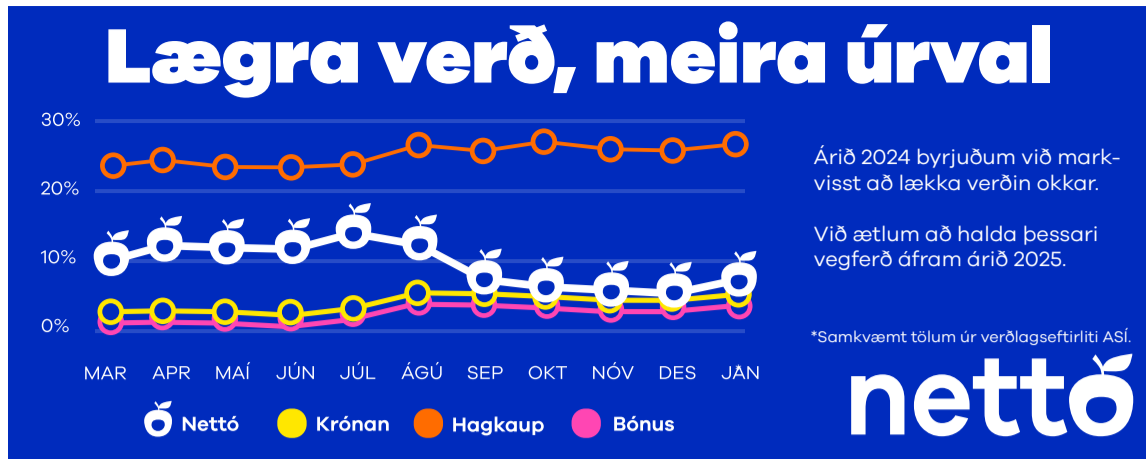




Fólk er opnara  
í dag með hinn  
andlega heim

10-11



# VÍKURFRÉTTIR

MIDVIKUDAGUR 12. FEBRÚAR 2025 // 6. TBL. // 46. ARG.

DREIFT Á SUÐURNESJUM OG Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU • ÓKEYPIS EINTAK



## Ráðhúsið flytur í Keili í lok febrúar

Stjórn Tjarnargötu 12 ehf. hefur veitt Guðlaugi H. Sigurjónssyni, sviðsstjóra umhverfis- og framkvæmdasviðs, umboð til að fara í útbod með niðurrif á Tjarnargötu 12 og heimild til að vinna áfram í breytingum á húsnæði Keilis í samræmi við umræðu á stjórnarfundum Tjarnargötu 12 ehf.

Flutningar á starfsemi bæjarskrifstofunnar tímabundið frá Tjarnargötu og í skólahús Keilis eru áætlaðir í lok febrúar.

Umræður um flutning ráðhússins í Keili og framkvæmdir við niðurrif og uppbyggingu á ráðhúsinu Tjarnargötu 12 voru til umræðu á fundinum.

## Komu í veg fyrir að þakjárn fyki inn á flugvöllinn

Vaskir félagar úr Björgunarsveitinni Suðurnes náðu að koma böndum á þakjárn sem fuk af fjölbýlishúsi við Lindarbraut á Ásbrú í óveðri og raudri veðurviðvörðun í síðustu viku og koma í veg fyrir að þaki myndi fjúka inn á flughlað Keflavíkurflugvallar.

Útkall barst viðbragsaðilum eftir að stór hluti af þaki fjölbýlishúss við Lindarbraut á

Ásbrú hafði fokið í óveðrinu. Myndskeið af því má sjá á vef Vísurfréttu, vf.is. Þegar björgunarsveitarfólk kom á svæðið var veðrið alveg snælduvitlaust, sterkur vindur og lemjandi rigning.

Þakjárníð hafði að hluta stöðvast á ljósastaur við spennistöð á Breiðbraut. Járnið hafði þó einnig náð að fjúka lengra og var töluvert af

járni komið langleiðina að flugvallargirðingunni þar sem Isavia rekur þjónustuhlið við austurhlað Keflavíkurflugvallar. Þar var annar hópur viðbragsaðila af flugvöllinum að fergja járníð.

Björgunarsveitarfólkið vann við erfiðar aðstæður. Vindurinn var mikill og í þann mund sem gerði mikið eldingaveður barði rigningin á öllum af miklu afli. VF/HILMAR BRAGI



## Akstur almenningsvagna í Reykjanesbæ boðinn út

Consensa, fyrir hönd Reykjanesbæjar, hefur óskað eftir tilboðum í akstur almenningsvagna samkvæmt skilmálum útbodslýsingar. Um er að ræða akstur almenningsvagna fyrir þrjár skilgreindar akstursleiðir sem eru hluti af almenningsgöngugækerfi bæjarins.

Tilboðum skal skilað rafrent í gegnum útbodskerfið eigi síðar en kl. 12:00, föstudaginn 7. mars 2025, segir á vef Reykjanesbæjar.



Eru of margir útlendingar í körfunni?

14



Hver dagur er ævintýri

Karen Valdimarsdóttir og Guðrún Sigurðardóttir á leikskólanum Gimli

8-9

- ✓ Reynsla og traust
- ✓ Atvinnuljósmyndun og drónamyndataka
- ✓ Persónuleg og sérsniðin þjónusta
- ✓ Við erum hér til að gera ferlið einfalt og ánægjulegt – frá fyrsta skrefi til loka

Hafðu samband í dag og láttu okkur sjá um fasteignina þína!

**ALLT**  
FASTEIGNASALA  
allt@allt.is | 560-5500

16 SÍÐUR Í ÞESSARI VIKU • STÆRSTA FRÉTTA- OG AUGLÝSINGABLAÐIÐ Á SUÐURNESJUM



# Upprennandi tónlistarsníllingar mátuðu hljóðfæri

Tónlistarskóli Reykjanesbæjar hélt sínar árlegu hljóðfærakynningar fyrir nemendur Forskóla 2 um síðustu helgi en í Forskóla 2 eru öll börn í öðrum bekk grunnskólanna í Reykjanesbæ. Þar gafst börnunum tækifæri til að prófa hin ýmsu hljóðfæri undir leiðsögn tónlistarkennara skólans með það fyrir augum að finna „sitt“ hljóðfæri til að læra á að loknu forskólanámi.



Ekki var annað að sjá en að krökkunum þætti gaman að prófa allskonar hljóðfæri og hafa örugglega einhverjir snillingar fundið sína fjöl fyrir framtíðina.

Ljósmyndari Víkurfréttanna kíkti inn í tónlistarskólann á laugardaginn, hann fékk reyndar ekki að prófa hljóðfærin en náði að smella af nokkrum myndum þar sem krakkarnir voru að spreyta sig.



Frá vinnustofu um nýja sóknaráætlun í Hljómahöll sl. föstudag.

# Vinna að sameiginlegri atvinnustefnu og hvernig megi hafa eggin í fleiri körfum

Samband sveitarfélaga á Suðurnesjum hefur skrifað undir þriðja samninginn við ríkisvaldið um sóknaráætlun Suðurnesja. Um er að ræða fimm ára samning sem gildir fyrir árin 2025 til 2029. Vegna þessa var efnt til vinnustofu um nýja sóknaráætlun í Hljómahöll sl. föstudag. Þar áttu þátttakendur gott samtal um þau verkefni sem skulu vera í forgangi á Suðurnesjum næstu fimm árin.

Sóknaráætlunir landsluta eru unnar á fimm ára fresti og hófst vinna við nýja sóknaráætlun á síðast ári og var vinnunni stýrt af VSÓ. Fundað hefur verið með rýnihópum en áætlað er að drög fari í samráðsgátt í lok febrúar.

Markmið Sóknaráætlunar er að einfalda samskipti ríkis og sveitarfélaga og tryggja gagnsæi við útlutun og umsýslu opinberra fjármuna. Þetta verklag og það traust sem ríkisvaldið sýnir með þessu fyrirkomulagi er ákaflega valdeflandi og til mikillar fyrirmyndar.

Þetta byggir á þeirri framtíðarsýn að þeir fjármunir sem Alþingi ráðstafar hverju sinni af fjárlögum til verkefna í einstökum landshlutum á sviði atvinnumála, byggða- og samfélagsþróunar byggji á sóknaráætlunun hvers landshluta og renni um einn farveg á grundvelli samnings til miðlægs aðila í hverjum landshluta. Til þess að svo megi verða þarf að forgangsraða verkefnum og áherslum hvers landshluta í gegnum sóknaráætlunir.

Sóknaráætlun tekur mið af helstu stefnumörkun ríkisstjórnar og heimsmarkmiðum Sameinuðu þjóðanna.

Berglind Kristinsdóttir, framkvæmdastjóri Sambands sveitarfélaga á Suðurnesjum, segir athyglisvert að samningurinn við ríkið er til fimm ára en ekki fjögurra. Það er til að koma í veg fyrir að kosningar og pólitískar ákvarðanir hefðu áhrif á samninginn. Þegar samningarnir byrjuðu var fjármagn sett til tveggja málaflokka, menningar annars vegar og svo atvinnu- og nýsköpunar. Nú eru fleiri ráðuneyti að taka þátt og nú eru t.a.m. að koma fjármunir frá umhverfissráðuneyti sem hafa m.a. verið settir í hringrásargarð sem er samstarfsverkefni með HS Orku á Reykjanestá. Berglind vonast til þess að heilbrigðisráðuneytið og félagsmálaráðuneytið sjái tækifæri í framtíðinni að koma að sóknaráætluninni. Landshlutarnir séu ekki eins og ólíkar áskoranir sem hver landshluti stendur frammi fyrir.

„Við erum með samfélag sem er ungt og það er frábært. Við erum kannski ekki með svo mörg börn, því hingað flytur fólk sem er að leita að vinnu. Það felur í sér áskoranir þar sem við erum með um þriðjung íbúa af erlendu bergi brotna,“ segir Berglind. Það sé verkefni að virkja þennan hóp íbúa til frekari þátttöku í samfélaginu,

t.d. að taka þátt í sveitarstjórnarkosningum, en kosningaþátttaka er lakari á Suðurnesjum en víða annarsstaðar.

Berglind segir að á vinnustofnunni í síðustu viku hafi einsleitri atvinnu á Suðurnesjum verið velt upp og það skoðað hvort hægt væri að setja eggin í fleiri körfur. Þar er horft til flugsins og möguleika á að hafa meira fraktflug sem truflast ekki af því ef farþegum í millilandaflugi fækkar.

Það var rætt á vinnustofnunni hvers vegna Ícelandair hafi sett upp höfuðstöðvar sínar í Hafnarfirði og eins Isavia. „Af hverju eru þeir ekki að horfa á flugvöllinn? Maður spyr sig. Við erum einnig að horfa ennþá lengra og eru einhver erlend fyrirtæki sem við getum dregið til okkar. Það skein út úr þessari vinnustofu að sveitarfélögin á Suðurnesjum myndu vinna sameiginlega atvinnustefnu, markaðssetja þær lóðir sem eru í boði og hugsa svo hvaða fyrirtæki passa

þarna inn. Við eigum ekki að bíða eftir að þau komi, heldur fara og heimsækja þau og sýna þeim hvað við höfum að bjóða,“ segir Berglind.

Ríkisvaldið er að leggja um 98 milljónir á ári í sóknaráætlun Suðurnesja og sveitarfélögin leggja tíu milljónir að auki í verkefni á ári. Um 60% af þessum fjármunum fara í uppbyggingarsjóð og er útlutað í verkefni. Restin fer svo í svokölluð áhersluverkefni og þar reynum við að finna verkefni sem styðja við markmið sóknaráætlunar Suðurnesja. „Það getur verið eins og samningurinn sem við vorum að gera um frumkvöðlasetrið Eldey, Geopark, Unesco-skóli, ráðstefnuhald og koma skemmtiferðaskipa, en þetta eru allt fjármunir sem eru að koma úr sóknaráætlun og eru með óbeinum hætti að búa til tækifæri fyrir fólk,“ segir Berglind Kristinsdóttir hjá SSS.

Fjárlaganefnd alþingis hefur hrósað því hversu vel hefur verið farið með peningana í sóknaráætlun Suðurnesja og Berglind segir það gæðastimpil á verkefnið til þessa.

Hilmar Bragi Bárðarson  
hilmar@vt.is



**Allt hreint**  
Umhverfissvöluð ræstingarþjónusta

HREINSUM  
RIMLAGARDÍNUR OG  
MYRKVUNARGARDÍNUR

NÁNARI UPPLÝSINGAR Á ALLTHREINT.IS



**16 FERÐIR Á DAG**  
**ALLTAF PLÁSS Í BÍLNUM**

SUÐURNES - REYKJAVÍK  
DAGLEGAR FERÐIR ALLA VIRKA DAGA

**CARGOFLUTNINGAR.IS**

Pantið flutning á [cargoflutningar.is](http://cargoflutningar.is)

845 0900 FINNDU OKKUR Á FACEBOOK





KEF SPA  
& KEF RESTAURANT  
HOTEL KEFLAVÍK

# ÁSTARDAGAR Á KEF

14.–23. FEBRÚAR

## SLÖKUN OG LÚXUS

Komdu ástinni þinni á óvart með stefnumóti og dekri á KEF Spa & Fitness og fullkomnaðu daginn með bröns eða kvöldverði á KEF Restaurant eftir slökunina.

## RÓMANTÍSKUR KVÖLDVERÐUR

Í tilefni af Valentínusardeginum 14. feb. og konudeginum 23. feb. bjóðum við upp á sérstaka Ástarmatseðla á KEF Restaurant.



Bókanir í s. 420 7007  
og á [kefspace.is](https://kefspace.is)

Nánari upplýsingar og  
bókanir eru í s. 420 7011  
og á [kefrestaurant.is](https://kefrestaurant.is)







Frá afhendingu á nýja stólum síðasta föstudag. VF/Hilmar Bragi



Stóllinn veitir þeim sem í hann setjast mikla ró og sendir jafnvel í draumalandið á fáum mínútum.

# Nýr skynörvunarstóll veitir mikla ró á HSS

Nýr skynörvunarstóll á sjúkradeild Heilbrigðisstofnunar Suðurnesja er himnasending fyrir deildina. Stóllinn er gjöf þriggja Lionsklúbba í Reykjanesbæ til deildarinnar. Stóllinn, Wellness Nordic Relax Chair, er töfrataeki sem hefur róandi áhrif á alla sem í hann setjast. Það getur blaðamaður Víkurfrétta staðfest af eigin reynslu. Eftir að hafa sest í stólinn hallar hann aftur og byrjar að leika róandi tónlist og með hljóðum og hreyfingum og sendir þann sem er í stólinum í mikla ró og jafnvel svæfir. Heimsókn blaðamanns á sjúkradeildina síðasta föstudag, þegar stóllinn var formlega afhentur, tók því óvænta stefnu. Blaðamaður var snögglega sendur í draumalandið á meðan Lionsfólkið gæddi sér á myndarlegri rjómatertu sem var á borðum í tilefni af afhendingu gjafarinnar.



