

HAMPIÐJAN

VERSLUN

ALLT Á EINUM STAÐ

Ólafsbraut 19 · 436 1214 · www.voot.is

JÖKULL

1128. tbl - 24. árg.

26. september 2024



Réttað á norðanverðu Snæfellsnesi

Réttað var í Ólafsvíkurrétt, í Þæfusteinsrétt á Hellissandi/Rífi, á Mýrum í Grundarfirði, í Tungurrétt og í Hrafnkelsstaðarétt um síðastliðna helgi. Smölun gekk vel og var dregið í sundur í góðu veðri á öllum stöðum. Mikið líf og fjör var að venju í réttunum enda lék veðrið bæði við menn og dýr. Í Ólafsvík var boðið upp á veglegar veitingar í fjárhúsinu Lambafelli áður en dregið var í dilka og skapaðist skemmtileg stemming þegar fólk naut heitrar réttarsúpu og annara veitinga. Er þetta frábært framtak hjá þeim sem að þessu standa. Laugardaginn 28. september verður réttað á þremur stöðum í Snæfellsbæ, í Ölkeldurétt og Bláfeldarrétt í Staðarsveit og í Grafarrétt í Breiðuvík.



VALHÖLL
STOFNHAUS 1988

OPIÐ HÚS

**OPIÐ HÚS VERÐUR Á BRÚARHOLTI 5 EFRI HÆÐ
LAUGARDAGINN 28. SEPTEMBER
Á MILLI KL 16.00 OG 17.00.**

Grenndarstöðvar



Með tilkomu nýrrar reglugerðar um flokkun á sorpi þar sem skylt er að flokka úrgang í að minnsta kosti sjö flokka hefur Snæfellsbær auk annarra sveitarfélaga á Íslandi innleitt nýtt flokkunarkerfi. Heimili verða að safna plasti, pappír og pappa, lífúrgangi og blönduðum úrgangi í tunnur við heimili sín og svo eru grenndargámar fyrir það sorp sem ekki eru tunnur við heimilin. Kubbur ehf tók við sorphirðu í Snæfellsbæ í sumar og fór innleiðing á nýja kerfinu af stað um miðjan ágúst. Búið er að setja upp grenndarstöðvar í þéttbýliskjörnum Snæfellsbæjar, Ólafsvík, Hellissandi og Rífi. Í Ólafsvík

er grenndarstöðin við Mettubúð, á Rífi er hún við spennustöðina og á Hellissandi er grenndarstöðin staðsett við N1. Þar er hægt að skila málmum og gleri til endurvinnslu. Einnig hefur verið fjórum grenndarstöðvum verið komið fyrir á Arnarstapa og einni á Hellnum. Á grenndarstöðvunum sunnan megin á nesinu er hægt að skila fjórum flokkum af sorpi, það er almennu sorpi fyrir óendurvinnanlegt sorp, lífrænu sorpi í bréfpökum, pappír og pappa auk plastumbúða og eru grenndarstöðvarnar staðsettar á sömu stöðum og þær sem voru áður.

SJ

Meðlimir Sjósnæ sigursælir

Lokahóf sjóstangafélaga á Íslandi var haldið í félagsheimili Sjóstangaveiðifélags Reykjavíkur 14. september síðastliðinn. Eftir sex aðalmót í ár sem telja til Íslandsmeistara krýndi Landssamband sjóstangafélaga nýja Íslandsmeistara og önnur afreksverðlaun á lokahófinu. Alls tóku 61 karlmaður og 8 konur þátt í mótum félagsins í sumar, þar af 9 karlar og 2 konur frá Sjósnæ. Heildarafla sumarsins af þessum sex aðalmótum var 120.665 kg en líkt og fyrri ár komu meðlimir Sjósnæ sterkir inni og eru á toppi allra verðlaunaflokka nema Stærstu fiska. Íslandsmeistarar Sjól 2024 eru þau Jón Einarsson í flokki karla og Björg Guðlaugsdóttir í flokki kvenna, bæði frá Sjósnæ. Beata Makilla hafnaði í 3. sæti kvenna.



Þá var Jón Einarsson í 1. sæti yfir heildarafla karla með 6.370 kg veidd og Pawl Szalas þar í 2. sæti með 5.826 kg. Björg Guðlaugsdóttir var með mesta heildarafla kvenna en hún veiddi 5.106 kg og Beata Makilla veiddi 3.769 kg og

hreppti 3. sætið. Einnig voru veitt verðlaun fyrir flestar tegundir en þar voru efstu þrjú sætin jöfn með 8 tegundir, Björg Guðlaugsdóttir og Pawel Szalas þar á meðal. Félagar Sjósnæ tóku heim 9 verð-

laun af 18 mögulegum eða helming veittra verðlauna. Glæsilegur árangur hjá meðlimum Sjósnæ sem halda úti öflugum sjóstangafélagi í Snæfellsbæ.

SJ



Breyting á aðalskipulagi vegna iðnaðarsvæðis vestan Kvernár

Bæjarstjórn Grundarfjarðarbæjar auglýsir tillögu að breytingu á Aðalskipulagi Grundarfjarðar 2019-2039 vegna iðnaðarsvæðis vestan Kvernár, í samræmi við 31. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

Austan við þéttbýlið í Grundarfirði er iðnaðar- og athafnasvæði við Kverná. Unnið er að endurskoðun á gildandi deiliskipulagi svæðisins, sem er frá 1. júlí 1999 með nokkrum síðari breytingum. Samhliða þarf að gera breytingu á Aðalskipulagi Grundarfjarðar 2019-2039, þannig að landnotkunareitur fyrir efnisvinnslu (náma, E-3) fellur út og verður hluti af iðnaðarsvæði með auðkenni I-1. Reiturinn I-1 stækkar til vesturs og suðurs og verður 16,1 ha að stærð. Stærð opins svæðis (OP-5) breytist samhliða. Nánar er vísað til kynningargagna sem nálgast má á bæjarvef, www.grundarfjordur.is og í Skipulagsgátt.

