

Vesturbæjarblaðið

Dreift frítt í öll hús í póstnúmer 101 og 107

FEBRÚAR 2013



2. tbl. 16. árg.



Frumherji
Bifreiðaskoðun
Hólmaslóð 2
Sími 570 9000
www.frumherji.is



Wilson's PIZZA
S. 581 15 15
3 staðir 1 símanúmer
Gnoðarvogi 44 - Ánanaustum og Eddufelli 6



Slökkvitækjaþjónustan
564 1433
Bakkabraut 16 • 200 Kópavogur
Fyrir heimili - húsfélög - fyrirtæki
Úrval slökkvitækja. Leitið tilboða!

- bls. 4
Ásthildur Steinsen
rifjar upp hernámið
í Skerjafirði

- bls. 6
Öskudagurinn

- bls. 10
Hagó - Való dagurinn



Kvennó mætir MK í Gettu betur!

Lið Kvennaskólans er komið í 8-liða úrslit spurningakeppni framhaldskólanna, Gettu betur. Á leið sinni þangað sló lið Kvennaskólans út andstæðinga frá Menntaskólanum á Ísafirði og Fjölbrautaskóla Suðurlands á Selfossi. Undankeppni var í útvarpssal, en á morgun, 22. febrúar, kemur liðið í sjónvarpssal Ríkisútvarpsins og etur kappi við Menntaskólann í Kópavogi. Á myndinni eru liðsveitin f.v. Hrafnhildur Hallgrímsdóttir, Daniel Freyr Birkisson sem er fyrirlíði og Skúli Arnarson. Til að komast í liðið þurftu þeir sem áhuga höfðu að fara gegnum forpróf sem skar úr um hverjir kepptu fyrir skólans hönd. Daniel segir að hans sérsvið sé fyrst og fremst kvikmyndir og tónlist, Skúli er vel að sér í Íslandssögu en hann segist ekki alveg eins viss um Hrafnhildi. Líklega liggi hennar þekking í öllu öðru!



icelandic FISH & CHIPS
Organic bistro
Tryggvagötu 8 / 101 Reykjavík
Sími/Tel +354 5 11 11 18



Hringbraut 119
Sími: 55 44444



VEISLUBAKKAR
PANTANIR Í SÍMA
517 3366
WWW.SUSHIMIDJAN.IS
sushimiðjan
RESTAURANT
VIÐ SMÁBÁTAHÖFINA
OPIÐ TIL 22:00



PANTANIR Á NETINU
www.dominos.is sími 58 12345



552-2440
TAXI
Borgarbilastöðin ehf.
15% afsláttur
fyrir eldri borgara og
öryrkja miðað við staðgreiðslu



HEIMILISMATUR ALLA DAGA
FRÁ KL. 10.00 TIL 21.00
ALLTAF NÆG, FRÍ BÍLASTÆÐI
FLJÓTT & GOTT UMFERÐAMIÐTÖÐIN
www.fljottoggott.is



Góð þjónusta – Hagstætt verð

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

Reykjavík  **Apótek**

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



Vatnsmelónur **50% afsláttur**

Melabúðin
Þín verslun

Tilboð
Nautakjöt
um helgina



fimmtudag til sunnudags
21.-24. febrúar, á meðan birgðir endast

Vesturbæjarblaðið

Útgefandi: Borgarblöð ehf.
Vesturgötu 15 • 101 Reykjavík • Sími: 511 1188
Ritstjóri: Geir A. Guðsteinsson, Sími 564 5933, 898 5933
Netfang: geirgudsteinsson@simnet.is
Auglýsingasími: 511 1188 • 895 8298
Heimasíða: borgarblod.is
Netfang: borgarblod@simnet.is
Framkvæmda- og auglýsingastjóri: Kristján Jóhannsson
Umbrot: Valur Kristjánsson
Prentun: Landsprent ehf.
Dreifing: Morgunblaðið
2. tbl. 16. árgangur
Vesturbæjarblaðinu er dreift í hvert hús í pósnúmerum 107 og 101.

Íslensk tunga og hagsmunir heimilanna

Ljóðasamkeppni kennd við skáldið Jón úr Vör er stærsta ljóðasamkeppni sem fram fer árlega hérlandis. Í tengslum við hana hafa grunnskólar í Kópavogi efnt til ljóðasamkeppni sem eftir hefur verulega málvitund barnanna. Slíka samkeppni gætu skólarnir í Vesturbænum tekið sér til fyrirmyndar. Í Melaskóla ber þó eitthvað á því að ljóðagerð sé haldið á lofti. Verðlaun þurfa ekki að vera stórkostleg, heiðurinn er oftast nærri nóg. En við þurfum að vera stöðugt á varðbergi gagnvart því að ljóðagerð deyi ekki út, einnig að ritað og mælt mál sé í samræmi við hefðir og íslenskri tungu til sóma. Það er stundum hreinn voði að hlusta á þann talsmáta sem sumar síbýlju-útvarpsstöðvarnar leyfa sér að nota, og stundum reyna þessir sjálfskipuðu snillingar að nota málshætti en oftast er ekki verulega afbakaðir sem er í besta falli til athlægis. Það að segja að eitthvað sé samkvæmt Jóni í stað þess að segja samkvæmt orðum Jóns og að íþróttafélag hafi saxað á forskot sitt í stað forskot andstæðingsins, er hreinn voði. Veitingamenn freistast oft til að kalla veitingahúsin erlendum nöfnum, en ég efast um að það auki neitt að marki aðsóknina. Spyrja má hvar þjóðarstoltið er þegar kemur að nafngiftinni. Rétt eins og minni tungumál deyja út þegar hin stærri ryðja þeim úr vegi, þá getur sterk staða vissra bókmenntagreina ógnað öðrum. Við Íslendingar höfum lengi skilið nauðsyn þess að vernda dvergtungu okkar, eigi hún ekki að tynast í hafsþjó stærri mála. Eins er með ljóðlistina, sem virðist því miður eiga við ofurefli að etja þegar kemur að skáldsagnaáhuga okkar Íslendinga. Það er ekki nóg að grúfa yfir glæpasögum, þó þær séu kannski þokkalega vel skrifaðar. Sérstök bókmenntaþjóð getum við þó varla talist með réttu, ef við skellum skollaeyrum við tungumáli ljóðlistarinnar og tjáningarmöguleikum hennar. Við færum einfaldlega á mis við of margt. Við eigum líka að sjá sóma okkar í að tala við íbúa annara Norðurlandþjóða á okkar skandinavísku sé sú málakunnátta til staðar, ekki á ensku þó það tungumál sé allrar athygli vert.

Nú styttest í kosningar og þá vakna vonir hjá mörgum þeim sem nú eru fremur illa settir fjárhagslega, þ.e. að ný ríkisstjórn kippi málunum í liðinn. Þeir sem muna tímana tvenna fyrir verðtryggingu vita að þá var annars konar ranglæti á ferð. Þá borgaði óðaverðbólgan upp skuldir þeirra sem höfðu aðstöðu til að fá lán, sem þá var í raun gjöf. Þá sátu sparifjäreigendur og lífeyrisþegar eftir með sárt ennið. En nú hefur þetta snúist við. Bankarnir eru búnir með það svigrúm sem þeir hafa haft, en nú blasir við vandi margra hagfræðinga, þeir hafa alls ekki gert upp sína hrunsögu. Styrmir Gunnarsson, fyrrum ritstjóri Moggans, hefur sagt að sumir í þeirra hópi hafi verið málaliðar á vegum fjármálafyrirtækja fyrirhrun. Hér þarf að koma til ný hugsun. Hún er sú að þeir sem eiga peninga eða ráða yfir annara manna fé hafa ekki alltaf rétt fyrir sér, sama í hvaða pólitískum sporum þeir standa. Úrslit komandi Alþingiskosninga kunna að ráðast af því hvaða stjórnmalaflokkur vill ganga fram fyrir skjöldu og gerast málsvari hins almenna borgara. Gerist það og viðkomandi stjórnmalaflokkur fær umtalsvert fylgi, þarf kannski ekki að endurtaka búsáhaldabyltingu, sem reyndar hafði lítil áhrif því trú almennings á hana var ekki nógu afgerandi.

Geir A. Guðsteinsson

S T U T T A R B O R G A R F R É T T I R

Styrkir vegna ódýrari frístunda í Vesturbænum

Árið 2012 fengu þrjú verkefni styrk vegna „ódýrari frístunda“ í Vesturbænum en upphæðin sem Hverfisráð Vesturbæjar hafði til umráða var ein milljón króna. Skiptingin á fjármuninum var þannig: Myndlistarskóli Reykjavíkur. Vorlaugar – verkefnið fór ekki af stað þar sem ekki náðist næg þátttaka. Styrkuppheð var 333.000 krónur sem endurgreiðist til ÍTR. Fjallahjólaklúbburinn. Hjólaferni – verkefnið fór ekki af stað, umsýsnaðilar töldu sig ekki hafa fengið upplýsingar um fjárveitingu frá Vesturgarði. Áhugi var fyrir því af hálfu Fjallahjólaklúbbsins að hefja verkefnið. Styrkuppheð var 333.000 krónur. Í janúar 2013 var ákveðið að klúbburinn fengi þennan styrk enda höfðu þeir verkefni sem myndi falla undir „ódýrari frístundir.“ Unnið verður að því á næstu mánuðum. Frostaskjól. Stjórnuver – Verkefnið var unnið á vorönn 2012. Þátttaka var mjög góð en alls tóku um 1300 börn og unglingar þátt. Allar stofnanir SFS í hverfinu gátu tekið þátt í verkefninu. Styrkuppheð var 333.000 krónur

ÍTR styrkti 16+ verkefnið

ÍTR úthlutaði fyrir nokkru einum styrk til 16+ verkefnis í Frostaskjól. Verkefnið var í gangi frá janúar til desember 2012 og unnið í samvinnu við Vesturgarð og önnur ungmenntahús í borginni. Markmiðið með starfinu var að reyna að ná til ákveðins brottfallshóps á aldrinum 16-18 ára.

Páskabíngó á Vesturgötu 7

Þriðjudaginn 12. mars nk. verður páskabíngó í félagsmiðstöð eldri borgara að Vesturgötu og hefst kl. 12.45. Það verður þess virði að mæta því í boði eru fjöldi góðra vinninga. Og svo auðvitað veislukaffi. Páskadagur ber í dag upp á 31. mars en pálmásunnudagur 24. mars nk. hefst dymbilvika og daginn eftir er Gópuþráll og á þriðjudeginum hefst Einmánuður.

Lagst gegn styrk

Borgarráðsfulltrúi Vinstri grænna Þorleifur Gunnlaugsson, lagði á fundir borgarráðs í janúarmánuði

fram svohljóðandi bókun: Tæplega 9 milljóna króna styrkur borgarráðs til Hjalparstarfs Kirkjunnar vekur furðu þegar álag á þjónustumiðstöðvar Reykjavíkurborgar fer stöðugt vaxandi sökum aukinnar fátæktar í borginni. Að mati borgarráðsfulltrúa VG ættu þeir fjármunir sem ætlaðir eru til félagslegrar ráðgjafar að renna til félagsþjónustu borgarinnar en ekki til hjalparstarfs á vegum trúsafnaða.

