

Múlakotsskóli fær andlitslyftingu



Múlakotsskóli var starfræktur frá 1909 til 1971. Mynd: Lilja Magnúsdóttir.

Múlakotsskóli á Síðu er 111 ára gamalt hús sem kúrir undir hlíðinni í Múlakoti. Nýlega voru settir nýir gluggar og skipt um klæðningu á suðurhlíð skólans og lítur hún út eins og ný. Það var Þuríður Benediktssdóttir sem var formaður Menningarmálanefndar Skaftárhrepps sem hafði veg og vanda af því að fá styrk frá Minjastofnun og láta smíða glugga í skólann. Benedikt Lárusson, húsasmiðameistari, var svo fenginn til að vinna verkið.

Múlakotsskóli er merki-legt hús en þar var skólastarf til ársins 1971 að nemendur af Síðunni fóru í Kirkjubæjarskóla á Kirkjubæjarklaustri. Árið 1907 voru sett fræðslulög sem skylduðu öll sveitarfélög til að sjá börnum á aldrinum 10 - 14 ára fyrir skólagöngu og fræðslu. Hörgslandshreppur tók þessi fyrirmæli alvarlega og byggði tvo skóla, á Kálfa-

felli og í Múlakoti, og hófst skólastarf 1909 á báðum stöðum. Múlakotsskóli er eitt fárra skólahúsa frá þessum tíma sem enn stendur og er vel við haldið. Húsið var friðað 1982.

Það er athyglisvert að það voru aðeins tveir skólastjórar í Múlakotsskóla, feðgarnir Þorlákur Vigfússon og Bjarni sonur hans. Voru þeir jafnframt bændur í Múlakoti. Sólrún Ólafsdóttir á Klaustri kenndi við skólann einn vetur, 1966 - 1967, en þá var Bjarni veikur. Sólrún minnst þessa vetrar með mikilli gleði, hún hafði gaman af að kenna krökkunum. Þá var bara einn kennari sem kenndi allar greinar. Það voru tvær deildir, yngri og eldri, og var hvor deild tvær vikur samfelld í skólanum, en þá var skipt. Sólrún var sjálf nemandi í Múlakotsskóla en hún ólst upp á Þverá. Á þeim árum hjólaði hún í skólann á mánudögum en gisti yfir vik-

una hjá fjölskyldunni í Múlakoti. Henni leið vel í skólanum og segir að Bjarni hafi verið afbragðskennari, sagði krökkunum frá mörgu sem ekki stóð í bókunum og kenndi þeim þannig að margt situr enn í minninu.

Í Múlakotsskóla var skólastarf á daginn en á kvöldin og á tyllidögum var húsið menningarhús. Þar var kosid, fundað og þar voru haldin þorablót, jólatrésskemmtanir og dansleikir. Minnst Sólrún þess að hafa komið á dansleiki í húsinu allt frá 12 ára aldri, var oft þröng á þingi og mikið dansað. Eftir að skólahald lagðist af hafa listamenn fengið að gista og vinna í húsinu, vísindamenn hafa hreiðrað um sig, saumastofan Hnúta var þar um tíma og síðast var Pokastöðin, sem saumaði margnota burðarpoka, með aðstöðu í Múlakotsskóla.

-lm

Meðhöndlun sorps á tímum Covid-19

Almennt séð ætti að reyna að koma í veg fyrir smit eða hættu hjá þeim sem vinna við sorphirðu. Almennar leiðbeiningar ættu að miða við það að starfsfólk í sorphirðunni þurfi ekki að meðhöndla neitt sorp. Eftirfarandi punkta ætti að hafa í huga þegar gengið er frá sorpinu:

- Almennt sorp þarf að vera í vel lokuðum pokum og ekki má yfirfylla tunnurnar.
- Smitaðir einstaklingar þurfa sérstaklega að gæta að því að snýtibréf og annað sem sóttmengað getur talist fari í vel lokuðum pokum í Gráu tunnuna.
- Umfram sorp sem ekki kemst í tunnurnar skal skila á gámasvæði. Það þurfa íbúar að sjá um sjálfir.
- Þar sem hólf er innan í tunnunum skulu íbúar fjarlægja innra hólfíð úr tunnunni og



setja lífræna sorpið beint í almennu tunnuna meðan ástandið varir.

Samkvæmt heimildum er sorp sem fer til endurvinnslu enn sem komið er unnið með sama hætti. Það gæti þó breyst og verður þá auglýst sérstaklega af sorphirðufyrirtækjunum. Íbúar eru hvattir til að fylgjast vel með upplýsingum hjá sínu sveitarfélagi hvornig ber að haga úrgangsmálum hverju sinni.

Krónan á Hvolsvelli hugsar um sína

Í ljósi aðstæðna í samfélaginu ígreip verslunarstjóri Krónunnar á Hvolsvelli til sinna ráða til að sinna þeim sem eru í áhættuhópi sem best. „Í ljósi nýrra aðstæðna sem við upplifum nú í dag hef ég ákveðið að reyna að auðvelda þeim sem eru í áhættuhópi innkaup sín. Starfsmenn Krónunnar ætla að bjóða fram aðstoð sína með því að taka til vörur fyrir viðskiptavinum (eins og er þá er ekki hægt að bjóða slíka þjónustu fyrir alla, þess vegna leggjum við áherslu á viðskiptavinum okkar sem eru í áhættuhópi).“ segir í tilkynningu frá Guð-

mundi. Blaðið hafði samband við Guðmund sem sagði að verkefnið hafi farið rölega af stað. „Fólk er ánægt með þetta og hrósar okkur fyrir framtakið. Þetta er aðeins farið að aukast núna og fólk er afar þakklátt fyrir það að geta fengið svona þjónustu.“ Guðmundur segir að hann muni reyna að halda þessu úti eins og hægt sé og það sé gott að geta hjálpað til í samfélaginu með þessum hætti. Þeim sem þurfa á aðstoð með þetta að halda er bent á að hafa samband við Guðmund, netfangið: guðmundur@kronan.is.

-gpp



Brrr...
Það er farið að kólna.
Nú er rétti tíminn til að
yfirfara og stilla hitakerfi og
snjóbræðslur fyrir veturinn.

**PÍPULAGNIR
HELGA**

Selfossi - S. 699 1985 / 823 6656

snögg og góð
þjónusta

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



Neyðarsími 660 1160

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



UNDRALAGNIR
ÖLL ALMENN PÍPULAGNINGAÞJÓNSTA

SÍMI 8484768
UNDRALAGNIR@GMAIL.COM
JÓN KARL LINDAL PÍPULAGNINGAMEISTARI



Búslóðaðflutningar og vörudreifing
Sendibílar Suðurland 820 3880, Tómas

Við erum að leita að þér!

Útbreiðsla Covid-19 veirunnar getur orðið til þess að valda erfiðleikum við að veita þjónustu og skapað álag á vissum starfsstöðvum þar sem sinnt er þjónustu við viðkvæmustu hópana, t.d. aldraða, fatlaða og börn. Á það ekki einungis við um sérhæfð störf lækna, hjúkr-unarfólks eða annarra sérfræðinga, einnig getur reynt á að það skorti fólk til að starfa í eldhúsum og mötuneytum, við ræstingar og fleira.

Heilbrigðisstofnun Suðurlands og sveitarfélögin á Suðurlandi biðja einstaklinga sem búsettir eru á Suðurlandi og geta tekið að sér margvísleg störf, víðsvegar á svæðinu, á næstu tveimur mánuðum, að skrá sig til starfa. Sem dæmi má nefna störf á hjúkrunarheimilum, heimilum fyrir fatlað fólk, í dagdvölum og skammtímavistunum.

