Vesturbæjarblaðið

Dreift frítt í öll hús í póstnúmer 101 og 107

JANÚAR 2018

1. tbl. 21. árg.

Vesturbæjarútibú við Hagatorg



OPIÐ
8-24
ALLA DAGA
Á EIÐISTORGI
HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

- bls. 4-5
Viðtal við Ólaf Hauk Símonarsson

- bls. 6
Heilsueflingarstarf fyrir heldri borgara

Nýjar íbúðir við Framnesveg

Byggðar í stíl við önnur hús í götunni



Þannig mun framhlið hinna nýju húsa við Framnesveg líta út. Áhersla hefur verið lögð á að þau falli vel að götumyndinni.

Eflaust hafa ýmsir tekið eftir framkvæmdum við Framnesveg 40 til 42. Vesturbæjarblaðið hafði samband við Brynjólf J. Baldursson, stjórnarformaður hjá Grunni fasteignafélagi sem annast framkvæmdirnar.

"Það er fasteignafélagið Grunnur sem stýrir uppbyggingu á þessum byggingareit. Haustið 2015 voru fest kaup á þremur samliggjandi húsum á Framnesvegi á lóðum 40, 42 og 42a. Í framhaldi tók síðan við þróunarvinna á reitnum þar sem lagt var upp með að byggja tvö fjölbýlishús sem myndu falla vel inní umhverfið.

Verkefnið valið á sýningu

Brynjólfur segir að eftir mikla vinnu með Reykjavíkurborg var samþykkt breytt deiluskipulag í byrjun árs 2017 og þótti verkefnið svo vel heppnað að það var valið á sýningu Reykjavíkurborgar í Ráðhúsinu um þróun byggðar í Reykjavík. "Það fór síðan góður tími í að klára alla hönnunarvinnu og undirbúning fyrir framkvæmdir sem hófust fyrir alvöru síðasta haust."

Framhald á bls. 2.



Systrasamlagið
Óðinsgata 1 - Reykjavík
Sími: 511 6367
Erum á Óðinsgötu 1
Mán. - fös.: 10 - 18.
Laugardagar: 11 - 16.
sjá nánar á facebook.com/Systrasamlagid
Netverslun: systrasamlagid.is



Góð þjónusta – Hagstætt verð
Afgreiðslutími:
Virka daga: kl. 9-18:30
Laugardaga: kl. 10-16
Reykjavíkur Apótek
Seljavegur 2 | Sími: 511-3340 | Fax: 511-3341 | www.reyap.is | reyap@reyap.is


Melabúðin
Þín verslun

TILBOÐ
Nauta Rib Eye
úr kjötborði
Gildir fimmtudag-sunnudags
25.-28. jan. - á meðan birgðir endast
Jarðarber
kr 598
400 gr askja
Driscoll's

NÝTT Í MELABÚÐINNI
Sósur og tilbúnir réttir
KJÖT & FISKUR
STOFNAÐ 2014

Vesturbæjarblaðið

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: Morgunblaðið
1. tbl. 21. árgangur
Vesturbæjarblaðinu er dreift í hvert hús í póstnúmerum 107 og 101.

Borgarmynd til batnaðar

Að loknum óvæntum þingkosningum undir lok liðins árs, jólahaldi og hefðbundnum áramótum eru borgarbúar að vakna til lífs um borgarstjórnarkosningar á komandi vori. Flokkar og framboðsöfl eru að fara af stað og huga að undirbúningi kosninga – einkum er varðar framboðslista.

Áundanförnum árum hafa hinar hefðbundnu flokkslínur riðlast nokkuð í Reykjavík líkt og í ýmsum öðrum sveitarfélögum í nágrenni sem lengra frá. Má segja að það sé einn þáttur í stjórnmálaþróun síðari ára. Flokkarnir fjórir sem einkenndu stjórnmálalífið allt frá sjálfsstæðistíð landsins frá 1918 og fram um liðin aldamót halda ekki utan um stjórnmálin með sama hætti og áður. Samfélagið breytist. Nýjar hugmyndir verða til og ný tækni er tekin að ráð för í samskiptum fólks – einkum hin svokallaða rafræna- eða snjalltækni.

Þetta hefur mikil áhrif á leiðir stjórnmálaafla og fólks til þess að ná athygli og áhrifum í nærsamfélagi sínu og raunar öllu stjórnmálalífi. Mun auðveldara er að móta framboðsafl en var og almenningur er síður bundin á klafa hinna gömlu flokka – hvorki efnahags- eða tilfinningalega.

Flest bendir til að velja megi um fleiri framboðsöfl í komandi borgarstjórnarkosningum en nokkru sinni fyrr. Að ýmsu leyti munu þau standa fyrir sambærilega hluti enda verkefni borgarinnar líkt og sveitarfélaga almennt bundin lögum og reglum sem sveitarstjórnir fá litlu um breytt. Umtalsverður hluti sveitarstjórnarmála eru rekstrarlega eðlis líkt og um fyrirtækjarekstur væri að ræða.

Eftir að þjóðin fór að rétta úr þeim efnahagslega kút sem bankahrunið 2008 leiddi til hefur verið staðið að miklum framkvæmdum í Reykjavík. Eftirtektarverðust er sú áhersla sem lögð hefur verið á uppbyggingu í þeirri Reykjavík sem fyrir er í stað þess að teygja byggðin sífellt lengra fram til dala og upp til fjalla og heiða. Um þetta kunna að vera skiptar skoðanir á meðal þeirra sem vilja bjóða krafta sína fram til borgarstjórnar en varla fer fram hjá nokkrum að borgarmyndin hefur breyst – að margra mati til batnaðar og á það ekki síst við um Vesturbæinn. Einkum kringum gömlu höfnina og Háskóla Íslands.



Bakhlið húsanna við Famnesveg 40 til 42. Svalir snúa út að bakgarði.

Framhald af forsíðu.

Arkþing í hönnun bygginganna

Hverjir eru á bak við framkvæmdirnar? “Grunnur fasteignafélag ber ábyrgð á verkefninu og leggur félagið mikinn metnað í að uppbyggingin heppnist sem allra best. Hjá félaginu starfa reynslumiklir einstaklingar en einnig koma að verkinu fjöldi annarra sterkra samstarfsaðila. Arkþing arkitektar unnu með okkur í hönnun bygginganna og skipulagi íbúðanna en einnig var mikil vinna lögð í sjálfa innanhúshönnunina en þar nýttum við okkur krafta Berglindar Berndsen og Helgu Sigurbjarnadóttur innanhúsarkitekta.

Útlitið í stíl við önnur hús

Hvernig hús og íbúðir eru hugsaðar á reitnum og hvað verða þær margar? Það skiptir okkur miklu máli að húsin falli vel inn í þetta gróna og skemmtilega hverfi. Útlit bygginganna eru því í stíl við önnur hús í götunni. Við lögðum síðan upp með að vera með íbúðir sem ekki væru of stórar en mjög vel skipulagðar. Lögð var áhersla á að innahúshönnunin myndi passa vel við Vesturbæinn og að okkar mati tókst það mjög vel. Íbúðirnar eru alls níu talsins og stærðin er frá u.m.b. 50 fermum upp í rétt rúmlega 100 fermetra.



Íbúðirnar eru alls níu talsins og stærðin er frá u.m.b. 50 fermetrum upp í rétt rúmlega 100 fermetra.

Tilbúnar í haust

Hvenær verða íbúðirnar tilbúnar til afhendingar og hvenær verður byrjað að selja þær? “Við áætlum að íbúðirnar verði tilbúnar til afhendingar í haust. Varðandi sölu þá hefur verið mikill áhugi á verkefninu og mikið spurt um íbúðirnar og því líklegt að við skoðum möguleikann að selja þær á byggingarstigi. Það verður þá auglýst síðar en fólk getur líka haft samband við mig beint á netfangið brynjolfur@grunnurfasteignafelag.is ef það hefur áhuga að fá frekari upplýsingar.”

Ekkert ljósaskilti á Gróubúð



Eins og sjá má á þessari mynd sem tekin var þegar unnið var að uppsteypu byggingarinnar við Gróubúð er um umtalsverða viðbyggingu að ræða sem forsvarsmenn björgunarsveitarinnar vilja fara að ljúka. Auglýsingasala átti að verða liður í að fjármagna endanlegan frágang hússins.

Ljóst er að Björgunarsveitin Ársæll fær ekki að setja upp ljósaskilti á gafl Gróbúðar á Grandagarði. Fyrirhugað var að nota skiltið til þess að selja auglýsingar og birta á skiltinu til fjáröflunar fyrir sveitina og þá einkum til þess að ljúka frágangi Gróubúðar en unnið hefur verið að stækkun hennar á undanförnum árum.

Sótt var um leyfi til hafnarstjórnar Faxaflóahafna sem nú hefur neitað erindinu á þeirri forsendu að það samrýmist hvorki reglugerð Reykjavíkurborgar um auglýsingaskilti eða stefnu Faxaflóahafna. Um var að ræða 25 fermetra tölvustýrt díóðuskilti sem stýrt yrði af ljósnema sem miðar styrk ljóss við dagsbirtu. Gert var ráð fyrir að skiltinu yrði komið fyrir á gafli Gróubúðar og snúa út að hringtorgi við Ánanaust.



HÚSAVIÐGERÐIR.IS
ALHLIÐA MÚR- OG STEYPUVIÐGERÐIR
Hafðu samband
Við skoðum og gerum tilboð!
www.husavidgerdir.is/hafa-samband
info@husavidgerdir.is - Sími 565-7070


Vesturbæingar



Hvernig væri að skella sér í heilsueflingu í Vesturbænum!

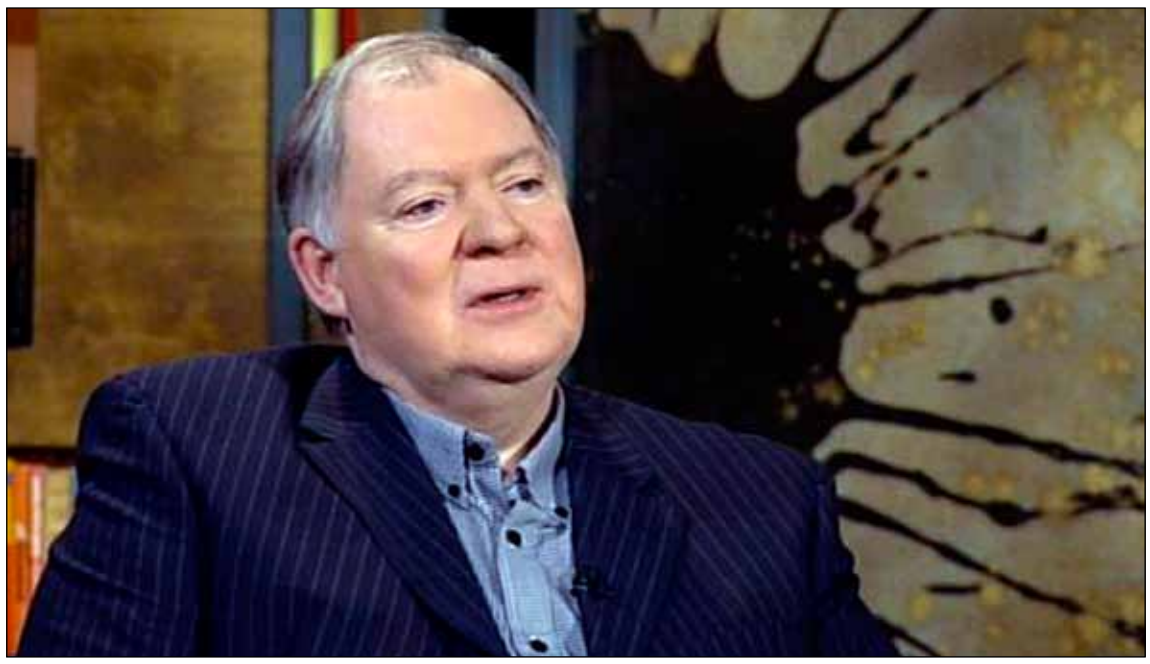

...VERIÐ VELKOMIN...
KJÖTKOMPANÍ
HFJ
101
GRANDI
ESTD Hágæða 2009
KJÖTVÖRUR
100% Gæði
WWW.KJOTKOMPANI.IS
Grandagarði 29 | 101 Reykjavík
HAFNARFIRÐI & GRANDA
578 9700
kjotkompani@kjotkompani.is
kjotkompani

Við vorum bryggjustrákar

- Ólafur Haukur Símonarson rithöfundur rifjar upp æskuárin við gömlu höfnina í Reykjavík

Ólafur Haukur Símonarson rithöfundur spjallar við Vesturbæjarblaðið að þessu sinni. Ólafur er fæddur og uppalinn í Vesturbænum. Í bernsku dvaldi hann oft við höfnina og tengdist útvegi og sjómennsku en faðir hans og afi störfuðu við sjósókn og útveg. Þessa bakgrunnar má sjá stað í verkum Ólafs Hauks ekki síst í Hafinu sem nú er sýnt á sviði Þjóðleikhússins í annað sinn en einnig hefur verið gerð kvikmynd eftir leikritinu. En hvar man hann fyrst eftir sér.