Áhugi á að gæða miðborgina lífi

Menningar- og ferðamálaráð fagnar þeim mikla áhuga sem birtist á vefnum Betri Reykjavík á að gæða miðborgina lífi. Í desember 2011 hrinti Reykjavíkurborg af stað verkefninu Jólaborgin Reykjavík í samræmi við Ferðamálastefnu Reykjavíkurborgar 2011-2020 með það að markmiði að fjölga gestum og auka verslun á aðventunni. Jólamarkaður Miðborgarinnar okkar hefur verið haldinn á Ingólfstorgi sl. tvö ár og þykir hann hafa heppnast vel. Haldið verður áfram að þróa verkefnið á næstu árum og verða þær hugmyndir sem koma fram gott innlegg í þá vinnu.

Vinnustofa listamanna við Fálkagötu

Sótt hefur verið um leyfi til skipulagsráðs borgarinnar að innrétta vinnustofu listamanna í bílgeymslu og nefna 30B á baklóð húss nr. 30 við Fálkagötu. Erindi fylgdi samþykki meðeigenda á lóð áritað á uppdrátt og bréf umsækjanda ásamt þinglýstum kaupsamningi dags. 12. ágúst 1993. Málinu var frestað og vísað til umsagnar skipulagsfulltrúa.

Breyting á gluggum að Ránargötu 8A

Þurður Ólafía Hjálmtýsdóttir hefur sótt er um leyfi til að breyta áður samþykktu erindi BN044141 þar sem breyta á opnanlegum gluggum í heimagistingu í fl. I í húsi á lóð nr. 8A við Ránargötu. Erindið var samþykkt en áskilin er lokaúttekt byggingarfulltrúa og samþykki heilbrigðiseftirlits.

Viðbygging við Vesturvallagötu 4

Kristinn Ágúst Halldórsson, Meistaravöllum 13, hefur sótt um leyfi fyrir viðbyggingu á tveim hæðum

um úr steinsteypu og bárujárnsklæddri timburgrind með timburþaki við núverandi hús á lóð nr. 4 við Vesturvallagötu. Erindið var samþykkt. Með vísan til samþykktar borgarráðs frá 1. september 1998 skal utanhúss- og lóðarfrangangi vera lokið eigi síðar en innan tveggja ára frá útgáfu byggingarleyfis að viðlögðum dagsektum. Áskilin er lokaúttekt byggingarfulltrúa.

Þróunarstyrkir

Á fundi skóla- og frístundaráðs nýverið var lagt fram minnisblað sviðsstjóra skóla- og frístundasviðs vegna þróunarstyrkja skóla- og frístundaráðs 2013 og yfirlit um styrkumsóknir úr þróunarsjóði 2013. Einnig lagðar fram reglur um styrkveitingar skóla- og frístundaráðs Reykjavíkur til þróunarverkefna á starfsstöðum skóla- og frístundasviðs Reykjavíkurborgar. Tillaga úthlutunarnefndar um þróunarstyrki skóla- og frístundaráðs um að eftirtaldir aðilar í Vesturbæ eða miðbæ hljóti styrki ráðsins árið 2013: Frístundamiðstöðin Frostaskjól. Heiti verkefnis: Félagsmiðstöð á hjólum. Kr. 900.000.-; Frístundamiðstöðin Frostaskjól. Heiti verkefnis: Lýðræði og mannréttindi í leik og starfi. Kr. 1.000.000.-; Frístundamiðstöðin Frostaskjól.heiti verkefnis: Frístundaráðgjöf. Kr. 50.000.-; Frístundamiðstöðin Frostaskjól. Heiti verkefnis: Bókmenntaklúbbur. Kr. 134.364.-; Frístundamiðstöðin Frostaskjól. Heiti verkefnis: HAX. Kr. 500.000.-; Frístundamiðstöðin Kampur. Heiti verkefnis: Drullumall – tónleikaröð fyrir unglinga. Kr. 400.000.-; Hagaskóli. Heiti verkefnis: Alveg rétt. Kr. 500.000.-

Deiliskipulag Lands-símareits og Kvosar

Kynning á breytingu deiliskipulags Landsímareits og Kvosar var haldin í Ráðhúsi Reykjavíkur sl. miðvikudag. Kynnt var tillaga að breytingu deiliskipulags fyrir Landsímareit í Kvosinni. Skipulagssvæðið afmarkast af Aðalstræti, Vallarstræti, Thorvaldsenstræti og Kirkjustræti. Í framhaldi af kynningarfundinum hófst hagsmunaaðilakynning sem stendur til 6. mars nk. Athugasemdum eða ábendingum er veitt móttaka á kynningar tímanum. Þeim verður ekki svarað skriflega heldur verða þær innlegg í áframhaldandi vinnu. Þær skal senda á netfangið skipulag@reykjavik.is. Tillaga að breyttu deiliskipulagi mun verða til sýnis í Ráðhúsi Reykjavíkur og í þjónustuveri Reykjavíkurborgar, Borgartúni 12 – 14, auk þess sem hún verður aðgengileg á heimasíðu Reykjavíkurborgar.



Geirsgata 1 • Sími 511 1888

Gómsæti í göngufæri

Vesturbæingar



Hvenær fáum við battavöll í Vesturbæ?



Morten Rastad lærði til matreiðslu-meistara hjá einu virtasta og besta veitingahúsi Danmerkur, Molskroen. Hann hóf síðan starfsferil sinn sem sous-chef á veitingahúsinu Fru Larsen sem er staðsett nálægt Árósum. Þar er lögð áhersla á besta fáanlega hráefni sem ræktað er í héraði og í nágrenni samvinnu við framleiðslubændur.

Morten Rastad sem er upprennandi stjarna í danska matargerðarheiminum er ástríðu-kokkur. Hann leggur mikla áherslu á ferskleika og að uppruni hráefnis skili sér með klassískum hefðum í endanlegu útfærslunni. Morten var m.a. fenginn til að kynna danska matargerðarlist á Ólympíuleikunum.

27.2. – 3.3. 2013

Food'n Fun

Food 'n Fun **Menu á Höfninni**

Humar sellerírót, fjallagrös og harðfiskur

Ristaðir humarhalar undir sýrðri sellerírót með stökkum fjallagrösum, ferskum kryddjurtum og harðfisk.

Porskur grænkál, hunang og söl

Hunangsgljáður þorskhnakki ásamt grænkáli á tvo vegu með smjörsósu og þurrkaðri söl.

Lamb bygg, bris og villtir sveppir

Lamb á þrjá vegu, reykt, grafið og langtímaeldað, „Byggotto“ með fræjum og höfrum ásamt kálfabrisi, soðsösu og villtum sveppum.

Skýr bláber, blóðberg og gin

Ferskur skyrís með bláberjaklaka ásamt sítrónublóðbergi, ölbakstri og gini.



Íslenski veitingastaðurinn við Reykjavíkurhöfn
Geirsgötu 7c - Sími 511 2300
www.hofnin.is

Ásthildur G. Steinsen rifjar upp komu breska hersins 1940:

„Það voru mikil viðbrigði þegar tilkynnt var um flutning 32 húsa sem þyrftu að hverfa vegna flugvallarins”

Ásthildur G. Steinsen býr í dag á Boðagranda 7, en man þá tíma þegar breski herinn kom hingað 1940, enda bjó fjölskyldan í þeim hluta Skerjafjarðar þar sem austur-vestur flugbraut Reykjavíkurflugvallar er í dag. Ásthildur varð 10 ára þá um haustið. Foreldrar hennar voru Guðmundur Benjamínsson klæðskerameistari á Laugavegi 6, fæddur í Flatey á Breiðafirði og Vilborg Einarsdóttir frá Meðalfelli í Nesjum í Hornafirði.

„Það eru ekki margir sem hafa hugmynd um hvernig Skerjafjörðurinn var áður en herinn kom. Við sem vorum 8 og 9 ára þá, höfum aldrei skilið hvernig veröldin hefði orðið ef herinn hefði ekki komið. Svo mikil var breytingin. Það var engin klukka, bara börn að leika sér, mæður heima að baka og þvo þvott, við að sendast út að Reynistað með mjólkurbrúsana að sækja mjólkina og fiskinn með vír dregin í gegnum hausinn, dröslandi þessu heim og gætt-



Ásthildur G. Steinsen.

um þess að það drægist ekki við jörðina. Alls staðar var þögn og svo mikil ró. Það er það sem við minnumst mest,” segir Ásthildur.

Á hjóli yfir Mýrina

„Við krakkarnir í Skildinganes-skólanum fórum á hjóli yfir Mýrina sem kallað var. Upp Njarðargötuna í sundhöllina og svo aftur heim, engum datt í hug að fara niður í bæ. Þangað fóru bara mömmur til að kaupa sér hatta og kaupa efni í fót. Það kostaði tíu aura í strætó suðureftir og með því að hlaupa upp að Valhöll við gamla Íþróttavöllin var hægt að fara fyrir 5 aura heim og kaupa gott fyrir helminginn. Við áttum bú í mónum með bökuðum kökum, skreyttum með sóleyjum og fíflum. Næsta morgun átti svo að skoða árangurinn, en þá voru móarnir okkar fullir af hermanna-tjöldum og jafnvel komnir braggar sumsstaðar. Við sem höfðum notað Grútóstöðina til að fara í „yfir“ vorum alveg ofan í kampinum sem reis upp af Þorragötu.

Svo breyttist allt í einni hendingu

- Þetta voru miklar breytingar á lífi ykkar?

„Já það breyttist allt, og hjá öllum. Konurnar fengu sér vinnu við að þvo handklæðin fyrir herdeildina og fengu greitt í sterlingspundum. Allar vinnukonur fóru í vinnu fyrir hærri kaup og heimilislífið breyttist. Áður var útvarpað í 1-2 tíma á dag, en nú var farið að hlusta á fréttir á vissum tímum. Við höfðum haft Skerjafjörðinn alveg útaf fyrir okkur, en nú fylltist allt af fólki. Fólk fór að synda í sjónum og baðföt voru af skornum skammti. Notaði hver það sem til var, engin var baðfatátískan, sundbolir með skálmum og þverröndóttir í þokkabót.”



Erla, Hanna, Ásthildur og móðir hennar sunnan við húsið að Hörpugötu 23.

Áttum yndislega æsku

„Við áttum þarna yndislega æsku, góða vini og granna. Nokkuð sem var okkur besta vegar-nestið útí lífið. Arngrímur Kristjánsson var skólastjórinn okkar, hinn mikli barna- og mannvinur, og í raun þau hjónin bæði. Ég var svo heppin að Unnur dóttir þeirra varð æskuvinkona mín og á ég heilmikið að þakka þeim hjónum fyrir þátt þeirra í uppeldi mínu. Það voru mikil viðbrigði þeg-

ar tilkynnt var um flutning 32 húsa sem þyrftu að hverfa vegna flugvallarins. Okkar hús var í miðri flugbraut. Það var sárt, en hvað var hægt að segja, heimsveldið var víst í hættu. Nú eru sjötíu ár frá þessum atburðum og ekki margir til frásagnar um það liðna. Það að flytja flugvöllinn í burtu í dag er óráð að mínu mati, hann á að vera kyrr. Það mætti lengja hann eitthvað út í sjó ef nauðsynlega þarf,” segir Ásthildur G. Steinsen.



