

Breiðholtsblaðið

Dreift frítt í öll hús í Breiðholti

FEBRÚAR 2017

2. tbl. 24. árg.

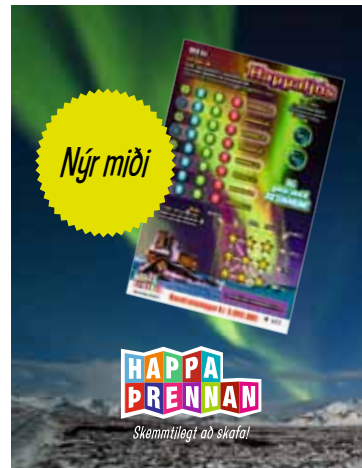



Sveinsbakari
Hólagarði og
Arnabakka


**Slökkvitækja-
þjónustan**
☎ 564 1433
Bakkabraut 16 • 200 Kópavogur
Fyrir heimili - húsfélög - fyrirtæki
Úrval slökkvitækja. Leitið tilboða!



Miklar framkvæmdir verða á ÍR-svæðinu á næstu árum. Byggt verður knatthús, íþróttahús og fimleikahús auk annarra framkvæmda á svæðinu samkvæmt samningi Reykjavíkurborgar við ÍR. Á myndinni skrifa Dagur B. Eggertsson, borgarstjóri í Reykjavík og Ingigerður Guðmundsdóttir, formaður ÍR undir samning um uppbyggingu og rekstur hinna nýju mannvirkja. Sjá frétt á bls. 2.



- bls. 4-5
Viðtal við
Guðbrand
Gíslason

Pitt hverfi hefur hækkað einna mest síðastliðið ár.

LÁTTU OKKUR SELJA FYRIR ÞIG. Heyrumst **510 7900**

LIND
FASTEIGNASALA
Hlíðasmári 6 / 201 Kópavogur / www.FASTLIND.is

ÓDÝRARI LYF Í HÓLAGARÐI

 **Apótekið**
-einfalt og ódýrt

Opið: Mán-fös: 10.00 -18.00 • Lau: 10.00 -14.00

FEBRÚARTILBOÐ

Folalda File 3.499.-kr./kg.

Innralæri 2.599.-kr./kg.

Gúllas

Snitzel

1.989.-kr./kg.

1.989.-kr./kg.

SELJAKJÖR

- KAUPMAÐURINN Á HORNINU -



**gæði
úrval
þjónusta**

Breiðholtsblaðið

Útgefandi: Borgarblöð ehf.
Eiðistorgi 13-15 • 172 Seltjarnarnes • Pósthólf 171
Ritstjóri: Þórður Ingimarsson • Sími 551 1519 • 893 5904
Netfang: thordingimars@gmail.com
Auglýsingasími: 511 1188 • 552 1953 • 895 8298
Heimasíða: borgarblod.is
Netfang: borgarblod@simnet.is
Framkvæmda- og auglýsingastjóri: Kristján Jóhannsson
Umbrot: Valur Kristjánsson
Prentun: Landsprent ehf.
Dreifing: Landsprent ehf.
2. tbl. 24. árgangur
Breiðholtsblaðið er dreift frítt í öll hús í Breiðholti

Tímamótasamningur í Breiðholti

Samningur Reykjavíkurborgar og ÍR markar tímamót. Hann markar tímamót í sögu þessa ríflega aldar-gamla íþróttafélags. Hann markar tímamót í öflugu íþróttastarfi ÍR og hann markar einnig tímamót í sögu Breiðholts sem fjölmennasta byggðarlags Reykjavíkurborgar.

Með þeim framkvæmdum og bættri aðstöðu sem samningurinn kveður á um munu gefast margvísleg tækifæri til íþróttaiðkana á komandi tímum. Gildir þá einu um hvort um keppnisíþróttir er að ræða eða uppeldisstörf í þágu barna og ungmenna.

Fyrir löngu er ljóst að öflugt íþróttastarf á meðal barna og ungs fólks er einhver besta forvörn sem unnt er að finna. Mörg dæmi eru um að íþróttastarf hefur forðað ungu fólk frá því að verða vandamálum að bráð. Í íþróttunum fá krakkar og ungmenni útrás fyrir orku sem stundum er erfitt að beisla en ekki síður félagsskap sem er þessum aldurshópum nauðsynlegur. Könnun á notkun frístundastyrkja í Breiðholti sýnir að ná þarf til fleiri ungmenna. Samningurinn mun auka möguleika ÍR í þeim efnum.

ÍR-ingar hafa lengi barist fyrir uppbyggingu síns íþróttasvæðis og orðið að horfa á önnur félög fá betri aðstöðu vegna ákvarðana borgaryfirvalda á ýmsum tímum. Þess vegna var ekki seinna vænna en á hálfra aldar afmæli Breiðholtsins að gefa hverfisfélaginu kost á því að eignast sambærilega hluti og þegar eru til staðar í öðrum byggðum í borginni.

Full ástæða er til að óska ÍR-ingum til hamingju með þennan áfanga sem samningurinn er á uppbyggingarbraut félagsins. Öðru verður vart trúað en að borgaryfirvöld hver sem þau verða á hverjum tíma muni standa við gerðan samning.

Stórsamningur Reykjavíkurborgar og ÍR

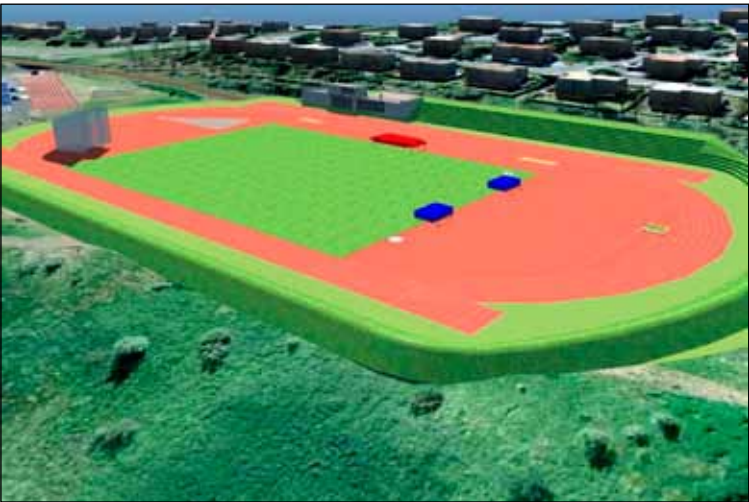
- miklar framkvæmdir á svæði ÍR á næstu árum

Gengið hefur verið frá samningi á milli Reykjavíkurborgar og ÍR um uppbyggingu íþróttamannvirkja og íþróttastarfs í Breiðholti. Samkvæmt samkomulaginu mun Reykjavíkurborg byggja knathús á ÍR-svæðinu sem ÍR mun reka samkvæmt sérstökum rekstrar-samningi. Áætlað er að framkvæmdum við húsið verði lokið árið 2018 en hönnun hefjist á þessu ári.

Þá byggir Reykjavíkurborg einnig íþróttahús með löglegum handknattleiks- og körfuboltavelli fyrir æfingar og keppnir á vegum ÍR ásamt viðbyggingum vegna búningsklefa og bættrar félagsaðstöðu fyrir félagið, auk endurbóta á núverandi félagsheimili. Áætlað er að húsið verði tekið í notkun árið 2020 og að hönnun hefjist 2018.

Knathús, íþróttahús og fimleikahús

Þjónustuhús mun rísa við frjálsíþróttavöllinn og verður skipulag endurskoðað í því ljósi, sem og vegna göngutenginga við önnur mannvirki. Byggingarreitir fyrir viðbyggingu við félagshús vegna bættrar félagsaðstöðu og fleiri búningsklefa, knathúss og íþrótt- og keppnishúss, knattspyrnuvalla og áhorfendaaðstöðu verða markaðir í deiliskipulagi. Þá verður fimleikahús ásamt aðstöðu fyrir bardaga- og dansíþróttir byggt í framhaldi af byggingu knathússins og íþróttahússins. Starfshópur um fimleikahúsið á að skila áfangaskýrslu um fyrirkomulag og staðsetningu fyrir 1. maí 2018. Í því mannvirki verður gert ráð fyrir aðstöðu fyrir bardagaíþróttir félagsins, sem og dansíþróttir. Áætlað er að byggingu fimleikahúss verði lokið fyrir haustið 2023. Þá má geta þess að nú þegar standa yfir



Tölvugerð mynd af frjálsíþróttavelli ÍR í Mjóddinni.

framkvæmdir við frjálsíþróttavöll á ÍR-svæðinu sem tekinn verður í notkun sumarið 2018. Einnig verður skipt um grasmottu og á núverandi gervigrasvelli gúmmí í sumar.

Vinnuhópur með fulltrúum frá Leikni, ÍR, ÍBR, ÍTR og þjónustumiðstöð Breiðholts

Í bókun borgarráðs segir að fyrirliggjandi samningur sé fagnaðarefni og mikilvæg fjárfesting í innviðum fyrir íþróttaiðkun barna- og ungmenna í öllu Breiðholti. Til að tryggja að þau markmið samningsins gangi eftir er mikilvægt að markviss vinna fari þegar í farveg á grundvelli 9. greinar samningsins. Mikilvægt sé að borgarstjóri kalli saman vinnuhóp með fulltrúum frá Leikni, ÍR, ÍBR, ÍTR og þjónustumiðstöð Breiðholts/hverfisráði þar sem fram fari viðræður og tillögugerð um eflingu íþróttastarfs og rekstur

mannvirkja í Breiðholti, með það að markmiði að auka þátttöku barna og unglinga í íþróttum í öllu hverfinu. Í bókun borgarfulltrúa Sjálfstæðisflokksins kemur fram að þeir styðji fyrirliggjandi samning við Íþróttafélag Reykjavíkur um uppbyggingu íþróttamannvirkja á svæði félagsins í Syðri-Mjódd. Með samningnum er vonum seinna verið að efna samning milli Reykjavíkurborgar og ÍR frá árinu 2008 sem gerður var undir forystu þáverandi meirihluta Sjálfstæðisflokks og Framsóknarflokks, segir í bókun inni.

Afnotasvæði ÍR verður afmarkað sérstaklega

Suður-Mjódd verður deiliskipulögð í heild sinni og þar verður afnotasvæði ÍR afmarkað sérstaklega og jafnframt verður gengið frá fyrirkomulagi svæðisins í heild sinni en það tekur til stíga, gróðurs, bílastæða og mannvirkja sem gert er ráð fyrir að rísi á næstu árum.

Hekla hf. í Mjóddina

- borgarráð hefur samþykkt viljayfirlýsingu

Borgarráð samþykkti á fundi sínum 26 janúar sl. viljayfirlýsingu um að fyrirtækið Hekla hf. fái aðstöðu fyrir starfsemi sína í Mjóddinni í Breiðholti. Samkvæmt tillögu meirihluta borgarráðs; Samfylkingar, Bjartrar framtíðar, Pírata og Vinstri grænna er ætlunin að ráðstafa 24 þúsund fermetra lóð í Syðri-Mjóddinni til bílaumboðsins Heklu.

