Breiðholtsblaðið

Dreift frítt í öll hús í Breiðholtinu

DESEMBER 2010

12. tbl. 17. árg.

Lyfjaval
APÓTEK
ÁLFTAMÝRI • MJÓDD
BÍLAAPÓTEK
HÆÐASMÁRA 4
opið 10–23 alla daga

Wilson's PIZZA
S. 581 15 15
3 staðir 1 símanúmer
Gnoðarvogi 44 - Ánanaustum og Eddufelli 6

Slökkvitæki ehf
Hleðsla - Sala - Þjónusta
Helluhrauni 10 - Hfj.
Sími 565-4080
Verslum við litla manninn

- bls. 8-9
Viðtal við Breiðholtsbúann Ragga Bjarna

Breiðholtsdagar:

Umhverfisverðlaunin veitt

Setning Breiðholtsdaganna fór fram í Hólabrekkuskóla mánudaginn 15. nóvember og var þetta í annað sinn sem setningarathöfnin fer fram í skólanum. Yfirskrift daganna að þessu sinni var “Bjartsýni í Breiðholti“. Ýmsir góðir gestir mættu í hús og má þar nefna; fræðslustjóra Reykjavikur, framkvæmdarstjóra Þjónustumiðstöðvar Breiðholts, borgarlistamann Reykjavíkur og núverandi og fyrrverandi hverfisráð Breiðholts.

Lárus Rögnvaldur Haraldsson, formaður hverfisráðsins afhenti umhverfisverðlaun ráðsins sem að þessu sinni komu í hlut Hólabrekkuskóla, húsfélagsins Hábergi 5 og íbúa Skagasels 5 fyrir snyrtimennsku, gott viðhald og góða umhirðu lóðar. Flutt voru ýmis tónlistaratriði, m.a. söng Lilja Örk Loftsdóttir 11 ára, lagið Leyndarmál en textinn er eftir Camillu Hjördísi Samúelsdóttur 7 ára. Þá söng Lilja Örk lagið sitt Fyrirgefðu en hún samdi textann við lagið, með henni sungu Sólbrún Erna Víkingsdóttir og Sunneva Líf Sigurðardóttir við undirleik tónmenntakennara. Nemendur í tónlistarvali frumfluttu Breiðholtslagið við góðar undirtektir og lófaklapp, höfundur lagsins er tónmenntakennari skólans og höfundur textans er starfsmaður skólans. Systkinin Guðrún Bóel og Gunnar Rafn Jónsbörn sýndu dans ásamt dansfélögum sínum. Setningin tókst í alla staði afar vel og voru nemendur á sal til áberandi fyrirmyndar.

KK.

Umhverfisverðlaunin voru veitt við setningarathöfn Breiðholtsdaga í Hólabrekkuskóla. Bragi Freyr Gunnarsson, formaður hússtjórnar og Guðrún Björnsdóttir veittu verðlaununum viðtökur fyrir Háberg 5. Erna M. Kristjánsdóttir og Símon Á. Sigurðsson veittu verðlaununum viðtökur fyrir Skagasel 5 viðtöku og Hólmfríður G. Guðjónsdóttir skólastjóri veitti veðlaunum Hólabrekkuskóla viðtöku. Frá vinstri eru; Lárus R. Haraldsson formaður Hverfisráðs Breiðholts, Hólmfríður, Guðrún, Erna, Símon og Bragi.
Mynd Katrín K.

ÓDÝRARI LYF Í HÓLAGARÐI
Apótekið
–einfalt og ódýrt
Opið: Mán-fös: 10.00 -18.00 • Lau: 10.00 -14.00

Allt í hátíðarmatinn
Lambalæri kr. 998.- kg. • Hangikjötsframpartur kr. 998.- kg.
Fjallalambshangilæri kr. 1498.- heilt
Mackintosh 2 kg.
kr. 2898.-
Þín verslun
SELJABRAUT 54 • SÍMI 557 1780 - 577 1788
- á traustum grunni
Eina kjötborðið í Breiðholti
gæði úrval þjónusta

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
12. tbl. 17. árgangur
Breiðholtsblaðið er dreift frítt í öll hús í Breiðholti

Bjartsýnin komin til að vera

Nýlega afstaðnir Breiðholtsdagar sýna betur en margt annað kraft og samheldni búa í Breiðholtinu. Þeir sýna hvernig samfélag sem vissulega hefur þurft að berjast fyrir viðurkenningu er að þroskast og dafna. Þeir sýna öflugt mennta- og félagslíf og síðast en ekki síst þá samheldni og byggðavitund sem einkennir þessa 22 þúsunda byggð öðrum fremur.

