

# EYSTRAHORN

11.tbl. 41. árgangur

30.mars 2023

[www.eystrahorn.is](http://www.eystrahorn.is)



Laufey Hafsteinsdóttir

## MENN UPPSKERA EINS OG ÞEIR SÁ



Mynd/Hilmar Óli Jóhannsson og Birgir Leó Halldórsson

Undanfarið ár hefur verið unnið frábært starf í yngri flokkum Körfuknattleiksdeildar Sindra. Lögð hefur verið áhersla á faglega og metnaðarfulla

þjálfun og um leið áhersla lögð á að halda á allan hátt vel utan um alla iðkendur og sýna ábyrgð á öllum sviðum í rekstri yngri flokka félagsins. Undanfarið ár hefur svo sannarlega verið frábær uppskera af þessari vinnu, fjölgun iðkenda, landsliðsefni í öllum aldurshópum og árangur á landsvísu frábær. Í dag eru yngri flokka iðkendur hvorki meira né minna en 85 og teflir félagið fram einu eða fleiri liðum í öllum aldurshópum frá fyrsta til tíunda bekk.

Metnaðurinn er mikill í krökkunum og sést það t.d. á því að í dag eigum við tvö lið í efsta styrkleika á Íslandi því 5. og 6. flokkur eru báðir komnir í A-flokk sem er algjörlega frábært í ekki fjölmennara samfélagi. Þegar starfið er jafn öflugt og raun ber vitni þá fylgja því að sjálfsgöðu nokkrar rúsinur í pylsuendanum, því krakkarnir okkar eru á fullu að berja á dyr

landsliðanna, og að þessu sinni eigum við Hornfirðingar hvorki meira né minna en tvo fulltrúa þar, þá Birgi Leó Halldórsson og Hilmar Óla Jóhannsson.

Birgir er kominn í hóp hjá U-18 ára og Hilmar er kominn í hóp U-15. Fjölgun iðkenda, árangur liðanna og frábær árangur einstakra iðkenda innan félagsins er okkur í Körfuknattleiksdeild Sindra svo sannarlega mikið gleðiefni og við erum virkilega stolt af öllum krökkunum.

Körfuknattleiksdeildin þakkar styrktaraðilum fyrir stuðninginn og öllum íbúum Sveitarfélagsins Hornafjarðar fyrir stuðninginn og þann skilning sem allir eru að sýna okkur í starfinu, það er ekki sjálfgefið að fá bros þegar maður bankar og betlar í heimahúsum og um það erum við meðvituð. Takk kærlega Hornfirðingar og áfram körfubolti!

## 15 ÁRA SINDRAKONA Á LANDSLIÐSÆFINGUM Í FÓTBOLTA

Kristín Magdalena Barboza, 15 ára Sindrakona, var á dögnum valin í hóp sem tekur þátt í úrtaksæfingum fyrir U15 núna í lok mars. Hún er ein af 30 stelpum sem valdar voru af Magnúsi Erni Helgasyni, landsliðsþjálfara U15 kvenna. Hún spilaði þrjú leiki með U15 í Póllandi í október og hefur verið að mæta á æfingar með þeim reglulega síðan þá og hefur það gengið mjög vel.

Kristín er ótrúlega efnileg knattspyrnukona sem hefur spilað 16 leiki með meistaraflökki kvenna og skorað þrjú mörk með þeim, tvö af þeim núna í Lengjubikarnum, eitt mark á móti KH og annað á móti ÍH. Þjálfari meistaraflökks kvenna, Veselin K. Chilingirov, lýsir

henni sem metnaðarfullri og harðduglegri stelpu sem er alltaf tilbúin að læra og bæta sig í öllu. Hún hefur komist upp í meistaraflokk kvenna með mikilli þolinmæði og vinnu og er orðin mjög mikilvægur hluti af liðinu og hún sýnir það betur og betur með hverjum leiknum. Kristín er frábær liðsfélagi sem er alltaf með gott og jákvætt hugarfar sem er mjög mikilvægt fyrir liðsheildina. Einnig er hún frábær fyrirmynd fyrir yngri kynslóðina og má allt Sindrafólk vera stolt af því að eiga svona öflugt ungt fólk í sínu liði.

Knattspyrnudeild Sindra óskar Kristínu og fjölskyldu hennar innilega til hamingju með valið og góðs gengis á æfingum



Mynd/Kristín Magdalena Barboza



**GALDRAKARLINN Í OZ**  
LEIKSTJÓRI: VALA HÖSKULDSDÓTTIR  
SÝNT Í MÁNAGARÐI

FRUMSÝNING 24.	FULLBÓKAD	KL. 19:00
2. SÝNING 25.	FULLBÓKAD	KL. 17:00
3. SÝNING 26.	FULLBÓKAD	KL. 13:00
4. SÝNING 26.	FULLBÓKAD	KL. 17:00
5. SÝNING 30.	MARS KL.	19:00
6. SÝNING 31.	MARS KL.	19:00
7. SÝNING 1.	APRÍL KL.	13:00
8. OG LOKASÝNING		
1. APRÍL KL.		17:00

