

Breiðholtsblaðið

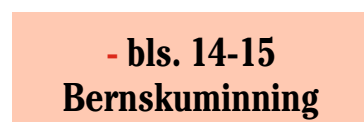
Dreift frítt í öll hús í Breiðholti

MARS 2015

3. tbl. 22. árg.



Finnbogi Marinósson ljósmyndari er uppalinn í Breiðholti og notar æskustöðvar sínar fyrir myndefni. Hér má sjá eina mynda Finnboga sem gæti heitið „vetur í Breiðholti“. Ætlunin er að ræða við Finnboga innan tíðar og fá að skyggjast meira í myndaheim hans.



Nýr netbanki sem er mótaður af viðskiptavinum sínum

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

Allt fyrir páskana!

Svínakjöt á tilboði úr kjötborði.

Pepsi & Pepsi Max

2 lítra, 4 saman

Verð áður 1.076 kr.

Verð núna 898 kr.

Páskavörur

frá MS

Páskajógút 159 kr.

Páskaengjabykkni 169 kr.

Páskaostakaka 1259 kr.

Freyju Ríspáskaegg Nr 4.

Verð 798 kr.



Pín verslun

SELJABRAUT 54 • SÍMI 557 1780 - 577 1788

- á traustum grunni

Breiðholtsblaðið

Útgefandi: Borgarblöð ehf.

Eiðistorgi 13-15 • 170 Seltjarnarnes • Pósthólf 172

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: Landsprent ehf.

3. tbl. 22. árgangur

Breiðholtsblaðið er dreift frítt í öll hús í Breiðholti

Hvað tefur kaffihúsið

Enn er ekki búið að opna kaffihúsið í Gerðubergi þrátt fyrir mjög vel happnaðar endurbætur sem gerðar hafa verið á allri umgjörð þess. Hún hefur verið víkkuð. Eldhúsið fært til. Sköpuð hefur verið fyrirmyndar aðstaða fundarhalda og síðast en ekki síst hefur kaffihúsið verið tengt með beinum hætti við Borgarbókasafnið, sýningarsali Gerðubergs og aðalinngang. Fátt ætti því að vera til fyrirstöðu að semja við rekstraraðila að þessu glæsilega umhverfi

En hvað tefur? Von er að spurt sé. Eftir heimildum Breiðholtsblaðsins mun einkum stranda á þeirri tilætlan að hafa á boðstólum heitan heimilismat í hádeginu einkum og aðallega fyrir heldri borgara sem sækja félagsstarfið í Gerðubergi og búa í íbúðum í Fagraberginu sem er áfast menningarhúsinu.

Með fullri virðingu fyrir fólki á öllum aldri og ekkert síður heldri borgurum en öðrum á framreiðsla á heitum heimilismat litla samleið með hefðbundnum kaffihúsarekstri sem einkum byggir á fjölbreyttu úrvali kaffidrykkja, brauðmetis og smárétta. Af hverju má ekki láta hið ágæta eldhús í Skógabæ annast um heita heimilismatinn í Gerðubergi líkt og það gerir fyrir Árskóga. Í félagsstarfinu Gerðubergi eru rúmgóðar stofur þar sem dúka mætti borð fyrir heldri borgarana í hádeginu. Með því móti mætti aðskilja rekstur kaffihúss og einskonar mötuleytis að fullu og öllu. Bæði rekstrarlega og húsnaðislega.

Fjölskylduverkefni í Breiðholti

Að undnförnu hefur staðið yfir þróunarverkefni um Fjölskyldumiðstöð í Breiðholti. Verkefnið byggir m.a. á fyrirmynd frá Pen Green í Bretlandi en leikskólinn Ösp og Pen Green hafa verið í samstarfi um þróun þessarar hugmyndar í tengslum við leikskólastarf samanber verkefnið „Blíð byrjun“ sem Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar hafa staðið að og snýr að þátttöku foreldra í leikskólastarfi og samfélagsþróun. Síðast liðinn föstudag var haldið fjölsótt málþing „Fjölskyldan í fyrsta sæti“ í Gerðubergi.

Álagardeginum var efnt til fjölskyldudags á vegum Þjónustumiðstöðvar Breiðholts í samstarfi við Borgarbókasafnið, Miðberg, Heilsugæsluna og Menntun Núna verkefnisins. Fjölbreytt dagskrá var í boði, tónlist, dans, markaður, ráðgjöf og heilsumælingar. Þá var boðið upp á kakó, kaffi og skúffuköku. Fagna ber þessu starfi en í því felst m.a. að auka styrk Breiðholtsins sem fjölskylduvæns samfélags.

S T U T T A R

B O R G A R F R É T T I R



Glersöfnun hafin

Tilraun er hafin á söfnun glers á grenndarstöðvum. Markmið hennar er að skoða forsendur þess að endurvinna gler en í dag er gleri safnað með steinefnum og notað sem burðarlag og þannig endurnýtt. Tilraunin er jafnframt liður í að auka gæði moltu sem unnin verður í gas- og jarðgerðarstöð SORPU bs. sem ætlunin er að reisa í Álfsnesi. Dæmi um grenndarstöðvar sem taka við glerjum eru við Skógarsel í Breiðholti, við Laugardalslaug og við Kjarvalsstaði. Í söfnunargámanna má skila hvers konar gleri sem fellur til á heimilum, s.s. sultukrúkkum, glerflöskum án skilagjalds og öðrum ílátum úr gleri. Glerið má hvort sem er vera glært eða litað en þarf að vera hreint og ílát tóm. Talið er að árið 2014 hafi rúmlega eitt þúsund tonn af gleri og steinefnum fallið til í Reykjavík og verið urðuð með blönduðum úrgangi í Álfsnesi. Gler er um 5% alls blandaðs úrgangs sem endar í gráum tunnum borgarbúa samkvæmt nýlegri greiningu SORPU bs. á samsetningu úrgangs. Það er því til nokkurs að vinna að flokka það frá öðrum úrgangi.



Fjölbreytt sumarstörf hjá Reykjavíkurborg

Reykjavíkurborga leitar að þróttmiklu, skapandi og ungu fólki í sumarstörf. Vakin er athygli á því að búið er að opna fyrir umsóknir og er umsóknarfresturinn til og með 29. mars n.k. Reykjavíkurborg er einn stærsti vinnustaður landsins,

með hátt í átta þúsund starfsmenn. Sumarstörfin hjá borginni eru margvísleg og snerta daglegt líf borgarbúa með ýmsum hætti. Störfin eru laus til umsóknar fyrir alla 17 ára og eldri.



Malbikað fyrir 690 milljónir

Í ár er áætlað að verja 690 milljónum til malbiksframkvæmda í Reykjavík og er það 250 milljón króna hækkun frá síðasta ári. Fjárhagsáætlun þessa árs gerði ráð fyrir 110 milljón króna hækkun og í borgarráði var tillaga umhverfis- og skipulagsráðs um 150 milljón króna viðbótarframlag samþykkt. Í greinargerð með tillögunni segir að veðurfarslegar aðstæður í vetur hafi valdið miklu tjóni á gatnakerfinu. Með viðbótarframlaginu sem samþykkt hefur verið eru fjárframlög til malbikunar þau sömu og framlög voru árið 2008 að núvirði. Starfsmenn Reykjavíkurborgar sinna tilfallandi viðhaldi og holufylla eftir þörfum eins og ávallt hefur verið gert. Vegfarendur eru hvattir til að láta vita af holum svo hægt sé að bregðast við. Nú í mars og apríl verður ástand gatna metið faglega og á grundvelli þess mats verður framkvæmdaáætlun fyrir malbikun gerð.

23% meiri kjörsókn í rafrænum íbúakosningum

Kjörsókn var 23,2% meiri rafrænum íbúakosningum um Betri hverfi en í fyrra. Alls skiluðu 6.496 kjósendur atkvæðum sem er svipað og í fyrstu kosningunum sem haldnar voru með alvöru auðkenningu árið 2012. Þetta er talsvert meiri kjörsókn en í rafrænum íbúakosningum í fyrra þegar ríflega 5.200 atkvæði voru talin upp úr rafræna

kjörkassanum en kosningar í ár voru þær fjórðu sem Reykjavíkurborg heldur þar sem notast er við rafræn skilríki og veflykla til auðkenningar. Alls hlutu 107 verkefni í hverfum Reykjavíkur kosningu í atkvæðagreiðslunni.



800 milljónir í stærri viðhalds- verkefni fasteigna

Reykjavíkurborg mun innan tíðar bjóða út ýmis stærri viðhaldsverkefni í fasteignum borgarinnar. Áætlunin var kynnt í borgarráði í dag. Verja á 800 milljónum króna til 355 verkefna í 170 fasteignum borgarinnar. Þetta er annað árið í röð sem 800 milljónum er bætt við hefðbundið viðhald með sérstakri fjárveitingu á fjárfestingaáætlun. Flest átaksverkefnanna eru viðhald skóla- og frístundamannvirkja, en til þeirra fara 688 milljónir enda eru þar flest og stærstu mannvirkin.

Að efla lestrarfærni barna

Lagðar hafa verið fram metnaðarfullar tillögur um leiðir til að efla lestrarfærni reykviskra barna. Fagráð um eflingu málþroska, lestrarfærni og lesskilnings meðal barna og ungmenna í skólum hefur skilað tillögum sínum með áfangaskýrslu sem kynnt var í skóla- og frístundaráði Reykjavíkurborgar í dag. Fagráðið leggur fram fimm megintillögur með áherslu á markvissa stefnumörkun og eftirfylgd með framförum í læsi, öflugan stuðning og ráðgjöf við starfsfólk leik- og grunnskóla, snemmtæka íhlutun, samstarf skólastiga og markvissa læsiskennslu út allan grunnskólann.



Tölvur og gögn ehf.

PC & Mac

þekking og reynsla

Persónuleg og traust tölvunþjónusta í Miðdýpi um í sama húsi og Íslandsbanki.



Parabakki 3, **Mjódd**
109 Reykjavík
Sími: 696-3436
www.togg.is

Einkarekið apótek

Lágt lyfjaverð - góð þjónusta



**GARDS
APOTEK**
- rétt leið

Sogavegi við Réttarholtsveg

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

meX

**Þennan
verður þú
að prófa!**



**Coke
& franskar
1499.-**

kjúklinga BORGARI



MJÓDD • GARÐABÆR • FELLSMÚLI • SKÚLAGATA

**aktu
taktu**

VIÐTALIÐ

Ég hef haft heppnina með mér

Að festa rætur í íslensku samfélagi var á meðal viðfangsefna á ráðstefnu á vegum Menntun núna verkefnisins í Breiðholti seint á liðnu ári. Eins og komið hefur fram í Breiðholtsblaðinu er Menntun núna tilraunaverkefni á vegum menntamálaráðuneytisins, Reykjavíkurborgar, aðila vinnumarkaðarins og fræðslustofnana sem hafa það að markmiði að auka ráðgjöf og stuðning við menntun í Breiðholti ekki síst með tilliti til fólks af erlendum uppruna. Ein þeirra sem starfað hefur að þessu verkefni er Mirela Protopaba. Mirela er ættuð frá Albaníu en hefur búið í Breiðholti undanfarin ár. Mirela spjallar við Breiðholtsblaðið að þessu sinni.

„Ég er fædd í Berat í Albaníu. Berat er um 20 þúsund manna bær og er þekktastur fyrir aldur og sérstakt byggingarlag. Bærinn er um 2400 ára gamall og er á heimsminjaskrá Unesco. Hann er að miklu leyti byggður í fjallshlíð og efst uppi á toppnum er kastali. Þetta er sérkennilegt umhverfi og hefur varðveist í gegnum tíðina. Ég er fædd 1967 og man því eftir þegar landið var eitt það lokaðasta í heimi. Einangrunin var alger og ekki ósvipuð því sem við heyrum frá Norður Kóreu í dag. Kommúnistaleiðtoginn Enver

Hoxa ríkti sem einræðisherra og stjórnaði landinu með harðri hendi frá 1944 til 1985 að hann lést. Umheimurinn vissi lítið um Albaníu eða hvað var að gerast þar á þessum tíma og Albanir enn minna um veröldina handan landamæranna. Fólkhafði ekki aðgang að upplýsingum öðrum en þeim sem stjórnvöldum voru þóknanlegar og ferðafrelsi út úr landinu var ekkert. Sem dæmi um stjórnarfarið í Albaníu á þeim tíma var að mig langaði að læra til þess að verða kennari. Mér hafði gengið vel í skóla og var góð í stærðfræði og því mælti kerfið svo fyrir að ef ég ætlaði í háskóla þá yrði ég að fara í verkfræði. Ef maður var góður í einhverju grunnfagi þá varðstu að halda áfram á þeirri braut. Með góðar einkunnir í stærðfræði mátti ég ekki verða kennari eða lögfræðingur. Það tók mig fjögur ár að fá að læra til að verða kennari. Frjáls hugsun var í raun ekki til í landinu á þessum tíma. Kerfið hafði vald yfir lífi fólksins. Þar sem Albanía var eitt sterkasta kommúnistaríkið í Austur Evrópu voru trúarbrögð illa séð líkt og í öðrum kommúnistaríkjum Austur Evrópu. Þau samrýmdust illa kenningum Karl Marx og Enver Hoxa setti lög sem bönnuðu allan átrúnað og alla trúarstarfsemi í landinu.“



Mirela Protopaba ásamt dóttur sinni.

