Vesturbæjarblaðið

Dreift frítt í öll hús í póstnúmer 101 og 107

OKTÓBER 2019

Vesturbæjarútibú við Hagatorg

10. tbl. 22. árg.

OPIÐ
8-24
ALLA DAGA
Á EIÐISTORGI
HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

- bls. 4-6
Viðtal við
Magnús Skúlason
arkitekt

- bls. 6
Hverfið mitt

Hugmyndahús Grósku bráðum tilbúið

Hugmyndahús Grósku verður bráðum tilbúið í Vatnsmýrinni.

Framkvæmdir við Grósku Hugmyndahús sem nú rís í Vatnsmýri eru langt komnar. Byggingafyrirtækið Arnarhvol sem er að stórum hluta í eigu Björgólfs Thor Björgólfssonar annast framkvæmdir. Verkefnið er hluti af Vísindagörðum HÍ og er unnið í samvinnu við skólann.

Gróska mun hýsa öflug fyrirtæki. CCP verður með nýjar höfuðstöðvar á þriðju hæð hússins og er gert ráð fyrir að að þær opni í febrúar á næsta ári. Höfuðáhersla verður lögð á aðstæður til samskipta og tengsla, hvort sem það er innan hússins eða við fræðasamfélag háskólasvæðisins. Gróska er bygging sem ætlað er að hýsa gróðrarstöð hugmynda, þar sem öflug fyrirtæki dafna við hlið nýrri sprota. Einyrkjum og fyrirtækjum í nýsköpun, þróun og rannsóknum gefst kostur á að vera með aðstöðu í húsinu.

Haga—
vagninn
- Hofsvallagata 52 -

World Class opnar í vor í Grósku

Þá má geta þess að World Class mun opna í byrjun mars 2020 stórglæsilega 2000 fm heilsuræktarstöð á jarðhæð í nýbyggingu Grósku í Vatnsmýrinni við hlið Háskóla Íslands. Stöðin verður fullútbúin heilsuræktarstöð í heimsgæðaflokki eins og stöðvar World Class eru þekktar fyrir. Stöðin mun innihalda fullbúinn tækjasal með Life Fitness og Hammer Strength tækjum, hjólasal, heitan hóptímasal með infrarauðum hita í lofti og gólfi ásamt hita og rakatækjum fyrir Hot Yoga og almennan hóptímasal. Í stöðinni verður heitur pottur, kaldur pottur fyrir víxlböð og kæliþjálfun, infrarauð sauna og þurrgufa. World Class í Vatnsmýri verður því sú sextánda í hópi glæsilegra stöðva sem fyrir eru.

Í gamla Héðinshúsinu, Seljavegi 2

Góð þjónusta – Hagstætt verð

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

Reykjavíkur Apótek

Seljavegur 2 | Sími: 511-3340 | Fax: 511-3341 | www.reyap.is | reyap@reyap.is

Súpukjötstilboð!

Lambafile með fiturönd á tilboði
Súpukjöt, gulrætur og rófur á tilboði

Melabúðin
Þín verslun
Sími 551-0224

helgina 25. - 27. október
- meðan birgðir endast

Halloween grasker
kr 199 kr/kg

prentun.is

Vesturbæjarblaðið

Útgefandi: Borgarblöð ehf.
Eiðistorgi 13-15 • 172 Seltjarnarnes • Pósthólf 171
Ritstjóri: Þórður Ingimarsson • Sími 551 1519 • 893 5904
Netfang: thordingimars@gmail.com
Auglýsingasími: 511 1188 • 552 1953 • 895 8298
Heimasíða: borgarblod.is
Netfang: borgarblod@simnet.is
Framkvæmda- og auglýsingastjóri: Kristján Jóhannsson
Umbrot: Valur Kristjánsson
Prentun: Landsprent ehf.
Dreifing: Morgunblaðið
10. tbl. 22. árgangur
Vesturbæjarblaðinu er dreift í hvert hús í póstnúmerum 107 og 101.

Samkomulag sem ber að fagna

Samkomulag sveitarfélaga og ríkisins um samgöngumál á höfuðborgarsvæðinu er ánægjulegt. Það sýnir hvað má gera ef vilji er til. Það sýnir einnig nauðsyn þess að sveitarfélögin komi sameiginlega að svo stóru verkefni.

Lengi höfðu sveitarfélögin unnið hvert fyrir sig og stundum eftir misjöfnum sjónarmiðum um þróun byggðar. Fyrir nokkrum árum hófu þau samstarf um skipulagsmál á vegum SSH – Samtaka sveitarfélag á höfuðborgarsvæðinu.

Fólki hefur fjölgað á suðvesturhorninu á umliðnum árum. Ekkert bendir til að sú fjölgun stöðvist. Fólksfjölgunin veldur því að betur þarf að nýta það takmarkaða landrými sem er fyrir hendi. Þótt skiptar skoðanir hafa verið um þéttingu byggðar þá er flestum að verða þessi staðreynd ljós.

Á sama hátt þarf að huga að samgöngum. Samgöngumálin verða ekki endalaust leyst með fjölgun einkabíla. Það þýðir þó ekki að bíllinn eigi að hverfa. Það þýðir að byggja þarf og hlúa að öðrum samgöngum og gera þær notendavænar.

Uppbygging höfuðborgarsvæðisins er með þeim hætti að víða eru íbúðabyggðir í talsverðri fjarlægt frá atvinnubyggðum. Með fjölgum íbúa er fólk fyrst nú að finna fyrir umferðatöfum. Hingað til hafa þær tæpast þekkst. Og þá er hrópað á lausnir. Lausnir frá hinu opinbera. Frá ríki og sveitarfélögum.

Nú hafa forráðamenn sveitarfélaganna á höfuðborgarsvæðinu sest niður til að móta stefnu og framkvæmdaáætlun til frambúðar í samvinnu við ríkið. Því ber að fagna.

Byggt ofan á Hagamel 67

Þannig myndi Hagamelur 67 líta út eftir að byggt hefði verið þriggja hæða íbúðhús ofan á verslunarhúsnæðið. Teikning T.Ark. arkitektar.

Hugmyndir eru um að byggja þrjár íbúðarhæðir ofan á verslunarhúsið við Hagmel 67. Þann 30. ágúst sl var lögð fram fyrirspurn hjá skipulagsfulltrúa frá Kristjönu Margréti Sigurðardóttir um hækkun hússins á lóðinni nr. 67 við. Hækkunin felst í að byggja allt að þriggja hæða íbúðarhúsnæði ofan á núverandi verslunarhúsnæði, samkvæmt uppdrætti T.Ark. Arkitekta ehf.

Fyrirspurninni var vísað til umsagnar verkefnisstjóra og hefur nú verið lögð fram að nýju ásamt jákvæðri umsögn skipulagsfulltrúa frá 25. september sl. Ýmis starfsemi hefur verið í húsinu í gegnum árin. Meðal annars sjoppa, bókabúðin Úlfarsfell, Prentsmiðjan Skákprent, bakarí og hverfiskráin Haukur í Horni. Ísbúð Vesturbæjar er á Hagamel 67. Einnig Fisherman fiskverslun og eldhús, blómabúð, Gallerí Vest og Thai Grill. Hugmyndir eru um að hver íbúðarhæð verði 320 fermetrar að stærð eða alls um eitt þúsund fermetra. Lítið hús Veitna tengir Hagamel 67 við blokkina við Kaplaskjólsveg 27 til 31.

Mathöll í gamla Pósthúsið

Áform eru uppi um að koma á fót mathöll í gamla pósthúsinu, Pósthússtræti 5 í Reykjavík. Einnig hefur verið sótt um leyfi til útiveitinga í porti Pósthússtrætis 3, en í því húsi var gamla miðbæjarlögreglustöðin.

Sendi Fasteignafélagið Reitir sem er eigandi húsanna fyrirspurn til borgaryfirvalda og spurði hvort leyfi fengist fyrir veitingastarfsemi, mathöll, á 1. hæð og í kjallara gamla pósthússins. Einnig var spurt hvort leyfi fengist til að byggja yfir port á lóð Pósthússtrætis 3 og útbúa þar setsvæði í tengslum við mathöllina.

Gamla Pósthúsið og gamla lögreglustöðin til vinstri. Þarna gætu komið veitingar í stað pósts og lögreglu.