Rafrænt skráningarform bakvarðarsveitar í velferðarþjónustu má finna á www.stjornarradid.is. Um getur verið að ræða fullt starf, hlutastarf eða tímavinnu. Ráðningarsamningur verður á milli einstaklingsins og viðkomandi stofnunar eða sveitarfélags, eftir því sem við á hverju sinni. Laun taka mið af kjarasamningum víðeigandi stéttarfélags og þess sveitarfélags eða stofnunar sem um ræðir hverju sinni. Nánari upplýsingar er að finna með skráningarforminu.

Díana Óskarsdóttir, forstjóri HSU
Formenn almannavarnanefnda á Suðurlandi:
Ágúst Sigurðsson
Ásta Stefánsdóttir
Matthildur Ásmundardóttir



HEILBRIGÐISSTOFNUN
SUÐURLANDS



Nemendur taka þessu almennt af yfirvegum



Eins og öllum er kunnugt var framhaldsskólum lokað og nemendur skikkaðir í fjarnám. Við slögum á þráðinn til Sólmundar Magnúsar Sólmundssonar, nemanda í FSu og spurðum hann um breytta veruleika. Kappinn var léttur að vanda og taldi þetta ekki stórmál.

Myndbandsfundirnir skondnir, en venjast

Hvernig er kórónufaraldurinn að leggjast í nemendur svona almennt? „Nemendur taka þessu almennt af yfirvegum. Það er auðvitað óþægileg óvissa í kringum skólann og hvort hann sé yfir höfuð að fara að opna aftur fyrir sumarið. En flestir taka bara einn dag í einu, það sem mun gerast gerist bara og við verðum að vinna í kringum

það. Þeir nemendur sem eru í sóttkví virða það eftir því sem ég best veit, þeir átta sig á mikilvægi þess og eiga foreldra sem hjálpa þeim í gegnum þetta.“

Nú hefur væntanlega umgjörð námsins breyst aðeins, hvernig er að venjast því? „Það er ekkert mál að venjast þessu, við fáum allar upplýsingar frá kennurum og maður hefur allan tíma í heiminum að klára verkefni sín þannig að það ættu flestir að ráða við þetta. Það tekur ca. 2 skipti að venjast myndbandsfundunum og hafa þessir fyrstu verið svolítið skondnir,“ segir Sólmundur.

Nemendastarf liggur niðri

Sólmundur er formaður nemendafélags FSu og því liggur beint við að spyrja um félagslífið og nemendaráðið. „Allt félagsstarf liggur náttúrulega niðri og nemendafélagið liggur nú niðri og mun ekki hefja aftur störf fyrr en það fer að sjá fyrir endann á þessu. Við erum að skoða hvað við getum gert varðandi aðalfundinn okkar og stjórnarskipti en öðru erum við ekki að vinna í eins og stendur. Við brugðum á það ráð að kjósa nýtt nemendaráð rafrænt í gegnum Innu og tókst það vel

en kjórsókn var svipuð og vanalega þrátt fyrir nýtt snið. En eins og ég segi þá verður bara allt svona starf að liggja niðri og við verðum bara að bíða og sjá hvað næstu vikur bera í skauti sér.“

Smit í skólanum kom ekkert á óvart

Þegar Sólmundur er inntur eftir viðbrögðum vegna veikinda kennara segir hann þær fréttir ekki hafa komið mikið á óvart. „Þetta er stór skóli með nemendum og starfsfólki sem koma víða að og auðvitað var mögulegt að smit kæmi upp. Enginn nemandi smitaðist eftir því sem ég best veit og sendi ég batakvæðjur á kennarann.“

Vakna þegar mig lystir – fyrir hádegi samt

Það er vafalítið nokkuð sem þarf að hafa dálítið fyrir að halda rútínu. Hvernig gengur það? „Rútinan hjá mér er ósköp þægileg þessa dagana. Ég vakna þegar mig lystir (alltaf fyrir hádegi samt) vinn svo þau verkefni sem þarf að vinna í fjarnáminu og nýti svo lausa tímann í hluti sem maður var duglegur að fresta þegar nóg var að gera,“ segir Sólmundur að lokum. -gpp

Skólasamfélagið í Árborg gengur vel þrátt fyrir ástandið

Dagskráin hafði samband við ýmsa aðila varðandi hvernig skólahald gangi. Það er jákvæður tónn í öllum þeim sem standa að skólastarfinu og menn ánægðir með hvernig til tókst að stilla starfinu upp með þeim leiðbeiningum sem lagt var upp með á fundi Svandísar Svavarsdóttur, heilbrigðisráðherra föstudaginn 13. mars sl.

Samþykkt að færa starfsdaginn

Nær samstundis eftir blaðamannafund Svandísar hóf starfsfólk Árborgar að vinna að málum af miklum krafti. Þorsteinn Hjartarson, sviðsstjóri fjölskyldusviðs sagði í samtali við blaðið að: „Strax eftir blaðamannafund Svandísar Svavarsdóttur, föstudaginn 13. mars, funduðu skólastjórnendur í Árborg með m.a. sviðsstjóra fjölskyldusviðs og að höfðu samráð við formann fræðslunefndar og bæjarstjóra var samþykkt að færa til starfsdag frá 18. mars til mánudagsins 16. mars. Það var kynnt nær samstundis á Árborgarvefnum og tölvupóstur sendur á starfsfólk og foreldra. Það var svo ánægjulegt að sjá

að sambandið lagði einmitt til seinnipart sama dags að fara þessa leið,“ segir Þorsteinn.

Starfið endurskipulagt á met tíma

Svo virðist sem vinnan hafi skilað sér hratt og vel því búið var að leysa úr öllum málum á mánudegi og börnin mættu í sína skóla daginn eftir, en sum leikskólabörn þurftu að vera hluta úr vikunni heima. „Í grunnskólunum eru aðstæður auðvitað mismunandi hvað varðar húsnæði og nemendafjölda sem þarf að taka til. Kannski ekki eins mikill munur á leikskólunum en þar eru þó aðstæður einnig mismunandi. Allar áætlanir voru unnar fljótt og vel um helgina og á mánudeginum og lagðar í kjölfarið fyrir viðbragðsstjórn Árborgar. Skólastjórnendur og starfsfólk eiga mikið hrós skilið fyrir það að geta endurskipulagt starfið á met tíma og þá heyrir mér að nemendur og foreldrar sýni þessu mikinn skilning,“ segir Þorsteinn um aðgerðir sem Sveitarfélagið Árborg réðist í. -gpp



Símaat í Neyðarlínuna – málið rætt við viðkomandi

Barn gerði að leik sínum að hringja í Neyðarlínuna og tilkynna um eld og leggja á við svo búið. Símtalið var rakið í heimahús og lögregla og slökkvilið sent á vettvang. Þegar viðbragðsaðila bar að garði kom í ljós að ekki reyndist fótur fyrir tilkynningunni. Að ósk foreldra var rætt við barnið um hvernig nota eigi neyðarnúmerið Einn – Einn – Tveir.

Mikilvægt að foreldrar ræði málið við börnin sín

Svona símaat getur orðið til þess að teifa fyrir því ef mál af alvarlegri toga bera að og bjargir upp-tekna annarsstaðar. Það er þó rétt að foreldrar kenni börnum sínum snemma að nota númerið og fari vel yfir það með þeim hvernig það skal gert og hvernig það virkar. Þá ber að brýna fyrir þeim að númerið sé ætlað í neyð, en banki hún að dyrum sé rétt að hringja í númerið umsvifalaust og leita aðstoðar.





