



S. 581 15 15

3 staðir 1 símanúmer

Gnoðarvogi 44 - Ánanaustum og Eddufelli 6



OPIÐ

ALLAN sólarhringinn á Eiðistorgi



Slökkvitækja-þjónustan

564 1433

Bakkabraut 16 • 200 Kópavogur

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

- bls. 4 og 5
**Viðtal við
Hjálmar Sveinsson**

- bls. 7
**Hverfakosing
í Vesturbænum**

- bls. 12 og 13
Bernskuminning

KR að vinna með Búseta á Keilugranda

Gert er ráð fyrir áframhaldandi þróun lóðarinnar á Keilugranda 1 í samvinnu við Búseta. Gylfi Dalmann Aðalsteinsson, formaður KR segir í samtali við Vesturbæjarblaðið að hafi sé vinna við skipulag KR svæðisins og hafi borgar-ráð samþykkt erindi KR og vísað til Umhverfis- og skipulagssviðs sem jafnframt er falið að vinna að málinu með íþrótt- og tómstundasviði.

Gylfi bendir á að aðstöðuleysið sem KR hefur glímt við í mörg ár sé það sem helst skyggi á starfsemi félagsins. Ekkert hafi verið framkvæmt á KR svæðinu síðan 1999. „Í dag getum við ekki mætt þörfum allra deilda um æfingatíma og því miður þurfa margir unglingar að æfa seint á kvöldin. Sem dæmi um aðstöðuleysi þá var síðastliðið haust ekki hægt að verða við ósk handknattleiksdeildar KR þess efnið að meistaraflökkur kvenna hæfi æfingar og keppni. Sama gildir um félagsaðstöðuna almennt sem brýnt er að bæta þannig að við getum tekið vel á móti forráðamönnum barna og fleirum þegar börn þeirra eru að keppa eða ef félagsamtök eða aðrir vilja halda fundi eða veislur.“

Gylfi segir að forsvarsmenn félagsins hafi í nokkurn tíma lagt áherslu á að SÍF reiturinn svokallaði eða Keilugrandi 1 myndi nýstast félaginu og hafi KR átt í samstarfi við Búseta um sameiginlega uppbyggingu á reitnum. Í júlí mánuði 2013 hafi framkvæmdastjórn Búseta og KR sent sameiginlegt erindi til



Aðstöðuleysi hamlar starfssemi KR.

borgaryfirvalda um uppbyggingu á reitnum. En eftir vandlega skoðun þá varð það niðurstaða innan aðalstjórnar KR að niðurgrafið íþróttahús nokkurs konar fjölnotahús yrði mjög kostnaðarsöm framkvæmd en til að hægt væri að fara í slíkar framkvæmdir yrðu þær að vera innan raunhæfs kostnaðarramma. Þannig að niðurstaða allrar þessarar vinnu er að horfa til þess möguleika sem liggur í markvissri notkun reitsins í tengslum við útivist, hreyfingu og aðra lýðheil-sueflingu. Í erindi sem KR sendi til Dags B. Eggertssonar borgarstjóra í október s.l. og tekið var fyrir í borgarráði í nóvember kom fram skýr vilji KR inga að koma að mótun og útfærslu reitsins þannig að hann nýttist fjölbreyttum hópi íbúa og íþróttaiðkenda í vesturbænum t.d. með nokkurs konar lýðheil-subraut, gervigras“batta“velli og

körfuboltavelli svo eitthvað sé nefnt. Gylfi segir að til skemmri tíma er lítið sé brýnasta verkefnið að búa betur að knattspyrnumönnum yfir vetrarmánuðina með knattspyrnuhúsi og sú vinna sé í gangi. Reykvískir knattspyrnumenn séu þó algerir eftirbátar annarra í öðrum sveitafélögum hvað vetraraðstöðu varðar. Gylfi bendir á að KR hafi orðið 115 ára á síðasta ári og starfsemi félagsins hefur sjaldan eða aldrei verið öflugra. Það séu ekki mörg félög á Íslandi sem hafa verið starfandi á 19. öld, 20. öld og á þeirri 21. Innan KR er stundað blómlegt íþrótt- og félagsstarf í 12 félagsdeildum. Skoðanir munu nokkuð skiptar á meðal KR-inga um framtíðaruppbyggingu félagssvæðisins og sumir munu fremur vilja einbeita sér að núverandi félagssvæði KR í stað samstarfs við Búseta við Keilugranda.



Í gamla Héðinshúsinu, Seljavegi 2

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



**PANTAÐU Á
DOMINOS.IS**

DOMINO'S APP SÍMI 58 12345



**Heimilismatur
alla daga frá 11 til 20
ALLTAF NÆG, FRÍ BÍLASTÆÐI**

FLJÓTT & GOTT UMFERÐAMIÐTÖÐIN
www.fljottoggott.is



Ægisíða 121
Sími 551 1717

Opið alla virka daga
frá kl. 10 – 17.30.



Melabúðin

Þín verslun

Sími 551-0224

Úrvals porramatur

úr kjötborði ...og allt meðlætið

Vesturbæjarblaðið

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: Morgunblaðið

1. tbl. 18. árgangur

Vesturbæjarblaðinu er dreift í hvert hús í póstnúmerum 107 og 101.

Sameiningarhugmyndir

Öðru hvoru er rætt um þá stóru spurningu hvort rétt væri að sameina sveitarfélögin á höfuðborgarsvæðinu í eina heild og fór borgarafundur um þetta mál fram á Kjarvalsstöðum fyrir skömmu. Höfuðborgarsvæðið telur nú fimm sveitarfélög auk Reykjavíkurborgar. Þau eru Kópavogsbær, Garðabær, Hafnarfjarðarkaupstaður, Seltjarnarnesbær og Mosfellsbær. Þessi sveitarfélög liggja þétt hvort að öðru og bæjarmörk þeirra ekki augljós almennum vegfaranda. Þá er einnig um eitt atvinnusvæði að ræða þar sem fjöldi fólks fer daglega á milli sveitarfélaga til og frá vinnu.

Alls búa 208 þúsund manns á þessu svæði. Í Reykjavík einni búa um 121 þúsund manns eða um 58% allra íbúa þess. Kópavogsbær er fjölmennastur minni sveitarfélaganna með um 32 þúsund íbúa en Seltjarnarnesbær fámennastur með tæplega 4400 íbúa. Íslendingar eru tæp 330 þúsund og því búa um 63% landsmanna á höfuðborgarsvæðinu en rúm 36% í höfuðborginni einni.

Af þessu má vera ljóst að að með sameiningu þessarar liðlega 200 þúsund manna byggðar yrði til öflugt sveitarfélag og gera verður ráð fyrir að kostnaður við rekstur þess myndi minnka einkum hvað stjórnun varðar. Þó er örðugt um að segja hversu mikill sparnaður hlytist af slíkri sameiningu vegna þess að verkefni sveitarfélaga eru víðtæk og flest bunnin með lögum.

Fleira kemur til umhugsunar þegar sameining af þessum toga er til umræðu. Einkum sú hlið stjórnsýslunnar sem snýr að hefðum og hugmyndum um lýðræði og einnig sögu og menningu einstakra byggða. Segja má með nokkrum sanni að höfuðborgarsvæðið hafi byggst út frá Reykjavík nema Hafnarfjörður sem á sér sína byggðasögu aftur um aldir.

Tvær hugmyndir geta verið til umræðu um sameiningu höfuðborgarsvæðisins. Annarvegar hugmynd um algera sameiningu en hins vegar sameiningu stærri verkefna eða samstarfs um þau. Með því yrðu til svonefnd „Metro“ svæði þar sem stærri verkefnin væru unnin saman í sameinaðri stjórnsýslu en nærverkefni yrðu áfram í höndum minni eininga.

Með starfi Samtaka sveitarfélaga á Höfuðborgarsvæðinu, byggðasamlögum á borð við Strætó og Sorpu og nú síðast væntanlega stöðu skipulagsfulltrúa höfuðborgarsvæðisins má segja að grunnur hafi verið lagður að höfuðborgarsvæðinu sem „Metro“ svæði. Fleiri verkefni sveitarfélaganna gætu auðveldlega rúmast innan þess en hér hafa verið nefnd. Í því efni mætti nefna rekstur grunnskólans og þjónustu við fatlaða.

Nokkur reynsla hefur fengist af sameiningu borgarsveitarfélaga í Kanada og Bandaríkjunum og einnig víðar. Hún bendi til þess að „Metro“, hugmyndin sé farsælli kostur en alger sameining þar sem byggðir eiga sér sögu og oft einhverja sérstöðu. Við það vakna spurningar um hvernig nærþjónustustiginu yrði þá háttað. Hvort núverandi sveitarfélög yrðu áfram til í svipaðir mynd og nú er eða hvort mynda mætti minni stjórnsýslueiningar þar sem kosið yrði til hverfastjórna jafnhliða kosningu borgarstjórnar í „Metro“ samfélaginu. Seltjarnarnes og Vesturbærinn niður að Kvos er gott dæmi um hugsanlega stjórnsýslueiningu af því tagi.



Gerir við allar tegundir startara, alternatora, beinar innspýtingar, rafmagn í bílum og bátum.