Hluti Laugavegs, Skólavörðustígs og Vegamótastígs

Verða varanlegar göngugötur

Samkvæmt tillögu að fyrsta áfanga nýs deiliskipulags miðbæjarins var samþykkt á fundi skipulags- og samgönguráðs nýverið að hlutar Laugavegs, Skólavörðustígs og Vegamótastígs verði gerðir að varanlegum göngugötum.

Einnig verður unnið að hönnun ýmissa lausna til að bæta göturnar og umhverfið. Allt yfirborð, gróður, götugögn og lýsing verður endurnýjað en hönnun svæðisins verður unnin af Arkís arkitektum í samstarfi við Landhönnun. Fyrsti áfangi sem nú er í deiliskipulags- og forhönnunarferli er Laugavegur á milli Klapparstígs og Ingólfsstrætis og Skólavörðustígur á milli Bergstaðastrætis og Laugavegar. Gert er ráð fyrir að deiliskipulagið verði afgreitt á fyrsta ársfjórðungi ársins 2020. Einnig hefur verið samþykkt tillaga um að Laugavegur frá Klapparstíg að Ingólfsstræti, Skólavörðustígur frá Bergstaðastræti að Laugavegi og Bankastræti frá Skólavörðustíg að Þingholtsstræti verði áfram göngugötur í vetur eða frá 1. október 2019 til 1. maí 2020. Þessar götur verða opnar fyrir akstur vegna vöruafgreiðslu kl. 07.00 til 11.00 virka daga og kl. 08.00 til 11.00 á laugardögum á tímabilinu. Önnur umferð ökutækja er óheimil á svæðinu á göngugötutímabilinu og allar bifreiðastöður einnig óheimilar.

Neðsti hluti Skólavörðustíg verður varanleg göngugata.

Kæri nágranni - við þjónum þínu hverfi

Fáðu aðstoð fagmanna okkar við dekkjaskipti og ráðgjöf við val á nýjum dekkjum.

GSI - 5

Óneglanleg - fólksbílar og jepplingar/jeppar

Toyo harðskeljadekk eru einstök við íslenskar aðstæður.

G3S - ICE

Neglanleg - fólksbílar og jepplingar/jeppar

Byltingakennd nýjung frá Toyo. Neglanlegt harðskeljadekk.

Snowprox S 953

Óneglanleg - fólksbílar og jepplingar

Vetrardekk sem býður uppá mjög gott grip, frábæra aksturseiginleika og þægindi í akstri.

Winter Ice Zero

Negld - fólksbílar og jepplingar

Sérhönnuð nagladekkfyrir akstur við erfiðustu vetraraðstæður, glæra hálku og ísingu.

Cinturato Winter

Óneglanleg - fólksbílar og jepplingar

Hönnuð fyrir ískalda og hála vetrarvegi með öryggi og frábæra aksturseiginleika í fyrirrúmi.

Scorpion Winter

Óneglanleg - jepplingar/jeppar

Sérstaklega hannað óneglanlegt vetrardekk fyrir jeppa og jepplinga.

G-force Stud

Negld - fólksbílar og jepplingar

Tryggja fullkomna aksturseiginleika við allar aðstæður og veðurskilyrði.

G-force Winter 2

Óneglanleg - fólksbílar og jepplingar

Frábær vetrardekk án nagla og um leið eitt hentugasta heilsársdekkið á markaðnum.

A/T KO2

Fyrir jeppa

Áratugalöng reynsla erlendis og á Íslandi. Dekk sem er hægt að nota árið um kring.

M/T KM2

Fyrir jeppa

Öflug og endingargóð með munsturkubbum sem ná út yfir axlarsvæði og niður á hliðar.

M/T KM3

Fyrir jeppa

Nýjung frá einum þekktasta framleiðanda í heimi. Öflug dekk til heilsársnotkunar.

Arctic NP3 / NS3

Negld - fólksbílar og jepplingar

Grípa einstaklega vel á ís og hreinsa sig vel í vetrarfærðinni. Góð dekk á mjög góðu verði.

Presa Spike

Negld - sendibílar

Gríðalega sterk og áreiðanleg dekk með hörku vetrarmunstri.

Winter Claw MX

Neglanleg - fólksbílar og jepplingar

Örugg og ódýr vetrardekk. Mikill fjöldi flipa tryggja frábært grip á hálum vetrarvegum.

Wintersafe

Óneglanleg - fólksbílar

Hannað með nútíma flipamunstri sem tryggja gott grip í snjó og
á hálum vegum.

Fiskislóð 30 / 101 Reykjavík / 561 4110 / nesdekk.is

NESDEKK
561 4200

Gamli Vesturbærinn er minn Vesturbær

- segir Magnús Skúlason arkitek

Magnús Skúlason arkitekt spjallar við Vesturbæjarblaðið að þessu sinni. Magnús hefur sterkar skoðanir á byggingum og borgarumhverfi og hefur staðið vörð um menningararfleifð og hlúð að gæðum í borgarlandslaginu í áratugi. Þá hefur hann einnig gagnrýnt ýmislegt sem hefur verið gert í uppbyggingamálum og skipulagsmálum í Reykjavík. Oftar en ekki hefur aðhald og gagnrýni snúið að því hversu hátt byggingar hafa risið. Húsvernd og byggðamynstur hafa lengi verið Magnúsi hugleikin. Hann var einn af þeim sem stóð að stofnun Torfusamtakanna og endurreisn Bernhöftstorfunnar þegar til stóð að rífa húsalengjuna við Lækjargötu og rýma til fyrir nýjum hábyggingum. Bernhöftstorfan stendur enn í dag en önnur hús sem Torfusamtökin reyndu að fá skipulagsyfirvöld til að hætta við að rífa á þessum tíma eins og til dæmis Fjalakötturinn er horfinn. Magnús var einn af einn af stofnendum Íbúasamtaka Vesturbæjar árið 1977 og varð síðar fyrsti formaður íbúasamtaka Miðborgarinnar 2008. Hann átti sæti í byggingarnefnd Reykjavíkur árin 1974 til 1988 og var formaður árin 1979 til 1982. Hann sat einnig í umferðarnefnd Reykjavíkur árin 1986 til 1990.

„Þótt ég búi nú í miðborginni er ég rakinn Vesturbæingur. Fæddur 1937 og uppalinn á Bakkastíg 1 í húsi sem fósturafi minn byggði árið 1919. Sigvaldi Thordarson arkitekt teiknaði viðbyggingu við húsið 1952 og ég bætti síðan við byggingu við suðurgafl þess um 1980. Það var nú fyrst og fremst til að setja svalir út frá rishæðinni. Húsið hefur verið í eigu fjölskyldunnar alla tíð síðan og tvö börn mín af fjórum eiga húsið í dag.“ Magnús segir leiksvæði bernsku sinnar hafa verið ásamt götunni sjálfri Héðinsplanið og Danílelsslippurinn og umhverfið við sjóinn. „Margt var öðruvísi í þá daga og borgir eru eins og lífverur sem mótast með tímunum, en segjast verður eins og er að mér finnst ekki allt til bóta. Oft er eins og halli á gæði hönnunarinnar, manneskjan sjálf týnist. Í gamla daga var líka oft mikil natni lögð í handverkið og stundum voru almenningsrými og byggingar kannski hugsaðar af meiri stórhug“.

