



**PANTAÐU  
Á NETINU**

[www.dominos.is](http://www.dominos.is) sími 58-12345

SELTJARNARNESBÆR

[www.seltjarnarnes.is](http://www.seltjarnarnes.is)

**OPIÐ**  
ALLAN sólarhringinn  
á Eiðistorgi

**Hef mikla trú á  
að starfa á Íslandi**

Ég hef mikla trú á að byggja upp fyrirtæki á Íslandi segir Jón von Tetzchner, fjárfestir og stofnandi Opera Software. Hann hefur verið að leggja fjármuni í íslensk nýsköpunarfyrirtæki að undanfögnu og eitt þeirra er frumkvöðla-setrið Innovation house á Eiðistorgi á Seltjarnarnesi.

Jón hefur komið víða við í viðskiptalífínu að undanfögnu og tekið þátt í starfi ýmissa fyrirtækja bæði hér og erlendis. Jón er búsettur í Bandaríkjunum um þessar mundir þar sem hann er m.a. að beita sér fyrir stofnun frumkvöðlasets að

fyrirmynd setursins á Eiðistorgi. Jón er fæddur Seltirningur og ólst þar upp hjá afa sínum og ömmu til tvítugs að hann hét til náms í Norgei. Hann segir Ísland ávallt ofarlega í huga sér og þaðan sé komin hugmynd hans um þátttöku í íslensku atvinnulífi. Hann kveðst reyna að fylgja þeim aðilum sem hann er að starfa með af stað vegna þess að hann hafi mikla trú á að byggja svona fyrirtæki upp hér á landi. Ísland sé með þessa grænu orku og landið áhugaverður staður til þess að hýsa efni.

*Rætt er við Jón í opnu blaðsins.*

Sundagörðum 2 Sími: 533 4800

Vegna mikillar eftirspurnar eftir eignum á Seltjarnarnesi óskum við eftir eignum í sölu.

Góður sólutími framundan.

- Sölumat án skuldbindingar
- Persónuleg þjónusta
- Myndataka af atvinnuljósmyndara
- Vönduð sölugögn
- Sanngjarn sölukostnaður

Hafið samband við Gylfa Þórisson sölustjóra í síma **822-0700** eða á netfangið [gylfi@midborg.is](mailto:gylfi@midborg.is)

Gylfi Þórisson  
Sölustjóri

Björn Þorri Viktorsson  
Hfl. og Lögg. Fasteignasali

**græn heilsa**

Ægisíða 121  
Sími 551 1717

Opið alla virka daga  
frá kl. 10 – 17.30.



Í gamla Héðinshúsinu, Seljavegi 2

## Góð þjónusta – Hagstætt verð

Afgreiðslutími:  
Virka daga: kl. 9-18:30  
Laugardaga: kl. 10-16

Reykjavík Apótek

Seljavegur 2 | Sími: 511-3340 | Fax: 511-3341 | [www.reyap.is](http://www.reyap.is) | [reyap@reyap.is](mailto:reyap@reyap.is)

Þú getur tengst Netbankanum þínum í gegnum farsímamann.



Skannaðu kóðann til að sækja „appið“ frítt í símann.



Þú færð nánari upplýsingar á [www.islandsbanki.is/farsiminn](http://www.islandsbanki.is/farsiminn)



**Hafðu bankann  
með þér**

Íslandsbanki

# NES FRÉTTIR

ÚTGEFANDI: Borgarblöð, Vesturgötu 15, 101 RVK. S: 511 1188 • 895 8298

RITSTJÓRI: Kristján Jóhannsson • ÁBYRGÐARMAÐUR: Kristján Jóhannsson • BLAÐAMAÐUR: Þóroddur Ingimarsson

UMBROT: Valur Kristjánsson • NETFANG: borgarblod@simnet.is • HEIMASÍÐA: borgarblod.is

Nesfréttir koma út mánaðarlega og er dreift frítt í hvert hús á Seltjarnarnesi

www.borgarblod.is

## Leiðari

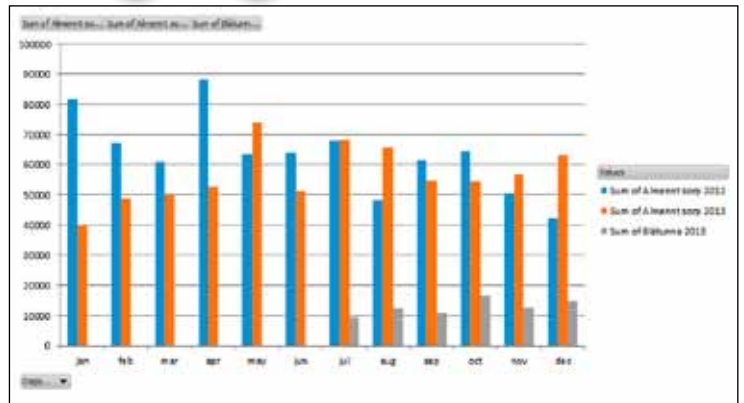
### Olíuna burtu úr Örfisey

Ígrein sem Ásgerður Halldórsdóttir bæjarstjóri skrifar í Nesfréttir að þessu sinni lætur hún í ljós áhyggjur vegna framkvæmda við Mýrargötu og byggingaframkvæmda við Hörpu. Einnig hefur hún áhyggjur af nýrri íbúðarbyggð sem risa á Vesturbæ Reykjavíkur. Nesfréttir hafa fjallað um þessi mál á undanförunum mánuðum. Þegar farið er út í framkvæmdir af þeirri stærðargráðu sem um er að ræða verður að taka tillit til allra aðstæðna og einnig þeim sem snúa að Seltjarnarnesi og Seltirningum. Við þessar framkvæmdir munu akstursleiðir til og frá Nesinu koma til með að þrengjast verulega. Eitt af því sem er vert að athuga eru þessar miklu olíuflutningar sem fara um Mýrargötuna. Er ekki orðið tímabært að flytja alla olíutankana annaðhvort í Straumsvík eða Helgívík. Verði olíuhöfnin og olíugeymslurnar flutt úr Örfisey myndi létta mikið á umferð um Mýrargötu. Seltirningar hafa verulegar áhyggjur af þeim framkvæmdum sem nú skal ráðist í og myndu vilja fá að vera með í ráðum.

### Sjóvarnir

Í þessu tölublaði Nesfrétta er grein frá Sigurði Ólafssyni um sjóvarnir á Seltjarnarnesi. Í því efni þurfum við að vera vel vakandi. Við aðstæður sem geta skapast ef um stórstraum er að ræða og djúpa lægð, getur sjórinn brotið sér leið gegnum varnargarðanna. Við höfum möguleika að fá gott jarðvegsefni - grjót úr Lýsislóðinni þar sem nú er verið að grafa fyrir nýbyggingum til að nýta við að styrkja varnargarðanna. En eins og Sigurður bendir á þurfum við að halda vöku okkar um að sjórinn brjóti ekki meira af landinu okkar en hann hefur tekið í gegn um aldirnar.

## Seltirningar duglegir að flokka



Seltirningar hafa reynst duglegir að flokka sorpið. Að sögn Stefáns Eiríks Stefánssonar bæjarverkfræðings hafa Seltirningar brugðist vel við þeirri áskorun bæjarins að flokka sorpið í tunnur sem þeim var úthlutað.

Skipulögð flokkun á vegum bæjarins hófst í júní á síðasta ári þegar bæjarbúum stóð til boða að fá pappírstunnu við heimili sín, þeim að kostnaðarlausu. Losun á pappírstunnum fer fram mánaðarlega en losun á heimilisúrgangi tvisvar

í mánuði. Á meðfylgjandi grafi má sjá losun fyrir tvö síðustu ár. Þar kemur fram að frá miðjum júní 2013 var skilað inn tæpum 77 tonnum af pappír eða u.þ.b. 13 tonnum á mánuði og 367 tonnum af heimilisúrgangi allt árið eða u.þ.b. 30 tonnum á mánuði. Vel er hægt að una við árangur af flokkuninni, en hann nemur nú um 21% þunga af heildarsorpirðu á Seltjarnarnesi, en samkvæmt Stefáni er rúmmál pappírins samanborið við heimilissorpið nokkru meira eða sem nemur 30%. Árið á undan, 2012, nam heildarmagn þess heimilissorps, sem bærinn losaði, um 640 tonnum eða rúmum 53 tonnum á mánuði sem gerir um 40 tonna minnkun á sorpi milli ára.

**HÁGÆÐI.IS**  
HÚSAVIÐGERÐIR.IS  
FLÍSALAGNIR.IS



100% endurgreiddur vsk af vinnu

Sími: 565-7070

## Tölvur til Fjölsmiðjunnar

Nýlega afhenti Seltjarnarnesbær Fjölsmiðjuni talsvert magn af tölvum og öðrum tölvutengdum búnaði sem genginn var úr sér hjá stofnunum bæjarins.

Fjölsmiðjan er vinnusetur fyrir ungt fólk á aldrinum 16 til 24 ára sem gefst tækifæri til að þjálfa sig fyrir almennan vinnumarkað eða áframhaldandi nám. Í Fjölsmiðjunni eru tölvur og ýmiskonar raf-tæki tekin í sundur og endurnýtt. Fjölsmiðjan hóf starfsemi árið 2001, en stofnaðilar eru Rauði krossinn, Félagsmálaráðuneytið, Vinnuálastofnun og sveitafélagin á höfuðborgarsvæðinu.

## Nesbúinn



Verjum Nesið fyrir ágangi sjávar!

# Íþróttá- og tómstundapening á Seltjarnarnesi

Íþróttá- og tómstundaráð Seltjarnarness (ÍTS) boðar til þings laugardaginn 1. mars næstkomandi um íþróttá- og tómstundamál í bænum.

Það er hlutverk ÍTS að hlúa að og styðja við íþróttá- og tómstundastarf barna og unglunga á Seltjarnarnesi, skapa rétt umhverfi fyrir afreksíþróttafólk og að almenningur finni eitthvað við sitt hæfi.

Framundan er stefnumótunarvinna á sviði íþróttá- og tómstundamála og er þetta þing fyrsta skrefið í þeirri útgáfu. Stefnumótunin fjallar um öll málefni íþróttá- og tómstunda í víðasta skilningi og unnið verður reglubundið með verkefnið með markmiðasetningu, úrvinnslu og eftirfylgni.

ÍTS óskar eftir þátttöku allra aðildarfélaganna á Seltjarnarnesi svo að sem flest sjónarmið mismunandi félaga komi fram. Einnig er vonast til þess að foreldrar, iðkendum og aðrir íbúar, sem áhuga hafa á íþróttá- og tómstundamálum og vilja koma sínum sjónarmiðum á framfæri mæti til þess að hafa áhrif á stefnumótunina.