Athugasemdafrestur við tillöguna er til og með 24. okt. 2024 og skal athugasemdum skilað í gegnum Skipulagsgáttina, www.skipulagsgatt.is

Skipulagsfulltrúi



Blaðið er gefið út af Steinprent ehf. og liggur frammi í Snæfellsbæ og Grundarfirði.

Blaðið kemur út vikulega.

Upplag: 500

Áb.maður: Jóhannes Ólafsson

Prentun: Steinprent ehf.
Sandholt 22a, Ólafsvík
355 Snæfellsbæ

Netfang: steinprent@simnet.is

Sími: 436 1617

Geðlestin í Klifi 1. október

Gulur september er forvarnarátak sem er ætlað að auka meðvitund fólks um mikilvægi geðræktar og sjálfsvígsforvarna. Í tilfni af Gulum september ætla landssamtökin Geðhjálp að ferðast um landið og bjóða upp á samtál um geðrækt og geðheilsu í bland við tónlist og gleði. Geðlestin er heiti verkefnisins en það hefur áður farið um landið en þá var áherslan á börn og ungmenni en núna er ætlunin að hitta sveitarstjórnir, félags- og skólamálayfirvöld annars vegar og almenning hins vegar. Við hittum sveitarstjórnir og félags- og skólafyrirvöld í hádeginu en almenning á kvöldfundum.

Á hádegisfundinum kynni Geðhjálp ýmsa geðheilsuárita (mælikvarða), fjallar um mikilvægi geðræktar, hvernig draga meg úr fordómum og mögulegar leiðir til þess að efla forvarnir. Markmiðið er einnig að eiga samtál við heimafólk og hvað helst brennur á því í

tengslum við geðrækt og geðheilbrigði.

Kvölddagskrá er aðeins öðruvísi sett upp. Hún hefst á stuttri kynningu á Geðhjálp og starfi samtakanna. Eftir það verður farið yfir mikilvægi reglulegrar geðræktar út lífið og ýmsar leiðir þar nefndar. Þá mun einstaklingur segja frá sinni reynslu af geðrænum áskorunum og hvernig bata var náð og hvaða verkfæri hafa reynst best. Eftir reynslusöguna verða umræður/samtal. Í lokin stíga þeir félagar Emmsje Gauti og Þormóður á svið og leika nokkur lög til að árétta að geðrækt er líka gleði og skemmtun. Aðgangur er ókeypis og eru allir velkomnir. Gert er ráð fyrir að kvöldfundurinn standi í 80 til 90 mínútur.

Geðlestin verður á Snæfellsnesi 1. október og verður hádegisfundurinn á Hótel Stykkishólmi en kvölddagskráin mun fara fram í félagsheimilinu Klifi í Ólafsvík og mun hefjast kl. 20.



Á heimasíðu
Fasteigna- og skipasölu Snæfellsness
fasteignsnae.is
er að finna upplýsingar um allar eignir á skrá hjá Fasteigna- og skipasölu Snæfellsness.

Pétur Kristinsson hdl.
löggitur- fasteigna- og skipasali sími 438-1199

Stofn

Endurgreiðslur í 30 ár



Á hverju ári fá þúsundir tjónlausra viðskiptavina Sjóvá
Stofnendurgreiðslu. Þannig hefur það verið í 30 ár.

Sjóvá | Aðalgötu 10, Stykkishólmi | 440 2000 | sjova@sjova.is

SJÓVÁ

Alma hljóp rúma 100km



Bakgarðshlaup Náttúruhlaupa fór fram í Heiðmörk síðastliðna helgi en hlaupið virkar þannig að á hverjum klukkutíma hlaupa keppendur 6,7 kílómetra. Hver hringur er ræstur út á heila tímanum og ef keppandi er kominn í mark áður en að næsti hringur byrjar má hann nota það sem eftir er af tímanum til að hvílast og undirbúa sig fyrir næsta hring. 230 hlauparar hófu keppni á laugardagsmorguninn, þar á meðal Alma Rún Kristmannsdóttir frá Ólafsvík. Alma Rún tekur þátt í hlaupinu annað árið í röð en í millitíðinni gekk hún í gegnum miður skemmtilega lífsreynslu þegar hún greindist með sjaldgæfan gigtarsjúkdóm, Eosinophilic fasciitis. Um er að ræða sjúkdóm sem ræðst á bandvefnni í líkamanum svo hann bólgnar upp ásamt

öðrum aðliggjandi vefjum. Aðeins 7 einstaklingar hafa greinst með sjúkdóminn á Íslandi frá árinu 2000 og aðeins 170 tilfellum hefur verið lýst alþjóðlega en Alma Rún er mikil íþróttakona með sterkan haus og lét þessa hindrun ekki slá sig út af laginu. Í vor fór hún að finna fyrir einkennum sjúkdómsins umrædda og í lok júní fékk hún staðfesta greiningu. Með mikilli vinnu, líkamlegri og andlegri samhliða lyfjameðferð er Alma komin á þann stað sem hún er í dag. Fyrir ári síðan kláraði hún 11 hringi í Bakgarðshlaupinu eða 73,7 km og nú tveimur og hálfum mánuði eftir staðfesta greiningu á gigtarsjúkdóminum tekur hún aftur þátt en í ár bætti hún um betur og rauf hún 100 km múrinn með 15 hringjum eða 100,6 km. Aðspurð hvernig tilfinningin hafi

verið að klára þetta sagði Alma Rún hana vera ólýsanlega. Risa-stór hópur tók á móti henni og vinkonu hennar, Birtu Karen, sem hlupu saman allan tíman og segist Alma hafa verið í tilfinningarússibana í bland við þreytu við endamarkið og varla trúað að þetta hafi tekist. Daginn eftir var hún þreytt og stírt í líkamanum en hægt og rólega áttaði hún sig á því að hún hafi náð markmiðum sínum þrátt fyrir hindranir síðustu mánuði. Þá segir Alma Rún að hún

sé svo ótrúlega stolt af líkama sínum og að hún hafi ekki gert sér grein fyrir því hvað hún væri með sterkan huga. Jákvætt hugarfar, að hugsa vel um líkamlega og andlega heilsu, að halda áfram og taka lítil skref skiptir öllu máli og það sannaði Alma Rún svo sannarlega á laugardaginn. Eins segist Alma Rún vera endalaust þakklát fyrir sterka stuðningsnetið sem hún á í kringum sig.