Stórfjölskyldan er búin að koma sér fyrir

„En af hverju ákvað ég að flytja til Íslands? Lands sem er langt í burtu og um flest gjörólíkt Albaníu. Þegar ég kom hingað hafði ég kynnst verðandi eiginmanni mínum Valdimar Tryggvasyni í gegnum kunningja en þekkti annars lítið til Íslands. Frænka mín og besta vinkona hafði gíft til Íslands nokkrum árum áður og maðurinn hennar og Valdimar voru kunningjar og það leiddi svona eitt af öðru að hann fór að senda mér tölvupósta. Við fórum að skrifast á og urðum svona tölvuvinir og eftir nokkra mánuði voru við orðnir góðir vinir á Netinu. Við skrifuðum um hvað við vorum að gera og deildum áhugamálum. Árið 1997 var erfitt í Albaníu – stríðsástand og ég ákvað að koma hingað til lands. Auðvitað var þetta dálítið menningarsjokk. Hér var allt með öðrum hætti. Við Valdimar hittumst og það kviknaði eitthvað meira á milli okkar. Við vorum þó mjög varkár vegna þess hversu ólík við vorum og áttum gjörólkan bakgrunn. Komín hvort úr sínum menningarheimi. Við ræddum hvort við gætum átt samleið vegna þessa og ég var nokkuð lengi að ákveða mig. En þetta kom. Hann kom til Albaníu og við giftum okkur þar. Nú búa

Heiti potturinn

Sjóður fyrir opið félagsstarf í Breiðholti

Heiti potturinn er sjóður fyrir verkefni sem fela í sér nýsköpun og nýbreytni í félagsstarfi í Breiðholti.

Sjóðurinn styrkir einnig eflingu og þróun á verkefnum sem þegar eru í gangi.

Markmið sjóðsins eru:

Að auka þátttöku og virkni í opnu og sjálfbæru félagsstarfi.

Að auka hlut íþróttaiðkunar og hreyfingar í opnu og sjálfbæru félagsstarfi.

Að efla fræðslu og miðlun upplýsinga í opnu og sjálfbæru félagsstarfi.

Að rækta félagsauð og auka fjölbreyti í opnu og sjálfbæru félagsstarfi.

Reglur:

Umsækjendur séu eldri en 25 ára.

Verkefnið verði framkvæmt í Breiðholti.

Hámarksupphæð styrks er 200.000 krónur.

Sjálfstæðir hópar, félög eða einstaklingar geta fengið styrk úr sjóðnum.

Umsóknareyðublað og aðrar upplýsingar eru á <http://reykjavik.is/heitur-pottur>

Umsóknarfrestur er til og með 27. apríl 2015.



Umsóknir sendist á:

Félagsmiðstöðin Árskógum v/ Heiti Potturinn
B.t. Ágústu Halldóru Gísladóttir
Árskógum 4
109 Reykjavík



Frá Berat heimabæ Mirelu í Albaníu. Bæjarstæðið og bærinn eru sérstök enda á heimsminjaskrá Unesco.

foreldrar mínir og tveir bræður hér á landi og allir hafa vinnu. Stórfjölskyldan er búin að koma sér hér fyrir.“

Hef haft heppnina með mér

„Þótt ég fengi menningarsjokk til að byrja með var það líka ævintýri,“ segir Mirela. „Eitt af því fyrsta sem ég gerði var að fara á námskeið í íslensku og fór svo að horfa eftir vinnu. Ég er þannig gerð að mér finnst best að læra tungumál út frá eyranu – að hlusta og fara svo að æfa mig. Þess vegna fór ég að starfa í leikskóla vegna þess hversu auðvelt er að læra tungumálið af því að vera með börnum. Ég fór líka fljótlega að vinna fyrir Rauða krossinn að þjónustu fyrir fólk sem var að flytja hingað til lands. Ég byrjaði á því að vera túlkur fyrir hjón sem komu hingað frá Kosovo. Fór þangað beint úr leikskólanum og svo fór ég að starfa sem túlkur. Ég vann líka sem ræstingastjóri á Hrafnistu um tíma og þar kynntist ég eldra fólki.“ Mirela fór einnig út á land til þess að starfa með

nýbúum. Hún var á Reyðarfirði um tíma og í tvö ár starfaði hún á Dalvík með fólki sem kom frá Kosovo og settist þar í boði Dalvíkurbyggðar. Dalvík var og er í uppáhaldi hjá mér. Þetta er lítil byggð og fólk þekkist og deilir áhugamálum. Þetta var mikil vinna en með því að fara út á land fékk ég tækifæri til þess að kynnasti landinu og þjóðinni betur. Það hjálpaði mér líka mikið við íslenskuna. Ég er óhrædd við að gera mistök og reyndi bara að tala eins vel og ég gat þótt ég vissi að íslenskan mín væri ekki fullkomin. Ég fann líka fyrir því eins og fleiri sem hafa komið hingað að margir Íslendingar tala nokkuð góða og jafnvel mjög góða ensku og bregða henni fyrir sig þegar þeir tala við útlendinga. Þetta verður stundum til þess að fólk lærir ekki íslensku nema kannski lítið ef það getur bjargað sér á ensku. Eftir því sem ég komst meira inn í íslenskuna veitti ég því betur athygli hversu fallett tungumál hún er. Ég man að Hólmfríður Gísladóttir sem var verkefnisstjórinn minn hjá Rauða krossinum sagði einhvertíman

við mig hvað væri leiðinlegt að við töluðum alltaf saman á ensku sem við höfðum gert í nokkra mánuði. Þetta snerti mig í hjartað og sagði mér ég yrði að verða betri í íslenskunni og svo fór að við fórum bara að tala saman á íslensku. Mér þykir vænt um það sem ég er að gera á hverjum tíma. Ég er með meðfædda þjónustulund og set hjarta mitt í vinnuna og get ekki sagt annað en að ég hafi haft heppnina með mér hér á landi.“

Fann mig með Baháum

Engin trúarbrögð voru leyfð í Albaníu Enver Hoxa og fólk sem ólst upp í því samfélagi þekkti lítið eða ekkert til trúarbragða. Mirela segir að trúarvitund hafi þó blundað undir niðri hjá fólki einkum því eldra. „Ég man að amma mín fór með bæn á kvöldin. Leynibæn sem helst enginn mátti heyra því allt sem snerti trú var brot á reglum samfélagsins. En þegar Albanía opnaðist 1991 kom trúarþörfin fram og moskur og kirkjur spruttu upp. Ég varð forvitin um trúarbrögð og trúarlíf og langaði að kynna mér hvað guð væri og fyrir hvað trú stæði í lífi fólks. Ég fór að sækja kirkjur og moskur og hlusta á það sem fram fór. Ég fann mig ekki í kirkjunni og heldur ekki í íslam. Þar er bannað að menn og konur séu á sama stað en ég vildi vera með bræðrum mínum. Þetta hentaði mér ekki heldur. Eftir leit kynntist ég Baháa samfélaginu og fann mig þar að lokum. Bahái trúin kennir að Guð sé einn og að öll trúarbrögð séu komin frá honum. Hann hafi frá ómunatíð sent mannkyninu boðbera sína sem flutt hafa trúarlega og siðferðilega leiðsögn í samræmi við þarfir og kringumstæður þeirra þjóða sem þeir voru

sendir til. Þessi fræði kenna okkur að lífið eigi að vera og sé einfalt. Já - ég er Bahái í dag.“

Ekkert annað en Breiðholtið kom til greina

„Þegar við Valdimar fórum að huga að því að finna okkur íbúð fannst okkur ekkert annað en Breiðholtið koma til greina. Íbúðir voru heldur ódýrari þar en í öðrum borgarhlutum. Valdimar á reyndar rætur í Breiðholtinu því amma hans var Þóra Jónsdóttir sem var síðasti ábúandinni í Breiðholti og bjó í gamla Breiðholtsbænum. Við keyptum íbúð í Seljahverfi og erum búin að vera þar síðan. Nei – það hefur aldrei hvarflað að okkur að flytja og krakkarnir okkar kunna ágætlega við sig hér efra.“

Fékk vinnu hjá Þjónustumiðstöð

En að Menntun núna verkefninu. Verkefni sem tæpast á sér fordæmi hér á landi og miðar annars vegar að því að auka möguleika fólks sem hætt hefur námi að taka námsþráðinn upp að nýju og einnig að auðvelda fólki sem flytur hingað til lands frá öðrum löndum og menningarsvæðum að laga sig að þeim aðstæðum sem Ísland hefur að bjóða og þar er Mirela á heimavelli. „Ég var í atvinnuleit á þeim tíma sem þetta verkefni byrjaði. Vinnumálastofnun fékk mig til þess að koma að því og ég fékk vinnu hjá Þjónustumiðstöð Breiðholts. Nú er um eitt og hálf ár frá því ég kom til starfa hjá Þjónustumiðstöðinni og þótt ég hafi ekki verið óánægð með þá vinnustaði þar sem ég hef verið, þá er þetta sá besti þar sem ég hef unnið. Þetta hefur gengið mjög vel og verkefnið tengist líka fólki sem ég hafði unnið með áður.

Það er hópurinn sem kom frá Kosovo til Dalvíkur fyrir 15 árum. Þetta fólk er allt flutt hingað suður og býr nú í Breiðholti. Núna eru á þriðja tug Kosovalbanar í Breiðholtinu með börnum sem hafa fæðst hér á landi. Eitt af verkefnum okkar sem vinnum fyrir Menntun núna er að aðlaga fólk sem kemur frá ólíkum samfélögum og tengja hvort öðru og einnig því samfélagi sem fyrir er og laga sig að því. Ég held að það hafi verið mjög heppilegt fyrir Breiðholtið að vera valið fyrir svona verkefni og fyrir mig að fá tækifæri til þess að vinna við þetta. Þetta hefur gefið mér tækifæri til þess að kynnst fólki og tengja það saman. Ég elska að vinna að samfélagsþróun. Hún er mitt hjartans mál.“

Gerðuberg er fullt af lífi

Gerðuberg hefur verið samastaður fyrir verkefnið Menntun núna auk margvíslegs menningar- og félagsstarf í gegnum tíðina. Mirela dregur ekki í efa hlutverk þess í Breiðholti. „Þegar ég kom hingað heyrði ég stundum talað um Breiðholt sem einskonar „ghetto“ í Reykjavík. Ekkert er fjarri sanni. Breiðholtið er mikið frekar bær í borginni. Afmarkaður borgarhluti með sterka innviði og gott samfélag. Gerðuberg er fullt af lífi. Eitthvað er um að vera allan daginn og fram á kvöld. Listsýningar og önnur mennigarverkefni eru stöðugt í gangi og nýbúasamfélagið á sér þarna skemmtilegt samfélag. Ég get nefnt þjóðhátíðir með ýmsu sniði þar sem fólk kemur saman og kynnir menningu sinna landa. Með því opnar fólk og víkkar menningarheim sinn. Færist nær því að allir geti lifað saman í sátt og samlyndi,“ segir Mirela Protopaba.

ENNEMM / SIA / NMG7810

Framtíðarreikningur

Við bjóðum góðar
framtíðarhorfur

Á þessum tímamótum, þegar fullorðinsárin nálgast með öllu sínu sjálfstæði og spennandi tækifærum, er tilvalið að ræða hvernig sparnaður og fyrirhyggja í fjármálum geti best lagt grunn að bjartri framtíð. Okkur langar í því sambandi að benda á kosti Framtíðarreiknings Íslandsbanka sem ber hæstu vexti almennra, verðtryggðra innlánsreikninga og er bundinn til 18 ára aldurs.

Kynntu þér málið betur á islandsbanki.is eða í næsta útibúi Íslandsbanka.

.....

Börn á fermingaraldri sem kjósa að ávaxta 30.000 kr. eða meira á Framtíðarreikningi fá 5.000 kr. í mótframlag frá Íslandsbanka inn á reikninginn.*

.....

*Gildir einu sinni fyrir hverja kennitölu þeirra barna sem koma ásamt forráðamönnum í útibú Íslandsbanka fyrir 1. júlí 2015.

Íslandsbanki

islandsbanki.is

Netspjall

Sími 440 4000

Facebook

Stígar og tré Breiðhyltingum hugleikin



Unnið við göngustígagerð í Breiðholti.

Breiðhyltingar vilja laga stiga og gróðursetja tré. Þetta kom glöggst fram í hverfakosningunum Betri hverfi 2015. Þar kusu þeir um tuttugu verkefni sem eru metin á 70 milljónir króna en til framkvæmda eru rúmlega 46 milljónir króna í hverfapotti Breiðholts.

Á meðal þess sem þeir leggja til að framkvæmt verði er að stígurinn á milli Fella- og

Hólhverfis verði lagfærður, að kröpp beygja á göngustíg á horni Núpabakka og Arnarbakka verði lagfærð og einnig lagðir stígar í Seljahverfi. Aðrar hugmyndir sem lagðar eru fram í Breiðholti er m.a. að fegra borgarlandið umhverfis Mjóddina, gróðursetja tré á lóðinni að Hólabergi 84 og setja upp ungbarnarólur á róluvöllum í Breiðholti.

Málþingið „Samtal um samfélag“ í Gerðubergi á morgun föstudag

Á morgun föstudaginn 20. mars verður málþingið „Samtal um samfélag – mitt, þitt eða okkar?“ í Gerðubergi kl. 13:30 til 16:30. Málþingið er samstarfsverkefni Rannsóknastofu í Fjölmenningsfræðum við Menntavísindasvið Háskóla Íslands, Menntun núna verkefnisins í Breiðholti og Samtaka kyenna af erlendum uppruna á Íslandi, með stuðningi Akureyrarbæjar, Reykjavíkurborgar og Háskólans á Akureyri.

Málþingið samanstendur af erindum sem kynna þróunarverkefnum sveitarfélaga tengd fjölmenningu, rannsóknum tengdum fjölmenningu, almennum hugleiðingum og umræðum um fjölmenningsamfélagið sem við búum í. Meðal fyrirlesara eru Þórir Jónsson Hraundal sagnfræðingur en yfirskriftin á erindi hans er „Fjölmenningsamfélagið, ábyrgð okkar allra?“ og Helga Hauksdóttir sem mun fjalla um fjölmenningsstarf í leik- og grunnskólum á Akureyri. Anna Wojtyńska mannfræðingur mun



Gerðuberg.

fjalla um aðlögun innflytjenda að vinnumarkaði og Fríða Bjarney Jónsdóttir fjallar um fjölmenningsstarf í Reykjavík. Þau Óttarr Proppe alþingismaður og Susan Rafik Hama doktorsnemi munu taka saman niðurstöður málþingsins og stýra umræðum í lok þess. Fundarstjórar verða þau

Gunnar J. Gunnarsson dósent og Hanna Ragnarsdóttir prófessor.