Upphaf þessa máls má rekja til þess að í lok apríl 2014 óskaði Hekla hf. eftir viðræðum við borgina um lóð við Bústaðaveg 151. Lóðin var ekki talin heppileg fyrir slíka starfsemi auk þess sem auglýsa ætti hana í opnu útboð þegar vinnu við deiliskipulag væri lokið. Að því loknu fóru af stað óformlegar viðræður skrifstofu eigna og atvinnuþróunar og stjórnenda Heklu hf. um framtíðarstaðsetningu fyrir starfsemi fyrirtækisins. Leiddu þær viðræður til þess að stjórnendur Heklu hf. sendu Reykjavíkurborg bréfflegt erindi 19. janúar 2016 og óskuðu eftir formlegum viðræðum um úthlutun lóðar



Úr suður Mjódd í Breiðholti. Gert er ráð fyrir að athafnasvæði Heklu hf. verði suður af ÍR-svæðinu.

í Suður Mjódd fyrir starfsemi fyrirtækisins í tengslum við viðræður um framtíðarþróun Hekluhlútsins við Laugaveg. Eftir það var ákveðið í borgarráði að fela skrifstofu eigna og atvinnuþróunar og umhverfis- og skipulagssvæði að hefja viðræður við forsvarsmenn Heklu hf. um mögulega úthlutun lóðar í suður Mjódd til fyrirtækisins. Fyrir

liggur að Reykjavíkurborg getur ráðstafað lóð í suður Mjódd án útboðs enda verði tryggt að lóðin verði seld á markaðsverði og byggðaðróunin á Hekluhlútnum við Laugaveg nái samhliða fram að ganga en hún gengur út á að rífa byggingar fyrirtækisins og skipuleggja íbúðabyggingu á reitnum.

Opið alla daga
frá kl. 11 til 23.

Lóuhólar 4,nálægt Dominospizza

Sími: 557 1414

Samningurinn mun breyta miklu fyrir okkur

- segir Ingigerður (Inga) Guðmundsdóttir formaður ÍR

Ingigerður Guðmundsdóttir segir samninginn við Reykjavíkurborg breyta mjög miklu fyrir ÍR og verða mikil lyftistöng fyrir félagið og íþróttastarfið í Breiðholtiinu. Hún segir að samningurinn tryggji að ÍR geti sinnt hlutverki sínu sem hverfafélag Breiðholts mun betur. Hún bendir á að ÍR hafi séð um rekstur íþróttahúsanna í Austurbergi og Seljaskóla í nokkur ár og komin góð reynsla af því. Samningurinn tryggji að ÍR muni áfram reka íþróttahúsin ásamt íþróttahúsi Breiðholtsskóla, sem gerir félaginu kleift að stilla æfingatímum iðkenda betur og nú er hægt að æfa á tímum sem áður var ómögulegt eins og t.d. á morgnanna fyrir skólatíma.

En hver verða áhrif samningsins og verða þau sýnileg fljótlega. „Við sjáum og heyrum strax að samningurinn hefur jákvæð áhrif, það er meiri spenna og tilhlökkun í kringum starfið í ÍR. Deildirnar tala um að strax sé auðveldara að fá fólk/sjálfbóðaliða að starfi innan deildanna.

Þegar allir þættir samningsins hafa komið til framkvæmda mun aðstaða ÍR í Suður Mjódd gjörbreytast. ÍR mun loksins eignast aðstöðu í Suður Mjódd þar sem allar deildir geta æft, keppt og horft á aðra iðkendur allt á sama svæðinu. Í dag eru æfingar og iðkendur ÍR á mörgum mismunandi stöðum að æfa og þau þekkja jafnvel ekki jafnaldra sína í öðrum deildum. Breytingarnar munu því hafa mjög jákvæð áhrif á félagsandann og iðkendur munu njóta góðs af því. Við munum jafnvel geta samþætt æfingar á milli deilda. Einnig mun aðstaða fyrir foreldra batna og það mun auka tengingu við foreldra í öðrum deildum og auka líkur á að ná fleirum inn í sjálfbóðaliðastarf félagsins,“ segir Inga.

Munum ná til fleiri barna og unglinga

Inga segir að með því að bæta aðstöðu til íþróttaiðkunar í Breiðholti muni það vonandi verða til þess að með sameiginlegu átaki íþróttafélaganna í hverfinu náist til fleiri barna og unglinga í hverfinu. „Allar tölur um notkun á frístundastyrk Reykjavíkurborgar sýna að við verðum að ná fleiri börnum og unglingum í frístundastarf og því mikilvægt að íþróttafélögin vinni að því að ná til eitthvað af þeim. Bætt aðstaða mun einnig gera fleirj eldri borgurum kleift að æfa hjá ÍR t.d. þeir sem ekki vilja stunda þá leikfimi sem er í boði í dag hafa möguleika á að taka göngutúra inni í yfirbyggðu knattúsi, alla vega yfir mesta skamdegið eða annað s.s. boccia.“

Gríðarleg breyting á hverfinu

„Ég hef því þá trú að með þessum samningi verði gríðarleg breyting á hverfinu og ásýnd svæðisins í Suður Mjódd mun gjörbreytast. Svæðið verður allt snyrt, komið verði fyrir göngustígum og betri æfingaaðstöðu á útisvæðum félagsins. Suður Mjódd er vissulega jaðarsvæði í Breiðholtiinu og það eru því auðvitað einhverjir sem hafa áhyggjur að reisa íþróttamannvirki þar og telja að slíkt ætti að gera á öðrum svæðum í hverfinu. Ég er alls ekki sammála því. Svæðið er tilvalið sem íþrótt- og útivistarsvæði, enda fékk ÍR þetta svæði úthlutað til þess frá Reykjavíkurborg. Þá strax var lofað íþróttamannvirkjum til að sinna Breiðholtiinu og með þessum samning er verið að standa við það loforð. Svæðið er að mínu mati á

mjög góðum stað t.d. ef horft er til þess að samnýta mannvirkin og vellina með öðrum félögum. Það eru t.d. góðir göngu - eða hjólastígar að og frá svæðinu sem auðveldar iðkendum í Breiðholtiinu og einnig frá Víking, Leikni, Fylki og jafnvel Breiðabliki að nýta aðstöðuna í Suður Mjódd. Í Mjóddinni er strætómiðstöð þar sem allir helstu strætisvagnar stoppa og því auðvelt fyrir iðkendur í hverfinu að koma í Mjóddina. Það þarf samt að skoða með Reykjavíkurborg hvernig við

getum auðveldað börnum innan hverfisins að komist með almenningssamgöngnum á milli íþróttahúsa og íþróttasvæða í Breiðholtiinu og heim aftur. Í dag er frístundastrætó sem sækir börn í fyrsta og öðrum bekk í skólunum í hverfinu og keyrir þau í íþróttastarfið, foreldrar ná svo í börnin í íþróttahúsin.“

Framtíðin er björt

„Ég veit að framtíð ÍR og Breiðholtsins verður björt og



Hér er Ingigerður núverandi formaður ásamt sex fyrrverandi formönnum ÍR. Frá vinstri; Þórir Lárusson, Reynir Sigurðsson, Hólmsteinn Sigurðsson, Ingigerður Guðmundsdóttir, Þorbergur Halldórsson, Hjálmar Sigurþórsson og Bjarki Þór Sveinsson.

ég hlakka til að sjá strax á næsta ári nýjan frjálsíþróttavöll og nýtt knattspyrnuhús. Breiðholtið í heild sinni mun njóta góðs af þessum samning því foreldrar vilja vera þar sem er gott, fjölbreytt og vel

rekið íþróttastarf. ÍR er þátttakandi í Heilsuefandi Breiðholti og því er gott að vita að umgjörðin varðandi börnin okkar sé eins og best verður á kosið.“

Nautasteik

BERNAISE & KALDUR Á KRANA

TILBOÐ AÐEINS KR.

2800

Gamla Kaffihúsið - Bistró - Drafnarfelli 18 - S. 511 1180

VIÐTALIÐ

Breiðholtið er bæði hátt og breitt

Þau Guðbrandur Gíslason og Halla Magnúsdóttir eru ekki frumbýlingar í Breiðholti, en eru ein af þeim sem kusu að flytjast hingað fyrir allmörgum árum vegna ýmissa kosta sem hverfið hefur upp á að bjóða. Guðbrandur hefur unnið m.a. við blaðamennsku, kennslu, og opinbera stjórnsýslu og nú síðast fararstjórn, en Halla rak lengi eigin hárgreiðslustofu.

„Við höfum verið Breiðhytlingar eða með öðrum orðum búíð í Breiðholti tæpan aldarfjórðung. Við hjónin leigðum fyrst í Stapaseli eftir að við fluttum úr Heimunum, en þar bjuggum við í Gnoðarvogi. Við festum síðan kaup á húsi við Ystasel í Seljahverfi nánar, tiltekið númer fimm og höfum búíð þar síðan og unað hag okkar vel. „Guðbrandur segir miklar breytingar hafa orðið frá því hann man fyrst eftir þessu landsvæði. „Ég man fyrst eftir þessu landsvæði 1963 sama ár og ég fór sem skiptinemi til Bandaríkjanna. Þá var hér berangur en engin byggð – allt hrjóstugt og fáa grunaði þá að þarna ætti eftir að rísa fjölmennasta hverfi Reykjavíkur. Þegar ég kom aftur heim eftir allmörg ár erlendis var risið myndarlegt íbúðahverfi á þessu hrjóstuga svæði eins og það hafði komið mér fyrir sjónir. Mér varð fljótt ljóst að Breiðholtið hafði ýmsa sérstöðu til að bera í borginni – bæði í landslaginu og einnig í menningunni. Byggðin stendur hátt í landslaginu með mikið útsýni yfir eldri byggðir Reykjavíkur, í átt að Esjunni og út yfir Sundin. Það er gott útsýni yfir Miðborgina með allar sínar freistingar.

Ja, há, það er nefnilega það

Guðbrandur segir svo annað mál að Breiðholtið hafi ekki haft nægilega gott orð á sér í gegnum tíðina og enn eimi eftir af neikvæðni í garð þess. „Sá kvittur var landlægur að hyski og ýmis ólíkindatöl byggju í Breiðholti og síðar breyttist það yfir í að þessi byggð væri undirlögð af útlendingum og þá í neikvæðri merkingu. Það þótt ekki fint fyrir nokkrum árum að búa í Breiðholti. Þegar við Halla vorum spurð hvar við byggjum hummaði oft í fólki við svarið: Ja, há, það er nefnilega það. Svo var talinu beint snarlega annað.

