



June 9-12

# DE NORDISKE HOSPITALSLEGE 2016



SHOOTING



VOLLEYBALL  
/BEACHVOLLEY



TENNIS



RUNNING



BANDY



GOLF



HANDBALL

# #DNHL2016



FOOTBALL



BOULE/BOCCIA



DART



BADMINTON



TABLE TENNIS



BOWLING



# ERADIZOL | ÖFLUGT MAGALYF ÁN LYFSEÐILS

- 24 STUNDA VIRKNI
- STOPPAR SÝRMYNDUN
- EIN TAFLA Á DAG
- INNIHELDUR ESOMEPRAZOL

**Eradizol 20 mg magasýrubolnar töflur, 14 stk. í pakka. Virkt efni:** Esomeprazol. **Ábendingar:** Eradizol er ætlað til skammtímamefndar við einkennum baktæðs (t. d. brjóstsvíða og róbít) hjá fullorðnum. **Skammtar og lyfjagjafi:** Ráðlagdur skammtur er 20 mg af esomeprazol (ein tafla) og sólarhring, það gæti þurft að taka töflurnar í 2-3 daga samfleytt til að draga úr einkennum. Meðferðarlengd er allt að 2 vikur. Þegar einkennum eru alveg horfin á að hættu meðferðinni. Sjúklingurinn skal leita til læknis ef einkennum eru ekki horfin innan tveggja vikna af samfleyrri meðferð. **Frábendingar:** Öfsumi Tyrir virka efnum, berisímizólamböndum eða einhverri hjáparfarna. Esomeprazol má ekki nota samhliða nefnnavri. **Sérstök varnabaráðir:** Ráðfarðu þig við lækn ef þú verður fyrir þryngdartaði sem ekki er af ástæðni eða færð endurséin uppköst. Ef þú ert með kyngingartefliþleika, biðuppköst eða svartar hæðir og/ef grunur er um magasár eða magasár er til staðar skal útiloka líklyngisjúkdom þar sem meðferð með esomeprazol getur dregið úr einkennum og seináð sjúkdómsefnum. Sjúklingar með langvarandi, endurtekin einkenni meltingartruflana eða brjóstsvíða skulu fara reglulega í eftirlit til læknis. Sjúklingar eldri en 55 ára, sem taka daglega einhver lyf við meltingartruflunum eða brjóstsvíða, sem ekki eru lyfseðilskyld, skulu láta lyfjafræðing eða lækninn vita. Sjúklingar skulu

ekki nota Eradizol til langs tíma sem fyrirbyggjandi lyf. Meðferð með prótónpumpuþemum (PPI) getur aukð lítillega hættu á sýkingum í meltingarvegi, svo sem af völdum Salmonella og Campylobacter og hjá sjúklingum á sjúkrahúsum, einnig hugsanlega af völdum Clostridium difficile. Sjúklingar skulu ráðfæra sig við lækn áður en þeir taka lyfið ef magaspægjun, úræi-útdömunarólfsrannsókn eða Chromogramin A rannsókn er fyrirhuguð. Samhliða notkun esomeprazols og atazanavirs er ekki ráðlögð. Forðast ætti samhliða notkun esomeprazols og clopidogrelis. Ekki taka annan prótónpumpuþemil eða H2-blokkja samhliða Eradizol. Lyfið inniheldur sukrosa, laktósa og glúkósa. **Pungun og brjóststjafi:** Í varúðarskýni er ákveðni að forðast notkun Eradizol á meðgöngu. Konur sem hafa barn á brjósti ættu ekki að nota esomeprazol. **Afnir á hærni til alkturs og notkunar véla:** Esomeprazol hefur minniháttar áhrif á hærni til alkturs og notkunar véla (sjá fylgiseðil). **Alþengar aukaverkanir:** Höfuðverkur, kvíðverki, hægðastrengja, niðurgangur, vindgangur, ógileiðuppköst. **Markaðsleyfishafi:** Alvogen IP Co. s.á.á.í.2 Rue Helsenbaff, L-1726, Senningenberg, Luxembourg. Dagsetning endurskoðunar textans: 26. ágúst 2015. Upplýsingar um aukaverkanir, máliverkanir, varnabaráðir og önnur mikilvæg atriði má nálgast í sérlyfjaskrá – [www.serlyfjaskra.is](http://www.serlyfjaskra.is).

