

Breiðholtsblaðið

Dreift frítt í öll hús í Breiðholti

SEPTEMBER 2014

9. tbl. 21. árg.

Wilson's PIZZA

S. 581 15 15

3 staðir 1 símanúmer

Gnoðaryogi 44 - Ánanaustum og Eddufelli 6

Sveinsbakari

Hólagarði og Arnarbakka



Leiknir sigraði 1. deildina með glæsibrag og tókst að tryggja sér sæti í Pepsideildinni árið 2015. Félagið er þar með komið í deild þeirra bestu eftir um 40 ára baráttu í neðrideildum Íslenskrar knattspyrnu. Nánar er fjallað um Leiknissigurinn á bls. 14 og í forystugrein. Mynd: Pálmi Ásbjarnarson.

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

Lamba Hjörtu
Verð áður 459 kr./kg.
Verð núna 398 kr./kg.

Lamba Lifur
Verð áður 398 kr./kg.
Verð núna 298 kr./kg.

Lamba Nýru
Verð áður 298 kr./kg.
Verð núna 198 kr./kg.

Hauستtilboð



Ísfugl

Heill Kjúklingur
Verð áður 1.149 kr./kg.
Verð núna 798 kr./kg.

Pepsi og Pepsi Max
2. lítra
Verð áður 298 kr.
Verð núna 198 kr.

Mjólkursamsalan verður með kynningu föstudaginn 26. sept. á Skyrdrykkjum og smurosti.

Kjörís 1 lítar allar gerðir
Verð áður 769 kr.
Verð núna 598 kr.

Þín 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.

9. tbl. 21. árgangur

Breiðholtsblaðið er dreift frítt í öll hús í Breiðholti

Litla félagið með stóra hjartað

Leiknir - litla félagið með stóra hjartað - er komið í efstu deildina í íslenska fótboltanum eftir 40 ára baráttu í neðri deildum. Þetta er ekki aðeins sigur Leiknisstrákanna sem léku við Þrótt á Leiknisvellingnum með þeim ávinningi að komast í efstu deildina heldur er þetta sigur Breiðholtsins – einkum þess efra þar sem þetta félag hefur starfað næstum frá því hverfið reis af grunni. Skin og skúrir hafa skipst á í sögu Leiknis en einkunnarorðin ávallt verið að halda áfram.

Hvað áhuga og álit sem fólk kann að hafa á fótbolta sem slíkum hefur félagsstarfið hjá Leikni gert mörgum gott. Þar hafa börn og ungmenni átt þess kost að stunda íþróttir og þá einkum leikið fótbolta og einnig öðlast þann félagslega þroska og færni sem öllum er nauðsynleg á leið út í lífið. Þótt fótboltinn sé keppni þá er hann líka félagsíþrótt þar sem keppt er saman í liði. Því liggur í eðli hans að tengja fólk saman. Mynda samstöðu oft án tillits til annarra þátta mannlífsins.

Í Efra Breiðholti er eitt fjölbreyttasta samfélag fjölmenningar hér á landi þar sem fólk af ýmsum uppruna deilir byggðarlagi. Fótboltinn er slíku samfélagi einkar nauðsynlegur. Í honum getur fólk af ýmsum menningarstraumum og margvíslegum tungumálum náð saman. Átt sér samstöðu sem öllum samfélögum er nauðsynleg. Aðstandendur Leiknis í gegnum tíðina eiga það besta skilið fyrir öflugt og óeigin-gjarnt starf í fjóra áratugi. Full ástæða er til að óska Leikni og Leiknisfólki til hamingju með þennan stóra áfanga.

Sterkt félagsmálasvæði

Margvíslegt vetrarstarf er að hefjast í Breiðholti. Fyrst má nefna Fjölbreytta starfs- og viðburðaáætlun Menningar-miðstöðvarinnar Gerðubergs þar sem hvergi er slegið slöku við. Gerðuberg er einstakt í röð menningarstöðva hér á landi. Í um fjóra áratugi hefur margskonar menningu verið miðlað. Bókmenntir, myndlist og tónlist hafa átt þar fastan sess allt frá byrjun og síða hafa fleiri greinar bæst við. Má þar nefna hönnun sem dæmi enda nýtur hún mikils áhuga hér á landi um þessar mundir. Félagstarfið er einnig að hefja sína vetrardagskrá í Gerðubergi og í Árskógum. Fjölbreytni þess er stöðugt að aukast og full ástæða er til þess að vekja athygli á að það er fyrir alla. Ekki bara 60 ára og eldri eða óskilgreinda hópa heldri borgara.

Verkefnið „Menntun núna“ er að fara af stað en þar er um einstaka starfsemi að ræða þar sem miðað er að því að auka tækifæri fólks sem vill komast að námi á nýjan leik og einnig að tengja fólk af öðrum þjóðernum og menningarheimum í því umhverfi og samfélagi þar sem það býr. Einkum að auðvelda því að ná tökum á íslensku en einnig að efla möguleika þess á að viðhalda eigin tungumáli.

Haust- og vetrarstarf kirknanna er einnig að hefjast og margra félaga sem starfa í Breiðholti. Breiðholtið er sterkt félagsmálasvæði.

Hvernig má stuðla að virku tvítýngi

Móðurmál - samtök um tvítýngi stóðu fyrir námsскеiðinu „Málörvun barna í fjölbreyttum hóp, á leik- og grunnskólastigi“ fyrir móðurmálskennara í Hólabrekkuskóla um þar síðustu helgi eða 12. og 13. september. Að þessu sinni var námsstefnan í samstarfi við leikskóla Holt í Fellunum og Pólska skólann.

Aðalfyrirlesarinn á námsstefnunni var Barbara Noel Day en hún var með tvö erindi á föstudag og laugardag. Hún fjallaði m.a. um hvernig virkt samstarf foreldra og skóla stuðlar að virku tvítýngi, málörvun barna og betri árangri barna í skólum. Þá kynnti hún leiðir til málörvunar og þátttakendur tóku sjálfir þátt í nokkrum æfingum. Það er mikilvægt að kennarar og foreldrar líti á fjölbreyttan bakgrunn nemenda sem styrkleika til að byggja á og að þessi fjölbreytni feli í sér tækifæri til að efla tengsl og þátttöku foreldra í skólastarfinu.

Fróðlegir fyrirlestrar

Fríða Bjarney Jónsdóttir verkefnastjóri fjölmenningar í leikskólum Reykjavíkur fjallaði m.a. um læsisstefnu leikskóla Lesið í leik og fjölmenningarstefnu skóla- og frístundasviðs Heimurinn er hér. Fríða ræddi hvaða aðferðir geta verið gagnlegar til að stuðla að virku tvítýngi og benti á leiðir sem allir kennarar bæði móðurmálskennarar og leikskólakennarar geta notað til að efla málþroska og styðja börn á leið til læsis. Halldóra B. Gunnlaugsdóttir leikskólastjóri á Holtinu sagði frá Þemakassa-verkefninu. Þemakassarnir innihalda bækur og efni tengt þeim, sbr. dýr, leikskólinn, fjölskyldan, litir, form, hugtök og fleira. Í hverjum kassa er kennsluáætlun fyrir starfsmenn að fylgja, einnig sagði hún frá tilraunaverkefninu Virk-



Hópstarf á námskeiði um móðurmál sem haldið var í Hólabrekkuskóla á dögnum.

ir foreldrar. Maria Sastre sagði frá þriggja daga ráðstefnu sem hún sótti fyrir móðurmálskennara í Austurríki og Brynja Halldórsdóttir skipulagði Barnga sem er þvermenningarlegt spil sem nýta má í fræðslu um samskipti í fjölmenningarlegu samfélagi og Elena Martiner Pérez sagði frá samþættri nálgun til náms.

Hvernig má stuðla að virku tvítýngi

Í lok dags á föstudaginn var pallborð um móðurmálskennslu og málörvun í leik- og grunnskólum en í pallborðinu sátu Anh Dao Tran kennari í fjölmenningu við Menntavísindasvið HÍ, Skúli Helgason formaður skóla og frístundaráðs Reykjavíkurborgar, Guðjón Bragason frá Sambandi íslenskra sveitarfélaga, Líf Magneudóttir formaður Mannréttindaráðs Reykjavíkurborgar og Kristín Jóhannesdóttir skólastjóri Fellaskóla. Í umræðunum

kom fram að nú er unnið að því að skoða hvernig stuðla megi að virku tvítýngi og móðurmálskennslu í grunnskólum borgarinnar. Guðjón taldi að nauðsynlegt væri að ræða og finna lausnir fyrri minni staði á landsbyggðinni varðandi móðurmálskennslu. Í lok umræðna kom fram að mikilvægt væri að nýta þann mannauð sem byggir í Móðurmálskólunum og kallað var eftir aðkomu samtakanna að stefnumótun sveitarfélaga varðandi móðurmálskennslu og málörvun í skólastarfi. Þetta er í annað skipti sem samtökin Móðurmál bjóða sínum kennurum uppá slíka endurmenntun en í fyrsta sinn sem þau vinna í samstarfi við leikskólann Holt. Samstarfið opnaði fyrir upplýsingaflæði á milli formlegs skólastigs og móðurmálskennslu sem fer að mestu leyti fram utan skólatíma.

Grunnskólarnir undirrita samstarfsyfirlýsingu

Grunnskólarnir í Breiðholti, Breiðholtsskóli, Fellaskóli, Hólabrekkuskóli, Seljaskóli og Ölduselsskóli undirrituðu nýverið samstarfsyfirlýsingu. Samstarfið tekur til fjögurra sviða – nemenda, námsumhverfis, mannauðs og grenndarsamfélags. Í Breiðholti er áralöng hefð fyrir góðu samstarfi milli skóla og stofnana og hefur það leitt til fjölmargra smærri og stærri verkefna. Skólarnir hafa t.d. haft sameiginlega símenntunardaga nokkrum sinnum yfir skólaárið til að byggja upp sameiginlegt lærdómssamfélag til hagsbóta fyrir nemendur.

Í samstarfsyfirlýsinguinni sem stjórnendur skólanna undirrituðu á dögnum er lýst yfir sameiginlegum markmiðum og vilja til áframhaldandi samstarfs. Að sögn Kristínar Jóhannesdóttur skólastjóra í Fellaskóla varð yfirlýsingin til einmitt til að innsigla gott samstarf og festa það formlega í sessi. “Það gagnast hverjum skóla fyrir sig og skólasamfélaginu í Breiðholti sem heild og ber því jákvæða viðhorfi sem ríkir til samstarfs glögggt vitni.” Lögð



Skólastjórnarnir Jónína Ágústsdóttir, Hólmfríður G. Guðjónsdóttir og Þórður Kristjánsson undirrita samstarfsyfirlýsingu.

er áhersla á að styrkja skólana í Breiðholti sem lærdómssamfélag. Gott lærdómssamfélag verður aðeins til fyrir tilstilli góðrar og faglegrar samvinnu allra sem í skólunum starfa þar sem ríkir metnaður, traust, vandvirkni og virðing í hvívetna. Slíkt samstarf

er eðlilegt fyrir framþróun skólastarfs og eykur árangur nemenda. Í Breiðholti þykja gagnkvæmar heimsóknir starfsfólks grunnskólanna mikilvægar auk þess sem kappkostað er að nýta eftir föngum tækifæri til sameiginlegrar fræðslu og námskeiða.

