

Breiðholtsblaðið

Dreift frítt í öll hús í Breiðholti

OKTÓBER 2014

10. tbl. 21. árg.



S. 581 15 15

3 staðir 1 símanúmer

Gnoðaryogi 44 - Ánanaustum og Eddufelli 6



Hólagarði og Arnarbakka



Haldið heim á leið með bækur í tösku en nú stendur yfir sérstakt verkefni í leikskólanum Ösp í Breiðholti sem heitir tungumálataskan og miðast við að efla orðaforða og málskilning barna. Sjá nánar á bls 10.

Lyfjaval

APÓTEK
ÁLFTAMÝRI • MJÓDD

BÍLAAPÓTEK
HÆÐASMÁRA 4
opið 10-23 alla daga



PANTABU Á DOMINOS.IS

DOMINO'S APP SÍMI 58 12345

Opið allan sólarhringinn
í Engihjalla, Vesturbergi og Arnarbakka



Iceland

„Auðvitað er stórt skref að kaupa íbúð“

Allt sem skiptir máli um íbúðalán á landsbankinn.is/istuttumali

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

Fjallalamb
Lambahryggur frosinn
Verð áður 2.298 kr./kg.
Verð núna 1.598 kr./kg.

Ísfugl
Heill Kjúklingur
Verð áður 1.149 kr./kg.
Verð núna 898 kr./kg.

Vetrartilboð

Coke Zero 2 lítra
Verð áður 314 kr.
Verð núna 249 kr.

Toppur 2 lítra
Verð áður 314 kr.
Verð núna 189 kr.

MS
Skólajógút
allar gerðir
Verð áður 104 kr.
Verð núna 89 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.

10. tbl. 21. árgangur

Breiðholtsblaðið er dreift frítt í öll hús í Breiðholti

Skilningur á samfélaginu

Íslendingar eru víðförlir. Þeir hafa ferðast til flestra landa veraldar og búið víða um lengri eða skemmri tíma. Íslendingum þykir sjálfsagt að geta farið um heiminn gíst og búið, numið og starfað á meðal annarra þjóða. Þeir líta á það sem hluta af sjálfsögðum mannréttindum. Íslendingar eru líka fremur lagnir við að semja sig að síðum annarra. Þótt þeir hafi haldið og haldi stundum enn í þjóðlegar hefðir á erlendum grundum minnst þeir þeirra fremur á tyllidögum en að um daglegar venjur sé að ræða. Þetta hefur gert þá að auðfúsum gestum um víða veröld.

Líkt er um marga aðra og þar á meðal þá sem hingað koma til að búa, nema og starfa. Fólk semur sig að síðum og venjum þeirra sem það býr á meðal. Vissulega fer nokkuð eftir menningarheimum hvernig fólki gengur að taka upp aðra siði. Fastheldnin á hið fyrra getur verið misjöfn. Einkum þegar daglegt líf fólks hefur stjórnað í meira mæli af trúarskoðunum en minna.

Af þeim sökum og öðrum er nauðsynlegt að taka vel á móti fólki og aðstoða það eftir mætti við að aðlagast íslenskum veruleika. Mörgum aðfluttum reynist erfitt að læra íslenska tungu. Margir Íslendingar einkum af yngri kynslóðum eru auk þess bjargálna á enskri tungu og grípa gjarnan til hennar þegar ræða þarf við fólk af öðrum þjóðernum.

Á ráðstefnu sem haldin var í Gerðubergi á dögunum og fjallað er um hér í blaðinu var lögð áhersla á nauðsyn þess að fólk festi rætur í nýjum heimkynnum – nýju samfélagi. Mirela Protopaba, sem er af albönskum ættum fjallaði þar um mikilvægi þess að sýna frumkvæði í stuðningi við innflytjendur ekki aðeins gagnvart hælisleitendum eða flóttamönnum heldur öllum innflytjendum. Hún sagði að upplýsingar þurfi að vera aðgengilegar og mikilvægt sé að innflytjendur geti leitað eftir ráðgjöf og þjónustu á tungumáli sem þeir skilja, sérstaklega í upphafi. Skilningur á samfélaginu og sú upplifun að fólki standi til boða stuðningur er forsenda virkrar þátttöku í samfélaginu sem og áhuga á íslenskunámi.

Hér skal tekið undir orð Mirelu. Skilningur á hinu nýja samfélagi er fyrir öllu og að geta náð tökum á því tungumáli sem talað er í nýjum heimkynnum – nýju landi. Með því er hægt að forðast vanda sem margar þjóðir hafa lent í vegna aðflutninga fólks frá öðrum löndum, tungumála- og menningarsvæðum. Þessu á jafn víðförul þjóð og Íslendingar að átta sig á.

Breiðholtsbylgjan

í annað sinn

Breiðholtsbylgjan er nú haldin annað árið í röð. Á þessum sameiginlega starfsdegi allra fagsviða Reykjavíkurborgar var boðið upp á fjölmargar vinnusmiðjur, svo sem um markmiðssetningu, mannréttindi og staðalmyndir, gildi íþróttar og vellíðan í starfi. Fagvettvangurinn er töluvert fjölmennari en í fyrra enda var nú fleirum boðið að vera með, starfsmönnum í Fjölbreytiskólanum í Breiðholti, fulltrúum kirkju, íþróttafélaga og fleiri stofnana.

Dagur B. Eggertsson borgarstjóri ávarpaði þátttakendur við setningu Breiðholtsbylgju og sagði meðal annars að slíkur þverfaglegur fagvettvangur styrkti innviði allrar grunnþjónustu í Breiðholti, efldi starfsfólkið faglega og skapaði ný tengsl fyrir hvern og einn innan hverfisins og borgarkerfisins. Á eftir borgarstjóra steig Þorsteinn Gunnarsson leikari á svið og fór með gamanmál, meðal annars um það þegar hann sjálfur var bæjarstarfsmaður. Þeir sem stjórnðu fagsmiðjunum á



Þorsteinn Guðmundsson var með líflegt uppistand áður en vinna í fagsmiðjum hófst. Hér hlíða þátttakendur á Þorstein.

Breiðholtsbylgjunni eru flestir starfsmenn borgarinnar þannig að um skemmtilega þekkingarmiðlun á jafnréttisgrundvelli var að ræða.

Breiðholtsbylgjan snýst fyrst og fremst um að fólk fær tækifæri

til að hittast og eiga faglega umræðu þvert á fagsvið borgarinnar. Allt rímar það við áherslur í Breiðholtsverkefninu svokallaða sem snýst um valdeflingu, samþættingu og framþróun í hverfinu.

Reykjavík fjölmenningsborg

Reykjavíkurborg hefur sótt um aðild að verkefninu Fjölmenningsborgir (e. Intercultural Cities) sem rekið er af Evrópuráðinu. Verkefnið styður borgir í að endurskoða stefnu-mótun út frá sjónarhorni fjölmennings í þeim tilgangi að móta heildstæða fjölmenningsstefnu. Markmiðið er að gera borgunum betur kleift að stýra fjölbreytileikanum í jákvæðar áttir og nýta sér þau auknu gæði sem fjölbreytileikinn felur í sér. Í Breiðholti er að finna eitt fjölmennasta fjölmenningsarsamfélag hér á landi.

Fulltrúar Evrópuráðsins eru nú staddir hér á landi til að kynna sér aðstæður. Í heimsókn sinni í Reykjavík hafa þau meðal annars fundað með borgarstjóra og borgarfulltrúum, grasrótarsamtökum, háskólasamfélaginu, heimsótt skóla og stofnanir og haldið kynningu um verkefnið á opnum fundi í Ráðhúsi Reykjavíkur. Borgir sem sækja um að verða fjölmenningsborgir svara ítarlegum spurningalista um margbreytileika og hvernig tekist er á við þarfir fólks með ólíkan uppruna. Meðal spurningar sem þarf að svara er:

Er fólk af erlendum uppruna að taka þátt í stjórnmálum, samfélagsumræðu og ákvarðanatöku? Ef svo er, hvernig? Hver eru helstu áhyggjuefni ólíkra minnihlutahópa? Eru fjölmiðlar með fjölmenningsstefnu? Ef svo er, hver er stefnan? Ef ekki, af hverju ekki? Hafa verið verkefni sem hvetja til samtala, samskipta, vitundarvakningar og sáttamiðlunar? Þetta er aðeins brot af þeim spurningum sem þarf að svara. Reykjavíkurborg hefur svarað spurningalistanum varðandi stöðu mála og hefur fengið niðurstöður þeirrar mælingar.



Fulltrúar Evrópuráðsverkefnisins Fjölmenningsborgir ásamt mannréttindastjóra: F.v. Anna Kristinsdóttir, mannréttindastjóri, Phil Woods, Oliver Freeman og Irena Guidikova.



HEILSUSKÓLI TANYU

Ný 4-víkna námskeið hefst
27. október.
Kvennaleikfimi kl. 6.00 á
mánu-, miðviku- og föstudögum.
Aðhald kl. 17.10 á mánu-, miðviku-
og föstudögum.
Zumba
Fitness/Toning/Sentao/Step
kl. 18.10 á mánu-, miðviku- og
föstudögum.
Verð 14.900.
Sendu skilaboð til að skrá þig.
Heilsuskóli Tanyu
Smíðjuvegi 4
tanyadans@gmail.com





Pangbakka 10 (MJÓDD) • Sími: 557-2053

GEGGJAÐ TILBOÐ!

*Thin & Crispy eða Deep Pan pizza
og Coke*



Coke 0,5 l og pizza 498 kr.

Coke 1,0 l og pizza 548 kr.

Coke 2,0 l og pizza 598 kr.



OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN
ICELAND, ENGIHJALLA,
VESTURBERGI OG ARNARBAKKA

Iceland

VIÐTALIÐ

Ég get ekkert annað en hlakkað til

Leiknir er kominn í Pepsi deildina í fyrsta skipti. Af þeim sökum verður fimmtudagurinn 4. september sl. lengi í minnum hafður en þá tryggði félagið sér sæti í deild þeirra bestu árið 2015. „Litla félagið með stóra hjartað er komið í deild þeirra bestu eftir um 40 ára baráttu í neðrideildum íslenskrar knattspyrnu,“ segir Davíð Snorri Jónasson sem er annar þjálfara Leiknis. Saga Leiknis er engin bein braut. Omælar stundir eru að baki þessum árangri – bæði við uppbyggingu knattspyrnunnar og reksturs félagsins. Davíð Snorri spjallar við Breiðholtsblaðið að þessu sinni. Fyrst var hann inntur eftir því hvort hann sé Breiðhylltingur.