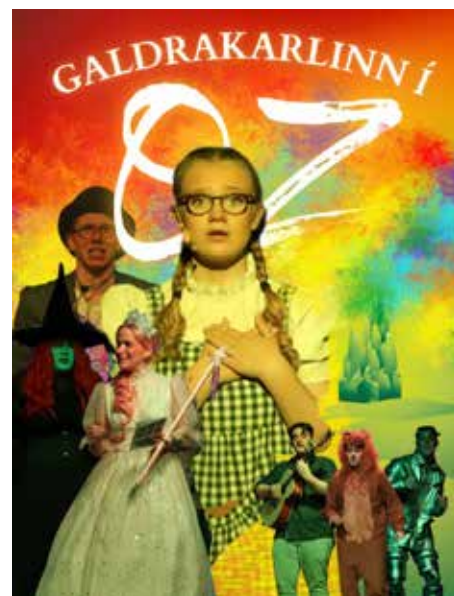
Miðasala á fb síðu  
Leikfélag Hornafjarðar  
og í síma á milli kl. 17 - 20  
691-6750 / 892-9354  
Miðaverð 3500 / 2500 börn || Enginn posi

## GALDRAKARLINN Í OZ

Nú er fyrri sýningartörn á leikritinu Galdrakarlinum í Oz lokið og hafa 400 manns komið og séð sýninguna. Enn fleiri eiga pantað um næstu helgi en þá eru síðustu sýningar. Vert er að taka fram að ekki er mögulegt að bæta við fleiri sýningum en við reynum að koma fólki að eins og húsrúm leyfir!

Við sem stöndum að sýningunni erum ótrúlega þakklát fyrir frábærar viðtökur á sýningunni sem við höfum unnið hörðum höndum að síðustu mánuði. Það er ómetanlegt að fá ykkur öll í Mánagarð og sjá ykkur upplifa töfra leikhússins.

**Lengi lifi leikhúsið og listirnar!**



## SÝNING SEM NÆR TIL ALLRA

Leikfélag Hornafjarðar hefur verið starfandi í 60 ár og skemmt Hornfirðingum með fjölda leiksýninga. Þar kemur að fólki úr öllum áttum sem sökkvir sér í heim ævintýra og skapar hvert listaverkið af fætur öðru. Leiksýningin í ár er engin undantekning. Sýningin Galdrakarlinn í Oz var frumsýnd 24.mars fyrir fullu húsi og góðum undirtektum.

Leikritið er byggt á skáldsögu bandaríska barnabókahöfundarins L. Frank Baum sem kom út árið 1900. Vinsæl kvikmynd var gerð eftir sögunni 1939 og var það fyrsta talkvikmyndin í lit sem gerð var í Hollywood. Tónlistin sem samin var fyrir kvikmyndina hefur lifað vel allt fram á okkar daga, enda eru þar á ferðinni perlur á borð við Somewhere over the rainbow og We are off the see the wizard.

Leikritið fjallar um stelpuna Dóroteu (Karen Hulda) sem lendir í hvirfilbyl, fýkur upp í háloftin og lendir í landinu Oz. Þar kynnist hún heilalausri fuglahræðu (Andri Þór), hjartalausum pjáturkarli (Axel Elí) og ljóni (Laufey Ósk) sem þjáist af skorti á hugrekki. Saman halda þau fjögur í ferðalag í þeim tilgangi að biðja galdrakarlinn í Oz (Tómas Nói) um að útvega það sem þau skortir og hjálpa Dóroteu að finna leiðina heim aftur.

Á ferðalaginu þurfa þau að glíma við ýmsar áskoranir, ekki síst vondu Vestannornina (Sigríður Þórunn) sem ásælist töfraskóna hennar Dóroteu sem góða Norðannornin (Birna Jódís) gaf henni og eiga að vísa henni veginn. Við áskoranirnar sem mæta þeim kemur í ljós að í raun skortir þau ekki heila, hjarta og hugrekki og Dórotea uppgötvar að hún getur sjálf fundið leiðina heim.

Markmið leikfélagsins var að setja á svið sýningu fyrir alla aldurshópa, börn jafnt sem fulloröna, og það hefur svo sannarlega tekist. Að sýningunni koma leikarar á öllum aldri og börnin standa sig öll með mestu þrýði. Tónlist og dans gæðir leiksýninguna lífi og er hvoru tveggja leikurunum öllum til mikils sóma. Einfaldur og fallegur boðskapurinn ætti að ná til allra áhorfenda.

Uppsetning Leikfélags Hornafjarðar á Galdrakarlinum í Oz er sérlega vel heppnuð og samstarfið við leikstjóran Völu Höskuldsdóttur og við framhaldsskóla Austur-Skaftafellsýslu hefur tekist frábærlega. Þetta er ævintýrlega góð fjölskylduskemmtun sem enginn ætti að missa af.

*Soffía Auður Birgisdóttir*





## Bifreiðaskoðun á Höfn 11., 12. og 13. apríl.

Tímamantanir í síma 570-9090  
fyrir kl. 16:00 miðvikudaginn 5. apríl.  
Næsta skoðun 8., 9. og 10. maí.