FÆST ÁN LYFSEÐILS Í NÆSTA ÖPÓTEKI | LESIÐ FYLGISEÐILINN FYRIR NOTKUN [alvogen.is](http://alvogen.is)





*Rudolf Adolffson, Halla Björg Lárusdóttir, Helga Gunnarsdóttir, Hjördís Guðmundsdóttir.*

## **Dear Nordic friends!**

Welcome to Reykjavík! Welcome to the 23rd DNHL games. The planning committee is very excited to have you all here. Over 700 participants are flying to Iceland to take part in these great games. We know it's a long way for you all and thank you so much for making the trip. We will do everything we can to make it worth your time. We have worked hard to make your trip and your games as great as possible and look forward to spending time with you over the next few days.

We hope you will enjoy exploring our beautiful city between your sports events and we encourage you to take advantage of our information desk at Laugardalshöll sport center, open on Friday and Saturday from 07:30 in the morning.

DNHL 2016 is about to start!

Good luck and have fun!

The planning committee, Rudolf, Helga, Halla and Hjördís.



*Standing: Rudolf Adolffson, Gitte M.Nielsen, Lars Hanssen. Sitting: Otto Lauritzen, Lasse Magnusson, Arild Johansen, Lars-Göran Bengtsson*

Kjære idrettsvenner fra hele Norden!

## **Velkommen til DNHL 2016 i Reykjavik**

De Nordiske Hospitals Lege (DNHL) kan i år for 23. gang samle ansatte i helsevesenet til nordisk mesterskap.

Jeg og presidiet i DNHL er veldig glade for at vi i 2016 for andre gang kan samles til nordisk mesterskap i Reykjavik med Landspítalinn som arrangør.

Arrangøren kan tilby oss flotte sportslige fasiliteter i Laugardalur og i lokaliteter ellers i Reykjavikområdet.

Arrangøren inviterer oss til stor velkomstfest i Harpa kongress- og konserthall torsdag kveld den 9. juni. Fredag kveld den 10. juni kan vi fritt velge å ett av flere opplevelsestilbud i eller rundt Reykjavik. Og så ser vi selvsagt fram til bankett med kåring av nordiske mestre på lørdag den 11. juni i Laugardalshöllin.

I tillegg har arrangøren tilbudt oss en rekke flotte turer i den fantastiske naturen i Island. Et tilbud jeg vet mange vil benytte seg av.

Alt ligger med andre ord godt til rette for et flott DNHL 2016 både sportslig og sosialt.

På vegne av DNHL ønsker jeg dere alle – deltagere og arrangør – lykke til med DNHL Nordisk Mesterskap 2016.

Vennlig hilsen

Arild Johansen  
President DNHL

---

Dear Nordic friends!

## **Welcome to DNHL nordic championship 2016 in Reykjavik**

DNHL 2016 is the 23. Nordic Championship – where employees in health care are gathering to compete in quite a number of sport disciplines.

As president of the board (Presidium) of DNHL, I am very pleased for the second time to meet you all in Reykjavik with Landspítali University Hospital as Organizing Committee.

The Organizing Committee is offering you participants excellent sport facilities in Laugardalur and elsewhere nearby Reykjavik.

The Organizing Committee is arranging a big come together party in Harpa conference and cons on Thursday the 9th. On Friday the 10th we can freely choose between restaurants in the city center or experience exotic events in Reykjavik or nearby. On Saturday the 11th we are looking forward to the Banquet celebrating the Nordic champions in Laugardalshöllin.

In addition The Organizing Committee has given us the opportunity to book different tours to visit the spectacular nature and historic places in Iceland. An opportunity I know many of you will take part in.

So - all preparations are made to make DNHL 2016 a success.

On behalf of the board of DNHL I wish you all - both athletes and Organizing Committee – a successful DNHL Nordic Championship 2016 in Reykjavik.

Best greetings from

Arild Johansen  
President of DNHL



LANDSPÍTALI

**YOU DON'T  
HAVE TO BE  
A VIKING TO  
JOIN US**

---

**JOIN US AND  
BECOME A  
VIKING**

[JOB@LANDSPITALI.IS](mailto:JOB@LANDSPITALI.IS)



Dear healthcare colleagues!