Hægt er að skrá sig á málþingið með því að senda póst á heimasíðu Menntun núna verkefnisins í Breiðholti www.menntun-nuna.is eða með tölvupósti í netfangið menntun.nuna@reykjavik.is.

Lokahátíð stóru upplestrar- keppninnar í Breiðholtskirkju

Lokahátíð Stóru upplestrarkeppninnar fór fram í Breiðholtskirkju fimmtudaginn 12. mars sl. Hátíðin er árviss og skemmtilegur viðburður þar sem nemendur í sjöunda bekk, sem valdir hafa verið úr grunnskólum Breiðholts, lesa brot úr skáldverki og ljóð. Að lokum valdi dómnefnd þrjá bestu upplestrarana og veitti verðlaun. Auk þess komu fram ungir hljóðfæraleikarar og aðrir ungir listamenn. Þær Birta Dís í 7. ÁSS og Katrín í 7. BL kepptu fyrir hönd Breiðholtsskóla. Þær stóðu sig með mikilli þrýði og voru sjálfum sér og skólanum til mikils sóma.

Fulltrúar Breiðholtsskóla voru valdir eftir upplestur á sal skólans í sl. viku. Tíu nemendur úr 7. bekk tóku þátt í þeirri keppni; þau Brynja, Valdís, Katrín, Kristján og Svanhildur úr 7. BL og Birta, Dafína, Gréta, Heiðar og Hekla. Mátti ekki á milli sjá hverjir stóðu



Keppendur í Stóru upplestrarkeppninni.

sig best. Allir hefðu getað orðið verðugir fulltrúar skólans en leikar fóru svo að þær Birta og Katrín höfðu betur. Einnig fengu

áheyrndur að hlýða á tónlist er Ragnheiður í 7. BL lék á klarinett og Tinna í 7. ÁSS lék á þverflautu.

Breiðholtsblaðið

www.borgarblod.is

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS

Auðbrekku 1, Kópavogi ÚTFARARÞJÓNUSTA SÍÐAN 1996

ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST

Áratuga reynsla

Vaktsími:

581 3300 & 896 8242

www.utfarin.is

Allan sólarhringinn

Sverrir Einarsson

Kristín Ingólfssdóttir

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR

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



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

Næg bílastæði VELKOMIN

Mjóddin

Fjölmenni og stemmning á Breiðholt got talent

„Breiðholt got talent“ var haldið föstudaginn 13. febrúar bæði í barnastarfinu og unglingastarfi Miðbergs í hátíðarsal Breiðholtsskóla. Margir hæfileikaríkir krakkar á aldrinum 6 til 9 ára tóku þátt um daginn þar sem greinilega upprennandi stjörnur stigu á stökk. Það var frístundaheimilið Álfheimar sem vann keppnina að þessu sinni með skemmtilegu atriði 14 drengja sem sungu og dönsuðu.

Mikið fjölmenni og stemming var svo síðar þetta kvöld þegar unglingar hverfisins fjölmenntu í salinn að horfa á þau 12 atriði sem komu úr öllu hverfinu. Margir hæfileikaríkir unglingar tóku

þátt og var keppnin hin glæsilegasta. Halldór og Heimir úr Bakkanum báru sigur af hólmi með frábærum söng og gítarspili, dansarinn Luis úr Hundrað&Ellefu hafnaði í öðru sæti og dansarinn Stefán einnig úr Hundrað&Ellefu í því þriðja. Rapparinn McGauti mætti svo í hléi og hélt uppi stuðinu eins og honum einum er lagið. Frábær dagur og kvöld þar sem hæfileikar barna- og unglinga Breiðholtsins fengu að skína sínu skærasta.



Halldór og Heimir úr Bakkanum báru sigur af hólmi með frábærum söng og gítarspili.

Tuttugu sóttu um Seljaskóla



Seljaskólakrakkar á góðri stundu.

Tuttugu sóttu um starf skólastjóra við Seljaskóla, en umsóknarfrestur rann út 9. mars. Þeir eru:

Árni Már Árnason, Ásta Huld Henrysdóttir, Elín Helena Guðmundsdóttir, Eydis Aðalbjörnsdóttir, Hannes Birgir Hjálmarsson, Hulda Hrönn Sigurðardóttir, Kristinn Svavarsson, Kristín Jóhannsdóttir, Kristín Sigurðardóttir, Laufey Jónsdóttir, Lind Völundardóttir, Magnús Þór Jónsson, Ólafía María Gunnarsdóttir, Óskar Sigurðsson, Ragnheiður V. Sigtryggsdóttir, Sesselja Þóra Gunnarsdóttir, Sigurður Arnar Sigurðsson, Sigurlaug Hrund Svavarsdóttir, Þorkell Ingimarsson og Þórhildur Helga Þorleifsdóttir.

breidholt.is



Mynd: <http://www.svenskakyrkan.se>

SAMTAL UM SAMFÉLAG - *mitt, þitt eða okkar?*

Málþing í Borgarbókasafninu | Menningarhúsinu Gerðubergi föstudaginn 20. mars 2015 kl. 13:30 - 16:30

Málþingið er samstarfsverkefni Rannsóknastofu í Fjölmenningarfræðum við Menntavísindasvið Háskóla Íslands, Menntun núna verkefnisins í Breiðholti og Samtaka kvenna af erlendum uppruna á Íslandi, með stuðningi Akureyrarbæjar, Reykjavíkurborgar og Háskólans á Akureyri.

Skráning á www.menntun-nuna.is og með tölvupósti í menntun.nuna@reykjavik.is.

DAGSKRÁ

Ávarp

Stefanía G. Kristinsdóttir, verkefnisstjóri Menntun núna verkefnisins í Breiðholti.

Fjölmenningsamfélag: ábyrgð okkar allra?

Þórir Jónsson Hraundal, Sagnfræðistofnun Háskóla Íslands.

Integration on the labour market

Anna Wojtyńska, mannfræðingur.

Fjölmenningarstarf Borgarbókasafnsins

Kristín R. Vilhjálmsdóttir, verkefnastjóri fjölmenningar hjá Borgarbókasafni Reykjavíkur.

Kaffi með fjölmenningarlegu ívafi (Cafe Lingua)

Fjölmenningarstarf í leik- og grunnskólum á Akureyri

Helga Hauksdóttir, kennsluráðgjafi á Skóladeild Akureyrarbæjar.

Heimurinn er hér, fjölmennig í Reykjavík

Fríða Bjarney Jónsdóttir, verkefnastjóri/ráðgjafi hjá Skóla- og frístundasviði Reykjavíkurborgar.

Samantekt og umræður

Óttarr Proppe, alþingismaður, og Susan Rafik Hama, doktorsnemi við Menntavísindasvið HÍ.

Fundarstjórar verða Gunnar J. Gunnarsson, dósent, og Hanna Ragnarsdóttir, prófessor, við Háskóla Íslands.

Málþingið er öllum opið!



Slökkvitækjaþjónustan

☎ 564 1433

Bakkabraut 16 • 200 Kópavogur

Fyrir heimili - húsfélög - fyrirtæki
Úrval slökkvitækja. Leitið tilboða!

Skólahljómsveitin slær í gegn með Sinfó í Hörpunni



Á sviðinu í Hörpu.

Skólahljómsveit Árbæjar og Breiðholts hélt tónleika með Sinfóníuhljómsveit Íslands í Eldborgarsalnum síðastliðinn mánudag.

Skólahljómsveitin samanstendur úr þremur sveitum A sveit sem er yngsta sveitin, B sveit krakka úr 4. - 7. bekk og C sveit unglinga sem eru búin að æfa hvað lengst og hafa verið að gera það gott síðustu misseri bæði í Ísland „got talent“ og í úrslitum Nótunar.

Heyra mátti af meðlimum Sinfó eftir tónleikana að þau væru mjög ánægð með árangurinn af þessu samspili og það kæmi alltaf skemmtilega á óvart hversu góð þau væru í sínum fagi. Krökkum úr 2. og 3. bekk grunnskóla í Breiðholti og Árbæ var boðið á tónleikana og fylltu þau Eldborgarsalinn auk þess að taka þátt í dansi og gleði í Hörpunni eftir tónleikana áður en haldið var í rútúrnar.

Breiðholtsskóli í úrslit í Skólahreysti

Lið Breiðholtsskóla komst í úrslit Skólahreysti. Tólf skólar úr austurhluta Reykjavíkur kepptu í fyrsta undanriðli keppinnar. Íþróttahúsið í Garðabæ var fullt af litríkum stuðningsmönnum sem létu ekki sitt eftir liggja og studdu skóla sína af lífi og sál. Keppnin var tekin upp og var sýnd á RÚV í gærkvöld miðvikudaginn 18. mars.

Skólahreysti er nú haldin í ellefta sinn í ár með þátttöku 110 grunnskóla af öllu landinu. Landsbankinn er sem fyrr aðalbakhjarl Skólahreysti og mun fylgja keppninni um allt land.

Skólarnir tíu sem mættust í þessum hluta keppinnar voru Árbæjarskóli, Breiðholtsskóli, Foldaskóli, Hólabrekkuskóli, Ingunnarskóli, Kelduskóli, Norðlingaskóli, Rimaskóli, Seljaskóli, Sæmundarskóli, Vættaskóli og Ölduselsskóli.

Lið Breiðholtsskóla með 60,5 stig

Eftir gríðarmikla baráttu var það lið Breiðholtsskóla sem sigraði keppnina með 60,5 stigum. Í öðru sæti og aðeins hálfu stigi á eftir þeim kom lið Foldaskóla með 60 stig. Kelduskóli varð svo í þriðja sæti með 57,5 stig. Skólarnir tveir eiga ennþá möguleika að komast í úrslit sem eitt



Lið Breiðholtsskóla.

af tveimur stigahæstu liðum sem ekki komast sjálfkrafa áfram sem sigurvegarar.

Keppendur í liði Breiðholtsskóla eru: Dína Sif Gunnlaugsdóttir, Eyrún Inga Sigurðardóttir, Sveinn Brynjar Agnarsson og Viktor Rafn Valdimarsson og og hafa þau nú unnið sér inn þátttökurétt í úrslitakeppni Skólahreysti 2015 sem verður 22. apríl og sýnd í beinni útsendingu á RÚV úr Laugardalshöll. Upptökur frá

undanriðlum verða sýndir á RÚV á miðvikudögum kl. 20 og verður fyrsti þáttur birtur 18. mars nk. Landsbankinn veitti liðum í þremur efstu sætum undanriðla vegleg verðlaun. Þá stóð bankinn einnig fyrir Instagram-myndakeppni á hverjum viðburði en áhorfendur geta sent inn myndir merktar skólahreysti og bestu myndirnar eru verðlaunaðar á hverjum stað.

PÁSKAR Í HÓLAGARÐI



Persónuleg
þjónusta.

Verslið í vinalugu
umhverfi!



Boltinn í beinni
S: 567 8444
Krá • Sportbar
Gullnáman



Sjávarhöllin



Nágrannavarsla við 35 götur

Nú taka 35 götur í Breiðholti þátt í verkefninu. Ný tölfræði um þróun afbrota í Breiðholti var kynnt á fundinum og einnig sagt frá nýju verkefni um heilsueflandi Breiðholt, en því verður hleypt af stokkunum á næstu vikum í tengslum við innleiðingu forvarnarstefnu borgarinnar í hverfinu.

Nágrannavarsla er skipulögð forvörn þar sem íbúar taka höndum saman til þess m.a. að sporna við innbrotum og eignatjóni. Sett eru upp sérstök skilti við göturnar sem gefur nágrannavörsluna til kynna. Samvinna íbúa af þessu tagi þekkist víða erlendis. Verkefnið felur í sér að íbúar viðkomandi götu eða götuklasa séu í góðum tengslum. Þeir fá leiðbeiningar og fræðslu varðandi nágrannavörslu á fundi sem fulltrúar frá Þjónustumiðstöð Breiðholts og lögreglunni hafa umsjón með. Beiðni um að gata verði viðurkennd nágrannavörslu gata fer þannig



Þetta merki er sett upp við allar götur þar sem nágrannavarsla fer fram.

fram að ef allt að 80% heimila við götu eða ákveðið íbúðasvæði lýsa yfir áhuga á að taka þátt í verkefninu senda þau hverfisráði Breiðholts þátttökubeiðni ásamt styrkbeiðni ef það á við. Þátttökubeiðnin er tekin fyrir á fundi ráðsins þar sem einnig er tekin ákvörðun um skiptingu kostnaðar

milli hverfisráðs og íbúa þegar sótt er um styrk. Íbúar þurfa að velja sér götustjóra sem er tengiliður við þjónustumiðstöð og íbúa. Starfsmenn borgarinnar setja upp skiltin sem tákna að viðkomandi gata sé nágrannavarin. Kostnaður er greiddur af íbúum og hverfisráði í samræmi við ákvörðun þar um.

Alls 35 götur

Í ársbyrjun 2014 voru 35 götur þátttakendur í verkefni um nágrannavörslu í Breiðholti. Hér eru þær í stafrófsröð: Akrasel, Brúnastekkur, Fornistekkur, Fremristekkur, Geitastekkur, Gilsárstekkur, Hólastekkur, Hryggjarsel, Jakasel, Jórusel, Kambasel, Keilufell, Kleifasel, Klyfjasel, Krummahólar, Lambasel, Lambastekkur, Lágaberg, Látrasel, Lindasel, Ljárskógar, Lækjarsel, Melsel, Neðstaberg, Rituhólar, Rjúpufell, Skriðustekkur, Staðarsel, Starrahólar, Stuðlasel, Trönuhólar, Unufell 1 til 42, Urðarstekkur, Völvufell 24 til 42 og Þjóttusel.