Einkarekið apótek

Lágt lyfjaverð - góð þjónusta



GARÐS
APÓTEK
- rétt leið

Sogavegi við Réttarholtsveg

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

Haustdagar

1. - 4. október

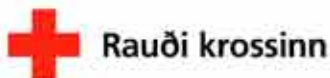
Fyrirtæki og verslanir í Mjódd bjóða upp á tilboð og afslætti dagana 1. - 4. október í tilefni haustdaga 2014.



Gullsmiðurinn
í Mjódd



Domino's



nettó

Opið verður til kl. 21:00 fimmtudaginn 2. október.

Verið velkomin í þægilegt og gott umhverfi,
við tökum vel á móti þér.

Næg bílastæði.

Mjóddin

V I Ð T A L I Ð

Okkur hefur liðið mjög vel í Seljahverfinu

Samúel Jón Samúels-son, heimilislæknir og yfirlæknir á Heilsu-gæslustöðinni í Mjódd spjallar við Breiðholts-blaðið að þessu sinni. Samúel er ísfirðingur í húð og hár og starfaði sem læknir á Ísafirði fyrstu árin eftir að Svíþjóðar-dvöl og námi lauk en flutti svo suður og tók við yfirlæknisstarf-inu í Mjóddinni 1988. Hann sett-ist að í Seljahverfinu með Þór-höllu Gísladóttur konu sinni og börnum. Það telur hann hafa verið heillaspor og hefur búið þar síðan. Hann segir kyrrðina í Kambaselinu þægilega. Eng-inn hávaði. Fátt að trufla. Engar umferðargötur fyrir börnin að fara yfir á leið í skólann og all-ar leiðir stuttar. Veðursældin í skjóli Esjunnar sé líka ótrúleg.

„Ég er að vestan, fæddur og uppalinn á Ísafirði. Mér finnst, þegar ég hugsa til baka að það hafi verið merkilegt að alast þar upp á sjötta áratugnum. Umhverfið var svo fjölbreytt, atvinnu- og mannlífið blandaðist saman og við krakkarnir vorum alls staðar inni á gaffli. Það var slippur rétt fyrir neðan heimili mitt. Við strákarnir fórum þang-að, vorum innan um skipavið-gerðarmennina, sáum þegar þeir voru að taka skipin upp, tjarga og unnu með stórar sagir og ýmis önnur verkfæri sem okkur þóttu forvitnileg. Við spjölluðum við þá, kynntumst þeirra heimi og störfum og fengum stund-um tjöru í dós til að leika okkur með. Fyrir neðan slippinn var árabátur sem við gátum tekið traustataki og róid út á pollinn. Svo var rækjuverksmiðja beint fyrir neðan okkur. Maður fékk

að fara þar inn og sjá þegar var verið að sjóða rækjuna og hand-pilla. Stundum fengum við rækjur í stóra dós til að fara með út og pilla. Ég á mjög góðar minningar um þetta sælgæti. Mér finnst ég aldrei í dag fá almennilegar rækjur, unnar rækjur eru verkaðar í svo miklu vatni að rækjubragðið hverfur næstum. Svo bar maður út blöð og seldi. Bláburðurinn var aldrei meiri en þegar leið að kosningum því þá voru stjórnmálaflokkarnir að gefa út blöð og dreifa þeim um bæinn. Þá fór maður inn í prentsmiðjuna, stóð við hliðina á setjaranum og sá hann raða blýinu og sá síðurnar verða til. Og svo voru bændur næstum inn í bænum með búpening sinn. Ég man eftir því að maður faldi sig á bak við stein til að fylgjast með heimaslátrun-inni, þegar skepnur voru aflifaðar og gerðar til. Fyrsta skrefið í að búa til matvörur. Ég fór líka tvö sumur í sveit, var um sex vikur í hvort skipti. Ég fór alla leið austur á Kirkjubæjarklaustur og var hjá séra Gísla Brynjólfssyni og Ástu. Presturinn var með nokkurn búskap, tvær til þrjár kýr og þar kynntist ég sveitastörfum eins og þau voru í gamla daga, þar á meðal að ná í kýrnar inn undir Systrastapa. Þá fór ég í mínar fyrstu flugferðir, flaug með Katalínunni frá Ísafirði og svo áfram með Þristinum til Fagurhólsmýrar og Kirkjubæjarklausturs. Ég held að öll þessi nálægð við atvinnulífið og hin daglegu störf fólksins hafi haft mjög góð uppeldisleg áhrif. Nú er ekki lengur hægt að fara niður að höfn í Reykjavík. Allt er læst af öryggis-ástæðum.“



Samúel Jón og Þórhalla Gísladóttir kona hans í garðinum heima í Kambaseli. Mynd: Þórhallur Gísli Samúelsson „Gossi“ en hann er yngri bróðir „Golla“ ljósmyndara Morgunblaðsins.

Ætlaði alltaf í læknisfræðina

„Ég fór í menntaskólann á Akureyri og eftir góð ár í norð-lenska bænum valdi ég læknisfræðina. Þegar ég lít til baka, finnst mér eins og aldrei neitt annað hafi komið til greina. Mér

gekk ágætlega að læra og hugsaði mikið um það þegar ég var strákur að ég ætti að verða læknir. Að loknu námi og framhaldsnámi í heimilislækningum í Svíþjóð kom ég heim. Þá var staðan öðruvísi en í dag. Nægt framboð var af læknum og erfitt gat verið að fá stöðu hér heima. Hugurinn stóð

til starfa í gamla heimabænum á Ísafirði, en þar losnaði staða. Ég tel það góða reynslu fyrir unga lækna að starfa út á landi. Ég var þó ekki einangraður á Ísafirði eins og er á sumum fámennum stöðum, einn af kostunum var tengingin við sjúkrahúsið. Fæð-ingardeild hefur alltaf verið starf-

Breiðholtsbúar: Ökuskólinn í hverfinu ykkar. Auk hefðbundins réttindanáms bíður Ökuskólinn í Mjódd upp á eftirfarandi fjölda námskeiða m.a.

- Ætlar þú að fara með ökunema í æfingaakstur? Við bjóðum upp á sérstakt leiðbeinendanámskeið vegna æfingaaksturs á tveggja vikna fresti.
- Þarf þú að bæta þekkingu þína á nýjungum í umferðinni? Bjóðum upp á bæði fræðilega og verklega þjálfun.
- Bóklegt nám fyrir alla flokka ökunáms.
- Meirapróf.
- Nýjung, ökuhermar notaðir við kennslu.
- Fagmennska í fararbroddi.



Upplýsingar og innritun í síma 567 0300. Ópið 10–17 alla daga.

andi við sjúkrahúsið á Ísafirði og um ein fæðing á viku til jafnaðar og einnig starfandi skurðlæknir og aðrir sérfræðingar. Það var gott að búa á Ísafirði þessi sjö ár og fjölskyldunni leið vel þar. “

Mikil kyrrð og allar leiðir stuttar

Talið berst að Breiðholtinu þar sem Samúel Jón hefur búið ásamt fjölskyldu sinni frá því að hann flutti öðru sinni frá Ísafirði. Hann segir það heillaspor að hafa flust þangað. „Okkur hefur liðið mjög vel í Seljahverfinu. Við vorum með fimm börn þegar við komum, elstu komin á framhaldsskólaaldur en það yngsta var á fyrsta ári. Við festum kaup á raðhúsi í Kambaselinu og ég held að við tölum enn um það í hverri viku hversu gott er að búa þar. Þarna er mjög rólegt. Mikil kyrrð. Enginn hávaði frá umferð og allar leiðir stuttar og veðursældin eftirtektarverð. Það var afskaplega gott að ala börnin upp við þessar aðstæður. Nálægðin við náttúruna mikil. Við hjónin nýtum okkur það, erum dugleg að fara í gönguferðir, konan gengur daglega og við förum flesta frídaga saman niður í Elliðaárdal og getum varla hugsað okkur lífið án þess. Ég man einhverju sinni að ég hafði verið að slá blettinn á bak við húsið, fór svo inn og þá voru sjónvarpsfréttirnar að byrja. Fyrsta fréttin var um óveður í Reykjavík og myndir af bátum að sökkva í smábátahöfninni. Ég varð aldrei var við þetta óveður hér efra. Við erum í svo miklu skjóli af Esjunni.“ Samúel Jón segir að þau hafi stundum skoðað önnur hverfi í Reykjavík en ekkert þeirra hafi freistað þeirra til þess að flytja úr Kambaselinu. „Við bjuggum í Vesturbænum þegar ég var í námi við Háskóla Íslands en með fullri virðingu fyr-

ir þeim bæjarhluta hafa gömul kynni við hann ekki orðið til þess að við höfum farið að horfa til vesturs. Við hjónin erum sam-mála um að hvergi sé betra að búa en í Breiðholtinu. En nú erum við bara orðin tvö eftir í kotinu, börnin farin að heiman og það venst bara nokkuð vel. Dæturnar tvær búa í Stokkhólmi en synirnir þrír í Reykjavík. Barnabörnin eru orðin sex. Við hittum börnin mikið og reynum að heim-sækja þau sem búa í Svíþjóð eins oft og við getum.“

Læknaskorturinn skapar erfiðleika

Samúel Jón hefur stýrt heilsugæslunni í Mjóddinni í Breiðholti um árabíl. Hann lætur vel af starfinu en segir að heimilislæknaskorturinn sé farinn að skapa veruleg vandamál. „Við höfum auglýst eftir læknum en engar umsóknir berast. Læknar eru líka að hætta vegna aldurs og ungu læknarnir ílengjast úti þar sem þeim bjóðast betri starfskjör. Við eigum að vera sjö læknar hjá heilsugæslunni Mjódd en það eru bara þrjár og hálf staða mönnum. Það þýðir að starfsálagið er allt of mikið. Við ráðum illa við þetta og það kemur niður á íbúunum í hverfinu. Biðtímar eru of langir. Við sem eftir erum þurfum að sinna skjólstæðingum læknanna sem hafa hætt og sem við þekkjum minna. Okkur líður ekki vel yfir því að geta ekki sinnt öllum eins vel og þyrfti að vera.“ Samúel Jón er þeirrar skoðunar að hver heimilislæknir eigi að hafa sinn hóp, fólk eigi að hafa sinn heimilislækni. „Þetta kerfi sem við búum við í heilsugæslunni gengur ekki upp að mínu mati. Þjónustan er þynnt of mikið út og fólk þýðir sem starfar þar er leitt og svekkt yfir að geta ekki sinnt öllum eins vel og það vill

gera. Ég er líka sannfærður um að það myndi lækka kostnað samfélagsins ef heilsugæslan yrði efl-d. Vegna þess hversu langa tíma tekur að fá tíma hjá heilsugæslunni leitar fólk á bráðadeildina sem er dýrari kostur. Fólk sækir þjónustu á sjúkrahús sem heilsugæslan á að veita.“