Sævar

Bíla- og bátarafmagn

Sími 561-1466 - Kirkjubraut 13, Seltjarnarnesi

rafmagn@mi.is

S T U T T A R

B O R G A R F R É T T I R

Gjald vegna auka byggingarmagns

Umhverfis- og skipulagsráð Reykjavíkurborgar telur tímabært að borgin setji reglur um greiðslu eða gjaldtöku á þá sem fá að auka verulega byggingarmagn á lóðum sínum. Ráðið telur nauðsynlegt að borgin setji sér reglur og gjaldskrá fyrir breytingar á deiliskipulagi. Þar er vísað til þess að með auknu byggingarmagni á þegar skipulögðum lóðum aukist verðmæti lóðar verulega. Hjálmar Sveinsson, formaður ráðsins segir þetta fyrst og fremst snúast að þeim sem standa í atvinnustarfsemi og fá að auka byggingarmagn á lóðum sínum.



Engin hótélbygging á Landssímareit

Ekki er líklegt að hótél verið reist á Landssímareitnum við Austurvöll. Húsin á reitnum við Austurvöll og þar á meðal húsið sem hýsti skemmtistaðinn NASA eru komin í hendur nýrra eigenda. Hjá þeim hefur komið fram að áform um hótélbyggingu á reitnum verði lögð til hliðar meðan kannaðir verði möguleikar á annarri notkun húsnæðisins. Til greina komi að endurreisa NASA sem lifandi tónleikastað og auglýsa eftir áhugasömum rekstraraðilum á næstunni. Áfram verði stefnt að endurgerð húsa sem snúa að Ingólfstorgi, en þau eiga að halda sér samkvæmt samþykktu deiliskipulagi.



750 stúdentaíbúðir á næstu fimm árum

Reykjavíkurborg, Félagsstofnun stúdenta og Háskóli Íslands undirrituðu viljayfirlýsingu undir lok desember um uppbyggingu á allt að 650 stúdentaíbúðum á næstu fimm árum. Þar af verða allt að 400 stúdentaíbúðir byggðar á svæði Háskóla Íslands en 250 íbúðir á öðrum þéttlingarreitum nálægt miðborginni og Háskóla Íslands. Þar að auki byggir Félagsstofnun stúdenta 100 stúdentaíbúðir við Ásholt/Bolholt. Dagur B. Eggertsson borgarstjóri undirritaði

viljayfirlýsinguna fyrir hönd Reykjavíkurborgar, Guðrún Björnsdóttir fyrir hönd Félagsstofnunar stúdenta og Kristín Ingólfisdóttir rektor fyrir hönd Háskóla Íslands.



Samstarf um lýðheilsu barna

Skóla- og frístundaráð hefur samþykkt að leita eftir samstarfi við Embætti landlæknis og Landvernd um leiðir til að efla lýðheilsu barna, auka umhverfisvitund þeirra, minnka matarsóun og hagræða í rekstri mótuneyta skóla og frístundamiðstöðva með það að markmiði að hámarka næringargildi máltíða. Í greinargerð með tillögunni sem samþykkt var á fundi ráðsins 3. desember kemur fram að mótuneyti skóla- og frístundasviðs framleiði um átta milljónir matarskammta á hverju skólaári í 139 mótuneytum. Þau veiti um 18.000 börnum á aldrinum 1 til 16 ára matarþjónustu. Mikilvægt sé að hafa yfirsýn yfir mótuneytin m.t.t. matargæða, fæðuöryggis, næringargildis máltíða, hagræðingar í vöruinnkaupum og til að afstýra matarsóun.

Snjómoksturinn kostar sitt

Kostnaður Reykjavíkurborgar vegna snjókomunnar á höfuðborgarsvæðinu fyrir nýliðin jól varð um 120 til 150 milljónir króna. Heildarútgjöld borgarinnar við mokstur verða því yfir hálfan milljarð á síðasta ári. Hver dagur sem moka þarf kostar 10 til 12 milljónir króna.

Um 15 þúsund nýttu frístundakortið

Nýtt tímabil Frístundakortsins á vegum íþrótt- og tómstundaráðs Reykjavíkurborgar hófst 1. janúar. Frístundakortið tryggir hverju barni og unglingi í Reykjavík á aldrinum 6 til 18 ára styrk að upphæð 35 þúsund krónur til ráðstöfunar á árinu 2015. Frístundakortið hækkar úr 30 þúsund krónum eða um 16,7% á milli ára. Fimmtán þúsund börn nýttu Frístundakortið hjá 200 félögum. Alls voru tæplega 16 þúsund börn skráð á námskeið hjá þeim 200 félögum sem aðild eiga að kerfinu og af þeim var ráðstafað styrk vegna rúmlega fimmtán þúsund barna árið 2014.



Samstarfssamningur gegn heimilisofbeldi

Dagur B. Eggertsson, borgarstjóri, og Sigríður Björk Guðjónsdóttir, lögreglustjóri höfuðborgarsvæðisins undirrituðu nýlega samstarfssamning um átak gegn heimilisofbeldi. Markmið samstarfsins er að auka þekkingarmiðlun og bæta verklag til að taka á þeim heimilisofbeldismálum sem upp koma í því skyni að tryggja öryggi borgarbúa á heimilum sínum, veita þolendum og gerendum betri þjónustu og bæta stöðu barna sem búa við heimilisofbeldi. Þetta kemur fram í tilkynningu frá Reykjavíkurborg.



Menningarhús í borgarhverfum

Borgarbókasafn Reykjavíkur fékk um áramót nýtt og aukið hlutverk við sameiningu þess við Menningarmiðstöðina Gerðuberg. Meginmarkmið sameiningarinnar er að styrkja hlutverk starfsstaða Borgarbókasafns sem eru menningarmiður í hverfum borgarinnar með aukinni áherslu á viðburði og fræðslu árið um kring. Margt verður á döfinni hjá Borgarbókasafninu á árinu. Yfir 30 sýningar af ýmsum toga, blómleg fjölmenningarstarfsemi auk þess sem ný heimasíða er kominn í gagníð, www.borgarbokasafn.is. Borgarbókasafn Reykjavíkur fékk um áramót nýtt og aukið hlutverk við sameiningu þess við Menningarmiðstöðina Gerðuberg. Meginmarkmið sameiningarinnar er að styrkja hlutverk starfsstaða Borgarbókasafns sem eru menningarmiður í hverfum borgarinnar með aukinni áherslu á viðburði og fræðslu árið um kring.

Vesturbæingar



Okkur KR-ingum vantar klárlega fjölnota íþróttahús!

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS

Auðbrekku 1, Kópavogi ÚTFARARÞJÓNUSTA SÍÐAN 1996

ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST

Áratuga reynsla

Vaktsími:
581 3300 & 896 8242

www.utfarin.is

Allan sólarhringinn

Sverrir Einarsson

Kristín Ingólfisdóttir

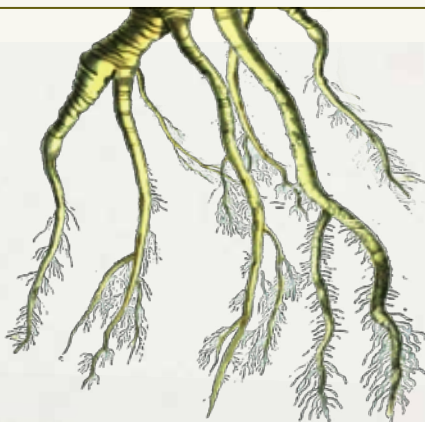
ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR

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

Við eigum rætur
að rekja til íslenskrar
sveitar, uxum úr grasi í
íslenskri mold, vökvuð
íslensku vatni.

HVAR LIGGJA ÞÍNAR RÆTUR?

Við erum íslensk
náttúruafurð. Íslenskt
salat er bragðgott,
holtt og ferskt og þú
veist hvaðan það kemur.



Ösp í Laugarási

Garðyrkjubændurnir Ragnar og Sigrún leggja rækt við að færa þér ferskt salat í handhægum umbúðum.
Þau bjóða þér upp á gómsætt úrval af salati. Taktu eftir miðanum næst þegar þú verslar.

Veldu íslenskt salat — ekki bara eitthvað bland í poka.

islenskt.is



Eigum að sameina stóru málaflokkana

Ákveðin lífsstílsbreyting á sér stað á Vesturlöndum. Hún birtist einkum með þeim hætti að fólk kys í auknu mæli að búa þéttar. Búa nær borgarkjörnum eða innan þeirra og notfæra sér vistvæna samgöngumáta á borð við almenningssamgöngur og reiðhjól. Notkun einkabíls virðist fremur á undanhaldi í borgarsamfélögum miðað við þróun undanfarinna áratuga. Þessi þróun er að ná hingað til lands og sér henni stað í nýju borgarskipulagi Reykjavíkur þar sem áhersla er lögð á þéttari byggð og vaxandi notkun almenningssamganga og reiðhjóla. Hjálmar Sveinsson borgarfulltrúi og formaður umhverfis- og skipulagsráðs Reykjavíkurborgar segir að við séum að taka þátt í nákvæmlega sömu þróun og nú eigi stað í mörgum borgum austan hafs sem vestan. Athyglisvert sé að þessi breyting komi engu að síður að vestan en frá Evrópu þar sem þéttar borgir hafa verið hluti af hinu manngerða umhverfi um langan tíma.