Hilmar Bragi Bárðarson  
hilmar@vt.is

## Kynntust stólum í menningarferð

En hvernig kom það til að þennan stól rak á fjórum sjúkradeildarinnar á HSS? Starfstólkið á sjúkradeildinni fór í menningarferð til Reykjavíkur í desember síðastliðnum og heimsótti meðal annars fyrirtækið Fastus, sem er með mikið úrval af heilbrigðisvörum ýmiskonar. Þar fengu þau kynningu á því nýjasta sem fyrirtækið hefur upp á að bjóða.

„Þau voru nýbúin að fá svona stól í hús hjá sér og leyfðu okkur að prófa hann. Þá var ekki aftur snúið og við vildum fá þessa græju fyrir okkar skjólstaðinga. Þessi stóll er nýjung í velferðartækni. Stóllinn kemur frá Skandinavíu þar sem þessi tækni er mikið rannsókuð. Þetta er hægindastóll sem sameinar skynörvun með hljóði, snertingum og hreyfingu. Stóllinn er með innbyggða hátalara með sefandi tónlist og mjúka ruggandi hreyfingu. Þessi stóll er mest rannsakadur á vettvangi heilablaðra og

hann dregur úr neikvæðum hegðunareinkennum hjá heilabliðuðu fólki og bætir líðan.

Fólk sem er að berjast við mjög slæma verki er að láta vel af þessu og þá er það slökunin sem hjálpar alltaf svo vel til að berjast við verkina. Ef fólk er stressað og órólegt þá ná sér flestir sem fást til að setjast í stólinn. Við erum búin að vera með stólinn hjá okkur í tveir eða þrjár vikur og byrjuð að nota hann,“ segir Bryndís Sævarsdóttir, deildarstjóri sjúkradeildar á HSS.

Bryndís hafði samband við Lionsklúbba á Reykjanesbæ, Lionsklúbbinn Æsu, Lionsklúbbinn Freyju og Lionsklúbb Njarðvíkur. Þeir tóku vel í verkefnið og sameinuðust um kaup á stólum, sem er að verðmæti um ein og hálf milljón króna.

## Stóllinn gert mikla lukku

Stóllinn hefur gert mikla lukku á bæði sjúkradeildinni og hjúkrunardeildinni og ferðast mikið á milli hæða og er notaður öllum stundum, bæði fyrir skjólstaðinga HSS en einnig af starfsfólki sem notar hann til að komast í ró.



Bryndís segir að það sé alveg þörf fyrir annar svona stól og biðlar til annarra félaga eða fyrirtækja á Suðurnesjum. „Við erum með hjúkrunardeildina hér á hæðinni fyrir neðan okkur og svona stóll myndi nýtast mjög vel þar líka.“

## Mikil breyting með sjúkradeildinni

Sjúkradeildin á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja opnaði í október árið 2023. Opnun deildarinnar var mikil breyting á vinnuástöðu frá því sem var þegar öll starfsemin var í sameiningu á sömu hæðinni og flest þekktu sem D-deildina. Öll aðstaða fyrir bæði starfsfólk og sjúklinga er allt önnur og sjúkradeildin hefur það orð á sér að vera sú flottasta á landinu.

Á sjúkradeildinni eru nítján leguryrmi og svo er einnig dagdeild á sömu hæð þar sem eru gefnar lyfjagjafir.

Hjúkrunardeildinni eru svo 32 rými í dag en hjúkrunardeildin er farin að flæða með sína starfsemi inn á gamla spítalann. Hjúkrunardeildin sprengdi utan af sér hús-næðið þegar atburðirnir gerðust í Grindavík í nóvember 2023. Bæði komu allir af Víðihlíð á HSS og á sama tíma þurftu mörg sem voru heima í Grindavík að komast í hjúkrunarrými.

## Veitir ekki af að halda áfram uppbyggingu

Þær aðstæður sem núna eru á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja áttu að vera tímabundið úrræði, að sögn ráðuneytis heilbrigðismála, þar til ný 80 rými opni á Nesvöllum. Þó svo þau hafi ekki enn verið tekin í gagn þá er sú nýbygging þegar orðin of lítil og hjúkrunarrými á Hlévangi verða áfram og óljóst hvernig staðan verður á HSS næstu misseri.

„Þessi nýju rými eru bara dropi í hafið fyrir okkur á Suðurnesjum því íbúafjöldinn vex svo hratt. Það veitir ekki af að halda bara áfram. Þá þarf að taka hjúkrunardeildina hérna niðri í gegn,“ segir Bryndís. Það hafði staðið til þegar sjúkradeildin flutti upp á þriðju hæð HSS en aðeins mánuði síðar urðu náttúruhamfarirnar í Grindavík með þeim afleiðingum að hjúkrunardeildin hefur verið fullskipuð og rúmlega það síðan.

## Deildin alltaf fullnýtt

Bryndís segist mjög sátt við hvernig málum er háttað á sjúkradeildinni sem hún stýrir. Þar hafi verið tekið tillit til óska starfsfólksins og það haft með í ráðum.

Hún segir að leguryrmin á sjúkradeildinni séu alltaf fullnýtt en dagdeildin er opin tvo daga í viku. „Við erum núna að safna hjúkrunarfræðingum til að geta haft opið fleiri daga í viku þar. Þörfin er alveg fyrir hendi.“

## Hvernig gengur að ráða fólk?

„Alveg þokkalega. Það er smá lægð í gangi núna og okkur vantar hjúkrunarfræðinga og höfum ekki getað fengið nógu marga til að geta opnað fleiri daga í viku á dagdeildinni.“

Bryndís segir að fólk á Suðurnesjum sé duglegt að sækja sér menntun í þessum fræðum og það sé að skila sér til HSS og einnig annað. Þá sé staðan einnig þannig að hjúkrunarfræðingar séu ekki að starfa í faginu og séu á öðrum stöðum eins og í fluginu. „Það er fullt af flugfreyjum sem eru hjúkrunarfræðingar.“

Þú finnur allar

nýjustu fréttirnar

frá Suðurnesjum á

vf.is

## Listasafn Reykjanesbæjar í bókaútgáfu

Nú stendur yfir sýningin Úthaf, sem er einkasýning Ívars Valgarðssonar, í Listasafni Reykjanesbæjar. Á fundi menningar- og þjónusturáðs Reykjanesbæjar kom fram að Listasafn Reykjanesbæjar mun gefa út bók sem tekur til alls myndlistarferils Ívars Valgarðssonar. Útgáfan er unnin í samstarfi við Hörð Lárusson, einn af eigendum Kolofon hönnunarstofu, textar eru eftir Gavin Morrison, þýðing Helga Soffía Einarsdóttir, myndvinnsla Vigfús Birgisson. Bókin kemur út á sýningartímanum.

Sýningarstjóri Úthafs er Gavin Morrison. Gavin er skoskur rithöf-

undur og sýningarstjóri sem býr í Bandaríkjunum. Hann er að skrifa bók um samband Donald Judd við Ísland fyrir Lars Müller Publishers í Zürich, sem verður gefin út árið 2026.

Ívar Valgarðsson (f. 1954) er listamaður sem hefur áhuga á eðli hlutanna. Hann notar ofur kunnuglegan og algengan efnivið til að búa til innsetningar sem fjalla á ljóðrænan hátt um hvernig skynjun skapar heiminn. Ívar hefur skapað nýtt verk fyrir sýninguna Úthaf, innsetningu sem tekur heilt sýningarrými og samanstendur af 178 ljósmyndum og málverki. Úthaf

fjallar um mikilfengleika hafsins sem umlykur Reykjanesbæ og einstaklingseðli upplifunar. Auk nýja verksins eru einnig verk sem spanna listamannsferil Ívars. Hér er því fágætt tækifæri til að kynna sér skarpskyggni listamannsins og trúfestu við ákveðna aðferðafræði um árabíl. Tími er ávallt til staðar í verkum hans. Sköpunarferlið endurspeglast oft í tímalegri upplifun áhorfenda. Þessi upplifun á tíma er mögulega mesti grundvallarþáttur náttúrunnar – og fyrir Ívari er náttúran forsenda alls.

Úthaf er styrkt af Safnasjóði og listamaðurinn er styrktur af Myndlistarsjóði.







Frá vinstri: Halla Tómasdóttir, Lárus Þorvaldsson og William Charles Wenrich

## HS Orka hlýtur UT-verðlaunin

Sjálfvirk eldgosaviðvörðunarkerfi, sem auðlindastýring HS Orku hefur þróað, hlaut UT-verðlaun Skýs í flokki stafrænnar opinberrar þjónustu um síðustu helgi. Viðvörðunarkerfið er fyrsta kerfið sinnar tegundar í heiminum og eru verðlaunin mikil viðurkenning og um leið staðfesting á mikilvægi verkefnisins.

Forseti Íslands, frú Halla Tómasdóttir, afhenti verðlaunin við hátíðlega athöfn á UTmessunni í Hörpu og tók Lárus Þorvaldsson, yfirforðafraeðingur HS Orku, við verðlaunum fyrir hönd auðlindastýringarteymisins.

Hugbúnaðurinn í kerfinu les inn gögn sem send eru á hverri mínútu frá þrýsti- og hitamæli sem staðsett er á 850 metra dýpi í borholu 12 í Svartsengi. Hugbúnaðurinn greinir því næst gögnin og ef þrýstimerkið bendir til þess að kvika sé á hreyfingu eru sjálfvirk viðvörðunarskilaboð send til Veðurstofu Íslands. Viðvörðunarkerfið hefur reynst afgerandi í því að

upplýsa Veðurstofuna og Almanna- varnir um yfirvofandi eldgos og er kerfið nýtt þar við ákvarðanir um rýmingar.

Átján vinnustaðir og verkefni voru tilnefnd að þessu sinni en verkefni HS Orku var eitt þriggja í flokknum stafræn opinber þjónusta. Hin tvö voru Auðkenni og Kosningalauisnir RÚV.

Ský er félag fyrir fólk og fyrirtæki í upplýsingatækni og stendur félagið fyrir hinna árlegu UTmessu. UT-verðlaunin eru veitt fyrir mikilvægt framlag til upplýsingatækni á Íslandi og voru þau veitt í sextánda sinn um nýliðna helgi.



Erling Guðmundsson, framkvæmdarstjóri rekstrar atNorth og Halla Tómasdóttir, forseti Íslands.

## atNorth er handhafi UT-verðlauna Ský 2025

Gagnavers- og ofurtölvufyrirtækið atNorth er meðal handhafa Upplýsingatækniverðlauna Skýrslutæknifélagsins (Ský) 2025. Verðlaunin afhenti forseti Íslands, Halla Tómasdóttir, við hátíðlega athöfn á UTmessunni í Hörpu, en þau voru veitt stóru gagnaverunum á Íslandi, atNorth, Borealis Data Center og Verne Global.

Hér á landi rekur atNorth þrjú stór gagnaver, ICE01 í Hafnarfirði, ICE02 í Reykjanesbæ og ICE03 á Akureyri. atNorth er með starfsemi í fjórum af fimm Norðurlöndunum og hefur fjögur ný gagnaver í byggingu, tvö í Finnlandi og tvö í Danmörku.

Erling Guðmundsson, framkvæmdarstjóri rekstrar atNorth, hafði þetta að segja um verðlaunin:

„Við erum afskaplega stolt af þessum verðlaunum og viðurkenningunni á mikilvægi þessa ört vaxandi geira upplýsingatækninnar sem í þeim felst. Íslensk gagnaver hafa látið til sín taka á þessu sviði á heimsvísu og eru í fararbroddi með sjálfbærni að leiðarljósi. Vöxtur geirans hefur verið hraður og fyrirséð að hann verði það áfram, en líkt og fram kemur í umsögn valnefndar munu gagnaver leika sívaxandi hlutverk á heimsvísu

næstu ár, með tilkomu gervi- greindar og vexti skýþjónustu.“

Hjá fyrirtækinu starfa nú yfir 170 manns og eru þá ótalin hundruð verktaka sem starfa hérlendis, en fyrirtækið leggur sig fram við að nýta þjónustu verktaka og annarra þjónustuveitenda á svæði hvers gagnavers fyrir sig, jafnt á Íslandi sem erlendis.

Gagnaver atNorth miða að þörfum fyrirtækja sem vinna með mikið magn gagna og þurfa aðgang að búnaði sem ræður við öfluga tölvuvinnslu og útreikninga, og vilja njóta þeirra kosta sem staðsetningin býður upp á, með aðgangi að hreinni orku auk sjálfbærrar nálgunar atNorth.

UT-verðlaunin eru heiðursverðlaun fyrir framúrskarandi framlag til upplýsingatækni á Íslandi og hafa verið veitt árlega frá árinu 2010.

# Vel sótt sólrismessa og sólriskaffi í Sandgerði



Árleg sólrismessa í Sandgerðiskirkju síðasta sunnudag var vel sótt. Eldeyjarkórinn söng við messuna undir stjórn Arnórs Vilbergssonar en séra Sigurður Grétar Sigurðsson prédikaði. Að lokinni messu var haldið sólriskaffi í samkomuhúsinu í Sandgerði þar sem Kvenfélagið Gefn í Garði sá um veitingar.

Í sólriskaffinu lék ungt tónlistarfólk frá tónlistarskólunum í Suðurnesjabæ. Einnig lék harmonikkusveitin Suðurnesjamenn undir borðhaldinu en veitingar kvenfélagskvenna úr Gefn svíkja ekki.

Það er Félag eldri borgara á Suðurnesjum, Kvenfélagið Gefn, Eldeyjarkórinn og Sandgerðiskirkja sem standa að sólrismessunni og sólriskaffinu og hefur viðburðurinn verið árlegur síðustu ár og ávallt vel sóttur.

Meðfylgjandi myndir tók ljósmyndari Víkurfrétta á viðburðinum.

## ÍBÚÐALÓÐIR TIL ÚTHLUTUNAR Í SUÐURNESJABÆ

Suðurnesjabær auglýsir eftir umsóknum um lausar lóðir í 2. áfanga Skerjahverfis í Sandgerði.

Um er að ræða lóðir við Skerjabraut, Brimsker og Eyjasker.

- 8 íbúðaeiningar í raðhúsum
- 8 íbúðaeiningar í parhúsum
- 8 íbúðaeiningar í keðjuhúsum
- 11 íbúðaeiningar í einbýlishúsum

Umsóknir um raðhúsa- og fjölbýlishúsaloðir þurfa að vera frá lögaðilum í byggingarstarfsemi og mannvirkjagerð. Parhúsaloðum verður úthlutað jafnt til lögaðila í byggingarstarfsemi og mannvirkjagerð, sem og einstaklinga, ef um er að ræða sameiginlega umsókn um báðar íbúðir á lóðinni sbr. gr. 6 í reglum um úthlutun lóða. Við úthlutun lóða undir einbýlishús skulu einstaklingar hafa forgang.

Umsóknareyðublað má nálgast á heimasíðu Suðurnesjabæjar [www.sudurnesjabaer.is](http://www.sudurnesjabaer.is). Vakin er athygli á að skv. gr. 3a í reglum um úthlutun lóða þurfa umsóknir um lóðir að berast a.m.k. tveimur sólarhringum fyrir næsta fund framkvæmda- og skipulagsráðs sem er áætlaður þann 19. febrúar nk.