### Frumherji

*Pegar vel er skoðað*

**Lifandi vafi**  
Gleðislegur og lífandi vafi

**Dagskrá vikunnar**

Almennar samkomur  
sunnudaga klukkan 13:00

Bænastundir  
fimmtudaga klukkan 19:30

Við hökkum til að sjá þig.

Jesus segir:  
Ei nokkurn þyrstir þá komi hann  
til mín og drekki.  
Við björta Jésu sem trauk á oss!  
munu renna  
þakr lándi vatns.

Instagram and Facebook icons.

### Pakkir



Innilegar þakkir færum við  
öllum þeim sem sýndu okkur  
vináttu og hlýhug við andlát og  
útför móður okkar, tengdamóður,  
ömmu, langömmu og langa-  
langömmu.



### Ingibjargar Zophoníasdóttur

Sérstakir þakkir færum við starfsfólki Skjólgarðs

fyrir dásamlega ummönnun.  
Torfhildur Hólm, Steinþór, Fjöltnir, Steinunn,  
Þórbergur, Zophonías Heiðar, Súsanna Björk, Margrét,  
Þórgunnur og fjölskyldur.

## Fyrir fermingabarnið Rúm, náttborð, sængur, koddar, rúmföt og fleira



S: 478-2535 / 898-3664  
Opnið virka daga kl.13-18

## Kúttmagakvöld



Kúttmagakvöldið okkar  
vinsæla verður haldið  
á **Hafinu**  
laugardaginn **1. apríl n.k.**  
Húsið opnað kl. 19:00

### Veislustjóri:

Snorri Aðalsteinsson  
þúsundþjalasmiður

**Allir karlar velkomnir**  
*Lionsklúbbur Hornafjarðar*

## Rósin tískuverslun

Fatamarkaður í Höfn-inn  
morgunverðarsal laugardaginn  
**1. apríl frá kl 13-18.**

Nýjar sumarvörur og undirfatnaður  
fyrir konur á öllum aldri í st 36-56 frá  
Dk og Þýskalandi.

Hlakka til að hitta ykkur



Sunnuhlíó 12 Akureyri



Sími: 4149393 og 8484829

# FJÖLMENNING Í SVEITARFÉLAGINU HORNAFIRÐI



Mynd/Hildur Ómarsdóttir og Anna Birna Elvarsdóttir

Hnattvæðingin sem einkennt hefur samfélög um heim allan síðustu áratugi felur meðal annars í sér mikla fólksflutninga. Þökk sé hraðri þróun í samskipta- og flutningstækni hefur í sjálfu sér aldrei verið auðveldara að flytja milli landa, enda er heimurinn orðinn svo tæknivæddur að samskipti milli mismunandi landa, svæða og einstaklinga hafa aldrei verið skilvirkari. Þessar breytingar sem eru að eiga sér stað víðsvegar í heiminum gera það að verkum að heilu samfélögin eru nú byggð upp af mörgum mismunandi þjóðernum, menningu og kynþáttum, en samfléttun þessara þátta við hornfirskt samfélag er einmitt eitt sem fjölmenningsverkefni sveitarfélagsins einblína hvað mest á.

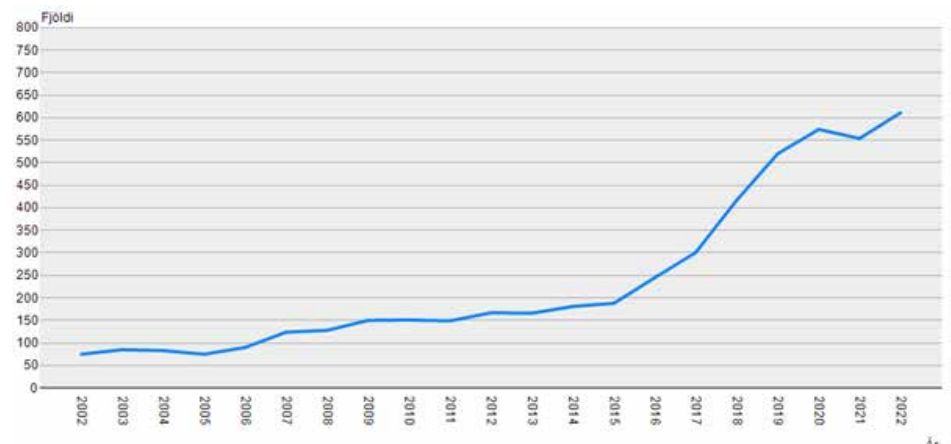
Í Sveitarfélaginu Hornafirði er íbúafjöldi 2541 manns og af þeim hafa 695 einstaklingar erlent ríkisfang og eru þeir því um 27% íbúa. Vert er að taka fram að tölfræðin sem unnin er með byggir á þeim sem hafa erlent ríkisfang en margt fólk af erlendum uppruna eru nú íslenskir ríkisborgarar og með íslenskt ríkisfang. Í Grunnskóla Hornafjarðar eru rúmlega 19% barna innflytjendur, eða börn innflytjenda og því eru töluð yfir 14 mismunandi móðurmál, fyrir utan íslensku, innan veggja grunnskólans. Flest börn af erlendum uppruna hafa pólsku sem fyrsta mál, en næst flest filippeysk mál. Flestir innflytjendur í sveitarfélaginu koma einmitt frá Póllandi svo tölfræði grunnskólans er í takt við

það, en margir hópar eru mun fjölmennari en Filippseyingar. Til dæmis er fólk frá Rúmeníu, Króatíu og Tékklandi í öðru, þriðja og fjórða sæti yfir fjölmennustu hópa sveitarfélagsins.