Þingið verður haldið í Valhúsaskóla og hefst kl. 9 og stendur til kl. 12. Boðið verður uppá morgunkaffi kl. 8:30. Barnagæsla er í boði meðan á þinginu stendur. Fundarstjórn verður í höndum Gylfa Dalmanns Aðalsteinssonar.



## ÍTS 1. mars í Valhúsaskóla kl. 9-12



SELTJARNARNESBÆR  
Íþróttá- og tómstundaráð

# Verja verður landið fyrir ágangi sjávar



Stórstraumsfjara 31. janúar sl.

Stórstreymi og lágur loftþrýstingur geta haft alvarleg áhrif segir Sigurður Ólafsson vélfræðingur á Seltjarnaþrnesi. Hann segir því ákaflega mikilvægt að verja landið fyrir ágangi sjávar. Hann hefur lengi fylgst með þróun ágangs sjávar og landbrot á Nesinu. Hann tók myndir af sjávarstöðunni föstudagur 31. janúar sl.

Á mynd af Stórstraumsflóði kl: 06.34 þann dag var sjávarstaðan 4,5 metrar sem er stærsti straumur á árinu 2014. Við mynd af Stórstraumsfjöru kl: 12.54 þann sama dag var fjaran 0,0 metrar stórstraumsfjara. Veður var mjög gott þennan dag gola eða kaldi og hiti í kringum 0 gráður.

Ef djúp lægð allt að 965 millibör hefði verið yfir landinu þennan dag hefði sjávarhæðin getað orðið 4,5 metrar + 48 : 4, 98 metrar en viðmiðun er 1013 millibör og aldan er óbrotinn á ströndina kl. 06.30 um morguninn. Hefði slík sjávarstaða og vindur farið saman hefði það haft í för með sér skelfilegar afleiðingar. Því er mikilvægt að verja landið sem við eigum fyrir haföldunni en við sleppum ekki við sjávarhæðina. Á Seltjarnaþrnesi er allt landsvæði dýrmætt.

Straumar á árinu 2014 eiga eftir að fara nokkrum sinnum upp í 4,4 metra næst 13 og 14 júlí rétt upp úr hádegi báða daganna og aftur 10 október kl: 18.45 í 4,4 metra.

## Fróðleikur frá stjornufræðivefnum

Á stjornufræðivefnum má finna ýmsan fróðleik um áhrif vinds og

loftþrýstings á sjávarföll. Þriðjudaginn 9. janúar árið 1990 gekk djúp lægð yfir Ísland á sama tíma og flóðhæð var mikil. Í suðvestan-áttinni sem fylgdi lægðinni kom mikið sjávarflóð sem olli miklu eignatjóni. Á Stokkseyri, Eyrarbakka og í Grindavík skemmdust hafnarmannvirki og hús þegar sjór braust í gegnum flóðvarnargarða og gekk langt upp á land. Í Sandgerði brann fiskverkunarhús til kaldra kola. Þrír menn, einn í Grindavík og tveir í Sandgerði, voru hætt komnir í sjávarháska í aftakaveðrinu en komust lífs af.

## Afleiðingarnar geta orðið skelfilegar

Þessi atburður sýnir vel hversu skelfilegar afleiðingar veður og loftþrýstingur getur haft á sjávarhæð á sama tíma og flóðhæð er mikil m.ö.o. stórstreymt. Í lægð hnigur loftþrýstingur svo mjög að yfirborð sjávar rís. Töflur yfir sjávarföll eru reiknaðar út miðað við meðalloftþyngd. Falli loftþrýsingur um 10 millibör má búast við hækkun sjávarborðs um 0,1 metra og öfugt. Gerist það á sama tíma og stórstreymt er getur sjór gengið á land. Þá verða strandflóð eða sjávarflóð eins og dæmin sanna.

Vindur hefur einnig áhrif á sjávarhæð. Sé vindur af hafi og loftþrýstingur lágur (lægð), verður sjávarhæðin meiri en töflur sýna. Ef vindur er af landi og loftþrýsingur hár verður sjávarhæðin lægri.

<http://www.stjornufrædi.is/solkerfid/jordin/sjavarfoll/>

**NES** FRÉTTIR

[www.borgarblod.is](http://www.borgarblod.is)

Ásgerður Halldórsdóttir, bæjarstjóri á Seltjarnaþrnesi skrifar um skipulagamál:

# Skammsýni og óraunsæi hjá borgaryfirvöldum

Reykjavík er höfuðborg allra landsmanna og því eðlilegt að íbúar landsins láti í sér heyra þegar fjallað er um grundvallarþætti í skipulagi borgarinnar. Borgaryfirvöld áforma nú að ganga svo nærri svæðinu sem við köllum Geirsgata og Kalkofnsvegur eða Austurhöfn, sem auglýst er til kynningar um þessar mundir.

Á grannsvæði Seltirninga, við Vesturhöfnina, nálægt Slippnum og Grandanum, er eitt af alvarlegri dæmunum um ríkjandi óraunsæi og skammsýni. Þarna liggur Mýrargata, sem margir Seltirningar eiga óhjákvæmilega leið um oft á dag, og því eðlilegt að þeir láti sig þróun svæðisins miklu skipta. Vaxandi fjöldi atvinnufyrirtækja er á svæðinu, að ógleymdu olúgeymasvæði höfuðborgarinnar í Örfirisey, sem margir tugir olúflutningabíla aka frá og til með farm sinn hvern virkan dag.

## Tvær umferðarásir

Tvær megin umferðarásir tengja allan vesturbæ Reykjavíkur og Seltjarnaþrnes við vegakerfi borgarinnar. Annars vegnar er það Mýrargata, Geirsgata/Kalkofnsvegur og hins vegnar Hringbraut. Hringbraut þolir illa meiri umferð. Gatnaframkvæmdir á þessu svæði skal vinna í samráði við Vegagerðina. Seltjarnaþrnesbær hefur sent inn athugasemdir sem snerta umferðaröryggi á þessu svæði. Tryggja verður umferðaröryggis Vesturbæinga, Seltirninga og aðra höfuðborgarbúa sem um þetta svæði keyra, hjóla eða ganga.



Ásgerður Halldórsdóttir.

## Óraunsæ tillaga

Tillaga sem nú liggur fyrir um breyting á „Deiliskipulagi Austurhafnar, gatnamót Geirsgötu og Kalkofnsvegur“ er algjörlega óraunsæ, tillagan gerir ráð fyrir minna umferðaröryggi. Hefur tillagan verið borin undir Vegagerðina til umsagnar? Tryggja verður að borgarþúar komist greiðlega á milli borgarhluta og neyðarrýming borgarhverfa verður einnig að vera framkvæmanleg, þótt vonað sé í lengstu lög að til slíkra aðstæðna komi ekki. Núverandi áform borgaryfirvalda auðvelda ekki bílaumferð um Geirsgötu, Kalkofnsveg og Mýrargötu, heldur þvert á móti þrengja að henni.

## Heitið á forystumenn

Hér skal heitið á forystumenn höfuðborgarinnar að þeir bregðist ekki hlutverki sínu, taki tillit til framkominna ábendinga og athugasemda. Fyrirliggjandi deiliskipulagstillaga þarf að vinna betur, sannreyna þarf hvernig umferðarflæði verður og leggja ofuráherslu á öryggi íbúa.



Hringbraut 119

Sími: 55 44444

[www.hroi.is](http://www.hroi.is)

**Vísinda-Villi naut óskertrar athygli gestanna.**



## Fjölmenni á Safnanótt

Um 350 manns fjölmenntu á Bókasafn Seltjarnarness föstudagskvöldið 7. febrúar til að taka þátt í fjölbreyttri dagskrá Safnanætur. Auk opunar og leiðsagna um ljósmyndasýningu Friðriks Arnar

Hjaltsted í Eiðisskeri voru í boði viðburðir fyrir alla aldurshópa.

Af öðrum ólöstuðum naut Vísinda-Villi óskertrar athygli gestanna, en óhætt er að segja að hann hafi slegið í gegn með tilraunum

og umræðum um tilvistarleg mál efni sem brunnu á börnunum. Í lokin þyrptust börn að Villa sem veitti þeim glaður eiginhandararitarnir auk þess að sitja fyrir á myndum með þeim. Síðar um kvöldið var börnunum boðið upp á fallhlífasmíðu, sem var vel sótt. Kórarnir Litlu snillingarnir, Meistari Jakob og Gömlu snillingarnir sungu nokkur lög undir stjórn Ingu Bjargar Stefánsdóttur við Undirleik Friðriks Stefánssonar organista og Júlíu Gunnarsdóttur. Botninn í kvöldið sló á eftirminnilegan hátt, tríó

Hauks Gröndals klarínnettuleikara, en auk hans skipa tríóið þeir Ásgeir Ásgeirsson og Kristófer Rodriguez, en flutningurinn var í samstarfi við Tónlistarskóla Seltjarnarness og þáttur í samstarfsverkefninu Tónstafir. Hluti af dagskrá Safnanætur fór einnig fram í safnhúsinu við Sefgarða (áður Lækningaminjasafni) þar sem sýnd var nýstárleg upplifunarleiksýning undir heitinu SAD sem fjallaði um skammdegisþunglyndi og aðferðir til að sporna gegn því, en um samnorrænt verkefni var að ræða

## Frímerki og umslög til góðgerðarmála

Seltjarnarnesbær gengst nú fyrir söfnun á notuðum frímerkjum og umslögum og vill með því leggja sitt af mörkum til að styðja við fjársöfnun Sambands íslenskra kristniboðsfélaga.

Sambandið stendur fyrir sölu á þessum varningi og nýttast fjármun-

irnir meðal annars til að styðja börn í Afríku til náms. Á síðasta ári safnaði það 3.4 milljónum króna með sölu. Auk þess að safna frímerkjum og umslögum á stofnunum bæjarins geta þeir, sem vilja leggja málstaðnum líð, skilað inn frímerkjum og umslögum í Bókasafn Seltjarnarness.