Hjólaði í Melaskólann

Magnús gekk í Melaskólann eða réttara sagt hjólaði þangað. „Ég eignast reiðhjól þegar ég var tíu ára svo ég gat því hjólað í skólann. Svo gekk ég í Gagnfræðaskólann við Hringbraut sem var fyrirrennari Hagaskóla, en landsprófi lauk ég í gamla Stýrimannaskólanum þar sem var Gaggó Vest. Síðar var þar til húsa nýstofnaður Vesturbæjarskóli. Mér kemur í hug að síðar þegar ég var búinn að stofna fjölskyldu og eignast börn vorum við að skoða hugmyndir af nýjum skóla í Vesturbænum – Vesturbæjarskólanum því ég var formaður foreldrafélags á þeim tíma. Sá skóli náði þó ekki mínum börnum sem komin voru af aldri þegar fyrsti hluti hans var tekinn í notkun en afabörnin hafa verið það og eru sum enn þar. Að landsprófi loknu lá leiðin í MR. Þaðan fór ég fyrst til Skotlands en fljótlega til Englands. Ég hef alltaf haft mikinn áhuga á umhverfinu í kringum mig og einn hluti þess er byggingalist. Arkitektinn var farinn að blunda í mér en ekkert nám var í boði hér á landi í arkitektúr. Ég stundaði nám við Strathclyde University í Glasgow 1961 til 1962 en lauk prófi frá Oxford School of Architecture í Englandi 1968.“

Stofnuðum Torfusamtökin

Áhugi Magnúsar á húsvernd hófst snemma. „Já - upphafið að verndun húsa kemur að einhverju leyti frá námsárum mínum í Englandi. Þar er mikið af gömlum húsum sem móta umhverfið. Sjálfur bjó ég síðasta árið mitt í 400 ára gömlum Tudor cottage. Á þessum tíma voru að verða til hreyfingar um húsvernd og breytt skipulag borga bæði í Bretlandi og Bandaríkjunum og ekki má gleyma bókinni Livet mellem husene eftir danska arkitektinn Jan Gehl sem kom út 1971 og varð nánast okkar biblía. En sú bók kom einmitt loksins út á íslensku í fyrra sem minnir okkur á að skilaboðin og erindið eiga ennþá við. Svo hafði auðvitað bernskuumhverfið áhrif, öll bárujárnsklæddu timburhúsin sem ég ólst upp á meðal.

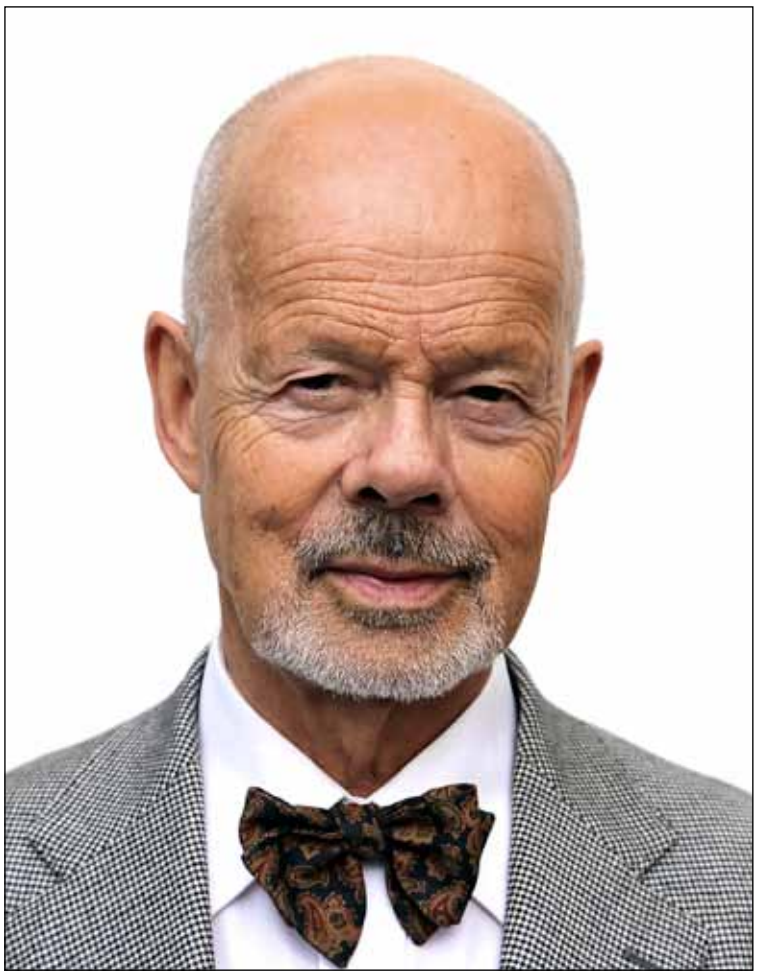
Á þessum tíma var ætlun yfirvalda að rífa Bernhöftstorfuna elstu götumynd borgarinnar sem var þá í mikilli niðurníðslu og talin nánast ónýt en þar átti að byggja stærðar stjórnarráðshús. Þá tókum við okkur til hópur fólks með áhuga á húsvernd og stofnuðum Torfusamtökin en fyrsti formaður samtakanna var Guðrún Jónsdóttir arkitekt. Á stofnfundinum flutti Megas kvæði sitt við eigin undirleik sem byrjaði svona:

Óli með ýturnar
afmá vill spýturnar
danskar fúnar og ljótar.

Eitt fyrsta verk okkar var að mála framhlið allra húsanna. Litina valdi Magnús Tómasson myndlistarmaður sem stjórnaði aðgerðum. Þetta var heilmikil aksjón á fögrum laugardegi að vori. Lögreglan var í vafa um hvernig bregðast átti við en lét okkur í friði. Framhald þess máls þekkja allir. Hætt var við að rífa Torfubygginarnar, þær friðaðar, hafist handa við endurbyggingu þeirra og viðgerðir og þeim fengið hlutverk. Ég held að engum hafi komið til hugar á síðari árum að ráðast í nýbyggingar á þessum stað.“ Við héldum þá að við hefðum unnið stórsigur, að niðurrifi húsa yrði hætt en ballið var bara að byrja og stendur enn. Þótt skilningur á varðveislu húsa hafi stóraukist eru enn öfl sem meta byggingararfleifðina lítils. Það eru helst peningaöflin.“

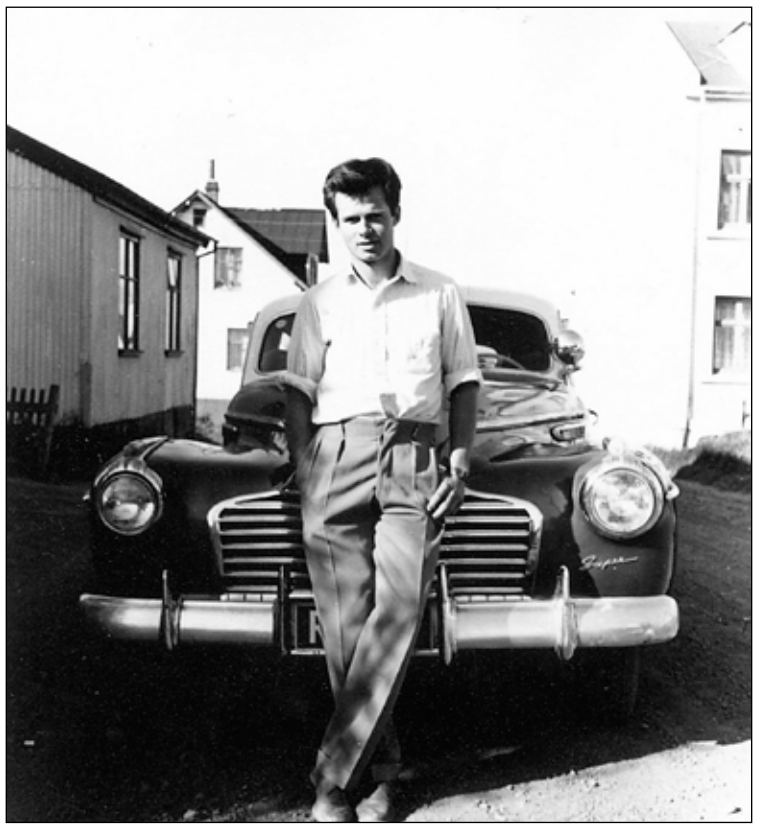
30 kílómetra götur og hraðahindranir

Svo stiklað sér á stóru í starfsævi Magnúsar þá rak hann eigin teiknistofu í Reykjavík 1968 til 1970. Starfaði í Ósló á árunum 1970 til 1972. Rak síðan teiknistofu með Sigurði Harðarsyni frá 1974 til 1990. Magnús starfaði fyrir Húsafriðunarnefndar ríkisins 1993 til 2007 síðari árin sem forstöðumaður. Magnús fór snemma að huga að húsvernd í Vesturbænum. “Við, hópur áhugafólks um velferð hverfisins stofnuðum Íbúasamtök Vesturbæjar árið 1977. Hlutverk þeirra samtaka var m.a. að sporna gegn niðurrifi húsa, fella tré til að gera bílastæði og bætts umhverfis. Og einnig að vinna að öryggi barna en slys á gangandi börnum voru allt of tíð. Við beittum okkur fyrir að settar voru upp hraðahindranir og að 30 kílómetra hámarkshraði yrði settur á íbúðagötur. Fyrsta 30 kílómetra hverfið í Reykjavík var Gamli Vesturbærinn og þar með fyrstu hraðahindranirnar. Ég hannaði þær fyrstu minnir mig í Garðastræti en þær voru þannig gerðar að gangstéttin var framlengd þvert yfir götuna sem auðveldar umferð fólks með barnavagna og hjólandi eða gangandi. Þannig vil ég enn hafa hraðahindranir en ekki ljótar malbiksklessur eins og sjást of víða. Þótt ég sé yfirleitt á móti einstefnum gatna reyndist nauðsynlegt að setja einstefnu á vestasta hluta Vesturgötu vegna þess að ökuhraði þar náði ekki ósjaldan allt að 70 km hraða, fólk á leið í bæinn eins og það var kallað. Þá voru kortlagðar gönguleiðir skólabarna og þveranir gatna ákvarðaðar eftir þeim. Þessar aðgerðir höfðu fljótt góð áhrif, hægðu á bílaumferðinni og slys á börnum nánast hættu. Áhuginn á íbúamálum í Vesturbænum hefur líka erfst á milli kynslóða því Ásta Olga dóttir mín er nú formaður Íbúasamtaka Vesturbæjar.“



Magnús Skúlason arkitekt.