Benda má á að það er þó talsverður munur milli póstnúmera. Pólverjar eru fjölmennasti hópurinn í öllum þremur póstnúmerum sveitarfélagsins og er afgerandi fjölmennasti hópurinn bæði í póstnúmerunum 780 og 781 með 33,1% og 35% íbúa, en í póstnúmerinu 785 hefur prósentan lækkað í 25,3%. Þá er næstfjölmennasti hópurinn í 785 Rúmenar með 19,5% svo það er mjótt á munum á fjölmennustu hópunum þar meðan

að hér í sveitarfélaginu búa einstaklingar frá að minnsta kosti 51 landi og hvert og eitt á sér sérstaka menningu sem eiga þátt í að skapa fjölmenningsarsamfélagið Hornafjörð.

Nú á dögum var Anna Birna Elvarsdóttir ráðin í stöðu verkefnastjóra fjölmennings- og gæðamála, en Hildur Ýr Ómarsdóttir starfar enn sem sérfræðingur í málefnum innflytjenda og flóttafólks. Fyrir utan þær starfar hér sérstakt Fjölmenningsarráð sem einblínir einungis á málefni einstaklinga af erlendum uppruna og fundar það á tveggja mánaða fresti og skipar Nejra Mesetovic formennsku. Margir viðburðir og verkefni



Línurit gert með gögnum frá Hagstofu Íslands sem sýnir fjölda íbúa með erlent ríkisfang í sveitarfélaginu Hornafirði á árunum 2002-2022.

að í 780 og 781 eru næstfjölmennustu hóparnir Króatar með 14,6% og Rúmenar með 9,8%.

Einstaklingar af erlendum uppruna, bæði fullorðnir og börn, þurfa oft á tíðum sérstaka aðstoð við að aflagast íslensku samfélagi sem kemur ef til vill ekki á óvart í ljósi þess að íslensk menning getur verið gífurlega frábrugðin þeirri sem þau þekkja sjálf. Meginmarkmið fjölmenningsverkefna er að opna samfélagið fyrir fjölbreytileika og tryggja aðgengi að þátttöku, upplýsingum og þjónustu, enda eigum við öll jafnan rétt á því óháð uppruna. Fjölmennings er verðmætur menningarauður sem ber að fagna og nýta sér. Við erum svo heppin

eru í bígerð, bæði hjá Fjölmenningsarráði og hjá verkefnastjóra fjölmenningsmála og öruggt að segja að það eru spennandi tímar framundan í sveitarfélaginu. Við viljum þá benda á Facebook-síðuna „Living in Hornafjörður“, en þar birtast auglýsingar, fréttir og fleira á öðrum tungumálum en íslensku og hvetur síðan fólk af erlendum uppruna til þess að taka virkan þátt í þeim viðburðum sem eiga sér stað í sveitarfélaginu. Einnig er þeim sem vilja skapa/taka þátt í fjölmenningslegum viðburðum eða hafa aðrar ábendingar velkomið að senda tölvupóst á [annab@hornafjordur.is](mailto:annab@hornafjordur.is).

Anna Birna Elvarsdóttir

# POP upp veitingastaður

Þann 8. apríl munum við Kacper og Zarko halda POP upp veitingastað á hafinu. Við verðum með opið frá klukkan 19:00 til miðnættis. Í boði verða hamborgarar, pítsur, franskar og kebab spjót.



Þetta er hluti af lokaverkefni mínu í FAS svo við vonumst til þess að sjá sem flesta. Kacper og Zarko.



TRÚBBAFJÖR Á HAFINU

## GUNNI OG BJARKI

31. MARS  
VERÐ 1500 KR

OPNUNARTÍMI UM PÁSKANA

## OPNUNARTÍMI UM PÁSKANA

SKÍRDAGUR	20:00-01:00
FÖSTUDAGURINN LANGI	00:00-03:00
LAUGARDAGUR 8. APRÍL	18:00-00:00
PÁSKADAGUR	LOKAÐ



## BJÖRGVIN HEIÐRAÐUR SILFURMERKI KÍ

Björgvin Erlendsson hefur sinnt sjálfbóðaliðastörfum fyrir körfuknattleiksdeild Sindra um áráraðir. Allt frá því að standa vaktina í sjoppunni, standa fyrir fjáröflunum, sinna stjórnarstörfum og allt þar á milli. Ungmennafélög þurfa að stórum hluta að treysta á sjálfbóðaliða í sínu starfi svo allt gangi smurt og eru fólk eins og Björgvin sem leggja allt sitt af mörkum fyrir sitt lið ómetanlegt fyrir íþróttafélög.

Á dögnum hélt Körfuknattleikssamband Íslands sitt 55. ársþing þar sem Björgvin var heiðraður silfurmerki KÍ fyrir áralangt og óeigingjarnt starf í þágu körfuboltans.