# Jafnvægið býr í Systrasamlaginu

- Fallegt handbragð - Fallegt efni - Falleg hugsun - Fallegt innihald -

Nærandi matur Systrasamlagsins, meðal annars þeytingar og skot



Jógadýnur og fylgihlutir af bestu gæðum frá Manduka



Nærandi náttúruilmir og ilmvoðn



Viridian vítamín án allra auka- og fylliefna



Fallega hönnuð lífræn jóga/íþróttar/þægindaföt frá Prancing Leopard

SUÐURSTRÖND 10, SELTJARNARNESI  
Fyrir neðan sundlaugina og World Class.  
[www.facebook.com/Systrasamlagid](http://www.facebook.com/Systrasamlagid)

AFGREIÐSLUTÍMI:  
Virkir dagar  
Laugardagar

9 - 18  
10 - 16

# Ari Bragi bæjarlistamaður í ár

Ari Bragi Kárason trompetleikari er bæjarlistamaður Seltjarnarness 2014. Hann er átjándi Seltirningurinn til að hljóta nafnbótina og langyngstur til þessa fæddur 1989. Ari Bragi hefur verið áberandi í tónlistarlífi bæjarins frá unga aldri. Hann býr að fjölbreyttu tónlistarnámi, sem hófst við Tónlistarskóla Seltjarnarness og var snemma áberandi í íslensku tónlistarlífi. Þrátt fyrir ungan aldur hefur Ari Bragi nú þegar skipað sér í raðir okkar fremstu tónlistarmanna.

Ari Bragi hefur leikið inn á hljómplötur með stórstjörnum á borð við Norah Jones, Tigran Hamasyan, Ane Brun auk fjölmörgum af þekktustu tónlistarmönnum landsins á borð við Bubba Morthens, Hjaltalín, Jól Pálsson og Kristjönu Stefánsdóttur. Ari Bragi útskrifaðist frá Tónlistarskóla FÍH árið 2008 úr jazz- og rokkbraut auk þess að ljúka á sama tíma námi úr klassískri braut skólans. Eftir það hélt hann til náms í New York og útskrifaðist með láði frá New School for Jazz and Contemporary Music árið 2012. Ari Bragi kennir nú trompetleik við Tónlistarskóla Seltjarnarness ásamt því að koma reglulega fram og leika inn á hljóðupptökur.

Ari Bragi hefur unnið til fjölda tónlistar- og hvatningarverðlauna en aðeins níu ára gamall hlaut hann hvatningarverðlaun ungra og efnilegra Íslendinga frá forseta Íslands. Hann bar sigur úr býtum í



Ari Bragi Kárason ásamt foreldrum sínum Ingunni Þorláksdóttur og Kára Húnfjörð Einarssyni eftir að hann tók við hlutverki bæjarlistamanns Seltjarnarness 2014.

Samfés, tónlistarkeppni félagsmiðstöðva árið 2005 fyrir besta frumsamda lagið og var sigurvegari Skreks, hæfileikakeppni grunnskólanna sama ár. Hann var fyrsti tónlistarmaðurinn til að hljóta styrk úr Minningarsjóði Árna Scheving árið 2008 og hampaði Íslensku tónlistarverðlauninum árið 2010 í flokknum Bjartasta vonin. Árið 2012 hlaut Ari Bragi styrk úr minningarsjóði Kristjáns Eldjárns gítarleikara. Ari Bragi er um þessar mundir að leggja lokahönd á hljómplötu sem hann og píanóleikarinn Eypör Gunnarsón hafa tekið upp í Tónlistarskóla

Seltjarnarness og í Seltjarnarneskirkju. Í sumar frumflytur hann í

Sviss trompetverk sem þarlent tónskáld hefur skrifað fyrir hann og sínfóniuhljómsveit.

Tilnefning Ara Braga ber upp á 40 ára afmæli Seltjarnarnesbæjar en af því tilefni og sem þakklaetisvott fyrir viðurkenninguna mun hann standa fyrir tónleikaröð á Seltjarnarnesi þar sem hann teflir saman ólíkum tónlistarmönnum á ólíkum stöðum og við ólík tilefni á árinu.

Að mati menningarnefndar Seltjarnarness er það til marks um mikla grósku í tónlistarlífi bæjarfélagsins að í sjöunda sinn skuli tónlistarmaður verða fyrir valinu sem Bæjarlistamaður Seltjarnarness. Einnig er það mikið fagnaðarefni að Ari Bragi haldi enn ríkri tryggð við samfélagið sem ól hann upp og mótaði, með reglulegu tónleikahaldi og með því að miðla ungum tónlistarnemum, sem eru að stíga sín fyrstu skref af sinni dýrmætu reynslu og þekkingu.

## Æskulýðsstarfið fær tæknibúnað



Ásgerður Halldórsdóttir bæjarstjóri Seltjarnarness færði barna- og æskulýðsstarfi kirkjunnar skjávarpa og iPad á tuttugu og fimm ára vígsluafmæli Seltjarnarneskirkju, sem haldið var hátíðlegt sunnudaginn 9. febrúar. Pálína Magnúsdóttir æskulýðsfulltrúi kirkjunnar til margra ára veitti hlutunum viðtöku.

Tækjabúnaður æskulýðsstarfsins var úr sér genginn og því mikil ánægja meðal starfsmanna og barnanna að fá úr því bætt. Í Seltjarnarneskirkju er boðið upp á fjölbreytt starf fyrir börn á leik- og grunnskólaaldri. Þannig er kirkjan vettvangur fyrir spennandi valkost í tómsundastarfi á Seltjarnarnesi þar sem sérstök áhersla er lögð á

áð skapa grundvöll fyrir þroskandi og heillavænlegt samfélag. Sennudagaskóli fyrir börn á aldrinum 1 - 8 er starfræktur á sunnudagsmorgnum kl. 11. Starf fyrir 6 til 12 ára börn fer þar fram á þriðjudögum kl. 16:00 til 17:00. Æskulýðsstarf kirkjunnar fer svo fram annað hvert sunnudagskvöld frá kl. 20:00-21:30.

Það var biskup Íslands, frú Agnes M. Sigurðardóttir sem prédikaði við afmælisathöfnina, en Sr. Kristján Valur Ingólfsson vígslubiskup þjónaði fyrir altari ásamt sr. Birgi Ásgeirssyni prófasti, sr. Bjarna Þór Bjarnasyni og sr. Sigurði Grétari Helgasyni. Kristján Jóhannsson söng einsöng, Kammerkór Seltjarnarneskirkju söng og organisti var Friðrik Vignir Stefánsson.

## Álfasýningar í 1. bekk



Nemendur í fyrstu bekkjunum voru að læra um álfa í janúar og fóru m.a. í álfaleiðangur upp á Valhúsaheð með vasaljós til að reyna að finna álfa.

Auk þess buðu þeir foreldrum sínum og ættingjum í heimsókn í

skólann til að sjá leiksýningu um álfa og skoða verkefni sín. Allir lásu frásögn um álfinn sinn og sýndu mynd af honum. Að lokum léku þeir svo mjög skemmtilegt álfaleikrit eftir Sigríði Friðjónsdóttur tónmenntakennara.



Íþróttamaður og kona Seltjarnarness 2013  
Fanneý Hauksdóttir og Aron Du Lee Teitsson.

## Fanneý og Aron íþróttafólk Seltjarnarness

Fanneý Hauksdóttir og Aron Teitsson voru valin íþróttafólk ársins á Seltjarnarnesi fyrir liðið ár. Í tilefni tilnefningarinnar bauð Íþrótt- og tómsundaráð Seltjarnarness til móttöku í Félagsheimili Seltjarnarness. Níu einstaklingar voru tilnefndir til íþróttamanns og íþróttakonu Seltjarnarness, auk þess sem veittar voru viðurkenningar fyrir ungt og efnilegt íþróttafólk, landsliðsfólk sem tók þátt í landsliðsverkefnum í sinni íþróttgrein og einnig voru veittar viðurkenningar fyrir félagsstörf. Afreksstyrki fyrir árið 2013 hlutu Kraftlyftingardeild Gróttu og Fimleikadeild Gróttu fyrir framúrskarandi árangur á árinu 2013.

Fanneý sigraði á Íslandsmótinu í bekkpressu í janúar 2013, varð Norðurlandameistari unglunga í febrúar þar sem hún setti Íslandsmet í bekkpressu. Hún sigraði á Íslandsmótinu og setti Íslandsmet í bekkpressu í mars. Hún keppti einnig á heimsmeistaramóti í bekkpressu sem fram fór í Litháen í maí og vann til bronsverðlauna í sínum þyngdarflokki. Fanneý er nú í 21. sæti á heimslista IPF sem er alþjóða kraftlyftingasambandið yfir alla í hennar þyngdarflokki, unglunga og fullorðinna. Þess má geta að Fanneý á 2 ár eftir í unglungaflokki.

Aron sigraði á Íslandsmótinu í bekkpressu í janúar 2013. Hann setti Íslandsmet í bekkpressu og réttstöðulyftu í mars og Íslandsmet í réttstöðulyftu í september. Hann sigraði á Bikarmótinu í nóvember og setti Íslandsmet í öllum þremur greinum - bekkpressu, réttstöðulyftu og hnébeygju. Aron keppti á heimsmeistaramótinu í klassískum lyftingum í Rússlandi í júní og vann

til bronsverðlauna í bekkpressu. Hann er nú í 15. sæti á heimslista IPF sem er alþjóða kraftlyftingasambandið í klassískum lyftingum.

## Íþrótt- og tómsundaping á Seltjarnarnesi

Íþrótt- og tómsundaneýnd Seltjarnarnesbæjar boðar til íþrótt- og tómsundapings laugardaginn 1. mars n.k. Markmiðið er m.a. að auka samvinnu og samstarf bæjarins við íþrótt- og tómsundafélög bæjarins. Þingið verður vettvangur samræðu um íþróttir og tómsundur og almenna heilsueflingu á Seltjarnarnesi. Auka á gagnkvæman skilning og marka framtíðarstefnu Seltjarnarnesbæjar í íþrótt- og tómsundamálum.

Leitast við að fjölbreyttur hópur ungra sem aldna mæti til þingsins til að ræða þessi mál og koma sínum hugmyndum á framfæri. Samráð verður haft við íþrótt- og tómsundafélög á Seltjarnarnesi. Mikilvægt er að bæjarbúar sem hafa áhuga á íþrótt- og tómsundamálum sem og aðrir hagsmunaaðilar sem koma að íþrótt- og tómsundamálum á Seltjarnarnesi mæti á fyrirhugað þing. Þingið verður

haldið í Valhúsaskóla og stendur frá kl. 9.00 til 12.00. Boðið er upp á morgunkaffi frá kl. 8.30 og þinginu lýkur stundvíslega kl. 12.00. Seltjarnarnesbær er framsækið og eftirsótt bæjarfélag til búsetu þar sem fjölskyldan er í fyrirrúmi. Eitt af höfuðmarkmiðunum er að Seltjarnarnesbær skapi bæjarbúum áfram tækifæri til bættra lífsgæða með fjölbreyttum möguleikum til hreyfingar, útiveru, iðkunar íþróttar og annarrar afþreyingar og tómsundaiðju.



Lárus B. Lárusson.