„Ég held að þetta byggist einkum á breyttum hugmyndum um lífsstíl sem gengur um heiminn. Nokkrar borgir í Bandaríkjunum hafa verið mjög leiðandi í að innleiða vistvæna ferðamáta og eru orðnar að fyrrmynd margra annarra þarlendra borga. Fyrir tveimur árum áttum við nokkur úr umhverfis- og skipulagsráði Reykjavíkur þess kost fara í boðsferð til Portland og Seattle í Bandaríkjunum. Þessar borgir eru með mjög metnaðarfullar og fjármagnaðar áætlanir til næstu 10 til 20 ára sem allar ganga út á að þetta borgirnar og gera þær vistvænni bæði hvað þjónustu og samgöngur varðar. Verið er að fjölga hjólastígum verulega og efla almenningssamgöngur.“

Borgir í tísku

Hjálmar segir að þessum hugsunarhætti fylgi að borgir verði í tísku og fólk vilji hafa tækifæri til að njóta þess sem þær hafa upp á að bjóða án þess að fara allra sinna ferða í bíl. „Til að

mæta þessum þörfum skip-tir máli að búið verði í hæginn fyrir aðra samgöngumáta – einkum hjóleiðar. Þá er ég fyrst og fremst að tala um hjólastíga og hjóla- og göngubrýr eins og brúna yfir Elliðaárósana sem hefur heppnast sérstaklega vel. Við höfum að undanförmu átt mikilvægt og farsælt samstarf við Vegagerðina að þessu leyti einkum um að gera hjólastíga meðfram ákveðnum stöfnbrautum. Nokkurn tíma tók að fá Vegagerðina til að líta til þess að hún á ekki bara að sinna einni tegund umferðar en nú eru forráðmenn þar á bæ teknir að sýna mikla framsýni í þessum málum sem hefur komið sér mjög vel fyrir sveitarfélögin á höfuðborgarsvæðinu sem lengst af voru afskipt þegar kom að opinberum stuðningi við vegagerð.“

Tvær kannanir - færri í bílum

Hjálmar bendir á tvær kannanir sem nýlega voru gerðar um ferðavenjur - önnur af Capasent en hin af Land-ráði sem sýna að nú dregur úr notkun einkabílsins. „Þótt þessar ferðavenjukannanir séu unnar frá aðeins mismunandi forsendum sýna þær sömu þróun. Könnun Land-ráðs miðast fremur við að mæla sjónarmið og Capasent könnunin mælir fremur staðreyndir en þær sýna engu að síður báðar að árangur hefur náðst í því að gefa borgarbúum valkosti hvað ferðamáta varðar. Þar á ég fyrst og fremst við vistvæna valkosti í ferðamálum hvort sem það eru almenningssamgöngur, að fara fótgangandi eða hjólandi og hlutfall hjólandi fólks hefur aukist verulega á sköm-mum tíma. Samfara þessu dregst hlutfall þeirra sem fara allra sinna ferða í einkabílnum saman. Þróunin er öll í þá átt.“

Þétting byggðar af sama toga

Hjálmar segir þessa þróun einnig endurspeglast í áformum um þéttingu byggðar í Reykjavík samkvæmt nýju aðalskipulagi. Uppsöfnuð þörf fyrir húsnæði hafi verið kominn fram og þá orðið að spyrja hvort þetta



Hjálmar Sveinsson borgarfulltrúi og formaður umhverfis- og skipulagsráðs Reykjavíkurborgar.

ætti byggðina innan núverandi borgarsvæða eða leggja áherslu á byggingu nýrra úthverfa í einn meiri fjarlægð frá miðhluta borgarinnar en þegar hefur verið gert. „Ef ég á að koma nánar inn á þetta getum við byrjað að tala um hina svokölluðu Vogabyggð inn við Elliðaárósa þar sem fyrirhugað er að byggja blandað íbúðasvæði. Nú er búið að greina að í fyllingu tímans gætu byggst um 1100 íbúðir þar og ef miðað er við 2,4 íbúa á íbúð þá gæti risið þarna allt að 2500 manna byggðarlag. Þetta er fyrsta stóra verkefnið sem farið verður í en einnig er stórum uppbyggingarverkefnum og góðum þéttingarverkefnum að ljúka. Þá er ég að tala um Hampiðjureitinn við Stakkholt þar sem 130 íbúðir eru að verða tilbúnar og síðan er Búseti að vinna af fullum krafti að byggingu um 210 íbúða við Einholt og við Þverholt þar skammt

frá. Einnig er hafin bygging 100 stúdentaíbúða við Brautarholt. Þarna verða byggðar hátt í 450 nýjar íbúðir neðst í Holtunum fyrir ofan Laugavegin. Eina



Mikil áhersla hefur verið lögð á gerð hjólastíga að undanförmu.

Þar eru fimm sveitarfélög auk borgarinnar; Kópavogsbær, Garðabær, Hafnarfjarðarkaupstaður, Seltjarnarnesbær og Mosfellsbær. Spurningin er því hvort auka þurfi samstarf þessara sveitarfélaga eða hvort ef til vill sé komin tími til að sameina allt höfuðborgarsvæðið í eitt sveitarfélag.

raunverulega leiðin til þess að húsnæðisverð lækki er að byggja það mikið að framboðið ýti verðinu niður. Allt þetta er unnið á frjálsum markaði og hverjum er heimilt að selja hús og íbúðir á því verði sem getur boðist.“

Stór fasteignafélög í nágrannalöndunum

Hjálmar segir mikið hafa verið rætt um fasteignafélagið Gamma sem eigi um 300 íbúðir. Það sé þó ekkert mikið ef litið sé til þess að Félagsbústaðir Reykjavíkur



TAPASBARINN
HINN EINI SANNI Í 14 ÁR

KÍKTU VIÐ Í „LATE DINNER“

Eldhúsið okkar er opið
til **23.30** á virkum dögum
og til **01.00** föstudögum og laugardögum



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



Aflagrandi vel sóttur um jólinn

Yfir þrjú þúsund manns heimsótti Félagsmiðstöðina Vesturreiti Aflagrandi 40 í aðdraganda jólaanna.

Boðið var upp á fjöldann allan af skemmtilegum atriðum; einsöng, kórum, heimsóknum barna úr Vesturbæjarskólum, bókakynningar, og margt, margt fleira. Á myndunum má sjá nokkuð af því sem fram fór á Aflagrandanum á aðventunni.



Vesturbæjarblaðið www.borgarblod.is

Áhrif íbúa á umhverfi sitt í fortíð og framtíð

Hvernig mótaðist Vesturbærinn sem íbúahverfi, hvernig hafa íbúar mótað hverfið sitt og hver verður þróunin í áhrifum íbúa á sitt nærumhverfi? Þessum spurningum og fleirum verður velt upp á opnum fundi hverfisráðs Vesturbæjar í lok mánaðarins.

Undanfarin ár hefur Hverfisráðið staðið fyrir opnum fundum um málefni hverfisins sem hafa orðið til þess að ákveðin mál hafa ratað á dagskrá borgaryfirvalda. Til dæmis var á opnum fundi vorið 2011 vakinn athygli á því að íbúar hverfisins vildu sjá eitthvað gert varðandi mikinn þunga og hraða umferðar á Hofsvallagötu. Í kjölfarið var haldinn sérstakur fundur um haustið þar sem íbúar lögðu sínar áherslur á vogarskálarnar til að leysa vandann og eru þær leiðarljós hverfisráðsins við endurhönnun götunnar sem vonandi lítur brátt dagsins ljós.

Nú þegar hálf ár er liðið af nýju kjörtímabili er góður tími til að velta upp hugmyndum að nýjum verkefnum fyrir íbúa og hverfisráð að skoða ofan í kjölinn og beita sér fyrir í sameiningu að verði tekin til þróunar á vettvangi borgarstjórnar. Slík verkefni mega gjarnan vera nokkuð stór að umfangi og snerta kjarnann í samfélaginu sem Vesturbærinn er. Meðal mála sem hafa leitað á undirritaðan eru skipulag sundlaugartúnsins, skipulag strandgarðs við Ægisíðu og úrlausnir í tómstundaaðstöðu í Gamla-Vesturbæ.

Umhverfis- og skipulagsmálin

Viðfangsefni hverfisráðsins eru mjög gjarnan tengd umhverfis- og skipulagsmálum í hverfinu og er það til marks um það hve hið manngerða umhverfi mótar hegðun og tilfinningar fólks. En borgaryfirvöld koma að mörgum fleiri grundvallarstofnunum í hverfinu sem áhugavert væri að færa nær íbúum hverfisins. Öll félagsþjónusta fer fram á vettvangi þjónustumiðstöðvarinnar Vesturgarðs, skólar, tómstundir og þjónusta við eldri borgara er víða um

hverfið. Það væri vel hægt að hugsa sér að meiri áhrifa úr nærumhverfinu gætti á þessari þjónustu og sannarlega eitthvað til að stefna að.

Áhugaverð saga

Saga Vesturbæjarins er um margt áhugaverð og kennir ýmissa grasa. Meðal sérstakra áhugamála undirritaðs eru fyrirætlanir um legu gatna og forn kenningu. En hver þekkir t.d. götuna Fjallhaga? Á fundi hverfisráðs í lok mánaðarins munum við njóta þess að heyra erindi frá Guðjóni Friðrikssyni sagnfræðingi um sögu Vesturbæjar.

Það hefur orðið mikil breyting til batnaðar í því hvernig samskiptum borgaryfirvalda og íbúa er háttað varðandi samráð og kynningu. Löggjöf um skipulagsmál hefur haft mikið að segja og hafa vinubróðir sem þar eru viðhöfð smitast yfir á aðra málaflokka. Það þykir nú sjálfsagt að leita álits og samráðs um flest mál. Svo var þó ekki alltaf. En íbúar hafa löngum skipulagt sig til að taka á móti áformum borgaryfirvalda. Anna Kristinsdóttir mun segja frá stofnun Íbúasamtaka Vesturbæjar á 8. áratugnum.

Til að glöggva okkur á þróuninni til framtíðar mun Halldór Auðar Svansson formaður stjórnkerfis- og lýðræðisráðs deila sinni sýn og þeirri vinnu sem nú stendur yfir í því nýja ráði sem hann veitir formennsku.

