

Breiðholtsblaðið

Dreift frítt í öll hús í Breiðholti

NÓVEMBER 2010

Lyfjaval

APÓTEK
ÁLFTAMÝRI • MJÓDD

BÍLAAPÓTEK
HÆÐASMÁRA 4
opið 10-23 alla daga

11. tbl. 17. árg.



S. 581 15 15

3 staðir 1 símanúmer

Gnoðarvogi 44 - Ánanaustum og Eddufelli 6

Bjartsýni í Breiðholti

Breiðholtsdagar verða haldnir hátíðlegir í áttunda sinn dagana frá 15. til 21. nóvember og verður yfirskrift þeirra "Bjartsýni í Breiðholti."

Þorsteinn Hjartarson, fram-

kvæmdastjóri Þjónustumiðstöðvar Breiðholts segir að þrátt fyrir erfitt árferði sé mikilvægt að íbúar hverfisins rækti allt hið jákvæða sem er að finna í Breiðholti og gefi því gaum. „Þar

sem nóg er af slíku í hverfinu getum við þrátt fyrir allt horft bjartsýn fram á veginn," segir Þorsteinn í samtali við Breiðholtsblaðið. Eins og dagskráin sýnir er af nógu að taka alla vikuna

því menningar- og félagsstarf er bæði öflugt og framsækið. Setningarathöfn hátíðarinnar verður í Hólabrekkuskóla mánudaginn 15. nóvember kl. 8:15 þar sem umhverfisviðurkenningar verða m.a. afhentar og hátíðarathöfn Breiðholtsdaga verður í göngugötunni í Mjódd föstudaginn 19. nóvember kl. 16:00. Þar verða m.a. á boðstólum tónlistartriði, heiðursviðurkenningar og ávarp borgarstjóra. Íbúasamtökin Betra Breiðholt verða með flóamarkað í Mjóddinni laugardaginn 20. nóvember. Margt fleira verður í boði eins og sjá má í dagskrá Breiðholtsdanna.



Slökkvitækja-þjónustan

564 1433

Bakkabraut 16 • 200 Kópavogur

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



Þessi skemmtilega mynd var tekin í Hólabrekkuskóla á Breiðholtsdögum í fyrra þar sem ungmenni fluttu tónlistartriði.



Slökkvitæki ehf

Hleðsla - Sala - Þjónusta

Helluhrauni 10 - Hfj.
Sími 565-4080

Verslum við litla manninn

borgarblod.is

- bls. 4
Viðtal við
Önnu Sif
Jónsdóttir

- bls. 10
Þín verslun
25 ára

Apótekið í Hólagarði er opið:
mán-föst: 10-18, laugardaga: 10-14

 **Apótekið**
læggra verð

Grafarvogi • Hólagarði • Hagkaup Skeifunni • Hagkaup Akureyri



Kjúklingaútsala **25%**
afmælisafsláttur

Í tilefni 25 ára afmælis verslunarinnar
verður 25% afsláttur af fjölda vörutegunda.

Heitur matur í hádeginu
alla virka daga

 **Þín verslun**
SELJABRAUT 54 • SÍMI 557 1780 - 577 1788
- á traustum grunni

Breiðholtsblaðið

Útgefandi: Borgarblöð ehf.
Vesturgötu 15 • 101 Reykjavík
Sími: 511 1188 • 561 1594
Fax: 561 1594

Ritstjóri: Þórður Ingimarsson, Sími 551 1519 • 893 5904

Netfang: thord49@simnet.is

Auglýsingasími: 511 1188 • 561 1594 • 895 8298

Netfang: borgarblod@simnet.is

Framkvæmda- og auglýsingastjóri: Kristján Jóhannsson

Umbrot: Valur Kristjánsson

Prentun: Landsprent ehf.

Dreifing: Morgunblaðið

11. tbl. 17. árgangur

Breiðholtsblaðið er dreift fritt í öll hús í Breiðholti

Bjartsýni í Breiðholti

Bjartsýni í Breiðholti er yfirskrift Breiðholtsdaganna sem hefjast í byrjun næstu viku. Þorsteinn Hjartarson, framkvæmdastjóri Þjónustumiðstöðvar Breiðholts segir af því tilefni að þrátt fyrir erfitt árferði sé mikilvægt að íbúar hverfisins rækti það jákvæða sem er að finna í Breiðholti og gefi því gaum. Þar sem nóg sé af slíku í hverfinu geti íbúarnir þrátt fyrir allt horft bjartsýnir fram á veginn.

Hér kveður við nýjan en nauðsynlegan tón í umræðunni sem því miður hefur einkennst af sleggjudómum og jafnvel skætingi að undanfögnu. Hin harða og neikvæða umræða á sér þó sínar forsendur. Sú þjóðfélagsmynd sem fólk rembdist við að koma á um og uppúr aldamótum, þjóðfélagsmynd mikilla allsnægta er hrunin. Hún hrundi vegna þess að engar forsendur voru fyrir henni. Hún var byggð á sandi og þegar stormar tóku að bylja og steypiregn að steypast stóð ekki steinn yfir steini. Fólk er vonsvikið. Margir hafa séð á eftir eigum sínum vegna þess að þær forsendur sem hagkerfið og samfélagið var byggt á brugðust.

Stjórnámamenn eiga mikla sök á því hvernig fór. Þrátt fyrir her manns í bönkum og öðrum fjármálafyrirtækjum sem spiluðu djarft og tóku áhættur á borð við þær sem viðgangast í spilasölum heimsins er ábyrgðin engu að síður þeirra sem héldu um stjórnartaumana. Þeir skópu umhverfið og leikreglurnar eða öllu heldur leikregluleysið sem leyfði nánast allt.

Af þessum sökum tókst eyþjóðinni að komast á flug um stund. En vegna þess að eldsneytið skorti, vegna þess að lítill verðmæti voru að baki pappírseignanna var brotlendingin óhjákvæmileg.

Þótt tvö ár séu liðin frá brotinu hefur stjórnámamönnum ekki tekist að ná tökum – hvorki á sjálfum sér né ríkjandi aðstæðum og viðfangsefnum. Þeir sitja örvinglaðir og engjast í flokksholnum sínum og vita ekki sitt rjúkandi ráð. Þeir sjá ekki út fyrir sínar eigin holur og virðist fyrir munað að setja sig inn í nýjar aðstæður og aðlagast nýjum tímum. Stjórnámamennirnir hafa reynst vanmegnugir að takast á við þann vanda sem af brotlendingunni leiddi. Þeir sjá ekki skóginn fyrir flokkstrjáum og ná ekki að rekja þær slóðir sem þarf til björgunar og uppbyggingar.

Á slíkum tímum er þörf á að ræða um bjartsýni og tala kjark í fólk. Yfirskrift Breiðholtsdaganna er liður í þeirri viðleitni. Liður í því starfi sem almenningur í landinu þarf að taka að sér þegar stjórnálin hafa brugðist. Bjartsýni í Breiðholti er eftirtektarverð. Af nógu er að taka. Skógurinn er fyrir hendi ef trén eru tekin frá.

Það sem hafa ber í huga varðandi andlát og útför



Sverrir Einarsson



Hermann Jónasson



Jón G. Bjarnason



Bryndís Valbjarnardóttir

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS

Suðurhlíð 35 Fossvogi • www.utfarin.is
Vaktsími: 581 3300 & 896 8242 • Sólarhringsvakt
Komum heim til aðstandenda ef óskað er

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



ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR

Flatahraun 5a • www.utfararstofa.is
Vaktsími: 565 5892 & 896 8242 • Sólarhringsvakt
Komum heim til aðstandenda ef óskað er

Átak gegn einelti í Seljaskóla



Frá félagstarfi úr eldribekkjum í Seljaskóla.

Skólastjórnendur og kennara Seljaskóla hafa að undanfögnu unnið gegn einelti eftir sérstöku upplýsingakerfi sem Kolbrún Baldursdóttir, sálfræðingur hefur unnið. Þórður Kristjánsson, skólastjóri Seljaskóla sagði í samtali við Breiðholtsblaðið að Kolbrún hefði sent þessar hugmyndir til skólans og annarra skóla.

„Við ákváðum strax að notfæra okkur þetta og aðlagja þeirri vinnu sem fram fer hér innan skólans við að sporna gegn einelti. Þessi aðferðafræði Kolbrúnar fellur alveg að stefnu Seljaskóla að líða ekki stríðni eða einelti innan skólans.“ Þórður segir að þegar sé búið að kynna efnið fyrir nemendum fjórða bekkjar og upp í tíunda bekk og unnið sé að undirbúning þess að kynna litlu krökkunum þetta. „Það þarf aðeins meiri undirbúning og aðlögun vegna þess að taka þarf tillit til aldurs og að þeirra heimur er aðeins öðruvísi.“ Þórður segir að eftir að farið var yfir þetta með krökkunum hafi þau farið að koma til skólastjórnenda og kennara og segja frá ýmsu sem þau hafi orðið vör við en hefðu trúlega ekki gert að öðrum kosti. „Allt þetta hjálpar okkur í baráttunni við stríðnina og eineltið.“

Hef fengið ótrúlega góð viðbrögð

Í samtali við Breiðholtsblaðið kvaðst Kolbrún leggja mikla áherslu á mikilvægi forvarna þegar um eineltismál væri að ræða. „Ég prófaði þetta í fyrsta skipti með þessum hætti nú í haust með því að búa til smá prógramm, sambland af tilmælum og fræðslu til að fara með inn í bekk. Ég hóf máls á að segja að ég þyrfti að ræða við þau um grafalvarleg mál og fannst mér ég þá í flestum bekkjunum fá fulla athygli krakka. Foreldrar voru upplýstir um heimsóknina í bekkina og innihald skilaboðanna og þeir beðnir um að ræða þessi mál við börnin sín. Til að miðla því sem ég held að geti gagnast sendi ég öðrum skólum í Reykjavík upplýsingar



Kolbrún Baldursdóttir sálfræðingur.

um þessa aðgerð og prógrammið sjálft. Ég hef fengið ótrúlega góð viðbrögð. Fjölmargir skólar sendu þakkaskeyti og Seljaskóli gerði gott betur og sýndi mér hvernig þau voru búin að aðlagja efnið að sínum skóla.“

Einelti er þegar niðst er á öðrum

En hvað er einelti? Hvaða skilgreiningar eru lagðar til grundvallar þegar tiltekin hegðun er metin sem einelti? „Einelti er þegar einn aðili eða fleiri niðast á öðrum t.d. með því að segja ljót orð, hæða, niðurlægja, útiloka eða meiða á annan hátt, sálfræðilega eða líkamlega. Uppnefningar og baktal eða hvísl um einhvern annan. Neikvæðar sögur, frásagnir eða lygar um einhvern sem koma honum illa. Segja öðrum að útiloka einhvern ákveðinn einstakling, tala ekki við hann, hunsanna hann. Þegar einhver er skilinn útundan, gefið í skyn að hann einn sé ekki velkominn. Þegar gert er grín að öðrum vegna útlits eða þyngdar. Þegar hæðst er að menningu, trú eða húðlit einhvers. Þegar hæðst er að fötlun eða heilsuleysi einhvers.“ Kolbrún segir að þegar einhver einn einstaklingur fær ekki að vera með í leikjum eða íþróttum. Þegar gert er grín að einhverju og

síðan þóst að verið sé að „djóka“. Þegar neitað er að vinna með eða sitja hjá ákveðnum einstaklingi í skólanum. Þegar eigur annarra eru eyðilagðar, þeim stolið eða þær faldar. Þegar einstaklingur er meiddur, í hann sparkað, hann sleginn, hrækt á hann eða honum hrint þá sé það ekkert annað en einelti. Hún nefndi einnig dæmi um það sem kallað er rafrænt einelti þegar illkvittin skilaboð eru send eða komið til skila með rafrænum hætti. „Dæmi um þetta er þegar Netíð eða gsm síminn er notaður til að gera eitthvað af því sem nefnt hefur verið hér að ofan. Einnig þegar neikvæðum, skaðlegum skilaboðum um einhvern er komið áleiðis til annarra í gengum: MSN, tölvupóst. Facebook, Blogg, SMS eða tekin er mynd með GSM síma og sett á Netíð til að hæðast að eða svívirða þann sem myndin er af. Aðrar netsíður sem einelti hefur viðgengist á eru: Myspace, YouTube og spjallrásir.“ Kolbrún segir að krakkar þurfi að muna að allt sem skrifað er á netið er opinbert sem þýðir að aðrir geta lesið það, tekið afrit af því og geymt það til að sýna öðrum síðar. „Margir halda að nóg sé að stroka út (delete) og þá sé málið úr sögunni. En svo einfalt er það ekki.“

HYSIR.IS

BREIÐHOLTSDAGAR

15. - 21. NÓVEMBER 2010

Breiðholti dagar verða haldnir hátíðlegir í áttunda sinn frá 15.-21. nóvember. Yfirskrift dagana verður “BJARTSÝNI Í BREIÐHOLTI.” Þrátt fyrir erfitt árferði er mikilvægt að íbúar hverfisins rækti allt hið jákvæða sem er að finna í Breiðholti og gefi því gaum. Þar sem nóg er af slíku í hverfinu getum við þrátt fyrir allt horft bjartsýn fram á veginn. Eins og dagskráin sýnir er af nógu að taka alla vikuna því menningar- og félagsstarf er bæði öflugt og framsækið. Setningarathöfn hátíðarinnar verður í Hólabrekkuskóla mánudaginn 15. nóvember kl. 8:15 þar sem umhverfisviðurkenningar verða m.a. afhentar og hátíðarathöfn Breiðholti dagskrá verður í göngugötunni í Mjódd föstudaginn 19. nóvember kl. 16:00. Þar verða m.a. á boðstólum tónlistaratriði, heiðursviðurkenningar og ávarp borgarstjóra. Frístundaheimilin í hverfinu eiga 10 ára afmæli og verður vegleg afmælisveisla alla vikuna í tilefni þess. Íbúasamtökin Betra Breiðholt verða með flóamarkað í Mjóddinni laugardaginn 20. nóvember. Margt fleira verður í boði, sbr. meðfylgjandi dagskrá.