## GEÐHEILSA BARNNA



foreldrar geri greinarmun á kvíða sem er eðlilegur og óeðlilegur. Barn sem finnur fyrir kvíða þrisvar sinnum á ári þegar það keppir í íþróttinni sinni, en mætir samt, er ekki með hamlandi kvíða. Slíkur kvíði þýðir bara að mótið skiptir barnið miklu máli. Dæmi um kvíða sem teldist hamlandi gæti hinsvegar verið barn sem er hætt að stunda áhugamálin sín vegna kvíða og velur að forðast aðstæðurnar frekar en að takast á við þær. Annað dæmi væri unglingur sem misst hefur öll tengsl við vini eða getur ekki mætt í skólann vegna kvíða.

Orsakir kvíða hjá börnum eru margar en rannsóknir gefa til kynna að um 1/3 megi rekja til erfða. Það sem ef til vill er athygliverðast við þá staðreynd er að þá má ætla að 2/3 megi rekja til umhverfis. Það getur verið hjálplegt í einhverjum tilvikum að vita hvað orsakir kvíða barns en það er ekki nauðsynlegt. Það sem mestu máli skiptir er að átta sig á því hvað viðheldur kvíða barnsins í daglegu lífi. Í flestum tilvikum spilar forðun stórt hlutverk í því að viðhalda kvíðanum, þ.e. að barnið finnur leiðir til að forðast sinn kvíðavald.

Eins og við vitum orðið flest eru biðlistar hjá sálfræðingum langir á flestum stöðum í heilbrigðiskerfinu. Af þeim sökum er mikilvægt fyrir foreldra að vita að það er margt sem hægt er að byrja að gera strax á meðan beðið er eftir tíma hjá sálfræðingi.

Eftirfarandi leiðir eru góð byrjun ef áhyggjur vakna af kvíða barns:

-Sjálfs hjálparefni, svo sem bókin “Hjálp fyrir kvíðin börn”, “Ráð handa kvíðnum krökkum” og bókaflokkurinn “Hvað get ég gert”.

-Aðrar fagstéttir eru oft vel til þess fallnar að veita stuðning við vægum kvíðavanda í nærumhverfi barnsins, svo sem námsráðgjafar, hjúkrunarfræðingar og félagsþjónusta.

-Finna má mjög gagnlega fræðslu á heimasíðum Landspítala, Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins, á heilsuveru og Litlu kvíðameðferðarstöðinni.

*Hrafnhildur Lilja Harðardóttir,  
sálfræðingur á Heilbrigðisstofnun*



Austurbraut 20 Sími: 662-8281  
Útgefandi: Eystrahorn ehf.  
Ritstjóri og  
ábyrgðarmaður: Arndis Lára Kolbrúnardóttir  
Netfang: arndis@eystrahorn.is  
Profarkalestur: Guðlaug Hestnes

Umbrot: Arndis Lára Kolbrúnardóttir  
Prentun: Litlaprent  
ISSN 1670-4126

# NÍTUGASTA ÁRSPING UNGMENNASAMBANDSINS ÚLFLJÓTS

Nítugasta ársþing USÚ fór fram á Hótel Vatnajökli, fimmtudaginn 23. mars s.l. Þingið var vel sótt en alls mættu 38 fulltrúar af þeim 52 sem rétt áttu til þingsetu. Öll virk aðildarfélög, nema tvö sendu fulltrúa á þingið. Jóhanna Íris Ingólfssdóttir, formaður USÚ setti þingið og bauð þingfulltrúa velkomna. Sigurjón Andrésson bæjarstjóri stýrði þinginu og Jón Guðni Sigurðsson ritari USÚ ritaði þinggerð. Þórey Edda Elísdóttir var gestur á þinginu en hún er 1. Varforseti ÍSÍ.

Starf USÚ á árinu 2022 var nokkuð fjölbreytt. Jóhanna Íris formaður og Sigurður Óskar gjaldkeri fóru til Noregs í mars með góðum hópi ungmennafélaga frá aðildarfélögum UMFÍ. Markmið ferðarinnar var að heimsekja íþróttahéraðið Viken sem er fjölmennasta íþróttahéraðið í Noregi. Þann 15. apríl var Ungmennafélagið Vísir í Suðurveit endurvakið af kröftugum ungmennafélögum og mun það verða samfélaginu í Suðursveit til góðs. Formaður fór á hina ýmsu fundi og þing m.a. á vorkund UMFÍ og formannafund ÍSÍ. Þann 28. maí hélt USÚ upp á 90. ára afmæli sitt. Dagurinn heppnaðist vel í alla staði og það var frábært að sjá bæjarbúa koma saman og eiga góðan dag undir nafni USÚ. Þann 15. október sambandsráðsfundur UMFÍ haldinn í Nýheimum. Sambandsráðsfundur er æðsta vald í málefnum innan UMFÍ á milli sambandsþinga. Á fundinn mættu rúmlega fjórutíu formenn og 5 varaformenn sambandsaðila, ásamt stjórn, varastjórn og starfsfólki UMFÍ. Meðal þess sem rætt var um var fækkun íþróttahéraða og var fyrsta tillaga að breyttu starfsumhverfi íþróttahéraða kynnt. Formaður USÚ var skipaður fundarstjóri og gjaldkeri fundarritari. Mikil ánægja var með fundinn og umgjörðina í kringum hann. Sambandsráðsfundur og þing UMFÍ höfðu ekki farið fram á sambandssvæði USÚ frá árinu 1990. Nánar má lesa um starfið 2022 í skýrslu stjórnar í ársriti USÚ á heimasíðu USÚ, [www.usu.is](#), þar sem jafnframt má kynna sér ársreikning 2022 og starfsskýrslur flestra aðildarfélaga auk starfandi deilda innan Umf. Sindra.

