



Freyja og Kjartan Kári íþróttafólk Gróttu

Freyja Hannesdóttir fimleikakonan og Kjartan Kári Halldórsson knattspyrnumaður eru íþróttafólk Gróttu árið 2022.

Afhending verðlauna fór fram við athöfn í hátíðarsal Gróttu 11. janúar sl. Auk útnefningar þeirra var fjöldi annarra viðurkenninga veittur. Nánar er sagt frá þessum viðburði í máli og myndum á bls. 4.

Opið
8-24
alla daga
Á EIDISTORGI
HAGKAUP

**Velkomin
á Grandann**
Nú **sækjum** við og
skilum bílnum



AFGREIÐSLUTIMI
mán. – fös. kl. 8–16:30



Hólmahlóð 2, 101 Reykjavík Sími 570 9090 • www.frumherji.is



**Fáðu lyfin send heim
FRÍTT**

REYKJAVÍKUR  APÓTEK
Héðinshúsinu Seljavegi 2 | 522 8400

Nesfréttir

www.borgarblod.is

ÚTGEFANDI: Borgarblöð ehf, Eiðistorgi 13-15, 172 Seltjarnarnes, Pósthólf 171. S: 511 1188 • 895 8298

RITSTJÓRI: Kristján Jóhannsson • ÁBYRGÐARMAÐUR: Kristján Jóhannsson

BLAÐAMAÐUR: Þórður Ingimarsson UMBROT: Valur Kristjánsson

NETFANG: borgarblod@simnet.is • HEIMASÍÐA: borgarblod.is

Nesfréttir koma út mánaðarlega og er dreift frítt í hvert hús á Seltjarnarnesi

Leiðari

Jákvæð viðbrögð

Rekstur sveitarfélaga er erfiður. Gildir þar einu hvort um lítil sveitarfélög eða stærri er að ræða.

Sveitarfélögum er ætlað að standa undir ákveðnum rekstri og þjónustu sem í mörgum tilfellum er ákvörðuð af ríkinu. Oft með lagasetningum.

Tekjustofnar sveitarfélaga eru einnig afmarkaðir af ríkinu. Um þá fá sveitarfélög litlu sem engu ráðið.

Vandi sveitarfélaganna felst ekki síst í því að verkefni eru færð á þeirra hendur án þess að fjármunir eða tekjustofnar fylgi. Þau eiga bara að herða ólína.

Seltjarnarnesbær er ekki undanskilin að þessu leyti. Rekstur bæjarfélagsins hefur verið þungur undanfarin ár.

Lengi hefur ríkt þráhyggja um að útsvar eigi að vera lægst á Seltjarnarnesi af flestum ef ekki öllum sveitarfélögum. Margir íbúar á Seltjarnarnesi hafa einnig tekjur af fjármagnseign. Þær skattleggjast ekki í sjóði sveitarfélaga.

Nú er komið að þeim tíma að rétta verður rekstur Seltjarnarnesbæjar af. Bæjarstjórnin á verk fyrir höndum. Verk sem hún sýnir vilja til að ráðast í. Þar eru jákvæð viðbrögð.

Útsvarshlutfallið í 14,31%

- tekjuskattur lækkar á móti



Bæjarstjórn Seltjarnarnesbæjar hefur ákveðið að álagningarhlutfall útsvars fyrir árið 2023 hækki um 0,22% og verði 14,31%. Hækkunin byggir á breytingu á lögum um tekjustofna sveitarfélaga sem samþykkt var á Alþingi 16.12.2022 er er vegna fjármögnunar á þjónustu við fatlað fólk.

Bæjarstjórn Seltjarnarnes hvetur ríkisvaldið til að fjármagna þessa mikilvægu þjónustu að fullu til frambúðar. Áhrif þessarar breytingar útsvars eru engar fyrir útsvarsgreiðendur þar sem tekjuskattur lækkar á móti þessari breytingu sem er beint að málaflokki fatlaðra í gegn um Jöfnunarsjóð sveitarfélaga.



Verslaðu með hjartanu!

www.systrasamlagid.is



GB TJÓNAVIÐGERÐIR



Um okkar FYRIRTÆKI

GB tjónaviðgerðir er réttinga- og málningarverkstæði með 5 stjörnu gæðvottun frá Bilgreinasambandinu. Við erum í samstarfi við öll tryggingafélög.





Hafðu samband núna



Droghóls 6-8



567-0690



tjon@tjon.is



www.tjon.is

Við þjónustum allar gerðir bíla



Tjónaskoðun

Við skoðum bílinn og undirbúum tjónamatið sem sent er til tryggingarfélagi.



Rétting og málun

Við vinnum eftir stöðlum framleiðanda og notum aðeins viðurkennd efni og tækjabúnað sem stenst ítrustu kröfur.

Getum gert fast verðtilboð í viðgerðir

Erum með bílaeigubíla á staðnum

Vinnum með öllum bílaumboðum

VESTURVIN

VESTURVIN

NÝR YNDISREITUR Í VESTURBÆNUM

Kynntu þér nýja og spennandi íbúðabyggð á vesturvin.is

 **EIGNAMIÐLUN**

Kjartan Hallgeirsson, löggiltur fasteignasali
s: 824 9093 | kjartan@eignamidlun.is

FASTEIGNASALAN
MIKLABORG

Próstur Þórhallsson, lögg. fasteignasali
s: 897 0634 | thorstur@miklaborg.is

Kjartan Kári íþróttamaður Gróttu og Freyja íþróttakona Gróttu

Íþróttamaður Gróttu var valinn knattspyrnumaðurinn Kjartan Kári Halldórsson og íþróttakona Gróttu var valin fimleikakonan Freyja Hannesdóttir þau voru útnefnd við athöfn sem var haldin í hátíðarsal Gróttu miðvikudaginn 11. janúar sl. til að fagna íþróttarárinu 2022.

Kjartan Kári var lykilmaður í meistaraflokks liði Gróttu sem endaði í 3ja sæti Lengjudeildarinnar. Hann skoraði 17 mörk og var markahæsti maður deildarinnar. Þá var Kjartan Kári líkt og á síðasta ári valinn í U—19 ára landslið Íslands og spilaði þar í milliriðli fyrir EM 2022. Frammistaða Kjartans Kára fór heldur ekki framhjá liðum í Bestu deildinni sem sýndu mikinn áhuga á að fá hann til liðs við sig. Kjartan Kári fór hins vegar á reynslu til Haugesund sem leikur í efstu deild í Noregi og stóð sig með mikilli þrýði. Í lok ársins gekk Kjartan Kári svo til liðs við Haugesund sem atvinnumaður í fótbolta.

Freyja Hannesdóttir er íþróttakona Gróttu 2022. Hún hefur æft áhaldafimleika hjá Gróttu í 10 ár. Hún er með skýr marknið og leggur mikið á sig til að ná þeim. Hún er mikilvægur liðsfélagi í meistaraflokki Gróttu og fyrirmynd æfingafélagana.Hún varð Íslandsmeistari unglunga árið 2021 og keppti með unglingalandsliðinu það sama ár. Árið 2022 var fyrsta ár Freyju í fullorðinsflokki og stimplaði hún sig strax inn í hóp þeirra bestu. Á Íslandsmótinu keppti hún á tvíslá og slá og komst í úrslit á báðum áhöldum þar sem að hún varð í 5. sæti. Hún var í bikarliði Gróttu sem varð í 3. sæti af samtals 9 liðum sem að kepptu á Bikarmóti FSÍ. Freyja kom sterk inn í veturinn og var valin í æfingahóp fyrir Norður Evrópumót. Á Haustmóti FSÍ varð hún í 4. sæti í fjölþraut og sigraði á stökki og varð í 3. sæti á tvíslá.

Sara Björk Arnarsdóttir knattspyrnukona var valin íþróttakona æskunnar. Sara lék frábærlega með tveimur flokkum í sumar, þar sem hún var burðarás liðum bæði 3. og 4. flokks. Sara var á árinu valin í U-15 ára landslið Íslands og steig einnig sín fyrstu skref með meistaraflokki félagsins.

Antoine Óskar Pantano handknattleiksmaður var íþróttamaður æskunnar. Hann er lykilleikmaður og fyrirliði í 3 flokki félagsins sem og ungmennaliðsins. Hann hefur leikið með meistaraflöknum í Olísdeildinni og lék sína fyrstu unglingalandsleiki með U16 síðasta sumar.

Maksim Akbachev er þjálfari ársins hjá Gróttu. Maksim er yfirþjálfari handboltadeildar og var aðstoðarþjálfari hjá meistaraflokki karla 2020 til 2022 auk þess að þjálfa yngri flokka, núna í vetur þjálfar hann 5. flokki karla og 4. flokki kvenna.

Sjálfboðaliðar ársins voru valdir Eyjólfur Garðarsson, handknattleiksdeild: Arnkell Bergmann Arnkelsson og Halla Bachmann Ólafsdóttir hjá knattspyrnudeild.

Eftirfarandi krakkar fengu sína fyrstu landsliðsreynslu á árinu 2022: Handknattsleiksdrengirnir Alex Kári Þórhallsson og Antoine Óskar Pantano, knattspyrnukrakkarnir Tómas Johannessen og Sara Björk Arnarsdóttir og fimleikastúlkan Auður Anna Þorbjarnardóttir.



Sara Björk íþróttakona æskunnar. Sara Björk fær blómvönd frá Önnu Björg, hliðin á henni er Lilja Hugrún og Þröstur formaður.

Pantano, knattspyrnukrakkarnir Tómas Johannessen og Sara Björk Arnarsdóttir og fimleikastúlkan Auður Anna Þorbjarnardóttir.

Merkjahafar eru Kári Garðarsson sem hlaut gullmerki, Ragnar Rafnsson og Anna Sóley Jensdóttir hlutu silfurmerki og bronsmerki hlutu Bernódeus Sveinsson, Bjarni Geir Halldórsson, Bragi Björnsson, Fjalar Sigurðarson, Guðrún Guðmundsdóttir, Hreinn Októ Karlsson, Kristinn Þorvaldsson, Sigurbergur Steinsson, Þór Sigurðsson og Þóra Kristín Jónsdóttir. Þröstur Þór Guðmundsson formaður Gróttu og Anna Björg Erlingsdóttir varaformaður afhentu verðlaunin.