Jón Ben Einarsson  
Skipulags- og byggingarfulltrúi  
Suðurnesjabæjar



SUÐURNESJABÆR







Togarinn Fylkir RE kemur inn til Reykjavíkur 7. júní 1958. Ljósmynd: Snorri Snorrason

## Fjallað um fjögur sjóslýs á sagnastund á Garðskaga

Sagnastund verður á Garðskaga laugardaginn 15. febrúar kl. 15:00. Þar mun Egill Þórðarson, loftskiptamaður, fjalla um tímabil sjóslýsa á eftirstríðs-árunum.

Á tuttugu dögum, frá 30. janúar til 18. febrúar árið 1959, fórust sex skip á Norður-Atlantshafi með a.m.k. 153 manneskjum.

30. janúar fórst danska Grænlandsfarið Hans Hedtoft suður af Hvarfi á Grænlandi með 95 manns.

Í Nýfundnalandstoginu 7. til 9. febrúar fórust fjögur skip; spænska flutningaskipið Melania, kanadíski togarinn Cape Dauphin, Nýfundnalandstogarin Blue Wave

með sextán mönnum og Hafnarfjarðartogarinn Júlí með þrjátíu mönnum.

18. febrúar fórst vitaskipið Hermóður við Stafnes með tólf mönnum.

Frásögn Egils er byggð á sýningu sem haldin var í Hafnarfjarðarkirkju sl. vetur og verður fjallað um fjögur þessara slýsna, þ.e. Hans Hedtoft, Blue Wave, Júlí og Hermóðs-slýsin.

Allir velkomnir á Garðskaga, ekki aðgangsgjald, veitingahúsið opið.

*Áhugamenn um sagnastund á Garðskaga.*



Þarna er núbúið að taka trollið en pokinn enn á lunningunni. Ljósmynd: Ljósmyndasafn Reykjavíkur



## Verjast sjávarflóðum með vatni!

Sérstökum aðferðum er beitt við Grindavíkurhöfn til að verjast sjávarflóðum. Þar eru settir upp miklir varnarveggir með gúmmípulsum. Þegar von er á stórstraumsflóði og veðurastæður geta valdið því að sjórinn flæði langt upp á land eru pulsurar fylltar af vatni og mynda þá varnarvegg og verja viðkvæma innviði við höfnina. Meðfylgjandi myndir voru teknar í Grindavík í síðustu viku þegar unnið var að því að dæla vatninu aftur úr varnarvegnum. VF/Hilmar Bragi



## Mokveiði! Það er mikill fiskur þarna fyrir utan

Það er nú ekki oft sem það gerist að það sé bræla allan tímann sem líður á milli pistla – en brælan sem hófst 29. janúar stóð mjög lengi og slotaði ekki fyrr en 8. febrúar. Þá komust bátarnir loks á sjó og varð heldur betur mokveiði. Reyndar var þessi dagur 8. febrúar skammgóður vermir, því veður hefur ekki verið beint upp á það besta síðan þá.

Byrjum á netabátunum sem fóru út þann 8. febrúar. Erling KE kom með 16,2 tonn í land til Keflavíkur eftir eina löndun en hann og Friðrik Sigurðsson ÁR voru báðir með netin nokkrar sjómílar út frá Akranesi. Dragnótabátarnir fóru einnig út þann áttunda og hæstur af þeim var Maggý VE sem var með 18,2 tonn í einni löndun.

Það voru hins vegar línubátarnir sem heldur betur mokveiddu – og tveir af þeim lögðu tvær lagnir. Óli á Stað GK fór út með fimmtán þúsund króka og kom í land með um 14 tonna afla. Þeir lögðu línuna strax aftur og fóru út eftir löndun og komu í land um nóttina, var landað úr bátinum 9. febrúar og þá var báturinn aftur með um 14 tonna afla á jafn marga króka. Þetta reiknast út sem um 390 kíló á bala.

Margrét GK gerði það sama, fór út, lagði línuna, dró og lagði svo línuna strax aftur. Fór til Sandgerðis og landaði og út aftur. Var báturinn með 14.250 króka, sem báturinn dró tvisvar og kom sam-



### AFLAFRÉTTIR

Gisli Reynisson  
gisli@aflafrettir.is



tals með í land um 31 tonn. Þetta er um 456 kíló á bala.

Það var aftur á móti Fjölur GK sem heldur betur mokveiddi og hann fór tvisvar út – en ekki til að leggja og draga aftur, heldur kom báturinn í land eftir að hafa dregið aðeins helming af línunni og var þá kominn með 14,3 tonn. Þetta reiknast sem um 21 bali og það er 681 kíló á bala.

Báturinn fór út aftur til þess að draga restina af línunni og aftur kom hann í land með 14,2 tonn á jafn marga króka. Samtals var því

dagurinn hjá Fjölni GK um 28,5 tonn á aðeins 17.400 króka, þetta er um 695 kíló á bala.

Yfir svona háar tölur á bala er bara til eitt orð. Mokveiði! Já, heldur betur.

Margrét GK og Óli á Stað GK voru báðir með línurnar sína svo til utan við Hafnir en Fjölur GK var aðeins sunnar, því hann var út við Hafnaberg.

Ég var á bryggjunni í Sandgerði þegar Fjölur GK og Margrét GK voru að landa úr fyrri róðrum sínum og þorskurinn var ansi stór og mikill sem bátarnir voru með.

Það á eftir að vera meira um svona mokveiði, því það er mikill fiskur þarna fyrir utan.

**Bílaviðgerðir  
Smurþjónusta  
Varahlutir**

**BÍLAR & PARTAR**



Brekkustíg 38 - 260 Njarðvík  
sími 421 7979  
www.bilarogpartar.is

**Rétturinn**

Ljúffengur  
heimilismatur  
í hádeginu

Opið:  
**11-13:30**  
alla virka daga

Þú finnur allar  
nýjustu fréttirnar  
frá Suðurnesjum á

**vf.is**

**HEYRN**  
HEYRNARÞJÓNUSTA

Heyrðu umskiptin, fáðu heymartæki til reynslu

HEYRN.IS

HEYRNARTÆKI // HEYRNARGREINING // RÁÐGJÖF

Heyrn // Hlíðasmára 19 // Kópavogur // heyrn@heyirn.is //





# ÞORRABLÓT NJARÐVÍKUR 2025

ALLAR MYNDIRNAR ERU Á VEF VÍKURFRÉTTA - VF.IS





# Hver dagur er ævintýri

- segja Karen og Guðrún á Gimli

Það ríkti ró yfir leikskólanum Gimli í Njarðvík þegar Víkurfréttir bar að garði enda börnin nýbúin að borða hádegisverð og komin í hvíld. Blaðamaður var kominn til að ræða við þær Karen Valdimarsdóttur, leikskólastýru, og Guðrúnu Sigurðardóttur, leikskólakennara, um leikskólastarfið en þær stóllur útskrifuðust báðar árið 1982 og hafa unnið saman í áratugi. Karen hefur rekið Gimli í tuttugu ár og var hann fyrsti einkarekni leikskólinn í Reykjanesbæ, það má því segja að þær séu brautryjendur í leikskólamálu í Reykjanesbæ.

Það var einnig rólegt yfirbragð og notaleg lýsing á skrifstofu leikskólastjórans. „Veistu það, þegar börnin eru í hvíld þá slökkvum við á ganginum og í öll þessi ár höfum við haft þann háttinn á, allavega síðan við Gunna byrjuðum hérna, að við höfum alltaf svona siestu,“ segir Karen á meðan við komum okkur fyrir. „Það er ekkert endilega að þau liggi alveg kyrr. Það er bara slökun og hún er með ýmsum hætti, það getur verið röleg tónlist eða saga. Þetta finnst mörgum mjög skrítið því svona fyrirkomulag er ekki í öllum leikskólum. Það er svo misjafnt hvort fólki finnst að fjögurra og fimm ára börn eigi að þurfa svona.“

Við erum svolítið að brjóta upp daginn með þessu. Þetta er átta tíma vistun hjá flestöllum og þá er þessi slökun svo mikilvæg, ekki bara fyrir börnin heldur líka fyrir kennarana.“

Guðrún bætir við að hún sé með hugarfrelsi sem er átta mínútur. „Þá tala ég um að við erum bara að hvíla hugann fyrir næsta verkefni okkar og það er svo ótrúlegt“

## Búin að reka leikskólann Gimli í tuttugu ár

Karen er búin að vera með leikskólann Gimli í höndunum í tuttugu ár. „Það var 30. desember 2004 sem var skrifað undir samning þess efnis að ég tæki við rekstri skólans en samningurinn tók gildi 1. janúar 2005. Við erum að hefja tuttugasta og fyrsta árið með Gimli sem svona rekstrareiningu en við vorum báðar búnar að vinna inni í skólanum áður, þannig að við Gunna erum báðar búnar að vera hérna allan tímann.“

Guðrún skýtur inn í að hún og Karen hafi útskrifast saman árið 1982. „Svo verðum við báðar 65 ára

gamlar í á. Þannig að það er búin að vera svolítið einstakt samband á milli okkar. Mjög gott og átakalaust, annars hefði þetta aldrei gengið,“ bætir Karen við og segir að þær hafi verið samstiga þegar þær byrjuðu að vinna og báðar uppteknar af því hvernig þær töluðu við börn.

„Bara hvaða rödd notum við og hvernig framkoma okkar við fólk er almennt, hvort sem það eru börn eða fullorðnir. Við vorum báðar lánsamar að hafa fengið þannig uppeldi.“

„Þessar gömlu, góðu dyggðir,“ segir Guðrún.

„Já, svona dyggðakennsla,“ tekur Karen undir. „Gildin í lífinu, um hvað snúast þau og hvað er það sem skiptir máli þegar þú ert að vinna með börnum í skólafarfi. Þetta er einfaldleiki en hann er djúpur og þú þarft að vinna hann vel dag frá degi.“

## Hafið þið alltaf verið Hjallastefnuskóli?

„Þegar við byrjuðum á Gimli, ég '93 og þú [Guðrún] byrjaðir ári á undan mér, þá var þetta ekki Hjallastefnuskóli,“ segir Karen. „Þá vorum við búnar að vinna í yfir tíu ár í öðrum stefnum og leikskólum.“

„Við byrjuðum að víða að okkur hugmyndum með Möggu Pálu [Margræti Pálu Ólafsdóttur] af því að okkur fannst vera svo mikil mannærkt í þessari stefnu og við vorum búnar að stúdera hana áður en við fórum að reka þennan skóla,“ segir Guðrún.

„Við vorum farnar að þreifa fyrir okkur áður en við tókum við rekstrinum, þá vorum við bara kennarar hérna. Á þeim tíma langaði leikskólastýrunni sem var þá að gera eitthvað svona, dýpka sig í stefnu, og við Gunna fengum svolítið frelsi til að skoða.“



Hugmyndir Hjallastefnunnar fengu byr undir báða vængi hjá þeim eitt árið þegar strákar voru fleiri en stelpur á leikskólanum en í Hjallastefnunni eru deildir kynjaskiptar. „Maður tekur ekki en innleiðir nýja stefnu öðruvísi en að finna það svolítið á eigin skinni. Við fundum það þarna og fórum þá að velta fyrir okkur af hverju það væri svona mikill munur á að vinna með stúlkurnar sér og drengina sér,“ segir Karen.

„Maður verður að finna þetta innra með sér, finna að þetta er að virka. Þetta er nám og við höfum verið að prófa þessa stefnu hér hjá okkur. Við gripum þessa stefnu ekkert bara úr lausu lofti. Það var ekki eins og hún hafi þótt eitthvað töff á þessum tíma, þvert á móti þá var Magga Pála nánast handjárnúð hvar sem hún kom og þurfti svoleiðis að berjast fyrir þessu.“

## Hvernig tóku foreldrar þessari nýju stefnu?

„Við fórum mjög vel í gegnum þetta með öllum foreldrum, settumst niður með hverju og einu foreldri,“ segir Guðrún. „Það var eitt foreldri sem var alls ekki hrifnið af þessu, einn pabbinn, en hann varð okkar allra besti samherji.“

„Ég gleymi ekki samtalinu sem ég átti við hann,“ bætir Karen við. „Ég þurfti svoleiðis að beita allri minni lagni til að sannfæra hann,

ég get verið mjög sannfærandi. Hann var svolítið lengi að taka við þessu, sagðist svo ætla að láta sig hafa það og varð eftir það stuðningsmaður okkar númer eitt, tvö og þrjú.“

## VIÐTAL

Jóhann Páll Kristbjörnsson  
johann@vf.is



50 ára afmæli leikskólans árið 2021. Guðrún og Karen leiða skruðgöngu um hverfið.



Karen og Guðrún á góðri stund með Möggu Pálu, höfundi Hjallastefnunnar.





Þær Karen og Guðrún segja að á þessum tíma hafi verið erfiðara að fá feður drengja með sér í lið. Öllum þótti hið besta mál að styrkja stúlkurnar en að vekja upp mýkri hlíðar hjá drengjunum átti ekki alveg upp á pallborðið hjá mörgum, sem segir kannski ýmislegt um tíðarandann og hugarfarið þá.

### Spennandi vettvangsferðir

Á leikskólanum Gimli fer stór hluti kennslunnar fram með vettvangsferðum. Árið 2020 fékk leikskólinn styrk frá nýsköpunar- og þróunarsjóði Reykjanesbæjar fyrir verkefnið Jóga og núvitund í vettvangsferðum en jóga hefur verið stundað frá árinu 2007 í skólanum. Karen segir að hugmyndin hafi verið að færa jógakennsluna út og núna fara allir nemendur á Gimli fara í skipulagðar jógaferðir einu sinni í viku á sínum kjarna með Sigurbjörgu Gunnarsdóttur, leikskólakennara og jógaleiðbeinanda barna.

„Við fengum þennan styrk frá nýsköpunar- og þróunarsjóði Reykjanesbæjar og enduðum þetta svölitið flott. Tókum verkefnið svölitið lengra en við upphaflega ætluðum,“ segir Karen. „Það þróaðist út í það að við gerðum steina með áletrun þannig að fólk getur séð æfingar í símunum sínum og iðkað núvitund, slökun, öndunaræfingar og jógaferðir í gegnum sögur og ævintýri.“

„Steinarnir eru sjávarmegin [á gönguleiðinni með sjávarsíðunni í Njarðvík] og líka hér uppi í klettunum [í Njarðvíkurskógi við Grænás],“ segir Guðrún en það er helsta útivistarsvæði krakkanna á Gimli.

Á heimasíðu Gimlis segir að tilgangurinn með jóga í vettvangsferðum sé að yfirfæra út í náttúruna hluta af því sem nemendur læra í jógaferðum inni. Þau læri að tengja jóga og núvitund við umhverfismennt. Við eflum skynfærin okkar með því að hlusta, skoða og snerta. Skoðum og lærum um umhverfið, veðurfar, gróður, fuglana, dýrin, göngum vel um og berum virðingu fyrir náttúrunni.