Oft hefur verið bent á hversu Breiðholtið er landfærðilega afmarkað. Það er einskonar bær í borginni eins og Hanna Birna Kristjánsdóttir, forseti bægarstjórnar komst eitt sinn að orði í viðtali við Breiðholtsblaðið. Lárus Rögnvaldur Haraldsson, formaður hverfisráðs Breiðholts ræðir einnig þessar landfræðilegu aðstæður í viðtali hér í blaðinu.og bendir á að með 111 Reykjavík verkefninu sé verið að byggja upp vísi að því hvað hægt sé að gera þar sem margir möguleikar eru fyrir hendi. Hugmynd Elsu Hrafnhildar Yoeman, borgarfulltrúa og fulltrúa í hverfisráði um "Bjartsýni í Breiðholti", sem valið var sem kjörorð og yfirskrift Breiðholtsdaganna hefur þegar skilað Breiðholtinu verðskuldaðri athygli.

Þótt ekki sé unnt að veita miklum fjármunum til framkvæmda eins og á stendur þá er margt sem hægt er að gera til þess að laga umhverfi og auka tækifæri íbúanna til betra mannlífs og vellíðunar. Margt smátt gerir eitt stórt gæti verið yfirskrift þeirrar vinnu sem nú er hafin til þess að ásýnd Breiðholtsins og beinist í fyrstu að borgarhlutanum sem hefur póstnúmerið 111. Önnur markmið eins og uppkaup tilgangslítilla mannvirka og breytingar á skipulagi eru verkefni til lengri tíma.

Annar þáttur er að efla enn frekar það öfluga félagsstarf sem hefur þróast í Breiðholtinu. Á engan er hallað þótt nafns Guðrúnar Jónsdóttur, forstöðumanns félagsstarfsins í Gerðubergi sé getið í því sambandi. Guðrún hefur um árabil verið vakin og sofin í að leita nýrra leiða og tækifæra í félagsstarfinu og að laða fólk að því sem er í boði hverju sinni. Þá hefur hún unnið ötullega að verkefninu "Kynslóðirnar saman" ásamt fleirum en þar er um ákaflega þarft verkefni að ræða á tímum þegar kynslóðabilið virðist vera að breikka og gjá að skapast á milli þeirra yngri og hinna eldri.

Allt þetta og fleira skapar bjartsýni og aukna hverfisvitund. Breiðhyltingar verða einnig að vera ötulir við að kynna Breiðholtið sem samfélag og sem bæ í borginni. Með því skapa þeir bygðinni gott orðspor og reka neikvæða drauga fortíðarinnar af höndum sér. Breiðholtsblaðið óskar Breiðhyltinum ánægjulegrar jólahátíðar og aukinnar bjartsýni á komandi ári. Bjartsýni í Breiðholti er komin til þess að vera.

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.utforin.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

Breiðholtsdagarnir heppnuðust einstaklega vel

Frá hátíðadagskrá Breiðholtsdaga í Mjóddinni í Breiðholti.

Þorsteinn Hjartarson, framkvæmdastjóri Þjónustumiðstöðvar Breiðholts segir Breiðholtsdagana hafa verið einstaklega velheppnaðir enda byggst á fjölbreytilegum viðburðum vítt og breitt um hverfið í heila viku. Þeir fjölmörgu sem komu að undirbúningi og framkvæmd Breiðholtsdaga í ár eigi mikið hrós skilið.

„Sérstakar þakkir fær undirbúningsnefndin en hana skipa Ágústa Halldór Gísladóttir, frístundaráðgjafi á Þjónustumiðstöð Breiðholts, Guðrún Jónsdóttir, frá Félagsstarfinu Gerðubergi, Herdís Snorradóttir deildarstjóri í Frístundamiðstöðinni Miðbergi, Lárus Rögnvaldur Haraldsson og Jarþrúður Ásmundsdóttir frá hverfisráði Breiðholts og Magnús Gunnarsson frá Íbúasamtökunum Betra Breiðholt" Þorsteinn segir að kjörorðið „Bjarsýni í Breiðholti" hafi svo sannarlega ekki verið út í loftið því framganga fólks á öllum aldri - og þá ekki síst barna og ungmenna hafi öll verið til fyrirmyndar þar sem sköpunarkrafturinn fékk að njóta sín. „Það er á engan hallað þótt ég nefni frábæran árangur Seljaskóla, Breiðholtsskóla og Ölduselsskóla í Skrekk sem var reyndar ekki séður fyrir þegar dagskráin var sett saman en tímasetningin var góð. Þá er rétt að nefna þátttöku tónlistarfólks á öllum aldri í Hólabrekkuskóla sem fluttu m.a. frumsamið lag um Breiðholtið. Jafnframt vil ég nefna flott dansatriði nemenda í Fellaskóla og FB á hátíðarsamkomunni í Mjódd sem og virka þátttöku barna og starfsmanna á frístundaheimilum ÍTR, frístundamiðstöð og í leikskólum hverfisins. Loks var aðkoma íþróttafélaga og kirkjunnar að Breiðholtsdögum veruleg. Allt þetta og margt fleira fyllir mann bjartsýni og stolti yfir því að starfa í Breiðholtinu," segir Þorsteinn Hjartarson í samtali við Breiðholtsblaðið.