Antoine íþróttamaður æskunnar: F.v. Thomas Johannessen, Gísli Örn Alfreðsson, Antoine Óskar Pantano og Hannes Ísberg Gunnarsson.



Eftirfarandi krakkar fengu sína fyrstu landsliðsreynslu á árinu 2022: Handknattsleiksdrengirnir Alex Kári Þórhallsson og Antoine Óskar Pantano, knattspyrnukrakkarnir Tómas Johannessen og Sara Björk Arnarsdóttir og fimleikastúlkan Auður Anna Þorbjarnardóttir.



Sjálfboðarliðar: f.v. Anna Björg, Arnkell Bergmann, Eyjólfur, Halla og Þröstur formaður



nola

KÆRU SELTIRNINGAR

Nola sérhæfir sig í
hágæða snyrtivörum
sem eru án þekktra
óæskilegra innihaldsefna.

Allar okkar vörur eru
Cruelty Free og flestar vegan.

Skoðaðu úrvalið í
netverslun okkar
www.nola.is

Sendum um land allt



Fylgdu okkur á
samfélagsmiðlum

www.nola.is | 869-1877 | Ármúli 38, 108 Reykjavík

Garðar fékk fálkaorðuna

Garðar Guðmundsson stofnandi Íþróttafélagsins Gróttu hlaut fálka-orðuna á nýársdag fyrir framlag til íþrótt- og félagsstarfs. Þegar Garðar bjó á Seltjarnarnesinu var þar gríðarleg uppbygging. Þetta var á árunum 1960 til 1970 og mörg hundruð manns flutti þangað nánast á hverju ári. Margt af því var ungt fólk með börn.

Garðar hafði þá verið knattspyrnudómari fyrir Val í á annan áratug og sá fljótlega að skipulagt íþróttastarf vantaði á Seltjarnarnesi. Hann dreif í því að húa krökkunum saman á æfingar á fyrir fram ákveðnum tímum og svo fór að hann stofnaði Íþróttafélagið Gróttu þann 24. apríl árið 1967. Voru þá um 130 strákar farnir að æfa undir handleiðslu Garðars og má segja að hann hafi verið upptekinn nánast öll kvöld við æfingar og keppni. Anna María kona hans studdi hann ávallt með ráðum og dád. Hún saumaði m.a. Gróttu merkið í fyrstu búninga Gróttu.

Þó að megnið af þeim sem æfðu knattspyrnu í þá daga væru drengir voru líka nokkrar stúlkur sem voru áhugasamar. Garðar leyfði þeim að vera með á æfingum sem segir allt sem segja þarf um framsýni hans. Ein þessara stúlkna, Erna Lúðvíksdóttir, komst síðar í landsliðið bæði í fótbolta og handbolta og bjó þá að því að hafa fengið að æfa með strákunum.



Garðar V. Guðmundsson með orðuna ásamt forsetahjónunum, Guðna Th. Jóhannessyni og Elizu Reid.

Er enn að

Garðar þjálfaði marga flokka í Gróttu í áratugi og tók aldrei greiðslu fyrir. Ekki eina krónu. Hann tók síðan að sér þjálfun eldri flokks Gróttu árið 1984 og gegnir því starfi enn 36 árum síðar. Hann skipuleggur æfingar, æfingarleiki og keppnisferðir auk þess að velja liðið hverju sinni og sjá um inn á skiptingar. Þá gefur hann einnig öllum leikmönnum einkunn fyrir hvern einasta leik og leggur þær síðan

saman fyrir uppskeruhátíðina sem ávallt er haldin heima hjá Garðari og Önnu á haustin. Þar kunngerir hann hver var bestur þetta árið, markahæstur. Fylgir þessu eðlilega gríðarleg skrifinnnska og handskrifar Garðar allt sem og reiknar út því að tilraunir til að tölvuvæða Garðar hafa mistekist. Íþróttafélagið Gróttu er í dag í næst efstu deild í knattspyrnu og heldur úti öllum flokkum bæði fyrir stráka og stelpur. Knattspyrnudeildin

er öflug en auk þess er rekin handknattleiksdeild í Gróttu sem oft hefur átt lið í efstu deild karla og kvenna sem og geysisterk og fjölmenn fimleikadeild. Samtals eru iðkendur hjá Gróttu í dag 1.180 sem er auðvitað með ólíkindum í ekki stærra bæjarfélagi. Það sýnir hvað öflugt íþróttastarf er og mikilvægi þess sem forvarnarstarf er óumdeilanlegt. Allt þetta er sprettið af frumkvæði og atorku Garðars. Garðar fékk gullmerki Gróttu árið 1987 og er heiðursfélagi frá árinu 2002. Hann sat auk þess til margra ára í stjórn UMSK.

Taiffélag Seltjarnarness

En Garðar stofnaði ekki eingöngu Íþróttafélagið Gróttu. Hann stofnaði Taiffélag Seltjarnarness árið 1977 og var þar í stjórn, þar af formaður í 10 ár. Félagið hélt uppi öflugum skákstarfi á Seltjarnarnesi áratugum saman og eignaðist m.a. Íslandsmeistara árið 1983, Hilmar Karlsson. Garðar lét ekki staðar numið hvað skákina varðar því hann hefur verið formaður skáklíðs eldri borgara Æsir frá 2012 og er enn að. Þar hittast menn að minnsta kosti einu sinni í viku og tefla auk þess að njóta samvists. Garðar sat í stjórn Skáksambands Íslands um nokkurra ára skeið.



Grant Thornton

Endurskoðun • Skattur • Ráðgjöf

www.grantthornton.is

Grant Thornton endurskoðun ehf. er íslenskt aðildarfélag Grant Thornton International Ltd., sem er eitt af fremstu alþjóðlegu samtökum sjálfstæðra endurskoðunar og ráðgjafarfyrirtækja. Grant Thornton endurskoðun ehf. sérhæfir sig í að aðstoða rekstraradila við að nýta tækifæri til vaxtar og bættar afkomu með skilvirkri ráðgjöf. Framsýnn hópur starfsmanna, undir stjórn eigenda, sem ávallt eru aðgengilegir viðskiptavinum, nýta þekkingu og reynslu sína til að greina flókin mállefni og finna lausnir fyrir viðskiptavinum sínum, hvort sem það eru einkarekin, skráð félög eða opinberar stofnanir. Yfir 35.000 starfsmenn Grant Thornton fyrirtækja í meira en 100 þjóðlöndum, leggja metnað sinn í að vinna að hag viðskiptavina, samstarfsmanna og samfélagsins sem þeir starfa í.

Arna

ís- og kaffibar

Opið virka daga 9 - 18 og helgar 10 - 18.
Eiðistorgi 15
facebook.com/arnaisogkaffi



ZONNIC NIKÓTÍNÚÐI

HAGKVÆMUR KOSTUR TIL AÐ HÆTTA AÐ REYKJA



zonnic® TAKTU STJÓRNINA!

Zonnic Pepparmint munnholsúði inniheldur nikótín 1mg/úða, og er ætlaður til meðferðar við tobaksfíkn. Ráðlagður skammtur er 1-2 úðar á þeim tíma sem sigaretta væri venjulega reykt eða ef löngun gerir vart við sig. Úða skal munnholsuðanum á milli kinnar og tanna. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðli fyrir notkun lyfsins. Leitið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir, sjá nánari upplýsingar um lyfið á www.serlyfjaskra.is.
Niconovum AB. NIC220801 – Agúst 2022

Góð mæting í kirkjuhlaupið



Á fjórða hundrað manns tóku þátt í helgistund í upphafi Kirkjuhlaups Trimmklúbbs Seltjarnarness á öðrum degi jóla í Seltjarnarneskirkju. Nafn hlaupsins, Kirkjuhlaup er skemmtilega lýsandi því það byrjaði og endaði í Seltjarnarneskirkju en á leiðinni var hlaupið framhjá 12 öðrum kirkjum þar sem hlauparar bætust í hópinn og stoppað er við hverja kirkju til að þetta hópinn. Öllum er svo boðið upp á veitingar í safnaðarheimilinu að loknu hlaupinu.



Fjölmennt áramótabrenna

Loksins var hægt að halda áramótabrennu á Valhúsahæðinni á gamlárskvöld eftir tvö brennulaus ár. Brennuhald stóð þó afar tæpt langt fram eftir degi þar sem að veðurspáin lofaði allt öðru en góðu þennan síðasta dag ársins. Betur fór en á horfðist! Veðrið var á endanum ljómandi gott og bæjarbúar fjölmenntu á Valhúsahæðina. Ekki var annað að sjá en að allir hefðu notið sín vel við brennuna hvort sem var við að horfa inn í fallega logana eða spjalla við vini og kunningja. Seltjarnarneskirkja bauð brennugestum og öðrum upp á heitt súkkulaði og tónlist og báðu nokkur hundruð manns það góða boð á leið sinni til eða frá áramótabrennunni.





HÚSAVIÐGERÐIR.IS

ALHLIÐA MÚR- OG STEYPUVIÐGERÐIR

**Hafðu samband
Við skoðum og gerum tilboð!**

**www.husavidgerdir.is/hafa-samband
info@husavidgerdir.is - Sími 565-7070**



 Finndu okkur á Facebook



Nýtt upphaf

Gleðilegt nýtt ár kæru Seltirningar! Það eru fáir jafnmiklir áramótamenn og ég en það er eitthvað við þessi tímamót sem ég dýrka, að gera upp liðið ár og setja sér markmið fyrir nýja árið. Nýtt upphaf.

Árið 2022 var kosningarár á Seltjarnarnesi sem var merkilegt að mörgu leyti. Samfylking og óháðir voru sigurvegarar kosninganna með 40,8% atkvæða, bættu við sig 13% fylgi og einum bæjarfulltrúa en Sjálfstæðismenn héldu meirihlutanum með 50,1% atkvæða. Framtíðin fékk 9,1% atkvæða sem dugði ekki til að ná inn kjörnum fulltrúa í bæjarstjórn.