## **Welcome to the Nordic hospital games in Reykjavík!**

We are delighted to be your hosts and hope that your stay will be enjoyable and filled with fun activities. Our Planning committee has worked hard and we know that all over the Nordic countries you have been preparing night and day for these games.

I know that after the competition is over, when we have cleaned up, we will all dress up and have fun together - a truly important part of these games.

Reykjavík and surroundings have a great deal to offer and I hope you will get the chance to explore and enjoy it with friends old and new.

Let's have fun together with friends and colleagues.

Let the games begin!

Páll Matthíasson, CEO Landspítali.

## DNHL 2016 PROGRAM

### Thursday June 9th.

- Participants arriving
- 16:30 Registration opens in Harpa Concert hall
- 18:00-20:00 Opening ceremony in Harpa Concert Hall
- 20:00-20:30 Technical meeting for contact persons from each hospital.
- Rest of the night is free to explore Reykjavik.

### Friday June 10th.

- 07:00 Information desk opens in Laugardalshöll
- 07:15 Buses start to leave from Laugardalshöll\*
- 09:00-17:00 Sports Competition (see [www.dnhl2016.com](http://www.dnhl2016.com) for further information)
- Rest of the night is free to explore Reykjavik

### Saturday June 11th.

- 07:00 Information desk opens in Laugardalshöll
- 07:30 Buses start to leave from Laugardalshöll\*
- 09:00-17:00 Sports Competition (see [www.dnhl2016.com](http://www.dnhl2016.com) for further information)
- 19:30 Final Party starts in Laugardalshöll

### Sunday June 12th.

Participant leaving - Thank you for joining us for DNHL 2016 í Reykjavík!!

Sports program is on [www.dnhl2016.com/sportscategories](http://www.dnhl2016.com/sportscategories)

All results from sports events will be posted on [www.dnhl2016.com/sportscategories](http://www.dnhl2016.com/sportscategories)

\*Bus plan is online [www.dnhl2016.com](http://www.dnhl2016.com)



## **GALA DINNER - FINAL PARTY**

### **MENU**

#### **Starter**

Seafood symphony:

Roasted langoustine, Salmon teriyaki,  
madras blue ling, chili tiger shrimp tomato basil  
Mango salsa & romane lettuce

#### **Main course**

Grilled lamb filet sweet basil  
Forest mushroom sauce  
Roasted seasoned vegetable  
Thymian potatoes

#### **Dessert**

White Oriental chocolate cake  
Raspberry & mango coulie

#### **Pre-drink:**

Passoa Sweet dream

#### **Wine**

White - Montalto Pinot Grigio  
Red - Piccini Mamma

## DNHL 2016 Participating hostpitals:

Sørlandet sykehus	Norway
Satakunta Hospital District	Finland
Oslo universitetssykehus bedriftsidrettslag (OUS BIL)	Norway
Akershus Universitetssykehus	Norway
Sykehuset Innlandet Hamar	Norway
Lahti City Hospital	Finland
Länssjukhuset Ryhov	Sweden
Landstingets Personalklubb	Sweden
St. Olavs Hospital HF	Norway
Sykehuset Innlandet Gjørvik	Norway
Mälarsjukhuset	Sweden
Sykehuset Østfold HF	Norway
SUSBIL-Stavanger Universitetssjukehus	Norway
SLIF-Stockholms landstings idrottsförbund	Sweden
Sykehuset Innlandet Elverum	Norge
Haukeland Sykehus Idrettslag	Norway
Sørlandet sykehus Kristiansand	Norway
SIL BIL Sykehuset Innlandet Lillehammer	Norway
Poul and Anne	Denmark
I.F. Bispebjerg Hospital	Denmark
LLIF - Lunds Lasarett	Sweden
Landspítali	Iceland