SJ



Tækniþjálfun Gylfa Sig kemur til Ólafsvíkur 1.-3. okt og verður með æfingar fyrir 1.-10. bekk. Það kostar 14.000 kr á barn og er veittur systkinaafsláttur sem er hér fyrir neðan:

- Verð fyrir 1 barn er 14.000 kr
- Verð fyrir 2 börn er 26.600 kr
- Verð fyrir 3 börn er 37.800 kr
- Verð fyrir 4 börn er 49.000 kr

Skráningar og upplýsingar um greiðslu fer fram hér inn á eftirfarandi slóð: <https://docs.google.com/.../1FAIpQLSc4xbGu.../viewform>

Nánari tímasetningar liggja fyrir þegar skráningu líkur! Við verðum úti ef veður leyfir.

Skráningarfrestur er til miðnættis sunnudaginn 29. sept!



Bifreiðaverkstæði /Egis.
Rífl. S-4366677

Betra fyrir bílinn



FISKMARKAÐUR
ÍSLANDS

Sími: 430 3700
www.fmis.is





Sorphirða í Snæfellsbæ

Kynningarfundur um sorphirðu og flokkun Klifi miðvikudaginn 2. október kl. 14.30

- Hvað fer í lífræna pokann?
- Í hvaða ílát fara rafhlöður?
- Hvernig eru samsettar umbúðir flokkaðar, t.d. úr plasti og pappa?
- Hvernig veit ég hvort umbúðir séu úr plasti eða áli, t.d. kaffi- og snakkpokar?
- Hvernig á að flokka gjafaumbúðir?
- Hvernig flokka ég lífplast?
- Þarf að hreinsa kertavax úr sprittkertakoppum?

Starfsfólk frá Snæfellsbæ mætir á fundinn, fer yfir hvernig skal staðið að flokkun og svarar þessum spurningum og fleiru.



Plastumbúðir



Pappi og pappír



Blandaður úrgangur



Matarleifar

Nýr þjónustustjóri Snæfellsjökulspjóðgarðs



Rut Ragnarsdóttir, sem hefur verið þjónustustjóri Snæfellsjökulspjóðgarðs síðan í ágúst 2023, hefur sagt starfi sínu lausu og Ingunn Ýr Angantýsdóttir ráðin í staðinn. Ingunn Ýr er með BA gráðu í þjóðfræði og stundar nú nám í menningarstjórnun við Háskólann á Bifröst. Hún hefur undanfarna mánuði starfað sem þjónustufulltrúi hjá þjóðgarðinum bæði á Malarrífi og á Hellissandi. Ingunn hefur undanfarin

ár verið einn að skipuleggjendum Snæfellsjökulshlaupsins en auk þess hefur hún víðtæka reynslu af viðburða- og verkefnastjórnun, markaðssetningu, miðlun og gerð kynningarefnis. Hlutverk þjónustustjóra felst í umsjón með rekstri þjóðgarðsmiðstöðvarinnar og gestastofunnar á Malarrífi, viðburðastjórnun, gerð og miðlun fræðslu- og upplýsingaefnis og ábyrgð á þjónustu við gesti.

JJ



Veldu að vaxa

Mánudaginn 30. september nk. mun Unnur Arna Jónsdóttir frá Hugarfrelsi bjóða upp á fyrirlesturinn **Veldu að vaxa**. Á fyrirlestrinum kynnis hún gagnlegar aðferðir úr smíðjum jákvæðrar sálfræði og núvitundar sem reynst hafa vel til að auka velliðan.

Aðferðirnar hjálpa þér að:

- velja **jákvæðni** fremur en neikvæðni
- koma auga á **styrkleika** þína
- auka **núvitund** og einbeitingu
- draga úr streitu og auka **velliðan**

Frábær hvatning inn í haustið fyrir alla þá sem vilja efla sig og sína.

Mánudaginn 30. september

Kl. 17:00

í Grunnskóla Snæfellsbæjar



Hugarfrelsi er fyrirtæki sem sérhæfir sig í velliðan. Á vegum Hugarfrelsis hafa verið haldin fjölbreytt námskeið og fyrirlestrar þar sem kennt er að nota einfaldar aðferðir til að efla sjálfmynd og velliðan. Hugarfrelsi hefur einnig gefið út fjöldan allan af efni sem nýtist foreldrum, börnum, ungmennum og þeim sem starfa með börnum.



Fritt í sund
alla vikuna

Íþróttavika Evrópu 23.-30. september 2024

Snæfellsbær gerir heilsu hátt undir höfði dagana 23.-30. September og heldur heilsuviku Snæfellsbæjar í sjöunda skipti. Þetta er í þriðja skipti sem þetta er hluti af ÍSÍ íþróttaviku Evrópu.

Á heilsudögum er lögð áhersla á að bjóða íbúum upp á heilsutengda viðburði og kynningar sem henta öllum aldri. Fyrst og fremst er þetta kynning á þeim heilsutengdu viðburðum sem eru nú þegar í boði í Snæfellsbæ og ættu því allir að geta fundið sé viðburð bið hæfi eða sem vekur áhuga.

Íbúar eru hvattir til að mæta á viðburði, skella sér í sund, stunda útivist eða aðra hreyfingu og anda að sér fersku lofti í okkar fallega sveitarfélagi.