FERSKUR FISKUR DAGLEGA
MIKIÐ ÚRVAL SPENNANDI FISKRÉTTA
VERIÐ VELKOMIN
FISKBÚÐIN VEGAMÓT
Nesvegur 100
Símar 562-1070, 896-4243
Opið virka daga kl. 10 - 18:30



Magnús ungur fyrir framan bifreið af gerðinni Buick árgerð 1953.

Tillaga að byggingum á Héðinsreit. Magnús segir þessa tillögu aldrei koma til framkvæmda enda um skelfilega hugarsmíð peningaafla að ræða.

Hækka gatnamót og lýsa gangbrautir

Magnús segir að umferðarmálin í Vesturbænum séu sér ofarlega í huga einkum Hringbrautin. "Hringbrautin sker í sundur Vesturbæinn eins hann er í dag. Hún er önnur umferðargatan af einungis tveim til að komast út á Granda og Seltjarnarnes. Umferð er því gríðarleg og of hröð og á eftir að aukast því mikið stendur til að byggja út við sjó. Yfir þessa götu þurfa börnin úr gamla Vesturbæ að fara til að sækja m.a. íþróttir, tónskóla og Hagaskóla svo eitthvað sé nefnt. Hér áður var þetta leyst að hluta með strætó sem hét Austurbær-Vesturbær hraðferð og Seltjarnarnes vagninum sem gekk eftir Vesturgötu, Bræðraborgarstíg og út Kaplaskjólsveg. Strætisvagna af minni gerð sárvantar bæði í Vesturbæ og Miðborgarsvæði. Vagnar sem fara í gegnum hverfin."

Skjólsæl og upphituð strætóskýli

„Ég sé fyrir mér að þetta verði leyst með sjálfakandi nettum rafmagnsvögnum í framtíðinni. En það þarf líka að grípa til aðgerða strax. Þær gætu falist í að gatnamótum Hringbrautar yrði upp í gangstéttarhæð með breyttu yfirborði þar sem væru gönguleiðir með alveg sérstakri lýsingu. Þetta er meðal tillagna sem hafa komið frá Íbúasamtökum Vesturbæjar um bætt öryggi barna. Hvað varðar hina miklu bílaumferð um götuna er vonast til að hún minnki með bættum almenningasamgöngum sem ganga að vísu hægt. Til gamans get ég rifjað upp að á árunum 1978 til 1982 þegar við komum að stjórn borgarinnar lögðum við til bætt strætisvagnakerfi með aukinn tíðni og upphituðuð biðskýlum. Það var blásið á þá hugmynd því þá var bara einkabíllinn í forgangi. Í vændum er að bæta strætókerfi en því ekki að hafa skjólsæl og upphituð skýli í stað þeirra skjóllitlu sem nú eru."

Háhýsavæðingin – ekki til að auka gæði

Annað sem veldur Magnúsi áhyggjum eru of háar byggingar sem hafa verið og eru að rísa og eru enn á teikniborðunum. "Háar byggingar mynda skugga, magna upp vind og taka oft útsýni frá öðrum. Hér hefur þróunin orðið sú að reisa háar byggingar yst við sjóinn en byggja lægra baka til. Þannig er verið að skerma sjóinn af með háhýsum. Þetta er að mínu mati ekki til að auka gæðin í borgarrýmunum. Því þarna er ekki verið að byggja manneskjulegt umhverfi þar sem gott er að ganga, hjóla eða bara vera, heldur þveröfugt. Á okkar norðlægu slóðum verður ekkert líf á milli hús ef byggt er þannig að skuggavarp sé í hámarki. Eins og skuggavarp getur verið notalegt í heitu loftslagi, þá er það jafn ónotalegt hér hjá okkur. Ég tel því að hámarkshæðir í íbúðarhverfum eigi að vera þrjár hæðir. Það skiptir líka máli hversu langir veggir eru, hvor sól og birta kemst inná milli.

Kannanir sýna að börn verða frekar veik ef sólar og birtu nýtur ekki við. Um það skrifaði m.a. Guðmundur Hannesson læknir fyrir 100 árum. Með rangri byggingarstefnu í borginni mætti jafnvel segja að byggt hafi verið heilsuspillandi húsnæði, a.m.k. að hluta til. Það er líka heilsuspillandi að búa til bílaborg eða umhverfi sem hvetur fólk ekki til þess að hreyfa sig. Sem betur fer er mikil umræða um lýðheilsu og breyttar samgöngur í dag en við þurfum að gera miklu betur til þess að sýna að vilji sé í alvöru fyrir hendi. Vilji til þess að búa til borg fyrir fólk og láta peningaöflin lúffa. Stór hluti vandans eru ofurbyggingarheimildir í deiliskipulagi frá því eftir 2000. Fjárfestar sem telja sig eiga þann rétt gefa lítið eftir og borgaryfirvöld hafa ekki treyst sér til að minnka þann rétt nema að hluta vegna ótta um fébætur. Mikil vinna hjá starfsfólki borgarskipulags hefur farið í að leiðrétta þessi mistök og hefur töluvert áunnist eins og varðveisla húsa við Laugaveg eða Alliance hússins. Enn er samt tekist á um niðurrif á því svæði og nú síðast við Vatnsstíg. Það er gamla sagan að slagurinn stendur um úreltar heimildir í skipulagi."

Vandi að byggja inn í eldri byggðir

Mikil þétting byggðar hefur átt sér stað að undanförnu í Reykjavík. Hvað segir Magnús um hana. Hann segir þetta hugtak megi rekja allt aftur til áranna frá 1978 til 1982. Þá hafi verið skipulögð byggð og byggt á auðum svæðum eins og t.d. Ártúnsholti og Suðurhlíðum. Lág og þétt byggð. "Á þeim tíma lá fyrir frábær tillaga Guðrúnar Jónsdóttur arkitekts að þéttingu byggðar frá Laugavegi niður að sjó sem tók mið af þeirri byggð sem fyrir var. Þeirri tillögu var hafnað af nýrri borgarstjórn sem tók við árið 1982 og byrjað var síðan að byggja háhýsin við Skúlagötu ofan í lágreistri byggð við Lindargötu ásamt niðurrifi á stórmerkilegum húsum úr atvinnu- og byggingarsögunni. Sennilega mesti skaði sem hefur verið unnin í Reykjavík frá upphafi.

Framhald á bls. 6.

Framhald af bls. 4-5.

Hugmyndir að byggingum við Mýrargötu. Á gamla leiksvæði Magnúsar Skúlasonar.

Svo tók við önnur borgarstjórn í öðrum lit árið 1994 og þá var bætt í hæðina við Skúlagötu með árangri sem flestir þekkja. Ég held að flestir geti verið sammála um að þétta eigi byggð. En það er ekki sama hvernig það er gert. Það á ekki að þétta þar sem hún er þéttust og lóðaverð hvað hæst. Árangur af því sjáum við í dag með íbúðum sem ekki er markaður fyrir. Það virðist sem hugmyndin um fallega sýn um þéttingu byggðar hafi þynnst út og farið var að nota þéttingu byggðar yfir allskonar útfærslur sem unnu gegn upphaflegu hugmyndafræðinni."