„Ég man fyrst eftir mér á Jófríðarstöðum við Kaplaskjólsveg. Jófríðarstaðir voru bújörð rétt austan við KR-völlinn. Þaðan flutti fjölskyldan að Framnesvegi 5, alveg niður undir Vesturgötu, í hús sem afi minn, Guðjón Símonarson, byggði. Afi var þá hættur útgerð og farinn að versla. Föðurbræður mínir, Jóhannes og Bjarni, keyptu af honum bátinn, Íslending RE 36, og gerðu hann út. Faðir minn, Símon, gerði út Ásbjörgu RE 55, og var formaður á bátnum. Ég var tíu ára þegar við fluttum á Framnesveginn og þá hófst nýr kafli í lífi mínu. Ég slóst í hóp stráka sem áttu feður er gerðu út báta og voru formenn. Mest hafði ég saman að sælda við Sigga, Bubba og Stebba (Sigurð, Guðbjart og Stefán) syni Einars Sigurðssonar á Aðalbjörgu. Þetta var tími smáútgerðanna í Reykjavík. Bátarnir voru flestir þetta á bilinu 25 til 40 tonn og áhöfnin taldi oft 6 til 8 karlar. Formenn á bátunum í Reykjavík voru margir kenndir við bátana; Jói á Íslendingi, Einsi „kóngur“ á Aðalbjörgu, Óli „með augað“ á Auðbjörgu, Gvendur „prins“ á Hermóði, Jón „gassi“ á Drífu; bræðurnir á Happasæl voru ætíð nefnir báðir í einu „bræðurnir“, og loks faðir minn, Símon „greifi“ á Ásbjörgu. Viðnefnin voru mörg fleiri og sum nokkuð groddaleg.“



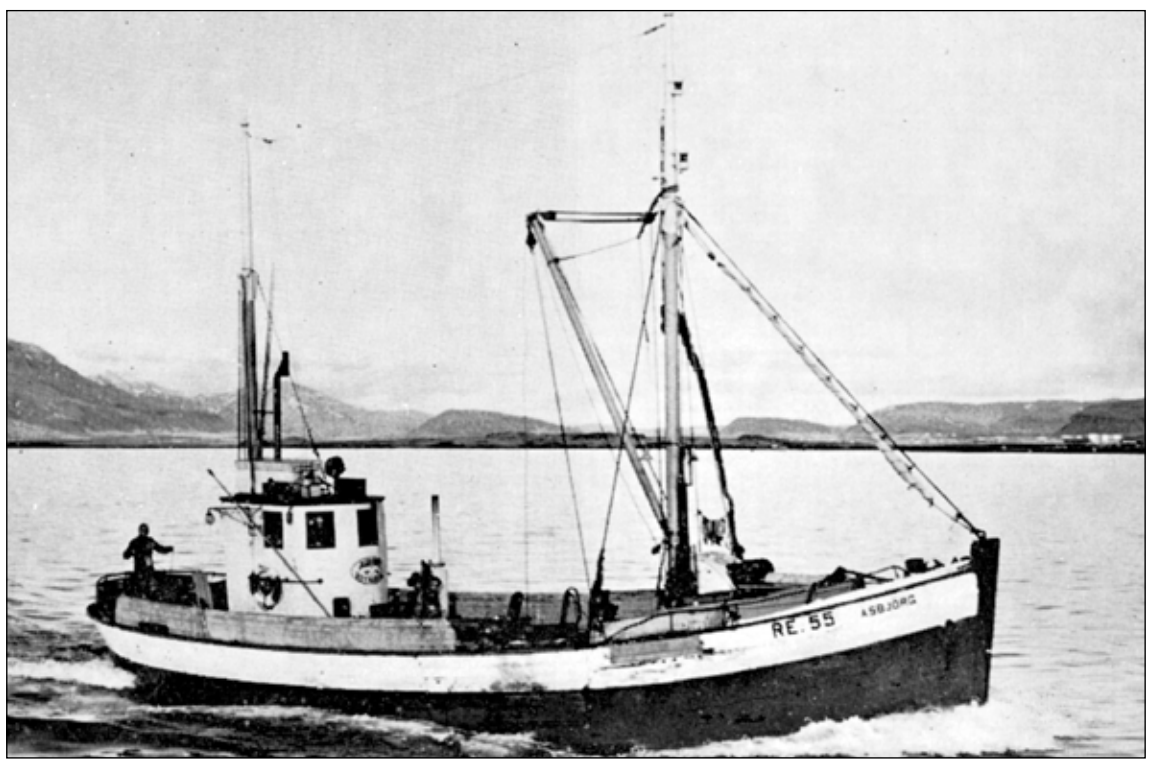
Ólafur Haukur Símonarson rithöfundur.

Fiskmótttaka og línubeitingar – nú verslanir og veitingabúðir

„Leikvöllur minn fluttist úr Jófríðarstaðamýri með sínum botnlausu skurðum og smátjörnum niður að Reykjavíkurhöfn. Framan af voru bátarnir gerðir út frá svoköllu „gömlu verbúðarbryggjunum“; þetta var um það bil sem verbúðirnar risu á Grandagarði. Þannig háttaði til í gömlu verbúðunum, þar sem í dag eru einkum veitingabúðir, að í hverri verbúð var á jarðhæð aðstaða til fiskmóttöku og línubeitningar, en á efri hæð allstórt íbúðarrými fyrir áhafnarmeðlimi sem ekki áttu heimili í Reykjavík. Þar var eldunaraðstaða og kojur fyrir 6 til 8 menn. Í einni verbúð var rekið almenningsbað, sallafínt með hvítum flísum og góðu hreinlæti. Þangað sóttu ekki bara sjómenn heldur og verkamenn sem unnu við höfnina og almennir borgarar. Minnist ég þess að hafa farið þar í „skemmtibað“ þótt heima hjá okkur væru ágæt sturta í vaskahúsinu.“

Við vorum bryggjustrákar – skólataskan tekin með niður á höfn

„Við sem áttum feður á sjónum vorum „bryggjustrákar. Skólataskan var iðulega tekin með beint niður að höfn án viðkomu heima. Á bryggjunum var endalaust hægt að finna sér eitthvað til dundurs. Við flæktumst á milli báta sem voru í höfn, fengum að taka þátt í störfum karlanna; steina niður þorskanet, skera beitu, beita línu, skera af netateinum, mála bátana af flekum á vorin, taka þátt í löndun afla – við vorum eins og minkur sem sloppið hefur úr búi, smugum alls staðar inn þrátt fyrir leiðinlegar spurningar á borð við: „Heyrðu vinur, átt þú ekki að vera heima hjá þér að læra?“



Símon faðir Ólafs gerði út Ásbjörgu RE 55, og var formaður á bátnum.

Skyrpa upp í massadóna

„Veiðiskapur var stundaður á bryggjunum í það endalausa. Veiðarfærið var keypt í Ellingsen, græn lína með blýsökku. Beitan var fiskur; hjarta úr þorski eða ýsu þótti mikil tálbeita. Aflinn var smáufsi, sandkoli, stöku rauðspretta, einn og einn þyrsklingur – og hinn illa þokkaði massadóni, marhnúturinn; að skyrpa upp í massadóna þótti þjóðráð til þess að koma í veg fyrir að sami dóninn hlypi aftur á snærið.“

Buxurnar fengu að hverfa

„Að kom heim í hreinum buxum var útilokað. Það kallaði að vísu á þung andvörp mömmu ef það var „bara“ slor í buxunum; í verra fór væri það málning. Eitt sinn fór ég í glænýjum, ljósum gallabuxum niður á bryggju og „lenti óvart“ í því að hjálpa Óla „með augað“ að mála vélarrúmið í Auðbjörgu. Þegar ég sýndi mig heima fór mamma að hágráta. Samt lét hún buxurnar hverfa án þess að pabbi fengi nokkurt veður af málinu.“

Þekktum bátana af siglingaljósunum

„Upp úr áramótum hófst vertíðin suður í Sandgerði. Þá snýkti maður far með vörubílum Ísbjarnarins h.f. sem voru á leið suður að sækja fiskinn. Pabbi var ekki alltaf kátur þegar hann lagði að í Sandgerði eða Keflavík og sá mig standa á bryggjunni með skólatöskuna. Hann skammaði mig dálítið fyrir siða sakir en sendi mig svo niður til kokksins að fá eitthvað að éta. Stundum borðaði ég í tveimur eða þremur bátum sem komu á undan Ásbjörginni til að landa. Þegar leið út á og þorskurinn færði sig innar í Flóann byrjuðu bátarnir að landa í Reykjavík. Þá mættum við strákarnir upp úr hádegi til Steina „gamla“ netamanns á loftinu í einni verbúðinni. Um fjögurleitið byrjuðum við að fylgjast með með því hvort bátarnir væru að birtast úti við Akurey. Við skriðum upp um lítinn þakglugga og stóðum til skiptis vakt á þakinu. Það gat orðið ansi kalsamt. Venjulega var Drífan fyrst að landi því Jón „gassi“

FERSKUR FISKUR DAGLEGA
MIKIÐ ÚRVAL SPENNANDI FISKRÉTTA
VERIÐ VELKOMIN
FISKBÚÐIN VEGAMÓT
Nesvegur 100
Símar 562-1070, 896-4243
Opið virka daga kl. 10 - 18:30



hélt sig oft á grynnri miðum. Þegar dimmt var orðið þekktum við bátana af siglingarljósunum löngu áður en þeir birtust í hafnarkjaftinum. Við vissum allt um hvern einasta bát og kunnum Skipaskránna utanbókar. Stundum hlýddum við hver öðrum yfir skrána, og það þótti afleitt að klikka á tonnafjölda, smíðastað eða vélarstærð; plús fékkst fyrir að vita hvaða vélar væru með forþjöppu.“

Maður lærði ýmislegt

„Maður lærði ýmislegt á bryggjunum og í bátunum. Auðvitað lærðum við á áttavita. Og við vissum hvernig átti að skjóta June Munktel tvígengisvél í gang. Og við lærðum að fella net hjá Steina „gamla“; vorum nánast í fullri vinnu hjá honum stundum; launin voru ein lítil kók og prinspóló fyrir hvert frágengið netið. Við lærðum að splæsa tóg og hnýta alla hnúta sem komu að notum. Við lærðum að skrapa og mála bátana og klifra upp í mastur án öryggisbúnaðar. Og við lærðum að detta í sjóinn og koma okkur aftur upp á bryggju. Og stálum árabátnum í Slippnum og lærðum við að róa.

Flekaútgerð í Örfirisey

„Ekki má gleyma Örfirisey. Þangað lá leiðin iðulega í góðu veðri. Á miðri eyju var tjörn. Þar stunduðum við flekaútgerð. Það kom fyrir að flekarnir breyttust í herskip. Þá voru aðrir peyjar á fleka að gera sig breiða og þurfti að lækka í þeim rostann. Slíkar sjóorrustur enduðu ávallt með því að flekarnir hristu af sér stríðsmennina sem þurftu að krafla sig til lands og hjóla heim rennandi blautir. Þá var von á gusu heima því alla jafna var olíubrák á tjörninni.“



Vetrarmynd frá gömlu höfninni. Bátarnir bundnir við bryggju og undir snjólagi. Skógafoss er fremstur á myndinni.



Pastelmynd sem Ólafur Haukur málaði á unglingsárum af Reykjavíkurhöfn.



Hér hefur veitingamennska leyst fiskaðgerð og verkun af hólmi.

