

# Eystrahorn

44. tbl. 37. árgangur

Fimmtudagurinn 5. desember 2019

www.eystrahorn.is

## Viðburðarík aðventuhelgi á Höfn



Jólatréð er hið glæsilegasta

Síðastliðinn laugardag var haldin jólahátíð í Nýheimum á vegum Menningarmiðstöðvar Hornafjarðar.

Nemendafélag FAS, NemFAS, stóð fyrir kaffihúsastemningu á Nýtorgi þar sem hægt var að versla sér góðgæti og kaffi með og styrkja þannig félagsstarf nemenda. Til stendur að halda jólaball fyrir nemendur þann 19. desember, en NemFAS hefur haldið uppi öflugum starfi í vetur, og haldið fjölda viðburða s.s kökubasar, þriggja kvölda spilavist og fleira.

Boðið var upp á tónlistaratriði ásamt því að börnum og fullorðnum var boðið að fönndra inni á bókasafni og svo kíktu jólasveinarnir einnig í heimsókn og glöddu yngstu kynslóðina með mandarínunum. Herlegheitin enduðu svo með því þegar ljósin voru tendruð á jólatréi sveitarfélagsins og líúðrasveit Hornafjarðar flutti nokkur lög.

Tónskóli A-Skaft. hélt svo upp á 50 ára afmæli sitt sunnudaginn 1. desember með tónleikum í Sindrabær. Jóhann Morávek skólastjóri tónskólans hélt ræðu og einnig Matthildur Ásmundardóttir og í framhaldi komu nemendur skólans fram og fluttu tónlist ásamt kennurum. Eftir tónleikana var gestum boðið upp á kökulaðborð og kaffi. Stefdir skólinn að halda fleiri viðburði til að fagna afmælisárinu.

Einnig var lágstemmt kaffiboð í Heklu félagsheimili Ungmennafélagsins Sindra en það fagnaði 85 ára afmæli þennan sama dag og gátu því hungraðir og kaffiþyrstir Hornfirðingar haft nóg fyrir stafni þann 1. í aðventu.



Myndir frá afmælistónleikum Tónskóla A-Skaft.

## Jólablað Eystrahorns

### kemur út fimmtudaginn 19. desember

Þeir sem óska eftir að senda jólakveðjur, auglýsa eða fá birt efni í jólablaðinu eru beðnir að hafa samband við ritstjóra sem fyrst í tölvupósti: [eystrahorn@eystrahorn.is](mailto:eystrahorn@eystrahorn.is). Jólablaðið kemur út fimmtudaginn 19. desember og þarf allt efni, auglýsingar og kveðjur að berast í síðasta lagi kl. 14:00 þriðjudaginn 17. desember. Fólk getur sjálft samið kveðjurnar eða valið staðlaðar kveðjur sem hægt er að fá sendar í tölvupósti.

Hér er sýnishorn af einni gerð jólakveðju sem kostar kr. 3.500,- (4.340,- m/vsk).



Sendum vinum og vandamönnum  
innilegar jólakveðjur  
með þökk fyrir liðin ár.

Jón og Gunna

*Jólatónleikar*  
*Kvennakórs Hornafjarðar*

Í Nýheimum miðvikudaginn 11. desember  
kl.20:00

Híð margrómaða kökuhlaðborð verður á  
sínnum stað!

Aðgangaeyrir er 3.000 kr.  
1.500 kr fyrir börn (6-12 ára)



## FÉLAGSSTARF FÉLAGS ELDRI HORNFIÐINGA



### JÓLASAMVERAN er á

Smyrlabjörgum laugardaginn 7. desember  
kl. 18:00.

Rútan fer frá Ekru kl. 17:00.

Þeir sem ætla á einkabílum látið Hauk vita í  
S:897-8885.

**VIÐBURÐADAGATÖL FEH 2020** verða til sölu  
á jólamarkaðnum á Hafinu laugardaginn  
7. desember.  
Verð 1500 kr.

## Viðskiptavinir athugið

Stofan verður lokað föstudaginn  
6. desember.

*Opnunartímar í desember*

Virka daga frá 10. des. verður opið frá kl.10-18.