En ef ég horfi aðeins út fyrir pollinn þá er þetta í mikilli andstæðu við borgir sem ég hef kynnst erlendis. Ég get nefnt London, Vancouver í Kanada þar sem við Halla, eiginkona mín og betri helmingur, dvöldum um tíma og síðast en ekki sist Teheran í Íran en ég var svo heppinn að fá tækifæri til þess að fara þangað og dvelja í um þrjá mánuði á yngri árum skömmu áður en Khomeini erkiklerki tókst að hrekja Resa Palavi keisara frá völdum. Ég náði því að kynnst Íran dálítið áður en valdaskiptin fóru fram og því hvernig persneska samfélagið virkaði undir keisarastjórninni. En það var nú ekki ferðasaga frá Íran sem ég ætlaði að segja – ekki alla vega í bili en mig langar til að gera aðeins samanburð á þessum borgum og Reykjavík. Það sem fljótt vakti athygli mína var að eftir því sem ofar dró í hæðir utan við sjálfa miðkjarna þessara borga risu byggðir efnameira fólks. Þetta á sér sínar skýringar. Í London fann fólk á 19. öldinni að minna var um kolaryk þegar kom út fyrir sjálfa miðborgina



Halla Magnúsdóttir og Guðbrandur Gíslason.

og upp í hæðir. t.d. á Hampton-heiði. Þeir sem efni höfðu til flýðu mengunina og festu sér ból í sveitasælunni án þess þó að vera fjarri borgarlífinu. Í Teheran er svipaða sögu að segja þótt forsendurnar séu aðrar. Þar voru þeir sem gátu að flýja hitann á láglendinu en svalara er upp í hæðunum auk þess sem mun meira útsýni er þaðan. Eftir að lénsskipulagið leið undir lok í kjölfar hvítu byltingarinnar 1952 þótti fyrrum landeigendum og öðrum efnameiri ákjósanlegt að festa sér ból í hæðunum á meðan pöbullinn varð að láta sér nægja að búa neðra í láginni, dalverpum, hvömmum, jafnvel í skorningum og gjótum, þar sem

mengun er snöggt um meiri og hitinn hartnær óbærilegur að sumarlagi. Í Reykjavík varð þessi þróun með öðru móti þótt langt sé síðan að Breiðholtið hafi fengið viðurkenningu sem blönduð byggð þar sem allir þjóðfélags hópar búa saman og njóta að mínu mati ýmiskonar forréttinda.“

Fjölbreytnin er ein af einkennum Breiðholtsins

Guðbrandur segir að að glöggst megi sjá þann mannauð sem Breiðholtið býi yfir í dag. „Ég veit að aðkomumenn auka fjölbreytni og gera samfélagið áhugaverðara. Við Halla eigum

til dæmis góða kunningja hér í Breiðholti sem eru ættaðir frá Asíu og Póllandi. Ég segi stundum þegar mér er bent á að einhverjir séu öðruvísi en við eigum að venjast að þeir séu örugglega ekki úr Bárðardalnum enda ósprungnar bláæðarnar í nefinu á flestum útlendingum sem ég hitti. „Guðbrandur segir fjölbreytnina eitt af einkennum Breiðholtsins og það sé af hinu góða. „Ég skynja að augu fólks eru almennt að opnast fyrir því að öll eigum við sömu drauma og þrá og erum nauðalík þegar betur er að gáð þrátt fyrir mismunandi útlit, bakgrunn og siði. Breiðholtið nýtur góðs af þeirri þróun.“



SAGA MEDICA

SÆKTU STYRK Í ÍSLENSKA NÁTTÚRU

SagaMedica framleiðir náttúruvörur úr íslenskri hvönn en ætíðhvönn hefur um aldir verið talin afar mikilvirk lækningajurt.

Vörurnar frá SagaMedica eru fánlegar í flestum apótekum, heilsu- og matvöruverslunum.

SAGAPRO

Við tíðum þvaglátum

„Hér áður voru klósettferðir hjá mér mjög tíðar. Ég prófaði síðan að taka SagaPro og hef nú tekið daglega í töluverðan tíma. Þetta er í góðu lagi núna!“
Hjálmar Sveinsson, 67 ára verkefnastjóri



SAGA MEMO

Fyrir heilbriggt minni

„Ég byrjaði að taka SagaMemo af því það er unnið úr jurtum og öll mín orka og minni hefur batnað til muna. Þvílík snilld!“
Berglind Hanna Ólafsdóttir, 57 ára sjúkraliði



SAGAVITA

Gegn vetrarpestum

Í þau 10 ár sem ég hef tekið SagaVita þá hef ég ekki misst úr dag í vinnu vegna veikinda.“
Sævar Hjaltason, 51 árs forstöðumaður



Góður göngutúr upp á Vatnsendahæðina

En það eru líka fleiri kostir við þennan borgarhluta en fjölbreytni mannlífsins. Í Breiðholtiinu eru mjög góðir möguleikar til útivistar. Maður þarf ekki að fara langt til þess að komast út í hreint náttúrulegt umhverfi. Við erum með allt að þrjá hunda eftir því hve margar dætur eru í heimsókn og það hefur stórbætt heilsuna að hún Aþena mín hefur labbað með mig í bandi frá Ystaselinu upp á Vatnsendahæðina og til baka annað hvort á morgnana eða á kvöldin allt frá hrúni þegar ég seldi síðasta Range Róverinn og fór að nota fæturnar. Þetta er svona um klukkustundar rösklegur gangur og í leiðinni fer ég fram hjá Höggmyndagarði Hallsteins í Vogaselinu. Hallsteinn er oft úti við og við tökum yfirleitt tal saman um lífið og tilveruna þegar ég er á þessum morgun-eða kvöldgöngum mínum. Ég verð að segja að garðurinn hans er hreinn unaðsreitur og sérstök privatánægja fyrir mig að staldra við hjá honum. Hallsteinn er frábær og eljusamur listamaður, honum fellur sjaldnast verk úr hendi, og alltaf skal hann vera jafn viðræðugóður og hýr í bragði. Það búa og starfa enn fleiri listamenn nálægt okkur í Seljahverfinu enda var Vogaselið sérstaklega skipulegt með þeim hætti að þar mætti byggja íbúðarhúsnæði með áföstum vinnustofum. Fyrir utan myndlistarmenn og höggmyndara og lífskúnstnera af ýmsu tagi býr þar líka tónlistarfolk og hefur starfsstöðvar sínar. En burtséð frá Vogaselinu þá einkennir það þennan hluta Seljahverfisins hversu stórar lóðirnar eru þar. Það býður uppá ýmsa möguleika, t.d. fyrir þá sem stunda garðrækt. Þá ræktarsemi hef ég því miður aldrei lært. En ég hef alltaf haft gaman af því að leggja plötu á fóninn og stilla allt í botn

*Í Breiðholtiinu
eru mjög góðir
möguleikar til
útivistar.
Maður þarf ekki
að fara langt til
þess að komast út
í hreint náttúrulegt
umhverfi.*

hvort sem er Buxtahude, Bach eða Bob Dylan. Í mínu nágrenni er það engum til ama þótt ég geri þetta hvort sem er að morgni, síðdegis eða um kvöld. Þessi rúmu lóðamörk gera það að verkum að hávaði truflar nágrannana yfirleitt ekki svo fremi að ekki sé verið að ganga frá bófum úti á götu. Fyrrum grönnum mínum í Heimunum var yfirleitt ekki skemmt þegar ég setti dimmpurpura (Deep Purple) undir nálina á laugardagsmorgnum. Láí þeim hver sem vill.

Bær í borginni

Breiðholtið var upphaflega jaðarbyggð og hefur varðveitt suma af kostum þess konar byggðar – einkum nálægðina við náttúruna þótt það hafi tekið meiri og meiri mynd af borgarbyggð með árunum. Eiginlega er Breiðholtið bær í borginni með flestu af því sem góða íbúðabyggð prýðir. Hér er miðbær þótt hann liggi reyndar á ytri mörkum íbúðabyggðarinnar. Mjóddin hefur marga kosti. Margar verslanir eru starfræktar þar, læknaður og heilsustofnanir en það sem mér finnst vanta er að þar mættu vera fleiri

markaðir, einkum um helgar. Það er nokkuð af markaðstarfsemi en það mætti vera meira. Ég er viss um að fólk myndi notfæra sér það. Ég held líka að það myndi auka tækifæri fyrir fólk frá öðrum löndum að falbjóða þar framandi varning. Allt slíkt myndi auka enn á fjölbreytnina sem er hér í Breiðholtiinu. Í Mjóddinni er líka samgöngumiðstöð. Þar er miðstöð almenningssamgangna fyrir höfuðborgarsvæðið. Þótt við Halla eigum enn bíla þá hef ég fyrir löngu áttað mig á gildi þess að taka strætó. Á árum mínum erlendis notaði ég almenningssamgöngur mikið. Engum í stórborgum erlendis dettur í hug að vera á einkabíl nema þá til þess að ferðast utanbæjar. Það er líka mjög gott að setjast upp í lest til að fara á milli staða. Þá getur maður litið í blöðin eða bara hugsað. Þótt ég hafi lært að nota almenningssamgöngur erlendis þá er það kannski merki um aldur að gera sér betri grein fyrir þýðingu þeirra en þegar maður var yngri og ferðaglaðari. En ég er fullviss um að þessi miðstöð samgangna er ein af stóru kostum Breiðhóltsins.

Mikil framsýni að baki Gerðubergi

„Við getum ekki skilið við Breiðholtið án þess að minnst á menningarmiðstöðina í Gerðubergi. Hún var lengi einstök í sögu Reykjavíkur og er það enn þótt víðar hafi viðlíka starfsemi verið komið á fót af Borgarbókasafninu. Gerðuberg var upphaflega byggt fyrir fjármuni sem spöruðust vegna framkvæmda við íbúaðáttak í Breiðholti og það var mikil framsýni að verja þeim með þessum hætti. Ég er um hálf tíma að labba hingað úr Ystaselinu ef ég geng rösklega. Þetta er góður göngutúr ekkert síður en upp á Vatnsendahæðina. Og nú hefur starfsemin verið aukin enn frá því

sem var. Ég hef komið hingað á margar ágætir uppákomur og á vonandi eftir að koma á margar fleiri. En aðalmálið er að hverfið skuli búa að starfsemi af þessu tagi. Þetta gleymist stundum þegar verið er að tala niður til Breiðhóltsins og Breiðhýltinga. Svo er hér ágætt félagsstarf sem eldri borgar notfæra sér einkum en er þó fyrir fólk á ýmsum aldri. Fjórar kirkjur eru í Breiðholtiinu og þar af ein kaþólsk, þannig að báðir hópar geta fundið eitthvað við sitt hæfi í hverfinu, þeir sem halda að bugt undir himneskt vald leiði til framhaldslífs og svo við hin sem förum að dæmi Descartes og lítum á flest sem að okkur er rétt gagnrýnum augum. Við höfum að vísu engar kirkjur, en náttúru landsins og hvert annað. Mestu máli skiptir þó að báðir hópar búa í samlyndi.

Eitt er það þó sem ég hef aldrei

skilið en það snertir fleiri staði en Breiðholtið. Byggingum sem ætlaðar eru eldri borgurum er komið fyrir við fjölfarnar umferðaræðar. Árskógar eru gott dæmi um það. Þeir eru næstum alveg ofan í gatnamótum til allra átta. Ég veit ekki af hverju skipulagsyfirvöld hrauka þessu byggingum við gatnamót þar sem hávaðinn frá umferðinni er hvað mestur og mengunin líka. Halda skipulagsfræðingar að fólk sé orðið svo heyrnarsljótt þegar það flyst í íbúðir fyrir eldri borgara og á hjúkrunarheimilin að umferðarniður trufla það ekki? Mér finnst þetta vera misráðið og geri mér ekki grein fyrir af hverju þetta virðist þurfa að vera svona. Staðsetning Árskóga er eitt af því fáa sem mér finnst athugasemjaveit við Breiðholtið þótt auðvitað megi lengi gott bæta.“

ALHLIÐA FASTEIGNAVIÐHALD

- Múrvinna
- Smíðavinna
- Málningarvinna
- Jarðvinna

*Ertu að fara í framkvæmdir?
Ekkert verk of smátt né stórt!
Fagleg og góð þjónusta.*

MÚRUM & SMÍÐUM ehf

Upplýsingar í síma 788 8870 eða
murumogsmidum@murumogsmidum.is

TILBOÐ ÞÉR AÐ
KOSTNADARLAUSU!