„Ég er Breiðhylltingur í húð og hár, flutti þangað með foreldrum mínum þegar ég var tveggja ára. Öll uppeldissaga mín er því í þessu hverfi og lífssaga fram á þennan dag. Við bjuggum í Vestur-berginu til að byrja með en fluttum síðar í Keilufellið. Nú er ég aftur fluttur í Vesturbergið og geri ráð fyrir að búa þar áfram þannig að ég er búinn að fara einn hring í Efra Breiðholtinu.“ Davíð Snorri hóf skólagönguna í Suðurborg og fór síðar í Hólaborg. Þá tók Hólabrekkuskóinn við og síðan FB. „Mér fannst ekki annað koma til greina en halda skólagöngunni áfram á heimaslóð þótt sumir sem ég þekkti héldu annað. Ég er það mikill Breiðhylltingur. Ég fór þannig séð ekki út úr hverfinu fyrr en ég fór í Háskóla Íslands. Ég fór í kennaradeildina og því varð Stakkahlíðin eða gamli KHÍ viðkomustaður minn um tíma en það varð aðeins tímabundið því þegar ég fór að starfa að náminu loknu varð gamli skólinn minn Hólabrekkuskóli fyrir valinu. Ég er að þjálfra hjá Leikni en auk þess kenni ég í Hólabrekkuskóla og á Framabraut FB. Því er allur vettvangur minn í Efra Breiðholtinu.“

Bær og perla í borginni

Davíð Snorri segir Breiðholtið vera bæ í borginni „Þetta hverfi hefur allt sem maður þarf og fyrir mér er mjög jákvætt að þurfa ekki að fara úr umhverfinu til daglegra athafna. Ég get gengið til allra minna starfa hvort sem er í Leikni, FB eða Hólabrekkuskóla. Maður er ekki lengur en fimm mínútur að komast leiða sinna enda stutt í alla þjónustu, hvort það sé verslun, menningarmiðstöð, heilsugæslu eða hreyfingu. Davíð Snorri segir að börn hafi löngum sett svip á Efra Breiðholtið enda umhverfið ákaflega barnvænt. „Þegar ég var að alast upp var allt fullt af krökkum. Svo fækkaði þeim talsvert eins og gjarnan gerist þegar börn einnar kynslóðar eldast en nú þeim farið að fjölga aftur. Það er komin ný kynslóð. Ungt fólk sem er að ala börnin sín upp hér. Sumt af þessu fólk er fætt hér og alið upp en annað hefur flutt hingað. Ég er ekkert hissa á því að fjölskyldufólk kjósi að koma hingað. Þetta hverfi er ákaflega barnvænt og ekkert mál fyrir börnin að ganga í skólann og aðra þjónustu – nú eða yfir til okkar í Leikni,“ bætir hann við. „Nú erum við Dagbjört (Steinarsdóttir) sambyliskona mín farin að huga að fyrstu íbúðarkaupunum. Hún er úr Seljahverfinu og stýrir unglingastarfinu í HundraðogEllefu og hefur engan áhuga frekar en ég að flytja úr Breiðholtinu.“ Davíð Snorri kveðst líta á Breiðholtið sem perlu í borginni. „Við höfum fengið íslenska og erlenda gesti. Leikmenn og aðra sem hafa komið vegna fótboltans. Þessir menn hafa kunnað ákaflega vel við sig hér Efra og ef í tal hefur borist að hverfið hafi ekki haft gott orð á sér verða þeir forvið. Skilja ekki hvað fólk hefur á móti þessari byggð. Breiðholtið er bæði landfræðilega vel afmarkað og einnig að mestu vel skipulagt. Með árunum hefur þróast gott mannlíf í þeim hverfishlutum sem



Davíð Snorri Jónasson og að sjálfssögðu er Efra Breiðholtið í baksýn.

stundum voru til umræðu. En Breiðholtið er að ég held staður sem fólk þarf að vera á og þekkja til þess að skynja kostina og finna perluna sem það er.“

Úrvalsdeildin hefur alltaf verið takmarkið

Talið berst að hverfisfélaginu Leikni – Litla félaginu með stóra hjartað eins og Davíð kemst oft skemmtilega að orði. Fæddist hann inn í Leikni eins og næstum því inn í Breiðholtið. „Já – það má kannski segja það. Ég datt inn í Leikni þegar ég var sex ára. Þá fór ég á mína fyrstu fótboltaæfingu ásamt félögum mínum – skemmtilega æfingu með sjöunda flokki. Skemmtilegt til þess að hugsa þegar ég kom á mínu fyrstu æfingu var verið að spila í leikstöðum og ég var spurður hvaða stöðu ég spilaði. Ég sagði sókn að sjálfssögðu en var þá settur í vörn.

Ég sé þetta ekki gerast í dag hjá 6 ára barni sem kemur á æfingu,“ segir Davíð og hlær. „Fljótlega eftir það fór ég með félögum mínum á Lottómót á Akranesi og eftir það varð ekki aftur snúið. Ég hef alltaf spilað með Leikni utan eitt sumar þegar ég var 14 ára fór að vinna í Ólafsvík en ég á fjölskyldutengsl þangað. Mér hefur aldrei fundist neitt annað koma til greina en Leiknir. Leiknir er félagið mitt og ég hef alltaf lagt allan metnað minn í það.“ Leiknir er stofnað 1973 og rekstur félagsins var mjög erfiður framan af. Ef ég man rétt var fyrsta skrifstofan í sendibíl. Gamli Leikniskofinn hýsti starfsemi okkar í mörg ár eftir það og síðan þessi góða aðstaða sem við höfum í dag. Mikið af fólki hefur barist fyrir tilveru Leiknis frá stofnun og gengið í gegnum súrt og sætt við að halda hverfisfélaginu á lífi. Breiðhylltingar eiga þessu frábæra

fólki mikið að þakka í dag og verður starf þeirra ávallt minnst af mikill virðingu. Ég myndi segja Leiknir hafi verið á tímamótum í í kringum aldarmótin þegar ný stjórn tók yfir félagið. Sá hópur fólks hefur leitt liðið úr neðstu deild upp í deild þeirra bestu ásamt því að umbylta rekstri félagsins úr miklum skuldum í hagnað. Þegar verst lét var mikil pressa á að sameina félagið ÍR en Efri Breiðhylltingar létu sig ekki og tóku bara til óspilltra málanna að greiða úr vandanum og halda uppbyggingunni áfram. Við höfum líka haldið okkur að mestu við fótboltann á meðan ÍR hefur verið að vinna á mjög breiðum vettvangi sem auðvitað er nauðsynlegt starf.“

Ög nú er Leiknir komið í úrvalsdeildina eftir að hafa unnið sig upp svona skref fyrir skref. Davíð tók við Leikni árið 2013 ásamt Frey Alexanderssyni sem

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

Næg bílastæði
VELKOMIN

Mjóddin



Davíð Snorri með samstarfsfólki hjá Leikni.

er einnig uppalinn Leiknismaður. Samstarf okkar hefur verið mjög gott og á ég Frey mikið að þakka. Hann hefur gert mig að miklu betri þjálfara og við vegum hvorn annan vel upp. Við settum okkur það markmið strax árið 2013 að komast í Úrvalsdeild með Leikni. Við máttum það þannig að með að halda í gildi Leiknis og virkja enn betur þennan kjarna leikmanna sem var fyrir hjá félaginu myndum við ná þessu markmiði. Það tókst í ár og er frábært fyrir Leikni og Breiðholtið í heild sinni.

Ég get ekkert annað en hlakkað til

Saga Leiknis er í stuttu máli frá aldarmótum sú að úr þriðju og neðstu deild upp í úrvalsdeild eða Pepsi deildina eins og hún heitir í dag. Davíð Snorri þakkar því mikilli samheldni, fórnfýsi og ástríðu félagsmanna fyrir félaginu. „Félagið tók þá ákvörðun þegar uppbyggingin

um aldarmótin hófst að byggja á okkar eigin innviðum, okkar fólki. Þjálfar strákana í hverfinu upp og gera þá að góðum fótþolta mönnum. Við höfum ekki haft efni á aðkeyptum leikmönnum nema að litlu leyti og þegar ég horfi til

baka held ég að gæfa okkar liggi að miklu leyti í því. Það sem gerðist í raun þegar félagið átti litla sem enga fjármuni og var að mönnum var gerð grein fyrir því að þeir strákar sem voru að koma upp hjá félaginu myndu fá sénsinn og tækifæri á að gera félagið betra. Aukin metnaður var færður í yngri flokka starfið og áhersla lögð á að skila enn betri leikmönnum upp í meistaraflokk félagsins. Menn tóku verkefninu af alvöru og uppistaðan í dag er sá hópur manna sem þarna fór af stað og er nú að spila eða vinna fyrir Leikni utan vallar. Okkar stefna og draumur er að byggja sem mest á eigin fólki eins og við höfum gert en vissulega er nauðsynlegt að fá utanaðkomandi fólk til þess að fá fleiri hugmyndir og breikka grunninn. Hvort tveggja er af hinu góða. Við höfum einnig góða reynslu af þeim sem komið hafa til okkar utan frá hafa bætt félagið og skilað góðum árangri. Ég geri ekkert annað en að horfa bjartsýnn fram á veginn. Við starfsliðið, leikmenn

og þeir sem standa að félaginu erum staðráðin í að gera okkar besta og gera Breiðhyltinga enn stoltari af hverfisfélaginu sínu. Stuðningurinn var góður í sumar og við búumst við enn fleiri Breiðhyltingar styðji við bakið á okkur í Pepsi deildinni næsta sumar því það verður hverfishátíð í Breiðholti í hvert skipti sem við eigum heimaleik.

Það eru spennandi tímar framundan fyrir okkur. Leiknismenn en umfram allt er nauðsynlegt fyrir okkur að halda áfram að leggja mikið á okkur, halda í gildin okkar og njóta ferðarinnar í gegnum næsta keppnistímabil. Ég get ekkert annað en hlakkað til,“ segir Davíð Snorri Jónasson annar þjálfara Leiknis.

Einkarekið apótek
Lágt lyfjaverð - góð þjónusta



Sogavegi við Réttarholtsveg
Opíð kl. 9-18 virka daga • Sími 5680990 • www.gardsapotek.is

Njótum haustsins

SPENNANDI HELGARTILBOÐ HVERJA HELGI!



SKAPAÐU HLÝLEIKA HEIMA
MEÐ FALLEGUM HAUSTPLÖNTUM
LUKTUM OG LJÓSASERÍUM

Skólahljóm- sveitin æfir með Sinfó

Skólahljómsveit Árbæjar og Breiðholts æfir með Sinfóníuhljómsveit Íslands. Rúnar Óskarsson hefur stýrt ungum og reyndari hljóðfæraleikurunum í völdum verkefnum sem útsett höfðu verið fyrir sameiginlegan flutning. Hljóðfæraleikar Sinfóníunnar tóku þeim yngri sérlega vel og klöppuðu þeim lof í lófa í lok æfingarinnar.

Þetta er hluti af stærra samstarfsverkefni Sinfóníunnar og skólahljómsveitarinnar sem hófst í vor með tónleikum sveitanna í Breiðholtsskóla og í Fylkishöll fyrir börn í Árbæjarskóla. Í desember leikur elsta sveit skólahljómsveitarinnar á jólatónleikum með Sinfóníuhljómsveit Íslands í Eldborg og í mars á næsta ári leika svo sveitirnar aftur saman á tónleikum og þá verða allir aldurshópar skólahljómsveitarinnar með. Stjórnandi skólahljómsveitarinnar er Snorri Heimisson og undirbýr hann nemendur ásamt kennurum fyrir samstarfið. Snorri hefur einnig útbúið efni fyrir hljóðfæraleikara Sinfóníunnar þannig að þeir geti mætt börnunum í útsetningum sem þau hafa vald á og auk þess pantað nýjar útsetningar fyrir þennan samleik. Einar Jónsson, stjórnandi skólahljómsveitar Grafarvogs, hefur útsett verkefni fyrir þetta samstarf með stuðningi þróunarsjóðs skóla- og frístundasviðs og er það von manna að þær útsetningar komi til með að nýtast fleirum. Allt er þetta verkefni svo undir stjórn Hjördísar Ástráðsdóttur, fræðslustjóra Sinfóníuhljómsveitar Íslands.

HOLLT OG GOTT Í HÁDEGINU



SPÍRAN
BORÐUM VEL

OPÍÐ TIL 21:00
ÖLL KVÖLD



GARDHEIMAR
Stekkjarbakka 6 • 540 3300 • gardheimar.is



Úr Breiðholti.

Aðalfundur Betra Breiðholts 12. nóv.

Aðalfundur íbúasamtakanna Betra Breiðholts verður haldinn í Gerðubergi miðvikudaginn 12. nóvember n.k. Á dagskrá fundarins verða að venju hefðbundin aðalfundarstörf. Skýrsla stjórnar og reikningar félagsins lagðir fram. Kosning til stjórnar og skoðunarmanna og önnur mál. Hverfisráð Breiðholts verður boðað á fundinn og er vonast til þess að þeir sjái sér fært að mæta. Leitast verður svara við spurningum íbúa og hafa íbúasamtökin undirbúið með nokkrum spurningum sem er ætlast til að fá svör við. Gert er ráð fyrir að gestir komi til að ræða við íbúana og svara einh-

verjum spurningum. Öllum borgarfulltrúum er einnig boðið til að mæta. Fundarstjóri verður Óskar Dýrmundur Ólafsson, hverfisstjóri í Breiðholti. Helgi Kristófersson formaður Betra Breiðholts segir að margt mjög ánægjulegt hafi verið gert í Breiðholtinu og íbúasamtökin hafi tekið á hlutum sem betur mætti fara og oft gengið vel. Með góðri þátttöku íbúa hverfisins með mætingu á aðalfund styrkir það samtökin í sinni vinnu. Því sé það von stjórnar samtakanna að það verði góð þátttaka og þannig þakkað fyrir þeirra framlag til hverfisins.