Alltaf haft áhuga á flugi

“Ég hef alltaf hreyft mig og hljóp mikið þegar ég var yngri. Í dag spila ég badminton og geng mikið. Áhugamálin eru mörg. Mér tókst að sannfæra konuna um að hún ætti að gefa mér mótörhjól í afmælisgjöf þegar ég yrði sextugur. Hún hélt í fyrstu að þetta væri bara í nösunum á mér en sá síðan að mér var full alvara með það. Hún gaf mér hjólið og hef ég gaman af því að rúnta á því þegar veðrið er gott. Ég held að hún hafi haldið að ég myndi fara mér að voða en það hefur nú ekki orðið sem betur fer. Ég reyni að fara gætilega.“ Samúel Jón er ekki alveg allur þar sem hann er séður. Eftir erilsaman dag fer hann stundum út á flugvöll og sest upp í litla flugvél. Hann segir gott að bregða sér öðru hvoru í loftið. „Talandi um Catalínuna og Þristinn hér áðan þá veit ég ekki hvort þessar fyrstu flugferðir kveiktu áhugann en ég hef lengi haft áhuga á flugi. Ísfríðingar eru líka mjög háðir góðum flugsamgöngum og flugvelli í Reykjavík. Á læknisár-unum á Ísafirði fór ég oft í sjúkraflug með Herði Guðmundssyni. Ég fékk stundum að grípa í stýrið hjá honum á heimleiðinni. Ég fór svo að læra að fljúga. Árið 1986 sendi Flugskóli Norðurlands okkur vél og kennara vestur. Við vorum 12 sem hófum námið. Við urðum að nýta tímann vel og oft var farið í flugtíma áður en vinna hófst að morgni. Ég tók svo

einkaflugmannsprófið á Akureyri 1987. Ég notfærði mér réttindin til þess að skreppa á milli staða fyrir vestan, flaug inn í Reykjaness og til Suðureyrar þar sem voru starfsstöðvar frá heilsugæslunni. Ég var auðvitað mest í þessu þegar veður var hagstætt. Áhuginn var svo mikill á þessum árum að ég smíðaði flugvél með félögunum og við keyptum líka sam-an gamla flugvél Tripacer 1953 model sem var skemmtileg en því miður eyðilagðist hún í lendingu á Hólmanvík. Það varð til þess að ég flaug lítið í mörg ár eftir að ég flutti suður. Raunar rétt til þess að viðhalda réttindunum. En eftir að ég gekk í Geirfugl hér í Reykjavík eftir síðustu aldamót fór ég að fljúga meira. Ég var fljótur að

komast aftur á skrið. Ég reyni að fara í loftið þegar veðrið er gott og ég hef tíma. Konan mín vildi aldrei fara með mér í flugferð á meðan börnin voru heima, fannst það óábyrgt og það var auðvitað alveg rétt hjá henni. Hún kemur stundum með núna. Samúel Jón segir að áhugaflugmennskan sé nokkuð dýrt sport. „Maður þarf að hafa mikinn áhuga og kosta nokkru til, til þess að gera þetta en það gildir nú um mörg áhuga-mál eins og t.d. hestamennsku. Það er líka dýrt að halda gæðing og hesthús,“ segir heimilislæk-nirinn, flugmaðurinn og Vestfirð-ingurinn sem fyrir löngu er orðin Breiðhyllingur.

Opið alla daga
frá kl. 11 til 23.



Lóuhólar 4, nálægt Dominospizza

Sími: 557 1414





Fjölbreytt kirkjustarf í Fella- og Hólakirkju!

Æskulýðsstarfið í Fella- og Hólakirkju er komið í fullan gang og það er ávallt mikið líf og fjör. Æskulýðsstarfið er fyrir börn og unglinga í 4. bekk til 10. Sunnudagaskólin er á sínum stað í vetur og eru sunnudagaskólakennararnir Pétur og Hreinn mæt-tir aftur til leiks og hafa engu gleymt. Brúðan Viktor kikir í heimsókn og verður margt skemmtilegt brallað. Sjáumst klukkan 11:00 á sunnudögum.

Dagskráin:
Leikjafjör í Fella- og Hólakirkju
Á fimmtudögum frá 17:00-18:00 verður leikjafjör í Fella- og Hólakirkju fyrir krakka í 4.-7. bekk. Dagskráin er mjög fjölbreytt og spennandi og er öll þátttaka ókeypis.

Unglingastarf í Fella- og Hólakirkju
Unglingastarfið verður í vetur á **fimmtudögum klukkan 20:00-21:30** fyrir hressa krakka í 8.-10. bekk.

Það er ókeypis að vera með í þessu skemmtilega starfi og vonumst við til að sjá ykkur sem flest.

Viltu vera í góðum félagsskap og langar að syngja í kór?
Þá er kór Fella- og Hólakirkju eitthvað fyrir þig! Við kirkjuna syngur um 25 manna blandaður kór undir stjórn Eypór Franzson Wechner, organista. Kórinn leiðir safnaðarsöng við messurnar á sunnudögum og flytur umfangsmeiri kórverk þegar við á. Einnig kemur kórinn fram við önnur tækifæri og fyrirhugaðir eru tónleikar í vetur. Kórinn æfir einu sinni í viku, á þriðjudagskvöldum kl. 19:30 til 22:00. Kórfélagar skiptast á að syngja í athöfnum. Kórinn vill bæta við söngfólk í allar raddir. Áhugasamir hafi samband við Eypór Franzson Wechner, Organista, sími 666 2261 eða netfang: eythor_franz9@hotmail.com

Eldir borgarastarfið er alla þriðjudaga og hefst með kyrrðarstund kl. 12:00 síðan fáum við okkur súpu í safnaðarheimilinu og eigum góða samverustund saman. Spilun og þrjónum og fáum góða gesti í heimsókn. Umsjónamaður Eldri borgarastarfsins er Kristín Kristjánsdóttir, djákni, sími 825 0051 eða netfang: k.k@mi.is



Listasmiðjan Litróf
Í Fella- og Hólakirkju skemmtilegt og fjölbreytt tónlistarstarf fyrir börn á aldrinum 8-15 ára. Áhersla er lögð á söng, leiklist, dans og hinar ýmsu listgreinar. Börnin fá þjálfun í að koma fram og taka þátt í skapandi starfi. Æfingar Litrófs fyrir 3. – 7. bekk eru á miðvikudögum kl. 16:00. Æfingar Litrófs fyrir 7. – 10. bekk eru á miðvikudögum kl. 17:00 Umsjón með starfinu hafa Sólveig Anna Aradóttir og Örn Ýmis Arason



Fella- og Hólakirkja
Hólaberg 88, 111 Reykjavík.
Sími 557 3280,
<http://kirkjan.is/fellaogholakirkja/>

Bókmenntanámskeið og ritþing um Jón Kalmann

Jón Kalmann Stefánsson rithöfundur mun sitja fyrir svörum á ritþingi í Gerðubergi síðari hluta októbermánaðar en margir hafa heillast af bókum hans í gegnum árin. Í tilefni af Ritþinginu verður boðið upp á námskeið laugardaginn 4. október kl. 13 til 17 þar sem fjallað verður um þrileikinn Himnaríki og helvíti, Harmi englanna og Hjarta mannsins.

Sögusvið bóka Jóns kalmanns er íslensk sjávarbyggð undir lok 19. aldar á þeim árum þegar stórtækar breytingar voru að eiga sér stað bæði í atvinnu-háttum og hugarheimi fólks. Á námskeiðinu verður sjónum meðal annars beint að söguviði og samfélagsmynd verkanna, ólíkum aðstæðum alþýðu og borgarastéttar og stöðu kynjanna. Þá verður einnig hugað að öðrum verkum Jóns Kalmans m.a. í tengslum við aðalpersónu þrileiksins, strákinn, og tengslum hans við aðra stráka sem birtast í verkum höfundarins. Fleira kann að bera á góma svo sem frásagnarháttur þrileiksins, hlutverk sendibréfa og mátt orðanna. Námskeiðið er í höndum Inga Björns Guðnasonar bókmenntafræðings. Hann útskrifaðist með meistaraþráðu í almennri bókmenntafræði



Jón Kalmann Stefánsson rithöfundur.

frá Háskóla Íslands ári 2009 og með BA gráðu frá sama skóla árið 2001. Meistaraprófsritgerð hans, „Skrifin bakvið Brekkuna“, fjallar um sveitasöguþrileik Jóns Kalmans sem kom út á seinni-hluta tíunda áratugarins. Ingi Björn hefur í um áratug birt ritdóma reglulega, m.a. á vefnum bókmenntir.is, í Víðsjá á Rás 1 og í Tímariti Máls og menningar. Hann er búsettur á Ísafirði en söguvið verkanna sem fjallað er um á námskeiðinu er einmitt norðanverðir Vestfirðir. Hann starfar við Háskólasetur Vestfjarða en hefur einnig starfað sem dagskrárgerðarmaður í Víðsjá á Rás 1 og á Gljúfrasteini – húsi skáldsins í Mosfellsdal.

Yfiringengilegur sóðaskapur



Lesandi Breiðholtsblaðsins hafði samband við blaðið og sendi því þessa mynd sem tekin var í Breiðholtinu nýlega. Á myndinni má sjá notaðan og trúlega ónýtan ísskáp sem komið hefur verið fyrir inn í trjárunna. Í þessu felst yfiringengilegur sóðaskapur og virðingarleysi fyrir nánast umhverfi. Tekið er á móti hlutum sem ekki er lengur not fyrir í stöðvum Sorpu. Þeir eiga ekki heima í trjágróðri né annarstaðar á útivistarsvæðum.

www.borgarblod.is

AÐENA

HÁRSNYRTISTOFA

Pangbakka 10 (MJÓDD) • Sími: 557-2053

Sýning á nafna- og skírnarkjólum í Gerðubergi

Hvað á barnið að heita er yfirskrift sýningar sem nú stendur yfir í Menningarmiðstöðinni Gerðubergi. Á sýningunni eru skírnar- og nafnakjólir eftir Berglindi Birgisdóttur. Berglind er menntaður textílkennari og klæðskeri. Hún hefur lengi unnið skírnar- og nafnakjóla úr endurunnum textíl undir yfirskriftinni Blúnda. Upphaf hugmyndarinnar má rekja allt aftur til ársins 2005 þegar hún fór með yngsta barn sitt í myndatöku.

Kjólir Berglindar eru saumaðir úr gömlum textíl með sögu. Grunnsgnið þeirra er afskaplega einfalt en þegar kjólarnir eru sniðnir lætur Berglind efniviðinn, sem getur verið gömul sængurver, dúkar, gardínur eða annað sem henni leggst til, ráða útkomunni. Hvort sett er þífa neðan á



Einn skírnar- og nafnakjóla Berglindar á sýningunni.

kjól, blúnda eða milliverk í hann miðjan ræðst af lögun og mynstri efnisins. Efnid getur verið slitið og/eða götött, og því nauðsyn-

legt að sníða eftir jaðri eða nýta efnid á annan hátt eftir mynstri þess. Með þessari aðferð verða engir tveir kjólar eins. Kjólarnir eru afskaplega fallegir og næsta víst að þeir munu kveikja minningar hjá þeim sem kannast við dúkamynstur, milliverk eða gardínuefni frá fyrri tíð. Kjólarnir njóta sín vel svífandi neðan úr lofti sýningarrýmisins sem kallað er Hornið og er á neðri hæð Gerðubergs. Lögð er áhersla á nöfn en íslensk stúlkna- og drengjanöfn þekja vegg, nafnabók er á staðnum og nafn dagsins er birt daglega. Sýningarstjóri er Kristín Þóra Guðbjartsdóttir. Sýningin stendur til 1. febrúar 2015 og er opin virka daga kl. 9 til 18 og kl.13 til 16 um helgar.