Lárus B. Lárusson  
Formaður Íþrótt- og  
tómsundaneýndar Seltjarnarness



lífræn bætiefni fyrir alla - heilsa til framtíðar

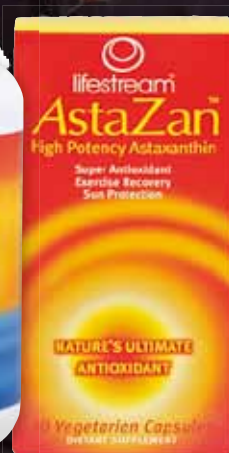
## TREYSTI Á LIFESTREAM BÆTIEFNI!

### Algjört orku- og næringarskot

„Með því að taka Lifestream Spirulina og AstaZan eykst krafturinn yfir daginn í vinnunni og æfingar seinni part dags eru ekkert mál. Vöðvarnir eru fljótari að ná sér eftir æfingar. Það að taka auka Spirulina sem er lífrænt fjölvítamín, fyrir leik er algjört orku- og næringarskot. Spirulina er líka frábær vörn gegn kvefi og flensum.“

### Steinnun Erla Sigurgeirsdóttir

leikskólakennari og landsliðskona í íshokki.



Apótek, heilsubúðir, Krónan, Hagkaup, Viðir, Nettó og Fríhöfnin.

Viðtal við Jón von Tetzchner

# Hef mikla trú á að byggja upp fyrirtæki á Íslandi

**J**ón von Tetzchner, fjárfestir og stofnandi Opera Software hefur verið að leggja fjármuni í íslensk nýsköpunarfyrirtæki að undanfögnu. Hann hefur meðal annars keypt hluti í fyrirtækjunum OZ, SmartMedia, Budin og fyrirtækinu Spyr. Á meðal nýlegra fjárfestinga hans má nefna mjólkurvinnsluna Örnú í Bolungarvík sem framleiðir sérstakar mjólkurvörur fyrir fólk sem er með svonefnt mjólkuróþol. Við það tækifæri sagði hann í blaðaviðtali að þörf væri fyrir fjölbreyttara vöruúrval fyrir þá sem vilja lifa eðlilegu lífi með óþol. Þótt Arna sé lítið fyrirtæki og starfi á litlum markaði þá eigi það möguleika á að sækja út fyrir landsteinana. Jón hefur einnig staðið fyrir opnun frumkvöðlaseturs á Eiðistorgi á Seltjarnarnesi. Þar starfa nú á annan tug frumkvöðla og sprotafyrirtækja í um 800 fermetra rými. En hvað kom honum til að snúa sér að þátttöku í íslensku atvinnulífi eftir farsælt frumkvöðlastarf í Noregi. Svárið við því er að hann er Íslendingur í móðurætt. Hann ólst upp á Seltjarnarnesi og bjó þar fyrstu 20 ár ævi sinnar. Nesfréttir spjalla við Jón von Tetzchner að þessu sinni.

„Ég er fæddur Seltirningur, ólst upp hjá afa mínum og ömmu til tvítugs, segir Jón þegar tíðindamaður hefur komið sér fyrir með honum í látlausu fundaherbergi í frumkvöðlasetrinu á Eiðistorgi. Afi minn og amma voru Jón Gunnlaugsson læknir og Selma Kaldalóns. Við áttum heima á Valhúsabrutinni og ég gekk Mýrarhúsaskóla rétt eins og aðrir krakkar á Nesinu. Ég labbaði yfir holtið í skólann og svo tók Valhúsaskóli við þegar ég komst á þann aldur. Það var mjög gott að vera krakki og unglingur á Seltjarnarnesi og ég tel mig mjög heppinn að hafa notið þess að alast þar upp og ekki síður hjá afa og ömmu. Ég ólst upp í stórrí fjölskyldu. Þau voru alls níu systkinin börn afa og ömmu og fyrir mér eru þau eins og systkini því ég ólst upp með þeim og yngsti frændi minn, bróðir móður minnar er aðeins fimm árum eldri en ég.“ Jón segist hafa átt bjarta daga á Nesinu í æsku og skemmtilegt að vera í hóp fjölskyld-



Jón von Tetzchner ávarpar gesti við opnun Innovation house á Eiðistorgi á Seltjarnarnesi.

unnar og skólafélaga. Ég spilaði fótbolta um tíma með Gróttu. Ég var kannist ekki bestur en fékk þó að vera með sem mér fannst mjög gaman. Ég man að það var stundum barátta um fótboltavöllinn og sumir kennarar voru að hleypa krökkunum fyrir út í frímínútur í von um að þau yrðu fyrst á völinn. Það var fullkomin samkeppni á milli bekkjanna um hver yrði fyrstur að ná fótboltavöllum.“

## Eitt plögg og Noregur varð netlaus

„Eftir Valhúsaskóla lá leiðin í MR eins og margra krakka af Nesinu. Ég fór í eðlisfræðideild og það er ekki fyrir en eftir stúdentsprófið að ég fer að huga að utanför. Faðir minn er norskur og býr í Osló og móðir mín hafði flutt til Noregs fyrir mörgum árum. Því var eðlilegt fyrir mig að taka það skref að fara til Noregs þegar kom að háskólanámi og ég fór í nám í tölvufræði í Osló og eitt ár í Englandi þar sem ég var skip-tinemi. Síðan fór ég að vinna hjá Telenor. Ég tók masterinn eiginlega þar. Ég fór að vinna við rannsóknarstörf og þar varð Opera Software til

út frá einu af þeim verkefnum sem við vorum að vinna að hjá Telenor.“ Jón segist hafa verið heppin að því leyti að hafa verið að vinna á netinu alveg frá því hann kom í háskóla. Við vorum farnir að vinna við veraldarvefinn mjög snemma eða 1992 en þá voru ekki margir tengdir vefnum. Á árinu 1993 voru aðeins nokkur hundruð þjónustuaðilar eða serverar fyrir netið í öllum heiminum. Fyrsti vafrinn sem komst í almenna notkun var Mosaic. Til að byrja með hýstum við hjá rannsóknarstofnunni leiðirnar eða linkana inn til Noregs þannig að netgáttin inn í landið var hjá okkur. Ég man að eitt sinn urðum við varir við einhvern vírus sem var í gangi og þá var einn félagi okkar sem tók bara úr sambandi og þá var allur Noregur netlaus. Því var slegið upp í fjölmiðlun í Noregi að þessi ágæti maður hefði með einu plöggi bjargað allri þjóðinni frá vírus. Það er dálítið skritið að hugsa til þessa í dag en þá voru tengingarnar ekki svo margar og aðeins brot af því sem fljótlega varð. Þetta þætti sérkennilegt í dag ef hægt væri að afnetvæða heilt land með einu plöggi. En þannig var það. Þarna sat maður á alheims-

samskiptunum og mig minnir að ég hafi um tíma unnið á þeirri tölvu sem þessi tenging fór í gegnum.“

## Þetta var nýr heimur

„Þetta var auðvitað nýr heimur sem var að verða til og í byrjun voru það einkum háskólar og rannsóknastofnanir sem voru tengd. Eitt af því sem kom út út þeirri vinnu sem fór fram á rannsóknastofnuninni var sú tækni sem varð undirstaða að GSM farsímakerfinu. Menn voru á vaktinni og opnir fyrir öllum tæknimöguleikum og nýjungum sem komu fram. Þar á meðal „videoconferencing“ tækni sem verið er að nýta er komin frá þessari stofnun.“ Jón segir ánægjulegt að fá tækifæri til þess að vinna við skemmtilega hluti. „Við unnin mikið að uppbyggingarstarfi einkum er tengdist vefnum og ég má segja að við vorum með fyrstu aðilum í Noregi til þess að nýta þessa tækni. Einn starfsmaður úr þessum hóp fór til Sviss og var með í að skrifa þá staðla en við hinir höldum áfram starfi okkar í Noregi og í gegnum það starf unnum við svo með að byggja vafrann.“



## Úr tveimur í 750 manns

Jón segir að Opera hafi í dag yfir 300 milljónir virka notendur víðs vegar um heim jafnvel í Kína. Hann segir kínverska markaðinn þó nokkuð sérstakan og nokkuð lokaðan. „Það er ekki svo einfalt fyrir fyrirtæki að ná markaðshlutdeild í Kína. En Opera hefur engu að síður nokkrar milljónir notenda í Kína og er mjög ráðandi í mörgum öðrum löndum. Hún er er mjög sterk og oft stærst í löndum á borð við ríki Austur Evrópu bæði í farsímu og PC tölvum. Einnig á Indlandi og í mörgum löndum Afríku. Við náðum fljótt mjög góðri aðstöðu í þessum hlutum heimsins og ég vil að miklu leyti þakka það því að við byggðum forritið til notkunar þar sem nettingar væru miðlungs góðar og jafnvel lélegar og tölvubúnaður ekki af fullkomnustu gerð. Við reyndum þannig að laga okkur að þeim aðstæðum sem notendur okkar áttu við að búa hvort sem þær væru góðar eða slæmar. Við höfum líka reynt að gera viðmótið einfalt og auðskiljanlegt án þess að það komi niður á getu þess. Þarna höfum við nýtt okkur hugsunina að gera flókna hluti á einfaldan hátt hvort sem um síma eða PC tölvur er að ræða. Við vorum sterkir á símamarkaðnum og það er athyglisvert að þetta verður til í Noregi en Norðurlandþjóðirnar voru mjög sterkar að þessu leyti. Nokia í Finnlandi og Erikson í Svíþjóð sem kom fram með skemmtilega tækni. Við unnum með þessum fyrirtækjum og fleirum að þróa ýmsa tækni. Við unnum fyrir Sony og fleiri aðila.“ Jón segir að þeir hafi verið tveir vinnufélagar hjá rannsóknarstofnunni sem byrjuðum að þróa Operu. „Smátt og smátt urðum við fleiri sem unnum að þessu og þegar ég hætti sem stjórnandi í fyrirtækinu á árinu 2010 þá taldi starfsliðið um 750 manns í tólf löndum.“

## Stór ákvörðun að hætta

„Vissulega var það stór ákvörðun fyrir mig að hætta hjá Opera Software. Ég ákvað í framhaldi af því að flytja vestur um haf. Til Bandaríkjanna og prufa eitthvað nýtt. Ég athugaði fleiri möguleika á þessum tíma og var meira að segja að íhuga að flytja aftur til Íslands en þetta endaði á að ég fór til Boston. Ein ástæða þess var að ég vildi hafa greiðar samgöngur hingað heim og ekki alltof langt flug. Þótt ég tæki þessa ákvörðun hefur það verið draumur minn að gera eitthvað á Íslandi og ég hef verið að láta þann draum ræstast að undanfögnu. Þessi vettvangur hér á Seltjarnarnesi er hluti af því. Eftir tveggja áratuga starf við internetið þá hef ég orðið margvísleg tengsl inn í frumkvöðlageirann og víðar um í gegnum þá vinnu sem ég get nýtt mér. Nú set ég stefnu á að vera með formleg samskipti við frumkvöðlasetur í Noregi, sem stýrt er af fyrrum sölu- og markaðsstjóra Opera, Rolf Assev. Það setur hefur svo áframhaldandi tengsl við aðra svipaða miðstöð í Berlín og í Kísildalnu í Bandaríkjunum.“