GERÐUBERG
Menningarmiðstöð

Skötuveisla

Bjóðum líka upp á saltfisk og plokkfisk með okkar rómaða heimagerða rúgbrauði.

Stórglæsilegt skötuhlaðborð á Þorláksmessu í kaffihúsi Gerðubergs frá kl. 11-14

Almennt verð kr. 2.500

Gallery fiskur
Sími 863 9217

- Verð til aldraðra og öryrkja kr. 1.850
- ATH: Verðskrá Velferðarsviðs gildir í hádegi kr. 550 máltíðin (miðinn.) Mismunur kr. 1.300 greiðist við kassann.
- Miðar eru seldir í Félagsstarfinu Gerðubergi 1. hæð.

Gerðubergi 3-5 | 111 Reykjavík | Sími 575 7700 | Netfang: gerduberg@reykjavik.is | www.gerduberg.is

Þín verslun
Seljabraut
25 ára!

Nýtt og betra kjötborð, frábær afmælistilboð og 25% afsláttur í hverri hillu!

Þín verslun, Seljabraut í Breiðholti fagnar 25 ára afmæli um þessar mundir. Á þessum árum höfum við eignast marga góða vini sem helst vilja hvergi annars staðar versla. Við höfum nefnilega alltaf lagt mikið upp úr því að veita persónulega þjónustu í hlýlegu umhverfi.

Kíktu í heimsókn, við tökum vel á móti þér.

Þín verslun | Seljabraut 54 | Sími 557 1780 | Opnunartími: mán.–fös. 9–21 / lau.–sun. 10–21

Hluti fundarmanna á aðalfundinum.

Miklar umræður á aðalfundi Betra Breiðholts

Aðalfundur Íbúasamtakakanna Betra Breiðholts var haldinn í Gerðubergi mánudaginn 29. nóvember sl. Fundurinn var vel sóttur og margt rætt bæði það sem er jákvætt og búið að framkvæma í hverfinu og það sem betur mætti fara. Formaður Íbúasamtakanna setti fundinn og síðan tók Þorsteinn Hjartarson framkvæmdastjóri Þjónustumiðstöðvar Breiðholts við fundarstjórninni.

Helgi Kristófersson formaður ÍBB fór yfir skýrslu stjórnar og Magnús Gunnarsson gjaldkeri fór yfir reikninga. Rut Káradóttir og Bergljót Rist hættu í stjórn og í staðinn komu inn í stjórnina þau Berglind Magnúsdóttir, Magnús Valdimarsson og Þóra Þórisdóttir. Mikil umræða var um hverfið og almennt voru menn ánægðir það sem hefur verið gert. Það hefur verið unnið mikið við lagfæringu lóða og má nefna lóðir Hólabrekkuskóla og Fellaskóla sem dæmi um vel unnin verk. Einnig var unnið nokkuð við skólalóð Breiðholtsskóla en því var að miklu leiti frestað sökum þess að fyrirhugað er að byggja ofan á skólann og þar af leiðandi ákveðið að bíða með frekari framkvæmdir. Skíðabrekkan var rædd og farið yfir það þar sem fyrir löngu síðan var ætlunin að lagfæra hana og lengja aðeins. Bílastæðismál við Seljabraut voru rædd og lögð mikil áhersla á að þar sé þörf á úrbótum. Þetta er mál sem hefur verið lengi í umræðunni en það hefur ekki verið leyst. Að loknum aðalfundinum ræddi Lárus Rögnvaldur Haraldsson, formaður Hverfisráðs Breiðholts um það sem er í gangi í hverfinu og hvað er framundan. Í heildina voru þeir sem mættu á fundinn ánægðir og þökkuðu fyrir það sem stjórn Íbúasamtakanna hefur gert og sáu fram á að auka samstarf við samtökin. Hægt er að skoða það sem er í gangi í hverfinu á heimasíðu þjónustumiðstöðvarinnar www.breidholt.is og síðan eru íbúasamtökin þar með tengil frá þeirri síðu. Jafnframt eru samtökin með netfangið ibbr@visir.is og síðan bloggsíðu. Jafnframt er hægt að senda á gamla mátann bréf til samtakanna í gegnum Þjónustumiðstöðina í Mjóddinni þar sem Íbúasamtökin eru með pósthólf.

