

# Eystrahorn

34. tbl. 38. árgangur

Fimmtudagurinn 1. október 2020

www.eystrahorn.is

## Barnabókin “Duchenne og ég”

Í tilefni alþjóðlega Duchenne dagsins þann 7. september síðastliðinn gaf Duchenne vöðvarýrnum á Íslandi út bókina Duchenne og ég. Við hjónin höfðum farið á ráðstefnu í Orlando sumarið 2019 og séð þar barnabók skrifaða af Chris Harmon, sem sjálfur þjáðist af Duchenne en er því miður látinn í dag og móður hans Sue Nuenke. Móðir Chris sagði mér að hann hefði viljað skrifa þessa bók því þegar hann var ungur þá voru ekki til neinar slíkar bækur og hann vildi breyta því. Við Sævar tókum eintak af bókinni með okkur heim og ég þýddi hana fyrir Ægi og las fyrir hann til að byrja með en þegar ég sá hve mikið það gerði fyrir hann að hafa slíka bók þá hugsaði með mér að fleiri þyrftu að geta fengið aðgang að henni. Ég prófaði að fara með hana í bekkinn hans Ægis og lesa fyrir krakkana og þau tóku bókinni afar vel og þá kviknaði hugmyndin að gefa öllum í Hafnarskóla eintak. Ég fékk leyfi hjá móður Chris til að þýða bókina og gefa hana út hér á landi sem er dásamlegt því þetta er fyrsta barnabókin um Duchenne á Íslandi. Duchenne vöðvarýrnum á Íslandi lét svo prenta 1000 bækur sem fara vonandi um allt land í skóla, leikskóla, bókasöfn og heimili. Það er gaman að segja frá því að Skinney – Þinganes styrkti okkur svo við gætum gefið öllum börnum í 1-6 bekk í Hafnarskóla og þökkum við þeim innilega fyrir stuðninginn. Við höfum líka gefið bókina á leikskólann Sjónarhól, heilsugæsluna, bókasafnið og einnig liggur eintak hjá sjúkrahjálfurunum á Víkurbrautinni. Einnig er stefnt á að bókinn verði til sölu í bókabúðum. Ægir afhenti svo Ragnhildi Jónsdóttur fræðslustjóra eintak af bókinni og einnig gaf hann Kristínu Gestsdóttur skólastjóra bækur sem kennarar munu afhenda í skólanum. Það verður



Ægir Þór afhendir Kristínu Gestsdóttur(t.v) og Ragnhildi Jónsdóttur (t.h) bókina

seint ofmetið hve mikilvægt er að til séu svona bækur sem auka skilning á sjúkdómum og fleiru sem börn eru að ganga í gegnum. Það auðveldar þeim lífið svo mikið og er í raun nauðsynlegt því aðrir geta þá mun frekar sett sig í þeirra spor og sýnt samkennd og skilning. Það er því mikil gleði hjá okkur að geta deilt þessari bók með fleirum til að auka vitund um Duchenne og hvað það er sem Ægir og aðrir Duchenne drengir eru að kljást við daglega og hvernig er að lifa með Duchenne. Af því að ég veit að margir eru að fylgjast með honum Ægi okkar þá get ég sagt ykkur örtiltar fréttir af því hvað er að gerast í hans málum. Þannig er að okkur var boðið að taka þátt í tilraun um daginn sem framkvæmd verður á Spáni og

lofar góðu. Við vorum í startholunum að fara en þá fengum við skyndilega póst þess efnis að því miður væri buið að fylla í plássin í þetta skiptið, þó með þeim fyrirvara að ef einhver dettur út þá mun Ægir mögulega komast inn. Við höfum því enn von og Ægir getur líka reynt að komast aftur inn eftir 3 mánuði ef allt gengur upp. Þannig að við höldum áfram að vona það besta og ég veit í hjartanu að Ægir mun fá þá hjálp sem hann þarf. Ég vil þakka öllum innilega fyrir hlýjar kveðjur og stuðning. Það er okkur ómetanlegt að finna hve mikill kærleikur er í kringum okkur og Ægi.