Afhentu göngudeild kaffivél og sjónvarpstæki

Kvenfélag Breiðholts hélt fund þann 17. mars sl. þar sem félagið afhenti göngudeild Blóðmeina- og krabbameinsdeildar Landspítala kaffivél og sjónvarpstæki að andvirði 400.000 kr., en því er ætlað að vera í nýju biðstofuherbergi fyrir sjúklinga og aðstandendur þeirra.

Kvenfélagskonurnar héldu tvö bingó ásamt því að stofna söfnunarreikning þar sem fólk gat lagt söfnuninni lið. Kvenfélagskonur eru sérstaklega þakklátar þeim fjölmörgu fyrirtækjum sem styrktu söfnunina með bingóvinningum og veitingum, því góða fólki er mætti á bingóin og þeim er styrktu söfnunina með því að leggja inn á söfnunarreikninginn."



"Stjórn Kvenfélags Breiðholts ásamt Þórunni Sævarsdóttur hjúkrunarfræðingi og Brynjari Viðarssyni blóðmeinalækni á Landspítalanum, en þau tóku við gjöfinni fyrir hönd deildarinnar."

Úrval vandaðra úra
og fallegra skartgripa
til fermingargjafa.



GULLSMIÐURINN
Í MJÓDD
Sími: 567 3550

Opið alla daga
frá kl. 11 til 23.

**Kebab
eXpress**



Lóuhólar 4, nálægt Dominospizza

Sími: 557 1414

Coca-Cola

Fermingarpeningarnir á Framtíðarreikning

Ef 30.000 kr. eru lagðar inn á Framtíðarreikning bætum við 5.000 kr. við.*

Framtíðarreikningurinn ber ávallt hæstu vexti verðtryggðra spari-reikninga og er laus við 18 ára aldur.

Nánari upplýsingar
á arionbanki.is/ferming

*Eitt mótframlag fyrir hvert fermingarbarn



Arion banki



Fjölskyldan skemmti sér í Gerðubergi

Þjónustumiðstöð Breiðholts stóð fyrir deginum í samstarfi við Borgarbókasafnið, Miðberg, Heilsugæsluna og Menntun Núna verkefnisins. Fjölbreytt dagskrá var í boði, tónlist, dans, markaður, ráðgjöf og heilsumælingar. Þá var boðið upp á kakó, kaffi og skúffuköku. Meðal þeirra sem létu ljós sitt skína voru ungir strákar úr 1. og 2. bekk í Hólabrekkuskóla með söng- og dansatriðið „On my Play station“ úr keppninni Breiðholt got talent sem Miðberg félagsmiðstöð stendur fyrir. Opíð var í Borgarbókasafninu og þar var boðið upp á spil og aðra skemmtun fyrir fjölskylduna. Þrátt fyrir slæm verðurskilyrði þá lagði fjöldi Breiðhyllinga leið sína í Gerðuberg á laugardaginn til að taka þátt í Fjölskyldudeginum sem hófst kl. 13 veðrinu tók að slota um svipað leitið.

Dagurinn var liður í þróunarverkefni um Fjölskyldumiðstöð í Breiðholti sem verið hefur í undirbúningi síðasta ár og byggir m.a. á fyrirmynd frá Pen Green í Bretlandi en leikskólinn Ösp og Pen Grenn hafa einmitt verið í samstarfi um þróun þessarar hugmyndar í tengslum við leikskólastarf samanber verkefnið „Blíð byrjun“ sem Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar hafa staðið að og snýr að því að þátttöku foreldra í leikskólastarfi og samfélagsþróun. Í gær var einmitt haldið fjölsótt málþing „Fjölskyldan í fyrsta sæti“ í Gerðubergi. Þar var fjallað um fjölskyldumiðaðar nálganir í þjónustu sveitarfélaga í nærsamfélaginu, þar kynntu þau Andrea Layzell og Joanne Armstrong hugmyndafraði Pen Grenn, Nichole Leigh Mosty, Sigrún Einarsdóttir og Sigríður Marteinsdóttir kynntu „Blíða byrjun“ verkefnið og Þuríður Sigurðardóttir fjölskylduráðgjafi og verkefnisstjóri stuðningsþjónustu fjölskyldumiðstöðvar fór yfir hugmyndina á bak við miðstöðina.

Skólahljómsveitin hóf daginn

Óskar Dýrmundur Ólafsson hverfisstjóri bauð gesti velkomna og þakkaði þeim sérstaklega fyrir að hafa hætt sér út í þetta veður. Dagskráin hófst með því að C sveit skólahljómsveitar Árbæjar og Breiðholts flutti nokkur lög en eins og margir kunna að muna þá komst sveitin áfram úr prufum „Iceland got talent“ á dögnum. Hljómsveitarstjórinn Snorri Heimisson þakkaði meðlimum C-sveitar fyrir góða mætingu og frammistöðu á Facebook síðu hópsins. Mikið er um að vera hjá Skólahljómsveitinni þessa dagana en hljómsveitin spilaði með Sinfóníuhljómsveit Íslands í Eldborgarsalnum síðastliðinn mánudag í annað sinn en í fyrra spiluðu þessar hljómsveitir saman í íþróttúsinu í Árbæ.

Fjölskyldan er hornsteinn samfélagsins

Fjölskyldan í fyrirrúmi – fræðla og

stuðningur Fjölskyldumiðstöðvar Nichole Leigh Mosty, formaður Hverfisráðs og leikskólastjóri á Öspinni í Fellunum flutti stutt ávarp eftir opnunaratriði Skólahljómsveitar Árbæjar og Breiðholts. Í ávarpi sínu fjallaði hún um fjölskylduna sem hornstein samfélagsins og að hugmyndin með fjölskyldudeginum væri að vera saman og taka þátt í að byggja upp fjölskylduvænt samfélag í Breiðholti. „Við viljum bæta og þróa þjónustu í hverfinu til þess að tryggja að allir fjölskyldumeðlimar finni leið til þess að dafna og njóta lífsins“ sagði Nichole.

Fjölskyldumiðstöð í Breiðholti

Dagurinn var liður í að þróa Fjölskyldumiðstöð í Breiðholti, miðstöð sem byggir á þremur grunnildum hverfisins, valdeflingu, samþættingu og framþróun og hefði það að markmiði að stuðla að vellíðan og velferð Breiðhyllinga með íbúalýðræði, stuðningi, samstarfi og forvörnum. Í tengslum við Fjölskyldumiðstöðvar verkefnið hafa verið skipulagðir Fjölskyldumorgnar á miðvikudögum kl. 10 til 12 í Miðbergi þar sem félagsráðgjafi og leikskólakennari verða á staðnum til að ræða málin yfir kaffibolla. Þá hefur Fjölskyldumiðstöðin skipulagt „Fimmtudagsfræðslu fyrir fjölskylduna“ annan hvern fimmtudag í Gerðubergi í samstarfi við Menntun núna og Borgarbókasafnið en þar er boðið upp á margvíslega fræðslu fyrir foreldra og börnin geta dundað sér í bókasafninu á meðan. Næsta fimmtudagsfræðsla fyrir fjölskylduna verður 26. mars kl. 17-18:30 undir yfirskriftinni „Er barnið þitt með ADHD? Aðferðir og leiðir fyrir foreldra.

Blóðþrýstingsmælingar, ráðgjöf og Breiðholtsmarkaður

Hverfisstjóri Óskar Dýrmundur Ólafsson nýtti tækifærið og fékk Vildísi Bergþórsdóttur til að mæla hjá sér blóðþrýstinginn, sem var örlítið í hærri kanntinum en Vildís mælti með því að hann myndi mæla sig aftur síðar þegar minna væri um að vera. Óskar var mjög ánægður með daginn sérstaklega í ljósi þess hve veðrið var slæmt fyrir hádegi að fjölmiðlar höfðu varað fólk við að fara út úr húsi, við sem stóðum að deginum vorum búin að fylgjast grannt með veðurspám síðasta sólarhring og erum mjög ánægð með að þær stóðust þ.e. veðrið fór að ganga niður um hádegi, sagði Óskar.

Boðið í Guðrúnarstofu

Þuríður Sigurðardóttir fjölskylduráðgjafi bauð gestum ráðgjöf í Guðrúnarstofu í Gerðubergi og Sesselja Pétursdóttir náms- og starfsráðgjafi Menntun núna veitti ráðgjöf á ganginum. Breiðholtsmarkaðurinn setti upp sölubása í Háholti í Félagsstarfinu á neðri hæð Gerðubergs.



Skólahljómsveit Árbæjar og Breiðholts spilaði fyrir gesti á fjölskyldudaginn.



Dansað og spilað á markaðnum í Gerðubergi.



Fólk á öllum aldri lagði leið sína í Gerðuberg í tilefni fjölskyldudagsins. Þar á meðal þessi flottu feðgin.

Þar var fjölbreyttur varningur í boði auk þess sem hægt var að kaupa sér nýbakaða vöflur með rjóma. Aðstandendur markaðarins eiga það sameiginlegt að vera úr Breiðholti bæði handverksfólk og einnig nemendahópar að fjármagna útskriftaferð. Í tengslum við markaðinn kom upp sú hugmynd að sauma- og þrjónahópur félagsstarfsins færi í samstarf við markaðinn um sölu á handverki. Um er að ræða pop-up markað og aðstandendur hofla til frekari landvinninga á næstu dögum.

Tónlist og íslenskunám

Berglind Björgólfsdóttir íslensku- og tónlistarkennari var með kennslu í Lágholti kennslustofu Menntun núna

í Félagsstarfinu. Berglind er kennari á íslenskunámskeiði fyrir foreldra leikskólabarna á Öspinni þar sem áhersla er lögð á að nota tónlist og leiki við kennsluna sem og blanda saman námi fyrir foreldra og samveru með börnunum. Kennslan fer að öllu jöfnu fram í leikskólanum en var færð í Gerðuberg í tilefni Fjölskyldudagsins og gestum boðið að taka þátt. Kennslustundinni lauk með því að hópurinn dansaði og spilaði fyrir gesti og skipuleggjendur Breiðholtsmarkaðarins. Óskar, Nichole og aðrir aðstandendur Fjölskyldudagsins voru ánægð með daginn og stefna ótrauð að því að halda hann aftur að ári. Þau hvöttu Breiðhyllinga til að fylgjast með öllu því sem boðið væri upp á í hverfinu á heimasíðu og Facebook síðu Breiðholts og Borgarbókasafnsins.



Turid og Nichole voru að sjálfsögðu upp á sit besta á fjölskyldudaginn.

Samfestingurinn heppnaðist vel

„Nú er Samfés hátíðin Samfestingurinn á enda. Þrátt fyrir ofsaveður og fljúgandi strætóskýli hélst dagskrá nokkuð óbreytt og var full mæting úr Breiðholti af þeim sem skráðu sig á bæði ballið og söngkeppnina. Frábært ball var á föstudagskvöldinu 13. mars þar sem um 200 unglingar úr Breiðholti söttu.

Sunnudaginn 14. mars var svo söngkeppni Samfés og Borðtennismót Samfés. Frábær árangur hjá unglingunum okkar úr Breiðholti í báðum keppnum. Hann Levi Didriksen úr Hundrad&ellefu lenti í 3.sæti á söngkeppninni en hann tók lagið Tatanium með vægast sagt glæsibrag. Áhorfendur klöppuðu fyrir honum þegar hann fór létt með háu nóturnar og tók lagið allt hnökralaust. Á borðatennismótinu var einnig frábær árangur en við áttum fulltrúa bæði í 2. sæti og 3. sæti. Hann Kamil úr Bakkanum hafnaði í 2. sæti og Luis úr Hundrad&ellefu í því 3. Flott helgi með flottum unglingum í Breiðholti.“



Borðtennismeistararnir á Samfestingi.

FORELDRA MORGNA Parents morning

Við opnum mið 11. mars
We open Wed. March 11th.



abcde

Í BODI:

(sponsored by:)

LEIKSKÓLINN ÖSP 557-6989

LEIKSKÓLINN HOLT 557-3040

LEIKSKÓLINN HOLABORG 557-6140

LEIKSKÓLAKENNARAR Á STAÐUM

(PROFESSIONAL EARLY CHILDHOOD TEACHERS)

Félagsráðgjafi frá Þjónustumiðstöð
Breiðholts verður á staðnum

Social counselor from Breiðholt Service
Center will be with us.

Allir foreldrar sem eru heima með börn
hjartanlega velkomnir að líta við!

Any parents who are home with their children
are wholeheartedly welcome to drop in!

MIDVIKUDAGAR FRÁ 10-12 Í MIDBERGI

WEDNESDAYS 10-12 MIDBERG

KAFFI, SAMVERA OG SPJALL!!

COFFEE, TOGETHERNESS AND CONVERSATION!!



VERIÐ VELKOMIN
Í GERÐUBERG

Ókeypis
aðgangur

JAZZ FYRIR BÖRN OG AÐRA JAZZGEGGJARA



20. mars föstudag kl. 12.15 – 13.00
22. mars sunnudag kl. 13.15 – 14.00

Haukur Gröndal bregður sér í búning furðufuglsins Gauks Hraundal ásamt fríðum flokki meðspilara og leiðir gesti í ævintýraferð um töfraveröld tónlistarinnar.

Gaukur blæs í ýmiss konar tréblásturs-hjóðfæri eins og honum einum er lagið og með honum leika Gunnar Hilmarsson á gítar, Pétur Grétarsson á slagverk og Leifur Gunnarsson á raf- og kontrabassa.



LEIKHÚSKAFFI

25. mars miðvikudag kl. 20

SEGULSVIÐ

Glænýtt leikrit eftir Sigurð Pálsson

Aðstandendur sýningarinnar leiða áhorfendur í allan sannleika um verkið, leikstjórnina og unga konu í áfalli.