Leitað að hugmyndum um betri hverfi

Reykjavíkurborg leitar nú eftir hugmyndum frá íbúum að betri hverfum og eru frumlegar hugmyndir vel þegnar. Þetta er í fjórða sinn sem Reykjavíkurborg býður íbúum að leggja til hugmyndir að verkefnum í hverfum borgarinnar. Kosið verður á milli hugmynda borgarbúa í hverfakosningum á næsta ári.

Íbúar geta farið inn á samráðs-vefinn betrireykjavik.is frá og með 8.október og lagt þar inn hugmyndir sem fegra umhverfið og bæta ýmsa aðstöðu í hverfunum. Opið verður fyrir innsetningu hugmynda til 7. nóvember næstkomandi. Reykjavíkurborg mun leggja 300 milljónir króna til hverfapotta á næsta ári. Þessir peningar fara í að framkvæma hugmyndir sem borgarbúar leggja sjálfir til. Að auki sinnir borgin ýmsum nauðsynlegum viðhaldsverkefnum í hverfunum. Á síðustu þremur árum hafa íbúar komið með 1.350 hugmyndir að verkefnum í borgarhverfunum. Alls hefur borgin framkvæmt yfir 300 hugmyndir sem íbúar hafa komið með og síðan kosið í rafrænum hverfakosningum síðastliðin þrjú ár. Nú er verið að leggja lokahönd á 78 verkefni sem kosin voru á þessu ári í hverfum borgarinnar. Nokkur stór verkefni eru þó enn á undirbúningss-tigi. Á síðustu þremur árum hafa fjölmargir leikvællir barna verið



Unnið að lagfæringum í Breiðholti.

teknir í gegn. Nýir göngu- og hjólastígar hafa verið lagðir víða og gangstéttir endurnýjaðar. Sleðabrekkur hafa verið búnar til og sléttaðar, skautasvell á

Rauðavatni upplýst, hringtorg sett upp, frísbíggjvellir búnir til, áningarstaðir gerðir, vatnshöfnar settir upp og tré og runnar gróðursettir víða um borgina.

www.breiðholt.is

ÍSBÚÐIN
LÓUHÓLUM
Lóuhólum 6, 111 Reykjavík

Ísbúðin þín í Breiðholti

Opið frá 11:00 - 23:30 alla daga.

Kíktu við, sjáðu úrvalið og leyfðu okkur að koma þér skemmtilega á óvart.

Skráðu þig í ísklúbbinn á isbudin.is og þú færð frían ís á afmælisdaginn!

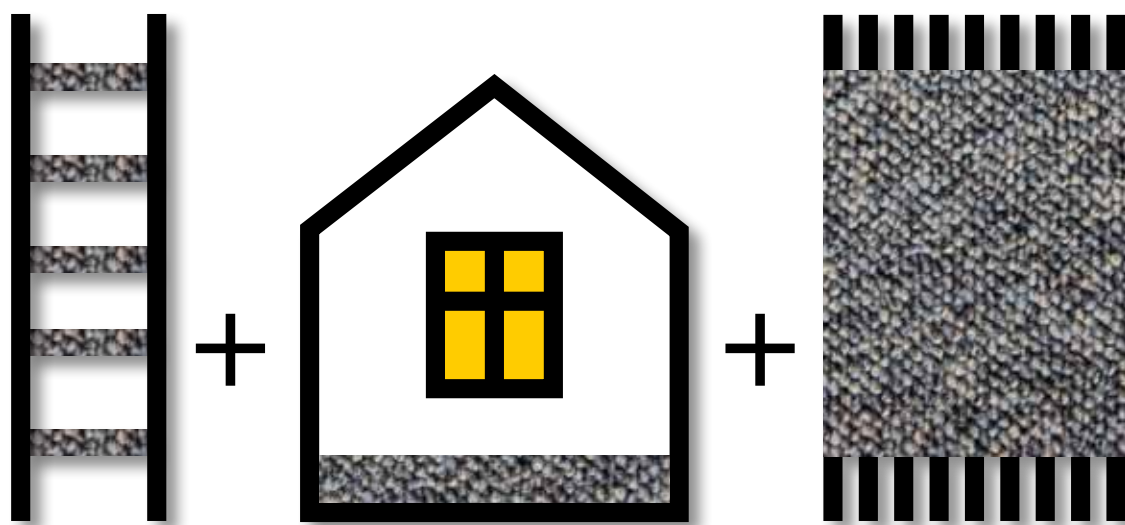
facebook.com/isbudinlouholum

Úrval af leikföngum - barnapeysur - barnabuxur húfur - vetlingar

Nýjar vörur væntanlegar • Lág verð við allra hæfi
Veitum persónulega þjónustu
Hjá okkur er heimilislegt yfirbragð • Verið velkomin



Álfabakka 12 (göngugötunni í Mjódd)
Sími: 571 9559



25 ára
reynsla

Stiga+húsa+teppi

Mikið úrval og litaval!

Viðurkennd gæðateppi, slitsterk, ofnæmisprófuð
og samþykkt af Mannvirkjastofnun.

Óhreinindavörn sem lengir líftíma teppanna
og léttir þrif.

Mælum og gerum tilboð
án skuldbindinga og kostnaðar

**PARKET
& GOLF**

Ármúli 32, 108 Reykjavík
Sími 568 1888
www.parketoggolf.is

Sérverslun með teppi og parket

Komdu með auglýsinguna og fáðu viðbótaraflátt!

Að festa rætur

Að festa rætur í íslensku samfélagi var á meðal viðfangsefna tveggja ráðstefna á vegum Menntun núna verkefnanna í Breiðholti og NV kjördæmi og Fjölmenningsarseturs undir yfirskriftinni „Íslenska og fjölmenningsar samfélagið“. Um 80 manns sóttu framhaldsráðstefnu sem haldin var í Gerðubergi í Breiðholti 10. október þar sem áherslan var á móttöku innflytjenda og fjölmenningu. Um 50 manns sóttu ráðstefnuna á Ísafirði 8. október sem fjallaði um mismunandi leiðir í íslenskunámi fyrir innflytjendur.

Nýleg rannsókn á vegum Fjölmenningsarsetursins sýnir að aðeins 12% innflytjenda telja sig tala góða íslensku en 88% meta kunnáttu sína lakari. Aðeins 25% innflytjenda telja sig hafa starf við hæfi og 75% segjast ekki vera í starfi sem hæfir menntun og reynslu. Flestir svara því til að ónæg íslenskukunnátta sé ástæðan fyrir því að þau eru ekki í starfi sem hæfir menntun þeirra og reynslu. 76% svarenda telja skort á íslenskukunnáttu vera ástæðu langtímaatvinnuleysi. Skort á enskukunnáttu nefna 18%, 26% nefna fordóma og 21% nefna erlent nafn. Þessar tölur sýna berlega hversu mikilvægt er að veita innflytjendum lykilið að tungumálinu með öllum tiltækum ráðum, auka stuðning við innflytjendur og tryggja að við viðurkennum og nýtum þekkingu innflytjenda í samfélaginu.

Menntun núna verkefnin í Breiðholti og NV kjördæmi vinna nú að þróun móttökuvíðtals til handa innflytjendum og hafa leitað eftir samstarfi við Innflytjendaráð, Fjölmenningsarsetur og fleiri um þróun verkefnisins.

Undirbúningur verkefnisins mun fela í sér þjálfun ráðgjafa sem munu bjóða innflytjendum víðtal á sínu móðumáli og í kjölfarið verður unnið með lykilstofnunum að því skilgreina víðtalsramma, skráning niðurstaðna sem og upplýsingar sem veittar verða um íslenskt samfélag og stjórnerfi.

Móttaka innflytjenda og fjölmennning

Óskar Dýrmundur Ólafsson, hverfisstjóri Breiðholts, stýrði ráðstefnunni í Gerðubergi en í hópi framsögumanna voru þrír ráðherrar og þrír innflytjendur sem ræddu móttöku og þjónustu við innflytjendur frá ólíkum sjónarhornum. Illugi Gunnarsson menntamálaráðherra lagði áherslu á að íslenskukunnátta væri lykillinn að því að festa rætur í íslensku samfélagi og brýnt væri að fjárfesta í íslenskunámi innflytjenda. Jafn mikilvægt er að börnin geti þroskað móðurmál sitt en rannsóknir hafa sýnt að góð móðurmálkunnátta styður annað tungumálanám. Fram kom að ráðuneytið er að vinna úttekkt á íslenskukennslu fullorðinna. Rannsóknir hafa sýnt að ólæsi drengja er 25% og stúlkna 12% og að börn af erlendum uppruna gengur verr í skóla en íslenskum jafnöldrum þeirra.

Íslenskunámskeið fyrir foreldra

Nichole Leigh Mosty leikskólustjóri og formaður hverfisráðs Breiðholts sagði frá starfinu á leikskólanum Öspinni í Breiðholti og hvernig hún og hennar starfsfólk tekur á móti foreldrum og íslenskunámskeiði sem haldið var fyrir foreldra barnanna á leikskólanum. Það

er hennar reynsla að hvernig tekið væri á móti foreldrum hefði jafnmikið að segja og kennslan. Mikilvægt er að hafa formlegheitin sem minnst, foreldraviðtöl hafa verið aflögð en foreldrasamtölum komið á í staðinn.

Frumkvæði mikilvægt

Mirela Protopaba fjallaði um mikilvægi þess að sýna frumkvæði í stuðningi við innflytjendur ekki bara gagnvart hælisleitendum eða flóttamönnum heldur öllum innflytjendum. Upplýsingar þurfa að vera aðgengilegar og mikilvægt er að innflytjendur geti leitað eftir ráðgjöf og þjónustu á tungumáli sem þeir skilja, sérstaklega í upphafi. Skilningur á samfélaginu og sú upplifun að þér standi til boða stuðningur er forsenda virkrar þátttöku í samfélaginu sem og áhuga á íslenskunámi.

Varð ástfanginn af tungumálinu

Juan Camillo Roman Estrada formaður Fjölmenningsarráðs Reykjavíkurborgar taldi skorta mjög á um samfélagsfræðslu og vildi sjá miklu meiri áherslu, a.m.k. í upphafi, á samfélagsfræðslu og stuðning en á íslenskukennslu. Við lærum ekki tungumál samfélagsins nema okkur þyki vænt um bæði samfélagið og tungumálið „Ég sjálfur varð ástfanginn af tungumálinu“ og þess vegna gekk mér vel að læra það sagði Juan. Allir þurfa að fá tækifæri til að festa rætur, þegar þú flytur í nýtt land ertu án róta og til þess að festa rætur þá þarf stuðning og opin huga þeirra sem fyrir eru. Það er óbein mismunur ef fólk fær neikvæð viðbrögð þegar það er að reyna að tala íslenskuna. Ef samfélagið skiptis í við og



Sólborg Jónsdóttir, deildarstjóri tungamála- og fjölmenningsardeildar hjá Mími og Vilhjálmur Egilsson rektor Háskólans á Bifröst.

hinir þá eru hinir ekki partur af samfélaginu, ef þú ert utan við samfélagið þá skiptir þig engum máli hvað er að gerast og þá verður líka upplifun Íslendinga they dont care. Juan dreymir um að í Háskóla Íslands verði boðið upp á íslenskunám fyrir þá sem koma til landsins með menntun frá sínu heimalandi svo þeir geti betur nýtt sér sína menntun.

