarnaaðgerðum og mörg önnur lönd í kringum okkur. Við höfum búið við frelsi. Vinafólk okkar hjóna býr á Indlandi.

Með nokkura klukkustunda fyrirvara var þeim tilkynnt að enginn mætti fara úr húsi nema til að kaupa nauðsynjar og þá einungis einn í einu.

Vikurnar liðu og þau fögnuðum þeim tíma þegar þau máttu fara út með ruslið. Hreyfingin sem þau fengu var sú að ganga upp og niður stiga-ganginn í blokkinni sem þau búa í. Það er greinilega betra að búa í blokk á Indlandi hvað þetta varðar, það gera ekki allir.

Við getum komist í gegnum þetta ef við erum tilbúin að hlýða Víði og gera það sem þríeykið segir okkur. En við ættum ekki bara að komast í gegnum þetta. Við skulum líta á þetta sem tækifæri til að fara í Pollýönnu leikinn og reyna að finna eitthvað jákvætt við þeim aðstæðum sem við erum í hverju sinni. Við upplifum okkur ef til vill ekki eins frjáls eins og fyrir Covid -19 en við búum samt við frelsi. Við getum verið úti í náttúrunni. Við

getum virt sóttvarnir en samt sinnt félagslegum tengslum. Við getum gert góðverk t.d. með því að færa einhverjum sem er í sóttkví



eitthvað gott úr bakaríinu. Við getum lesið meira, prjónað meira, spilað meira og jafnvel fundið ný áhugamál. Það

góða við þessar aðstæður er að við getum lært að meta það sem við höfum.

Á dögunum fékk maðurinn minn hálsbólgu og varð slappur. Hann fékk fljótlega að komast að í Covid sýnatöku. Mér fannst skrítið að sofa ekki í sama herbergi og hann á meðan beðið var eftir niðurstöðum. Mér fannst líka skrítið að „mega“ ekki koma við hann. Þegar niðurstaðan kom og það kom í ljós að hann var ekki með Covid þá fögn-

uðum við. Við þurftum ekki að vera „aðskilin“ lengi en það að mega ekki koma við maka sinn sem maður elskar heitt kenndi mér að vera þakklát fyrir það sem maður tekur flesta daga sem sjálfsögðum hlut. Ég tek ofan fyrir þeim einstaklingum sem hafa verið eða eru í sóttkví og einangrun dögum og vikum saman. Þið eigið hrós skilið.

Ég hef mikla trú á því að við fáum styrkinn og kraftinn til að takast á við þær aðstæður sem við lendum í hverju sinni ef við viðurkennum tilfinningar okkar, hreyfum okkur reglulega og tökum okkur tíma til hugleiðslu og bænar. Eftirfarandi bæn hefur hjálpað mér mikið. Þessa bæn (fyrsta hluta hennar) þekja margir en hún er eftir bandaríska guðfræðinginn Reinhold Niebuhr.

Guð - gef mér æðruleysi til að sætta mig við það sem ég fæ ekki breytt, kjark til að breyta því sem ég get breytt og visku til að greina þar á milli.

Að lifa einn dag í einu,

njóta hvers andartaks fyrir sig, viðurkenna mótlæti sem fríðarveg, með því að taka syndugum heimi eins og hann er, eins og Jesús gerði en ekki eins og ég vil hafa hann og treysta því að þú munir færa allt á réttan veg ef ég gef mig undir vilja þinn svo að ég megi vera hæfilega hamingjusamur í þessu lífi og yfirmáta hamingjusamur með þér þegar að eilífðinni kemur. Amen.

Gangi þér vel að takast á við þær aðstæður sem þú stendur frammi fyrir núna í þínu persónulega lífi. Ekki takast á við þær á hörkunni eða hnefanum. Það er betra að takast á við þær einn dag í einu og jafnvel eitt andartak í einu.