Slökunarpakki

frá ICEHERBS

TAKMARKAÐ
UPPLAG

Fæst í öllum helstu
apótekum og heilsuvöruverslunum



ICEHERBS
NATURA ISLANDICA





Krakkar úr skólum Breiðholts hafa verið dugleg að koma á sýninguna og hér má sjá hóp af krökkum úr Hólabrekkuskóla sem voru stödd á sýningarslóðum í Gerðubergi í síðustu viku.

Þetta vilja börnin sjá

- myndskreytingar úr barnabókum í Gerðubergi

Farandsýningin Þetta vilja börnin sjá, sem opnuð var í Gerðubergi 22. janúar s.l. stendur til 5. mars. Á sýningunni í ár gefur að líta myndskreytingar úr íslenskum barnabókum sem gefnar voru út á árinu 2016 en alls 24 myndskreytar taka þátt og sýna verk úr 33 bókum. Sýningin hefur verið haldin árlega frá árinu 2003 og gefur jafnan fjölbreytta og áhugaverða innsýn í nýjar, íslenskar barnabókmenntir.

Alls taka 24 myndskreytar þátt í ár og sýna verk úr 33 bókum. Myndskreytar sem eiga verk á sýningunni í ár eru: Andri Kjartan Andersen, Ari Hlynur Guðmundsson Yates, Auður Þórhallsdóttir, Bergrún Íris Sævarsdóttir, Brynhildur Jenný Bjarnadóttir, Elín Elísabet Einarsdóttir, Elsa Nielsen, Freydis Kristjánsdóttir, Hafsteinn Hafsteinsson, Halla Sólveig Þorgeirsdóttir, Heiðís Helgadóttir, Katrín Matthíasdóttir, Kristín Arngrímsdóttir, Kristín Ragna Gunnarsdóttir, Lára Garðarsdóttir, Linda Ólafsdóttir, Lína Rut Wilberg, Logi Jes Kristjánsson, Lóa Hlín Hjálmtýsdóttir, María Sif Daníelsdóttir, Sigmundur Breiðfjörð Þorgeirsson, Sigrún Eldjárn, Þórey Mjallhvít H. Ómarsdóttir og Þórir Karl Bragason Celin

Sýningin stendur til 5. mars og verður opin mánudaga til föstudaga frá 9 til 18 og um helgar frá 13 til 16. Tilnefndar verða fimm bækur í hverjum flokki og mun tilnefningaráðhöfnin fara fram í Borgarbókasafninu í Gerðubergi 1. mars 2017. Borgarstjóri mun síðan afhenda verðlaunin við hátíðlega athöfn í Höfða síðasta vetrardag, miðvikudaginn 19. apríl 2017.



SNYRTISTOFAN SNOTRA
A R N A R B A K K A

S: 557 3122

LITUN & PLOKKUN • HANDSNYRTING
ANDLITSBÖÐ • VAX • FÖRÐUN • NUDD

Nýtt kaffihús í Gerðubergi

- Evelyn Rodriguez og Óli Geir Jóhannesson opnuðu Cocina Rodrigues um áramótin



Óli Geir Jóhannesson og Evelyn Rodriguez.

Ys og þys er á kaffihúsinu í Gerðubergi að morgni dags. Undirbúningur að hádegisstilboði dagsins er í fullum gangi. Einstaka kaffigestir farnir að láta sjá sig og hópar sem njóta þjónustu þess eru einnig komnir á stjá. Frá áramótum hafa miklar breytingar orðið á rekstri og þjónustu kaffihússins en þá tóku þau Evelyn Rodriguez og Óli Geir Jóhannesson við aðstöðunni og opnuðu hreinlega nýtt kaffihús undir heitinu Cocina Rodrigues þótt ytra umhverfið sé hið sama.

En hvað kom til að þau réðust í þennan rekstur. Evelyn segist hafa frétt af því í gegnum vinkonu sína að verið væri að leita að fólki til að reka kaffihús í Gerðubergi og Óli bætir við að þau hafi eiginlega verið fengin til þess að gera þetta. „Við ákváðum bara að snúa lífinu dálítið við og spreyta okkur á þessu. Þótt aðeins sé liðinn einn og hálfur mánuður frá því að við opnuðum teljum við okkur ekki þurfa að sjá eftir því. Viðtökurnar hafa verið mjög góðar.“

Veitingastaður, bókakaffi og tilvalin staður fyrir hópa

Miklar breytingar voru gerðar á kaffihúsinu fyrir nokkrum árum. Sett var upp nýtt eldhús og veitingasalurinn var stækkaður og opnaður bæði inn í bókasafnið og einnig í átt að fundaraðstöðu

hússins. Cocina Rodriguez er því bæði bókakaffi með góða tengingu við bókasafnið en einnig tilvalin staður bæði bæði fyrir einstaklinga og hópa. Auðvelt er fyrir safngesti hvort sem þeir eru að fá lánaðar bækur, skila bókum eða bara að koma, að tilla sér niður og líta í blöð og bækur og fá sér kaffisopa og jafnvel kökur því baksturinn hans Óla er þegar farinn að spyrjast út fyrir ágæti. Lengi var eina kaffihúsið í Breiðholti í Gerðubergi en nú hefur þeim fjölgað. Við höfum þó engar áhyggjur af því vegna þess að við erum í rúmlega 20 þúsund manna byggð og það er alveg ótækt að fólk þurfi að aka niður í 101 til þess að skreppa á kaffihús,“ segir Óli og bætir við að margir eigi erindi í húsið frá degi til dags.

Fólk lærir að borða grænmeti

En hvað með hádegismatinn. „Hann er eitt af okkar stóru verkefnum,“ segir Evelyn. Við leggjum mikið upp úr að bjóða hollan en jafnframt léttan og góðan hádegismat. Við leggjum áherslu á gott grænmeti og ef hádegisgestir okkar hafa ekki verið vanir því þá hefur smekkur þeirra breyst vegna þess að grænmetið okkar hefur fengið mjög góðar viðtökur. Nú eftir þennan eina og hálfa mánuð erum við farin að fá

allt að 40 manns í mat í hádeginu en eftir því sem við vitum best voru þeir mun færri áður.“

Alltaf haft áhuga á matargerð

Evelyn á ættir að rekja til Dóminíkanska lýðveldisins. Hún flutti hingað til lands fyrir 16 árum og er menntuð í blómaskreytingum. „Þótt ég hafi lært blómaskreytingar þá hef ég alltaf haft mikinn áhuga á mat og matarmenningu. Bæði frá mínum fyrri heimkynnum sem annars staðar frá. Ég hef mikið verið að elda heima og fá fólk í mat en ég hef einnig tekið að mér að sjá um matreiðslu fyrir fólk. Og nú er ég komin hingað og vona að ég geti gert mitt besta til þess að kaffihúsagestir verði ánægðir.“ Á vefsíðu Gerðubergs má lesa að þau bjóði gesti velkomna með bros á vör og reiði fram huggulegar veitingar á degi hverjum fyrir gesti og gangandi. Þau sjá einnig um að þjóna viðskiptavinum hússins og bera fram veitingar fyrir fundar- og ráðstefnugesti. Maturinn er allur heimatilbúinn úr íslensku hráefni en með skemmtilega framandi ívafi. Eftir heimsókn til þeirra er ljóst að hér er engu oflofað Cocina Rodríguez er opið alla virka daga frá kl. 10 til 17 og á miðvikudagskvöldum til 22 ef viðburðir eru í húsinu og um helgar frá kl. 13 til 16.

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

Næg bílastæði
VELKOMIN

Mjóddin

Vantar fleiri stuðnings- fjölskyldur í Breiðholti

- allar fjölskyldugerðir koma til greina

Við erum að leita að stuðnings-
fjölskyldum í Breiðholti - fjöl-
skyldum sem geta tekið að sér
umönnun barna til tímabund-
inna helgardvala segja þær
Anna Elísa Gunnarsdóttir og
Inga María Vilhjálmisdóttir hjá
Þjónustumiðstöð Breiðholts í
spjalli við Breiðholsblaðið.

"Þetta á bæði við um börn
sem þurfa á stuðningsvistun að
halda - börn sem eiga í einhverj-
um erfiðleikum og einnig börn
þegar foreldrar þurfa að fá hvíld
en einnig af öðrum ástæðum.
Barna erum við ekki að tala um
fósturforeldra í þeirri merkingu
að barnaverndarnefnd hafi tekið
forræði af fólki heldur aðstæður
sem skapast geta af veikindum
eða öðru í lífi fólks. Við höfum
unnið með mörgu ágætu fólki sem
komið hefur að þessum málum
sem stuðningsaðilar en það
vantar alltaf fleira fólk til að sinna
þessu.

Viljum hafa fjöl- breytni í hópi stuðningsfjölskyldna

En eru þær að leita eftir
sérstökum fjölskyldugerðum. "Nei
alls ekki. Allar fjölskyldur koma
til greina sem hafa áhuga á þessu
en þurfa að uppfylla vissar kröfur.
Við viljum hafa fjölbreytni og
höfum bæði áhuga á að komast
í samband við fjölskyldur með
börn sem hafa aðstöðu til að
koma að þessu verkefni til dæmis
hvað húsnæði varðar. Einnig
viljum við gjarnan ná til fleira
eldra fólks sem búið er að ala sín
börn upp og hefur ef til vill meiri
tíma til að sinna nýju verkefni.
Það er heldur ekkert skilyrði að
um hjónafólk sé að ræða. Ýmis-
konar fjölskyldumynstur koma
til greina. Við viljum og þurfum
eyða þeim misskilningi sem við
höfum stundum orðið varar við
að eingöngu yngra hjónafólk og
á miðjum aldri komi til greina til
að sinna þessu verkefni. Það er
alls ekki þannig. Við höfum til
dæmis orðið varar við að eldra
fólk sem er búið að ala sín börn
upp telji sig ekki gjaldgengt en
það er alger misskilningur. Þetta
fólk er oft farið að minnka við
sig vinnu, er við góða heilsu og
á nægan tíma. Stundum vantar
það hreinlega áhugaverð verkefni.
Þetta byggist á fólki sem hefur
áhuga á þessu verkefni og getu til
þess að sinna því," segja þar Anna
Elísa og Inga María.

Ýmis form á þessum stuðningi

Þær segja þetta einkum miðast
við að taka barn að sér yfir eina,
tvær helgar í mánuði og dvöl
verði aldrei lengri en fimm sólar-
hringar yfir hvern mánuð og þá
er ekki verið að tala um börn sem
eiga í umtalsverðum erfiðleikum
eða búa við miklar sérþarfir. Fyrst
og fremst er verið að leita eftir
heimilum þar sem börnin geta
komið inn í hefðbundið og eðli-
legt heimilislíf.