Lítið hlustað á athugasemdir

"Þegar ég horfi til æskustöðva minna í Vesturbugtinni og míns gamla leiksvæðis þar sem var Danielsslippurinn niður af Bakkastíg verður mér hugsað til nýsamþykkts deiliskipulags þar sem eiga að koma of háar byggingar og úr takti við hin fíngerða mælikvarða byggðarinnar fyrir ofan. Reykjavíkurborg á þetta landsvæði og því þarf ekki að semja við lóðareigendur um nýtingu. En um það eru skýrar reglur í menningarstefnu í mannvirkjagerð og aðalskipulagi hvernig eigi að byggja í eldri hverfum: Áhersla skal lögð á heildarmynd og mælikvarða þegar byggt er í og við eldri byggð. Íbúasamtökin og íbúar hverfisins hafa gert athugasemdir við þetta en það er lítið á það hlustað.

Hábyggingar og lúxusíbúðir

Nú stendur til að byggja á fjörum reitum vestast í borginni við Ánanaust, Bykoreit, Landhelgisreit og Héðinsreit. "Ég óttast mjög að þar muni bygginnar rísa hátt og við eigum eftir sjá auglýstar lúxusíbúðir með frábæru útsýni, sem að hefur verið tekið frá öðrum, og verðlagið verður eftir því. Stígurinn með fram sjónum sem er sameiginleg eign borgarbúa verður líklega ennþá meira í skugga alla morgna vegna þessara bygginga. Þétting má því ekki ekki fara úr böndum þannig að hún komi niður á þeim íbúum sem fyrir eru. Það virðist því miður stöðugt vera gerast. Það er raunalegt að íbúar þurfi að standa í stappi við borgaryfirvöld sem eiga að gæta hagsmuna þeirra. Munum sjá það m.a. á Bykoreitnum á horni Hringbrautar og Ánanausta þar sem nú er verið að auglýsa nýtt deiliskipulag. Þar er fyrirhuguð byggð langt úr takti Gamla Vesturbæjarins og vísað til þegar byggðra blokkabygginga sem verða að skoðast sem skipulagsmistök. Síðan er bætt duglega við. Deiliskipulagið er greinilega einnig í andstöðu við gildandi markmið Aðalskipulags 2010 til 2030 sem eru að borg fyrir fólk sé leiðarljós aðalskipulagsins. Í stað höfuðáherslu á aukið byggingamagn er sjónum beint að hinu smáa og fíngerða í borgarumhverfinu. Æskilegt er að til verði þétt, fjölbreytt og skjólsæl byggð í manneskjulegum mælikvarða. Markmið aðalskipulagsins er að skapa borg þar sem húsið, gatan og opna rýmið er myndar órofa heild. Það eru líka skýr markmið í Menningarstefnu í mannvirkjagerð hvernig byggja á nýtt í eldri hverfum: Áhersla skal lögð á heildarmynd og mælikvarða þegar byggt er í og við eldri byggð." Magnús bætir við í lokin að fræðsla um hönnun og gæði borgarumhverfis skipti líka gríðarlegu máli og bót sé í máli að komin sé arkitektadeild í Listaháskólanum hér." Magnús hefur sjálfur kennt smiðum í áraraðir aðferðir við viðhald og uppbyggingu gamalla húsa sem og veitt ráðgjöf á Árbæjarsafninu til almennings sem er að gera upp húsin sín. Þá er Magnús þekktur um allt land vegna ráðgjafar um viðhald og endurgerðir gamalla kirkja sem prýða sveitir okkar og skipa svo stóran sess í menningarsögu og byggingarlist Íslendinga.

Hverfið mitt

- kosið 31. október til 14. nóvember

Nú er unnið að undirbúningi fyrir næstu kosningar fyrir "Hverfið mitt" sem verða frá 31. október til 14. nóvember nk. Íbúar kjósa á vefnum hverfidmitt.is og verkefnin sem fá brautargengi koma til framkvæmda á næsta ári. Stillt er upp 25 verkefnum sem íbúar geta kosið um. Hugmyndir að verkefnum voru fengnar frá íbúum með hugmyndaleit á liðnum vetri.

Alls hafa 78 verkefni orðið að veruleika í Vesturbæ en á liðnu sumri hófust framkvæmdir við verkefni sem íbúar kusu á liðnu ári. Þá völdu íbúar í Vesturbænum þessi verkefni: Gönguþverun við verslunarhverfi á Granda. Fjölnota hreysti- og klifursvæði. Strætóskýli við Melaskóla. Tennisvöll við íþróttahús Hagaskóla. Gönguþverun yfir Hofsvallagötu við Reynimel. Hundagerði við Vesturbæjarlaug. Grenndargáma í Vesturbæinn vestan Tjarnar. Gönguþverun við Ægisborg. Að bæta gatnamót Framnesvegar og Vesturgötu. Leiktæki á Hringbrautarróló. Endurtyrfa sparkvöllinn við Skeljagranda. Leggja göngustíg að strætóskýli við Suðurgötu. Setja upp hjólabraut við Grandaskóla. Púttvöll á grasið við spennistöðina. Flest þessara verkefna eru þegar tilbúin eða komin á framkvæmdastig. Uppsetning hjólabrautar mætti andstöðu þegar kom að því að setja hana upp, bæði við Grandaskóla og einnig á opnu svæði við Faxaskjól, þannig að hún var sett upp tímabundið bak við Vesturbæjarlaug. Þar er í deiliskipulagsferli að koma fyrir hundagerði, sem er annað verkefni sem íbúar kusu.

Bletturinn bak við Vesturbæjarlaug þar sem koma á hundagerði fyrir.

102 Reykjavík orðið að veruleika

Póstnúmerið 102 Reykjavík hefur formlega tekið gildi. Nýtt póstnúmerahverfi afmarkast af Suðurgötu í vestri, Hringbraut í norðri, Bústaðavegi og Öskjuhlíð í austri og strandlínu í suðri. Innan hins nýja póstnúmers er að finna Háskóla Íslands og Háskólinn í Reykjavík. Stúdentagarða Háskóla Íslands, háskólagarða HR og Vísindagarðasvæðið, ásamt Reykjavíkurflugvelli. Þar er einnig að finna gömlu og nýju byggðina í Skerjafirði, nýju byggðin á Hlíðarenda og útivistarperluna í Nauthólsvík. Mörk fyrir póstnúmer 105 og 107 haldast óbreytt.

Borgarráð samþykkti 17. janúar á þessu ári að óska þess við póstnúmeranefnd Íslandspósts að Vatnsmýrin fengi póstnúmerið 102. Það var samþykkt í júní. Samþykkt var í borgarráði í sumar að greiða kostnað Íslandspósts vegna breytingarinnar. Alls er um að ræða 2,3 milljóna kostnað. Þegar málið var tekið fyrir í borgarráði bárust alls fimm umsagnir vegna breytinganna. Jákvæðar komu meðal annars frá Knattspyrnufélaginu Val og framkvæmdaaðilum á Hlíðarenda en íbúasamtök í Skerjafirði, Prýðifélagið Skjöldur, mótmæltu þeim harðlega. Þau vildu fá að halda áfram að vera í póstnúmeri 101. Þá lýstu einhverjir íbúar áhyggjum af því að fasteignaverð gæti lækkað í verði við breytinguna.

Séð yfir Hlíðarendasvæðið sem verður í 102 Reykjavík.

Þinn árangur
Okkar keppikefli
Fagleg og persónuleg
þjónustu á sviði fjármála
og viðskipta.
grantthornton.is
Grant Thornton
Endurskoðun • Skattur • Ráðgjöf

Fríkirkjusöfnuðurinn 120 ára

- verður minnst við messu sunnudaginn 17. nóvember

Fríkirkjusöfnuðurinn verður 120 ára í nóvember. Þess verður minnst með hátíðaguðsþjónustu í Fríkirkjunni sunnudaginn 17 nóvember næst komandi tveimur dögum fyrir sjálfan stofndaginn sem er 19. nóvember. Athöfnin hefst kl. 11.00 að morgni og verður útvarpað á RÚV Rás 1.