Aðalmenn í stjórn Betra Breiðholts eru; Helgi Kristófersson, formaður, Magnús Gunnarsson, Anna Sif Jónsdóttir, Gunnar H. Gunnarsson, Berglind Magnúsdóttir, Magnús Valdimarsson og Þóra Þórisdóttir. Varamenn í stjórn eru; Kolbrún Baldursdóttir og Þorkell Ragnarsson.

Helgi Kristófersson, formaður flytur skýrslu stjórnar.

OPIÐ TIL KL.
22:00
TIL JÓLA
Jólatré
fersk og ilmandi
gott verð – mikið úrval!
Jólaglaðningur
spiran
30% afsláttur
af veitingum á Spírunni gegn framvísun þessa miða
Gildir ekki af öðrum tilboðum og köldum drykkjum. Gildir til 23.desember 2010
Jólaglaðningur
15% afsláttur
af jólatrjám gegn framvísun þessa miða
gildir til 15.desember 2010
Jólaglaðningur
25% afsláttur
af jólatrjáa-kúlum gegn framvísun þessa miða
gildir til 15.desember 2010
JÓLASVEINA-HEIMSÓKN
Jólasveinar kíkja í heimsókn í jólatrjáaskóginn um helgina
sjá nánar á www.gardheimar.is
GARÐHEIMAR
- fjölskyldufyrirtæki í 19 ár!
Stekkjarbakka 6 - Sími 540 3300 - www.gardheimar.is
Jóladagatal Garðheima
glaðningur á hverjum degi!
sjá nánar á www.gardheimar.is

KÖNNUNARLEIÐANGUR

Leit að hvíldar- og útstýnisstöðum í 111 Rvk.

Laugardagurinn 11.desember
kl 11:00 - 12:30
Menningarmiðstöðin Gerðurbergi
Gerðuberg 3-5
111 Rvk.

Stýrihópur 111 Reykjavík stendur fyrir göngu laugardaginn 11.desember. Tilgangur göngunnar er að finna hvíldar- og útsýnisstaði í göturými 111 Reykjavík. Í samráði við fagfólk munu Breiðholtsbúar sjálfir ákveða hvar bekkir eru staðsettir, enda þekkja íbúar hverfið sitt manna best. Vonumst til að sjá sem flesta!

Forvarnardagurinn – Hvert ár skiptir máli

Kristín Hjörleifsdóttir í Fellaskóla með hluta af bekknum sínum.

Taktu þátt, hvert ár skiptir máli var yfirskrift forvarnardagsins í Fellaskóla og Hólabrekkuskóla en hann var haldinn í öllum grunnskólum landsins miðvikudaginn 3. nóvember sl. Dagurinn er helgaður nokkrum heillaráðum sem geta forðað börnum og unglingum frá fíkniefnum, ráðum sem eiga erindi við allar fjölskyldur í landinu.

Forvarnardagurinn er haldinn að frumkvæði forseta Íslands í samvinnu við Samband íslenskra sveitarfélaga, Íþrótta- og Ólympíusamband Íslands, Ungmennafélag Íslands, Bandalag íslenskra skáta, Reykjavíkurborg, Háskóla Íslands og Háskólann í Reykjavík. Íslenskar rannsóknir sýna að þeir unglingar sem verja minnst klukkustund á dag með fjölskyldum sínum eru síður líklegir til að hefja neyslu fíkniefna. Að sama skapi sýna niðurstöður að mun ólíklegra sé að ungmenni sem stunda íþróttir og annað skipulagt æskulýðsstarf, falli fyrir fíkniefnum. Í þriðja lagi sýna rannsóknirnar fram á að því lengur sem ungmenni bíða með að hefja áfengisneyslu, þeim mun ólíklegra er að þau neyti síðar fíkniefna.

JÓL Í HÓLAGARÐI

Apótekið lægra verð

BÓNUSVÍDEÓ Leigan í þínu hverfi

Fætur & fegurð HÓLAGARÐI · LÓUHÓLUM 2-4 · SÍMI 557 5959

Boltinn í beinni
S: 567 8444
Krá • Sportbar
Smurbrauðstofa • Snittur
BÚÁLFURINN Gullnáman

Hreinn efnalaug & þvottahús síðan 1975

ÝR HÁRSNYRTISTOFAN HÓLAGARÐI Sími 557 2653

Gjafavörur, snyrtivörur og fylgihlutir í úr vali
Snyrtivöruverlsunin Nana
Sími: 557 1644

4 dot....

