

Breiðholtsblaðið

Dreift frítt í öll hús í Breiðholti

DESEMBER 2013

12. tbl. 20. árg.

 **PANTAÐU
Á NETINU**
www.dominos.is sími 58-12345

 **Sveinsbakari**
Hólagarði og
Arnarbakka

Gleðileg jól!



Jólin eru að nálgast og börnin eru mikilvægir þátttakendur í jólaundirbúningnum hvort sem hann fer fram í skólanum eða á heimilum. Þessi mynd var tekin af krökkum í Hólabrekkuskóla sem voru komin í jólaskap. Mynd: Katrín Kristín.

Lyfjaval
APÓTEK
ÁLFTAMÝRI • MJÓDD
BÍLAAPÓTEK
HÆÐASMÁRA 4
opið 10-23 alla daga


*Gleðileg
lukkujól!* **HAPPA
PRENNAN**
Skemmtið og skafu!

- bls. 4-5
Viðtal við
Steingrím J.
Sigfússon

Gjafakort Landsbankans

Ekki gefa bara eitthvað,
gefðu frekar hvað sem er.

Landsbankinn

landsbankinn.is

410 4000



ÓDÝRARI LYF Í HÓLAGARÐI

 **Apótekið**
-einfalt og ódýrt

Opið: Mán-fös: 10.00 -18.00 • Lau: 10.00 -14.00

Jólatilboð!

Úrb. Hangikjöt
frá Fjallalambi
20 % Afsláttur við kassa

Svínabógur
Verð áður 879 kr./kg.
Verð núna 598 kr./kg.

KEA Léttreyktur
Lambahryggur
Verð áður 2.698 kr./kg.
Verð núna 2.298 kr./kg.

Okkar frábæru Pate
eru komin !

Frostnar Andabringur
20 % afsláttur við kassa.

Sagaður Hangiframpartur
frá Fjallalambi
Verð áður 1.598 kr./kg.
Verð núna 998 kr./kg.

Franskur Kalkún
Verð áður 1.798 kr./kg.
Verð núna 1.298 kr./kg.



Pín verslun
SELJABRAUT 54 • SÍMI 557 1780 - 577 1788
- á traustum grunni

Breiðholtsblaðið

Útgefandi: Borgarblöð ehf.

Vesturgötu 15 • 101 Reykjavík • Sími: 511 1188

Ritstjóri: Þórður Ingimarsson • Sími 551 1519 • 893 5904

Netfang: thordingimars@gmail.com

Auglýsingasími: 511 1188 • 895 8298

Heimasíða: borgarblod.is

Netfang: borgarblod@simnet.is

Framkvæmda- og auglýsingastjóri: Kristján Jóhannsson

Umbrot: Valur Kristjánsson

Prentun: Landsprent ehf.

Dreifing: Landsprent ehf.

12. tbl. 20. árgangur

Breiðholtsblaðið er dreift frítt í öll hús í Breiðholti



Fundarmenn á aðalfundi Betra Breiðholts.

Frjálsíþróttavöll í Breiðholtið

Í búasamtökin Betra Breiðholt leggja til að ef byggður verður nýr frjálsíþróttavöllur í Reykjavík verði honum valin staður við athafnasvæði ÍR í Breiðholti. Tillaga um slíkt getur ekki talist óeðlileg af tveimur ástæðum. Annars vegar starfar stærsta frjálsíþróttadeild landsins á vegum ÍR en hins vegar er ÍR svæðið við Mjóddina í Breiðholti miðsvæðis á höfuðborgarsvæðinu og samgöngur við það greiðar og góðar. Þrýstingur er á að koma upp frjálsíþróttavelli þar sem margir telja að frjálsu íþróttirnar eigi ekki samleið með boltaíþróttum á velli. Þeir hafa eflaust nokkuð til síns máls.

Stórir vellir og önnur íþróttamannvirki hafa verið byggð á hinum ýmsu stöðum í borgarlandinu og á höfuðborgarsvæðinu öllu. Þegar byggðir vaxa og teygja anga sína víðar ber nauðsyn til þess að dreifa almannamannvirkum og eru íþróttamannvirki þar engin undantekning. Þegar er orðið þröngt um í Laugardalnum og erfitt að sjá fyrir hvernig stórum frjálsíþróttavelli verður komið þar fyrir með tilheyrandi mannvirkjum og umferð.

Kostir athafnasvæðis ÍR eru ótvíráðir að þessu leyti bæði með tiliti til uppbyggingu höfuðborgarsvæðisins og samgangna og ekki síður þess frjálsíþróttastarfs sem fram fer á vegum ÍR. Því er krafa Betra Breiðholts um frjálsíþróttavöll í Breiðholtið bæði réttmæt og sanngjörn. Mjóddin er við aðal umferðtengingu á milli Reykjavíkur, Kópavogs, Garðabæjar og Hafnarfjarðar. Borgaryfirvöld geta komið til móts við Breiðhýltinga, frjálsíþróttafólk og aðra að þessu leyti því skipulagsvaldið er hjá borginni lögum samkvæmt.

Hólagarður hefur sannað sig

Öft er rætt um þjónustu í Breiðholti og ýmsum íbúum finnst langt að sækja mjólkursopann og aðrar lífsnauðsynjar í næstu verslun. Bent er á að þótt Mjóddin sé öflugur verslunar- og þjónustukjarni standi hún í útjaðri byggðarinnar og fæstum íbúum sé fært þangað nema í bílum. Af öðrum verslunum má nefna Þína verslun við Seljabraut þar sem Símon kaupmaður hefur staðið um árabil öflugur verslunarmaður í íbúðahverfi. Hólagarður við Lóuhóla er verslunarmiðstöð á mótum Hóla og Fella. Allt frá því Gunnar Snorrason kaupmaður byggði Hólagarð af mikilli framsýni hafa verslanir og önnur fyrirtæki þar þjónað Breiðhýltingum – einkum sem næstir búa og geta sótt vörur og þjónustu á tveimur jafnfljótum ef svo má að orði komast. Í Hólagarði eru einnig nær einu veitingastaðirnir í öllu Breiðholti. Þótt fyrirtæki hafi komið og farið hefur Hólagarður fyrir löngu sannað sig sem sterk verslunar- og þjónustumiðstöð í Breiðholti.

Frjálsíþróttavöllur verði á ÍR svæðinu

Íbúasamtökin Betra Breiðholt vilja að ef byggð verði upp ný aðstaða fyrir frjálsar íþróttir í Reykjavík þá verði henni valin staður í Suður Mjóddinni í tengslum við starfssvæði ÍR. Ályktun þess efnis var samþykkt á aðalfundi samtakanna sem haldinn var í Gerðubergi 21. nóvember sl.

Í yfirlitsræðu fór formaður íbúasamtakanna Helgi Kristófersson meðal annars yfir hvað gert hefur verið í umferðaröryggismálum í Breiðholti og hvað hefur ekki verið gert. Farið var yfir þau verkefni sem íbúar vilja láta laga og bæta betur. Rætt var um hvernig skipulag Reykjavíkurborgar virkar og hvernig það hefur ekki virkað auk skipulagsvinnunnar og hvernig sú vinna hefur skilað sér. Fjallað var um hvernig hlutir geta dottið út af skipulagi og er þá verið að tala um hluti sem hafa verið á skipulagi til margra áratuga. Á fundinum var rætt um að margir íbúar hafi ekki gert sér grein fyrir því hvernig yfirvöld reyna stundum að fara á bak við hlutina. Fundurinn taldi að taka



Helgi Kristófersson flytur yfirlitsræðu sína á aðalfundinum.

þurfi á reglum borgarinnar um að hlutir geti ekki dottið út af skipulagi án þess að koma með betri

úrlausn eða að gera grein fyrir því sem tekið er út. Fundarmenn veltu fyrir sér hvort setja þurfi viðurlög við þannig vinnubrögðum sem veiti þeim sem vinna skipulagsvinnuna aðhald í sinni vinnu.

Frjálsíþróttavöllur verði á ÍR svæðinu

Íbúasamtökin skora á að skapa þurfi starfi stærstu og langöflugustu frjálsíþróttadeildar landsins betri aðstöðu innanhúss og utan og hvetja til þess að nýr frjálsíþróttavöllur verði byggður á ÍR-svæðinu. Í framhaldi af þeirri umræðu var samþykkt eftirfarandi ályktun. „Aðalfundur íbúasamtakanna Betra Breiðholt ályktar að hugað verði að uppbyggingu á nýrri frjálsíþróttadeild á ÍR svæðinu þegar ný frjálsíþróttadeild verður byggð í Reykjavík. ÍR svæðið er miðsvæðis á Reykjavíkursvæðinu og eðlilegt að horft verði til þessa svæðis, þar sem ein sterkasta frjálsíþróttadeild starfar.

www.breiðholt.is

VT FASTEIGNIR ER FASTEIGNASALAN ÞÍN

Hafðu samband í síma 537-9988

Höfum á skrá ákveðna kaupendur að eftirtöldum eignaflokkum:

Sérbyli, verðmæti allt að kr. 50 milljónir.

2ja til 4ra herbergja íbúðum í Bakka-, Hóla-, Fella- og Seljahverfi, verðmæti allt að kr. 25 milljónir.

Finum fyrir mikilli eftirspurn eftir 4ra herbergja íbúðum í Seljahverfi.

VT Fasteignir • Bíldshöfða 14 • 110 Reykjavík • www.vtfasteignir.is

Við erum búsett í hverfinu og þekkjum það vel.



Guðrún A. Aðalheiðard.
Sölufulltrúi
Sími 861 8046
gudrun@vtfasteignir.is



Kristinn Tómasson
Lögg. fasteignasali
Sími 820 6797
kristinn@vtfasteignir.is

VT fasteignir
Viðskiptatengsl eru okkar fag





Komdu í þægilegt og gott umhverfi
Við tökum vel á móti þér

Handverksmarkaður, jólaland fyrir krakkana, persónuleg og góð þjónusta

SKATA

ÞÚ FÆRÐ SKÖTUNA, SALTFISKINN,
HUMARINN, RÆKJURNAR OG
LAXINN HJÁ OKKUR



Opnunartími til jóla:

Alla virka daga kl. 9 - 18:30
Laugardaginn 21. des. kl. 10 - 17
Sunnudaginn 22. des. kl. 10 - 15
Mánudaginn 23. kl. 9 - 18:30
Þriðjudaginn 24. des. lokað

VIÐTALIÐ

Notalegt að vera fljóttur út í óbreytta náttúru

„Við stefndum ekkert sérstaklega á Breiðholtið þegar okkur bar niður þar. Við áttum litla íbúð niður í Smáíbúðahverfi sem varð of lítið fyrir stækkandi fjölskyldu og þá fórum við að leita að stærri húseign. Þessi leit leiddi okkur að nettu og skemmtilegu raðhúsið við Brekkusel í Breiðholti. Okkur leist strax vel á okkur. Þetta var fallegt og barnvænt umhverfi og í skólahverfi Ölduselsskóla. Ég hygg að þessar aðstæður hafi átt þátt í að Breiðholtið varð fyrir valinu auk þess sem þetta var á þeim tíma frambúðarhúsnæði fyrir fjölskylduna,“ segir Steingrímur J. Sigfússon alþingismaður og fyrrum ráðherra sem spjallar við Breiðholtsblaðið að þessu sinni. Þótt stjórnmálin hafi löngum verið tengd nafni Steingríms hefur hann fengist við eitt og annað. Útivist og nálægð við náttúruna hafa lengi verið eitt af aðaláhugamálum hans og þar hafi Breiðholtið þar sem hann hefur búið um þrjá áratugi marga kosti.

„Við áttum mjög góðan tíma í Brekkuselinu. Húsið þurfti þó sitt til sín eins og mörg fleiri hús sem voru byggð á þessum árum og ég eyddi býsna mörgum vinnustundum utan á því. Fljótlega eftir að við fluttum þangað kom í ljós að gera þyrfti við sprungur og bera í þær finustu efni. En það dugði ekki nema í um tvö ár. Þá fóru sprungurnar að opnast á ný og þá fórum við í að klæða húsið að utan. En þá var maður ungur og hraustur og ég taldi ekkert eftir mér að vinna langan vinnudag í stigum eða á vinnupöllum utan á húsinu. Ég nýtti einfaldlega frítímann í verkið á meðan það stóð yfir. Þetta var engin átta til fjögur vinna heldur mikið fremur átta til miðnætis ef má orða það þannig og ég held að nágrönnum mínum hafi stundum fundist nóg um vinnugleðina. Maður var vanur þessu úr sveitinni. Að taka svona tarnir hvort sem var sauðburður, heyskapur vertíð í sláturhúsinu eða eitthvað annað. Þetta tókst allt saman vel en fjölskyldan hélt áfram að stæk-



Steingrímur J. Sigfússon alþingismaður, fyrrum ráðherra og Breiðholtsbúi til margra ára.

ka og að því kom að við fórum að svipast um eftir stærra húsnæði. Börnin voru orðin fjögur og við bæði ættuð utan af landi þannig að oft var gestkvæmt á heimilinu. Á þessum tíma vorum við orðin svo vön Breiðholtinu og hænd að því að við ákváðum að leita ekki lengra en innan ákveðins hrings frá Ölduselsskóla. Við takmörkuðum leitina við þennan hring en það eru mörg ágætis hús á þessu svæði. Þetta endaði með því að um aldamótin hoppuðum við yfir dalinn og erum búin að vera í totunni suðvestast í Seljahverfinu síðan. Þar er mjög rólegur og góður endi til þess að búa. Ef maður á að segja eitthvað á hin veginn má benda á að stærstu blokkirnar eru nokkuð stórar og talsverð samþjöppun af fólki þar en það byggingarlag er að einhverju leyti barn síns tíma. Það hefur líka gengið á ýmsu með þjó-

ustu út í byggðum Breiðholtsins og rekstur þjónustufyrirtækja verið erfiður en auðvitað er Mjóddin með allt sem til þarf. Miðbær Breiðholtsins og stendur einnig mjög vel staðsett samgöngulega séð. Breiðholtið hefur allt sem þarf til þess að vera myndugt hverfi og gæti verið með talsverða sjálfstjórn verði sú leið farin að auka meira sjálfstjórn einstakra byggða innan borgarheildarinnar.“

Litli og stóri hringurinn í Breiðholtinu

Steingrímur er mikill útivistarmaður og segist oft hafa skokkað um Breiðholtið. Hann segir hreyfinguna alltaf hafa verið sér mikilvæga og snemma byrjað að stunda frjálsar íþróttir, bolta og blak. Síðan hafi útivistin, skokkið og fjallgöngurnar komið til sögunnar. „Við tölum stundum um litla hringinn og stóra hringinn í Breiðholtinu. Þann litla utan um Seljahverfið en þann stóra utan um allt Breiðholtið. Nú er kominn finni stígur á mörkum Breiðholts og Kópavogs. Þaðan er auðvelt að fara upp á Vatnsendahæð og áfram hringinn utan um Breiðholtið, niður í Elliðaárdal og til baka um Mjóddina. Þetta er um tíu til tólf kílómetra hringur og mjög finni túr. Vandinn er að allra síðustu árin hefur maður ekki haft nægan tíma til að sinna þessu.“