### Sérstaklega dýrmæt verkefni

Þær stöllu segja að með jóga sé verkefnið Gaman saman tvö dýrmætustu verkefni sem leikskólaborðin á Gimli taka þátt í með eldri borgurum á Nesvöllum og Hrafnistu.

„Við förum einu sinni í mánuði með elstu krakkana í heimsóknir til eldri borgara og svo koma þeir einu sinni í heimsókn til okkar,“ segir Guðrún.

„Ég held að þetta hefði aldrei gengið nema af því að við gerðum samning í upphafi,“ segir Karen. „Það þarf ekki að vera merkilegur samningur, bara eitthvað á blaði og þá er dagskráin sett upp og verkefnið byrjar að rúlla.“ Guðrún dregur fram dagskránnar sem er sett upp fyrir hverja önn, þ.e. haustönn og vorönn. Astæðan fyrir því

að lengri plön eru ekki gerð er sú að veðurfar hefur mikil áhrif á hvernig gengur að fara eftir dagskránni.

„Við miðum svölitið við að elsti hópurinn fer í heimsóknir til þeirra en þegar eldra fólkið kemur til okkar þá hitta þau alla aldurs- hópana okkar,“ segir Karen.

„Þá er boðið upp á kaffi og kleinur og hér fyllist allt af göngu- grindum og allskonar,“ bætir Guðrún við.

Þær eru sammála að þessar samkomur elstu og yngstu íbúa sveitarfélagsins eru afskaplega mikils virði og börnin jafnt sem þau eldri gefa hvort öðru dýrmæta gjöf með samverunni.

### Samrýndar vinkonur

Leikskólinn Gimli er fyrsti einkarekni leikskólinn í Reykjanesbæ en Karen tók við rekstri hans fyrsta dag janúarmánaðs árið 2005. Þó Karen sé skráð fyrir rekstrinum hafa hún og Guðrún hjálpast að með leikskólann í þessi tuttugu ár og skipta með sér verkum.

„Gunnar sér algerlega um bókhaldið með mér og við erum svona saman,“ segir Karen. „Mér fannst það líka skipta máli þegar ég fór að reka þennan skóla að hún hefði augun sín, ekki bara ég, á peningunum. Ég vil ekki vera ein með eitthvað. Ég veit oft minna en hún um hlutina – og mér finnst það þægilegt. Svo erum við búnar að vera með sama endurskoðanda öll þessi tuttugu ár og hann er meira að segja eldri en við.“

„Og við erum búnar að segja honum að hann megi ekki hætta fyrr en við hættem,“ skýtur Guðrún inn í.

„Það er líka mjög gott því hann hefur fylgst alveg með okkur og hann gerir mér alltaf viðvart þegar eitthvað er ekki eins og það á að vera. Eins og verðbólgan er búin að fara með verðlagið þá hefur hann hnippt í mig og látið vita þegar ég þarf að bregðast við.“

Karen segist hafa velt fyrir sér hverju hún ætti að svara ef blaðamañni lægi forvitni á að vita hvers vegna hún hafi farið út í að reka leikskólann á eigin vegum og hvort það hafi verið einhver peningasjónarmið þá skellir Guðrún upp úr.

„Eina sem ég get í einlægni sagt er að kannski var þetta einhver

# Framúrskarandi kennari

Karen fer fögrum orðum um Guðrúnu sem fagmannskju og segir að hún sé „all in“ í starfinu. Það kemur ekki á óvart því á síðasta ári var Guðrún tilnefnd til Íslensku menntaverðlaunanna sem framúrskarandi kennari ársins – geri aðrir betur.

„Það voru tveir leikskólakennarar tilnefndir og tveir grunnskólakennarar,“ segir hún. „Það var svo annar grunnskólakennarinn sem fékk verðlaunin en það var engu að síður ofboðslegur heiður að hún hafi verið tilnefnd. Mér finnst líka frábært að við séum að gera svo góða hluti svo eftir því er tekið.“

**Ertu enn haldin sama eldmóði eftir að hafa unnið við þetta frá 1982?**

„Já, ég held það. Hver dagur er ævintýri. Alltaf gleði og gaman,“ segir Guðrún. „Það heldur mér gangandi.“

**Þú færð þá aldrei leið á vinnunni þinni?**

„Nei, ég byrja alla daga á að horfa í spegil og segja: „Góðan daginn Gunna, þetta verður góður dagur í dag,“ og ég kenni börnunum það líka. Segi þeim að við ætlum að eiga góðan dag saman.“

Guðrún segir að hún hafa alltaf haft gríðarlega mikinn áhuga á litlum börnum. „Alveg frá því að ég var lítil stelpa. Ég var bara að passa alla daga og fékk tókall fyrir það.“

Ég bara elska þetta starf og hef alltaf haft ofboðslega mikla þörf fyrir að vera í svona gleði og kærleika,“ segir hún.

**Gleði og kærleika segirðu, það virðist vera svölitið ríkjandi í þessari Hjallastefnu.**

„Já,“ segja þær saman í kór og bæta við að kærleiki og agi haldast hönd í hönd.

„Af því að við tölum um þetta agalaua samfélag í dag þá finnst okkur svo gott að vinna með kærleika og aga saman,“ segir Karen. „Af því að það getur ekki án hvors annars verið. Það er að finna þetta jafnvægi

ævintýrabrá hjá mér í að gera eitthvað öðruvísi. Ég var búin að prófa svo margt; ég var búin að vera leikskólakennari, leikskólalastjóri, leikskólafulltrúi og ég átti þetta eftir. Það hefur kannski komið mörgum á óvart að ég skildi vilja gera þetta. Þá var ég bara fjörutíu og fimm ára, ofboðslega flottur aldur, og ég hugsa að mig hafi langað að hafa meiri áhrif á starfið mitt.“

**Og hvernig breyttist þitt starf við þetta? Ertu ennþá að vinna inni á deildunum?**

„Nei, ég vinn ekki með börnunum. Sko, við Guðrún tókum þá ákvörðun að ef ég fer að vera mikið inni á kjörnunum þá fer ég að vera svo tætt. Báknið hjá okkur er afskaplega lítið, það er bara ég á skrifstofunni. Guðrún á að vera 25% með mér en hún er bara svo frábær kennari á gólfinu að ég tími ekki að taka hana meira en ég þarf að gera. Tími því bara ekki af því að mér finnst að börnin eigi að fá að njóta fagfólksins okkar sem mest. Fagfólkið er auðvitað sterku stoðirnar inn í starfið okkar – og við erum búin að vera heppin hér í gegnum árin með tiltölulega gott hlutfall af fagfólki. Það er auðvitað heilmikil vinna sem fer í að halda góðu starfsfólki og góðum starfsanda – en fólki líður vel hér.“



þar á milli. Við vorum báðar aldar upp við ákveðinn aga en kærleikann alltaf með.“

„Við tölum alltaf við börnin á jákvæðan hátt,“ segir Guðrún. „Beinum athyglinni að því sem er gott og vöndum okkur hvað við segjum. Segjum þeim frekar hvernig sé best að gera hlutina frekar en að segja hvernig eigi ekki að gera þá. Ekki benda á hvað þau séu ómöguleg heldur hvernig þau geti gert betur. Þá ertu komin með þetta jákvæða og færð þau með þér. Svo líka að læra að hlusta á börn,“ segir hún. „Það skiptir einnig rosalega miklu máli. Mæta hverju barni sem einstaklingi og vinna traust þeirra.“

## Skipulag í Reykjanesbæ



**Bæjarstjórn Reykjanesbæjar auglýsir eftirfarandi skipulagsbreytingar í samræmi við 31. og 41. gr. skipulagslaga nr 123/2010**

### Hafnargata 44-46 tillaga að deiliskipulagi

Tækniþjónusta SÁ leggur fram fyrir hönd Faxafells ehf. tillögu að deiliskipulagi fyrir Hafnargötu 44 og 46. Á lóðinni verði verslun og þjónusta á hluta jarðhæðar en 16 íbúðir á efri hæðum. Hámarkshæð byggingar verði fjórar hæðir. Almennar fyrirspurnir berist á netfangið skipulag@reykjanesbaer.is en athugasemdir eða umsagnir berist í skipulagsgátt Skipulagsstofnunar eigi síðar en 30. mars 2025 málsnúmer: 65/2025

### Tæknivellir

Um er að ræða heildarendurskoðun deiliskipulags frá 2013. Skipulagsmörk víkkuð, lóðmörkum breytt á afmörkuðum stöðum, skilmálar fyrir blárænar ofanvatnslausnir settir og nýtingarhlutfall aukið. Einnig er skilgreint betur stígakerfi og landslagsmótun utan við byggðina á Tæknivöllum. Almennar fyrirspurnir berist á netfangið skipulag@reykjanesbaer.is en athugasemdir eða umsagnir berist í skipulagsgátt Skipulagsstofnunar eigi síðar en 30. mars 2025 málsnúmer: 1306/2024

### Aðaltorg M12 breyting á aðalskipulagi Reykjanesbæjar 2020 - 2035

Breytingin felst í því að stækka landnotkunarreit Miðsvæði 12 (M12) til norðurs og austurs um 4,25 ha og auka heildarbyggingarmagn í 100.000 m<sup>2</sup> með heimild fyrir 450 íbúðum. Með breytingu þessari mun nýtingarhlutfall fara úr 0.2 í 0.6. Fyrirhuguð stækkun tekur til skipulagssvæða M12 og OP9 norðan Aðalgötu, austan við Reykjanesbraut og vestan við Heiðarskólahverfi (ÍB1). Farið verður inn á opið svæði OP9 um 4,25 ha og miðsvæði (M12) verður 16,3 ha. Almennar fyrirspurnir berist á netfangið skipulag@reykjanesbaer.is en athugasemdir eða umsagnir berist í skipulagsgátt Skipulagsstofnunar eigi síðar en 30. mars 2025 málsnúmer: 346/2024

Reykjanesbær 12. febrúar 2025





Jón Lúðvíks miðlar skilaboðum að handan hjá Sálarrannsóknarfélagi Suðurnesja

# Fólk er opnara í dag með hinn andlega heim

Þrátt fyrir hraða tæknibróun og vísindalegar framfarir vekja spurningar um lífið eftir dauðann enn óbilandi áhuga hjá fólki. Á öldum áður voru þessar vangaveltur alfarið tengdar trúarbrögðum og góðsögnum en í dag hafa ýmis andleg fræði og miðlar rutt sér til rúms sem brú milli hins jarðneska og andlega heims. Miðlar segjast hafa hæfileika til að tengjast þeim sem hafa yfirgefið þennan heim og miðla skilaboðum frá „handanheimi“. Sumir líta á þetta sem einstaka gjöf sem veitir fólki huggun og leiðsögn, á meðan aðrir sjá það sem efni til efasemda og fræðilegra rannsóknar.

Völvuspár eru eitthvað sem við könnumst flest við og tengjast oft nýju ári. Völvur eru oftast ónafngreindar og sagðar horfa í kristalskúlu sína til að sjá fyrir atburði framundan. Völvur eru oftast ekki fólki með miðilshæfileika og þannig með tengingar í önnur orkusvið og jafnvel framliðna. Una Guðmundsdóttir var fædd 18. nóvember 1894 og látin 4. október 1978. Una hafði sterka tengingu við andlega krafta og var oft nefnd Völvu Suðurnesja. Fjölmargir leituðu til Unu vegna hennar dulrænu hæfileika um andlegan stuðning og hjálpi í margskonar erfiðleikum.

## Skriptar skoðanir á starfi miðla

Á Suðurnesjum er félagsskapur sem kallast Sálarrannsóknarfélag Suðurnesja og hefur starfað í áratugi. Þar er fjölbreytt starf, hvort sem um er að ræða námskeið ýmiskonar, jóga og djúpslökun, heilun og dáleidsla, reiki, skyggni-lýsingar eða einkafundur hjá miðli. Bænahringir eru einu sinni í viku og lengi mætti telja. Tilgangur félagsins er að efla áhuga almennings á andlegum málum.

Í gegnum tíðina hafa verið skriptar skoðanir á starfi miðla. Efahyggjumenn líta oft á miðlun og frásagnir af lífi eftir dauðann sem sjálfsþekkingu, sálfræðileg fyrirbæri eða jafnvel svik. Í gegnum söguna hafa margir menningarheimar trúað á anda og verur úr öðrum heimum sem hafa áhrif á lífið í jarðneska heiminum. Vísindin eru almennt varkár varðandi tilvist lífs eftir dauðann, þar sem engar áþreifanlegar sannanir liggja fyrir. Þó eru sálfræðingar og læknar sem hafa safnað saman frásögnum um nærdaupplifanir og yfir-

náttúrulegar upplifanir. Mörg trúarbrögð hafa sínar kenningar um líf eftir dauðann. Kristni, islam og gyðingdómur tala um himnaríki, helvíti eða annars konar tilvist eftir dauðann. Hindúismi og búddismi leggja áherslu á endurholdgun, þar sem sálin fæðist aftur í nýju lífi.

En hvað felst í starfi miðils? Er þetta meðfæddur hæfileiki, lærd grein eða blanda af hvoru tveggja? Í þessu viðtali fáum við innsýn í reynsluheim miðils og það sem gerist á bak við tjöldin í þessu dularfulla en jafnframt forvitnilega starfi. Við hittum viðmælanda okkar yfir kaffibolla og kexi í húsi Sálarrannsóknarfélags Suðurnesja við Víkurbrautina í Keflavík.

## Hnefaleikar og „handanheimar“

Jón Lúðvíks hefur starfað sem miðill í átján ár og leggur áherslu á að það að miðla sé ekki dularfull náðargáfa heldur hæfileiki sem allir geta þróað. Í viðtalinu segir Jón frá sinni fyrstu reynslu aðeins tíu ára gamall, hvernig hann lærði að skilja skilaboð frá handanheimi og hvernig hann aðgreinir þau frá eigin hugsunum.

Jón er einstæður, tveggja barna faðir og formaður Hnefaleikasambands Íslands. Persónulega hefur hann þó aldrei farið í hringinn til að boxa í keppni, heldur fylgdi börnunum sínum í íþróttina sem leiddi hann alla leið til formennsku í Hnefaleikasambandinu. Jón er lærður áhættuleikari fyrir kvikmyndir og veitir ráðgjöf um áhættuleik fyrir sjónvarp, kvikmyndir og leikhús. Það eru hins vegar andleg málefni sem eiga hug hans allan. Hann starfar sem miðill og við kennslu á því sviði.

Jón segir að líf sitt snúist í dag um andleg málefni. Jón leggur

áherslu á að hann sé ekki sálfræðingur. Hann vilji að það fólk sem leitast til hans dafni og blómstri og nái lengra í lífinu. Hann heldur mörg sjálfstyrkingarnámskeið og er með kennslu í andlegum málum þar sem hann segist vilja að þátttakendur verði betri en hann.