HEIMSENDINGA ÞJÓNUSTA



Vegna ástandsins í samfélaginu þessa dagana
bjóðum við upp á fría heimsendingu
af matseðli á Skalla, Selfossi

Lágmarkspöntun 4000 kr.
Sendum heim milli kl. 12 og 20
Símgreiðsla í boði

Skalli

Sá svalasti í bænum

www.skalli.is - facebook.com/skalliselfossi - Sími 483 1111

Helga Guðrún Lárusdóttir, hrósari vikunnar:

„Allir leggja sitt af mörkum og uppskera eftir því“

Ég vil byrja á því að þakka henni Selmu minni kærlega fyrir hlý orð í garð okkar dagforeldra í Árborg.

Guð má vita að góð og gleðileg tíðindi eins og þetta hrós ylja meira nú á tímum en nokkurn tímann áður, takk elsku Selma.

Ég vil sjálf hrósa öllu framúrskarandi fólkinu víðsvegar um landið sem eyðir öllu sínu púðri í að halda samfélaginu okkar gangandi á þessum forðamálausu tímum.

Heilbrigðisstarfsfólkið okkar er algjörlega ómetanlegt og á allt hrós skilið fyrir að standa í fremstu vöðunum við þessa ógn sem stöðjar að og skelfir unga sem aldna.

Þau vinna myrkurana á milli og gera allt hvað þau geta til þess að annast okkur öll, þrátt fyrir stóraukið álag sem liggur eins og mara yfir öllu þessa dagana.

Teymi almanna-varna sem færir okkur daglega fréttir af framvindu mála hefur staðið sig með stakri þrýði og finn ég helst fyrir trausti þegar ég fylgist með þeim svara spurningum fjölmiðla af stóiskri ró og yfirvegum.

Viðbragðsaðilar standa sig sömuleiðis eins og hetjur og eru sannarlega ómissandi á tímum sem þessum.

Samfélagið má með réttu þakka fyrir hin ýmsu störf þeirra, sem hafa alls ekki verið af skornum skammti þetta árið.

Hvort sem það eru náttúruhamfarir, veirusýkingar, steypubílar eða óveður sem bjóða þeim birginn þá standa þau sína plikt.

Starfsmenn í verslunum og á veitingastöðum sem gera sitt besta til að koma til móts við mjög svo skyndilega og snarþreytta eftirspurn.

Starfsmenn borgar og sveitarfélaga sem sjá um að allt nái að ganga eins eðlilega og hægt er fyrir fólkið í landinu.

Það krefst mikils af mörgum að skipuleggja takmarkað starf á stórum vinnustöðum en allir leggja sitt af mörkum og uppskera eftir því.



Álagið eykst vitanlega undir þessum kringumstæðum og finnst mér ótrúlega vel að verki staðið að ná að halda skólum opnum að einhverju leyti svo að geðheilsa barna og foreldra haldist að mestu í lagi í þessari steik sem nútíminn er.

Ég er ánægð að sjá hversu mikið af hugmyndum að afþreyingu heimavið fyrir börn og fullorðna kemur úr klárum kollum í gegnum samfélagsmiðla og beint heim til okkar, það er ekki sjálfgefið að fólk gefi svona af sér.

Síðast en alls ekki síst vil ég hrósa þeim sem snerta mig hvað mest, þeim sem þrátt fyrir allt sem á undan er gengið hugsa um börnin okkar.

Á tímum sem þessum geta þau gefið af sér vitneskju, kærleik, hlýju og alúð sem börnin okkar þurfa svo innilega á að halda í bláköldum veruleika nútímans.

Það að geta látið það dýrmætasta sem maður á í hendurnar á fólki sem kann sitt fag, miðlar þekkingu og reynslu, veitir stuðning, utanumhald og nóg af þolinmæði og gerir sitt allra besta til þess að börnunum líði sem best, hverjar sem aðstæður í lífi þeirra eru, er algjörlega ómetanlegt.

Takk fyrir okkur, þið eruð öll ómissandi og ég er þakklát fyrir að tilheyra þessari litlu, samheldnu þjóð.

Ég vil að endingu skora á hana ömmu mína, Helgu Ragnheiði Einarasdóttur sem átti einmitt afmæli í síðustu viku, að koma með hrós næstu viku.



Sunnlenski matgæðingurinn



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

Matgæðingur vikunnar er Óli Jón Ólason.

Ó, kæra vinkona, Erla Berglind, nú komstu mér í vandræði. Eins og þú veist á ég engar uppskriftir, það er bara dass af þessu og hinu. Ég þakka fyrir frábæra uppskrift hjá þér í síðustu viku og get vottað það að súpan var aldeilis meiri háttar. Ég skorast hins vegar ekki undan góðri áskorun og ætla að koma með þriggja rétta kvöldmáltíð sem er einfalt að gera og er fyrir fjóra.

Forréttur

Baconvafðar rækjur Orly

bacon
rækjur, stórar
hrisgrjón
franskt sætt sinnep
sýrður rjómi (18%)
hellmanns mayonnaise
saffran (hægt að nota túrmerik)
einn stór bjór
djúpsteikingarfeiti
efni í Orly deig

Sósa:

Takið 4 teskeiðar af sýrðum rjóma og eins af mayonnaise og blandið vel saman. Bætið í ¼ teskeið af salti og ½ teskeið af svörtum pipar (grófmöluðum) og 1 matskeið af frönsku sinnepi. Blandið vel saman og látið standa í ísskáp í að minnsta kosti 1 klst. (betra ef það er lengur).

Rúllur:

Vefjið rækjum inn í bacon-sneiðar (ca. 4-5 rækjur í hverja sneið) ég nota tannstöngul úr tré til að halda þeim saman. Gott að miða við 2-3 rúllur á mann.

Orly deig:

100 grömm af hveiti, 1 egg, pipar og salt eftir smekk hvers og eins. Blandið þessu vel saman í skál og hrærið síðan bjórnum út í þangað til deigið verður passlega þykkt (svipað og pönnukökudeig). Gott er að setja restina af bjórnum í glas ef maður verður þyrstur.

Setjið hrisgrjón í pott (ca. 5-6 matskeiðar) og vatn og kryddið með smá salti og saffran eða túrmerik.

Hitið upp djúpsteikingarfeiti. Hún þarf að vera vel heit. Dýfið rúllunum í orly-deigið og steikið þangað til þær eru orðnar gullinbrúnar. Takið úr pottinum og leggið á bökunarpappír.

Eg ber þetta venjulega fram á diskum fyrir hvern og einn og bæti við einhverju góðu salati.

Aðalréttur

Sitrónupiparsteiktur skötuselur framreiddur með hasselback kartöflum, rötargrænmeti og humarsósu.

1 kg af skötusel
4 stk. bökunarkartöflur
½ lítri rjómi
rötargrænmeti að eigin vali
humarkraftur (ég nota Oskar hummer fond)
sitrónupipar
sitrónur

Hitið ofninn í 200 gráður og bakið kartöflurnar í ca. 40 mínútur. Skerið skötuselinn niður í ca. 1 cm þykkar sneiðar. Skerið rötargrænmetið niður í litla teninga, bræðið smjör á pönnu og steikið grænmetið. Kryddið með flögusalti eftir smekk. Setjið hveiti á disk og kryddið með salti og sitrónupipar eftir eigin smekk. Setjið pönnu á eldavélina og olíu á pönnuna og látið hana verða vel heita. Steikið skötuselinn ljósbrúnan á báðum hliðum, takið af pönnunni og leggið á bakka. Hellið síðan rjómanum á pönnuna og ca. 1 matskeið af humarkrafti úti, látið rjómann sjóða vel og kreistið ½ sitrónu úti. Smakkið til með salti og pipar eða humarkrafti eftir eigin smekk. U.þ.b. 1-2 mínútum áður en þið berið þetta fram, látið skötuselinn á pönnuna og látið hann liggja í sósunni þar til þið setjið hann á diskinn.