Heimspekikaffið á dagskrá Gerðubergs í vetur

„Að kunna að gefa með gleði og þakka af heilum hug er meira virði en margur hyggur, það er jafnvel forsenda velgengni í lífinu,“ segir Gunnar Hersveinn rithöfundur og heimspekingur sem annast hefur heimspekikaffið í Gerðubergi undanfarin ár. Heimspekikaffið hefur heppnast vel undanfarin misseri. Þar er fjallað á mannamáli um mikilvæg efni og víska gesta lokkuð fram með skemmtilegum umræðum. Dagskráin hefst hefst jafnan klukkan 20.00 og eru allir velkomnir.

Gunnar hóf vetrarstarfið 7. september sl. þar sem hann fjallaði um þakklæti og gjóf Gunnar Hersveinn býður upp á umræðu um mikilvæg hugtök. Næsta heimspekikaffi verður 15. október þar sem hann fær Vilborgu Davíðsdóttur rithöfund til liðs við sig en mun tala um hvernig þakklæti er stysta leiðin frá reiði og vanlíðan. Hún segir að þakklæti sé lykili að hamingju í alls kyns aðstæðum, jafnt í amstri hversdagsins sem í erfiðleikum og sorg vegna missis. Gunnar



Gunnar Hersveinn heimspekingur og rithöfundur.

mun svo þann 19. nóvember fjalla um mildi og ofbeldi og skapa umræður um mikilvæg viðhorf og viðbrögð.

Þrjú heimspekikaffi á vormisseri

Heimspekikaffið, sem hóf göngu sína haustið 2011 og hefur notið mikilla vinsælda. Þar stjórna Gunnar Hersveinn, heimspekingur og rithöfundur, lífandi

umræðum um ýmis málefni sem eru ofarlega á baugi og fær til sín góða gesti. Í vor verða þrjú heimspekikvöld.

Gunnar Hersveinn hefur tekið virkan þátt í samfélagsumræðunni til margra ára og skrifað bækur um gildi lífs og þjóðar. Þær heita Gæfuspor - gildin í lífinu, Orðspor - gildin í samfélaginu og Þjóðgildin - sprottin af vísu þjóðar. Hann hefur jafnframt gefið út ljóðabækur, nú síðast ljóðaumslagið Sjöund. Gunnar Hersveinn hefur einnig starfað sem blaðamaður og hlotið verðlaun og viðurkenningar fyrir greinaskrif og framlag sitt sem samfélagsrýnir. Heimspekikaffið er hluti af dagskrá á miðvikudagskvöldum í Gerðubergi. Fyrsta miðvikudagskvöld hvers mánaðar er Handverkis-kaffi, annað miðvikudagskvöld er Spilakaffi, það þriðja er Heimspekikaffi og það fjórða er Bókakaffi. Það er því um að gera að líta við, eiga notalega stund í kaffihúsinu og taka þátt í skemmtilegri og fræðandi dagskrá.

Ljóðajazz í hádeginu

Þann 19. október verður svo nefndur ljóðajazz fluttur í hádeginu í Gerðubergi. Ljóð eru efnistök þessara einstöku tónleika en Leifur Gunnarsson hefur samið safn verka við íslensk ljóð í gegnum árin.

Í frétt frá Gerðubergi segir að í verkunum tvinnast saman fallegir og lýrískir textar við norræna hljómfleti og spuna. Flytjendur eru Ingrid Ör Kjartansdóttir sem syngur, Kjartan Valdemarsson leikur á píanó og Leifur Gunnars-



Sigurður Flosason.

son leikur á kontrabassa. Dagana 14. og 16. nóvember n.k. verður flutt tónlistardagskrá í hádeginu í Gerðubergi sem nefnist Mínir uppáhalds standardar. Þar fer Sigurður Flosason saxafónleikar fyrir fríðum flokki hljóðfæraleikara í gegnum nokkra af sínum uppáhalds jazzstandörðum. Með honum spila Agnar Már Magnússon á píanó, Leifur Gunnarsson á kontrabassa og Einar Scheving á trommur.

www.breiðholt.is

Haustið fer vel af stað í Fab Lab í Fellagörðum

Haustið fer vel af stað í Fab Lab (Fabrication Laboratory) í Fellagörðum. Fjöl margir nemenda- og starfsmannahópar komu í kynnisferð í smiðjuna þar á meðal starfsmenn í Þjónustumiðstöð Breiðholts og hjá Mími símenntun. Nemendur í Fab Lab áfanga í Fjölbautarskólanum í Breiðholti (FB) og nemendur í 10 bekk í Fella- og Hólabrekkuskóla eru að vinna í Fab Lab.

Fab Lab Reykjavík í Fellagörðum opnaði 24. janúar 2014 og er samstarfsverkefni Reykjavíkurborgar, Fjölbautarskólans í Breiðholti og Nýsköpunarmiðstöðvar Íslands. Fab Lab er stafræn smiðja þar sem þú getur fengið aðstoð við að nýta stafræna tækni til að láta hugmyndir þínar verða að veruleika hvort sem um er að ræða vörubróun eða listsköpun. Í smiðjunni er eingöngu stuðst við opin hugbúnað og þar hefur fólk aðgengi að ferlum og tækjum á borð við vélilskera, þrívíddarprentara, laserskera og fræsara. Þá er hægt hanna og forrita rafrásir, búa til mót og afsteypur.

Öll notkun á tækjum er ókeypis

Fab Lab Reykjavík var fjórða Fab Lab smiðjan sem opnuð var á Íslandi og hluti af alþjóðlegu samstarfsneti Fab Lab smiðja í heiminum. Öll notkun á tækjum er ókeypis en fólk getur keypt efni í uppfinningar sínar á kostnaðarverði eða komið með efni sjálft. Hugmyndafræði Fab Lab snýst um að bygja upp og deila þekkingu og því þurfa notendur eða nýttendur Fab Lab að miðla reynslu sinni til annarra. Hægt er að líta við í Fab Lab á opnum tímum á þriðjudögum eftir hádegi eða á fimmtudagskvöldum en þá er opið til klukkan níu. Jafnframt er hægt að panta tíma og aðstoð eftir hádegi alla virka daga en grunn- og framhaldsskólar í hverfinu og Reykjavík nýta Fab Lab fyrir hádegi. Í Fab Lab starfa fjórir starfsmenn í tveimur stöðugildum Bas Withagen er framkvæmdastjóri Fab Lab Reykjavík og starfsmaður Nýsköpunarmiðstöðvar

stöðvar, Linda Wanders, Jasmin Vajzovic og Stefania Kristinsdóttir frá Fjölbautarskólanum í Breiðholti. Bæði Linda og Bas eru útskrifuð úr Fab Akademiunni og hafa umtalsverða reynslu að vörubróun, kenningu og ráðgjöf í Fab Lab.

Nám í Fab Lab

Í haust fór af stað Fab Lab áfangi í Fjölbautarskólanum í Breiðholti Fab Lab 103. Námið fer fram í Fab Lab tvo morgna í viku þar sem nemendur nýta möguleika stafrænnar tækni, frjáls hugbúnaðar við hönnun og framleiðslu. Kennt er á tvívíddar og þrívíddar teikniforrit á borð við Inkscape og Google Sketchup, þar sem þau vinna hönnunarverkefni sem eru síðan framkvæmd eða prentuð út í vélum Fab Lab. Boðið var upp á valáfanga í 10. bekk í Fella- og Hólabrekkuskóla Fab Lab og tækni í samstarfi við FB. Tilgangur áfangans er að kynna verk- og tækninám fyrir nemendum. Nemendur kynnast námi á tveimur brautum í FB þ.e. rafvirkjabraut og húsasmiðabraut auk þess að kynnast Fab Lab smiðjunni. Áfanginn er að öllu leyti verklegur og fá nemendur tilsögn undir handleiðslu kennara brautanna allan tímann auk þess verður þeim kynnt starfssvið húsasmiða og rafvirkja. FB Kennararnir Heimir Jónsson, Júlíus Júlíusson og Soffía M. Magnúsdóttir halda utan um kennsluna en Soffía sér jafnframt um Fab Lab áfangann í FB auk þess að kenna kennurum. Námskeiðið Litla uppfinningaskólinn nýtti sér aðstöðuna í Fab Lab í sumar en Rósa Gunnarsdóttir, doktor í nýsköpunarfræðum, hannaði námskeiðið fyrir börn á aldrinum 9-12 ára. Krakkarnir leita eftir þörfum í samfélaginu, finna lausnir á þeim og heimsækja Fab Lab til að búa til líkön og frumgerðir.

Nýsköpun í Fab Lab - frumgerðir verða til í Fab Lab

Fjöl margir frumkvöðlar hafa nýtt sér þau



Stimplar sem Halla Kolbeinsdóttir hefur gert.



Frá kennslu í Litla uppfinningaskólanum.

tækifæri sem felast í Fab Lab en smiðjan hentar vel til þess að vinna að frumgerðum sem síðan eru jafnvel sendar í fjöldaframleiðslu erlendis. Meðal hönnuða sem hefur nýtt sér aðstöðuna er Ragnar Kristjánsson sem hannar undir vörumerkinu Borkur design en hann hefur nýtt Fab Lab til að þróa frumgerðir að símahulstrum sem hann selur í ýmsum lífsstíls- og minjagripabúðum s.s. Minju, Macland og Epal.

Stimplar og framleiðsla á kortum

Halla Kolbeinsdóttir er frumkvöðull úr tæknigeiranum sem ákvað í kjölfar starfsbreytinga að láta gamlan draum rætast um að vinna með eigin hönnun. Í haust hefur Halla unnið að hönnun og gerð stimpla í Fab Lab sem hún notar síðan til að framleiða gjafakort. „Mig langaði til að byrja á einhverju einföldu til að kynnast vörubróunarferlinu. Stimplarnir eru nú klárir og fyrstu frumgerðirnar af kortunum sem hún selur á Etsy.com undir merkinu The Gentlewomen. Það var frábært að vinna í Fab Lab. Linda og Bas, starfsmenn Fab Lab, kenndu mér á tækin og voru mjög hjálpleg í þróunarferlinu. Næstu skref hjá mér eru markaðsmálin til að koma kortunum á



Bas Withagen framkvæmdastjóri Fab Lab Reykjavík og starfsmaður Nýsköpunarmiðstöðvar að kenna krökkum.

framfæri. Ég vonast til að læra af þessari prufu til að nýta mér í þróun á næstu hugmynd. Sjáumst í Fab Lab! Halla deilir reynslu sinni af þróun simplananna á http://wiki.fablab.is/wiki/Lasercut_linoleum_stamps.

Hún mun einnig kynna vöruna sína og vörubróunarferlið á opnu húsi Félags kvenna í atvinnulífínu og Fab Lab þann 24. september næstkomandi.

