

Litli-Hver



Geysir fékk þriggja ára vottun

Eins og félögum er kunnugt var klúbburinn tekinn út af vottunarteymi frá Clubhouse International um miðjan febrúar



Káre og Jan úttektarmenn CI segja frá niðurstöðum sínum

síðastliðinn. Niðurstöður úttektarinnar liggja nú fyrir og skemmst frá því að segja að klúbburinn fékk vottun til þriggja ára. Við óskum félögum sem lögðu mikla vinnu í að undirbúa heimsókn teymisins í klúbbinn til hamingju með óeignjarnt starf og að leggja sitt af mörkum við að styrkja og efla klúbbinn. Áfram félagar á þessari braut.

Félagsleg dagskrá í júní

Félagsleg dagskrá í hefst nú á ný í júní. Vegna aðstæðna verður þó ekki félagsleg dagskrá á laugardegi í júní. Að öðru leiti vinnum við þetta eftir stöðunni hverju sinni og skorum á félagar að viðra góðar hugmyndir.

Fimmtudagur 4. júní

Leikjadagur á Klambratúni
Kl. 16.00

Fimmtudagur 11 júní

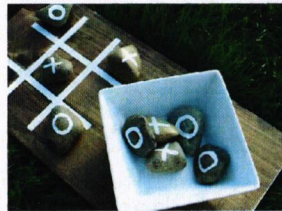
Kaffihús. Lagt af stað frá Geysi kl.
16.15

Fimmtudagur 18. júní

Út að borða á Kaffivagninn
(Nánar auglýst síðar)

Fimmtudagur 25. júní

Opið hús í Geysi
Kl. 16.00–19.00



Afmæli félaga í júní verður haldið hátíðlegt þriðjudaginn 30. júní kl. 14.00



Litli-Hver

Geðheilsa er líka heilsa

Geysir opnaður á ný með reglulega starfsemi 3. júní síðastliðinn



Dagskrá klúbbsins fór af stað á fullu miðvikudaginn 3. júní eftir covid-19 lokun. Myndin er tekin á fyrsta húsfundinum sem haldinn var sama dag. Þar var fjör og miklar þælingar um framtíðina og starf klúbbsins.

Regluleg starfsemi í Klúbbnum Geysi hófst 3. júní síðastliðinn, eftir að klúbbnum var lokað vegna covid-19 plágunnar 23. mars síðastliðinn. Klúbburinn var opnaður kl. 08.30 og verður opið til kl. 16.00 og haldið úti vinnumiðuðum degi eftir bestu getu. Jafnframt enduropnun klúbbsins færir dagskrá og vinna eldhúsdeildar í fyrra horf. Matur verður eldaður. Aðgengi að eldhúsinu verður hins vegar takmarkað við þá sem vilja og ætla að starfa þar. Fjölmönnum í klúbbinn okkar í sumar.

Þorlákshöfn

Ég bý í Þorlákshöfn og er mjög ánægður með allan aðbúnað þar, það er stutt í allt og viðmót nágrannanna gott, Ég og eiginkona mín fluttum í Þorlákshöfn í fyrra og erum bara mjög ánægð, á morgnana höfum



Höfundur við störf í skrifstofudeild

við sólrísu og á kvöldin höfum við sólsetur, vegna þess að íbúðin snýr þannig, ég fer stundum út að tína rusl eftir rokin sem oft dynja á bænum. Það er mikil framkvæmdaglegði í fólkinu í Höfninni og lýsislyktin ilmar stundum yfir bæinn,



Loftmynd af gæðabyggðinni Þorlákshöfn

strandveiðimenn hleypa lífi í höfnina og minnir svolítið á Vestmannaeyjar, en þar átti ég heima sem barn, ég er mjög þakklátur fyrir Þorlákshöfn og get vel hugsað mér að setjast þar að, en það er búinn að vera mikill flækingur á mér, ég reyni að bæta

það upp með tjaldferðalögum og útilegum, það er auðvelt að hjóla í bænum því þetta er sléttlendi. Sjoppan er samkomustaður bæjarbúa sem og pizzustaður og kaffihús. Þarna er verslun með vörur á sanngjörnu verði sem og vínþúð, þetta bæjarfélag er af passlegri stærðargráðu en reiknað er með að bæjarbúum fjölgi vegna hagstæðs verðs á fasteignum Sonur minn og hans kona búa rétt hjá og þau eru að stækka við sig með þrjú börn, Ég og konan mín erum sem sagt mjög sátt við bæinn og sérstaklega hvað allt er snyrtilegt og vel hannað sérstaklega til hjólreiða og göngu.