Bjartsýni í Breiðholti

15. nóvember, mánudagur

- 07:30 **Pottagestur í Breiðholti**
Borgarlistamaður Rvk. Kristbjörg Kjeld leikkona
- 08:15 Setning Breiðholti dagskrá í umsjón Hólabrekkuskóla Lárus R. Haraldsson afhendir viðurkenningar til hverfisbúa
- 09:50 Vatnsleikfimi í Breiðholti, allir velkomnir.
- 14:00 Sýning ljósmynda í Ljósmyndasamkeppni Breiðholti opnuð af Lárusi Haraldssyni formanni hverfisráðs.
- 15:00 Sýning frístundaheimila er sett upp í Mjóddinni og stendur út vikuna
- 15:00 Skólahljómsveit Árbæjar og Breiðholti heimsækir Skógarbæ
- 18:30 Messa í Maríukirkjunni (alla virka daga)
- 09:00-16:30 Málverkasýning Sigríðar Rögnvaldsdóttur í Árskógum opni daglega alla vikuna
Verslanir í Hólagarði með ýmskonar tilboð út vikuna

16. nóvember, þriðjudagur

- 07:30 **Pottagestur í Breiðholti**
Elsa Hrafnhildur Yeoman 111 - Rvík
- 10:30 Fjölskyldumorgun í Gerðubergssafni
- 12:00 Kyrrðarstund í Fella- og Hólabrekkuskóla Ragnhildur Ásgeirsdóttir djákni leiðir, súpa og brauð á vægu verði
- 09:00 **Dagur íslenskrar tungu**
“Fellaskóli, kynslóðir saman; félagsstarfið, leiksk. Ösp, Fellaborg, Vinaminni og Völvuborg“ auk Tónskóla Sigursveins Kristinssonar
- 13:00-16 Fella- og Hólabrekkuskóla, kirkjustarf eldri borgara með Ólafi Gränz
- 14:00-16 Miðberg, Origami smíðja Björn Finnsson leiðbeinir við pappírsmál
- 15:00 Sýning frístundaheimila er sett upp í Mjóddinni og stendur út vikuna

17. nóvember, miðvikudagur

- 07:30 **Pottagestur í Breiðholti**
Sigurlaug Guðmundsdóttir nemi í íþróttfræðum við HR
- 09:40-11:40 Skóla- og nemendaráð grunnskólanna í heimsókn í Þjónustumiðstöð Breiðholti
- 09:50 Vatnsleikfimi í Breiðholti, allir velkomnir. Kaffi á könnunni
- 10:00 Sungið, leikið og dansað í félagsstarfinu í Gerðubergi, í samstarfi við Háskólann í Reykjavík

- 12:00 Breiðholti kirkja með vikulega Kyrrðarstund, boðið upp á súpu eftir stundina
- 15:00 Sýning frístundaheimila er sett upp í Mjóddinni og stendur út vikuna
- 16:00 Fella- og Hólabrekkuskóla Listasmiðjan Litróf með opna söngæfingu
- 17:00 Fella- og Hólabrekkuskóla Listasmiðjan Litróf býður upp á léttu söngsveiflu með ABBA lögum
- 20:00 Stýrihópurinn 111 Rvk heldur opinn fund í Gerðubergi D-sal.

18. nóvember, fimmtudagur

- 07:30 **Pottagestur í Breiðholti**
Hugrún Hrönn Kristjánsdóttir rithöfundur og íslenskufraeðingur.
- Afmælis-Blöðruskrúðganga frá öllum frístundaheimilunum (allir skólar) að Miðbergi
- Fernulistaverk barnanna staðsett og hengt upp á torginu við Miðberg
- 10:00 Foreldramorgun í safnaðarheimili Fella- og Hólabrekkuskóla, Aðventuskreytingar
- 10:30 Helgistund í Gerðubergi. Sr. Svavar Stefánsson leiðir stundina
- 15:00 Sýning frístundaheimila er sett upp í Mjóddinni og stendur út vikuna
- 15:00-15:40 Úti-Tónleikar á torginu við Miðberg, Ingó kemur og spilar

19. nóvember, föstudagur.

- 07:30 **Pottagestur í Breiðholti**
Lárus R. Haraldsson formaður Hverfisráðs Breiðholti
- 10:00 Á Bakkatúni er íþróttastund Bakkahverfisleikskólanna Arnar-, Bakka- og Fálkaborgar
- 10:00 Félagsstarfið í Gerðubergi, heiðursgestur í þrjónakaffi
- 14:00 Elsa með söng- og tónlistastund í Skógarbæ
- 14:00 Leikskólinn Fálkaborg, afmælisveisla, söngur, kaffi og myndlistasýning.
- 15:00 Sýning frístundaheimila er sett upp í Mjóddinni og stendur út vikuna
- 15:00 Mjódd, Félagar úr Harmonikkufélagi Reykjavíkur leika

16:00-17:00 Hátíðasamkoma í Mjódd

- Kynnir: Þorsteinn Hjartarson framkvæmdastjóri Þjónustumiðstöðvar Breiðholti. Jón Gnarr borgarstjóri afhendir viðurkenningar Úrslit og verðlaunaveitingar í Ljósmyndasamkeppni inni Lárus Har. Form. Hverfisráðs Borgarkórinn, Gerðubergskórinn, Hólabrekkubandið og danshópurinn Berkz on Ice
- 19:00-22:00 Sundlaug Breiðholti, frítt í sund fyrir alla
- 20:00 Rímnaflæði í Miðbergi, keppninni verður útvarpað beint í gegnum netið á útvarpstöð unglínganna

20. nóvember, laugardagur.

- 10:00 Íþróttahúsið Austurbergi ÍR1:KA1 3.fl kk
- 10:00 Leiknisvöllur, Leiknismenn bjóða ÍR-ingum til fótboleikja í yngri flokkum
- 11:20 Íþróttahúsið Austurbergi ÍR2:KA2 3.fl kk
- 11:00-17 Markaðsdagur Íbúasamtakanna Betra Breiðholt í Mjódd
- 13:00-17 Menningamiðstöðin Gerðuberg, Kellingabækur: Konur kynna ritverk sín
- 13:00-15 Íþróttafélag Reykjavíkur með þrautir og markað í Mjódd
- 13:00 Listasmiðjan Litróf syngur Abba lög og selur diskinn sinn í Mjódd
- 13:00-17 Kvenfélagið Fjallkonur með handverksmarkað í félagsstarfinu í Gerðubergi
- 13:00-17 Konur í Breiðholti með flóamarkað í félagsstarfinu í Gerðubergi
- 14:00 Samleikur með harmoníkuspil í Mjódd
- 14:45 Samleikur með andlitasmálningu í Mjódd
- 15:00 Leshringur Guðrún frá Lundi í félagsstarfinu í Gerðubergi
- 16:00 Íþróttahúsið Austurbergi N1 deild kvenna ÍR: Haukar

21. nóvember, sunnudagur.

- 11:00 Breiðholti kirkja með fjölskylduguðþjónustu
- 14:00 Finnski hesturinn leikhúsfærð félagsstarfsins í Breiðholti
- 14:00-15 Barnadagur í Gerðubergssafni
- 14:00-16 Gerðuberg, Syngjum og kveðum... Um hetjur hafsins Ljuf söngstund í kaffihúsinu, Bára Gríms og Cris Foster
- 20:00 Breiðholti kirkja hringir kirkjuklukkum til Tómasarmessu

VIÐTALIÐ

Elliðaárdalurinn dró mig í íbúasamtökin

Anna Sif Jónsdóttir, fjármálastjóri hjá Reginn var fjögurra ára þegar fjölskylda hennar flutti í blokkaríbúð við Engjasel. Síðan byggðu foreldrar hennar, Jón Ólafsson, hafefnafræðingur og prófessor og Sigrún Stefánsdóttir, hjúkrunarfræðingur sér hús við Kleifarssel og fluttu þangað 1983. „Pabbi var alinn upp í miðbæ Reykjavíkur en mamma flutti 11 ára gömul til borgarinnar.

„Við vorum frumbýlingar í Breiðholtinu. Foreldrar mínir fluttu í nýja blokkaríbúð við Engjasel en það var fyrsta íbúðin þeirra og við bjuggum þar í sex ár. Þá var kominn tími á stærra húsnæði og mamma og pabbi byggðu hús við Kleifarssel þar sem Byggingasamvinnufélagið Vinnan fékk lóðir. Við fluttum þangað haustið 1984 í húsið hálftilbúið eins og oft var. Mamma og pabbi unnu mikið sjálf í húsinu og þegar við fluttum inn var það hurða- og eldhúsinnréttingalaust en hún kom fljótlega eftir að inn var komið. Fólk bjó við allskonar aðstæður á meðan það var að koma sér upp framtíðar húsnæði öðruvísi en síðar varð, en núna veit maður af fjölskyldum sem búa í bílskúrum eða neðri hæðum á meðan unnið er í húsinu.“

Gaman að alast upp í Breiðholtinu

Á þessum tíma var nýtt og stórt hverfi að byggjast upp frá grunni og fólk kom alls staðar að. Anna segist minnst þess hversu margt var frumstætt þegar þessi byggð var að rísa og einnig barnafjöldans bæði í Engjasel og Kleifarsemi. „Fyrir okkur krakkana var virkilega gaman að búa þarna. Leiksvæðin voru nær endalaus og sum hver ekki barnvæn. Fyrir framan blokkina okkar í Engjasel var steinsteypt þak á bílageymslu sem við notuðum mikil fyrir leiksvæði. Ég man líka eftir mér og Stebba bróður að klöngrast upp á þaki á hálfbyggðu þriggja hæða raðhúsi fyrir aftan Engjasel, mamma og pabbi horfðu á okkur út um gluggann og var ekki skemmt. Í minningunni þá er þetta allt mjög barnvænt og vissulega eru stórir hlutar af Breiðholtinu barnvæn byggð. Bakkarnir eru sérhannaðir til þess að börn þurfi ekki að fara yfir umferðargötur og allt skipulag Seljahverfisins er á þann hátt að börn og annað fólk er verndað í kringum heimili sín. Ég man eftir að hafa labbað eða hjólað um allt hverfi eftir verslun eða þjónustu, ég fór niður í Arnarbakka í bókabúðina þegar ég bjó í Engjasel og var í dansskóla hjá Heiðari á hæðinni fyrir ofan Kjót og Fisk þar sem Þín verslun er við Seljabraut. Eftir að við fluttum í Kleifarsemi fór ég oft í Eddufell, meðal annars í bókabúðina eftir BRAVO blaði.“

Eitt stærsta íþróttahús á sínum tíma

Þegar skólaganga mín hófst var ekki búð að byggja Selja skóla og því hóf ég skólagöngu í Ölduselsskóla 1977 þar sem Áslaug Friðriksdóttir réð ríkjum sem skólastjóri, ég man vel eftir henni, fannst hún hlý og brosmild og góð kona í augum okkar barnanna. Þegar ég var átta ára tók Seljaskóli til starfa og segja má að ég hafi stækkað og þroskast með skólanum eða að skólinn hafi stækkað með mér. Þegar ég byrjaði þar var bara ein skólabygging en ætli þær séu ekki 10 eða 11

í dag. Mér er minnstætt þegar íþróttahúsið var byggt við Seljaskóla. Þetta var stærsta skólaíþróttahús á þeim tíma og mikil bylting fyrir okkur krakkana. Einnig minnir mig að þetta hafi verið fyrsta íþróttahúsið með mjúku gólfi. Eins var frábært að fá Breiðholtslauginu og maður gerði sér oft ferð í hana. Ég var töluvert á skíðum þegar ég var krakki, bæði bara í brekkunum í hverfinu og einnig löbbuðum við krakkarnir oft uppá Seljabraut og tókum rútu þaðan í Bláfjöll. Mér finnst eins og það hafi alltaf verið nægur skíðasnjór og man eftir mjög snjóþungum vetrum í Breiðholti með tilheyrandi ófærð, bílar og strætisvagnar stöpp út um allt. Ég fór í MR eftir nám í Seljaskóla, skólinn var tvísetinn á þessum árum og ég var í skólanum eftir hádegi. Ég tók alltaf strætó niður í bæ á morgnana og borðaði með föturömmu minni og afa í hádeginu en þau hétu Anna Jónsdóttir og Ólafur Jóhann Sigurðsson. Ég er elsta barnabarnið og á skemmtilegar minningar frá þessum vetri. Þetta var síðasta árið sem Ólafur Jóhann afi minn lifði og ég náði að kynnast honum vel á þessum tíma. Síðar á menntaskólaárum mínum og háskólaárum var amma flutt vestur á Reynimel og ég kom oft til hennar þangað, lærði til að mynda mikið hjá henni fyrir stúdentspróf.“

Sérstök tilviljun

Anna segist hafa verið nokkuð tvístígandi eftir námslokinn í MR. „Ég vissi ekki alveg hvað ég vildi gera. Ég hafði mikinn áhuga á listasögu á þessum tíma og þess- ar pælingar enduðu með því að ég fór í sagnfræði. Ég fann þó fljótt að sagnfræðin átti ekki alveg við mig en lauk henni þó. Ég var farin að sjá fyrir mér að ég væri of virk fyrir hana og ég yrði hundleidd á að sitja yfir einhverjum skræðum. Ég held að ég hafi farið í gegnum þetta á þrjúskunni og hugsuninni að hætta ekki því sem maður byrjar á. Þó svo ég hafi aldrei unnið við neitt sem tengist þessi námi þá hefur það komið sér vel, bæði fékk ég hluta þess metinn þegar ég fór aftur í háskólanám og svo hefur þjálfunin sem ég hlaut við ritgerðarskrift nýst mér vel. Ég var að vinna með náminu, hjá pabba niðri á Hafró og við fórum oft í mat til ömmu á Reynimel í hádeginu. Svo kom að því að ég fór sjálf að búa. Maðurinn minn heitir Arnar Jónsson og starfar sem ráðgjafi hjá Capacent. Þá var amma komin á elliheimili og við byrjuðum búskap okkar í íbúðinni hennar á Reynimelnum. Það var ekki alveg hefðbundið heimili námsmanna þar sem í íbúðinni var mikið af innbúi ömmu, málverk, mikið af bókum, kögurlampar og þess háttar. Eftir útskrift fór ég að vinna á lögmannsstofu hjá Jóni Egilssyni lögmanni. Það var mjög skemmtilegur og góður tími en ég fann að ég var ekki komin á þann stað í lífinu þar sem ég myndi vilja vera á svo ég sótti aftur inn á námsbrautina. Ég fór að læra viðskiptafræði og starfaði með náminu hjá endurskoðunarfræðingnum KPMG. Ég lauk viðskiptafræðinni árið 2002 og árið 2006 varð ég löggiltur endurskoðandi. Til gamans get ég sagt frá því að þegar ég átti að mæta í athöfn í Þjóðmenningarhúsinu til þess að taka við löggildingarskrifteininu úr hendi fjármálaráðherra í janúar árið 2006 en varð að afboða mig vegna anna við að koma syni mínum í heiminn en hann fæddist þennan dag. Árni



Anna Sif Jónsdóttir fjármálastjóri.