Heilsudagar Snæfellsbæjar

Leikskóli Snæfellsbæjar

Leikur að læra þrautabraut
Göngutúrar um bæinn og ávaxta hressing
Ýmsar útfærslur á hugarfrelsisstundum
Danskennsla Jón Pétur
Kynnast nýjum tegundum af ávöxtum, þeim sem hafa ekki verið í boði í leikskólanum
Halda áfram að bjóða upp á hollan og góðan mat í leikskólanum

Grunnskóli Snæfellsbæjar

Danskennsla Jóns Pétur
Sundkennsla 2X í viku
Íþróttakennsla 2X í viku
Litahlaup
Símalaus Grunnskóli
Halda áfram að bjóða upp á hollan og góðan mat í grunnskólanum
Gróðursetning

Smiðjan/Kjarninn

Markmiðið að fara gangandi í helst öll verk þegar veður leyfir
Unnið með jákvæða styrkingu og hvatingu, borin er virðin fyrir dagsformi hvers og eins
2x í viku forum við í íþróttahús Snæfellsbæjar
·2x í viku sinnum við sjálfboðastarfi í matvöruverslun Snæfellsbæjar
·1x í viku sinnum við sjálfboðastarfi í Grunnskóla Snæfellsbæjar
·Fjölbreytt fæða yfir daginn, og ávextir og grænmeti eru með í öll mál

Dvalarheimilið Jaðar

Jóhanna Jóhannesdóttir sér um hreyfingu 2X í viku
Íbúar hafa aðgang að tækjasal þar sem fjölþjálfí, handa- og fótahjól með drifrafti, trampólín og allskonar lóð og boltar
Nuddtæki fyrir herðar og fóta
Boccia eða keila 1X í viku
Blöðrubolti í tilefni heilsuvikunnar
Gönguferðir
Grænmeti og ávextir á borðstólum í matnum líkt og alltaf
Fiskur 4X í viku

Mánudagur 23. september

06:00-07:00 CrossFit, [CF SNB](#)
10:30-11:20 EldraFit, [CF SNB](#)
10:50-12:00 Boccia Eldri Borgarar, Íþróttahús Snæfellsbæjar
12:00-13:30 Frí kennsla í tækjasal, [SólarSport](#)
12:05-12:50 CrossFit, [CF SNB](#)
14:10-15:10 6 fl. KK & KVK knattspyrna
15:10-16:10 5 fl. KK & KVK knattspyrna
16:10-17:10 Sundæfing 2.-5. Bekkur
16:10-17:10 4 fl. KK & KVK knattspyrna
16:30-17:15 KonuFit, [CF SNB](#)
17:10-18:10 Sundæfing 6.-10. Bekkur
17:10-18:10 3 fl. KK & KVK knattspyrna
17:00-18:00 Spinning, [SólarSport](#)
17:30-18:30 CrossFit, [CF SNB](#)
18:00-19:00 Dívurnar sundleikfimi, Bryndís Kristjánsdóttir
18:10-19:10 2 fl. KVK Knattspyrna
19:30-20:30 Barre Burn, [CF SNB](#)
• Leikskólinn mætir í íþróttahús Snæfellsbæjar

Þriðjudagur 24. september

06:00-07:00 CrossFit, [CF SNB](#)
10:10-11:00 Sundleikfimi Eldriborgarar, Suad Begic
12:00-13:30 Frí kennsla í tækjasal, [SólarSport](#)
12:05-12:50 CrossFit, [CF SNB](#)
14:10-15:10 7 fl. KK & KVK knattspyrna
15:10-16:10 6 fl. KK & KVK knattspyrna
16:10-17:10 5 fl. KK & KVK knattspyrna
16:30-17:15 KonuFit, [CF SNB](#)
17:00-18:00 Teygjur & Core, [SólarSport](#)
17:00-18:00 Barre Burn, [CF SNB](#)
17:10-18:10 4 fl. KK & KVK knattspyrna
17:30-18:30 CrossFit, [CF SNB](#)
18:00-19:00 UnglingaFit, [CF SNB](#)
18:10-19:10 2 & 3 fl. KK & KVK knattspyrna



Miðvikudagur 25. september

- 06:00-07:00 CrossFit, [CF SNB](#)
- 10:30-11:20 EldraFit, [CF SNB](#)
- 11:00-12:00 Boccia Eldri Borgarar, [Íþróttahús Snæfellsbæjar](#)
- 12:00-13:30 Frí kennsla í tækjasal, [SólarSport](#)
- 12:05-12:50 CrossFit, [CF SNB](#)
- 14:10-15:10 6 fl. KK & KVK knattspyrna
- 15:10-16:10 5 & 4 fl. KK & KVK knattspyrna
- 16:10-17:10 Sundæfing 2.-5. Bekkur
- 16:10-17:10 Frjálsar 6.-10. Bekkur
- 16:15-17:15 KrakkaFit, [CF SNB](#)
- 17:00-18:00 Spinning, [SólarSport](#)
- 17:10-18:10 Sundæfing 6.-10. Bekkur
- 17:10-18:10 Frjálsar 3.-5. Bekkur
- 17:30-18:30 CrossFit, [CF SNB](#)
- 18:00-19:00 Hot Butt, [SólarSport](#)
- 18:00-19:00 Dívurnar sundleikfimi, Bryndís Kristjánsdóttir
- 18:10-19:10 2 & 3 fl. KK & KVK knattspyrna
- 18:30-19:30 Barre Burn, [CF SNB](#)
- 19:30-21:00 Blak Pílurnar, [Íþróttahús Snæfellsbæjar](#)
 - Jón Pétur kennir dans í [Grunnskóla Snæfellsbæjar](#)
 - Leikskólinn mætir í [Íþróttahús Snæfellsbæjar](#)