Viðburðaríkt fimmtugsár

Steingrímur komst í fréttir þegar hann hélt upp á fimmtíu ára afmæli sitt með því að ganga þvert yfir Ísland auk fleiri viðburða. Hann segir það hafa verið árið sem hann kom mörgu í verk. „Ég gerði samkomulag við fjölskylduna um að taka mér persónulegt frí. Ég tók frá þrjár vikur sem ég varði í að labba þvert yfir Ísland eitthvert lengsta skánsnið sem hægt er að fara frá Reykjanestá og norður á Landanesfont. Ég var ótrúlega heppinn í þessu ferðalagi og náði

að ljúka því á sléttum þremur vikum. Ég gekk alla daga og oft nokkuð langar dagleiðir en það var mikið lán yfir mér að því leyti að ég meiddist ekkert og sárnaði ekki á fótum.“ Steingrímur gekk stundum einsamall en fékk ferðafélaga öðru hvoru sem gengu með honum spöl og spöl. „Ég fékk til dæmis vaskan mann með mér upp Þjórsárverin til að vaða vötn og ganga á jökla og komast upp á Sprengisand. Þetta er mjög eftirminnilegt sumar og gott ár 2005 því við hjónin byrjuðum á að fara í pílgrímsferð á mínar gömlu slóðir á Nýja Sjálandi en þangað hafði ég ekki komið í næstum 25 ár. Það var óskaplega gaman að hitta þar gamla vini og annað samferðafólk frá því að ég dvaldi þar um tíma ungur að árum. Ég lauk svo þessu fimmtugsársprogrammi með því að hlaupa maraþon í New York í nóvember.“

Dróst að stúdentapólitíkinni

Steingrímur er þekktastur fyrir stjórnmálaþátttöku sína í gegnum tíðina. Hvað dró ungan bóndaðan úr Þístilfirði inn í þann heim. Hann kveðst alinn upp við áhuga á stjórnmálum og verið orðinn allvel pólitískur í menntaskóla fyrir tvítugt. „Ég er kominn af vinstri sinnuðu róttæku félagshyggju- og framsóknarfólki sem myndi eflaust teljast nokkuð róttækt fólk í dag eins og sumir framsóknarmenn voru og flokkurinn bauð upp á í þá daga. Þegar ég kom í Menntaskólann á Akureyri fór ég fljótlega að skipta mér af félagsmálum og blanda mér í þjóðmálaumræðuna. Árið 1977 innritaðist ég í Háskóla Íslands eftir að hafa flakkað nokkuð um heiminn og lenti þá inn í stúdentaráði fyrir vinstri menn. Ég var þó ekki genginn í neinn stjórnmálaflokk á þeim tíma en fljótlega varð þó nokkuð ljóst í hvaða flokk það myndi verða. Þegar farið var á leit við mig að taka sæti á lista Alþýðubandalagsins fyrir norðan

í kosningunum 1978 varð úr að ég sló til. Ég gekk í flokkinn á útmánuðum 1978 og tók nokkurn þátt í þeirri kosningabaráttu. Aftur var kosið ári síðar og listinn var óbreyttur.“ Steingrímur segir að á þessum tíma hafi hann ekki verið ákveðinn í að hella sér í landsmálin af þeim kraft sem síðar varð. „Ég hafði gaman af stúdentapólitíkinni og varð virkari í friðarbaráttunni og sem nemi í náttúruvísindum fór ég að taka meiri þátt í umhverfisverndarbaráttunni. Ég fór að taka þátt í erlendum ráðstefnum á vegum stúdentahreyfinga. Í raun voru það utanríkis- og friðarmálin, umhverfismálin og síðan hefðbundin lífssýn félagshyggjunnar sem dró mig í þessa átt. Svo atvikaðist það með þeim hætti að í forvali fyrir framboðslista Alþýðubandalagsins í gamla Norðurlandskjördæmi Eystra fyrir kosningarnar 1983 varð ég í fyrsta sæti og leiddi þar með listann. Ég fer inn á þing í kosningunum í apríl 1983 þá 27 ára gamall og er því lagður af stað inn á fjórða áratuginn í þingmennsku sem er orðinn ágætur tími. Ég er eini þingmaðurinn í dag sem starfaði í gamla kerfinu og sat bæði í efri og í neðri deild.“

Bókin er áfangaskýrsla

Á dögunum kom út bók þar sem Steingrímur J. Sigfússon fjallar um síðustu fjögur ár þegar hann gegndi embættum fjármála og síðar atvinnuvegaráðherra. Hann segir að þessi ár séu á efa erfiðustu og ef til vill stormasömustu árin í stjórnmálasögunni. „Aðkoman var ekki góð og erfiðleikarnir settu svip á störfín og einnig aðkomu einstakra manna að málum. Ég ákvað að taka þessi ár fyrir og gera grein fyrir glímunni við stærstu víðfangsefnið og vísa svoltið inn í bakgrunn þeirra og við hvers konar aðstæður var að glíma. Ýmislegt var þannig vaxið á þessum tíma að erfitt var að ræða það opinberlega. Við stóðum í glímu á flestum vígstöðvum. Spjótin stóðu á okkur allsstaðar frá og þetta var baráttan upp á líf og dauða dag frá degi. Að fara í ríkistjórn við þessar aðstæður var auðvitað ekkert annað en að taka að sér risastórt verkefni sem ekkert var fyrir séð um hvernig tækist að leysa. Ég hafði setið rúmlega tvö og hálf ár í ríkisstjórn á árunum 1988 til 1991 og naut þeirrar reynslu í nokkru. Ég veit ekki hvaða eftirmæli stjórnmálmennt og flokkar hefðu fengið sem hefðu skorast undan þessari áskorun. Við hikuðum ekki mikið en auðvitað velti maður þessu fyrir sér. Hvað við værum að taka að okkur vitandi hversu verkefnið var gríðarlega erfitt. Ég var stundum spurður að því hvernig væri að vera fjármálaráðherra við þessar aðstæður og ég svaraði því jafnan að einhver yrði að gera það.“ Steingrímur dregur enga dul á að þetta sé erfiðasti tími félagslega og pólitískt í sögu lýðveldisins. „Ég held að engin ríkisstjórn hafi starfað að öðrum eins verkefnum og við aðrar eins aðstæður. Oft var einungis um að ræða val á milli vondra kosta og niðurstaðan varð oft þannig að fara þá leið sem við töldum illskasta.“ Steingrímur segir að um tíma hafi stjórnmöld stað-



S. 581 15 15

3 staðir 1 símanúmer

Gnoðarvogi 44 - Ánanaustum og Eddufelli 6

ið mjög tæpt á brúninni að ráða ekki við ástandið og að þjóðin myndi lenda í greiðslufalli. Mikilvægasta verkefnið var að verjast því að þjóðin lenti í þeim hörmungum, endurheimta efnahagslegt sjálfstæði og koma ríkisfjármálunum í þannig horf að við gætum átt okkur framtíð sem sæmilega þróað og velbyggt ríki. Styrkurinn fólst í því hversu vel Ísland er upp byggt og þróað land með sterka innviði en við vorum illilega löskuð og þungar byrðar hlóðust á land og þjóð. Maður eyddi allri orku sinni og öllum tíma í fjögur ár og því miður er það svo að þessari vinnu er ekki lokið.“ Steingrímur segir að afleiðingar hrunsins munu marka aðstæður okkar langt inn í framtíðina. „Þess vegna reyni ég að draga upp bakgrunninn að því sem þurfti að gera. Við getum kallað þetta áfangaskýrslu sem segir „hingað erum við komin“.

Pólitískt líf eftir ráðherrastarf

Steingrímur segir að margt hafi tekist býsna vel og sumt betur en á horfðist. „Ég tel að mikill árangur hafi náðst í glímunni við ríkisfjármálin. Atvinnuleysið minnkaði nokkuð og okkur tókst að verja samfélagið því í grunninn er íslenskt samfélag óbreytt hvað það snertir að við þurftum ekki að leggja af neina starfsemi, loka stofnunum og hætta velferðarverkefnum og stuðningi en við drögum að sjálfssögðu úr kostnaði þannig að ýmiskonar stuðningskerfi í samfélaginu gátu ekki verið jafn ríkulæg og áður. En alltaf voru menn þó með það í huga að þegar áraði betur mætti færa þessa fjármuni til baka. Þar er ég ekki síst að tala um heilbrigðis- og menntakerfið. Mér finnst að þau viðfangsefni sem eru framundan snúist talsvert um pólitískar áherslu – um hvers kon-

ar samfélag við viljum hafa. Okkar svar var einfalt. Við vildum og viljum verja norrænt velferðarfyrirkomulag og færa okkur aftur í áttina að Norðurlöndunum. Þetta fannst mörgum mótsagnakennt því hvernig getur norræn velferðarstjórn staðið undir nafni þegar hún er að draga úr útgjöldum til félags- og velferðarmála. Þegar ég var spurður að því hvort ekki væri erfitt fyrir vinstri mann að stýra fjármálaráðuneytinu þegar þyrfti að skera niður. Ég svaraði því jafnan til að svo væri ekki vegna þess að við ríkjandi aðstæður væri niðurskurðurinn óumflýjanlegur og þá ekki síst vegna þess að verið væri að vinna fyrir framtíðina. Ef ekki yrði tekið á í dag værum við að henda reikningnum á herðar börn-

um okkar og barnabörnum.“ En hvernig finnst Steingrími að draga saman seglin eftir það mikla álag sem hvíldi á honum og samstarfsfólki hans í ríkisstjórn. „Það er ekki erfitt. Ég hef stundum orðað það svo að ég sé frjáls maður í dag. Sannleikurinn er sá að ég var fyrir nokkru búinn ákveða að láta af formennsku Vinstri grænna. Fyrir mér er lítið mál að hverfa aftur til almennra þingstarfa. Ég tel það mikinn misskilning að fólk geti ekki haldið áfram í stjórn málum eftir að hafa setið um tíma í ríkisstjórn. Ég ætla mér að afsanna þá kenningu að ekki sé pólitískt líf eftir ráðherrastarf.“

Æskujólin í hugum flestra

Nú líður að jólum og því raun-

hæft að spyrja Steingrím hvaða mun hann sjái á því jólahaldi sem hann man fyrir um hálfri öld norður í Þistilfirði og jólahaldi í borgarsamfélagi nútímans. „Það hefur margt breyst en við reynum engu að síður að halda í gamlar venjur og hafa jólin sem fjölskylduhátíð. Við fáum okkar hangikjöt að norðan. Við hjónin erum bæði úr sveit ef þannig má að orði komast. Ég er að norðan og konan mín frá Selfossi en ættuð ofan úr Gnúpverjahreppi. Bernskujólin og aðstæðurnar í sveitinni verða manni alltaf ofarlega í huga á þessum árstíma. Ætli það sé ekki eitthvað af því í hugum flestra – jólin sem fólk ólst upp við sem börn. Jólin voru stórkostleg hátíð í skammdeginu fyrir

norðan, fásinninu og einangruninni þar. En það var allt gert sem hægt var til þess að gera þau að tilbreytingu og til gleði. Ég er svo lánsamur að koma úr stórrí fjölskyldu. Við erum sex systkinin og eins hefur þetta verið hjá okkur. Við eigum fjögur börn. En það er nú svo að jólaundirbúningurinn hefur oft lent meira á öðrum herðum en mínum. Ég verð að vera heiðarlegur og hreinskilinn með það og segja að sum árin hef ég ekki lagt mikið af mörkum til jólahaldsins sérstaklega frá 2008. En það er nú sama hvernig umhorfs er alltaf koma blessuð jólin,“ segir Steingrímur að lokum.

Opið alla daga
frá kl. 11 til 23.



Lóuhólar 4, nálægt Dominospizza Sími: 557 1414



Gledileg jól

frábært úrval og gott verð



Kjólur, jakkar, buxur, leggings
töskur, veski, bolir, blússur, peysur, hanskar
hattar, húfur, loðkragar, samkvæmisfatnaður
samkvæmisveski, skart og margt fleira...

SÚPÉR SÓL / NOON HÁRSTOFA

Hólmaseli 2 - 109 Reykjavík - Sími 567 2077 - 587 0077

Opið mán. - föst. kl. 10-22, laugard. kl. 10-20, sunnud. kl. 13-18

facebook

JÓL Í HÓLAGARÐI



Persónuleg þjónusta.
Verslið í vinalugu umhverfi!














Sjávarhöllin






Margar athugasemdir við aðalskipulag

Íbúasamtökin Betra Breiðholt hafa sent frá sér athugasemdir í greinargerð varðandi aðalskipulag Reykjavíkurborgar. Athugasemdirnar snerta allar byggð í Breiðholti en í stöðluðu svari umhverfis- og skipulagssviðs Reykjavíkurborgar við fyrirspurn samtakanna er hvergi minnst á Breiðholtið heldur eru svörin mjög almenns eðlis og segja í raun ekki neitt.

Í greinargerð Betra Breiðholts er bent að tími sé kominn til þess að ljúka við Stekkjarbakka eins og staðið hefur til. Nú beri svo við að Stekkjarbakki sé ekki í hinu nýja skipulagi og því vilja íbúasamtökin spyrja hvernig umferðarmálin eru hugsuð þar til lengri tíma lítið. Annað sem íbúasamtökin benda á er að Göngubrú yfir Breiðholtsbraut sem hafi verið sett inn í skipulag fyrir 30 árum hafi nú verið tekin út án skýringa eða að aðrar lausnir séu settar fram. Samtökin benda á að venjan við endurnýjun skipulags sé sú að verði eitthvað tekið út af eldra skipulagi sé komið fram með betri lausnir í staðinn en þarna sé farin önnur og óþekkt leið. Samtökin benda á að eftir að útibú Borgarbókasafnsins í Seljahverfi var lagt niður hafi verið rætt um að þegar brúin kæmi yrðu samgöngur það góðar að það gerði þessa lokun sjálfagða. Má megi segja að þau góðu rök séu algerlega fallin með þessu skipulagi. Bent er á að íbúar Seljahverfis þurfi að sækja margskonar þjónusta yfir Breiðholts-



Hugmynd að mislægum gatnamótum á mótum Bústaðavegar og Reykjanesbrautar. Íbúasamtökin Betra Breiðholt telja að lækka megi kostnað vegna slysa um a.m.k. 70% eða um 630 milljónir á áratug. Upphæð sem myndi greiða kostnað við byggingu gatnamótanna.

brautina. Borgaryfirvöld hafa bent á að þeir verði bara að nota sér undirgöngin við skíðabrekkuna en það sé hinsvegar staðreynd að fólk taki almennt ekki 600 metra krók hvora leið til að fara göngin.

Skíðabrekkan og grænu svæðin

Skíðabrekkan er búin að vera á lista yfir þarfar framkvæmdir hjá Betra Breiðholti frá árinu 2006. Í greinargerð samtakanna segir að nú

sé verið að slétta það svæði og vonandi verði lokið við framkvæmdir þar þannig að hægt verði að gangsetja lyfturnar í vetur. Þá er bent á að bílastæði við Fálkaborg hafi ekki fengist stækkað þar sem hlífa eigi grænum svæðum en vegna örygg-

is gangandi þurfi vera rýmra þar. Það fyndna við grænu svæðin sé hins vegar að íbúasamtökin hafi lent í vandræðum að fá þau slegin á sumrum.