Séð frá afgreiðslu Flugfélagsins yfir flugbrautina þar sem hluti byggðarinnar í Skerjafirði var, og að núverandi byggð í Skerjafirði. Nokkur húsanna voru rifin til að rýma fyrir flugvallargerðinni, önnur voru flutt inn í Laugarnes.

VILTU SELJA? FRÍTT VERÐMAT

- Frítt verðmat án skilyrða um sölu
- Þú greiðir ekkert ef eignin selst ekki
- Hafðu samband - við höfum tíma fyrir þig

Guðbjörg Gylfadóttir
lögiltur fasteignasali

Ísak V. Jóhannsson
sölustjóri

HAFIÐ SAMBAND Í GSM 822 5588 EÐA ISAK@TINGHOLT.IS

FASTEIGNASALA Í

35 ÁR

TINGHOLT
FASTEIGNASALA

Bæjarlind 4 • 201 Kópavogur • www.tingholt.is • sími 512 3600

SKIPTU UM SKOÐUN

Það er ódýrara.

TÉKKLAND
Bifreiðaskoðun

Tékkland	8.945
Aðalskoðun	9.840
Frumherji	9.600

Samanburður á verðskrá aðalskoðunar bifreiða undir 3.500 kg að leyfðri heildarþyngd, skv. vefsíðum fyrirtækjanna 1. janúar 2013

Borgartúni

Reykjavíkurvegi

Holtagörðum

Sími 414 9900

tekkland@tekkland.is

www.tekkland.is

Fjölmennur fundur með borgarstjóra í Hagaskóla

Jón Gnarr borgarstjóri hefur staðið fyrir íbúafundum í öllum hverfum Reykjavíkur, í Hagaskóla mætti hann 17. janúar sl. til skrafs og ráðagerða með Vesturbæingum. Farið vr yfir verkefni síðasta árs sem hafa verið framkvæmd í Vesturbænum auk þess sem ræddar voru hugmyndir að nýjum verkefnum til að bæta hverfið. Kosið verður um tillögurnar í rafrænum íbúakosningum sem haldnar verða dagana 14. – 19. mars nk.

Rætt var um stór og smá mál - allt frá illa staðsettum ljósastaurum sem lýstu inn í svefnherbergi fólks til fjármálalæsis grunnskólabarna, ruslastampa og sorpflokkunar, íþróttamannvirkja, einstefnu- og tvístefnugatna, öryggisgangandi vegfarenda, aðgengis að strandlengjunni, hæð nýbygginga og skipulagi íbúabyggðar. Margar ábendingar bárust um það sem betur má fara en íbúar komu einnig á framfæri ánægju með það sem vel er gert - t.d. í starfsemi



Elsa Hrafnhildur Yeoman forseti borgarstjórnar var einnig mætt á fundinn og ræddi við borgarstjóra áður en hann hófst.

þjónustumiðstöðvarinnar. Nokkrir íbúar gáfu kost á sér í verkefnishóp til að vinna frekar með hugmyndir hverfisins og stuðla að

því að hverfisbúar geti kosið um 30 hugmyndir í rafrænu kosningunum.

Kynningarfundur á Vesturreitum:

Hvatning eldri borgurum að hefja þátttöku

Þann 14. febrúar sl. boðaði félagsmiðstöðin Vesturreitir, Aflagrandu 40, til kynningarfundar fyrir þá íbúa Vesturbæjarins sem eru 67 ára og eldri. Húsfyllir var og dagskrá og öll aðstaða kynnt gestum.

Fólki gafst kostur á að skoða húsið og starfsfólk svaraði spurningum og gaf margvíslegar upplýsingar. Almenn ánægja var með fundinn og hann verður mörgum hvatning til þess að hefja þátttöku í þessu fjölbreytta og öflugra félagsstarfi sem veitir fjölmörgum daglega gleði, félagsskap, fróðleik og sönnun hins fornkvæða, að „maður er manns gaman“.

Einnig voru „Grænu skrefin“ kynnt á fundinum en það er verkefni Reykjavíkurborgar í umhverfisvernd og endurvinnslu sem Félagsmiðstöðin hefur nú hrundið af stað á sínum vinnustað.



Starfsemi Vesturreita höfðar til mjög margra áhugamála, m.a. til þeirra sem hafa áhuga á tréutskurði.

Betra start fyrir þig og þína

TUDOR er hannaður til þess að þola það álag sem kaldar nætur skapa. Forðastu óvæntar uppkomur.

TUDOR betra start !

SKORRI
SÉRFRÆÐINGAR Í RAFGEYMUM

Bildshöfða 12 110 RVÍK 5771515 skorri.is

opið virka daga frá 8:15 - 17:30

TUDOR

Víðisverslun opnar innan tíðar í Vesturbænum



Hér opnar verslunin Víðir fyrir páska, en páskadagur er í ár 30. mars.

Þessa dagana er verið að innrétta húsnæðið sem áður hýsti BYKO neðst á Hringbrautinni, en þar opnar verslunin Víðir á næstunni.

Fyrsta Víðisverslunin opnaði í sumarbyrjun 2011 í Skeifunni og síðan í Garðabæ, og má segja að

Víðir hafi sannað sig á matvöru- markaðnum með lágu vöruverði og góðri þjónustu. Með opnun þessarar Víðisverslunar eykst samkeppnin á matvöru- markaðnum í Vesturbæ, í þágu neytendanna.

Vesturbæjarblaðið
www.borgarblod.is

Slegið í gegn í vinsældum, frábær árangur!

CC Flax

Frábært gegn **fyrirtíðarspennu** fyrir konur á öllum aldri og einkennum **breytingaskeiðs**

Mulin hörfræ – Lignans
Trönuberjafrae
Kalk úr hafþörungum

Stuðlar að hormónajafnvægi og vellíðan.
Talið gott við bjúg og vökvásöfnun, styrkir þvagfærakerfið. Fjölbreyttar trefjar, hreinsa og tryggja góða starfsemi ristilsins. Lækkar kólestrólfitu, ríkt af Omega-3

Heilbrigðari og grennri konur
Rannsókn sýna að konur sem hafa mikið lignans í blóðinu eru að meðaltali með 8,5 kg minni fitumassa en þær konur sem skortir eða hafa lítið af Lignans.**

* Howel AB Journal of the American Medical Association June 2002 287:3082
** British Journal of Nutrition(2009), 102: 195-200 Cambridge University.

Styrking • Jafnvægi • Fegurð

1 kúfuð teskeið á dag - 40 daga skammtur

Fæst í apótekum, Hagkaup, Krónunni og Græn heilsa.

CC Flax
Calcium Cranberry Flaxseed
100% NATURAL NOT SYNTHETIC

www.celsus.is



Glæsilegur og glaðsinna hópur starfsmenn Þjónustumiðstöðvar Vesturbæjar með viðurkenninguna.

Vesturgarður safnar skrefum

Föstudaginn 11. janúar sl. fékk Vesturgarður viðurkenningu fyrir skref 2 í grænu skrefunum. Fyrsta viðurkenningin þ.e. fyrir skref eitt var veitt í byrjun október sl. þannig að það má segja að það sé mikill hugur í starfsmönnum Vesturgarðs. Fyrir þá sem ekki vita eru markmiðið með grænu skrefunum eftirfarandi:

- Gera starfssemi Reykjavíkurborgar umhverfisvænni
- Auka vellíðan starfsmanna og bæta starfsumhverfi þeirra
- Draga úr kostnaði í rekstri Reykjavíkurborgar

• Innleiða áherslur í umhverfismálum sem þegar hafa verið samþykktar

• Vinnustaðir fái viðurkenningu fyrir metnað sinn í umhverfismálum

• Vinnustaðir borgarinnar geti innleitt aðgerðir á mismunandi hátt eftir umfangi og eðli starfseminnar

• Aðgerðir Reykjavíkurborgar í umhverfismálum séu sýnilegar

• Reykjavíkurborg verði fyrirmynd annarra í umhverfismálum. Starfsmenn eru staðráðnir í að halda áfram og eru nú þegar farnir að huga að næsta skrefi.

Aðalfundur framundan?

Heildarlausn í rekstri húsfélaga.



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

Öskudagurinn:

Börn í skrautlegum og skemmtilegum búningum voru víða á ferð



Öskudagur var haldinn hátíðlegur í Frostheimum með tilheyrandi húllumhæ og sælgætisáti.

Melaskólabörnin mættu fyrst í hús, rétt upp úr hádegi og voru í góðum gír að leika sér þar til börn úr hinum tveimur skólunum birtust einnig. Hressingin var mjög flæðandi í þeim skilningi að börnin komu ekki öll á sama tíma svo þau sem voru búin að borða fóru og léku sér á meðan þau biðu eftir hinum. Að sjálfsögðu skipti starfsfólkið sér niður á svæði og voru einhverjir að horfa á mynd í Tölvufjöri, þó nokkrir fengu að búa til öskupoka sem síðan mátti sjá á bókum starfsfólks víða um húsið, enda gömul og skemmtileg hefð. Þá var boðið uppá andlitsmálningu í Teiknihorni og var grænn háralitur tískan í Frostheimum þetta h-árið. Mikið var spilað og þythokkið borðið var mjög vinsælt eins og venjulega.

Svo tók við hefðbundinn leikur „að slá köttinn úr tunnunni“, en í ár var kötturinn nefndur „Höttur“ þar sem hann var líkari hundi en ketti og búin var til ný Öskudagshefð fyrir Frostheima. Mikið poppað og mátti vart sjá í gólfið á tímabili fyrir poppi, en að sjálfsögðu fór nú mestur hluti þess í mjög ánægða maga viðstaddra. Þá glumdi tónlistin víðast hvar um húsið og voru einhverjir sem stigu dans bæði fyrir opnum tjöldum og svo inn í hjartanu, því ekki eru allir tilbúnir að sýna þessa hlið á sér.

Tunnukóngur var Úlfar í 4.bekk í Vesturbæjarskóla. Dagurinn var í alla staði mjög skemmtilegur og ánægjulegur og voru allir prúðir og góðir eins og hægt er að ætlast af galdrafólki, ninjum, ævintýraverum, víkingum, uppvakningum og öðrum sem komu í heimsókn.



Margir leggja mikinn metnað í búninga, eins og þessar stúlkur.



Þessi „kokkur“ úr Vesturbæjarskóla var á Laugaveginum.

KEFLAVÍK » ÓSLÓ frá 9.900

Með sköttum, aðra leið

KEFLAVÍK » BILLUND frá 17.480

Með sköttum, aðra leið

KEFLAVÍK » KÖBEN frá 9.900

Með sköttum, aðra leið

www.primeraair.com S. 527-6100

Primera Air

Vorvindar í Bergstaðastræti

Rakarastofan Effect og hárgreiðslustofan Hár og heilsa blasa við í afar snyrtilegu húsnæði að Bergstaðastræti 13. Hár og heilsa flutti á Bergstaðastrætið síðla árs 2006 en hluti húsnæðisins var leigður til verslunarreksturs. Þegar sá rekstur fluttist burt kom upp hugmynd um að Effect flytti yfir götuna og nýtti sama húsnæði án þess þó að um sameiningu stofanna væri að ræða. Þessa dagana starfa þau Jón Guðmundsson rakari og hársnyrtir oft kallaður Nonni og hársnyrtarnir Dóróthea Magnúsdóttir og Hugrún Stefánsdóttir í björtu og rúmgóðu húsnæði á Bergstaðastrætinu í sama húsi og Bernhöftsbakarí. Í raun reka þau þrjú fyrirtæki því hvert þeirra er með sjálfstæðan rekstur. Í dag eru þau með lausa stóla á stofunni og eru til í að fá fleiri rakara og hársnyrta í samtarf um húsnæðið. Þá er einnig góð aðstaða fyrir aðra starfsemi á stofunni hjá þeim eins og handsnyrtingu eða nudd svo nokkuð sé nefnd. Vesturbæjarblaðið leit við hjá þeim Jóni, Dórótheu og Huguínu á dögunum.