Laugardagana 14. og 21. des. verður opið  
frá kl.10-14.

Sunnudaginn 22. des. verður opið frá kl.10-14.

Lokað 24. des. til 6. jan.

*Kveðja Baldvin*



## Anlát

Ástkæri sambýlismaður minn, faðir  
okkar, tengdafaðir og afi,

**BERGUR BJARNASON**  
bóndi, Viðborðsseli í Hornafirði

lést 21. nóvember.

Útför hans fer fram frá Hafnarkirkju  
laugardaginn 7. desember kl. 13:00.

Jarðsett verður í Brunnhólskirkjugarði. Þeim sem vilja  
minnast hans er bent á Minningakort Brunnhólskirkju.

*Ingunn Júlía Ingvarsdóttir*

*Helga Lucia Bergsdóttir*

*Bjarni Ingvar Bergsson*

*Gunnar Ingi Valdimarsson*

*Erla Rún Guðmundsdóttir*

*og barnabörn*



## Eystrahorn

### Vildaráskrift

HLS ehf.

Rnr. 0537-14-409068

Kt. 500210-2490



Svalbarð 5 • Sími: 848-3933

Útgefandi:..... HLS ehf.

Ritstjóri og

ábyrgðarmaður: Tjörvi Óskarsson

Netfang: ..... tjorvi@eystrahorn.is

Prófarkalestur.... Guðlaug Hestnes

Umbrot: ..... Tjörvi Óskarsson

Prentun: ..... Litlarent

ISSN 1670-4126

## Bjarnanesprestakall á aðventunni

- 8. des. Hafnarkirkja kl. 11:00

*Aðventustund barnanna (jólabbal)*

- 8. des. Bjarnaneskirkja kl. 20:00

*Kaffi í Mánagarði að lokinni aðventustund*

- 18. des. Hofskirkja kl. 16:00

*Grunnskólabörn úr Örafum taka virkan  
þátt í stundinni*

- 18. des. Brunnhólskirkja kl. 20:00



Allir velkomnir

Sóknarprestur

Sóknarnefndir

# Fullorðinsfræðsla og símenntun í höndum Sunnlendinga

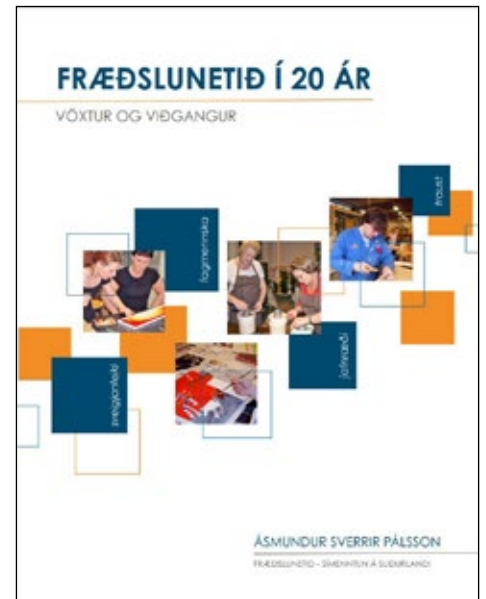
Fyrir tuttugu árum; þann 28. ágúst 1999 gerðist sá merki atburður að Fræðslunetið var stofnað af félagsamtökum, fyrirtækjum stéttarfélagum og sveitarfélagum á Suðurlandi. Með því eignuðst Sunnlendingar formlegan fræðsluaðila sem ætlaður var til þess að styrkja einstaklinga á svæðinu til frerikari starfsþróunar og menntunar.