Fimmtudagur 26. september

- 06:00-07:00 CrossFit, [CF SNB](#)
- 10:10-11:00 Sundleikfimi Eldriborgarar, Suad Begic
- 12:00-13:30 Frí kennsla í tækjasal, [SólarSport](#)
- 12:05-12:50 CrossFit, [CF SNB](#)
- 14:10-15:10 7 fl. KK & KVK knattspyrna
- 15:10-16:10 4 fl. KK & KVK knattspyrna
- 16:10-17:10 3 fl. KK & KVK knattspyrna
- 16:30-17:15 KonuFit, [CF SNB](#)
- 17:00-18:00 Teygjur & Core, [SólarSport](#)
- 17:10-18:10 2 fl. KVK knattspyrna
- 17:30-18:30 CrossFit, [CF SNB](#)
- 19:30-20:30 Barre Burn, [CF SNB](#)
 - Jón Pétur kennir dans í [Grunnskóla Snæfellsbæjar](#)

Eldriborgarar Snæfellsbæjar

- EldraFit 2X í viku
- Boccia í Íþróttahúsi Snæfellsbæjar 2X í viku
- Sundleikfimi 2X í viku

Snæfellsjökulsþjóðgarður

Hressandi göngur um þjóðgarðinn

Föstudagur 27. september

- 06:00-07:00 CrossFit, [CF SNB](#)
- 12:05-12:50 CrossFit, [CF SNB](#)
- 14:20-14:50 Byrjenabolti, UMF Víkingur/Reynir
- 15:10-15:50 Íþróttaskóli, UMF Víkingur/Reynir
- 16:30-17:30 Barre Burn Karlatími, [CF SNB](#)
 - Litahlaup í [Grunnskóla Snæfellsbæjar](#)

Laugardagur 28. september

- 10:30-11:30 CrossFit, [CF SNB](#)
- 12:00-13:00 Foreldrabolti, [Íþróttahús Snæfellsbæjar](#)

Sunnudagur 29. september

- 10:30-12:00 Barre Burn, [CF SNB](#)

Mánudagur 30. september

- 06:00-07:00 CrossFit, [CF SNB](#)
- 10:30-11:20 EldraFit, [CF SNB](#)
- 12:05-12:50 CrossFit, [CF SNB](#)
- 12:00-13:30 Frí kennsla í tækjasal, [SólarSport](#)
- 16:30-17:15 KonuFit, [CF SNB](#)
- 17:00-18:00 Spinning, [SólarSport](#)
- 17:30-18:30 CrossFit, [CF SNB](#)
- 18:00-19:00 Dívurnar sundleikfimi, Bryndís Kristjánsdóttir
- 19:30-20:30 Barre Burn, [CF SNB](#)

Ýmislegt

Sundlaug Snæfellsbæjar opin:

- 07:30 - 21:00 mánudaga - föstudaga
- 10:00 - 17:00 laugardaga - sunnudaga

Frisbígólf í Ólafsvík og Hellisandi

Frítt í CF SNB

- 06:00-23:30 mánudaga til föstudaga
- 06:00-22:30 laugardaga
- 06:00-15:00 sunnudaga

Smiðjan hefur til sölu fjölnotapoka, ávaxtapoka og íþróttapoka

Sólarsport Líkamsrækt:

- 06:30-21:00 mánudaga til föstudaga
- 10:00-19:00 laugardaga og sunnudaga
- Frí kennsla í tækjasal
- Frítt í spinning, skráning inn á Facebook hóp

Ljósleiðaravæðing

Háskóla-, iðnaðar- og nýsköpunarráðherra og innviðaráðherra staðfestu fimmtudaginn 19. september samninga fjarskiptasjóðs við 25 sveitarfélög um að ljúka ljósleiðaravæðingu landsins fyrir árslok 2026. Fulltrúar 17 sveitarfélaga af þeim 25 sem taka þátt í verkefninu voru viðstödd undirritunina sem fram fór í háskóla-, iðnaðar- og nýsköpunarráðuneytinu. Á meðal þessara 25 sveitarfélaga voru Grundarfjarðarbær og Snæfellsbær, fór Kristinn Jónasson og undirritaði samninginn fyrir hönd Snæfellsbæjar. Lengi hefur ríkt óvissa um hvort, og þá hvenær, mörg þúsund lögheimili í þéttbýli um land allt munu eiga kost á háhraðanetsambandi, sem er mikilvægt öryggismál og undirstaða

nútíma búsetugæða. Greint var frá því í sumar að háskóla-, iðnaðar- og nýsköpunarráðherra hafi, í samstarfi við innviðaráðherra, ákveðið að flýta fyrirhugaðri ljósleiðaravæðingu landsins um tvö ár. Nýju áformunum sem kynnt voru 2. júlí var ætlað að stuðla að 100% aðgengi fyrir árslok 2026, á grundvelli samvinnu íbúa, sveitarfélaga, fjarskiptafyrirtækja og ríkisins í stað að minnsta kosti 80% hlutfalli tengdra lögheimila fyrir árslok 2028 eins og áður var stefnan. Fjarskiptasjóður er ábyrgðar- og framkvæmdaraðili verkefnisins fyrir hönd ríkisins og greiðandi styrksins, en til stendur að leggja niður sjóðinn um áramót enda hefur hann uppfyllt hlutverk sitt.

SJ



Dvalarheimilið Jaðar í Heilsuviku



Alþjóðlega Heilsuvikan fer fram dagana 23.-30. september og við fögnum því! Á Jaðri leggjum við áherslu á andlega og líkamlega heilsu og búum að ýmsum verkfærum til þess að hámarka árangurinn. Heildræn vellíðan er markmiðið. Næring innan heimilisins er að mestu óunnin og sykurlaust er háður í lágmarki en það er gott fyrir sálina að fá sér stundum sætabrauð með kaffinu og látum það eftir okkur. Tvisvar í viku fara íbúar í stólaleikfimi en einstaklingsæfingar standa einnig íbúum til boða. Æfingasalurinn okkar er vel búinn tækjum og tólum

sem hafa góð áhrif á líkama og sál. Nuddstóllinn okkar er vinsæll en þar er gott að slappa af og láta nudda lúna vöðva. Boccia og keila er á dagskrá félagsstarfsins einu sinni í viku en við reynum af hafa afþreyinguna fjölbreytta. Við höfum verið með blöðrubolta, grjóna-poka kast og fleiri skemmtilegar iðjur. Dagskráin samanstendur af afþreyingu sem reynir á líkamann en einnig félagslegar stundir sem rækta venskap og andlega heilsu. Sr. Ægir kemur í heimsókn vikulega og á samtali við íbúa bæði á faglegum nótum en líka um mál efni líðandi stundar.