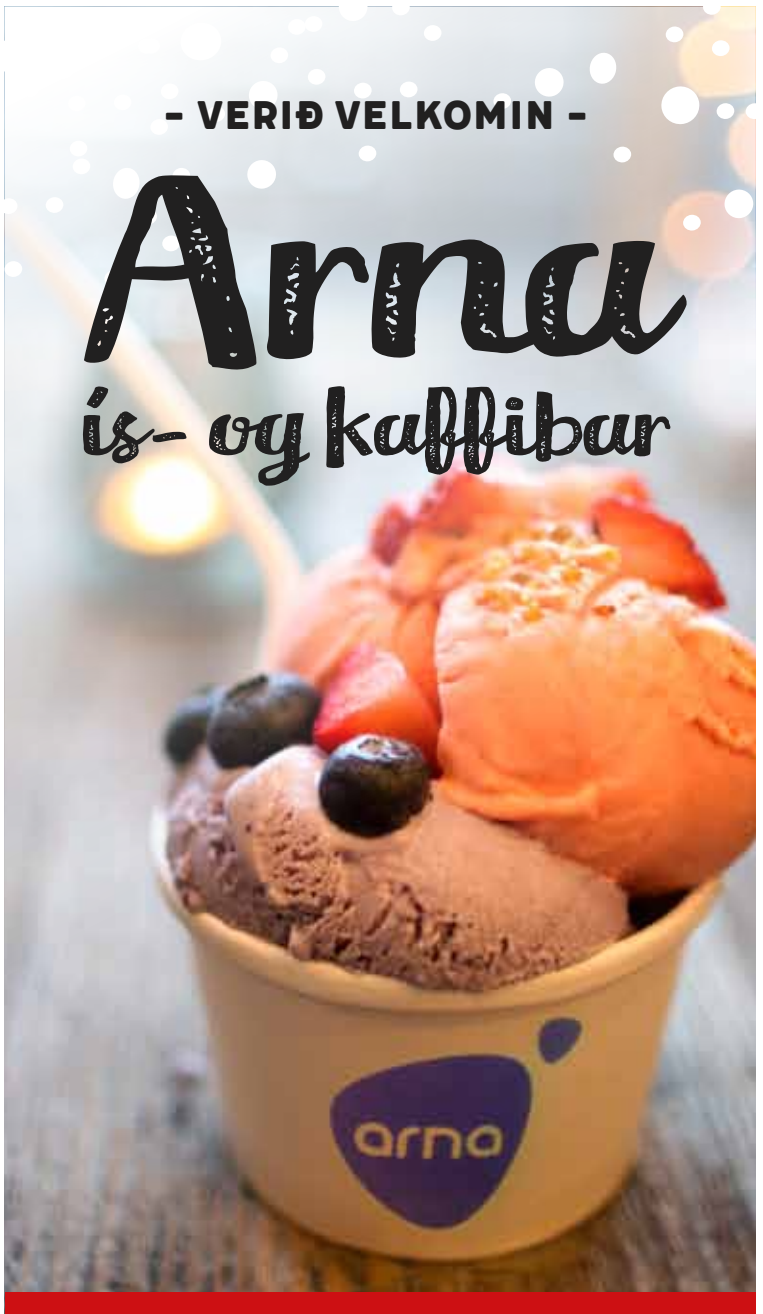
Alsbert fólk og karl með risatippi

„Í Örfirisey var líka alsbert fólk, bæði karlar og kerlingar, að gera bjánalegar leikfimiæfingar. Við lágum í leyni, fylgdumst með og flissuðum. Út við olíutanka var hins vegar ískyggilegur náungi sem sagt var að borgaði strákum fyrir að snerta á sér tippið. Sá gerði engar leikfimiæfingar heldur spratt upp þegar strákar voru að leika sér á klöppunum fyrir neðan geymana og gerði þeim tilborð. Við tókum alltaf til fótanna þegar sást til karlsins. Þegar við þóttumst öruggir hlógum við hátt og taugaveiklunarlega. Vá, sögðum við, tippið á honum stóð langt út í loftið! Þegar ég missti það út úr mér við Gauja föðurbróður minn að úti í Örfirisey væru karl með tippi sem væri stærra en handleggurinn á mér vildi hann endilega vita nákvæmlega hvar karlinn héldi sig. Ég upplýsti það. Eftir það sáum við karlinn aldrei. Ég veit ekki hvað Gaui hefur sagt við hann; það hefur ekki verið neitt kurteisishjal ef ég þekki Gauja rétt.“

Gat aldrei sjóast

„Svo vorum við allt í einu orðnir of gamlir til þess að slæpast á bryggjunum. Sumir fóru á sjóinn. Siggi, Bubbi og Stebbi urðu skipstjórnarmenn. Ég var nokkur sumur á sjó með föður mínum. Ekkert er skemmtilegra en að vera á sjó í sæmilegu veðri. En ég gat ekki sjóast, um leið og brældi kastaði upp í það óendanlega. Afi minn var sjóveikur í fimmtíu ár; faðir minn í önnur fimmtíu. Ég gat ekki hugsað mér að æla í hálfa öld. Ennþá dreymir mig samt þessa ótrúlegu daga á sjó þegar dekkið var fullt af gulum þorski og hafið og landið og við karlarnir á þessum fáeinu fljótandi spýtum vorum einhvern veginn eitt. Svona er maður rómantískur þegar maður þarf ekki að kasta upp í vinnunni.“





Kraftur í KR

Skemmtilegt heilsueflingar-starf fyrir heldri borgara



Krafthópurinn í KR gaf sér aðeins smá stund fyrir myndatöku á dögunum. Síðan var aftur haldið af stað út á gólfið.

Kraftur í KR nefnast leikfimi- og heilsustundir fyrir heldri borgara eða fólk á eftirlaunaaldri í Vesturbænum. Þessar stundir eru á vegum félagsstarfsins á Aflagranda og fara fram í æfingasal í KR heimilinu. Guðjón Gunnarsson sér um þessar stundir og leggur áherslu á léttar og skemmtilegar hreyfingu og einnig að mynda góðan félagsskap þeirra sem taka þátt í þessu heilsueflingarstarfi. Aldursforsetinn í hópnum er 86 ára og mætir stöðugt. Konur hafa verið duglegri að mæta eins og oft vill verða í félagsstarfi en körlunum er að fjölga. Nýlega bættust fjórir karla í hópinn og ekki má útiloka að tengingin við KR geti hreyft við körlum ekki síður en konum. KR er gamla íþróttafélagið svo margra Vesturbæinga.

Þessar heilsustundir byggjast á allskonar hreyfingu og æfingum og leggur Guðjón mikla áherslu á fjölbreytileika. Þátttakendur ganga og körfuboltinn er einnig mjög vinsæll. Þarna er að ferð fólk sem aldrei hefur leikið körfubolta. Sumir tæpast vitað að hann væri til en það sem komið hefur á óvart er hvað eldra fólkið er áhugasamt og hefur gaman af honum. Körfuboltinn hefur líka þann eiginleika að liðka um handleggi og axlir. Það þarf að koma boltanum upp í körfuna. Guðjón leggur líka mikla áherslu á að hlusta eftir hvað fólk langar að gera og kallar jafnan eftir því að fólk láti vita af áhugamálum sínum. Dagskráin er því ekki skipulögð fyrir fram heldur aðlöguð áhuga fólks og getu – jafnvel frá einum tíma til annars. Fólkið telur sig hafa mjög gott af þessari hreyfingu og finnur fyrir greinilegum mun eftir nokkra mánuði. Skipulagið miðast þó við léttar æfingar en engum er talið holt að böðlast áfram. Þess má geta í lokin að rúta kemur að Aflagrandanum kl. 10.15 og stoppar síðan við Grandaveg 10.20 en heilsustundirnar byrja kl. 10.30. Fólkinu er síðan skutlað til baka á eftir. Þótt leiðin af Aflagranda niður í KR sé nánast gönguleið fyrir eldri sem yngri þykir ekki boðlegt að láta heldri borgarana ganga einkum vegna vetrarfærðar og hálku. Þegar tíðindamaður leit við í KR heimilinu á dögunum mátti sjá hressan hóp heldri borgara á fullri ferð og ánægjan skein út andlitunum.

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
Auðbrekku 1, Kópavogi SÍÐAN 1996
ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA

Kristín Ingólfsdóttir

Sverrir Einarsson

Margrét Ásta Guðjónsdóttir
Símar allan sólarhringinn: 581 3300 & 896 8242 • www.utforin.is
Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er.
ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR
Flatahraun 5a • www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242





GERIR HÚÐ ÞINNI KLEIFT AÐ TAKA UPP

50% MEIRA SÚREFNI*



NÝJUNG

GEFUR ÞREYTTRI HÚÐ ORKU
OG MINNKAR FÍNAR LÍNUR

NIVEA.co.uk

*prófað í tilraunaglasi



Tölvugerð mynd af húsunum sem gert er ráð fyrir að rísi við Gömlu höfnina. Mynd: Yrki Arkitektar.

Byggja á ný smáhýsi við norðvesturhlið Ægisgarðs

Gömlu húsin við norðvesturhlið Ægisgarðs við Reykjavíkurhöfn eiga að víkja. sem í dag eru notuð vegna starfsemi í ferðaþjónustu eiga að víkja. Í stað þeirra er gert ráð fyrir að nokkur ný einnar hæðar smáhýsi verði reist undir starfsemina. Þetta fram kemur í deiliskipulagstillögu fyrir svæðið sem hefur verið auglýst. Húsið eru þó notuð fyrir starfsemi í ferðaþjónustu.

Í deiliskipulaginu kemur fram að núverandi hús undir starfsemina séu á óskilgreindum lóðum og byggingarreitum og að skilgreind verði breytt lóð undir nýbyggingarnar. Í deiliskipulagstillögunni er gert ráð fyrir að heimilt verði að reisa smáhýsin sem verði á bilinu 25 til 60 fermetrar, undir söluhús í tengslum við ferðatengda þjónustu. Þá er einnig gert ráð fyrir að stærra þjónustuhús verði reist þar sem verði upplýsingaþjónusta og veitingasala fyrir gesti hafnarsvæðisins, auk þess sem að heimilt er að reisa almenningssalerni á lóðinni sem fellt verði inn í þjónustuhúsið.



Nokkur af þeim húsum sem gert er ráð fyrir að verði rifin.

Lóðum úthlutað fyrir um 360 íbúðir í Vesturbænum

- lóðaúthlutun í Reykjavík jafnast á við alla byggð á Seltjarnarnesi



Hugmynd að byggðakjarna við Vesturbugt.

Alls voru samþykktar lóðaúthlutanir fyrir um 360 íbúðir í Vesturbæ Reykjavíkur á liðnu ári og fyrir 370 íbúðir við Nauthólsveg. Þetta kemur fram í fréttatilkynningu frá Reykjavíkurborg.

Búseta var úthlutað lóð fyrir 78 íbúðir við Keilugranda 1. Reyr ehf fékk úthlutað lóð fyrir sjö íbúðir við Nýlendugötu 34. Vesturbugt ehf. fékk úthlutað lóð fyrir 32 íbúðir við Vesturbugt og Félagsstofnun stúdenta fékk úthlutað lóðum fyrir 244 íbúðir við Sæmundargötu. Auk þess má geta um að Háskólinn í Reykjavík fékk úthlutað lóðum fyrir 370 íbúðir við Nauthólsveg austan megin Vatnsmýrarinnar. Alls voru samþykktar lóðaúthlutanir fyrir 1.711 íbúðir í borgarráði á síðasta ári. Mikill meirihluti úthlutaðra lóða var fyrir byggingafélög sem starfa án hagnaðarsjónarmiða eða fyrir 1422 íbúðir. Nærri lætur að lóðaúthlutun Reykjavíkur á árinu 2017 jafngildi allri byggð á Seltjarnarnesi.

VETRARHÁTÍÐ

Föstudaginn 2. febrúar

Safnanótt
í Grófarhúsi

Háskaleikar kl. 18 - 21
Á Safnanótt fara kynjaverur og vættir á kreik. Við bjóðum krökkum að upplifa ævintýraheima þeirra. Einnig verða smiðjur, kvikmyndir, tónleikar, þrautir og annað háskalegt í boði í Grófinni.

Koldimmt karíóki kl. 21 - 23
Taktu þátt í koldimmu karíóki þar sem hægt verður að velja úr 17 þúsund lögum.

Laugardaginn 3. febrúar

Heimsdagur barna
á bókasöfnunum

kl. 13-16
Borgarbókasafnið verður yfirtekið af myrkraverum, skrímslum og vættum auk þess sem boðið verður upp á fjölbreyttar smiðjur.