Fundurinn er öllum opin og verður fimmtudagskvöldið 29. janúar næstkomandi kl. 20-22 í safnaðarheimili Neskirkju.



Sverrir Bollason
formaður hverfisráðs Vesturbæjar.

LEYNILEIKHÚSIÐ
Frábær leiklistarnámskeið í þínu hverfi!
TJÁNING, SKÖPUNARKRAFTUR, SJÁLFTAUST OG GLEÐI

12 vikna leiklistarnámskeið fyrir krakka í 2.-10. bekk víðsvegar um höfuðborgarsvæðið

SKRÁNING ER HAFIN!

www.leynileikhusid.is • info@leynileikhusid.is • S: 864-9373

Geymið auglýsinguna

Falleg gólf ehf.
www.falleggolf.is

Parket
Er þinn parketmaður í APV

Sérgrein mín í 30 ár
Parketlagn - parketslípun og viðgerðir

Okkar þjónusta, þinn ávinningur.
Förum hvert á land sem er.
Skoðum og metum og margt fleira.
Leitið betri tilboða - Vertu í góðum málum

ÞEGAR GÆÐIN SKIPTA MÁLI

Falleg gólf ehf. • gólfslipun@simnet.is • sími: 561 4207 • GSM: 898 1107

FERSKUR FISKUR
DAGLEGA
MIKIÐ ÚRVAL SPENNANDI FISKRÉTTA
VERIÐ VELKOMIN



Nesvegur 100
Símar 562-1070, 896-4243
Opíð virka daga kl. 10 - 18:30



Kosið um margar góðar hugmyndir í Vesturbænum

Kosið verður um margar góðar hugmyndir fyrir Vesturbæ í hverfiskosningum „Betri hverfi 2015“ í hverfiskosningunum 17. til 24. febrúar. Nú hefur fagteymi umhverfis- og skipulagssviðs Reykjavíkurborgar ásamt hverfisráði Vesturbæjar farið yfir allar hugmyndirnar og stillt upp verkefnalista fyrir Betri hverfi 2015 sem kosið verður um í árlegum hverfiskosningum. Íbúar í Vesturbæ eru hvattir til að kynna sér verkefnið og taka þátt í kosningunum. Allir sem orðnir voru 16 ára um síðustu áramót mega kjósa.

Hægt er að nálgast frekari upplýsingar um kosningarnar á vef Reykjavíkurborgar www.reykjavik.is

Verkefni sem kosið verður um í Vesturbæ eru: Bæta við leiktækjum á valda leikvelli í Vesturbæ fyrir 15 milljónir króna. Setja vatnshana á göngustíg við Ægisíðuna fyrir um þrjár milljónir króna. Setja lýsingu á valda leikvelli í hverfinu fyrir um fimm milljónir króna. Setja klifurvegg á leiksvæðið á milli Boðagrandu og Grandavegs fyrir tvær milljónir króna. Bæta lýsingu við Frostaskjól 9 fyrir um 1,5 milljónir króna. Leggja gangstétt meðfram KR velli norðaustanmegin fyrir um 15 milljónir króna. Setja upp blikkandi hraðaskilti við Frostaskjól til móts við KR fyrir um



Leikvöllurinn við Melhaga og Neshaga er gott dæmi um verkefni sem kosið var til framkvæmda í Vesturbænum.

fjórar milljónir króna. Setja gönguljós á Ánanaust gegnt Vesturgötu sem myndu kosta um 12,5 milljónir króna. Endurgera tröppur sunnan við Fornhaga fyrir fimm milljónir króna. Lagfæra stíga við Eiðsgranda og Fjörugranda fyrir um þrjár milljónir króna. Endurnýja leiksvæði milli Kvisthaga, Fornhaga og Ægissíðu fyrir 15 milljónir króna. Setja tvo ruslastampa á bílastæði við Túngötu 2 kostnaður 500 þúsund krónur.

Gróðursetja og búa til setaðstöðu á horni Hagamels og Kaplaskjólsvegar. Kostnaður um eina milljón króna. Endurbæta og lýsa upp Nýlendugöturóló fyrir 3,2 milljónir króna og að auka öryggi með því að þrengja gatnamót Framnesvegur og Vesturgötu fyrir um 3,2 milljónir króna. Alls kosta þessi verkefni 88,8 milljónir króna. Fjárheimild hverfis er 37,2 milljónir króna.

Athyglisverð og eiguleg bók um skipulagsmál

Komin er út athyglisverð og viðamikil bók um borgir og borgarskipulag. Höfundur verksins er Bjarni Reynarsson skipulagsfræðingur og fjallar hann um þróun borga á Vesturlöndum – einkum Kaupmanahafnar sem var höfuðborg Íslendinga um aldir. Í síðari hluta bókarinnar fjallar hann um skipulagssögu Reykjavíkur.

Bjarni segir bókina fyrst og fremst vera afrakstur vinnu sinnar af kennslu háskólanema um borgir og borgarskipulag um árabíl og vinnu á Borgarskipulagi Reykjavíkur um aldarfjórðung. Markmiðið með útgáfunni hafi verið að taka saman aðgengilegt yfirlitsrit um sögu borga og borgarskipulags í gegnum tíðina og setja þá þróun í samhengi við skipulagssögu Reykjavíkur en slíkt yfirlitsrit hafi lengi vantað á íslensku. Reykjavík á sér aðeins rúmlega 100 ára sögu sem þéttbýlistaður en borgir hafa verið til í yfir fimm þúsund ár. Íbúar Reykjavíkur voru aðeins um sex þúsund um aldamótin 1900 en íbúar Rómur voru um 1 milljón á 2. öld e. Kr. Í fyrri hluta bókarinnar er fjallað almennt um borgir, borgarrannsóknir og lífsgæði í



borgum. Þá er saga borga rakin frá elstu borgum til stórborga samtímans. Einnig er fjallað um skynjun og atferli fólks í borgum sem og kenningar um fyrirmyndarborgir. Kaupmannahöfn er mikilvæg varðandi þróun og skipulag Reykjavíkur. Þaðan bærust nýjustu hugmyndir frá Evrópu, jafnt borgarmenning og hugmyndir um skipulag borga. Kaupmannahöfn var um aldir gluggi Íslendinga til umheimsins. Bókin er full af fróðleik og mjög áhugaverð fyrir fólk sem hefur áhuga á skipulagsmálum og ekki síður umhverfi sínu almennt. Skrudda gefur bókina út.

Rúnstykki á 80 krónur Alla daga!



Bernhöftsbakarí ehf. | Bergstaðarstræti 13 | Sími: 551-3083

**Opið virka daga frá 07:30 til 18:00
og um helgar frá 08:00 til 17:00**

KR til umræði á fyrsta fundi Hverfisráðs

Jónas Kristins-son framkvæmdastjóri KR og Gylfi Dalmann formaður komu á fyrsta fund Hverfisráðs Vesturbæjar á þessu ári sem haldinn var 8. janúar sl. Á fundnum ræddu þeir Jónas og Gylfi um þá aðstöðu sem KR hefur nú í dag. Að þeirra mati er brýnasta þörf félagsins bætt félagsaðstaða og knattspyrnuhús. Einnig töldu þeir vanta betri aðstöðu á veturna til að geta sinnt því mikla starfi sem þeir bjóða uppá nú í dag, en KR er fjölgreinafélag með 12 deildir á sínum vegum.



Í bókun ráðsins segir að það styðji viðleitni KR til uppbyggingar í Vesturbænum og leggur áherslu á áframhaldandi uppbyggingu fjölgreina félags í hverfinu. Hverfisráð hvetur KR til að leita samstarfs við nágrannafélög um nýtingu aðstöðu eftir fongum. Þá kom til umræðu tillaga frá Prýðisfélaginu Skildi um Hringtorg við Suðurgötu og Þorragötu og bókaði ráðið eftirfarandi um það mál. „Hverfisráð Vesturbæjar telur að fara eigi að öllu með gát þegar kemur að því að breyta íþróttasvæðum eins og æfingavöllum KR við Starhaga í akbrautir. Þar sem akbraut er þó sýnd á þessum stað í aðalskipulagi Reykjavíkur telur hverfisráðið rétt að leita álits embættismanna á umhverfis- og skipulagssviði á nauðsyn slíkrar framkvæmdar við núverandi aðstæður og hvort nokkuð liggi fyrir í framkvæmdaáætlunum hvað þetta varðar.

Skipulagsslys yfirvofandi í Vesturbænum

„Meirihluti Samfylkingar, Bjartrar framtíðar, VG og pírata sést ekki fyrir í þéttingartrúboði sínu og neitar að horfast í augu við það að allt að fjórðungsfjölgun íbúa í Vesturbænum veldur stóráuknu álagi á innviði hverfisins, skóla, umferðaræðar og íþróttamannvirki. KR-svæðið dugar ekki til að sinna núverandi þörf fyrir íþróttastarf barna og unglinga í Vesturbænum, hvað þá þeirri fjölgun sem fyrirsjáanleg er vegna mikillar þéttingar á næstu árum. Það er því mikil skammsýni hjá núverandi borgarstjórnarmeirihluta að úthluta síðustu lóðinni í Vesturbænum, sem gæti hentað fyrir stækkun KR-svæðisins, undir fjölbýlishús.“ Þetta segir Kjartan Magnússon, borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins, sem tók málið upp á fundi borgarstjórnar í desember og varaði við yfirvofandi slysi á skipulagi hverfisins.