Eftirréttur

Crème Brulée Grand Marnier

500 ml rjómi
1 vanillustöng
1 tsk. vanillusykur
6 eggjarauður
3 matskeiðar Grand Marnier



100 g sykur + meiri sykur í lokin ca. 1 tsk. ofan á hvert form

Hitið ofninn í 150°C (blástur).

Skerið vanillustöng í tvennt eftir endilöngu og skafið fræin innan úr henni. Hellið rjóma í pott, bætið vanillufræjum og stöng og Grand Marnier í pottinn og hitið að suðu. Lækkið hitann og leyfið rjómanum að malla í fimm mínútur. Peytið eggjarauður og sykur þar til blandan verður létt og ljós. Hækkið aftur hitann þegar rjóminn er búinn að malla í fimm mínútur og náðið upp suðu, sigtið rjóma-blönduna og hellið henni saman við eggja-blönduna. Hrærið vel í og skiptið niður í litil form. Þessi uppskrift dugir í sex til átta form eða eitt stórt form. Setjið formin í eldfast mót og hálf-fyllið formið með heitu vatni. Vatnið á að ná upp að miðju litlu Crème Brulée formanna. Með því að fylla eldfasta mótið með heitu vatni tryggir það jafnari bakstur á eftirréttnum. Bakið við 150°C í 50 – 55 mínútur. Kælið eftirréttninn MJÖG vel áður en þið ætlið að bera hann fram, best er að gera hann deginum áður og kæla hann í ísskáp á meðan. Stráið smávegis af sykri yfir hvert mót og bræðið, þið getið notað sérstakt eldhúslogsuðutæki eða einfaldlega með því að setja undir grillið í ofninum (fylgist mjög vel með, það tekur nefnilega enga stund fyrir sykurrinn að bráðna).

Ég skora á nágranna minn, hann Guðna Ragnarsson, að koma með skemmtilega uppskrift í næstu viku. Ég er nokkuð viss um að hann sé listakokkur eftir að hafa smakkað gúlassúpuna hans á kjötsúpuháttidinni okkar sl. haust.

DAGSKRÁIN
FRÉTTABLAÐ SUÐURLANDS

Útgefandi: Dagskráin, Eyraveggi 25, 800 Selfoss, sími 482 1944, fax 482 2835, dagskrain@prentmet.is.

Ritstjórn: Gunnar Páll Pálsson, sími 856 0673, gunnar@prentmet.is.

Auglýsingar: Katla Harðardóttir, sími 482 1944, katla@prentmet.is

Dagskráin kemur út á hverjum miðvikudegi. Allt efni og auglýsingar berist í Prentmet, Eyraveggi 25, Selfossi, fyrir hádegi á mánudögum. Upplag 9700 eintök.

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

ISSN 1670-407X

Svansmerkið, Prentgripur, 1041 0858



Visnagátur-höf. Ármann Dalmanncsson - Útg. Bókautgáfan SKRUDDA

Gáta vikunnar

Ég er sífellt sauðarhaus, þó svip ég breyti.
Fiskimönnum feng ég veiti,
frama listamönnum heiti.

Svar við gátu í blaði 2540: TÖNN.

1. lína: Ýtutönn - 2. lína: Tönn í manni

3. lína: Hefiltönn

82%

Sunnlendinga lesa
Dagskrána í hverri viku

Fáðu tilboð í auglýsingar í
s. 482 1944 eða á auglysingar@dfs.is.



Það er margt sem má dunda í sóttkví

Við vonum auðvitað að kórónupestin herði ekki takið á okkur og fari nokkuð áreynslulaust hér um. Bjartsýni segja margir, en sjálfsagt veitir ekki af því. Við höfum samband við nokkra sem hafa verið í sóttkví og hafa haft sína fjórtán daga til að finna upp verkefni á hverjum degi. Kíkjum á það helsta sem fram kom.

Held ég sé búin að þrifa allt þrjátíu sinnum

Húsmóðir í Ölfusinu sagði í samtali við blaðið að hún væri búin að þrifa í gegnum tuskurnar á heimilinu. „Sko það veitti ekki af, get ég sagt þér. Draslið sem maður sankar að sér. Ég er búin að taka allt sem ég vil losa mig við af óþarfa, setja í poka og gera klárt til að fara með á gámasvæðið þegar ég má það. Þangað til bíður það í bílskúrnun, karlinum til ómældrar skemmtunar eða þannig. Svo er ég búin að þrifa allt þrjátíu sinnum og er komin í gegnum tuskurnar,“ segir viðmælendinn hlæjandi.

Göngutúr, bækur og tónlist

Karlmaður hefur ásamt konu sinni stundað það að fara í göngutúra á hverjum degi, lesa bækur og hlusta á tónlist. „Ég hugsa að geðheilsunni hafi best verið borgið með því að fara út að ganga. Við höfum bara farið á bílnum hér út fyrir bæinn þar

sem við mætum engum. Þar höfum við rölt í rölegheitunum. Við höfum alltaf kaffi og smávægis að maula með og stoppum úti til að njóta þess. Við höldum þessu áfram þegar þessu lýkur. Svo eru það bara bækurnar frá jólum sem ég hef ekki komist í að lesa. Tónlistin er svo mikilvæg fyrir mig og ég hlusta gjarna á hana svona þegar ég dotta í sófanum. Ég og við hlökkum reyndar alveg til að losna úr þessu og fara að geta mætt í vinnu.“

Næstum búin að selja börnin en þetta er að hafast

„Guð minn góður sko. Það eru allir að kafna úr „cabinfever“ hérna, segir viðmælendi skelli-hlæjandi. En nei, nei, ég er alveg pollróleg. Það gengur vel. Fjölskyldan hefur stutt okkur með matarsendingum við dyrnar og því hefur ekki skort á neitt hjá okkur. Manni finnst þetta samt ekkert mikið miðað við hvað hefur gengið á úti í heimi. Það verður að muna það að þessir dagar eru ekkert miðað við það.

-gpp



Sveitarfélagið Degaicai óskar eftir samstarfi við Rangárþing ytra

Laima Jakaite kom til fundar við byggðaráð Rangárþings ytra og kynnti erindi sitt. Það er sveitarfélagið Degaicai sem óskar eftir vinabæjasamskiptum við Rangárþing ytra með það fyrir augum að sækja um í sérstaka sjóði í Litháen sem styrkja slíkt samstarf. Hugmyndin til að byrja með væri að heimsækja Rangárþing ytra, kynnst menningu og stjórnskipulagi og skiptast á hugmyndum. Byggðaráðið telur að hugmyndin sé mjög góð og lagði til við sveitarstjórn að samþykkja að taka þátt í samstarfinu. Á fundi sveitarstjórnar var málið tekið fyrir og samþykkt samhljóða. Sveitarstjóra er svo falið að vera tengiliður í málinu fyrr hönd sveitarfélagsins og finna samstarfinu farveg.