## Hvenær áttir þú fyrstu snertinguna við miðilshæfileikann?

„Það er þegar ég er tíu ára gamall og afi minn deyr. Þá fatta ég í fyrsta skipti að ég er að sjá einstakling sem er ekki lifandi. Ég horfði á hann inni í herberginu mínu eftir jarðarförina og skildi ekki af hverju hann væri hjá mér. Ég fór til mömmu og pabba og spurði hvers vegna afi væri inni í herberginu mínu. Þau höfðu ekki þekkingu eða reynslu í þessum málum og tjáðu mér að afi væri ekki inni í herberginu og ég ákvað því að fela það.“

Jón gerði lítið með þessa reynslu sína þar til árið 2000 þegar hann ákvað að snúa við blaðinu í lífinu og fór að horfa inn á við, vinna með tilfinningar sínar og breyta lífi sínu. Hann segist hafa verið í neikvæðu líferni sem hafði áhrif á allt hans líf og fólkið í kringum sig. Jón hefur starfað sem miðill í átján ár.

”

Við eigum öll að vera efnis. Við eigum ekki að kokgleypta allt sem sagt er. Þá ertu að gefa afl úr lífi þínu og leyfa öðrum að stjórna þér.

Hvernig lýsir þú þinni tengingu. Hvernig birtist þér það sem fólk kallar fyrir handan? Er þetta eitthvað orkusvið?

„Ég flokka allt undir orku. Við erum ákveðin orka og þau sem eiga

ekki líkama eru ákveðin orka. Sálirnar eru ákveðin orka. Þetta er allt orka. Ég lífi með dauðum og það er eðlilegt fyrir mér. Það er ekki eins og þú horfir inn í himnaríki. Þau eru bara með okkur og hjá okkur í þessu veraldlega lífi en bara í annarri orkutíðni.“

## Hvernig eru þessi skilaboð að birtast þér?

„Þau birtast mér í 90 prósent tilvika sem tilfinning. Þetta er nákvæmlega eins og þú ert ekki í neinum vafa um að þú elskir konuna þína. Þú hefur sönnun innra með þér fyrir því. Á sama tíma getur þú aldrei sannað að þú elskar konuna þína. Þú getur sagt við mig helling af hlutum en þú sannar aldrei tilfinninguna. Sönnunin fyrir mig kemur í því þegar ég hitti einstaklinga sem ég hef aldrei áður hitt í lífinu og er að miðla til að segja þeim og þau segja: „Já, þetta passar.“ Þetta er sönnunin fyrir mér. Ég hef gert þetta það lengi að það sannar mínar upplifanir í tilfinningum. Ég fæ mestu skilaboðin í gegnum tilfinningar og þriðja augað. Ég heyri ekki talað við mig eða þess háttar.“

## Fullkomlega öruggur með að þetta eru skilaboð

Er þetta að birtast þér í myndum eða bara tilfinningum?

Þetta birtist mér í myndum og mismunandi myndum. Við getum notað orðin „fjörugt ímyndunaraf“ og vísað til Stjórnustriðsmyndanna þegar R2D2 gerir þrívíddarvarp [hologram] af Leiu prinsessu.

Þannig sé ég þetta útundan mér og besta útskýringin sem ég hef.“

## - Hvernig greinir þú á milli eigin hugsana og skilaboða?

„Það er munur á milli ímyndunar og skilaboða og þegar þú ert búinn að vera að gera þetta lengi þá þekkir þú greinarmuninn á milli. Við berum öll tilfinningu sem heitir ást. Við þekkjum hana. Við lærum í lífinu að greinar á milli ástar og hungurs. Fyrir mig að fara djúpt í þetta þá er ég ekki að eiga í baráttu við sjálfan mig hvort ég sé að ímynda mér. Þegar ég er í orkunni er ég fullkomlega öruggur með að þetta eru skilaboð. Ég get sagt: „Ég er fullviss um að ég er ástfanginn eða ég er fullviss um að ég er svangur. Ég er með þessa tilfinningu þar sem ég sé, veit og finn og er fullviss um að er ekki mín.““

## Sá foreldra verja meiri tíma með börnunum sínum

Jón var í viðtali við sjónvarpsstöðina N4 um áramótin 2019–2020 og með áramótaspá. Þar segir hann að hann viti ekki hvað sé að gerast með orkuna því við verðum mikið meira heima og foreldrar eru að fara að verja meiri tíma með börnunum. Þetta var áður en Covid-faraldurinn kom til landsins.

„Ég gat ekki séð á þessum tíma að þetta væri Covid og ég vissi ekki hvað væri að fara gerast. Svo skall Covid-19 á okkur. Ég sagði líka að ríkisstjórnin væri að stíga upp og hjálpa heimilum fólksins. Þetta raungerðist allt en á sama tíma var ég ekki að segja að við værum







”  
Stærstu boðin sem koma oftast í gegn er að fólk njóti augnabliksins. Við erum oft svo upptekin af veraldlegu hlutunum og veraldlega lífinu að við gleymum að taka inn gjafir frá lífinu.

að fá heimsfaraldur. Orkan sýnir ákveðna hluti sem eru að gerast þó maður geti ekki sagt nákvæmlega að það er Covid að skella á okkur en orkan sýnir að við erum að fara í ákveðna átt,” segir Jón þegar rætt er um völvur og völvuspár.

#### Getum öll miðlað

Jón segir að við búum öll yfir þeim hæfileika að geta miðlað. Það liggur því beinast við að spyrja hvernig fólk eigi að nálgast þessa hæfileika hjá sér eða meðtaka þá?

„Það er ekkert til sem heitir náðargáfa. Það eru allir með þennan hæfileika og þetta er bara spurning um hvaða fókus þú sem einstaklingur setur á þetta. Þetta er svipað og það geta allir verið með „sixpack“ ef við getum ráktinni.“

Þetta er ekki endilega spurning um að fara í tengingu við látnar ömmur og afa eða þess háttar. Þetta er spurning um tengingu við orkuna sem allir hafa. Til að fara þangað er best að iðka hugleiðslu sem kyrrir hugann. Hugurinn er það sem er fyrir þér í að þekkja muninn milli skilaboðs og ímyndunar. Það þarf að æfa sig í að róa hugann til að þekkja muninn á skilaboðum og ímyndun.

Svo finnst mér nauðsynlegt að hafa tilfinningalegt öryggi og að þér líði vel í eigin skinni. Ef þú ert með lágt sjálfsmat í lífinu og þér finnst fólk ekki koma vel fram, þá þarftu að fara að skoða sjálfan þig, því ef þú ert ekki nógu góður fyrir fólk þá ertu ekki nógu góður fyrir andann. Lágt sjálfsmat er ekki að fara að hjálpa þér og of hátt

sjálfsmat í einhverju egórunki er ekki heldur að fara hjálpa þér.“

**- Ég geri ráð fyrir að þú sért að hitta fólk sem þú þekkir ekki neitt. Hvernig ertu að undirbúa þig?**

„Það sem skiptir mig máli í dag er líkamsorka mín og að vera með réttan svefn þannig að líkamsorkan sé í lagi. Ég undirbý mig ekki meira en þegar ég er að vinna hér og labba inn í herbergi og fyrsti skjólstaðingur kemur, þá segi ég: „Nú opnið þið.“ Það er undirbúningur minn. Ég hef verið að gera þetta í átján ár og orðinn vanur þessu.“

#### Fólki frjálst að dæma hann

Jón hélt fjöldasamkomu hjá Sálarrannsóknarfélagi Suðurnesja á dögunum. Þegar hann kom í salinn spilaði hann tónlist til að koma sér í girinn og gekk fram og aftur um salinn. Útsendari blaðsins fylgdist með þeim fundi til að undirbúa viðtalið. Því skaut upp í huga blaðamanns að þessi einstaklingur væri nú mögulega eitthvað skríttinn. Jón hlær af þessu og segir að fólki sé frjálst að dæma hann án þess að kynna sér og honum sé í raun alveg saman um skoðanir fólks á sér.

„Þegar ég spila tónlistina er ég að keyra upp orkuna í salnum. Ég grínast einnig í fólki því það er að koma með mikið af tilfinningum og er lokað. Mín leið er að gera glens og grín til að opna á kærleiksorkuna og þá verður fólk öruggara og það opnar sig meira.“

**Ég veitti því athygli að þú tókst málverk af veggnum og notaðir það eins og stóran snertiskjá eða reiknivél. Hvað var það?**

„Ég gleymi stundum að segja að veggir eru fyrir mér eins og risastórar spjaldtölvur. Ég fletti í myndum og er meðvitaður um að fólki finnst þetta kannski skrítið. Ég vil vinna í minni orku og gera þetta eins og ég geri.“

**Hvað er helst að koma í gegn og hver eru boðin sem þú ert að koma með til fólks?**

„Stærstu boðin sem koma oftast í gegn er að fólk njóti augnabliksins. Við erum oft svo upptekin af veraldlegu hlutunum og veraldlega lífinu að við gleymum að taka inn gjafir frá lífinu. Við erum sífellt að redda hinu og þessu að við gefum okkur ekki tíma til að næra okkur sjálf. Við þurfum að setjast niður og fá tilfinningalega næringu fyrir okkur sjálf.“

Það koma oft ráðleggingar til fólks að taka inn augnablikið og næra sig á stundinni. Þú getur haft steik fyrir framan þig sem er stundin en þú borðar hana ekki og ert svangur næstu daga eða orkulaus.“

**Hvaða fólk er að leita til þín? Í grúski mínu fyrir þetta viðtal rakst ég á upplýsingar um það að fólk leitaði til miðla vegna þess að það ætti óuppgerð mál við fólk sem væri farið yfir móðuna miklu og vildi vita hvort ekki væri allt í lagi. Er þetta svona?**

„Í dag er þetta í litlum hluta. Það kemur fyrir að fólk spyrji þessara spurninga en að stærstum hluta er

fólk að koma til að fá ráðleggingar fyrir líf sitt. Fólk vill andlega leiðsögn og ástvinir koma og leiðbeina þér svo þú fáir meira út úr lífinu.“

#### Eigum öll að vera efins

**Eru þetta alltaf nákomnir sem koma í gegn?**

„Yfirleitt. Þegar ég er að vinna í einkatímum vil ég að það séu sannanir fyrir því við hvern ég er að tala. Það er ekki nóg fyrir mig að segja að mamma þín eða amma sé komin hérna, heldur þarf ég að lýsa viðkomandi. Þegar ég hef náð að lýsa persónunni get ég komið með skilaboðin.“

**Hefur þú fengið skilaboð sem þú átt erfitt með að deila með þeim sem koma til þín?**

„Já – og ég er mjög harður í því að ég vil ekki gefa ótta.“

**Þannig að þú myndir ekki segja mér að ég væri að fara að hrökkva upp af á morgun?**

„Aldrei. Það er ekki mitt. Notum þetta dæmi, því þetta er myndræn merking. Segjum að ég sjái í orkunni að það væri eitthvað að fara að gerast hjá þér á morgun og það gerist eitthvað á morgun en það er ekki eins alvarlegt og ég myndi túlka það þá hef ég ekki heimild til að setja það fram og þú værir í einhverju óttakasti næstu vikurnar af því að ég sagði þetta.“

Það skiptir máli fyrir mig að fólk labbi út með kærleikann. Ég hef fengið fólk til mín þar sem ég hef séð að það eru miklir erfiðleikar framundan og þá vel ég að vinna það með öndunum hvernig við fáum viðkomandi til að hugsa jákvætt til að gera sér tímann auðveldari. Það skiptir mig miklu máli.“

**Hvernig á fólk að undirbúa sig áður en það kemur til þín?**

„Engar væntingar. Lokaðu augunum og leyfðu því að koma sem kemur. Ef fólki er hugleikið eitthvað þá er bara að senda það út í kosmosið og treysta orkunni að koma með þau skilaboð sem þurfa að koma. Undirbúningurinn er opin hugur. Vertu tilbúinn í að hlusta á það sem kemur. Ég hef fengið til mín einstaklinga sem vilja ákveðna hluti og eru að fá mögnuð skilaboð. Þau vilja ekki taka á móti öðru þar sem þau voru með væntingar um annað. Fólk er stundum ekki að vilja hlusta á ráðin sem eru að koma.“

**Ef fólk er efins eða ekki móttækilegt?**

„Við eigum öll að vera efins. Við eigum ekki að kogleypa allt sem sagt er. Þá ertu að gefa afl úr lífi þínu og leyfa öðrum að stjórna þér. Fólk á að vera efins og ég bið fólk um að taka upp tímana til að hlusta seinna og spá í þessum skilaboðum. Þú átt þitt líf og stjórnar þínu lífi en átt ekki að gefa öðrum vald til að stjórna því.“

**Hvernig er þessi vinna að hafa áhrif á þína andlegu heilsu. Er þetta að trufla þig eitthvað eftir „nú til fimm vinnutímanna“?**

„Þetta er langt frá því að trufla mig og ég get sagt sem svo að við fedgar búum með þeim látnu. Það eru dyr að opnast og lokast og það er gengið um húsið. Fyrir mörgum árum var reglulega kveikt á sjónvarpinu klukkan þrjú um nótt en til þess að það sé mögulegt þá þarf að kveikja á ýmsum búnaði. Þetta var á þeim tímum í lífinu að ég stóð í skilnaði og þegar ég fór að skoða líf mitt þá áttaði ég mig á því að þegar ég var að fara að sofa á kvöldin var ég að kafna úr einmanaleika. Andinn er bara að segja: „Við erum hérna og slakaðu aðeins á. Við erum með þér og þú ert ekki einn.““

#### Önnur orka í Keflavík en Reykjavík

**Þú starfar víða um heim. Sérðu svæðisbundinn mun á þeirri orku sem kemur til þín. Er öðruvísi að koma til Keflavíkur en að fara á Snæfellsnesið eða austur fyrir fjall?**

„Já. Það er til dæmis geggjað að vinna á Vestfjörðum. Orkan þar er gullnáma. Það er gríðarlega góð orka á Austurlandi. Það er allt önnur orka í Keflavík heldur en nokkurn tímann í Reykjavík. Nú er ég ekki að tala niður Reykjavík en að fara vestur er eins og að fara í góða náttúrulega. Orkan er hreinni úti á landi en í Reykjavík. Það er svo margt í orkunni sem við mannfólkið vitum ekki að við getum nýtt okkur meira. Þá er ég ekki að tala um virkjanir, heldur mannaúðinn.“

Jón talar mikið um tærleika orkunnar og hvað hún geti verið mismunandi. Hann bendir á tvö dæmi um mismunandi orku. Þegar gengið er inn í kirkju finni fólk kyrrðina sem þar er að finna en þegar gengið er inn á skemmtistað sé allt önnur orka í gangi.

„Til að finna orkuna úti í náttúrunni er gott að slaka á og þá finnur þú fyrir henni.“

Jón segist vera að vinna í leiðsögn til að betrubæta líf fólks. Hann segir orkuna vera sinn heimavöll. Auk þess að halda einkafundi með fólki fái hann til sín fólk sem vilji nýta orkuna sína betur í lífinu.