Bæði Effect og Hár og heilsa eiga sér langa sögu. Dóróthea byrjaði að vinna í miðbænum 1974 og var um tíma ein af eigendum Papillu á Laugaveginum og Jón byrjaði líka í miðbænum RB stofnaði Effect á árinu 1987 og starfaði í 25 ára á sama stað á horninu á Hallveigarstíg og Bergstaðastræti eða fram í mars á síðasta ári að hann flutti sig um set og tók að deila húsnæði með Dórótheu og Huguínu.

„Já ég er algerlega fastur við miðbæinn,“ segir Jón sem hefur hvergi annarsstaðar verið. Það var heldur ekki á dagskránni að flytja af horninu. En ég rakst einhverju sinni inn á Mokka og þar sátu þær Dóróthea og Huguín. Ég tyllti mér hjá þeim með kaffibollann og þær fóru að segja mér að þær hefðu hug á að taka allt húsnæðið á Bergstaðastrætinu fyrir hársnyrtingar en vantaði fleiri aðila því það væri allt of stórt fyrir þeir tvær. Þessar samræður enduðu á þann veg að við skyldum skoða hvort ég flytti mína stofu yfir götuna. Ég ruddist svo inn á þær með vinsamlegum hætti að sjálfssögðu.“

Jón kom mátulega á Mokka

Þær Dóróthea og Huguín stofnuðu Hár og heilsu á aldamótaárinu 2000 og byrjuðu þá að vinna saman í um 25 til 30 fermetra húsnæði neðarlega við Skólavörðustíginn. Í mars 2006 festu þær kaup helmingi jarðhæðarinnar við Bergstaðastræti 13. Þær innréttuðu húsnæðið að nýju sem notað hafi verið fyrir íbúð um tíma og fluttu sig svo um set úr litlu stofunni í um 110 fermetra húsnæði í desember sama ár. „Við vorum fyrst með um tvo þriðju af þessu plássi fyrir okkur en leigðum þriðjunginn út.

Þegar leigjandinn flutti fórum við að hugsa um hvort ekki væri rétt að fá samskonar starfsemi í húsnæðið og við erum með. Með því móti væri hægt að opna á milli. Gera þetta að einum starfsvettvangi þótt hver einstaklingur reki sjálfan sig sem sitt litla fyrirtæki. Við vorum þó ekki farin af stað að velja okkur félagar þegar Jón kom alveg óvænt inn á Mokka. Það má því segja að hann hafi birst okkur á réttum tíma,“



Hugrún Stefánsdóttir, Jón Guðmundsson og Dóróthea Magnúsdóttir. Að baki þeirra má sjá hluta af fjölbreytileika snyrtivaranna á Bergstaðastræti 13.

segir Dóróthea. Ýmsir hafa deilt húsnæðinu í Bergstaðastræti með þeim með tímabundnum hætti en nú ætla þau að leita hófanna um að fá fleiri í hópinn. „Þetta er of rúmt fyrir okkur þrjú. Við getum vel verið sex eða jafnvel sjö um þetta pláss og svo er líka hægt að stúka þetta meira í sundur ef fólk er með aðra starfsemi,“ segir Hugrún. Þær Dóróthea og Huguín segja að þetta geti jafn hentað fyrir snyrtifræðinga og hrásnyrta og jafnvel mætti útbúa aðstöðu fyrir nuddara eða skylda starfsemi hafi einhver slíkur áhuga á að flytja starfsaðstöðu sína á Bergstaðastrætið.

Snöggar klippingar með löngu ívafi

Bæði Effect og Hár og heilsa hafa starfað með hefðbundnum hætti í gegnum tíðina. Jón hefur rekið sína stofu sem blöndu af hefðbundinni rakarastofu og hársnyrtistofu en Hár og heilsa hefur verið meira að veita kvenfólki þjónustu. Effect á sinn hóp af karlkyns viðskiptavinum og má til gaman geta að Trausti Thorberg sem klippt hefur karlmenn í áratugi og er orðinn 85 ára kemur einn dag í viku til Jóns og klippir sína viðskiptavini sem flestir eru eldri herramenn. „Á þessu sést best hvað viðskiptavinahópurinn er breiddur. Hingað kemur fólk á öllum aldri – allt frá virðulegum eldri mönnum til pönkkliptar ungmenna,“ segir Jón og brosir. En hvert er leyndarmálið við að halda sömu viðskiptavinunum um ár og síð. „Það er fyrst og fremst góð fagmennska og góð þjónusta. Að viðskiptavinurinn viti að hverju hann geti gengið og fái það sem hann vill. Það er allt og sumt.“ Gömlu rakarastofurnar liðu undir lok að mestu þegar karlmenn fóru að safna meira hári og ganga með sítt að aftan eins og það var kallað en er ekki snögga herraklippingin komin aftur. Jón segir mikið um snögga herraklippingu og einnig að vera með snöggt í vöngum en meira hár ofan á höfðinu. Og þetta sé ekki eingöngu bundið við karlmenn. Stelpur hafi verið að láta klippa sig snöggt í vöngunum en geti jafnvel verið með sítt hár að ofan og aftan. „En ég held að fjölbreytileikinn sé komin til þess að vera. Svolitill lubbi verður líka í tísku. Það verður alltaf flott að hafa heilbriggt og glansmikið hár.“

Hárkollurnar – hluti af heilbrigðiskerfinu

Hár og heilsa er um margt nýstárleg hárgreiðslustofa sem leggur mikið upp úr heilsutengdri meðferð. Eitt af því sem þær Dóróthea og Huguín hafa lagt áherslu á og sérhæft sig í er hárkollumeðferð.

„Fólk missir hárið af ýmsum ástæðum bæði vegna veikinda og annarra orsaka og þá er nauðsynlegt að geta leitað til fólks sem hefur sérhæft sig að þessu leyti,“ segir Hugrún og Dóróthea bætir við að viðskiptavinahópurinn sé orðinn stór á þeim tíma sem Hár og heilsa hefur starfað á þessu sviði. Þær segja að þarna sé um hluta af heilbrigðiskerfinu að ræða og þarfnist fólk hárkollu vegna sjúkleika eða afleiðinga sjúkdóma og lækni meðferðar sé hægt að sækja um styrk hjá Sjúkratryggingum Íslands sé óskað eftir beiðni eða vottorði frá lækni.

Vorvindar í Bergstaðastræti

Vorvindar blésu daginn sem litíð var við í Bergstaðastrætinu og það blása einnig vorvindar innandyra hjá þeim Jóni, Dórótheu og Huguínu. Nýjustu línurnar í hárskurði og hársnyrtingu liggja fyrir, sumarklippingin og gamla og góða herraklippingin er ekki langt undan. Þau gefa einnig margvísleg góð ráð um hársnyrtivörur. Það má segja að Effect og Hár og heilsa gefi Bergstaðastrætinu örhlítið alþjóðlegt yfirbragð.

Gerðu
góðverk
í dag

907 2002



Hjálparstarf
kirkjunnar
www.help.is

Hverfisráð Vesturbæjar:

Betri Reykjavík – 30 verkefni verða valin



Að mörgum götum í Vesturbæ er sómi að en stundum má gera betur á einstaka stað, eins og t.d. á Öldugötu. Þessi hluti götunnar er þó íbúum til mikilla sóma.

Lokað hefur verið fyrir innsendingar á nýjum tillögum í Betri Hverfi. Enn um sinn verður hægt að hafa áhrif á framkomnar tillögur og styðja hugmyndir á vefnum en síðasta tækifærið til að hafa áhrif á tillögur er 28. febrúar nk.

Eftir mánaðamótin febrúar - mars mun hverfisráð í samstarfi við verkefnahóp, sem hefur haft umsjón með þeim verkefnum

sem hafa borist, stilla upp allt að 30 verkefnum sem síðan fara í almenna kosningu frá 14. Til 19. Mars nk. Eftir kosningu fara síðan þau verkefni sem urðu fyrir vali íbúa í framkvæmd og er áætlað að þeim verkefnum ljúki á árinu. Hverfisráð segir að virk þátttakanda í kosningunum auðveldi valið um það að hvaða verkefnum verður unnið í Vesturbænum á árinu 2013.

JÓGA & HEILSA

Námsskeið fyrir konur
á Aflagrandu 40

Jógaleikfimi, mjúkar æfingar,
góðar teygjur, öndun og slökun.

Jóga liðkar og styrkir líkamann, er
gott gegn vefjagigt og eykur almenna
andlega og líkamlega vellíðan.



Réttindi frá
British School
of Yoga og
Yoga studio.

Skráning hjá Hildi B. Eydal jógakennara • Gsm: 8644476

SALON REYKJAVÍK

KYNNIR HÁRLIT ÁN AMMONÍAKS, PARABENS,
FORMALDEHYDE, RECORCINOL EÐA PLASTS

organic
color systems

- ÞEKUR GRÁTT HÁR 100%
- FALLEGUR LITUR
- SKEMMIR EKKI HÁRIÐ
- FRÁBÆR GLANS
- ENDINGAGÓÐUR
- LÍFRÆNT VOTTUÐ INNIHALDSEFNI* (SOIL ASSOCIATION)
- STENST KRÖFUR UM VEGAN (PETA VOTTAD)
- EKKI PRÓFAÐ Á DÝRUM (PETA VOTTAD)

*(SUM EFNI)

SALON REYKJAVÍK GRANDAGARÐI 5 101 REYKJAVÍK
OPIÐ MÁN-FÖS: 9-18 LAU: 10-13 SÍMI: 56 85 305

Framkvæmdaáætlun sundlauganna næstu 20 árin:



Synt í fjólublárrí Vesturbæjarlaug á Vetrarhátíð 2013.

Hafnarlaug við Reykjavík-urhöfn meðal tillagnanna

Lífsgæði borgarbúa, sérstaða Reykjavíkurborgar og tækifæri sem áfangastaður ferðamanna er leiðarljós í framtíðarsýn fyrir sundlaugarnar í Reykjavík til næstu 20 ára sem starfshópur innan Reykjavíkurborgar hefur nú skilað af sér og er til umfjöllunar í borgarkerfinu.

Starfshópurinn vill að hugað verði að nýjungum í nýtingu á heita vatninu til baða til dæmis með náttúrulegum af ýmsu tagi, hafnarlaug, uppsprettum, sjósundsstöðu og fleiru. Þá verði unnin ítarleg rannsókn á lýðheilsugildi lauganna. Horft er til stórauðinnar aðsóknar ferðamanna í laugarnar og vill starfshópurinn ná því marki að helmingur þeirra sem heimsækja Reykjavík fari í sund, en á liðnum árum hefur tæpur þriðjungur nýtt sér laugarnar. Þessu metnaðarfulla markmiði vill starfshópurinn ná með aukinni markaðsetningu og lagt er til að kynningarmál verði endurskoðuð í heild sinni.