Fríkirkjan var nýtt lýðræðisafl í samfélaginu og hefur alla tíð verið íslensk grasrótarhreyfing. Fríkirkjan var stofnuð af venjulegu fólki – íslenskri alþýðu en ekki af goðum eða höfðingjum erlends eða innlendu ríkisvaldi. Fjölskyldur iðnaðarmanna voru í fararbroddi við stofnun Fríkirkjunnar en aðrar starfsstéttir einkum sjómenn og bændur utan af landi sem voru þá að flytja til bæjarins lögðu hönd á plóg. Fríkirkjan hefur frá upphafi verið helguð mannréttindabaráttu þar sem víðari sýn, kvenréttindi og almennt umburðarlyndi voru höfð að leiðarljósi. Á þeim tíma höfðu konur ekki kosningarétt og takmarkaða möguleika til menntunar. Séra Ólafur Ólafsson annar prestur Fríkirkjunnar var framfarasinnaður jafnréttismaður. Hann var á sínum tíma einn fremsti baráttumaður fyrir frelsi og almennum mannréttindum kvenna. Talið er að allt að helmingur íbúa Reykjavíkur hafi tilheyrt Fríkirkjunni á fyrri hluta síðustu. Þjóðkirkjan brást við þessu með því að skrá fólk í sína söfnuði án þess að spyrja um vilja þess. Ástæður þessa hafa að öllum líkum verið af fjármunalegum toga. Til að geta innheimt sóknargjöld af fólki burt séð frá því hvar það vildi vera í trúarlífi og kirkjustarfi. Á undanförnum áratugum einkum þeim tveim síðustu eða því sem liðið er af þessari öld. Þeir eru nú um tíu þúsund og fer fjölgandi. Rauður þráður í starfi Fríkirkjunnar hafa verið mannréttindi sem hún metur ofar trúarlegum kreddum.

Barnakórinn við Tjörnina eða barnakór Fríkirkjunnar setur sterkan svip á kirkjustarfið og tengir ungt fólk kirkjunni. Hér er kórinn við fjölskyldustund í kirkjunni sunnudaginn 13. október sl. Kórinn tekur reglulega þátt í athöfnum kirkjunnar. Stjórnandi kórsins er Álfheiður Björgvinsdóttir. Mynd: Brynjólfur Bragason.

Glæsilegur undirfatnaður í verslunni Ynju Glæsibæ

Glæsibær - Álfheimar 74 - S. 544 4088 - www.ynja.is

BÍLAVIÐGERÐIR GRANDA

S: 562 5999 S: 669 5999

FISKISLÓÐ 83 - 101 REYKJAVÍK

Zeppelin og söluturninn

Gamla myndin að þessu sinni var tekin 17. júní 1930. Þá varð hinn einstaki atburður af loftfarið Graf Zeppelin flaug yfir Reykjavík. Graf Zeppelin var 235 metra langt loftfar og því mjög stórt fyrirbæri.

Á þessum tíma voru einhverjar vonir bundnar við að þarna væri kominn lykill að framtíðar ferðum fólks um heiminn. Það varð þó ekki og flugvélar og síðar farþegaþotur leystu þá þörf. En margt annað fróðlegt má sjá á myndinni. Hvernig Miðborgin leit út fyrir rétt tæpum 90 árum. Á myndinni má meðal annars sjá Lækjartorg en það eina sem lítið hefur breyst er söluturninn sem nú hefur verið endurbyggður. Hann var reistur á Lækjartorgi fyrir konungskomuna árið 1907. Rögnvaldur Ólafsson arkitekt teiknaði húsið. Fyrsti eigandi söluturnsins var Einar Gunnarsson ritstjóri. Meðal annarra eiganda turnsins má nefna Svein Gunnarsson frá Mælifellsá og hefur turninn stundum verið kenndur við hann. Ýmis skilyrði voru sett fyrir rekstri söluturnsins í upphafi og skyldi þar vera sendisveinamiðstöð, talsími fyrir almenning og sala á frímerkjum og bréfspjöldum, aðgöngumiðum að skemmtunum, en engin sala önnur. Turninn flakkaði nokkuð um á þessu svæði. Var færður til og að lokum fluttur í Árbæjarsafn þar sem hann stóð um þriggja ára skeið. Þá var hann endurbyggður og fluttur á Lækjartorg en síðan þaðan að Miðbæjarskólnum. Eitt af kosningaloforðum Besta flokksins í borgarstjórnarkosningum í Reykjavík 2010 var að flytja turninn aftur á sinn stað á Lækjartorg sem var gert sama ár. *Mynd Pétur Leifsson.*

Grant Thornton

Endurskoðun • Skattur • Ráðgjöf

www.grantthornton.is

Grant Thornton endurskoðun ehf. er íslenskt aðildarfélag Grant Thornton International Ltd., sem er eitt af fremstu alþjóðlegu samtökum sjálfstæðra endurskoðunar og ráðgjafarfyrirtækja. Grant Thornton endurskoðun ehf. sérhæfir sig í að aðstoða rekstraraðila við að nýta tækifæri til vaxtar og bættrar afkomu með skilvirkri ráðgjöf. Framsýnn hópur starfsmanna, undir stjórn eigenda, sem ávallt eru aðgengilegir viðskiptavinum, nýta þekkingu og reynslu sína til að greina flókin málefni og finna lausnir fyrir viðskiptavini sína, hvort sem það eru einkarekin, skráð félög eða opinberar stofnanir. Yfir 35.000 starfsmenn Grant Thornton fyrirtækja í meira en 100 þjóðlöndum, leggja metnað sinn í að vinna að hag viðskiptavina, samstarfsmanna og samfélagsins sem þeir starfa í.

78 NÝJAR ÍBÚÐIR

VIÐ KEILUGRANDA Í VESTURBÆNUM

Einstök staðsetning með fallegu útsýni til sjávar

OPIÐ HÚS

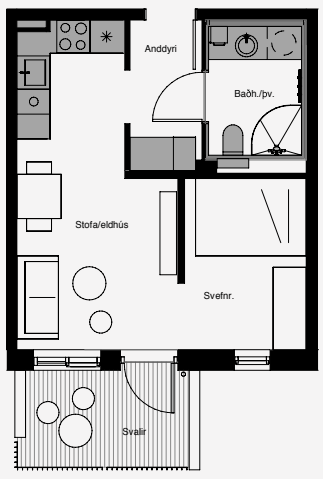
Laugardaginn 19. okt.
milli kl. 13 og 14

Sala búseturétta er hafin

Umsóknarfrestur stendur til miðvikudagsins 30. okt.
Úthlutun fer fram daginn eftir.

Útborgun frá 2,3 millj.

Miðað við búseturétt stúdíóíbúðar á kr. 4.600.000 með 50% láni.*



Fjölbreyttar íbúðir að stærð og gerð fyrir alla aldurshópa

Fjöldi Herb.	Búseturéttur verð frá:	Mánaðarlegt búsetugjald frá:
Stúdíó	kr. 4.600.000	kr. 111.700
2ja herb.	kr. 6.700.000	kr. 149.700
3ja herb.	kr. 8.500.000	kr. 193.200
4ra herb.	kr. 10.500.000	kr. 233.600
5 herb.	kr. 11.100.000	kr. 245.000

ÁVINNINGUR
- Örugg búseta
- Minni fjárbinding
- Réttur til vaxtabóta
- Lægri kaup- og sölukostnaður
- Búseti sér um ytra viðhald

VANDAÐUR FRÁGANGUR
- Fullbúnar íbúðir með gólfefnum
- Vandaðar innréttingar
- Mjög gott aðgengi og hljóðvist
- Hjólaaðstaða til fyrirmyndar
- Bílastæði með möguleika á rafhleðslu

INNIFALIÐ Í BÚSETUGJALDI

Fjármagnskostnaður, skyldutryggingar, hiti, fasteignagjöld, hússjóður, þjónustugjald og framlag í viðhaldssjóð.

50% FJÁRMÖGNUN*

Auglýst verð á búseturéttum miðast við staðgreiðslu. Í boði er allt að 50% fjármögnun á búseturéttinum frá Landsbankanum byggt á lánareglum bankans.

WWW.BUSETI.IS **S: 556 1000** **BUSETI@BUSETI.IS**

MEIRI GÆÐI.
EKKERT AUKA.

Allskonar safaríkir grautar.

Möntruhringir/hálsmen/bönd.

Tunguskafa er 2 x mikilvægari en tannbursti. Litir fyrir alla fjölskylduna.

Jógavörur í úrvali.

Vertu glöð/glaður í vetur.

Einu hárteygjurnar í heiminum án plasts.

Þar sem andinn býr í efninu.

Haustlitirnir frá Nailberry eru vegan og vænir.