Tómasson endurskoðandi, sem er kunnur fyrir að stýra skilaneftnd gamla Íslandsbanka tók á móti skirteininu mínu en dóttir hans var einmitt ein læknanna sem komu syninum í heiminn þennan dag. Þetta var sérstök tilviljun að þau feðgin kæmu svona hvort á sinn hátt inn í stórvjðburði í lífi mínu þennan dag. Ég vann hjá KPMG í tæp sjö ár en skipti þá um starfsvettvang og fór að vinna fyrir fasteignafélag sem síðar varð Landic Property og heitir nú Reitur. Í dag starfa ég hjá Reginn sem er dótturfélag Landsbankans og heldur utan um ýmsar fasteignir sem bankinn hefur eignast vegna skuldaskila.“

Foreldrarstarfið er mikilvægt

Anna og Arnar bjuggu á Reynimelnum frá 1994 til 2003 þegar þau festu kaup á húsi við Fornastekki í Breiðholti. „Þegar við fluttum í húsið áttum við þriggja ára dóttur, Önnu Dögg, en síðan hafa tvö börn bæst í hópinn, Jón Andri sem er fjögurra ára og Sigrún Eva 19 mánaða. Okkur líður afskaplega vel hér í hverfinu, góðir nágrannar, hverfið miðsvæðis og gróð og fjölskylda mín í nágrenninu í Seljahverfi. Ég hef gefið mig nokkuð að félagsmálum í hverfinu einkum til þess að hafa áhrif á það umhverfi og samfélag sem börnin okkar eru að alast upp í. Þetta hefur leitt mig eitt og annað í hverfinu.“ Anna hefur tekið þátt í foreldrafélaginu í Breiðholtsskóla, verið bekkjarfulltrúi ásamt því að sitja í skólaráði. „Mér finnst bæði fræðandi og ánægjulegt að taka þátt í þessu starfi en ég held að gott og öflugt foreldrarstarf eflir bæði skólann sjálfan og stjórnendur hans og einnig nemendurna. Foreldrar kynnast líka persónulega í þessu starfi og það myndast ákveðin tengsl á milli þeirra sem ég tel vera gríðarlega mikilvæg bæði fyrir leikskólana og grunnskólann. Ég held að það hafi einnig gríðarlega góð áhrif fyrir sjálfmynd krakkanna að foreldrar taki þátt í því starfi sem fram fer í skólanum. Það að mamma og pabbi sýni skólanum og bekknum áhuga og skipuleggi eða mæti á bekkjararkvöld og þess háttar atburði

er krökkunum gríðarlega mikilvægt og mjög jákvæð upplifun fyrir þau gagnvart skólanum. Ég sé fram á að ég verði viðloðandi við Breiðholtsskóla fram til ársins 2023 þegar að yngri dóttirin hætti í skólanum og ætli ég verði ekki í einhverskonar foreldrarstarfi allan þann tíma. Það er mjög margt sem mig langar að taka þátt í og gera á þessum vettvangi en sumt verður að bíða betri tíma. Núna er ég með lítil börn og í erilsömu starfi en það að bæta og hafa áhrif á umhverfi barnanna minna er eitt af áhugamálunum.“

Elliðaárdalurinn dró mig í íbúasamtökin

Anna Sif hefur átt sæti í stjórn íbúasamtakanna Betra Breiðholts um tíma. „Fyrirhuguð bygging slökkvistöðvar í Elliðaárdalnum dró mig að þeim samtökum. Við vorum hópur fólks hér í Stekkunum sem lögðumst gegn því að byggð yrði slökkvistöð neðan við Stekkjarbakkann. Okkar mótmæli sneru að staðsetningu stöðvarinnar í hlífum Elliðaárdals en alls ekki þeirri hugmynd að fá slökkvistöð í nágrenni hverfisins og bentum á marga staði sem til greina kæmu fyrir starfsemi slökkviliðsins. Við fórum líka á fund hjá íbúasamtökunum Betra Breiðholti; ég, Bergljót Rist og Rut Káradóttir til að fylgja þessu máli eftir og endaði með að við vorum allar kosnar í stjórn til tveggja ára sem er að ljúka núna í haust. Ef til vill hefur það verið vegna þess- arar óánægju og mótmæla sem hugmyndin um byggingu slökkvistöðvarinnar var tekin af dagskrá og ég hef ekki heyrt minnst á slökkvistöð um tíma. Vera má að málið sé í biðstöðu vegna þjóðfélagsástæðna og að hugmyndin verði dregin fram síðar. Nálægðin við Elliðaárdalinn er klárlega einn af stóru kostum þess að búa í Breiðholti. Ég gerði mér ekki almennilega grein fyrir þessu þegar við fluttum í húsið en núna fer ég reglulega í dalinn okkar fagra.“

Parf að samræða starfsdaga

Anna segir gaman að taka þátt í hverfismálunum og koma að starfi íbúasamtakanna líkt og gefandi

sé að taka þátt í starfi skólanna. „Ég veit ekki hversu lengi ég kem til með að starfa með íbúasamtökunum en ég ætla mér í framtíðinni að snúa mér meira að því að vera virkt foreldri og bakland fyrir börnin mín og skólastjórnendur í skólanum þeirra. Ég tel að frítímanum sé vel varið á þeim vettvangi og að maður geti látið eitthvað gott af sér leiða.“ Þegar þetta spjall fór fram var Anna nýkomin ásamt fjölskyldu sinni úr vetrarfrí til Akureyrar. „Við ákváðum að taka okkur frí með börnunum og fara í smá ferðalag með þeim.. Í dag er máluð þannig háttáð að foreldrar eiga stundum í erfiðleikum með börnin þessa daga þar sem þau eru bundin í vinnu og krakkarnir hafa ekkert við að vera. Ég á til að mynda börn á tveimur leikskólum og í grunnskóla og á 5 vikna tímabili núna eru sex dagar sem einhver skólanna er lokaður. Ég held að finna megi þessu betra skipulag þannig að vetrarfrídagarnir geti nýst meira sem fjölskyldudagar en bæði fjölskyldur og vinnustaðir þurfa að aðlaga sig betur að þessum frídagum. Það er samt ekkert hlapið að því fyrir foreldrar að fá frí á öllum þessum dögum ofan á það að taka fjögurra vikna sumarfrí eins og óskað er eftir í leikskólum.“

Útikennslustofa á milli Efra og Neðra

Talið berst aftur að Elliðaárdalnum sem varð til þess að Anna hóf afskipti af hverfamálunum. Hún segir Elliðaárdalinn Paradís sem hún hafi uppgötvað þegar hún flutti í hverfið. „Ég hafði ekki gert mér grein fyrir hversu mikilvægt þetta svæði er. Ég lék mér þar sem barn en ég er uppgötvaði hann þó ekki til fulls ekki fyrr en ég flutti í hverfið.“ Anna segir að ýmislegt megi gera til þessa að gera Elliðaárdalinn meira aðlaðandi. „Hann er skipulagslega einskismannsland eins og hann er í dag og einnig virðist óljóst hver eigi að annast umhirðu og viðhald svæðisins. Dalinn þarf fyrst og fremst að varðveita og passa og hluti af því væri að skipuleggja hann, og þar á meðal svæðið fyrir neðan Stekkjarbakkann, með heildrænum hætti þar er margt hægt að gera og svo er alltaf valkostur að ákveða að gera sem minnst og leyfa svæðinu að vera eins og það er og sinna bara viðhaldi. Ég sé hins vegar fyrir mér þjónustuhús þar svipað því sem er í Nauthólsvík niðurgrafið með grasi á þakinu við dalinn. Að engin salernisaðstaða eða skipulögð bílastæði séu til staðar valda því að skólar veigra sér stundum við lengri ferðum í dalinn. Þetta er hægt að gera án þess að skerða eða eyðileggja svæðið sem náttúruparadís.“ Anna hugsar líka til óbyggða skógi vaxna svæðisins á milli Efra og Neðra Breiðholts og segir að þar eða á svæðinu í kringum Fálkaborg mætti byggja útiskólastofu. „Hún myndi nýtast fyrir útikennslu í fimm leikskólum og þremur grunnskólum. Þarna er mikill gróður í dag og útikennslustofa myndi á engan hátt spilla því græna umhverfi. Eins er ég áhugasöm um rólóvöllinn í Stekkjahverfinu og þá hugmynd að íbúar taki hann að einhverju leyti að sér. Þessar hugmyndir eru dæmi um verkefni sem mig langar að koma meira að í framtíðinni enda eru þetta verkefni sem bæta umhverfi barnanna ásamt því að nýta þær útivistarperlur sem við eigum hér í nágrenninu.“ segir Anna Sif Jónsdóttir að lokum.



hollir réttir í hádeginu



hrákökur



heimagert bakkelsi



spennandi salatblöndur



spíran.



barnahorn



notalegt umhverfi

Opið alla daga vikunnar frá kl. 11-17



Spíran er fjölskylduvænn bistro staður á efri hæð **GARÐHEIMA** Stekkjarbakka 6

www.spiran.is



Fjallað um goðafræðina í Gerðubergi

Námskeið um goðafræði var haldið í Gerðubergi í tengslum við tvær sýningar sem opnaðir voru sunndaginn 31. október undir heitunum, Ormurinn ógnarlangi og Hávamál. Þórarinn Eldjárn, rithöfundur annaðist námskeiðið en hann vinnur nú að því að enduryrkja Hávamál. Ætlunin er að koma Gestapætti þessa forna kvæðis yfir á auðskilið nútímamál. Á námskeiðinu ræddi Þórarinn þetta efni og gerði grein fyrir þælingum sínum auk þess að fara yfir kvæðið og spá í merkingu orðanna og inntak þeirrar speki sem þar er að finna.

Á sú speki eitthvert erindi við okkur hér og nú? Er það ekki goðgá að ganga í skrokk á svo ginnheilögum texta sem Hávamálum og Völuspá? Allir sem unna Hávamálum ættu að mæta vel eða illa lesnir og koma sjónarmiðum sínum á framfæri. Námskeiðin gefa áhugasömum kjörið tækifæri til að kynnst þessum efniviði á aðgengilegan, forvitnilegan og skemmtilegan hátt. Fyrri hluti þeirra voru haldin mánudag-

inn 1. nóvember og miðvikudaginn 3. nóvember. Þá mun Kristín Ragna Gunnarsdóttir, sýningarstjóri standa fyrir öðru námskeiði í Gerðubergi í tengslum við sýninguna. Námskeið hennar kallast „Upp sé ég koma öðru sinni“ og fer fram dagana 15. og 17. nóvember kl. 20 til 22. Á þessu námskeiði skoðar Kristín Ragna Gunnarsdóttir norrænar goðsagnir sem efnivið til sköpunar. Hún hefur sjálf unnið með goðafræðina á mismunandi hátt; í bókformi, sem veggmyndir, hannað sýningu fyrir ferðamenn, sett upp barnasýningu og er að vinna að teiknimynd sem byggir á Völuspá. Kristín ætlar að segja frá vinnunni að baki þessara verka. Hún mun einnig skoða listaverk nokkurra annarra listamanna sem hafa orðið fyrir áhrifum af menningararfri okkar. Hópurinn mun í sameiningu rýna í heim norrænna goðsagna og skoða hann sem uppsprettu nýrra hugmynda. Námskeiðið er tilvalið fyrir alla sem hafa áhuga á þessu efni og hyggjast nýta það sem kveikju að nýjum verkum.

Byrjað á íbúðum fyrir eldri borgara eftir áramót

Stefnt er að því að hefja smíði 49 íbúða fyrir eldri borgara við Hólberg í Breiðholti snemma á næsta ári. Þann 8. janúar 2009 úthlutaði borgarráð Félagi eldri borgara í Reykjavík og nágrenni byggingarrétti fyrir 49 sérhannað íbúðarhúsnæði með íbúðum sérstaklega ætluðum eldri borgurum.

Byggingin verður við hliðina á menningarmiðstöðinni Gerðuberg og gert er ráð fyrir að félagsstarfið þar tengist íbúum hins nýja húsnæðis enda mikið sótt af eldra fólki. Nokkuð hefur dregist að hefjast handa við byggingu þessa sem einkum skýrist á breytingum í þjóðfélaginu en nýjar áætlanir miðast við að byggingarnar verði fullbúnar til afhendingar í október 2012 eða innan 20 mánaða frá því að framkvæmdir munu hefjast.

Íbúðirnar verða af nokkrum stærðum þær minnstu 20 að tölu verða á bilinu 35 til 66 fermetrar og 16 íbúðir verða á bilinu 67 til 88 fermetrar. Þá verða 13 íbúðir um 90 fermetrar að stærð. Fermetraverð verður á bilinu 257 þúsund til 320 þúsund sem þýðir að 66 fermetra íbúð á jarðhæð mun kosta um 17,1 milljón og íbúð af sömu stærð á annarri hæð tæpar 18 milljónir. Nú þegar hafa 26 félagmenn í Félagi eldri borgara skráð sig fyrir fyrir íbúðum auk þess sem undirrituð hefur verið viljayfirlýsing um kaup



Félagsbústaða hf. Á 12 íbúðum af félaginu. Nokkrar íbúðir eru enn á lausu sem félagmenn geta enn skráð sig fyrir. Húsin sem mynda bygginguna eru tveggja og þriggja hæða og auk íbúðanna 49 og sameiginlegra rýma er gert ráð

fyrir bílageymslu fyrir 37 bíla auk 38 bíla bílastæðis við austurhlið hússins. Lóðin mun verða fullfrágingin við afhendingu með grasflötum, dvalarsvæðum, bekkjum og púttvelli.