Uppbygging sundlauga í takt við þróun byggðar

Fjárfestingaráætlun er hluti af tillögum starfshópsins en framtíðarsýn hans felur í sér að Reykvikingar og gestir borgarinnar njóti í sínu nærumhverfi þeirra lífsgæða sem sundlaugarnar bjóða. Sund-

laugarnar eigi að þróast og taka mið af þróun samfélagsins. Hópurinn telur að aðlaðandi sundlaugar séu lykkillinn að uppbyggingu íbúðasvæða.

Í tillögu hópsins að fjárfestingaáætlun er m.a. gert ráð fyrir viðbyggingu við Sundhöllina við Barónsstíg á þessu ári og því næsta, innilaug við Vesturbæjarlaug á árunum 2018 til 2019 og Vatnsmýrarlaug á árunum 2022 til 2024 og hafnarlaug í hugsanlegu samstarfi við einkaaðila eða í einkaframkvæmd, en það athyglisverða verkefni er fyrirhugað á árunum 2016 til 2017.

Starfshópurinn gefur sér að til lengri tíma litið fjölgi íbúum mest í nýju hverfi í Vatnsmýrinni þegar flugstarfsemi þar verður lögð af. Þar má gera ráð fyrir nýrri laug sem muni þjóna jafnframt stórum vinnustöðum á svæðinu, svo sem spítala og háskólum. Það hljómar sérkennilega að ætla að flugsamgöngur innanlands hverfi úr Vatnsmýrinni þegar ekkert liggur fyrir í þeim efnum. Tillögur starfshópsins voru lagðar fram í borgarráði 31. janúar sl en borgarráð vísaði tillögunum til umsagnar umhverfis- og skipulagsráðs, menningar- og ferðamálaráðs og íþrótt- og tómstundaráðs. Einnig er óskað eftir umsögn stjórnar Faxaflóahafna um tillögur í skýrslunni að hafnarlaug.

www.borgarblod.is

Félagsmiðstöðin á Aflagrandafær I-pad spjaldtölvu að gjöf

Jón Gnarr, borgarstjóri afhenti spjaldtölvur fyrir skómmu sem staðsettar verða í félagsmiðstöðvum Reykjavíkurborgar. Þær eru einkum ætlaðar til að auka aðgengi eldra fólks að netinu en verða öllum aðgengilegar. Ætlunin er einnig að nýta þær á tölvufærninámskeiðum félagsmiðstöðvanna, en námskeiðið á Aflagranda í samstarfi við Grandaskóla hefur verið vel sótt í vetur og almenn ánægja ríkt þar á bæ.

Á síðustu tveimur árum hafa á annað þúsund Reykvíkinga, á aldrinum 67 ára og eldri, sótt tölvufærninámskeið í félagsmiðstöðvum borgarinnar þar sem 12 ára krakkar leiðbeina þeim á tölvur með yfirumsjón sjálfboðaliða. Þessi aldurs hópur notar netið í sífellt meira mæli og þeir sem sækja þessi námskeið læra að nota netið til að hafa samskipti við sína nánustu í gegnum samfélagsmiðla eins og t.d. Facebook og Skype, senda tölvupóst og afla sér hversskyns upplýsinga og fróðleiks á netinu.

Námskeiðin eru nú í fullum gangi á eftirfarandi félagsmiðstöðvum og öllum opin: Aflagranda, þriðjudaga kl. 13:00 – 14:00



Stefanía R. Snævarr, verkefnastjóri félagsstarfsins á Aflagranda og Trausti Jónsson, forstöðumaður félagsmiðstöðvarinnar í Hraunbæ, með Jóni Gnarr borgarstjóra við afhendinguna.

Hæðargarði, þriðjudaga kl. 13:15-14:30
Hvassaleiti, mánudaga, kl. 14:00 -15:00
Bólstaðarhlíð, fimmtudaga kl.13:25-14:25

Hraunbæ, miðvikudaga kl. 14:30 – 15:30
Gerðubergi, miðvikudaga kl. 14 – 15:30
Korpúlfsstöðum, mánudaga kl. 10:00 – 11:00

BÍLARÉTTINGAR OG SPRAUTUN CABAS TJÓNAMATSKERFI.

Bílanes er viðurkennt af öllum tryggingafélögum Veitum vandaða þjónustu og notum hágæða efni Réttingaverkstæði, bílasprautun og húsgagnalökkun Kíktu við hjá okkur og fáðu tilboð í verkið

Bílanes, Bygggöörðum 8. Seltjarnarnesi
S:561 1190. www.bilanes.is
bilanes@internet.is



Fáðu áminningu

Skráðu þig á póstlistann okkar þegar þú kemur í skoðun og veldu í hvaða mánuði þú vilt að við minnum þig á að láta skoða bílinn á næsta ári.

Þú gætir unnið 200 lítra bensínúttekt hjá Atlantsolíu eða 50.000 kr. úttekt hjá Pústþjónustu BJB.

Vinningar verða dregnir út mánaðarlega úr skráningum á póstlistann.

Aðalskoðun, faggildur skoðunaraðili í 17 ár



HJÁ AÐALSKOÐUN ERT ÞÚ Í GÓÐUM HÖNDUM HVAR HENTAR ÞÉR AÐ LÁTA SKOÐA?

Við erum með fjórar skoðunarstöðvar á höfuðborgarsvæðinu og eina í Reykjanesbæ. Paulreyndir og þjónustuliprir fagmenn taka á móti þér á þeim öllum. **HLÖKKUM TIL AÐ SJÁ ÞIG!**



www.adalskodun.is

Reykjavík
Grjóthálsi 10
Sími 590 6940

Reykjavík
Skeifunni 5
Sími 590 6930

Hafnarfjörður
Hjallahrauni 4
(við Helluhraun)
Sími 590 6900

Kópavogur
Skemmuvegi 6
(bleik gata)
Sími 590 6935

Reykjanesbær
Holtsgötu 52
(við Njarðarbraut)
Sími 590 6970

Hjálmar Jónsson dómkirkjuprestur þjónaði í Noregi



Sr. Hjálmar Jónsson eftir messu í Övre-Bardu kappell.

Hjálmar Jónsson dómkirkjuprestur þjónaði í sumar í Bardu í Norður-Noregi, en hann fékk tilboð um að koma og þjóna í Nord-Hålogaland. Hjálmar hefur gert þetta áður, en þegar hann var prestur á Sauðárkróki 1988 þjónaði hann líka um um sumartíma í Noregi.

Hjálmar var spurður af hverju

hann hefði farið til Noregs.

„Mér finnst gott að styrkja tengslin við Norðmenn, en ég er með a.m.k. tvær norskar messur í Dómkirkjunni á hverju ári. Það er 17. maí, á þjóðhátíðardegi Norðmanna, og síðasta sunnudag fyrir jól en þá er jólamessa. Mér er þetta afar ljúft en Norðmenn eru okkar nánustu skyldmenn í

samfélagi þjóðanna. Það fundum við vel í fyrra þegar harmleikurinn varð í Útey og Osló, en fyrsta messan mín í Bardu var einmitt minningarmessa 22. júlí sl., þegar rétt ár var frá þeim skelfilegu atburðum. Ekki vissi ég það fyrirfram en komst að því strax þar úti að þetta litla samfélag sem ég þjónaði, 4000 manna byggð,

hafði orðið hvað harðast úti. 7 ungmenni fóru til Úteyjar í fyrra en 5 áttu afturkvæmt. Í fyrra höfðum við minningarmessu í Dómkirkjunni og þarna var ég kominn til að fara gegnum þetta inn frá, með fólki sem átti um sárt að binda.”

Hjálmar segir þetta hafa verið ágætan tíma. „Ég messaði hvern sunnudag, gifti fern brúðhjón, jarðsetti þá sem dóu og skírði þau börn sem fæddust. Það er

gott að kynnast kirkjulífi hjá þeim og finnst maður vera að byrja prestsskap að nýju. Við hjónin tókum ferjuna frá Seyðisfirði og ókum því endilangan Noreg fram og til baka. Sérstakt er að sjá örnefnið mörg, sem eru eins og hér á Íslandi, nöfnin sem landnámsmennirnir tóku með sér frá Noregi. Einnig er sérstakt að kynnast því hvað Norðmenn eru okkur hlýir og nákomnir.”



NÝ GLERAUGU

Hágæða sjongler og vandaðar umgjarðir
Veldu gæði og gott verð

facebook.com/linsan.is

LINSAN
Aðalstræti 9 • 551 5055

Upplýsingabæklingur um Vesturbæ í burðarliðnum

Nú á næstu mánuðum ætlar Þjónustumiðstöð Vesturbæjar að fara í verkefni sem snýr að því að útbúa bækling sem nær yfir alla þá þjónustu sem er í boði í hverfinu.

Hörður Heiðar Guðbjörnsson, íþrótt- og tómstundaráðgjafi í Vesturgarði, segir að ætlunin sé að reyna að ná til allra sem bjóða upp á uppbyggjandi starf fyrir börn jafnt sem fullorðna í Vesturbænum. Ætlunin er að hafa eins góðar og hnitmiðaðar

upplýsingar og mögulegt er frá þeim fjölmörgu félagasamtökum og stofnunum sem starfræktar eru og taka þátt í þessu verkefni með Þjónustumiðstöð Vesturbæjar.

Verkefnið er á ábyrgð Þjónustumiðstöðvarinnar, en það er Snorri Ægisson grafískur hönnuður sem mun halda utan um verkefnið og hann sér jafnframt um hönnun bæklingins. Ef þú/þið viljið koma upplýsingum í bæklinginn

sem fyrirhugað er að gefa út í byrjun júní 2013, skal senda Snorra tölvupóst á netfangið Snorri.Aegisson@reykjavik.is eða með því að hafa samband í síma 411-1700. Fyrirhugað er að allir sem flytja lögheimili sitt í hverfið fái þennan bækling í hendurnar til þess að fá sem besta yfirsýn yfir þjónustu í Vesturbæ Reykjavíkur. Reynt verður að setja bæklinginn þannig upp að allar upplýsingar endist sem lengst.

Tapas
Deluxe

SPENNANDI NÝJUNG

FJÓRIR NÝIR DELUXE RÉTTIR Á MATSEÐLI – ÞÚ VERÐUR AÐ SMAKKA

Wagyu/Kobe nautakjöt

Wagyu/Kobe nautafillet með grilluðum portobello-sveppum og sultuðum rauðlauk

Ferskur sverðfiskur

Nýveiddur grillaður sverðfiskur með romescosósu, capers, Kalamataólífum og pönnusteiktu smælki

Black Label Tapas smáborgari

Hægmeyrnuð ribeye- og rumpsteik með beikonsultu og foie gras á briochebrauði



Til í takmörkuðu magni.



RESTAURANT-BAR

Vesturgötu 3B | 101 Reykjavík | Sími 551 2344 | www.tapas.is

Att kappi í íþróttum og ræðusnilld á Hagó - Való deginum

Miðvikudaginn 13. febrúar sl. var hinn árlegi Hagó - Való dagur haldinn í fimmta skiptið. Hefðbundið skólahald var fellt niður um hádegi og lá leiðin í íþróttahús Gróttu þar sem att var kappi í hinum ýmsu keppnisgreinum.