Aukið samstarf

Ný bæjarstjórn hóf störf á nýju ári og tók Þór Sigurgeirsson við sem bæjarstjóri. Við í Samfylkingu og óháðum höfum kallað eftir auknu samráði og samstarfi við stjórnun bæjarins og hefur nýr bæjarstjóri tekið vel í það og kallað okkur að borðinu með reglulegum hætti. Við vonum að samstarf verði leiðarstef á nýju kjörtímabili enda er það skylda okkar að tryggja að raddir allra Seltirninga séu hafðar að leiðarljósi við stjórn bæjarins okkar. Við í Samfylkingu og óháðum viljum einnig öflugt samráð við íbúa

en við skipun í nefndir bæjarins leituðum við til öflugra Seltirninga utan framboðsins ásamt því að bjóða frambjóðendum frá Framtíðinni að taka sæti í nefndum fyrir okkar hönd.

Styrkjum reksturinn en verjum heimilisbókhaldið

Síðasta verk nýrrar bæjarstjórnar á árinu 2022 var að samþykka fjárhagsáætlun fyrir nýtt ár. Við í Samfylkingu og óháðum lögðum áherslu á að bærinn bjóði upp á þá þjónustu sem íbúar kalla eftir, ábyrgan rekstur og að verja heimilisbókhald íbúa.

Í nýrri fjárhagsáætlun hækkaði bæjarstjórn útsvarsprósenta annað árið í röð til að fjármagna grunnrekstur bæjarins og snúa við hallarekstri en bæjarsjóður hefur verið rekinn með tapi síðastliðin 6 ár. Við í Samfylkingu og óháðum lögðum til að gjaldskrár á fjölskyldusviði myndu ekki hækka á milli ára en undir sviðið falla skólarnir okkar, frístund og þjónusta við aldraða og öryrkja. Með tillögunni vildum við verja heimilisbókhald Seltirninga í núverandi verðbólgu- og vaxtahækkunarástandi en á árunum 2019-2022 hefur ekkert sveitarfélag hækkað gjaldskrár á barnafjölskyldur jafn mikið

og Seltjarnarnesbær. Sjálfstæðismenn felldu tillöguna og því munu almennar gjaldskrár á bæjarbúa hækka um 9,75% og gjaldskrár fjölskyldusviðs um 7,7%.



Guðmundur Ari Sigurjónsson.

Verkefnið framundan á nýju ári þarf að vera að styrkja rekstur bæjarins með fjölbreyttari leiðum en niðurskurði og útsvars- og gjaldskrárhækkunum á fjölskyldur. Eitt dæmi sem við höfum nefnt er miðbæjarsvæðið okkar sem er óskipulagt og í eigu bæjarins. Með því að skipuleggja nýjan og spennandi miðbæ getur bærinn fjölgað íbúum og fyrirtækjum sem styrkir rekstur og selt lóðir til að fjármagna uppbyggingu á nýjum leikskóla. Þetta er verkefni sem tekur tíma og þarf að vera unnið í góðu samráði við íbúa en ef vel tekst til væri þetta spennandi nýtt upphaf fyrir bæinn okkar.

Guðmundur Ari Sigurjónsson
– Oddviti Samfylkingar og óháðra

ÁLAGNING FASTEIGNAGJALDA 2023

Álagningarseðlar fasteignagjalda 2023 eru nú aðgengilegir á rafrænu formi á Minum síðum Seltjarnarnesbæjar og á island.is.

Gjald dagar fasteignagjaldanna eru tíu talsins, 15. hvers mánaðar frá janúar – október.

Vinsamlegast athugið að álagningarseðlar birtast einungis rafrænt og eru ekki sendir út á pappírformi. Engir greiðsluseðlar verða sendir nema þess sé sérstaklega óskað.

Fasteignagjöldin birtast til innheimtu í heimabanka gjaldanda, en einnig er hægt að óska eftir því að fá gjöldin færð á kreditkort með því að hafa samband við þjónustuver í síma 59 59 100.

Við álagningu hefur elli- og örorkulífeyrisþegum verið veitt lækkun eða niðurfelling samkvæmt reglum um viðmiðunarfjárhæð tekna á árinu 2021. Skilyrði lækkunar eða niðurfellingar er að um sé að ræða íbúðarhúsnæði þar sem viðkomandi gjaldandi hefur lögheimili.

Gjaldskrá yfir fasteignagjöld og útsvar má nálgast á heimasíðu Seltjarnarnesbæjar.

Nánari upplýsingar og aðstoð má fá með því að senda fyrirspurn á netfangið innheimta@seltjarnarnes.is eða í síma 59 59 100.



SELTJARNARNESBÆR

www.seltjarnarnes.is

Ég hef verið út um víðan völl

- segir Júlíus Sólnes prófessor og fyrrum alþingismaður og ráðherra

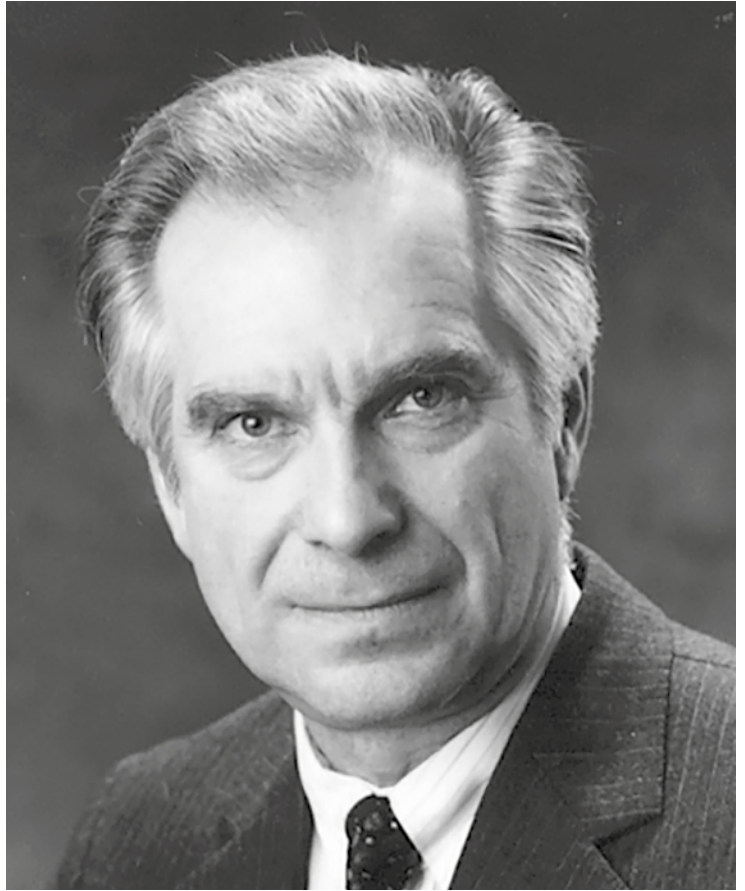
Út um víðan völl nefnist ævisaga Júlíusar Sólnes prófessors sem kom út undir lok liðins árs. Í bókinni fer Júlíus eins og nafnið bendir til út um víða völl en hann hefur komið víða við á lífsleiðinni. Júlíus hefur unnið við verkfræðistörf og komið að margvíslegum framkvæmdum meðal annars að byggingu Kröfluvirkjunar sem setti þjóðfélagið nærri á hvolf út af illvígum deilum á sínum tíma. Júlíus hefur einnig tekið þátt í stjórnmálum. Hann var einn af stofnendum Borgaraflokksins og gegndi fyrstur manna starfi umhverfisráðherra hér á landi eftir að það embætti var stofnað 1990. Júlíus átti einnig um tíma sæti í bæjarstjórn á Seltjarnarnesi þar sem hann bjó um hríð. Júlíus settist niður með Nesfréttum á Kaffi Örne á dögunum.

Júlíus hefur farið um víðan völl eins og hann nefnir ævisögu sína. Komið víða vel mætti einnig orða það. Fyrir utan ýmis störf tengd fagi hans verkfræðinni tók hann þátt í stjórnmálum. Bæði á Seltjarnarnesi þar sem hann átti sæti í bæjarstjórn um tíma og einnig í þjóðmálunum en hann var einn af stofnendum Borgaraflokksins og fyrsti ráðherra hans. Því liggur beinast við að spyrja hann um hvort stjórnmálin hafi blundað undir niðri í honum frá fyrstu tíð. Hann neitar því. Hann hafi ekki haft mikinn pólitískan áhuga á yngri árum. „Nei ég var ekki mjög pólitískur ungur maður. Mér fannst margt annað koma til greina í lífinu. Ég ólst þó upp í pólitísku umhverfi. Pabbi var mjög pólitískur og hjá honum gekk allt út á pólitík. Hann sat í bæjarstjórn á Akureyri fyrir Sjálfstæðisflokkinn og átti síðar aðkomu að landsmálunum meðal annars með þingsetu. Hann var í þessu af lífi og sál. Ég hafði önnur áhugamál þegar ég var í menntaskóla og tók engan þátt í ungliðastarfi flokksins. Ég man að faðir minn tók mig einhverju sinni með sér á skemmtun hjá Sjálfstæðisflokknum í Vaglakógi. Ólafur Thors var þar en hann var þá forsætisráðherra. Hann lét mig taka í höndina á Ólafi og það átti að vera innsigli fyrir veru mína í flokknum til æviloka. Ég man að einu afskipti mín af pólitík voru í prestkosningum á Akureyri þegar séra Jóhann Hlíðar sótti um prestsembætti við

Akureyrarkirkju. Tveir prestar voru við kirkjuna og annað preststarflíð var laust en séra Pétur Sigurgeirsson síðar biskup sinnti hinu en hann var lengi prestur á Akureyri. Þetta var eins og um bæjarstjórnarkosningar eða jafnvel þingkosningar væru að ræða. Kosningaskrifstofur voru opnaðar og menn beinlínis tókust á um hver ætti að verða prestur. Ég var unglingur í menntaskóla. Kominn með bílpróf og var látinn aka kjósendum á kjörstað. Þetta hefur verið eftir að séra Kristján Róbertsson hætti prestsstörfum á Akureyri og flutti til Reykjavíkur þar sem hann gerðist Frikirkjuprestur. Séra Jóhann hafði þó ekki erindi sem erfiði og séra Birgir Snæbjörnsson var kosinn prestur.“

Pabbi vildi gera mig að bæjarstjóra

Júlíus hélt síðar til Kaupmannahafnar til náms og starfa. Hann kom heim þaðan með fjölskyldu sinni 1974. Þá búið að skipa hann prófessor við Háskóla Íslands. „Ég byrjaði að vinna hér heima 1973 en skildi fjölskylduna eftir í Kaupmannahöfn þann vetur út af skólagöngu krakkanna. Ég var eins og strætó á milli hins gamla og nýja höfuðstaðar landsins þennan vetur en svo ákváðum við að koma öll heim. Um vorið 1974 var haldinn landsfundur Sjálfstæðisflokksins. Ekki hafði tekist að fylla sæti allra fulltrúa sem Akureyri átti rétt á og



Júlíus Sólnes, myndin tekin á ráðherraárum hans.