Þátttakendur: Sigurður Pálsson, Kristín Jóhannesdóttir, Elma Stefanía Ágústsdóttir. Melkorka Tekla Ólafsdóttir stýrir umræðum.

Nýtt
símanúmer
411 6170

BORGARBÓKASAFNIÐ
MENNINGARHÚS GERÐUBERGI

Gerðubergi 3-5 • 111 Reykjavík • borgarbokasafn.is



Breiðholtsblaðið

Auglýsingasími:

511 1188 & 895 8298

www.borgarblod.is

Er ferming framundan?

Fermingartilboð I 3000
Litun á augabrunir ásamt mótun með plokkun/vaxi

Fermingartilboð II 3700
Litun á augnhár & augabrunir ásamt mótun með plokkun/vaxi

Fermingartilboð III 5000
Húðhreinsun (djúphreinsun, kreistun & maski)

Fermingartilboð IV 4500
Fermingarförðun



Like

Fylgstu með á [facebook.com/snyrtistofanarnarbakka](https://www.facebook.com/snyrtistofanarnarbakka)

Snyrtistofan Arnarbakka

Sæunn Siggadóttir

Snyrtifræðingur

Arnarbakka 2 - 109 Reykjavík - Sími 557 3122

Forvarnir ... þurfum við að ræða það?

Þegar ég var ung hvöttu foreldrar mínir mig til þess að taka þátt í öllu sem eldri bróðir minn gerði, honum til mikilla vonbrigða. Alltaf gaman að fá litlu systur með. Sérstaklega þegar hún var áhugasöm um allt, var fljót að tileinka sér nýja hluti og hafði svakalegan metnað í að tapa aldri. Frá aldrinum 6 til 11 ára hélt ég að ég væri eina stelpa í Sturgis MI sem æfði fótbolta - bæði soccer og American, íshokki, körfubolta, golf, tennis, blak, hafnabolta, sund og já reyndi að læra á píanó. Ég hélt þá að foreldrar mínir vildu bara fá meiri frið fyrir mér heima því ég var dálítið kröftug stelpa. Ég var alltaf einhversstaðar að æfa, hitta félagi sem ég æfði með eða keppa. Þegar ég var 11 ára var ekki lengur í boði að æfa með strákunum eða taka þátt í mörgu í einu. Ég ákvað að prófa frjálsar íþróttir og fann mig algjörlega þar.

Ég lagði allt í að standa mig vel, fór meira að segja að keppa í Cross Country til þess að halda mér í formi allan ársins hring. Til þess að æfa í Bandaríkjunum er nauðsynlegt að vera með góðar Einkunnir í skóla, svo ég gaf 110% þar líka. Við lærðum ýmsar aðferðir í tengslum við næringu og svefnvenjur og 15 ára lærði ég slökun og hugleiðslu í tengslum við einbeitingu fyrir keppni og slökun eftir á. Í raun var ég búin að vera í forvörnum frá barnsaldri án þess að hafa hugmynd um það! Á ungling-sárum fannst mér stundum leiðinlegt að hafna boði í gott partý eða að fara heim fyrr þegar allir hinir voru enn að njóta lífsins á föstudagskvöldi. Satt best að segja var ég aldrei leið lengi, því að það var annað í forgangi. Án þess að vita það setti ég sjálfa mig í forgang. Ég öðlaðist skilning á hvað það er að stunda heilbrigða lífshætti, ég var örugg, ég var óþolandi félagslynd,

mér leið vel og það hefur haldið sínum gildum til dagsins í dag. Og vitið þið, það var gaman, bestu minningar sem ég geymi í hjartinu liggja innan þessarar blessuðu forvarnarárásar sem foreldrar mínir settu af stað þegar ég var einungis sex ára.

Hvað er forvörn?

Forvörn í einfaldasta skilningi er aðgerðir sem eiga að koma í veg fyrir eitthvað sem gæti skaðað okkur. Sagt er að auðveldara sé að koma í veg fyrir hlutina en að laga þá seinna meir. Oftast þegar hugsað er um forvarnir er það í tengslum við afbrot eða neyslu. Forvörn snýst í rauninni mest um að rækta heilbrigðan lífsstíl þar sem hugsað er út í bæði líkamlega og andlega vellíðan sem eflir jákvæða sjálfsmynd hvers og eins. Velferðarsvið hefur gefið út Forvarnarstefnu Reykjavíkurborgar 2014 til 2019. Öll svið borgarinnar bera ábyrgð á innleiðingu og framkvæmd Forvarnarstefnu Reykjavíkurborgar, framkvæmdastjórar þjónustumiðstöðva eru ábyrgir fyrir samstarfi við lykilaðila í forvörnum innan hverfis og við gerð aðgerðaráætlanna. Lykilaðilar eru skilgreindir sem foreldrar, leik-, grunn- og framhaldsskólar, íþróttafélög, félagasamtök, foreldrafélög allra skólastiga, fristundaheimili og miðstöðvar, heilsugæsla, lögregla, dagforeldrar, ungmennahús og kirkja/trúfélög. Hér er fyrst og fremst um að ræða foreldra, svo ýmsar stofnanir og samtök, sem eiga að vera fyrirmyndir barna og unglinga og vinna í því að efla félagsauð og lýðheilsu, ekki eingöngu hjá börnum og unglingum heldur í samfélagi sem heild.

Fjölskyldu- og heilusefandi samfélag

Það er mjög augljóst að þverfaglegt samstarf milli allra fyrrnefndra aðila innan

hverfisins mun ekki eingöngu stuðla að heilbrigðum lífsstíl, þar sem vellíðan og velferð barna og unglinga ríkir, heldur að við munum búa í fjölskylduvænu og heilsuefandi samfélagi. Samfélag þar sem öll börn og unglingar hafi jöfn tækifæri til þess að dafna og þroska, líða vel og öðlast góða sjálfsmynd. Slíkt samstarf mun stuðla að öruggu umhverfi þar sem bernska er vernduð og fjölskylda er í fremsta sæti. Ég hef gríðarlega mikinn áhuga eða ástríðu fyrir nákvæmlega þessu málefni. Sem formaður hverfisráðs hef ég verið að nýta mér þau tækifæri sem felast í því að kynnast allri starfsemiinni sem tengist málefninu. Ég er búin að heimsækja allar fristundamiðstöðvar, hef fengið kynningar frá íþróttafélögum hverfisins og hef legið yfir öllum upplýsingum um ýmis verkefni félaga og samtaka tengt tómstundum í hverfinu og, sorglegt en satt, þá hef lesið forvarnarstefnuna mjög oft.

Auka nýtingu frístundakortsins

Þverfaglegt samstarf er hafið með bæði formlegum og óformlegum aðgerðum. Til dæmis má nefna, fjölskyldudaginn sem hluta af undirbúningi fyrir opnun fjölskyldumiðstöðvarinnar Miðjun í Breiðholti, hann var haldinn núna síðustu helgi. Foreldrafélög frá öllum grunnskólum í hverfinu hafa sent frá sér áskorun til borgaryfirvalda um að endurskoða reglur um kynningar í þágu forvarna innan skóla. Þjónustumiðstöð er að vinna hörðum höndum um að koma af stað aðgerðaráætlun vegna Forvarnarstefnu Reykjavíkurborgar. Dr. Þórdís Lilja Gísladóttir, verkefnastjóri frístunda og félagsauðs í Breiðholti er búin að hitta alla skólastjórnendur, bæði leik- og grunnskóla og stjórn hjá íþrótt- og tómstundarfélagum í hverfinu til þess að taka höndum saman í að móta aðgerðaráætlun vegna innleiðingar stefnunnar. Eftir góða og mikilvæga kynningu um nýtingu frístundakortsins í hverfinu, lagði Hverfisráð inn tillögu til Borgarráðs um tilraun til að breyta skráningarkerfi frístundakortsins. Tilgangurinn



Ég ákvað að prófa frjálsar íþróttir og fann mig algjörlega þar. Nichole kemur í mark á íþróttárum sínum vestra.

með tillögunni er að auka nýtingu frístundakortsins þar á meðal þátttöku barna- og unglinga í tómstundastarfi. Sú breyting á kerfinu mun auðvelda skráningarfærni fyrir bæði foreldra og félög. Tannverndarverkefni sem byrjaði fyrir 4 árum hjá þremur leikskólum í Fellahverfi fer nú að verða innleitt á flestum leikskólum í Breiðholti. ÍR er komið í samstarf við leikskóla í Seljahverfi og Neðra Breiðholti og er að leita nú til Efra Breiðholti-sins. Ég veit að til eru mörg fleiri dæmi sem ég hef ekki nefnt hér en málið er að mörg af okkur eru að sigla í rétta átt og verðum við að halda áfram og styrkja tengslin milli okkar í þágu forvarna og heilsuefandi samfélags.

Hvatning og stuðningur á heimilunum

Ég byrjaði greinina á einni lítilli sögu um forvörn og til eru mörg

þúsund dæmi um góðar forvarnir. Ég er alls ekki sérstök og mín saga er langt frá því að vera einstök, en ef lesið er á milli línanna má sjá hverju það áorkaði. Á bernskuárunum var hvatning og stuðningur á heimilinu, frelsi til þess að finna það sem mér leið vel með að gera og síðast en alls ekki síst samstarf milli þeirra aðila sem báru ábyrgð á minni lýðheilsu og vellíðan. Ég vona svo sannarlega að ég ali mín börn upp í samfélagi sem leggur áherslu á þessi gildi. Ég hef þá tilfinningu að ég hef fundið slíkt samfélag hér í Breiðholti. Ég mun allavega leggja mig alla fram til þess að móta slíkt samfélag.

Nichole Leigh Mosty.
Formaður Hverfisráðs Breiðholts.

APENA

HÁRSNYRTISTOFA

Pangbakka 10 (MJÓDD) • Sími: 557-2053

Fermingarföt

fyrir fermingarbarnið og mömmuna...

Frbært úrval af fermingarkjólum og skarti

NÝJAR VÖRUR

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

Súper Sól

rcan

HÁRSTOFA

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

Ópið mán. - föst. kl. 10-22, laugard. kl. 10-20

Lykilaðilar eru skilgreindir sem foreldrar, leik-, grunn- og framhaldsskólar, íþróttafélög, félagasamtök, foreldrafélög allra skólastiga, fristundaheimili og miðstöðvar, heilsugæsla, lögregla, dagforeldrar, ungmennahús og kirkja/trúfélög.

Heimsendingartilboð



Miðstærð af pizzu með 2 áleggstegundum, lítill skammtur af brauðstöngum og 1 l. Coke **2970 kr.**



Stór pizza með 2 áleggstegundum, stór skammtur af brauðstöngum og 2 l. Coke **3790 kr.**

Hádegistilboð



Miðstærð af pizzu með 3 áleggstegundum og Coke í dós **1790 kr.**



Lítill pizza með 3 áleggstegundum og Coke í dós **1290 kr.**

**SÍMI
577
3333**

Sótt tilboð



Stór pizza af matseðli og stór margarita **3690 kr.**



Stór pizza með 2 áleggstegundum, miðstærð af hvítlauksbrauði, stór skammtur af brauðstöngum og 2 l. Coke **3990 kr.**



Stór pizza með 2 áleggstegundum **1990 kr.**



NÝTT

Kryddbrauðspizza

Kjúklíngavængir

Castello
PIZZERIA

Dalvegur 2
Kópavogur
Sun-Fim: 11-23
Föst-Lau: 11-23:30

Dalshraun 13
Hafnarfjörður
Sun-Fim: 11-23
Föst-Lau: 11-23:30

Bernskuminning úr Blesugróf

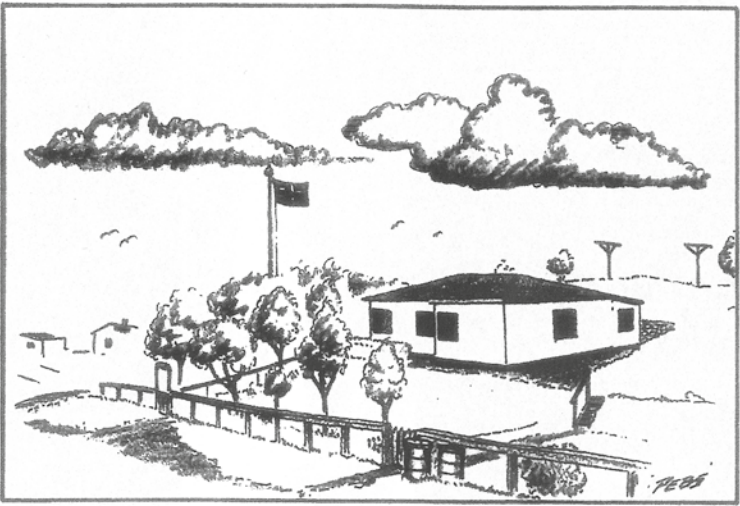
Á þessu sinni er bernskuminningin sótt í Blesugrófina sem er á mörkum Elliðaárdals, Kópavogs og Breiðholts. Sögu þessa svæðis má rekja allt aftur til Landnámu þar sem greint er frá því að Elliði skip Ketilbjarnar gamla á Mosfelli hafi komið í árósa og áin síðan hlotið nafn af bátunum. Um miðja 18. öld lét Skúli Magnússon reisa þófaramyllu og litunarhús í dalnum í tengslum við verksmiðjurekstur sem jafnan hefur verið kallaður Innréttingarnar.