Ég deili reglulega jákvæðum skilaboðum inn á Instagram og Facebook. Ef þú vilt fylgja mér þar þá er nafnið einfalt: Gunna Stella.

*Kærleikskveðja til þín,
Gunna Stella*

ÉG VIL VINNA MED ÞÉR

Vilt þú verða hluti af faglegum, duglegum og skemmtilegum hópi starfsfólks á KFC? Hefurðu áhuga á að vinna fyrir eina stærstu skyndibitakeðju heims og eiga möguleika á að vinna þig upp og þróast í starfi? Við bjóðum upp á sveigjanlegan vinnutíma og frábæra stemningu á vinnustað.

ÓSKUM EFTIR STARFSFÓLKI Á KFC SELFOSSI

Við leitum að skipulögðum og framtakssömum einstaklingum á vaktir 2-2-3 eða í 100% starf. Aðeins 18 ára og eldri koma til greina.

Starfssvið:

• Þjónusta við viðskiptavini,
• þökkun og afgreiðsla á mat, þrif,
• undirbúningur á morgnana og
• frágangur á kvöldin.

Hæfniskröfur:

- Góð íslenskukunnátta
- Metnaður í starfi
- Góð almenn tölvukunnátta
- Geta til að vinna hratt og örugglega undir álagi
- Reynsla af veitingaþjónustu
- Þarf að geta hafið störf strax

Hefur þú áhuga að slást í hópinn? Fylltu út umsóknarformið á www.kfc.is/atvinna
Fyrirspurnir um störf sendist á barbara@kfc.is
Upplýsingar á staðnum: Sandra, Kfc Selfoss, sími: 570 6743

KFC®





Ellíði Vignisson, bæjarstjóri Sveitarfélagsins Ölfuss og Sigurbjörn Óli Ágústsson, framkvæmdastjóri Einingaverksmiðjunnar takast í hendur að loknu samkomulagi um flutning Einingaverksmiðjunnar í Ölfusið.

Einingaverksmiðjan flytur í Ölfusið

Einingaverksmiðjan og Sveitarfélagið Ölfus hafa nú komist að samkomulagi um að starfsemi Einingaverksmiðjunnar flytjist í Ölfus. Til þess að það verði mögulegt verður ráðist í byggingu á allt að 4000 fermetra iðnaðarhúsum, gerð efnissílóa og fleira á Nessandi, nýskipulögðu iðnaðarsvæði í útjaðri Þorlákshafnar.

Einingaverksmiðjan hefur í hátt í 30 ár sérhæft sig í framleiðslu forsteypra eininga til byggingaframkvæmda. Fyrirtækið er í forystu á sínu sviði og býr yfir mikilli þekkingu á þessu hagkvæma og viðurkennda byggingarformi en hjá fyrirtækinu starfa milli 40 og 50 starfsmenn.

Sveitarfélagið Ölfus hefur markað sér sérstöðu þegar kemur að uppbyggingu tengdri atvinnustarfsemi og skipulagi hagkvæmra og hentugra lóða undir hverskonar fyrirtækjarekstur í útjaðri borgarinnar. Innviðaupbygging svo sem hvað varðar orkuafhendingu, aðgengi að vatni og uppbyggingu hafnar hefur verið markviss og hröð. Það gerir sveitarfélaginu mögulegt að mæta þörfum fyrirtækja á uppbyggjandi og hagkvæman máta.

„Það er afar áægjulegt að finna áhuga stórra sem smárra fyrirtækja á því að velja sér framtíðarstaðsetningu hér í Sveitarfélaginu. Áherslur okkar í skipulagsmálum hafa gert það að verkum að við getum boðið upp á allar stærðir lóða á einstaklega hagkvæmu verði hér í úthverfi borgarinnar. Þá hefur gengið vel að bæta aðgengi að orku, vatni og fl. Við finnum einnig sterkt að vöxtur hafnarinnar styrkir svæðið verulega. Einingaverksmiðjan er rótgróið fyrirtæki sem við þekkjum vel og hjá okkur ríkir tilhlökkun eftir því að fá þau sem liðsmenn í þá sókn sem hér er,“ segir Ellíði Vignisson bæjarstjóri Ölfuss í fréttatilkynningu.