það var ekki að skapi föður míns. Hann sagði við mig að sumir hefðu ekki átt heimangengt og að ég yrði að hlaupa í skarðið. Ég féllst á það og var á þessum landsfundi og hitti þar mann og annan eins og gengur. Eftir þetta fór faðir minn að ámálga við mig að ég þyrfti að fara í pólitík. Hann vildi eitt sinn gera mig að bæjarstjóra á Akureyri. En ég hélt nú ekki. Þetta hefur sennilega verið 1976 þegar Bjarni Einarsson lét af störfum en þá tók Helgi M. Bergs síðar háskólakennari á Akureyri við bæjarstjórastarfinu.“

Hundahald ekki bannað

Aðeins meira af Seltjarnarnesi. Varstu lengi búsettur þar. „Fyrstu árin áttum við heima í Tjarnarbóli. Ástæða að við settumst að þar var að þegar við komum heim frá Danmörku vorum við með hund með okkur sem ég hafði fengið leyfi hjá landbúnaðarráðuneytinu til að taka með mér. En þá kom í ljós að hundahald var bannað í Reykjavík. Þá sagði ég við konuna að við skyldum reyna að finna okkur íbúð á Seltjarnarnesi. Þar væri hundahald ekki bannað. Við fundum síðan ágæta íbúð við Tjarnarbólið og fluttum þangað. Okkur leið ágætlega þar en stundum

er það svo að mikill vill meira. Við vildum komast í einbýlishús sem var draumur margra á þeim árum. Ég fór að huga að lóðum og fékk lóð við hliðina á Sigurgeir bæjarstjóra. Lóðin var í eigu Nes hf. Vilhjálmur Þór hafði verið (var dáiinn þegar þetta gerist) einn af hluthöfum þar. Erfingjar hans höfðu ráðstöfunarrétt á lóðinni en Sigurgeir bæjarstjóri var búinn að benda mér á hana og sagði mér að Örn sonur Vilhjálmss sem var lögmaður í Reykjavík myndi sjá um sölu á henni. Ég hringdi síðan í Örn og hann var til í að láta mig hafa lóðina. Örn hafði verið mér samtíða í Menntaskólanum á Akureyri en við höfðum svo sem ekki kynnst neitt. Vissum samt hvor af öðrum. Við byggðum síðan fallett einbýlishús á á lóðinni og vorum þar fram undir miðjan tíunda áratuginn. Þá vorum við orðin tvö ein í heimili.“

Fluttum í Vesturbæinn

„Þegar börnin voru farin að heiman fannst konunni húsið of stórt og mikið til að sjá um það fyrir okkur ein. Hún lagði til að við fyndum okkur eitthvað minna en þá var ekkert slíkt að hafa á Nesinu. Ég vildi ekki fara langt og við fundum íbúð í Vesturbænum. Við keyptum fyrst íbúð við Tómasarhaga þegar

við eða réttara sagt konan seldi húsið okkar á Nesinu. Íbúðin var á efri hæð og okkur fannst hún ekki nægilega hentug. Við skiptum síðan yfir í yndislega íbúð á neðri hæð á horninu á Hjarðarhaga og Smyrilsvegi þar sem "Grimsby" húsin voru. Hús sem borgin byggði á sínum tíma til að koma fólki úr bröggum en voru síðan rifin undir lok níunda áratugarins. Íbúðin er næstum beint á móti verkfræðideild háskólans. Ég get horft yfir götuna á minn gamla vinnustað í háskólanum og fer þangað oft í morgunkaffi."

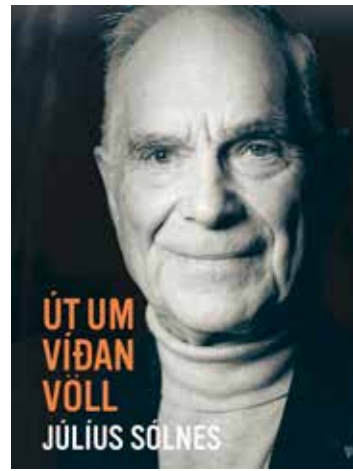
Bara skólamaður

"Til að gera langa sögu stutta," heldur Júlíus áfram. "Ég átti sæti í bæjarstjórninni í tvö kjörtímabil eða átta ár. Ég var töluvert virkur á þeim tíma. Ég var settur í stjórn Samtaka sveitarfélaga á höfuðborgarsvæðinu. Þá var einnig búin til svokölluð Skipulagsstofa höfuðborgarsvæðisins. Ég tók að mér að verða stjórnarformaður þar og tók þátt í að byggja starfsemi hennar upp. Þetta varð til þess ég ákvað að reyna fyrir mér í Reykjanesskjördæmi fjórum árum síðar. Þá hafði ég skilað að mér fannst góðu verki. Ég var orðinn formaður Samtaka sveitarfélaga á höfuðborgarsvæðinu og hafði drifið skipulagsvinnuna áfram. Góð skýrsla um skipulag á höfuðborgarsvæðinu hafði verið unnin á vegum stofnunarinnar er reyndar var síðar lögð til hliðar sem er önnur saga. Ég ákvað að fara í prófkjör Sjálfstæðismanna í Reykjanesskjördæmi fyrir alþingiskosninga en varð fljótt hissa á hvað mér fannst mér illa tekið. Veit ekki hvernig á því stóð en það var eins og mönnum fyndist að ég væri bara einhver ómerkilegur kennari. Ég var að vísu prófessor við Háskóla Íslands en hafði einnig starfað sem verkfræðingur að ýmsum verkefnum og var með góða reynslu á alþjóðlegum vettvangi. Kjördæmisstjórn vildi heldur fá mann úr atvinnulífinu og fannst að ég væri bara skólamaður. Bara kennari sem skrifaði formúlur á töfluna og það væri ekki hinn rétti sjálfstæðismaður. Það var boðað til prófkjörs en ég held að sá hópur sem gaf kost á sér hafi þótt heldur rýr uppskera. Þarna voru séra Sigurður Helgi Guðmundsson sem var prestur í Hafnarfirði og Kristjana Milla Thorsteinsson ekkja Alfreðs Elíassonar frumkvöðuls í flugmálum, ungir verkfræðingur úr Mosfellsbæ, ég og einhverjir fleiri. Þetta endaði með því að prófkjörið var blásið af. Ég heyrði að Matthías Á. Mathiesen hafði komið þar við sögu því hann hafi ekki nennt að

vera í prófkjöri en hann var fyrsti maður á lista sjálfstæðismanna. Þetta lenti með því að það voru bara stjórnir sjálfstæðisfélaganna í kjördæminu sem greiddu atkvæði um framboðslista í skoðanakönnun. Þeim sem fannst ég bara vera kennari náðu í Viglund Þorsteinsson og fengu hann til að bjóða sig fram í þessari óformlegu skoðanakönnun. Ég var að sjálfsögðu hálfvillur út af þessum viðtökum."

Var móttækilegur

"Mér fannst ég vera búinn að vinna ágætlega fyrir flokkinn og var ekkert ánægður með þessa meðferð sem ég hafði hlotið í Reykjanesskjördæmi. Þess vegna var ég móttækilegri þegar Albert Guðmundsson kallaði á mig og bað mig að koma í slaginn með sér þegar hann stofnaði Borgaraflokkinn. Gamlir félagar á Seltjarnarnesi voru sumir ekki hrifnir af þessu brólti mínu að fara með Albert. Nágranni minn Sigurgeir bæjarstjóri lét þetta ekki fá neitt á sig og það bar aldrei skugga á vináttu okkar vegna þess. Ég get líka bætt því við að mér finnst ánægjulegt að sjá að Þór sonur hans skuli hafi fetað í fótspor föður



Kápa nýutkominnar bókar hans.

síns. Það var flott hjá stráknum að gera þetta."

Júlíus bætir við sögu af Sigurgeiri. "Þegar við fluttum frá Kaupmannahöfn 1974 sendum við búslóðina heim í gám eins og gengur. Þegar ég ætlaði að leysa hann út hjá tollinum í Reykjavík var mér tjáð að það væri ekki hægt nema eftir nákvæma tollskoðun. Grandskoða þyrfti allt sem væri í gámnum. Ég var ekki nægilega hress með þessar

viðtökur. Þá vorum við búin að festa kaup á íbúð á Nesinu og mér kom til hugar að tala við bæjarstjóra þar. Ég fór út í gamla Mýrarhúsaskóla þar sem bæjarskrifstofurnar voru og spurði hvort hægt væri að fá að tala við Sigurgeir. Já, hann er þarna var svarið og það var opið inn til hans. Við tókum tal saman. Ég segi honum hver ég sé og að við séum að flytja í bæinn. Hann bauð mig velkominn og við spjölluðum meir. Að endingu segi ég honum að við séum í vandræðum með tollinn í Reykjavík. Sigurgeir benti mér að fara upp á efri hæði og finna þar Lárus Salómonsson sem var yfirlögregluþjónn á Seltjarnarnesi. Ég fór og talaði við Lárus, Hann brást vel við og sagði að ég skyldi ekkert vera að tala við tollinn í Reykjavík. Við á Seltjarnarnesi heyrðum undir Gullbringusýslu. Farðu bara í Hafnarfjörð og þar er yfirvaldið okkar. Ég fór þangað og hóf ferlið á nýjan leik. Þeir spurðu mig eitthvað út í mína hagi, útbjuggu síðan eitthvert skjal handa mér og sögðu mér að fara með gáminn."

Framhald á bls. 12.

Útsala!

Allt að

50%

afsláttur af
völdum vörum.