Á borgarstjórnarfundinum vísaði Kjartan til þess að á fundi íþróttar- og tómstundaráðs Reykjavíkur var samþykkt bókun um að taka þyrfti tillit til hagsmuna KR þegar umræddri lóð yrði ráðstafað. „Mikilvægt er að ekki verði þrengt svo að félaginu að það geti ekki annað eftirspurn á komandi árum og áratugum,“ segir m.a. í bókuninni sem fulltrúar allra flokka samþykktu.

Þéttingartrúboð eða þjónusta við íbúa

Borgarfulltrúar Sjálfstæðisflokksins leggja áherslu á að Keilugrandi 1 (SÍF-reiturinn) verði skilgreind sem



Kjartan Magnússon borgarfulltrúi.

íþróttar- og útivistarsvæði og að hún verði öll nýtt í þágu íþróttar- og æskulýðsstarfsemi í Vesturbænum í samvinnu við KR. Jafnframt að viðræður hefjist sem fyrst um samstarf KR og borgarinnar um skipulag og betrubætur á núverandi svæði félagsins við Frostaskjól í samræmi við óskir KR.

Kjartan segir að ýmsir kostir fylgi þéttingu byggðar en telur jafnframt mikilvægt að ekki sé þétt af svo miklu kappi að menn tryggi ekki aðstöðu fyrir skólastarf, íþróttastarf og aðra innviði sem séu nauðsynlegir til að tryggja þjónustu í viðkomandi hverfi. „Við er unnið að þéttingarverkefnum í Vesturbænum, t.d. á Lýsislóðinni, Héðinsreit, Háskólasvæðinu, Vesturbugt, við Hringbraut, Ægisíðu og víðar. KR hefur um áráðil óskað eftir auknu athafnasvæði vegna mikillar fjölgunar í barna- og unglingastarfi félagsins auk þess sem búist er við enn meiri fjölgun

á næstu árum vegna þessarar þéttingar. SÍF-reiturinn hefur skiljanlega verið efst á blaði hjá KR enda ákjósanlegasti kosturinn fyrir félagið af þeim örfáu lóðum sem eftir eru óbyggðar í hverfinu og borgin hefur eignarhald á, bæði vegna stærðar og nálægðar við KR-svæðið,“ segir Kjartan.

Óskir íbúa hundsáðar

Borgarfulltrúar Sjálfstæðisflokksins hafa ítrekað lagt til að orðið verði við þessum óskum KR með því að það fái umrædda lóð til afnota og þegar Kjartan var formaður íþróttar- og tómstundaráðs á þarsíðasta kjörtímabili, samþykkti ráðið viljayfirlýsingu þar að lútandi. „Meirihluti Samfylkingar og Bjartrar framtíðar hundsáði því miður þessa yfirlýsingu og lætur annarlega hagsmuni ráða þegar kemur að úthlutun þessarar lóðar frekar en að efla íþróttar- og æskulýðsstarf í Vesturbænum. Þá er rétt að minna á að íbúar í Grandahverfi hafa ítrekað mótmælt því að byggt verði upp með þeim hætti á lóðinni sem meirihluti borgarstjórnar hefur áform um.

Eftir að KR fékk neitunina hafa forráðamenn félagsins auðvitað gert sitt besta til að vinna úr þeirri stöðu og vinna nú að mótun nýrra tillagna gagnvart borginni varðandi aðstöðumál þess. Á fundi borgarstjórnar skoruðum við sjálfstæðismenn á borgarstjórnarmeirihlutann að endurskoða afstöðu sína í málinu og bentum á að enn er tími til að ráðstafa lóðinni í þágu íþróttar- og æskulýðsstarfs í Vesturbænum,“ segir Kjartan Magnússon borgarfulltrúi.

NÝ NÁMSKEIÐ AÐ HEFJAST



BRENNSLA / MÓTUN

BELLY FITNESS

KICK FUSION

SÚPERFORM

UNGLINGAHREYSTI

FITNESS FORM

HÖRKUFORM



HARDCORE

FITNESSBOX

ÓLYMPÍSKAR LYFTINGAR

HERÞJÁLFUN

KETILBJÖLLUR

FREESTYLE FITNESS

KARLAFORM



STYRKUR

STOTT PILATES

FIT PILATES

BOOTY BALLET



LÍFSTÍLL

BETRA BAK

NÝR LÍFSTÍLL

MEDGÖNGULEIKFIMI

MÖMMUTÍMAR

Nánari upplýsingar og skráning á worldclass.is

World Class
ICELAND



Systrasamlagið á ári fjóssins!

VIRIDIAN ERU NÝ KYNSLÓÐ VEGAN VÍTAMÍNA OG BÆTIEFNA!

Stórstíggæðaskref hafa verið stigin í framleiðslu "heilla" bætiefna og vítamína, byggð á nútímavísindum í bland við gamala reynslupekkingu sem m.a. liggur í Ayurveda lífsvísindunum, kínverskum lækningum og grasafræðinni.

Viridian eru fremst meðal jafningja, virka og fást í Systrasamlaginu.



20 % AFSLÁTTUR AF VIRIDIAN TIL 7. FEB.

LÍFRÆNT KAFFI M/LÍFRÆNNI BÍÓBÚ MJÓLK!

Eða viltu næringarríkjan þeyting, croissant, samloku, skot, chiagraut, heilsubita, kökur, kaffi með smjöri? Við erum sífellt að þróa innihaldsrikt góðgæti.

Bragðgæðin eru okkar megin!



MANDUKA ERU TAJ MAHAL JÓGADÝNANNA!

MANDUKA jógaðýnur og -handklæði, hugleiðslupúðar og allskyns fylgihlutir af allra bestu gæðum.



SAMFLOT 2015:

Fljótandi slökun og hugleiðsla í Sundlaug Seljarnarness verða eftirfarandi sunnudaga frá 9.00 til 9.45:

25. janúar
8. feb, á dagskrá
FRÍÐSÆLDAR Í FEBRÚAR
22. febrúar
8. og 22. mars
12. og 16. apríl
10. og 31. maí

Ómóttstæðilega notalegt!

Flotahetta og fótaflot í Systrasamlaginu: 17.700 kr

SUÐURSTRÖND 10, SELTJARNARNESI

Fyrir neðan sundlaugina og World Class.
www.facebook.com/Systrasamlagid
Sími: 5116367

AFGREIÐSLUTÍMAR

Virkir dagar
Laugardagar

8 - 18
10 - 16

Jólaball Tíu12

Jólaball frístundastarfs Tíu12 var haldið 18. desember. Það dugði ekkert minna til en salurinn í Hagaskóla fyrir herlegheitin. Á ballinu var boðið upp á popp beint úr poppvélinni í Bíó Paradís ásamt ávaxtasafa. DJ Sölvi lék fyrir dansi og var ekki að sjá nema að flestir hafi skemmt sér mjög vel. Það voru svo seldar pizzur fyrir hungraða á vægu gjaldi og vöktu þær mikla lukku. Það var heldur betur gaman að enda hauststarfið á svona skemmtilegum atburð.



Frostaskjól:

Grillaðar pylsur í snjó - er það eitthvað?

Flestum finnst gaman að byggja snjóhús, flestum finnst einnig gott að gæða sér á grillaðri pylsu með öll. Fæstum dettur samt í hug að sameina þessar tvær iðjur! Krökkunum í Tíu12 fannst frábær hugmynd að storka norminu og grilla pylsur í snjó og frosti.

Við byrjuðum á því að byggja snjóhús en það var flott samstarfsverkefni hjá öllum krökkunum. Eftir erfiðið voru grillaðar pylsur og þeim skolað niður með ísköldu appelsíni. Að því loknu var farið inn og hlýjað sér við kertaljós og hlustað á jólalög. Það er spurning hvað það verður næst? Heitt kakó í heitapottinum í Vesturbæjarlaug?



Krakkarnir grilla pylsur í frostinu og storkuðu norminu þannig.

Vesturbær got talent

Það er ávallt eitthvað skemmtilegt um að vera í Frostaskjól.

Þann 22. janúar verður hæfileikakeppnin Vesturbær got talent haldin annað árið í röð. Í fyrra tóku 15 fjölbreytt atriði þátt og heppnaðist atburðurinn afar vel. Því var ákveðið að gera þennan atburð að árlegum atburð. Keppnin fer fram. Keppnin verður frá 17:00-18:00/18:30 í Frostaskjól 2 en dómara munu sjá um að skera úr um sigurvegara.

Foreldrar sem og aðrir eru hvattir til að koma og horfa á unga fólkið okkar blómstra.



Foreldrarölt í Vesturbæ



Foreldraröltið í Vestubæ. Ekkert smá flottur hópur.

Foreldrar unglunga í Hagaskóla tóku höndum saman og endurvöktu hið góðkunna foreldrarölt. Hópurinn hittist 17. desember þegar fram fór Jólaball í Hagaskóla á vegum Frosta og Hagaskóla.

Foreldarnir mættu í félagsmiðstöðina Frosta þar sem beið þeirra rjúkandi heitt kaffi og kruðerí áður en þau héltu út í kuldann. Áður en lagt var af stað

kynnti starfsfólk Frosta þeim hvert hlutverk foreldrarölsins er og hver er ávinningur þess. Eftir að jólaballinu lauk bætist í hópinn starfsfólk frá Frosta sem kláraði röltið með þeim. Þetta mun vera fastur liður í framtíðinni þegar stórir viðburðir á vegum Frosta og Hagaskóla eiga sér stað.