Félagsstarf í Breiðholti

Félagsstarf á vegum Reykjavíkurborgar er starfrækt á tveimur starfsstöðum Þjónustumiðstöðvar Breiðholts: í Félagsstarfinu í Gerðubergi og í Félagsmiðstöðinni Árskógum 4.

Félagsstarfið er fyrir alla fullorðna og opið alla daga. Frjálst starf og ókeypis aðstaða er fyrir hendi en einnig er starf þar sem þátttakendur greiða fyrir umsjón leiðbeinenda. Eins eru haldin ýmis námskeið sem verktakar sjá um.

Dagskrá liggur frammi á staðnum og einnig má nálgast hana á www.breidholt.is, undir félagsstarfi. Notendaráð er starfandi í báðum félagsmiðstöðvunum.

Félagsmiðstöðin Árskógum 4 sími 535-2700

Boðið er upp á allskonar hreyfingu í Árskógum og best að athuga dagskrá.

Þeir sem áhuga hafa á að spila hvort heldur Bids, Canasta eða félagsvist skoði dagskrá.

Helgistund er í umsjón presta frá Seljakirkju.

Matur er seldur í Árskógum, reglur og **matseðil má finna á www.breidholt.is undir félagsstarf.**

Félagsstarfið í Gerðubergi sími 575-7720

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

Þrónakaffi er á föstudögum í umsjá hressra kvenna.

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

Billjard er að fara af stað, góð aðstaða í nýju rými.

Helgistund er í umsjón presta frá Fella- og Hólabrekkuskólum.

Matur er seldur í Gerðubergi, reglur og **matseðil má finna á www.gerduberg.is**





Menningarmiðstöðin
Gerðuberg

JAZZ Í HÁDEGINU



17. október föstudag kl. 12.15 – 13.00
19. október sunnudag kl. 13.15 – 14.00
LJÓÐAJAZZ
Safn tónverka við íslensk ljóð eftir Leif Gunnarsson. Hér tvinnast saman fallegir og lýriskir textar við norræna hljómfleti og spuna.

Flytjendur: Leifur Gunnarsson leikur á kontrabassa, Kjartan Valdemarsson á píanó og Ingrid Örk Kjartansdóttir syngur.



14. nóvember föstudag kl. 12.15 – 13.00
16. nóvember sunnudag kl. 13.15 – 14.00
MÍNIR UPPÁHALDS STANDARDAR
Sigurður Flosason leiðir fríðan flokk hljóðfæra-leikara í gegnum nokkra af sínum uppáhalds jazzstandörðum.

Flytjendur: Sigurður Flosason leikur á saxafón, Agnar Már Magnússon á píanó, Leifur Gunnarsson á kontrabassa og Einar Scheving á trommur.

KLASSÍK Í HÁDEGINU



26. september föstudag kl. 12.15 – 13.00
28. september sunnudag kl. 13.15 – 14.00
FRAUENLIEBE UND LEBEN
Robert Schumann samdi ljóðaflokkinn árið 1840, sama ár og hann giftist æskuástinni sinni Klöru. Textinn endurspeglar líf hans og fjallar um ástina, hjónabandið og dauðann.

Flytjendur: Þóra Einarisdóttir sópran og Nína Margrét Grímsdóttir píanóleikari.



24. október föstudag kl. 12.15 – 13.00
26. október sunnudag kl. 13.15 – 14.00
ENGLAHORN OG LÁGPÍPA
Á efnisskránni er flæmsk, frönsk og þýsk tónlist eftir tónskáldin Loeillet, Carl Maria von Weber og hið gáskafulla Tríó Francis Poulenc.

Flytjendur: Daði Kolbeinsson óbóleikari, Darren Mikaelsson fagottleikari og Nína Margrét Grímsdóttir píanóleikari.



28. nóvember föstudag kl. 12.15 – 13.00
30. nóvember sunnudag kl. 13.15 – 14.00
ARÍUR INGIBJARGAR
Ingibjörg flytur úrval af uppáhaldsaríum sínum og óperuaðdáenda um allan heim.

Flytjendur: Ingibjörg Guðjónsdóttir sópran og Nína Margrét Grímsdóttir píanóleikari.

Ókeypis
aðgangur

Menningarmiðstöðin Gerðuberg | Gerðubergi 3-5
111 Reykjavík | Sími 575 7700 | gerduberg@reykjavik.is
www.gerduberg.is | www.facebook/gerduberg.is

www.borgarblod.is

www.tattoo.is

CLASSIC TATTOO
REYKJAVÍK

Opið 12:00-19:00 mánudaga til föstudaga

tattoo@tattoo.is

Fjöldi fólks samgladdist Erró við Álftahóla

Fjöldi fólks mætti til að líta listaverkið augum og að samgleðjast Erró og Reykjavíkurborg með verk hans sem komið hefur verið fyrir á gaffli hússins við Álftahóla 4 til 6 þegar því var formlega fagnað á dögunum. Efri hluti myndarinnar sést úr mikilli fjarlægð en neðri hlutinn birtist svo þegar komið er nálægt myndinni. Dagur B. Eggertsson borgarstjóri lýsti í ávarpi sínu við athöfnina mikilli ánægju með verkið og samstarf við listamenn um að færa listina inn í Breiðholt en borgarráð ákvað á síðasta ári að fjölga listaverkum í opinberu rými í hverfinu til að fegra það, skapa umræðu og laða gesti borgarinnar þangað.

Hugmyndin með uppsetningunni er að láta listaverkið kalla fólk langt að og bjóða því inn í hverfið til að njóta heildarmyndarinnar. Erró útfærði teikningu sína í samráði við Listasafn Reykjavíkur á tvær byggingar í Breiðholti, annars vegar á Álftahóla og hins vegar á íþróttamiðstöðina við Austurberg. Figúrur úr myndinni á gafflinum á Álftahólum verða stækkaðar á bogadreginn vegg íþróttahússins við



Þrír málara á staðnum þeir Arnar, Helgi Grétar og Erró höfundur listaverksins.

Austurberg. Erró er heiðursborgari Reykjavíkur og hefur í gegnum tíðina sýnt Reykjavíkurborg og Listasafni Reykjavíkur rausnarskap með því að gefa safninu verk sín. Verk eftir Erró hafa verið sýnd á mörgum helstu söfnum Evrópu og víða um heim.

Veggmyndir hans prýða merkar byggingar í mörgum borgum og hafa mikið aðdráttarafl og aukið umhverfisgæði þar sem þær hafa verið settar upp.

Er kominn tími til að gera eitthvað?

Námskeið sem opna þér nýjar leiðir



Hringsjá býður úrval af öðruvísi og spennandi námskeiðum sem hafa hjálpað mörgum að komast aftur eða í fyrsta sinn af stað til meiri virkni, meiri lífsgæða og fleiri valkosta í námi eða starfi

Námskeiðin eru sniðin fyrir einstaklinga, 18 ára og eldri sem hafa verið frá vinnumarkaði eða námi vegna slysa, veikinda, félagslegra erfiðleika eða annarra áfalla. Námskeiðin geta líka hentað þeim sem hafa litla grunnmenntun eða hafa átt erftitt með að tileinka sér hefðbundið nám. **Auk námskeiða býður Hringsjá líka fullt nám í 3 annir.**

Um er að ræða eftirfarandi námskeið:

Fjölskyldan og ég	Með aukinni þekkingu tileinka þáttakendur sér leiðir til að verða betri fjölskyldumeðlimir, makar og uppalendur.	Í fókus - Að ná fram því besta með ADHD	Eykur skilning á ADHD (athyglisbresti/ofvirkni) og hvernig hægt er að ná betri tökum á ADHD
Minnistækni	Kennd er tækni til þess að efla og bæta minnið. Hentar þeim sem eiga við gleysku eða skert minni að stríða.	Sjálfstyrking	Styrkir nemendur í að tjá sig, sýna öðrum örugga framkomu og almennt að vera til!
TÁT - Tök á tilverunni	Bjargráð og færni í að takast betur á við daglegt líf og hindranir sem upp koma.	Tölvugrunnur	Tölvunotkun fyrir byrjendur. Unnið á eigin hraða með aðstoð.
ÚFF - Úr frestun í framkvæmd	Farið yfir ástæður frestunar, einkenni og afleiðingar. Fyrir þá sem vilja hætta að fresta og fara að ná árangri í lífinu.		



Frekari upplýsingar og skráning hjá Hringsjá í síma 510 9380 eða á hringsja.is

Félagsstarfið er fjölbreytt og öllum opið

Nú er félagsstarfið í Árskógum, Gerðubergi og í Seljahlíð komið af stað af fullum krafti eftir sumarið. Breiðholtsblaðið hittir Ágústu Halldóru Gísladóttur forstöðumann í Árskógum, Önnu Kristínu Bjarnadóttur forstöðumann í Gerðubergi og Arngunni Atladóttir deildarstjóra félagsstarfsins á heimili aldraðra í Seljahlíð. „Við byrjum á föstu liðunum eins og venjulega. Höldum stutt námskeið í hinu og þessu eftir því sem eftirspurn er. Þessi námskeið geta verið frá einu skipti og upp úr, hvert um sig. Þeir sem eru búnir að vera í félagsstarfinu áður og jafnvel árum saman þekkja þetta og vita oft hvað þeir vilja gera. Postulínsnámskeiðin eru eitt af því sem ætíð nýtur vinsældar og línudansinn er líka mjög vinsæll,“ segir Anna Kristín en hann hefst núna 18. sept. kl. 13 í Félagsstarfinu Gerðubergi.

Listvinna og fönður eru vinsæl í félagsstarfinu. Eitt af því sem farið er af stað í Gerðubergi er svokallað pappamódelnámskeið þar sem Einar Jónasson sem hefur verið að fást við að búa til og skapa hluti úr pappa mun kynna módelsmíðina og kenna fólki að nota þetta hráefni til sköpunar og að gera hluti á borð við gjafaðskjur, byggingar og aðra muni. Ekki hefur verið boðið upp á þetta áður í Gerðubergi og gaman verður því að fylgjast með áhuganum og þátttökuinni – já bara hvernig þetta muni takast til.

Viljum fá hugmyndir frá fólkinu sjálfu

Ágústa H. Gísladóttir verkefnastjóri félagsstarfs í Breiðholts segir að auk hefðbundinna námskeiða muni verða efnt til nýjunga eftir því sem áhugi verður fyrir. „Við viljum fá sem mest af hugmyndum frá fólkinu sjálfu. Spyrja á hverju það hafi áhuga og hvað það langi til að gera. Nú er boðið upp bútasauksnámskeið í Árskógum og tölvunámskeið á vegum verkefnisins

Menntun núna og tölvuverið í félagsstarfinu í Gerðubergi verður opið á milli kl. 10 og 12 á föstudögum.“ Ágústa segir að fleiri og fleiri hafi áhuga á tölvum. Bæði sé um að ræða fólk sem aldrei hafi kynnst tölvutækni en einnig aðra sem auka vilji við færni sína og þá ekki síst við að leita sér upplýsinga á netinu. Anna Kristín tekur undir þetta og segir opnun tölvuversins jákvæða og góða viðbót við annað starf. Í Árskógum er boðið upp á allskonar hreyfingu og best að athuga dagskrána. Brides og félagsvist er spilað á miðvikudögum en Canasta eftir áhuga og atvikum. Þá má geta þess að hádegismatur er seldur í Árskógum alla virka daga og matseðil má finna á www.breidholt.is undir félagsstarf. Í Gerðubergi er ýmis hreyfing í boði fyrir unga sem aldna svo sem sjálfbær gönguhópur sem gengur saman frá Gerðubergi um hverfið tvisvar í viku. Þrónakaffi og bútasauður er í umsjá hressra kvenna. Gerðubergskórinn er með æfingar tvisvar í viku undir stjórn Kára Friðrikssonar. Helgistund er í öllu félagsstarfi í umsjón presta.