Trukkastæðin burt

Nokkur trukkastæði fyrir vörubíla og vinnuvélar eru í Breiðholtiinu. Þau eru staðsett í öllum hlutum hverfisins og hafa verið þyrnir í augum íbúa enda oft inni í miðri íbúabyggð. Íbúasamtökin benda á að slyshætta hljótist af þeim og einnig mikil mengun og því sé að áliti þeirra mikil tímaskekkinga fólgin í því að taka frá pláss fyrir iðnaðar og vinnutæki í íbúðabyggð. Við óskum eftir að Reykjavíkurborg gangi í það að loka trukkastæðum sem eru hvað næst íbúum og tekin þar í forgang við Seljabraut og við Lóuhóla gegnt Kríuhólum.

Gatnamót á Bústaðavegi

Þá kemur fram í greinargerð Betra Breiðholts að mislæg gatnamót Bústaðavegar og Reykjanesbrautar hafi verið tekin út af skipulagi og engin önnur lausn boðin. Um er að ræða önnur gatnamót Reykjavíkur hvað slysatíðni varðar. Þessi gatnamót eru ekki hugsuð fyrir Breiðholtið eingöngu heldur einnig fyrir Kópavog, Garðabæ, Hafnarfjörð og allt Reykjanesið að flugvallarsvæðinu meðtöldu. Íbúasamtökin benda á að til sé önnur og betri lausn þar sem ekki þurfi að hreyfa við Elliðaárdalnum. Með henni sé Reykjanesbraut færð 10 metra til vesturs. Íbúasamtökin Betra Breiðholt benda á að þetta mál virðist vera mjög viðkvæmt og alltaf stungið undir stól. Þá er bent á að á áhrifasvæði gatnamótanna hafi á árunum 2008 til 2012 orðið hátt í 90 óhöpp og þar af 22 minniháttar en 7 meiriháttar.

Fækkum slysa myndi greiða framkvæmdina á áratug

Íbúasamtökin Betra Breiðholt hafa látið gera úttekt um kostnað vegna óhappa og slysa á fimm ára tímabili og útkoman er um 900 milljónir króna. Í greinargerð samtakanna segir að áætla megi að mislæg gatnamót myndu lækka þennan kostnað um a.m.k. 70% eða um 630 milljónir. Þessar niðurstöður sýna að þeirra mati að fækkun slysa myndi greiða framkvæmdina við mislæg gatnamót á um 10 árum. Við það að setja mislæg gatnamót myndi mengun minnka til muna og þá ekki eingöngu mengun frá vélum heldur mengun frá bremsum bíla eins og segir í greinargerðinni.

Frosin **LAUFABRAUÐ**
Njótum aðventunnar saman

www.ommubakstur.is

LÁTUM
FRIDARLJÓSIÐ
LÝSA UPP AÐVENTUNA

Með því að kaupa FRIDARLJÓSIÐ styrkir þú hjálparstarf og um leið verndaðan vinnustað.

Hjálparstarf kirkjunnar

Gott að gefa - gaman að lesa!

BÓKAUTGÁFAN HÓLAR

Von - Saga Amal Tamimi. Konunnar sem óttaðist um líf sitt og flýði á ævintýralegan hátt til Íslands.

Undir hraun. Einstök frásögn Sigga á Háeyri af eldgosinu í Helmaey.

Sir Alex. Mögnuð bók um þennan magnaða knattspyrnustjóra og það sem á hefur gengið í hans lífi, jafnt sigra sem sorgir.

Húmor í Hafnarfirði. Bráðsmellnar sögur af Hafnfirðingum, skráðar af Ingvari Viktorssyni.

Skagfirskar skemmtisögur 3. Gamansemi Skagfirðinga er einstök og þeir sem lesa þessa bók munu veltast um af hlátri.



SÁ STÆRSTI KEMUR TIL BYGGÐA!

Áttfaldur Lottópottur stefnir í 125 tímamótamilljónir.
Leyfðu þér smá Lottó!





Skákmót stúlkna var haldið í Breiðholtsskóla 27. nóvember. Snædís Birna Árnadóttir 7. RM varð bikarmeistari, Ásdís Gunnarsdóttir í 8. bekk varð í öðru sæti, Þórunna Vigdís Sigurðardóttir 7. RM þriðja sæti og Guðrún Hólm Aðalsteinsdóttir 8. bekk varð í 4. sæti. Á myndinni má sjá hvar stúlkurnar sitja að tafli.

*Bestu óskir um gleðileg jól
og farsælt komandi ár.
Þökkum viðskiptin á árinu.*

GARÐS APÓTEK
- rétt leið
Sogavegi við Réttarholtsveg
Opíð kl. 9-18 vika daga • Sími 5680990 • www.gardsapotek.is

Þríkrossinn

Skartgripur með táknræna merkingu, seldur til styrktar blindum og sjónskertum á Íslandi.
Íslenskt handverk
Fæst um land allt

Stuðningur til sjálfstæðis
BLINDRAFÉLAGIÐ
Samtök blindra og sjónskertra á Íslandi
STOFNAÐ 1939

Hugtek Markaðsáæð

FRÁBÆR BARNABÓK!

„Bókin er fallega myndskreytt af Björku Bjarkadóttur og tónlist Eivarar Pálsdóttur er skemmtileg viðbót við vandaða bók. Eins og aðrar fyrsta flokks barnabækur höfðar bókina bæði til barna og fullorðinna.“
Ólöf Skaftadóttir, Frbl. 18. okt.

★★★★★

Jólabók barnanna!

Bók og geisladiskur

SKRUDDA
www.skrudda.is

FB gerir samning um sálfræðiþjónustu

Fjölbrautaskólinn í Breiðholti og Þjónustumiðstöð Breiðholts hafa gert samkomulag um sálfræðiþjónustu fyrir nemendur skólans. Guðrún Hrefna Guðmundsdóttir skólameistari FB og Hákon Sigursteinsson deildarstjóri hjá Þjónustumiðstöð undirrituðu samkomulagið 1. nóvember sl.

Um er að ræða tilraunaverkefni sem stendur út skólaárið og er gert á grundvelli styrks sem FB fékk í gegnum Lýðheilsusjóð 2013. Þjónustan er veitt að undangenginni vinnu náms- og starfsráðgjafa í FB. Umsjón með verkefninu hefur Ólöf Helga Þór náms- og starfsráðgjafi í FB. Af hálfu Þjónustumiðstöðvar koma að verkefninu, auk Hákons sálfræðingarnir Kristbjörg Þórisdóttir og Aldís Ingibergsdóttir.



Frá undirritun samningsins.

Nichole og Kristín hlutu viðurkenningu málnefndar

Nichole Leigh Mosty, leikskólastjóri í Ösp, og Kristín Jóhannesdóttir, skólastjóri Fellaskóla, fengu viðurkenningu Íslenskrar málnefndar á Málræktarþingi í Þjóðmenningarhúsinu fimmtudaginn 14. nóvember sl. Þema verðlaunanna að þessu sinni var Íslenska sem annað mál og börn með erlendan bakgrunn í íslensku skólakerfi. Guðrún Kvaran, formaður Íslenskrar málnefndar, afhenti þeim viðurkenninguna.

Leigh Mosty er leikskólastjóri á leikskólanum Ösp,

þar sem mikill meirihluti barnanna er með annað móðurmál en íslensku. Bæði börnum og foreldrum er kennd íslenska en um leið er metinn sá styrkleiki sem felst í góðri færni í móðurmálinu, segir í tilkynningu frá íslenskri málnefnd. Kristín Jóhannesdóttir er skólastjóri Fellaskóla, þar sem rúmlega helmingur nemenda býr við annað tungumál en íslensku á heimili. Báðir skólarnir taka þátt í verkefninu Okkar mál í Fellahverfi sem miðar að því að efla mál og læsi.

Getraun Bókaútgáfunnar Hóla

Bókaútgáfan Hólar efnir til spurningagetraunar í samvinnu við Breiðholtsblaðið. Spurningarnar skiptast í tvennt; fimm barnaspurningar sem miðaðar eru við lestrarheim barna og síðan fimm fullorðinsspurningar sem verða að teljast í þyngri kantinum því þær krefjast meiri umhugsunar. Veitt verða þrenn verðlaun:
Von-sögu Amal Tamimi, bókina um Sir Alex Ferguson og að sjálfssögðu Spurningabókina 2013. Svör má senda á netfangið: thordingimars@gmail.com

Barnaspurningarnar:

1. Hvað eru margir reitir í leiknum Pókó?
2. Í hvaða landi var Gúlliver?
3. Hvaða dýr er Eymaslapi í sögunni um Bangsímón?
4. Hvert er yngsta systkinið í Simpson-fjölskyldunni?
5. Hvernig er spjaldið á litinn sem gefur til kynna brottvísun af velli í knattspymuleik?

Fullorðinsspurningar:

1. Maður nokkur átti sex dætur og hver þeirra átti einn bróður. Hve mörg börn átti maðurinn?
2. Undir hvaða listamannsnafni varð söngkonan Henný Eldey landsþekkt?
3. Hvað kallast verðlaunin sem Hið íslenska glæpafélag veitir ár hvert fyrir bestu íslensku glæpasöguna?
4. Hvað heitir sameinað sveitarfélag Ólafsfjarðar og Siglufjarðar?
5. Hvaða dýr er á merki ensku úrvalsdeildarinnar í knattspymu?

DÚN & FIÐUR
Hreinsun og endurnýjun ú yfir 50 ár

Dún & Fiður ehf
Laugavegur 86
101 Reykjavík
Sími 511 2004
<http://dunogfidur.is>

Jólatilboð

Notaleg jólastemning í Garðheimum



OPÍÐ TIL KL. 22
ÖLL KVÖLD TIL JÓLA



GARÐHEIMAR

Garðheimar • Stekkjarbakka 6 • 540 3300 • gardheimar.is

Frábær árangur í lestrarátaki

Frábær árangur varð í lestrarátaki nemenda í 1. til 7. bekk Ölduselsskóla. Markmið átaksins var að nemendur lesi meira en þeir eru vanir dags daglega en þannig auki þeir m.a. lestrarhraða sinn. Einnig er markmiðið að auka áhuga nemenda á lestir með því að skapa þeim tækifæri til lestrar og bjóða þeim upp á fjölbreytt lesefni.

Á heimasíðu skólans kemur fram að nemendur hafi staðið sig frábærlega að vanda og allir náð þeim árangri sem kallast „stór selur“ en stóru selirnir segja til um fjölda mínútna sem árgangurinn les. Á miðstiginu var mikil keppni milli árganga en fór svo að þeir nemendur sem sigruðu í fyrra sigruðu aftur í ár en eru nú komnir í 7. bekk.

Sigurvegarnir á yngra stiginu voru nemendur í 3. bekk og voru þeir jafnframt hástökkvarar átaksins í ár. Þeir áttu að lesa í 30. mínútur á dag en lásu að meðaltali 49,7 mínútur. Átakið fór þannig fram að hver árgangur fékk sinn eigin lit og þegar nemandi hafði lesið eitthvað ákveðið mikið og lengi fékk hann lítinn sel með lit árgangsins og skrifaði nafn sitt, bekk, titill bókar og blaðsíðufjölda. Til þess að árgangur fái stóran sel þarf ákveðinn fjöldi nemenda að lesa í einhvern ákveðinn tíma, t.d. þurfa 37 nemendur í 1. bekk að lesa í 10 mín til þess að árgangurinn fái einn stóran sel. Síðan eru allir litlu og stóru selirnir hengdir upp í net sem lítur út eins og alda.



Árni Ísleifsson píanóleikari sem hefur verið undirleikari kórsins um árabil, Sigurður Már Helgason kórfeleagi sem veitti styrknum viðtöku, Vilhjálmur Þ. Vilhjálmsson forseti Rotaryklúbbs Reykjavíkur – Breiðholts og Árni Harðarson stjórnandi kórsins. Myndi var tekið að lokinni afhendingu styrksins.

JÓLATILBOÐ



Hannað fyrir Ísland

13,2 kw/h

Yfir 11 ára reynsla á Íslandi

94.900

FULLT VERÐ 109.900

www.grillbudin.is

Grillbúðin

www.grillbudin.is

Smiðjuvegi 2, Kóp - S. 554 0400

LANDMANN

Er frá Þýskalandi

ÞETTA ER AÐEINS BROT AF ÞEIM VÖRUM SEM ERU Á TILBOÐI

Rotaryfélagar styrkja Gerðubergskórinn

Rótarýfélagar í Rótarýklúbbi Reykjavíkur Breiðholt afhentu Gerðubergskórnum, kórs eldri borgara styrk að upphæð eitthundrað þúsund krónur og fór afhendingin fram í Gerðubergi.

Vilhjálmur Þ. Vilhjálmsson forseti klúbbsins afhenti styrkinn en Sigurður Már Helgason tók á móti styrknum fyrir hönd kórsins en hann er einn af stofnendum rótarýklúbbsins. Ingvar Pálsson, fyrrum forseti klúbbsins var einnig viðstaddur auk Gunnars Guðmundssonar, forstjóra Guðmundar Jónssonar hf., sem tilkynnti við athöfnina að allur akstur fram að jólum yrði í boði hans fyrirtækis, sem sé kostnaðarlaus fyrir Gerðubergskórinn en stuðningur rótarýmanna fer til þess að létta kostnað vegna ferðalaga kórsins. Þetta er í þriðja sinn sem Rótarýfélagar sýna Gerðubergskórnum stuðning í verki. Gerðubergskórinn söng nokkur lög við athöfnina undir stjórn Kára Friðrikssonar og Árni Ísleifsson spilaði á píanó.

Vilhjálmur Þ. Vilhjálmsson hóf mál sitt við afhendinguna á að minnast Guðrúnar Jónsdóttur fyrrum forstöðumanns félagsstarfsins í Gerðubergi sem lést fyrir nokkru og

hvað erfitt að vera þar án hennar. „Allir sem þekktu Guðrúnu og unnu með henni sakna hennar sárt. Guðrún var einstök manneskja, einlæg og hjálpsöm, gaf mikið af sér, framúrskarandi leiðtogi hér í félagsstarfinu í Gerðubergi. Ég kynntist Guðrúnu árið 1986, þá tiltölulega ungur borgarfulltrúi. Við urðum strax góðir vinir, vinátta og samstarf sem varði í 27 ár. Það var ekki síst henni að þakka að augu okkar beindist að Gerðubergskórnum, kórs eldri borgara í Breiðholti, þegar við fyrir þremur árum ræddum um stuðning við samfélagsleg verkefni í hverfinu. Það var ekki eingöngu sú ástæða

sem leiddi til ákvörðunar okkar um að styðja kórinn, heldur dugnaður og framlag kórsins til betra og skemmtilegra mannlífs, ekki bara í Breiðholti, heldur einnig á höfuðborgarsvæðinu og landsbyggðinni, ekki síst á hjúkunarheimilum, í kirkjum, félagsmiðstöðvum fyrir aldraða, Breiðholtsdögum og víðar. Rótarýfélagar í Rótarýklúbbum Reykjavíkur – Breiðholt hugsa til góðra hugsjóna Gerðubergskórsins þegar þeir samþykkja einróma að veita kórnum 100 þúsund króna stuðning á starfsári klúbbsins 2013 til 2014,“ sagði Vilhjálmur Þ. Vilhjálmsson.

Hjálpræðisherinn í Reykjavík býður upp á jólaveislu þann 24. desember kl. 18.00.

Í Kirkjustræti 2 fyrir þá sem minna mega sín, og fyrir þá sem komast ekki heim um jólin.