#### Hvaða fólk leitar til þín?

„Ég myndi ekki segja að það væri ákveðinn hópur. Margir leita til mín til að fá að vita hvernig þeir komist lengra inn í andleg mál og geti þróað sig lengra. Það er mikið um það. Það hefur færst mikið í aukana að fólk sem er í viðskiptum leitar til mín. Það sem ég sé í andlegum málum í dag er að fólk er að fara meira inn í orkuna heldur en að leita eftir látnum ættingjum. Við erum orðin opnari í dag með hinn andlega heim og vitneskjan er orðin það mikil að fólk er farið að setja sjónarmiðið annað.“

#### Transfundir og hjálpartæki

**En fólk er ekki að fá Lottótölur?**

„Nei, þá væri ég með þær. Ég myndi halda þeim fyrir mig. Ég er svo eigingjarn,” segir Jón og skelli-hlær. „Þú færð aldrei upplýsingar um það hjá mér hvernig þú kemst hjá því að lifa lífinu. Þú færð bara upplýsingar um hvernig þú getur betrubætt lífið og þú þarft að framkvæma það sjálfur. Við getum sett bensín á bílinn hjá þér en þú þarft að keyra hann.“

Fólk er að spyrja mig hversu oft það þurfi að koma til mín. Ég svarað því til að það er að fá það miklar upplýsingar að vinna úr að það ætti að duga því í hálf töl eða eitt ár.“

- En hvað er framundan hjá Jóni? Hann mun standa fyrir opnum transfundum, þar sem að sögn kemur önnur sál í líkamann. „Það er mín leið til að fara meira inn í orkuna. Einnig er ég að vinna með Tarot-spil, því oft þurfum við hjálpartæki til að lesa úr orkunni. Spádómarnir eru allir í orkunni.“

Jón er óhræddur við gagnrýni. „Fólk má alveg efast um það sem ég geri. Við eigum öll að vera efins og ekki kogleypa allt. Ég hvet alla til að taka sér tíma til að hugsa um skilaboðin og spyrja sig hvað þau þýða fyrir líf þeirra,” segir hann að lokum.

Nánar má kynna sér starfsemi Sálarrannsóknarfélags Suðurnesja á vefslóðinni srfnsn.is

VF VIDTALID

Hilmur Bragi Bárðarson  
hilmur@vf.is







Ungmennni vikunnar

## UNGMENNI VIKUNNAR

Nafn: Kristjana Ása Lárusdóttir  
Aldur: 15 ára  
Bekkur og skóli: 10 bekk Njarðvíkurskóla  
Áhugamál: Körfubolti

## Telur sig ver góðhjarta

Hvert er skemmtilegasta fagið? Mitt uppáhaldsfag er stærðfræði eða enska því að mér gengur vel í þeim fögum.

Hver í skólanum þínum er líklegur til að verða frægur og hvers vegna? Kacper sem heimsfrægur flugmaður.

Skemmtilegasta saga úr skólanum: Þegar við þurftum að labba upp fjall á Úlfjótuvatni í appelsínugulri viðvörum.

Hver er myndastur í skólanum? Freydís Ósk, mér finnst hún mjög myndin því að við erum með líkan húmar.

Hvert er uppáhaldslagið þitt? The Greatest með Billie Eilish, annars get ég hlustað á allt nema country tónlist.

Hver er uppáhaldsmaturinn þinn? Hamborgarhryggur, hann minnir mig svo mikið á jólin.

Hver er uppáhaldsblímyndin þín? The Hunger Games eða The Notebook. Báðar mjög góðar en ólíkar.

Hvaða þrjú hluti myndir þú taka með þér á eyðilevju og hvers vegna? Flugvél, Kacper

til að stýra flugvélinni og bensin fyrir flugvélina.

Hver er þinn helsti kostur? Ég tel mig vera bjartsýna.

Ef þú gætir valið þér einn ofurkraft til að vera með restina af ævinni, hvað myndir þú velja? Að geta teleportað þannig að ég get farið hvert sem ég vil hvenær sem ég vil.

Hvaða eiginleiki finnst þér bestur í fari fólks? Mér finnst besti eiginleiki sem fólk getur haft vera traust, góður húmor og jákvæðni.

Hvað langar þig að gera eftir grunnskóla? Að fara í náttúrufræðibraut í framhaldsskóla í Reykjavík.

Stundar þú íþróttir eða aðrar tómstundir? Já, ég æfi körfubolta með 10. flokki Njarðvíkur og finnst það mjög gaman.

Ef þú ættir að lýsa sjálfri þér í einu orði, hvaða orð væri það? Persónulega tel ég mig vera góðhjarta.

## Uppbygging félagsmiðstöðva í hverfum Reykjanesbæjar

Vorið 2021, þegar ég var á mínu fyrsta ári sem skólastjóri Háaleitisskóla á Ásbrú, varð mér ljóst að félagsmiðstöðvarstarfið í Reykjanesbæ þyrfti að einhverju leiti endurskoðunar við. Samkvæmt niðurstöðum rannsóknar fyrirtækisins Rannsóknar og Greiningar haustið 2020 kom m.a. í ljós að þátttaka barna og ungmenna í Ásbrúarhverfi í starfi Fjórheima, sem er miðlæg félagsmiðstöð í bænum, var töluvert minni en þátttaka barna og ungmenna úr öðrum hverfum bæjarins.

## Nauðsynlegt var að grípa til tafarlausra aðgerða

Það var ljóst að við það yrði ekki unað. Það yrði að virkja börnin í Ásbrúarhverfi til þátttöku í skipulögðu félagsmiðstöðvarstarfi og með því rjúfa einangrun, efla félagsfærni og bæta líðan þeirra. Sem svar við þessu stofnaði ég, sem skólastjóri Háaleitisskóla, félagsmiðstöðina Brúnna í samvinnu við Fjórheima. Við fengum fjármagn til að kaupa inn búnað og tæki til að hefja starfið og gefin voru fyrirheit um fjármagn til reksturs. Það gekk því miður ekki eftir. Í þeirri stöðu var ekki unnað að ræða en að ég forgangsraaði í rekstri skólans og lagði fjármagn í þetta mikilvæga starf sem þoldi enga bið að hefja. Félagsmiðstöðin var sérsníðin til að mæta þörfum og áhugamállum barnanna í hverfinu okkar. Þetta frumkvæði mitt jók þátttöku barnanna í félagsmiðstöðvarstarfi strax mjög mikið, og sýndi og sannaði mikilvægi þess að hafa aðgang að slíkri þjónustu í göngufæri frá heimilum barnanna og í umhverfi þar sem þeim líður vel. Því staðreyndin var því miður sú að þau voru röð við að mæta þangað þar sem þeim leið ekki nógu vel og fannst þau ekki velkomin í þann hóp sem sótti Fjórheima mikið. Þeim fannst þau stimpluð sem krakkarnir úr Ásbrúarhverfi og því höfðu mörg þeirra ekki sjálfstraust til að taka virkan þátt í því öflugra starfi sem þar fer fram.

## Áhersla núverandi meirihluta bæjarstjórnar

Ég fékk gullið tækifæri til að hafa áhrif á þróun og skipulag félagsmiðstöðvarstarfs í bæjarfélaginu er ég tók við formennsku í Íþróttatömsundaráði Reykjanesbæjar

sumarið 2022. Núverandi meirihluti hér í Reykjanesbæ hefur frá upphafi þessa kjörtímabils haft það að markmiði sínu að efla félagsmiðstöðvastarf úti í hverfum í bæjarfélaginu. Mér hefur þó fundist það ganga of hægt en við náðum þó þeim tímamótum með mótun fjárhagsáætlunar fyrir árið 2024 að tryggja starf og frekari uppbyggingu félagsmiðstöðvarinnar á Ásbrú. Í fjárhagsáætlun þessa árs er svo tryggt fjármagn til uppbyggingar nýrrar félagsmiðstöðvar í Stapaskóla, sem mun hefja starfsemi nú á árinu og þjóna börnum og ungmennum í Innri-Njarðvík. Af því er ég stoltur og er þess fullviss um að það starf sem þar mun fara fram mun reynast mikið heillaspor og efla til muna þátttöku barna í skipulögðu tímstundastarfi, bæta líðan þeirra og styrkja félagsleg tengsl ungmenna í hverfinu.

## Félagsmiðstöðvar í hvert hverfi hefur margháttada kosti í för með sér

Félagsmiðstöðvar í hverju hverfi bættir aðgengi og eykur án vafa aðsókn, því auðveldara er fyrir börn og ungmenni að nálgast þjónustuna. Það veitir líka ákveðna öryggisstillingu foreldra að vita af börnum sínum í nánd við heimili þeirra. Félagsmiðstöðvar í hverfum auka einnig samfélagsþátttöku og tengslamyndun í nærumhverfi sem hefur jákvæð áhrif á samfélagið í heild. Öflugt félagsmiðstöðvarstarf í hverfum bæjarins getur einnig aukið sveigjanleika og viðbragðsflýti ef þarfir barna og ungmenna í tilteknu hverfi krefjast þess að brugðist sé hratt við og markvissri fræðslu miðlað til ákveðinna hópa svo dæmi sé tekið. Dreifing félagsmið-



stöðva tryggir að öll börn og unglingar, óháð búsetu eða efnahag, hafi jöfn tækifæri til að nýta sér þjónustuna. Þetta dregur úr líkum á að

sumir hópar verði undanskildir vegna fjarlægðar frá miðlægri félagsmiðstöð. Og síðast en ekki síst gegna félagsmiðstöðvar lykilhlutverki í því að skapa vettvang svo börnin hafi tækifæri til að efla félagsfærni sína sem stuðlar að jákvæðri samveru og eykur virkni meðal barna og unglunga. Fleira mætti tína til sem kosti þess að reka einnig félagsmiðstöðvar í hverju hverfi bæjarins til viðbótar við öflugt miðlægt barna- og ungmennahús eins og Fjórheima.

## Að nýta niðurstöður kannana til að styrkja samfélagið með sértækum aðgerðum

Í gegnum árin hafa kannanir til að meta líðan og lífstíl barnanna okkar verið lagðar fyrir nokkrum sinnum á ári. Hér í bæ hafa niðurstöður þessara kannana ekki verið grunnur að samvirkum aðgerðum til að bæta hag og líðan barnanna okkar með markvissum hætti. Ég hef undanfarin ár hvatt til slíkra aðgerða þvert á svið bæjarins en því miður hefur það ekki hlotið þann hljómgrunn sem nauðsynlegur er til að hægt sé að ráðast í öflugar aðgerðir sem styrkja samfélag okkar til framtíðar. Lítið hefur verið á að þessar kannanir, sem framkvæmdar eru í skólum landsins, og þá vegna þess hve auðvelt er að ná til sem flestra barna til að svara slíkum könnunum, sem tæki einungis fyrir skóla til að efla sitt starf. Það er í sjálfsú sér gott og blessað en þær aðgerðir sem þarf að fara í til að bæta hag og líðan barnanna okkar þurfa að vera byggðar á samstilltri vinnu þess fagfólks sem starfar hjá Reykjanesbæ að málefnum barna og ungmenna á þeim sviðum sem að þeim málum koma. Og þeirri grundvallarvinnu þarf að fylgja eftir með öflugri aðgerðaráætlun til að innleiða þær breytingar sem nauðsynlegar eru.

## Við getum gert betur til að bæta hag og líðan barnanna okkar

Nýlegar niðurstöður kannana á líðan og hag barna og ungmenna í bæjarfélaginu okkar sýna svo ekki verður um villst að við stöndum frammi fyrir talverðum áskorunum. Samfélagið þarf að taka saman höndum og vinna með markvissum hætti að því að mæta þeim. Þar höfum við sofist á verðinum sem gert hefur það að verkum að verkefnið sem fram undan er hefur aukist að umfangi. Það er þó ekki þannig að það sé ekki viðráðanlegt. Við eigum afar öflugt fagfólk á fagsviðum bæjarins sem án vafa er tilbúið í verkið en það er þeirra sem í forsvari eru á sviði stjórnmalanna, stefnumótunaraðila sem og forstöðufólks fagsviða bæjarins að leggja drög að og leiða þessa mikilvægu vinnu sem fram undan er. Þeim fjármunum sem varið verður í þetta mikilvæga verkefni er vel varið og mun til framtíðar lítið leiða til mikils sparnaðar fyrir bæjarfélagið svo ekki sé minnst á aðalatriðið sem er bætt líðan og aukin velferð barnanna okkar. Þau eru framtíðin og það er skylda okkar sem samfélag að hlúa vel að þeim!

Friðhjófur Helgi Karlsson  
Höfundur er fv. skólastjóri  
Háaleitisskóla og formaður  
Íþróttatömsundaráðs  
Reykjanesbæjar.



## Útboð

## Akstur almenningsvagna í Reykjanesbæ

Consensa fyrir hönd Reykjanesbæjar óskar eftir tilboðum í akstur almenningsvagna í Reykjanesbæ samkvæmt skilmálum útboðslysingar. Um er að ræða akstur almenningsvagna fyrir þrjár skilgreindar akstursleiðir sem eru hluti af almenningsgöngukerfi Reykjanesbæjar.

Hægt er að sækja öll útboðsgögn án greiðslu á útboðsvefnum [www.tendsign.is](http://www.tendsign.is)

Tilboðum skal skilað með rafrænum hætti á útboðsvef eigi síðar en kl. 12:00 þann 7. mars 2025.

Nánari upplýsingar má finna á [www.consensa.is/utbod/auglyst-utbod](http://www.consensa.is/utbod/auglyst-utbod)





Frá afmælisveislu Bjargarinnar þann 4. febrúar síðastliðinn.

MYNDSKEIÐ  
Í RAFRÆNNI ÚTGÁFU VÍKURFRÉTTA

## Andleg heilsa í forgangi í tuttugu ár - fjárfesting fyrir framtíðina

Björgin hélt upp á 20 ára starfsafmæli þann 4. febrúar sl. og var því fagnað með opnu húsi þar sem boðið var uppá kaffi og með því í sal Bjargarinnar. Vel var mætt þrátt fyrir leiðindaveður og færum við þeim sem kíktu til okkar góðar þakkir, bæði notendum, aðstandendum, stofnunum og bæjarstjóra sem leiddi afmælisönginn af sinni alkunnu sníld.

Björgin - Geðræktarmiðstöð Suðurnesja er athvarf og grunnendurhæfingarúrræði fyrir einstaklinga með geðheilsuvanda, búsetta á Suðurnesjum. Björgin var stofnuð árið 2005 og var upprunalega staðsett í húsnæði Sjálfsbjargar á Fitjabraut en með aukinni aðsókn notenda var ákveðið að flytja starfsemi og fékk Björgin til ráðstöfunar tvö húsnæði á Suðurgötu 12-14 sem ber nafnið Lautin og 15-17 sem ber nafnið Hvammur. Í kjölfar flutninga varð mögulegt að þjónusta með enn betri hætti þann breiða hóp sem nýtir sér þjónustu að einhverju tagi í Björginni. Húsin eru staðsett stíthvoru megin við Suðurgötuna og nýttast bæði vel á mismunandi máta. Frá þeim tíma hefur Björgin vaxið og dafnað og er í dag mjög mikilvægur hlekkur í samfélaginu okkar hér á Suðurnesjum.



Þjónusta Bjargarinnar skiptist í tvær leiðir, athvarf og grunnendurhæfingu.