Geirsgata 1 • Sími 511 1888

Gómsæti í göngufæri

Mikil og góð áramótastemning í Skerjafirði

Mikið fjölmenni og góð stemning var við brennuna á gamlárskvöld í Skerjafirði. Sigvaldi Kaldalóns stjórnaði fjöldasöng við harmoníkuundirleik og hinn alkunni brennukór hverfisins lét sig ekki vanta.

Sú skemmtilega hefð hefur skapast að Prýðifélagið Skjöldur stendur fyrir því að íbúar safnast saman í blysför og ganga að brennunni með logandi kyndla í gegnum hverfið. Á þessu sinni fór Gísli Helgason fyrir blysförinni með blokkflautuleik sem jók á stemninguna. Hákon Ólafsson brennustjóri til margra ára hafði veg og vanda að þessari glæsilegu brennu sem var í stærri kantinum þetta árið.



Hákon Ólafsson var brennustjóri að vanda og er hér með Sigríði Rögnu Sigurðardóttur konu sinni.



Þetta er mynd tekin þegar blysförin er að fara af stað en gengið er í gegnum hverfið að brennunni. Á myndinni má sjá Mörtu Guðjónsdóttur kennara og varaborgarfulltrúa og Kjartan Gunnar Kjartansson blaðamann.



Á þessari mynd er Gísli Helgason og Sigvaldi Kaldalóns. Gísli fór fyrir blysförinni með blokkflautuleik og Sigvaldi Kaldalóns stjórnaði fjöldasöng við brennuna.



HÚSAVIÐGERÐIR.IS

Yogatímar fyrir 60 ára og eldri

Kennslustaður Gallerí Vest
Hagamel 67, 107 Reykjavík

Kennari: Kristján Baldursson, kundaliniyoga kennari
Netfang: kribald@gmail.com
Símar: 892 3305 og 462 7584



Bocuse d'Or
AKADEMIA ICELAND
www.bocusedor.is

*Siggi
keppir um toppsætið*

Þann 27. og 28. janúar keppir Sigurður Helgason, yfirmatreiðslumaður á Grillinu, í lokakeppni Bocuse d'Or.

Sigurður er einn af 24 keppendum en Bocuse d'Or er ein virtasta matreiðslukeppni heims.

Við erum svo sannarlega stolt af okkar manni.

Grillid
Á HÓTEL SÖGU

- alltaf á toppnum



Þjóðum upp á þriggja, fjögurra og sjö rétta matseðla alla daga nema sunnudaga og mánudaga frá kl. 17.30

*Happy Hour á Astrabar
kl. 17.00-18.00*

www.grillid.is

Bernskuminningar úr Vesturbænum

Friðrik G. Halldórsson (Denni) útgerðartæknir rifjar Vesturbæjarbernskuna upp að þessu sinni. Friðrik er sonur Halldórs Bjarnasonar skipstjóra og útvegsmanns og Jóhönnu Friðriksdóttur. Friðrik ólst upp í stórum systkinahópi við Hólatorg í Vesturbænum þar sem endar Garðastrætis og Sólvallagötu næstum ná saman. Landakotstúnið var leiksvæði systkinanna á þeim árum og örstutt í Landakotsskólann enda móðir þeirra barnabarn Gunnars Einarssonar eins stofnanda kaþólska safnaðarins á Íslandi og systurdóttir Jóhannesar Gunnarssonar sem var biskup í Landakoti um langa hríð. Faðir Friðriks var ættaður úr Selvoginum þaðan sem útvegsblóðið hefur runnið um æðar.

Á stóru heimili við Hólatorg

Við bjuggum við Hólatorg 6 sem var einskonar ættaróðal móðurfjölskyldu minnar. Húsið var byggt árið 1929 af Önnu Friðriksdóttur frá Ytri Bakka við Eyjafjörð en hún var móðursystir Friðriks Gunnarssonar afa míns. Anna var merkiskona. Giftist aldrei en lærði mjólkuriðni í Danmörku. Var rjómaþúfa eins og það var kallað á þeim tíma og snéri sér síðan að smjörklisgerð. Eitthvað hefur henni fénast því auk þess að byggja húsið studdi hún móðurafa minn Friðrik Gunnarsson til að hefja atvinnurekstur sem varð grunnurinn að iðnaðarstarfsemi sem Gunnar J. Friðriksson stýrði síðan í áratugi jafnframt því að vera forsvarsmaður í samtökum atvinnurekenda.

Hólatorgið var teiknað af manni sem ég man ekki lengur hvað hét en hann var húsasmiður en hafi aldrei lært neitt í arkitektúr. Eingöngu verið svona listrænn og eftir hann liggja nokkuð mörg hús í borginni. Húsið var selt úr fjölskyldunni fyrir nokkrum árum eða eftir fráfall Jóns móðurbróður míns.

Árleg viðkoma á fæðingardeildinni

Við vorum átta systkinin og fæddumst á tíu árum. Heimilislífið var því nokkuð fjörugt og alltaf nóg við að vera. Foreldrar mínir voru heldur aldrei með neinar skorður við því að við tækjum vini okkar og vinkonur

með heim og því gat stundum verið mannmargt á Hólatorginu eftir skóla á daginn. Mamma var víðsýn og við fengum gott olnbogaráymi til þess að lífa lífinu og mótað. Garðurinn í kringum Hólatorg 6 var stór. Þetta var líka fyrir tíma sjónvarps og því var mikið um útveru á sumrin. Margir krakkar áttu heima á svæðinu frá Garðastræti vestur að Blómvallagötu og við fórum í þessa hefðbundnu krakkaleiki á borð við saltabrauð og bennibolta.

Faðir minn starfaði sem skipstjóri og útvegsmaður og var því mikið að heiman vegna vinnu sinnar. Þegar Oddný móðuramma mín féll frá fluttum við inn á Hólatorgið til þess að sjá um Friðrik afa og Jón bróður mömmu sem síðan var hluti af heimilisfólkinu. Hann starfaði lengst hjá Hafró og er látinn fyrir nokkrum árum. Hann var því einskonar aðstoðarpabbi eða eins og eldra systkini. Mamma var því mikið ein með okkur en eftir að ég man eftir mér var hún oft með erlendar stúlkur við heimilisaðstoð. Hún var tungumálamanneskja og talaði til dæmis ágæta þýsku. Framan af voru flestar þessar stúlkur frá Þýskalandi en síðar voru líka stúlkur frá Bretlandseyjum í vist hjá okkur. Þetta var stórt heimili auk þess að mamma hafði næstum árlega viðkomu á fæðingardeildinni og alltaf smábarn á heimilinu. Heimilishaldið var með formföstum hætti. Ætíð var borðaður heitur tvíréttaður matur í hádeginu og dúkur og tauservéttur á borðum.



Útskriftarmynd Landakotsskóli 1969, 12 ára bekkur. Kennararnir sitjandi á stól eru taldir frá vinstri: Greta Jóakimsdóttir, Greta Önundardóttir, systir Henrietta, séra Georg, systir Clementía „yngri“ (Svanlaug Guðmundsdóttir), Margrét Muller. Ég sit á gólfinu annar frá vinstri.

Maður getur því ímyndað sér þvottana eftir að 12 manns sátu til borðs og þar af helmingurinn smábörn.

Tíu í Fordinum

Fjöðurfólkið mitt var úr

Selvoginum. Ég man aðeins eftir því þar. Friðrik afa eignaðist nýjan Ford Fairline 1955 og eftir að hann féll frá varð Fordinn heimilisbíllinn okkar. Hann var dökkblár að lit og mikill eðl-vagn. Mig minnir að hann hafi verið skráður sex manna með

heilum bekk í stað tveggja framsæta. Amma var oft í Selvoginum á sumrin eftir að fjölskyldan flutti þaðan. Við fórum stundum á Fordinum í Selvoginn og fórum þá Krísvíkurléiðina suður og gömlu Kambana fyrir ofan Hveragerði til baka því



Fjölskyldan Hólatorgi 6, talið frá vinstri: Guðmundur Sveinn (Gummi), Þorgerður Klara (Togga), Oddný Rósa, Ég (Denni), Halldóra Guðrún, Jóhanna (Dóa), Oddur Jósef, Bjarni Jón, Jóhannes Tryggvi (Jói). Svo foreldrar mínir Jóhanna Friðriksdóttir og Halldór Þórður Bjarnason.



Foreldrar mínir Jóhanna Friðriksdóttir húsmóðir og Halldór Þ. Bjarnason, skipstjóri og útgerðarmaður,



Ég, tengdadóttirin Björg Blöndal Höskuldsdóttir, sonurinn Guðmundur Þór Friðriksson, konan mín Hrönn Guðmundsdóttir.

vegurinn um Þrengslin var ekki kominn. Oftast vorum við tíu í bílnum og ég man að mamma sat frammí með það yngsta okkar í fanginu. Það voru heldur engin öryggisbelti í þá daga.