Þar á meðal handbolta, fótbolta, reiptogi, kappáti, þrautabraut og körfubolta. Einnig var keppt í starfsmannabandý þar sem starfsfólk keppti sín á milli. Um kvöldið var síðan ræðukeppni en hún er samkvæmt heimildum mjög stigabung. Leikar enduðu með sigri Hagaskóla en enginn þurfti að fara sár heim því eftir keppnismikinn dag þá var haldið heljarinnar ball þar sem allir fengu að dansa fram eftir kvöldi. Dagurinn fór að mestu leiti vel fram og aðstandendur og þátttakendur ánægðir með daginn í heild, enda mikilvægt að skapa samhug í þessum nágrannahverfum.

Ljóðaslam

Föstudaginn 8. febrúar sl. var Ljóðaslam Borgarbókasafnsins



Frá Hagó – Való deginum.



haldið í sjötta sinn í tengslum við safnanótt og var þemað í ár „Bilun.“ Fjögur ungmenni úr Hagaskóla tóku þátt í dagskránni í ár, þeir Tindur Sigurðarson og Egill Uggason röppuðu lagið „Glundroða“ á meðan Ingvar Sigurðsson gaf þeim þéttan takt með bassanum. Karen Lilja Loftsdóttir söng og spilaði lagið „Innri raddir.“ Bæði atriðin stóðu sig frábærlega og fengu mikið lof áhorfenda.

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS



Alúð - virðing - traust

Áratuga reynsla

Suðurlíð 35, Rvk • www.utfarin.is

Vaktsími: 581 3300 & 896 8242

Allan sólarhringinn

Komum heim til aðstandenda ef óskað er

Sverrir Einarsson

Kistur • Krossar • Sálmaskrár • Duftker • Blóm • Fáni • Gestabók • Erfidrykkja • Prestur Kirkja • Legstaður • Tónlist • Tilkyrningar í fjölmiðla • Landsbyggðarþjónusta • Líkflutningar



Kristín Ingólfssdóttir



ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR

Flatahraun 5a • www.utfarastofa.is

Vaktsími: 565 5892 & 896 8242 • Sólarhringsvakt

Komum heim til aðstandenda ef óskað er

Vesturbæjarblaðið

AUGLÝSINGASÍMI

511 1188



Heilbrigt samfélag, forvarnir til framtíðar



Halldór Kristján Júlíusson, sálfræðingur

Forvarnarstarf meðal 9. bekkinga í Vesturbæ

Nú er lokið skimun- kvíða- og þunglyndiseinkenna meðal 9. bekkinga í Haga-og Landakotsskóla sem framkvæmd var í samstarfi skólanna og Vesturgarðs, Þjónustumiðstöðvar Vesturbæjar. Einkenni sem tengjast kvíða og þunglyndi geta verið mjög íþyngjandi en þau koma oft fram á unglingarárum. Mikilvægt er að greina tilkomu slíkra einkenna sem fyrst og bregðast við til að fyrirbyggja og stemma stigum við frekari þróun. Sambærileg skimun hefur átt sér stað í Breiðholti í nokkur ár og hefur þótt skila góðum árangri. Alls tóku 76 nemendur þátt í skimunni sem fór fram í nóvember og desember eða um 50% nemenda í árgangnum. Haft hefur verið samband við alla sem svöruðu með þeim hætti sem bendir til einkenna um kvíða og þunglyndi og

þeim boðið í viðtal og þátttöku í námskeiði sem byggir á aðferðum hugrænnar atferlis- meðferðar (HAM).

Námskeiðið stendur í sex vikur, einu sinni í viku. Á námskeiðinu er farið í gegnum grundvallaratriði hugrænnar atferlisfræði og unglingunum kenndar aðferðir hvernig þeir geta haft áhrif á hugsun sína og líðan. Markmiðið er að unglingarnir átti sig á samhengi milli hugsana og tilfinninga og læri aðferðir til að endurmeta hugsanir sínar og bæta þar með eigin líðan og viðhalda henni.

Ef þátttakendur eða aðstandendur hafa áhuga á frekari upplýsingum geta þeir haft samband við fulltrúa þjónustumiðstöðvarinnar, Þórólf Jónsson, sálfræðing, í síma 411-1718 eða thorolfur.jonsson1@reykjavik.is.

Halldór Kristján Júlíusson, sálfræðingur
Þórólfur Jónsson, sálfræðingur
Þjónustumiðstöð Vesturbæjar - Vesturgarði



ÞJÓNUSTUMIÐSTÖÐ VESTURBÆJAR
- Í HINU HVERFI

Hjarðarhaga 45-47, 107 Reykjavík
Sími 411 1700
Opin alla virka daga frá kl. 8.30 til 16.15



www.fristund.is

UPPLÝSINGAVEFUR FYRIR ÍÞRÓTTA- OG TÓMSTUNDASTARF Í REYKJAVÍK



Hefur þú kynnt þér hvað er í boði fyrir börn og unglinga í borginni? Á vefsíðu ITR er að finna á annað hundrað aðila að Fristundakortinu.

www.fristund.is





Winter activities in the city for children and teenagers: have you acquainted yourself with what is being offered? There are nearly 200 sponsors to the Leisure Card, which may be found at ITR's website www.itr.is. (The Department of Sports and Leisure)



Actividades invernales en la ciudad para niños y adolescentes: ¿se ha familiarizado usted con lo que se está ofreciendo? Hay cerca de 200 patrocinadores de la Tarjeta de Ocio, que puede encontrar en la página web de ITR www.itr.is. (El Departamento de Deportes y Ocio)



Zajęcia zimowe w mieście dla dzieci i nastolatków: czy zapoznaliście się z ofertą? Jest prawie 200 sponsorów karty rekreacyjnej, których można znaleźć na stronie ITR www.itr.is. (Wydział Sportu i Rekreacji)



กิจกรรมงานฤดูหนาวในเมืองสำหรับเด็กและวัยรุ่น: คุณเคยรู้จักกับกิจกรรมที่เราจัดเสนอขายบัตรของคุณเองแล้วหรือยัง? ซึ่งมีผู้ให้การสนับสนุนสำหรับบัตรกิจกรรมนี้ประมาณ 200 ราย ที่ซึ่งคุณสามารถค้นหาข้อมูลข่าวสารได้เว็บไซต์ www.itr.is ของ ITR (แผนกกีฬาและการนันทนาการ)

ITR • Borgartúni 12-14 • 105 Reykjavík • Sími 411-5000 • www.itr.is • itr@itr.is

Lögð áhersla á græna atvinnu- og framkvæmdapólitík

Eitt fyrsta verk borgarstjórnarmeirihluta Besta flokksins og Samfylkingarinnar var að flýta framkvæmdaverkefnum fyrir hálfan milljarð sumarið 2010. Þetta voru mannaflsrek verkefni sem voru tilbúin til framkvæmda með skömmum fyrirvara. Samhliða var ákveðið að efna til framkvæmdaáttaks árin 2011, 2012 og 2013 þar sem verið yrði um 6,5 milljörðum í framkvæmdir á vegum borgarinnar hvert ár. Þetta voru alger umskipti og meira en tvöföldun framkvæmda frá þriggja ára áætlun fráfarandi meirihluta sem hafði skorið framkvæmdastig gífurlega niður fyrir sömu ár eða um 70%.

Áhersla á atvinnu og almenning

Framkvæmdaátakið er einn af lykilþáttum í atvinnustefnu núverandi meirihluta en atvinnuleysi er samfélagsmein, soun á mannauði, alvarleg staða fyrir þá sem eru atvinnulausir og borgarsjóði dýrt. Það er einnig klassísk kreppuhagfræði að viðhalda framkvæmdastigi þegar slaki er í efnahagslífinu. Val verkefna hefur verið fjölbreytt en þau sem sett voru í forgang kristallast í orðinu almenningur. Lögð hefur verið áhersla á almennings-rýmin: torg og opin svæði um alla borg. Ein stærsta einstaka framkvæmdin sem hönnuð hefur verið og framkvæmd af þessu tagi er nýr stígur í Fellahverfi með nýjum torgum meðfram einni lengstu blokk borgarinnar. Svæði milli miðbæjarins og Hörpu var útfært og fékk sú útfærsla raunar alþjóðlega viðurkenningu. Fuglafríðlandið í Vatnsmýri hefur verið stækkað. Þá hafa ótal hugmyndaríkir hópar verið kallaðir til verka á við að lifga við torg og kveikja líf á þeim um alla borg undir yfirskriftinni Torg í biðstöðu. Fá verkefni hafa gert jafn mikið til að skapa skemmtilegt mannlíf.

Miklu betri strætó

Lögð verður áhersla á almenningssamgöngur. Stærstu tímamótin í því er að náðst hafa samningar við ríkið um milljarð króna á ári í 10 ár til að bæta strætó. Þannig á að tvöfalda hlutfall ferða sem farnar eru með strætó á næstu tíu árum. Fjárfestingarmeginn hefur verið gerður samningur um kaup á umferðarmiðstöðinni, BSÍ. Hugmyndin er að miðstöð almenningsamgangna flytjist af Hlemmi í Vatnsmýrina og háskólasvæðunum, miðborginni og spítalasvæðinu verði betur þjónað af strætó.

Skólabyggingum flýtt og battavellir í öllum hverfum

Stóru verkefnin framan af kjörtímabili voru að klára Sæmundarskóla og Norðlingaskóla. Framkvæmdum við hinn síðarnefnda var flýtt sem og byggingu leikskóla í Norðlingaholti. Samþættur leik- og grunnskóli, Dalskóli, mun rísa í Úlfarsárdal í samræmi við hönnun sem lögð hefur verið grunnur að með þátttöku fulltrúa íbúa. Þá hefur verið ákveðið að ráðast í byggingu á Klettaskóla, sameinuðum sérskóla, í Öskjuhlíð. Þá hefur áfram verið lögð áhersla á endurgerð skólalóða og nýja litla gervigrasvelli (battavelli) í öllum hverfum.

Efning hjólréiða og umbylting í aðstöðu til hjólréiða hefur verið sérstakt áherslumál borgarstjórnarmeirihlutans. Hjólréiðaáætlun var samþykkt fyrir nokkrum árum en engir fjármunir höfðu verið

á framkvæmdaáætlun fráfarandi meirihluta til næstu þriggja ára. Þar hefur orðið grundvallarbreyting. Jafnframt hafa náðst samningar við ríkið á grundvelli samgönguáætlunar Alþingis um kostnaðarþátttöku Vegagerðarinnar í stofnstigum innan borgarmarkanna. Gert er ráð fyrir því að um 2 milljarðar verði settir í

framkvæmdir við hjólréiðastiga í borginni á næstu árum.

Hverfin velja sjálf

Síðast en ekki síst hefur verið hrint í framkvæmd verkefnum sem hverfin hafa sjálf sett í forgang. Árið 2011 völdu hverfisráðin verkefni og 2012 var eftir

til íbúakosningar milli hugmynda sem komu frá íbúum sjálfum. Alls eru þetta á annað hundruð misstór verkefni sem gera hverfin betri, vistlegri og notarlegri að búa í. Þessi fjölbreyttu verkefni hafa verið kynnt undanfarna daga í tengslum við hverfafundi borgarstjóra en verið er að safna hugmyndum



Dagur B. Eggertsson.