Ást og kærleikur til ykkar.  
Hulda

Sofðu vel  
heilsunnar vegna

Húsgagnaval  
Húsgagn og gjafavörur

Hlífðardýnur og lök  
í öllum stærðum

Svefn & heilsa  
★★★★★

Úrval af rúmum og dýnum, sama verð og í Reykjavík.  
Frír flutningur um óákveðinn tíma.  
Úrval af fallegum og nytsamlegum gjafavörum  
Verið velkomin

Opið frá kl. 13-18 virka daga  
478-2535 / 898-3664

## FAS í öðru sæti



Söngkeppni framhaldsskólanna fór fram laugardaginn 26. september í húsnæði Exton og fór keppnin fram án áhorfenda. Keppnin átti að fara fram í vor en var slegið á frest vegna kórónuveirufaraldursins. Þetta var í þrítugasta skiptið sem keppnin fer fram en á þessum 30 árum hefur keppnin fest sig í sessi sem einn af stóru tónlistarviðburðum hvers árs og margir af þekktasta tónlistarfólki landsins stígu sín fyrstu skref í keppninni. 21 framhaldsskóli tók þátt í keppninni í ár og keppti Dagmar Lilja Óskarsdóttir fyrir hönd FAS og söng lagið *The way we were* sem er þekktast í flutningi Barbara Streisand. Dagmar Lilja stóð sig mjög vel og lenti í öðru sæti í ár, frábær árangur og óskum við henni til hamingju með fallegan flutning og frammistöðu. Það verður spennandi að fylgjast með Dagmar í framtíðinni.

## FÉLAGSSTARF FÉLAGS ELDRI HORNFIÐINGA

Samkvæmt beiðni sóttvarnalæknis er grímuskylda í öllu starfi okkar í Ekru næstu daga.

Við erum öll saman í þessu sýnum ábyrgð.



## HAFNARKIRKJA

### Viðtalstímar presta í Hafnarkirkju

Prestar Bjarnanesprestakalls hafa ákveðið að vera með fasta viðtalstíma í Hafnarkirkju á þriðjudögum milli klukkan 10:30 og 12:30.

Hægt er að óska eftir viðtali í síma 894 8881 eða mæta á staðinn.

*Með kveðju prestarnir*



## SUNDLAUG HORNAFJARÐAR

### Vetraropnun

Viljum minna á að vetraropnun hjá Sundlaug Hornafjarðar er frá 1. október til 14. maí.

Mánudaga til föstudaga: kl. 06-45 - 21:00  
Laugardaga og sunnudaga: kl. 10:00 - 17:00

*Starfsfólk íþróttamiðstöðvar Hornafjarðar*



Sveitarfélagið Hornafjörður / Hafnarbraut 27 / S: 4708000 / www.hornafjordur.is

**SJÁUMST  
Í SUNNUDAGASKÓLANUM!**

**Sunnudagaskólinn byrjar!**  
Sunnudaginn 4. október kl. 11:00 verður  
sunnudagaskóli í Hafnarkirkju.  
Við ætlum að hoppa og skoppa, syngja og tralla.  
Við hlustum á sögu, litum og höfum gaman.  
Hlökkum til að sjá ykkur.

HAFNARKIRKJA



Svalbarð 5 • Sími: 848-3933

Útgefandi: HLS ehf.

Ritstjóri og

ábyrgðarmaður: Tjörvi Óskarsson

Netfang: tjorvi@eystrahorn.is

Prófaralestur: Guðlaug Hestnes

Umbrot: Tjörvi Óskarsson

Prentun: Litlaprent

ISSN 1670-4126

## Vildaráskrift

Nýir vildaráskrifendur  
velkomnir í hópinn.

HLS ehf.