NAGLA FEGURÐ Naglastofa ■ Skóli ■ www.naglafegurd.is

Sportvörur • Leikföng • Ritföng
Leiksport Hólagarði
Sími: 557 5020

BÓNUS býður betur

Englar og rósir
Jólavörur og jólaskreytinar í úrvali

markhonnun.is

GJAFAKORT NETTÓ
GÓÐ GJÖF FYRIR ALLA

HAMBORGARHRYGGUR
898 kr/kg
áður 1.298 kr/kg

Jólaundirbúningurinn

HANGIFRAMPARTUR
ÚRBEINAÐUR
26% afsláttur
1.997 kr/kg
áður 2.698 kr/kg
KEA

HANGILÆRI
ÚRBEINAÐ
26% afsláttur
2.441 kr/kg
áður 3.298 kr/kg
KEA

REYKTUR LAX EÐA GRAFINN
OPAL SEAFOOD
25% afsláttur
2.249 kr/kg
áður 2.998 kr/kg

RAUÐKÁL
FERSKT
238 kr/kg
Frábært verð!

SMARTIES
HOLLOW PENGUIN
359 kr/stk.
Tilboðsverð!

SMÁAR KLEMENTÍNUR
2,3 KG KASSI
FRÁBÆRT VERÐ!
495 kr/pk.
áður 598 kr/pk.

Birtist með fyrirvara um prentvillur.

Skráðu þig á póstlistann á **www.netto.is**
Mjódd - Salavegur - Hverafold - Akureyri - Höfn - Grindavík - Reykjanesbær

Tilboðin gilda 9. - 12. des.
eða meðan birgðir endast

Hef verið að í sex áratugi

Nú fyrir jólin koma út tvær kvikmyndir á geisladiskum sem tengjast Ragnari Bjarnasyni eða Ragga Bjarna eins og þjóðin þekkir þennan síunga og síkáta tónlistarmann og Breiðhylting. Önnur þeirra er frá afmælistónleikum sem haldnir voru í Höllinni í tilefni af 75 ára afmæli hans 22. september á liðnu ári en voru haldnir þann 26. sama mánaðar. Ýmsir þekktir tónlistamenn stóðu að afmælistónleikum Ragga og komu fram með honum. Má þar nefna Björgvin Halldórsson, Diddú, Guðrúnu Gunnarsdóttur, Hemma Gunn, Ladda, Mugison, Páll Óskar, Stefán Hilmarsson, hljómsveitina Buff og Sumargleðin þar sem Raggi var á meðal innvígðra um árabil. Guðmundur Steingrímsson og Ólafur Gaukur Þórhallsson voru síðan heiðursgestir á tónleikunum.

Hin myndin er heimildarmynd um manninn Ragna Bjarnason og störf hans að tónlistarmálum í gegnum tíðina en ferill hans spannar lengri tíma en nokkurs annars tónlistarmanns hér á landi. Er það mynd Árna Sveinssonar, kvikmyndargerðarmanns sem ber heitið Með hangandi hendi en Raggi er löngu frægur fyrir handahreyfingar sínar á tónleikum. Gaf einhverju sinni þá skýringu að hann hafi þurft að halda á míkrófóninum í hægri hendinni en hin hafa bara orðið að hanga.

Rappar með Erpi

Ragga sat nýverið fyrir svörum í spjallþætti Jóns Ólafssonar sem nú fer fram í Salnum í Kópavogi. Þar flutti hann ásamt BlazRoca og WWWRotweiler sem kennd er við Erp Eyvindarson eitthvert vinsælasta lag hér á landi um þessar mundir það er „Allir eru að fá sér". Þarna brá Raggi sér aðeins úr hlutverki hins klassíska söngvara og rappaði með yngri kynslóð tónlistarmanna. „Þetta var mjög skemmtileg upplifun að vera þarna hjá Jóni," sagði Raggi þegar hann hafði tyllt sér með kaffibolla á lobbýbarnum á Hótel Sögu á dögunum. „Ég er með einhvern kvefskít en má ekkert vera að því. Ég hef svo mikið að gera þessa dagana," sagði hann, saup á kaffinu og ræskti sig. „Við röfluðum heilan helling, ég rifjaði upp ýmsar sögur sem tengjast tónlistarlífinu í gegnum tíðina og tók nokkur lög auk þess að rappa með strákunum." Raggi segir að rappið sé ekki svo langt frá tónlistarhefð okkar þótt formið sé nokkuð annað. „Þetta form er ekki langt frá íslensku rímunni og ég er alveg viss um að Steindór Andersen færi létt með þetta," Þegar hér er komið sögu kemur Einar Schewing, tónlistarmaður með umslag og réttir Ragga. Í því reynist vera uppskrift af nýju lagi sem hann er að kynna þúsundþjalasmiðnum en ætlunin er að hann flytji það á plötu sem Einar vinnur að þessa dagana. Raggi lítur yfir blöðin og tekur að humma og lagið rennur úr barka hans. „Er þetta ekki bara svona," og lítur á Einar. „Fer ég ekki alveg rétt í gegnum þetta," og uppsker jákvæð viðbrögð hans. Greinilegt að Raggi hefur ekki alltaf haft mikinn tíma til þess að tileinka sér ný lög og tónsmíðar. Þjálfað augað renndi yfir nóturnar og tóninn skilaði sér jafnharðan eða á augabragði.