Á þinginu var samþykkt ný lottó úthlutunarreglugerð sem einfaldar nýjum félögum að koma inn í lottópottinn, ef þau uppfylla öll önnur skilyrði. Einnig voru veitt hvatningarverðlaun til ungra og efnilegra iðkenda sem eru að standa sig vel í íþróttaiðkun sinni og eru til fyrirmyndar fyrir aðra iðkendur, ekki einungis á æfingum eða í keppni heldur einnig með hugarfari sínu. Að þessu sinni fengu fimm ungmenni

viðurkenninguna. Einnig var íþróttamaður ársins 2022 heiðraður.

## Márus Máni Jónsson

Márus æfir knattspyrnu hjá knattspyrnudeild Sindra, Hann hefur vaxið mikið síðastliðið ár bæði sem leikmaður og einstaklingur. Hann hefur verið leiðtogi innan síns liðs og hjálpað liðsfélögum sínum að ná árangri. Hann tekur mikla ábyrgð í sinni þjálfun og er mikil fyrirmynd fyrir yngri iðkendur, sérstaklega eftir að hann fór að taka sín fyrstu skref í meistaraflokki og á framtíðina fyrir sér.

## Elín Ása Hjálmarasdóttir

Elín kemur úr knattspyrnu og hefur alltaf verið frábær og stuðningsríkur liðsfélagi. Hún tekur mikla ábyrgð og sýnir framúrskarandi hugarfarir í þjálfunarferlinu og veit hversu mikilvægt það er að vera góður liðsfélagi. Allir njóta þess þegar Elín er með, hvort sem það er í 3. flokki eða í meistaraflokki. Hún er topp persónuleiki og frábær fyrirmynd fyrir alla iðkendur.

## Elín Ósk Óskarsdóttir

Elín Ósk er efnilegur knapi og kemur úr Hestamannafélaginu Hornfirðingi. Hún hefur sýnt góðan árangur og mikinn metnað í að læra og fór meðal annars á reiðnámskeið með Olil Amble reiðkennara sem ætlað var fyrir keppnisfólk og þá sem eru lengra komnir í þjálfun og sýningum. Elín Ósk fékk aðgang að hæfileikamótun Landssambands Hestamanna þar sem einungis 31 unglíngur af landinu öllu komst að. Með því að vera komin í hæfileikamótun eru þátttakendur hluti af afreksstarfi LH. Auk þess að sýna mikinn áhuga á að læra. Elín Ósk hefur keppt á fjölda móta og staðið sig með einstakri þryði. Síðasta mótið sem hún fór á var Gæðingamót Sörla í Hafnarfirði sem haldið var í lok ágúst. Elín Ósk og Ísafold voru eftar inn í A-úrslit með 8,58 og enduðu í 2. sæti með einkunina 8,65. Elín Ósk er öðrum ungum knöpum mikil fyrirmynd og á framtíðina fyrir sér í hestamennsku.

## Kacper Ksepko

Kacper Ksepko æfir með körfuknattleiksdeild Sindra. Kacper er gríðarlega hæfileikaríkur og duglegur leikmaður, hann mætir á allar æfingar sem í boði eru og rúmlega það, Kacper spilar með 9. flokki Sindra auk þess að æfa að fullum krafti með meistaraflokki félagsins þar sem hann hefur, þrátt fyrir ungan aldur, nú þegar fengið sínar fyrstu mínútur á parkettinu og sett sín fyrstu en ekki sín síðustu stig fyrir meistaraflokk. Með dugnaði hefur

Kacper tekið gríðar miklum framförum sem leikmaður og þykir einnig afbragðs liðsmaður innan hópsins, það er alveg ljóst að það er ekki lengur spurning hvort heldur hvenær Kacper verður kominn í landsliðstreyju Íslands því slíkur er áhuginn og metnaðurinn. Auk þjálfunar sinnar hefur Kacper sinnt aðstoðarþjálfun hjá yngri iðkendum við góðan orðstír og er alltaf tilbúinn að hlaupta inn ef vantar. Kacper er mikil fyrirmynd fyrir yngri körfuboltaíðkendur og á bjarta framtíð fyrir sér innan vallar sem utan.