Afgreiðslutími:
Mán: 10-16
Þri-fös: 10-18
Lau: 11-16

ÓÐINSGÖTU 1, REYKJAVÍK
systrasamlagid.is
@systrasamlagid
Sími: 511 6367

Samfélagshúsið Aflagranda

Allir ættu að finna eitthvað við sitt hæfi

Það er nóg um að vera hjá okkur á Aflagranda og allir ættu að finna eitthvað við sitt hæfi. Hér er spiluð félagsvist, Boccia, bingó, handavinna og myndlist svo eitthvað sé nefnt. Alla morgna er morgunkaffi og spjall eða kíkt í blöð. Kraftur í KR er farið af stað af fullum krafti, alla mánudaga kl. 10:30 til 11:30 í KR- heimilinu.

Við höfum fengið til liðs við okkur Ásdísi Halldórsdóttur íþróttafræðing hjá „Sóltún heima“ og ætlar hún að sjá um að hreyfa mannskapinn. Það hefur verið gríðarlega góð mæting hjá okkur í haust enda um sérlega skemmtilega tíma að ræða. Það er fólk á öllum aldri að koma og hver og einn gerir eins og hann getur. Það er boðið upp á fríar ferðir til og frá KR heimilinu, rútan kemur við á Vesturgötu kl. 10:10, Grandavegi 47 kl. 10:15 og Aflagranda kl. 10:20, við hvetjum fólk til að nýta sér farið eigi það erfitt með komast á eigin vegum.

Síðustu fjóra fimmtudaga hefur verið kynningarkvöld, kl. 19:30, á Salsa í samstarfi við Salsa Iceland. Svo tekur við 8 vikna námskeið sem fer fram á Aflagranda. Hvetjum við fólk að koma og kynna sér þetta skemmtilega námskeið. Nánari upplýsingar á skrifstofu Aflagranda eða í síma 411-2701/411-2702.

Á góðri stund á Aflagrandanum.

Zumba Gold sérstaklega vinsæl

Við viljum líka minna á Zumba Gold tímana okkar sem eru fyrir 60+. Þetta sérlega vinsæla námskeið er alla föstudaga kl. 10:30 og eru allir velkomnir.

Endilega kíkið líka á facebooksíðuna okkar – Samfélagshúsið Aflagranda 40. Þar má m.a. finna dagskránna okkar.

Hlökkum til að sjá ykkur, Helga & Sirí.

Útvegsbankahúsið, Tollhúsið og Lögreglustöðin bráðlega til sölu

Áform eru um sölu þekktra bygging í Miðborg Reykjavíkur. Þeirra á meðal er Tollhúsið við Tryggvagötu. Útvegsbankahúsið við Lækjartorg var sem héraðsdómur Reykjavíkur er til húsa og Lögreglustöðina við Hverfisgötu. Einnig er ætlunin að óska eftir leigjanda að Hegningarhúsinu við Skólavörðustíg.

Þetta kemur fram í fjárlagafrumvarpi sem Bjarni Benediktsson, fjármálaráðherra, hefur mælt fyrir á Alþingi. Þar eru taldar upp eignir sem ríkisstjórnin vill geta selt, leigt eða keypt á næsta fjárlagaári. Ætlunin er að færa starfsemi Héraðsdóms úr Kvosinni og með breytingum sem fyrirhugaðar munu vera á starfsemi lögreglunnar getur reynst nauðsynlegt að finna henni nýtt húsnæði. Hegningarhúsið við Skólavörðustíg hefur staðið autt frá því fangelsið á Hólmsheiði var tekið í notkun en þar sem húsið er friðað er ekki ætlunin að selja það heldur að koma því í einhverja notkun.

Hegningarhúsið við Skólavörðustíg er friðað. En ætlunin er að finna leigjanda að því sem getur nýtt það í samræmi við skilyrði um friðaðar byggingar.

HAMBORGARA
Búllan
Geirsgata 1 • Sími 511 1888
Gómsæti í göngufæri

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
Auðbrekku 1, Kópavogi
SÍÐAN 1996
ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA

Sverrir Einarsson

Margrét Á. Guðjónsd.

Kristín Ingólfsdóttir

Hannes Ó. Sampsted

Símar allan sólarhringinn: 581 3300 & 896 8242 • www.utforin.is
Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er.

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR
Flatahraun 5a • www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242

PC og Apple
tölvuviðgerðir
Fullkomið tölvuverkstæði og margra ára reynsla og þekking fagmanna
TÖLVULAND
Skeljagrandi 1 · 107 Reykjavík
Sími 899 3417 · www.tolvuland.is

Vesturbæjarblaðið
www.borgarblod.is

RECARO
Barnabílstólar í úrvali

SEAT FIX · AIR CIRCULATION SYSTEM · LIGHT WEIGHT · ECE NORM R 44/04
HERO · ISO FIX · ADVANCED SIDE PROTECTION · 3 POINT BELT

BÍLASMIÐURINN HF
Bíldshöfða 16, 110 Reykjavík - Sími: 567 2330 - www.bilasmidurinn.is

LEÐURVERKSTÆÐIÐ REYKJAVÍK BÝÐUR UPP Á HANDUNNIN OG KLÆÐSKERASKORIN KARLMANNSBELTI ÚR HÁGÆÐA LEÐRI. ÞÁ BJÓÐUM VIÐ UPP Á MIKIÐ ÚRVAL AF AXLABÖNDUM.

LEÐURVERKSTÆÐIÐ REYKJAVÍK Á SÉR LANGA SÖGU EN UPPHAF ÞESS MÁ REKJA ALLT AFTUR TIL ÁRANNA FYRIR SEINNA STRÍÐ. ÁRIÐ 1937 HÓF ÞAÐ STARFSEMI SÍNA AÐ VÍÐIMEL Í REYKJAVÍK EN Í DAG ER ÞAÐ TIL HÚSA MEÐ VERSLUN OG VERKSTÆÐI AÐ SÍÐUMÚLA 33.

SÍÐUMÚLA 33 / 108 REYKJAVÍK / SÍMI: 551 6659 / WWW.LVR.IS

ALLAR OKKAR PEYSUR ERU PRJÓNAÐAR Á ÍSLANDI

VELJUM ÍSLENSKT

HANDPRJÓNASAMBAND ÍSLANDS

Skólavörðustígur 19 & Borgartún 31
s: 552 1890
handknitted.is

Þróunarverkefnið Föruneytið

- Leið til að efla félagslegt taumhald barna og ungmenna

Frístundamiðstöðin Tjörnin vinnur þessi misserin að innleiðingu nýrrar menntastefnu Reykjavíkurborgar inn í frístundastarfið í hverfinu. Þróunarverkefnið Föruneytið er ein þeirra leiða og hefur verkefnið það að markmiði að efla félagslegt taumhald barna og ungmenna hverfisins. Ísland hefur verið í fararbroddi þegar kemur að forvörnum og höfum við oftar en ekki komið í fréttum erlendis þar sem íslenska forvarnamódelið er tekið til fyrirmyndar.

Ótrúlegur árangur hefur náðst síðustu ár með módelinu, meðal annars með því að efla þátttöku barna og unglinga í skipulögðum tómstundum og þar af leiðandi minnka neyslu áfengis og annarra vímuefna. Einn lykilþátturinn í forvarnarmódelinu er samvinna allra aðila sem koma að uppeldi barna og unglinga og þar er foreldraröltið afar mikilvægt. Foreldraröltið og eftirfylgni lögboðins útivistartíma eflir öryggi hverfisins og býr til samfélag þar sem foreldrar og forsjáraðilar taka höndum saman og eru samstilltir. Frístundamiðstöðin Tjörnin hefur því nú gefið út handbók fyrir foreldra um foreldrarölt. Þar er farið yfir hvers vegna foreldrarölt skiptir svona miklu máli, tillögur að skipulagi röltsins og upplýsingar um tengiliði. Markmiðið með

Þessi mynd er frá foreldrarölti í Vesturbæ. Frístundamiðstöðin Tjörnin hefur nú gefið út handbók fyrir foreldra um foreldrarölt.