Ég er að vinna að stofnun álika frumkvöðlasetur í Boston í Bandaríkjunum þar sem ég er búsettur. Það setur mun heita Innovation house sem er sama nafn og setrið á Eiðistorgi hefur fengið.“

## Hef mikla trú á að byggja upp fyrirtæki á Íslandi

„Ég hef líka verið að vinna að uppbyggingu nýs fyrirtækis sem hugsað er fyrir stærri notendur sem gera meiri kröfur og eru upp-teknir af því að hafa meiri stjórn á sínum gögnum. Nokkuð sem við erum að byggja upp og ætlunin er að setja upp þjónu því tengdu hér á landi. Svo hef ég verið að fjárfesta

í og taka þátt í starfi fyrirtækja hér. Fyrirtækja á borð við greitt.is, þar sem hægt er að bjóða greiðsluþjónustu á netinu. Einnig ferðasöluþjónusta á netinu. Einnig ferðasöluþjónusta á netinu. Einnig ferðasöluþjónusta á netinu. Hef líka fjárfest í þeim. Við erum að þróa sjónvarpsþjónustu yfir netið. Þetta er mjög skemmtileg og vel hönnuð þjónusta sem strákarnir í nýja OZ hafa verið að búa til og fleira mætti nefna. Þetta er lítill hópur sem er að vinna að þessu en þeir eru að gera mjög góða hluti. Svo má nefna Smartmedia og vefsíður þeirra og vefverslanir. Eining Do hop sem er leitavél fyrir flug og hótél þar sem lögð er áhersla á samsettar ferðir. Og svo get ég nefnt Örnú í Bolungarvík. Ég er að reyna að fylgja þessum aðilum af stað vegna þess að ég hef mikla trú á að byggja svona fyrirtæki upp hér á landi. Við erum með þessa grænu orku og ég tel áhugavert að byggja Ísland upp sem stað til þess að hýsa efni. Öflugur sæstrengr eða strengir eru auðvitað hluti af slíkrri uppbyggingu og við sjáum betur og betur hvernig íslensk fyrirtæki eru að nýta þær flutningsleiðir sem þegar eru fyrir hendi. Ég get eðlilega ekki fjárfest í öllum fyrirtækjum sem verið er að koma á fót hér en reyni að leggja mitt af mörkum þar sem ég get orðið öðrum að liði.“

## Finn fyrir mikilli orku hjá fólki

En aftur að Nesinu. Já - mér þykir ákaflega vænt um Seltjarnarnes og raunar Ísland í held sinni. Ég er fæddur hér og alinn upp og stoltur af mínum heimahögum. Mér finnst fallett á Seltjarnarnesi. Við höfum alvöru sjó og alvöru öldur og sýn á Sæfellsjökul. Seltjarnarnes tiltölulega lítill bær en ekki langt frá Reykjavík. Þetta er líka ákveðið samfélag og ég þekki talsvert til

hér. Ég er líka stoltur af mínu góða fólki hér á landi. Ef ég yrði spurður hvort ég myndi vilja flytja aftur á Seltjarnarnes þá myndi ég ekki svara neitandi. Við höfum það gott vestanhafs en fjölskylda mín er hrifin af því að koma til Íslands. Það er ef til vill galli hjá mér að hafa ekki látið börnin læra íslenska en það er hluti af því að eiga norska konu og norskan því alltaf verið heimilismál hjá okkur. Svo dettur enskan inn hjá þeim svona sem alþjóðamál. En hver veit. Einu sinn skildu Norðmenn og Íslendingar hvorir aðra. Gammel norsk hljómar um margt líkt og sú íslenska sem við tölum enn þann dag í dag. Málin eru skyld. En mér finnst alla vega gaman að fylgjast áfram með þessum fyrirtækjum. Fólkið kemur með sínar hugmyndir og vill fylgja þeim eftir. Vinnan fylgir mér alltaf eftir hvort sem ég fer heim eftir vinnudag eða eitthvað annað. Ég hef verið í þannig vinnu að að hún fylgir mér alltaf eftir. Heilinn er alltaf virkur stundum koma bestu hugmyndirnar þegar maður er að gera eitthvað allt annað,“ segir Jón von Tetzchner. Þegar tíðindamaður yfirgefur Innovation house á Eiðistorgi er liðið að hádegi. Í fundarsal frumkvöðlasetursins er verið að halda fyrirlestur. Fullt af fólki að fylgjast með fyrirlesaranum. Áhugsamt og einbeitt. Full af orku.



Hringbraut 119  
Sími: 55 44444

**KOMDU MEÐ BÍLINN Í FRÍA TJÓNASKOÐUN**

## Vottað réttinga- og málingarverkstæði

GB Tjónavíðgerðir er réttinga- og málingarverkstæði vottað af Bilgrinasambandinu. Við tryggjum hámarksgeði með því að nota fyrsta flokks tækjabúnað og efni. Styðjumst við tækniupplýsingar framleiðanda um hvernig skuli staðið að viðgerð.



**Tjónaskoðun**  
Við skoðum bíllinn og undirbúum tjónamatíð sem sent er til tryggingafélaga.



**Framrúðuskipti**  
Skriptum um framrúður og önnurnum annars konar rúðuskipti. Sjáum um óil rúðutjón jafnt límdar rúður sem og aðrar, ásamt glerheirnsinum á bíl.



**Mössun / snyrting á lakki**  
Við bjóðum upp á ráðleggingar og gerum tilbúið í lakkmössun og blettanir.



**Dekkþjónusta**  
Sparaðu tíma. Við getum skipt um dekk á bílnum á meðan hann er í viðgerð.



**Rétting og máling**  
Við vinnum eftir stöðlum framleiðanda og notum aðeins viðurkennd efni og tækjabúnað sem stenst trústu kröfur.



**Bílavottur / djúphreinsun**  
Bjóðum við upp á almennan bílavott, djúphreinsun, bón ofi. Frír pvottur fylgir öllum viðgerðum.



**Innréttingar / áklæði**  
Tökum að okkur viðgerðir á sætum, innréttingum ofl.



**Smáviðgerðir**  
Samhlíða viðgerðum getum við skoðað ástand helstu slitflata og öryggisþátta, s.s. bremsur.

Græn heilsa á Ægisíðu með nýja þjónustu:

## Heilsufarsmælingar að kostnaðarlausu



Verslunin Græn heilsa býður nú upp á nýja þjónustu til viðbótar við sölu á lífrænum næringarefnum, heilsu- og hjúkrunarvörum og húðkrema án aukaefna. Fyrir stuttu tók til starfa hjá fyrirtækinu hjúkrunarfræðingur með meistaragráðu í lýðheilsuvísindum, Helga Margrét Clarke.

„Ég sé um hjúkrunarvörusviðið, sáraumbúðir, heilsufarsmælingar og ráðgjöf. Jafnframt störfum hjá Grænni heilsu er ég í doktorsnámi hjá Hjartavernd. Hjá Grænni heilsu býð ég upp á kostnaðarlausar heilsufarsmælingar eins og blóðþrýstings-, súrefnismettunar- og blóðsykurmælingar ásamt heilsuráðgjöf,” segir Helga Margrét Clarke.

„Jón Ársæll sjónvarpsþáttamaðurinn góðkunnur kom á nýbyrjuðu ári í heilsu- og hjúkrunarmælingar árla dags og hefur í framhaldi ákveðið að hefja heilsuáttak með Grænni heilsu á nýju ári. Jóni Ársæli fannst gott til þess að vita að heilsufarsmælingarnar eru skráðar niður fyrir alla þá sem það vilja og þannig hægt að fylgjast með þróuninni og árangri. Hugmyndin með almennum heilsufarsmælingunum er að geta gefið einstaklingum kost á að fylgjast með eigin heilsu sjálft og möguleika á að grípa í taumana áður en ástandið er orðið alvarlegt. Heilsufarsmælingarnar gagnast öllum, ungum sem öldnum. Með reglubundum mælingum er hægt að fylgjast með þróuninni og ef svo ber undir og getur örlítil

lífstílsbreyting, eins og bætt næringarástand og aukin hreyfing snúið við óhagstæðru þróun.” Ef mælingar sýna hins vegar þörf er á læknaaðstoð þá bendir Helga Margrét fólki á að sækja sér læknaaðstoðar. Hægt er að panta tíma með því að hringja, koma við í Grænni heilsu eða í gegnum tölvupóst (hjukrun@celsus.is).

Helga Margrét hefur góða reynslu af að vinna með Sorbact sáraumbúðir, sem einnig eru seldar hjá Grænni heilsu og kemur sú þekking og reynsla að góðum notum.

- Er talsvert um það að fólk þurfi að leita til ykkar með sáraumhirðu og sáraumbúðir?

„Já, það kemur að fólk leiti til okkar varðandi sáraumhirðu og aðstoð þar af lútandi og þá er gott að geta veitt þessa þjónustu. Umbúðir þessar eru notaðar á öllum stærstu og jafnframt minni sjúkrahúsum nágrennalanda og eru einnig að ryðja sér til rúms hér heima.

Ég hef stundað skautaiþróttina á Akureyri um allmörg ár einnig þjálfað þar og tel mig því hafa umtalsverða reynslu í ráðgjöf fyrir íþróttafólk. Til verslunarinnar leitar mikið af íþróttafólki, jafnvel atvinnuþróttamenn, sem og námsfólk og fólk á öllum aldri, en þetta fólk á það sammerkt að vilja vera öruggt um að það sé að fá hrein lífræn næringaefni af bestu gerð,” segir Helga Margrét Clarke hjúkunnarfræðingur.

## Leila Boutique opnar á Eiðistorgi



Laufey Birkisdóttir snyrti-, nudd- og förðunarfræðingur.

Laufey Birkisdóttir snyrti-, nudd- og förðunarfræðingur sem lærði í Englandi og París opnaði nýverið snyrtistofu og verslun á Eiðistorgi undir heitinu Leila Boutique. Hún segir í samtali við Nesfréttir ástæðu þess að hún valdi þennan stað þá að staðsetningin sé góð og þróunin allstaðar sú að litlar verslunarmiðstöðvar í nágrenni séu að höfða til fólks.