Ræktunarhópur í Gerðubergi

Á liðnu sumri var efnt til ræktunarhóps í félagsstarfinu í Gerðubergi en félagsstarfið var opið í allt sumar. „Við byrjuðum aðeins með þetta og fórum hægt af stað. Létum smíða nokkra ræktunarkassa sem var komið fyrir hér á lóðinni. Hér er fólk sem hefur áhuga á heimaræktun og ætlunin er að auka þetta næsta sumar. Koma fleiri kössum fyrir og jafnvel að finna þeim betri og sólríkari stað hér fyrir utan. Ég hef áhuga á að fleiri muni koma til með að taka þátt í þessu þegar aðstaðan batnar,“ segir Anna Kristín og bíður tíðindamanni að ganga á bak við hús og líta á gróðurinn. „Þetta spratt ekki alveg nægjanlega vel í sumar enda ekki mjög sólríkt en trén hér í kring skyggja líka nokkuð á. Á þessu ætlum við að ráða bót,“ segir Anna Kristín.



Anna Kristín Bjarnadóttir og Ágústa H. Gísladóttir gæða sér á heimaræktuðu grænmeti í bakgarði Gerðubergs.

Félagsstarfið er öllum opið

Ágústa kveðst sérstaklega vilja leggja áherslu á að félagsstarfið er öllum opið án tillit til aldurs eða annarrar stöðu í samfélaginu. „Ég veit að þess misskilnings gæti enn að félagsstarfið sé eingöngu fyrir heldri borgara. Það á rætur í upphafi þess þegar neðri aldurstakmörk voru sett en löngu er búið að afnema þau. Hingað eru allri velkomnir og ekki síður að leggja fram hugmyndir. Þetta getur verið tilvalið fyrir hópa að tala sig saman, koma með eigin hugmyndir og gera eitthvað skemmtilegt með tímann sinn. Góður göngu- og leikfimi hópur hefur valið að hafa aðstöðu í ÍR-heimilinu einu sinni í viku, borgar leikfimi-kennaranum sem er verktaki, kemur síðan og borðar hádegismatinn hér í Árskógum. Oft er erfiðast að byrja,“ heldur Ágústa áfram. Stíga fyrstu skrefin en hugmyndirnar fæðast oft þegar fólk er komið af stað. Það er okkar reynsla. Fólk þekkir ekki til starfsins og telur að þar sé ekkert að finna við þess hæfi. Oft hefur gefist vel fyrir fólk að koma í kaffi og spjalla og svo er líka

nauðsynlegt að fréttir af starfinu berist frá manni til manns.“ Anna Kristín og Ágústa segja að fólk sem hefur tekið þátt í félagsstarfinu ef til vill um lengri tíma verði að láta það berast til annarra. „Við erum opnar fyrir öllu og erum reiðubúnar til þess að gera okkar besta til þess að vinna með fólki. Nú er bara að láta sjá sig og heyra sér. Það getur orðið vísir að meiru,“ segja þær Anna Kristín og Ágústa Halldóra.

Fjölbreytt félagsstarf í Seljahlíð

Félagsstarfið í Seljahlíð er með nokkuð öðrum hætti. Þar er ekki um opið félagsstarf að ræða. Starfið er til húsa í kjallara Seljahlíðar og er opið alla virka daga kl. 8.30 til 16.0 nema á föstudögum hefst það kl. 10.00 og stendur til kl. 14.00. Arngunnur Atladóttir segir að í handverkinu sé boðið upp á almenna handavinnu, t.d. leirmótun og kertagerð. Innanhússjónvarp er í gangi með praktískum upplýsingum þar á meðal matseðil og fróðleik. Heimilisfólk getur stillt á ákv. rás á sjónvarptækinu hjá sér. Ágætt bókasafn er og opið alla virka daga, þeir sem ætla að fá bækur að láni hafa samband við starfsmenn félagsstarfs. Nettengda tölvuverið er opið alla daga og er staðsett í kjallara. Níu holu púttvöllur er sunnan megin við húsið, flögg, kylfur og kúlur eru í vörslu starfsmanna félagsstarfs. Þá má geta þess að Seljakráin er opin fyrsta föstudag í hverjum mánuði kl.16.00 til18.00. Margir viðburðir eru á dagskrá Seljahlíðar. Má þar nefna dekurstund þar sem boðið er upp á handarbað og nudd fyrir þá sem kjósa. Leikfimi er alla daga. Boccia er spilað á mánudögum og lestur úr dagblöðum og bókum eru fastir liðir í félagsstarfinu. Menningardagar, Seljagleði og þorablót eru á sínum stað í tilveru félagsstarfsins í Seljahlíð auk margs annars.

Þjónustumiðstöð Breiðholts auglýsir

Við leitum að starfsmönnum í skemmtilega og gefandi vinnu. Um er að ræða stuðningsþjónustu í Breiðholti.

Óskað er eftir fólki í hlutastarf eða tímavinnu. Vinnutími er sveigjanlegur.

Helstu verkefni stuðningsþjónustu eru:

- Stuðningsfjölskyldur fyrir börn með fötlun eða raskanir.
- Félagsleg liðveisla eða stuðningur við einstaklinga með fötlun.
- Félagslegur stuðningur við börn og ungmenni.

Hæfniskröfur:

- Góð, almenn menntun.
- Aldur yfir 18 ára.
- Hæfni í mannlegum samskiptum, samstarfshæfni og sveigjanleiki.
- Vilji og löngun til að starfa með fólki.
- Sjálfstæði og frumkvæði.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Reykjavíkurborgar og Starfsmannafélags Reykjavíkurborgar.

Vegna sértækra þjónustubarfa eru karlmenn sérstaklega hvattir til að sækja um í stuðning við börn og ungmenni og fyrir einstaklinga með fötlun.

Hægt er sækja um starf með því að senda ferilskrá á netfangiðbreidholt@reykjavik.is.

Nánari upplýsingar um starfið veita Þuríður Sigurðardóttir eða Lára S. Baldursdóttir í síma 411-1300 eða með því að senda fyrirspurn á ofangreint netfang.



Valdefling
Samþætting
Framþróun



Heit súpa allan daginn.

Djúpsteiktur fiskur og franskar.

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

SJÁVARHÖLLIN
— Fish & Chips —

Heimilisfang
Hólagarði
Lóuhólum 2-6
111 Reykjavík

Tiltekt, skák og umferðamál í brennidepli



Kerran fannst á skólalóðinni og var ákveðið að skila henni í Bónus.

Nemendur í bekk 42 í Hólabrekkuskóla fóru ásamt kennara að morgni 11. september og tóku til á skólalóðinni. Ýmislegt var lagfært og inkaupakerru sem þar fannst var skilað í Bónus í Hólagarði.

Margt er á döfinni í Hólabrekkuskóla á haustdögum og m.a. ætla skólinn að bjóða nemendum í 2. til 7. bekk upp á skákkennslu þeim að kostnaðarlausu þar sem þau Páll Þórsson og Birna Sigurjónsdóttir annast kennslu. Hóla-

brekkuskóli á sér langa skákhefð sem vert er að halda við. Umferðarmálin eru einnig í brennidepli skólastarfsins á haustnóttum. Tveir starfsmanna hans sinna nú gangbrautarvörslu á þeim tímum sem flestir nemendur eru á leið til skóla. Þá hafa forráðmenn sem fylgja börnum sínum í skólann verið hvattir til að vera þeim góðar fyrirmyndir með því að nota gangbrautir og gangstéttir en varast að vera á gangi á akbrautum.

Fjölbreytileikinn túlkaður í grindverki

Grindverk við Fellaskóla í Breiðholti vekur verulega athygli. Þetta er verk nemenda og starfsfólks skólans sem hafa málað grindverk við skólann í öllum regnbogans litum. Grindverkið á að mynda tákn um mannbreytileikann í skólasamfélaginu. Sérhver nemandi og sérhver starfsmaður málaði einn staf í grindverkinu í sínum lit. Hver stafur er því táknrænn geisli í litrófi skólasamfélagsins í Fellaskóla en skólinn er eitt stærsta fjölmenningarsetur hér á landi og margbreytilega menningaráhrif eru ráðandi.

Það er Daníel Heiðar Guðjónsson list- og verkgreinakennari sem átti hugmyndina að verkinu og bar hitann og þungann af því að koma því í framkvæmd. Hann segir að líta megi á verkið Litróf sem sameiginlegt ljós allra í Fellaskóla, horfa megi á það sem málverk og skúlptúr sem er síbreytilegur eftir því hvaðan á það er horft. Alls komu 318 nemendur skólans að verkinu og málaði hver sinn staf í litrófið auk þess sem 70 starfsmenn tóku sér pensil í hönd. Enn eru þó nokkrir stafir ómálaðir og með því verður að sögn Daníels sköpunarpláss fyrir þá sem eiga eftir að koma í skólann. „Þetta er fyrst og fremst táknmynd fyrir okkur hér í skólanum og þörf áminning um hversu fjölbreytt fólk er hér og með margbreytilegan bakgrunn.“

Miklar breytingar á lóð Fellaskóla

Á undanförnum árum hefur skólalóðin við Fellaskóla tekið gagngerum breytingum. Dagný Bjarnadóttir landslagsarkitekt annaðist hönnum hennar sem skiptist upp í leiksvæði fyrir ólík aldurstig. Rauður þráður tengir saman leiksvæðin á myndrænan hátt og býður jafnframt upp á leikmöguleika þar sem hann er mótaður í hæðir og lagður mjúku gúmmíefni. Litir eru notaðir á markvissan hátt, til að lífga upp á svæðið og skapa



Regnbogi skólasamfélagsins í Fellaskóla.



Rauður þráður tengir leiksvæðin og skemmtileg form.

hlýlegt yfirbragð. Þá hafa verið útbúnir setstallar, eins konar útileikhús sem nýtist fyrir sýningar og tónleika utandyra, og battavöllur og boltavellir eru komnir á vesturenda lóðarinnar.

Matur og væn:

RÉTTUR MÁNAÐARINS

Kjúklingalundir/bringur á naan brauði með kóríander-basilolíu og salati

1 kg kjúklingur
Hægt er að kaupa góð naan brauð sem þarf einungis að setja á grillið í 1-2 mínútur

Kóríander-basilolía
1 búnt kóríander
1 búnt basil
1 hvítlauksgeiri
½ rautt chilli
Safi úr einni límónu
Safi úr einni sítrónu
1 dl olía
Salt og pipar eftir smekk
Allt sett í blandara

Grilluðum kjúklingalundunum eða -bringunum er velt upp úr oliunni og borð fram með grilluðu naanbrauði. Ferskt salat og sýrður rjómi passa vel með þessum rétt.



