

3I.tbl.

7.sept. 2022

29 árg.

Hlaupastelpan

Útgefandi og ábyrgðarmaður: Dagný Pétursdóttir-hlaupastelpan@isl.is - s: 8953386

Uppléið

Nám byggt á hugrænni atferlismeðferð (HAM)

Námið er ætlað þeim sem vilja læra hvernig hugsanir, hegðun og tilfinningar geta haft áhrif á líðan.

Kennt er þriðjudaga og fimmtudaga kl. 16:30-19:30 í 4 vikur

Markmið námskeiðsins er m.a. að þátttakendur:

Læri betri leiðir til að leysa vanda eða losna við neikvæðar hugsanir

Dragi úr kvíða, ótta eða þunglyndi

Leiti leiða til að auðvelda samskipti

Nái meiri valdi yfir lífi sínu

Læri leiðir til að taka upp nýjar lífsvenjur



Fyrir frekari upplýsingar eða skráningu er hægt að hafa samband á hac@hac.is eða í síma 464-5100

Kennari: Dögg Stefánsdóttir

Staðsetning: Hafnarstétt 1-3, Húsavík
Kennsla hefst 4. október

Verð: 9000 kr.

Einstaklingar geta átt rétt á endurgreiðslu námskeiðsgjalda hjá sínu stéttarfélagi


Bekkingarnet
Þingeyinga

Söngfélagið Sálubót nýtt upphaf

Sálubót er búin að ráða nýjan kórstjóra Guðlaug Viktorsson og ætlar að hefja starfsemi af fullum krafti í haust. Æfingar verða kl 20:00 á þriðjudagskvöldum í Stórutjarnaskóla.

Fyrsta æfing vetrarins verður 20. september.

Tilvalið tækifæri fyrir fólk á öllum aldri til að ganga í kórinn, pláss í öllum röddum. Nýjir og gamlir félagar hjartanlega velkomnir. Ný og spennandi verkefni framundan.

Frekari upplýsingar veita

Sigrún 899 1010

Böðvar 856 1153



Skrifstofuskólinn

Nám fyrir alla sem vinna eða
vilja vinna við skrifstofuvinnu



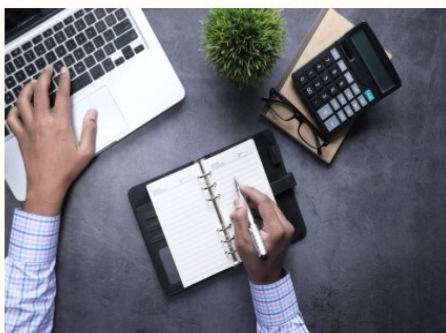
Fjarnám sem hentar vel til að
stunda samhliða starfi

Eflir sjálfstraust þátttakenda
til að takast á við almenn
skrifstofustörf

Námið hefst í október og
kostar 60.000 kr.

Engin lokapróf

Skráning og nánari
upplýsingar á hac@hac.is
eða í síma 464-5100



Einstaklingar geta átt rétt á
endurgreiðslu hjá sínu stéttarfélagi

 Þekkingarnet
Þingeyinga

Í tilefni af Alþjóðlegum degi sjálfsvígsforvarna



Tónleikasýningin

Minning um ÞIG

ROKKUM gegn sjálfsvígum

í Húsavíkurkirkju
LAUGARDAGINN 10. sept.
kl. 17:00

Einsöngvarar, bakraddarhópur og hljómsveit, ásamt heiðursgestum en það eru landsþekktu tónlistarmennirnir

Bergsveinn Arilíusson
(Beggi í Sóldögg)
og

Már Gunnarsson

Það er okkur sannur heiður að fá þá til okkar og taka þátt í þessari FLOTTU sýningu.

Miðasala við innganginn,
aðeins 3 þúsund krónur inn.

Til styrktar Þíeta samtökunum.