Skráning í síma 5520788 og á netfangið reykjavik@herinn.is.

Gleðileg jól.



AþENA

HÁRSNYRTISTOFA

Pangbakka 10 (MJÓDD) • Sími: 557-2053



VEIÐIKORTIÐ

2014

Eitt kort 36 vötn 6.900 kr

www.veidikortid.is



www.veidikortid.is



Sveinsbakari

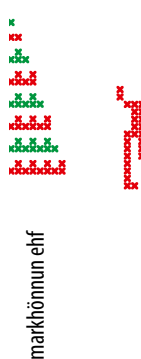
Arnabakka og Hólagarði

Smákökur, hálfmálar, lagtertúr, enskar jólakökur, sælkerabotnar, döðlubotnar, svampbotnar, marens, sérлагаðar tartalettur, smákökudeig og eftirréttatertur.

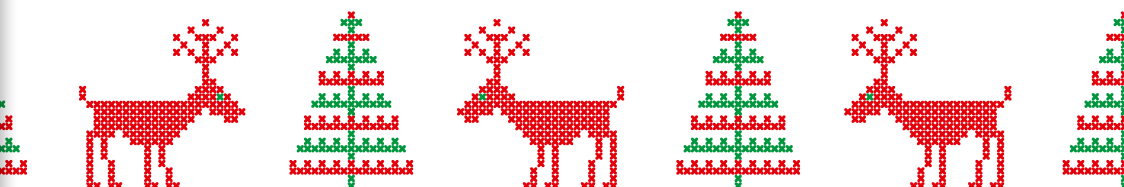
Opið alla daga vikunnar.

Verið velkomin - Veljum íslenskt.

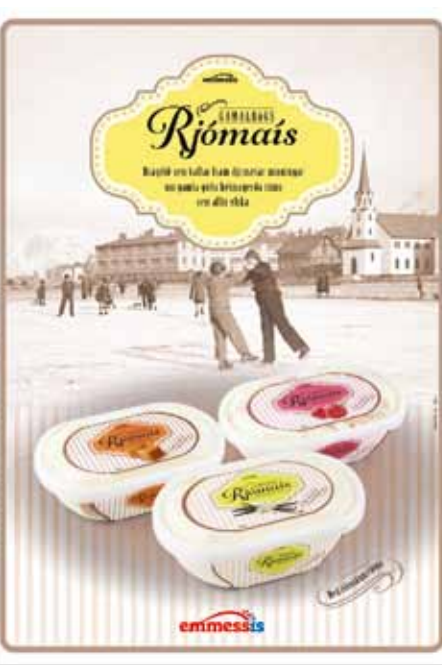




markhóinnun ehf



JÓLA-
BÆKLINGUR
NETTÓ ER
KOMINN ÚT
- FULLUR
AF FRÁBÆRUM
TILBOÐUM



Tilboðin gilda 12. - 18. des

Tilboðin gilda meðan birgðir endast. | Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl | Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

Hreint og barnvænt hverfi

Breiðholtsþing foreldra var haldið 13. nóvember sl. Á þinginu ræddu þær Hildur Jóna Bergþórsdóttir sálfræðingur og María Sastre geislafræðingur um sýn aðfluttra foreldra í Breiðholtið og einnig íslenskt samfélag í samhengi við það hvernig megi stuðla að góðu uppeldisumhverfi fyrir börnin. Hildur og María ræddu við Breiðholtsblaðið um viðhorf sín til Breiðholtsins. Hildur er Reykvíkingur og bjó síðast í Vogahverfinu en flutti í Breiðholtið fyrir tveimur árum. María er fædd og uppalldin á Spáni en hefur einnig búið í Hollandi og í Noregi.

„Ég kem úr Reykjavík og bjó síðast í Voghverfinu þar sem ég hafði búið í mörg ár. Þegar talið barst að því að við værum að hugsa um að flytja í Breiðholtið þá voru viðbrögð fólks misjöfn, allir virtust hafa skoðun á Breiðholtiinu. Ég var spurð hvort við ætluðum virkilega að fara þarna uppeftir. Ég fann fyrir ákveðnum fordómum í garð þessa borgarhluta og virtist litlu skipta um hvaða hluta Breiðholtsins var að ræða,“ segir Hildur Jóna. „En við tókum sjénsinn á að flytja og hrakspárnar gegnu ekki eftir, enda voru margir vinir og vandamenn í Breiðholtinu búnir að mæla með hverfinu, flest búnir að búa þar lengi.“

Heilsa strákanna batnaði

„Við búum í nágrenni við Seljakirkju og Hólmasel og ég varð þess fljótt áskynja hversu gott er að vera hér. Sérstaklega þegar maður er með ung börn. Hverfið er þannig uppbyggt að strákarnir okkar geta gengið í skóla og frístundir án þess að þurfa fara yfir

miklar umferðargötur og mikið af grænu svæði til þess að leika sér á. Þegar við bjuggum í Vogahverfinu voru strákarnir okkar oft mikið veikir, þeir fengu reglulega lungnabólgu og voru báðir með asma. Þetta hefur gjörbreyst eftir að við fluttum í Breiðholtið. Það er mun meiri mengun í Vogahverfinu en í Breiðholtinu sem stafar að miklu leyti frá mikilli umferð og nálægðinni við hafnarsvæðið. Mér skilst t.d. að það fari um 14 þúsund bílar á dag um Skeiðarvoginn. Það er mikil svifryksmengun sem liggur yfir Vogahverfinu sem ég bjó í enda nánast alltaf logn þar. Ég var fljót að sjá mengunina í gluggakistunum ef opnaður var gluggi og ég varð oft að láta strákana sofa inni. Svifrykið var svo mikið. Eftir að ég flutti í Breiðholtið hefur heilsa strákanna batnað mjög mikið, auðvitað skýrist það að hluta til af því að þeir eru orðnir eldri en ég er sannfærð um að hreina „fjalla loftið“ í Breiðholtinu geri þeim gott. Hvorugur þeirra hefur t.d. þurft á asmalyfjum að halda síðan við fluttum. Ég get ekki líkt þessu saman.“

Of langt í þjónustuna

„Ef ég á að benda á einhverja galla við að vera hér í Seljahverfinu þá finnst mér vanta meiri þjónustu í hverfið. Seljahverfið er til dæmis ekki nægilega vel tengt og að búa hér er að sumu leyti eins og að vera úti í sveit. Í Vogahverfinu, þar sem ég bjó áður, var öll þjónusta við höndina, það var stutt í verslanir og annað sem maður þarf að sækja. Mjóddin er ágætis verslunar- og þjónustukjarni en hún er í útjaðri byggðarinnar og ég fer þangað ekki



Maria Sastre og Hildur Jóna Bergþórsdóttir.

nema í neyð, hef í raun ekki hugmynd um hvaða þjónusta er þar. Á sama hátt er langt í Gerðuberg og ég skil ekki rökin fyrir að loka bókasafninu sem var hér í Seljahverfi, á ekki að leggja áherslu á læsi barna? Það mætti líka nýta litla kjarnanum við Hólmaseilið mun betur. Það vantar meira líf þangað. Seljahverfið er svolítið sér byggðarlag,“ segir Hildur.

Fer mikið í Gerðuberg

„Ég flutti hingað árið 2000 en ég bjó um tíma í Hollandi og í Noregi. Ég hafði búið í Hlíðunum áður en við fórum út. Eiginlega réð tilviljun því að við keyptum í Breiðholtinu. Við fréttum af húsinu til Noregs. Það var skoðað fyrir okkur en við höfðum aldrei

séð það þegar við festum kaup á því. En ég sé ekki eftir því. Staðurinn er frábær nálægt Gerðubergi og sundlauginni. Ég fer mikið í Gerðuberg. Mér finnst frábært að koma þangað og eldri strákurinn minn er mikið í félagsstarfinu í Miðbergi og á góða féлага þar. Mér finnst merkilegt að ala börnin upp á Íslandi og er búin að ákveða að vera hér áfram. Börnin hafa ákveðin réttindi og við megum ekki eyðileggja þann tíma sem þau eru börn. Þau þurfa aðlagast að samfélaginu,“ segir María.

Erum við að ofdekra börnin?

María veltir uppeldinu fyrir sér frá sjónarhóli þess sem víðar hefur búið. „Við erum oft að gera

allt sem börnin vilja. En þetta er ekki gott uppeldi, a.m.k. í mínum augum. Foreldrar bera ábyrgð á börnum sínum og að ala upp rétta manneskju til að búa í samfélagi okkar með réttindi og skyldur. Við fullorðna fólkið getum ekki alltaf gert eins og okkur sýnist. Ef börnin læra þetta ekki sem börn verða þau frekjur sem gera eins og þeim finnst án þess að hugsa um afleiðingar. Líka erum við oft, bæði foreldrar, að vinna fyrir utan heimilið, börnin eru mest alein eða með ömmu sem að sjálfsögðu dekrar barnabörnin sín. Þegar okkar vinnutíma er lokið keyrum við börnin hér og þar í frístundir. Betra væri að vera ekki í svo miklu frístundastarfi og njóta tímans með þeim: spjalla, lesa bók eða leika. Þegar við erum heima erum við oftast þreytt eftir vinnu og setjumst við tölvuna, kíkjum á fréttir eða tölvupóstinn. Aftur töpum við tíma til að njóta barnanna. Við erum kannski þreytt og leyfum börnunum gera eins og þau vilja. En kannski er þetta nútíma íslenskt samfélag?“

Þetta er „Quality of live.“

María segir að Gerðuberg sé að gera mikið til að breyta viðhorfi til útlendinga. „En, eins og Jón Gnarr sagði, menning eru ekki tölfræði heldur breytist hún með tímanum, hvað er þá „íslensk menning“ ekki annað en blanda af norskri og keltneskri menningu kryddaðri með „evrópsku“ salti.“ Í hverfinu mínu í Efra Breiðholt eru góðar strætó samgöngur, búðir, bakarí, fiskibúð, pólsk búð með frábærum pylsum, víetnamskur veitingastaður með ódýran og frábæran mat, sundlaug, tónlistaskóli og Elliðaárdalur. Mig vantar kannski líkamsrækt fyrir almenning en ekki er langt í Árbæjarþrek eða Worldclass. Við löbbum eða hjólum allsstaðar í hverfinu, það eru margar hjólaleiðir og gönguleiðir. Þetta er „Quality of live.“

DESEMBER TILBOÐ

SKATA	990 KR/KG
SALTFISKUR	1.590 KR/KG
STÖR HUMAR	7.990 KR/KG
LAXAFLÖK	1.990 KR/KG
GRAFLAX	2.190 KR/KG
SILUNGUR	1.990 KR/KG

VILTU VINNA 5 KG AF STÖRUM HUMRI?
ALLIR SEM VERZLA HJÁ OKKUR FRAM AÐ JÖLUM FARA
SJÁLFKRAFA Í POTT. DREGIÐ VERÐUR ÚT 23. DESEMBER

OPIÐ ALLA DAGA FRÁ 16.-23. DESEMBER FRÁ 10.00-18.30
VERIÐ VELKOMIN - SJÁVARHÖLLIN HÓLAGARÐI



Tímamót í Tónskóla Eddu Borg

Tónskóli Eddu Borg er 25 ára um þessar mundir. Skólastjórnendur og kennarar skólans ætla að gera starfsárið eftirminnlegt með fjölbreyttum tónleikum og ýmsum uppákomum sem dreifast yfir skólaárið. Einnig ætlar skólinn að leita til fyrrverandi nemenda skólans og jafnvel fá þá til að taka þátt í tónleikahaldi. Í tilefni afmælisins er ætlunin að brjóta upp kennsluna á næstu önn og hafa opna viku fyrstu vikuna í mars. Sú vika mun svo enda enda svo með afmælistónleikum í 8. mars í Seljakirkju, þar sem vænst er að sjá fyrrverandi, núverandi og tilvonandi nemendur.

Önnur tímamót eru í skólastarfinu því Tónskóli Eddu Borg útskrifar nú í fyrsta skipti nemanda af framhaldsskólastigi. Fram að þessu hefur skólinn sent nemendur frá sér þegar komið er áleiðis í náminu, en á undanförunum árum hefur skólinn í auknu mæli hafið samstarf við aðra tónlistarskóla svo unnt sé að bjóða nemendum upp allar þær aukagreinar og samspil sem þarf til að klára tónlistarnámið við skólan. Eins og fram kemur á heimasíðu skólans er Tónskóli Eddu Borg alhliða tónlistarskóli með kennslu á fjölbreytt úrval hljóðfæra. Yfirleitt byrja nemendur fimm til ára í forskóla sem stendur yfir í tvö ár. Að forskóla loknum velja nemendur sér hljóðfæri. Á fyrsta starfsári skólans voru um 70 nemendur í skólanum en núna nema um 150 nemendur við skólann. Þíandíð hefur alltaf verið vinsælasta hljóðfærið en nú er kennt á flestöll hljóðfæri en jafnan eru nokkrar sveiflur í vinsældum hljóðfæra á milli ára. Kennt er eftir Aðalnámskrá Tónlistarskóla útgefinni af Menntamálaráðuneytinu. Nemendur taka áfangapróf eftir því

sem náminu miðar áfram. Í áfangakerfinu eru þrjú próf; Grunnpróf, Miðpróf og Framhaldspróf. Áfangapróf er augljóslega sá áfangi sem er mest um verður í náminu en þar á eftir koma stigspróf samkvæmt gamla stigakerfinu og vorpróf sé hvorugt hinna tekið.

Best er ef nemendur byrja ungir að læra tónlist og fara þá í For-skóla, sem er undanfari hljóðfæra-kennslunnar. Markmið forskólans er að búa nemendur sem best

undir hljóðfæranám. Nemendur fá alhliða þjálfun í tónlist. Mikið er lagt upp úr að nemendur læri tónlist í gegnum söng, hlustun, hreyfingu, leik og sköpun. Ýmis ták og hugtök tónlistarinnar eru kynnt og nemendum er kennt að leika á ásláttarhljóðfæri. Einnig læra nemendur að leika á blokkflautu. Félagslegi þátturinn er mjög viðamikill í forskólanáminu, þar sem kennt er í hópum. Forskólanemendur taka virkan þátt í tónleikahaldi skólans.



Edda Borg, skólastjóri, Jónas Ásgeir Ásgeirsson, harmóníkunemandi og Bjarni Sveinbjörnsson, aðstoðarskólastjóri.

Nýir og glæsilegir staðir

PLANET PIZZA
PIZZA GRILL
5 444444
PIZZA.IS

Seljabraut 54 og Langarima 21
Take-away - Heimsending



JÓLATILBOÐ!

Þú sækir stóra pizzu, 2 lítra gos og stóran skammt af frönskum og færð aðra stóra pizzu frítt með.

Greitt er fyrir dýrari pizzuna!

eða 20% afsláttur af pizzum þegar þú sækir

(gildir ekki með öðrum tilboðum)

Pizzur - Hamborgarar - Pítur - Franskar - Salöt



Sími 5 444444



Þorgrímur kynnti markmið

Þorgrímur Þráinsson kom í heimsókn í Öldusels-skóla fimmtudaginn 3. október síðastliðinn og hélt kynningar fyrir 10. bekinga um markmið. Í kynningunni kenndi hann unga fólkinu að setja sér markmið og bæta sig í samskiptum við annað fólk.



Þorgrímur Þráinsson rithöfundur.