í nýjar kosningar sem haldnar verða í mars nk. Framkvæmdaátakið í borginni hefur tekist vel en eins og framangreind upptalning ber með sér hefur ekki síst verið fjárfest í ýmsu sem hafði verið vanrækt í bankabólunni. Þetta eru ekki aðeins góð verkefni til að skapa atvinnu heldur einnig fjárfesting í lífsgæðum, vel valin verkefni til þess að búa til skemmtilegri, grænni, heilbrigðari og betri borg, þ.e. leggja áherslu á græna atvinnu- og framkvæmdapólitík.

Dagur B. Eggertsson
formaður borgarráðs
Reykjavíkur

7.500 kr.
Fylgir hverju rúmi

RB RÚM

RB rúm hlaut á dögunum alþjóðleg verðlaun á International Quality Crown Awards í London, fyrir vandaða framleiðslu og markaðssetningu. Þetta eru stór verðlaun en það er bara eitt fyrirtæki í hverri grein sem fær þessi verðlaun ár hvert.

FERMINGARGJÖF

BETRI STOFAN

Í áraradír hefur Ragnar Björnsson ehf. framleitt rúm af öllum stærðum og gerðum, allt eftir óskum viðskiptavina. Mismunandi stifleika er hægt að

velja allt eftir þyngd þeirra sem á dýnunum hvíla. Þú velur rétta hæð á rúmið þitt og stígur létt framúr. Mikið úrval af öllum tegundum rúma. Hafð samband við sölumenn okkar fyrir frekari upplýsingar.



OPÍÐ ALLA VIRKA DAGA FRÁ 8 - 18 OG Á LAUGARDÖGUM FRÁ 10 - 14

RB RÚM

DALSHRAUN 8

220 HAFNARFIRÐI

WWW.RBRUM.IS

SÍMI 555 0397

**R
B
RÚM**

Bernskuminningar úr Vesturbænum

Kristborg Hákonardóttir rifjar upp æskuna á Seljavegi, Sörlaskjólí og við verkstæðishús Steindórs

Ekki alltaf róleg þegar Rússinn hans pabba var að fara yfir djúpar og ár og upp brattar brekkur

Fyrstu fimmtán árin bjó ég í Steindórshúsinu að Seljavegi 33, en faðir minn, Hákon Kristgeirsson var versktæðisformaður hjá Steindóri mestan hluta sinnar starfsævi. Frá Seljavegi fluttum við að Sörlaskjólí 86. Ég bjó því alla mína æsku í Vesturbænum.

Við erum fimm systkinin, elstur er Reynir, síðan Konný, Steinunn og svo kem ég og yngstur er Kristgeir. Móðir okkar hét Helga Lúthersdóttir. Foreldrar mínir eru báðir látnir.

Þá að Seljavegi. Þar bjó fjöldi barna og segja má að leiksvæðið okkar hafi verið fjaran, Grandagarður, portið í JL-húsinu, fót-boltavöllurinn við Framnesveg, fjölmargir húsagarðar svo ekki sé minnst á portið sem er milli Seljavegar og Framnesvegar.

Æskuvinkonur mínar eru Guðbjörg Einarsdóttir á Holtsgötunni og Auður Ragnarsdóttir á Seljavegi. Vinskapur okkar þriggja heldur enn. Þó ég nefni þær tvær átti ég marga raðrar vinkonur og vini.

Á þessum tíma þekktist ekki að stelpur væru í fótbolta. Við áttum til að nota mörkin á Framnesvellingum til leiks, en það þótti strákunum algjör óhæfa, þar sem þeir töldu okkur rífa netin og skemma þannig fyrir þeim. Þar kom til átaka milli okkar og þeirra. Okkur þótti þeir eigingjarnir en þeim við skemmdarvargar. Þó ég nefni þetta verð ég að segja þegar ég hugsa til baka að kannski er með ólíkndum hversu vel krökkunum kom saman, þarna var fjöldi barna sem komu frá ólíkum heimilum, vorum eflaust eins ólík og við vorum mörg.

Sem dæmi um nálægðina milli okkar barnanna, hafði mikil áhrif á okkur öll þegar einn strákanna lést langt um aldur fram. Það hafði mikil áhrif á okkur öll, rétt eins og gerist þegar sorg herjar á minni byggðarlög. Allir finna til, þannig var þetta hjá okkur.



Krakkar í garðinum heima hjá Guðbjörgu vinkonu. Lengst til vinstri á bekknum situr Sigurjón maðurinn minn, svo Egill bróðir hans og svo Kristgeir bróðir minn.



Mamma, Helga Lúthersdóttir, ásamt mér og Kristgeiri. Þarna er ég sex ára.

Í brennó, píló og teygjutvist

En að leikjunum. Við lékum okkur mest í brennó, píló, teygjutvist, snú snú og mörgum öðrum leikjum. Guðbjörg vinkona bjó svo vel að bæði pabbi hennar og afi voru smiðir sem var til þess að hún átti garðkofa, sem var aldeilis eign í þá daga. Þar vorum við í mömmuleik, daginn út og inn. Garðurinn heima hjá henni var vinsæll, enda skjólgóður og hlýr.

Undraheimur við Sölvallagötu

Í þessu barnamarga hverfi kynntist ég fjölda barna sem ég þekki mörg hver enn. Þar er þó einn sem ég þekki betur en aðra, en þá er ég að tala um Sigurjón M. Egilsson, sem er eiginmaður minn í dag. Sigurjón, og hans fjölskylda, flutti í húsið að Selja-

vegi 33 um 1964. Þeir voru fjórir bræður, Hafsteinn, Sigurjón, Egill og Gunnar Smári. Hafsteinn var táníngur og þótti ósköp sætur sem varð til þess að stelpur vildu koma með mér heim í von um að ná athygli hans. En ég bjó við þau forréttindi að búa á sömu hæð og þeir.

Eins og ég sagði áðan var pabbi verkstæðisformaður hjá Steindóri, en verkstæðihús Steindórs, við Sölvallagötu, var hreinn ævintýraheimur. Þar unnu margir eftirminnilegir menn, húsið iðaði af lífi, leigubílar, rútur, dráttarbílar og ég veit ekki hvað. Þar vorum við að þvælast, gegn vilja pabba. Verkstjóra-kompa pabba er mér eftirminnileg. Ég man eftir öllu, húsgögnunum, símanum, smáhlutunum og meira að segja lyktinni. Skrifborðið var undraheimur, fjöldi skúffa, sumar pínulitlar. Ég vildi gjarnan eiga þetta borð í dag.

Fyrsti skólinn var skemmtilegastur

Best að tala eitthvað um skól-

ana. Sá fyrsti var skemmtilegastur. En ég byrjaði í Öldugötuskóla, eða gamla Stýrimannaskólanum. Þar voru brunaæfingar þar sem okkur var gert að yfirgefa skólann í flýti, renna okkur niður til þess gerða rennu. Í Öldugötuskóla var ég þrjú fyrstu skólaárin, fór þaðan í Melaskóla og svo í Hagaskóla. Eðlilega er margs að minnast, en þegar ég lít til baka finnst mér sem þetta hafi gengið með ágætum. Ég var eflaust þrúð og sennilega ekki till vandræða.

Af kennurunum mínum er Jens, kennari við Öldugötuskóla mér minnstæðastur. Hann var svo góður maður.

Árið eftir feringuna fluttum við að Sörlaskjólí 86. Séra Jón Auðuns fermdi mig. Við flutninginn í Sörlaskjólí breyttist eitt og annað. Fjarlægðin við æskuvinkonurnar varð til þess að við hittumst sjaldnar. En römm er sú taug og vinskapurinn hélt þó hann vissulega breyttist.

Í Sörlaskjólínu kynntist ég mörgum stelpum, en þar sem ég var orðin eldri var ég ekki eins



Kristborg Hákonardóttir.

mikið að leika mér, með auknum þroska breyttist það. Það var gott að búa í Sörlaskjólínu, þar var frændfólk mitt í næsta húsi og sambúðin var góð.

Fjallaferðir á Rússajeppe

Þegar ég rifja upp æskuna get ég ekki annað en talað um fjallaferðirnar, sem voru margar. Pabbi átti Rússajeppe og við fórum um allt, bókstaflega allt. Þá þótti ekki glæpur að keyra utanvega, og það gerðu menn. Fóru yfir ár, sanda, upp og niður brekkur og jafnvel heilu fjöllin. Því fór fjarri að allar fjölskyldur ættu bíla, þess vegna var það nokkuð merkilegt að eiga jeppe. Og hann var notaður. Ótal minningar eru tengdar ferðalögnum. Mér stóð ekki alltaf á sama, fjarri því. Oft fundust mér árnar bæði djúpar og straumharðar, brekkurnar brattar og grýttar en allt fór Rússinn hans pabba.

Það var talstöð í Rússanum og ég heyri enn: „Gufnesradió, Gufnesradió,“ og svo allar skruðningarnar. Kallmerki pabba var R-643, sem var bílnúmerið hans. Og hann var alltaf í vinnunni og vildi fylgjast með því sem gerðist þar. Því kallaði hann oft í talstöðina: „Steindórsradió, Steindórsradió, R-643 kallar.“ Og svo kom svar, oft svo óskýrt að það var stundum kúnt að skilja hvað sagt var. Pabbi skildi þetta og það var nóg.

Guð hvað var oft kalt í tjaldinu. Það var enginn botn, tjaldinu var lokað með reimum því rennilásar voru þá ekki notaðir á tjöld og það blés inn. Við áttum prímus, sem var mjög góður og hann er enn til, en við þorðum ekki að kveikja á honum. Ég man ekki hvað eldsneyti var notað á hann, sennilega var það steinolía.

Vesturbærinn var minn staður

Það var ekki bara í æsku sem ég bjó ég í Vesturbænum. Þar hef á búið lengsta hluta ævi minnar en bý núna í Mosfellsbæ. Þegar við hjónin fórum í bíltúra keyrum við alltaf í Vesturbænn, ekki endilega gömlu göturnar okkar, bara í Vesturbænn. Ég er Vesturbæingur, ég er KR-ingur!



Brunaæfing í Öldugötuskóla. Ég er neðst í rennunni.

Nýr og spennandi matseðill

Steikur, hamborgarar, samlokur, pítur, pizzur og smáréttir

Komdu við og njóttu ljúffengra
veitinga í vinalugu umhverfi á
Hróa Hetti, Hringbraut 119

Við sendum
einnig heim
ljúffengan mat
af grillinu



30

tommu

RISAPIZZA

í barnaafmælið

-slær alltaf í gegn!



HRÓI HÖTTUR • HRINGBRAUT 119 • SÍMI 55 44 444

BORGARBÓKASAFN
REYKJAVÍKUR

Ritsmiðja fyrir 13-16 ára

Skapandi skrif
ókeypis helgarnámskeið 2.-3. mars

Hvernig verður saga til? Hvaða saga er merkileg? Á hverju byrjar maður og hvernig á að enda?

Sköpunarskólinn og Borgarbókasafn Reykjavíkur bjóða upp á ókeypis helgarnámskeið í skapandi skrifum fyrir 13-16 ára 2.-3. mars kl. 13-15.

Á námskeiðinu verður fjallað um sögur, brandara og bíómyndir og fá þátttakendur aðstoð við að móta eigin hugmyndir og koma þeim niður á blað.