Fyrirlestur í
Gamla barnaskólanum Skógum, Fnjóskadal,
Þriðjudagskvöldið 13. september klukkan 20:00.

Fornaldargarðarnir miklu á Norðurlandi

Í fyrirlestrinum verður sagt frá helstu niðurstöðum rannsókna á fornum garðlögum sem finnast víða á Norðurlandi, einkum í Þingeyjarsýslum. Í ríflega 20 ár hefur verið unnið að kortlagningu og aldursgreiningu þeirra og nú blasir heildarmyndin við. Óhætt er að segja að hún sé stórbrotin, og við veltum fyrir okkur tilgangi garðanna og kerfinu sem þeir mynda og örlögum þess. Þá verður litast um á Suðurlandi í leit að samsvarandi minjum.

Fyrirlesari er Árni Einarsson líffræðingur, aðgangseyrir 1000 krónur.





Hlaupastelpan

er gefin út á miðvikudögum, velflestar vikur ársins,
Auglýsingum þarf að skila á **mánudögum fyrir kl. 15:00.**

Verðskrá:

<i>Hálfsíðuauglýsing</i>	<i>kr. 4.200– m.vsk</i>
<i>heilsíðuauglýsing</i>	<i>kr. 6.100.-.m vsk.</i>

Auglýsingar skal senda á netfangið hlaupastelpan@isl.is

Allar nánari upplýsingar er hægt að fá í síma 8953386.

Hlaupastelpunar er að finna á heimasíðu Þingeyjarsveitar

<https://www.thingeyjarsveit.is/is/hlaupastelpan>

Dagný Pétursdóttir
s. 8953386



Myndlistarsýning á Bláu könnunni

Kristín Linda Jónsdóttir
sálfræðingur úr Fnjóskadal og
fyrrum kúabóndi í
Aðaldal opnar á föstudaginn,
9. september,
myndlistarsýninguna
DROTTNINGAR, konur, fjöllin,
fossarnir ástin og náttúra
Íslands á Bláu könnunni á
Akureyri.

DROTTNINGAR er heilstæð sýning um 20 olíumálverka þar sem raunveruleiki og ævintýri kallast á og hvergi er til sparað í litum og táknum. Sýningin er frumraun Kristínar Lindu sálfræðings, fyrirlesara, fyrrum ritstjóra Húsfreyjunnar og kúabónda í myndlist. Verkin eru litrík og rómantísk, draga upp heillandi myndir og sögur af barnslegri gleði og leik. Öll málverkin bera í sér sitt ævintýri, hugtök, hugmyndir og tilfinningar og skarta nöfnun, eins og *Ævintýri*, *Dýrð* og *Gróska*.

Sýningin verður á Bláu könnunni fram í október, allir eru hjartanlega velkomnir á opnun sem verður föstudaginn 9. september bæði kl: 17.00 og 20.30 um kvöldið.

Hlakka til að hitta gamla vini og kunningja úr minni heim-sveit

Kristín Linda

TÆKNILÆSI OG TÖLVUFÆRNI

Námið miðar að því að styrkja tæknilæsi og efla tölvufærni í nútímasamfélagi

Kennsla hefst:

3. október
10:00-12:00

Kennt er alla virka daga í 4 vikur

Námið er fjarnám í rauntíma sem hægt er að stunda að heiman, en líka er hægt að mæta í aðstöðu Þekkingarnetsins á Húsavík, Þórshöfn og í Mývatnssveit

Skráning á hac@hac.is eða í síma 464-5100

Verð: 16.000

Einstaklingar geta átt rétt á endurgreiðslu hjá sínu stéttarfélagi



Námið

- Markmiðið er að auka tölvuþekkingu og tæknilæsi einstaklinga.
- Farið yfir grunnatriði í tölvunotkun
- Hentar vel fyrir þá sem vilja styrkja grunnfærni sína í tölvunotkun.
- Hentar vel fyrir þá sem kunna lítið á tölvur



Þekkingarnet
Þingeyinga