Við bjóðum upp á
alhliða bílaviðgerðir,
dekkjaskipti og smurþjónustu.

Tímarpantanir í síma 436-1111

Fjölbreyttar æfingar hjá Ungmennafélaginu

Við hjá ungmennafélaginu Víking/Reyni erum ótrúlega spennit fyrir komandi æfingaári.

Stjórnin okkar tók breytingum núna í byrjun ágúst þegar Helga Guðrún og Selma hættu í stjórn og þökkum við þeim kærlega fyrir allt þeirra óeigingjarna starf í þágu UMF Víkings/Reynis, Viktoría Kr og Hjörtur Guðmunds komu inn í þeirra stað og hlökkum við mikilvægt til að vinna með þeim. Stjórnin okkar er því svona skipuð: Margrét Eva formaður, Viktoría Kr gjaldkeri, Kristjana ritari, Hjörtur meðstjórnandi og Tinna Ýr meðstjórnandi og framkvæmdastjóri.

Við erum með mjög gott úrval af íþróttagreinum í boði og eitthvað fyrir alla. Við bjóðum uppá fótboltafrjálsar íþróttir- sund- íþróttaskóla og rafíþróttir. Síðustu ár höfum við fundið fyrir aukinni þörf á fjölbreytni í íþróttastarfinu og erum við alltaf að leyta leiða til að koma til móts við það og auka fjölbreytni. Við viljum fá öll börn inn í skipulagt íþrótt og eða æskulífsstarf. Við tökum vel á móti öllum krökkum sem vilja koma og prufa, ekki hika við að hafa samband við Tinnu á umf@snb.is ef eitthvað er.

Áfram umf Víkingur/Reynir.

Smiðjan dagþjónusta

Starfsmenn og leiðbeinendur Smiðjunnar eru í fjölbreyttu starfi alla daga. Við leggjum mikið upp úr hreyfingu og njótum þess að fara gangandi á milli staða og í reglulega göngu og hjólatúra yfir daginn þegar verkefnastaða leyfir. Það er gott að brjóta upp vinnudaginn þegar veður er gott.

Smiðjan er einnig í reglulegu samstarfi við Símenntunarstöð Vesturlands. Markmið samstarfsins er að koma á fjölbreyttum námskeiðum. Núna í ár er eitt af okkar markmiðum fjölbreytt og skemmtileg hreyfing. Í ár erum við með þrjá fasta tíma í íþróttahúsi Snæfellsbæjar bæði á dagvinnutíma og utan. Þannig höfum við tryggt aðgengi að hreyfingu allt árið í kring óháð veðri og vindum. Hreyfing er svo fjölbreytt og erum við núverandi að njóta þess að nýta tímana undir frjálsa hreyfingu. En í haust verða þessir tímar einnig nýttir fyrir námskeið undir leiðsögn þjálfara hverju sinni.

Núna erum við á 4 tíma dansnámskeiði undir handleiðslu Jóns Péturs danskennara. Þetta er í annað skiptið sem við sækjum nám-

skeið hjá honum og hefur það verið skemmtileg upplifun fyrir alla.

Við stuðlum einnig að fjölbreyttum kaffitímum en við förum með sjónræna innkaupalista og verslum saman. Markmiðið er fjölbreytt og næringarík fæða, allskonar ávextir, grænmeti, egg, álegg, hrökkbrauð og önnur næringarík fæða sem er í boði alla daga. Við hjálpumst að í eldhúsi og frágangi en hér vinna allir saman.

Nýlega förum við í samstarf við matvöruverslunina Kassann í Ólafsvík. Við erum að búa til ávaxta og grænmetisþoka úr endurunnu efni úr samfélagi okkar sem eru nú seldir í Kassanum. Pokarnir eru staðsettir við grænmetisdeildina og eru allir einstakir. Það koma margir að hverjum þoka fyrir sig og getum við svo sannarlega mælt með þeim í innkaupin.

Daglegt starf er fjölbreytt og skemmtilegt, samvinna og þátttaka eru efst í huga þegar kemur að allri vinnu hjá okkur í Smiðjunni.

Hægt er að fylgjast meira með okkur á facebook síðunni okkar Smiðjan - Ólafsvík.



Akstursstyrkir til íbúa í dreifbýli

Íbúar í dreifbýli Snæfellsbæjar geta sótt árlega um sérstakan akstursstyrk til að koma til móts við kostnað vegna aksturs barna til Ólafsvíkur í íþrótt- og tómstundaiðkun.

Árlegur akstursstyrkur er kr. 30.000.-

Umsóknir skulu berast bæjarritara í tölvupósti.

Í umsókn þarf að koma fram nafn foreldris/forráðamanns, nafn barns/barna, kennitala og reikningsnúmer þar sem leggja á styrkinn inn.

Einnig þarf að fylgja vottorð/staðfesting frá þjálfara um að barnið sé skráð í íþróttir norðan heiðar.

Úthlutunarreglur vegna akstursstyrks Snæfellsbæjar til UMF Staðarsveitar má finna á vef Snæfellsbæjar undir Stjórnsýsla – Reglur og samþykktir.