Sigurbjörn Óli Ágústsson, framkvæmdastjóri Einingaverksmiðjunnar segir að Ölfus sé að þeirra mati ekki eingöngu eitt helsta vaxtarsvæði á landinu með skýra sýn á innviðaupbyggingu heldur sé þar skilningur á hagsmunum fyrirtækja eins og þeirra „Við hjá Einingaverksmiðjunni höfum frá upphafi lagt metnað okkar í að veita húsbýggjendum fjárhagslegt svigrúm til að njóta lífsins. Það gerum við meðal annars með því að bjóða gæða-

vöru á hagstæðu verði. Til þess að það sé hægt þurfum við ætíð að vera að leita að hagkvæmum og heppilegum leiðum til að þróa rekstur okkar. Sú ákvörðun að staðsetja okkur í Ölfusi er tekin með það að leiðarljósi. Hér hefur okkur verið úthlutad lóð sem gerir okkur mögulegt að taka næstu skref með hagsmuni okkar þjónustuþega í huga. Við höfum fulla trú á komandi samstarfi og stefnum að því að hefja framkvæmdir á næstu dögum.“

Stálsmiði



- Stálinnréttingar
- Stálfestingar
- Ákeyrsluvarnir
- Sérsmiði

Andraco ehf

Lynghæð, Urriðafossvegi, 803 Selfossi.
Andri64@simnet.is | Sími 868 5876

BÓNÆÐGAR



Gagnheiði 51 - Selfossi
Símar 482 2327 - 848 2327
- Sækjum og skilum -

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

expert kæling
Sími 660 2970
Uppsetn. og viðhald á kæli- og frystikerfum
Ísskápa viðgerðir - Almennar raflagnir

DFS.IS
Fáðu tilboð í
auglýsingapakka í
blaðið og á vefinn!
Sími 482 1944
dfs@dfs.is

Jiibbiíi
Siggaferðir
- Flutningaþjónusta -
Selfoss - Reykjavík f.h. og e.h.
Reykjavík - Selfoss f.h. og e.h.
Reykjavík - Selfoss
Hella - Hvalsóllur
Sími 772 6010

Rétting og málun
Vottað rétttingaverkstæði
Cabas tjónaskoðun
Breiðumýri 1, Selfossi
Sími 480 8020

FYLGD
Útfararþjónusta
Gísli G. Guðmundsson Svanhildur Eiríksdóttir Elfar F. Sigurjónsson
Vistvænar íslenskar kistur, krossar og legsteinar
Sími 482 4300 • www.fylgd.is • fylgd@fylgd.is

BRAM AF VINATUI!
BYKO Selfossi

VÉLSMIÐJA SUÐURLANDS ehf
Selfossi Gagnheiði 5 Sími: 482 1980
Efnissala
Rennismiði
Innréttingar
Járnsmiði
Gagnheiði 5, Selfossi
Sími 482 1980

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

Sprettur
ÁBURÐUR
Skeljungur
Lúðvík Bergmann, Viðskiptastjóri
GSM: 840 3009

Bílasprautun - Bílaréttingar
Bílrúðuskipti
Bilverk BA
- þar sem fagmennurinn vinnur
★★★★★ Vottað verkstæði
Gagnheiði 3 - Selfossi
Sími 482 2224 / 899 5424 - bilverkba.is

Lagnaþjónustan ehf
Pípulagnir - Efnissala
482 2311 696 2311
Skrifstofa Þjónustusími
25. ára

NYTT
Vinnuvélanámskeið
á netinu!
www.vinnuvelaskolinn.is