Grandagarði 13 · Glæsibæ, 5.hæð · eyesland.is

eyesland

Framhald af bls. 10 og 11.

Albert keypti blóm handa Jóhönnu

Júlíus kveðst hafa kynnst Albert Guðmundssyni mörgum árum áður en þetta pólitíska samstarf þeirra kom til. „Við höfðum farið saman í NATO ferð til Brussel. Þar kynntist ég hliðum á honum sem mér fundust stórkostlegar. Einkum hvað hann var mikill herramaður og heimsmaður. Mér fannst eins og við hinir sem vorum í ferðinni værum eins og sveitadurgar við hliðina á honum. Jóhanna Sigurðardóttir var með í ferðinni og þegar við komin inn á hótelið í Brussel þá hljóp Albert út. Hann kom síðan til baka með stóran blómvönd og biður um að hann sé sendur upp á herbergi til Jóhönnu. Ég spurði hann hvað hann væri að gera. Hann sagði að hún væri eina konan í hópnum og við yrðum að sýna henni virðingu. Þetta hafði engum okkar hinna dottið í hug.“

Hálftíðinn feginn

„Út af viðtökunum sem ég hafi fengið í Reykjaneskjördæmi var ég tilkippilegur þegar Albert hnippi mig. Þessi tími var áhugaverður en ég verð einnig að jata að ég varð hálftíðinn feginn þegar þetta var allt yfirstaðið og ég losnaði úr pólitíkinni. Ég hafði ekki viljið eyða allri ævinni að að gutla í pólitík. Mér fannst ég eiga meira erindi á öðrum sviðum. Árin sem fylgdu á eftir þingsetunni með Borgaraflokknum voru mjög gefandi. Ég var með verkefni út um allan heim alveg fram til þess tíma að ég var orðinn það gamall að ég nennti ekki meiru.“

Besti tíminn

"Svo verð ég aðeins að koma að því sem mér finnst vera skemmtilegasta verkefnið í lífi mínu. „Ég hafði verið í leyfi frá starfi við háskólann meðan á þingsetunni og ráðherrastörfum stóð. Þegar ég hætti á þingi og hafði sagt skilið við pólitíkina var ekkert annað í kortunum en halda áfram mínu gamla starfi við skólann. Ég fór og talaði við Sveinbjörn Björnsson sem þá var rektor. Við

ræddum framtíðin og ég sagði honum að ég væri farinn að ryðga í fræðunum. Búinn að vera á kafi í pólitík og hefði ekkert sinnt þeim á meðan. Þá segir Sveinbjörn að best væri fyrir mig að taka árs leyfi, fara eitthvað út í heim og vinna mig aftur inn í fræðaheiminn. Þetta reyndist mér hin bestu hollráð. Ég hafði farið til Mexíkó í hópi fræðimanna árið 1985 til þess að skoða skemmdir sem höfðu orðið þar af miklum jarðhræringum. Þar hafði ég kynnst mönnum sem störfuðu við Ríkisháskólann í Mexíkóborg. Þar var líka Íslendingur, Ingvar Emilsson hafnræðingur, sem starfaði fyrir Sameinuðu þjóðirnar og hafði meðal annars verið að skipuleggja hafrannsóknir í Mexíkó þar sem hann bjó til æviloka. Hann hafði verið okkur innan handar og leiðbeint okkur í leiðangrinum til að skoða tjónið eftir jarðskjálftann haustið 1985. Ég setti mig í samband við hann og spurði hvort væri möguleiki á að ég gæti orðið gestur við ríkisháskólann í Mexíkó. Ég væri búinn að fá heilsársleyfi og fengi einhverjar greiðslur frá Háskóla Íslands í nokkra mánuði til að standa straum af kostnaði. Það var eins og við manninn mælt. Ég fékk þetta fina boðsbref að ég væri velkominn sem gestur og ég myndi

geta fengið viðbótar styrk til að kosta dvöl mína í Mexíkó. Úr varð að við hjónin fórum þangað um haustið. Keyptum bíl í Bandaríkjunum og ókum honum alla leið til Mexíkóborgar og vorum þar í heilt ár. Ég hef oft sagt að þetta hafi verið einhver besti tími lífs míns. Við fengum stórt einbýlishús til leigu sem var í eigu manns sem starfaði við jarðvísindadeildina, þar sem ég átti að starfa, en hann var sjálfur í leyfi í Bandaríkjunum. Þau leigðu okkur húsið gegn því að við létum þjónustustúlkuna sem þar var vera áfram til að sjá um okkur. Þau vildu halda henni áfram. Hún var líka mikið happ fyrir okkur. Hún eldaði, þvoði af okkur og sá um öll þrif. Við höfðum aldrei kynnst öðru eins. Þetta var eins og hjá hefðarfólki á Íslandi á árunum fyrir stríð. Þarna leið okkur afskaplega vel og ég lærði betur spænsku sem ég hafði gutlað eitthvað við áður. Þannig opnaðist nýr menningarheimur fyrir okkur, sem hefur veitt okkur margar ánægjustundir.“ Þarna verður að slá botninn í fróðlega ævisögu Júlíusar Sólness þótt af mörgu fleiru mætti taka. Þeim sem forvitnir eru er bent á bókina hans Út um víða völl þar sem hann tíundar fjölbreyttan æviferil sinn.

Grunnskóli Seltjarnarness

Innritun fyrir skólaárið 2023-2024

Til foreldra 6 ára barna og nemenda sem flytjast til Seltjarnarness frá öðrum sveitarfélögum



Innritun barna sem fædd eru árið 2017 og eiga að hefja skólagöngu haustið 2023 fer fram dagana 23. - 27. janúar næstkomandi.

Sömu daga fer fram innritun skólaskyldra barna og unglinga sem flytjast til Seltjarnarness eða koma úr sjálfstætt starfandi skólum. Innritun í Grunnskóla Seltjarnarness fer fram í gegnum vefgátt bæjarins, *Mínar síður*, á slóðinni www.seltjarnarnes.is

Nánari upplýsingar og aðstoð veitir starfsfólk Grunnskóla Seltjarnarness í síma 5959200. Fyrirspurnir er einnig hægt að senda á netfangið grunnskoli@grunnskoli.is

Skólaskrifstofa Seltjarnarnesbæjar



Er hleðsla rafbíla hausverkur í húsfélaginu?

Við aðstoðum við að leysa málið með hagsmuni húsfélagsins að leiðarljósi

Hlutlaus úttekt og ráðgjöf fyrir húsfélög um fyrirkomulag rafbílahleðslu og framkvæmdaáætlun.

Útvegum og berum saman tilboð og aðstoðum við styrkjaumsóknir.



- » Þarf stærri heimtaug?
- » Hvaða lausn hentar best?
- » Er kerfið búið álagastýringu?
- » Sjálfvirk greiðslu- og innheimtakerfi?



EIGNAumsjón
thjonusta@eignaumsjon.is | eignaumsjon.is

20 ára

Margt að gerast í Dansskóla Birnu Björns

Dansskóli Birnu Björns hélt upp á 25 ára afmæli skólans í ár. Við gerðum mjög margt skemmtilegt á árinu. Héldum árlegu danskeppnina okkar, Dansfárið. Settum upp Galdrakarlínn í Oz í Borgarleikhúsinu. Dansdeild og söngleikjadeild leiða þar sýningarnar okkar með dansi söng og leiklist. Við förum einnig á heimsmeistaramót í dansi á Spáni með nokkur frábær atriði og náðum við frábærum árangri.

Dansskólinn er með æðislegar dans-æfingarbúðir á sumrin og mæta nemendur skólans þangað í frábæra danstíma hjá ýmsum kennurum í dansi, leiklist og söng í fimm daga. Fyrir utan æfingarnar þá er farið í sund daglega – tekin upp dansmyndbönd – skemmtilegar kvöldvökur og útileikir og margt fleira. Í fyrra komust færri að en vildu. Á hvert fórum við líka í okkar frábæru dansferð til London. Þar dónsum við hjá þekktum danshöfundum í mörgum dansskólum, förum á söngleiki og njótum þess að vera saman. Félagslífið í dansskólanum okkar er algjörlega til fyrirmyndar og bjóðum við upp á marga viðburði á ári hverju til að styrkja félagstengslin.

Kennsla hófst á nýju ári 9. janúar og er enn hægt að bæta við nýjum nemendum. Við skólann starfa 25 kennarar en allir okkar kennarar eru með menntun og mikinn bakgrunn í dansi, söng og leiklist.



Vigdísarholt

Gefandi starf í góðum félagsskap

Umönnun | framtíðarstarf – Seltjörn

Við leitum að starfsfólki í fjölbreytt umönnunarstörf. Um er að ræða nokkur stöðugildi (60 – 100%) í vaktavinnu.

Seltjörn er 40 íbúa hjúkrunarheimili þar sem rík áhersla á er á heimilislegar aðstæður. Góðir tekjumöguleikar með fjölbreyttum vöktum.

Hjúkrunarfræðingur | hlutastarf – Seltjörn

Við leitum að hjúkrunarfræðingi í framtíðarstarf í hlutastarfi.

Viðkomandi skal hafa íslenskt hjúkrunarleyfi, hafa faglegan metnað og sýna alúð við íbúana. Þekking á RAI mælitækinu er kostur, góð yfirsýn og skipulagshæfni ásamt hæfni í mannlegum samskiptum.

Nánari upplýsingar veitir **Svanlaug Guðnadóttir**, framkvæmdastjóra hjúkrunar, svana@sunnuhlid.is eða í síma 864 4184

Sótt er um starfið á heimasíðu Vigdísarholts: vigdisarholt.is eða á alfred.is

Vigdísarholt er rekstraraðili þriggja hjúkrunarheimila: Sunnuhlíð í Kópavogi, Seltjörn á Seltjarnarnesi og Skjólgarður á Höfn í Hornafirði.

Seltjörn

SELTJARNARNESI

Það eru 40 hjúkrunarrými á Seltjörn sem skiptist í tvær einingar sem hvor samanstendur af tveimur 10 manna heimilum.