þessari handbók er að foreldrar og forsjáraðilar verði öruggari í skipulagi og framkvæmd foreldraröltsins hafi aðgang að leiðarvísi fyrir þetta mikilvæga starf. Foreldraröltið tengir saman foreldra, styrkir þau í hlutverkinu sínu og býr til öruggara hverfi fyrir börnin og unglingana til að alast upp í. Forstöðumenn félagsmiðstöðva Tjarnarinnar eru búin að senda út handbókina til bekkjarfulltrúa og foreldrafélaga skólanna í hverfinu sem hafa það hlutverk að vera ábyrgðaraðilar röltisins. Starfsfólk Tjarnarinnar er afskaplega spennt að eiga í góðu samstarfi við foreldra og forsjáraðila hverfisins í vetur.

NÝTT S LEIÐANET

Strætó mun halda opið hús um Nýtt leiðanet á Háskólatorgi, þriðjudaginn 29. október kl. 12.00-14.00 og 16.00-18.00.

Við hvetjum alla áhugasama um samgöngumál að kíkja við og spjalla við starfsfólk Strætó um framtíð almenningssamgangna á höfuðborgarsvæðinu.

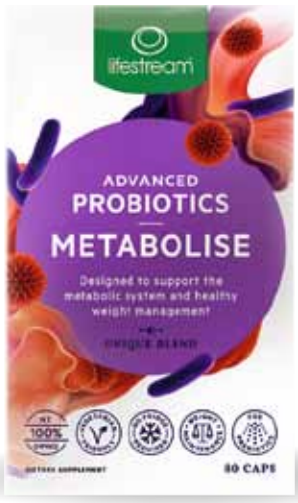
SKAUTAHÖLLIN REYKJAVÍK
Sími: 588 9705
www.skautaholl.is

Opnunartímar:
Mánud. Þriðjud. og miðvikud.
13:00-14:30
Fimmtudaga
13:00-14:30 og 17:00-19:30
Föstudaga
13:00-14:30
Laugardaga og sunnudaga
13:00-17:00
Skólar og sérhópar:
Mánudag til föstudags 10:00 til 15:00.

B- COMPLEX
spíruð kínóafræ
B1, B2, B3, B5, B6, B9 og B12
biotin, niacin og fólinsýra

Hæsta magn af B vítamínum sem fyrirfinnst er í spíruðum kínóafræjum. Lífræn B- vítamínin í blöndunni vinna saman og efla virkni hvors annars. Einstök patent skráð formúla úr hágæða ræktuðum kínóafræjum.

STUÐLAR AÐ KJÖRÞYNGD
aukakílóin burt
Styður lifrarensím sem eru nauðsynleg fyrir efnaskipti fitu í lifrinni



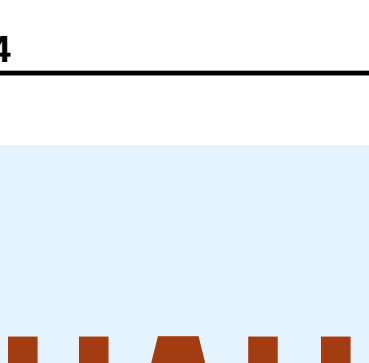
Klínískar rannsóknir

Rannsóknir sýna að óeðlileg meltingarflóra getur valdið þyngdaraukningu sem erfitt er að losna við. Hin einstaka blanda stuðlar að því að koma á heilbrigðri meltingarflóru og því að fita er brotin niður í lifrinni og notuð sem orka í staðin fyrir að verða að fituforða. Kemur á blóðsykursjafnvægi.

lifestream
POWERFUL NUTRITION FROM PLANTS

græn heilsa til framtíðar
Ægissíðu 121 / 107 Reykjavík
sími 5515995 / celsus.is

Fæst í Lyfju, einkaapótekum, Græn heilsa og Heilsuhúsinu, nánari upplýsingar og netsala www.celsus.is

HAUST FRÍ
24. - 28. október
Í BORGARBÓKASAFNINU
Fjölbreytt dagskrá fyrir börn á öllum aldri.
Nánar á borgarbokasafn.is

BORGARBÓKASAFNIÐ MENNINGARHÚS
www.borgarbokasafn.is
Borgarbókasafnið
@borgarbokasafn

Kartaflan

Hópmeðferð fyrir 13 til 15 ára unglinga

Valgerður Ólafsdóttir sálfræðingur í skólaþjónustu á Þjónustumiðstöð Vesturbæjar, Miðborgar og Hlíða og Sólveig Hlín Kristjánsdóttir sálfræðingur á heilsugæslustöð Miðbæjar eru að leggja lokahönd á skipulagningu vinnustofu fyrir sálfræðinga Heilsugæslu Höfuðborgarsvæðisins og sálfræðinga skólaþjónustu Velferðarsviðs.

Á vinnustofunni sem var haldin 23. ágúst var hópmeðferðin Kartaflan kynnt. Hópmeðferðin hentar 13 til 15 ára unglingum sem glíma við tilfinningavanda og byggir á grunnæfingum í núvitund, hugrænni atferlismeðferð og virkniþjálfun. Á vinnustofunni var farið ítarlega yfir innihald hópmeðferðarinnar og voru aðrir sálfræðingar hvattir til að fara af stað með hópa á Þjónustumiðstöðvum og Heilsugæslustöðvum.

Sálfræðingarnir Valgerður Ólafsdóttir og Sólveig Hlín Kristjánsdóttir höfundar hópmeðferðarinnar

Borgin áfram með tilraunaverkefni

Fleiri nemar í íbúðir fyrir aldraða

Reykjavíkurborg ráðgerir að halda áfram með tilraunaverkefni sem snerist um búsetu háskólanema í þjónustuíbúðum aldraðra. Tveir nemar fengu slíkar íbúðir úthlutaðar á síðasta ári og í nýrri skýrslu um verkefnið kemur fram að reynslan af verkefninu hafi verið góð.

Á fundi velferðarráðs Reykjavíkurborg í ágústlok var samþykkt tillaga um að háskólanemar myndu leigja þjónustuíbúð í fimm þjónustukjörnum fyrir aldraða og starfa við félagslega umönnun og virkni á staðnum. Gert er ráð fyrir að frá og með haustinu 2019 muni einn nemi dvelja á hverjum stað en síðan verði bætt við tveimur á ári næstu tvö ár. Andrea Ósk Sigurbjörnsdóttir, nemi í tómstundafræði, var annar þeirra nemenda sem tóku þátt í verkefninu. Hún segir að upplifun hennar af því hafi verið jákvæð þó að vissulega hafi áskoranirnar verið margar.

Andrea Ósk Sigurbjörnsdóttir háskólanemi tók þátt í verkefninu og segir upplifunina hafa verið jákvæða.

GETRAUNANÚMER KR ER 107
1X2
www.systrasamlagid.is
Flott föt, fyrir flottar konur

belladonna
Skeifan 8 | 108 Reykjavík | sími 517 6460 | www.belladonna.is
FYRIRTAK málningarþjónusta
TRAUST OG ÁBYRG ÞJÓNUSTA
www.fyrirtak.is - fyrirtak@fyrirtak.is - sími: 7707997
LÍTIL VERK - STÓR VERK
OG ALLT ÞAR Á MILLI
LÁN AÐ 36 MÁNUÐUM

KR-INGAR

TIL HAMINGJU MEÐ

ÍSLANDSMEISTARATITILINN 2019

NESSKIP
Alvogen
NIKE
græn heilsa
heilsuverslun
BRAUÐ &CO
Ljósmyndastofa Erlings
Silla og Erling
552-0624
erling.is
Reykjavíkur Apótek
Jói útherji
KNATTSPYRNUVERSLUN
Ellingsen
– FULLT HÚS ÆVINTÝRA
TÉKKLAND
Bifreiðaskoðun
Blómagalleri
Hagamel 67
Sími 552 6070 Fax 552 5656
Melabúðin
Þín verslun
Sími 551-0224
Sérverk ehf
Akralind 6
sími: 564 5795
B. Markan ehf.
Pípulagnir
660 6690
Jónar Transport

SKÓLA- OG FRÍSTUNDASVIÐ

REYKJAVÍKURBORGAR

HULDA ÆTLAR AÐ VERÐA ROKKARI

LANGAR ÞIG AÐ VINNA MEÐ FRAMTÍÐ LANDSINS?

Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar óskar eftir fólki til starfa við fjölbreytt störf með börnum og unglingum. Undir skóla- og frístundasvið heyra:

- LEIKSKÓLAR
- GRUNNSKÓLAR
- FRÍSTUNDAMIÐSTÖÐVAR

Nánari upplýsingar á **www.reykjavik.is/laus-storf/sfs**

Reykjavíkurborg
Skóla- og frístundasvið