**ER LÍFID ERFITT?
HJÁLPARSÍMI RAUÐA KROSSINS
ER OPINN 1717**

Rauði kross Íslands | Síminn

Leshringur um Guðrúnu frá Lundi

Laugardaginn 20. nóvember kl. 15.00 verður leshringur um Guðrúnu frá Lundi hleypt af stokkunum í Félagsstarfinu í Gerðuberg.

Guðrún frá Lundi var afkastamikill rithöfundur enda þótt hún væri orðin 59 ára þegar fyrsta verk hennar kom út. Hún skrifaði um 10.000 blaðsíður í 27 bindum skáldverka. Guðrún sló hvert lestrarmetið af öðru á árunum 1950 til 1970 og njóta bækur hennar enn mikilla vinsælda. Marín Hrafnadótt-

ir langömmubarn Guðrúnar frá Lundi og Guðrún Jónsdóttir sem nýlega skrifaði B.A. ritgerð um skáldkonuna fjalla um ævi- og ritferil þessarar merku skáldkonu. Um er að ræða nýmæli í Félagsstarfinu í Gerðubergi, hvað varðar þessa dagskrá um bókmenntir, einnig að uppfylla óskir og ábendingar um að vera með dagskrá um helgar á opnunartíma Gerðubergs. Nánari upplýsingar í Félagsstarfinu í Gerðubergi.

NOTUÐ FÖT - NÝTT HLUTVERK

Nýja Rauðakrossbúðin er á Garðatorgi.

Í Rauðakrossbúðunum má ávallt finna eitthvað skemmtilegt og smart.

Kjólar, skór, buxur, skyrtur og margt fleira.

Rauðakrossbúðirnar:

Laugavegi 12, Laugavegi 116, Mjódd, Strandgötu 24 og Garðatorgi.



Rauði kross Íslands
Fatasöfnun

GERÐU VERÐSAMANBURÐ

LÆGRA
LYFJAVERÐ Í 14 ÁR

 **Apótekið**
– einfalt og ódýrt

Spönginni • Hólagarði • Hagkaup Skeifunni • Hagkaup Akureyri

Stöndum vörð um Seljasafn

Seljasafn, útibú Borgarbókasafnsins við Hólmasel, hefur þjónustað íbúa hverfisins og aðra gesti síðan 1992. Safnið er opið yfir vetrarmánuðina tvo daga vikunnar, mánudaga og miðvikudaga. Ungir sem aldnir hafa leitað þangað til að svara fróðleiksfýsn sinni; fengið bækur, tímarit, hljóðbækur, kvikmyndir, tónlist og margmiðunarefni að láni eða skotist inn til að lesa dagblöðin. Safnið er vinalegt og þangað er gott að koma.

Börnin í hverfinu nota safnið mikið auk þess sem leikskólarnir hafa nýtt sér þann möguleika að fara með hópa þangað í heim-sóknir. Fjölmargir íbúar hverfisins nýta sér safnið og telja það vera ómissandi þjónustupátt í hverfinu.

Síðastliðinn vetur var tekin sú



Ásdís Arnalds og Guðlaug Gísladóttir og afhentu Áslaugu Friðriksdóttur, þáverandi formanni menningar- og ferðamálaráðs, undirskriftalistana á liðnu vori.

ákvörðun að loka Seljasafni vegna sparnaðarkröfu. Þetta vildu íbúar hverfisins ekki sætta sig við og var safnað 375 undirskriftum til að mótmæla lokun safnsins. Við undirritaðar afhentum Áslaugu Friðriksdóttur, þá formann menningar- og ferðamálaráðs Reykjavíkurborgar, undirskriftalistana og gerðum henni og Önnu Torfadóttur, forstöðumanni Borgarbókasafns Reykjavíkur, grein fyrir okkar sjónarmiðum. Úr varð að ákvörðunin um lokun var tekin til endurskoðunar og ákvað menningar- og ferðamálaráð að vísa málinu til hverfisráðs. Hverfisráðið studdi þá tillögu að fresta lokun safnsins og ákvað þá menningar- og ferðamálaráð að safnið skyldi

aftur opnað nú í haust en að mál-ið yrði skoðað á ný við gerð fjárhagsáætlunar fyrir árið 2011.

Nú þurfum við íbúar hverfisins að standa aftur saman og gera allt sem í okkar valdi stendur til að safnið verði starfrækt áfram. Við þurfum að sýna og sanna að safnið er okkur mikilvægt með því að vera dugleg að sækja það og fjölga útlánunum. Á Facebook er að finna síðuna „Við mótmælum lokun Seljasafns“ og hvetjum við alla til að gerast meðlimir og láta þar í ljós óánægju sína með þær hugmyndir að loka safninu.

Ásdís Arnalds og Guðlaug Gísladóttir.

Nýjar „gordjöss“ vörur
SKART - TÖSKUR - HÁRSKRAUT - FATNAÐUR

mán. - föst. kl. 10.00 - 22.00
laugard. kl. 10.00 - 20.00
Opíð sunnud. kl. 13.00 - 18.00

SÚPÉR SÓL / NOON HÁRSTOFA

Hólmaseli 2, 109 Reykjavík
S. 567 2077 - 587 0077

borgarblod.is

**Gerðu
góðverk
í dag**

907 2002

Hjálparstarf
kirkjunnar
www.help.is

FJÁRMÁL

Fjármálafræðsla fyrir þig í *Turninum Smáratorgi*



Greiðslur úr lífeyrissparnaði, hvað ber að hafa í huga?

Eftir 55 ára aldur styttest í að einstaklingar geti hafið töku á lífeyrissparnaði sínum. Á fræðslufundinum verður fjallað um eftirfarandi mál sem mikilvægt er að sjódfélagar hugi að við töku lífeyrissparnaðar:

- * Reglur um útgreiðslur lífeyrissparnaðar
- * Skattaleg meðferð lífeyrissparnaðar
- * Samspil útgreiðslna úr lífeyrissjóðum og Tryggingastofnun

16. nóvember kl. 17:30 í Turninum, 19. hæð Smáratorgi.

Fyrirlesari er Theódór Friðbertsson. Fundurinn stendur yfir í 90 mínútur.

Allir velkomnir – ókeypis aðgangur.

Skráðu þig á arionbanki.is eða hjá næsta starfsmanni
Allir velkomnir - ókeypis aðgangur.

Komdu og njóttu góðra veitinga í bland við fróðleik.

Nánari upplýsingar á www.arionbanki.is, í næsta útibúi eða í síma 444-7000.

Stofnun um
fjármálalæsi
Háskólinn í Reykjavík

Arion banki

Hafðu samband

sími 444 7000 • arionbanki.is

Hólagarður í 35 ár

Verslunarmiðstöðin Hólagarður við Lóuhóla er 35 ára. Hún var byggð af athafnasemi og dugnaði eins manns ásamt fjölskyldu hans sem hafði trú á verslun í nýju hverfi sem var að rísa á þeim tíma – fjærst frá eldri byggðum Reykjavíkur. Hann reyndist hafa rétt fyrir sér vegna þess að á þeim tíma sem margar verslanir hafa hætt starfsemi í Breiðholti og skipulögð verslanasvæði standa jafnvel auð hefur verslunar- og þjónustustarfsemi í Hólagarði staðið af sér storma og áhlaup þeirra breytinga sem orðið hafa á verslunarháttum landsmanna. Breiðholtsblaðið lítur nú yfir 35 ára sögu verslunarmiðstöðvarinnar við Lóuhóla.

Árið 1975 seldi athafnasamur kaupmaður verslun sína sem hann hafði komið upp í grónu hverfi borgarinnar. Hann seldi einnig íbúðarhús sitt til þess að hefjast handa á nýjum grunni. Þessi nýju grunnur reyndist vera við Lóuhóla í glænýju Hólahverfi í Efra Breiðholti og kaupmaðurinn hóf að byggja innan um hina grunnana á þessu stóra byggingarsvæði. Hann byggði ekki yfir eina verslun. Hann lét skipuleggja stærra verslunarhúsnæði sem hann reisti síðan í áföngum í þeirri trú að í hinu nýja hverfi væri framtíðarmöguleika að finna. Þarna væri fjöldinn og þjónusta þyrfti að vera til staðar. Þessi maður var Gunnar Snorrason sem lét skipuleggja og byggði verslunarmiðstöðina Hólagarð af eigin rammleik.

Íbúarnir eiga ekki að þurfa að sækja þjónustu annað

Við skipulag Breiðholtsins var gert ráð fyrir minni verslunarkjörnum víða í hverfunum. Flestir þeirra hafa fyrir löngu fengið önnur hlutverk eða engin og húsin standa jafnvel tóm og minna á árdaga Breiðholtsins á meðan stöðug starfsemi hefur verið í Hólagarði allt frá því Gunnar opnaði verslun sína undir sama heiti. Í viðtali við Kiwanisblaðið Vífill, sem kom út í desember 1986 rakti Gunnar sögu sína í verslun sem

hann kvað hafa byrjað við sendlastörf 13 ára gamall í Njálshúsi sem var á horni Laugavegs og Frakkastígs. Árið 1951 keypti Gunnar Teigabúðina og 1960 stofnaði hann Vogaver í Vogunum með Árna Kristjánssyni. Í viðtalinu við Vífillinn kvaðst hann strax hafa séð að framtíðin væri í þessu nýja hverfi sem yrði fjölmennara en aðrir borgarhlutar. „Já, ég stefndi strax að þeirri þróun hér eins og þetta lítur út í dag. Að hér yrðu 15 fyrirtæki undir einu þaki. Annar áfanginn var ákveðinn strax í upphafi en þriðji áfanginn var hins vegar ekki fyrirhugaður. Hér átti að vera kirkja samkvæmt eldra skipulagi það var ætlunin að það risu tvær kirkjur fyrir Fella- og Hólahverfi,“ sagði Gunnar í viðtalinu og bætti við að hugmyndin að þriðja hluta Hólagarð hefði vaknað þegar fallið hafi verið frá kirkjuskipulaginu. Síðar í sama viðtali ræddi Gunnar um þjónustu í Breiðholti. „Ég held að þjónusta hér í Breiðholti sé góð og íbúar hverfisins þurfi ekki að leita í burtu eftir henni. Verslunin hér gæti tekið við fleiri viðskiptavinum og veit meir þjónustu. Hún er alveg í stakk búin til þess. Ég er ósammála þeim hugmyndum að byggja þurfi nýja þjónustumiðstöð í Suðurmjódd. Það yrði of mikil viðbót sem íbúar í Breiðholti gætu tæpast borðið uppi með kaupum á þeirri aukningu sem þar komi til. Þá væri e.t.v. ekki langt í erfiðleikana.“

Stærð, fjölbreytni og húsnæði í eigu eins aðila

Af 35 ára sögu má sjá að þarna hafði Gunnar rétt að mæla. Þótt verslunarmiðstöð hafi ekki risið í Suðurmjóddinni eins og hugmyndir voru um á þeim tíma hefur þróun matvöruverslunar og annarrar nærþjónustu í verslun dregist saman í Breiðholti. Engin ein ástæða er fyrir þeirri þróun en líklegt má telja að uppbygging verslunarhverfa á borð við Norðurmjóddina, Smáralind í austanverðum Kópavogi og jafnvel Kringluna eigi sinn þátt í því. Í dag er Hólagarður einna verslanasamstæðan í Breiðholti þar sem starfað hefur verið af fullum krafti

allt frá byrjun. Anna Sif Jónsdóttir, fjármálastjóri Regins, sem er eigandi að stærstum hluta Hólagarðs í dag, veltir því fyrir sér af hverju Hólagarður hafi enst betur og lengur en aðrar verslunarmiðstöðvar inni í Breiðholtshverfunum. „Það liggja eflaust ýmsar ástæður til þess. Stærð Hólagarðs og fjölbreytni þjónustunnar eiga einhvern þátt í því en ég hygg að það sem mestu máli skipi er að Hólagarður hefur frá byrjun verið að stærstum hluta í eigu eins aðila.“

Matvöruverslunin undirstaða

Stærstum hluta Hólagarðs hefur frá byrjun verið ráðstafað fyrir matvöruverslun eða allt frá því að Gunnar Snorrason opnaði samnefnda verslun sína. Nokkrir aðilar hafa síðan staðið að rekstri matvöruverslunar og má þar nefna Nótatúnsbúðirnar og Bónusverslunin sem verið hefur í Hólagarði frá árinu 2005. Þeir verslunareigendur í Hólagarði sem rætt var við segja matvöruverslunina undirstöðu Hólagarðs. Væri hún ekki til staðar yrði erfitt um annan rekstur. Nú eru vel á annan tug verslunar- og þjónustuaðilar starfandi í Hólagarði og má þar m.a. finna starfsemi á borð við apótek, íþrótt- og ritfangaverslun, snyrtivöruverslanir, hárgreiðslustofu og veitingastað. Nú eru nokkrir nýir þjónustuaðilar að undirbúa og hefja starfsemi í þeim hluta Hólagarðs sem stundum er auðkenndur með þremur, þeim hluta sem byggður var á því sem eitt sinn átti að vera kirkjulóð. Má þar nefna Sveinbakarí sem áformar að opna bakarí í byrjun næsta árs, 4 Dot sem er verslun með ýmsa smávöru, skartmuni, fatnað og fleira og einnig tvo veitingastaði; Hlöllabáta og Sukhot-hai veitingastað. Af rekstraraðilum sem fyrir eru og eiga jafnvel langa rekstrarsögu í Hólagarði má nefna: Bónus matvöruverslunina, snyrtivöruverslunina Nönu, Leiksport, Hárgreiðslustofuna Ýr, Pressuna, Apotekið, Naglafegurð, sem er naglaskóli og heildverslun, Fætur og fegurð sem er fóttaðgerðarstofa, söluturninn



Gunnar Snorrason, kaupmaður og stofnandi Hólagarðs í verslun sinni í desember 1986.