FÉLAGS- OG TÓMSTUNDASTARF ELDRI BÆJARBÚA

GLEÐILEGT ÁR

Starfsfólk félags og tómstundastarfs óskar ykkur öllum gleðilegs árs og þakkar stundir liðinna ára. Árið 2022 var viðburðaríkt í félagsstarfinu en það hefur tekið sinn toll og tíma að jafna sig á covid-faraldrinum og afleiðingum hans. Svo virðist sem þessu ástandi sé ekki með öllu lokið því það er töluverður lasleiki á eldri fólki þessa dagana. Eftir veðurbliðu haustsins fengum við svo vonskuveður sem hefur gert okkur öllum erfitt um vik. En nú horfum við fram á bjartari daga með hækkandi sól. Þess ber að geta að síðustu viðburðir félagsstarfsins fyrir jólin var bæjarferð þar sem ekið var um nágrennið og efri byggðir. Jólaskreytingar skoðaðar og borðað í Ráðagerði. Þann 19. desember héldum við svo árleg litlu jól í salnum á Skólabraut. Mjög góð þátttaka var á þessari samverustund, þar sem boðið upp á notarlega stemningu, nemendur Tónlistarskólans mættu og glöddu gesti með hljóðfæraleik, flutt var hugvekja og eldri borgarar sungu glatt við píanóundirleik. Í boði voru veitingar, heitt súkkulaði, smákukur og ýmislegt fleira góðgæti.

FÉLAGS OG TÓMSTUNDASTARF / DAGSKRÁ

Dagskrá félagsstarfsins fyrir tímabilið janúar – júní 2023 á að vera komin til allra bæjarbúa 67 ára og eldri og þar ættu allir að geta fundið eitthvað við sitt hæfi. Föstu liðirnir eru með svipuðu sniði og verið hefur. Bókbandið fellur niður allavega nú á vorönn en boðið verður upp á opna vinnustofu, en vinnustofan er í smíðastofu Valhúsaskóla og þar verður boðið m.a. upp á silfursmíði, tálgun, útskurð og jafnvel viðgerðaaðstöðu og aðstoð fyrir þá sem þessa óska. Leiðbeinandi er Ásta Sigvaldadóttir. Vinnustofan hefst um mánaðamótin janúar – febrúar og verður á miðvikudögum kl. 14.00-16.00. Námskeiðin í leir, gleri, roði og leðri eru hafin. Á dagskrárblaðinu eru gefnar upp fastar dagsetningar á félagsvist og bingó ásamt öðrum dagskrárliðum. Önnur dagskrá og viðburðir eru tilgreindur svo langt sem búið er að ákveða dagsetningar. Annað verður auglýst þegar nær dregur. Þess skal getið að þar sem Félagsheimili Seltjarnarnes er enn lokað vegna endurbóta þá fara stærri viðburðir sem ekki er hægt að koma fyrir á Skólabraut fram í safnaðarheimili Seltjarnarneskirkju en góð samvinna er með félagsstarfinu og starfinu í kirkjunni.

Fyrsti viðburður á árinu var boð Selkórsins á tónleika, súkkulaði og krásir í safnaðarheimilinu þar sem hátt í 100 manns komu saman þetta kalda miðvikudagskvöld 11. Janúar. Mikill og fallegur söngur, hljóðfæraleikur og önnur skemmtidagskrá. Veitingaborðið svignaði af krásum og hnausþykkt súkkulaðið rann ljúft niður. Frábær kvöldskemmtun. Sendum okkar bestu þakkir til kórfélaga fyrir þetta góða framtak og ljúfar móttökur.

Í framhaldi af þessu minnum við sérstaklega á söngstundina á föstudagsmorgna kl. 10.00 í salnum á Skólabraut. Það eru allir að tala um að Seltirningar eigi svo mikið af söngfólki. Þjóðum ykkur öll hjartanlega velkomin. Við erum með flottan stjórnanda, Bjarma Hreinsson sem spilar undir.

Nokkrar fyrirspurnir hafa komið varðandi bridge. Ef áhugi er fyrir hendi að stofna hóp þá höfum við aðstöðuna og getum aðstoðað við skipulagningu og auglýsingar. Einnig ef einhverjar fleiri hugmyndir vakna varðandi námskeið, ferðir, viðburði eða aðra samverustundir þá endilega verið í sambandi.

NÆSTU VIÐBURÐIR:

ÞRIÐJUDAGINN 31. JANÚAR KL. 12.30. Þorramatur.

Stund eldri borgara í kirkjunni. Þorramatur, spjall og uppistand. Friðrik mætir með nikkuna. Verð kr. 4.000.-

SUNNUDAGINN 12. FEBRÚAR.

Borgarleikhúsið á sýninguna Mátulegir. Uppsett.

FIMMTUDAGINN 16. FEBRÚAR KL. 12.45.

Sameiginleg ferð félagsstarfs eldri borgara og kirkjunnar. Heimsækjum Hátíðarsal Menntaskólans í Reykjavík þar sem þjóðfundurinn 1851 var haldinn. Einar konrektor tekur á móti hópnum. Þá verður farið yfir í gamla Iðnskólann við Tjörnina í baðstofu iðnaðarmanna og sjáum útskurð Ríkharðs Jónssonar. Kaffi í safnaðarheimili dómkirkjunnar á eftir. Hjórdís Geirsdóttir skemmtir. Verð kr. 3.000.-

FIMMTUDAGINN 23. FEBRÚAR KL. 17.30.

Gaman saman í salnum á Skólabraut. Léttar veitingar, tónlist ofl. Verð kr. 4.000.-

ATH. Í OFANGREINDA VIÐBURÐI ER SKRÁNING NAUÐSYNLEG. Skráningarblöð liggja frammi á Skólabraut, Eiðismýri og í kirkjunni. Einnig eru nánari upplýsingar og skráning hjá Kristínu í síma 8939800, kristin.hannesdottir@seltjarnarnes.is Eins er upplagt að kíkja í aðstöðu félagsstarfsins á Skólabraut en þar liggja ávallt frammi skráningarblöð fyrir viðburði.

STYRKARÆFINGAR OG ÞÚTT

Nesklúbburinn býður eldri borgurum á Seltjarnarnesi og vesturbæ Reykjavíkur upp á léttar líkamsæfingar og þútt á þriðjudagsmorgnum í vetur. Steinn B. Gunnarsson íþróttastjóri Nesklúbbsins verður með léttar styrktar- og hreyfanleikaæfingar á þriðjudagsmorgnum kl. 10:30 fyrir eldri borgara á Seltjarnarnesi og nágrenni. Æfingarnar eru að mestu framkvæmdar í stól og henta öllum. Að loknum líkamsæfingum verður farið í þútt ásamt því að heitt verður á könnunni.

Þátttaka er að kostnaðarlausu og allir velkomnir á Nesvelli, nýja og glæsilega inniaðstöðu Nesklúbbsins á þriðjudagsmorgnum í vetur á Austurströnd 5.

Athugið að dagskrá félags og tómstundastarfsins stendur ykkur öllum eldri borgurum opin óháð búsetu.



Grant Thornton

Endurskoðun • Skattur • Ráðgjöf

Grant Thornton endurskoðun ehf. er íslenskt aðildarfélag Grant Thornton International Ltd., sem er eitt af fremstu alþjóðlegu samtökum sjálfstæðra endurskoðunar og ráðgjafarfirmatækja. Grant Thornton endurskoðun ehf. sérhæfir sig í að aðstoða rekstraraðila við að nýta tækifæri til vaxtar og bættrar afkomu með skilvirkri ráðgjöf. Framsýnn hópur starfsmanna, undir stjórn eigenda, sem ávallt eru aðgengilegir viðskiptavinum, nýta þekkingu og reynslu sína til að greina flókin málefni og finna lausnir fyrir viðskiptavinum sínum, hvort sem það eru einkarekin, skráð félög eða opinberar stofnanir. Yfir 35.000 starfsmenn Grant Thornton fyrirtækja í meira en 100 þjóðlondum, leggja metnað sinn í að vinna að hag viðskiptavina, samstarfsmanna og samfélagsins sem þeir starfa í.

www.grantthornton.is

RECARO

Barnabílstólar í úrvali



BÍLASMÍÐURINN HF

Bíldshöfða 16, 110 Reykjavík - Sími: 567 2330 - www.bilasmidurinn.is

Viltu hætta að reykja?

Fólk fer mismunandi leiðir að reyklausu lífi og til að forðast bakslag er mikilvægt að kynna sér hvaða úrræði og stuðningsmeðferðir eru í boði áður en kemur að deginum sem þú ætlar að hætta að reykja.

Dæmi um stuðningsmeðferðir eru t.d. ráðgjöf fagaðila í reykleysis-meðferð og nikótínlyf. Samkvæmt Berglindi Árnadóttur lyfjafræðingi hjá LYFIS/Icepharma hafa rannsóknir sýnt að samþætting faglegs stuðnings og nikótínlyfja gefi góða raun fyrir þá sem vilja hætta að reykja.

Í mörgum tilfellum eru það ekki bara fráhvörfin sem eru erfið heldur allt þetta félagslega og andlega sem tengist reykkingunum. Hafðu í huga að erfiðleikarnir og óþægindin sem þú upplifir þegar þú hættir að reykja eru tímabundin. Mikilvægt er að gera sér grein fyrir hverjar ástæðurnar eru fyrir því að vilja hætta að reykja. Gott er að minna sig á þessar ástæður reglulega, til dæmis þegar reykkingalöngunin gerir vart við sig.

Nikótínlyf

Þegar þú hættir snögglega að útvega líkamanum nikótín úr tóbaki finnur þú fyrir ýmiss konar vanlíðan sem kallast fráhvarfseinkenni.

Með notkun nikótínlyfja getur þú komið í veg fyrir eða dregið úr þessari vanlíðan og löngun til að reykja. Það er vegna þess að þú



Berglind Árnadóttir, lyfjafræðingur hjá LYFIS/Icepharma.

heldur áfram að útvega líkamanum lítið magn af nikótíni í stuttan tíma á meðan hann er að venjast því að fá ekki lengur nikótín úr tóbaki.

Nikótínlyf fást án lyfseðils í apótekum. Til eru margar gerðir af nikótínlyfjum svo hver og einn ætti að geta fundið nikótínlyf við sitt hæfi. Margir kjósa nikótín munnholsúða frekar en önnur nikótínlyf þar sem hann er auðveldur í notkun og áhrifin koma fram á um 1 mínútu. Samanborið við nikótín-tyggigúmmi eða nikótínmunnsogstöflur frásogast nikótín hraðar

úr munnholsúða og getur nikótín munnholsúði því hentað þeim sem vilja slá fljótt á reykkingalöngunina.