Fjölskylda, menntun, atvinnulíf og samfélag

Sigurjón Kjærnested, formaður innflytjendaráðs sagði frá framkvæmdaáætlun í málefnum innflytjenda sem verið er að vinna að og á að gilda til ársins 2018. Í áætluninni er lögð áhersla á jákvæða sýn á fjölmenningsar samfélagið og að innflytjendur hafi sem mesta möguleika á því að nýta hæfileika sína. Í framkvæmdaáætluninni er lögð megin áhersla á fjóra stoðir, fjölskylda, samfélag, menntun og atvinnulíf. Undir hverri stoð eru síðan nokkur verkefni og lögð er áhersla á að þau séu raunhæf og fjármagn sé tryggt til að hægt verði að framkvæma þau.

Við teljum eðlilegt að fara á milli landa

Hanna Birna Kristjánsdóttir,

innanríkisráðherra sagði hvernig tekið verði á málefnum útlandinga og þá sérstaklega hælisleitenda. Hún skipaði þverpólitíska þingmannanefnd til að endurskoða löginn um útlandinga. Þegar hafa verið gerðar breytingar á afgreiðslu hælisumsókna þar sem afgreiðslutími hefur verið stytur í 90 daga en áður tók oft nokkur ár að fá afgreiðslu auk þess sem gerður var samningur við Rauða krossinn um móttöku og stuðning við hælisleitendur. Ákveðin tvískinnings gætir til útlandinga en við Íslendingar teljum það eðlilegt að við getum farið á milli landa en teljum það ekki jafn sjálfsagt að fólk flytji hingað, erum jafnvel hrædd um að of margir geri það.

Viðmótið skiptir miklu

Þeir innflytjendur eða nýbúar sem héldu erindi lögðu öll áherslu á hversu viðmót skipti miklu máli. Til þess að geta fest rætur í nýju samfélagi og lært íslensku er grundvallaratriði að fólk mæti virðingu og vinsamlegu viðmóti. Ráðherrar mennta og menningarmála og innanríkisráðherra höfðu ekki áhyggjur af fjölda innflytjenda nema síður væri. Illugi sagði að það vantaði fólk og Hanna Birna taldi að

★ www.tattoo.is ★

simi: 7722171

Arnarbaki 2

CLASSIC TATTOO

REYKJAVÍK

Opið 12:00-19:00 mánudaga til föstudaga

★ tattoo@tattoo.is ★

Svæðameðferð til sjálfsstyrkingar og slökunar fyrir þig og þína

36 kennslustunda námskeið sem hefst:

- Á Akureyri 20. október, upplýsingar gefur Katrín í síma 8957333
- Í Reykjavík 24. október, upplýsingar gefur Gréta í síma 8937314

Námskeiðið er metið inn í heildarnám í Svæða og viðbragðsmeðferðaskóla Íslands

Skráning á www.nudd.is

SVÆÐAMEÐFERÐ
SNERTING · SKYNNJUN · ÞEKKING
VIÐBRAGÐSMEÐFERÐ

SOVI Nuddskóli Reykjavíkur
Svæða- og viðbragðsmeðferðaskóli Íslands

ora
Ástríða í matargerð

HEIMILISMATUR

PRÓFAÐU NÝJA HEIMILISMATINN FRÁ ORA

PLOKKFISKUR
PLOKKFISKUR M/BERNAISE
KJÖTBOLLUR
HAKKBOLLUR
GRJÓNAGRAUTUR

AUÐVELT AÐ HITTA UPP Í OFNI, POTTI EÐA ÖRBYLGJUOFNI

WWW.ORA.IS

KITLAÐU BRAGÐLAUKANA OG FÁÐU ÞÉR LJÚFFENGAN HEIMILISMAT FRÁ ORA Í NÆSTU VERSLUN



Hanna Birna Kristjánsdóttir innanríkisráðherra flutti erindi á ráðstefnunni.

fjölmenningarsamfélag væri forsenda þess að dætur hennar hefðu áhuga á að búa á Íslandi í framtíðinni. Fjölpjóðleg búseta skapi ný tækifæri og forsenda nýrra hugmynda, lausna og nýs heims.

Fjölbreyttar aðferðir í íslenskunámi

Á ráðstefnunni á Ísafirði var áherslan á íslenskunám og ólíkar kennsluaðferðir sem þróaðar hafa verið á undanförunum árum ásamt því að kynna áhrifaríkar aðferðir til að auka þátttöku innflytjenda í samfélaginu en þar gegnir tungumálið einmitt lykilhlutverki. Ráðstefnuna sóttu tæplega 50 þátttakendur en á ráðstefnunni voru kynnt eftirfarandi verkefni: Íslenskuþorpið er dæmi um nýstárlega leið í tungumálanámi sem Guðlaug Stella Brynjólfssdóttir kynnti. Íslenskuþorpið myndar brú úr kennslustofunni yfir í þátttöku í samfélaginu þannig að nemendur sinna daglegum erindum sínum eins og að fara á bókasafn, í bakarí, í sundlaugar og þjálf íslenskuna um leið. Markmiðið er m.a. að flýta fyrir frekara námi og þátttöku á íslensku í samfélaginu. Dr. Guðrún Theodórsdóttir er hugmyndasmiðurinn að íslenskuþorpinu og var doktorsrannsókn hennar nýtt til að hanna markvisst og sérsniðið námsumhverfi innan raunverulegra fyrirtækja og stofnana úti í samfélaginu. Unnið er að leiðbeiningum um hvernig setja megí tungumálaþorp á fót annars staðar. Frekari þorpsvæðing er fyrirhuguð í framtíðinni ef fjármagn fæst til verkefnisins.

Leiklist og íslenskukennsla

Á Flateyri var gerð tilraun með íslenskukennsla í gegnum leiklist árið 2011 í tengslum við uppsetningu á leikritinu skóllótta söngkonan eftir Eugene Ionesco. Leiklistin býr yfir leiðum til að efla tjáningarfærni fólks og rjúfa félagslega einangrun sem margir innflytjendur búa við. Leikrit hvetur til samvinnu þar sem allir kraftar fá að njóta sín og árangurinn er sýnilegur.

Fjölmenningarleg ævintýri

Kristín R. Vilhjálmssdóttir, verkefnastjóri fjölmenningar kynnti hin ýmsu fjölmenningarlegu ævintýri Borgarbókasafns. Heilahristingur er eitt verkefna Borgarbókasafns Reykjavíkur sem snýr að heimanámsaðstoð sem fram fer á Kringlusafni og Gerðubergssafni í samvinnu við sjálfbærliða Reykjavíkurdeldar Rauða krossins. Menningarmót í leik-, grunn- og framhaldsskólum undir yfirskriftinni Fljúgandi teppi er þverfagleg kennsluaðferð sem er hugsuð til að varpa ljósi á mismunandi menningarheima nemenda. Ýmis önnur verkefni safnsins voru kynnt eins og Söguhringur kvenna sem kom að hönnun nýrra umbúða fyrir Kaffitár. Markmið fjölmenningarlegra verkefna Borgarbókasafnsins eru að stuðla að

Söguskjóðan

Helga Björt Möller, verkefnastjóri hjá Dalvíkurbyggð, kynnti söguskjóðuna sem byggir á hollenskri aðferðafræði. Söguskjóðan er foreldratengt verkefni á leikskólum með áherslu á þátttöku erlendra foreldra og málörvun barna. Markmiðin með söguskjóðunum er einkum að efla samstarf og styðja við foreldrar með ólíkan bakgrunn kynnist og upplifi eitthvað sameiginlegt, styðja við íslenskukunnáttu erlendu foreldranna, stuðla að víðsýni og vinna gegn fordómum. Aðdragandi verkefnisins er sá að hjá Dalvíkurbyggð er fjölgun barna af erlendum uppruna í skólum sveitarfélagsins á síðustu árum.

Töluverðar umræður sköpuðust um áherslur í íslenskukennslu og á meðan sumir lögðu ríka áherslu á formlega kennslu og menntun í íslensku bentu aðrir á að ekki gætu allir innflytjendur nýtt sér formlega kennslu. Umræðurnar vörpuðu ljósi á þá staðreynd að mikil þörf er á fjölbreyttum kennsluaðferðum.

Elsa Arnardóttir og Geirlaug Jóhannsdóttir tóku saman.

*Full búð af frábærum
kvenfatnaði
fyrir konur á öllum aldri
sjón er sögu ríkari.*

Verið velkomnar

Fröken Júlía

Mjódd - S. 557 5900

Breiðholt

Betri hverfi 2015

46.5 milljónir króna

LUMAR ÞÚ Á GÓÐRI HUGMYND FYRIR BREIÐHOLT?

Nú stendur yfir hugmyndasöfnun frá íbúum í Reykjavík um verkefni í hverfum borgarinnar. Leitað er eftir hugmyndum sem bæta hverfin, auðvelda útivist og auka öryggi gangandi og hjólandi. Fjölmargar frábærar hugmyndir hafa komið frá íbúum í Breiðholti á undanförunum árum sem hafa bætt hverfið mikið.

Íbúar geta sett hugmyndir sínar inn á vefinn **Betri Reykjavík** frá **8. október** til **7. nóvember**, fylgst með hugmyndum annara á vefnum og komið með rök með eða á móti. Haldnar verða íbúakosningar um efstu hugmyndirnar á næsta ári.

Reykjavíkurborg mun setja 46.5 milljónir króna til þeirra verkefna sem kosin verða í Breiðholti í hverfakosningunum.

Hægt er að fá aðstoð við innsetningu hugmynda á vefinn á þjónustumiðstöðvum Reykjavíkurborgar.

 **Betri hverfi**
Forval verkefna í hverfum Reykjavíkur



www.betriereykjavik.is



Í hverri tösku er margvíslegur efniviður til að örva málþroska og málskilning.

Tungumálataskan í leikskólanum Ösp

Skemmtilegt verkefni í gangi í leikskólanum Ösp í Breiðholti. Verkefnið heitir Tungumálataska og miðar að því að efla orðaforða og málskilning barnanna á sínu móðurmáli, en meirihluti þeirra er af erlendu bergi brotinn.

Skólinn á sjö töskur sem fara á víxl heim með börnunum í nokkra daga. Í þeim eru skemmtilegar sögubækur á einföldu máli, orðabækur, spil, myndir og annar efniviður sem notaður er í skólanum til að örva málskilning. Í töskunum eru einnig hagnýtar leiðbeiningar fyrir foreldra sem þýddar hafa verið á

átta tungumál; íslensku, pólsku, ensku, tælensku, arabísku, rússnesku, nepölsku og tagalog. Hugmyndin á bak við verkefnið er að fá foreldra til að vinna með málnotkun heima fyrir þannig að börnin noti móðurmál sitt samhliða íslenskunni. Efniviðurinn er að mestu á íslensku til að foreldrar læri líka það tungumál sem börnin eru að læra og að þeir eflist og öðlist sama málskilning og barnið. Þá er einnig hugað að myndrænni framsetningu þannig að foreldrar þurfi ekki endilega að lesa en geti hæglega rætt við barnið um efnið sem er í töskunum.

Nýr byggingareitur við Austurberg

Gert er ráð fyrir nýjum byggingareit og einnar hæðar byggingu ásamt millipalli sunnan við íþróttahúsið við Austurberg í tillögu umhverfis- og skipulagssviðs sem lögð hefur verið fram að nýju að lokinni auglýsingu.

Tillagan var auglýst frá 14. júlí til og með 15. september 2014. Eftirtaldir aðilar sendu athugasemdir: Guðmundur Kr. Jörundsson dags. 25. ágúst 2014 og breyting 15. september

2014, Ólafur Gylfason dags. 11. september 2014, Guðrún Hrefna Guðmundsdóttir f.h. FB dags. 12. september 2014 og Morten Lange dags., 15. september 2014. Einnig er lögð fram umsögn skipulagsfulltrúa dags. 3. október 2014.

Þá hefur verið sótt er um leyfi til að innrétta veitingastað í flokki II fyrir 49 gesti í verslunar- og skrifstofuhúsinu Þönglabakki 6.

Ólafur, Dorrit og Dagur á forvarnardegi í Ölduselsskóla

Börnin í Ölduselsskóla tóku á móti Ólafi Ragnari Grímssyni, forseta Íslands þegar Forvarnardagurinn 2014 var kynntur í skólanum. Fleiri góðir gestir heimsóttu skólann, þ.á.m. Dagur B. Eggertsson borgarstjóri, þar sem forvarnir gegn áfengis- og vímuefnanotkun unglinga voru til umræðu.