Mynd: Kiwanisblaðið Vífill.

Bónusvídeó, hraðbanka, heildverslun og svo veitingastaðinn og hverfisþöbbinn Búálfinn. Nokkrar breytingar hafa orðið í Hólagarði frá árinu 1986 að Vífillinn spjallaði við Gunnar Snorrason en þó mun minni en gera hefði mátt ráð fyrir. Þótt nýir rekstraraðila hafi komið er um sömu eða sambærilega starfsemi að ræða. Einu stóru breytingarnar eru að pósthús og bankapjónusta hafa horfið sem er í takt við aðrar breytingar og má að mestu rekja til netvæðingar samtímans.

Langir vinnudagar

„Ég hef aldrei þekkt minna en 12 tíma vinnudag,“ sagði Gunnar Snorrason við tíðindamann Kiwanisblaðsins Vífils í miðri jólaönninni 1986, Bragi Björnsson í Leiksporti segir að þótt Gunnar hafi verið ötull þá eigi þetta við um fleiri. Ég hef ekki talið mínar stundir hér í Hólagarði, hvorki hér í versluninni eða við störf í þágu húsfélagsins. Þær eru alla vega margar og ég er ekki mikill heima. Ég held að þetta sjónarmið einkenni starfsemi hér að nokkru leyti. Fólk er ekki að telja hverja mínútu.“



Svea er lengst til vinstri en með henni á myndinni eru þær Rannveig og Margrét en Heiðu sem einnig starfar á Ýr vantar á myndina.

Viðskiptavinirnir eru vanafastir

Svea Sigurgeirsdóttir, hársnyrtir í Hárstofunni Ýr er búin að reka stofuna sína í 15 ár og heldur upp á þau tíma-mót þessa dagana. Stofan hefur aðeins verið í eigu þriggja aðila og nafnið haldið sér frá byrjun. Segja má að upphaf hársnyrtistofunnar hafi verið í heimahúsi í Hólahverfinu, í Dúfnahólum þar sem Guðfinna Jóhannsdóttir Hoogland stofnandi stofunnar sinnti hársnyrtistörfum í byrjun og var eitt af fyrstu rekstraraðilunum sem fluttu í Hólagarð.

Þegar fjölskylda hennar stækkaði flutti hún vinnustofuna út úr íbúðinni hjá sér og veðjaði þá á Hólagarð sem framtíðar stað fyrir hársnyrtistofu eða hárgreiðslustofu eins og þær voru kallaðar á sínum tíma. Þegar hún flutti úr hverfinu tók Birna Sigfúsdóttir við rekstri hársnyrtistofunnar og rak hana í um fimm ár en þá tók Svea við. Svea segir að aldrei hafi hvarflað að sér ótti við að reka stofuna í Hólagarði.

„Ég er ættuð úr Vestmannaeyjum og kom fyrst hingað í eitt ár til þess að prufa en líkaði svo vel að ég hef ekki viljað fara úr Breiðholti síðan. Ég er dreifbýlismannskja í mér og finn hér margt af því sem ég ólst upp við í Eyjum. Þessi notalega stemning þar sem maður hittir sama fólk stundum dag eftir

dag. Þetta heldur í mig hér og á trúlega rætur að rekja í upp-vöxt minn í litlu samfélagi.“ Svea segir að alltaf hafi verið nóg að gera frá því hún tók við stofunni og trúlega verið frá byrjun. „Ég byrjaði sem rakari og bætti síðan einnig við mig hárgreiðslunni, en nú hefur starfsemi rakara- og hárgreiðslustofa fallið saman og í dag eru þetta að mestu orðnar hársnyrtistofur sem sinna bæði konum og körlum. Við erum með mjög breiðan hóp viðskiptavina sem koma bæði héðan úr nágrenninu en einnig víða að. Og þessi breidd hefur verið að aukast. Þótt við eigum góðan fastan hóp viðskiptavina þá er alltaf að bætast í hann. Viðskiptavinirnir eru oft vanafastir þegar kemur að hársnyrtingu. Þeir velja sér stofu og svo myndast tengsl sem halda. Ég held að þetta sé eins í mörgu öðru. Þetta er hluti af tilveru Hólagarðs,“ segir Svea. „Starfsemi þar sem eitt dregur fólk að öðru.“ Nú starfa fjórir hársnyrtar á ÝR og á næstunni er ætlunin að halda upp á 15 ára starfsafmæli Sveu í Hólagarði. „Já – við ætlum að gera eitt og annað til að minnst þess að ég er búin að vera hér í þennan tíma. Við ætlum að bjóða viðskiptavinum okkar ýmsa afslætti sem ég vona að komi fólk á óvart og einnig að gagni.“

Er eiginlega uppallinn í Hólagarði

Bragi Björnsson, verslunar- maður í Leiksport hefur rekið verslun sína í Hólagarði í rúma tvo áratugi. Hann verslar einkum með íþróttafatnað, íþróttavörur og skólavörur og ritföng. Af hverju veðjaði hann á Hólagarð.

„Ég er eiginlega alin upp í Hólagarði. Ég var að vinna hjá Gunnari Snorrassyni í matvöruþöðinni með skóla eftir að hann opnaði. Ég var búinn að kynnað mörgum hér og þekkti húsið ef svo má segja. Ég var líka kunnugur í hverfinu og vissi út á hvað þetta gekk. Það var svipuð verslun hér áður sem hét Hólasport. Ég festi kaup á henni og breytti nafninu í Leiksport nokkru síðar. Ég aðlagði líka vöruúrvalið meira að þeirri eftirspurn sem var og er. Ég fór að leggja meir áherslu á íþróttavörur og einnig á ritföng og skólavörur en dró úr bókaversluninni. Ég hafði og hef góð tengsl við íþróttafélögin í Breiðholti; ÍR og Leikni. Tengslin við félögin urðu til þess að ég fór að leggja áherslu á að eiga til vörur sem þarf til íþróttabátttöku og einnig til skólafarfa. Ég er líka búinn að vera að byggja upp happdrættisumboð fyrir Háskólahappdrættið, SÍBS og DAS og það hafa komið nokkrir góðir vinningar á miða sem ég hef selt.



Bragi í Leiksport hefur átt langa samleið með íþróttafélögunum í Breiðholti en hann hefur verslað þar samfelt í rúma tvo áratugi.

Ég er búinn að afhenda þrjá bíla og nokkra milljóna vinninga auk smærri vinninga þann tíma sem ég hef unnið fyrir happdrættin.“ Bragi segir að þrátt fyrir hæðir og lægðir hefur reksturinn gengið og Hólagarður hafi staðist þær breytingar sem orðið hafi á verslunarmhverfinu ótrúlega vel. „Hér eru nokkrar verslanir sem búnar eru að vera með svipaðan eða sama reksturinn í allt að tvo áratugi og það er gaman að sjá hvað þetta hefur haldið velli sem hverfis-

miðstöð. Hér hafa líka verið góðir eigendur í gegnum tíðina. Fyrst Gunnar síðan Þyrping, þá Nótatún og nú Reginn. Það fór talsverð uppbygging fram á Nótatúnstímanum og hjá Reginn hefur nú verið ákveðið að taka það merki upp að nýju. Að halda dampi í húsinu. Ég held að ein af styrkusta í stofum Hólagarðs sé að húsaæðið hefur að mestu verið á einni hendi á hverjum tíma og hægt að skipuleggja reksturinn eftir þörfum hússins.“

Klassík í hádeginu í Gerðubergi

Nú er fjórða starfsár hádegis-tónleikanna Klassík í hádeginu að hefjist í Gerðubergi. Fyrstu tónleikarnir voru þann 29. október en þá var flutt tónlist eftir Edvard Griegs fyrir selló og píanó.

Klassík í hádeginu er vönduð tónleikaröð sem býður gestum upp á fjölbreytta dagskrá klassískra tónverka. Hverjum tónleikum er fylgt úr hlaði með kynningum flytjenda með því markmiði að veita áheyrendum innsýn inn í heim klassískrar tónlistar. Allir flytjendur hafa starfað á Íslandi

og erlendis um árabíl ásamt því að hafa hljóðritað fyrir innlend og erlend útgáfufyrirtæki. Þar má m.a. telja Ninu Margréti Grímsdóttur píanóleikara og listrænan stjórnanda tónleikanna, Áshildi Haraldsdóttur flautuleikara, Þóru Einarsdóttur sópransöngkonu, Hallfríði Ólafsdóttur flautuleikara, Ármann Helgason klarinettuleikara, Eydísí Franzdóttur óbóleikara auk sellóleikarans Margrétar Árnadóttur og fiðluleikarans Joaquin Páls Palomares. Efnisskráin er vönduð og um leið fjölbreytt, boðið er upp á þekkt

meistaraverk eins og sellósónötu Griegs og flautusónötu Prokofiev, minna þekkt meistaraverk eins og heildarflutning á fiðlusónötum Bachs og flautusónötu hins georgíska Taktakishvili. Aðgangur verður ókeypis og er það von aðstandenda verkefnisins að ólíkir þjóðfélagshópar muni sameinast um að sækja tónleikana þar sem kostnaður verður ekki fyrirstaða. Sú andlega næring og hvíld frá amstri hversdagsins sem tónlistin býður upp á er ómetanleg og auðgar mannlífið í hvívetna.

Gerðuberg:

Ormurinn ógurlegi og Hávamál

Sýningarnar Ormurinn ógnarlangi og Hávamál, sem fjalla um goðafræði voru opnaðar í Menningarmiðstöðinni Gerðubergi 31. október. Á sýningunni Ormurinn ógnarlangi gefst gestum kostur á að hitta goð, jötna og skrýtnar skepnur. Sýningin byggir á norrænu goðafræðinni með heimsmynd Völuspár sem undirliggjandi stef.

Völvan tekur á móti gestum sem síðan er boðið í ferðalag frá sköpun heimsins til ragnaraka. Á þeirri leið geta þeir heimsótt Ginnungagap og hrímþursinn Ými, sest á rökstóla goðanna, skriðið inn um gin Miðgarðsormsins, mátað hásæti

Óðins, sest í vagn Freyju, skoðað fésbókarsíður goðanna og varpað sér í fang Fenrisúlfsins svo dæmi séu tekin. Sýningin er óvenjuleg að því leyti að um er að ræða eins konar leikmynd þar sem gestir geta sjálfir verið þátttakendur með því sjá, heyra, snerta og prófa. Sýningunni er ætlað að höfða til barna en þó ekki síður fullorðinna. Kristín Ragna hefur unnið með norrænu goðafræðina árum saman og þekkir því efniviðinn mjög vel. Hún laumar að efni og táknum við allra hæfi sem gerir það að verkum að gestir njóta sýningarinnar hvort sem þeir eru nýliðar eða sérfræðingar í norrænum fræðum. Sjón er

sögu ríkari. Í tengslum við Ormurinn ógnarlanga og Hávamál sýnir Kristín Ragna Gunnarsdóttir teiknari myndskreytingar við Hávamál. Myndirnar á sýningunni eru átján talsins en þær munu ásamt tíu til viðbótar birtast í væntanlegri bók sem Kristín Ragna og Þórarinn Eldjárn vinna nú að. Í bókinni Hávamál, sem væntanleg er á næsta ári, mun Þórarinn enduryrkja hina fornu speki Óðins og Kristín Ragna myndskreyta. Gestabáttur er þekktasti hluti Hávamála og sá hluti sem er þeim Kristínu og Þórnari mynd- og yrkisefni að þessu sinni.

Jóla kort 2010



- 10% afsláttur af öllum jóla kortum til 20. nóvember.

10x21 cm - 15x15 cm = 152 kr./stk.
10x15 cm = 135 kr./stk.

 myndval

Þönglabakka 4 - 109 Rvk - Sími: 557 4070 - www.myndval.is

Breiðholtsblaðið

Auglýsingasími: 511 1188 & 895 8298



ÉG ER EKKI MEÐ UNGLINGAVEIKI
mér bara líður illa!

Hjálparsími Rauða krossins 1717

 1717  Rauði kross Íslands

BREIÐHOLTSDAGAR Í HÓLAGARÐI

 Apótekið
læggra verð

BÓNUSVÍDEÓ

Leigan í þínu hverfi

fætur & fegurð
HÓLAGARÐI - LÓUHÖLLUM 2-4
Sími 557-5959

 **BÚALFURINN**

Boltinn í beinni

S: 567 8444
Krá • Sportbar
Smurbrauðstofa • Snittur
Gullnáman

reinn
efnalaug & þvottahús
síðan 1975

 **YR**
HÁRSNYRTISTOFAN
HÓLAGARÐI Sími 557 2653

Gjafavörur, snyrtivörur og fylgihlutir í úr vali

Snyrtivöruverlsunin

Nana

Sími: 557 1644

BASIC
streetwear

Ný verslun í Hólagarði

Opunartími

Mán - Fös 12 - 18 - Lau 12 - 16

NAGLA FEGURÐ
Naglastofa ■ Skóli ■ www.naglafegurð.is

Sportvörur • Leikföng • Rífföng

Leiksport
Hólagarði

Sími: 557 5020

BÓNUS
byðum betur



Englar og rósur

Mánud. - miðvikud.

kl. 12 - 18:30

Fimmtud - Laugard.

kl. 10 - 21:00

Sunnudaga

kl. 10 - 18:00

Fólk er fastheldið í versluninni

Símon Sigurpálsson, kaupmaður í Þinni verslun er búinn að standa vaktina við Seljabraut í Breiðholti í 15 ár og ætlar að minnst þess nú á lokavikum ársins. Í tilefni þessara tímamóta ætlar hann að endurnýja kjötbörð verslunarinnar, eina kjötbörðið í Breiðholtinu, sem hann segir hafa þjónað viðskiptavinum sínum vel en sé nú komið til ára sinna. Hann ætlar einnig að vera með mörg og girnileg afmælistilboð á ýmsum vörum þar sem um 25% afslátt verður að ræða. Tilboðsdagarnir hefjast um 20. nóvember og munu tilboðin standa út árið.