„Fólk vill getað gengið, hjólað eða ekið stuttar vegalengdir. Eiðistorgið er að lifna aftur við og fólk er að sækja þangað í meira mæli en var. Auk verslunarstarfsemi er menningarfulltrúi Seltjarnarnesbæjar að standa fyrir allskyns viðburðum og uppákonum á torginu. Vesturbæingar sækja hingað jafnt enda er Eiðistorg í næsta nágrenni en fólk

kemur einnig allstaðar að. Ég myndi vilja fá rúllustiga upp á efri hæðina og mála þakið hvítt. Þegar er lyfta til staðar á torginu en rúllustigi myndi bæta aðgengi að efri hæðinni til muna,” segir Laufey. Snyrtistofan Leila Boutique hefur upp á bjóða alla almenna snyrtingu úr Clarins snyrtivörum en stefna Clarins er að vörurnar verði lausar við öll óæskileg aukaefni í lok þessa árs. Gel neglur og naglavörur munu bætist við og einnig Bare minerals make up vörurnar svo og undirföt, skart og fleira í framtíðinni. Laufey var áður með Snyrtistofuna Guerlain á Óðinsgötu í 101 um í átta ár. Clarins kynning verður hjá Leila Boutique næstkomandi föstudag og eru allir velkomnir.



Munio Minningarkort Kvinnfélagsins Seltjarnar  
Til styrktar kirkjuguðni Seltjarnarneskirkju  
Þau fast á Þegarshrifstofu Seltjarnarness  
Austurströnd 2 - Sími: 595 9100

16 ára reynsla og þekking í sölu fasteigna

www.frittsoluverdmat.is

ANDRI SIGURÐSSON  
Löggiltur fasteignasali

s. 690 3111



RE/MAX  
LIND

# Viðburðaríkt afmælisár

Liðið er 45. starfsár Kvenfélagsins Seltjarnar. Í tilefni þessara tímamóta færðu félagskonur gjöf til þeirra barna er fæddust í bæn-um á árinu. Gjöfin var handprjón-uð húfa og vettlingar. Alls voru 70 sett færð að gjöf. Við vildum bjóða þessa ungu íbúa velkomna í heiminn með hlýlegri gjöf og óska fjöl-skyldum þeirra allra heilla.

Svo skemmtilega vildi til að síð-ustu börnin á árinu voru tvíburar, stúlkur fæddar 30. desember 2013. Foreldrar þeirra eru Selma Hrund Kristbjarnardóttir og Atli Freyr Fjöl- nisson. Þau voru svo vinsamleg að leyfa okkur að taka mynd af stúlku- num er þeim voru færðar gjafirnar.

## Sáu um göngu um Nesið

Á árinu var margt annað að sýsla, meðal annars undirbjuggum við og sáum um göngu- og menningarferð um Seltjarnarnes fyrir konur í Kven- félagasambandi Gullbringu- og Kjós- asýslu. Niutíu konur úr hinum ýmsu félögum í sambandinu tóku þátt í göngunni og nutu veitinga á eftir í

safnaraðheimili kirkjunnar, sem okkar félagskonur sáu um.

Eitt af því skemmtilega sem gerðist á árinu var að við fengum framtíðar húsnæði á neðri hæð kirkjunnar, sem við erum mjög ánægðar með.

## Konudagur í kirkjunni

Í undirbúningi er konudagurinn í kirkjunni 23. febrúar þar sjáum við um veitingar eftir messu og tókum einnig virkan þátt í messunni. Það verður þekkt kona sem talar í messunni, Yrsa Sigurðardóttir, rithöfundur með meiru og verður fróðlegt að heyra hvað hún hefur fram að færa. Það eru 23 ár síðan konudagurinn varð okkar dagur í kirkjunni.

## Næsta starfsár

Nú er verið er að undirbúa aðal- fund og félagsstarfið fyrir næsta starfsár. Að starfa í svona félagi gefur mikið, bæði andlega og líkamlega. Enn vantar fleiri konur til starfa. Því væri þess vel virði að koma í heimsókn og kynna sér störf félags-



Svo skemmtilega vildi til að síðustu börnin á árinu sem fæddust á Nesiinu voru tvíburar, stúlkur fæddar 30. desember 2013. Foreldrar þeirra eru Selma Hrund Kristbjarnardóttir og Atli Freyr Fjöl- nisson. Og færði Kvenfélagið Seltjörn þeim gjöf á tímamótunum.

ins. Tekið verður vel á móti öllum og nýjar félagskonur verða boðnar hjartanlega velkomnar í hópinn. Seltjarnarkonur óska bæjarbúum inni- lega til hamingju með 40 ára afmæli bæjarins og þökkum samstarfið á liðnum árum. Í stjórn Seltjarnar eru;

Ragnhildur Guðmundsdóttir formað- ur, Erna Kristinsdóttir varaformað- ur, Katrín Ásgeirsdóttir, gjaldkeri og Birna E. Óskarsdóttir ritari.

Birna E. Óskarsdóttir.



# DURAVIT



PHILIPPE STARCK

IOI  
ÍSLEIFUR  
JÓNSSON

Dragháls 14 - 16  
110 Reykjavík

Sími 4 12 12 00  
Fax 4 12 12 01

www.isleifur.is



## FÉLAGS- OG TÓMSTUNDASTARF ELDRI BÆJARBÚA

Margt skemmtilegt er að gerast í félagsstarfinu hjá eldri bæjarbúum. Undirbúningur er hafinn vegna afmælisárs bæjarins og taka eldri bæjarbúar þátt með ýmskonar framlagi.

„Óvissuferðin“ okkar í janúar var farin í Höfða. Anna Karen Kristinsdóttir upplýsingafulltrúi tók afskaplega vel á móti 40 manna hópi eldri bæjarbúa. Fólk fræddist um sögu hússins, gæddi sér á sherry og konfekt og gekk um og dáðist að þessu fallega húsi og innviðum þess. Eftir Höfða var ekki farið lengra en yfir á Höfðatorg og þar á Íslensku kaffistofuna þar sem boðið var upp á kaffi og tertu. Þeir sem vildu gátu tekið sér far með lyftunni upp á 22. hæð og horft yfir borgina. Útsýnið var þó ekki eins og best var á kosið þar sem það fór að kyngja niður snjó stuttu áður en við komum. Kirkjan stóð fyrir helgistund og þorramat þriðjudaginn 4. febrúar. Vel var mætt og góð skil gerð á mat og meðlæti.

Söngfólkið okkar tók lagið í safnanótt með litlu snillingunum við góðar undirtektir. Næstu dagar og vikur verða með nokkuð hefðbundnu sniði og samkvæmt útgefni dagskrá. Þó er vert að minna á:

**Nikkukvöld: Fimmtudagskvöld 20. febrúar kl. 20.00.** Þá ætlum við að syngja, spjalla og dansa og njóta léttra veitinga og samvista hvert með öðru. Salurinn Skólabraut. Allir velkomnir / Skráning og nánari upplýsingar í síma 8939800.



Frá óvissuferð eldri borgara í Höfða.

**Félagsvist: Þriðjudagskvöld 25. febrúar kl. 19.30.** Varðan, kvennadeild slysavarnardeildarinnar býður eldri bæjarbúum í félagsvist í salnum Skólabraut. Allir velkomnir. Veitingar.

**Samvera yngri og eldri: Miðvikudagskvöld 26. febrúar kl. 20.00.** Félagsmiðstöðin Selið / Skelin.

**Bingó í golfskálunum: Þriðjudagurinn 11. mars kl. 14.00.** Allir velkomnir. Byrjum að keyra fólk í skálann kl. 13.30.

Allar upplýsingar um dagskrá, skráningu og annað fást í félagsaðstöðunni á Skólabraut og hjá Kristínu í síma 8939800.

## UMHVERFISHORNID

### Fuglalífið á liðnu ári

Nýlega kom út skýrsla um varpfugla og annað fuglalíf á Seltjarnarnesi sumarið 2013.

Krían er efst á lista yfir þá fugla sem fylgst er með. Hún er algengasti varpfuglinn á Seltjarnarnesi. Hún hefur staðið í ströngu undanfarin ár vegna ætisskorts í hafinu, er kær flestum vegna nábyllis við manninn. Krían er afar merkilegur fugl fyrir þær sakir að hún fer allra dýra jarðarinnar lengst á ferðum sínum milli varp- og vetrarstöðva.

Kríuvarpið sumarið 2013 var í góðu meðallagi. Rúmlega 2000 pör og jók það bjartsýni manna um að krían væri að ná sér á strik og að vonandi kæmust einhverjir ungar á legg. Varpíð var öflugast í Suðurnesi, mest í óræktinni í Dal. Varpíð í Gróttu var hlutfallslega lítið, sömuleiðis var lítið varp á Snoppu og nær ekkert við Bakkatjörn. Þó varpið hafi gengið vel framan af, var afkoma með unga með afbrigðum slök.

#### Misheppnaðist hjá álfthjónunum

Varp misheppnaðist hjá álfthjónunum á Bakkatjörn, egginn voru ófrjý. Varpíð gekk vel hjá grágæsum og æðarfugli, en lítið sást af andarungum. Árið 2012 var varp skeiðandar staðfest í fyrsta sinn á Seltjarnarnesi, í Dal, þó grunur hafi leikið um, að hún hafi orpið þar áður. Þá varp líka hávella í Dal. Varp mófugla gekk vel og ekki hafa jafn mörg tjaldspör fundist með unga fyrr. Lítið hettumásvarp var í Gróttu. Svartþröstur er nú algengur í gördum á Seltjarnarnesi.

#### Mikilvægur viðkomustaður farfugla

Seltjarnarnes er mikilvægur viðkomustaður fyrir farfugla, bæði þá sem eiga leið um landið milli varpstöðva á Græn-

landi, Íshafseyjum, Kanada og vetrarstöðva í Evrópu og V-Afríku, sem og íslenska varpfugla. Margásin er meðal þeirra sem sem dvelur lengst á vorin, þær geta skipt hundruðum. Minna sást af rauðbrystingi við Bakkatjörn. Brandönd er að festa sig í sessi sem reglulegur haustgestur á Bakkatjörn. Auk þess sem steggur dvaldi þar í nokkra mánuði um vorið. Nokkrir sjaldgæfir fuglar sást á árinu og ein tegund bættist við lista Seltjarnarness 2012, ránfuglinn bláheiðir.

#### Fríðlýsa þarf Dal í Suðurnesi

Það er kominn tími til frekari fríðlýsingar á Seltjarnarnesi, Garðabær og Kópavogur hafa fríðlýst sína hluta af verndarsvæðinu Skerjafirði, nú er komið að Reykvíkingum og Seltirningum að hefja verndarkerkið á loft. Jafnframt er nauðsynlegt að fríðlýsa Dal í Suðurnesi og kominn tími til að ljúka deiliskipulagi á golfvellinum og í Suðurnesi. Óræktarmóinn í Dal er mikilvægasta varpsvæði fugla á Seltjarnarnesi og stækkun bílastæða inn á þetta svæði er ekki til umræðu.