Breiðholtið er rúmgott og barnvænt hverfi

Þær Anna Elísa og Inga María
segja Breiðholtið vera einstak-
lega gott umhverfi að þessu leyti.
"Breiðholtið er rúmgott og barn-
vænt hverfi og þar er mikið af
hefðbundnu fjölskyldufólki - hjón
eða sambúðarfólk ýmist með
börn eða foreldrar uppkominna
barna og með mikla reynslu af

uppeldisstörfum. Það er líka
mikil hverfisvitund í Breiðholti og
margt gert fyrir börn.

88% hækkun á greiðslum til stuðningsfjölskyldna

Um síðast liðin áramót

hækkuðu greiðslur til stuðnings-
fjölskyldna um 88%. Með því
náðist það markmið að fólk fái
sæmilega laun fyrir þá vinnu
sem það leggur fram með því
að vera stuðningsfjölskylda.
Til að fá upplýsingar eða sækja
um að gerast stuðningsforeldri



Þær Anna Elísa og Inga María segja Breiðholtið vera einstaklega gott
umhverfi að þessu leyti. Hér á sjá yfir Efra Breiðholtið til norðurs.

er hægt að hringa í Önnu Elísu
í síma Þjónustumiðstöðvar
Breiðholts 411 1300 eða senda

tölvupóst á netfangið anna.elisa.gunnarsdottir@reykjavik.is.



FB VIRÐING
FJÖLBREYTNÍ
SKÖPUNARKRAFTUR



OPIÐ HÚS Í FB

Fimmtudaginn 23. mars

kl. 17:00-19:00

Fata- og textílbaut – Félagsvísindabaut – Framhaldsskólabaut
Hugvísindabaut – Húsasmiðabaut – Íþróttabaut – Myndlistarbraut
Nýsköpunarbraut – Náttúruvísindabaut – Opin braut – Rafvirkjabaut
Sjúkraliðabaut – Snyrtibraut – Starfsbraut – Tölvubaut

1

Lyfjaval

Pönglabakka 6
Sími: 577 1166

Lyfjaval

Pönglabakka 6

Lyfjaval mun flytja starfsemi sína að Álfabakka 14 í apríl nk. Munum áfram bjóða lágt verð, meira vöruval og sömu góðu þjónustuna í nýju og stærra húsnæði.

2

nettó

Pönglabakka 1
Sími: 510 3400

Nettó

Pönglabakka 1

Nettó er lágvöruverðsverslun með gæða vörur á góðu verði. Verslunin Nettó í Mjódd er opin allan sólarhringinn til að auðvelda viðskiptavinum að versla á þeim tímum sem hentar þeim best hverju sinni.

3

GÁSKI
SJÚKRAPJÁLFUN

Pönglabakka 1
Sími: 568 9009

Gáski

Pönglabakka 1

Sjúkrapjálfarar Gáska í Mjódd eru 15 talsins og er markmið okkar að láta þér líða betur.

4



Fataverslun

Pönglabakka 1
Sími: 560 5080

Rauðakrossbúðin

Pönglabakka 1

Fatasöfnun Rauða krossins er eitt mikilvægasta fjárflyunarverkefni Rauða krossins á Íslandi og gegna verslanir Rauða krossins þar stóru hlutverki. Hagnaður af rekstri þeirra er nýttur til hjálparstarfs, bæði hér heima og erlendis. Verslanir á höfuðborgarsvæðinu eru fimm; Mjódd, Laugavegi 116, Laugavegi 12, Skólavörðustíg 12 og Strandgötu 24-Hafnarfirði.

5

ÖKU
SKÓLINN
Í MJÓDD

Parabakka 3
Sími: 567 0300

Ökuskólinn í Mjódd

Parabakka 3

Skólinn hefur boðið upp á námskeið til aukinna ökuréttinda frá árinu 1993 eða síðan hið opinbera hætti rekstri slíkra námskeiða. Námskeið sem undirbúa nemendur fyrir almennt ökuþróf eru haldin í hverri viku allt árið um kring og einnig eru haldin námskeið fyrir ensku, pólsku og tælenskumælandi fólk þegar þátttaka er næg.

VERSLUN OG ÞJÓ



ÞÚ FINNUR GERSEMAR Í NÝJU RAUÐAKROSSBÚÐINNI Í MJÓDD

OG STYÐUR UM LEIÐ
HJÁLPAR- OG MANNÚÐARSTARF



RAUÐAKROSSBÚÐIRNAR

LAUGAVEGI 116 - SKÓLAVÖRÐUSTÍG 12
MJÓDD - STRANDGÖTU 24



ÞJÓNUSTA Í MJÓDD



Hjálpræðisherinn

Álfabakka 10

Miðstöð fyrir alla hópa samfélagsins.
Mánud. kl. 15 • Starf fyrir konur.
Þriðjud. kl. 13-16 • Opið hús. Hægt að fá sér kaffi og með því.
Miðvikud. kl. 19:30 • Unglingastarf fyrir 14-18 ára.
Fimmtud. kl. 13-16 • Opið hús. Hægt að fá sér kaffi og með því.
Föstud. kl. 20 • 18+ Fyrir ungt fólk.
Sunnud. kl. 20 • Samkoma.
Umhyggja er okkar áhersla.

Móðjó

Álfabakka 12

Töskur, veski, seðlaveski og fylgihlutir. Vandaðar ferðatöskur í miklu úrvali. Góð vörumerki. Eigum handfarangurstöskurnar sem passa fyrir WOW air flugin. Nýjar sendingar í hverri viku út mánuðinn!

Bakameistarinn

Álfabakka 12

Bakameistarinn er ánægður með að þjóna íbúum Breiðholts og nágrennis frá 1996 auk þeirra fjölmörgu gesta sem sækja í Mjóddina. Starfsfólk okkur býður upp á rjúkandi kaffidrykki, nýbökðu brauð í miklu úrvali og bakkelsi, tertur við öll tækifæri auk mikils úrvals af smurðu brauðmeti, súpu og salats. Hvert sem þið villjið njóta veitinga inná staðum og klíja í blöðin, (við bjóðum frítt WIFI) eða að taka með heim nýbakað beint úr ofninum. Verið velkominn!

Efnalaugin Björg

Álfabakka 12

Efnalaugin Björg í Mjódd sérhæfir sig í hreinsun á viðkvæmum fatnaði. Við erum vottuð hreinsun frá Boss í Þýskalandi og erum með hreinsivél með umhverfisvænum vökva sem gerir okkur kleift að hreinsa palliettu kjóla og flest allan viðkvæman fatnað. Við hreinsum leður, rúskinn og loðfeldi. Fjölskyldufyrirtæki í 64 ár.

Hjá Dóra

Þönglabakka 1, Mjódd

Heitur matur alla virka daga.
Í hádegi milli kl. 11:30 og 13:30 og seinni partinn milli kl. 17:00 og 19:00.

Úr 8 réttum að velja frá mánudegi til föstudags.

6



Fjölskyldu & fjölmenningssetur

7

Móðjó

Töskur & fót

Álfabakka 12
S: 571 3411

8



Álfabakka 12
Sími: 557 3700

9



Álfabakka 12
Sími: 557 2400

10



Hjá Dóra
Veisluþjónusta
Heitur matur í hádegi og á kvöldin

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

- Ætlar þú að fara með ökunema í æfingaakstur? Við bjóðum upp á sérstakt leiðbeinendanámskeið vegna æfingaaksturs á tveggja vikna fresti.
- Þarf þú að bæta þekkingu þína á nýjungum í umferðinni? Bjóðum upp á bæði fræðilega og verklega þjálfun.
- Bóklegt námskeið fyrir bifhjól (stór).
- Bóklegt námskeið fyrir létt bifhjól (skellinöður).
- Nýjung ökuhermar notaðir við alla bifhjólakennslu.
- Fagmennska í fararbroddi.



Upplýsingar og innritun í síma 567 0300. Opið 10-17 alla daga.

Fella- og Hólasókn Laust prestsstarf auglýst



Hin fallega mynd Guðmundar Hafsteinssonar veðurfræðings af Fella- og Hólakirkju sýnir glöggð umhverfi kirkjunnar.

Biskup Íslands hefur auglýst til umsóknar embætti prests við Fella og Hólakirkju og er umsóknarfrestur til 1. mars n.k. Séra Svavar Stefánsson sem var sóknarprestur í Fellasókn lét af störfum að eigin ósk á síðasta ári og hefur séra Kristinn Ágúst Friðfinnssona starfað við Fella- og Hólakirkju síðan. Ástæða þess að embætti prests við kirkjuna hefur ekki verið auglýst fyrr en nú er sú að Fella- og Hólasóknir voru sameinaðar í nóvember á liðnu ári. Frá upphafi Breiðholts hefur verið um tvær aðskildar sóknir að ræða Fellasókn og Hólasókn þótt þær hafi notað sömu kirkjuna. Þó voru einnig tveir sóknarprestarnir við Fella- og Hólakirkju. Séra Guðmundur Ágústsson hefur verið sóknarprestur í Hólasókn en er nú sóknarprestur í hinna sameinuðu kirkjusókn Fella og Hóla en aðeins er einn sóknarprestur í hverri kirkjusókn þótt fleiri prestar starfi í fjölmönnum sóknunum. Því er nú auglýst nýtt embætti prests í hinna sameinuðu Fella- og Hólasókn.

Göngubrúin verður byggð á árinu

Gert er ráð fyrir að lokið verði við útboð vegna göngubrúar yfir Breiðholtsbraut í vor og að framkvæmdum við brúna ljúki á árinu. Göngubrúin mun tengja Fellahverfi og Seljahverfi en margir búar í Breiðholti hafa kallað eftir bættum göngu- og hjólatengingum yfir Breiðholtsbraut milli þessara hverfihluta. Göngubrúin kemur til með að bjóða upp á nýjar leiðir í útivist á höfuðborgarsvæðinu og einnig og ekki síður til að auka samgang milli hverfanna í Breiðholti. Þá má benda á að brúin mun auðvelda krökkum að komast á milli æfingastaða hvort sem er í fótbolta niður í Mjódd eða fimleika upp í Fellum.



Þarna mun göngubrúin yfir Breiðholtsbrautina koma til með að vera.

Guðrún Hrefna sextug

- afmælisgjöfin til Landsbjargar

Guðrún Hrefna Guðmunds-dóttir skólameistari FB varð sextug þann 8. febrúar.

Nemendafélag skólans kom skólameistara á óvart í matsal nemenda þar sem þau sungu afmælisönginn og buðu öllum upp á súkkulaðiköku. Starfsfólk skólans sendi skólameistara sínum innilegar hamingjuóskir í tilefni dagsins með veglegri peningagjöf til Landsbjargar.

Guðrún Hrefna með nokkrum nemenda sinna á afmælisdaginn.



Hvað er #kvennastarf?

- FB þátttakandi í herferð sem ber þetta nafn

Samtök iðnaðarins hafa, í samstarfi við Tækniskólann og alla iðn- og verkmenntaskóla á landinu og þar á meðal FB, hrundið af stað herferð sem ber nafnið #kvennastarf. Algengt er að talað sé um „hefðbundin kvennastörf“ Með #kvennastarf er ætlunin að brjóta niður úreltar hugmyndir og benda ungu kynslóðinni á að fyrir bæði kynin eru allar leiðir færar í námi og starfi.