Raggi Bjarna á hálfgerðum heimaslóðum eða við Hótel Sögu. Fyrir utan Breiðholtið þá má Saga teljast önnur heimkynni hans. Hann starfaði þar um árabil og er mjög tengdur staðnum.

Raggi tók lagði þegar Rapparinn Blas Roca, öðru nafni Erpur Eyvindarson, hélt útgáfupartý á Nasa. Meðal annarra sem komu fram voru; Friðrik Dór og ungir meðlimir Klanroca, Sykur, XXX-Rottweiler og Páll Óskar en þeim Ragga er vel til vina.

Fyrsta lagið við texta Steins Steinarr

Þegar flutningur lagsins hafði verið handsalaður yfir kaffibollanum og Einar er farin rifjar Raggi upp hvernig það bar til að hann fór að semja lög. „Veistu hver samdi fyrsta lagið sem gert var við lóð Steins Steinarr. Það var Raggi Bjarna." Og svo kemur sagan. „Það var þannig að Svavar Gests sat einhverju sinni inni á Hressó þegar Steinn kemur inn. Hann vindur sér að Svavari og spyr hvers vegna tónlistarmenn noti ekki ljóð og texta íslenskra skálda við tónsmiðar sínar. Hvenær hann ætli að fara að gera dægurlög við ljóð þeirra. Svavar gat verið fljótur til svars og svaraði Steini að bragði. „Komdu bara með texta." Svo hittust þeir aftur og Steinn lætur hann hafa ljóð en var þó með einhverjar efasemdir. Steinn fellur frá fljótlega eftir þetta eða 1958 og þetta lá svona kyrrt um árabil. Svo var það um 1970 að Svavar kemur til mín með ljóðið og biður um mig um að semja lag við það. „Ertu vitlaus," sagði ég við hann. „Ég hef aldrei samið lag." Hann svaraði á móti að ég sé nægilega vitlaus til þess að láta hafa mig í þetta. Ég fór svo heim og settist við píanóið og fór að þreifa mig áfram og raula og smám saman kom þetta. Þannig var lagið við ljóðið Barn til en Steinn orti það 1937. „Ljóðið er ekkert annað en hrein snilld – hvernig Steini tekst að færa allt lífshlaup manns inn í þrjár hendingar. Ef eftir að ég heyrði þessa frásögn varð ég ánægður því þá áttaði ég mig á að Steinn hafði haft áhuga á því að gerð væru lög við ljóðin hans."

Barn

Ég var lítið barn
og ég lék mér við ströndina.
Tveir dökkklæddir menn
gengu fram hjá
og heilsuðu:
Góðan dag, litla barn,
góðan dag!

Ég var lítið barn
og ég lék mér við ströndina.
Tvær ljóshærðar stúlkur
gengu fram hjá
og hvísluðu:
Komdu með, ungi maður,
komdu með!

Ég var lítið barn
og ég lék mér við ströndina.
Tvö hlæjandi börn
gengu fram hjá
og kölluðu:
Gott kvöld, gamli maður,
gott kvöld!

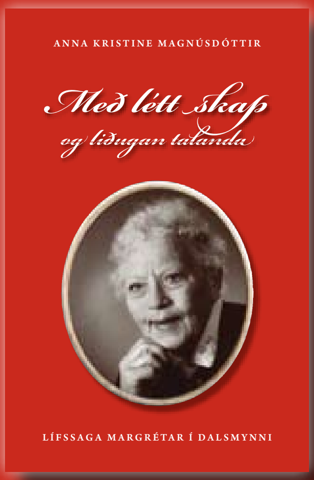
Með hangandi hendi

Talið berst að hinni myndinni sem er að koma út á geisladiski en það er mynd Árna Sveinssonar, kvikmyndagerðarmanns Með hangandi hendi. „Já – þetta er tveggja ára starf hjá honum. Hann fer svona fram og til baka og leitaði einnig eftir ýmsu frá fyrri árum. Hann gróf upp ýmsar klippur sem reyndust vera til og fellir þær inn í heildarmyndina. Ein senan í myndinni er frá því að KK sextettinn var fenginn í viðtal upp í sjónvarp. Það var búið að stilla upp fyrir viðtalið og draga fyrir helminginn af sjónvarpssalnum. KK var þá sjálfur hættur að spila og þetta var eins og í leikhúsi. Um leið og talað var við Kristján þá spilaði KK sextettinn á sviðinu en hann vissi ekki áður að sextettinn hefði verið kallaður saman." Raggi segir margt fleira skemmtilegt úr lífshlaupi sínu sé að finna í myndinni . „Þeir eltu mig út um

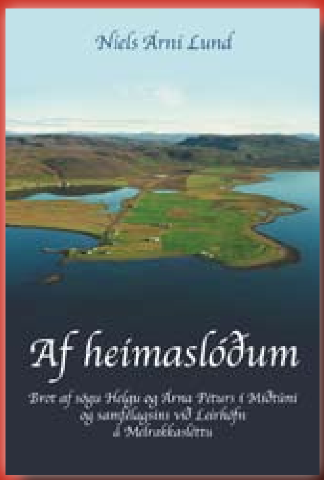
FRÁBÆRAR BÆKUR!