Við mælum með eftirfarandi víni við þennan rétt:

Montalto ORGANIC Nero d'Avola (lífrænt-ræktað) 75 cl
– 1.799 kr –
Ítalía / Sikiley
Rúbínrautt. Létt fylling, þurrt, fersk sýra, lítil þurrkandi tannin. Rauð ber, laufkrydd.

Montalto ORGANIC Cataratto (lífrænt-ræktað) 75 cl
– 1.799 kr –
Ítalía / Sikiley
Ljóslimónugrænt. Létt meðalfylling, ósætt, fersk sýra. Epli, melóna, stjörnuávöxtur.

Réttur mánaðarins

Rétt mánaðarins leggur til Þorvaldur Egilson sem hefur langa og góða reynslu í eldamennsku þar sem hann hefur annast matreiðslu meðal annars á Hótel Gíg, KEA Akureyri auk þess sem hann starfrækti Hreðavatnsskálann í ein 8 ár þar sem margir rétta hans nutu mikilla vinsælda.

GEFÐU ÞÉR GÓÐAN TÍMA Í WASHINGTON D.C.

Verð frá **33.200*** kr.

Þessi ferð gefur frá 2.100 til 6.300 Vildarpunkta aðra leiðina.



Njóttu hvernar mínútu

Abraham Lincoln er meitlaður í stein. Það er óþarfi að drífa sig að sjá hann. Eða reyna að sjá Hvíta húsið, Washington minnismerkið og Georgetown á einum og sama degi. Það sem skiptir máli er að anda rólega. Fylgjast með öndunum sem svamla fyrir framan minnisvarðann. Borða með öllum skilningarvitunum. Eiga gæðastundir og safna minningum sem lífa.

+ Bókaðu núna á icelandair.is

[f](#) [t](#) [You](#) [Tube](#) [i](#) Vertu með okkur

ICELANDAIR 

* Innifalið: Flug aðra leiðina og flugvallarskattar.



Allir út að ganga í Breiðholtsskóla.

Allir út að ganga í Breiðholtsskóla

Allir nemendur og starfsfólk Breiðholtsskóla fóru út að ganga og gengu bakkahringinn saman. Tilefnið var átakið göngum í skólann sem hófst 10. september og lýkur 8. október n.k. og þá ætla allir í Breiðholtsskóla að endurtaka gönguna.

Átakið göngum í skólann byggir á hvatningu til þess að ganga

eða hjóla í skólann í stað þess að nota einkabíl og láta mömmu eða pabba skutla sér. Í Breiðholtsskóla hafa verið útbúnir þrír trjástofnar, einn fyrir hvert aldersstig. Nemendur hafa keppt við að skryða stofnana laufum. Hver nemandi setti eitt laufblað á stofninn á dag, grænt fyrir að ganga eða hjóla og rautt ef þeir koma akandi

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS

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

Sverrir Einarsson

Kristín Ingólfssdóttir

Hinrik Valsson

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR

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

Félagsmiðstöðvarnar af stað af fullum krafti

Þegar að lafinn byrja að falla af trjánun og fjúka deyjandi um götur borgarinnar gul, brún og rauð þá kviknar líf í félagsmiðstöðvunum hér í Breiðholti. Við höfum nú opnað aftur eftir stutt en gott sumarfrí. Eins og undanfarin ár eru þrjár félagsmiðstöðvar í Breiðholti, en það eru Bakkinn, sem er staðsettur í Breiðholtsskóla, Hundraðogell-efu sem er staðsett í Miðbergi og Hólmasel sem er staðsett í Hólmaseyli 4 til 6.

Í sumar hafa farið fram miklar breytingar og bætingar á húsnæði Hólmaseis, verið er að gera húsið enn betra í stakk búið til að taka við öllum þeim fjölda sem þangað sækir þjónustu. Í húsinu er bæði þjónusta fyrir krakka í 3. og 4. bekk í Seljaskóla og Ölduselsskóla sem þangað sækja frístundaheimili og svo félagsmiðstöð fyrir krakka allt frá 5. bekk og upp í 10. bekk. Á meðan verið er að klára að gera húsið tilbúið fyrir unglingana þá er félagsmiðstöð hverfisins staðsett í Kleifarseli 18. Þetta er einungis tímabundið og flytur félagsmiðstöðin inn í Hólmasel um leið og framkvæmdum líkur sem ætti að vera á allra næstu dögum, tilkynning um það mun birtast á midberg.is.

Af stað með miklum krafti

Starfið í félagsmiðstöðvunum þremur hefur farið af stað af miklum krafti og mikill fjöldi sæk-



Á góðum degi í Miðbergi.

ir starfið, fjölbreytt dagskrá er í boði og eitthvað við allra hæfi. Einn af stóru viðburðum ársins er Amazing race ratleikur félagsmiðstöðvanna en hann fór fram þann 10. september og þátttakan var frábær. Mikill fjöldi unglinga þeysti um borgina og leysti hinar

ýmsu þrautir, t.d var farið í sjósund, hákarl snæddur og margar aðrar skemmtilegar þrautir leystar. Það er því líf og fjör í félagsmiðstöðvunum og við hvetjum alla foreldra/forráðamenn til þess að hvetja börn sín og unglinga til þess að taka þátt í starfinu.

Óskum Leikni til hamingju með sæti í úrvalsdeild!



FB hlýtur stórar Erasmus styrk

Fjölbrautaskólinn í Breiðholti hefur hlotið stóran styrk úr Erasmus sjóðnum. Með styrknum getur FB veitt nemendum á starfnámsbrautum skólans tækifæri til að fara í starfsnám hjá fyrirtækjum og stofnunum í Evrópu. Námið er hluti af starfsþjálfun viðkomandi nemanda og metið til fulls að dvöl lokinni. Um er að ræða nemendur af snyrtibraut, húsasmiðabraut, rafvirkjabraut og sjúkraliðabraut. Markmið náms- og þjálfunarferða nemenda er að auka hæfni þeirra og þekkingu á sínu fagsviði, efla sjálfstraust og tungumálakunnáttu, sem og að kynnst menningu og venjum annarra landa. Styrkurinn nær einnig til ferða starfsfólks á sömu brautum sem gefst nú tækifæri til að til að efla færni og þekkingu sem nýtist innan skólans.

FB hefur undanfarin fjölmörg ár fengið styrki úr sjóðum Evrópusambandsins og hafa bæði kennarar og nemendur notið góðs af og er það markmið skólans að sem flestir starfs- og verknaðsmenndur eigi þess kost að ljúka hluta af starfsþjálfun sinni erlendis. Á vegum menntaáætlunar Leonardo fóru í sumar tveir útskriftarnemar af snyrtibraut til Belgiu í starfsþjálfun í einn mánuð og störfuðu þar við góðan orðstír á spa hóteli í smábænum Limel-



Hér má sjá þær Ölmur sem er þriðja frá hægri og Benný fjórða frá hægri í snyrtiskólanum Institut St. Joseph i Jambes.

ette. Það voru þær Alma Rós Ásbjörnsdóttir og Benný Magnúsdóttir. Við spurðum Ölmur hvernig upplifun það var: “Þetta var dásamleg lífsreynsla og mikill lærdómur. Ég er þakklát FB fyrir gefa mér þetta tækifæri. Það var líka mjög gaman að kynnst annarri menningu tengdri snyrtifræði og frábært tækifæri til að fylgja eftir lokaritgerðinni minni sem fjallar um „Menningu og snyrtingu.“

Breiðholtsblaðið

Auglýsingasími:

511 1188

borgarblod@simnet.is

Fréttamolar úr Fella- og Hólakirkja

Nú þegar hausta tekur hefst kirkjustarfið hjá Fella – og Hólakirkju aftur að loknu sumarfríi.

Upphaf sunnudagskólans var fagnað með fjölskylduguðþjónustu 7. september. Það var mikið fjör, söngur og gleði þar sem ungir og aldnir skemmtu sér saman og áttu góða stund. Pétur og Hreinn mætu aftur hressir og tilbúnir til starfa. Sunnudagaskólaefnið var kynnt og sögð var Biblíusaga.

Sunnudagaskólinn í Fella- og Hólakirkju er alla sunnudaga kl. 11:00. Boðið er upp á fjölbreytta og skemmtilega dagskrá. Umsjón hafa Hreinn Pálsson og Pétur Ragnhildarson og svo er brúðan Viktor sjaldan fjarri góðu gamni

Barna og unglingastarf Fella – og Hólakirkju er fjölbreytt og skemmtilegt. Unglingastarf í samstarfi við KFUM og K verður á **fimmtudagskvöldum** í vetur klukkan **20:00-21:30** fyrir hressa krakka í **8.-10.bekk**. Við munum bralla ýmislegt skemmtilegt saman og slá á léttu strengi. Unglingastarfið er opið öllum ungmennum og hvetjum við fermingarbörnin sérstaklega til að taka þátt

Leikjafjör Fella- og Hólakirkju í samstarfi við KFUM og KFUK verður á fimmtudögum í vetur frá **17:00-18:00** fyrir hressa krakka á aldrinum **4.-7.bekk**. Það verður mjög skemmtilegt dagskrá sem hentar öllum og verður mikið sprellað.

Umsjón með Leikjafjörunu og unglingastarfinu eru Pétur, Hreinn, Gunnar og Lilja Rós.

Listasmiðjan Litróf er skemmtilegt og fjölbreytt tónlistarstarf fyrir börn á aldrinum 8-15 ára. Áhersla er lögð á söng, leiklist, dans og hinar ýmsu listgreinar. Börnin fá þjálfun í að koma fram og taka þátt í skapandi starfi. Umsjón með starfinu eru Sólveig Anna og Örn Ýmis. Allt barna – og unglingastarf á vegum Fella- og Hólakirkju er foreldrum að kostnaðarlausu.

Eldri borgarastarfið er alla þriðjudaga frá 12:00 til 16:00. Starfið hefst með kyrrðarstund kl. 12:00 í kirkjunni. Jóhanna og Kristín kirkjuverðir og meðhjálpapar töfra fram súpu, kaffi og meðlæti eftir kyrrðarstundina og síðan er hefðbundin dagskrá, tekið verður í spil, þrjánað og spjallað. Við fáum góða gesti með fróðleg og skemmtileg erindi til okkar í haust.

Foreldramorgnar eru alla fimmtudagsmorgna í safnaðarheimili kirkjunnar. Boðið er upp á notalegar stundir fyrir foreldra og börn. Heitt á könnunni og morgunhressing.

Við kirkjuna syngur um 25 manna blandaður kór undir stjórn Eyþór Franzson Wechner organista. Æfingar kórsins eru á þriðjudögum kl. 19:30-22. Kórinn getur bætt við sig söngröddum.

Dagskráin og allar nánari upplýsingar er að finna á heimasíðu kirkjunnar Nýir starfsmenn kirkjunnar eru Kristín Kristjánsdóttir, djákni sem munu leiða starf eldri borgara í vetur og Eyþór Franzson Wechner organisti hann mun leysa Guðnýu Einarsdóttur af fram á vor.

Guðþjónustur alla sunnudaga kl. 11.00.

Prestar, Séra Guðmundur Karl Ágústsson og Séra Svavar Stefánsson.

www.breidholt.is

Stígvél á alla fjölskylduna



STÍGVÉLABÚÐIN

NOKIAN
FOOTWEAR

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

Er leiðin greið?