Einstaklingar sem þess óska geta sótt Björgina án þess að taka markvisst þátt í dagskrá. Sú leið kallast athvarf og er þar helstu markmiðið að rjúfa félagslega einangrun. Félagssleg samvera er einn mikilvægasti þáttur athvarfsins, samveran á sér bæði stað innan Bjargarinnar og annars staðar úti í samfélaginu. Skipulagðar ferðir, samverustundir

og húsfundir eru haldnir reglulega, auk ýmissa mismunandi viðburða.

Grunnendurhæfing miðar að því að gefa einstaklingum tækifæri til að efla færni sína á ýmsum sviðum. Boðið er upp á námskeið, hópstarf, fræðslu og ráðgjöf þar sem lögð er áhersla á að auka þekkingu og vitund einstaklingsins á uppbyggilegum mállefnum sem stuðla að bata hans. Einstaklingar sem eru í endurhæfingu fá ráðgjafa sem heldur utan um þeirra endurhæfingu með þeim.

Á Suðurgötu 12-14 er forstöðumaður Bjargarinnar með skrifstofu sem og ráðgjafi athvarfs, þar er í boði að fara í pool, pílu eða stunda hvers kyns iðju. Mikið er til af efniviði til t.d. skartgripagerðar, mósaikmyndagerðar, listsköpunar og fleira. Á Suðurgötu 15-17 er einnig margskonar iðja í boði en þar er til ógrynni af garni og efni til saumaskaps og nóg er af spilum til að grípa í. Þar er einnig salur sem sem nýttur er í fyrirlestra tvisvar sinnum í viku fyrir endurhæfinguna sem og skrifstofurými tveggja starfsmanna ásamt viðtalsherbergjum. Opnir fyrirlestrar eru fyrir notendur Bjargarinnar með reglulegu millibili. Nýtt af nálinni hjá okkur er að vera með opið hús eitt kvöld í mánuði þar sem við komum saman, spjöllum, spilum, hlustum á tónlist og höfum það kósý.



Kjartan Már Kjartansson, bæjarstjóri í Reykjanesbæ, og Dána Hilmarsdóttir, forstöðukona Bjargarinnar.



Lautin, Suðurgötu 12-14, stendur við skruðgarðinn í Keflavík.



Starfsfólkið í Björginni.

Helstu markmið Bjargarinnar er að rjúfa félagslega einangrun, efla sjálfstæði einstaklinga, bæta lífsgæði, auka samfélagsþátttöku og draga úr stofnanainnlögnum. Björgin vinnur einnig að því að auka þekkingu almennings á geðheilbrigðismálum og stuðla að náungakærleika og skilningi í samfélaginu. Björgin er úrræði sem hefur mikla sérstöðu hér á svæðinu



í þeim skilningi að Björgin er opin öllum sem eiga við geðheilsuvanda að stríða 18 ára og eldri. Ekki þarf að fara á biðlista eða fá tilvísun, nóg er að hringja og panta viðtal hjá ráðgjafa eða einfaldlega kíkja í kaffi. Mikil áhersla er lögð á hlýlegt umhverfi þar sem notendur geta komið saman í öruggt og þægilegt rými þar sem þeim líður vel og þau geta notið sín. Í Björginni er lögð áhersla á að hver og einni skipti máli.

Björgin er með heimasíðu [www.bjorgin.is](http://www.bjorgin.is), Facebook síðu Björgin - Geðræktarmiðstöð Suðurnesja og Instagram [bjorgin.gedraekt](https://www.instagram.com/bjorgin.gedraekt)



Vissir þú að hjá Vinnumálastofnun er hægt að sækja um styrk til að ráða starfsmann í þitt fyrirtæki?

VINNUMÁLA  
STOFNUN



# Of margir útlendingar í körfunni eða fullkomin staða?

## Ísland eina landið sem er ekki með höft á fjölda útlendinga

„Eru gæðin meiri,“ spyr Guðjón Skúlason, fyrrverandi leikmaður körfuknattleiksliðs Keflavíkur en auk þess lék Gaui eitt tímabil með liði Grindvíkinga á sínum flotta ferli. Umræðan um fjölda erlendra atvinnumanna í körfuknattleik, og hugsanlega í liðsþróttum á Íslandi, hefur verið nokkuð hávær undanfarin ár og sitt sýnist hverjum.

Blaðamaður fór á stúfana og ræddi við fjölmarga aðila í hreyfingunni og var reynt að fá sjónarmið beggja fram, þeirra sem vilja setja einhver bönd á fjöldann eða þeirra sem vilja hafa þetta óheft eins og staðan er í dag.

Liðin á Suðurnesjum taka heldur betur þátt í dansinum, Keflvíkingar tefla fram átta erlendum atvinnu- mönnum í karlaliði sínu en þeir bættu nýlega tveimur við og létu tvo aðra fara í staðinn. Kvinnalið Keflvíkinga er með tvo útlendinga.

Njarðvíkingar eru með sex útlendinga í karlaliði sínu, þrjá í kvenna- og Grindvíkingar hafa verið með fjóra í karlaliði sínu og kvennamegin voru þrjú útlendingar þar til fyrir stuttu þegar þær bættu við leikmanni sem var sagt upp hjá Njarðvík, tefla því fram fjórum útlendingum.

Það kennir ýmissa grasa í viðmælendahópnum, m.a. afrekskörfuknattleiksmaður sem leikur erlendis sem atvinnumaður, þjálfari karlaliðs, þjálfari kvinnaliðs, formaður körfuknattleiksdeilda, fyrrnefndur Guðjón Skúlason, Bandaríkjamannur sem fékk íslenskt ríkisfang, ungur leikmaður sem missti áhugann, svo einhver dæmi séu tekin.

Á leik Keflavíkur gegn Grindavík



síðasta haust báru þessi útlendingamál á góma og þegar blaðamaður spurði Guðjón hvort gæðin væru ekki meiri með öllum þessum útlendingum, svaraði Gaui:

„Fyrrum liðsfélagi minn hjá Keflavík, Damon Johnson, kom í heimsókn til Íslands síðasta haust og við fórum á leik hjá Keflavíkurliðinu. Damon fullyrtaði að liðið okkar eitt árið hefði unnið liðið í dag. Auðvitað má svo rök-

ræða það fram og til baka og það er alltaf erfitt að bera saman lið frá ólíkum tímum, leikurinn hefur breyst mikið á undanförunum árum. Hugsanlega eru gæðin meiri inn á milli hjá þessum bestu liðum eins og Stjörnunni, Tindastóli og Valsmönnum þegar þeir eru upp á sitt besta, en að mínu mati er þau ekki þess virði. Fórnarkostnaðurinn er alltof hár ef ungir íslenskir leikmenn eiga ekki að geta átt möguleika á að fá tækifæri, hugsanlega ekki einu sinni á æfingum því erlendir leikmenn eru orðnir hátt í tíu. Ef að rökin með því að hafa meiri gæði og okkar ungu leikmenn geti litið upp til og æft með þessum gæðaleikmönnum og lært af þeim, eru þá þau rök ekki flogin út um gluggann ef þessir ungu leikmenn sitja bara á ofninum á meðan útlendingarnir æfa?“

### Gæði umfram allt



Jón Halldór Eðvaldsson er Keflvíkingur í húð og hár og hefur lengi verið áberandi í körfuknattleikslífinu á Suðurnesjum og eftir að hinir frábæru þættir, Körfuboltakvöld, hófu göngu sína á Stöð 2 Sport fyrir tæpum tíu árum síðan, hefur hann verið tíður gestur á skjám landsmanna. Jonni þjálfaði kvinnalið Keflavíkur og náði tveimur Íslandsmeistaratitlum og hefur nýlega tekið við stjórn liðsins ásamt Sigurði Ingimundarsyni.

Jonni kys gæði umfram allt og vill hafa hlutina nákvæmlega eins og þeir eru í dag.

„Fyrir mér snýst þetta um að geta mætt á körfuboltaleik eða knattspyrnuleik eða bara hvað sem er, og geta upplifað bestu hugsanleg gæði. Í því felst að sem flestir góðir leikmenn séu inni á vellinum. Ég

”  
Fórnarkostnaðurinn er alltof hár ef ungir íslenskir leikmenn eiga ekki að geta átt möguleika á að fá tækifæri, hugsanlega ekki einu sinni á æfingum því erlendir leikmenn eru orðnir hátt í tíu ...

hef ekki þolinmæði fyrir að mæta á leiki og horfa á einhverja meðal-Jóna sem eru kannski líka að fá vel borgað því það má ekki gleyma því að þegar höftin voru á, þá styrktist samningsstaða meðalleikmannsins á Íslandi og honum var borgað kannski bara nokkuð vel. Á sama tíma hefði verið hægt að sækja helmingi betri leikmann til Króatíu eða Serbíu t.d. og borga þeim leikmanni kannski helmingi lægri laun en meðal-Jóni,“ segir Jón Halldór.

### Stórasta land í heimi það eina án hafta



Njarðvíkingurinn Elvar Már Friðriksson er einn besti körfuknattleiksmaður Íslands og leikur sem atvinnumaður í einni sterkustu deild Evrópu, þeirri grísku.

„Ég held að allar deildir nema sú íslenska séu með einhver höft á fjölda útlendinga. Ég er á mínu öðru ári hér í grísku deildinni, sem telst ein sú sterkasta en hér þurfa liðin að vera með sex uppaldá Grikki í sínum hóp. Í Svíþjóð t.d. má vera með fjóra útlendinga en í þessum deildum skiptir ekki máli hvaðan viðkomandi útlendingar eru, það er t.d. hægt að vera með sex Bandaríkjamenn hér í Grikklandi.

Ég sé það þegar landsliðið er að mæta landsliðum stærri þjóða og leikmennirnir sem eru að leika með liðum í Euroleague, fá ekki að spila með sínu landsliði, að þá eru leikmenn sem eru ekki í stórum hlutverkum hjá sínum félagsliðum, með stærri hlutverk með landsliðinu. Þeir eru ekki vanir því frá sínum félagsliðum því útlendingarnir eru í stærstu hlutverkunum. Ég er smeykur um að sama staða geti komið upp á Íslandi og ég hef aldrei skilið rökin fyrir því að íslenska deildin verði að hafa allt galopið vegna EES-samningsins um frjálst flæði vinnandi fólks, ef að stórar deildir geta haft reglur um þetta þá hlýtur Ísland að geta það líka,“ segir Elvar Már.

### Gögn tala sínu máli



Njarðvíkingurinn Jón Ragnar Magnússon vann rannsókn þegar hann var í námi við Háskóla Íslands, sem fjallaði um áhrif aukins fjölda erlendra leikmanna, á spilaðar mínútur íslenskra leikmanna og framlag þeirra.

„Tölurnar voru sláandi þegar við gerðum rannsóknina árið 2021 og staðan er ekki betri í dag, það vitum við. Við tókum saman spilaðar mínútur og framlag íslenskra leikmanna og þessi gögn sýna svart á hvítu að hinn svokallaði rulluspilari er nánast horfinn af sviðinu. Einu íslensku leikmennirnir sem létu að sér kveða voru landsliðsmenn, allir hinir voru í raun hættr og þannig er staðan líka í dag, já eða hún er verri. Meira að segja er fróðlegt að sjá stöðu íslensks landsliðsmanns í dag, Bjarna Guðmanns sem leikur með Stjörnunni. Hann var að spila tæpar tuttugu mínútur að meðaltali í leik, Stjarnan á fráberri siglingu en ákváðu svo að bæta við þriðja útlendingnum, Bjarni spilaði tæpar átta mínútur í síðasta leik á meðan ný útlendingurinn spilaði rúmar 21 mínútur. Huga sér, hér er landsliðsmaður látinn víkja fyrir útlendingi, hvað eiga þá hinir íslensku strákarnir að hugsa sem eru ekki í landsliðs-

### ÍDRÓTTIR

Sigurbjörn Daði Dagbjartsson  
sigurbjorn@vf.is



klassa? Er skrytið að menn missi áhugann og snúi sér að einhverju öðru og er það virkilega það sem við viljum sjá gerast? Strákar eru til í að vera í búningi aftarlega á bekknum upp að tvítugsaldri, eftir það er þetta bara búíð, alla vega benda allar tölur til þess,“ segir Jón Ragnar.

### Krafan er titlar - með öllum ráðum



Birgir Már Bragason er nýtekinn við sem framkvæmdastjóri Keflavíkur íþróttafélags en þar áður hafði hann farið allan hringinn nánast með körfuknattleiksdeild Keflavíkur, allt frá því að vera lukkudýrið yfir í að vera formaður deildarinnar. Hjá Keflvíkingum er þetta ósköp einfalt.

„Karfan í Keflavík einfaldlega þekkir ekki neitt annað en að keppt sé um titla og þær leiðir eru farnar að því takmarki, sem í boði eru. Ef að við þurfum að fylla liðið okkar af útlendingum til að vera samkeppnishæfir, þá einfaldlega gerum við það. Ég sé ekki muninn á því að keyptir séu fjórir íslenskir landsliðsmenn eða fjórir útlendingar, við búum jú á landi sem styðst við EES-samninginn og það þýðir að það er frjálst flæði vinnuafls. Á meðan KKÍ er ekki með neinar reglur um þessa hluti þá einfaldlega gerum við þetta svona til að hámarka líkur okkar á að vinna titla,“ sagði Biggi að lokum.

Ítarlegri viðtöl við viðmælendurna, viðtöl við fleiri og meiri umfjöllun um málefnið, mun birtast á vef VÍKURFRÉTTA, vf.is, á næstunni.



# Metþátttaka á KFC-móti Njarðvíkur 2025

KFC-mót Njarðvíkur fóru fram í Nettóhöllinni dagana 12.–25. janúar 2025 og settu mótin í ár nýtt þátttökumet. Alls tóku 21 félagslið, 298 keppnislið og tæplega 1.900 iðkendur þátt í mótunum í 5., 6. og 7. flokki karla og kvenna. Þetta er veruleg aukning frá fyrri árum en til samanburðar mættu um 1.200 iðkendur á síðasta ári, það jafngildir 63% fjölgun iðkenda á milli ára.

Vegna þessa mikla fjölda þátttakenda og liða dreifðist mótið yfir þrjár helgar í janúar. Í yngstu aldurshópunum var leikið í fimm

manna liðum en í 5. flokki var keppt í sjö manna bolta. Mótin tókust afar vel og skemmtu leikmenn sér konunglega í spennandi og fjörugum leikjum.

KFC-mótið hefur verið fastur liður í íþróttadagskrá Njarðvíkur frá opnun Reykjanesvallar og hefur vaxið ár frá ári. Mótshaldarar vilja koma á framfæri innilegu þakklæti til allra þátttakenda, þjálfara, foreldra og sjálfboðaliða sem lögðu sitt af mörkum til að gera mótin að jafn glæsilegum viðburði og raun bar vitni.