Tilgangurinn er m.a. að vekja athygli á fjölbreyttum störfum í iðn-, tækni- og verkgreinum og benda á þann kynjamun sem hefur viðgengist í sumum starfsstétum. Í nútímasamfélaginu á Íslandi telja margir að jafnrétti kynjanna ríki á flestum sviðum. En er raunin

sú? Herferðin hófst á birtingu ljósmynda, sem prýða nú mörg strætisvagnaskýli á höfuðborgarsvæðinu. Myndirnar sýna stelpur sem eru nemendur í viðkomandi iðngrein og er ætlað að varpa ljósi á glæsilegar fyrirmyndir sem stunda nám eða vinna við þessi störf.

Gefin verða út myndbönd um nám og störf kvenna í nokkrum faggreinum. Myndböndin segja sögu kvenkyns frumkvöðla í karllægum iðngreinum og sögur kvenna sem eru nemendur í dag eða vinna við greinina. Iðn- og verkmenntaskólar stefna á fjölgun fagmenntaðs fólks og markmið þeirra er að 20% grunnskólanema velji iðn-, tækni- og verkmenntun árið 2025 og að lágmarki 30% árið 2030. Sjá nánar á www.kvennastarf.is

Helgi smiður

Annast viðhald og viðgerðir fasteigna fyrir húsfélög, einstaklinga og fyrirtæki.

Gluggar – Gler – Glerlistar – Opnanleg fög
Pakjárn – Pakkantur – Pakrennur – Niðurföll
Sólpallar – Skjólveggir – Girðingar
Skápar – Innréttingar – Parkett – Flísar

Sími: 897 4425

Réttingaþjónustan ehf.

CABAS
VOTTAD
RETTINGAVERKSTADI

Tjónaviðgerðir á öllum tegundum bifreiða - tjónaskoðun og bílaleigubílar.

Fagleg þjónusta í 35 ár

Þjónustuverkstæði fyrir

Mercedes-Benz Jeep DODGE KIA MOTORS CHRYSLER

Smiðjuvegi 40
Gul gata
Kópavogur

sími 557 6333
fax 587 0299
rettingathjonustan@itn.is

Tölvur og gögn ehf.

PC & Mac

þekking og reynsla

- Office 365 þjónusta
- Gagnabjörgun og afritun
- Umsjón tölvukerfa
- Vefsíðugerð og umsjón
- Tölvuviðgerðir
- Tölvur og jaðarbúnaður

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

Krakkar úr Hólabrekkuskóla á Krakkarúv

Þrír nemendur úr áttunda bekk Hólabrekkuskóla voru með á Krakkarúv á UT messunni laugardaginn 3. febrúar sl. Krakkarnir stóðu sig frábærlega og sýndi stofnunin áhuga á áframhaldandi samvinnu við skólann.

KrakkaRÚV er samheiti yfir alla þjónustu RÚV við börn, hvort sem er í sjónvarpi, útvarpi eða á vefnum. Kjarninn í starfseminni er vefurinn www.krakkaruv.is þar sem nálgast má skemmtilegt og fræðandi barnaefni á íslensku á aðgengilegan hátt. UT messan er einn stærsti viðburður ársins í tölvugeiranum og hefur verið haldin árlega frá árinu 2011. Tilgangurinn er ekki síst til að sýna almenningi hversu stór og umfangsmikil þessi grein er orðin hér á landi. Á UTmessuna mæta öll helstu tölvu- og tæknifyrirtæki landsins og taka þátt með einum eða öðrum hætti og hvetja þannig fólk til að kynna sér um hvað tölvuiðnaðurinn snýst.



krakkaruv Róbert Máni og Mikael Aron kenna gangandi vegfarendum að forrita. Kóðinn er á UT messunni. #krakkargeta #forritunfyriralla

Lestrarólympíuleikar Hólabrekkuskóla

Lestrarólympíuleikar Hólabrekkuskóla eru tilkomnir frá sameiginlegum fundi skólaráðs og stjórnar nemendafélags Hólabrekkuskóla.

Í ályktun frá fundinum kemur fram hvatning til Hólabrekkuskóla til að efla lestur með því að nýta morgunlesturinn betur. Auka þurfi eftirfylgni með lestrinum. Þá sé nauðsynlegt að nemendahópurinn keppi sín á milli um fjölda lesinna bóka og í boði verði vegleg verðlaun. Þá þurfi að auka aðgang nemenda að hljóðbókum og mikilvægt er að allir nemendur hafi aðgang að Hljóðbókasafni. Lestrarólympíuleikar Hólabrekkuskóla voru kynntir fyrir nemendum föstudaginn 3. febrúar á sal skólans.

Borgarbókasafnið hefur útlán á raf- og hljóðbókum

Á dögunum hóf Borgarbókasafnið útlán á raf- og hljóðbókum. Með þessari nýjung í þjónustu safnsins geta lánþegar nú nálgast fjölda titla á hljóð- og rafbókum á auðveldan og aðgengilegan hátt. Fyrst um sinn verður safnkosturinn einkum á ensku en vonast er til að íslenskir titlar bætist fljótlega við.

Hvernig er hægt að nálgast efnið?

Rafbókasafnið virkar í raun eins og hefðbundið bókasafn. Það eina sem fólk þarf er gilt bókasafnsskírteini og pin-númer og með því skráir það sig inn á Rafbókasafnið – rafbokasafnid.is. Líkt og í hefðbundnu bókasafni standa lánþegum ýmsir efnisflokkar til boða en þar má finna hrollvekjur, skvísubókmenntir, sögulegar skáldsögur, ferðahandbækur, matreiðslubækur, ævisögur, sögulegt efni og í raun allt milli himins og jarðar líkt og í hefðbundnu bókasafni. Hægt er að lesa efnið beint af tækinu í gegnum streymi en auk þess er hægt að hlaða efninu niður í gegnum sérstakt app, Overdrive, sem finna má í App Store og Play Store.

Íslenskar bækur væntanlegar fljótlega

Vonast er til þess að lánþegar geti fengið lánaðar hljóð- og rafbækur á íslensku síðar á þessu ári. Undirbúningur fyrir rafbókaútlán hefur staðið yfir í nokkurn tíma. Lítið hefur verið gefið út af raf- og hljóðbókum á íslensku og því ákveðið að semja við erlenda rafbókaveitu til þess að auka úrvalið í safninu. Fyrir valinu varð rafbókaveitan Overdrive sem þjónustar bókasöfn um allan heim. Þegar Rafbókasafnið fór í loftið voru titlarnir í safninu um 1000 bækur en þeim fer ört fjölgandi. Hægt er að fá lánaðar þrjár bækur í einu í allt að 21 dag. Að lánstíma liðnum hverfa bækurnar úr tækinu. Þetta þýðir að engar sektir myndast þegar bók er tekin að láni í Rafbókasafninu og það er alltaf opið!

Bókasöfn annarra sveitarfélaga fylgja í kjölfarið

Borgarbókasafnið er fyrsta bókasafnið til að hefja rafbókaútlán og mun það sjá um bókakaup og notendaþjónustu fyrir safnið. Landskerfi bókasafna fer hinsvegar fyrir kerfislegum þáttum verkefnisins. Fleiri sveitarfélög fylgja fljótlega í kjölfarið og munu lánþegar þeirra safna þá einnig geta nýtt sér þjónustuna.

ALLTAF FULLT BORD AF FERSKUM FISKI OG FISKRÉTTUM

Opið alla virka daga kl. 9 – 18:30.



Breiðholtsblaðið

www.borgarblod.is



Pangbakka 10 (MJÓDD) • Sími: 557-2053

BÆTIR
TEYGJANLEIKA +
FYLLIR UPP Í DJÚPAR HRUKKUR

Styrkir húðina innan frá með því að auka teygjanleika og fylla upp í hrukkur. Stinnir húðina, gefur henni ferskleika og eykur útgeislun.

Fella- og Hólakirkja

Svanlaug syngur ástríðufulla tangóa

- konudagskaffi 19. febrúar

Tónleikaröðin "Frjáls eins og fuglinn" heldur áfram í Fella- og Hólakirkju og næst fær Arnhildur organisti Svanlaugu Jóhannsdóttur söngkonu til liðs við sig.

Svanlaug syngur ástríðufulla argentínska tangóa og fleira fjörukt og seiðandi með leik Arnhildar á píanóið. Tónleikarnir hefjast kl. 20, 22. febrúar og aðgangseyrir er kr. 2.500, annars kr. 1.500 fyrir öryrkja og eldri borgara, ath. að ekki er posi á staðnum.

Svo er ekki úr vegi að minna á konudagsmessa sem verður kl. 11, þann 19. febrúar. Þangað eru allar konur sérstaklega velkomnar, vöflur verða í boði húslegra herraþanna að messu lokinni.



Svanlaug Jóhannsdóttir söngkona.

Bók og bíó í Hólabrekkuskóla

Bók og bíó nefnist svæði í bókasafni Hólabrekkuskóla. Það voru nokkrir nemendur skólans sem skipulögðu það í tilefni af lestrarólympíuleikum í skólanum.

Þar er að finna bækur sem gerðar hafa verið kvikmyndir eftir.

eftir er hugsað til þess að vekja athygli nemenda á því að margar góðar myndir hafi byrjað sem bók. „Bók er betri en bíó. Lestu bókina, horfðu á myndina, hvað finnst þér,“ spyrja krakkarnir sem standa að svæðinu.



Hér má sjá nokkrar þeirra bóka sem gerðar hafa verið kvikmyndir eftir.

Seljaskóli

Nemendur 10. bekkjar í starfskynningu á Landsspítalanum

Nemendum í 10. bekk Seljaskóla hefur boðist í samráði við náms- og starfsráðgjafa skólans að fara í eina starfskynningu hver á Landspítalann við Hringbraut í vetur.

Fyrsti hópurinn fór á Landspítalann við Hringbraut. Þar fengu nemendur kynningu á störfum sjúkraliða, hjúkrunarfræðinga, ljósmæðra, lækna, geislafræðinga og lífeindafræðinga. Nemendur fengu sérstakt hrós fyrir kurteisi og flotta framkomu á kynningunni.



Hópur tíundu bekkinga úr Seljaskóla í starfskynningu á Landsspítalanum.

Öskudagur í Breiðholti

Öskudagur nálgast nú óðfluga. Foreldrafélög í Breiðholti hafa tekið höndum saman um að hvetja til þess að börn gangi milli húsa milli kl. 17:00 og 19:00, syngi og fái góðgæti að launum - í stað þess að þau fari í verslanamiðstöðvar og fyrirtæki utan hverfis.

Tilraun var gerð með þetta fyrirkomulag í Seljahverfi og Bakkahverfi í fyrra og þótti hún heppnast afar vel. Heimili sem vilja taka þátt geta merkt útidyraturð eða stigaganga með íbúðanúmeri eða nafni. Hægt er að nálgast miðan á: http://reykjavik.is/sites/default/files/ymis_skjol/skjol_frettir/oskudagur_auglysing_2015.pdf



Rafbókasafnið

- rafræn útlán hljóð- og rafbóka

Rafbókasafnið er ný þjónusta Borgarbókasafnsins. Þar geta korthafar nálgast afþreyingu og fróðleik á auðveldan og fjóttlegan hátt.