Kynntu þér dagskrána á vetrarhatid.is

BORGARBÓKASAFNIÐ MENNINGARHÚS
Ljósmyndasafn Reykjavíkur
Borgarskjalasafn Reykjavíkur
Tryggvagata 15 | 101 Reykjavík

SYSTRASAMLAGIÐ 2018

Systrasamlagið opnaði dásamlegt lífrænt kaffihús og verslun við Óðinsgötu 1 snemma á síðasta ári. Óhætt er að segja að viðtökurnar hafi verið bæði góðar og skemmtilegar því öðrum þræði hefur samlagið fengið viðurnefnið boðefnabarinn. Af þeirri einföldu ástæðu að við leggjum ríka áherslu á breiðari og dýpri næringu en flestir. Drykkirnir okkar, fæðan, fallegu vörurnar, efnið og andinn eru til þess fallnir að hreyfa við okkar innri boðefnum og virkja þau.
Það er sannarlega **slökun í borg** að kíkja í Systrasamlagið.
Hér eru mörg góð dæmi um það sem við bjóðum upp á.



MÖNTRU ARMBÖND



Hin einu sönnu Möntru Armbönd (Mantraband) fást silfruð, úr gulli, rósagulli og í nú mánagulli í Systrasamlaginu. Mest elegant Möntru Armböndin á markaðnum í dag og þau sem missa hvorki gljáa, né fellur á. Í einstaklega fallegum gjafaumbúðum. Fallegt skart með fínlegu yfirbragði en um leið djúpum undirtóni. Hvetjandi áminning. Laus við ofnæmisvalda. Innihalda ekki nikkel eða blý.
Hönnuð af hópi ungra listamanna sem búsettir eru í Los Angeles og gefa hluta af andvirði sölunnar til umhverfismála.

CACAÓ FRÁ GVATEMALA & ANNAÐ Á BOÐEFNABARNUM

Drykkur er líka matur. Bjóðum upp á allskyns holla og heimagerða drykki á boðefnabar Systrasamlagsins sem næra bæði líkama og sál. Í alvöru. Cacaó bollinn sem kemur beint frá regnskógum Gvatemala inniheldur m.a. 20 gr. af magnesíumi, PEA, það sama og við framleiðum þegar við verðum ástfangin, Anandamide, sem einnig er þekkt sem „the bliss chemical. Í því eru yfir 1200 virk efni. **Túrmerik-lattéinn** okkar hefur slegið í gegn í París, London og Reykjavík, **Matcha-latté** er sneisafullur af orku og andoxun og nýr á listanum er **Hibiscus-latté** sem er heitur, ljúfur og alger c-vítamín bomba.



VIÐ FÆRUM YKKUR ALLSKONAR GÆÐI:

FLOTHETTA



Það þarf vart að fjölyrða nokkuð Flothettuna, þessa bráðsnjöllu íslensku hönnun hvers hugmyndafræði byggir á slökun og heilun í vatni. Systrasamlagið hefur staðið eins og klettur að baki Flothettunni í mörg ár og um leið átt drjúgan þátt í að koma skemmtilegri íslenskri hönnun á framfæri. Í stuttu máli leysir það að fljóta í vatni úr læðingi boðefni sem færa þér slökun, hvíld, ró og jafnvel djúpa og nærandi hugleiðslu. Rannsóknir sýna að klukkustundar flot jafnast á við fjögurra tíma svefn sem mikil þörf á er í samfélagi nútímans. Fínstilltu þinn innri takt og fljóttu og njóttu inn í framtíðina.
4 litir / munstur fást á boðefnabar Systrasamlagsins.

TRIPHALA



... er þekktasta jurtablanda jóganna. Hún hefur verið notuð í aldir til að endurnæra, byggja upp og styrkja ristilinn og smáþarmanna. Triphala er kunn sem hin milda en djúpa hreinsun, án allra aukaverkanna. Árangurinn af er mjög góður því hún hámarkar virkni meltingarinnar. Það sem Triphala hefur umfram aðrar hreinsandi blöndur er að hún veldur ekki óþægindum á sama hátt og annað sem er hægðarlosandi. Blanda Systrasamlagsins sem kemur frá hinu þekkta Ayurveda fyrirtæki **Banyan** og er áhrifaríkasta blanda sinnar tegundar.

ILMVATN



...á sannarlega að vera gefandi í öllum skilningi, þótt því fari víðs fjarri í mörgum tilfellum. Í Systrasamlaginu fæst EKTA ilmvatn unnið samkvæmt strangri franskri ilmvatnshefð með lífrænum innihaldsefnum. Bráðsnjöll ilmvatnshönnun byggð á blómadropafræðum **Dr. Edward Bach**, hvers hugmyndafræði snéri að því að fanga aðeins það dýpsta og fegursta úr hverri jurt, í þeim tilgangi að hafa jákvæð áhrif á líf okkar og líðan. Nú fást 8 tegundir fást í Systrasamlaginu, þar af 2 nýjar og spennandi.

VATN & KRISTALL



Fallegar vatnsflöskurnar sem innihalda mismunandi kristalla og líka blöndu kristalla. Hannaðar af þýsk/austurríska fyrirtækinu **VitaJuwel** í samvinnu við glerlistamenn í Þýsku ölpunum og vísindamenn. Útkoman er sannur demantur eða ný útgáfa af drykkjaríláti sem er bæði gaman og gott að drekka úr. Úr hágæða Bohemian gleri sem er blýlaust og hlaðnar jákvæðum kristöllum sem hefur verið sýnt fram á að geti breytt kranavatni í tært lindarvatn.

Vandað frá Viridian



Sérfræðingar hjá Viridian hafa lagt mikið á sig til finna út úr því hvernig við getum losað okkur við eða minnkað sykurlöngun okkar til framtíðar. Eftir mikla rannsóknarvinnu varð niðurstaðan hárfín blanda króms, kanilsextrakts og alfa línólín sýru. Sú eðalblanda hefur m.a. slegið í gegn í Bretlandi. Og ástæðan? Jú, hún virkar. Og það á aðeins 7 dögum og jafnvel um alla framtíð. Ef þú vilt tryggja þig til lengri tíma eigum við líka 30 daga sykurhreinsun fyrir þá sem vilja.

Djúp og breið

Virdian línan, sem hvað eftir annað hefur unnið til virtustu heilsuverðlauna heims, spannar allt litrófið og fyrirtækið er jafnt þekkt fyrir vönduð vítamín, lækningajurtir, olíur, tinktúrur en ekki síst frábærar vítamín-, jurta og olíublöndur. Þau leggja líka rausnarlegar upphæðir til góðgerðarmála.



Regnskógar cacaó og túrmerik latte



Viridian framleiðir ekki bara vítamín og bætiefni. Tvö dæmi um það eru tveir ákaflega næringarríkir drykkir sem þú getur blandað heima (en við bjóðum líka upp á þá á kaffihúsinu okkar).

Túrmerik eða kúrkúmín blandan er margverðlaunuð og framúrskarandi bragðgóð og heilandi. Einn á dag. Kemur kerfinu í lag.

Regnskógar cacaó blandan inniheldur hreint cacaó frá Perú og chaga, eða furusvepp, frá Lappandi. Í senn róandi og orkugefandi og veitir viðnám gegn nánast öllu. Einstaklega bragðgóð að auki.

Við mælum með að þú blandir út í jurtamjólk frá **Rude Health.**

Fylgstu SLÖKUN Í BORG á www.systrasamlagid.is

Systrasamlagið
Óðinsgata 1
systrasamlagid.is
facebook.com/systrasamlagid
Opið virka daga; 10-18
Lau 11-17

Strætó að nóttu sem degi

- eftir Sverri Bollason formann Hverfisráðs Vesturbæjar


Sverrir Bollason.

Næturakstur Strætó hófst um liðna helgi og nær sú aukna þjónusta einnig til Vesturbæinga. Um árabil fyrir tæpum tveimur áratugum var boðið upp á þessa þjónustu en henni var hætt og hefur ekki verið rekin síðan. Vonast er til að þessi þjónusta mælist vel fyrir og verði hluti af eðlilegu þjónustuframboði almennningssamgangna í Borginni. Vesturbæingar hafa löngum notið þess að vera nærri allri þjónustu miðborgarinnar, hvort sem er að degi eða nóttu því stutt er að fara.

Markmiðið með þessari næturþjónustu er þríþætt: Að auka öryggi fólks á þessum tíma dags og við þær aðstæður sem skapast þegar margir fara saman með vín um hönd. Að Strætó geti þjónað öllum eðlilegum ferðaþörfum íbúa borgarinnar. Að jafna tækifæri borgarbúa til að njóta næturlífs borgarinnar.

Öryggi fólks er mest þar sem fleiri augu eru á aðstæðum og einhver getur gripið inn í ef málin eru að þróast á óæskilegan hátt. Strætó á líka að geta þjónað sem allra mest af ferðaþörf fólks í borginni og því engin ástæða til að takmarka það við dagtíma. Þá er næturlíf samofið tilverunni hjá mörgum borgarbúum, ekki síst ungu fólki og miklar hindranir í að njóta þess vegna mikils kostnaðar felur í sér ójöfnuð.

Næturlíf er borgarlíf

Einn sérstakur eiginleiki borgarlífs er að það er í gangi allan sólarhringinn, sér í lagi um helgar þegar fólk brýtur upp hversdags rútínuna. Næturlífið er svið tilverunnar þar sem fólk þróar og kannar aðrar hliðar en tækifæri gefst til dags daglega. Margar umbreytingar á viðhorfum, tækifærum og stöðu fólks sem ekki fer sömu leiðir í lífinu og aðrir hafa orðið í næturlífinu. Til dæmis má rekja upphaf mannréttindabaráttu homma, lesbía og transfólks síðustu áratugi til atburðanna á Stonewall næturklúbbnum í New York og mun fleiri dæmi mætti týna til.

Næturlíf er því mikilvægur eiginleiki borga sem aðgreinir þær frá annarri byggð. Margar borgir hafa tekið stefnumörkun í málefnum næturinnar föstum tökum og skipað sérstaka nætur-borgarstjóra. Má nefna Amsterdam, London og New York sem dæmi. Tækifæri og tilefni er til að Reykjavíkurborg athugi sérstaklega stefnumörkun fyrir þennan helming sólarhringsins.

Það þarf þó ekki að vera úti fram á blánóttina til að geta nýtt aukna áherslu á kvöldið og í þjónustu Strætó. Leiðir 11 , 12 og 15 sem allar aka um Vesturbæinn aka nú til að ganga 1 virka daga svo það má auðveldlega fara í leikhús, bíó eða á tónleika án þess að þurfa að rjúka beint heim. Aðfaranætur laugardags og sunnudags ekur ný leið, 111 um Vesturbæinn og út á Seltjarnarnes. Brottför er frá Hlemmi 1:20, 2:00, 2:40 og 3:20 og er ekið að Lækjartorgi um Hverfisgötu og þaðan vestur í bæ um Suðurgötu. Endastöð er við Eiðsgranda.



Þetta er frábær staðsetning

- hafnarsvæðið er mjög áhugavert, segir Sigurgestur Jóhann Rúnarsson

Sigurgestur Jóhann Rúnarsson rekstrarstjóri á Reykjavík Röst í grænu húsunum við Tryggvagötu norðan við Skeifuna segir að hafnarsvæðið sé frábær staðsetning - eiginlega eins og vin í umhverfinu. Faxaflóahafnir eigi þakkir skildar fyrir að vilja halda þessum húsum og leyfa fólki að lagfæra þau. Reykjavík Röst er kaffi- og veitingastaður sem opnaður var fyrir rúmlega hálfu ári.


Sigurgestur Jóhann Rúnarsson ásamt tveimur starfsstúlkum á Reykjavík Röst.

"Við erum hér alveg fast við gamla hafnarsvæðið örskammt frá Örfirisey og það er að myndast mjög heildstætt veitingahverfi í þessum gömlu húsum. Við erum búin að vera hér í rúma sex mánuði og gestum okkar og viðskiptavinum fjölgar stöðugt. Margir þeirra eru ferðamenn sem koma frá flestum heimshornum því mikið er um ferðafólk á þessum slóðum enda er þetta rétt við hvalaskoðunarbryggjuna. Það eru ekki margar borgir sem geta boðið svona hafnarútsýni. Þetta er blanda af útvegs- og hafnarstarsemi, verslun, veitingastöðum og annarri ferðaþjónustu sem fellur ótrúlega vel hvað að öðru og ferðamenn sækjast eftir að upplifa. Við reyndum líka að halda í upprunann og söguna þegar húsið var gert upp. Við þurftum til dæmis að styrkja loftið og gerðum það með því að setja stál sem lítið ber á utan á gömlu stoðirnar í stað þess að koma fyrir einhverjum stærðar límtrésbitum sem hefur gerbreytt öllu hér innandyra."