Þótt tuttugu ár sé ekki hár aldur er þó vert að gefa gaum að þessu framfaraskrefi sem Sunnlendingar stígu í ágúst 1999. Í því ljósi var ákveðið að taka saman sögu Fræðslunetsins þessi ár sem liðin eru annarsvegar til þess að sem flestir gætu kynnt sér hvernig þessi starfsemi hefur þróast og þjónað Sunnlendingum og hinsvegar til þess að varðveita með formlegum hætti þessa sögu fullorðinsfræðslunnar í fjórðunginum. Til verksins var fenginn Ásmundur Sverrir Pálsson kennari og fyrrverandi framkvæmdastjóri Fræðslunetsins til margra ára. Ásmundur hóf verk sitt 2018 og dró saman af nákvæmni og elju fjöldan allan af upplýsingum og skjölum til verksins. Í framhaldinu spann hann þetta allt saman þannig að til varð samfelldur texti, sem síðar var myndskreyttur með gömlum sem nýlegum myndum úr starfseminni. Að lokum sá fyrirtækið Kommastrík um umbrot

á handritinu, sem endaði í um 40 blaðsíðum. Strax í upphafi vinnunnar var ákveðið að ekki yrði útbúin „bók“, heldur var áherslan á sögulega samantekt í rafrænum búningi, sem yrði öllum fri til aflestrar. Með slíku fyrirkomulagi gætu fleiri nálgast söguna og fræðst um Fræðslunetið. Handritið má nú finna á vefsvæði Fræðslunetsins [www.fraedslunet.is](http://www.fraedslunet.is) og er fólki frjálst að vista það hjá sér og deila til annarra.

Framtíðin verður ekki rýnd né skrifuð líkt og sagan sem að baki er. En saga Fræðslunetsins þau tuttugu ár sem liðin er eigendum og starfsfólki þess hvatning til áframhaldandi góðra starfa. Í því ljósi er sannarlega mikilvægt að Sunnlendingar eigi sér ritaða sögu. Og sé sá stutti spölur skoðaður, sem sýnilegur er af löngum og duldu vegi framtíðarinnar, þá blasir við að hann er bjartur og hlaðinn viðfangsefnum.

*Eyjólfur Sturlaugsson  
framkvæmdastjóri Fræðslunetsins  
símenntunar á Suðurlandi*





*Húsgagnaaval*  
*Húsgögn og gjafavörur*

**Jólin komin í  
Húsgagnaaval**

**Svefn & heilsa**  
★★★★★

Góður svefn stuðlar að aukinni vellíðan. Líttu við hjá okkur, eigum úrval af góðum rúmum og dýnum í öllum stærðum og gerðum, rúmföt, lök, hlífðardýnur, sængurver, sængur, koddar og rúmteppi.

Opið laugardag frá 13-15  
Kaffi á könnunni  
Verið velcomin



Sveitarfélagið  
**HORNAFJÖRÐUR**



## Kynningarfundur um skipulagsmál

Kynningarfundur vegna skipulagsmála verður haldinn þriðjudaginn 10. desember 2019 kl. 12:00. Fundurinn verður haldinn í Ráðhúsi Sveitarfélagsins að Hafnarbraut 27, 780 Höfn. Þau skipulagsmál sem verða til kynningar eru:

- Tillaga að aðalskipulagsbreytingu þétting byggðar í Innbæ
- Deiliskipulagstillaga þétting byggðar í Innbæ
- Deiliskipulagstillaga Reynivellir II
- Deiliskipulagstillaga Hafnarnes

*Gunnlaugur Róbertsson, skipulagsstjóri*



Sveitarfélagið Hornafjörður / Hafnarbraut 27 / S: 4708000 / [www.hornafjordur.is](http://www.hornafjordur.is)



# HEILSUHORN HSU

## Eyrnasuð

Eyrnasuð (tinnitus) er hvers konar hljóð sem heyrast inni í eyranu eða höfðinu og kemur ekki frá umhverfinu. Vægt eyrnasuð er mjög algengt, segja má að næstum allir finni fyrir eyrnasuði eftir mikinn hávaða en eyrnasuð getur líka komið upp úr þurru en yfirleitt hverfur það eftir smá tíma.