## Contact information:

### Project Manager

Hjördís Guðmundsdóttir s. +354 891 7090

### Information desk and transport

Nanna Ólafsdóttir + 354 825 9360

### Planning Committee

Halla Björg Lárusdóttir +354 615 2695

Rudolf Adolfsson +354 824 5284

Helga Gunnarsdóttir +354 825 5054

### Protestkommitten

Lars-Gøran Bengtsson, presidiet, sekretær

Arild Johansen, presidiet, leder

Helga Gunnarsdóttir, Landspítalinn, medlem

### Sports

Badminton	Orri Þór Ormarsson
Bandy	Atli Þór Hannesson
Volleyball	Guðrún Eiríksdóttir
Tabletennis	Guðrún Björnsdóttir
Boule	Ólafur Ólafsson
Football	Bergþór Haukdal Jónasson
Golf	Kristín Gunnarsdóttir and Brynjólfur Mogensen
Handball	Ásgeir Helgi Hilmarsson
Running	Fríða Rún Þórðardóttir
Bowling	Anna S. Guðmundsdóttir
Dart	Ingibjörg Magnúsdóttir
Shooting	Guðmundur Gíslason
Beachvolley	Óli Egilsson
Tennis	Arnar Sigurðsson
Orientering-Hekla	Gísli Jónsson +354 694 1874

Eigðu eða

leigðu starfsmanna-

búnaðinn.

Tölvur Símar

Office 365 Þjónusta

Aukahlutir



## Kostir þess að leigja.

Þú greiðir fasta upphæð á mánuði í 3 ár og því er ekki þörf að leggja út fyrir öllum kostnaði í einu. Kostnaður við hvern starfsmann verður þekktur og ábyrgð er á búnaðinum út samningstímann. Að samningstíma loknum er mögulegt að endurnýja búnaðinn.

Settu saman pakka sem hentar þér.

Nánar á [www.ok.is/prentrekstur](http://www.ok.is/prentrekstur) – [sala@ok.is](mailto:sala@ok.is)



## Free swimming pools during the games

All participants will get a bracelet at the opening ceremony, they can use it to get in to three swimming pools in Reykjavik. We hope you will make time to try our wonderful pools during your stay.