Íslendingum farið að fjölga

Sigurgestur segir að Íslendingum sem koma til þeirra sé að fjölga. "Þeir voru aðeins lengur að taka við sér en við erum í göngufæri frá vestur hluta Miðborgarsvæðisins þar sem íbúðum og fólki er að fjölga. Nú er fólk farið að koma frá ýmsum vinnustöðum hér í grenndinni til þess að setjast niður, einkum í hádeginu og fá sér léttan málsverð. Ég er hér sjálfur á svæðinu öllum stundum og spjalla oft við viðskiptavinina og finn hvað mörgum líkar vel að koma hingað. Mér finnst ánægjulegt þegar fólk kemur aftur og aftur og tekur vini og kunningja með sér."

Gæðakaffið frá LavAzza

En hvernig veitingahús er Reykjavík Röst. "Við leggjum mesta áherslu á léttar veitingar og drykki. Við erum með úrval kaffidrykkja og erum í samstarfi við Danól sem annast innflutning á hinum ítölsku Lavazza kaffidrykkum. Við bjóðum einnig góðan bjór og erum með fullan bar – alla barlínuna og getum boðið margvíslega kokkteila. Við erum ekki með stórsteikur eða þunga dinnera. Við miðum meira við meðlæti með drykkjum. Á morgnana er það crossantinn – bakaður á staðnum og tilbúinn með morgunkaffinu og síðan bjóðum við súpu og meðlæti í hádeginu það á meðal ýmsar gerðir af samlokum. Við erum með súpu mánaðarins en að mánuðinum liðnum skiptum við í súpu næsta mánaðar. Þá má nefna ostaplatta, kjötplatta og fleira. En hér er matur í boði frá morgni til kvölds og síðan gæðakaffið frá LavAzza." Þegar tíðindamaður yfirgefur Reykjavík Röst mætir hann tveimur heldri konum sem eru að koma til þess að fá sér hádegishressingu og spjalla saman. Sigurgestur heilsar þeim og segir; "þessar koma oft í hádeginu til okkar." Finna má mörg comment ánægðra gesta á netinu. Þann 22. nóvember sl. skrifaði Sharon Jones eftirfarandi "Found this place by accident but loved it and went back a couple of times during our stay. Cosy and warm with a lovely fire it's a great place to stop on a freezing cold day. Friendly staff, lovely views of the harbour, and the hot chocolate really warmed us up."

Kátt á hjalla á Þrettándahátíð

Kátt var á hjalla á Þrettándahátíð í Vesturbæ Reykjavíkur þann 6. janúar sl. Dagskráin var fremur hefðbundin. Byrjað var á söng við Melaskóla, gengið þaðan að Ægisíðunni þar sem kveikt var í brennunni og svo endaði þetta allt með glæsilegri flugeldasýningu.

Líkt og undanfarin ár var vel mætt og greinilegt að Vesturbæingar sem og aðrir íbúar höfuðborgarsvæðisins hafa gaman að því að safnast saman og kveðja jólin á þennan hátt. Það voru foreldrafélög í Vestur,- Haga,- Mela- og Grandaskóla sem stóðu fyrir þessari hátíð ásamt Tjörninni frístundamiðstöð og Þjónustumiðstöð Vesturbæjar, Miðborgar og Hlíða. Við viljum einnig þakka þeim styrktaraðilum sem hjálpuðu við að gera þessa hátíð eins glæsilega og raunin varð. En það var hverfisráð Vesturbæjar, Landsbankinn, Melabúðin, Björnsbakarí og VÍS. Einnig þökkum við lögreglunni fyrir þeirra framlag ásamt KR- flugeldum sem sáu um að koma flugeldunum í loftið.


Síðustu forvöð voru fyrir þessa bræður að skemmta sér á meðal manna að þessu sinni. Þeirra beið för í jólasveinaheima sem eru fjarri mannabyggðum.


Margt manna safnaðist saman á brennusvæðinu við Ægisíðu.

Heilsueflandi samfélag í Vesturbæ, Miðborg og Hlíðum



Myndin var tekin í Norræna húsinu áður en skrifað var undir samstarfsyfirlýsinguna en þarna má sjá fulltrúa frá ýmsum stofnunum í þessum borgarhlutum.

Gengið hefur verið frá samstarfsyfirlýsingu um Heilsueflandi samfélag í Vesturbæ, Miðborg og Hlíðum og hún undirrituð af forsvarsfólki viðkomandi stofnana. Þetta má rekja til þess að í byrjun júní árið 2013 gerðu Reykjavíkurborg og embætti landlæknis samkomulag um að taka upp markvisst samstarf til heilsueflingar og aukinnar lýðheilsu í Reykjavík. Verkefninu "Heilsueflandi samfélag í Vesturbæ, Miðborg og Hlíðum er ætlað að ná til stofnana í þessum borgarhlutum með því markmiði að auka heilsueflingu á meðal almennings.

Það var ánægjuleg samkoma í Norræna húsinu á dögunum þegar fulltrúar frá hinum ýmsum stofnunum, félagasamtökum og Reykjavíkurborg innan Vesturbæjar, Miðborgar og Hlíðum undirrituðu samstarfsyfirlýsinguna um að gera hverfin að heilsueflandi samfélagi. Reykjavíkurborg hefur á undanförnum misserum verið að innleiða þessa stefnu í hverfum borgarinnar og að þessu sinni var komið að áður nefndum hverfum að gera slíkt hið sama. Það voru fulltrúar frá íþróttafélögunum, leik- og grunnskólum, frístundamiðstöð, hverfisráðum, íbúasamtök, foreldrafélögum, félagsstarf eldri borgara og Þjónustumiðstöð Vesturbæjar, Miðborgar og Hlíða sem undirrituðu þessa viljayfirlýsingu fyrir hönd þessara aðila í hverfunum þremur. Verkefnisstjóri þessa verkefnis er Sigríður Arndís Jóhannsdóttir verkefnisstjóri í Þjónustumiðstöð Vesturbæjar, Miðborgar og Hlíða og mun hún leiða þessa vinnu.

101
REYKJAVÍK
FASTEIGNASALA
www.101.is

BÍLAVIÐGERÐIR
GRANDA
S: 562 5999 S: 669 5999
FISKISLÓÐ 83 - 101 REYKJAVÍK

lifestream®
NUTRITION TO LIVE BY

Orkuleysi, streita og kvíði?

"Hafði glímt við kvíða og vanlíðan, leitaði aðstoðar og byrjaði jafnframt á Spirulina Blue, með því öðlaðist ég eins og annað líf, varð ***glaðari*** og ***miklu orkumeiri***. Fór að geta skipulagt mig og áhugamálið mitt sem er ljósmyndun. ***Finn ekki streitu eða kvíðann plaga mig.***"

Hreinn Gottskálksson, verktaki.

Spirulina BLUE Performance
er heilbrigð lausn full af lífrænum næringarefnum sem gefur góða orku og einbeitingu allan daginn

"Þegar ég vann að doktorsritgerðinni minni þurfti ég oft að einbeita mér 12 -14 tíma, en **með Spirulina BLUE hvarf einbeitingaskortur síðdegis og þar með þukust afköstin og úthaldið**. Þrátt fyrir aukna orku kom það ekki niður á svefni og hvíld, þvert á móti minni streita, betri hvíld. Síðan þá nota ég Lifestream Spirulina Blue daglega."

Snjólaug Ólafsdóttir, doktor í umhverfisverkfræði.



Spirulina BLUE Performance

Lífrænn fjölvítamíngjafi náttúrunnar

26 vítamín og steinefni, 18 amínósýrur, GLA, omega, phycocayanin, zeaxanthin,vanilla.

Rannsóknir sýna að phycocyanin í Spírulína Blue styður getu tauga til að takast á við streituálag og eflir einbeitingu. Styrkir ónæmiskerfið.

Lifestream fæst í apótekum, Hagkaup, Nettó, Melabúðinni, Græn heilsa og víðar | celsus.is

Hugmynd um útsýnisturn við Sæbraut



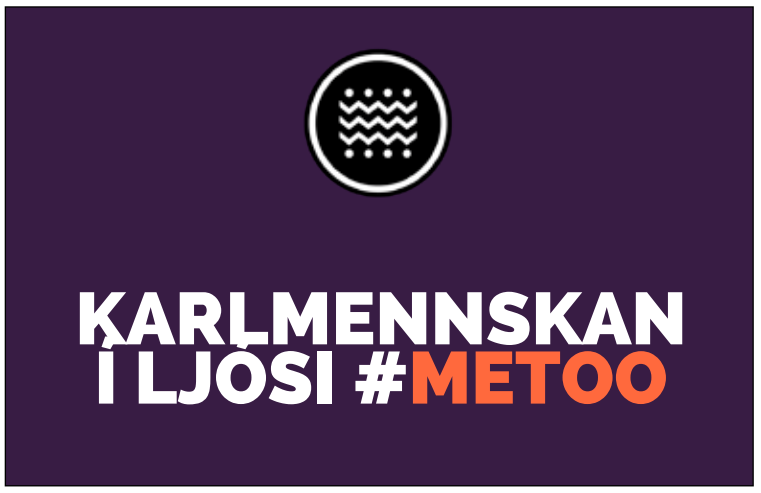
Tölvuunnin mynd af hugmyndinni um útsýnisturn framan Sæbrautar.

Reykjavíkurborg hefur nú til skoðunar tilboð frá Reitum fasteignafélagi ehf. um að reistur verði gríðarhár útsýnisturn við Sæbraut. Í kynningu Reita á verkefninu sem unnið er af margmiðlunarfyrirtækinu Gagarín og Tvíhorfi arkitektum kemur fram að turninn á að ná 110 metra yfir sjávarmál. TurnHallgrímskirkju á Skólavörðuholti er 75 metra hár og myndi hinn nýi turn sem komið yrði fyrir við sjávarmál verða álíka hár.

Gert er ráð fyrir að útsýnistekjur geti staðið undir byggingu turnsins og Faxaflóahafnir eignist hann endurgjaldslaust eftir 25 til 30 ár. Gert er ráð fyrir að tekið yrði hóflegt gjald fyrir að fara upp í turninn til að standa undir kostnaði á meðan mannvirkið yrði í eigu Reita en að því loknu gæti turninn orðið tekjulind fyrir Faxaflóahafnir. Þeirri hugmynd hefur einnig verið hreyft að hluti aðgangseyris yrði varið til að mæta kostnaði við hreinsun strandlengjunnar í Reykjavík. Þegar liggur fyrir tillaga Faxaflóahafna um innsiglingavita norðan Sæbrautar og í tillögu Reita kemur fram að hugmynd að útsýnisturninum sé ákveðin útvíkkun á þeirri hugmynd.

Félagsmiðstöðin Tjörnin

Karlmennskan í ljósi #metoo



„Karlkyns starfsmenn félagsmiðstöðva Tjarnarinnar hittust eina kvöldstund í janúar til þess að ræða um karlmennskuna í ljósi #metoo og hvernig karlmenn þurfa að bregðast við. Sérstaklega þeir sem vinna með ungu fólki og hafa áhrif á mótun sjálfsmyndar og samskiptahætti einstaklinga.