Það tekur innan við mínútu fyrir nikótínið að frásogast inn í líkamann frá því að maður dregur að sér sigarettureyk. Nikótínið fer upp í heila og losar þar taugaboðefnið dópamín, sem framkallar vellíðan. Það eru þessi áhrif sem reykkingafólk sækist eftir og ánetjast. Í ljósi þess hversu fljótt nikótínið frásogast inn í líkamann telur Berglind að notkun skjótvirkandi nikótínlyfs geti verið lykilatriði í að hætta að reykja.

Zonnic – taktu stjórnina!

Zonnic Pepparmint munnholsúði er notaður til að hjálpa þér að hætta að reykja þegar þú vilt hætta eða til að hjálpa þér að draga úr reykkingum þegar þú getur ekki eða vilt ekki hætta reykkingum. Munnholsúðinn inniheldur 1 mg af nikótíni í hverjum úða og er skjótvirkt lyf gegn reykkingalöngun.

„Þegar reykkingalöngunin gerir vart við sig viltu hafa skilvirkt ráð við höndina sem virkar hratt og örugglega. Zonnic munnholsúði er með piparmintutragði og koma áhrif hans fram á 1 mínútu eftir að úðaskammtur er notaður“ segir Berglind. Zonnic munnholsúði inniheldur ekki tjöru, kolsýring eða önnur eiturefni sem eru í sigarettureyk.

„Úðaglasíð er með úðastúti sem er sérhannaður til að auðvelda notkun.

Beina skal úðastútnum á milli kinnar og tanna þar sem nikótínið frásogast hratt inn í líkamann í munnholinu. Með því að beina úðanum á milli kinnar og tanna lágmarkar það einnig magn nikótíns sem berst niður í háls og maga, þar sem það getur valdið ertingu.“

„Ráðlagður skammtur er 1-2 úðar á þeim tíma sem sigaretta væri venjulega reyktt eða ef löngun gerir vart við sig“ upplýsir Berglind.

Zonnic munnholsúðinn er einnig góð leið ef þú vilt minnka



Zonnic pepparmint munnholsúði.

fjölda sigarettar sem þú reykir yfir daginn. Þú getur notað úðann til að vera laus við löngunina í sigarettu, því hver einasta sigaretta sem þú sleppir felur í sér stóran ávinning fyrir þig og þína heilsu.

Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og í fylgiseðli fyrir notkun lyfsins. Leiðið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á www.serlyfjaskra.is. Nicovium AB. NIC230101 – Janúar 2023

FORMENN HÚSFÉLAGA ATHUGIÐ!

Þriðjudaginn 24. janúar kl. 17.30

verður boðið upp á stuttan, opinn upplýsingafund fyrir húsfélög vegna innleiðingar á nýju flokkunarkerfi sorps á Seltjarnarnesi.

Fundurinn verður haldinn í **Gallerí Gróttu**, **fjölnotasal Bókasafns Seltjarnarness** á Eiðistorgi.

Ingimar Ingimarsson, garðyrkjustjóri Seltjarnarnesbæjar mun kynna áhrif nýja flokkunarkerfisins og hvernig húsfélög þurfa að bregðast við breyttum lögum í þessum efnunum.

Formenn / fulltrúar húsfélaga eru eindregið hvattir til að mæta á kynninguna en mismunandi fyrirkomulag verður við fjölbýlin og fer útfærslan eftir aðstæðum hverju sinni.



SELTJARNARNESBÆR

DARTVÖRUR Í ÚRVALI



Síðumúla 35 (gengið inn að aftan) - Sími 568 3920 & 897 1715

Gerðu góðverk í dag

907 2002

Hjálparstarf
kirkjunnar
www.help.is

Á Hjálparstínumum 1717
starfa sérjálftíðir
sjálfbærar sem
eru alltaf
töfak.

Líður þér illa í hjartanu?

1717

opinn - trúnaður - ókeypis + Rauði kross Íslands





Útfararþjónusta í yfir 70 ár

Vesturhlíð 2 | Fossvogi | s. 551 1266 | utfor@utfor.is | utfor.is
VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN

BÓKAÐ MÁL

Janúar



Ég vakna í myrkri. Mér verður ískalt strax og ég skrið undan sænginni. Ég get ekki gáð til veðurs fyrir móðu á gluggunum og opnanlegu fögin eru frosin föst. Ég hlusta eftir vindi. Mælirinn segir mínus ellefu. Ég klöngrast út og yfir klakabunkana að bílnum. Skafan bítur varla neitt á örþunnri frostsáninni á framrúðunni. Svo rígheld ég í stýrið og skauta við illan leik eftir hálfmokuðum götum borgarinnar. Þegar ég loksins kemst í vinnuna og sest niður krókloppinn renni ég yfir veðurspána og lyfti brúnum. Mínus tvær á morgun? Og bara rétt um frostmark um helgina? Sannkölluð vorblíða í kortunum. Það þarf ekki mikið til að gleðja mann.

Já, það er kaldur janúar á Íslandi. Nýtt ár gengið í garð og eins og alltaf felst í því nýtt upphaf í hugum fólks þótt veturinn haldi áfram og lífið gangi sinn vanagang. Það er viðeigandi að janúar sé nefndur eftir rómverska guðinum Janusi sem hafði tvö andlit og var þekktur sem guð upphafs og enda, dyra og hliða. Reyndar var janúar alls ekki fyrsti mánuður ársins hjá Rómverjum en það er önnur saga.

Hvert upphaf er um leið endir þess sem á undan er gengið og hverjum tímamótum fylgir söknunur og tregi í bland við hjartsýni og eftirvæntingu. Við kveðjum liðið ár sem sekkur inn í fortíðina og keppumst við að skipuleggja og áætla hvernig við getum gert nýja árið betra og innihaldsríkara.

En spálíkönin sem við smíðum fyrir framtíðina eru víst ekki mikið áreiðanlegri en blessuð veðurspáin. Það kemur aftur sól og aftur frost og við vitum ekki nákvæmlega hvenær. Við getum giskað, jafnvel vísindalega, en þurfum alltaf að vera búin undir hið óvænta. Það er jú það sem við munum helst eftir um næstu áramót en ekki það sem við plönuðum mest.

Í ljóðabókinni Endir og upphaf ritar pólska Nóbelskáldið Wislawa Szymborska í þýðingu Geirlaugs Magnússonar:

*Allt hefst á annan veg
en ætti að gera.
Það sem er
er ekki það sem ætti að vera.*

Þannig er lífið og við lifum bara áfram. Gerum okkar besta og hækum í ofnunum.

Það er aftur janúar og framtíðin er byrjuð.

TRYGGVISTEINN STURLUSON
Bókavörður á Bókasafni Seltjarnarness



Verslaðu með hjartanu!

www.systrasamlagid.is

Falin perla á Eiðistorgi

Dansgarðurinn - Óskandi á Eiðistorgi býður upp á fjölbreytt dansnám og hreyfingu, allt frá fjölskyldukrúlatímum í metnaðarfullt grunnnám í listdansi og fjölbreytta hreyfingu fyrir fullorðna eins og pilates, flamenco og ballett. Það má segja að dansskólinn Óskandi á Eiðistorgi sé falin perla í hverfinu okkar segir Guðrún, skólastjóri Óskanda.

Óskandi var opnað með það að leiðarljósi að bjóða upp á jákvætt, faglegt og uppbyggilegt umhverfi þar sem áhersla er á samvinnu, vellíðan, metnað og sköpun. Samvinna kallar á samtal og er þroskandi og mikilvægur hluti skólastarfs. Vellíðan skiptir miklu máli, manneskjan lærir best þegar hún er í umhverfi sem henni líður vel í, fær verkefni við hæfi og upplifir árangur. Metnaður er lagður í starfið og ef nemendur leggja metnað í nám sitt þá uppskera þeir eins og þeir sá og eiga síðan auðveldara með að takast á við fjölbreytt og krefjandi verkefni. Síðast en ekki síst er sköpun en sköpun örvar forvitni, ímyndunarafl og opnar á nýja möguleika. Sköpun er eiginleiki sem við öll fæðumst með en bælum oft niður þegar við eldumst. Það að halda áfram að skapa og uppgötva er mikilvægur eiginleiki sem við búum yfir og getum styrkt.

Á vorönn verður margt í boði fyrir allan aldur. Fyrir yngstu dansarana okkar er það kríladans sem er fjölskyldusamverustund fyrir börn frá 3 mánaða með forráðamanni þar sem við spjöllum um hreyfiproskann, syngjum, leikum og dönsum saman. Gólfíð er fyrsti leikvöllur barnsins og mikilvægt að barn fái tækifæri til að vera á gólfinu í frjálsum leik. Þessar samverustundir eru yndislegar og gaman að fylgjast með hvað er að gerast hjá hverju barni segir Guðrún sem er með samverustundirnar. Fyrir aðeins eldri nemendur eða frá 3 ára er hægt að sækja balletttíma þar sem ballett er kynntur í gegnum sköpun og leik. Frá 4 ára eru skapandi dansstímar og síðar nútímadansstímar



fáum æfingakerfum sem staðist hefur tímans tönn. Pilates er hannað til að styrkja, liðka og leiðrétta líkamsstöðu á náttúrulegan og heilbrigðan hátt, gert með skilningi, öndun og virðingu fyrir líkamanum. Það sem er svo frábært við pilates er að það hentar fjölbreyttu getustigi. Það hentar bæði þegar fólk er að byrja aftur að hreyfa sig eftir veikindi eða meiðsli en líka fyrir fólk sem er nú þegar í annarri hreyfingu. Katla sem kennir tímana er algjör reynslubolti og nær að bjóða upp á fjölbreytta og skemmtilega pilatestíma í hlýju umhverfi.