Í tilkynningu frá forsetaembættinu vegna fundarins kemur fram að jákvæð þróun með minnkandi notkun áfengis og tóbaks heldur áfram í íslenskum grunnskólum. Íslenskir grunnskólanemar standa mjög vel í alþjóðlegum samanburði í þessum efnum. Veruleg aukning verður hins vegar í notkun á áfengi á fyrsta ári í framhaldsskóla og telja margir nemar að foreldrar láti það óátalið að þau noti áfengi eftir að þau eru komin í framhaldsskóla. Notkun á áfengi og tóbaki hefur engu að síður farið heldur minnkandi í íslenskum framhaldsskólum á undanförunum árum. Nýtt myndband um forvarnir verður sýnt í öllum grunnskólum landsins þann 1. október þar sem lögð verður áhersla á þrjú meginskilaboð forvarnardagsins og felast í því að unglingar sem verja í það minnsta klukkustund á dag með fjölskyldum sínum, eru síður líklegir til að hefja neyslu fíkniefna, ungmenni sem stunda íþróttir og annað skipulagt æskulýðsstarf falla mun síður fyrir fíkniefnum og því lengur sem ungmenni bíða með að hefja áfengisneyslu, þeim mun ólíklegri er að þau verði fíkniefnum að bráð.

Tekist að draga úr áfengisneyslu

Í ávarpi Ólafs Ragnars Grímssonar í Ölduselsskóla kom fram að rannsóknir á höfum og líðan íslenskra ungmenna sýna að um 5% nemenda í 10. bekk í grunnskólum landsins hafa orðið ölvuð síðastliðna 30 daga frá því þau voru spurð. Þetta hlutfall er með því lægsta sem mælst hefur í slíkum rannsóknum meðal ungmenna í Evrópu og Bandaríkjunum. Þannig hefur tekist með samstilltu átaki og jákvæðum aðferðum að draga verulega úr neyslu íslenskra ungmenna frá árinu 1998 þegar hlutfall unglunga í 10. bekk sem sögðust hafa orðið ölvuð var nær 45%. Hlutfall unglunga sem reyktu hefur líka minnkað úr 23% í 3% og um 2% unglunga segjast



Forsetahjónin gáfu sér góðan tíma til að spjalla við nemendur í Ölduselsskóla.



Dorrit dró að sér ungu stúlkurnar sem helst vildu sitja hjá henni á meðan dagskrá Forvarnardagsins 1. október var kynnt.

hafa prófað hass, en á árinu 1998 var það 17%.

Eigum efnilegustu unglunga Íslandssögunnar

Dagur B. Eggertsson borgarstjóri sagði að þessi árangur sýndi samtakamátt samfélagsins og sagði að hlutur foreldra væri mikilvægustur. Einnig hefði skipulagt íþróttir og tómstundastarf og jafningjafræðsla sannað gildi sitt í forvörnum. „Ég er bjartsýnn á framtíðina sagði borgarstjóri, við

eigum í dag bestu og efnilegustu unglunga Íslandssögunnar.“ Á frétamannafundinum þar sem forvarnardagurinn var kynntur voru þeir sem ávarp fluttu sammála um að nú þyrfti að beina kröftunum að framhaldsskólanum, en rannsóknir sýna að talsverð aukning verður á ölvunardrykkju unglunga á fyrsta ári í framhaldsskóla. Mikilvægt er að bregðast við þeirri þróun með vitundarvakningu meðal foreldra og forráðamanna ungmenna, aukinni þekkingu og stuðningi frá öllu samfélaginu.

Kósý

Hafðu það

tvær ómótstæðilegar tegundir

Hjúpaðar kóskökukur með súkkulaðibitum
Hjúpaðar piparmintukökur með súkkulaðibitum

Fæst í næstu verslun
Frónkex kemur við sögu á hverjum degi...
www.fronkex.is

Hvað er Powertalk

Powertalk er aðferð sem leggur áherslu á einstaklingsmiðaða þjálfun í tjáningu sem skilar árangri. Powertalk virkjar fólk til þátttöku í umræðum, býður leiðtogaþjálfun og eykur færni við kynningar og fundarstjórnun. Powertalkdeildin Harpa heldur fundi sína í Árskógum 6 í Breiðholti 2. og 4. hvern þriðjudag frá september til maí ár hvert. Sérstakur kynningarfundur var haldinn í Árskógum þriðjudaginn 23 september sl. þar sem fjallað var um þessa aðferðafræði og starf Hörpu kynnt. Powertalk deildin Harpa er hluti af Powertalk á Íslandi og hefur fundarstað. Grunnþjálfunin og meginstarfsemi samtakanna fer fram á reglulegum deildarfundum þar sem félögum gefst tækifæri til að þjálfast með sér nýja færni, en aðild að samtökunum er öllum opin.

Halldóra Magnúsdóttir, forseti Powertalk Harpa segir að mörgum vaxi það svo í augum að tjá sig um ákveðin mál efni að þeir biðja jafnvel vinnufélaga að tala fyrir sig á fundum, eða það sem verra er, fara heim án þess að hafa sagt eitthvað sem lá þeim á hjarta. Fyrir vikið verður maður ósáttur við sjálfan sig og brýtur jafnvel sjálfan sig niður. „Ég hef bætt mig mjög mikið í framkomu í ræðustól og að flyt nú mál mitt af meira öryggi og skipulegra.“ Halldóra sem hefur verið félagi í Hörpu frá því 2009 og þessa dagana undirbýr hún sig fyrir kappræður ásamt liðsfélögum sínum. Keppnin fer fram á Patreksfirði þar sem heimaliðið Klettur mætir gestaliðinu Hörpum úr Reykjavík. Félagar í Kletti leggja fram að „Herskylda verði tekinn upp á Íslandi hjá konum og körlum“ en Hörpur andmæla því.

Kappræðurnar skemmtilegastar

„Skemmtilegast er að taka þátt í kappræðum og flytja ræður“ segir Halldóra, en satt að segja hafði ég aldrei velt því fyrir mér að taka að mér þannig verkefni. Hún segir að kappræður séu fastur liður á hverju starfsári en þá setja deildirnar saman þriggja manna lið ásamt liðstjóra og keppa svo gegn öðrum deildum Powertalk samtakanna. „Kappræður eru útsláttarkeppni þar sem félagar takast á um hin ýmsu mál efni. Val á sigurvegara byggist á rökum liðanna, flutningi og svörum við rök-



Stjórn Hörpu. Ólafur Jón Ólafsson, Olga Gunnarsdóttir, Margrét V Friðbjófsdóttir, Halldóra Magnúsdóttir, Björk Norðdahl og Lilja Guðný Friðvinsdóttir.

færslu andstæðinganna. Kappræður eru þó alls ekki það sem starfið gengur eingöngu út á. Þær eru skemmtileg og mjög lærdómsrík viðbót. Félagsmenn í samtökunum fá að bæta sig og æfa á eigin forsendum og fá verkefni við hæfi eins ört og þeir vilja. Þau verkefni sem félagar kjósa að taka að sér til frekari þjálfunar eru raunveruleg og þeir fá leiðbeiningar frá reyndari félögum auk hæfnis- og frammistöðumats, en frammistöðumatið er einn af grunnstöðunum í starfinu.

Bæði að læra að tala og að draga sig í hlé

Félagsmenn koma af ýmsum ástæðum í samtökin; læra fundarsköp, ræðumennsku, tímasjórnun, fá leiðtogaþjálfun og svo má lengi telja. „Ég er meira þessi týpa sem hef alltaf getað gasprað á fundum og talaði oft fyrir aðra á vinnustöðum. Það er meira að ég hafi lært að draga mig í hlé á fundum. Núna skipulegg ég mig áður en ég þarf að tjá mig. Segir Halldóra að lokum. Við erum með heimasíðu <http://powertalk.is/>“ segir Halldóra að lokum.



- Heit súpa allan daginn.
- Djúpstektur fiskur og franskur.
- Reyktur fiskur frá Tungusilungi
- Harðfiskur úr Súgandafirði
- Fiskisúpa Sjávarhallarinnar



Eigendaskipti hafa orðið á fiskbúðinni Sjávarhöllinni og bjóða nýjir eigendur alla velkomna til að koma og heilsa upp á okkur.

Við leggjum höfuðáherslu á ferskan vestfirskan fisk.

Auk hefðbundins úrvals af ferskum fiski bjóðum við einnig upp á fljótlega rétti sem eru tilbúnir beint í ofninn.



Opnunartími

Mán.-Fös. kl. 10-18:30

Símanr. : 581-1500

Netfang: freshfish@simnet.is



Heimilisfang

Hólagarði
Lóuhólum 2-6
111 Reykjavík

Félagsstarf í Breiðholti

Valdefling – Samþætting - Framþróun

Félagsstarf á vegum Velferðasviðs Reykjavíkurborgar er starfrækt á þremur stöðum í Breiðholti:

Í Félagsstarfinu í Gerðubergi og í Félagsmiðstöðinni Árskógum 4 er bæði starfrækt svokallað opið félagsstarf og starf með stuðningi en í Seljahlíð heimili aldara í Hjallaseli 55 er aðeins rekið félagsstarf með stuðningi. Félagsstarfið er opið fyrir alla fullorðna og er starfrækt alla virka daga. Opið félagsstarf felst í því að þátttakendur bera sjálfir ábyrgð á og standa fyrir starfinu. Að ókeypis aðstaða/húsnæði er í boði en þátttakendur sjá sjálfir um ráðningu leiðbeinenda til þeirra hluta sem þeim hugnast að stunda, starfsmenn félagsstarfsins geta þó verið innan handar með ýmis viðvik.

Félagsstarf með stuðningi er fyrir þá sem af einhverjum orsökum þurfa á stuðning að halda til að geta stundað félagsstarf, greitt er lágt þátttökugjald fyrir umsjón leiðbeinenda í þeim hópum.

Eins geta verktakar samið um afnot húsnæðis og haldið ýmis námskeið sem þeir síðan sjá alfarið um.

Dagskrá liggur frammi á stöðvunum sem einnig má nálgast á www.breidholt.is undir félagsstarf.

Notendaráð eru starfandi í öllum félagsmiðstöðvunum.

Félagsmiðstöðin Árskógum 4 sími 535-2700

Boðið er upp á allskonar hreyfingu og best að athuga dagskrá á heimasíðu og á staðnum.

Við spilum bridge, félagsvist, canasta og bingo

Helgistund er í umsjón presta frá Seljakirkju.

Hádegismatur er seldur í Árskógum alla virka daga, reglur og matseðil má finna á <http://arskogar.wordpress.com>

Félagsstarfið í Gerðubergi sími 575-7720

Ýmis hreyfing er í boði í Gerðubergi fyrir unga sem aldna.

Prjónakaffi og bútasamur er í umsjá hressra kvenna.

Gerðubergskórinn er með æfingar tvisvar í viku undir stjórn Kára Friðrikssonar.

Góð aðstaða fyrir Billjard í nýju rými.

Helgistund er í umsjón presta frá Fella- og Hólakirkju.

<http://gerduberg.wordpress.com>

Félagsstarfið í Seljahlíð Hjallaseli 55 s. 540-2400

Markmið félagsstarfs í Seljahlíð er að fyrirbyggja og draga úr félagslegri einangrun með því að bjóða upp á félags- og tómstundastarf með stuðningi frá kl. 9:00 til 16:00 alla virka daga og allir eru velkomnir.

Félagsstarfið er vettvangur samfunda, mannlegra samskipta og skapandi athafna. Leitast er við að virkja frumkvæði og hæfileika hvers og eins.

Lögd er áhersla á reglubundna hreyfingu og er leikfimi alla virka daga.

Leirmótun og almennt handverk (eins og t.d. handprjón, útsaumur og taumálun o.fl.). Spilað er Boccia. Helgistund er í höndum presta í Breiðholtssókn.

Í Seljahlíð er eldaður hádegismatur og hægt að kaupa mat alla daga vikunnar. Sjúkraþjálfun er á heimilinu.