BÓKAÚTGÁFAN HÓLAR

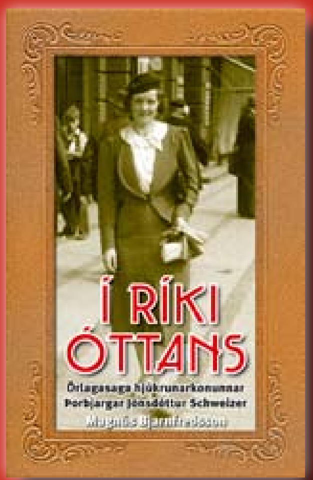
Svalasta ævisagan - ótrúleg ævintýri Sveins Sigurbjarnarsonar jöklafara. Hér flæða sögurnar fram hver af annarri: Fyndnar, magnaðar, óhugnanlegar.



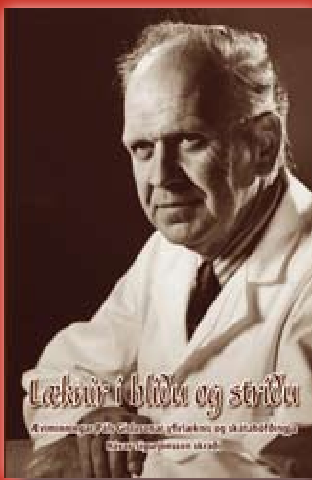
Magga í Dalsmynni klikkar ekki - bráðskemmtileg bók um stórkostlega konu.



Þjóðleg og heillandi frásögn af mannlífi á Melrakkasléttu.



Örlagasaga Þorbjargar Jónsdóttir Schweizer sem fluttist til Þýskalands skömmu áður en seinni heimsstyrjöldin skall á.



Páll Gíslason hefur víða komið við á langri ævi og rifjar hér upp ýmsa atburði úr læknis- og skátastarfinu sem og stjórnmálunum.

Raggi á einum af fjölmörgum viðkomustöðum á ferðum um landið. Þarna er hann staddur í Vestmannaeyjum.

allt. Þarna eru myndir frá Þjóðhátíð í Vestmannaeyjum og frá hinum og þessum viðburðum. Annars er erfitt að lýsa myndinni í fárum orðum. Þar eru svo mörg og breytilega skot frá ýmsum viðburðum og frá ýmsum tímum. Þetta er svona yfirlitsmynd.“

Tríó Villa Þ og afmæli Ellýjar

Raggi fær sér meira kaffi og kveðast engan tíma hafa til þess að hafa kvef. „Ég hef allt of mikið að gera þessa dagana. Það er allt að fara á fullt fyrir jólin. Við erum að fara að syngja fyrir eldri borgarna eins og venjulega“ og þar á Raggi við Tríó Villa Þ. Hann segist ekkert móðgaður yfir nafngiftinni sem Breiðholtsblaðið gaf þessum sönghóp enda hafi Vilhjálmur átt hugmyndina að þessu framtaki. Auk hans er Guðmundur Hallvarðsson, fyrrum alþingismaður í tríóinu og Þorgeir Ástvaldsson er undirleikari. „Já – við förum á þessa sömu staði og venjulega. Í Árskóga og víðar,“ segir Raggi og dreypir á kaffinu. „Svo verðum við Helga Möller með tónleika í Laugarneskirkju á milli jóla og nýjárs svo er ætlunin að halda tónleika í Salnum í Kópavogi á milli jóla og nýjárs. Þeir verða haldnir í tilefni af því að 75 ár eru liðin frá fæðingu Ellýjar Vilhjálms. Þar verður Guðrún Gunnarsdóttir á móti mér. Hún hefur verið að syngja Ellýjarlögin – reyndar með sínum stíl en við ætlum að halda upp á afmæli hennar með þessum hætti.“