Höfundur: Kristinn Þór Jóhannesson

Í strætó

„Bílstjóri! Stoppar þessi vagn við höfnina?“
„Ja, ef hann gerir það ekki verður aldeilis gusugangur.“

Ungviði á vori



Skjótt stóð í haga, fagurt augnayndi, gleður og mildar sérhvern hug.



Þó að sauðburði sé víðast lokið þá eru nú blessuð lömbin alltaf boðberar nýrra og bjartari vona. Þótti því við hæfi að lofa þessum tvíburum að njóta sín í Litla Hver. Sumarið fer í hönd eftir covidpest og almennt þungann vetur. Njótum sumarsins, byggjum okkur upp og látum gott af okkur leiða. Gleðilegt sumar!!!

Fjölmennt

Um námskeið á vorönn 2020:

Nú, eftir að rýmkað var um samkomubann, var ákveðið að halda nokkrum námskeiðum áfram hjá Fjölmennt Geðrækt og standa þau flest enn yfir. Innheimtuseðlar verða sendir út fljótlega.

Fyrir þau námskeið, sem þurfti að fella niður við upphaf samgöngubanns, greiða nemendur aðeins fyrir þá tíma sem haldnir voru áður en það hófst, og verða innheimtuseðlar fyrir þau einnig sendir út fljótlega.

Um sumarnámskeið 2020:

Sumarið er komið og allir frelsinu fegnir. Við hyggjumst því bjóða upp á sumarnámskeið eins og undanfarin ár og eftir öll ferðalögin okkar innanhúss í samgöngubanninu stefnum við á útiveru. Námskeiðin verða tvö.

Annað námskeiðið verður sambland af léttri göngu og hugleiðslu á þægilegum útivistarstað eða göngustíg sem hentar öllum og á hraða sem hentar öllum.

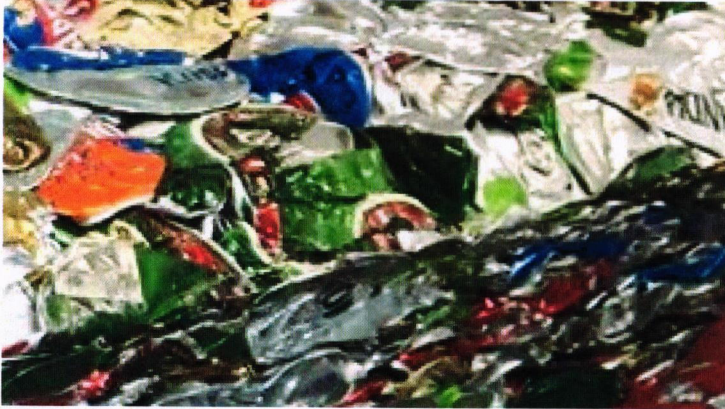
Hitt námskeiðið fer líka fram á þægilegum útivistarstað þar sem hægt verður að fara í frisbíggolf eða ratleik og jafnvel léttu göngu.

Hitt námskeiðið fer líka fram á þægilegum útivistarstað þar sem hægt verður að fara í frisbíggolf eða ratleik og jafnvel léttu göngu.

Hægt verður að sækja um sumarnámskeiðin eftir 20. maí á heimasíðu Fjölmenntar Geðrækt: <http://www.fjolmennt.is/is> - Grænn hnappur merktur 'Sumarnámskeið Geðrækt.' Hafið samband með tölvupósti til mín annafs@fjolmennt.is ef spurningar eða hugmyndir vakna.