Hann sagði einnig sögur af öðru fólki sem lét drauma sína rætast og sýndi okkur myndbönd. Þorgrímur talaði mikið um hring sem er byggður af hlutum sem við viljum bæta okkur í. Maður gefur sjálfum sér einkunn frá 0 til 10 í hlutum eins og t.d. „hrós“, „vinir“ og „fjölskylda“. Núll er miðjan á hringnum en 10 er á hringnum sjálfum. „Maður reynir að bæta sig í öllum hlutum, hrósa fólki, eyða tíma með fjölskyldunni o.s.frv. Með tímanum ætti maður að geta teiknað frekar stóran og réttan hring og línan manns ætti einnig að vera samkvæmt því,“ sagði Þorgrímur. Hann sagði einnig að það hjálpi mikið að setja sér markmið, hversu stór eða lítil þau kunni að vera. Kynningin var flott og var mikil hvatning til að stíga út fyrir þægindarammann og gera það sem manni langar að gera í lífinu, setja sér markmið og stefna hátt.



Jógaæfingar í Breiðholtslaug.

Jóga í vatni í Breiðholtslaug

Sex vikna námskeið - Jóga í vatni hefst - í Breiðholtslaug þriðjudaginn 14. janúar. Kennari verður Arnbjörg Kristín Konráðsdóttir sem er jógiskur ráðgjafi, Kundalini jógakennari og stofnandi Jóga í vatni.

Jóga í vatni er endurnæring, hvíld og heilun fyrir líkama, huga og sál. Gerðar eru jógaæfingar sem hafa verið aðlagðar að vatni og henta byrjendum sem lengra

Wilson's PIZZA

S. 581 15 15

3 staðir 1 símanúmer

Gnoðarvogi 44 • Ananaustum og Eddufelli 6

komnum. Rík áhersla er lögð á að hlusta á líkamann og fylgja eigin takti í æfingunum. Hægt er að gera þær hratt eða hægt meðan verið er að byggja upp styrk og þol. Falleg tónlist er spiluð í tímunum sem hefur góð áhrif á hugann meðan æfingar eru gerðar. Í slökunarhlutanum er notast við hljóðfæri er nefnist gong sem hjálpar líkamanum að slaka betur á, losa spennu úr taugakerfinu og byggja það upp. Jóga í vatni hentar bæði þeim sem eru við góða heilsu og þeim sem eiga við heilsufarsvandamál að stríða. Fjölmarginir gigtveikir einstaklingar hafa upplifað jákvæðan mun á daglegri líðan meðan á námskeiði stendur. Námskeiðið verður á þriðjudögum og fimmtudögum kl. 20:30 til 21:30 í Breiðholtslaug og hefst þriðjudaginn 14. janúar.

Sex vikna námskeið kostar kr. 9.500. Nánari upplýsingar og skráning er í síma 862-3700 eða á netfangið akk@graenilotusinn.is

Fellaskóli í annað sinn í undanúrslit

Fellaskóli komst í undanúrslit Skrekks og dögumum og keppti síðan við og Laugalækjarskóla sem tryggð sér sigur. Þetta er annað árið í röð sem Fellaskóli kemst áfram í hæfileikakeppninni.

Nemendur sýndu leik- og dansatriði sem þeir höfðu æft vikurnar á undan og því var frábært að komast áfram í úrslit. Nemendur Fellaskóla stóðu sig einnig með prýði á úrslitakvöldi Skrekks sem fór fram í Borgarleikhúsinu. Mikill metnaður var í liðinu og undirbúningurinn skilaði þeim árangri sem náðist. Alls kepptu átta skólar um Skrekkin í Borgarleikhúsinu mánudaginn 25. nóvember og á dómnefnd valdi síðan tvo síðustu skólana úr hópi þeirra sem þegar hafa tekið þátt og urðu Fellaskóli og Laugalækjaskóli fyrir valinu.



Keppnislið sem kom skólanum í undanúrslit.

BERING
inspired by arctic beauty

BERING CLASSIC COLLECTION

Stál kassi · rispufrítt safír gler · Swarovski steinar

Höfum bætt við okkur flottu úrmerki BERING en úrin frá þeim eru stílhrein og smíðuð úr bestu efnum. Hönnuðir BERING hafa að leiðarljósi hreinleika, einfaldleika og fegurð norðursins. Verið velkomin.

Tveir hressir frá slökkviliðinu



Annar hinna hressu slökkviliðsmanna spjallar við krakkana í þriðja bekk í Hólabrekkuskóla.

Tveir hressir menn frá Slökkviliði Höfuðborgarsvæðisins heimsóttu þriðjubekkinga í Hólabrekkuskóla með forvarnafræðslu á dögumum. Nemendur lærðu ýmislegt meðal annars um reykskynjara, brunateppi, umgengni við kerti og hvernig á að haga sér ef upp kemur eldur.

Að fræðslu lokinni fengu allir að skoða slökkviliðsbílinn og kynnað tækjum hans. Slökkviliðsmennirnir gáfu öllum nemendum bókina um Loga og Glóð auk þess sem allir sem leysa verkefni bókarinnar fá vasaljós að gjöf sem gott er að hafa á náttborðinu ef rafmagnið fer. Við þökkum slökkviliðsmönnum kærlega fyrir komuna.

Þú færð jólagjöfina hennar hjá okkur

Full búð af spennandi kvenfatnaði

Fyrir konur á öllum aldri

Munið gjafabréfin!

Verið velkomnar

Fröken Júlía

Mjódd - S. 557 5900

HERTNEK

Mjódd:

Opið þriðjudag - föstudag kl.13-18

Um hátíðarnar. 23.des.kl 10-23

Lokað 24 des -1 jan,

w.w.w.herinn.is

Helena, Amal og Sir Alex frá Hólum

Tvær ævisögur eru á meðal þeirra bóka sem Bókaútgáfan Hólar í Breiðholtinu gefur út að þessu sinni en fjölmargar bækur hafa komið út á þessu ári.

Önnur ævisagan heitir Gullin ský og fjallar um ævi söngkonunnar Helenu Eyjólfssdóttur, sem þrátt fyrir brosmildi sitt hefur fengið að upplífa sitt af hverju og ekki allt ánægjulegt. Óskar Þór Halldórsson fjölmiðlamaður skráði ævisögu Helenu. Hin ævisagan sem Hólar gefa út heitir Von og er saga Amal Tamini. Hún er er fædd og uppalin í Jerúsalem í Palestínu. Hún var sjö ára þegar stríðið skall á, 13 ára var hún fangelsuð af Ísraelsmönnum vegna grjótkasts, 16 ára var hún gift. Árið 1995 flúði hún heimilisofbeldi eiginmanns síns og fór með börnin sín fimm til Íslands. Flóttinn var ævintýrlegur og Amal hræddist um líf sitt. Nafnið Amal merkir von en von Amal hefur ávallt verið að komið sé fram við hana af virðingu og væntumþykju eins og allar aðra manneskjur. Það er Kristjana Guðbrandsdóttir blaðakona sem skráir ævisögu Amal.

Sir Alex á Íslensku

Sir Alex, eftir Guðjón Inga Eiríksson, er einstök saga Fergusontímans hjá Manchester United og ekki vantar stórsjörurnar: Cantona, Schmeichel, Solskjær, Keane, Ronaldo, Rooney, Beckham, Scholes. Vidic, Giggs og Van Persie og eru þá fáir nefndir. Á bak við þetta stóð svo arkitektinn að öllum ævintýrunum, Sir Alex Ferguson. Frábær fótboltabók - stútfull af snilldartilþrifum, ruddalegum tæklingum, rauðum spjöldum og alls kyns fótboltakryddi.

Húmör í Hafnarfirði

Húmör í Hafnarfirði, í samantekt Ingvars Viktorssonar kennara og fyrrum bæjarstjóra þar, inniheldur gamansögur af Hafnfirðingum. Smávaxnir Hafn-



firðingar með Leif Garðars, Þóri Jónsson, Halla í Botnleðju, Leif Helga, Viðar Halldórs og Óla Dan bera höfuðið hátt þrátt fyrir smæðina. Hörður Magnússon gáir til veðurs. Gisli pól umkringir mann. Kennarar við Flensborgarskólann skreppa í bíó og hafa með sér rauðvinskút. Þórður Þórðarson boðar „strand á Dansgötunni“. Gunnar Rafn Sigurbjörnsson lýsir starfsmönnum Hafnarfjarðarbæjar. Gummi Valda mætir draghatur til vinnu. Hildur Guðmundsdóttir biður nemanda sinn að bíta á jaxlinn. Maggi Óla fer á sjó. Geir Gunnarsson neitar. Adolf Björnsson týnist og Ingileif Ólafsdóttir pantar hangikjöt.

Skagfirskar skemmtisögur

Þá kemur út þriðja heftið af hinum vinsælu Skagfirsku skemmtisögum, í samantekt Björns Jóhanns Björnssonar blaðamanns, en tvö hin fyrri runnu út eins og heitar lummur, enda bráðsniðugar. Gamansemi Skagfirðinga er líka óþrjótandi sagnabrunnur. Hér eru óborganlegar sögur af m.a. af kaupmanninum Bjarna Har, Halla í Enni, Friðriki á Svaðastöðum, Dúdda á Skörðugili, Bjarna Marons, Pálma Rögnvalds og Alftagerðisbræðrum og sveitungum þeirra. Einnig af Jóni Drangeyjarjarli, Birni í Bæ, Ýtu-Kela, Binna Júlía, Jóhanni í Kúskerpi, Marka-Leifa, Sigga í Vík, Gunna Rögnvalds, Siggu á Eyrarlandi og fyndnum Fljótamönnum.

Af öðrum Hólabókum má nefna Bestu barnabrandarana, Spurningabókina 2013, Manchester United spurningabók og nafnarímið Allir krakkarnir, sem er í senn kærleiksríkt og kvikindislegt. Áður er kominn út bókin Undir hraun, eftir Sigga á Háeyri, en hún fjallar um gosið í Heimaey 1973, flóttann upp á fastalandið og það sem í hönd fór hjá Eyjamönnum og í rauninni landsmönnum öllum.

Bestu óskir um gleðileg jól og farsælt komandi ár. Þökkum viðskiptin á árinu.



GULLSMIÐURINN Í MJÓDD



Sendum um allt land www.spilavinir.is

KALEIDOS

Frábær skemmtun!

Við aðstoðum þig við að velja spilin. Úrvalið er hjá okkur!

Spilavinir

Suðurlandsbraut 48 (bláu húsin í Faxafeni) · 108 Reykjavík · Sími 553 3450
Verslunin er opin virka daga 11-18 og laugardaga 11-16



Gleðilega hátíð

Við óskum þér gleðilegra jóla og gæfuríks komandi árs.

Starfsfólk Íslandsbanka Þarabakka

Við bjóðum góða þjónustu

islandsbanki.is | Sími 440 4000



Íslandsbanki



Nemendur Breiðholtsskólaskóla fengust við margvísleg verkefni í tilefni dags íslenskrar tungu á dögnum. Góður gestur, Ragnheiður Þóra Grímsdóttir sagnaþula og kennari, heimsótti skólann, gekk í bekkina og sagði nemendum sögur. Einnig var unnið með tungumálið í öllum árgöngum. Verkefni voru fjölbreytt og má þar nefna vinnu með málshætti og vísnagátur, ljóðalestur á sal, stöðvavinnu þar sem árgangar unnu saman að sagna- og vísnagerð, spiluðu orðaspil og m.fl. Elstu nemendurnir lásu einnig sögur fyrir yngstu börnin. Þessar stúlkur eru úr fjórða og fimmta bekk Breiðholts-skóla.

Einkarekið apótek

Lágt lyfjaverð - góð þjónusta



GARÐS

APÓTEK

- rétt leið

Sogavegi við Réttarholtsveg

Opið kl. 9-18 virka daga • Sími 5680990 • www.gardsapotek.is

Gleðileg jól

Eftir séra Valgeir Ástráðsson

Hún hljómar stöðugt nú þessi góða kveðja. Stundum er hún sögð stuttaralega eins og af vana. Oftar vonandi með einlægri ósk, velvilja og kærleika. Gleðileg jól, - það skiptir miklu að svo sé, og að þess verði notið. Kveðjan sem englarnir fluttu á hinum fyrstu jólum var líka sú, að verið væri að boða mikinn fögnuð og hann ætti að veitast öllu fólki. Þess vegna segjum við: „Gleðileg jól“.

Þegar farið er með jólakveðjuna, oft eins og sjálfsagðan hlut, skyldum við hafa í huga að gleðin og fögnuður eru ekki alltaf það sjálfsagða. Eins og

öll önnur dýrmæti er gleðin vandmeðfarin, verður að byggjast á réttum forsendum. Mörgum finnst einkenni gleðinnar vera hlátur og kátína. Það á oft við en ekki nærri alltaf. Hlátur og fyndni, svo yndislegt sem það hvort tveggja getur verið, er á stundum yfirvarp til að hylja eitthvað undir niðri sem er eins andstætt gleði og mögulegt er.

Stundum er talað um sanna gleði, - einlæga gleði. Þá er átt við hugarfar, eitthvað það sem gerist innst í manneskjunni. Þar getur fylgt hlátur, en þannig þarf það þó alls ekki að vera. Það hugarfar þarf ekki að vera bundið veisluhöldum eða amstri, það stendur miklu dýpra í manneskjunni. Gleðin sú er skýrð með hugtökum eins og friður, sátt, fyrirgefning, þakklæti, auðmýkt, stundum líka rósemi. Allt það sem manneskjan skynjar og nýtur þegar hún nær því að vera í samhljóma við sjálfa sig og umhverfi, gefur af sér til þess að geta þegið, lifir í sátt við sjálfa sig og allt. Gerir sér grein fyrir því að lífið er ekkert sjálf-sagt, það er gjöf og skilur þá að hver sem hefur þegið svo mikla gjöf er í ábyrgð settur. Á þeim skilningi hvílir gleðin.

Eins og öll önnur dýrmæti er gleðin vandmeðfarin. Þar þarf leiðsögn og hjálp. Þegar talað er í jólaguðspjallinu

Valgeir Ástráðsson
sóknarprestur í Seljakirkju.

um að fögnuður sé til boða, er líka talað um hjálp og stuðning. „Yður er í dag frelsari fæddur, sem er Kristur Drottinn“. Inntak þess boðskapar er um dýpstu sannindin, það sem skiptir mestu máli í lífinu. Það sem getur veitt gleði. Boðskapur jólanna er um tengsl við almætti Guðs, um leið bænarinna sem getur veitt örugga leið til sannrar gleði. Um það skulum við hugsa og muna eftir þegar við segjum sem oftast : „Gleðileg jól“.

MATUR OG VÍN:

Uppskrift mánaðarins

Nóatúns hamborgarhryggur

Fyrir 6

1 stk. Nóatúns hamborgarhryggur (u.þ.b. 3 kg)

1 Nóatúns hamborgarhryggur
2 dósir tómátþúrra (litlar)
1 malt í gleri (330 ml)
1 appelsín í gleri (330 ml)

Hryggurinn er soðinn rólega í 50 mín. í vatni, malti, appelsíni og tómátþúrru, þá er hann tekinn upp úr og látið renna af honum.

GLJÁ!

250 g púðursykur
125 g tómatsósa
125 g sætt sinnep
375 ml rauðvín (eða rauðvínshedik)

Allt sett í pott og látið krauma í um 5 mín. Hryggurinn penslaður og settur í ofn á 180 °C í um það bil 20-25 mín.