Fyrir og um miðja síðustu öld tók íbúðabyggð að rísa í Blesugrófinni. Í fyrstu án skipulags og í óleyfi borgaryfirvalda þar sem húsnaðiskortur knúði fólk til þess að leita út fyrir hina eiginlegu borg til þess að byggja sér ból þar sem autt svæði var að finna. Það var ekki fyrr en bygging Breiðholtsins hófst á sjöunda áratug liðinnar aldar að þessi borgarhluti komst í þjóðbraut eins og sagt er. Kristinn Snæland rafvirki og leigubílsstjóri bjó um tíma ásamt fjölskyldu sinni í Blesugrófinni og rifjar hann bernskuna þar upp að þessu sinni. Hann flutti þangað með fjölskyldu sinni 1945. Hann segir fyrst frá því hvernig nafnið Blesugróf varð til en stíklar síðan á stóru í sögu grófarinnar og bernsku sinni í námd Elliðaánna.

Blesugrófin var sérstök byggð

Það mun hafa verið um haustið

1917 að ung hryssa Blesa að nafni hvarf úr Reykjavík. Var hennar leitað en sú leit varð ekki til neins og þótti mönnum mjög miður. Árið 1918 gerði miklar frosthörkur um land allt, svo miklar að ekki mundu menn svo mikið frost víðast hvar um landið. Þær hörmungar dundu einnig á landsmenn að Katla tók að gjósa og sögðu fregnir bæi eyðast og fénað farast og einnig að stórkostlegt hlaup hafi farið úr Mýrdalsjökli. Til að bæta gráu á svart tók sig upp faraldur mikill sem nefndur var “Spánska veikin” sem herjaði í Reykjavík og víðar um land. Amma mín varð fyrst kvenna til þess að láta lífið af þessari skæðu inflúensu árið 1918. Blesóttu hryssan sem hvarf um haustið fannst hins vegar um vorið í gildragi drjúgan spól upp með Elliðaám vestanverðum. Þarna var hún og allvel haldin. Fagnaði eigandi hryssunnar þessu mjög enda hafði hún verið talin af eftir þennan harða vetur. Þeir sem nú þekkja til vita hver var orsök þess að hryssan hélt lífi. Hryssan hafði haldið sig í gildragi sem lá frá ánni upp í mýri sem þá var í áttina þar sem nú er Mjóddin. Í hörðum norðanveðrum myndar Esjan skjól fyrir vindum frá fjallinu sem myndar logn frá hluta Langholtsins og þaðan yfir svæði það sem ber nafnið Blesugróf. Auk skjólsins var ylvolgur lækur sem rann niður gildragið en hann átti sér uppsprettu í mýrinni á þeim slóðum sem gildragið nær lengst upp. Lækurinn hitaði gróðurinn nægjanlega til þess að Blesa náði



Bjarkalundur heimili Snælandanna. (Teikning: PEBS).

sér í grænt fóður. Í þakklætisskyni fyrir að vernda líf hryssunnar þennan fyrna vetur var gildraginu gefið nafnið Blesugróf.

Vantaði tuttugu þúsund krónur

Foreldrar mínir, Þórhildur og Baldur Snæland keyptu einbýlishúsið Bjarkalund og fluttu í Blesugrófina. Við höfðum átt heima á Framnesvegi 30 í leiguíbúð en foreldrar mínir höfðu eins og aðrir áhuga á að festa kaup á húsnaði. Síðla árs 1947 bauðst þeim að kaupa hús í Blesugrófinni. Þeim leist nokkuð vel á þetta og tók faðir minn að huga að fé til kaupanna. Fór svo að á endanum að hann

vantaði um 20 þúsund krónur í útborgunina. Hann var vélstjóri hjá bæjarútgerð Reykjavíkur og leitaði því til Landsbankans. Þar fyrir var Jón Axel Pétursson bankastjóri en hann var líka forstjóri Bæjarútgerðarinnar. Því taldi pabbi víst að sér yrði vel tekið. Jón Axel var Krati en vissi að pabbi var hlynntur öflum lengra til vinstri og neitaði hann honum því harðlega um peningalán. Pabbi fór niðurbrotinn af fundi Jóns Axels og gekk út eftir Tryggvagötunni. Skömmu síðar hitti hann Ólaf Jónsson sem var forstjóri Alliance. Þeir heilsuðust og Ólafur spurði hann hvort hann gæti hugsað sér að fara til Englands til að ná í nýjan togara fyrir fyrirtækið sem þar var í

smíðum. Faðir minn hugsaði sig lítið um en sagði við Ólaf að ef hann gæti lánað sér 20 þúsund krónur vegna húsakaupa þá væri hann alveg til í að fara. Ólafur sagði honum að koma vestur á skrifstofu til sín og ná í peningana. Þarna á götunni var ákveðið að hann færi út og húsið Bjarkarlundur í Blesugróf yrði keypt sem mér varð síðan mikið gleðiefni.

Engar skrár, tómur salerniskassi og músagangur

Þegar við fluttum inn var Bjarkarlundur í frekar slöku standi. Engar skrár eða hurðarhúnar voru þar nema á útidryrunum og salernisskálinn var vatnslaus. Eldhúsgólfíð dúaði og rotþróin virtist á stærð við appel-sínukassa. Þarna hafði prestur nokkur búið og hugur hans hafði fremur staðið til ritverka og útgáfu en smíða eða þeirra starfa sem þurfti til þess að lagfæra húsnaði. Okkur þótti hins vegar vænt um nafnið vegna tengsla okkar við Barðstrendingafélagið og hótél Bjarkarlund þótt ekkert í umhverfinu réttlætti þessa nafngift. Reyndar hafði verið plantað nokkrum fjölda birkitrjáa fyrir ofan húsið sem flest voru undir meter að hæð. Allstór skemma fylgdi með húsinu en hún stóð spól frá og á milli var kartöflugarður. Ég var orðinn talsverður sveitamaður í mér og Blesugrófin varð mér því mikið að skapi. Fyrsta veturinn var vistin þó heldur hráslagaleg og

MATUR OG VÍN:

Okkur finnst vel við hæfi að tileinka þáttinn „Matur & vín“ hinum frábæra fiski sem við Íslendingar eigum og bestur er hann á vetrarvertíðinni.

Hafið fiskverslun er séerverslun með hágæða fiskafurðir og meðlæti fyrir kröfuharða neytendur.

Fiskborðin eru þéttsetin af landsins mesta úrvali af tilbúnum fiskréttum til að ofnbaka, steikja eða grilla sem gerir viðskiptavinum kleift að elda dýrindis máltíð á nokkrum mínutum án nokkurar fyrirhafnar.

Réttur mánaðarins er frá Fiskbúðinni Hafinu, sem er staðsett á tveimur stöðum Hlíðasmára 8, Kópavogi og Spönginni 13, Rvk.



Langa í austurlensku karrí með mini mais, bambus, ananas, mangó og spínati.

Réttur þessi fæst tilbúinn hjá Fiskbúðinni Hafinu, hann má fara í ofn á 180 gráðum í um 20 – 25 mín.



Við mælum með eftirfarandi víni við þennan rétt:

Montalto Pinot Grigio - Sikiley - 1.699 kr.
Föllimónugrænt. Létt meðalfylling, ósætt, fersk sýra. Pera, sítrus, hunangsmelóna, blóm.

Montalto Organic (lífrænt-ræktað) Cataratto – Sikiley - 1.799 kr.
Ljósítrónugult. Létt fylling, ósætt, fersk sýra. Ljós ávöxtur, sítrusbörkur, læm,

um áramótin var móðir mín vör við mýs. Henni fannst sem hún væri kominn á einhvern útnára og bar sig illa. Ég gerði ekki annað en að tala í hana kjark. Miklaði fyrir henni þá gleði að eiga eigið hús, benti henni á trjáræktarmöguleika og kartöflurækt auk þess sem við myndum ekki láta bíða lengi að lagfæra salernið og frárennslið, koma skrám fyrir í hurðir að ógleymdu því að útrýma músunum. Þegar þarna var komið sögu vorum við bræðurnir orðnir fjórir en nægjanlegt pláss var þó fyrir okkur öll í húsinu. Um vorið fór allt að ganga betur. Móðir mín fór að sætta sig við Bjarkarlund í Blesugróf sem á endanum varð okkar elskaða ættarsetur.

Til happs að falla í D bekkinn

Enginn skóli var í Blesugrófinni eða í nágrenni og þurfti því að fara um nokkuð langan veg í skóla. Námsgleði mín hafði dalað nokkuð í 11 ára A bekknum í Melaskólanum. Haustið eftir vorum við komin í Blesugrófina og leiðin lág í Laugarneskólann þar sem ég var settur í C bekk. Bekkjarkennarinn var Hjörtur Kristmundsson. Hann var þekktur fyrir að mismuna krökkunum og kom strax illa fram við mig. Hann kynnti mig sem óknyttastrák fyrir bekkjasystkinum mínum sem ekki væri hægt að hafa í bænum á sumrin sem voru örgustu ósannindi. Hjörtur hampaði sumum krökkunum en við aðra kom hann fram af óþverrahætti. Ég minnst þess að stúlka ein í bekknum skilaði ritgerð um jólin. Hún hafði skrifað að hún hefði fengið mikið meira af gjöfum en jólin á undan. En henni varð það á að skrifa mikið með g-i sem leit þá út sem mígið. Hjörtur reif



Snælandsbræðurnir á góðri stund.

og tætti ritgerðina í sundur og hnykkti út með því að spyrja af hverju hún hafi mígið svona miklu meira um þessi jól. Mörg fleiri atvik af þessari gerð urðu í bekknum hjá Hirti og yngri bærður mínir lentu einnig í honum á sama hátt. Síðar fregnuðum við að hann hafi átt við verulegt áfengisvandamál að stríða en það afsakar ekki framkomu hans við nemendur. Þetta varð líka til þess að ég féll niður í D bekk. Það varð mér þó til nokkurs happs því þar fékk ég góðan kennara og sómamann Kristinn Gíslason.

Gísli á Chervolet 47

Strætóferðir voru strjalar á þessum tíma og fyrir þá sem lengst bjuggu frá skólanum var gerður út skólabíll. Það var Chervolet árgerð 1946 frá Sölunefnd varnarliðseigna

sem Gísli Einarsson ók. Gísli var nokkuð mishittinn og gat verið hryssingslegur. Okkur fannst stundum að í kulda og skafrenningi að hann væri nærgætnari við stelpurnar en okkur strákana. En við nánari kynni af honum þá reyndist hann hinn vænsti maður sem gat bæði sýnt af sér hlýleika og nærgætni.

Fyrsti dansinn

Hvolpavitið tók að vakna á seinni árunum í Blesugrófinni. Fár stelpur bjuggu þar miðað við okkur strákana og við stunduðum mest strákaleiki og karlmennskudútl. Fram undir fermingu héldu kynin sér að mestu í sundur og lítið þótti koma til stráka sem vildu fremur leika sér við stelpur. Um og eftir ferminguna fór þetta að breytast og stelpur og strákar fóru að gefa hvort öðru auga. Tvær



Gísli á skólabílnum" Chevrolet '46. (Teikning: PEBS).



Garðstunga, „Kastali“ Óskars Magnússonar, austurhlíð. (Mynd: Snæl).

systur áttu þó heima þar. Sígga og Erla. Þegar Dóri frændi þeirra á Völlum fermdist komum við nokkur ungmenni saman þar. Við lögðum stofuna undir okkur og glatt var á hjalla. Tónlist var sett á fón og stelpurnar tóku nokkur dansspor hvor við aðra. Allt í einu kom Erla til mín og bað mig að dansa við sig. Ég fór í fyrstu undan í flæmingi enda kunni ég

engin dansspor. En Erla dreif mig út á gólfið, sagði mér hvernig ég ætti að halda utan um hana og ég hlýddi dauðfeiminn enda vildi ég ekki flýja af hólmi. Og Erlu tóks að kenna mér nokkur spor á undraskömmum tíma sem var til þess að ég hringsnérist með henni um gólfið dagóða stund.

BREIÐHOLTIÐ OKKAR

Íbúáping um umhverfi og umhirðu

Gerðubergi (A-sal) miðvikudaginn 25. mars kl. 20:00-21:30

DAGSKRÁ

Þjónusta og verkefni á sviði umhirðu borgarlandsins í Breiðholti

Hjalti Jóhannes Guðmundsson deildarstjóri austursvæðis hjá Umhverfis- og skipulagssviði Reykjavíkurborgar kynnir verkefni úr starfsáætlun sviðsins í Breiðholti.

Hvað getur þú gert fyrir hverfið þitt - valdefling í Breiðholti

Óskar Dýrmundur Ólafsson hverfisstjóri ræðir samstarf íbúa og borgarinnar um að gera gott hverfi enn betra.

Umræður og hópavinna

Hvað getum við lagt af mörkum? Hvað er vel gert? Hvað þarf að bæta? Hvað er mikilvægast?

Samantekt umræðna

Allir íbúar í Breiðholti eru hvattir til að mæta!



Fjölbreyttir sæludagar í FB



Frá sæludögum.

Sæludögum FB er nýlokið. Dagskráin var fjölbreytt og boðið var uppá yfir 100 viðburði. Má þar á meðal annars nefna fjölbreyttar námsstofur, Dale Carnegie, paintball, körfubolta, safnaferðir og ferð í Bláa lónið. Sæludögum lauk með árshátíðarmat og árshátíð nemenda. Árshátíðarmaturinn

Að starfa í sóknar-nefnd Fellasóknar

Í sérhverri kirkjusókn í landinu er starfandi sóknarnefnd. Svo er einnig í Fellasókn í Efra-Breiðholti. Í Fellasókn eru íbúar sem eru í þjóðkirkjunni og búa við götur sem enda á – fell og einnig íbúar við öll hús í Vesturbergi og svo Austurbergi frá nr. 1 til 20. Tvær sóknir, Fellasókn og Hólabrekkusókn deila með sér Fella- og Hólakirkju og sóknarnefndirnar tvær vinna í sameiningu við að skipuleggja og styðja safnaðarstarfið með starfsfólki kirkjunnar og hafa umsjón með kirkjubygginguna og umhverfi hennar. Sóknarnefndirnar funda reglulega einu sinni í mánuði yfir vetrartímann en sjaldnar yfir sumarið. Í sóknarnefnd Fellasóknar sitja fimm aðalmenn og fimm

Gry Ek Gunnarsson.