Skál í covid

Inn í bílskúr höfðu safnast nokkrir svartir plastpokar sem innihéldu tómar dósir og flöskur af ýmsu tagi. Man ekki eftir að þvílíkt magn hafi safnast upp á jafn stuttum tíma. Kenndi því covid-19 faraldrinum um. Sá mig því nokkuð neyddann til þess að tæma skúrinn svo ég kæmi bílnum inn með sæmilegu móti.



Dag einn bakkaði ég bílnum að skúrhurðinni og tók til óspilltra málanna og fyllti bílinn og ók sem leið lá í Endurvinnsluna í Knarrarvogi. Þar var sól og margt um manninn. Um leið og ég lagði bílnum á þéttlag stæðið þar sem allir virtust vilja leggja sem næst inngangi verksmiðjunnar rann slyddujeppi upp að mér með kerru í eftirdragi hlaðin pokum.

„Þarna er eitthvað að bera inn,“ hugsaði ég og þóttist þó sjálfur vera með ærið magn.

Slyddujeppagaurinn byrjaði að afhlaða kerruna þegar ég tók eftir smávaxinni konu eins og fylgitungl sem hvarf og birtist á víxl þar sem hún tók við pokunum og setti á neytndavænar smákerrur að drösla að kjarna íslenskrar endurvinnslu. Þau voru snögg í tilfæringum sínum og fóru í röðina á undan mér.

Ég varð að skáskjótá mér á hlið við þau upp rampinn. Ég var því samsíða röðinni um stund og sagði um leið við slyddujepparið: „Það er munur að hafa covid, nægur tími að svala þorstanum“.

Kallinn glotti um leið og hann kinkaði kolla og horfði hróðugur á konuna og pokahrúguna. Um leið

mjakaðist röðin af stað og ég komin aftur fyrir þau svo sá rétt í hvirfil karlsins bak við pokahraukinn. Röðin mjakaðist ágætlega og borin full virðing fyrir tveggja metra mannhelgi og fyrr en varði var ég komin að sjálfvirkri afgreiðsluvélinni sem innbyrti ílátin og lagði saman krónur um leið. Þarna var peningavél sem skapar hvað mesta hávaðamengun á Íslandi í dag og býður upp á greiðslu í reiðufé og innlögn á aflandsreikninga eftir óskum hvers og eins.

Pokafjall slyddujeppagaurins lækkaði hratt og um það leyti sem ég var hálfnaður með mitt innlegg, gekk brosandí náunginn fram hjá mér og veifaði seðlabúnga.

„Alltaf að græða sagði ég.“

„Já 15 þúsund kall,“ sagði náunginn hróðugur um leið og fylgihnöttur hans ranghvolfdi augunum og stundi.

„Það var eitthvað,“ sagði ég og bætti við: „Ettir að eiga fyrir sexpakk.“

„Sjáumst í Ríkinu,“ sagði kallinn og valhoppði út ganginn með fylgihnöttinn á eftir eftir sér.

Höfundur: Benedikt Gestsson

Vinnumiðaður dagur á ný frá og með 3. júní



Aðgerðir vegna Covid-19 faraldursins kemur mjög illa við hugmyndafræði klúbbhúsa þar sem hjarta í starfsemi hvers klúbbhúss slær jafnan í bestum takti á vinnumiðuðum degi. Þátttaka félaga og náin samvinna í verkefnum eru lykilatriði. Frá og með 3. júní verður klúbburinn opnaður á ný eins og fyrir covid-19 faraldurinn.

Þrátt fyrir hversu klúbbhúsin eru viðkvæm gagnvart smitsjúkdómi eins og þjóðir heims kljást við í dag, ætlum við að hefja hefðbundið starf í klúbbnum og halda úti vinnumiðuðum degi. Þetta er gert í ljósi og með hliðsjón af afléttingu takmarkanna vegna faraldursins.

Áfram munum við þó virða 2 metra regluna ef fólk óskar eftir því. Félagar geta unnið mörg verk án þess að vera í mikilli nánd við hvert annað og búið að aflétta nándartakmörkunum við tölvustarfstöðvar í klúbbnum.