Við mælum með eftirfarandi víni við þennan rétt:

Masi Modello delle Venezie
– 1.850 kr.

Rúbínrautt. Létt fylling, þurr, fersk sýra, mild tannín. Berjablámi, kirsuber, lyng.

Piccini Memoro rautt – 1.999 kr.
(vínið er líka til í 1,5.litr pakkingu)

Dökkkirsuberjarautt. Meðalfylling, hálfþurrt, fersk sýra, mild tannín. Dökk ber, kirsuber, vanilla, eik, plóma, filjur.

RJÓMALÖGUB ÞÚRTVÍNSSVEPPASÓSA

300 g sveppir
50 g smjör
2 greinar garðablóðberg (ferskt)
200 ml þúrtvín
500 ml rjómi
Sveppakraftur
Salt og pipar

Skerið sveppina gröft niður í pott og brúnið í smjörinu ásamt blóðberginu, salti og pipar í 4 mín. Hellið þá þúrtvíni út í og látið sjóða niður um helming. Gott er að setja 1-2 msk. af sveppakrafti út í eða eftir smekk. Bætið þá rúmlega 500 ml af vatni saman við og látið sjóða í um 30 mín. Bætið þá rjóma við og látið suðu koma upp. Gott er að smakka til með kjötkrafti og sveppakrafti. Þykkið með smjörbollu eða maizena mjóli.

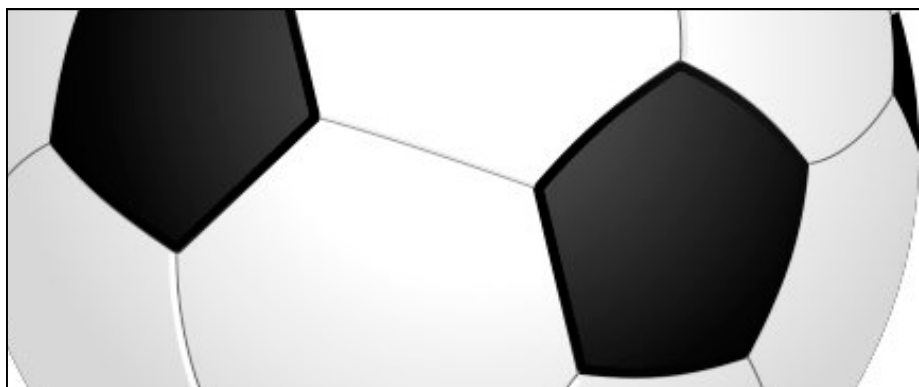
Uppskrift mánaðarins

Þennan rétt völdum við sem uppskrift mánaðarins því hann er mjög gómsætur og einfaldur í eldamennsku og ekki skemmir að öll aðföng má fá á einum stað í næstu Nóatúnsverslun.

Það kórónar hverja máltíð að njóta þess að drekka gott vín með matnum. Við látum fylgja hér með tillögur að tveimur vintegundum sem hæfa þessum rétti alveg einstaklega vel.

Verði ykkur að góðu.

NÓATÚN



SKYNDIHAPPDRAETTI KNATTSPYRNUDEILDAR ÍR

Taktu vel á móti sölumönnum okkar Frábærir vinningar!

ICELANDAIR - gjafabréf flug til Evrópu

Ársmiðar á leiki m.fl. ÍR knatt/handb/karfa - Gildistími: 01.05.2014 - 30.04.2015

Gisting á hótél Borg fyrir 2

AH 32 Landmannalaugar by bus fyrir 2 Iceland Exursions

AH 30 South Coast and Þórsmörk by bus fyrir 2 Iceland Exursions

Líkamsræktarkort í GÁSKA

Gjafabréf frá Vodafone

Íslenskir fjallaleiðsögumenn. Jöklaganga fyrir 2

Hellaskoðun. Dagsferð fyrir 2 hjá Iceland Exursions

Grillveisla hjá Sjávargrillinu fyrir 2

Promennt - inneignarbréf upp í námskeið

Gjafabréf frá Þín verslun Seljabraut

Úttekt í TENGI

4 vikna námskeið hjá Bootcamp að eigin vali

Leiksport - Hummel fólbtoltaskór

Gjafabréf frá gleraugnaversluninni Sjáðu Hverfisgötu

Kaffivél frá BYKO

Leiksport - Hummel íþróttagalli

Hundrað ára saga íslenskrar knattspyrnu -2 bindi frá KSÍ

Heilsa - heilsuvörur

Gjafabréf frá fiskbúð Hólmgeirs

Nokia C1 - O1 frá Hátækni

Gjafabréf frá Kjötismiðjunni

Leiksport - Alias fjölskylduspil

Príförur fyrir bíla frá Fálkanum Suðurlandsbraut

Brauðrist frá BYKO

Errea fótbolti

Gjafabréf frá NINGS

NIVEA - gjafasett kvenna

NIVEA - gjafasett karla

Verð: 1000.-

Aðeins 4000 miðar



**Heildarverðmæti vinninga er:
1.029.655**

Bernskuminningar úr Breiðholtinu

Katrín Ósk Jóhannsdóttir rifjar Breiðholtsæskuna upp að þessu sinni. Hún er dóttir hjónanna Jóhanns Halldórs Albertssonar og Margrétar Stefánsdóttur, en afi hennar og amma voru Albert Guðmundsson knattspyrnumaður og síðar alþingismaður og ráðherra og Brynhildur Jóhannsdóttir. Katrín Ósk á tvo syni. Jóhann Andra og Brynjar Atla. Katrín hefur lengi haft gaman af að skrifa og nú hafa fyrstu bækur hennar komið út ríkulega myndskreyttar og eru ætlaðar börnum á leikskólaaldri.

Ákvað að láta æskudrauminn rætast

Ég heiti Katrín Ósk Jóhannsdóttir. Ég er 23 ára og er einstæð móðir með tvo stráka fimm ára og tveggja ára. Ég hef búið í Seljahverfinu í Breiðholti frá árinu 1994 að ég var fjögurra ára gömul. Ég hef ákveðið að láta æskudraum rætast og gefa út bækur. Ég gerði það eftir að vinur lýsti áhyggjum sínum yfir því að mínir draumar færu í ævilanga bið vegna barneigna minna. Ég féllst ekki á þetta og bækurnar eru tvær og eru hugsaðar sem upphaf syru.

Karólína könguló er söguhetjan og fyrri bókin, Karólína og týndu skórnir, kennir börnum á helstu litina en sagan gengur út á að hún leitar að skónum sínum átta sem allir eru í sitthvorum lit. Seinni bókin, Karólína og egg-ið, kennir tölurnar frá einum að tíu og fjallar um þegar Karólína finnur lítið fuglasegg og kemur því aftur heim í hreiðrið sitt. Lesendahópurinn er leikskólaaldurinn. Yngstu börnin læra af bókunum og hafa mjög gaman af þeim en elstu börnin hafa gaman af söguþræðinum, þó þau kunni flest þegar á tölur og líti.

Aldrei of gamall til að læra

Ég var fjögurra ára þegar foreldrar mínir fluttu úr Hlíðunum í Seljahverfið og þau hafa verið þar síðan. Ég hef því alist upp sem Breiðhylltingur og er ekkert á leiðinni þaðan. Ég innritaði mig í Háskóla Íslands á liðnu hausti og fannst ég vera svo full-orðin að ég ákvað að sækja um stúdentaíbúð en áttaði mig svo að ég hefði ekkert við hana að gera. Ég gæti búið áfram í kjallaranum hjá pabba og mömmu.



Katrín Ósk ásamt sonum sínum Jóhanni Andra og Brynjari Atla.

Það hefðu líka orðið viðbrigði fyrir strákana að fara frá þeim. Þeir eiga jafnt heima hjá mér og afa sínum og ömmu. Þeir ganga bara á milli hæðanna. Á meðan maður er einstæður er gott að eiga stuðning pabba og mömmu. Er er að vinna í Seljahlíð og að skrifa bækur. Það er nóg í bili. Maður verður aldrei of gamall til að fara að læra.

Seljahverfið er barnvænt

Seljahverfið er líka ákaflega barnvænt og ég man hvað mér leið vel þegar ég var barn að alast þar upp. Þetta er dásamlegur staður til þess að ala börn upp og ég geri ráð fyrir að láta mína stráka alast þar upp. Það verður að viðhalda íbúafjöldanum í Seljunum því fólkið þar er farið að eldast. Ég byrjaði skólagönguna í Seljaskóla og var þar í þrjú ár. Það átti ekki alveg við mig. Mér fann mig ekki nógu vel í skólanum. Besta vinkona mín hafði farið í Ísaksskóla en hætti þar eftir þrjú ári og fór þá í Ölduselsskólann og ég fékk að fljóta með henni.

Tilfinningaleg tengsl við Ölduselsskóla

Ég átti mjög góð ár í Ölduselsskóla og er með rosalega sterk tilfinningaleg tengsl við hann. Ég finn enn til saknaðar þegar ég kem þangað inn. Svo lá leiðin í FB eins og margra í Breiðholtinu. Ég held að ég hafi verið hlýðin og góður krakki þótt sé segi sjálf frá en þá kom dálítið unglingaútrás yfir mig. Foreldrar mínir vildu nefnilega að ég færi í framhaldsskóla með bekkjarkefni. Mig langaði að prufa annað og að finna hvar mitt áhugasvið væri. Þau létu það eftir mér



Katrín Ósk Jóhannsdóttir á heimaslóðum í Seljahverfinu.

og ég fór í áfangakerfið í FB. Þau voru mér líka ákaflega hjálpleg þegar drengirnir fæddust. Ég ætlaði mér ekki að eignast barn þegar ég var 17 ára og lét þess víst getið. Viku síðar að ég lýsti barneignaleyssinu yfir komst ég að því að ég væri orðin ólétt. Ég hugleiddi af hverju konur gerðu þetta aftur og aftur. Að verða óléttar og eignast börn. Ég skyldi það ekki. En eftir að ég eignaðist eldri drenginn breyttist þetta. Allt í kringum fæðinguna var með þeim hætti að ég skyldi þetta betur. Ég var ekkert óvön börnum því við systkinin erum fimm að tölu. Ég geri þó ekki ráð fyrir að ná foreldrum mínum í barneignum. Ég bæti kannski einu við en ég ætla aðeins að biða með það. Ég hef nokkur ár

til stefnu en ef ég fjölga meira ætla ég að gera það fyrir þritugt.

Oft öskudagur hjá okkur

Mér fannst yndislegt að alast upp í Seljahverfinu. Við búum í botnlanga og þar er maður svo frjáls. Þegar ég var barn þá var ekki búið að byggja í mónum fyrir ofan okkur. Ég fór oft þangað til þess að leika mér. Ég hafði lesið Heiðubækurnar eftir Jóhönnu Spyri og var mjög upptekin af Heiðu. Við áttum heimilishund og ég fór oft með hann með mér og þá þóttist ég vera Heiða og hafði hundinn fyrir geitina. Hann var geitin mín. En þá vantaði Pétur hina sögupersónuna í Heiðubókunum. Það bjó strákur sem heitir Pétur í

sama botnlanganum og ég reyn-di stundum að fá hann með mér og hundinum eða geitinni upp í mó en hann var þremur árum eldri, hafði ekki lesið Heiðubækurnar og sýndi þessu uppátæki mínu því minni áhuga en ég vildi að hann gerði. Ég og vinkona mín vorum rosalega kátar og opnar. Við gengum mikið í hús og bönkuðum upp á hjá fólki. Hún spilaði á Baníó og ég söng og við fengum oftast kex að launum. Það var því oft öskudagur hjá okkur.

Synd að við værum ósáttar

Við vinkonurnar fórum líka oft í kirkju. Við byrjuðum snemma að klæða okkur í sparikjóra og fara í kirkjuna. Ég man þegar við fengum að fara einar í fyrsta skipti. Við fórum svo í kórinn og fengum að slökkva á kertunum. Ég man að við vorum einhverju sinni ekki alveg sáttar þegar við komum í kirkjuna. Einhver spennan var í loftinu. Séra Valgeir tók efir því og fór að tala um þetta við okkur. Honum leyst ekkert á að við værum ekki sáttar. Við sem værum vinkonur. Hann sagði að það væri synd ef við værum ekki sáttar. Við vorum eiginlega hálf aldnar upp í kirkjunni. Þá komu yfirleitt mun fleiri í kirkju. Stundum var fullt út úr dyrum. Í dag koma færri. Ég hef líka lagt áherslu á að kenna eldri syni mínum um Jesú. Við fórum samt ekki mikið í kirkju í dag. Hann er svona morgunkúrari. Finnst gott að lúra á morgnana. Kannski á það eftir að breytast.

Meira um Karólínu

En aftur að bókunum. Sagan Karólínu könguló er saga sem ég var að segja syni mínum. Ég var búinn að huga að því að gefa hana út. Þegar kom að því að gefa Karólínubókina út skellti ég í aðra sögu um Karólínu og bætti henni við. Þess vegna eru bækurnar tvær. Mig langar til þess að skrifa og gefa út bækur. Pabbi segir að það sé ekkert sem ég geti ekki gert. Og ég ætla að halda áfram. Þegar ég hafði samband við útgáfuna var ég eiginlega búinn að fá útgáfusamninginn. Hann var tilbúinn þegar ég kom í viðtal. Ég er langt komin með næstu bók. Hún er ekki um Karólínu því ég bjóst ekki við að hún yrði svona vinsæl. En ég á örugglega eftir að skrifa meira um Karólínu og vonandi fleira. Það þarf að virkja innlenda barnabókamenningu. Við fáum mikið af þýddu efni. Smásaga í myndabúningi nær svo vel til litlu krakkanna.



Sagan um hvernig Karólína könguló bjargaði egginu eftir Katrínu Ósk.

*Bestu óskir um gleðileg jól
og farsælt komandi ár.
Þökkum viðskiptin á árinu.*



Gambúðin Gauja
Þönglabakka 4 - S : 571-2288
www.gauja.is



HEIMEIER

NÚ ER FROST Á FRÓNI

Er kominn tími til að endurnýja ofnlokann?

- Heimeier ofnlokarnir hafa ekki tilhneigingu til að festast.
- Þeir eru öruggir og endingargóðir.
- Tvöfaldir o-hringir koma í veg fyrir lekavandamál.
- Notendavænn hitanemi sem þú stillir að þínum þörfum.
- Áralöng reynsla.