Jarðvegstíppur í Snoppu er til mikillar óþrýði og hann drekkti hinni sjaldgæfu giljafækju, sem eingöngu vex á örfáum stöðum á landinu. Um tíma hefur verið rætt um að bæta aðstöðu til fuglaskoðunar á Nesinu og er hafinn undirbúningur við að reisa fuglaskoðunarhús við Bakkatjörn. Nauðsynlegt er að halda áfram vöktun þeirri á fuglalífi Seltjarnarness sem stunduð hefur verið frá aldamótum.

Heimildir: Skýrsla Jóhanns Óla Hilmarssonar, formanns Fuglaverndar. Skýrslan verður sett á vef bæjarins innan tíðar.

Margrét Pálsdóttir,  
formaður umhverfisnefndar.

## Legsteinar og fylgihlutir

Frí uppsetning á höfuðborgarsvæðinu og frí sending út á land á öllum keyptum legsteinum

Mikið úrval - Gerið verðsamanburð



Steinsmiðjan Mosaik

Hamarshöfða 4 - 110 Reykjavík - sími 587 1960 - www.mosaik.is

# NES FRÉTTIR

Auglýsingasími 511 1188

# Ágreiningur um sjóvarnir á Seltjarnarnesi

Halldór Halldórsson nefndar-  
maður í Skipulags- og mannvirkja-  
nefnd Seltjarnarnesbæjar telur  
að upplýsa þurfi um öll samskipti  
bæjarverkfræðings við Siglinga-  
málastofnun vegna leyfis til tíma-  
bundinnar haugsetningar sunn-  
an á Seltjarnarnesi á svæðinu frá  
byggðarenda og að Lindarbraut að  
undangengnu samþykki Umhverf-  
isstofnunar. Einkum á tímabilinu  
frá fundi skipulagsnefndar 15.  
október til ritunar minnisblaðs  
frá 9. desember sl. og jafnvel að  
fara lengra aftur í tímann ef ein-  
hver samskipti hafa farið fram  
um breytt mat á sjóvörnum. Þetta  
kemur fram í bókun hans á fundi  
skipulags og umferðanefndar

Í bókun Halldórs segir að við  
kynningu þessa máls hafi verið lögð  
fram teikning sem sýndi mat á þörf  
á sjóvörnum á Seltjarnarnesi. Teik-  
ningin sýni alla strandlengju Seltjarn-  
arness. Merkt hafi verið á hana með  
heilli breiðri línu meðfram strönd-  
inni þar sem sjóvarnir væru í lagi.  
Náði sú lína meðal annars um allt  
Suðurnes. Merkt var með brotinni  
línu þar sem segir „styrkingar þörf“  
og var það við enda Kotagrandar þar  
sem trönur standa nú sunnan við  
eiðið milli Gróttu og lands.

## Augljóst að bæjarverk- fræðingur leit til Siglinga- málastofnunar

Í bókuninni kemur fram að á  
fundinum hafi Stefán Eiríkur Stef-  
ánsson bæjarverkfræðingur einkum  
annast kynningu málsins. Hann hafi  
aðallega lagt áherslu á að styrkja  
þurfi sjóvarnir á stuttum kafla við

norðvestanvert Suðurnes í grennd  
við ljóskastarahús. Var mat Stefáns  
all frábrugðið framlagðri teikningu  
Siglingamálastofnunar sem fyr-  
ir fundinum lá. Afgreiðsla málsins  
varð sú að málið var kynnt eins  
og kemur fram hér að ofan. Bæj-  
arverkfræðingur var falið að kanna  
heilðar efnisþörf vegna sjóvarna  
á Seltjarnarnesi á næstu árum. Hall-  
dór óskaði þá eftir að einnig kæmi  
fram að leitað yrði álit Siglinga-  
málastofnunar aftur og jafnvel fleiri  
ráðgjafa sem hefðu sérþekkingu  
á sjóvörnum. Fundarritari Þórður  
Búason taldi svo augljóst að bæjar-  
verkfræðingur myndi leita til Sigl-  
ingamálastofnunar og jafnvel fleiri  
aðila að slík viðbótarsetning væri  
öþörf. Síðan segir í bókuninni.  
„Þann 17. janúar síðastliðinn barst  
mér bréf frá Þórði Búasyni vegna  
fundar Skipulagsnefndar í dag  
þann 28. janúar. Með bréfinu fylgdu  
þrjú viðhengi. Eitt þeirra var bréf  
tækni- og umhverfissviðs Seltjarn-  
arness, „Minnisblað um sjóvarnir“  
unnið af Stefáni Eiríki Stefánssyni  
þann 9. desember 2013. Efni bréfs-  
ins var: Heildarefnisþörf vegna  
sjóvarna á Seltjarnarnesi á næstu  
árum. Álit þetta er svo frábrugðið  
öllum gögnum sem ég hef fengið  
að sjá á liðnum áratugum um sjó-  
varnir á Seltjarnarnesi að ég tel að  
frekari upplýsinga sé þörf. Einnig  
verði og kynnt öll gagnaöflun bæjar-  
verkfræðings hjá öðrum ráðgjöfum  
sem leitað var til og þeir tilgreindir  
og hvað hefur verið unnið í þessum  
málaflokki á síðast liðnum áratug.



# GÓLF- MOTTUR við innganginn borga sig

CORAL®

Vörn gegn óhreinindum  
og bleytu

**KJARAN**

SÍÐUMÚLA 14 • 108 REYKJAVÍK • SÍMI: 510 5510 • www.kjaran.is  
OPIÐ VIRKA DAGA KL. 8 - 18.

OTTO AUGRISNINGSTÓFA

**Ræstingar / Teppahreinsun  
Steinteppahreinsun / Bónvinna  
Meðhöndlun Náttúusteins  
Hreingerningar / Flutningsþrif  
Húsfélagþjónusta ofl.**

**Ræsting og Ráðgjöf ehf**

Ahliða hreingerningarþjónusta

S. 519 7500 • 770 4630

www.clean.is



Gerir við allar tegundir startara, alternatora, beinar  
innspýtingar, rafmagn í bílum og bátum.

**Sævar**

Bíla- og bátarafmagn

Sími 561-1466 - Kirkjubraut 13, Seltjarnarnesi

rafmagn@mi.is



## Fjórtán gull til Gróttu

Fjórtán gull fóru til Gróttu á þrepamóti FSÍ sem fór fram í febrúar. Keppt var í 1. til 5. þrepi Fimleikastigans. Þrjátíu og tvær stúlkur frá fimleikadeild Gróttu tóku þátt í mótinu og stóðu sig mjög vel, alls fengu þær 36 verðlaunapeninga og þar af fjórtán gull.

Nanna Guðmundsdóttir sigraði í 1. þrepi í flokki 14 ára og yngri. Arnþís Ásbjörnsdóttir varð í 2. sæti og Selma Eir Hilmarsdóttir varð í 3. sæti í 1. þrepi 15 ára og eldri. Laufey Jóhannsdóttir sigraði í 3. þrepi 10 ára og Sunna Kristín Ríkhardsdóttir varð í 2. sæti í 3. þrepi 11 ára. Katrín Sigurðardóttir varð í 3. sæti í 4. þrepi 11 ára. Auk þessa fengu stúlkur frá deildinni fjölmörg verðlaun á einstökum áhöldum. Næsta fimleikamót er Bikarmót FSÍ sem að fer fram í mars. Fimleikadeildin verður með lið í öllum þrepum stúlkna á Bikarmótinu og er það gott merki um það að uppbygging síðustu ára er að skila sér í auknum fjölda iðkenda á efri getustigum. Þess má einnig geta að fimleikadeildin sendir að þessu sinni drengjalið til keppni í 5. þrepi, en



Arnþís Ásbjörnsdóttir og Selma Eir Hilmarsdóttir.

nokkur ár eru liðin síðan deildin náði að manna heilt drengjalið á Bikarmót. Það verður virkilega spennandi að fylgjast með fimleikaiðkendum á Seltjarnarnesi á næstunni. Þjálfarar eru þau Anna Sóley Jensdóttir, Daniella Perla Belányi, Dominica Alma Belányi, Eszter Hotváth, Gabriella Belányi, Gábor Kiss, Sesselja Järvelä og Zoltan Kiss. Við hvetjum áhugasama um að fylgjast með starfi deildarinnar á heimasíðu félagsins [www.grottasport.is](http://www.grottasport.is) og síðu fimleikadeildar á facebook „Gróttu fimleikadeild“.

## Unnur áfram með Gróttu

Hornamaðurinn knái, Unnur Ómarsdóttir, hefur skrifað undir áframhaldandi tveggja ára samning við Handknattleiksdeild Gróttu. Unni þarf vart að kynna en þetta er hennar þriðja tímabil með Gróttu.

Á þeim tíma sem hún hefur leikið með Gróttu hefur hún sannað að gildi sitt og tryggt sér sæti í

A-landsliði kvenna. Unnur var í desember tilnefnd til Íþróttamanns Gróttu. Þetta eru sannkallaðar gleðifrétir að Unnur skuli hafa skrifað undir áframhaldandi tveggja ára samning við Gróttu. Unnur er lykilmáður í Gróttuliðinu og er markahæst sem stendur með 74 mörk í 13 deildarleikjum.

## Gróttu í undanúrslit bikarkeppninnar

Sannkallaður stórleikur í átta liða úrslitum Coca Cola bikars kvenna fór fram miðvikudaginn 5. febrúar sl. en þá komu Framarar á Nesið og öttu kappi við okkar stúlkur. Það er skemmt frá því að segja að okkar stúlkur höfðu forystu allan leikinn og leiddu með fimm mörkum í leikhléi, 13-8.

Fjölmargir áhorfendur gerðu leið sína í Hertz-höllina í kvöld og studdu Gróttuliðið vel í leiknum. Strax í upphafi leiks voru Gróttustúlkur mikið ákveðnar. Þá náði 6-2 forskoti og létu það ekki af hendi. Þegar leiktíminn var úti hafði Gróttuliðið unnið fjögurra marka sigur, 23-19. Gróttuliðið lék feiknarsterka vörn allan leikinn með Írisi Björk Símonardóttur í gríðarstuði allan leikinn en hún varði 27 skot í leiknum. Framarar höfðu fá svör við góðum varnarleik Gróttunnar en liðið er ríkjandi Íslandsmeistari. Með sigrinum er Gróttuliðið komið í undanúrslit bikarkeppninnar en leikið er samkvæmt Final 4 fyrirkomulagi sem þýðir það að



Fögnuðurinn var innilegur eftir sigur á Framstúlkum.

undanúrslitaleikirnir og úrslitaleikurinn fer fram í Laugardalshöllinni sömu helgi. Undanúrslitin fara fram fimmtudaginn 27. febrúar næstkomandi. Gróttu mun mæta Stjörnunni í undanúrslitum.