Deildarstjóri unglingastarfs skipulagði vinnustofu fyrir starfsmennina sem mældist vel fyrir. Reyndar eru karlkyns starfsmenn félagsmiðstöðvanna það óþjakaðir af skaðlegum karlmennskuímyndum að í upphafi, til að slá tóninn fyrir vinnustofuna, lögðu þeir sjálfir til að deila með hverjum öðrum hvenær og af hverju þeir grétu síðast. Í kjölfarið fengu þeir hugvekju um karlmennskuna, ásamt því að reyna sjálfir að skilgreina hana og mörk hennar auk hugleiðinga um mismunandi upplifanir karlmanna á #metoo byltingunni. Eitt af verkefnum vinnustofunnar var að ræða saman í þriggja eða fjögurra manna hópum um karlmennsku og ofbeldi. Notuðust þeir við grunn með leiðandi spurningaformi frá #killmiddag í Svíþjóð. Undir lok kvöldsins ígrunduðu strákarnir hvað þeir hefðu viljað vita þegar þeir voru 13 ára unglingsstrákar áður en umsjónarmaður vinnustofunnar bar upp nokkrar áskoranir gegn skaðlegri karlmennsku og staðalmyndum og óheilbrigðum samskiptum. Karlkyns starfsmenn félagsmiðstöðva Tjarnarinnar ættu því að vera vel í stakk búnir til að taka umræðuna um kynbundið ofbeldi, metoo og karlmennskuna í lífi og starfi.“

Þuríður Rósa sigraði í vísubotnasamkeppni



Þuríður Rósa með verðlaunin og bekknum sínum, 5. EP í Melaskóla.

Þuríður Rósa Bjarkadóttir Yershova, nemandi í 5. bekk í Melaskóla hlaut verðlaun fyrir sigur í vísubotnasamkeppni Menntamálastofnunar og Krakka RÚV í flokki 5. til 7. bekkjar.

Menntamálastofnun hefur staðið fyrir þessari árlegur keppni í sjö ár og nú hefur KrakkaRÚV gerst aðili að framkvæmdinni. Öllum grunnskólum landsins er boðið að taka þátt. Ekki er vitað til þess að þessi verðlaunin hafi áður ratað í Vesturbæinn.

Fyrriparturinn sem lagður var fyrir krakkana var þessi:

Stöndum við með bros á brá
bráðum koma jólin.
Þuríður botnaði hann svona:
Kertin lýsa okkur á
uns á ný skín sólin.





Vesturbæjarblaðið
www.borgarblod.is

HB HÚSGAGNABANKINN
RÝMINGARSALA VEGNA FLUTNINGA

Skoðið úrvalið í vefverslun okkar - www.husgagnabankinn.is



Quattro sófasett, alklætt ekta leðri
Tilboð **309.000**
Verð áður 387.000



Club sófasett, alklætt ekta leðri
Tilboð **287.000**
Verð áður 359.000



Classico sófasett, alklætt ekta leðri
Tilboð **296.000**
Verð áður 370.000



Michigan sófasett, alklætt ekta leðri
Tilboð **317.000**
Verð áður 397.000



Portland sófasett, alklætt ekta leðri
Tilboð **333.000**
Verð áður 417.000



Bentley sófasett, alklætt ekta leðri
Tilboð **365.000**



Carrera 2 mótora lyftistóll
í sterku áklæði
Tilboð **100.000**
Verð áður 125.000



Carrera 1 mótors lyftistóll
Alklæddur ekta leðri
Tilboð **114.000**
Verð áður 143.000



Glerskápur í Hnotu
Tilboð **127.000**
Verð áður 159.000



Houston sófasett, alklætt ekta leðri
Tilboð **373.000**
Verð áður 467.000



Viceroy rafknúinn hægindastóll
Alklæddur ekta leðri
Tilboð **119.000**
Verð áður 149.000



Carrera hægindastóll
Alklæddur ekta leðri
Tilboð **71.000**
Verð áður 89.000



Gangaborð
Stærð 110 x 47 sm - h. 80 sm
Tilboð **37.000**
Verð áður 134.000



Sófaborð
Stærð 110 x 60 sm - h. 53 sm
Tilboð **63.000**
Verð áður 79.000

Opið frá 13 - 18 virka daga og 13 - 16 laugardaga

www.husgagnabankinn.is - Faxafen 10, 108 Reykjavík - s. 511 0030



Frá starfi í Dansverkstæðinu.

Dansverkstæðið flytur á Hjarðarhaga 45 til 47

Reykjavíkurborg hefur gert leigusamning við Reiti til 15 ára um húsnæði við Hjarðarhaga 45 til 47. Í framhaldi af því hefur verið samstarfssamningur við Dansverkstæðið til þriggja ára vegna aukins húsaleigukostnaðar og rekstrarumfangs.

Með þessum samningi mun Dansverkstæðið fá þar húsnæði til afnota þar sem hægt verður að skapa aðstöðu fyrir danslistina og nauðsynlegt vinnurými á viðráðanlegum kjörum. Dansverkstæðið Reykjavík Dance Atelier var stofnað árið 2010. Hlutverk þess er meðal annars að skapa danshöfundum aðstöðu til þess að þróa hugmyndir, prufa efni og æfa nýja sköpun. Dansverkstæðið hefur verið til húsa við Skúlagötu en með þessum nýja samningi við Reykjavíkurborg verður leyst úr húsnæðisvanda þess.

Vísindagarðar HÍ þróa randbyggð við Hringbraut

Vísindagarðar Háskóla Íslands munu þróa randbyggð á þremur lóðum við Hringbraut. Lóðirnar sem um ræðir eru fyrir neðan svæðið þar sem nýi Landspítalinn mun rísa á næstu árum. Dagur B. Eggertsson borgarstjóri og Eiríkur Hilmarsson framkvæmdastjóri Vísindagarða skrifuðu undir samning um að úthluta Vísindagörðum þremur lóðum Reykjavíkurborgar undir randbyggð við Hringbraut fyrir skömmu.



Eiríkur Hilmarsson, framkvæmdastjóri Vísindagarða HÍ og Dagur B. Eggertsson borgarstjóri við undirritun samkomulagsins.

Dagur B. Eggertsson borgarstjóri segir af því tilefni að þekkingarstarfsemi sé einn mikilvægasti vaxtarbroddur í fjölbreyttu atvinnulífi borgarinnar til framtíðar. Vatnsmýrarsvæðið sé lykilsvæði til að nýta þau sóknarfæri sem leiða af því að hafa tvo öfluga háskóla og háskólasjúkrahús í návígi við hvern annan og öfluga og eftirsótta miðborg innan seilingar. Þróun randbyggðarinnar við nýjan Landspítala sé því áhugaverður þáttur í að nýta þau tækifæri sem atvinnulífið og vísindasamfélagið hefur á svæðinu. Vísindagarðar Háskóla Íslands munu þróa uppbyggingu lóðanna með sama hætti og á lóðum sem þeim hefur verið úthlutað í Vatnsmýri.

Dráttarbeisli
undir flestar tegundir bíla



Setjum undir á staðnum

VÍKURVAGNAR EHF.

Víkurvagnar ehf. | Hyrjarhöfða 8 | 110 Reykjavík
Sími 577 1090 | vikurvagnar.is | sala@vikurvagnar.is



Verslunin Belladonna
belladonna
Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460 • www.belladonna.is



SILESTONE by COSENTINO
silestone.com

Kvarts steinn frá **Silestone** er fáanlegur í fjölbreyttum áferðum og litum.

Silestone bjóða einir upp á borðplötur með varanlegri bakteríu- og sveppavörn.

Gefðu heimilinu ferskleika og líf á þínum forsendum með **Silestone**.

Bakteríuvörn · **Bletta**þolið · **Högg- og rispu**þolið · **Sýru**þolið

Kvarts steinn er unnin steinafurð. Við framleiðslu kvarts steinsins er nýtt það besta úr kvartsi með því að mylja steininn niður, blanda í hann litar- og bindiefnum áður en steinninn er aftur pressaður saman.

Útkoman er mjög slitsterkt efni með þéttara yfirborð en hefðbundinn náttúrusteinn.

SILESTONE 25 ÁBYRGÐ



Steinsmiðjan Rein | Viðarhöfða 1, 110 Reykjavík | Sími 566 7878 | **rein.is**

Steinsmiðjan Rein
Sníðum að þínum þörfum
R

Háskaleikar og hryllingssmiðjur á vetrarhátíð í Grófarhúsi



Uppvakningur settur á svið í Hólavallagarði.

Á Safnanótt föstudaginn 2. febrúar vakna vættir og kynjaverur til lífsins. Í dimmum skotum Grófarhússins hafa þær fundið sér íverustað og á Safnanótt er öllum krökkum boðið að skyggnast inn í heima þeirra og umhverfi.

Kynjaverur og vættir fara á kreik í Borgarbókasafninu

Í töfraheimi Narníu er ævintýraheimur ljóss og lita þar sem hægt verður að rekast á seiðandi ævintýra- og furðuverur. Gestir á Safnanótt fá einnig að kynnast leyndardómum Hogwarts-skólans sem kom mjög við sögu í Harry Potter bókunum. Hægt verður að kíkja inn í sérútbúinn leyniklefa og takast þar á við varúlfa og vitsugur. Maðurinn magri – eða Slenderman – fær hárin til að rísa á hverjum þeim sem verður á vegi hans auk þess sem hægt verður að skoða kirkjuturn kroppinbaksins Quasimodo. Í lok kvöldsins fá öll börn svo verðlaun fyrir kjark, hugrekki og áræðni.

Frá kl. 21-23 verður svo farið í koldimmt karíoki þar sem hægt verður að velja úr 17 þúsund lögum og því ættu allir að geta fundið eitthvað við sitt hæfi.

Kvikmyndir, tónleikar og vísnavinir í Borgarskjalasafninu

Dagskráin í Borgarkjalasafninu er ekki síður fjölbreytt. Milli klukkan 18-21 fara fram Háskaleikar og grímugerð og milli 18-23 verða sýningar á skjölum og myndefni frá Vísnavinum og Tónabæ og kvikmyndir Óskars Þórðarsonar læknis frá miðri öldinni og frá Tónabæ á árunum 1990-2001 verða sýndar. Sigurður Hafsteinsson og Friðrik Vignir Stefánsson munu leika ljúfa tóna fyrir gesti safnsins auk þess sem hljómsveitin Skuggamyndir frá Býsans leikur þjóðlög frá Balkanskaga.

Beinagrindur, seiðkarlar, draugar og uppvakningar á Heimsdegi barna í Borgarbókasafninu

Heimsdagur barna er viðburður sem margir eru farnir að kannast við. Heimsdagurinn verður haldinn hátíðlegur í öllum menningarhúsum Borgarbókasafnsins þar sem börnum og fjölskyldum þeirra gefst tækifæri til að taka þátt í fjölbreyttum smiðjum og hinum ýmsu ævintýrum. Heimsdagur barna er 3. febrúar milli kl. 13-16 og er hann haldinn hátíðlegur í öllum söfnum Borgarbókasafnsins.

Í ár hafa myrkvaverur tekið yfir söfnin; draugar, nornir, beinagrindur, skrímsli og uppvakningar. Í Gerðubergi verður afar fjölbreytt dagskrá þar sem meðal annars verður hægt að búa til beinagrind og bregða sér í draugabúninga og máta grímur. Þar verður jafnframt hægt að rekast á hlæjandi nornir, svífandi drauga og galdrakarla. Einnig verður hægt að fá andlitsmálningu, taka þátt í getraun eða spila hlutverkaspil í spiladýflissunni.

Í Sólheimum hafa undarleg skrímsli sest að sem geta skipt um ham á svipstundu. Í Árbænum verður hægt að smakka köngulóarsnarl og drekka göróttan galdradrykk. Í Spönginni herja uppvakningar á Grafarvoginn en þar verður hægt að búa til sinn eigin uppvakningabúning. Auk þess koma seiðkarlar og nornir í heimsókn og kenna alls kyns kúnstir og töfrabrögð. Í Kringlunni verður hægt að búa til skikkjur í Drakúlasmiðjunni og spila hlutverkaspil. Hægt er að kynna sér alla dagskrána á www.vetrarhatid.is

Vesturbæjarblaðið
AUGLÝSINGASÍMI
511 1188 & 895 8298



VESTURBÆJAR
BISKUPINN

SKÁKMÓT Í HAGASKÓLA

Þriðjudaginn 6. febrúar - 2018 - kl. 16.00

Veitt verða verðlaun í eftirtöldum flokkum:

1. - 3. bekkur
4. - 7. bekkur
8. - 10. bekkur
Stúlknaflokki

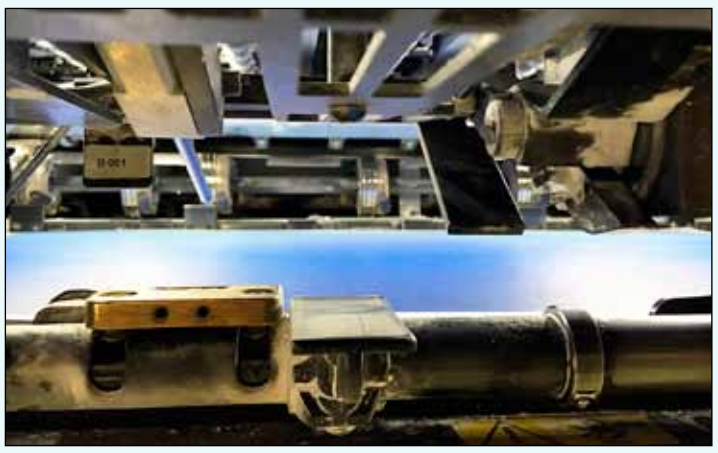
Skráning fer fram á skak.is frá og með 29. janúar og lýkur á miðnætti 4. febrúar 2018.