-gpp



Fjölbrautaskóli Suðurlands vinnur dyggilega með nemendum sínum

Í samtali við Olgu Lísu Garðarsdóttur, skólameistara FSu kemur fram að vel hafi gengið að koma nemendum af stað í breyttu umhverfi. „Verk-námskennarar sníðu lokavíkuna í samræmi við yfirvofandi lokun, kenndu verklegt og geymdu það bóklega og því stóðu þeir ágætlega. Munu kenna fagbóklegt í verknáminu á meðan á lokun stendur, fram að páskum en setja fókus á verklegt nám eftir páska og út önnina. Flestir nýta Innu og svo Teams til að vera í beinum samskiptum við hópa og einstaklinga innan þeirra sem gengur vel,“ segir Olga.

Nemendur sem standa höllum fæti fá góða aðstoð

Ljóst er að námið er krefjandi í fjarvinnu og getur haft áhrif á nemendur sem standa höllum fæti fyrir. „Kennarar vísa nemendum sem eru í námsvanda eða mæta illa í námið (rafrænt) á námsráðgjafa sem hringja í nemendur og/eða styðja þau af öllum mætti. Ráðgjafarnir eru svo duglegir að nýta heimasíðu

námsráðgjafa og Instagram reikning sinn til að setja inn hvetjandi upplýsingar til nemenda. Sálfræðingur skólans tekur nemendur í viðtöl í gegnum síma og það virkar vel.“

Rafrænar kaffipásur í sumum deildum

Nú er ákveðin fjarlægð í svona fjarvinnu, hefur það engin áhrif? „Kennarar eru í góðum samskiptum sín á milli og skiptast á upplýsingum og leiðbeiningum sín á milli til að hjálpast að. Í sumum deildum hittist fólk rafrænt í kaffipásunum. Tölvusnillingarnir okkar hafa einnig aðstoðað fólk í að ná sambandi og tengjast í allar áttir. Einnig hafa þeir stutt nemendur sem vantað hefur leiðsögn í upphafi náms. Við reynum að styðja þá tvo kennara sem veiktust en annar er á batavegi en hinn virðist ekki veikjast mikið. Þeir hafa sinnt nemendum í veikindunum. Þau okkar sem eru í sóttkví höfum það fint og erum partur af hópnum. Allir passa uppá hvern annan,“ segir Olga að lokum. -gpp

DFS.is
FRÉTTAVEFUR SUÐURLANDS

Ferskar fréttir á hverjum degi!
Kíktu við!

Tryggðu þér bíl fyrir páskana

Gott úrval bíla fyrir ferðalagið. Kynntu þér úrvalið á bilasalaselfoss.is



TOYOTA COROLLA S/D ACTIVE P

Árgerð 2016, ekinn 41 þús. km, bensín, 1598 cc, 132 hð, sjálfskiptur, framhjóladrifinn.

Raðnúmer: 391192

2.850.000 kr.



VW POLO COMFORTLINE

Árgerð 2016, ekinn 104 þús. km, bensín, 1197 cc, 90 hð, sjálfskiptur, framhjóladrifinn.

Raðnúmer: 994445

1.490.000 kr.



SKODA OCTAVIA COMBI

Árgerð 2018, ekinn 59 þús. km, dísil, 1968 cc, 150 hð, beinskiptur, fjórhjóladrifinn.

Raðnúmer: 994498

3.690.000 kr.



KIA CEED SW LX

Árgerð 2018, ekinn 74 þús. km, dísil, 1582 cc, 136 hð, sjálfskiptur, framhjóladrifinn.

Raðnúmer: 994711

2.750.000 kr.



KIA SPORTAGE EX

Árgerð 2018, ekinn 56 þús. km, dísil, 1995 cc, 136 hð, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn.

Raðnúmer: 994486

4.490.000 kr.



HYUNDAI I20 CLASSIC

Árgerð 2018, ekinn 63 þús. km, bensín, 1248 cc, 75 hð, beinskiptur, framhjóladrifinn.

Raðnúmer: 994404

1.840.000 kr.



KIA SORENTO EX

Árgerð 2018, ekinn 98 þús. km, dísil, 2199 cc, 200 hð, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn.

Raðnúmer: 994747

4.650.000 kr.



KIA SPORTAGE EX

Árgerð 2018, ekinn 100 þús. km, dísil, 1995 cc, 136 hð, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn.

Raðnúmer: 994806

3.290.000 kr.

Birt með lýrnara á vefbreytingum, innsláttavillum og myndavísi

BÍLASALA SELFÓSS

Hrísmýri 3 · 800 Selfoss
Sími 480 4000 · bilasalaselfoss.is

Opnunartímar
Mán-fös 9-17, lokað um helgar

Pú finnur okkur á Facebook
facebook.com/bilasalaselfoss

FUNDIR

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

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

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

AA
Mán. kl. 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.

OA
Áttu erfitt með að hætta að
borða? OA 12 spora fundir
Overeaters Anonymus alla
þriðjudega kl. 17:30 Hrísholti 8.

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.

**Geðræktarmiðstöðin
Batasetur Suðurlands**
Miðvikudaga kl. 10-14
Kaffi Líf (við hliðina á Nettó)
Föstudaga kl. 10-12 í Strók
facebook.com/batasetur

FUNDIR

Aðventistar
Laugardaginn 28. mars 2020
verður lokað í safnaðarheimili
aðventista á Eyravegi 67 vegna
samkomubanns. Í staðinn er
tæknin notuð en streymi verður
á Youtube og valið er
Adventkirkjan í Reykjavík.
Samkoma byrjar kl. 11 og guðs-
þjónusta kl. 12.

ÞJÓNUSTA

BR FLUTNINGAR

S: 662-1122
Daglegar ferðir
SELFOSS - REYKJAVÍK
SUÐURLAND

ICECOOL

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

KJARNABÓKHALD

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

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

Ráð í rekstri !

Hjá Maddý ehf.
Eyravegi 27 - 800 Selfoss
s. 482 3454 - maddy@maddy.is
**Bókhald - ráðgjöf
skattskil**
**Þjónusta við
einstaklinga og
fyrirtæki**
Persónuleg þjónusta

HEILSA

Hugurinn,
líkaminn
og sálin

Sákvæðar hugsanir breyta deginum
Energy Touch • Nudd • Nálastungur • Nívítund
Sími 6932197
Ragnhildur Sigurðardóttir
Cand magi í þróttaræðum
Jökuroðulliræði
Ham, Yoga, NLP Master/Coach www.thesunflower.is

NÁMSKEIÐ

Endurmenntun Lbhi
Námskeið fyrir þig!
Jurtalitun
5. júní í Hespúhúsinu við Selfoss hjá
Guðrúnu Bjarnadóttur náttúrufræðing

endurmenntun@lbhi.is
endurmenntun@lbhi.is • 433 5000

Endurmenntun Lbhi
Námskeið fyrir þig!
Indigo litun
6. júní í Hespúhúsinu við Selfoss hjá
Guðrúnu Bjarnadóttur náttúrufræðing

endurmenntun@lbhi.is
endurmenntun@lbhi.is • 433 5000

BÍLAR

KIETTUR
Bifreiðaverkstæði
Sími 482 4012, Hrísmýri 3, Selfossi
Þjónustuskoðanir Heklu-bifreiða og
almennar bílaviðgerðir.
Hjólástillingar