## Friðrik Snær Friðriksson

Er ungur knapi sem kemur úr Hestamannafélaginu Hornfirðingi. Hann sinnir sinni hestamennsku sinni af miklum áhuga og alúð. Hann tók þátt í Meistaradeild LÍflands og æskunnar veturinn 2022. Friðriki gekk mjög vel og var hann með hross sem voru aðstíga sín fyrstu skref í íþróttakeppni. Hann lagði á sig mikinn tíma og ferðalög til þess að geta tekið þátt og má ætla að kílómetrafjöldinn hafi verið á milli 5-6 þúsund kílómetrar fyrir bæði knapa og hesta í þessar keppni. Friðrik tók þátt í hæfileikamótun Landssambands hestamanna og þar með orðinn hluti af afreksstarfi Landssambands hestamanna. Hann hefur mikinn vilja til þess að læra og hefur sótt fyrirlestrar sem efla hugsun á bak við góða næringu í keppni og þjálfun. Auk þess að taka þátt í mörgum keppnum sem og sinna iðkun sinni af miklum krafti er Friðrik mikil fyrirmynd fyrir aðra unga knapa.

## Þorlákur Helgi Pálmason – Íþróttamaður ársins.

Það er hægt að segja svo margt um hann Helga, en fyrst og fremst er hann Sindramaður. Hann er fyrirliði inni á vellinum en utan hans er hann einnig leiðtogi. Hann er kurteis, bógóður, jákvæður, yfirvegaður, rólegur en þó ákveðinn og stýrir liðinu vel. Það komu ár þar sem Helgi var oft meiddur, en þrátt fyrir það þá mætti hann á hverja einustu æfingu og gerði sitt prógram og tók aðra meiðslapésa með í æfingarnar. Með jákvæðni og dugnaði náði hann sér upp úr meiðslum og kom sér ótrúlega fljótt á sinn stað í hjarta varnarinnar. Helgi er mikill liðsmaður og ber hag félagsins ætíð fyrir brjósti. Við erum heppin að eiga Þorlák Helga í okkar liði.

Á þinginu sáemdi Þórey Edda, Gest Halldórsson silfurmerki ÍSÍ fyrir margra ára störf í þágu íþróttahreyfingarinnar. Gestur hefur tengst íþróttahreyfingunni



um langt árabíl. Núna síðast sem formaður Golfklúbbs Hornafjarðar, en hann lét af því embætti nú á dögumum eftir a.m.k. áratuga stjórnarsetu. Undanfarið ár hefur Gestur reyndar lítið getað sinnt sínum eigin golfáhuga, því mikið hefur verið að gera í klúbbstarfinu. Golfklúbburinn hefur t.d. verið að endurnýja vallarhúsið sitt, með Gest í broddi fylkingar, enda gengur hann í öll störf sem þar þarf að sinna, og auðvitað alls konar verk úti á velli að auki.

Fyrir stjórnunarstörf in í Golfklúbbum sat Gestur í stjórn Umf. Síndra um tíma auk þess sem hann stýrði getraunastarfi knattspyrnu deildar Síndra með miklum myndarbrag um árabíl. Þá sat Gestur í stjórn Styrktar- og afrekssjóðs USÚ í tæpan áratug, frá 2011 til 2020.

Sigurður Óskar Jónsson gjaldkeri USÚ sem

einnig situr í stjórn UMFÍ veitti Jóhönnu Írisi Ingólfsdóttur starfsmerki UMFÍ fyrir störf hennar í þágu íþróttahreyfingarinnar.

Jóhanna Íris Ingólfsdóttir kom inn í stjórn USÚ árið 2015. Hún sat fyrsta árið sem ritari, en tók svo við sem formaður 2016 og hefur sinnt því hlutverki síðan. Hún er nú þegar orðin meðal þaulsetnustu formanna USÚ frá upphafi, en hún er í fjórða sæti á þeim lista. Hún hefur undanfarið kjörtímabil stjórnar UMFÍ setið í vinnuhópi um íþróttaherud og lottóreglur hjá UMFÍ og einnig í Útgáfu- og kynningarnefnd UMFÍ. Þar að auki hefur hún tvisvar verið í undirbúningsnefnd Unglingalandsmóta, 2013 og 2019, í fyrra skiptið sem ritari og í síðara skiptið sem keppnisstjóri og formaður USÚ. Þá hefur hún verið formaður yngriflokkaðs

körfuknattleiksdeildar Síndra undanfarið ár og var endurkjörin á aðalfundi í síðustu viku. Jóhanna er drifandi og alltaf til í að hjálpa til og virðist alltaf hafa nægan tíma fyrir sjálfboðaliðastarf, þó hún sé ung fjögurra barna móðir, í fullu starfi og yfirleitt í fullu námi líka. Ungmennafélagsandinn svífur svo sannarlega yfir vötnum hjá Jóhönnu.

Það er ótrúlegt að í ekki stærra íþróttahéraði, hvað íbúafjöldi varðar, skuli vera níu virk aðildarfélög og það er ekki annað hægt að segja en að það ættu allir að finna eitthvað við sitt hæfi. Þær eru ófáar sjálfboðaliðahendurnar sem gera þetta allt mögulegt og eigi allir þeir sem koma að íþrótt og ungmennastarfi innan sambands svæðis USÚ mikið hrós skilið fyrir þann mikla metnað sem býr í héraðinu.