Símon hóf ungur að aldri að versla með matvörur eða aðeins 24 ára gamall. Hann rak Kjörbúð Hraunbæjar um skeið en flutti sig yfir í Seljahverfið eftir viðkomu í Austurvei. Einar Bergmann stofnaði til verslunarinnar undir heitinu Kjöt og fiskur á áttunda áratug síðustu aldar þegar Seljahverfið var í byggingu. Símon segir að þessa verslun hafa um margt verið á undan sinni samtid. „Einar var mjög framsýnn á sínum tíma og sem dæmi um það má nefna að hann byggði verslunina og lagerinn á einni og sömu hæðinni en á þeim tíma tíðkaðist að lagerinn væri undir verslunum. Hann var líka með fremur lítið lagerpláss. Taldi óráðlegt að verslun lægi með stóran lager sem hreyfðist ekki nægilega ört. Hann byggði reksturinn á því að velta lagernum hratt sem síðan hefur orðið ráðandi í verslunarrekstri af þessum toga. Þegar



Símon Sigurpálsson kaupmaður ásamt snillingunum sínum að baki kjötbörðsins þeim Jóhanni Víglundssyni og Árna S. Arnasyni.

ar ég var að læra til matreiðslu vann ég um tíma hjá Einari hér á Seljabrautinni og þá var Jóhann Víglundsson lærifaðir minn. Svo skemmtilega vill til að hann starfar hér enn. Hann er eiginlega orðinn hluti af innréttingunni en kemur til að vera áfram fyrir innan nýja kjötbörðið þótt fram-

hliðin verði endurnýjuð.“ Símon segir miklu skipta að haldast vel á starfsfólki. „Starfsfólkið hér er flest búið að vinna frá 10 og upp í 20 ár og mörg af skólakrökkunum, sem hafa unnið um helgar og á kvöldin hafa verið viðloðandi allt upp í áratug.“

Næturopnunin skilar litlu

„Jú – það hefur margt breyst á þessum eina og hálfu áratug“, segir Símon. „Samkeppnin hefur breyst en þó þannig að þótt við keppum við aðrar verslanir þá er ekki um neina skaðlega samkeppni að ræða. Starfssvið hinna ýmsu verslana skarast heldur ekki nema að nokkru leyti. Við vinnum öðruvísi og eftir aðeins öðrum markmiðum en lágvörusverslanirnar. Þannig held ég að mismunandi form verslunar geti dafnað hlið við hlið. Opnunartíminn hefur einnig breyst. Þegar ég tók við hér er á Seljabrautinni var opið alla daga frá kl. 9.00 til 23.30. Eftir fyrsta árið brá ég á það ráð að stytta opnunartímann til 22.00 á kvöldin og þá kom í ljós að veltan breyttist ekki neitt. Fólk kom bara svolítið fyrr. Nú erum við komin í upprunalega opnunartímann frá því ég byrjaði í Hraunbænum og hef opið frá kl. níu og morgnana til níu á kvöldin.“ Símon segist ekki geta fundið breytingu á viðskiptunum þótt opnunartíminn hafi verið stytur. „Það er mín tilfinning að næturopnunin skili litlu. Hún eykur kostnað sem óhjákvæmilega

leggst á vöruverðið og fólk er að borga fyrir þjónustu sem aðeins fáir eru að nota. Ég tek líka eftir því að fólk verslar til fleiri daga í einu en var orðið á undanförunum árum. Dæmi um það er að fólk kemur á laugardögum, jafnvel á föstudögum og kaupir inn fyrir helgina í stað þess að versla daglega. Ég held að þetta tengist því að fólk er farið að nýta vörurnar betur en var á meðan hæst lét í þjóðfélaginu.“

Frystikistumeningin er horfin

Símon segir að kreppan og samdrátturinn hafi komið fram með ýmsu móti í innkaupum fólks. Innkaupin fóru að miðast meira við brýnni þarfir og fólk lét mikla fjölbreytni síður eftir sér. Mér fannst orðin skömm að því hversu fólk nýtti matinn illa. Við fækkuðum vöruflokkum nokkuð. Flestum trúlega tímabundið og óvíst er en hvort þeir koma allir

aftur. Eftirspurnin ræður því auðvitað og fjölbreytnin er aðeins farin að aukast á ný.“ Símon segir annað líka hafa breyst mikið frá því hann hóf verslun. „Fólk var að kaupa mikið í einu. Oft slátur og einnig hálf og heila skrokka; lambaskrokka og jafnvel naut og folöld á haustin. Nú er þetta nær alveg horfið. Ég held að frystikistumeningin sem dafnaði á tímabili sé á miklu á undanhaldi. Ég skal ekki segja til um af hverju en ég held að fólk eyði mun minn tíma í matargerð á heimilunum en var og gefi sér ekki tíma til þess að taka mat úr frysti, afþýða hann og matbúa.“

Fólk er fastheldið á verslunina sína

Talið berst aftur að hverfa- versluninni þar sem Símon hefur staðið vaktina. Hann segir ýmsar ástæður liggja til þess að þær hafa staðist tímans tönn og samkeppni við stórmarkaðina þótt öðru hafi stundum verið spáð. „Ein af þeim getur verið að fólk kjósi að fara minna út úr hverfinu til þess að versla auk þess sem fólk fer alltaf nokkuð á milli verslana. Ég hef einnig orðið var við á þeim tíma sem ég hef starfað hér að fólk í Breiðholtinu er fastheldið á þessa verslun og hefur stutt vel við bakið á okkur. Viðskiptavinir mínir koma einnig víðar að. Það er talsvert um að Árbæingar komi hingað og með hinni nýju byggð í austasta hluta Kópavogs hefur þjónustu okkar við Kópavogsbúa stöðugt verið að aukast. Ég held að hluti af aukningunni hjá mér stafi af staðsetningunni en einnig af því að fólk leitar eftir persónulegri þjónustu í verslunum. Það leitar eftir því að geta fengið afgreiðslu og ég hef lagt áherslu á að vera með nokkuð af eldra fólki að störfum í versluninni sem er oft betur í stakk búið til þess að veita þessa þjónustu en ungmennin. Ég er líka með ungmenni í vinnu en þau eru aldrei ein við störf í versluninni. En þau hafa reynst hinir bestu starfskraftar. Oft er þetta þeirra fyrsta vinna og þau eru samviskusöm og hafa metnað til þess að standa sig vel. Það er alla vegna mín reynsla af ungu fólki.“



Rúnar Geirmundsson



Sigurður Rúnarsson



Elís Rúnarsson

Þegar andlát ber að

Síðastliðin 20 ár höfum við feðgar aðstoðað við undirbúning útbara.

Alhliða útfararþjónusta

Símar: 567 9110 & 893 8638

www.utfarir.is • utfarir@utfarir.is



Útfararþjónustan ehf.

Stofnað 1990

Breiðholtsblaðið

Auglýsingasími:

511 1188 & 895 8298

borgarblod.is

Hefur þú nýtt þér Frístundakortið?



Frístundakortið

er styrkjakerfi í frístundastarfi fyrir 6-18 ára börn og unglunga í Reykjavík. Nánar á www.itr.is

Athugið að strykurinn fyrnist um áramót. Ert þú örugglega búin/n að ráðstafa þínum styrk?



Biskupinn í Gerðubergi

Biskup Íslands vísitaraði í Fella- og Hólasókn nýlega. Af því tilefni var hann gestur í helgistund í Félagsstarfinu í Gerðubergi 14. október.

Að sögn Guðrúnar Jónsdóttur var þessi góða heimsókn bæði viðurkenning og heiður fyrir hið

góða samstarf sem þróast hefur á milli félagsstarfsins í Gerðubergi og starfs eldri borgara í Fella- og Hólakirkju en það hófst 1990 með vikulegum helgistundum og sameiginlegum viðburðum. Þetta samstarf hefur því staðið í tvo áratugi.



Karl Sigurbjörnsson, biskup heimsótti félagsstarfið í Gerðubergi á dögnum og er hér með prestum og öðru starfsfólki kirkjunnar og félagsstarfsins í Gerðubergi.

Mikið úrval af kvenfatnaði fyrir konur á öllum aldri.

Sjón er sögu ríkari.

Verið velkomnar!

Fröken Júlía

Mjódd - S. 557 5900

Vantar þig einstakar jólagjafir?



Þú færð litil og stór listaverk á góðu verði í Gallerí Grjótí

Gallerí Grjót


Amarbakka 2. Opið virka daga frá 14 til 18. (Lokað föstudaga).
Nánari uppl. í síma 864 3140 eða á www.gallerigrjoti.is

MOE'S BAR • GRILL

OPIÐ

Virka daga frá 12-01

Helgar 12-03

- **Boltinn í beinni** 
- **Poolborð**
- **Alltaf tilboð á barnum**

Jafnasei 6 S:577 1718

HYSIR.IS

Frá 18. nóvember

Jólamatsedill Tapas barsins

- ★ Hefst með Faustino freyðivíni í fordrykk
- ★ 7 gómsætir jólatapas fylgja síðan í kjölfarið

Tvíreykt hangikjöts tartar með balsamik vinaigrette
Rauðrófu og piparrótargrafinn lax
Spænsk marineruð síld með koriander og mango
Léttreykt villigæs með Malt & Appelsín sósu

Kalkúnabringa með spænskri „stuffing“
og calvados villisveppasósu
Steiktur Saltfiskur með sætri kartöflumús
Nautalund með rauðvíns-fjallagrasasósu

- ★ Og í lokin ljúfur eftirréttur

Rise a la mande með berjasaft

4.990 kr.



Tapas 
RESTAURANT - BAR

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

Góður grunnur er gulls ígildi

Snillingarnir er nýtt námskeiðsform sem hefur aðsetur í Grafarvoginum en þátttakendur koma víðar að og meðal annars úr Breiðholtinu. Þeir sérhæfa sig í námskeiðum í lestri og stærðfræði fyrir leik- og grunnskólabörn frá 4 ára aldri. Snillingarnir bjóða upp á einkatíma og hóptíma þar sem eru 2 - 5 börn saman. Hópnámskeiðin eru í fjórar vikur, fjórum sinnum í viku í 30 eða 45 mínútur í hvert skipti. Námskeiðin eru hugsuð fyrir öll börn sem vilja fá meira út úr náminu. Einnig eru þau fyrir börn sem hafa annað móðurmál en íslensku og þurfa stuðning í henni.

Það er mikilvægt, á þessu skeiði, frá fæðingu og til níu ára aldurs, þegar börn eru hvað móttækilegust fyrir margbreytilegum fróðleik, að tíminn sé vel nýttur. Á þessu skeiði er t.d. vinna með bókstafi og tölur leikur einn og ætti að byrja þá vinnu fyrr en gert er. Vegna aðstæðna í þjóðfélaginu og þá um leið í skólakerfinu er nauðsynlegt að hlúa enn betur að yngstu börnunum og búa þau vel undir þá vinnu sem grunnskólinn býður þeim upp á. Það er sárt ef þjóðfélagsástandið eða aðrir þættir innan skólakerfisins komi í veg fyrir að börnum sé sinnt sem skyldi. Undanfarna áratugi hafa nýjar og mismunandi stefnur komið inn í grunnskólana, með misjöfn- um árangri fyrir skólastarfið. Hér mætti t.d. nefna blöndun í bekk, samkenslu mismunandi aldurs- hópa, einstaklingsmiðað nám og skóla án aðgreiningar. Sumt í þessum stefnum, sem gjarnan eru teknar erlendis frá, er gott en margt hefur ekki hentað börnunum og þau ekki fengið það út úr þessum móttandi árum í skólanum sem þau annars gætu. Ástæðurnar liggja



Erla Björk Steinarsdóttir.

m.a. í því að það gleymdist að laga nýju stefnurnar að íslensku þjóðfélagi, þörfum þess og gerð, fækka nemendum í bekkjum og gera húsnaðið þannig úr garði að kennarinn gæti sinnt einstaklingnum af þeirri kostgæfni sem nauðsynleg er.

Ég trúi því að við viljum öll bygja upp ábyrga, sjálfsörugga, hugmyndaríka og kærleiksríka einstaklinga. Þess vegna þurfum við að standa vörð um yndislegu börnin okkar og gæta þess að þeim sé vel sinnt hverju og einu, sama hvernig árar og sama hvar í skólakerfinu þau eru stödd. Það skiptir enn meira máli í dag að börn séu læs á bókstafi og megin tölur og tákn stærðfræðinnar þegar þau hefja grunnskólagöngu.

Ég skora því á foreldra og alla velunnara barna að vera vakandi fyrir því að skapa tækifæri fyrir börnin til að öðlast þessa þekkingu. Því góður grunnur er gulls ígildi. Upplýsingar um námskeiðin er að finna á heimasíðu Snillinganna www.snillingarnir.is eða í síma 6930113. Einnig er síða á Facebook með sama heiti.