Dekkja- og smurþjónusta
Sími 482 4069

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

DAGSKRÁIN
FRÉTTABLAÐ SUÐURLANDS
Sími 482 1944
dfs@dfs.is

Frá Gunnari og Guðbjörgu
í Selfosskirkju

Þetta eru undarlegir og skýrtn-
ir tímar sem við erum öll að
takast á við þessa dagana. Í kirkj-
unni værum við einmitt núna að
undirbúa fyrstu fermingarnar,
upplifa og finna með fermingar-
börnunum tilhlökkunina verða
meiri og meiri og við prestarnir
hlökkum til að ganga inn kirkju-
na með fermingarbörnunum,
þau í hvítu kyrtlunum sínum,
kirkjan full af fólkinu þeirra,
fólkið í sínu besta þússi, gleði-
tár á hvarmi og við finnum öll
hvað þetta er mikil hátíðarstund í
þeirra lífi. Við biðjum fyrir þeim,
þeim sem eru framtíðin og það
er trú, von og kærleikur í loftinu.
Þessari tilhlökkun fór síðustu
daga hægt og rólega að vikja
fyrir óvissunni, kvíðanum og
var svo endanlega kippt í burtu
með samkomubanni. Við sem
eldri erum vitum að þetta er ekki
það versta en hafandi sjálf verið
unglingar vitum við að þetta er
stórmál fyrir þeim einmitt núna.
Þessir tímar eru það fyrir okkur
öll á einhvern hátt. Tímar þar
sem við finnum fyrir kvíða, ótta
og óvissu. Bestu ráðin við því eru
oft að fara og hitta fólkið okkar,
faðma það og eiga innihaldsrík-
ar samverstundir en jafnvel það
er ekki lengur það sem okkur
er ráðlagt. Frí sem átti að fara í
til uppbyggingar verður ekki,
atvinnuöryggi ekki lengur svo
tryggt og fótunum kippt undan
mörgum. Allt þetta verðum við
að ávarpa og fá að segja upphátt,
segja við hvað við erum hrædd-
ust, hverju kvíðum við mest, af
hverju höfum við áhyggjur. Seg-
um þetta upphátt, skrifum þetta
niður, tölum um það.

Á þessum tíma erum við í
kirkjunni líka von að vera að
undirbúa okkur undir eina af
stórhátíðum kirkjunnar, páskahá-
tíðina sem er hátíð vonarinn-
ar, upprisunnar. Hátíðinni sem
minnir okkur á og segir okkur
að vonin sigrar alltaf, ljósið brýt-
ur sér alltaf leið út úr myrkrinu,
það er alltaf von, það birtir alltaf
upp á ný og aftur kemur vor í
dal, eins og sagt er. Lífið sigrar
og við munum labba með ferm-
ingarbörnunum inn kirkjugólf-
ið á þeirra hátíðardegi. Þó að
við upplifum einmitt núna svo
margar erfiðar tilfinningar þá
munu þær á endanum vikja fyrir
betri og glöðværi tilfinningum.

Kannski lítum þá til baka og
höfum lært að meta eitt og annað
í lífinu betur sem við höfum áður
tekið sem sjálfsögðum hlutum.
Við finnum líka öll fyrir djúpu
þakklæti til allra þeirra sem
standa vaktina fyrir okkur öll,
þau sem daglega birtast á blaða-
mannafundum eða öðrum við-
tölum en líka þau sem sjást ekki,
vinna á bakvið tjöldin. Skólana
sem gera sitt besta til að raska lífi
barnanna sem minnst, þau sem
hughreysta og sinna þeim sem
ekki má heimsækja.

Við í kirkjunni erum einmitt
vön að geta kallað til okkar þau
sem vilja á venjulegum sunnu-
degi í messur, daglegar bæna-
stundir, starf með börnum og
unglingum og einmitt þegar
hvað mest bjátar á, bjóða í opn-
ar bænastundir. Nú höfum við
verið kölluð til að finna nýjar
leiðir til þess að miðla trú okkar,
von og kærleika. Það eru margar
kirkjur að gera með ólíkum hætti
og flest af því hægt að finna á
netinu. Við í Selfosskirkju mun-
um nota einmitt samfélagsmiðl-
ana, Facebook og Instagram til
að koma boðskap vonarinnar á
framfæri. Við munum líka fara
í það á næstu dögum að hringja
í fólk sem við vitum að kemst
kannski ekki að heiman eða ekki
má heimsækja. Það má líka endi-
lega hringja í okkur, óska eftir
samtali.

Besta ráðið í öllu því sem nú
dynur yfir okkur og samfélagið
í heild - fyrir utan að fylgja til-
mælum yfirvalda og gæta að ár-
vekni og skynsemi í umgengni
og þrifnaði - er náungakærleikur
fyrst og síðast, samstaða, góð-
vild, hjálpssemi og hlýhugur í
garð hvers annars. Og einmitt
það hefur orðið svo sýnilegt og
áþreifanlegt undanfarna daga og
vikur. Megi það verða það sem
við tökum með okkur áfram
þegar þessi faraldur er genginn
yfir. Ekkert er stærra eða meira
en kærleikurinn, eins og Páll
postuli minnir okkur á. Og þegar
allt annað er frátalið er það kær-
leikurinn sem varir. Leyfum því
kærleikanum og góðvildinni,
trúnni og voninni að leiða okkur
í sameiningu í gegnum þennan
óvissutíma.

Sr. Guðbjörg Arnardóttir og
sr. Gunnar Jóhannesson,

Tilkynning frá Bókasafni Árborgar

Bókasafn Árborgar hefur nú
stýtt opnunartímann í 10 -
18 á virkum dögum, við höldum
laugardagsopnun áfram enn um
sinn frá 10-14. Þannig getum
við skipt okkur í tvö lið og von-
andi þjónað samfélaginu
aðeins lengur en
ella. Við þrífum
bækurnar með
sóththreinsandi
efnum og
setjum þær
í „sóttkví“ í

a.m.k. 15 tíma áður en þær fara
út aftur. Eins og allir reynum við
að virða tveggja metra mörk-
in við annað fólk og fara yfir
snertifleti á safninu oft á dag.

Því miður verðum við að
taka leikföng, kaffi
og blöðin úr um-
ferð í bili skv.
þeim regl-
um sem
landlæknir
er nú að
gefa út.

Við ætlum að reyna að koma á
heimsendingarþjónustu í næstu
viku og munum setja símanúmer
á heimasíðu og Facebook-síðu
safnsins eftir helgina. Fyrstu
um sinn verður það bara á Sel-
fossi svo sjáum við til hvernig
veður, færð og mannaflí spila
með okkur í því.

En eins og einhver sagði
meðan ekki er hægt að ferðast í
raunheimum þá bera bækurnar
okkur til fjalægra staða, sólkerfa
jafnvel og þangað er gott að leita

og hlú að sjálfum sér og sínum,
ímyndunaraflinu og sköpunar-
gáfunni meðan ósköpin ganga
yfir.

Annars bara góðar og þokka-
lega glaðar og hlökkum til að sjá
ykkur.

Bókasafnsdömur

P.s. Á þessum tímum breytast
hlutirnir hratt svo endilega kíkið
á Facebook-síðuna okkar til að
fá upplýsingar.

»DFS.IS

Fáðu tilboð í
auglýsingapakka í
blaðið og á vefinn!



Sími 482 1944
dfs@dfs.is



Kokkurinn á HSU fær hrós frá ánægðum sjúklingi

Það er alltaf gaman þegar fólk leggur það á sig að senda okkur inn hrós fyrir vel unnin störf í samfélaginu. Innliggjandi sjúklingur á HSU á Selfossi hafði samband við Dagskrána og vildi koma á framfæri þökkum sínum til kokksins. „Ég er mjög ánægður með matinn hérna.