**Laugardalslaug**, see map for location.

Open weekdays: 06:30-22:00, weekends: 08:00-22:00



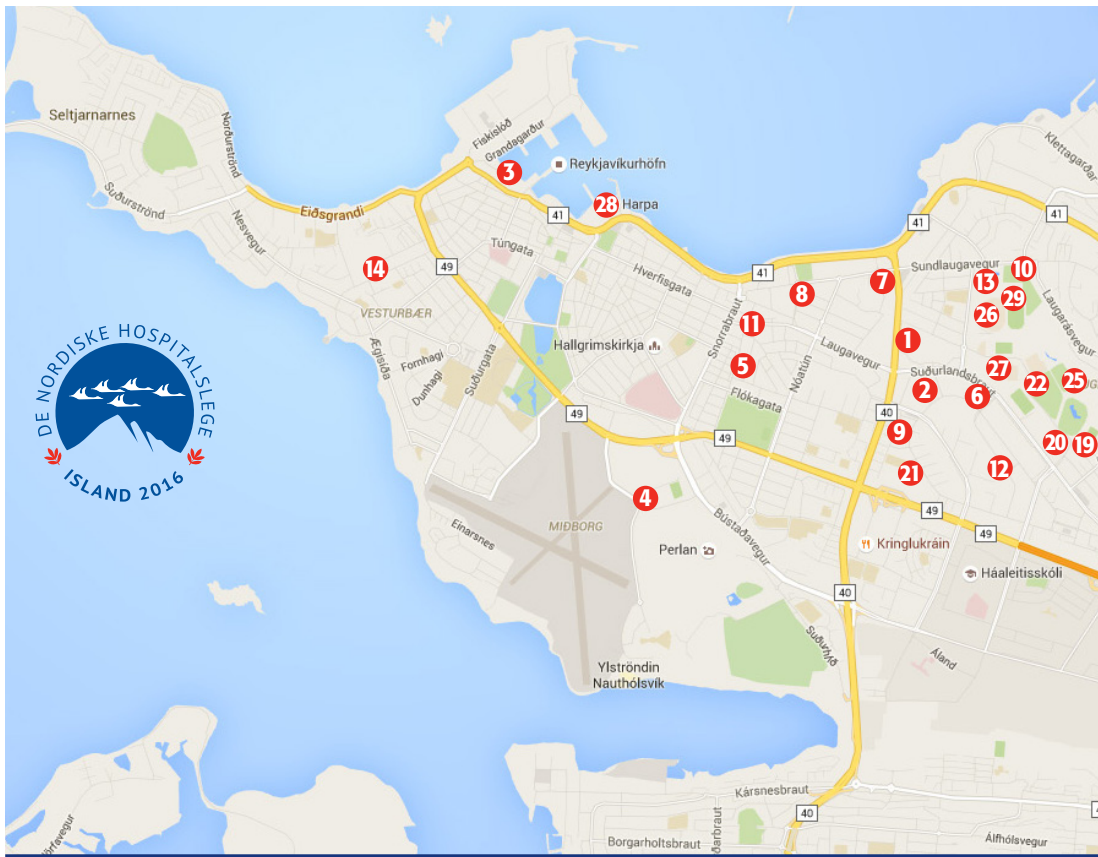
Photo: Reykjavikurborg

**Vesturbæjarlaug**, see map for location.

Open weekdays: 06:30-22:00, weekends: 08:00-22:00

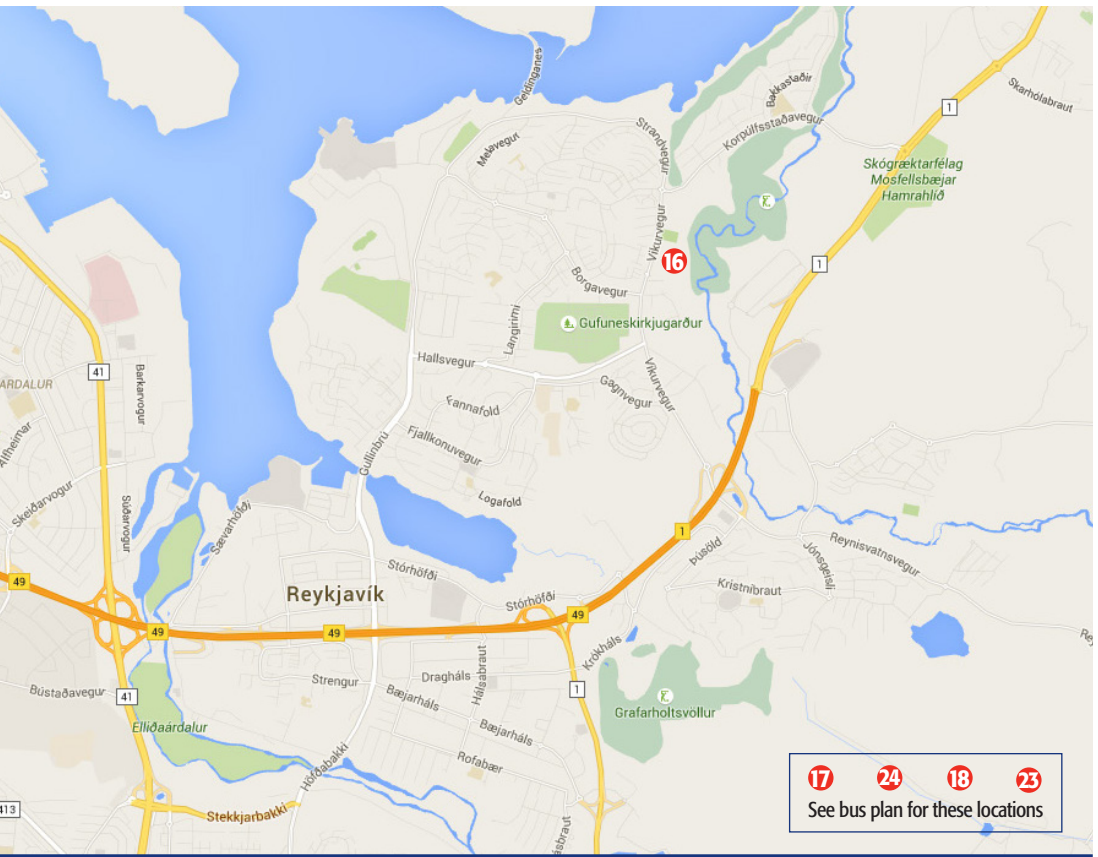


Photo: Reykjavikurborg



## HOTEL

- 1** Grand Hótel  
Sigtún 38, 105 Reykjavík
- 2** Hilton Reykjavík Nordica  
Suðurlandsbraut 2, 108 Reykjavík
- 3** Reykjavík Marina - Icelandair Hotels  
Myrargata 2, 101 Reykjavík
- 4** Reykjavík Natura – Icelandair Hotels  
Nautholsvegi 52, 101 Reykjavík
- 5** Best Western – Hotel Reykjavík  
Rauðararstigur 37, 105 Reykjavík
- 6** Reykjavík Lights  
Suðurlandsbraut 12, 108 Reykjavík
- 7** Hotel Cabin Address  
Borgartún 32, 105 Reykjavík
- 8** Fosshotel Reykjavík  
Hofdatorg, 105 Reykjavík
- 9** Hotel Lótus  
Álftamýri 7, 108 Reykjavík
- 10** Reykjavík City Hostel  
Sundlaugavegur 34, 105 Reykjavík
- 11** Hlemmur Square Hostel  
Skúlagata 28, 101 Reykjavík
- 12** Arctic comfort Hotel  
Síðumuli 19, 108 Reykjavík
- 13** Laugardalslaug  
Sundlaugarvegi 30, 105 Reykjavík
- 14** Vesturbæjarlaug  
Hofsvallagata, 107 Reykjavík



## SPORTS ARENA

- 13** Laugardalslaugin - Beach volleyball
- 16** Egilshöll - Bowling, Shooting/skytte
- 17** Kórinn - Indoors bandy
- 18** Mýrin - Volleyball
- 19** TBR - Tabletennis and badminton
- 20** Ölver - Dart
- 21** Safamýrin - Handball
- 22** Laugardalurinn/Þróttur - football
- 23** Tennishöllin - Tennis
- 24** Golf - Kiðjberg - Oddur - Heiðmörk
- 25** Running 5,10 og 21 km
- 26** Relay running
- 29** Boule