Rannsóknir hafa bent á að 10-20% fólks finni fyrir langvarandi eyrnasuði. Suðið er missterkt og getur verið stöðugt eða komið með hléum. Erfitt getur verið að lýsa eyrnasuði fyrir þeim sem aldrei hafa upplifað slíkt en því hefur verið lýst sem; suði, drunum, þyt, tón, hringli, klið, hvísl, slætti og ískri. Það getur verið hvort sem er í öðru eyranu eða báðum. Eins getur styrkur suðsins/hljóðsins verið mjög breytilegur, stundum vægur og stundum sterkur. Eyrnasuð er ástand sem hrjáir fólk á mjög einstaklingsbundin hátt og getur verið mjög ergilegt og truflandi. Eyrnasuð er ekki sjúkdómur heldur einkenni einhvers sem truflar starfsemi eyrans eða heyrnartaugarinnar. Orsakirnar geta verið fjölmargar og eru sumar þekktar en aðrar ekki. Langflestir sem eru með eyrnasuð hafa fengið það eftir að hafa unnið í hávaða í lengri tíma en einnig er þekkt að einn hávær hvellur geti

líka orsakað eyrnasuð til lengri tíma. Þess ber þó að geta að sumir sem eru með eyrnasuð hafa aldrei unnið eða verið í hávaða. Orsökinn getur einnig verið bakteríusýking í miðeyra, veirusýking í innra eyra, skemmdir á taugaendum heyrnartaugarinnar, vöðvabólga, æxli í heyrnartaug, sjúkdómur í kjálkalið eða innra eyra, æðavandamál, ofnæmi, eyrnamergur, lyfjanotkun og fleira. Oft finnst engin orsök þrátt fyrir ítarlega leit.

### Meðferð

Langflestir sem leita sér hjálpar vegna eyrnasuðs eru alheilbrigðir og suðið ekki einkenni um neitt alvarlegt heilsufarsvandamál. Fyrst og fremst skal einstaklingur með eyrnasuð rádfæra sig við sinn heimilislækni sem sker úr um orsakir eyrnasuðsins eða vísar einstaklingnum til frekari skoðunar hjá háls-, nef- og eyrnalækni. Notast er við ýmiskonar próf til að greina orsök og eðli suðsins. Meðferðin ræðst svo mikið til af því hvort viðkomandi er með einhvern sjúkdóm sem veldur eyrnasuðinu sem hægt er að lækna. Í mörgum tilfellum fara saman eyrnasuð og heyrnartap sem getur verið í öðru eða báðum eyrum.

Ef ekki finnst orsök eyrnasuðsins er ekki hægt að

finna lækningu við því en til eru ýmsar aðferðir við meðhöndlun þess sem gera eyrnasuðið bærulegra. Það er einstaklingsbundið hvað hentar hverjum og einum og þarf því að gefa sér tíma til að prófa ýmsar leiðir til að sjá hver reynist viðkomandi best.



### Nokkrar aðferðir til að gera eyrnasuð bærulegra.

- Heyrnartæki. Heyrnartap fylgir stundum eyrnasuði og þá getur verið gott að prófa notkun heyrnartækja sem magna upp hljóð umhverfishljóða og gera suðið minna áberandi.
- Suðari. Suðari er lítið tæki sem gefur lágt samfellt hljóð til að maður greini síður eyrnasuðið. Suðari fjarlægir ekki eyrnasuðið heldur lætur suðið eða sónninn virka mýkri. Sumir eiga betur með svefn ef þeir nota maska.
- Lyfjameðferð. Til eru lyf sem slá á eyrnasuð.
- Ráðgjöf. Skilningur og hlustun fagaðila eða jafnvel vinar getur hjálpað
- Tónlist/hljóð. Umhverfishljóð, sjávarniður, fuglahljóð.
- Slökun. Slökun skiptir máli því streita getur magnað eyrnasuð.

*F.h. Heilbrigðisstofnunar Suðurlands  
Rán Jósepsdóttir,  
hljúkrunarstjóri heilsugæslu Rangárbings*



Markaðurinn verður haldinn  
**laugardaginn 7. desember** á Hafinu,  
Heppuvegi 5, frá kl. 12:00 – 15:00.

*Markaðurinn er samstarfsverkefni sveitarfélagsins,  
Hafsins og Hirðingjanna.*

## Samfélagssjóður Hornafjarðar

### Auglýsir umsóknarfrest vegna jólaaðstoðar 2019

Umsóknarfrestur í sjóðinn er til 14. desember nk.  
Umsóknareyðublöð eru að finna á Bæjarskrifstofu  
Sveitarfélags Hornafjarðar og þangað er umsóknum skilað.