Sjúkrahúsmatur er venjulega ekkert til að hrópa húrri yfir, en það má hrópa ferfált húrri fyrir þessum matreiðslumanni. Kokkurinn á mikið hrós skilið.“ Þessum skilaboðum er komið á framfæri í þessum krefjandi aðstæðum í þjóðfélaginu okkar.

-gpp



Óskað eftir ráðningu ferða- og markaðsfulltrúa í Hveragerðisbæ

Íbréfi frá stjórn Ferðamála-samtaka Hveragerðis er óskað eftir að Hveragerðisbær ráði í stöðu ferða- og markaðs-málafulltrúa hjá bænum til að bregðast við þeim vanda sem stöðvar að mörgum fyrirtækjum sem eru í ferðaþjónustu innan sveitarfélagsins í kjölfar Covid-19. Fram kemur í fundargerð bæjarráðs að ráðið deili áhyggjum rekstraraðila í sveitarfélaginu af afkomu ferðaþjónustunnar og atvinnulífs í landinu.



samfélaginu. Þá er tekið fram að ríkisstjórn og Samband íslenskra sveitarfélaga ásamt fjölmörgum öðrum aðilum vinni að aðgerðapakka til aðstoðar ferðaþjónustufyrirtækjum og öðrum í vanda. „Ráðning ferða- og markaðsfulltrúa er eitt af þeim verkfærum sem gripið verður til. Bæjarstjóra verður falið nánari útfærsla í samráði við Ferðamálasamtökin og aðra hagsmunaaðila þegar mál taka að skýrast.-gpp

Fylgst verður grannt með stöðu mála

Bæjarráð mun fylgjast grannt með stöðu mála næstu daga og vikur og grípa til nauðsynlegra aðgerða í takti við ástandið í



Starf í Grunnskólanum í Hveragerði felld niður

Ákveðið var að fella niður starf í Grunnskólanum í Hveragerði fram til 3. apríl nk. Ákvörðunin var tekin í samráði við fræðslufyrirvöld, bæjarstjórn og sóttvarmayfirvöld á Suðurlandi. Áfram mun skólinn taka við nemendum í 1. – 4. bekk frá foreldrum á forgangslista. Í tilkynningu frá skólanum segir að margar ákvarðanir hafi verið teknar á síðustu dögum við flóknar og erfiðar aðstæður. Allir séu á sama báti og verið sé

að heyja orrustu við hættulegan vírus. „Þann slag vinnum við saman, en í hæfilegri fjarlægð hvert frá öðru.“ Það sem meðal annars er sett til grundvallar ákvörðuninni er að ætlunin sé að verja nemendur og starfsfólk fyrir smiti í skólanum. Upp hafi komið smit í starfsmannahópnun og nýir einstaklingar þurftu að fara í sóttkví. Þá er vilji til þess að komast hjá því að börn sem hafi verið í sóttkví þurfi að fara aftur í það.

-gpp

Íþróttir

Efni sendist á dfs@dfs.is

Tvær sveitir frá HSK á bikarkeppni 15 ára og yngri



Keppendur HSK í bikarkeppni 15 ára og yngri. Mynd: Guðbjörg Viðarsd.

Tvö lið frá HSK tóku þátt í Bikarkeppni 15 ára og yngri, sem haldin var í Laugardalshöllinni á dögunum. A-sveit HSK varð í 4. sæti með 75,5 stig eftir

harða keppni við FH um 3. sætið, en að lokum munaði hálfu stigi á liðunum. B-sveit HSK varð í 6. sæti með 58 stig. Glímufélagið Ármann varð bikarmeistari með

93,5 stig og Ármann varð í öðru sæti með 88,5 stig.

Eitt HSK-met var sett á mótinu en Selfyssingurinn Þorvaldur Gauti Hafsteinsson hljóp 1.500 m hlaup á 4:59,75 mín. sem er héraðsmet í flokki 13 ára drengja. Gamla metið var 5:09,83 mín. og var í eigu Goða Gnýs Guðjónssonar.

Veigar Þór Víðisson, Garpi, var atkvæðamestur keppenda HSK í stigasöfnun á mótinu, en hann varð bikarmeistari í hástökki, stökk 1,65 m og fékk silfur í langstökki þar sem hann bætti sig og stökk 5,33 m.

Heildarúrslit eru á www.fri.is.

Það vorar á ný

Gangur samfélags okkar hefur raskast mjög á síðustu vikum. Frá sjónarhóli okkar sem stöndum að handboltastarfinu þá áttum við von á annasömum vikum, vikum átaka og uppskeru. Kvennaliðið okkar er að berjast um sæti í úrvalsdeild og karlamir í einu af efstu sætum í Olísdeildinni. Við minnumst vikanna fyrir ári þegar Selfossbær allur var vinrauður og stuðningurinn ómetanlegur. Börnin okkar ættu að vera að uppskera eftir vetrarstarfið, mótin og leikirir framundan, gleði og sorg, foreldrar og aðstandendur að þátttakendur í ánægju og leikgleði barnanna.

Nú er staðan önnur, við lifum óvissutíma, æfingar fallnar niður, leikjum og mótum frestað og ekki er vitað hvernig framhaldið verður. Við vonum að þegar vorar náum við að ljúka mótum vetrarins en það er enn óljóst.

Áhrifin koma víða fram, börnin fá ekki útrás fyrir hreyfipörfina með sama hætti og áður, taktur lífsins og samfélagsins er annar. Við svona aðstæður verðum við öll að sameinast í að verja þá sem veikir eru fyrir, fylgja ráðum og fyrirskipunum. Við þurfum líka að finna aðrar leiðir til að börnin okkar fái útrás og sem betur fer eru mörg tækifæri til þess bæði innan- og utanhúss. Þjálfarar, kennarar og við sem eldri eru þurfum að leggja okkar af mörkum og koma með dæmi, ráð og kennslu fyrir börnin.

Vandamál fylgja þessari stöðu, til dæmis stöndum við í handboltanum nú frammi fyrir því að tekjustreymi okkar af mótahaldi er horfið og þar með



stór hluti af þeirri innkomu sem við þurfum á að halda til að reka starfið okkar. Þegar leikir og mót eru ekki haldin, hverfa líka tekjurnar. Við höldum ótraud áfram og þurfum að leggja meira í fjáraflanir á næstunni. Dæmi um það er sala á klósettpappír og eldhúsrúllum sem nú stendur yfir ásamt árlegu vorhappdrætti okkar í apríl.

Þegar þessi óáran verður afstaðin getum við vonandi sem flest tekið með okkur minningar um samveru og góðar stundir. Vonandi getum við flest fundið eitthvað jákvætt við þessa erfiðu reynslu, sagan sýnir að við Íslendingar erum góðir í að þjappa okkur saman þegar á reynir. Þegar vorar á ný kemst samfélagið vonandi aftur í nýjan og betri takt, börn og fullorðnir fá útrás í heilbrigðri hreyfingu, íþrótta-starfið blómstrar og sigrar vinnast. Vonandi sjáumst við þá sem flest í íþróttahúsunum og á völlum, í hreyfingu, að hvetja börnin okkar og búa til nýjar, góðar minningar.

Þórir Haraldsson, formaður handknattleiksdeildar Umf. Selfoss.

Ísland á iði - 30 mínútur á dag

Nú á tímum samkomubanns og engra formlegra æfinga hjá íþróttafélögum eru Sunnlendingar hvattir til að hreyfa sig.

Ísland á iði í 28 daga - 30 mínútur á dag er Facebook-síða þar sem ÍSÍ mun setja inn fjölbreytta hreyfingu, fróðleik, myndir, myndbönd og almenna skemmtun sem mun nýtast öllum þeim sem áhuga hafa í þær fjórar vikur sem samkomubannið er við lýði.