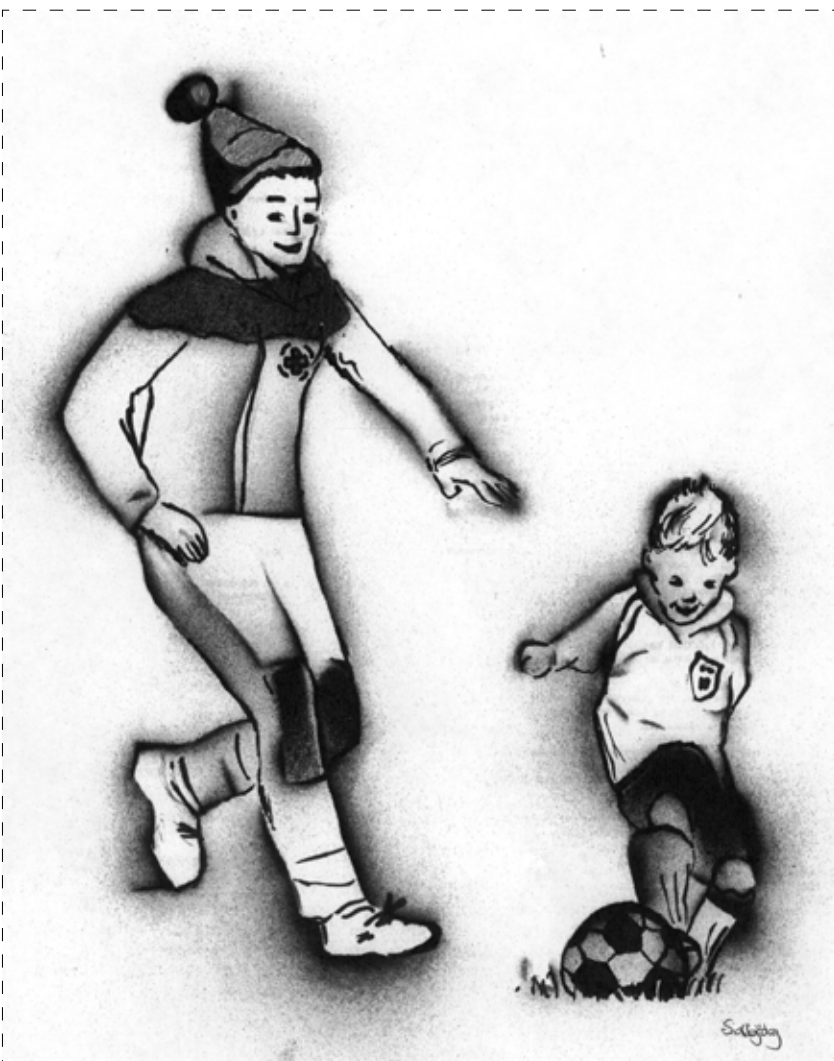


Gæði, þjónusta, ábyrgð - það er Tengi

Opið virka daga frá kl. 8-18 og laugardaga kl. 10-15

Smiðjuvegi 76 • Kópavogi • Sími 414 1000 • tengi@tengi.is
Baldursnesi 6 • Akureyri • Sími 414 1050 • www.tengi.is

Viljið þið vinna flugeldapakka?



Krakkar nú getið þið unnið skemmtilegan flugeldapakka. Þið klippið út þessa mynd, litið hana og komið henni á flugeldasölu Flugbjörgunarsveitarinnar í ÍR heimilinu við Skógarsel ekki seinna en 29. desember. Á hádegi þann 30. desember drögum við svo út 10 myndir og þeir sem þær eiga fá flotta krakkapakka af flugeldum. Þann 30. desember hengjum við líka upp fullt af fallegum myndum á flugeldasölnunni svo kíkið við til að sjá hvort ykkar mynd er ekki á meðal þeirra.



	Þorláksmessa 23. des	Aðfangadagur 24. des	Jóladagur 25. des	Annar í jólum 26. des	Gamlársdagur 31. des	Nýársdagur 1. jan *
Árbæjarlaug	06.30-18.00	08.00-12.30	Lokað	12.00-18.00	08.00-12.30	Lokað
Breiðholtslaug	06.30-18.00	08.00-12.30	Lokað	Lokað	08.00-12.30	Lokað
Grafarvogslaug	06.30-18.00	08.00-12.30	Lokað	Lokað	08.00-12.30	Lokað
Klébergslaug	11.00-15.00	10.00-12.30	Lokað	Lokað	10.00-12.30	Lokað
Laugardalslaug	06.30-18.00	08.00-12.30	Lokað	12.00-18.00	08.00-12.30	12.00-18.00
Sundhöllin	06.30-18.00	08.00-12.30	Lokað	Lokað	08.00-12.30	Lokað
Vesturbæjarlaug	06.30-18.00	08.00-12.30	Lokað	Lokað	08.00-12.30	Lokað

* Á öðrum dögum er opið samkvæmt hefðbundnum afgreiðslutíma*



Laugarnar í Reykjavík



www.itr.is • sími 411 5000

Viðburðaríkur nóvember

Margt skemmtilegt hefur verið í gangi þetta haustið í félagsmiðstöðvunum í Breiðholti og nóvember var sérstaklega viðburðaríkur mánuður. Almennar opnir félagsmiðstöðvanna hafa verið á sínum stað þar sem horft er á sjónvarpið, spilað tölvuleikir, spilað billjard og borðtennis, spjallað, fönðrað, haldin stelpukvöld og strákakvöld, farið í heimsóknir og margt margt fleira. Snemma í mánuðinum var svo félagsmiðstöðvadaurinn haldin hátíðlegur með tilheyrandi vöffluáti, kakódrykkju og heimsóknum frá foreldrum svo eitthvað sé nefnt.

Dagurinn gekk vel í Breiðholtiinu og gaman að sjá hvað margir foreldrar sáu sér fært að kíkja í heimsókn í félagsmiðstöðvarnar. Þar á eftir var hin árlega rappkeppni Rímnaflæði haldin í Miðbergi þar sem unglingar allsstaðar að af landinu komu bæði sem keppendur og áhorfendur. Keppnin gekk mjög vel og frábært er að sjá alla þessa upprennandi rappara spreyta sig fyrir framan fjölda áhorfenda. Daginn eftir var svo haldið á hönnunarkeppnina Stíl í Hörpu. Þar sýndu yfir 50 lið afkrastur sinn. Þrjú lið tóku þátt



Glaður hópur á góðu kvöldi í Miðbergi.

fyrir hönd Breiðholtsins og stóðu þau sig öll með mikilli þrýði. Síðast en ekki síst var haldið jólahlaðborð unglinga nú í byrjun desember. Á hlaðborðið komu þó nokkrir þrúðbúnir unglingar. Farið var í bingó, pakkaleik, skemmtiatriði sýnd og auðvitað borðaður heill hellingur af dýrindis jólamat. Þessa dagana er tímanum eytt í koma sér í jólaskepp piparkökuáti, fönðri, jólaskreyt-

ingum, jólamyndaaðhorfi og jólasöngvum. Síðast en ekki síst óska félagsmiðstöðvanna í Breiðholti öllum gleðilegra jóla og farsæls komandi árs.

*Með jólakveðju og tilhlökkun í að eyða nýju ári með frábærum unglingum,
Starfsfólk félagsmiðstöðvanna í Breiðholti*

GERÐUBERGSSAFN

Gleðilega hátíð!

Starfsfólk Gerðubergssafns þakkar gestum sínum ánægjuleg samskipti á árinu sem er að líða, með ósk um gleðiríka hátíð og farsæld á komandi ári.

Getraun og glaðningur



Jóladagatalið 2013

Á hverjum degi fram að jólum verður hægt að fara inn á jóladagatalið á borgarbokasafn.is og svara létttri spurningu. Nöfn þeirra barna sem taka þátt fara í sameiginlegan pott og eftir jólin verður dregið úr og nokkrir heppnir þátttakendur fá viðurkenningu.

Athugið að Gerðubergssafn verður lokað hátíðardagana og einnig mánudaginn 30. desember

www.borgarbokasafn.is
www.bokmenntir.is
www.bokvit.tumblr.com
www.artotek.is

BORGARBÓKASAFN
REYKJAVÍKUR



Gerðubergssafn
Sími 557 9122
gerduberg@borgarbokasafn.is

Afgreiðslutími:
Mán-þri og fim 10-18
mið 10-21, fös 11-18
Lau og sun 13-16



Vösk Ægissveit á Íslandsmeistaramótinu



Íslandsmeistaramótið í sundi í 25 metra laug fór fram helgina 22. til 24. nóvember að Ásvöllum í Hafnafirði. Þar átti Sf. Ægir vaska sveit sundmanna.

Árangur var góður og mikið af bætingum en hæst bar þó árangur Eyglóar Óskar Gústafsdóttur en hún setti fimm íslandsmet á mótinu 200 bak á tímanum 2.06.59 bætti metið um 41 brot. Annað frábært Íslandsmet kom svo hjá Eyglóu Ósk í 200 metra fjörsundi en þar bætti hún metið um 1.6 sekúndu á tímanum 2.13.41, þriðja metið í fyrsta spretti 100 bak á tímanum 59.56 í boðsundi, fjórða í 400 metra fjörsundi á tímanum 4.46.36 að lokum fimmta metið en þá bætti hún svo metið í 100 metra baksund kvenna aftur en hún fór á tímanum 59.42 glæsilegur árangur það. Þeir sem urðu íslandsmeistarar voru Birkir Snær Helgason – Jakob Jóhann Sveinsson – Eygló Ósk Gústafsdóttir og Inga Elín Cryer í einstaklingssundum en svo vann kvennaliðs Sf. Ægis tvo titla og í sveitinni voru: Eygló Ósk – Inga Elín – Rebekka Jaferian og Elena Dís Viðisdóttir.

Mótinu lauk svo með uppskeruhátíð að Ásvöllum en þar voru þeir sundmenn sem voru með stigahæstu sundin á mótinu heiðruð og voru það tveir Ægiringar: hjá körlum Jakob Jóhann Sveinsson fyrir 50 bringu 755 FINA stig og stigahæsta konan Eygló Ósk Gústafsdóttir með 852 FINA stig fyrir 200 metra baksund. Sf. Ægir fékk svo flesta titla á mótinu í allt 14 íslandsmeistaratitla. Jólamót félagsins fer svo fram í Laugar-



ÍM-lið Ægis er vösk sveit sundmanna.

dalnum 15. desember en það er einnig stigamót. Tveir sundmenn frá Sf. Ægi sem eru við nám í Bandaríkjunum gerðu það einnig gott.

Anton Sveinn með háskólaliðnu University of Alabama

Anton Sveinn McKee: syndir með háskólaliðnu University of Alabama. Í 200 jarða bringu varð hann í öðru sæti á tímanum 1.56.07 og á hann nú sjöunda besta tímann á tímabilinu í háskóla deildinni en þar vantar honum aðeins tæpar tvær sekúndur til að ná A lámarki. Einnig er þetta þriðji besti tíminn hjá skólaliðinu. 100 jarða bringu synti hann á 54.06 og hafnaði í fimmta sæti og er á lista yfir 25 bestu á tímabilinu. Síðan synti hann 500 jarða skrið og lenti í

fjórtaða sæti á tímanum 4.29.98 en aðal áherslan hjá honum á þessu móti var bringusundið. Hefur hann nú náð þremur B lágmörkum fyrir NCAA mótið í mars 2014 Jóhanna Gerða Gústafsdóttir: syndir með háskólaliðinu Florida International University. Húna vann tvær greinar á mótinu en það voru 200 jarða fjörsund en þar synti hún á tímanum 1.58.27 sem er skólamet og besti tími ársins í C – USA og er rétt við C – USA metið en það er sá Conferance sem skólinn hennar tekur þátt í, þetta er einnig átjandi besti tíminn á þessu sundári í landinu. Jóhanna Gerða vann einnig 200 jarða baksund á tímanum 1.55.74, í 100 jarða baksund synti hún á tímanum 54.38. Allir þessir þrír tímar eru B tímar á NCAA mótið.

www.breidholt.is

SNYRTISTOFAN
XANADÚ
Eddufelli 2 111 Reykjavík

S: 5 77 - 21 21

Xanadú óskar viðskiptavinum sínum gleðilegra jóla og farsældar á nýju ári. Með þökk fyrir viðskiptin á árinu sem er að líða

Gjafabréf frá Xanadú er tilvalið í jólapakkann
Opíð frá 10-18 alla virka daga og 10-14 laugardaga



Taktu á móti póstinum þínum í Möppunni

Nú geturðu fengið allan póstinn þinn rafrænt í Möppuna. Enginn pappír og þú getur nálgast póstinn hvar og hvenær sem er.

Hvernig geri ég pappírspóstinn rafrænan?

Við einfaldlega skönnum hann inn fyrir þig. Skráðu þig á Mappan.is og sæktu um skönnunarþjónustu!

- **Þægileg** - Aðgengileg hvar og hvenær sem er
- **Umhverfisvæn** - Pappírslaus póstur
- **Örugg** - Pósturinn er geymdur á öruggu formi
- **Ókeypis** - Þú borgar ekkert fyrir Möppuna
- **Fljótleg** - Pósturinn berst þér samdægurs

Allir þjálfarar Leiknis með UEFA menntun



Sævar Ólafsson þjálfari 2. flokks karla.

Þjálfaramál Leiknis eru klár fyrir næsta tímabil. Davíð Snorri Jónasson og Freyr Alexandersson munu áfram þjálfa Meistaraflokk karla. Báðir hafa þeir lokið UEFA A prófi frá KSÍ. Sævar Ólafsson kemur nýr inn en hann þjálfaði hjá Leikni fyrir nokkrum árum og er kominn til baka. Sævar spilaði lengi fyrir meistaraflokk Leiknis og er einn af 10 leikjahæstu leikmönnum í sögu félagsins. Sævar mun þjálfa 2.flokk og 6.flokk félagsins. Sævar hefur lokið UEFA B prófi frá KSÍ auk þess að vera búinn með fimm stig.

Óli Halldór Sigurjónsson hefur tekið við sameinuðu liði Leiknis og ÍR í 3.flokki karla. Óli hefur lokið UEFA A prófi frá KSÍ. Honum til aðstoðar verður Atli Þór Sigurðsson fyrrum leikmaður Leiknis og KB. Þórður Einarsson eða Doddi eins og hann er best þekktur mun þjálfa 4. flokk og 7. flokk karla á næsta tímabili. Doddi hefur lokið UEFA A

prófi frá KSÍ. Hann hefur umsjón með 8. flokki en þar koma krakkar á elsta ári í leikskóla saman og spila fótbolta. Æft er í Fella-skóla og eru allir velkomnir en það er frítt að æfa með 8. flokki Leiknis. Nánari upplýsingar um 8. flokk er að finna á www.leiknir.com. Hlynur Helgi Arngrímsson mun halda áfram að þjálfa 5. flokk karla. Hlynur er ungur að árum en gríðarlega efnilegur þjálfari sem stóð sig vel á síðasta tímabili með 5. flokk karla. Hlynur hefur lokið UEFA B prófi frá KSÍ. Honum til aðstoðar meistari Örn Þór Karlsson. UEFA er knattspyrnu-samband Evrópu. Allir þjálfarar Leiknis er menntaðir með UEFA gráðu frá KSÍ sem alþjóðlegar gráður í þjálfun. Það er gleðiefni en félagið hefur lagt mikið upp úr því að þjálfara séu vel menntaðir og kynni sér nýjungar í þjálfun til að gera allt starf félagsins faglegra.