Rnr. 0537-14-409068

Kt. 500210-2490



# Frá Hornafirði til Victorville



Miklir skógareldar eru í Kaliforníu og fylgir því mikil loftmengun

Svanfríður Eygló er Hornfirðingur sem er búsettur í Bandaríkjunum, hún er dóttir Arnar Arnarsonar (Bróa) og Guðlaugar Hestnes. Svanfríður býr í Victorville í Kaliforníu ásamt eiginmanni sínum Albert N. Getchell III eða Bert eins og hann er kallaður. Saman eiga þau tvo syni þá Eyjólf Aiden og Nathaniel Ingva. Þau giftu sig í Möðruvallakirkju þar sem Eyjólfur var einnig skírður árið 2004. Í janúar 2005 flugu Svanfríður og Eyjólfur til USA til þess að hefja líf sitt þar til Chicago þaðan sem Bert er. Í apríl 2007 fæddist okkur yngri sonurinn, Ingvi. Árið 2012 bauðs Bert vinna sem annar flugstjóri á ómönnum flugvélaþróunum, en hann fer oft sinnis erlendis vegna vinnu og er þá í burtu nokkra mánuði í senn.

Eystrahorn ákvað að heyra í Svanfríði og forvitnast um lífið vestanhafs á þessum fordæmalausu tímum því ekki nóg með að heimurinn sé að kljást við Covid-19 faraldur þá eru miklir skógareldar í Kaliforníu.

## Hvernig er að búa í Victorville ?

Victorville er sérstakur staður; borgin er staðsett upp í fjalli í eyðimörk. Margir hér eru láglaunafólk

sem hafa flúið dýrtíð Los Angeles. Aðrir kjósa að búa hér en aka niður fjallið á hverjum degi til að sækja vinnu. Við búum í hverfi sem telur rúmlega 10.000 manns og er það þokkalega öruggt en við erum með öryggisgæslu sem ekur um alla sólarhringinn. Borgin liggur þétt við fimm aðrar borgir, mjög svipað og á stór Reykjavíkursvæðinu. Við erum 135 km í NA frá Los Angeles og í 303 km í SV frá Las Vegas.

## Hvernig er hið daglega líf þessa dagana ?

Lífið undanfarna mánuði hefur verið sérkennilegt svo ekki sé meira sagt. Við höfum, eins og öll heimsbyggðin, ekki farið varhuga af COVID-19. Bert var í erlendis til vinnu í janúar og sat svo fastur vegna ferðabanns sem sett var á vegna COVID-19. Hann fer svo aftur 1. október og verður fram í janúar búumst við við.

Eyjólfur og Ingvi hafa verið í heimaskóla frá því í mars og vitum við ekki hvenær skólar verða opnaðir á ný.

Ég er þerapisti að mennt og veiti fósturbörnum samtalsmeðferðir og einnig foreldrum sem misst hafa forræði yfir börnunum vegna ofbeldis



Svanfríður og Bert ásamt Eyjólfri og Ingva

ýmisskonar og/eða vanrækslu. Ég vinn að löggildingu núna og er á lokasprettinum að klára kandidáttímuna mína sem eru 3000 klst eftir að MA gráðunni hefur verið náð. Ég hef unnið heima frá því í mars líka og eru engar upplýsingar um hvenær skrifstofan verður opnuð á ný. Eitt er víst að þetta eru ekkert sérlega eftirsóknaverðir tímar, hvort sem þeir snúa að COVID-19, forsetakosningunum yfirvofandi, óeirðunum sem staðið hafa yfir undanfarið og skógareldunum. Við búum blessunarlega ekki á hættusvæði í þetta skipti en fjallabæirnir í kring um okkur sem og þeir bæir og borgir í námunda við okkur hafa því miður orðið illa úti. Loftmengun hér hefur verið slæm undanfarið og reykurinn frá eldunum hefur verið nærri okkur og vel sýnilegir alla daga. Fólki greinir á um ástæður eldanna, þ.e. hvort þeir eigi upptök vegna breyttra loftslagsmála eða einhvers annars. Ég held að það séu mýmargar ástæður sem blandast saman og má þá nefna fólk sem skýtur upp flugeldum við skraufurr skóglendi, þværandi fjárútlát til þeirra sem hugsa um skógana sem gerir það að verkum að illa er hægt að minnka eldhættu á ári hverju og fleira og fleira. Það eru skógarelda á hverju ári þar sem fólk lætur lífið og eyðilegging er mikil. Því miður. Hitinn hér er hár á sumrin og eru hitatölurnar milli 40-45 C en rigningátímabilið er frá nóvember fram í apríl. Svo ekki þarf mikið til að skraufurr náttúran brenni upp.