Aðalfundur framundan? Heildarlausn í rekstri húsfélaga.



www.eignaumsjon.is
S. 585 4800, Suðurlandbraut 30.

Ánægjuleg heimsókn menntamálaráðherra í FB

Illugi Gunnarsson mennta- og menningarmálaráðherra heimsótti FB fyrir skömmu og kynnti sér sérstaklega list- og verknámsbrautirnar. Einnig opnaði hann formlega E-Lab skólans. Með E-Labi höfum við fengið sérhæfða aðstöðu til nýsköpunar á sviði rafiðngreina, með hátækniþúnaði og þrívíddarprentara. FB er einn stærsti verkmenntaskóli landsins og útskrifar árlega mikinn fjölda húsasmiða, rafvirkja, sjúkraliða og snyrtifræðinga. Mikilvægi verkmenntunar er oft á dagskrá, nú gafst ráherra tækifæri til að sjá og upplifa alla þá grósku og líf sem fylgir skólastarfi í verkmenntaskóla.



Á myndinni eru fv. Víðir Stefánsson fagstjóri rafvirkjabrautar, Guðrún Hrefna Guðmundsdóttir skólameistari, menntamálaráðherra og Þorsteinn Sigfússon frankvæmdastjóri Nýsköpunarmiðstöðvar Íslands. Myndina tók Gréta S. Guðjónsdóttir ljósmyndari og listnámskennari FB.

Foreldrar verða að koma að ein-eltismálum er verða börn þeirra

Það er sársaukafullt að vita til þess að barninu manns sé strítt eða það lagt í einelti. Foreldrar barna sem er oft strítt eða þau lögð í einelti finna til mikils vanmáttar, reiði og sorgar. Ef barn er á grunnskólaaldri á það í hvað mestri hættu með að verða fyrir aðkasti á skólalóðinni eða á leið í eða frá skólanum. Margir foreldrar í þessari stöðu eru óvissir um hvernig bregðast skuli við en þeir vita þó all flestir að þeir verða að gera eitthvað. Einhverjir skólar hafa nú þegar aðgengilegar upplýsingar á heimasíðu sinni s.s. viðbragðsáætlun og til hvers (hverra) foreldrar eiga að snúa sér með eineltistilkynningu.

Æ fleiri hafa nú einnig tilkynningareyðublað tiltækt á heimasíðu skólans. Hafi stofnun tilkynningareyðublað á heimasíðu gefur það til kynna að yfirstjórn óski eftir upplýsingum til að geta tekið á málinu auk þess sem það veitir foreldrum öryggistilfinningu. Berist skrifleg tilkynning um ofbeldi er jafnframt líklegt að vinnubrögð verði markvissari en berist munnleg tilkynning. Kostur þess að hafa tilkynningareyðublaði er sá að allir geta nýtt það. Þannig má segja að tilkynningareyðublað og viðbragðsáætlun á heimasíðu sé hluti af forvörnum. Eins illa eins og foreldrum þolenda eineltis líður oft, líður foreldrum barns sem leggur annað barn/börn í einelti oft ekki síður illa. Það kemur oft mörgum foreldrum í opna skjöldu þegar kvörtun um að barn þeirra leggi annað barn í einelti berast eyrum þeirra.

Er ekki bara um misskilning að ræða

Oft þekkja foreldrar börnin sín bara af góðu einu og eiga því erfitt með að ímynda sér að það sé gerandi eða þátttakandi í einelti. Þau kunna að spyrja: Er ekki bara um einhvern misskilning að ræða. Ef barnið á sögu um stríðni eða hefur áður sýnt neikvæða hegðun,



Það kemur oft mörgum foreldrum í opna skjöldu þegar kvörtun um að barn þeirra leggi annað barn í einelti berast eyrum þeirra

undrast foreldrar e.t.v. síður. Verndartilfinning þegar barn manns er ásakað um neikvæða hegðun gerir oft vart við sig án tillits til hvort foreldrar trúa ásökununum. Enda þótt fyrstu viðbrögð einkennist af undrun og jafnvel vantrú vilja langflestir foreldrar að gengið sé strax í málið og að öll málsatvik verði upplýst. Ef ekki næst samvinna milli foreldra og skóla/félags leysist mál oft seint og illa. Í þessum málum sem öðrum erfiðum málum er varðar börn eru foreldrar lykilaðilar t.d. þegar grafast á fyrir um orsakir óæskilegrar hegðunar. Foreldrar eru einnig áhrifamestu fyrirmyndir barna sinna. Ef foreldrar horfast ekki í augu við meintan hlut barna sinna í kvörtunarmáli og neita að skoða það frekar eru með því að senda þeim „ákveðin skilaboð“.

Kvíði gerir vart við sig

Vissulega gerir kvíði oft vart við sig bæði hjá foreldrum og starfsfólki ef upp koma erfið mál eins og eineltismál. Þetta á helst við ef samskipti foreldra og stofnunar hafa verið lítil sem engin. Einnig ef saga er um átök og deilur og gagnkvæmt vantraust. Séu foreldrar ósáttir

við eitthvað í skóla/félagi barna sinna er það ábyrgð þeirra að láta vita af því og koma með uppbyggjandi ábendingar. Óánægja foreldra má ekki hindra samvinnu þegar greiða þarf úr erfiðum málum. Hagsmunir barnanna eru í húfi og byggjast á að foreldrar og skóli geti unnið saman að úrlausn allra mála.

Til foreldra

Ræðið ítrekað um góða samskiptahætti við börnin um að taka ekki þátt, vera ekki þögn vitni heldur láta vita. Einnig að: Fylgjast með vinahópi barna sinna, innbyrðis samskiptum Koma með ábendingar um hvað betur mætti fara t.d. Í leik-, grunnskóla, íþrótta- og tómstundastarfi. Forðast að vera meðvirk með barni sínu sem sýnt hefur neikvæða hegðun. Muna að það er í þágu geranda eineltis eins og þolanda að hin neikvæða hegðun stöðvast Umfram allt leita eftir og fagna öllu samstarfi og samvinnu við skóla eða íþrótta- og æskulýðsfélög barna sinna.

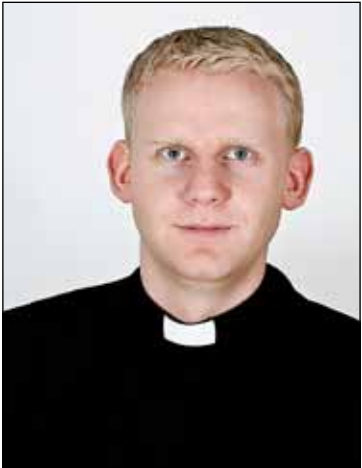
Kolbrún Baldursdóttir, sálfræðingur
www.kolbrunbaldurs.is

Sigrarinn dauðans sanni

— eftir Ólaf Jóhann Borgþórsson

Það líður að páska. Nú lifum við þann tíma sem kallaður er langa fasta, þar sem okkur er ætlað að íhuga píslarsögu, þjáningu og krossdauða frelsarans, við íhugum baráttu góðs og ills.

Þegar við lesum okkur í gegnum sögu heimsins að þá sjáum við oftsinnis að veraldarsagan er full af frásögnum af sigrum. Sigrar mikilla konunga og annar þjóðhöfðingja, stríðshetjur já og peningamanna. Það er raunar eftirtektavert um marga af þeim sigrum, hvernig þeir hafa svo snúist í ósigur. Svo er reyndar um flest svonefnd mikilmenni sögunnar og um yfirburða þjóðir þessa heims. Þær hafa bælt undir sig þjóðir og aukið mátt sinn og völd. Þær hafa getað látið minni og veikari þjóðir og einstaklinga vinna fyrir sig. En sagan talar ekki í augnablikum heldur í öldum. Og af því að sagan gefur okkur yfirsýn, þá sjáum við hvernig þvílíkir sigrar hafa jafnan oft leitt til ósigurs að lokum. Sterkir aðilar eru oft ekki sterkari en svo að þeir hafa ekki þolað sigurinn. Þannig sýnir mannlífið og sagan ótal dæmi um ósigrá í sigrum. Ekki höfum við eins mörg dæmi um hitt, það er að sigrar sem gerst hafi í ósigrum. En eina slíka frásögn eigum við. Og þá frásögn finnum við í píslarsögu frelsarans.



„Það er raunar eftirtektavert um marga af þeim sigrum, hvernig þeir hafa svo snúist í ósigur,“ segir Ólafur Jóhann Borgþórsson sóknarprestur í Seljasókn í páskahugleiðingu sinni.

Saga sem hefur verið túlkuð í gegnum aldirnar á svo margan hátt, passísálmum, bíómyndum, myndlist og jafnvel heilu sönngleikjunum. Enda er það líka svo að krossfestingin og undanfari hennar er mikilvæg í heims-sögunni og raunar gríðarlega þýðingarmikil fyrir alla kristna menn. Það var enginn dauðdagi hrikalegri heldur en krossfestingin. Hún var hin versta og

þjáningarmesta refsing sem hægt var að dæma nokkurn mann til og Jesús hlaut ekki aðeins dóm krossfestingar, heldur var hann og húðstrýktur, niðurlægður og hæddur. Hann var látinn bera kross sinn sjálfur á Golgata hæð.

Allt er á móti

Allt er á móti. Allt virðist vera ósigur. Vinirnir hafa flúið. Og umhverfis hljóma hæðnisköll og hróp frá krossfesturum og öðrum sem þar stóðu hjá: Hví hjálpar Guð þér ekki? Hvar er hann nú? Jafnvel annar þeirra sem með honum er kvalinn hrakyrðir hann og spottar. Þetta hefur verið sárt erfitt, já þarna birtist þjáningin í sinni sárustu mynd. En engu að síður býr að baki fullvissa frelsarans: Samt ert þú hinn heilagi, sem hjálpar og bjargar! Og það er einmitt það sem gefur okkur styrkinn í þeim mestu erfiðleikum og þyngstu raunum sem við þurfum að takast á við í okkar lífi að eiga þá fullvissu og þá trú að þá er hinn heilagi okkur við hlið. Í slíku felst styrkur trúarinnar að við getum sagt: Samt á ég Guð að, hvernig sem á móti blæs og hvernig sem allt snýst. Drottin, ég veit að þú styður og styrkir, blessar og bjargar – og þú þekkir á eigin raun hvað ég er að takast á við.

Sjaldan metnir af einum sigri

Sigurvegarnir sögunnar verða sjaldan mettir af einum sigri, vilja meiri völd og meiri mátt, í baráttu sinni hafa þeir litið niður á andstæðinga sinna og í brjósti ríkir oft en ekki hatur til óvina. Orðin á krossinum, faðir, fyrirgef þeim, því að þeir veita ekki hvað þeir gjöra, segir í rauninni meira en mörg orð. Hve sannur sigurvegari Kristur var á krossi, fyrirgef þeim.

Jesús Kristur þjáðist og dó okkar vegna, við vitum að Drottinn okkar, sá sem allt vald hefur á himni og á jörðu hefur þurft að þola allar þær ömurlegustu mannlegu hörmungar og þjáningar. Það gerði hann okkar vegna. En jafnvel þó dagurinn sé svartur að þá sjáum við samt í gegnum þessar þrengingar að Drottinn Jesús Kristur, tókst á við þjáninguna með sigurvissu í hug og hjarta. Hann er sigurvegarinn.

Vorið er komið í Fröken Júlíu

Mikið úrval af frábærum vor og sumarfatnaði á frábæru verði.

Enn má gera góð kaup á útsöluslám í göngugötu.

Sjón er sögu ríkari.

Verið velkomnar

Fröken Júlía
Mjódd - S. 557 5900

Fætur og fegurð
FÓTAAÐGERÐA- NUDD- OG SNYRTISTOFA



Nýir eigendur þakka frábærar viðtökur og bjóða **15% afslátt** af öllum meðferðum út mars! Við tökum vel á móti ykkur.

Berglind Ösp Jónsdóttir
snyrti- og fóttaaðgerðafræðingur

Erla Sigurfljóð Olgeirsdóttir
fóttaaðgerðafræðingur

Fætur og fegurð | Lóuhólum 2-4 | Hólagarði | Sími 557 5959

[comfort zone]

ARTDECO



Helgiöld í Fella- og Hólakirkju um Bænadagana og Páska

Pálmásunnudag

fermingarguðsþjónusta kl. 11 í Hólabrekkusókn.

Prestur Guðmundur Karl Ágústsson.

Á sama tíma er sunnudagaskóli í umsjón Péturs og Hreins.

Skírdagur.

Fermingarguðsþjónusta kl. 11 í Fellasókn. Prestur Svavar Stefánsson.

Skírdagur.

Fermingarguðsþjónusta Kl. 14 í Hólabrekkusókn. Prestur Guðmundur Karl Ágústsson.

Föstudaginn langi.

Guðsþjónusta kl. 11. Prestur Svavar Stefánsson.

Páskadag.

Hátíðarguðsþjónusta kl. 08. Prestur Guðmundur Karl Ágústsson prédikar og þjónar fyrir altari ásamt sr. Svavari Stefánssyni og Kristínu Kristjánsdóttur djákna.

Sunnudagaskólinn á sama tíma í umsjá Péturs og Hreins.

Boðið er upp á páskaeggjaleit.

Á páskadagsmorgun er boðið er upp á morgunmat í safnaðarheimili að lokinni hátíðarguðsþjónustu. Meðhjálparar og kirkjuverðir eru Kristín Ingólfsdóttir og Jóhanna Freyja Björnsdóttir.

Kór Fella- og Hólakirkju syngur við allar athafnirnar.

Organisti Eypór Franzson Wechner.

Verið hjartanlega velkomin í kirkjuna!

Gleðilega páska!

Verið hjartanlega velkomin í kirkjuna!