Nánari upplýsingar gefur bæjarritari í síma 433-6900 eða netfangið lilja@snb.is



- Bílaviðgerðir
- Skipaþjónusta
- Almenn suðuvinna
- Smurþjónusta
- Smábátaþjónusta
- Dekkjaverkstæði

vegr@vegr.is vegr.is
S: 849-7276 Remek og 898-5463 Þórður

Alexandra í u17 í blaki

Blakdeild Ungmennafélags Grundarfjarðar æfir af krafti í veturn líkt og síðustu ár. Æfingar eru á mánudags- og miðvikudagskvöldum og sér Mladen Svitlica um þjálfun. UMFG verður með lið í bæði 1. deild og 6. deild á komandi keppnistímabili. Tímabilið byrjaði af alvöru síðastliðna helgi þegar 1. deildar lið UMFG tók á móti Fylki í íþróttahúsið í Grundarfirði. Leiknum lauk með 3-0 sigri hjá Fylki en ekki liggur fyrir hvar og hvenær næstu leikir liðsins verða. UMFG heldur úti öflugum blakliði en í byrjun september var Alexandra Björg Andradóttir, sem er 15 ára, valin í æfingahóp unglíngalandsliða U17 og U19 fyrir Nevza 2024, sem er Norður-Evrópumót í blaki. 12 stúlkur voru valdar í verkefnið



að æfingarbúðum loknu og var Alexandra valin í lokahóp U17 fyrir Nevza og mun keppa í Ikast í Danmörku 13. til 17. október.

SJ

HÁDEGIS- OG HEILSUGANGA MEÐ LANDVERÐI 26. SEPTEMBER

Gengið verður frá Þjóðgarðsmiðstöðinni á Hellissandi í átt að Krossavík og inn í Snæfellsjökulspjóðgarð.

Hittumst við Þjóðgarðsmiðstöðina Hellissandi fimmtudaginn 26. September kl. 12:05 og verðum komin til baka kl. 13:00.

Jökull Bæjarblað

steinprent@simnet.is

436 1617

CF SNB fyrir alla



Nú þar sem að haustið er gengið í garð og allir komnir í rútinu eftir sumarið þá er vert að minna á það starf sem er í boði hjá okkur í CF SNB sem er staðsett á Smðjugötu 5, Rífi. Í dag bjóðum við upp á námskeið og tíma fyrir alla aldurshópa og ættu því allir að geta fundið einhvað við sitt hæfi. Þau námskeið sem eu í boði eru MömmuFit, EldraFit, KonuFit, UnglingaFit og KrakkaFit. Síðan bjóðum við einnig upp á Crossfit tíma eða WOD, Hyrox og Barre Burn. Crossfit tímarnir eru fyrir alla aldurshópa eða 16 ára og eldri, og eru tímarnir kenndir undir handleiðslu þjálfara. Hver Crossfit tími er mismunandi uppsettur en byggist alltaf á styrktaræfingum svo æfingu þar sem keyrt er púlsinn upp og unnið í lotum. Hyrox tímarnir byggjast á meiri úthaldsþjálfun og þar sem viðkomandi vinnur meira með eigin líkamsþyngd. Barre Burn er æfingakerfi þar sem unnið er með yoga, pilates og styrktaræfingar úr ballet, þar sem áhersla er að lengja og styrkja vöðvahópana ef oft gleymast

og unnið er með léttar þyngdir, viðnámtægjur, yoga blokk og pilates bolta. Barre Burn eru tímar sem eru kenndir í heitum sal. Einnig hafa verið pop-up Barre Burn tímar um helfar og sér tímar fyrir stráka/karla.

Gunnhildur hefur síðan boðið upp á Yoga og er einnig að bjóða upp á Bandvefslusun í vetur, en þetta eru lokuð námskeið. Gunnhildur er lærður yogakennari og bandvefslusunþjálfari og hefur sótt ýmis kennarnámskeið tengd öndun og yoga.

Einnig er geta korthafar mætt sjálf í salinn í CF SNB og taka æfingu dagsins eða sína eigin æfingu. En meðlimir fá aðgang að forriti með æfingu dagsins og inn í því er upphitun, styrktaræfing, WOD dagsins og auka æfingar.

Á meðan Heilsuvikan stendur yfir er öllum velkomið að koma og prufa tíma í CF SNB og tókum við þjálfarteymið vel á móti þeim sem vilja prófa.

*Bestu kveðjur
Kristfríður Rós*

Fjárhagsáætlun Snæfellsbæjar og stofnana 2025

Hafin er vinna við gerð fjárhagsáætlunar Snæfellsbæjar fyrir árið 2025

Hér með er auglýst eftir umsóknum um styrki.

Þeir sem vilja koma með styrkumsókn er varða næsta fjárhagsár Snæfellsbæjar eru hvattir til að skila þeim á bæjarskrifstofuna til bæjarritara **fyrir 1. nóvember 2024**.

Félagasamtök sem fengu styrki á árinu 2024 þurfa að **senda inn ársreikning** með áframhaldandi styrkbeiðni.

Athugið að engir styrkir fást greiddir nema um þá sé sótt og bæjarstjórn samþykki þá.



Bæjarritari

Sundleikfimi eldriborgara

Sundleikfimi fyrir eldri borgarar hefur notið mikilla vinsælda eftir að Suad Begic tók við þjálfuninni. Það er kennt tvisvar í viku á þriðjudögum og fimmtudögum kl. 10:00-11:00. Suad Begic hefur langa reynslu sem knattspyrnuþjálfari en spilaði hann einnig lengi með Víking Ó. á sínum tíma.

Það mæta að meðaltali 20 manns í hvern tíma en þegar mest er þá eru um 30-35 manns í einu í sundleikfimi. Við hvetjum eldri borgara til að nýta sér sundleikfimina í góðum selskap og undir handleiðslu þjálfara.



SNÆFELLSBÆR

Við hjá Líf Kíró komum í
Snæfellsbæ þann 28.
september kl. 10-14.