Sex vildu viðurkenna að hafa svindlað

Við systkinin vorum í Landskotsskóla. Það lá beint við. Við erum kapólsk enda langafi okkar einn stofnenda kapólska safnaðarins og afabróðir minn var biskup í Landakoti. Hólatorgið er líka næsti bær við Landakot og því örskammt á milli. Ég var öll mín bernskuskólaár í kennslustundum hjá séra Georg og Margéti Muller og ég var líka kórdrengur í Landakoti. Það ríkti ákveðinn strangleiki í skólanum en í ljósi þeirrar umræðu sem varð löngu síðar um skólann og atburði sem áttu að hafa orðið þar get ég fullyrt að við urðum aldrei vör við neitt af því sem þau voru ásökuð um. Ég trúi því að þar hafi verið dregin upp mjög ýkt mynd því mér finnst ólíklegt að við hefðum aldrei orðið vör við neitt á þeim langa tíma sem við vorum þar í námi. Mín upplifun er alla vega allt önnur. Það gat líka ríkt ákveðin gamansemi í skólanum. Ég man eftir að eitt sinn var svindlað á kristinfræðiprófi. Séra Georg sagði bekknum að ef þeir sem hefðu svindlað gæfu sig fram og bæðust afsökunar þá yrði ekkert gert meira í málinu. Ég og félagi minn ákváðum að fara til hans enda vorum það við sem svindluðum. Þegar við komum til hans í kennarastofuna sagði hann „ég vissi að þið mynduð koma en þið eruð sá fimmti og sjötti sem koma þessara erinda“. Það urðu svo margir hræddir um að þeim yrði kennt um og vildu verða á undan að viðurkenna þótt þeir hefðu ekkert svindlað. Þannig gat strangleikinn og gamansemin haldið hönd í hönd. Landakotsskóli var alltaf frekar fámennur og ég man að ég saknaði gamla skólans míns þegar ég kom í Hagaskóla. Mér fannst fjöldinn og ysinn og þysinn svo mikill. En þar kynntist ég eðlilega nýju fólki og árin í Hagaskóla eru ágæt í endurminningunni.



Frá vinstri, séra Hákon Loftsson, Hendrikus Bjarnason, Guðmundur Garðar Guðmundsson og svo ég.

Töfrabrögð í neftóbakinu

Ég man vel eftir Jóhannesi biskup, móðurbróður mínum. Tóbak-snotkun var umtalsverð á þessum árum og séra Georg reykti eins og strompur að mér fannst en var trúlega hættur því síðari árin. Jóhannes tók hins vegar í nefið. Til eru sögur um hvernig hann lau-maðist með neftóbakið í messur. Hann var með tvær neftóbaksdó-sir. Aðra sem hann notaði dags daglega en hina sem hann tók með sér í kirkjuna og hafði hana upp í erminni. Svo snéri hann sér að altarinu og beygði sig fram. Þá laumaði hann hendinni inn í ermina, náði sér í nokkur neftóbakskorn og saug þau upp í nefið. Fólkið í kirkjunni sá ekkert af þessu og hélt að biskupinn væri að gjöra bæn sína. Þarna voru smá töfrabrögð í verki.

Hólatorg ehf.

Ég byrjaði snemma á sjónum. Pabbi tók mig með sér þegar ég var 16 ára og þá var brautin lögð. Ég fór svo í stýrimannaskólann og eftir það í Tækniskólann og lærði útgerðartækni. Ég var tvö ár í Danmörku og starfaði þar við sjómennsku og útveg. Eftir að ég kom heim hef ég verið viðloðandi sjávarútveginn. Starfaði lengi hjá Asiaco og sá um sölu á veiðarfærum. Eftir að það fór í gjaldþrot eftir að eigendaskipti höfðu orðið fór ég út í sjálfstæðnan atvinnurekstur á svipuðum nótum. Ætlaði mér að fást við það á meðan ég væri að leita mér að almennilegri vinnu. Nú eru tveir áratugir síðan og ég hef haft svo mikið að gera í þessu að ég hef ekki enn haft tíma til þess að leita mér að vinnu. Ég var í fyrstu með þetta í eigin nafni en stofnaði svo fyrirtæki utan um það. Það heitir Hólatorg ehf.

Apotek Restaurant:

Þar sem gaman er að borða

Fjölmörg veitingahús hafa skotið upp kollinum á höfuðbor-garsvæðinu á undanförnum árum. Þau eru eðlilega af nánast öllum stærðum og gerðum. Við viljum hér benda lesendum okkar á nýtt einstakt veitingahús sem hóf rekstur fyrir nokkrum vikum. Apotek Restaurant er spennandi veitingahús staðsett á einu fallegasta horni Reykja-víkur í Austurstræti 16.

Húsnæðið er sérstaklega glæsilegt og býr að langri sögu. Lengst af var Reykjavíkuraпотek þar til húsa, frá 1930 til 1999 og sækja eigendur veitingahússins innblástur til þess tíma.

Eldhúsið

Matreiðslumeistararnir eru Carlos Gimenez og Theódór Dreki Árnason. Carlos Gimenez er frá Buenos Aires í Argentínu og lauk námi við einn virtasta matreiðsluskóla Suður-Ameríku. Hann hefur starfaði á fjölda veitingahúsa m.a. í Argentínu, Úrúgvæ, Danmörku og á Spáni á hinu margrómaða El Bulli veitin-gahúsi undir stjórn hins þekhta matreiðslumeistara Ferran Adria. Teddi Dreki Árnason hefur fjöl-breytta reynslu úr veitingageira-num og hefur starfað á Grillinu, Tapasbarnum og á Vox. Hann starfaði einnig á Texture í London og sem einkakokkur í Frakklandi.



Apotek Restaurant er spennandi veitingahús staðsett á einu fallegasta horni Reykjavíkur í Austurstræti 16.

Apotek Restaurant er “casual/ smart” staður þar sem boðið er upp á ljúffengar veitingar í líflegri stemningu og flottu umhverfi. Fjöldi smárétta er á matseðlinum sem mælt er sérstaklega með að gestir smakki og njóti saman.

Aðalréttirnir eru ekki af verri endanum og eru fjölmargir spennandi valkostir á boðstólum; Önd og vaffla, vistvænn kjúk-lingur og 60 daga „dry – aged“ nautakjöt ásamt fersku sjávarfangi

Apotek Patisserie

Axel Þorsteinsson „Pastry chef“ er sælkerinn á bak við eftirrét-taeldhúsið, þar sem eftirréttrir, makkarónur, og súkkulaði er handgert daglega. Hann lærði konditorinn í Danmörku og útskrifaðist hæstur í bekknum

ásamt því að hann fékk brons-medalíu frá drottningunni sjálfri fyrir framúrskarandi árangur. Eftirréttnir eru undir klassískum evrópskum áhrifum með nútí-masveiflu. Franskar Maccarons litlar bragðbombur í 8 spennand tegundum, Hægt er að njóta eftir-réttanna á staðnum eða koma við á eftirréttabarnum og taka með heim sætan bita eða ljúffenga gjöf í fallegum gjafaumbúðum.

Lyfseðill á barnum

Á Apotek restaurant er lifandi kokteilbar þar sem verðlau-naðir “apotekarar” hrista saman spennandi “artisan” kokteila við allra hæfi - örvandi, róandi og jafnvel verkjastillandi.

Það er ekki að ástæðulausu að við hvetjum lesendur okkar til að líta við í skemmtilegasta Apoteki bæjarins. Þrátt fyrir að allar innréttingar staðarins séu hinar glæsilegustu þá er Apotek Restau-rant látlaus og fallegur staður þar sem gott og gaman er að borða, hvort sem er í hádeginu eða að kvöldi. Svo er auðvitað hægt að „droppa við“ í setustofunni í kaffi og „sælurétt“ allan daginn. Ekki skemmir að eigendur staðarins eru þeir sömu og eiga einhverja vinsælustu staði bæjarins Tapas barinn og Sushi Samba. Það eitt er góður vitnisburður um gæði staðarins.

Er kominn tími til að gera eitthvað?

Námskeið í janúar og febrúar

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.

Námskeið Hringsjár standa alveg sjálfstæð sem endurhæfingarúrræði, en góð ástundun á námskeiðunum er ein íorsenda þess að lengri tíma úrræði standi til boða.

Einn af þeim mörgu sem hafa nýtt sér endur-hæfingu hjá Hringsjá er Kristján Jónsson. Hann sótti námskeið hjá Hringsjá og útskrif-aðlist vorið 2014. Honum hafði verið bent á sem endurhæfingarúrræði að fara á tölvunámskeið hjá Hringsjá.

Í viðtali í Fréttatímanum sagði hann, „Mér fannst svo gaman að ég fór í kjölfarið á minnisnámskeið þar. Eftir þessi tvö námskeið var ég farinn að átta mig á að ég gæti alveg verið í skóla. Það hafði lengi verið draumur en mér fannst ég ekki eiga heima þar. Ég sá að ég gat alveg lært. Þetta er eitt það skemmtilegasta verkefni sem ég hef tekið mér fyrir hendur. Maður kemur syngjandi þaðan út.“

Eftir námskeiðin fór Kristján í 3ja anna náms- og starfsendurhæf-ingu hjá Hringsjá. Samhlða endurhæfingu var Kristján í Tækni-skólanum og hefur nú lokið sveinsprófi í málaraíðn.

20.1-17.2

TÁT - Tök á tilverunni

Bjargráð og færni í að takast betur á við daglegt líf og hindranir sem upp koma.

24.2-26.3

Fjölskyldan og ég

Með aukinni þekkingu tileinka þátttakendur sér leiðir til að verða betri fjölskyldumeðlimir, makar og uppalendur.

20.1-17.2

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.

24.2-26.3

Í Fókus - Að ná fram því besta með ADHD

Eykur skilning á ADHD (athyglisbrest/öfvirgni) og hvernig hægt er að ná betri tókum á ADHD.

24.2-26.3

Minnistækni

Kennd er tækni til þess að efla og bæta minnið. Hentar þeim sem eiga við gleysku eða skert minni að stríða.

20.1-17.2

Tölvur 1

Námskeiðið er ætlað byrjendum sem vilja fá góðan grunn í tölvunotkun til að geta nýtt tölvuna sér til gagns og gamans.

24.2-26.3

Tölvur 2

Námskeiðið er ætlað þeim sem hafa notað tölvu í einhvern tíma en vilja ná betri tókum á algengum vinnuforritum.