Átt þú ekki örugglega skírteini?

rafbokasafnid.is

BORGARBÓKASAFNIÐ
MENNINGARHÚS

411 6100
www.borgarbokasafn.is
borgarbokasafni@borgarbokasafn.is



Einkarekið apótek

Lágt lyfjaverð - góð þjónusta



**GARÐS
APÓTEK**
- rétt leið

Sogavegi við Réttarholtsveg

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

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS

Auðbrekku 1, Kópavogi

SÍÐAN 1996



ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA

Símar allan sólarhringinn:

581 3300 & 896 8242

Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er

www.utforin.is



Sverrir Einarsson



Kristín Ingólfssdóttir

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR

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



Karlakaffið er vinsælt

Ómar Ragnarsson var gestur í mánaðarlegu Karlakaffi í Fella- og Hólakirkju fyrir skömmu en körlum sem eru 67 ára og eldri er boðið í kaffi og vinarbrauð. Karlakaffið er orðið mjög vinsælt og síðast komu 25 karlar í kaffispjall.

Helgi Pétursson frá Gráa hernum kemur síðan í næsta karlakaffispjall en hann er löngu þekktur

fyrir tónlistarstörf sín. Þá má einnig nefna sérstaka djúpslökun og fyrirbænastund í kirkjunni á þriðjudögum. Síðasta þriðjudag var fullt hús og greinilegt að fólk er ánægt með að kirkjan sé að bjóða upp á fjölbreytt starf. Og svo má geta þess að fjölmennt var á þorablótinu í Fella- og Hólakirkju á dögnum.



Siguratriði í keppni frístundaheimilanna

Breiðholt got talent

Föstudaginn 10. febrúar síðastliðinn fór fram Breiðholt got talent – hæfileikakeppni Frístundamiðstöðvarinnar Miðbergs. Keppnin fór fram í hátíðarsal Breiðholtsskóla. Um miðjan dag kepptu börn af frístundaheimilunum. Alls tóku 37 börn þátt, í 12 atriðum.

Þau Magnús Ingi Árnason og Emilía Íris Nökkvadóttir frá frístundaheimilinu Vínahúsum fóru með sigur af hólmi með cha

cha cha dansi. Um kvöldið fór svo fram keppni fyrir unglinga á aldrinum 13-16 ára. Alls tóku þátt 18 atriði frá félagsmiðstöðvunum. Benóný Svanur Sigurðsson kom sá og sigraði fyrir hönd Hólmasels eftir harða keppni og spennandi kosningar. Húsfyllir var á báðar keppnirnar og engu til sparað við að gera umgjörðina sem glæsilegasta. Ljóst er að miklir hæfileikar liggja í Breiðholtinu og framtíðin er björt.



Sex efstu atriðin í keppni félagsmiðstöðvanna

Brúin

Langar þig að kynnast nýju fólki og víkka sjóndeildarhringinn?

Brúin verður opin fyrsta og þriðja mánudag í hverjum mánuði klukkan 11:30 – 14:00.

Á Brúnni er pláss fyrir fólk á öllum aldri og hér gerum við hlutina á okkar forsendum. Við ætlum að hittast, eiga góða stund, elda mat og borða saman.

**Opnunarhátíð í Fella- og Hólakirkju
mánudaginn 20. febrúar klukkan 11:30**

**Komdu á Brúna og vertu með okkur í að gera samfélagið
enn fjölbreyttara og skemmtilegra
Þú færð hlýjar móttökur ☺**

Brúin er samstarfsverkefni Fella- og Hólakirkju, félags- og fjölskyldumiðstöðvarinnar í Gerðubergi, Hjálparstarfs kirkjunnar, Pepp á Íslandi og sjálfboðaliða í Breiðholtshverfi.

Við höfum búið til facebookhóp sem heitir Brúin, vertu með okkur þar líka!

Pólskar bækur í Breiðholtsskóla



Pólskar bækur eru nú fáanlegar í bókasafni Breiðholtsskóla.

Foreldrafélögin í Breiðholti hafa gefið Breiðholtsskóla pólskar bækur.

Þetta eru nýjar og spennandi bækur sem er kærkomin viðbót

á safn skólans þar sem ekki er mikið til af bókum á pólsku en margir nemendur skólans eiga uppraun sín og ættir í Póllandi.

Forvörnum ógnað

Enn á ný hefur verið lagt fram frumvarp á alþingi sem heimilar sölu áfengis í matvöruverslunum. Í frumvarpinu er einnig lagt til að leyfa auglýsingar á áfengi.

Það er athyglisvert að þetta mál komi ítrekað upp hjá alþingismönnum og sé lagt fram sem framfaraskref í samfélaginu þrátt fyrir að sérfræðingar sem hafa það hlutverk að vera stjórnvöldum til ráðgjafar í umræðu og ákvarðanatöku um heilsu landsmanna hafi lagst gegn frumvarpinu.

Eðlilegt væri að stjórnmalamenn myndu fylgja ráðleggingum Embætti landlæknis, en landlæknir hefur lýst fyrir andstöðu við frumvarpið og varað við að aukið aðgengi að áfengi muni leiða til aukinnar áfengisneyslu. Embættið bendir á aukningu samfélagslegra vandamála sem mun leiða af sér stórauðinn samfélagslegan kostnað. Neikvæðar afleiðingar af því söluþyrirkomulagi sem frumvarpið gerir ráð fyrir hafa töluvert verið rannsakaðar og vekur það furðu að flutningsmenn virðast ekki hafa kynnt sér þær betur. Rannsóknir frá Bandaríkjunum, Kanada, Nýja Sjálandi, Finnlandi og Svíþjóð sýna stórukna áfengisneyslu við að heimila matvöruverslunum að selja áfengi. Að ótöldum þeim fjölmörgu rannsóknum sem sýna að aukin áfengisneysla hefur neikvæð áhrif á lýðheilsu og eykur heilbrigðisvanda. Því er ekki að undra að Embætti landlæknis hafi þungar áhyggjur af frumvarpinu og telur landlæknir að frumvarpið sé í beinni andstöðu við stefnu ríkisstjórnarinnar um að efla lýðheilsu í landinu. Við þetta er vert að staldra við, því við sem vinnum að forvörnum vinnum eftir stefnum ríkis og sveitarfélaga. Þeir þingmenn sem leggja fram þetta frumvarp eru úr takti við heildarstefnu í forvörnum áfengis.

Áhyggjur WHO

Síðast þegar frumvarpið var lagt fram lýsti Alþjóðaheilbrigðisstofnunin (WHO) þungum áhyggjum af afleiðingum frumvarpsins og benti á að neysla muni aukast meðal ungs fólks og viðkvæmra einstaklinga. Á hvaða sérfræðinga ætla þingmenn að hlusta? Það er ekki skrítið að fagfólk missi móðinn þegar skellt er skollaeyrum við ráðleggingum og önnur sjónarmið látin ráða för en lýðheilsusjónarmið.

Viðtæk og neikvæð áhrif

Að breyta fyrirkomulagi á sölu áfengis á Íslandi er líklegt til að hafa viðtæk neikvæð áhrif á velferð þjóðarinnar og þá ekki síst á börn og unglinga. Einnig er óljóst hvernig eftirlit með áfengiskaupaaldri yrði háttað í matvöruverslunum og ætla má að það verði ekki eins árangursríkt og hjá vínbúðunum þar sem starfsfólk matvöruverslana er að stórum hluta unglingar undir tvítugu. Áfengi er engin venjuleg neysluvara og því mikilvægt að áfengi verði áfram selt samkvæmt núverandi fyrirkomulagi, sem hefur hamlandi áhrif á aðgengið og um leið neysluna.

Barnasáttmálinn – að forða börnum frá áfengi

Samkvæmt Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna ber stjórnvöldum að hafa það sem er börnum og unglingum fyrir bestu að leiðarljósi og tryggja þeim vernd. Barnasáttmálinn leggur mikla áherslu á að ríkisvaldið geri sitt til að forða börnum frá neyslu áfengis með því að leggja áherslu á forvarnir og reglur. Ísland er eitt þriggja landa í heiminum sem hefur lögfest barnasáttmálann og ætti því að taka skuldbindingar sem í honum felast af alvöru. Með hliðsjón af Barnasáttmálanum er vert að spyrja hvort það sé börnum fyrir bestu að auka aðgengi að áfengi með því að afnema einkaleyfi ÁTVR? Hafa ber í huga að aukin áfengisneysla foreldra og forsjáraðilla getur raskað öruggu og barnvænu umhverfi. Frumvarpið ætti í raun að fara í áhættumat áður en það er lagt fyrir.

Ölvunardrykkja ungmenna lítil

Rannsóknir á áfengisneyslu meðal íslenskra ungmenna síðast liðin tuttugu ár sýna fram á að við höfum náð mjög góðum árangri og ölvunardrykkja meðal íslenskra ungmenna er mjög lítil miðað við jafnaldra þeirra í Evrópu. Þessi árangur hefur náðst með samstilltu átaki foreldra, stofnana og félagasamtaka, sem vinna með unga fólkinu og takmörkuðu aðgengi að áfengi. Er ekki mikilvægt að gera allt sem í okkar valdi stendur til að viðhalda þessum góða árangri?

Frelsi hér – aukið aðhald í Evrópu

Það er sorglegt að á Íslandi komi fram frumvarp um frjálsa verslun með áfengi á sama tíma og áfengispólitík annarra Evrópulanda einkennist af auknu aðhaldi í sölu og aðgengi að áfengi. Áfengissala í matvöruverslunum mun að sjálfsögðu stjórna af ýrtruðu viðskiptasjónarmiðum. Uppeldisleg markmið samfélagsins eins og að standa vörð um æskuna og búa henni uppbyggilega umgjörð og heilbrigðar uppeldisforsendur, er mun mikilvægara viðfangsefni, en áfengissala í matvörubúðum.



Þórdís Gísladóttir.

Getraun nr. 111

www.leiknir.com

Leiknir var stofnað 1973

Austurbergi 1, Efra Breiðholti

Helgi Óttar ráðinn framkvæmdastjóri og Þórður Einarsson ráðinn yfirþjálfari

Helgi Óttarr Hafsteinsson hefur verið ráðinn nýr framkvæmdastjóri Leiknis og tók við starfinu í lok janúar. Helgi Óttarr er borinn og barnfæddur Breiðhýltingur og þekkir innviði Leiknis ágætlega. Hann er fyrrum leikmaður meistara-flokks og hefur spilað yfir 100 leiki fyrir félagið. Einnig kom hann að þjálfun yngri flokka Leiknis á sínum tíma. Hann er með B.Sc. gráðu í sálfræði og meistara-gráðu í markaðs- og alþjóðaviðskiptum.

„Ég er virkilega spenntur að taka við þessu starfi. Þetta er eitthvað sem ég hef lengi haft áhuga á, það er að segja að koma að uppbyggingu Leiknis. Þetta er einnig tækifæri fyrir mig til að samtvinna menntun, vinnu og áhugamál í eina stöðu, sem er gríðarlegur kostur.“ Þórður Einarsson, sem verið hefur framkvæmdastjóri Leiknis, tekur frá sama tíma við stöðu yfirþjálfara félagsins sem er formlega séð nýtt starf hjá félaginu. Þessi breyting er mikilvægur liður í því að efla enn frekar starf yngri flokka Leiknis. Þórður, með sína miklu reynslu og þekkingu á þjálfun og öllum innviðum félagsins mun því áfram sinna stóru hlutverki hjá Leikni. Leiknir þakkar Þórði fyrir sitt framlag sem framkvæmdastjóri félagsins undanfarin ár. Þá býður Leiknir nýjan framkvæmdastjóra velkominn til starfa. "Við bindum miklar vonir við að þessi breyting verði verði félaginu til góða



Helgi Óttarr Hafsteinsson og Þórður Einarsson.

og til þess fallið að efla félagið okkar enn frekar á næstu árum", segir Feldís Lilja Óskarsdóttir formaður Leiknis.