Annars gengur lífið sinn vanagang hjá okkur við erum kát.

Bið að heilsa heim.

## VILTU SYNGJA?

Vetrarstarf **Samkórs Hornafjarðar** fer nú að hefjast og því tilefni langar okkur að athuga hvort þú vilt ekki hoppa á vagninn með okkur og syngja í blönduðum kór.

Samkórinn hefur að skipa úrvals liði áhugasöngmanna sem sungið hafa lengi saman en við viljum endilega bæta í hópinn.

Tíðkast hefur að kórinn safni sér fyrir utanlandsferð sem farnar eru reglulega og síðast var farin ferð fyrir ári síðan og stefnt er að ferð á næsta eða þarnæsta ári. Þá eru allir starfandi kórfélagar nýir jafnt sem gamlir velkomnir með okkur.

Samkórinn æfir á **Þriðjudögum milli 20:00 og 22:00** í Hafnarkirkju undir stjórn kórstjórans **Jörg Sondermann**. Áhugasamir geta kynnt sér starfið framundan næstu þriðjudaga og átt frábærar stundir með góðum félögum. Einnig er hægt að hafa samband við **Jörg** í síma **865 0308** ef óskað er eftir frekari upplýsingum.

**Samkór Hornafjarðar**

## Frumherji Bifreiðaskoðun á Höfn 12., 13. og 14. október.

Tímamantanir í síma 570-9090  
fyrir kl. 16:00 föstudaginn 9. október.  
Næsta skoðun 16., 17., og 18. nóvember

## Frumherji

*Þegar vel er skoðað*

## Stundatafla Hornhússins 2020

Fjölbreyttir jóгатímar fyrir konur og karla í Sjallanum

Tími	Mánudagur	Þriðjudagur	Fimmtudagur
17:15 – 18:15	<b>Jóga</b> Opinn tími	<b>Hugleiðsla</b>	<b>Jóga</b> Opinn tími
18:30 – 19:30	<b>Karaljóga</b> Eingöngu fyrir strákana	 <b>HORNHÚSIÐ</b>	<b>Karaljóga</b> Eingöngu fyrir strákana

Verið hjartanlega velcomin



## Útboð 21226

## Jarðvinna v. Gestastofa

## Vatnajökulsþjóðgarðs Kirkjubæjarklaustri

Framkvæmdasýsla ríkisins, f.h. Umhverfis- og auðlinda-ráðuneytisins, kynnir opið útboð á framkvæmdum við jarðvinnu og að girða af verksvæði fyrir fyrirhugað hús Gestastofu Vatnajökulsþjóðgarðs Kirkjubæjarklaustri. Verkið er undirbúningsframkvæmd vegna byggingar nýrrar Gestastofu fyrir Vatnajökulsþjóðgarð á Kirkjubæjarklaustri. Um er að ræða gróft fyrir húsi, stígum, þróm og fyllingu undir sökkla húss.

## Helstu magntölur eru:

Girðingar	450 m
Gróftur	14.100 m <sup>3</sup>
Fyllingar	4.200 m <sup>3</sup>
Landmótun með uppgröfnu efni	8.000 m <sup>3</sup>

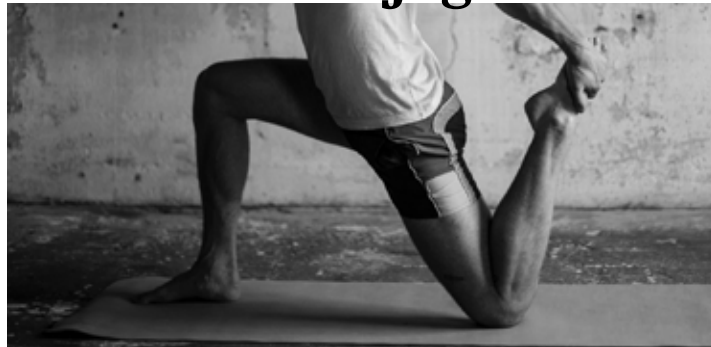
Stærð lóðar er u.þ.b. 63.235 m<sup>2</sup> og stærð fyrirhugaðs húss er u.þ.b. 765 m<sup>2</sup>.