Hringsjá

Náms- og starfsendurhæfing

Upplýsingar og skráning í síma 510 9380 eða á staðnum að Hátúni 10d.

Heimasíða: www.hringsja.is

Netfang: hringsja@hringsja.is

Facebook: facebook.com/hringsja

Frítt söluverðmat.

Reynsla og vönduð vinnubrögð.



Hringdu núna.

Davíð Ólafsson

Löggiltur fasteignasali

Sími: 897 1533

david@remax.is



Frábær tilboð

Heimsendingartilboð 1

Stór pizza
með 2 áleggsteg.

Stór brauðstangir, sósa og 2 l. kók

3850 kr.

Heimsendingartilboð 2

Miðstærð pizza
með 2 áleggsteg.

Stór brauðstangir, sósa og 2 l. kók

3200 kr.

Pú sækir tilboð 1

Stór pizza
og stór brauðstangir
og fáðu aðra pizzu sömu
stærðar með

Pú sækir tilboð 2

Stór pizza
með 2 áleggsteg.

1850 kr.



HRÓI HÖTTUR • HRINGBRAUT 119
SÍMI 562 92 92

Tilboðin gilda ekki
með öðrum tilboðum.



Kauda Hóstið
síðan 1989

HEITUR MATUR
Í HÁDEGINU
OG Á KVÖLDIN

TAKTU MEÐ
eða
BORÐAÐU Á STAÐNUM

Alvöru matur



Fjórir nýliðar gegn Fylki

Leifur Þorbjarnarson, Júlí Karlsson, Atli Hrafn Andrasen og Guðmundur Andri Tryggvason eru nýliðar með KR. Þeir léku með meistaraflokki í fyrsta sinn í kvöld þegar KR vann Fylki 2-1 á Reykjavíkurmótinu.

Leifur og Júlí eru fæddir árið 1996 en Atli og Andri árið 1999. Andri fær jafnan mestu athyglina fyrir að vera sonur Tryggva Guðmundssonar en við viljum halda því á lofti að móðir Andra, Hrafnhildur Gunnlaugsdóttir, lék með fyrsta Íslandsmeistaraliði KR árið 1993.

Almarr Ormarsson og Gunnar Þór Gunnarsson skoruðu mörk KR gegn Fylki.



Fjórmeningarnir sem munu vinna að því að halda merki KR uppi á þessu tímabili.

Sören Frederiksen til KR

KR hefur samið við danska leikmanninn Sören Frederiksen. Sören er 25 ára og kemur frá tvöföldu dönsku meisturunum í Álaborg þar sem hann spilaði 22 leiki á síðasta tímabili, aðallega sem vinstri kantmaður. Sören er fjölhæfur leikmaður sem hefur getið sér gott orð fyrir vinnusemi og getur leyst allar stöður framarlega á vellinum, bæði á vinstri og hægri kanti eða sem framherji.

Sören er uppalinn hjá danska úrvalsdeildarliðinu Sønderjyske þar sem hann lék 80 leiki og skoraði 10 mörk þar til hann var keyptur af danska stórveldinu FC København. Þaðan fór hann til Álaborgar þar sem hann lék 51 leik og skoraði 7 mörk. Hann hefur einnig leikið 12 leiki fyrir U-21 landslið Danmerkur.

Sören Frederiksen: „Þegar ég heyrði af möguleikanum á að spila á Íslandi með KR kveikti það strax áhuga. Ég sé spennandi tækifæri í því að kynnast nýju landi og reyna fyrir mér í nýju umhverfi. Íslenskir knattspyrnumenn og íslenska landsliðið hafa að undanförmu náð mjög góðum árangri á alþjóðlegum vettvangi og þar sem KR er stærsta liðið í íslenskr



Sören Frederiksen.

knattspyrnu þá geri ég ráð fyrir að vera að ganga til liðs við mjög gott knattspyrnulið. Þetta verður ný áskorun fyrir mig og ég hlakka til að hefjast handa.“

Sigur á Þrótti í fyrsta leik ársins

Greinilegt var að jólafríið sat aðeins í mönnum og langt frá síðasta leik. Leikurinn byrjaði á góðri seríu mistaka beggja liða en það voru gestirnir úr Þrótti sem skoruðu fyrsta markið 0-1 eftir rúmlega þriggja mínútna leik.

KR-ingar jöfnuðum um leið, og spýttu svo í og innan skamms var staðan orðin 8-1. Eftir það var aldrei spurning hvoru megin sigurinn lenti. Þróttarar, sem tefla fram ungu og spræku liði, mættu ofjörlum sínum í þessum



leik, en þó má gagnrýna KR-inga fyrir að ganga ekki á lagið og auka

forsktið jafnt og þétt. Helsti veikleiki KR-inga í vetur gagnvart liðunum í kringum okkur í deildinni og fyrir neðan að stíga upp og keyra okkar leik á fullu allan tímann. En góður 10 marka sigur, 30-20 og 2 stig í húsi. Úrslit úr öðrum leikjum þýða sætaskipti við Hamrana og 5 sætið, og þar með umspilssæti, því okkar. Leikurinn var líka endurkoma Hákons Stefánssonar sem hefur verið erlendis um tíma, og fögnum við KR-ingar því að sjá hann aftur á vellinum í röndóttu.

Hörður tekur við kvennaliðinu

Hörður Unnsteinsson hefur tekið við kvennaliði KR. Hörður hefur verið aðstoðarþjálfari liðsins en stígur nú sín fyrstu spor sem meistaraflokksþjálfari.

Honum til aðstoðar verður Finnur Freyr Stefánsson sem einnig þjálfar meistaraflokk karla hjá KR. Saman mynda þeir öflugt teymi sem mun leiða liðið í seinna hluta mótsins. Næsti leikur liðsins er í kvöld gegn Val að Hlíðarenda. Munar átta stigum á liðinum en KR liðið er sem stendur í sjötta sæti deildarinnar.



Aldís Rún sigraði í meistaraflokki

Aldís Rún Lárusdóttir sigraði í meistaraflokki kvenna og Kári Ármannsson í 1. flokki karla á Víkingsmótinu í borðtennis, sem fram fór í TBR-húsinu laugardaginn 10. janúar. Aldís Rún sigraði Kolfinnu Bergþóru Bjarnadóttur úr HK 3-0 í úrslitaleik í meistaraflokki kvenna.

Kári Ármannsson sigraði Daníel Bergmann Ásmundsson úr



Víkingi 3-2 í úrslitaleik í 1. flokki karla. Kjartan Skarphéðinsson varð í 3.-4. sæti. Davíð Jónsson, sem er heima í jólafrí frá námi í Slóvakíu, tapaði 2-3 í hörkuleik fyrir Magnúsi K. Magnússyni úr Víkingi í úrslitum í meistaraflokki karla. Ingi Brjánsson varð í 3.-4. sæti í 2. flokki karla.

KR-SÍÐAN

KR hefur samið við Henrik Bødker

KR hefur samið við Henrik Bødker sem mun taka að sér stöðu yfirmarkmannþjálfara KR og aðstoðarþjálfara meistaraflokks karla, ásamt því að sinna ýmsum öðrum verkefnum fyrir félagið.

Henrik hefur dvalið hér á landi undanfarin ár og þjálfað hjá Stjörnunni í Garðabæ með góðum árangri. KR býður Henrik velkominn í félagið og væntir mikils af samstarfi við hann. „Eftir 4 frábær ár hjá Stjörnunni fannst mér kominn tími til að takast á við nýjar áskoranir. Ég hef undanfarna mánuði skoðað ýmsa kosti sem mér stóðu til boða en eftir að hafa rætt við KR-inga og nýja þjálfarateymið, þar sem ég fann fyrir miklum áhuga á starfskröftum mínum, er það mat mitt að sú stefna sem unnið er eftir sé afar áhugaverð og spennandi tímar framundan. Ég get ekki beðið eftir að halda aftur



Henrik Bødker sem mun taka að sér stöðu yfirmarkmannþjálfara KR og aðstoðarþjálfara meistaraflokks karla,

til Íslands og hefja störf með Bjarna, Gumma og strákunum í liðinu,“ segir Henrik.

Fyrsti leikur Petru og Ásdísar

Petra Ósk Hafsteinsdóttir og Ásdís Karen Halldórsdóttir léku á dögunum sinn fyrsta leik með meistaraflokki kvenna í knattspyrnu fyrir KR í 1-0 sigri á HK/Víkingi.

Ásdís lék allan seinni hálfleikinn og Petra síðustu sjö mínúturnar. Stefanía Pálsdóttir skoraði mark KR í leiknum.



Opnunartímar:
Mánud. Þriðjud og Miðvikud.
12:00 til 15:00
Fimmtudaga
12:00 til 15:00 og 17:00 til 19:30
Föstudaga
13:00 til 19:30
Laugardaga og Sunnudaga
13:00 til 18:00
Skólar og sérhópar: Mánudag til föstudags
10:00 til 15:00

Sími: 588 9705
www.skautaholl.is

GETRAUNANÚMER
KR ER 107

Engar áhyggjur! Við erum ekki að fara neitt.

Um leið og við kveðjum góða granna og þökkum fyrir samstarf síðustu ára minnum við á að Lyf & heilsa í JL-húsinu verður áfram á sínum stað.

Eins og áður er opið til klukkan
22 öll kvöld vikunnar.



AFGREIÐSLUTÍMAR
08.00–22.00 VIRKA DAGA / 10.00–22.00 HELGAR
lyfogheilsa.is

 **Lyf & heilsa**
JL-húsinu