## OPENING CEREMONY

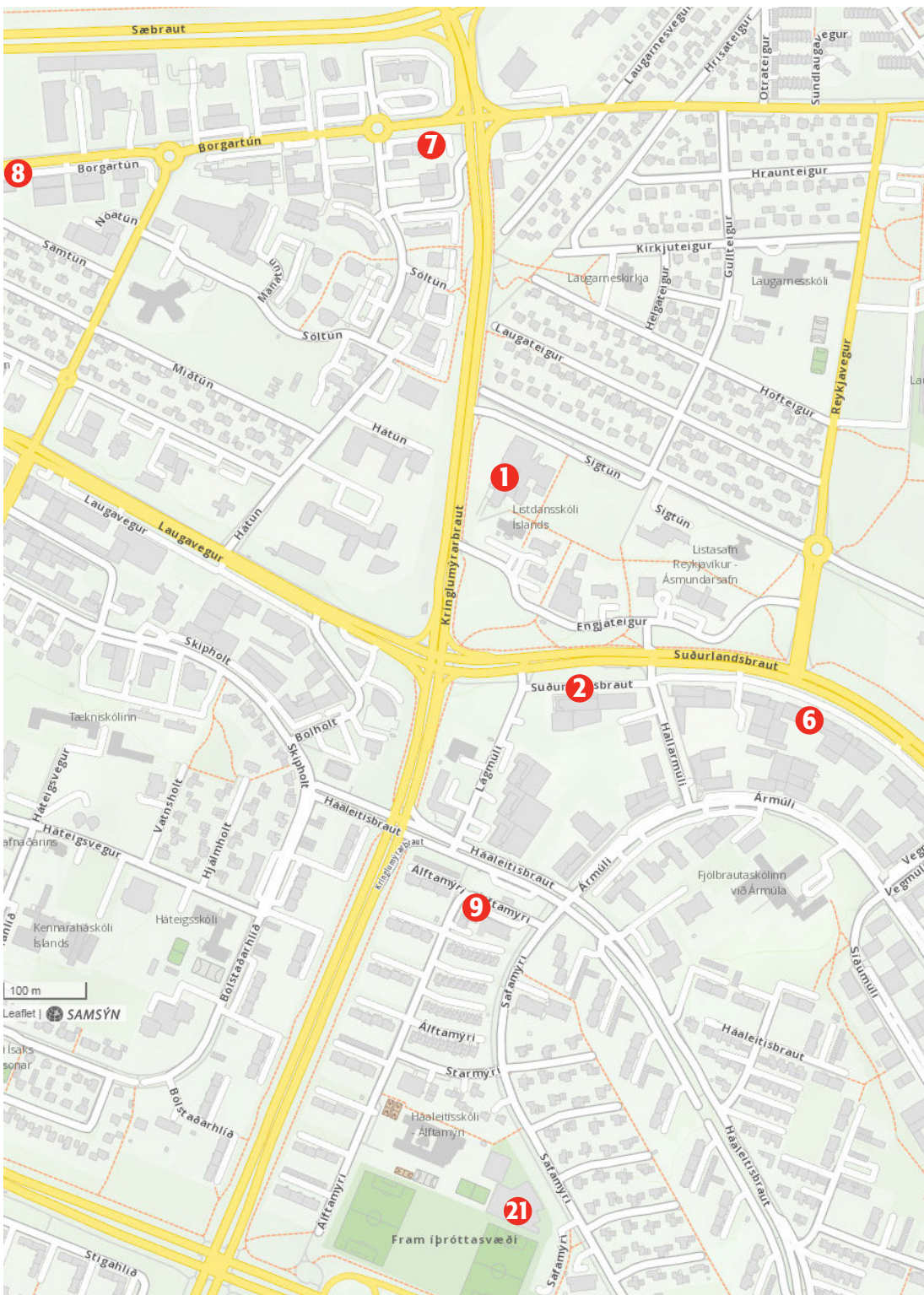
- 28** Harpa

## BUS STOP

- 27** Laugardalshöll  
Buses for:  
Egilshöll - bowling, shooting  
Kórinn - Indoor Bandy  
Mýrin- Volleyball  
Tennishöllin- Tennis  
Golf  
Víkin - Handball  
Safamýrin - Handball

## INFORMATION DESK / FINAL PARTY

- 27** Laugardalshöll



Sæbraut

Borgartún

7

8

Hoatún

Miätún

Laugavegur

Skipholt

Hádegisvegur

Hádegisskóli

Bolsaðarhlíða

Bolsaðarhlíða

Stigahlíða

Soltún

Hatún

Hatún

Skipholt

Háaleitisbraut

Bolsaðarhlíða

Aftamyri

Aftamyri

Fram íþróttasvæði

1

Listansskóli Íslands

Listasafn Reykjavíkur - Ásmundarsafn

Engateigur

2

Suðurlandsbraut

9

Aftamyri

Aftamyri

Aftamyri

Aftamyri

Aftamyri

Aftamyri

Aftamyri

Aftamyri

Aftamyri

Aftamyri

Aftamyri

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

6

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

Suðurlandsbraut

100 m  
Leaflet | SAMSÝN

Íslands  
sonar





# LAUGARDALUR

104  
Reykjavík

Laugardalsvöllur  
íþróttasvæði

Laugardalsvöllur

Próttur  
Ármann  
íþróttasvæði

Próttur  
og Ármann  
íþróttasvæði

Laugardalshöllin

Próttur  
íþróttasvæði

Próttur  
íþróttasvæði

Húsdýra- og  
fjolskyldu garður

Húsdýra- og  
fjolskyldu garður

Laugardalur

Stöðumúli

Stöðumúli

Stöðumúli  
Stöðumúli

Stöðumúli  
Stöðumúli

Langholtsskóli

Altheimar

Altheimar

Altheimar

Altheimar

Altheimar

Altheimar

Altheimar

Altheimar

Altheimar

Langholtsskirkja



# HREINT OG HEILBRIGT UMHVERFI

Sólar ehf. hefur um árabil þjónustað sjúkrahús og lækna stofur.  
Við erum mjög stolt af sérhæfingu okkar í ræstingum heilbrigðisstofnana.

Öflugt gæðaeftirlit, vel þjálfað starfsfólk og umhverfissvænir lausnir hafa gert okkur að einu stærsta fyrirtæki landsins í ræstingum og húsvarðabjónustu. Við sjáum um alhliða þrif, létt viðhald og eftirlit með fasteignum af öllum stærðum og gerðum á höfuðborgarsvæðinu.

Nánari upplýsingar um alla okkar þjónustu er að finna á [solarehf.is](http://solarehf.is)



Ræstingar og  
húsvarðabjónusta

cp

**REYKJAVÍK**

Conferences Events Incentives



**PROMENNT**

## DNHL and social media



### DNHL ON INSTAGRAM

If you take pictures during the games that you would like to share with us, please post them on instgram

**#dnhl2016**

We will share your photos in our final party



### FOLLOW US ON FACEBOOK

[www.facebook.com/dnhl2016](http://www.facebook.com/dnhl2016)



### OUR WEBSITE

<http://www.dnhl2016.com/>



LANDSPÍTALI