Hlökkum til að sjá ykkur í líkamsræktinni
CF SNB
Smíðjugötu 5, Rífi 360

Bókanir inn á lífkiro.is eða
á Noona appinu



Grunnskóli Snæfellsbæjar og heilsuvikan

Það er ýmislegt á döfinni hjá Grunnskóla Snæfellsbæjar yfir heilsuvikuna en mun fara fram Litahlaup vikuna 23.-30. September. Litahlaupið verður auglýst sér og eru allir velkomnir að taka þátt og vera með. Margrét Eva og Dóra Unnars halda utan um litahlaupið og skipulagið ásamt Ingibjörg Íbróttakennara. Hlaupið mun byrja hjá Ólafsvíkirkirkjunni, hlaupið verður framhjá leikskólanum og niður gilið, síðan upp kirkjubrautina. Hægt verður að taka 1-3 hringi af þessari hlaupaleið og munu nemendur og starfsfólk klæðast hvítum bolum sem verða síðan í sínu litríkasta að loknu hlaupi.

Einnig er á planinu að hafa sameiginlegan dans fyrir alla nemendur í öllum árgöngum, en Jón Pétur hefur verið að mæta tvisvar í viku í September og kenna dans í íþróttahúsi Snæfellsbæjar fyrir nemendur. Þó að heilsuvikan sé þá er samt alltaf hollur og góður matur í grunnskólanum en er þetta eflaust besti skólamatur á landinu. Hér eru um 100% nemenda sem eru í mat og er skólamaturinn frír fyrir öll börn og ungmenni. Það er salatbar er alltaf í boði æðasamt heitum mat, síðan er ávaxtastund og mjólk kringum 10:00 eða fyrir hádeðið. Síðan hefur verið hinn

vinsæli skyrbar og alltaf fiskur 2X í viku og samræmt við leikskólann á Þriðjudögum og fimtudögum, en Katrín Hjartardóttir er yfir mötuneytinu í Grunnskólanum. Síðan er kennar íþróttir tvisvar í viku og sund einu sinni í viku fyrir alla bekkji. Í valinu og valgreinuhelgum er í boði heilsutengdir áfangar. Þar sem að grunnskólinn er símalaus skóli að þá hafa nemendur verið virkari í frímínútum og einnig hefur nemendaráðið verið að skipuleggja afþreyingu fyrir unglingastigið ásamt henni Dóru Unnars. Öflugt starfsmannafélag þar sem viðburðir eru í hverjum mánuði og góður starfsandi, samningur við vinnuvernd við ECO vöktun. Lagt fyrir könnun á síðasta ári þar sem að skólinn kom vel út, en auðvitað má alltaf gera betur. Grunnskólinn hefur verið að vinna með Verkferakistuna, þar sem bekkjaranda og vellíðan barna er í fyrirrími og mun Vanda Vanda 8. október með fyrirlestur á Klifi um samskipti og einelti. Sá viðburður verður auglýstur þegar nær dregur. Mun grunnskólinn taka þátt í þessu verkefni allt þetta skólaár.

Einnig er vert að taka fram að gott samstarf hefur verið með Dóru þar sem hún er Tómtundafulltrúinn í



grunnskólanum og einnig starfsmaður félagsmiðstöðvarinnar, en það hefur verið aukið samstarf þar

á milli og einnig sem aukin virkni ungmenna í félagsstarfi.

Holl útivera í Þjóðgarðinum



Í tilefni af heilsuviku Snæfellsbæjar verða tveir skipulagðir viðburðir á vegum Snæfellsjökulsþjóðgarðs á dagskrá. Sá fyrri er utanvegarhlaup upp á Hreggnasa með landverði 23. september og sá seinni er hádegisgangi með landverði 26. september. Þá verður sem gengið frá Þjóðgarðsmiðstöð og inn að Þjóðgarðsmörkum við Krossavík.

Innan þjóðgarðsins er að finna fjöldann allan af fallegum og skemmtilegum gönguleiðum þar sem flest geta fundið sér leið við hæfi. Ein af stefnum þjóðgarðsins er að vekja athygli á þeim og mikilvægi hreyfingar í heilnæmu og fallegu umhverfi sem er óumdeild heilsubót bæði líkamlega og and-

lega.

Á tímabilinu 15. júní til 31. ágúst hafa landverðir boðið upp á daglegar fræðslugöngur og barnastundir. Þar að auki eru vikulegar sérgöngur alla miðvikudaga í júlí og ágúst. Stefnt er á að bjóða upp á skipulagðar göngur allt árið.

Þjóðgarðurinn er dýrmætt útsiðarsvæði Snæfellinga bættir hann lýðheilsu með því að veita tækifæri til útivistar og hreyfingar í fögru og lítt snortnu umhverfi. Þjóðgarðurinn vill vera hvatning fyrir öll til þess að stunda útivist á svæðinu allt árið um kring.

Upplýsingar um gönguleiðir og viðburði má finna á heimasíðunni okkar:

www.snaefellsjokull.is

KÖRFUBOLTI

MÍÐVIKUDAGINN 25. SEPTEMBER

1.-4. BEKKUR KL.15:00-16:00
5.-7. BEKKUR KL.16:00-17:00
8.-10. BEKKUR & ELDRI KL.17:00-18:30

Alex Rafn Guðlaugsson
leikmaður hjá Snæfell verður
með körfuboltaæfingar á
miðvikudaginn
Frítt fyrir öll börn og ungmenni



Vinaverkefni Rauða krossins

Félagslegu verkefnið okkar miðað á því að styrkja og efla félagslega þátttöku þeirra sem taka þátt

Hlutverk sjálfbóðaliða okkar er fyrst og fremst að veita félagsskap, nærveru og hlýju

Sjálfbóðaliðastarfið er unnið út frá þörfum notenda hverju sinni.



Sæktu um á
www.raudikrossinn.is



Tónlistarvinir

Vinahópar

Hundavinir

Símavinir

Gönguvinir

Heimsóknarvinir



Rauði krossinn