Erla Björk Steinarsdóttir



Trjáklippingar-trjáfellingar og hellulagnir.
Sími 773-0400 og 692-0711



TIL UMHUGSUNAR

Eftir Bryndísi Möllu Elíóttur

Konan í næsta húsi

Á undanförunum árum hafa orðið miklar breytingar á íslensku samfélagi. Með nokkurri einföldun má segja að það hafi þróast frá einslitu bændasamfélagi til þess fjölmenningsamfélags sem við þekkjum svo vel hér í Breiðholtinu. Í hverfinu okkar búa fjölskyldur og einstaklingar sem eiga rætur sínar í ólíkum menningarheimum. Tungumál þeirra margra er framandi, matarmenningin önnur og trúariðkunin sömuleiðis. Eins og um margar aðrar breytingar hér á landi hefur hún verið nokkuð hröð og því kannski ekki að undra að ákveðnir byrjunarerfiðleikar eigi sér stað í hinu nýja fjölmenningsamfélagi. Við megum hins vegar ekki láta þá draga kraftinn úr okkur, því við höfum alla möguleika til þess að gera hverfið okkar að opnu, víðsýnu og umburðarlyndu samfélagi. En til þess að svo megi verða, þurfum við að vera tilbúin að læra hvort af öðru. Við þurfum að kynnst hvort öðru, menningu, sögu, trú og reynslu. Og við þurfum að kenna börnunum okkar að þekja og meta ólíka einstaklinga og auðga með því sína eigin menn-

ingu. Á Breiðholtsdögum lyftum við hverfinu okkar upp og minnum á hið margvíslega starf sem þar fer fram. En auðurinn sem við eigum hér í hverfinu í ólíkum menningararfi fjölskyldnanna er oft vanmetinn. Þegar þrengir að í samfélaginu er það einmitt þessi auður sem er svo gefandi. Og þar getum við öll bæði gefið og þegið. Við getum öll leitast við að kynnst nágrönnum okkar betur. Þekkir þú til dæmis konuna í næsta húsi? Veistu hvernig hún er vön að undirbúa adventuna sem nú er á næsta leiti? Heldur hún jól? Eða hvað er hún vön að gera með fjölskyldu sinni á sunnudögum? Gæti ekki verið gaman að komast að því? Ekki til þess að svala eigin forvitni, heldur til þess að opna samfélag okkar enn frekar. Til að læra hvort af öðru, hlusta hvort á annað og auka þannig skilning og vináttu okkar á milli. Við getum varla hrósað okkur af fjölmenningsamfélagi ef við þekkjum aðeins okkar eigin menningu. Og ef við erum ekki tilbúin til þess að kynnst konunni í næsta húsi, þá er ákveðið tækifæri runnið okkur úr greipum. Opið samfélag byrjar í hjarta hvers og eins. Það er ekki

með opinberri tilskipun, ályktun eða tillögu. Heldur er það í okkar eigin valdi, hvernig við kjósum að móta umhverfi okkar og samfélag. Og við höfum svo mikið um það að segja með framgöngu okkar og dagfari, með því hvernig við umgöngumst hvort annað. Gullna reglan sem stendur í 7. kafla Matteusarguðspjalls er ákveðinn leiðarvísir fyrir okkur, því hún bendir okkur á, að allt sem þér viljið að aðrir menn geri yður, það skuluð þér og þeim gera. Sambærilega reglu má finna í öðrum trúarbrögðum, en það sem gerir regluna gullna í mínum huga, er að hún er lögð mér í munn af frelsara mínum Jesú Kristi. Mannskilningur hans er grundvallandi fyrir þá umhyggju, virðingu, kærleika og skilning sem ég vil sjá í Breiðholtinu. Því Jesús mætti hverjum manni eins og hann var, hann fór aldrei í manngreinarálit heldur elskaði hvern og einn skilyrðislaust. Með því að fylgja hans fordæmi styrkjum við samfélag okkar innan frá og treystum þau grunnildi sem við viljum að samfélag okkar byggist á í fjölbreytileika sínu.

15% afsláttur af þjónustu og vörum

Við höldum upp á 15 ára rekstrarafmæli hárstofunnar ÝR dagana 10 - 25.nóvember.

Pantaðu tíma hjá okkur á netinu hvenær sem er www.harstofanyr.is

Hlökkum til að sjá þig,

Lóuhólar 2-6, sími 557 2653

Opnunartími Mán.-Föst. 09-18, Fim. 09-20, Laug 10-14



Ekki borga
15.000 kr.
að óþörfu!

Þann 1. desember n.k. leggst 15.000 kr. vanrækslugjald á óskoðuð ökutæki með endastafinn 9 í númeri. Reynslan sýnir að aukin aðsókn er í skoðun í lok mánaðar og því þægilegra að láta skoða fyrstu vikurnar í mánuðinum.

Það eru til ótal kjánalegar afsakanir fyrir því að eiga eftir að láta skoða bílinn. Farðu á adalskodun.is og hlustaðu á afsökun dagsins.



Adalskodun, faggildur skoðunaraðili í 15 ár



Adalskodun

www.adalskodun.is

Skoðunarstöðvar:
Reykjavík Skeifunni 5 Sími 590 6930
Hafnarfjörður Hjallahrauni 4 (við Helluhraun) Sími 590 6900
Kópavogur Skemmuvegi 6 (bleik gata) Sími 590 6935

Öndvegisréttir og eðalvín

Ingimar Alex Baldursson matreiðslumaður á Hótel Holti og höfundur af Eftirrétti ársins 2010 gefur lesendum uppskriftir að öndvegisréttum, ásamt því að hann mælir með eðalvínnum sem henta einstaklega vel með réttunum.

Alvöru kjúklingasalat

Það geta allir gert kjúklingasalat og það gera það margir við ýmis tilefni en hérna er mín útgáfa af salati sem að situr eftir í fólki þegar ég býð því í mat! Þið getið notað þessa marinerungu á margar aðrar tegundir af kjöti og hentar mjög vel með lambi og svíni sem dæmi.

Fyrir 4

Hráefni:

- Kjúklingabringur 5 stk
- Steinselja fersk 1 búnt
- Jalapenjó 1 krukka
- Hvítlaukur 10-12 geirar
- Engifer 150 gr
- Dijon sinnep 3 msk
- Hunang fljótandi 250 gr
- Jurataolía 700 ml
- Sojasósa 100 ml
- Rauðlaukur 1 stk
- Spínat 1 lítill poki
- Córíander ferskt 1 box
- Grænar ólífur 10 stk
- Kasjúwhnetur 100 gr
- Furuhnetur 100 gr
- Lime 2 stk
- Rauður chili 1 stk
- Parmesan ostur ferskur heill 100 gr
- Sesamfræ 2 msk
- Salat mix 1 stór poki
- Radísur 1 lítill poki
- Vorlaukur 1 lítið búnt
- Kyrsuberjatómatar litlir 1 askja
- Agúrka 1 stk
- Baguette brauð 1 stk
- Smá smjör til steikingar
- Salt og pipar

Sæt og sterk engifer og jalapenjó sósa/marinerung

Takið 1/2 búnt af steinselju, 2 msk af jalapenjó í krukku og látið safann bara fylgja í skeiðinni, hvítlauksgeirar 4 stk, engifer skrældur 70 gr, dijon sinnep 3 msk, 1 stk lime borkurinn raspaður af og safinn kreistur með og hunang 200 gr allt saman í matvinnsluvél/blender og látið vinna þar til komið er þykkt mauk og þá er bætt úti 500 ml af olíu á meðan vélin er í gangi. Má setja meira af olíu ef að ykkur finnst sósan of sterk!

Því næst er sósunni skipt í tvennt og í tvær skálar og úti aðra skálina fer 100 ml af soja sósu og piskað saman og í þessa skál á að leggja kjúklingabringurnar í marinerungu í 4-6 klst. Hinn hlutinn af sósunni fer í kæli og hún er klár til að bjóða fram með salatinu.

Kjúklingabringurnar eru svo steiktar á báðum hliðum eða grillaður en passið að það er fullt af hunangi í marinerungunni sem að brennur mjög fljótt, síðan á bökunarplötu og inni blástursofn á 160 gráður í 12-15 min eftir stærð.

Kóríander pestó

Rauðlaukur 1/2 stk, hvítlaukur 1/2 geiri, spínat helmingurinn af pokanum, kóríander 1/2 box, hunang 50 gr, steinselja 1/2 box grænar ólífur 10stk, lime 1stk (börkur og safi), rauður chili 1 stk (kljúfa hann í tvennt og hreinsa hvítu fræin innanúr þau eru allt of sterk), parmesan ostur 50 gr, þetta er allt unnið í matvinnsluvél þar til orðið silkimjúkt grænt mauk og þá er bætt úti kasjúwhnetum 100 gr, furuhnetum 100 gr og sesam fræ 2 msk og það er unnið saman við hitt allt á lágum hraða við viljum ekki mauka hneturnar um of. Salt og pipar eftir þörfum.

Salatið

Kóríander 1/2 box pilla laufin frá stilkunum, steinselja 1/2 box pilla laufin frá stilkunum, spínat hinn helmingurinn af

pokanum, salat mix 1 poki, radísur skornar fint niður, 1/2 rauðlaukur í sneiðar, vorlaukur hreinsaður og hvíti endinn er skorinn þunnt niður, kirsberjatómatar í 4 hluta, agúrka skorin, Dalafeta ostur í kryddlegi eftir smekk og það getur verið mjög gott að rífa niður smá sítrónubörk og lime bök úti salatið!

Allt skolað uppúr ísköldu vatni og jafnvel nokkrum klökum bætt úti vatnið til að skerpa á því



Brauðteningar/croutons

Baguette brauð skorið hálf frosið í litla teninga, smá rifinn hvítlaukur, smjör og olía á pönnu og brætt saman við lágan hita og síðan er teningunum hent úti og brúnaðir við mjög lágan hita í langan tíma og hrísta vel í þessu af og til þar til þeir verða gylltir á litinn og þá eru þeir þerraðir á stykki. Getur verið flott að strá á þá, þegar þeir eru alveg að verða klárir, smá saxaðari steinselju til að gefa aðeins meira bragð.

Ég ríf síðan smá parmesan ost yfir allt salatið áður en ég ber það fram.

Það er hægt að bera kjúklinginn fram heitan og kaldan eftir því hvað hentar hverju sinni.)

Gangi ykkur vel og verði ykkur að góðu.

Með Alvöru kjúklingasalati má nota hvort heldur hvítvín eða rauðvín. Ég mæli t.d. með:



Lindemans Cawarra Chiraz Cabernet verð: 1.890 kr (rauðvín - Ástralía)
Rúbínrautt. Létt meðalfylling, þurr, ferskt, lítil tannín. Sætkenndur dökkur og rauður berjakeimur, eukalyptus.



Rosemount Road White verð 1.789 kr (hvítvín - Ástralía)
Sítrónugult. Meðalfylling, þurr, ferskt. Suðrænn ávöxtur, mangó, melóna.



Konurnar skemmtu sér frábærlega eins og sjá má á þessari mynd.

Um 1300 konur á Kósí konukvöldi

Kósí konukvöld Garðheima var haldið 4. nóvember s.l. og hjálpuðust um 1300 konur að við að mynda frábæra stemningu.

Helga Braga hélt uppi fjöri og dró út endalaust marga vinninga að því er virtist, sem samstarfsaðilar og Garðheimar lögðu til. Svárið í sérútleiknum kom mörgum á óvart, seldar eru um 750 tegundir jólaljósá í Garðheimum, en sú sem komst næst svarinu giskaði á rúmar 200. Blómáskreytar Garðheima kynntu nýja strauma í jólskreytingum í ár, carnival, þar sem litagleðin ræður ríkjum. Brasilíska magadansmærin Jozy tók konur í skemmtilega Zumba danskennslu, tískusýningar, smakk, kynningar, sýnikennsla í skreytingum og föndri ofl var í gangi.



Helga Braga fór á kostum eins og henni einni er lagið.

Einkarekið apótek
Lágt lyfjaverð - góð þjónusta

GARÐS APÓTEK
- rétt leið

Sogavegi við Réttarholtsveg
Opíð kl. 9-18 virka daga • Sími 5680990 • www.gardsapotek.is

REYNSLA • UMHYGGJA • TRAUST

 Arnór L. Pálsson framkvæmdastjóri	 Ísleifur Jónsson útfarastjóri	 Frímarr Andrésson útfararþjónusta	 Svafar Magnússon útfararþjónusta
 Hugufrún Jónsdóttir útfararþjónusta	 Guðmundur Baldvinsson útfararþjónusta	 Þorsteinn Elísson útfararþjónusta	 Ellert Ingason útfararþjónusta

Þegar andlát ber að höndum
Önnumst alla þætti útfararinnar

ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA
Vesturhlíð 2 • Fossvogi • Sími 551 1266 • www.utfor.is

ILMVATN.NET

Vefverslun með ilmvötn og rakspira á góðu verði
Einfaldaðu jólagjafainnkaupin - verslaðu heima!
Yfir 5000 vörunúmer

Líf og fjör í sundinu hjá Ægi



Í pásu á laugarbarminum.

Óhætt er að segja að þetta sundár hafi farið af stað með krafti hjá sundfélaginu Ægi. Það var metfjöldi skráninga í alla hópa og því aldrei verið fleiri við æfingar hjá félaginu og flestir hópar fullir.

Ægiringar eru búnir að taka þátt í tveimur stórum mótum á tímabilinu og gengið vel. Fyrst var það Týr-mót okkar Ægiringa sem haldið var í Laugardalslaug helgina 1 til 3 október. En þar voru yngri krakkarnir að bæta sig mikið og þau eldri að synda nálægt sínum tímum enda búin að vera í mjög erfiðum æfingum. En þegar upp var staðið þá áttu Ægiringar fjóra af fimm stigahæstu konum og körlum á mótinu, flottur árangur það. Næsta mót var svo Cheerios mót SH-inga en það var haldið helgina 23. til 24. október. Þar náðist líka mjög góður árangur og saúst Ægiringar oft á verðlaunapalli. Í

lok móts voru síðan veitt verðlaun fyrir 3 stigahæstu sundin í hverjum aldursflokkum og voru Ægiringar þar á palli í flestum aldursflokkum. Næsta mót hjá þeim eldri er síðan Íslandsmeistararamótið í 25 m laug sem fer fram í Laugardalslaug 11. til 14. nóvember. Þau sem þar keppa eru að fara í æfingabúðir að Laugarvatni núna um helgina til að leggja lokahönd á undirbúninginn fyrir mótið. Yngri krakkarnir okkar kepptu svo á fyrsta stigamóti félagsins miðvikudaginn 27. október en þetta eru ný og skemmtileg innanfélagsmót þar sem keppendur safna stigum yfir tímabilið. Þar var góð þátttaka og flottur árangur og verður gaman að fylgjast með hvernig þetta gengur í framhaldinu hjá þeim en næsta stigamót er fyrirhugað í byrjun desember.

R.G.