Tefldar verða 6 umferðir.
Umhugsunartími er 7 mínútur.

Verðlaun verða veitt fyrir þrjú efstu sætin í hverjum flokki fyrir sig.

Farandbikar er veittur þeim skóla sem að sendir flesta keppendur.

Styrktaraðilar:
Melabúðin
Þín verslun
Skákakademía
Hagaskóli
Reykjavíkurborg
Þjónustumiðstöð Vesturbæjar, Miðborgar og Hlíða



Frá sýningunni í Nýló.

Fyrsta sýning ársins í Nýlistasafninu

Nýlistasafnið hefur opnað fyrstu sýningu ársins í húsnæði sínu í Marahall húsinu í Örfirisey. Nefnist sýningin Distant Matter og er með nýjum verkum eftir Katrínu Agnes Klar og Lukas Kinderman í sýningarstjórn Becky Forsythe.

Á sýningunni verður meðal annars sýnt þrívíddarlíkan af grip úr geimnum og gestum gefst kostur á að eignast brot af sjóndeildarhringnum. Með því að aftengja hluti frá upprunalegu samhengi sínu og endurraða í hversdagslega framsetningu gefst gestum færi á að rýna í reglufast kerfi alheimsins með annars óhefðbundnum aðferðum. Katrín og Lukas eru búsett og starfa í München og Reykjavík og hafa sýnt verk sín víðsvegar í Evrópu og á Íslandi. Þetta er fyrsta yfirgripsmikla sýning þeirra í Reykjavík.

HAMBORGARA
Búllan
Geirsgata 1 • Sími 511 1888
Gómsæti í göngufæri

Verk að vinna í Vesturbænum

- segir Kjartan Magnússon borgarfulltrúi

„Áhugaleysi vinstri meirihlutans í borgarstjórn á uppbyggingu innviða í Vesturbænum er ekki í neinu samræmi við áform um mikla þéttingu byggðar í hverfinu. Ef fjölga á íbúum þess um mörg þúsund verða skólahúsnæði, íþróttamannvirki og umferðarmannvirki að bera slíka fjölgun.“ Þetta segir Kjartan Magnússon borgarfulltrúi, sem sækist eftir efsta sæti í leiðtogaprófkjöri Sjálfstæðisflokksins nk. laugardag. Kjartan býr í Vesturbænum og hefur beitt sér í mörgum málefnum hverfisins á vettvangi borgarstjórnar.

Lausn húsnæðisvandans

Kjartan vill breyta stefnunni í húsnæðismálum borgarinnar og gera sem flestum kleift að eignast eigin húsnæði á viðráðanlegu verði, ekki síst ungu fólki sem vill stofna eigið heimili. „Húsnæðisstefna núverandi vinstri meirihluta byggist á lóðaskorti sem leiðir af sér of hátt húsnæðisverð. Borgin á að stórauka framboð lóða á hagstæðu verði í nýjum hverfum og bæta þannig úr ófremdarástandi á húsnæðismarkaði,“ segir Kjartan.

Hringbraut - hættulegasti götukafli landsins

Kjartan hefur flutt margar tillögur varðandi umferðaröryggi í Vesturbænum, m.a. vegna Hringbrautar, Hofsvallagötu, Nesvegar og Birkimels. „Hringbraut frá Melatorgi og vestur að sjó er hættulegasti götukafli landsins fyrir gangandi og hjólandi vegfarendur. Ég vil örugga gönguleið yfir Hringbraut, annað hvort með undirgöngum eða brú, ekki síst í þágu fjölmargra barna og unglinga í Vesturbænum sem fara daglega yfir götuna vegna skólagöngu, íþrótta eða annars tómstundastarfs. Vinstri meirihlutinn hefur lagst gegn tillögum mínum um þetta. Þá hef ég lagt til að gripið verði til úrbóta í því skyni að gera gatnamót Hringbrautar og Hofsvallagötu öruggari og er það mál í vinnslu.“

Vesturbærinn vanræktur

Kjartan hefur unnið að bættri aðstöðu KR þar sem mikil aukning hefur orðið í barna- og unglingastarfsemi félagsins á undanförnum árum. Á meðan hann gegndi formennsku í íþrótta- og tómstundaráði beitti hann sér fyrir endurbótum á æfingasvæði KR við Starhaga sem og að skíðasvæðið í Skálafelli yrði opnað á ný eftir nokkurra ára lokun. „Þá lét ég skoða ýmsa möguleika á auknu æfingasvæði fyrir KR í góðu samstarfi við stjórn KR og var komist að þeirri niðurstöðu að SÍF-reiturinn (Keilugrandi 1) hentaði best í því skyni vegna nálægðar við KR-svæðið. Borgarfulltrúar Samfylkingarinnar lögðust gegn málinu eftir að þeir komust í meirihluta og úthlutuðu lóðinni undir fjölbýlishús í nafni þéttingar byggðar. Augljóst er að Vesturbærinn hefur setið á hakanum hjá núverandi meirihluta hvað varðar ný íþróttamannvirki og því vil ég breyta.“

Kjartan lagði til að gervigrasvöllur KR yrði endurnýjaður og úrgangsdekkjakurl fjarlægt og var það verk unnið á árinu 2016. Þá lagði hann til að bætt yrði úr aðstöðuskorti inniíþrótta KR með því að félagið tæki að sér rekstur Íþróttahúss Hagaskóla utan skólatíma. Einnig að fjölbreytni yrði aukin í barna- og unglingaíþróttum í hverfinu yrði aukin með því að komið yrði á fót aðstöðu fyrir ört vaxandi frjálsíþróttadeild félagsins.

Menntun má bæta



Kjartan Magnússon.

Skólamál eru Kjartani hugleikin og segir hann brýnt að bæta grunnskólamenntun. „Ekki verður t.d. við það unað að lestrarkunnáttu barna fari hrakandi. Virkja þarf foreldra til góðs í skólastarfi og fara þannig að fordæmi þjóða sem eru í fremstu röð í menntamálum. Ég hef lagt til að foreldrafélög grunnskóla fái umsagnarrétt við skólastjóraráðningar eins og hefur rutt sér til rúms á undanförnum árum í framsæknum skólakerfum erlendis. Slíkt stuðlar að vandaðra ráðningarferli og dregur úr líkum á því að ráðning misheppnist eins og kemur fyrir.“

Stækka þarf Melaskóla

Kjartan hefur flutt ýmsar tillögur um endurbætur á skólabyggingum og skólalóðum í Vesturbænum, t.d. við Hagaskóla, Melaskóla, Grandaskóla og Vesturbæjaraskóla. „Viðbygging Vesturbæjarskóla dróst of lengi en nú er unnið í henni af miklum krafti. Mikil þörf er á viðbyggingu við Melaskóla vegna þrengsla en það mál hefur strandað hjá núverandi meirihluta. Sl. vor lagði ég fram tillögu um tafarlausar úrbætur í húsnæðismálum Melaskóla, m.a. að ráðist yrði í nauðsynlegt viðhald og skólanum tryggt viðbótarhúsnæði. Þessi tillaga hefur að nokkru leyti gengið eftir. Þá lagði ég til að undirbúningur yrði hafinn að viðbyggingu við Melaskóla enda ljóst að húsnæðisþörf skólans yrði ekki leyst til framtíðar án hennar. Meirihlutinn vísaði tillögunni til gerðar fjárhagsáætlunar en setti síðan ekki krónu í málið. Ég lagði því til við lokaafgreiðslu fjárhagsáætlunar í borgarstjórn í desember sl. að 50 milljónum króna yrði varið til hönnunar viðbyggingar Melaskóla. Borgarstjóri treysti sér ekki til að fella þá tillögu heldur lét vísa henni til nefndar.“

Skólalóðir og leiksvæði

Kjartan telur að víða í Vesturbænum sé aðstaða til leikja og íþrótta óviðunandi og vill bæta þar úr. „Vesturbærinn hefur setið eftir hvað varðar sparkvelli með gervigrasi sem eru nú komnir á flestar skólalóðir í borginni. Aðeins einn slíkur völlur er í Vesturbænum, þ.e. við Melaskóla og ekkert bólar á slíkum velli við hina skólana. Við afgreiðslu fjárhagsáætlunar 2018 lagði ég til að átak yrði gert í þessu en borgarstjóri lagði til að tillögunni yrði vísað til nefndar. Tími er kominn til að borgarstjórn hætti að vísa slíkum tillögum til nefndar á færibandi en láti verkin tala“ segir Kjartan að lokum.

Vesturbæjarblaðið
www.borgarblod.is

Flöskumóttakan hjá SORPU í Ánanaustum verður lokuð 19 – 28 febrúar vegna breytinga.

Við undirbúum bætta þjónustu og því verður flöskumóttakan í Ánanaustum lokuð vegna breytinga.
Brugðist er við auknum skilum á flöskum og dósum með því að fjölga í tvær móttökuvélar.
Jafnframt vegna plássleysis verður hætt móttöku á beygluðum umbúðum.
Beyglaðar umbúðir má fara með á allar aðrar flöskumóttökur.
Önnur starfsemi endurvinnslustöðvar SORPU er óbreytt á þessum tíma.

Við biðjumst afsökunar á því ómaki sem þetta veldur og bjóðum ykkur velkomin í endurbætta móttökustöð þann 28. febrúar.

Endurvinnslan og SORPA



400.000 KR. AFSLÁTTUR
VETRAR- OG SUMARDEKK
ÞJÓNUSTUSKOÐUN** Í 2 ÁR



24.610 Á MÁNUÐI*

SÉRTILBOÐ Á FIAT 500

FOREVER YOUNG
SINCE 1957

5 ÁRA ÁBYRGÐ

FIAT 500 POP STAÐALBÚNAÐUR: FJARSTÝRÐAR SAMLÆSINGAR, 5" SNERTISKJÁR, 15" ÁLFELGUR, BLUETOOTH, RAFDRIFNAR RÚÐUR, RAFDRIFNIR OG UPPHITAÐIR HLIÐARSPEGLAR, AKSTURSTÖLVA, BAKKSKYNJARAR OFL. AUKALEGA Í LOUNGE: 16" ÁLFELGUR, TÖLVUSTÝRÐ MIÐSTÖÐ MEÐ LOFTKÆLINGU, GLERÞAK, HÆÐARSTILLANLEGT ÖKUMANNSSÆTI OFL. 500 POP VERÐ FRÁ: 2.390.000 KR. TILBOÐSVERÐ: 1.990.000 KR

*Mánaðarleg afborgun miðast við 30% útborgun og bílalán til 84 mánaða. Bílalánstölur eru viðmiðnarverð og geta breyst án fyrirvara.
**Miðast við hámarksakstur 15.000 km á ári. Takmarkað magn bíla í boði.

FIAT
fiat.is



SÉRTILBOÐ Á FIAT TIPO
500.000 KR. AFSLÁTTUR
VETRAR- OG SUMARDEKK
ÞJÓNUSTUSKOÐUN** Í 2 ÁR

31.951 Á MÁNUÐI*

5 ÁRA ÁBYRGÐ

TIPO EASY STAÐALBÚNAÐUR: LOFTKÆLING, BAKKMYNDAVÉL, FJARLÆGÐARSKYNJARAR AÐ AFTAN, HITI Í SÆTUM OG SPEGLUM, 16" ÁLFELGUR, RAFMAGN Í RÚÐUM FRAMAN OG AFTAN, HRAÐASTILLIR AKSTURSTÖLVA, LOFTKÆLING OFL. AUKALEGA Í LOUNGE: 7" SKJÁR MEÐ LEIÐSÖGUKERFI, TÖLVUSTÝRÐ MIÐSTÖÐ, 17" ÁLFELGUR, REGNSKYNJARI OFL. VERÐ FRÁ: **3.090.000 KR.** EASY HATCHBACK. TILBOÐSVERÐ: **2.590.000 KR.**

THE FIAT TIPO. YOU DON'T NEED MUCH TO GET A LOT.