Drengir úr 4. flokki í Reykjavíkúrvali

Á hverju ári er valið úrvalslið Reykjavíkur í knattspyrnu í 4. flokki. Reykjavíkúrvalið spilar síðan við sambærileg úrvalslið frá hinum Norðurlöndunum.

Í ár eru það þeir Adam Elí Símonarson, Andi Hoti, Kristján Helgi Karlsson og Andi Morina sem freista þess að komast í lokahópin. Æfingar hófust í byrjun febrúar og verður minnkað í hópnum jafnt og þétt í vetur. Nokkrir af núverandi leikmönnum meistara-flokks Leiknis léku með Reykjavíkúrvalinu á sínum tíma. Þar má nefna Daði Bærings, Birki Björnsson, Sævar Atla Magnússon og Árna Elvar Árnasson. Sameiginlegt eiga þessir drengir það að leggja hart að sér við æfingar og er ljóst að það er að skila sér í



Myndin er af drengjunum sem valdir voru í Reykjavíkúrvalið ásamt nokkrum félögum.

framförum á vellinum. Óskum helgina, flottir fulltrúar frá Efra við drengjunum góðs gengis um Breiðholti.

ÍR-ingar á skíðum í Austurríki

- skíðaæfingar komnar á fullt hér heima



Hópur ÍR-inga hélt ásamt fjölskyldum sínum til skíðaparadísarinnar Wagrain í Austurríki dagana 8. og 9. janúar sl. í 10 daga æfinga- og fjölskylduferð. Skíðadeild ÍR er í samstarfi við skíðadeild Víkings og var þetta því stór hópur sem fór í þessa skíðaferð, eða um 110 manns.

Iðkendur voru á aldrinum 5-14 ára og æfðu krakkarnir við bestu aðstæður í Wagrain. Iðkendum var skipt í hópa eftir aldri og fóru æfingar fram á morgnana þar sem hver hópur var með sinn þjálfara. Í hádeginu hittu iðkendur foreldra sína og fóru í mat í einhverjum fjallakofanum og eftir hádegi var frískíðun þar sem iðkendur könnuðu skíðasvæðið með foreldrum og vinum sínum.

Aðstaðan í Wagrain var öll hin besta. Skíðasvæðið stórt og glæsilegt og hentaði vel fyrir hópinn. Hótelíð var staðsett við fyrstu skíðalyftu dagsins og aðgengið því allt hið þægilegasta. Hótelíð var frábært fyrir hópinn, og öll aðstaða fyrir börn til fyrirmyndar, t.d. sundlaug, leikherbergi og fleira. Ferðin var frábær fyrir alla þátttakendur. Iðkendum fór mikið fram og foreldrar náðu vel að kynnast. Óhætt er að segja að allir hafi komið ánægðir heim eftir þessa vel heppnuðu æfingaferð.

Skíðaæfingar eru komnar á fullt

Skíðadeild ÍR hyggur á samskonar æfinga- og fjölskylduferð skíðaveturinn 2019. Því hvetjum við

alla áhugasama endilega að koma með börnin sín á æfingu og prófa að vera með. Við tökum vel á móti öllum. Skíðaæfingar eru komnar á fullt og er hópum aldursskipt og æfum við í Bláfjöllum með skíðadeild Víkings. Þetta er því stór og skemmtilegur hópur. Auk skíðaæfinga eru reglulega skálagistingar í skíðaskála okkar í Bláfjöllum ásamt öðrum skemmti- legheitum. Skálinn heitir Hengill og staðsettur á suðursvæði Bláfjalla þar sem öll aðstað er til fyrirmynda og stutt í brekkur og á skíðagöngusvæði

Allar upplýsingar um skíðaæfingar er að finna á heimasíðu skíðadeildar ÍR. Þar er hægt að sjá hópaskiptingu og hafa samband við þjálfara varðandi nýja iðkendur. Einnig er hægt að hafa samband við hvern sem er í stjórninni ef spurningar vakna.

Einnig er mjög þægilegt að nálgast upplýsingar hvenær næsta æfing er fyrir þinn iðkanda með því að fara inn á facebook og slá inn leitarorðið Hengill. Þá koma upp ýmsir aldursflokkar og valinn er viðeigandi hópur. Þar er hægt að senda þjálfurum skilaboð og láta vita af nýjum iðkanda, þá verður vel tekið á móti ykkur. Innifalið í æfingagjöldum er lyftukort í Bláfjöll og keppnisgjöld. ÍR-ungar eru velkomnir á æfingar um helgar.

Skráning í skíðadeild ÍR fer fram inni á ir.is en að sjálfsgöðu eru allir velkomnir á æfingu og prófa án endurgjalds.



Fréttir

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

Fréttir frá aðalstjórn ÍR og skrifstofu



Frá auka aðalfundi ÍR þar sem samningurinn við Reykjavíkurborg var samþykktur einróma.

Aðalstjórn ÍR hélt sinn fyrsta fund á árinu 2017, 4. janúar. Fjallað um samning ÍR og Reykjavíkurborgar um rekstur og uppbyggingu mannvirkja. Ingigerður formaður fékk fullt umboð aðalstjórnar til að undirrita samninginn við borgina með fyrirvara um samþykki auka aðalfundar.

Vinnuhópur ÍR um aðstöðumál hélt fund 5. janúar til að fara yfir samning ÍR og Reykjavíkurborgar um rekstur og uppbyggingu mannvirkja. Formenn allra deilda ÍR, aðalstjórn og fyrrverandi formenn aðalstjórnar tóku samning ÍR og Reykjavíkurborgar til umfjöllunar á fundinum sem haldinn var 9. janúar sl.

Formaður og íþróttastjóri ÍR mættu fyrir hönd ÍR á fund hverfisráðs Breiðholts 17. janúar s.l. til að kynna fyrirhugaða samninga ÍR og Reykjavíkurborgar.

Nýr samningur ÍR og Reykjavíkurborgar um rekstur og uppbyggingu íþróttamannvirkja var samþykktur í borgarráði fimmtudaginn 26. janúar. Borgarstjórinn í Reykjavík Dagur B. Eggertsson og formaður aðalstjórnar ÍR Ingigerður Guðmundsdóttir undirrituðu samning ÍR og Reykjavíkurborgar í Austurbergi með viðhöfn og íþróttafólk framtíðarinnar í bakgrunni mánudaginn 30. janúar s.l. Boðað var til sérstaks auka aðalfundar ÍR sem haldinn var 4. febrúar s.l. til að taka fyrir samning ÍR og Reykjavíkurborgar þar sem hann var samþykktur einróma. Annar fundur aðalstjórnar á árinu var haldinn 6. febrúar. Á fundinn mætti vinnuhópur ÍR um aðstöðumál. Á fundinum var tekið fyrir hvernig unnið verður að framkvæmd nýja samningsins við Reykjavíkurborg.

Glæsilegt Stórmót ÍR

ÍR hélt sitt 21. Stórmót helgina 11. - 12. febrúar í Laugardalshöll. Um 800 keppendur, á aldrinum 5 til 53 ára frá 38 félögum, tók þátt, þar af fjöldi Færeyinga en það má segja að það sé ekkert Stórmót lengur án vina okkar frá Færeyjum.

Þeir yngstu tóku þátt í þrautabraitinni sem sett er upp annars vegar fyrir 8 ára og yngri og hins vegar fyrir 9-10 ára. Fyrir 11 ára og eldri er fjöldi keppnisgreina í

boði fyrir bæði kynin allt frá 60m spretthlaupi til stangarstökk. ÍR sendi 106 keppendur til leiks auk fjölda barna sem tóku þátt í þrautabraitinni sem eru fyrstu skrefin til að öðlast samhæfingu og leikni í greinum frjálsra íþrótta. Þó svo að Stórmótið sé ekki eingöngu gert til þess að sigrar og setja met þá er það stór hluti af þátttöku margra og kom það skýrt fram í frábærum árangri margra keppenda en

nærri 730 bætingar litu dagsins ljós og hvorki fleiri né færri en 21 mótsmet. Það afrek sem stóð upp úr var án efa tími Guðbjargar Jónu Bjarnadóttur ÍR í 200m hlaupi stúlkna, 24.28 sek, en hún setti Íslandsmet alveg upp í 22 ára flokkinn en hún keppir í flokki 16-17 ára. Þessi tími setur Guðbjörgu Jónu í 4. sæti á heimslista undir 18 ára stúlkna sem er enginn smá árangur í 200m hlaupi.

Reykjavík International Games

Anita kom sá og sigraði

ÍR-ingar léku stórt hlutverk í harðri og flottri keppni þar sem RIG var haldið laugardaginn 4. febrúar fór fram. Glæsilegt. Hápunktur mótsins var án efa 800m hlaup kvenna en þar öttu kappi fimm frábærir 800m hlauparar og hefur án efa aldrei verið haldið slíkt 800m hlaup á Íslandi áður.

Okkar kona Aníta Hinriksdóttir kom sá og sigraði fyrir framan fulla stúku af áhorfendum og setti nýtt Íslandsmet 2:01.18 mín. Tristan Freyr Jónsson varð 4. í 60m hlaupi á sínum ársbesta tíma 7,02 sek. Ívar Kristinn Jasonarson hljóp vel í 400m og varð fyrstur í mark, hljóp á sínum ársbesta tíma 48,23 sek. Þorsteinn Ingvarsson varð 3. í langstökki, sveif lengst 7,38 m. Í stangarstökkinn varð Leo Gunnar Víðisson í 3. sæti með 4.20m.

Í kúluvarpinu átti ÍR tvo menn á palli þá Guðna Val Guðnason og Sindra Lárusson. Guðni bætti sig með 17.36 m kasti og Sindri bætti sinn ársbesta árangur með kasti upp á 16.12m. Í 60m hlaupi kvenna varð Tiana Ósk Whitworth í 2. sæti á 7,70 sek en í undanrásunum hljóp hún örlítið hraðar eða á 7,68 sek sem er bæting hjá henni. Helga Margrét Haraldsdóttir varð 4. á 7,94 sek. Í 400m kvenna varð Guðbjörg Jóna Bjarnadóttir í 2. sæti á 55,04 sek sem er bæting hjá henni. Iðunn Björg Arnaldsdóttir varð 2. í 600m og barðist eins og ljón og varð aðeins nokkrum hundraðshlutum úr sek á eftir sigurvegaranum. Í kúluvarpi kvenna varð Thelma Lind Kristjánsdóttir í 2. sæti með 13,82 m sem er hennar besti árangur innanhúss.

Heimasíða
www.ir.is



Sími: 588 9705
www.skautaholl.is

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



GETRAUNANÚMER

ÍR ER 109



Sveinsbakarí

Arnarbakka og Hólagarði

Við seljum Konudagskökuna 2017



***Tilboð á
rúnstykkjum og
brauðum út febrúar
í Sveinsbakarí
Arnarbakka,
Hólagarði
og Skippholti.***