ÍR skokk með öflugra heimasíðu

ÍR skokk hefur unnið ótúlega í að efla heimasíðu sína sem vistuð er undir heimasíðu frjálsíþróttadeildarinnar. Óskum ÍR skokk til ham-

ingju með þessa flottu upplýsingasíðu þar sem hægt er að nálgast upplýsingar um æfingartíma, viðburði og fréttir af afrekum hópsins.

borgarblod.is



Frosin **LAUFABRAUÐ**
Njótum aðventunnar saman

www.ommubakstur.is

Getraunarnr. 111

www.leiknir.com

Leiknir var stofnað 1973



Austurbergi 1, Efra Breiðholti

Hilmar Árni á fullu með U19 og Rakel með U17

Hilmar Árni Halldórsson leikmaður Leiknis í mfl lék alla þrjá leiki U19 ára landsliðs Íslands á dögnum úti Wales. Hilmar byrjaði inná alla leikina og lék vel. Íslensku strákarnir unnu einn leik, gegn Kazakhstan en töpuðu tveimur, gegn Wales og Tyrklandi, naumlega.

Hilmar lék í sumar vel á miðjunni í liði Leiknis og ljóst að þar fer framtíðarmaður. En hann er ekki eini Leiknismaðurinn sem hefur verið að gera það gott að undanförunu því Rakel Buxa Einarsdóttir lék einnig á dögnum með U17 ára landsliði Íslands í undanriðli sínum í fyrir Evrópumótið. Stelpurnar fóru á kostum og rúlluðu yfir riðilinn. Rakel komst á blað með góðu marki í fyrsta leiknum. Frábær knattspyrnukona framtíðarinnar. Sindri



Hilmar í landsliðstreyjunni.



Rakel á leið á landsliðsæfingu.

Björnsson, Friðjón Magnússon og Skúli Bragason hafa svo verið að æfa með yngri landsliðum pilla

og hafa staðið sig með sóma. Það er því nóg af Leiknisfólki að gera góða hluti sem stendur.

Karatedeild Leiknis á fullu

Karatedeild Leiknis var stofnuð í nóvember 2009 til reynslu. Leiknir fékk að nota sal í Miðbergi og var ásóknin framfarvön og ekki pláss í salnum fyrir alla þá sem vildu æfa karate hjá okkur.

Núna í haust fengum við úthlutaða tíma í íþróttasal Fella-skóla þar sem við höfum nóg pláss ásamt fullt af skemmtilegum tækjum, dýnum ofl. Sem nýttist okkur á æfingum.

Karate er vinsæl keppnisíþrótt hér á landi en einnig er þetta frábær alhliða hreyfing þar sem áhersla er lögð á alhliða styrk, liðleika, jafnvægi og samhæfingu, einnig er þetta mikil aga íþrótt og hefur það sýnt sig að börn og unglingar sem æfa karate gengur venjulega betur í námi og öðru sem þau taka sér fyrir hendur en jafningjar þeirra sem stunda ekki sambærilegar íþróttir.

Við sendum nokkra iðkendur í vor á kata mót þar sem þau kepptu við iðkendur frá Vík-

ingi, Aftureldingu og Fjölni, okkar iðkendur gekk virkilega vel og komu þau með 4 brons og 1 gull úr mótinu sem er virkilega góður árangur hjá félagi sem var þá nýstofnað. Nokkrir iðkendur hjá okkur stefna á keppni á Íslandsmeistararamóti barna í kata sem verður í vor, en mikið er framundan af smærri mótum sem henta byrjendum sem og lengra komnum og styðjum við alla okkar iðkendur sem vilja keppa, en iðkendur ráða því sjálfir hvort þeir keppa eða ekki.

Síðustu árin hafa börn ekki haft úr miklu að velja þegar kemur að íþróttum hér í Fellahverfi, aðallega hefur það verið fótboltinn hjá Leikni en hafi börnin viljað æfa eitthvað annað þá hafa þau venjulega þurft að leita til annarra íþróttafélaga utan hverfisins, núna geta börnin sem finna sig ekki í hóp íþróttunum æft karate í staðin án þess að þurfa að fara út fyrir hverfið.

Iðkendagjöldin hjá okkur eru

með því lægsta sem gerist í þessari íþrótt, við viljum að sem flestir eigi þess kost að æfa hjá okkur en nú höfum við pláss fyrir allt að 100 iðkendur í einu þannig að það verður aldrei þröngt um okkur.

Nú þegar reksturinn er orðinn traustur og kominn til að vera þá vantar okkur nokkra foreldra iðkenda til að vera með okkur í stjórn karatedeildarinnar til að sinna ýmsum málum fyrir deildina. Æfingar hjá okkur eru á mánudögum, fimmtudögum og laugardögum frá 17-19, börn undir 10 ára mæta kl 17 en 10 ára og eldri mæta kl 18. Það eru allir velkomnir að mæta á æfingar og prófa í viku, og ef þið viljið halda áfram þá er þjálfari alltaf með skráningarblöð meðferðis.

Ef þú hefur einhverjar spurningar eða vilt taka þátt í starfi karatedeildarinnar þá endilega sendu póst á karate@visir.is

Mikið úrval
af íþróttavörum
og leikföngum

ÍR- og Leiknisvörur
í úrvali

Leiksport
Sími 5575020 Hólagarði

Minnibolti stráka

Fyrsta fjölliðamót vetrarins í körfubolta hjá strákunum í minniboltanum, f. 1999 og 2000 fór fram um helgina. Fjölliðamótin eru fjögur talsins yfir veturinn og var þetta mót haldið í Seljaskóla en strákarnir kepptu í C-riðli.

Fyrri leikurinn á laugardegnum var gegn Val og þar leiddi ÍR nánast allan tímann en misstu leikinn í fullmikla spennu undir lokin, höfðu þó 42:40 sigur. Seinni leikurinn var gegn Þór Akureyri og þar varð niðurstaðan 51:34 fyrir ÍR. Á sunnudeginum voru svo tveir leikir, í þeim fyrri vannst sigur á ÍBV 46:33 og í síðasta leik mótsins var spilað við Hrunamenn þar sem ÍR sigraði 49:29. Mjög góður árangur hjá strákunum og niðurstaðan var sigur í riðlinum og það þýðir að liðið færast upp í B-riðil fyrir næsta mót sem haldið verður 20. til 21. nóvember.



Glæsileg tilþrif sáust á mótinu.

Boccía mót haldið af ÍR

ÍR-ingar í boccía buðu nokkrum liðum úr Garðabæ, Reykjavík og Kópavogi að taka þátt í móti í ÍR heimilinu. Veitt voru vegleg verðlaun, farandbikar og verðlaunapeningar fyrir liðin sem skipuðu fyrstu þrjú sætin.

Mótið stóð yfir í rúma tvo tíma og að því loknu buðu ÍR leikmenn gestum upp á veitingar, allt heimatilbúið og fóru því allir saddir og sælir að heimsókn lokinni. Efstu þrjú sætin skipuðu Gjábakki 1.sæti og sitthvort lið Garðabæjar í 2. og 3. sæti. ÍR-ingarnir hafa stundað leikfimi í ÍR heimilinu í 2 ár með dyggri aðstoð borgarinnar og æft boccía samhliða því. Til samanburðar má geta þess að sumir andstæðinganna hafa keppt í hátt í 10 ár. Keppnisþrá er leyndi sér ekki svo ÍR-ingar koma enn grimmar til leiks að ári.



Á myndinni má sjá sigurvegarana, lið Gjábakka.

Góður árangur í haustmaraþoni

ÍR-ingar náðu góðum árangri í maraþoni og hálfmaraþoni í haustmaraþoni Félags Maraþonhlaupara sem fram fór laugardaginn 23. október.

ÍR-ingar úr maraþonhópi Þorláks mættu sterkir til leiks og Sig-

urður Tómas Þórisson sigraði í maraþonhlaupinu á sínum lang besta tíma, 2:54,35 klst.

Sigurður Hansen, Eva Margrét Einarsdóttir, Sigurbjörg Eðvarðsdóttir og Sigurjón Sigurbjörnsson sigruðu í sínum flokkum í hálf-

maraþonhlaupinu. ÍR-skokkarar áttu líka sterka fulltrúa. Hér fyrir neðan má sjá árangur þeirra ÍR-inga sem voru í 1. – 3. sæti. Öll úrslit má finna á www.hlaup.is

Framfarahlaup III

Hlaupasería Framfara, hollvinafélags millivegalengda og langhlaupara, heldur áfram og fór þriðja hlaupið fram þann 30. október við Víkingssvæðið í Fossvogi. Mætingin var þökkaleg í krefjandi grasbraut með langri og góðri brekku en aðstæður voru frekar erfiðar, kalt og strekkingur.

Í styttra hlaupinu sem var rétt um 700 m á lengd, sigraði Snorri Sigurðsson ÍR, Bjartmar Örnuson UFA varð annar og Ólafur Konráð Albertsson ÍR þriðji. Í langa hlaupinu sem var 5,5 km sigraði Björn Margeirsson FH, Bjartmar Örnuson varð 2. og Tómas Zoega Breiðblik 3. Í stutta hlaupinu í

kvennaflokki sigraði Aníta Hinriksdóttir ÍR, Íris Anna Skúladóttir Fjölni varð 2. og Hrönn Guðmundsdóttir ÍR, þriðja. Í lengra hlaupinu skiptust Íris og Aníta á sætum en Hrönn varð í þriðja sæti.

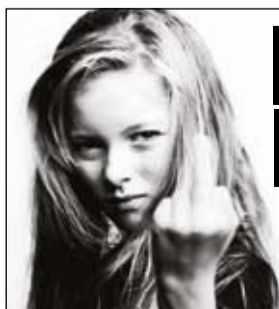
Silfurleikar ÍR

Silfurleikar ÍR verða haldnir þann 20. nóvember í Laugardalshöllinni og hefjast þeir kl. 9.00 en áætlað er að keppni ljúki um kl. 17. Mótið var fyrst haldið árið 1996 og hét þá Haustleikar ÍR.

Nafninu var breytt árið 2006 til að minnast þess að 50 ár voru þá liðin frá því að ÍR-ingurinn Vilhjálmur Einarsson fékk silfurverðlaun í þrístökki á Ólympíuleikunum í Melbourne í Ástralíu. Með Silfurleikum vilja ÍR-ingar minnast þessa mikla afreks og þrístökk skipar þar veglegan sess eins og vera ber. Silfurleikar ÍR eru fyrir

16 ára og yngri en 10 ára og yngri keppa í prautabraut en þeir eldri í hefðbundnum frjálsíþróttagein-

um. Nánari upplýsingar má finna á heimasíðu Frjálsíþróttadeildar ÍR undir „viðburðir í frjálsum“



ÉG EREKKI MEÐ UNGLINGAVEIKI
mér bara 18ur - 11kl

Hjálparsími Rauða krossins 1717

1717 + Rauði kross Íslands



Fréttir

Íþróttafélag Reykjavíkur
Skógarseli 12 • Sími 587 7080
Myndsími: 587 7081
Tölvupóstur: hordur@irsida.is
Heimasíða: ir.is

5. flokkur gerir góðverk



Á myndinni má sjá Viktor Snæ ásamt félögum sínum þegar Viktor tók við glaðningnum.

Á haustdögum ákvað 5.fl. karla í knattspyrnu hjá ÍR að gera góðverk og styðja við bak-ið á einum félaganum, honum Viktori Snæ en hann á veika systur. Systir hans á við erfiðan og sjaldgæfan sjúkdóm að etja þannig að það er mikill kostnaður við ferðir erlendis sem og annar kostnaður sem fylgir því að eiga veikt barn.

Úrslitakeppni var haldin á ÍR-vellinum í 5. flokki í haust og

nýttu strákarnir ásamt foreldrum þeirra sér tækifærið og voru með sjoppu á þessu móti. Fyrirfram var ákveðið að allur ágóðinn myndi renna óskiptur til fjölskyldu Viktors en það safnaðist um 50.000 kr. Það er ekki upphæðin sem skiptir aðalmáli heldur er það hugsunin á bak við það að styrkja félagan sinn og fjölskyldu hans sem skiptir mestu máli. Allir í flokknum eiga hrós skilið fyrir sitt góða framtak

Íþróttadagurinn á laugardaginn

Íþróttadaginn fram fer fram í tengslum við Breiðholtsdaga laugardaginn 20. nóvember. Þann dag á milli klukkan 13:00 og 15:00, munu ÍR-ingar sjá um spennandi íþróttahátíð í Mjóddinni.

Þar verður meðal annars boðið upp á körfubolta, danssýningu og

kynt verður ný keiluleikjabraut. Þá munu öll börn sem mæta fá gefins ÍR blöðru og ÍR endurskinsmerki á meðan byrgðir endast. Einnig verða sölubásar og margt fleira og ættu því allir að finna eitthvað við sitt hæfi. Nánari dagskrá verður auglýst síðar á heimasíðu ÍR.

Taekwon maraþon

Í október hélt Taekwondo-deild ÍR 12 tíma maraþonæfingu til styrktar Neistanum, styrktarfélagi hjartveikra barna. Maraþonið tókst vel í alla staði en alls tóku 70 manns þátt í þessu maraþoni.

Þrátt fyrir langa og stranga 12 tíma æfingu kláruðu engi að síður um 30 manns alla æfing-

una. Fjölmíðlar sýndu þessu mikinn áhuga og meðal annars kom innslag í Ísland í dag um þetta flotta framtak. Taekwondo-deild ÍR þakkar öllum þeim sem mættu og tóku þátt í þessari hátíð með okkur og einnig þeim sem hafa styrkt okkur með peningaframlagi.



GETRAUNANÚMER ÍR ER 109



Sími: 588 9705
www.skautaholl.is

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

opnum alla daga kl: 12:00



Carlsberg
LETTO

„ALSLEMMMA Í GRANDI!!“

LEIKIRNIR OG ÍPRÓTTAVIÐBURÐIR Á RISASKJÁM
(boltakostatilboð á öli :)

- SPILAKVÖLD
Á FIMMTUDÖGUM

„Sláum í spil“

- BRIDGE
- PÖBQUIZ
- TAFL

- OG SVO AUÐVITAÐ
LIFANDI TÓNLIST
UM HELGAR !



BÚÁLFURINN

Hverfiskráin ykkar

Hólagarði

www.alfurinn.is

Á DÖFINNI:

- VANIR MENN OG HELGA MÖLLER
- HERMANN INGI JR
- AMIGOS
- RÚNAR ÞÓR - GYLFI OG MEGAS