## Fyrsta mót Fimleikasambandsins í Íþróttakademíunni

### Keflavík heldur þrepamót í áhaldafimleikum

Um næstu helgi, 15.–16. febrúar, mun fimleikadeild Keflavíkur halda þrepamót FSÍ í fyrsta til þriðja þrepi. Þetta verður í fyrsta skipti sem Keflavík heldur Fimleikasambandsmót í áhaldafimleikum hér í Reykjanesbæ en deildin hefur áður haldið áhaldafimleikamót í Laugardalshöll og í hóp fimleikum á Sunnubrautinni. Það má því segja að hjá deildinni ríki spenna að geta loksins boðið keppendum sínum að keppa á heimavelli.

Búist er við 113 stúlkum sem munu keppa í Íþróttakademíunni um helgina og hefst mótið kl. 14:30 á laugardaginn á fyrsta hluta og heldur svo áfram á sunnudeginum og verður frá kl. 9:00 til 19:00.

Keflavík á fjóra keppendur á mótinu. Ármann er mótshaldari drengjahlutans.

#### GK mót í hóp fimleikum

Um síðustu helgi sendi Keflavík fjögur lið, eða 48 iðkendur, til keppni á GK mót yngri flokka í hóp fimleikum.

Keppni hófst á föstudegi þar sem 4. flokkur yngri lið 1 og 2 kepptu í B-deild. Liðin stóðu sig mjög vel. 4. flokkur yngri 2 lenti í 1. sæti á gólfi. 4. flokkur yngri 1 lenti í fjórða sæti á gólfi og fjórða sæti á dýnu.

Á laugardeginum var keppt í A deild en þar keppti fjórði flokkur eldri. Þær átta frábæran dag og enduðu í þriðja sæti á gólfi.



Á sunnudeginum kepptu drengirnir í kk yngri. Þeir enduðu helgina með glæsibrag og sigruðu mótið með 25.500 stig í heildareinkunn. Árangur þeirra var eftirfarandi: 2. sæti gólf, 1. sæti dýna, 1. sæti trampólín og 1. sæti samantlagt.

Frábær helgi að baki og má með sanni segja að Keflavík eigi frábæra iðkendur í hóp fimleikum.

## 1X2 „DRUMAD Á PRETTAN“

# Málarinn málar sig ekki út í horn

Málarameistarinn Brynjar Hólm Sigurðsson fer hægt og hljótt af stað í tippaleik Víkurfréttanna. Hann hefur unnið báðar viðureignir sínar með minnsta mun eftir jafntefli, í þriðja liðnum með fleiri leiki rétta á fyrstu sex leikjum seðilsins. Aftur skyldu leikar jafnir, 7-7 og þ.a.l. hefur síðasti áskorandi, Friðrik Bergmannsson, lokið leik og er þökkud þátttakan. Næsti áskorandi telur ástæðuna fyrir vali sínu og bræðra sinna á liði í enska boltanum, koma til vegna ástar á dýrum, það var auðveldara að muna nöfnin.

Halldór Rúnar Þorkelsson var ellefu ára gamall þegar fjölskylda hans flutti til Keflavíkur. Foreldrarinn voru áhugasamari um barn-eignir heldur en enska boltann, börnin urðu tíu talsins og þar sem pabbinn sýndi skíðamennsku meiri áhuga en fótbolta, þurfu Rúnar og bræður hans að velja sér sjálfir lið í enska boltanum.

„Kannski erum við svona vit-grannir bræðurnir en við völdum okkur allir lið sem voru með skírskotun til dýra. Ég held með Derby County út af hrútnum, Annel bróðir heldur með Wolves út af úlfnum og Jón Ásgeir heldur með WBA vegna þratarins. Við höfðum ekki föður eða neinn í kringum okkur til að benda okkur á hvert besta liðið væri og þ.a.l. höfum við okkur ekki mikið í frammi þegar kemur að rökræðum um besta liðið í enska boltanum, höfum alltaf haldið með þeim sem minna mega sín, það gildir um liðin okkar.

Áhugi minn á íþróttum hefur alltaf verið mikill en ég æfði ekkert að ráði. Var aðeins í fótbolta og tók þátt í leikjum HF (Keflavík Hf fiskvinnslufyrirtæki) en Knattspyrnufélagið HAFNIR var stofnað í kringum HF félagið. Ég var fyrsti þjálfari Hafna, við bræðurnir þrjú komum að þessu liði, Annel og Jón sem leikmenn. Það fór meira fyrir hörkunnari en tækninni í mínum leikstíl og þess vegna valdist ég frekar í vörnina, þegar boltinn var annars vegar en annars einbeitti ég mér bara að þjálfuninni.

Golfíþróttin hefur átt hug og hjarta Rúnars og á hann nokkur eftirminnileg höggin í gegnum tíðina, á þó eftir að ná draumahögginu en hann dreymir um að koma góðu höggi á Binna, andstæðing sinn í tippaleiknum.

„Ég styð Keflavík í öllum íþróttum. Það var svekkjandi að komast ekki upp í Bestu deildina á síðasta tímabili en við förum bara upp í sumar. Mér list vel á að fá Sigga Ingimundar til að taka við karlaliðinu okkar í körfunni. Við snúum taflinu við og siglum á úrslitakeppnina, þar sem ekkert lið mun vilja mæta okkur. Sigggi og Jonni stýra svo kvennaliðinu til Íslandsmeistaratitils, Áfram KEFLAVÍK,“ sagði Rúnar að lokum.

#### Varnarsinnaður hestamaður

„Ég skal ekki segja, ég æfði hvorki fótbolta né körfubolta svo ég get ekki sagt til um hvort ég sé varnarsinnaður tippari, það er ekki hægt

að tala um sóknar- eða varnarleik í hestamennskunni svo ég verð bara að játa mig sigraðan gagnvart þessari þælingu.

Ég hef ekki lagt upp með varnarleik í þessum tveimur tippaleikjum en það er spurning hvort ég eigi að vera sóknarsinnaðri í næstu umferð. Reyndar á maður ekki að skipta um hest í miðri á, maður breytir ekki sigurliði. Ég mun leggja undir feld á næstunni,“ sagði Brynjar.



Seðill helgarinnar	Brynjar	Halldór
Crystal Palace - Everton	1X	1X2
Man.City - Newcastle	1X2	1X
Aston Villa - Ipswich	1	1
Fulham - Nott.Forest	2	1
West Ham - Brentford	1X	X
Southampton - Bournemouth	2	12
Blackburn - Plymouth	1	X
Hull - Norwich	2	12
Luton - Sheff.Utd.	2	1X2
Middlesbrough - Watford	1X2	1
Millwall - W.B.A.	X2	X
Sheff.Wed. - Coventry	2	2
Stoke - Swansea	1	1



## ANTONS MAMMA MÍA ÓSKAR EFTIR ÞJÓNUM Í SAL

#### Kröfur

- 20 ára +
- Reynsla við þjónustustarf er mikill kostur
- Sjálfstæð vinnubrögð
- Stundvís
- Tala íslensku og ensku

Endilega sendið umsóknir ásamt ferilskrá á [joast.anton.com](http://joast.anton.com)



Elskuleg móðir mín, tengdamóðir og amma,

**GUÐRÚN BJARNADÓTTIR**  
Faxabraut 13, Keflavík,



lést á Hrafnistu Hlévangi fimmtudaginn 30. janúar.

Útförin fer fram frá Keflavíkurkirkju fimmtudaginn 13. febrúar klukkan 13.

**Bjarni Friðriksson**    **Ágústína Sigurgeirsdóttir**  
**Friðrik Þór Bjarnason**  
**Þórunn Heba Bjarnadóttir**    **Ólafur Guðjónsson**  
**Sindri Geir Bjarnason**

## Störf í boði hjá Reykjanesbæ

**Akurskóli** - Umsjónarkennari í 7. bekk

**Velferðarsvið** - Starfsfólk á heimili langveikrar stúlku

**Íþróttamannvirki Reykjanesbæjar** - Tækjastjóri

**Umhverfis- og framkvæmdasvið** - Verkefnastjóri hjá byggingafulltrúa

**Viltu starfa hjá Reykjanesbæ?** Almenn umsókn

Umsóknir í auglýst störf skulu berast rafrænt gegnum vef Reykjanesbæjar. Þar eru jafnframt nánari upplýsingar um auglýst störf. Hægt er að notast við QR kóða til að fara beint inn á vefinn.



REYKJANESBÆR  
Í KRAFTI FJÖLBREYTILEIKANS



JAFNLAINAVOTTUN  
2023 - 2026





## Mundi

Það mætti kannski setja skíðalyftur í varnargarðana þegar hraunið kólnar.

# Vinnist sem hraðast

Nýtt tíuþúsund fermetra verslunarhúsnæði fyrir Krónuna og BYKO rís nú við Fitjabraut 5 í Reykjanesbæ og er áætlað að húsið verði tekið í notkun síðar á þessu ári. Skóflustungan var tekin haustið 2023.

Af þessum 10.000 fermetrum verður verslun BYKO 5.700 fermetrar, verslun Krónunnar verður um 2.600 fermetrar og 1.700 fermetrar af húsinu fara undir aðra verslunarstarfsemi sem ekki hefur

verið kynnt. Það er Smáragarður sem byggir húsið.

Nú er komið að því að bæta vegtengingu inn á svæðið þar sem verslunarmiðstöðin rís og hönnun gatnamóta Njarðarbrautar, Fitjabakka og Bergáss er komin inn á borð hjá umhverfi- og skipulagsviði Reykjanesbæjar. Umhverfis- og skipulagsráð fagnar þessari mikilvægu samgöngubót og leggur áherslu á að málið vinnist sem hraðast.



## Þorablót ársins

Það er ekki þorablót nema það séu slagsmál. Þrátt fyrir þá staðreynd að öll íþróttafélög sem vilja láta taka sig alvarlega haldi glæsileg mörg hundruð gesta þorablót til fjáröflunar þá var aðeins eitt þeirra sem komst í fréttirnar fyrir slagsmál. Til hamingju Njarðvíkingar. Það er þó betra að vera í fréttum fyrir slagsmál en að allir gestirnir hafi verið fastir á dollunni

helgina eftir eins og gerðist fyrir austan fjall. Ekki bara á einu blóti, heldur tveimur. Þau vita það núna að það er best að láta Jóa í Múla eða Magga á Réttinum sjá um blótið.

Þorablótin eru frábær skemmtun. Útvarpsmaðurinn góðkenni, Ívar Guðmundsson, sagði á Bylgjunni að þorablótin væru nútíma sveitaböll. Ég er sammála honum. Þorablótin eru ekki bara fjáröflun fyrir íþróttafélögin. Þau eru meiri fjáröflun fyrir Auðda og Steinda. Það gladdi mig ómælt að sjá þá keyra prógramm á þorablóti Fram um síðustu helgi sem var nákvæmlega eins og í Keflavík fyrir nokkrum árum. Ekki bara endurunninn matur heldur líka endurunninn skemmtiatriði. Þeir hlupu út úr Framblótinu klukkan 22 og voru mættir í Stapaskólan hjá Njarðvík kl. 23. Það sem mestu máli skiptir er að þeir voru

frábærir. Alveg eins og sviðakjammur, alltaf frábærir.

Það er margt skemmtilegt við þorablótin. Einhver mesta framför í þorablótshaldi var þegar 41% skotum var skipt út fyrir 16%. Allt í einu voru ekki allir hauslausir á Keflavíkurblótinu klukkan níu. Jafnvel bara hægt að tala við fólk til vel rúmlega hálf tíu. Kópavogsbloðið er sagt langflottasta blótið 2.500 manns, öll félögin saman. Allir vinna saman. Blótið í Garðabænum mun vera keppni um hver kaupir mest af kampavíni eða happdrættismiðum. Hef heyrt það af afspurn að það sé ekki einu sinni þorramatur í boði þar – bara nautalundur.

Marta smarta mætir á bæði þessi blót, ljósmyndarar eru á hverju strái og daginn eftir eru myndir á helstu vefmiðlum. Hverjir voru hvar og myndatextar undir öllum myndum sem

tilgreina hvaða merkisfólk er á myndunum. Ljósmyndararnir voru líka sendir á Keflavíkurbloðið. Myndirnar voru birtar á Samkvæmislífinu á Vísí, án myndatexta. Einungis ein flugfreyja hjá Icelandair var þekkt með nafni. Ekki einu sinni þekkir landsmiðillinn einn ástsælasta Toyotu bílasala og körfubolta-speking landsins. Jafnvel þótt hann hafi eytt fleiri tugum klukkustunda í myndveri fyrir tækisins sem rekur miðilinn.

Þoraskandall ef þið spyrjið mig. Á svona stórsamkomum er ég hrifnari af því að sitja við hringborð en sú tækni virðist ekki hafa náð til Suðurnesja. Þar er enn unnið með langborð. Vonandi ná Keflavík og Njarðvík að sameinast um þorablót með hringborðum í Reykjaneshöllinni. Það yrði þorablót ársins. Hvort sem er með eða án slagsmála.

LOKAORD



MARGEIRS VILHJÁLMSOÑAR

## Boðað til íbúafundar

Miðvikudaginn 19. febrúar kl. 18:00 verður íbúafundur í sal Stapaskóla um breytingar á deiliskipulagi Dalshverfis.

Opið svæði norðan við Stapaskóla er minnkað fyrir fjórtán einbýlishúsaloðir. Opið svæði sunnan við skólann verði minnkað og þar verði tólf loðir fyrir einbýlis- og parhús. Við Dalsbraut verði útbúið hverfistorg með þjónustubyggingu. Jafnframt er reit fyrir verslun og þjónustu vestan við Stapaskóla breytt. Byggingarmagn dregið saman og svæði fyrir nýjan almenningsgarð afmarkaður.

## Hættuleg gatnamót

Starfsmenn umhverfis- og framkvæmdasviðs Reykjanesbæjar hafa fengið ábendingar um hættuleg gatnamót. Þetta eru gatnamótin Stapabraut/Geirdalur en þar var lagður vegur sem tengdi Stapabraut við mislægt gatnamót Reykjanesbrautar. Lagt er til að setja stöðvunarskyldu á Geirdalinn en Stapabrautin hafi forgang. Umhverfis- og skipulagsráð samþykkir tillögu að skilti á þessum gatnamótum.

Varnargarðarnir við Svartsengi eru gríðarleg mannvirki eins og sjá má á þessari ljósmynd sem tekin var fyrir fáeinum dögum frá Grindavíkurvegi þar sem hann liggur á milli garðanna við Svartsengi.

Eftir síðasta eldgos, sem hófst seint í nóvember og stóð fram í desember, rann mikið magn af hrauni vestur með varnargarðinum í Svartsengi og yfir bílastæðið við Bláa lónið. Hraunið náði á nokkrum stöðum hæð varnargarðsins og því var brugðið á það ráð að hækka garðinn um allt að tíu metra. Eins og sjá má á myndinni eru búkollurnar sem notaðar eru á svæðinu smáar í sniðum í samanburði við garðinn.

Þegar þetta er skrifað hefur í vikubyrjun hefur landris svo gott sem náð sömu hæð og þegar síðast gaus á Sundhnúkagigaröðinni.

Á vef Vísufréttanna má fylgjast með beinu streymi úr myndavél sem horfir til hamfarasvæðisins þar sem gaus síðast.

VF/Hilmar Bragi



## Risastórir varnargarðar