Byggingarreiturinn er á lóð í landi Hæðargarðs við Sönghól sem liggur meðfram þjóðvegi 1 rétt áður en komið er að Kirkjubæjarklaustri, sunnan við Skaftá. Lóðin er í u.þ.b. tveggja kílómetra fjarlægð frá Kirkjubæjarklaustri.

Reiknað er með því að verkið geti hafist í byrjun október 2020 og verði lokið í byrjun desember.

Nánari upplýsingar má finna á [www.utbodsvefur.is](http://www.utbodsvefur.is)

## Karla jóga



*Er það ekki það sem þú ert búinn að vera að bíða eftir?*

Útbreiddur misskilningur er að jóga sé bara fyrir konur og þá helst liðugar konur, en tilfellið er að jóga er fyrir alla þá sem vilja láta sér líða betur í eigin líkama. Jóga er tilvalið fyrir þá sem eru stífir og stírðir, orkulausir og þreyttir svo ekki sé talað um þá sem eru undir miklu álagi í vinnu eða lífinu almennt. Jóga er líka fyrir þá sem vilja bæta árangur sinn í þeim íþróttum sem þeir stunda.

Meðvituð öndun, mýkjandi og liðkandi teygjur, styrkjandi stöður, slökun og tenging við sjálfan sig er meðal þess sem allir fá út úr því að stunda jóga, líka karlmenn.

Mikil aukning hefur verið í hinum vestræna heimi á jógaiðkun karla á undanförunum árum og hafa karlarnir oft óskað eftir því að fá að taka fyrstu skrefin í iðkunn sinni í sér karlatímum. Hornhúsið er með opna jógatíma þar sem karlmenn eru hjartanlega velkomnir en býður nú einnig upp á lokaða karlatíma þar sem sérstök áhersla er lögð á að mýkja axlarsvæði, mjóbak, mjaðmir og fótleggi í bland við styrkjandi og slakandi æfingar.

Karlmenn eins og aðrir eiga allt gott skilið og eru þeir eindregið hvattir til að gefa sjálfum sér þá góðu gjöf að kynna jóga. Kennari er Hulda Laxdal. Sjá nánar á <https://www.facebook.com/hornhusid> og í auglýsingu frá Hornhúsinu hér í blaðinu.

# Opnað hefur verið fyrir umsóknir í Uppbyggingarsjóð Suðurlands

## Menningarverkefni

Bætt **menning, velferð og samstarf** svo lífsgæði eflist og mannlíf á Suðurlandi blómstri

## Atvinnuþróunar- og nýsköpunarverkefni

Öflugt atvinnulíf á Suðurlandi með aukinni **nýsköpun**, bættri **framleiðni** og fleiri fyrirtækjum

Kynnið ykkur **áherslur og úthlutunarreglur** sjóðsins á [www.sass.is](http://www.sass.is)

UMSÓKNARFRESTUR RENNUR ÚT  
ÞRIÐJUDAGINN 6. OKTÓBER, KL. 16:00



### RÁÐGJÖF UM ALLT SUÐURLAND

Ráðgjafar eru á starfsstöðvum um allt Suðurland. Umsækjendur eru hvattir til hafa samband við ráðgjafa á vegum SASS og fá aðstoð við gerð umsókna.



STYRKIR@SASS.IS



S. 480-8200



WWW.SASS.IS

Uppbyggingarsjóður er hluti af



SÓKNARÁÆTLUN  
SUÐURLANDS



SASS  
SAMTÖK  
SUNNLENSKRA  
SVEITARFÉLAGA