Helgihald í Seljakirkju um jól og áramót

22. desember 4. sunnudagur í aðventu
Kl. 11 Barnaguðspjónusta

Kl. 14. Guðspjónusta
Sr. Ólafur Jóhann Borgþórsson prédikar

24. des. aðfangadagur jóla
kl. 18 Aftansöngur
sr. Ólafur Jóhann Borgþórsson prédikar
Blandaður kór syngur
Jólatónlist leikin frá kl. 17:30

kl. 23:30 Miðnæturguðspjónusta
sr. Valgeir Ástráðsson prédikar
Kirkjukórinn syngur.
Einsöngvari er Elín Ósk Óskarsdóttir
Jólatónlist leikin frá kl. 23

25. des. jóladagur
kl. 14 Guðspjónusta
sr. Valgeir Ástráðsson prédikar
Kirkjukórinn syngur

26. des. annar jóladagur
kl. 14 Guðspjónusta
sr. Ólafur Jóhann Borgþórsson prédikar
Kirkjukórinn syngur

kl. 16 Guðspjónusta Skógarbæ
sr. Ólafur Jóhann Borgþórsson prédikar

31. des. gamlársdagur
kl. 18 Aftansöngur
sr. Valgeir Ástráðsson prédikar
Kirkjukórinn syngur
Einsöng syngur Anna Margrét Óskarsdóttir

1. janúar nýársdagur Altarisganga
kl. 14 Guðspjónusta
sr. Ólafur Jóhann Borgþórsson prédikar
Kirkjukórinn syngur

Kl. 16. Guðspjónusta í Skógarbæ
sr. Valgeir Ástráðsson prédikar
Organisti við guðspjónusturnar er Tómas Guðni Eggertsson

Breiðholtsblaðið

Auglýsingasími:
511 1188 & 895 8298
www.borgarblod.is

Getraunanr. 111

www.leiknir.com

Leiknir var stofnað 1973



Austurbergi 1, Efra Breiðholti

Leiknisstrákar í landsliðum

Mikil aukning hefur verið í að leikmenn Leiknis séu kallaðir á landsliðsæfingar hjá KSÍ. Alls hafa níu leikmenn verið kallaðir til skoðunar hjá landsliðsþjálfunum í U16 til U17 og U19.

Sindri Björnsson, Frymezim Vesalaj, Friðjón Magnússon, Árni Elvar Arnason, Kristófer Bæring Sigurðarson, Daði Bærings Halldórsson, Eyþór Atli Guðmundsson, Ernir Freyr Guðnason og Vignir Már Másson hafa allir verið kallaðir á æfingar.

Daði og Sindri valdir í lokahópa

Tveir leikmenn hafa spilað landsleik á þessu ári fyrir Ísland. Daði Bærings Halldórsson er fæddur 1997 og er leikmaður Meistara og 2.fl Leiknis. Daði leikur sem miðjumaður og hefur bætt sig mikið undanfarið. Hann lék með U17 ára landsliði Íslands á æfingamóti í Wales í mars síðastliðnum og lék



Daði Bærings Halldórsson t.v. og Sindri Björnsson.

einnig með liðinu í Undanriðli Evrópukeppninnar í Rússlandi í haust þar sem Íslands komst áfram.

Sindri Björnsson leikmaður meistaraflokks karla er fæddur 1995 og hefur leikið með U17 og U19 ára landsliði Íslands á undanföllum tveimur árum. Hann tók meðal annars þátt í lokamóti



EM með U17 ára liðinu á 2012 og hefur verið í verkefnum með U19 á þessu ári. Sindri leikur sem miðjumaður. Allir þessir strákar eru hluti af afreksstarfi Leiknis og mega Leiknismenn vera stoltir af þessum strákum og gaman verður að fylgjast með þeim öllum og fleirum í framtíðinni.

Yngri flokkarnir byrja vel

Yngri flokkarnir eru farnir á fullt í Reykjavíkurmótunum. Annar flokkur Leiknis hóf leik gegn KR en leikið var í Egilshöll. Okkar strákar áttu flottan leik, boltinn rúllaði vel milli manna og vinnusemin góð. Niðurstaðan var sanngjarn sigur Leiknis 4-1. Mörk Leiknis skoruðu: Friðjón Magnússon, Árni Elvar, Benedikt Jón og Frymezim Vesalaj.

Þriðji flokkur Leiknis er sameinaður við ÍR þetta keppnistímabilið en strákarnir hafa staðið sig vel það sem af er. Um 35 leikmenn æfa í floknum og stefnt er á að fara á Gothia Cup næsta sumar. Leiknir/ÍR léku sína fyrstu leiki í Reykjavíkurmótinu á dögunum en í A-liðum voru það Þróttarar sem komu í heimsókn. Okkar strákar spiluðu skemmtilega og unnu góðan 1-0 sigur þar sem Ernir Freyr skoraði markið en þess má geta að Vignir Már Másson varði vítaskyrnu frá Þrótturum. B-liðið lék einnig og voru það Víkingar sem komu í heimsókn. Um var að ræða hörkuleik þar sem okkar menn höfðu betur 3-2. Fjórði flokkur spilaði sína fyrstu leiki gegn KR. Þetta árið er stillt upp tveimur liðum í 4. flokki. Í A-liðum var hörkuleikur þar sem liðin skiptust á að



Strákarnir í 4. flokki Leiknis.

sækja og spila góðan fótbolta. Leikurinn endaði með 5-4 sigri KR en okkar strákar sýndu fínan karkater og skoruðu fjögur góð mörk gegn sterku liði KR. B-liðið lék einnig gegn KR og voru andstæðingar okkar

sterkari aðillinn unnu 5-2 sigur í annars fínasta fótboltaleik.

Reykjavíkurmótið er spilað fram í lok mars og vonandi að liðin okkar haldi áfram að bæta sig og spila góðan Leiknisfótbolta.

ÍR- og Leiknisvörur jólapakkann!

Enskar fótboltavörur í úrvali

ZOON-úlpur

Leikföng í úrvali

Leiksport
Sími 5575020 **Hólagarði**

Keiludeild ÍR:

Mikil uppgangur í barna og unglingastarfi

Keiludeildin er með æfingar fyrir börn og ungmenni á aldrinum 7 til 23 ára. Iðkendur geta valið hvort þeir æfa í Keiluhöllinni í Egilshöll og einnig hvort þeir æfa tvisvar eða fjórum sinnum í viku. Æfingarnar eru í Keiluhöllinni í Öskjuhlíð á mánudögum og miðvikudögum kl. 17:00 – 18:30 og í Keiluhöllinni í Egilshöll á þriðjudögum og fimmtudögum frá kl. 17:00 – 18:30. Sjá æfingatöflu Keiludeildar ÍR http://www.ir.is/media/PDF/Aefingatafla_Keiludeildar.pdf

Fjölgun iðkenda hefur verið gróðarlega mikil eftir að keilusalurinn í Egilshöll var opnaður haustið 2012 og margir nýir iðkendur á öllum aldri komu þá inn. Sérstaklega hefur verið ánægjulegt hvað stúlkum hefur fjölgað hjá deildinni. Í dag eru það 45 krakkar sem æfa hjá keiludeildinni að jafnaði og er þeim skipt upp í þrjá flokka eftir getu, byrjendur, millistig eða lengra komna. Lögð er áhersla á grunnþjálfun fyrir byrjendur, en þeir sem lengra eru komnir í íþróttinni stunda einnig tækniæfingar og líkamsþjálfun. Nú er svo komið að varla komast fleiri iðkendur að á barna- og unglingaæfingum hjá deildinni. Samhlíða fjölgun iðkenda hefur þurft að fjölga þjálfurum og eru nú 8 þjálfarar sem mynda þjálfarateymi deildarinnar.

ÍR ungar

Keiludeildin er einnig þátttak-



Krakkar úr fimmta flokki ÍR í keilu.

andi í verkefninu ÍR ungar ásamt fimm öðrum deildum ÍR. Þar fá börn í tveimur yngstu bekkjum grunnskóla að æfa eins oft og þau vilja fyrir eitt gjald fyrir önnina. Þannig getur barnið flakkað á milli íþróttar að eigin vilja og æft handbolta, frjálsar íþróttir, knattspyrnu, körfubolta, keilu og skíði. <http://www.visir.is/assets/pdf/XZ14631023.PDF>

Komdu í keilu

Flestir iðkendur hjá keiludeildinni taka þátt í keppni á mótum og er þar gleði og ánægja í fyrirrúmi. Flest mót fyrir börn og unglinga á aldrinum 7 til 20 ára eru á vegum Keilusambands Íslands og þar er miðað við að keppt sé til skiptis í keilusölunum þannig

að allir fái að keppa þar sem þeir æfa. Keppendum er skipt í flokka eftir aldri og keppt er í pílta- og stúlknaflokkum nema í Íslands-móti unglingaliða þar sem keppt er í einum flokki og keppendur á aldrinum 12 – 16 ára. Sjá mótaskrá unglingamóta á heimasíðu KLÍ <http://www.kli.is/mot/unglinga/> Einnig eru haldið Reykjavíkumót unglinga fyrir þá sem æfa hjá Reykjavíkufélögunum. Elstu iðkendurnir í ungmennaflokkunum keppa síðan í mótum fullorðinna bæði í einstaklings og liðakeppnum og einnig á keiludeildin marga fulltrúa í öllum yngri landsliðum í keilu. Hafir þú áhuga á að fara að æfa keilu hafðu endilega samband við þjálfara deildarinnar.

Um 600 krakkar á jólamóti

Árlegt jólamót ÍR og Nettó í körfubolta fór fram í íþróttahúsi Seljaskóla, Hertz-hellinum á dögnum. Tæplega 600 keppendur á aldrinum 6 til 9 ára mættu til leiks en í ár voru alls 22 lið skráð til keppni.

Dagskrá helgarinnar var að vonum þétt en áætlað er að um 1.500 manns hafi lagt leið sína í Hertz-hellinn á laugardag og sunnudag. Spilað var frá morgni til kvölds alla helgina. Mótið gekk afar vel fyrir sig og voru keppendur, þjálfarar og aðrir sem sóttu mótið frabærir gestir í alla staði. Ánægjan skein úr hverju andliti. Körfuknattleiksdeild ÍR vill nýta tækifærið og þakka þátttakendum fyrir komuna, senda þakkir til Nettó og einnig öllum þeim fjölmörgu sjálfbóðaliðum sem komu að skipulagningu og umgjörð mótsins. Án þeirra væri ógerlegt að halda mót eins og jólamót ÍR og Nettó.



Einbeittur í körfunni.

Nýr Afrekshópur Frjálsíþróttadeildar ÍR

Á haustdögum kynnti Frjálsíþróttadeild ÍR nýja stefnu í afreksmálum. Markmið afrekstefnunnar er að styðja enn betur við mestu afreksmenn deildarinnar en jafnframt að þjappa hópnum saman og gera þau sýnileg sem góðar fyrirmyndir og fyrir aðra íþróttamenn deildarinnar og félagsins.

Hópin skipa 21 íþróttamaður og er þeim skipt upp í Ólympíuhóp, A- og B- hóp. Þær forsendur sem liggja að baki eru þrennskonar. Ólympíuhópur ÍR miðast við að vera meðlimur í Ólympíuhópi FRÍ en þar gilda tiltekin viðmið sem taka mið af lágmarki á Ólympíuleika. Fyrir A- og B-hóp er miðað við árangur samkvæmt

alþjóðlega stigatöflu alþjóða frjálsíþróttasambandsins (IAAF). A-hópur miðast við 1000 stig eða meira en B-hópur miðast við 950 – 999 stig. Einnig er horft til þáttöku á alþjóðlegum mótum það er Ólympíuleikum, heims- og Evrópumeistaramótum.



Fréttir
 Íþróttafélag Reykjavíkur
 Skógarseli 12 • Sími 587 7080
 Tölvupóstur: ir@ir.is
 Heimasíða: ir.is

Guðný og Arnar á heimsmeistaramóti í Rússlandi

QubicaAMF Bowling World Cup, heimsmeistaramót einstaklinga í keilu það 49. Í röðinni var haldið í borginni Krasnoyarsk í Síberíu í Rússlandi dagana 15. nóvember til 2. desember s.l. Fulltrúar Íslands voru nýkrýndir Íslandsmeistarar para, Guðný Gunnarsdóttir og Arnar Sæbergsson, bæði úr ÍR. En þau unnu sér rétt til þátttöku á mótinu með sigri á AMF mótaröðinni síðasta vetur og kepptu bæði á sínu þriðja Qubica AMF heimsbikarmóti.

QubicaAMF World Cup er stærsta alþjóðlega mótið sem haldið er árlega, ef miðað er við fjölda keppenda. Að þessu sinni tóku 74 karlar og 64 konur þátt í keppinni. Þar á meðal voru tveir fyrrverandi mótsmeistarar auk fjölmargra keppenda sem höfðu keppt á mótinu áður. Mótið var spilað í nýjum 32 brauta keilusal sem formlega var opnaður 20. september s.l. og spilamennska á mótinu var óvenjulega há og margir 300 leikir voru spilaðir bæði í karla- og kvennaflokki. Keppendur ÍR náðu ágætum árangri á mótinu þrátt fyrir að



Guðný Gunnarsdóttir og Arnar Sæbergsson fóru á QubicaAMF World Cup í Rússlandi.

þeim hefði ekki tekist að komast áfram í 24 manna úrslitin eins og stefnt var að. Guðný Gunnarsdóttir lauk keppni í 34. sæti með samtals 4.705 pinna eða 196,04 að meðaltali í 24 leikjum og var þetta hennar besti árangur. Arnar Sæbergsson varð í 28. sæti með samtals 5.373 pinna og 223,88 að meðaltali í 24 leikjum, en besti árangur hans var árið 2005.

Aníta og Guðmundur frjálsíþróttafólk ársins

Aníta Hinriksdóttir var kjörin frjálsíþróttakona ársins og frjálsíþróttamaður ársins 2013 fyrir frábæran árangur sinn á árinu bæði á heims-, Evrópu- og norðurlandamóti unglinga svo og öll Íslandsmetin og afrekin á innlendri og erlendri grundu. Hún er í 44. sæti á heimslista fullorðinna fyrir árið 2013 og í 8. sæti á heimslista stúlkna frá upphafi fyrir árangur sinn í 800m hlaupi, 2:00,49 mín. Hún var í haust kjörin vonarstjarna Evrópu í frjálsíþróttum af Frjálsíþróttasambandi Evrópu. Aníta hlaut einnig viðurkenningu fyrir tvö Íslandsmet sem hún setti á árinu.

Guðmundur Sverrisson spjótkastari var kjörinn frjálsíþróttakarl ársins og átti óvæntasta afrekið fyrir 80.66 m í

spjótkesti en það setti hann í 46. sæti á heimslistanum og 3. sæti á íslenskri afrekaskrá frá upphafi. Aðrir sem hlutu viðurkenningu voru Helen Ólafsdóttir en hún var kjörin hlaupari ársins í götuhlaupum fyrir árangur sinn í heilu maraþoni en sá tími, 2:53.22 klst. skipaði hana í annað sæti á íslenskri afrekaskrá kvenna frá upphafi og jafnframt í Ólympíuhóp FRÍ. Friðna Rún Þórðardóttir var kjörin öldungur ársins í kvennaflokki fyrir árangur sinn innanhúss í byrjun árs en miða er við árangur samkvæmt stigatöflu öldunga þar sem aldur og árangur er haft til hliðsjónar. Frjálsíþróttafólk ÍR var atkvæðamikill á uppskeruhátíð FRÍ á dögnum og hlutu ÍR-ingar sex verðlaun af níu sem er frábær árangur.



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

Sími: 588 9705
www.skautaholl.is



GETRAUNANÚMER

ÍR ER 109



Ástríða í matargerð



www.ora.is

Tryggðu þér krukku af Hátíðarsíldinni
og Jólasíldinni 2013.
Þær eru komnar í verslun Nettó Mjódd.

nettó
*kræsingar og kostakjör
... um jólin*