*Stjórn Samfélagssjóðs Hornafjarðar.*

*Að sjóðnum standa meðal annars; LIONS (kvenna og karla), KIWANIS,  
Rauði krossinn. Karlakórinn Jökull, Kvennakór Hornafjarðar og margir  
aðrir góðir velunnarar.*

## SJÁLFSTÆÐISFÉLAGIÐ AUGLÝSIR

Bæjarmálafund laugardaginn  
**7. desember kl. 10:30-12:00**

### Dagskrá fundar

- Fjárhagsáætlun
- Uppbygging íþróttamannvirkja

Allir velkomnir  
Stjórnin

**D**

## Jóladagur í Haukafelli

Skógræktarfélag Austur-Skaftfellinga býður fólki að koma í skóginn í Haukafelli laugardaginn 14. desember kl. 11:00-14:00 og fella sitt eigið jólatré, einnig verðum við með leiðisgreinar til sölu. Jólaveinarnir í Flá fjalli mæta á staðinn og veita aðstoð við val á trjám.

Boðið verður upp á heitt kakó og smákökur.

Nánari upplýsingar veitir Inga Kristín Sveinbjörnsdóttir í síma 8941347

Allur ágóði rennur til uppbyggingar svæða Skógræktarfélags A-Skaftfellinga í Haukafelli



Manstu eftir taupokanum?

**ÞOKASTÖÐIN**  
Hornafjörður - Iceland

KJÚKLINGA  
BORGARI  
MÁLTÍÐ

Crispy chicken burger meal

1.590 kr.



0,5 lítri í plasti frá CCEP fylgir með

BEIKON  
BORGARI  
STAKUR

Single bacon burger

999 kr.



MÁNUDAGS  
HÁDEGISTILBOÐ

ÍSLENSK  
KJÖT  
SÚPA

Icelandic meat soup

1.450 kr.



\*Hádegistilboð gilda frá kl. 11:00-14:00

Tilboð gilda út desember 2019

FIMMTUDAGS  
HÁDEGISTILBOÐ

GRILLUÐ  
KJÚKLINGA  
LÆRI

Grilled chicken thighs

1.650 kr.



N1 Höfn  
Sími: 478 1940



# FRÁBÆR JÓLATILBOÐ Í NETTÓ!

Léttreyktur lambahryggur  
Kjötsel

**2.962** KR/KG  
ÁÐUR: 3.898 KR/KG

**-24%**



**-40%**

Kölnarhryggur  
Hágæða skinka með gljá

**1.799** KR/KG  
ÁÐUR: 2.999 KR/KG



**-20%**

Hreindýraborgari  
120 gr - 2 stk

**958** KR/PK  
ÁÐUR: 1.199 KR/PK



**-20%**

Reyktur magáll  
KEA

**2.399** KR/KG  
ÁÐUR: 2.999 KR/KG



**-30%**

Humar  
800 gr - án skeljar

**3.499** KR/PK  
ÁÐUR: 4.999 KR/PK

LJÚFFENGT HANGILÆRI  
Á GÓÐU VERÐI!

Úrbeinað hangilæri  
Kjötsel

**2.290** KR/KG  
ÁÐUR: 2.899 KR/KG

**-21%**



**-30%**

Croissant  
með súkkulaði

**146** KR/STK  
ÁÐUR: 209 KR/STK



**JÓLABLAÐ NETTÓ  
ER KOMIÐ ÚT**

fullt af kræsingum, gjöfum  
og uppskriftum fyrir jólin

**-20%**

Cheddar  
ostur  
Applewood

**663** KR/STK  
ÁÐUR: 829 KR/STK



Appelsínur

**125** KR/KG  
ÁÐUR: 249 KR/KG

**-50%**



**nettó**  
í jólaskapi

VERSLAÐU Á NETINU  
[www.netto.is](http://www.netto.is)

Tilboðin gilda 5. - 8. desember

Tilboðin gilda meðan birgðir endast.  
Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl.  
Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

**ÓDÝRAST Á NETINU  
Í VEFVERSLUN NETTÓ\***

\*Skv. könnun Fréttablaðsins