Markaskor Gróttu voru: Unnur Ómarsdóttir - 6 mörk, Anett Köbli - 4 mörk, Lene Burmo - 4 mörk, Laufey Ásta Guðmundsdóttir - 3 mörk, Eva Björk Davíðsdóttir - 3 mörk, Tinna Laxdal - 2 mörk og Lovísa Thompson - 1 mark. Í markinu lék Íris Björk Símonardóttir á alls oddi og varði 27 skot.

GETRAUNANÚMER

GRÓTTU ER

170



Sími: 588 9705  
[www.skautaholl.is](http://www.skautaholl.is)

### Opnunartímar:

Mánud. Þriðjud og Miðvikud.  
12:00 til 15:00  
Fimmtudaga  
12:00 til 15:00 og 17:00 til 19:30  
Föstudaga  
13:00 til 19:30  
Laugardaga og Sunnudaga  
13:00 til 18:00  
Skólar og sérhópar: Mánudag til föstudags  
10:00 til 15:00



## Gróttustúlkur í öðru sæti

Eftirfarandi stúlkur voru í liðinu á RIG: Ásdís Lóa, María Elísabet, Diljá Sól, Kristín Klara, Birna Ósk, Arnhildur, Hanna Guðrún, Katrín Viktoría, Marta, Þóra, Hera og Ásta Dagmar. Þjálfarar hópsins eru þær Harpa Hlíf Bárðardóttir og Katrín Eyjólfsdóttir.

Gróttustúlkur lentu í öðru sæti á hópfimleikamóti RIG sunnudaginn 26. janúar þegar keppt var í hópfimleikum á Reykjavík International Games (RIG) í Laugardalshöll.

Lið fimleikadeildar Gróttu

keppti í 2. flokki á mótinu og gerði sér lítið fyrir og varð í 2. sæti, Gerpla varð í 1. sæti og Fjölnir í 3. sæti. Stúlkurnar hafa bætt sig mikið í vetur og æfa nú af kappi fyrir næstu mót.



Hafsteinn Egilsson veitingamaður á Rauða Ljóninu.

## Rauða Ljónið 25 ára

Rauða Ljónið fagnar 25 ára afmæli sínu laugardaginn 1. mars, en þann dag verður þess líka minnst að þá eru 25 ár frá því heimilt var að selja bjór á Íslandi. Rauða Ljónið og Kringlukuráin er einu kránar sem tóku til starfa þann dag og eru enn nánast óbreyttar.

„Við munum gera okkur dagamun og þá með okkur tryggu viðskiptavinum, en í tilefni dagsins verður bjórinn seldur á sama verði og var fyrir tuttugu og fimm árum,“ segir Hafsteinn Egilsson á Rauða Ljóninu. Hann segir fleira verða gert á tímamótunum, þar verði húllumhæ.

„Við höfum rekið Rauða Ljónið í fimm ár. Þann tíma hafa veitingar ekkert hækkað í verði og við ætlum ekki að hækka í fyrirséðri framtíð. Rauða Ljónið hefur því lagt sitt lóð á vogarskál stöðugleika í landinu, enda löngu orðið klassískt.“ Rauða Ljónið hefur aukið þjónustu sína enn frekar, en nú er opið í hádeginu alla daga og þá er meðal annars seldur heimilismatur. „Þessari nýbreytni hefur verið vel tekið sem

er virkilega gaman, enda er Eiðis-torgið að eflast og umferð um það fer vaxandi,“ segir Hafsteinn.

Það voru þeir Árni og Þorleifur sem stofnuðu Rauða Ljónið og rákum það með sóma. Það var fyrir fimm árum sem Hafsteinn Egilsson og María Hilmarsdóttir tóku við rekstrinum.

„Þetta hefur gengið vel og Rauða Ljónið er fyrir löngu orðið fastur punktur í lífi margar Seltirninga og vesturbæinga. Sífellt fleiri hafa áttað sig á að hjá okkur er hægt að panta mat og taka með heim, og flestir eru þeirrar skoðunar að pizzurnar okkar eru góðar, svo ekki sé talað um hina rómuðu hamborgarana. Þegar leikið er í enska boltanum er margt um manninn hjá okkur. Stuðningsmenn hina ólíku liða hittast hér, mynda hópa og hafa gaman af. Við ætlum að gera vel við þessa góðu viðskiptavinum okkar af tilefni afmælisins og erum búin að setja upp fjóra 70 tommu hágæðaskjái. Okkur er ekkert að vanbúnaði, við bjóðum upp á það besta,“ segir Hafsteinn Egilsson að lokum.

## SELTIRNINGUR MÁNAÐARINS

Seltirningur mánaðarins að þessu sinni er Ari Bragi Kárasón trompetleikarir. Ari Bragi var á dögnum valin bæjarlistamaður Seltjarnarness 2014.

**Fullt nafn?** Ari Bragi Kárasón.

**Fæðingard. og ár?** 9. febrúar 1989.

**Starf?** Hljóðfæraleikari og tónlistar-kennari.

**Farartæki?** Suzuki Jimmy 4x4.

**Helstu kostir?** Sá sami líklega og minn helsti galli. Lifi lífinu eftir tilfinningu í stað röksemdar oft á tíðum! Compulsive segir maður á enskunn.

**Eftirlætis matur?** Árstiðarbundið og staðarbundið. Líklegast þó nautakjöt með geggjúðu sallati og sætum kartöflum.

**Eftirlætis tónlist?** Mjög bylgjukennt (þó ekki útvarpstöðin Byljan) – Hef mikið verið að hlusta á R&B tónlist uppá síðkastið og skoðað soldið svona vinsæla poppið í dag, það er margt gott hægt að finna þar innan um allt ruslið.

**Eftirlætis íþróttamaður?** Þeir eru nokkrir á mismunandi íþróttarsviðum sem vekja áhuga hjá mér. Ólympíski lyftarinn, Dimitry Klokov, spretthlauparinn Michael Johnson, crossfítamaðurinn Rich Froning, handboltamaðurinn Guðjón Valur Sigurðsson, fótboltamaðurinn Cristiano Ronaldo og auðvitað Usain Bolt.

**Skemmtilegasta sjónvarpsefnið?** Horfi sama og ekkert á sjónvarp en datt inni þættina Homeland fyrir slysi sem ég sá í flugvél. Skemtileg ádeila á leyniþjónustu bandaríkjana.

**Besta bók sem þú hefur lesið?**

10 Letters To a Young Poet, Rilke.

**Uppáhalds leikari?**

Verð að segja að í upphaldi þessa dagana er Christian Bale, stórleikur í myndinni Out Of Furnice.



**Besta kvikmynd sem þú hefur séð?** “Good Will Hunting” kemur fyrst upp í huga.

**Hvað gerir þú í frístundum þínum?** Mér finnst algjör snilld að fara í úttiklefan í öllum veðrum í Neslauginni og slappa af.

**Fallegasti staður sem þú hefur komið á?** Þórsörk, hálandi Íslands, Grand Canyon, Central Park og Svissnensku Alparnir.

**Hvað metur þú mest í fari annarra?** Drifkraft og metnað.

**Hvern vildir þú helst hitta?** Eyða tíma með John Coltrane eða Miles Davis.

**Uppáhalds vefsíða?** Youtube.com  
**Hvað vildir þú helst fá í afmælisgjöf?** Átti afmæli fyrir stuttu og fékk frábærar og heimakærar gjafir.

**Hvað myndir þú gera ef þú ynnir 5 milljónir í happdrætti?** Panta mér heimsreisu ferð og bjóða Ragnarí Árna Ágústssyni með mér.

**Hvað myndir þú gera ef þú værir bæjarstjóri í einn dag?** Leggja til að lögð verði drög að frjálsíþróttarvelli á Seltjarnamesi.

**Að hverju stefnir þú í framtíðinni?** Mörg plön ! Taka allt sem ég get alla leið og klára samkvæmur sjálfum mér.

**Hvað gerðir þú í sumarfríinu?** Ferðaðist, spilaði, æfði, keppti og sólaði mig.

## Eru tryggingarnar þínar í lagi?

VÍS



Kristinn Rúnar Kjartansson

kristinnk@vis.is

Sími 560 5155 | GSM 820 0762

Byð faglega tryggingaráðgjöf og tilboð í tryggingar fyrir bæði einstaklinga og fyrirtæki.

Það er mikilvægt að tryggingarnar séu í takt við þarfir þínar eða fyrirtækis þíns hverju sinni.

Hafðu samband og ég fer yfir málin með þér.

VÍS – þar sem tryggingar snúast um fólk



Hringbraut 119

Sími: 55 44444



*Rosamúffa  
með súkkulaði*



*Pekanpa*



*Sósur*



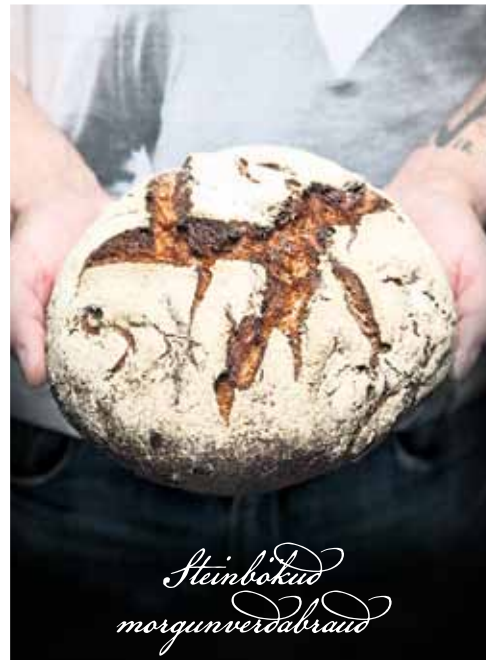
*Bailey's terta*



*Kaka ársins*



*Satabolla  
með passion-rjóma*



*Steinbökud  
morgunverðbraud*



*Rosaterta*



*Broskallar*

*góðgæti frá Jóa Fel*

# Konudagur að hætti Jóa Fel

Fullt af kökum og kruðeríi til að gleðja elskuna sína.

Bakaríð er opið alla virka daga frá kl. 7 - 18 og frá kl. 8 - 17 um helgar.

Verið hjartanlega velkomin.



\*Samkvæmt greiningu Creditinfo.

BAKARÍ

Holtagarðar & Smáralind & Kringlan & Garðabær & Hringbraut