Til þess að halda smitleiðum í lágmarki er nauðynlegt að stunda reglulegan handþvott og viðhalda almennu hreinlæti. Nú þegar við opnum aftur með hefðbundnum hætti miðvikudaginn 3. júní minnum við enn og aftur á að virða nálægð og fjarlægð.

Sjá einnig á: <https://www.covid.is>

Allar nánari upplýsingar verður hægt að nálgast á [kgeysir.is](https://www.kgeysir.is) og facebooksíðu klúbbsins.

Matseðill fyrir júní 2020

Mán.	Pri.	Mið.	Fim.	Fös.	Lau.
Alla daga er hægt að panta sér saladskál al a grande. Muna bara að panta samdægurs fyrir klukkan 10.00					
1. Annar í hvítasunnu LOKAÐ	2 Tómatsúpa	3. Kálböggjar	4 Hlaðborð	5 Lasagne	6
8. Sveppasúpa og brauð	9 Fiskur Orly með sósu	10 Slátur, rófur og kartöflur	11 Hlaðborð	12 Kjkúklinga-pottréttur	13.
15 Eggjakaka með skinku og pepperoni	16 Fiskibollur salat kartöflur	17 LOKAÐ	18 Hlaðborð	19 Pastapizza	20
22 Sólarsalat með kjúkling	23 Svikinn héri salat kartöflur	24 Rónasteik með salati	25 Hlaðborð	26 Grillaðir hamborgarar	27
29. Grillaðar Bratwurst pylsur með kartöflusalati	30. Ofnbakaður fiskur				

Hefur þú tillögur að skemmtilegri matseld og hugmyndir um að auka fjölbreytni á matseðli Klúbbsins Geysis? Mættu þá á eldhúsfund kl. 10:30 síðasta mánudag hvers mánaðar og taktu þátt í að móta heilsusamlegan og fjölbreyttan matseðil.

Gott að hafa í huga við opnun klúbbsins

- Allir sem koma í hús verða að byrja á því að gefa sig fram við móttöku, þvo sér um hendur og spritta.
- Eldhúsið verður opnað, eldaður matur reiddur fram sem fyrr.
- Haldinn verður sameiginlegur morgunfundur í upphafi dags og deildarfundir kl. 09.15 og 13.15
- Reglan um 2 metra fjarlægð milli fólks verður virt ef fólk óskar eftir því, að öðru leyti verður rýmra um fólk
- Virðum hvort annað og munum að öll erum við einstök.

Staupasteinn Norðursins

Haft er eftir ekki svo öruggum heimildum að öflugur og ötull félagi í Klúbbum Geysi ætli að opna knæpu einhvers staðar út á landi og mun staðurinn verða Staupasteinn Norðursins. Konseptið við slíkan bar er ákaflega einfalt enda er snilldin oftast einföld. Ekki er gott að segja hvernig barnum verði tekið af heimamönnum enda óvíst hvort nokkur vilji láta líkja sér við fastagesti Staupasteins. Hins vegar er mjög hugguleg stemming á barnum þeim arna þar sem allir vita hvað þú heitir. Við sjáum hvað setur.



Ljósmyndyndina hér að neðan tók Helgi Halldórsson félagi í Geysi



DRAGDU ÚR SÝKINGARHÆTTU

VEGNA KÓRÓNUVEIRUNNAR COVID-19 OG ANNARRA FARSÓTTA

-  Hreinsa hendur með sápu og vatni eða handspritti
-  Hósta og hnerra í krepptan olnboga eða í pappír
-  Forðast náð samneyti við fólk sem er með hita, kvef eða flensueinkenni
-  Gæta hreinlætis og forðast snertingu við augu, nef og munn
-  Varast snertifleti á fjölförnum stöðum svo sem handrið, lyftuhappa, snertiskjái, greiðsluposa og hurðarhúna
-  Heilsa frekar með brosi en handabandi (eða faðmlagi)

Fólk með einkenni kvefs, hita eða influensu eftir dvöl á þekktu smitsvæði: Hringja tafarlaust í 1700 eða nota netspjallið á www.heilsuvera.is