Það nýjast sem við erum að bjóða upp á núna eru fjölskyldutímar fyrir börn frá 9 ára með foreldri/foreldum. Góð tengsl foreldra og barna eru mjög mikilvæg, ekki síst þegar börnin eldast. Við byrjuðum janúar á salsafjölskyldutíma en planið er að bjóða upp á fjölbreytta dansstíma einu sinni í mánuði þar sem foreldrar, ásamt börnum og unglingum, geta komið saman einu sinni í mánuði og dansað og átt gæðastund saman.

í boði. Þegar nemendur eru um 8 - 9 ára er boðið upp á grunnnám í listdansi sem er kennt samkvæmt aðalnámskrá listdansskóla frá Menntamálaráðuneytinu. Einungis örfáir skólar á landinu bjóða upp á þetta nám sem samanstendur af klassískum ballett, nútímalistdansi, spuna, táskótækni, karakterdönsum og dansverkum. Þannig það þarf ekki að leita langt í metnaðarfullt listdansnám, segir Guðrún.

Hreyfing er mikilvæg fyrir unga sem aldna og mikilvægt að hver og einn finni hreyfingu við hæfi. Við höfum frá upphafi boðið upp á ballett fyrir fullorðna enda er það mjög skemmtileg leið til að hreyfa sig en upp á síðkastið höfum við

bætt við flamencotímum sem hefur verið mjög skemmtilegt. Alejanda sem kennir þá tíma er mjög fær og leggur mikla ást og metnað í tímana sína. Einnig bjóðum við upp á pilatestíma í hádeginu á mánudögum og miðvikudögum. Pilates sem var hannað af Joseph Pilates fyrir um einni öld og er eitt af





Útfararstofa Íslands

www.utfarin.is • Auðbrekku 1, Kópavogi

Sólarhringsvakt: 581 3300 & 565 5892
Komum til aðstandenda og ræðum skipulag sé þess óskað



Sverrir Einarsson
S: 896 8242



Jóhanna
Eiríksdóttir



Jón G. Bjarnason
S: 793 4455



Útfararstofa Hafnarfjarðar

www.utfararstofa.is • Dofrahellu 9b, Hafnarfirði



Allir iðkendur Gróttu fá höfuðhlífur



Gróttukrakkar með höfuðhlífarnar.

Barna- og unglingaráð Handknattleiksdeildar Gróttu gaf á dögunum öllum markmönnum yngri flokka höfuðhlífur sem notaðar verða á æfingum og leikjum. Hlífarnar eru frá fyrirtækinu SecureSport. Með þessum kaupum eykst öryggi markvarðanna hjá Gróttu til muna við höfuðhögg. Á myndinni má sjá kampakáta markverði 3. og 6. flokks hjá félaginu með nýju hlífarnar sínar.

Viggó í heimsókn á handboltanámskeiði



Viggó með krökkum sem tóku þátt í jólanámskeiðinu.

Enginn annar en landsliðsmaðurinn Viggó Kristjánsson kom sem leynigestur í heimsókn á jólanámskeið Gróttu í handbolta sem fór fram milli jóla og nýárs. Allt ætlaði um koll að keyra hjá krökkunum enda einn allra besta leikmaður sem Gróttu hefur alið. Viggó talaði við krakkana og komu margar spurningar enda margt sem krakkarnir höfðu áhuga á lífi landsliðsmanns og atvinnumanns. Yfir 50 krakkar tóku þátt í námskeiðinu og höfðu gagn og gaman af.

Hæfileikamótun HSÍ



Hæfileikamótun HSÍ fór fram í byrjun desember í Kaplakrika. 110 krakkar frá 16 félögum voru boðuð á æfingarnar en þetta var í annað sinn á tímabilinu sem krakkar fædd 2009 voru boðuð. Hæfileikamótun HSÍ er krefjandi og jafnframt skemmtilegt verkefni fyrir krakkana enda var æft stíft auk næringarfyrirlesturs og funda. HSÍ bauð svo upp á mat á milli æfinga. Þessir hæfileikaríku krakkar æfðu frá föstudegi til sunnudags í frábæru umhverfi með bestu leikmönnum landsins í þessum árgangi. Þetta er gríðarlega efnilegur hópur og framtíðin svo sannarlega björt hjá okkur. Þær stelpur sem voru valdar úr Gróttu: Aþena Míst Guðmundsdóttir, Edda Sigurðardóttir, Ester Brák Nardini og Guðfinna Ingvadóttir Ólafs.

Fimm á æfingum hjá yngri landsliðum HSÍ

Æfingar fóru fram hjá yngri landsliðum HSÍ dagana 16. til 18. desember Gróttu getur verið virkilega ánægð með hlutskipti sitt en samtals átti félagið fimm leikmenn í æfingahópum helgarinnar. Þessi voru boðuð: Katrín Anna Ásmundsdóttir fyrir U19 ára landslið kvenna. Dóra Elísabet Gylfadóttir fyrir U17 ára landslið kvenna. Arndís Áslaug Grímsdóttir og Elísabet Ása Einarsdóttir fyrir U16 ára landslið kvenna og Antoine Óskar Pantano fyrir U17 ára landslið karla. Við óskum leikmönnum hjartanlega til hamingju með valið og vonum að þetta eigi eftir nýtast þeim í komandi verkefnum, bæði hjá Gróttu og HSÍ.



GETRAUNANÚMER GRÓTTU

170

GRÓTTA

1X2 GETRAUNIR.IS

Valdar á úrtaksæfingar U15

Gróttustelpurnar Rebekka Sif Brynjarsdóttir og Sara Björk Arnarsdóttir voru valdar á úrtaksæfingar U15 ára landsliðsins í fótbolta.

Magnús Örn Helgason, landsliðsþjálfari U15 kvenna, valdi 30 stelpna hóp fyrir úrtaksæfingar sem fóru fram dagana 11. til 13. janúar.



Aufi valin í æfingahóp U16 ára

Gróttukonan Arnfríður Auður Arnarsdóttir var valin á æfingar U16 ára landsliðsins í fótbolta sem æfði saman í janúar.

Magnús Örn Helgason og Margrét Magnúsdóttir, landsliðsþjálfarar U16 kvenna, völdu hópinn. Aufi, sem er einungis 14 ára gömul var í hópnum en 30 stelpur voru valdar í æfingahópinn.



BÝR DANSARI Í ÞÉR?

STRÁKATÍMAR

NÚTÍMADANS

KRÍLADANS

BALLETT

PILATES

FLAMENCO

FJÖLSKYLDUTÍMAR

SKAPANDI DANS

DANS FYRIR ALLA!

DANSGARDURINN.IS

OSKANDI.IS



20% AFSLÁTTUR AF VIRDIAN VÍTAMÍNUM, BÆTIEFNUM, JURTUM OG OLÍUM

STENDUR TIL 3JA FEBRÚAR



Ethical
vitamins
with an
organic
heart

Óðinsgötu 1 101 Reykjavík systrasamlagid.is

Afgreiðslutími:
Mán: 10-16
Þri-fös: 10-17
Lau: 11-16

@systrasamlagid
Sími: 511 6367



DAGSKRÁ FEBRÚAR 2023



JANÚAR - MAÍ

BÓKAVERIÐ

Lestaráskorun! Lestu 15 bækur til 1. maí. Skráningarblað/bókamerki í afgreiðslu.



19. jan. – 11. feb

GALLERÍ GRÓTTA SÝNING

Unnar Ari Baldvinsson
myndlistarmaður
og grafískur
hönnuður sýnir
SKÝJAMYNDIR.



3. – 28. feb.

VETRAR-RATLEIKUR

Á safninu er búið að fela myndir af hlutum sem tengjast vetrinum.

Þátttökuverðlaun!



3. feb. kl. 16:00 – 20:00

FJÖRUG SAFNANÓTT FRAM UNÐAN

Skemmtileg stemning og fjölbreytt dagskrá fyrir alla fjölskylduna á Safnanótt á bókasafninu sem er hluti af Vetrarhátíð.

Tónlist, töfrabróð, söngur, skemmtun, listsýningar, föndur, bingó, blöðrur, pylsur o.fl.



SAFNANÓTT Á VETRARHÁTÍÐ

**4. feb.
kl. 11:00 – 14:00**



FÖNDURFJÖR

Sæunn
barnabókavörður
býður börnum og
fjölskyldum þeirra upp
á skemmtilegt föndur.

**6. feb.
kl. 20:00 – 22:00**

SELGARNANES OG NÁGRENNI

Áhugafolk um hannyrðir hittist, hjálpast að og deilir hugmyndum.

Nánar á FB:

SelGARNanes og nágreppi.



8. feb. kl. 16:30 – 17:00

SÖGUSTUND FYRIR YNGSTU BÖRNIN

Lesnar verða sögurnar **Ugla eignast vin** eftir Viktoriu Buzukiina og **Kuggur 5 - Þorralót** eftir Sigrúnu Eldjárn.



13. feb. kl. 19:30 – 20:30

BÓKMENNTAKVÖLD

Elisabet Jökulsdóttir
verður gestur okkar og mun fjalla um og lesa upp úr bók sinni **Saknaðarilmur.** Kaffi og kruðerí.



14. feb.

VALENTÍNUSAR-DAGURINN

Frægustu ástarsögurnar fá sviðið og börn og fullorðnir geta föndrað Valentínusarbókamerki og kort í tilefni dagsins.

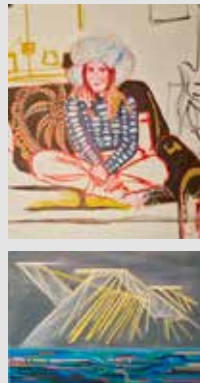


16. feb. kl. 17:00

SÝNINGAROPNUN GALLERÍ GRÓTTA

Karen Björg Jóhannsdóttir
listmálari opnar sýningu sína **ACE-ar.**

Sýningin stendur til 11. mars 2023.



18. feb. kl. 11:30 – 12:30

LESID FYRIR HUND

Börnum býðst að lesa sér til ánægju fyrir sérþjálfaða hunda. Sex börn komast að í hvert skipti. Skráning: saeunno@seltjarnarnes.is



22. feb.

ÖSKUDAGUR

Verið velkomin!



Opnunartími: Mán. – fim. 10 – 18:30, fös. 10 – 17 og lau. 11 – 14

Sími: 5959-170, Netfang: bokasafn@seltjarnarnes.is Bókasafn Seltjarnarness



**Bókasafn
Seltjarnarness**