Leiðbeinandi er Davíð Stefánsson bókmenntafræðingur sem hefur haldið námskeið í ritlist fyrir fólk á öllum aldri.

Skráning á heimasíðu Borgarbókasafns eða í síma 411 6100



Borgarbókasafn Reykjavíkur Tryggvagötu 15
sími 411 6100, upplýsingar@borgarbokasafn.is
Ópíð: Mán-fim: 10-19. Fös: 11-18. Lau-sun: 13-17



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



Meistaraflokkur KR í knattspyrnu með stuðkvöld á Rauða Ljóninu

Stuðkvöld meistaraflökks KR í knattspyrnu karla var haldið sl. laugardagskvöld á Rauða ljóninu. Mikið var um dýrðir og strákarnir sýndu á sér nýjar hliðar þetta kvöld.

Kvöldið hófst með hörku pub quiz þar sem gott er

að vita ýmislegt um leikmenn KR. Uppboð var á treyjum frá gömlum KR-ingum og leikmenn stigu á svið og tóku lagið. Flestir komu tímanlega til að sjá Gunnar Nelson rústa andstæðing sinn í bardaga og það kveikti verulega í viðstöddum, sem voru fjölmargir.



Hópur valinkunnra KR-inga var mættur á stuðkvöldið. Þeir fengu í hendur lukkutróll, eða réttara sagt lukkuhund klæddan í KR-búning.

B. Markan ehf. Pípulagnir
660 6690 • 544 8611



lagnir@bmarkan.is

Skólp og drenlagnir í yfir 20 ár
Meistaraábyrgð og 50 ára ending
www.bmarkan.is

Fellihýsi til sölu



Viking fellihýsi árgerð 2004 til sölu.
Með sólarsellu, gasmiðstöð og markísu.
Nánari upplýsingar í síma 895 8298.



Nokkrir leikmenn KR í körfubolta voru mættir í Rauða Ljónið, og skemmtu sér til að byrja með yfir velgengni Gunnars Nelsonar í bardaga hans gegn brasilískum andstæðingi.



KR-ingarnir voru ekki bara af öðru kyninu. Þessar flottu konur létu fara vel um sig í sófa sem þarna var, þær Aðalheiður Kjærnested og systurnar Ellen Rut og Sigrún Þóra Gunnarsdætur.



POTTLOK

- Saumum yfir heita potta úr vönduðum mjög sterkum pvc dúk.
- Með álprófilum inní sem þolir mikinn þunga.
- Mjög létt að opna fyrir 1 mann og rúlla segli upp.

FormBólstrun

Hamraborg 5 • Kópavogi
(Hamrabrekkumegin)
www.hsbolstrun.is
s: 544 5750.

Íslandsmeistraramót í liðakeppni unglunga í borðtennis:

KR sigraði í öllum flokkum drengja

Íslandsmeistaramótið í liðakeppni unglunga í borðtennis fór fram í KR-heimilinu við Frostaskjól sl. sunnudag.

Þátttakendur komu frá BH, HK, KR og Víkingi. KR sigraði í öllum þremur flokkum drengja, þ.e. flokki sveina 15 ára og yngri, drengja 16-18 ára og ungmenna drengja 19-21 árs. HK sigraði í flokki meyja 15 ára og yngri og sameiginlegt lið HK og Víkings vann í flokki ungmenna stúlkna 19-21 árs. Keppni féll niður í flokki stúlkna 16-18 ára.



Verðlaunahafar í flokki meyja.

Gullmót KR í Laugardalslaug 8. – 10. febrúar sl.

Stærsta sundmót ársins

Gullmót KR sem haldið er um miðjan febrúar ár hvert í Laugardalslaug hefur fest sig í sessi sem stærsta sundmót ársins á Íslandi. Framkvæmd mótsins krefst mikils undirbúnings og skipulags og störfuðu um 100 foreldrar við framkvæmd mótsins. Mótið í ár fór fram 8. – 10. febrúar sl. með þátttöku 24 sundfélaga með samtals 615 keppendur. Auk íslenskra sundmanna tóku 46 sundmenn frá Finnlandi og Danmörku þátt í mótinu. Keppnin fór fram í 7 mótshlutum frá föstudegi fram á sunnudagskvöld, þar sem keppt var í 310 riðlum.

KR var með 46 keppendur úr elstu sundhópum félagsins á mótinu sem unnu til nokkurra verðlauna. Á laugardagskvöldinu var keppt í úrslitasundum í 50 m flugsundi í 4 aldursflokkum. Ari Friðriksson sigraði í flokki 13 - 14 ára, Rannveig Rögn Leifsdóttir fékk brons í flokki 15 - 17 ára og Ásgeir Beinteinn Árnason fékk brons í flokki 13 - 14 ára. Alexander Jóhannesson fékk gull í



Vaskir KR-ingar á Gullmóti KR.

100 m skriðsundi karla, Tómas Magnússon fékk silfur í 200 m baksundi sveina, Svava Þóra Árandóttir gull í 100 m skriðsundi hnáta, sveinasveitin silfur í 4 x 50 metra skriðsundi en sveitina skipuðu Björgvin Júlíusson, Þorbjörn

Andrason, Tómas Magnússon og Atli Gauti Ákason. Mikil stemning var í lokahluta mótsins þar sem sundmenn 10 ára og yngri tóku þátt og Íþróttarálfurinn mætti og veitti öllum ungu sundmönnum þátttökuverðlaun.

Lengjubikar karla:

KR vann Stjórnuna í fyrsta leiknum

KR vann Stjórnuna 1-0 í fyrsta leik félagsins í Lengjubikar karla með góðu marki Emils Atlasonar á 30. mínútu leiksins. Stjarnan ógnaði nánast ekkert í fyrri hálfleik en fékk tvö góð færi á tveimur mínútum um miðjan seinni hálfleikinn.

Í fyrri færinu brenndi Stjórnumaðurinn af en Hannes Þór Halldórsson varði í seinna skiptið. KR, sem tapaði úrslitaleiknum í Reykjavíkurmótinu gegn Leikni í Breiðholti í næsta leik þar á undan spilaði alls ekki neinn glæsileik, en andstæðingurinn átti heldur ekki góðan dag undir stjórn þeirra nýja þjálfara, Loga Ólafssonar.

Næsti leikur KR í Lengjubikarnum er gegn Keflavík 22. febrúar kl. 21:00, þá gegn Leikni 8. mars kl. 19:00 þar sem tækifæri gefst til að hefna fyrir tapið í úrslitaleik Reykjavíkurmótsins, og gegn Þór 16. mars kl.15:00. Allir leikirnir eru í Egilshöll.



Frá leik KR gegn Stjórnunni í Egilshöll. Stundum uppskera leikmenn gult spjald þegar t.d. er gengið of nærri andstæðingnum, t.d. með grófu leikbroti, eins og þessi KR-ingur fékk að reyna.

KR-SÍÐAN



KR vann Þór í Dominosdeild karla

KR vann Þór í Dominosdeild karla 88-83 í síðasta leik liðsins. Brynjar Þór Björnsson var stiga-hæstur ásamt Helga Má Magnússyni, þeir skoruðu 19 stig hvor. Cristofher Acox skoraði 16 stig og tók 6 fráköst, Darshawn McClellan 14 stig og tók 14 fráköst, aðrir voru með minna skor.

Næsti leikur KR í Dominosdeild karla er í kvöld, 21. febrúar, gegn Njarðvík suður frá og síðan gegn ÍR 26. febrúar í Frostaskjól, síðan gegn Grindavík í Grindavík 28. febrúar, gegn Stjórnunni í Frostaskjól 7. mars og gegn Skallagrími, einnig heima, 14. mars. Karlalið KR er í 5. sæti deildarinnar með 18 stig en Grindavík trónir á toppnum með 26 stig. Konurnar leika næst Val í Vodafone-höllinni 27. febrúar og gegn Keflavík á heimavelli 2. mars nk. Kvinnalið KR situr í 4. sæti



Brynjar Þór Björnsson var að venju drjúgur fyrir KR og skoraði 19 stig gegn Þór, jafnmörg og Helgi Már Magnússon, spilandi þjálfari KR.

deildarinnar með 26 stig en Keflavíkuvalkyrjurnar eru í efsta sæti með 38 stig.

Nornirnar unnu Framrúðubikarinn!



Formaður knattspyrnudeildar KR afhenti konunum Framrúðubikarinn, sem er farandbikar. F.v.: Karólína Jónsdóttir, Kristinn Kjærnested og Elísabet Tómasdóttir.

Getraunastarfsemi KR er nokkuð öflug og á laugardagsmorgnum mætir margur maðurinn til að fylla út getraunaseðla, spá í leiki dagsins í enska boltanum, eða tala um KR!

Nýlega voru tilkynnt úrslit í

keppni hópa um Framrúðubikarinn, og voru þær Karólína Jónsdóttir og Elísabet Tómasdóttir ótvíræðir sigurvegarar. Formaður knattspyrnudeildar KR afhenti þeim sigurlaunin, en bikarinn er farandbikar en auk þess fengu þær stóllur flíspeysur.



Sími: 588 9705
www.skautaholl.is

Opnunartímar:
Mánud. Þriðjud og Miðvikud.
12:00 til 15:00

Fimmtudaga
12:00 til 15:00 og 17:00 til 19:30
Föstudaga
13:00 til 19:30

Laugardaga og Sunnudaga
13:00 til 18:00

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



GETRAUNANÚMER

KR ER 107

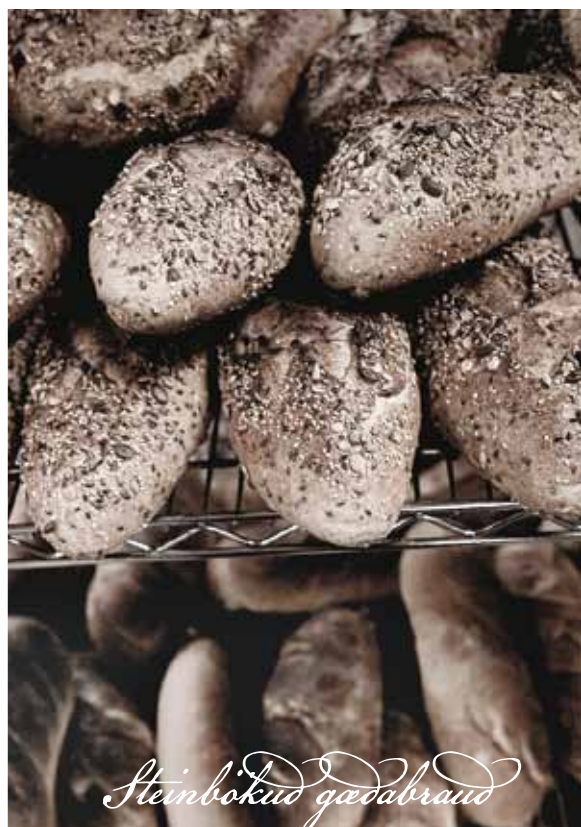


www.kr.is





Marsípanpæja með súkkulaði



Steinbökud gæðabraud



Kaka ársins



Fersk jafdarberjapæja



Þroskallar

góðgæti frá Jóa Fel

Konudagur að hætti Jóa Fel

Fullt af kökum og kruðeríi til að gleðja elskuna sína



BAKARÍ

Holtagarðar & Smáralind & Kringlan & Garðabær & Hringbraut