Góð byrjun í Lengjubikarnum

Leiknismenn undirbúa sig nú að krafti fyrir Pepsi deildina sem hefst 3. maí þegar okkar menn mæta Val að Hlíðarenda.

Leiknismenn leika í A-deild Lengjubikarsins og hafa leikið þegar þetta er skrifað fimm leiki. Mótið byrjaði með 2-1 sigri gegn Fram og næstir voru Gróttá sem voru sigraðir 4-2. Víkingar voru andstæðingar okkar í þriðja leik en þar höfðu okkar menn

betur 3-0. KA menn komu svo í heimsókn í fjórða leik en eftir að hafa lent 2-0 undir komu okkar menn til baka og unnu 3-2 sigur. KR ingar voru loks fyrstir til að leggja Leikni að velli þegar þeir unnu 2-1. Eftir fimm leiki er liðið efst með 12 stig. Flott byrjun en það er enn mánuður í mót og því þarf að halda vel á spöðunum og ná framförum í hverjum leik.

Hilmar Árni æfði með Lyngby

Hilmar Árni Halldórsson leikmaður meistaraflokks Leiknis hélt á dögum utan til Danmerkur þar sem hann æfði með danska 1. deildar liðinu Lyngby.

Lyngby er sem stendur á toppi dönsku 1. deildarinnar og stefnir hraðbyr upp í úrvalsdeild. Hilmar leikur sem sóknarmaður í Leiknisliðinu og er fæddur árið 1992. Hann uppalinn

Leiknismaður og hefur auk þess verið í afreksstarfi Leiknis og Krónunnar undanfarin ár. Hilmar var valinn besti leikmaður 1. deildar eftir síðasta tímabil. Þjálfarar Lyngby höfðu séð Hilmar spila með Leikni og höfðu áhuga á að fá leikmanninn til æfinga og skoða hann betur. Hilmar kemur reynslunni ríkari heim og sú reynsla á eftir að nýfast Leikni í Pepsi deildinni í sumar.

Leiknisstrákar æfðu með U16

Daniel Finns Matthíasson og Sævar Atli Magnússon æfðu nýlega með U16 ára landsliði Íslands. Hópurinn sem æfði voru 32 leikmenn en fyrst voru 64 leikmenn boðaðir til æfinga.

Okkar strákar eru enn inni sem er flottur árangur hjá þeim. Daniel leikur sem vinstri

kantmaður og er fæddur 2000. Sævar leikur sem miðjumaður eða framherji og er einnig fæddur 2000. Báðir leika þeir með þriðja flokki Leiknis og eru hluti af afreksstarfi Leiknis og Krónunnar. Flott hjá strákunum og vonum að þeir haldi áfram að æfa vel og bæta sig.

Köku- og brauðbasar í göngugötunni í Mjódd

Fimmtudaginn 26. mars n.k. verður Lionsklúbburinn Engey með köku- og brauðbasar í göngugötunni í Mjódd til styrktar Hjartadeild Landspítalans til kaupa á hjartapræðingartæki.

★ www.tattoo.is ★

simi : 7722171

Arnarbakki 2

CLASSIC TATTOO

REYKJAVÍK

Opið 12:00-19:00 mánudaga til föstudaga

★ tattoo@tattoo.is ★

Graenir

SKÁTAR

– við elskum dósir!

Söfnunarkassar í þínu hverfi eru m.a. við:
Arnarbakka • Austurberg • Seljaskóla

Getraunarnr. 111

www.leiknir.com

Leiknir var stofnað 1973

Austurbergi 1, Efra Breiðholti

Kraftur í karatedeild Leiknis

Mikill kraftur hefur verið í starfsemi karatedeildar Leiknis undanfarin misseri og sendi Leiknir fríðan hóp á Íslandsmeistaramót barna og unglunga sem haldið var í Smáranum, íþróttahúsi Breiðabliks laugardaginn 21 febrúar sl. Karatedeild Leiknis var stofnuð árið 2011. Þjálfari hennar er Vicente Carrasco og var um árabil einnig þjálfari karatedeildar Víkings.

Í unglingaflokki tóku þátt yfir 110 einstaklingar og 25 lið frá 11 félögum. Keppt var í 10 einstaklingsflokkum stráka og stelpna ásamt þrem flokkum í sveitakeppni. Fyrir Leiknir kepptu sjö unglingar og náðu fimm þeirra verðlaunasæti, auk þess sem Leiknir varð í 3. sæti í heildarkeppni félaga.

Verðlaunahafar Leiknis í unglinga-flokki eru:

Aron Anh Ky Huynh sem varð Íslandsmeistari í flokki 16 til 17 ára pílta.

Mary Jane P. Rafael sem varð Íslandsmeistari í flokki 15 ára stúlkna.

Kamilla Buraczewska sem hlaut silfurverðlaun í flokki 13 ára stúlkna.

Kristrún Birgisdóttir sem hlaut silfurverðlaun í flokki 12 ára stúlkna.

Mary Jane P. Rafael, Aron Anh Ky Huynh og Mattías Bijan Montazeri sem hlutu bronsverðlaun í hópkata 16-17 á unglunga.



Ungir karatekrakkar úr Leikni með verðlaunin sín.



Í barnaflokki tóku þátt yfir 160 einstaklingar og 35 lið. Keppt var í fjórum einstaklingsflokkum barna ásamt 2 flokkum í sveitakeppni. Fyrir Leiknir kepptu 15 börn og náðu níu þeirra verðlaunasæti, auk þess sem Leiknir varð í 2. sæti í heildarkeppni félaga.

Verðlaunahafar Leiknis í barnaflokki eru:

Ásthildur Jónsdóttir sem hlaut silfurverðlaun í flokki 11 ára barna.

Alexander Kaber Bendtsen sem hlaut bronsverðlaun í flokki 11 ára barna.

Daníel Blær Þórisson sem hlaut bronsverðlaun í flokki 10 ára barna.

Vincent Louie P. Rafael sem hlaut bronsverðlaun í flokki 9 ára barna.

Mía Duric sem hlaut bronsverðlaun í flokki 8 ára barna.

Daníel Blær Þórisson, Abaragethan Nada Gajendran og



Lárus Guðni Svavarsson sem hlutu bronsverðlaun í hópkata í flokki 10-11 ára barna.

Daniel Sean Hayes, Vincent Louie P. Rafael og Agatha Ólafsdóttir sem urðu Íslandsmeistarar í flokki 9 ára barna.

Stígvél á alla fjölskylduna

STÍGVÉLABÚÐIN

nOKIAN

FOOTWEAR

Álfabakka 14a í Mjódd • 109 Reykjavík • Sími: 527 1519

Nýr formaður og nýir leikmenn knattspyrnudeildar ÍR

Árni Birgisson var kosinn nýr formaður knattspyrnudeildar ÍR á nýafstöðnum aðalafundi. Með honum í stjórn voru kosnir Sveinn Sveinsson, Runólfur Sveinsson, Guðmundur Axel Hanson, Hrólfur Sumarliðason. Ný stjórn hefur þegar gert samstarfssamning við Dominos og nokkrir nýir leikmenn í meistaraflokki karla og kvenna hafa skrifað undir samninga við félagið.

Meðal þeirra eru Andri Már Hermannsson 22 ára sóknarmaður sem kemur frá Selfossi þar sem hann spilaði í 1. deildinni síðasta sumar en hann er uppalinn Fylkismaður og lék með þeim í efstu deild. Miðjumaðurinn Styrmi Erlendsson 22 ára sem er uppalinn hjá Fylki skrifaði undir 2ja ára samning við ÍR. Hann var á láni hjá ÍR seinni hluta sumarsins 2013 og stóð sig gríðarlega vel. Áður hefur Styrmir spilað með Fylki í efstu deild árin 2011 og 2012. Þriðji Fylkismaðurinn hinn 22 ára vinstri bakvörður Benedikt Óli Breiðdal skrifaði einnig undir 2ja ára samning við ÍR. Þá hefur varnarmaðurinn knái Þorsteinn Jóhannsson gengið til liðs við ÍR-inga og skrifað undir 2ja



Ástrós Eidsdóttir



Benedikt Óli Breiðdal



Þorsteinn Jóhannsson

ára samning. Þorsteinn hefur alla tíð spilað með Sindra, og var fastamaður og jafnframt fyrirliði liðsins síðasta sumar. Meistaraflokkur kvenna í knattspyrnu hefur einnig fengið góðan liðsstyrk fyrir komandi keppnistímabil. Framherjinn Ástrós Eidsdóttir hefur gengið til liðs við ÍR-inga. Ástrós er 25 ára gömul, uppalin á Grundarfirði, en hefur síðustu ár spilað með Fjarðabyggð.

Sex ÍR-ingar í unglingalandsliðshópum í körfubolta

Landsliðsþjálfarar yngri landsliða KKÍ hafa nú fækkað leikmönnum í æfingahópum sínum með þeim leikmönnum sem munu skipa landslið sumarsins 2015. ÍR statar af því að eiga sexleikmenn í þessum hópum sem eru frábær tíðindi og bera vott um gott unglingastarf ÍR í körfubolta.

Í 20 manna hópi U15 hafa

verið valdir þeir Ingvar Hrafn Þorsteinsson og Einar Gísli Gíslason. Í 18 manna hópi U16 voru valdir þeir Haraldur Bjarni Davíðsson, Skúli Kristjánsson og Hákon Örn Hjálmarsson. Í 18 manna hóp U18 var Sæþór Elmar Kristjánsson valin. Það er stórt og mikið landsliðssumar framundan en U15 mun leika á Copenhagen Invitational og U16 og U18 munu

taka þátt í Norðurlandamótum yngri landsliða og einnig EM yngri landsliða síðar í sumar. Endanlegir hópar verða svo valdir í lok mars. Full ástæða er til að óska þessum efnilegu körfuknattleiksmönnum til hamingju með valið og óska þeim góðs gengis á næstu vikum og mánuðum.



Fréttir

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

ÍR-ingar áfram í efstu deild í körfubolta



Fullt hús á leik ÍR og Skallagríms.

Karlalið ÍR í körfubolta gjör-sigraði lið Skallagríms í uppgjöri liðanna um áframhaldandi veru í úrvalsdeild þegar liðin mættust í troðfullum Hertz hellinum. Gríðarleg stemmning var á leiknum þar sem bæði leikmenn ÍR og stuðningsmenn höfðu yfirburði í leik sem endaði 99-73.

Eftir að hafa misst tvo lykilmenn í upphafi tímabilsins og tapað röð leikja með minnsta mun eða eftir framlengingar stóð ÍR liðið höllum fæti seinni hluta mótsins. Þrátt fyrir að vera í fallbaráttu gat ekkert lið í deildinni bókað sigur gegn ÍR og er

skemmts að minnast leiks liðsins gegn deildarmeisturum KR sem fór í tvær framlengingar áður en KR náði sigri. ÍR-liðið var svo sannarlega búið að vinna fyrir sigrinum gegn Skallagrími og sannaði þar að liðið er í allt öðrum gæðaflokki en falllið Skallagríms. Mikill hugur er í leikmönnum og þjálfurum liðsins að byggja á þeim grunni sem lagður var í vetur og stefna á að komast í úrslitakeppni átta bestu á næsta ári sem ekki hefur gerst síðan 2009. Síðan 2001 þegar liðið vann sér rétt að nýju til keppni í efstu deild hefur það best náð 6. sæti og stefnan sett herra fyrir næstu leiktíð.

Þrír náðu lágmarki á EM í frjálsum

Aníta Hinriksdóttir varð í 5. sæti í 800 m í úrslitahlaupinu á EM sem fram fór í Prag 6. 8. mars. Þetta er glæsilegur árangur í keppni fullorðinna og í fyrsta sinn sem hún kemst í úrslit á slíku stórmóti.

Aníta hafði áður hlaupið tvö hlaup, dag eftir dag og setti nýtt Íslands- og Evrópumet unglinga, 2:00,56 í fyrsta hlaupinu. Aníta hljóp glæsilega í öllum þremur hlaupunum; 2:00,56 mín, 2:02,31 mín og í úrslitunum 2:02,74 mín. Taktíkin í síðast hlaupinu var nokkuð frábrugðin hinum tveimur en þar leiddi Aníta. Úrslitahlaupið var heldur rólegra framanaf en svo var endasprenninn geysihraður en

þessi taktík hentar Anítu síður en hröð byrjun. Mikil og góð reynsla sem Aníta og Gunnar Páll öðluðust á þessu mót og hreint glæsilegur árangur. Þrír ÍR-ingar náðu lágmarki á EM í frjálsíþróttum en alls náðu sex Íslendingar lágmarki. Hrafnhild Eir Hermóðsdóttir keppti í 60 m hlaupi, hljóp mjög vel í sterkasta riðli undanrásanna og sannaði að nýlegt Íslandsmet hennar var engin tilviljun en hún var aðeins 2/100 frá sínu besta. Einar Daða Lárusson náði lágmarki í sjöþraut en gat því miður ekki keppt vegna veikinda. Þjálfararnir Gunnar Páll Jóakimsson og Þráinn Hafsteinsson voru tveir af þremur þjálfurum sem fóru með hópnum.

ÍR- og Leiknisvörur í úrvali

Enskar fótboltavörur

Leikföng í úrvali

Leiksport

Sími 5575020

Hólagarði



Sími: 588 9705
www.skautaholl.is

Opnunartímar:

Mánud. Þriðjud og Miðvikud.

12:00 til 15:00

Fimmtudaga

12:00 til 15:00 og 17:00 til 19:30

Föstudaga

13:00 til 19:30

Laugardaga og Sunnudaga

13:00 til 18:00

Skólar og sérhópar: Mánudag til föstudags
10:00 til 15:00



GETRAUNANÚMER

ÍR ER 109

Mikil sala í Breiðholti

við viljum vinna fyrir þig



Hafðu samband og fáðu vandað

Frítt
verðmat

510 7900
Fastlind.is


FASTEIGNASALA

Uppspretta ánægjulegra viðskipta