Dagskrá og matseðill liggja frammi á staðnum, einnig er hægt að fá nánari upplýsingar í síma 540-2400.



Kennir smíði pappamóðela í Gerðubergi



Einar með líkan af eigin húsi sem er við Skipasund í Reykjavík. Ég gerði þetta líkan fyrir grenndarkynningu þegar ég sótti um leyfi til þess að byggja ofan á húsið. Ég hugsaði með mér að fólk áttaði sig betur á um hvað ég væri að tala með því að sýna líkanið en eingöngu að draga fram teikningar.

Einar Jónasson er að kenna móðelsmíði í félagsstarfinu í Gerðubergi. Einar er húsgagna-smíður og tækniteknari að mennt en hefur unnið sem leiðbeinandi í smíði í 19 ár. Hann segir alltaf hafa blundað í sér að skapa og skúlptúragerðin sé svona framhald af því. „Það er hægt að þróa þetta út í eitt og annað. Best að byrja rólega og sjá hvernig vinnst en ég sé og finn að fólk hefur gaman af þessu. Það áttar sig á hvað hægt er að gera en nauðsynlegt er að gefa sér góðan tíma.“

Einar segir algengast að fólk vilji fást við móðelsmíði af húsum. Oft húsum sem það hafi þekkt eða þekki. Húsum sem tengist heimahögum þess og uppveiti. „Það er þó ekki afgerandi og stundum fær fólk hugmyndir að öðru. Til dæmis að búa til öskjur og kassa. Við vinnum þetta einkum úr bókbandspappa þeim sem er notaður í bókakápur og notum lista þar sem þeirra er þörf til þess að búa til burðarvikri. Ef ég á að nefna dæmi um hluti sem hafa verið gerðir hér í smíðinni hjá mér kemur mér í huga líkan sem var gert af kirkjunni á Patreksfirði á síðasta vetri. Þetta var ákaflega vel heppnað verk og höfundurinn setti meira að segja ljós í hana. Einnig hafi verið gert líkan af gömlu Háabækjarkirkju í Þykkvabæ sem nú sé búið að rífa. „Sú smíði kostaði nokkurn undirbúning. Fara þurfti á staðinn og finna út hvernig sökkull kirkjunnar var og mæla hann út til þess að

fá réttu hlutföllin í smíðina en einnig var stuðst við ljósmyndir sem voru til af henni. Einnig man ég eftir að gert hefur verið líkan af áttstrendri kirkju.“

Fólk verður hissa á hvað það getur

En þarf ekki talsverða lagni til þess að gera svona hluti. Einar segir að margir eigi leynda hæfileika þegar kemur að handavinnu af þessu tagi. „Fólk hefur ef til vill ekki hugsað út í hvað það getur að þessu leyti en finnst gaman að prufa eitthvað nýtt. Það fær áhugann og lærir og þjálfar sig áfram. Verklægnin getur verið misjöfn í byrjun en eftirtektarvert er hversu margir eru fljótir að ná tökum á þessu og verða jafnvel hissa yfir því hversu flinkir þeir eru.“ Einar vinnur með fólki í Gerðubergi að þessu eftir hádegi á miðvikudögum auk annarrar smíðakennslu en starfar einnig í félagsstarfinu í Áskógum þar sem um stórt smíðaverkstæði er að ræða. Hann segir að þar hafi fólk tekist á við flókna hluti. Sem dæmi megi nefna mann sem smíðaði Borgundarhólmsklukku kominn á áttæðisaldur og einnig hafi verið smíðaðir gítarar og nú sé fiðla í smíðum. En aftur að pappaskúlptúrunum. „Það eru nokkur ár síðan ég fór að fást við þá. Var mest að vinna þetta fyrir mig einan en sá að með því að bjóða upp á þetta hér í félagsstarfinu væri hægt að auka framboðið. Og það hefur svo sannarlega skilað sér.

Litla dótabúðin:

Nýir eigendur

– persónuleg þjónusta og heimilislegt viðmót

Eigendaskipti urðu á Litlu dótabúðinni í Mjódd þann 1. október sl. Búðina keyptu Sigurlaug Gísladóttir og Sigurður Gunnlaugsson. Sigurlaug, sem annast reksturinn, er upprunnin úr Skagafirði og með hússtjórnarmenntun frá Hallormsstað, þar sem hún bjó í ein 30 ár en býr nú á Blönduósi.

Við spurðum Sigurlaugu hvernig stóð á því að hún keypti Litlu dótabúðina. “Ég var að hugsa um að opna verslun fyrir norðan en lítið var um húsnæði í boði svo ég hafði samband við Kidda sem átti Litlu dótabúðina. Samningar tókust og hér er ég. Ég hef í heiðri sömu áherslu og fyrri eigendur. Legg áherslu á persónulega þjónustu og lágt vöruverð. Svo er auðvitað stefnan að auka úrvalið hjá okkur.

Við óskum Sigurlaugu til hamingju með kaupin og bjóðum



Litla dótabúðin í Mjódd.

hana velkomna í Mjóddina hjá okkur í Breiðholtinu. Svo hvetum

við að sjálfsögðu lesendur til að líta við í Litlu dótabúðinni.

www.breidholt.is



Í GRASRÓTINNI

námskeið um stofnun og starfsemi félaga

Menntun núna og Móðurmál samtök um tvítyngi standa fyrir námskeiðinu sem hefst í Menningarmiðstöðinni Gerðubergi 1. nóvember. Kennst verður laugardagana 1. , 8. og 15. nóvember kl. 12-15

1. nóvember

Hlutverk
Stofnun
Innra skipulag
Skyldur og réttindi
Stofnfundur æfing
Boðun aðalfundar

8. nóvember

Bókhald
Ársreikningar
Hagsmunagæsla
Upplýsingamiðlun
Markaðssetning
Aðalfundur æfing

15. nóvember

Almennaheill
Gildi
Stefnumótun
Markmið
Áætlanagerð
Gestafyrirlestur

Kennari á námskeiðinu er Davor Purusic lögfræðingur. Skráning með tölvupósti í netfangið menntun.nuna@reykjavik.is. Námskeiðsgjald aðeins 2.000 kr.

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS

Suðurhlíð 35, Rvík. • Símar 581 3300 & 896 8242 • www.utfarin.is



ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR

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



www.menntun-nuna.is

NOON-Súpersól:

Haustvörurnar og hártískan við Hólmasel

Borgin vinnur nú að því að efla atvinnu og menningarlíf í hverfum borgarinnar og þar með að sjálfsöğðu í Breiðholtinu okkar. Með hliðsjón af því langaði okkur að heimsækja eitt gamalgróð þjónustufyrirtæki í hverfinu og lítum því til þeirra Önnu Maríu Valdimarsdóttur og Kristínar Jónu Grétarsdóttur sem báðar eru Meistarar í hársnyrtið og eiga þær stóllur og reka hárstofuna og kventískuvöruverslunina NOON ásamt sólbaðsstofunni Súpersól við Hólmasel. Að sjálfsöğðu spurðum við þær fyrst þær hvernig reksturinn gengi hér í Breiðholtinu.

„Við erum mjög ánægðar í Breiðholtinu“ segir Anna María. „Við erum báðar innfæddar og uppalda hér í Breiðholtinu.“ Kristín bætir við. „Hingað kemur fólkið í hverfinu. Bæði Breiðholtsbúarnir sem og starfsólk skólanna, leikskólanna og fólk úr öllum stéttum kemur hér til okkar.“

Þær Kristín og Anna María segja okkur að þeim sé mikið í mun að hverfið sé lifandi og að flest alla þjónustu sé þar að finna. Þær eru bjartsýnar á framtíðina og hafa fulla trú á því að veturinn verði hagstæður Breiðholtsbúum. Ekkert lát er á rekstri kventískuvöruversunarinnar og eru þær um þessar mundir að taka upp nýju haustvörurnar sem koma beint frá París. Þær bjóða kventískuvörur fyrir alla aldurshópa og allar stærðir allt frá



Önnu Maríu Valdimarsdóttur og Kristínar Jónu Grétarsdóttur reka hárstofuna og kventískuvöruverslunina NOON ásamt sólbaðsstofunni Súpersól við Hólmasel.

extra-small og upp í XXXL, semsagt nýjustu tiskuna beint frá París fyrir konur í öllum stærðum.

Við spurðum eðlilega hvernig nýjasta tiskulínan væri frá París? „Það eru dýramunstur! Mikið af sífonskyrtum, þykkan peysur í svörtu, hvítu og jarðlitum. Mikið úrval af „cosy-buxum“ á frábæru verði. Svo má ekki gleyma vinsælu stretch-galabuxunum í öllum tiskulitunum og á bestu verðum í bænum.“ Söguðu þær stóllur okkur og bættu við “

svo erum við með mikið úrval af kimono, kjólum og við tökum upp nýja sendingu af glæsilegu úrvali af jólakjólum í byrjun nóvember.“

Það er greinilegt að ekki vantar úrvalið af kvenfötunum hjá NOON í Seljahverfinu. Við hvetjum lesendur til að líta við í NOON-Súpersól og kynna sér úrvalið. Upplagt er að panta sér hársnyrtingu eða sólbaðstíma og skoða úrvalið af kvenfatatískunni um leið.

Æskulýðsstarfið komið á fullt

Þegar tekur að hausta fer æskulýðsstarf kirkjunnar á fullt og er Fella- og Hólakirkja þar engin undantekning. Pétur og Hreinn eru æskulýðsfulltrúar í Fella- og Hólakirkju. Þeir hafa stjórnað sunnudagaskólanum í tvö ár og hafa nú einnig tekið við starfi fyrir krakka á aldrinum 9 til 12 ára og 13 til 16 ára. Pétur er nemi við Guðfræðideild Háskóla Íslands og Hreinn starfar á leikskólanum Vinagarði.

„Veturinn fer mjög vel af stað hjá okkur og munum við bjóða upp á fjölbreytta dagskrá sem allir geta haft gaman af“ segir Pétur. „Ég kynntist starfinu í gegnum móður mína, Ragnhildi Ásgeirsdóttur, sem var djákni í kirkjunni um árabíl. Ég og Hreinn höfum svo starfað saman í æskulýðsstarfi í mörg ár og í sumarbúðum á sumrin. Æskulýðsstarfið er á fimmtudögum og tökum við á móti krökkum á aldrinum 9 til 12 ára í leikjaför klukkan 17:00 til 18:00 og svo erum við með unglingastarfið klukkan 20:00-21:30 sama kvöld.“

Flottur hópur í unglingastarfinu

„Það eru að mæta í kringum 25 krakkar til okkar í unglingastarfið svo það er mjög flottur hópur. Við reynum að bjóða upp á dagskrá sem hentar öllum og það er mikið um grín og glens“ segir Hreinn og bætir við „Allt starfið er ókeypis og allir eru velkomnir. Svo förum við á landsmót bæði fyrir og eftir áramót. Þar koma saman eina helgi nokkur hundruð krakkar af öllu landinu og þar er tekið upp á ýmsu skemmtilegu. Við förum til Hvammstanga í lok október og svo í Vatnaskóg í febrúar.“

Skemmtilegt að sjá krakka fylla kirkjuna af gleði

„Við sjáum einnig um sunnudagaskólann í kirkjunni og það er alltaf mikið fjör. Það er mjög gefandi að taka þátt í svona starfi og mjög skemmtilegt að sjá krakka á öllum aldri fylla kirkjuna af gleði. Við hvetjum alla foreldra til að kynna sér starfið okkar og hvetja börnin sín til þess að mæta. Æskulýðsstarfið er alltaf á fimmtudögum, alltaf ókeypis og alltaf skemmtilegt.“ Segir Pétur með bros á vör.

Opið alla daga
frá kl. 11 til 23.



Lóuhólar 4, nálægt Dominospizza

Sími: 557 1414

nokian
TYRES

**MAX1 &
BLEIKA
SLAUFAN**



Fáðu **20% afslátt** af **NOKIAN** dekkjum og styrktu **Bleiku** slaufuna um leið

Veldu **margverðlaunuð finnsk gæðadekk** sem eru sérstaklega hönnuð fyrir **krefjandi aðstæður** norðlægra slóða.