Mynd/ Jóhann Íris Ingólfsdóttir og Elin Ósk Óskarsdóttir



Mynd/ Jóhann Íris Ingólfsdóttir og Friðrik Snær Friðriksson



Mynd/ Jóhann Íris Ingólfsdóttir og Klara Ösp Kristjánsdóttir



Mynd/ Jóhann Íris Ingólfsdóttir og Kacper Ksepko



Mynd/ Jóhann Íris Ingólfsdóttir og Hulda Waage



Mynd/ Þórey Edda Elisdóttir og Gestur Halldórsson

# UPPSKRIFT VIKUNNAR

*Þorskhnakkar í pestósósu með ólífum og grófri kartöflumús.*  
*Anna Erla Þorsteinsdóttir og Ólafur Vilhjálmsson.*



## Hráefni fyrir 3-4

- . 800gr-1kg þorskur
- . Salt og pipar
- . 300 gr rautt pestó
- . 1dl rjómi
- . 1dl fetaostur
- . Svartar ólífur
- . Nýrifinn parmesan

Kartöflumús grófstöppuð  
Kartöflur 12-15 meðalstórar (bestar með flusinu)

- Smjör ca 1-2 tsk
- Hvítlaukur 2 geirar
- Góð olía
- Sjávarsalt og grófmalaður pipar
- Steinselja

Við Þökkum Ara og Maríu fyrir áskorunina, og fallegu ummælin í okkar garð.Við skorum á Heiðdísí Hauksdóttir matreiðslumeistara og meðeigandi á einkarekna leikskólanum Aðalþing en hann var fyrsti leikskólinn til að hljóta menntaverðlaun Íslands.

## Aðferð þorskhnakkar

1. Hitið ofninn í 180°
2. Skerið fiskinn í jafn stóra bita og leggið í eldfast mót, kryddið með salti og pipar.
3. Blandið pestóinu,fetaosti og rjómanum saman í skál. Hellið yfir fiskinn og raðið ólífum yfir.
4. Eldið í ofni við 180°C í 25-30 mínútur
- 5.Berið fram með nýrifnum parmesan,grófri kartöflumús og fersku salat.

## Aðferð kartöflumús

1. Sjóðið kartöflurnar
2. Hvítlaukur rifinn
3. Létsteykið hvítlauk á pönnu með olíu og smjöri
- 4.Rjóma hellt yfir hvítlauk og suða látin koma upp.
5. Hvítlauks/rjómablandan hellt yfir gróflega stappaða kartöflumús .
- 6.Olíu finlega skvett yfir, salt,pipar og steinselja stráð yfir.

## ORÐALEIT

BRÖNDÓTTUR

ÚLFLJÓTUR

FÓGETI

FLUS

FLUMBRUGANGUR

GLÆNEPJULEGA

FERSKFISKUR

BAÐ

SÁPUKÚLA

FYRIRLIÐINN

BJÓR

RÓSABLAÐ



## SPURNING VIKUNNAR

*Á hvaða tíma er best að fara í sund?*



**Lena Hrönn Marteinsdóttir**  
Eftir kvöldmat



**Gunnar Örn Marteinnsson**  
Á milli 18 og 21hundrað



**Nejra Mesetovic**  
Þegar það eru körfuboltaleikir, krakkarnir eru allir þar



**Janus Gilbert Stephensson**  
Kl. 17 en krakkarnir vilja fara kl.20 því þá er háttatími



### Gerast styrktarvinur Eystrahorns

*Við viljum hvetja lesendur Eystrahorns að kynna sér styrktarvini Eystrahorns.*  
Peir sem vilja styrkja útgáfuna geta greitt frjálst framlag, inn á reikning útgáfunnar. Hægt er að greiða áskriftina t.d. mánaðarlega, nokkra mánuði í einu eða eins og hentar hverjum og einum.

[www.eystrahorn.is/askrift](http://www.eystrahorn.is/askrift)





Sveitarfélagið  
HORNAFJÖRÐUR



FÖSTUDAGURINN 31.MARS MILLI KL.12 OG 14 Í NÝHEIMUM

# Fögnum Fölbreytileikanum

- Nemendur grunnskólans í samstarfi við  
Tónskólann flytja lagið "Gordjöss"

- Local music school in cooperation with the  
elementary school will perform "Gordjöss"

- Handverk til sölu

- Handcrafted items for sale

- Myndir úr fjölbreytileikamyndatöku til sýnis

- Photos from diversity photoshoot  
will be displayed

- Almennt stuð og gleði!

- Happiness and joy in general!



## PÁSKAHELGIHALD BJARÐANESPRESTAKALL



### Pálmasunnudagur

Kálfafellsst.kirkja kl. 11:00

Hofskirkja kl. 14:00

### Laugardagur fyrir páska

Hafnarkirkja kl. 11:00 (ferming)

### Skírdagur

Hafnarkirkja kl. 11:00 (ferming)

Brunnhólskirkja kl. 13:30

### Páskadagur

Hafnarkirkja kl. 10:30

Skjólgarður kl. 11:15

Bjarnaneskirkja kl. 14:00

### Föstudagurinn langi

Hafnarkirkja kl. 11:00