Sýnum samborgurum okkar tillitssemi og tryggjum greiðar og öruggar göngu- og hjólaleiðir. Hugum að trjágróðri sem vex út fyrir lóðarmörk yfir gangstéttir og stíga.

Umferðarmerki eiga að sjást vel og trjágróður má ekki byrgja götulýsingu. Gæta þarf að lágmarkshæð trjágróðurs þar sem vélsópar, snjóruðningstæki og sorphirðubílar þurfa að fara um.

Hugsum út fyrir garðinn svo leiðin sé greið allt árið!



Reykjavíkurborg | Þjónustuver 411 1111 | www.reykjavik.is

Reykjavíkurborg september 2014

Leiknir í deild þeirra bestu

Leiknir er kominn í Pepsi deildina í fyrsta skipti. Af þeim sökum verður fimmtudagurinn 4. september sl. lengi í minnum hafður en þá tryggði Leiknir Reykjavík sér sæti í deild þeirra bestu árið 2015. Litla félagið með stærsta hjartað er komið í deild þeirra bestu eftir um 40 ára baráttu í neðrideild-um íslenskrar knattspyrnu.

Þróttur kom í heimsókn og eins og allir þekkja höfðu okkar menn sigur 2-1. Leikurinn sjálfur var prýðileg skemmtun og var sýndur beint á Sporttv.is. Smá skrekkur var í okkar mönnum í byrjun en 850 Leiknismenn komu og horfðu á félagið sitt tryggja sér sæti í Pepsi deildinni. Mörk Leiknismanna skoruðu Andri Fannar Stefánsson og Hilmar Árni Halldórsson. Bæði mörkin voru stórkostlegt. Það fyrra hjá Andra upp í samskeytin með skoti utan vítateigs og hið síðara frá Hilmarí stöngin og inn af 20 metra færi.

Þróttur svaraði með marki í síðari háflek og eftir það var mikið jafnræði með liðunum.



Sigurglaðir Leiknismenn fagna úrslitunum.

Okkar menn héldu fengnum hlut og allt Breiðholtið þusti inn á völinn þegar Þóroddur Hjaltalín dómari flautaði til leiksloka.

Draumur alls Leiknisfólks er orðinn að veruleika. Áralöng þrotlaus vinna innan vallar sem utan loks orðin að þeim veru-

leika sem Leiknisfólki hafði dreymt svo lengi um. Pepsi deildin bíður handan hornsins og verður það að teljast spennandi verkefni fyrir félagið sem og hverfið að fá loksins úrvalsdeildar félag í knattspyrnu til að styðja eftir margra ára bið.



Sigurglaðir Leiknismenn fagna sæti í úrvalsdeildinni.

Stolt Breiðholts

Allir sem komið hafa að uppbyggingu Leiknis og lagt hönd á plóg með einum eða öðrum hætti geta verið mjög stoltir í dag. Það eru ekki margir klúbbar sem leggja upp í vegferð með gjörsamlega ekkert í höndunum fyrir 15 árum í það að koma klúbbum í Pepsi-deildina í fyrsta skipti. Þetta er búið að vera langt og strangt ferðalag hjá Leikni, en með þolinmæði, vinnusemi, fórnfýsi, hugrekki, æðruleysi og síðast en ekki síst samheldni þá er afraksturinn svo miklu sætari fyrir vikið.

Til að draga saman þennan langa pistil ætla ég að enda á dæmum um þá þrautseigju sem einkennir Leiknismenn: Við fengum ekki félagsaðstöðu fyrr en árið 1988 en við höldum áfram. Við notuðum 'sumarbústaðinn' okkar til ársins 2008 en við höldum áfram. Sumir strákar héldu á vit ævintýrana hjá öðrum liðum í yngri flokkunum en við höldum áfram.

Við höfum verið kallaðir Breiðholtsvillingar á mörgum útivöllum í gegnum tíðina en við höldum áfram. Við þurftum að sætta okkur við malarvöll til ársins 1993 en við höldum áfram. Meistaraflokkur spilaði ekki í Breiðholti fyrr en 1994 en við höldum áfram. Við fengum ekki grasvöll fyrr en árið 1995

en við höldum áfram. Félagið var tæknilega gjaldþrota um aldamótin en við höldum áfram. Félagið var á barmi sameiningar við erkifjendurnar en við höldum áfram. Annar hver leikmaður í Hinni hliðinni á fotbolti.net sagðist aldrei vilja spila fyrir Leikni en við höldum áfram. Við féllum niður í neðstu deild en við höldum áfram.

Við lentum 3-0 undir í erfiðu einvígi en við höldum áfram. Við vorum efstir í 16 umferðum af 18 án þess að komast upp en við höldum áfram. Sex árum síðar lendum við aftur í því að komast ekki upp í lokaumferðinni en við höldum áfram. Við misstum okkar dyggasta stuðningsmann en við höldum áfram. Við misstum frábæran þjálfara og vin en við höldum áfram. Við björgum okkur frá falli úr 1. deild tvö ár í röð en við höldum áfram. Við erum komin í Pepsi-deild í fyrsta skipti og við munum halda áfram, því vegferðin er rétt að byrja.

Það er aldrei of seint að taka þátt í þessari vegferð og því hvet ég þig, kæri lesandi, til að mæta á völinn á laugardaginn og taka þátt í þessu með okkur.

Leiknir - stolt Breiðholts að eilífu.

Haukur Gunnarsson

Foreldrar verum samtaka



Útivistarreglurnar

1. september til 1. maí

12 ára börn og yngri mega vera úti - til kl. 20
13 - 16 ára börn mega vera úti - til kl. 22

1. maí til 1. september

12 ára börn og yngri mega vera úti - til kl. 22
13 - 16 ára börn mega vera úti - til kl. 24

Útivistarreglurnar eru samkvæmt barnaverndarlögum. Börn mega ekki vera á almannafæri utan ofangreinds tíma nema í fylgd með fullorðnum. Bregða má út af reglunum þegar börn 13-16 ára eru á heimleið frá viðurkenndri skóla-, íþrótt- eða æskulýðssamkomu. Aldur miðast við fæðingarár.



Samstarfshópur um forvarnir



Ríkislögreglustjórnin

Reykjavíkurmestarar í fjórum handboltaflokkum

Gróskan og stemmningin í handboltanum hjá ÍR heldur áfram að aukast og nýtt keppnistímabil fer vel af stað. Á nýafstöðnu Reykjavíkurmóti stóðu lið frá ÍR sig með eindæmum vel þegar sigrar unnust í fjórum flokkum.

Vígfús Þorsteinsson þjálfari 4. flokks karla leiddi sitt lið til sigurs og sama gerði Erlendur Ísfeld með 3. flokk karla. 3. flokkur kvenna sigraði einnig en þjálfarar stelpnanna eru Björgvin Rúnarsson og Gunnar Valur Arason. Lokahnykkur Reykjavíkurmótsins var svo góður sigur meistara-flokks karla undir stjórn Bjarna Fritzsonar og Einars Hólmeirs-sonar. Vonandi er árangurinn aðeins forsmekkurinn að því sem koma skal á Íslandsmótum einstakra flokka í vetur.



Reykjavíkurmestarar ÍR í meistaraflokki karla í handbolta 2014.



Reykjavíkurmestarar ÍR í 3. flokki kvenna í handbolta 2014.



Fréttir

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

Hilmar Örn sigraði örugglega

ÍR átti fjóra keppendur af 13 á NM unglunga 19 ára og yngri sem fram fór í Kristiansand í Noregi 16. - 17. ágúst. Hilmar Örn Jónsson sigraði örugglega í sleggjukastinu, kastaði 75,99 m og 4 metrum lengra en næsti maður, Hilmar á best 77,43 m frá því nýverið.

Skemmtilegt er að segja frá því að um mótismet er að ræða! Guðni Valur Guðnason stórbætti sinn besta árangur í kringlukasti með 1,75 kg sleggju og setti jafnframt Íslandsmet þegar hann kastaði hvorki meira né minna en 52,87 m, hann átti best áður 49,45 m en eldra metið, sett af Óðni B. Þorsteinssyn árið 1998 var 50,55m. Gríðarlega flott hjá Guðna en hann varð í 5. sæti. Guðni Valur varð 5. í kúluvarpi (6 kg) og kastaði 16,83 m sem er um 50 cm frá hans besta. Krister Blær Jónsson varð 6. í stangarstökki með 3.60m en hann hefur



Hilmar Örn býr sig undir að kasta.

verið að stökkva 3.69 m undan-farið. Sæmundur Ólafsson varð 6. í 1500m 4:03,47 mín en þetta er bæting á ársbesta hjá honum úr 4.06 mín og aðeins 40/100 sek frá hans besta árangri.

Heimasíða
www.ir.is

ÍR- og Leiknisvörur
í úrvali

Enskar fótboltavörur

Leikföng í úrvali

Leiksport
Sími 5575020 Hólagarði

Bikarmeistarar 15 ára og yngri

Lið ÍR varð sigurvegari í Bikarkeppni 15 ára og yngri í frjálsúþróttum, en piltaliðið sigraði einnig glæsilega. Liðið sigraði í heildarstigakeppninni með 152 stig en FH varð í 2. sæti með 128 stig.

ÍR piltar hlutu 79 stig en lið FH 59 stig á meðan stúlkalið FH hlaut 75 stig eða 2 stigum meira en lið ÍR. Reyndar sendi ÍR tvö lið til keppinnar og varð B-liðið í 7. sæti af 9 liðum. Þetta var betri árangur en tvö síðastliðin ár en þar á undan hafði liðið sigrað samfellt í þrjú ár og verið í 2. sæti þrjú ár þar á undan.

Kári Steinn Karlsson á Evrópumótinu

Kári Steinn Karlsson varð 34. af 50 keppendum sem luku keppni á EM í frjálsíþróttum en 72 keppendur lögðu af stað og því voru afföll mikil til að mynda hætti einn sem átti 2:07 og annar 2:09 maður.

Kári Steinn hljóp á 2:21,56 klst. sem er fjórar mínútur frá hans besta en samt finnst árangur. Fáir voru að hlaupa sitt besta hlaup enda brautin erfið en reyndar var sigurvegarinn Danielle Meucci sem hljóp á 2:11,08 klst. að bæta sig.



Kári Steinn Karlsson.



GETRAUNANÚMER

ÍR ER 109

BLEIUTILBOÐ

Nýttu tækifærið og nældu þér
í Pampers bleiur á frábæru verði!



LÆKKAÐ
VERÐ!



2098^{kr. pk.}

PAMPERS ORIGINAL SIMPLY DRY
BLEIUR

ÚRVAL AF SNYRTI- OG HREINLÆTISVÖRUM



Dove handsápa
2 í pk.



Adidas Deep Energy
og Ice Dive svitalyktareyðir



Batiste
þurrsjampó



WC pappír
12 rúllur



Bead Head
batasjampó/hárnæring



Bead Head
silikikrem fyrir hár



OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN
ICELAND, ENGIHJALLA,
VESTURBERGI OG ARNARBAKKA

Iceland

Verð birt með fyrirvara um prentvillur og gildir á meðan birgðir endast.