MAX1 býður 20% afslátt af hágæða Nokian dekkjum út október og hluti söluagóða rennur til Krabbameinsfélagsins.

- ✓ ein öruggustu dekk sem völ er á
- ✓ ítrekað valin bestu dekkinn í gæðakönnunum
- ✓ breitt úrval nagla-, vetrar- og heilsársdekkja
- ✓ eigum dekk fyrir fólksbíla, jeppa og sendibíla

Eru dekkinn þín lögleg?
Kynntu þér nýja reglugerð um mynsturskýpt á MAX1.is

Fáðu ráðgjöf frá sérfræðingum MAX1. Skoðaðu dekkjaleitarvélina á MAX1.is

Bíldshöfða 5a, Rvk
Jafnaseli 6, Rvk
Dalshrauni 5, Hfj
Knarrarvogi 2, Rvk (ath. ekki dekkjþjónusta)

Aðalsímanúmer
515 7190

Opnunartími:
Virka daga kl. 8-17
Laugardaga: sjá MAX1.is

MAX1
BÍLAVAKTIN



HÁRSETRIÐ

Við viljum bjóða velkomna til starfa
Jónu A. Einarsdóttur

Hársetrið vill einnig nota tækifærið
og þakka viðskiptavinum ánægjuleg
samskipti undanfarin 20 ár



Ingunn L. Hannesd. Scheving

Sandra Rut Guðbjörgardóttir

Jóna A. Einarsdóttir

Æsufelli 6
S: 557-2910



ORKIDEA
SNYRTISTOFA

Leikmenn Leiknis verðlaunaðir

Meistaraflokkur Leiknis fór mikinn í sumar og tryggði sér sæti í Pepsi deild karla. Að tímabili loknu er það gert upp og þjálfarar Leiknis veittu verðlaun á Uppskeruhátíð Leiknis sem fór fram 27. september. Hilmar Árni Halldórsson var valinn besti leikmaður tímabilsins og Sindri Björnsson sá efnilegasti. Um kvöldið veittu stuðningsmenn verðlaunin

Stuðningsmannabikarinn sem BB smíði gefur. Eyjólfur Tómasson markvörður fékk þau verðlaun og er bestur í ár að mati stuðningsmanna Leiknis.

Vefsíðan www.fotbolti.net fjallar ítarlega um 1.deild karla allt sumarið og velja að lokum, lið ársins, þjálfara ársins, besta og efnilegasta leikmann ársins. Leiknismenn hlutu mörg verðlaun í þessu vali en í liði ársins áttum við Leiknismenn fimm fulltrúa: Eyjólfur Tómasson markmaður, Óttar Bjarni Guðmundsson varnarmaður og miðjumennirnir Hilmar Árni



Leiknismenn hefja bikarinn á loft.

Halldórsson, Sindri Björnsson og Brynjar Hlöðversson. Þjálfarar Leiknis, Freyr Alexandersson og Davíð Snorri Jónasson voru valdir þjálfarar ársins en þeir eru á sínu öðru tímabili með liðið. Loks var Hilmar Árni Halldórsson valinn besti leikmaður 1.deildar árið 2014 og Sindri Björnsson valinn efnilegasti leikmaður 1.deildar árið 2014.

Frábært afrek hjá stráknum öllum og mikið hrós fyrir allt liðið þegar fulltrúar þess fá verðlaun.

Uppskeruhátíð Leiknis

Yngri flokkar Leiknis héldu sína árlegu uppskeruhátíð þann 27. september sl. Met var sett í mætingu og var hátíðarsalur Hólabrekkuskóla fullur út úr dyrum. Feldís Lilja Óskarsdóttir formaður félagsins opnaði hátíðina með stuttu ávarpi og síðan voru veittar viðurkenningar í hverjum flokki eins og ávallt. Viðurkenningar eru veittar fyrir góða ástundun og framfarir og í eldri flokkum er efnilegasti leikmaðurinn valinn. Allir iðkendur fengu einnig mynd af sér með sínum flokki en undanfarin tvö ár hafa verið teknar hópmyndir af öllum flokkum og hefur það mælst vel fyrir.

Ingó Veðurguð skemmti gestum með söng og glensi og mátti glögglega sjá hversu vel yngsta fólkið kunnir að meta hans framlag. Hápunktur hátíðarinnar var þó veisluborðið sem foreldrar höfðu hlaðið kræsingum og var hið veglegasta.

Eins og allir vita stóð meistaraflokkur Leiknis sig með eindæmum vel á síðasta tímabili sem skilaði sér með sæti í úrvalsdeildinni. Það er án efa mikil hvatning fyrir okkar yngri iðkendur að fyrirmyndirnar skuli ná slíkum árangri. Og yngri



Frá uppskeruhátíð Leiknis.

flokkarnir stóðu sig ekki síður vel og voru félaginu til sóma á þeim mótum sem sótt voru síðasta sumar. 7. flokkur og yngri tók þátt í Norðurálmótinu á Akranesi og 6. flokkur fór til Vestmannaeyja. 5. flokkur fór á N1 mótið á Akureyri og 3. og 4. flokkur lögðu land undir fót og tóku þátt í Gothia Cup í Svíþjóð. Einnig voru spilaðir ótal leikir í Reykjavík- og Íslandsmóti yfir tímabilið og keppt í ýmsum minni mótum.

Á síðasta tímabili var Leiknir í samstarfi við ÍR um 3. flokk karla. Verður áfram spilað undir

sameiginlegum merkjum félanna í þessum flokki á nýhöfnu tímabili. Það sama á við um rekstur kvennaknattsþyrnu en samstarf hefur verið með félögunum tveimur í yngri flokkum kvenna síðastliðin þrjú ár. Áframhald verður á því samstarfi.

Á uppskeruhátíðinni fögnuðum við góðri frammistöðu. Ekki bara sætustu sigrunum heldur líka metnaði og góðum liðsanda. Við hvetjum iðkendur til að stunda boltann vel og minnum á að það er æfingin sem skapar meistarann.

www.leiknir.com

Fjölskyldu- og fjölmenningarsetur í Mjódd

Hjálpræðisherinn í Reykjavík hefur opnað, fjölskyldu- og fjölmenningarsetur í Mjódd. Opið hús þriðjudag og fimmtudag frá kl.13-17. Samkoma á miðvikudagskvöldum kl. 20.

Allir hjartanlega velkomnir.



ÍSLENSKT GÓÐGÆTI Í GJAFAKASSA

TILVALIN JÓLAGJÖF

Saft, sultur, krydd, te, hunang, ostar, salt. Nokkrar tegundir. Gott verð!

Upplýsingar í sínum
864 4755 og **822 0512**
islenkhollusta@islenkhollusta.is

SKÚTAHRAUNI 7 | HAFNARFIRÐI | islenkhollusta.is



Á DÖFINNI

Fimmtudagsfræðsla og Núvitund

Á líðandi stundu - NÚVITUND

Fimmtudagsfræðslan 23. október kl. 17-19

Bryndís Jóna Jónsdóttir náms- og starfsráðgjafi kynnir Núvitund (e.mindfulness) sem hefur breiðst hratt út um hinn vestræna heim undanfarin ár. Í þessari kynningu er farið yfir hvað felst í núvitund, hvaða gagn megi hafa af ástundun hennar og hvernig megi flétta núvitund inn í daglegt amstur. Aðferðin er einföld en áhrifarík.

Skyndihjálp og endurlífgun

Fimmtudagsfræðsla 6. og 13. nóvember kl. 17-20

Skyndihjálp og endurlífgun. Guðrún Þorlákssdóttir fer yfir hvernig á að athuga meðvitund, hjartahnoð og blástur. Hvert námskeið er í 3 klst eða kl. 17-20, hámark 10 þátttakendur skráning í menntun.nuna@reykjavik.is eða í síma 664-7706. Þátttakendur fá skírteini frá RKÍ.

NÚVITUND - 8 miðvikudaga í Gerðurbergi

Námskeiðið Njóttu þess að vera í núinu með Bryndísi Jónu verður á miðvikudögum frá 29. október til 17. desember kl. 19:30 - 21:30. Skráning á staðnum eða með tölvupósti í netfangið menntun.nuna@reykjavik.is. Verð 12.000 krónur.

www.menntun-nuna.is

Bronsleikar ÍR - gleðin skín úr hverju andliti



Káttir krakkar á bronsleikum ÍR. Svo sannarlega gleði í hverju andliti.

Bronsleikar ÍR hafa sannarlega stimplað sig inn sem hluti af íþróttaiðkun allra yngstu barnanna enda hentar praутabrautin einkar vel til að fanga athygli þeirra og orku. Mótið er hugsað fyrir aldurinn, 5 til 10 ára, en nokkrir 3 til 4 ára iðkendur úr fimleikadeild ÍR tóku þátt. Hugmyndin að Bronsleikunum kviknaði sem ein leið til að halda í hávegum, bronsverðlaunum Völu Flosadóttur í stangarstökki á Ólympíuleikunum í Sydney árið 2000.

Mótið er létt og skemmtilegt fjölþrautamót þar sem keppt er í tveimur aldursflokkum, 8 ára og

yngri glíma við 7 þrautir þar sem þau taka meðal annars þátt í ævintýraboðhlaupi, keðjulangstökki og boltahittni. Eldri hópurinn, 9 til 10 ára börn fara, í gegnum 8 þrautir en þau fara meðal annars í hindrunarhlaup, stangarlangstökk, grindaboðhlaup og kúluvarp. Á Bronsleikum ÍR eru allir mikilvægur hluti af liðinu og hljóma hvatningar hrópin gjarnan um allan sal Laugardalshallarinnar. Þetta er stórskemmtilegt mót fyrir alla krakka þar sem áhorfendur geta fylgt liði barnsins allan hringinn og fylgst náið með en mótinu líkur síðan með hópmyndatöku og verðlaunaafhendingu.

ÍR-ingar á Evrópumótinu í keilu

Evrópumót einstaklinga í keilu 2014 var haldið í Keiluhöllinn Egilshöll í síðustu viku. Íslendingar áttu tvo fulltrúa á mótinu en það voru ÍR-ingarnir Magnús Magnússon og Ástrós Pétursdóttir en þau eru Íslandsmeistarar einstaklinga í keilu 2014.

Bæði náðu þau glæsilegum árangri en Magnús náði 15. sæti af 32 keppendum og Ástrós 22. sæti af 32 keppendum. Keilusamband Íslands sá um framkvæmd mótsins í samvinnu við Evrópusamband keilunnar ETBF. Erlendir þátttakendur í keppninni voru 65 en samanlagður fjöldi keppenda og aðstoðarmanna var 140 talsins. Jenny Wegner frá Svíþjóð stóð uppi sem sigurvegari í kvennaflokki og Mads Sanbækken frá Noregi í karlaflokki. Evrópumótið er einn víðamesti viðburður sem íslenska keilusamfélagið hefur staðið fyrir hér á landi og gríðarleg sjálfböðavinna fór fram við undirbúning og framkvæmd mótsins. Öllum undirbúningi og framkvæmd var stjórnað af ötulum formanni Keilusambands Íslands, ÍR-ingnum Þórarni Þorbjörnssyni en hann hefur s.l. tvo áratugi verið



Keppendur Íslands á EM í keilu Magnús Magnússon og Ástrós Pétursdóttir bæði úr ÍR.

afar öflugur forystumaður keiluíþróttarinnar hjá ÍR og á landsvísu.

**Fréttir**

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

ÍR-ingar í toppbaráttunni í handboltanum

Meistaraflokkur ÍR í karlahandboltanum er í toppbaráttunni með 10 stig í 2. sæti Ólisdeildarinnar eftir fyrstu 7 leikina. Leikirnir hafa verið jafnir og spennandi enda allir fimm þeirra gegn efstu liðunum á töflunni.