*Mánaðarleg afborgun miðast við 30% útborgun og bílalán til 84 mánaða. Bílalánstölur eru viðmiðunarverð og geta breyst án fyrir vara. **Miðast við hámarksakstur 15.000 km á ári. Takmarkað magn bíla í boði.

FIAT
fiat.is

ÍSBAND
ÍSLENSK-BANDARÍSKA EHF. BÍLAUMBOÐ

ÍSLENSK-BANDARÍSKA EHF UMBOÐSAÐILI FIAT Á ÍSLANDI
ÞVERHOLT 6 · 270 MOSFELLSBÆR · SÍMI: 534 4433 · WWW.ISBAND.IS

Uppbygging í Vesturbæ?



Eyþór Arnalds.

Samkvæmt tölum frá Reykjavíkurborg sem Kjarninn birti hefur orðið 9% íbúafækkun í miðborg Reykjavíkur á síðustu 5 árum. Þetta gerist þrátt fyrir að mikið hafi verið gert til að þétta byggð. Ef Vesturbær allur er skoðaður kemur í ljós að það er um 1% fækkun á ári frá 2015. Þétting íbúabyggðar hefur því ekki orðið á þéttingarsvæði þrátt fyrir yfirlýst markmið borgarstjórnar. Iðnaðarbankinn víkur og hótel tekur við; það er þétting húsnæðis en ekki þétting íbúabyggðar. Vel heppnaða þéttingu byggðar er að finna við Skúlagötu þar sem braggar og iðnaðarsvæði véku fyrir háreistri íbúðabyggð Skuggahverfis. Svipað væri hægt að gera í Örfirisey, en við Grandann hefur blómlegur þjónustukjarni risið sem gæti þjónað nýrri íbúabyggð. Til að gera þetta kleift þyrfti að opna nýja tengingu út úr borginni. Ein hugmyndin er að fá Skerjabraut sem myndi tengja Garðabæ um Álftanes við Skerjafjörðinn fyrir neðan flugvöllinn. Slík tenging myndi létta á umferð um Kringlumýrarbraut og víðar auk þess sem umferð myndi léttast um miðborgina. Þessi hugmynd er dæmi um hvernig borgin getur þróast án þess að þrengingar aukist. Hugsum í lausnum þegar kemur að þróun borgarinnar. Þannig getur bæði barnið og brókin vaxið.

Eyþór Arnalds, höfundur gefur kost á sér í leiðtogaprófkjöri Sjálfstæðisflokksins í Reykjavík.

Kallað eftir lausnum í þjónustu borgarinnar

- eftir Áslaugu Maríu Friðriksdóttur



Áslaug María Friðriksdóttir borgarfulltrúi.

Borgarbúar finna í sínu hversdagslega lífi að grunnþjónustu borgarinnar er ekki sinnt og hún virkar ekki nógu vel. Til staðar er hins vegar stórt ákall um breytingar. Fyrir utan að auka gæði mikilvægrar þjónustu eins og að auka tíðni og gæði þjónustu eins og hreinsunar, viðhaldi gatna og stíga og sorphirðu o.s.frv. þarf einnig að horfa í starfsmannamálin og umhverfi starfsfólksins sem sinnir mismunandi þjónustu borgarbúa. Mannekla og mikil veikindi þeirra vegna álags er til dæmis mál sem þarf að komast á dagskrá. Því miður hefur meirihlutinn fellt tillögur mínar þess efnis.

Nýsköpunarumhverfi er nefnilega lykilorð. Orð sem oft er talið vera pólitísk tískuorð en lýsir einfaldlega engu að síður því sem vantar og þarf að innleiða.

Nýsköpun er háð því að stjórnendur og starfsmenn hafi frelsi og getu til að prófa nýjar hugmyndir og leiðir til að nálgast verkefni sín. Fjárfesta þarf í breytingum sem hvetja fólk til að ná meiri árangri, gæðum og gleði. Umhverfið verður að gefa nægt rými til nýsköpunar, frumkvæði og lausnamiðaðri hugsun. Í leiðinni verður að auka það svigrúm sem stjórnendur hafa til að mæta álagi á starfsfólk vegna manneklu og veikinda.

Stjórnendur eiga að hafa frelsi til að umbuna starfsmönnum. Ef ákveðinn leikskóli hefði til að mynda fjárhagsramma til að vinna úr sjálfur og sjálfstætt gætu viðkomandi skólastjórnendur leyst sín vandamál í stað þess að alltaf sé beðið eftir að borgarstjórn ákveði og stýri miðlægt hvernig bregðast skuli við, aðferð sem er einfaldlega ekki að skila árangri. Auðvitað er farsælla að fólkið sem þekkir störfin, fái að þróa þau.

Senn líður að kosningum og borgarbúar fá þá tækifæri til að senda skýr skilaboð um að forgangsröðun og miðstýring meirihlutans viðgangist ekki lengur. Það hefur verið mitt hjartans mál að innleiða margar breytingar til lausna í Reykjavík og mun ég leggja mig alla fram um að fylgja þeim og öðrum framfararbreytingum eftir í þágu okkar allra.

Glæsilegur undirfatnaður í verslunni Ynju Glæsibæ



Ynja UNDIRFATAVERSLUN

Glæsibær - Álfheimar 74 - S. 544 4088 - www.ynja.is

Er kominn tími til að gera eitthvað?

Næstu námskeið í boði hjá Hringsjá

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.

Ég heiti Glódís Tara Fannarsdóttir.



Ég er hársnyrtinemi í Tækniskólanum og gatari hjá Bleksmiðjunni. Ég var nemandi í Hringsjá náms- og starfsendurhæfingu.

„Hringsjá bætti trú mína á sjálfa mig og hjálpaði mér að sjá að það væri helling í mig spunnið og að ég væri góður námsmaður. Þetta hjálpaði mér að komast aftur út í lífið eftir mikla erfiðleika“.

Styrkleikar og núvitund
Aukin færni í núvitund og þekking á eigin styrkleikum stuðlar að betri líðan og sátt með lífið.

Bókfærsla og tölvubókhald
Farið er yfir grundvallaratriði og hugtök í bókfærslu og bókhaldi fyrirtækja og einstaklinga. Þátttakendur læra færslu bókhalds frá grunni og því ekki gert ráð fyrir forþekkingu og námskeiðið nýtist einnig þeim sem hafa ákveðinn grunn fyrir.

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.

Sjálfsumhyggja
Markmið námskeiðsins er að þátttakendur þjálfi með sér færni til að sýna sjálfum sér vinsemd og hlýju (self-compassion), t.d. þegar þeir upplifa mótlæti og erfiðleika.

Í fókus - að ná fram því besta með ADHD
Eykur skilning á ADHD (athyglisbresti/ofvirkni) og hvernig er hægt að ná betri tökum á einkennum ADHD í daglegu lífi.

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

Sykurhreinsun sem virkar!

Hárfín blanda króms, kanilsextrakts og alfa línólín sýru sem virkar á aðeins 7 dögum.

Hjálpar þér á beinu brautina.

Hefur slegið í gegn í Bretlandi.
Fær frábæra dóma hjá Íslendingum.



Systrasamlagið

Fæst í Systrasamlaginu, Óðinsgötu 1.
Í netsölu á www.systrasamlagid.is

Skákklúbbur KR

Teflt í Frostaskjóli tvisvar í viku



Félagarnir í Skákklúbbi KR að tafli í KR heimilinu.

Félagarnir í Skákklúbbi KR hittast tvisvar í viku í KR heimilinu og setjast að tafli. Klúbburinn var stofnaður 1998 og verður í 20 ára á þessu ári.

Klúbbfélagarnir tefla á laugardögum á milli kl. 10.30 og 13.00 og aftur á mánudagskvöldum eftir kl. 19.30 og fram eftir kvöldi. Að jafnaði hittast á bilinu 10 til 30 manns og tefla og eru allir velkomnir sem kunna manngangin og mánaðargjald eru nokkrir hundraðkallar. Með elstu félögum í skákklúbbnum eru Gunnar Gunnarsson og Páll G. Jónsson sem gjarnan var kenndur við fyrirtækið Pólaris en á meðal þeirra yngri má nefna Vignir Vatnar Stefánsson og Gauti Páll Kristjánsson. Formaður klúbbsins er Kristján Stefánsson lögfræðingur.

Anna, Ingunn og Bettsy semja við KR

Anna Birna er hefur skrifað undir samning við KR út árið 2019, en hún kom til KR árið 2016 og hefur leikið vel á miðjunni.

Ingunn Haraldsdóttir er 22 ára gamall miðvörður sem spilaði mjög stórt hlutverk í varnarleik KR síðastliðið sumar hún skrifaði einnig undir samning út árið 2019.

Bettsy Hasset kom til KR seinni hluta síðasta sumars og hefur gert samning út næsta sumar, hún mun væntanlega leiða sóknarleik liðsins en hún er í landsliði Nýja Sjálands.



Anna Birna og Bettsy Hasset.

KR-A deildarmeistarar í Raflandsdeild kvenna

Tvær umferðir fóru fram í Raflandsdeildinni í borðtennis í Íþróttahúsinu við Strandgötu í Hafnarfirði laugardaginn 20. janúar. Síðustu tvær umferðirnar verða leiknar helgina 17. - 18. febrúar.

KR-A hefur tryggt sér deildarmeistaratitilinn í 1. deild kvenna. Liðið hefur 16 stig og hlutfall unninna og tapaðra leikja er 24-1. Víkingur er í 2. sæti með 12 stig og hlutfall unninna og tapaðra leikja 19-11. Víkingur getur náð KR-A að stigum en ekki náð hagstæðara hlutfalli unninna og tapaðra leikja. KR-C hefur 10 stig og KR-B hefur 6 stig. KR-D og KR-E hafa 2 stig hvort lið.



KR-A er í 3. sæti í 1. deild karla með 10 stig. Víkingur-A hefur forystu og hefur liðið 16 stig. BH-A er í 2. sæti með 12 stig og á enn möguleika að ná Víkingum að stigum. HK-A er í 4. sæti með 6 stig, Víkingur-B hefur 4 stig og Víkingur-C hefur ekkert stig.

KR-SÍÐAN



GÓLF-MOTTUR
við innganginn
borga sig

CORAL®
Vörn gegn óhreinindum og bleytu

OTTO AUGLÝSINGASTOFA

KJARAN
SÍÐUMÚLA 14 • 108 REYKJAVÍK • SÍMI: 510 5510 • www.kjaran.is
OPIÐ VIRKA DAGA KL. 8 -18.

SKAUTAHÖLLIN REYKJAVÍK
Sími: 588 9705
www.skautaholl.is

Opnunartímar:
Mánud. Þriðjud. og miðvikud.
13:00-14:30
Fimmtudaga
13:00-14:30 og 17:00-19:30
Föstudaga
13:00-14:30
Laugardaga og sunnudaga
13:00-17:00
Skólar og sérhópar:
Mánudag til föstudags 10:00 til 15:00.

1X2
GETRAUNANÚMER
KR ER 107

ROASTING BAKKI
Hnífur og steikargaffall fylgir
1.495kr.
46259388
Almennt verð: 2.495 kr.

40% AFSLÁTTUR



BOSCH



RAFHLÖÐUBORVÉL
EASY1200 2 x 1,5Ah rafhlöður.
10.995kr.
74864070
Almennt verð: 17.995 kr.

39% AFSLÁTTUR

FRÁBÆR HELGAR-TILBOÐ

Þú mátt ekki missa af þessu!
25.-29. janúar

Á MEÐAN BIRGÐIR ENDAST

38% AFSLÁTTUR

BOSCH



AQT 33-11
110 bör, 1300W, 330 l./klst.
9.995kr.
74810231
Almennt verð: 15.995kr.

VÖFFLUJÁRN
Select double, 1600W. Bakaðu 2 í einu.
4.995kr.
65103495
Almennt verð: 8.495 kr.

OBH NORDICA



40% AFSLÁTTUR



OPIÐ
VIRKA DAGA **8-18**
LAUGARDAGA **10-18**
SUNNUDAGA **11-17**
WWW.BYKO.IS

BYKO GRANDI
KOMDU Í HEIMSÓKN!

Auglýsingin er birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl. Tilboð gilda 25. - 29. janúar og á meðan birgðir endast.