Það er svo margt sem við getum gert sjálf og mikilvægt að huga að líkama og sál, alla daga, en þó sérstaklega núna. Þátttakendur eru hvattir til að merkja myndir og myndbönd #28dagar og @isiiceland. ÍSÍ er á Instagram undir @isiiceland.

Sukanya blakmaður ársins 2020

Sukanya Thangwairam var Skosin blakmaður Hamars 2020. Hún er ung og efnileg og spilar sem liberó. Súka hefur tekið miklum framförum í vetur. Hún er jákvæð og skemmtileg. Hún stóð sig afar vel í mikilvægum leik í deildarkeppni 3. deildar kvenna í vetur og á mikla framtíð fyrir sér á blakvöllinum.



Allt sem er fjar, fjar, finnst mér vera fallegt, fyrir vin minn...

Það er ekki hægt að láta þeigan síga eða fella niður lykkju þótt umhverfi fyrir nána hittinga eins og vinkunahópa sé ekki eins og best verður á kos-ið. Sei, sei, nei. Allavega fréttum við af dugmiklum konum sem ákváðu að skella saman í „fjarsaumaklúbb“. Já, þið lásuð það fyrst í Dagskránni, Fjarsaumaklúbbur. Spjallið, þrjónas- skapurinn og jahh snakkið þarf ekki að vera langt undan þótt einhverjir kílómetrar skilji að. Sædis Ósk Harðardóttir spjallaði við blaðamann með fjar- tækninni og við fræðumst um málið. „Við bjuggum á tímabili allar á Eyrbakka. Nú erum við dreifðar og búum á Eyrbakka, Selfossi, Reykjavík, Mosfells- bæ og Borgarnesi,“ segir Sædis aðspurð um meðlimi vinkonu- hópsins.

Langaði að heyra betur í hver annarri „læf“

Tæknivætt skal það vera, en enginn ógjörningur. Hvernig datt ykkur til hugar að vera með svona klúbb á netinu? „Hug- myndin að Covid-klúbbi eða fjarsaumaklúbbum kom upp á spjalli okkar á milli á Facebook. Við erum allar mis mikið heima og í vinnu, sem og í alls konar aðstæðum vegna Covid-19, eins og gengur og gerist á meðal al- menningu og okkur langaði að heyra betur hver í annarri „læf“ til að heyra hvernig lífið væri hjá hinum. Auðvitað er hægt að spjalla í textaskilaboðum, eins og við erum duglegar að gera, en



þegar „læf“ samskipti eru orðin fátíðari þá er þörfin meiri fyrir alvöru spjall,“ segir Sædis.

Tæknimálin þurfa ekki að vera flókin

Eruð þið tæknitröll eða er þetta ekkert mál? „Ein okkar hafði nýverið verið á fundi á Zoom og datt þess vegna í hug þessi snilldarhugmynd – hvort við ættum ekki bara að henda í Zoom saumaklúbb! Allar vor- um við meira en til í það, þótt þekking okkar á forritinu væri nú ekki mikil, og önnur stakk upp á kvöldi og tímasetningu og þar með var þetta ákveðið. Miðað við allt og alla þá gekk þetta mjög vel og allar náðu að tengjast inn og langt er síðan við vorum ALLAR mættar í klúbb. Það er kannski líka rétt að benda á það að ein úr hópnum skildi nú ekki hvaða vesen þetta væri með að hringjast á í gegnum Zoom og opnaði myndskilaboð- in á spjallinu okkar (á FB) og

þar með færðist fundurinn okkar þangað og það er náttúrulega lang auðveldasta leiðin,“ segir Sædis.

Hefbundið saumaklúbbs- tilbehør á sínum stað

Nú hefur maður orðið þess áskynja í gegnum þykka vegg sem umlykja gjarna sauma- klúbbana að þar sé lykilatriði að vera með eitthvað á boðstólum til að maula. Hvernig fór það? „Margar okkar höfðu undirbúið sig og voru með eitthvað gott að nasla eða drykk í glasi og kerta- ljós saúst víða. Við mælum svo sannarlega með þessu fyrir aðra klúbba og hvers kyns félags- skap. Heilræðið er kannski að hafa fundarstjóra.“ Og er þetta til eftirbreytni eða nýbreytni öllu heldur? „Upplifunin var a.m.k. mjög góð og gott að geta átt notalega stund saman þrátt fyrir erfiðar aðstæður í samfé- laginu.“ -gpp

Munu kalla eftir fundi við Veitur vegna heitavatnsskorts í Rangárþingi ytra

Áumliðnum misserum hef- Aur margoft þurft að grípa til skömmtnaraðgerða vegna skorts á heitu vatni á veitu- svæði Veitna ohf. í Rangárþingi. Sundlaugum hefur ítrekað verið lokað og íbúar hvattir til að draga mjög úr notkun á heitu vatni. Sveitarstjórn Rangárþings ytra telur þessa stöðu með öllu óviðunandi og er tillaga um að sveitarstjórn Rangárþings ytra óski eftir fundi með stjórn Veitna ohf. varðandi þessa stöðu og hvaða leiðir séu til úrbóta. Sveitarstjóra var falið að undir-



Mynd: Ægir Lúðvíksson

búa slíkan fund og jafnframt að kanna hug nágrannasveitarfé- laga á veitusvæðinu um þátttöku í sameiginlegum fundi af þessu tagi.

BÓNFÉÐGAR



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

Jiibbiíi

Siggafærðir

- Flutningaþjónusta -

Selfoss - Reykjavík f.h. og e.h.
Reykjavík - Selfoss f.h. og e.h.

Reykjavík - Selfoss
Hella - Hvolsvöllur

Sími 772 6010

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
Ísskápaþjónustur - Almennar raflagnir



Slökkvitæki ehf

Hleðsla - Sala - Þjónusta

Austurvegi 52 - Selfossi
Sími 666 9990

Verslum við lítla manninn

hádegistilboð

12:00-16:00



hafidblaa.is

483-1000

12:00-20:00 fim-sun

Rétting og málun

Vottað réttingaverkstæði
Cabas tjónaskoðun

Breiðumýri 1, Selfossi

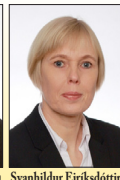
480 8020



FYLGD
Útfararþjónusta



Gisli G. Guðmundsson



Svanhildur Eiríksdóttir



Elfar F. Sigurjónsson

Vistvænar íslenskar kistur, krossar og legsteinar

Sími 482 4300 • www.fylgd.is • fylgd@fylgd.is

Josera

Gæludýrafóður

Fæst hjá
BYKO Selfossi



VÉLSMÍÐJA SUÐURLANDS ehf

Selfossi Gagnheiði 5 Sími: 482 1980

Efnissala
Rennismíði
Innréttingar
Járnsmíði

Gagnheiði 5, Selfossi
Sími 482 1980

Hjólbarðapjónusta Magnúsar

Gagnheiði 25 - Sími 482 2151



Hjólbarðar
Smurþjónusta
Betri vörur - betra verð

Sprettur ÁBURÐUR



Skeljungur
Lúðvík Bergmann, Viðskiptastjóri
GSM: 840 3009



Bílasprautun - Bílaréttingar
Bílrúðuskipti

Bilverk BA

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

Lagnapjónustan ehf

Þípulagnir - Efnissala
482 2311 696 2311
Skrifstofa Þjónustusími

25. ára



NÝTT

Vinnuvélanámskeið á netinu!

www.vinnuvelaskolinn.is