

Ferilskrá



Nafn: Anna Ingólfssdóttir **kt.** 301061-3669
Heimili: Barmahlíð 36, 105 Reykjavík
Sími: 565 9722 **GSM:** 893 9723
Hjúskaparstaða: Ekkja síðan 1997 **Börn:** Þrjár dætur og fimm ömmubörn
Maki var Árni Margeirsson

Menntun

Fjölbrautarskólinn í Garðabæ	Verslunarpróf, 1982.
King's College og Underwood College í Englandi	Enska og verslunarenska, 6 mánuði
Menntaskólinn á Egilsstöðum	Ýmsir áfangar
Kripalu-Center í Massachusetts í Bandaríkjunum	Jógakennararéttindi, 1998
Vermont College í Bandaríkjunum	BA gráða í Writing and Literature (bókmenntir og ritlist) 2002
Sálgæsla hjá Endurmenntun HÍ	Tvö námskeið á Master stigi 2005
Markþjálfun hjá Leiðtogi.is	Diploma í markþjálfun(Coaching) 2007

Starfsferill

2022 Höfundur bókar Makamissir ásamt Guðfinnu Eydal í útgáfu Háskólaútgáfunnar
2014-22 Hef starfað hingað til sem vörumerkjafulltrúi hjá Árnason Faktor – ráðgjafastofu í hugverkarétti
2018 Hannaði og þrjónaði skírmarkjól og hélt sýningu í Kirsuberjatrénu. Kjóll er nú á Hönnunarsafni Íslands. Facebook síða "Skírmarkjólur"
2013 Höfundur bókar "Losing a Spouse – On Love, Grief and Recovery" gefin út á Amazon, ásamt Guðfinnu Eydal sálfræðingi
2012 Höfundur bókar Makalaust líf – bók um ást og sorg, úrvinnslu og uppbyggingu við makamissi, ásamt Guðfinnu Eydal sálfræðingi í útgáfu Sögur útgáfa
2010-12 Yoga Nidra djúpslökun í Vídalínskirkju í Garðabæ
1998-16 Jógakennari. Byrjenda- og framhaldsnámskeið.
2010-11 Vann við tilfallandi verkefni fyrir Barnaheill á Íslandi
2010 Gaf út barnasöguna Þyngdarflið.
2009 Gaf út barnasöguna Mjallhvítur
2005-09 Starfaði sem fulltrúi í vörumerkjadeild hjá Árnason Faktor - ráðgjafastofu í hugverkarétti.
2004-05 Starfsmaður félagsins KRAFTS, sem er stuðningsfélag fyrir ungt fólk sem greinist með krabbamein.
1993-01 Fréttaritari Morgunblaðsins á Egilsstöðum.
1992-97 Stofnaði og rak ásamt eiginmanni mínum, Árna Margeirssyni, Auglýsingastofuna Níutíuogsjö.
1992-95 Vann að undirbúningi og stofnun Randalín handverkshúss á Egilsstöðum og starfaði þar sem starfsmaður og stjórnarformaður.
1990-91 Skrifstofustjóri hjá Skógrækt ríkisins á aðalskrifstofu Egilsstöðum.
1989 Framkvæmdastjóri fyrir atvinnusýninguna Drekin 89, sem haldin var á Egilsstöðum.
1987-90 Skrifstofustörf á skrifstofu KHB á Egilsstöðum
1985-86 Sölustjóri hjá Brúnás innréttingum.

- 1983-84 Ýmis útgáfumál, gaf m.a. út Símaskrá Suðurnesja, í tvö ár.
 1982-83 Vörukynningar fyrir Fransmann og Fjöregg kjúklinga og var síðan sölustjóri hjá Ísfugli og starfaði þar í eitt ár.
 1981 Skrifstofustörf hjá Örtölvutækni
 1976-80 Skrifstofustörf hjá Pétur O. Nikulásson, heildverslun.

Félagsstörf

- 1980-86 Starfaði með JC hreyfingunni og tók þar alls kyns námskeið, svo sem ræðunámskeið, fundarsköp og fundarstjórn, fundargerðarritun, skipulögð nefndarstörf, svo eitthvað sé nefnt.
 1990-92 Formaður fimleikaráðs Hattar á Egilsstöðum auk foreldrastarfs.
 1992-97 Í stjórn Framfarafélags Fljótsdalshéraðs.
 1994-00 Félagi í Sam-Frímúrarareglunni á Egilsstöðum.
 1998-10 Hélt sjálfstæð jóganámskeið og leiddi djúpslökun. Veitti markþjálfun.
 2006-08 Hélt nokkur erindi um reynslu af börnum og sorg fyrir Krabbameinsfélag Íslands og samtökin Ný Dögun.
 2005-11 Vann að skipulagningu og framkvæmd á Pílagrímagöngum Þjóðkirkjunnar og Kyrrðardögum í Skálholti
 2010-11 Kenndi jóga fyrir atvinnuleitendur í RKÍ húsinu
 2008-11 Vann að skipulagningu og veitti stuðning við hóp fólks sem hafði misst maka, í Vídalínskirkju í Garðabæ
 2014-19 Söng með Kvennakórnum Hrynjandi

Námskeið

- 1992 "Konur í fyrirtækjarekstri" undir leiðsögn Hansínu B. Einarsdóttur.
 1994 "Phoenix Seminar" – Brian Tracy
 1996 "Útflutningsaukning og hagvöxtur" – Útflutningsráð Íslands.
 2002 "Að láta drauminn rætast" og "Tilfinningagreind" – Höskuldur Frímannsson var námskeiðshaldari.
 2002 Skyndihjálpi RKÍ
 2008 Námskeið hjá Endurmenntun HÍ um sorg og áföll barna og unglinga
 2008 Námskeið á vegum félags um hugræna atferlismeðferð um afleiðingar áfalla í æsku á fullorðinsár

Verðlaun, viðurkenningar og styrkir

- 2009 Sigraði með 3 tillögur í 1., 2. og 3. sæti ásamt Elísabetu Brynhildardóttur í samkeppni já.is um forsiðu Símaskrárinnar fyrir 2010 af 1500 innsendum.
 2011 Styrkur frá Hagþenki vegna ritunar bókar um makamissi
 2012 Styrkur frá Landsbankanum vegna heimasíðu fyrir makamissi sem fór svo í loftið á ensku

Áhugamál

Bóklestur, ritstörf, jóga, skokk, samvera við barnabörn, söngur, vín og góður félagsskapur.

Anna Ingólfssdóttir