Fjórir sigurleikir eru að baki, tvö jafntefli og einn leikur tapast gegn toppliði Aftureldingar eftir spennandi leik í gríðarlegri stemningu í fullu Austurberginu. Björgvin Hólmgeirsson aðal markaskorari liðsins hefur farið á kostum og skorað 61 mark í sjö leikjum. Hann er jafnframt markahæsti leikmaður mótsins. Arnar Birkir Hálfðánarson hefur skorað 32 mörk og Bjarni Fritzson annar tveggja þjálfara liðsins skorað 25 mörk.

Meistaraflokkur kvenna í handbolta er að stíga sín fyrstu spor í efstu deild eftir nokkurt hlé. Liðið er ungt og efnilegt og á við ramma reip að draga eins við var að búist. Stelpurnar hafa spilað fimm leiki og flesta gegn toppliðum deildarinnar og beðið lægri hlut í þeim öllum. Þrátt fyrir að stígin láti á sér standa hefur verið stígandi í leik liðsins og miklar framfarir sýnilegar. Í síðasta leik gegn Fylki var jafnt í hálfleik sem sýnir að það styttest í fyrsta sigur liðsins. Sigrún Ása Ásgrímsdóttir og Brynhildur Kjartansdóttir hafa farið fyrir ÍR-konum með 21 og 20 mörk skoruð. Undirbúningur og framkvæmd heimaleikjanna hjá ÍR það sem af er vetri er til mikillar fyrirmyndar, aðsóknin góð og skemmtunin í leikjunum frábær.



Frá leik ÍR og Aftureldingar.

Fimleikar hjá ÍR

Það er ávallt mjög jákvætt þegar forráðamenn íþróttafélags meta það svo að hefja skuli iðkun nýrrar íþróttagreinar innan veggja félagsins. Slíkt hefur gerst hjá ÍR en æfingar fyrir börn á aldrinum 5 til 7 ára eru hafnar hjá félaginu.

Markmiðin með verkefninu er í fyrsta lagi að mæta þeirri eftirspurn eftir fimleikum fyrir börn sem verið hefur meðal Breiðhyllinga og hingað til hefur þurft að sækja út fyrir hverfið. Einnig þótti eftirsóknarvert að reyna að ná til þess hóps sem ekki hefur fundið áhuga sínum svarað í öðrum greinum sem æfðar eru hjá ÍR. Þar sem sérstök fimleikaaðstaða er ekki til staðar í Breiðholtinu er enn ekki hægt að bjóða upp á æfingar fyrir eldri iðkendur né iðkun áhaldafimleika en það er á framtíðar-

planinu. Það þótti einnig við hæfi að hefja starfið með allar yngstu börnin og byggja upp frá grunni, bæði er snýr að iðkendum og foreldrastarfi.

Þjálfari eru þær Sigríður Ósk Fanndal og Katrín Ósp Róbertsdóttir. Sigríður er menntaður íþróttafraeðingur og íþróttakennari með bakgrunn í fimleikum, góða reynslu við kennslu barna ma. í íþróttaskóla ÍR og brennandi áhuga á verkefninu. Katrín hefur verið aðstoðarmaður Sigríðar í íþróttaskóla ÍR og hefur einnig mikinn áhuga á fimleikabjálfun. Skýr markmið og framtíðarsýn er hjá þeim sem eru í forsvari fyrir deildina en Frjálsíþróttadeild ÍR mun fólstra deildina í fyrstu á meðan sterkum stoðum, reynslu og þekkingu er rennt undir starfsemi hennar.

Heimasíða
www.ir.is



GETRAUNANÚMER

ÍR ER 109

**ÍR- og Leiknisvörur
í úrvali**

Enskar fótboltavörur

Leikföng í úrvali

Leiksport

Sími 5575020

Hólagarði



Breitholt

MENNTUN NÚNA

RÁÐGJÖF - BORGARBÓKASAFNIÐ GERÐUBERGI

ПРЕДОСТАВЛЕНИЕ СОВЕТОВ - ГОРОДСКАЯ
БИБЛИОТЕКА В ГЕРДУБЕРГЕ

KONSULTACIJOS - GERDUBERGO MIESTO BIBLIOTEKA

ORIENTACIÓN - BIBLIOTECA GERÐUBERG

咨询顾问 - 市图书馆 GERÐUBERGI

DORADZTWO - BIBLIOTEKA MIEJSKA W GERÐUBERG

COUNSELLING - REYKJAVIK CITY LIBRARY IN GERÐUBERG

TƯ VẤN - THƯ VIỆN Ở GERÐUBERGI

PAYO - ANG AKLATAN OG LIBRARY NG GERÐUBERGI

การให้คำปรึกษา - ห้องสมุดเทศบาล แกร์ดรูแบรก GERÐUBERG

(BORGARBÓKASAFNIÐ) GERÐUBERGI - الاستشارة

KĚSHILLIM - BIBLIOTEKA E QYTETIT GERÐUBERG



Mánudagar kl. 17 til 18 : Náms- og starfsráðgjafi hjálpar þér að skoða og greina áhugasvið þín, metur fyrra nám og starfsreynslu og kynnir raunfærnimat.

Miðvikudagar kl. 17 til 18 : Ráðgjafar

Mannréttindaskrifstofu Reykjavíkur sem tala íslensku, ensku, pólsku, litháísku og rússnesku, veita upplýsingar um þjónustu borgarinnar, réttindi og skyldur í íslensku samfélagi, vinnumarkaðinn, dvalarleyfi, ríkisborgararéttindi o.fl.



Lunes de 5pm a 6pm : El orientador educacional y laboral te asesora y analiza tu campo de interés, evalúa los estudios hechos, experiencia laboral y te da una validación.

Miércoles de 5pm a 6pm : os orientadores de la Oficina de Derechos humanos de Reykjavík (Mannréttindaskrifstofu Reykjavíkur) hablan islandés, inglés, polaco, lituano y ruso, otorgan información sobre servicios en la ciudad, derechos y deberes dentro de la sociedad islandesa, mercado de trabajo, permisos de estadía y derecho de ciudadanía, entre otros.



Pirmadieniais nuo 17 iki 18 : Studijų ir darbo konsultantas padės išanalizuoti ir nustatyti tavo pomėgių sferą, įvertins baigtas studijas, įgytą darbo patirtį bei pateiks tavo gebėjimų įvertinimą.

Trečiadieniais nuo 17 iki 18 : Reikjaviko Žmogaus teisių asociacijos konsultantai, kalbantys islandiškai, angliškai, lenkiškai, lietuviškai ir rusiškai suteiks jums informaciją apie miesto teikiamas paslaugas, islandų visuomenėje galiojančias teises bei pareigas, darbo rinką, leidimą gyvenimui, piliečio teises ir t.t.



ทุกวันจันทร์ เวลา 17 ถึง 18 : นักให้คำปรึกษาด้านการศึกษาและอาชีพช่วยคุณมองดูและหาสาขาที่คุณสนใจ และทำการประเมินสาขาวิชาที่เคยเรียนมาและประสบการณ์การทำงาน และการประเมินความสามารถจริง

ทุกวันพุธ เวลา 17 ถึง 18 : นักให้คำปรึกษาจากสำนักงานสิทธิมนุษยชนเมืองเรคยาวิกซึ่งสามารถพูดภาษา ไอซ์แลนด์ ภาษาอังกฤษ ภาษาโปแลนด์ ภาษาลิทัวเนีย และภาษารัสเซีย ซึ่งจะทำให้ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับด้านบริการของเทศบาล สิทธิและหน้าที่ในสังคมของประเทศไอซ์แลนด์ ด้านตลาดแรงงาน ด้านใบอนุญาต ด้านสิทธิการถือสัญชาติ และอื่นๆ



Mondays from 17.00 - 18.00 : A career counsellor helps you evaluate your interests, previous studies and occupational experiences and introduces the skills evaluation process.

Wednesdays from 17.00 - 18.00 : Counsellors from the Reykjavik Human Rights Office who speak Icelandic, English and Polish offer information on city services, rights and obligations in Icelandic society, labour market, residence permits, citizenship, etc.



周一 17 : 00 至 18 : 00 : 教育与职业顾问可以帮助你查看和分析您的兴趣，评估之前的学习与工作经验并进行评估总结。

周三 17 : 00 至 18 : 00 : 雷克雅未克人权事务所顾问会用冰岛语，英语，波兰语，立陶宛语，和俄语来提供城市服务信息，权利与社会责任信息，劳动市场信息，居住申请信息和公民权利等信息。



Thứ Hai từ 17h đến 18h : Tư vấn học hành và công việc, giúp bạn nhìn nhận và phân tích các sở thích, đánh giá các trình độ, kinh nghiệm trong kỳ học trước và giới thiệu các khóa học phù hợp.

Thứ Tư từ 17h đến 18h : Tư vấn của phòng Nhân Quyền Reykjavík, có người nói tiếng Bắ ng Đảo, tiếng Anh, tiếng Ba Lan, tiếng Litva và tiếng Nga, giới thiệu các dịch vụ của thành phố, quyền lợi và nghĩa vụ trong xã hội Bắ ng Đảo, thị trường, giấy phép cư trú, quyền công dân v.v



По понедельникам с 17 до 18 часов : Советник по вопросам образования и трудоустройства поможет определить круг интересов, оценит имеющееся образование и трудовой опыт и определит реальные возможности по трудоустройству.

По средам с 17 до 18 часов : Советники Рейкьявикского центра по правам человека, говорящие на исландском, английском, польском, литовском и русском языках, предоставляют информацию о муниципальных услугах, о правах и обязанностях граждан Исландии, о рынке труда, о разрешении на проживание, о получении гражданства и пр.



الاثنين بين الساعة ١٧ و١٨ : مستشارين العلم والعمل يساعدونك في تحديد اهتماماتك، تقييم الدراسات السابقة وتجارب العمل السابقة وتقديم لك تقديرات واقعية.

الاربعاء بين الساعة ١٧ و١٨ : المستشارين في مكتب حقوق الانسان المتواجد في ريكيافيك الذين يتكلمون اللغات التالية، الايسلندية، البولندية، اللتوانية والروسية، يقدمون معلومات عن خدمات المدينة، حقوق والتزامات في المجتمع الايسلندي، السوق التجارية، الإقامة، الجنسية والمزيد.



w poniedziałki od 17 do 18 : Doradca s nauki i pracy pomoże Państwu określić zainteresowania, oceni dotychczasowe wykształcenie i doświadczenie zawodowe oraz przedstawi ocenę kwalifikacji zawodowych.

w środy od 17 do 18 : Doradcy Biura Praw Człowieka w Reykjavíku mówiący po islandzku, angielsku, polsku, litewsku i rosyjsku udzielają informacji o usługach oferowanych przez Miasto, prawach i obowiązkach w islandzkim społeczeństwie, rynku pracy, pozwoleniu na pobyt, uzyskaniu obywatelstwa, itp.



Lunes mula 17:00 hangang 18:00 : tumutulong sa Pang-edukasyon at bokasyonal na tagapayo mong tingnan at suriin ang iyong mga interes, pagtatasa ng naunang pag-aaral at karanasan at nagtatanghal ng pagpapatunay.

Miyyerkules mula 17:00 hangang 18:00 : Human Rights Consultant ng Reykjavik na nagsasalita ng Icelandic, Ingles, Polish, Lithuanian at Russian, ay nagbibigay ng impormasyon tungkol sa mga serbisyo ng lungsod, ang mga karapatan at obligasyon ng lipunan ng Iceland, pangkalakal, paninirahan, karapatan ng mamamayan, atbp.



Të hënave ora 17.00 – 18.00 : Këshillari arsimor ju ndihmon të identifikoni dhe analizoni interesat tuaja, vlerëson shkollimin tuaj paraprak ose përvojën e punës dhe ju njeh me procesin “Vlerësim i Aftësive”

Të mërkurave ora 17.00 – 18.00 : Këshilltarja e Zyrës së të Drejtave të Njeriut që flet islandisht, anglisht, polonisht, lituanisht dhe rusisht ju ofron informacion në lidhje me shërbimet e qytetit, të drejtat dhe detyrimet në shoqërinë islandeze, tregun e punës, lejet e qendrimit , të drejtat e qytetarëve , etj.

www.menntun-nuna.is

664 7706

menttun.nuna@reykjavik.is