Hef verið að í sex áratugi

Tónlistarferill Ragga er orðinn langur – líklega lengsti tólistarferill eins manns hér á landi og jafnvel víðar. Hann byrjaði að tromma um fermingu og síðan tók eitt við af öðru. Hann lærði á píanó um skeið og hefur einnig fengist nokkuð við píanóleik og tónsmiðar. “Ég hef eiginlega verið að í sex áratugi. En ég miða oft við þegar ég byrjaði með Svavari Gests og fyrst spiluðum við niður í gamla Sjálfstæðishúsinu við Austurvöl en fórum þaðan upp í Lídó við Skaftahlíð sem síðar varð Tónabær og eru höfuðstöðvar 365 miðla í dag. Þar spiluðum við sex kvöld í viku og fluttum aðallega rokktónlist. Þetta var í amerískum stíl. Bowling brautir, hamborgarar og shake. Ég held að þetta hafi verið eina danshúsið fyrr og síðar með þessum stíl. Ég man ekki eftir að þetta hafi komið aftur. Við hættum þarna þegar Súlnasalurinn var opnaður. Ég var með Svavari í nokkurn tíma. Í eitt til tvö ár en fór síðan erlendis þar sem ég dvaldi um hríð. Ég hafði þó ekki frið því Svavar skrifaði mér út. Hann var þá kominn í plötuútgáfuna, sem var orðið aðalstarf hans en hann langaði engu að síður til þess að enda hljómsveitarferil sinn með okkur Ellý Vilhjálms í Súlnasalnum. Já – ég varð við kallinu og kom heim. Þegar Svavar hætti þá bauð Konráð Guðmundsson, hótelstjóri mér að taka við og halda áfram.” Og þegar hér var komið sögu birtist Siggi Hall og snéri sér sér að Ragga. „Nú er ég komin hingað og þá vantar ekkert nema þig og þá er gamla stemmningin komin.“ Raggi segir það hafa verið ótrúlega gaman að vinna á Sögu. “Það var svo margt sem gerðist. Það var fullt út úr dyrum á hverju einasta kvöldi. Fullt í mat og líka fullt hús á dansleikjunum. Á þessum tíma var þetta eini flotti staðurinn í Reykjavík sem bæði bauð upp á mat og skemmtanir. Þar voru flestar árshátíðir haldnar og stórhátíðir ,“ segir Raggi Bjarna og kann greinilega vel við sig í þessu húsi þar sem umtalsverður hluti af ævistarfi hana hefur farið fram. „Já – mér líður alltaf vel hérna“, segir þessi ástsælasti söngvari þjóðarinnar og biður Breiðholtsblaðið fyrir bestu jólakveðjur til lesenda sinna og þakkar Breiðhyltingum og öðrum fyrir þann stuðning sem hann kveðst hafa notið í gegnum tíðina.

Jóladressin á frábæru verði

Ljósakort 5 tíma dagkort 2.490,-
10 tíma mánaðakort 4.990,-

SKART - TÖSKUR - HÁRSKRAUT - FATNAÐUR
Opið mán. - föst. kl.10.00 - 22.00
laugard. kl.10.00 - 20.00
sunnud. kl. 13.00 - 18.00
SÚPER SÓL / NOON HÁRSTOFA
Hólmaseli 2, 109 Reykjavík
S. 567 2077 - 587 0077

HÝSIR.IS

SKATA

ÞÚ FÆRÐ SKÖTUNA, SALTFISKINN, HUMARINN, RÆKJURNAR OG LAXINN HJÁ OKKUR

FISKBÚÐ HÓLMGEIRS MJÓDD

Opnunartími til jóla:
Alla virka daga kl. 9 - 18:30
18. des. kl. 10 - 16:00
24. des. lokað

Beðist velvirðingar

Í síðasta tölublaði Breiðholtsblaðsins var rætt við Símon Sigurpálsson í Þinni verslun við Seljabrautina. Með viðtalinu var birt mynd sem tekin var í versluninni fyrir nokkru. Á myndinni voru auk Símonar Jóhann Víglundsson sem starfar í versluninni og Árni Árnason sem starfaði þar um árabil. Því miður féll úr myndatexta að geta þess að Árni lést fyrir nokkru. Eru aðstandendur hans og aðrir beðnir velvirðingar á því.

Brúnn herra trefill og ullarfóðraðir brúnir leðurhanskar
Jólatilboð 4.350 kr.

Blár trefill og fallegir bláir leðurhanskar í stíl
Jólatilboð 3.900 kr.
Margir litir í boði

Margir litir í boði
Ekta kanínutrefill og fallegir hvítir leðurhanskar í stíl. 3 litir í boði svart, brúnt og hvítt. Verð 7.950 kr.
Jólatilboð 5.955 kr.

Mikið úrval af dömu og herra seðlaveskjum úr leðri.
Verð frá 3.900 kr.

Smart Boutique
Laugavegur 55 Sími 551-1040
Opið mán.–fös. kl. 11-18 • lau. kl. 10–16
Sendum í póstkröfu um allt land.
Það er aðeins ein alvöru hanskabúð og hún er á Laugaveginum við hliðina á Bónus.

Rúnar Geirmundsson
Sigurður Rúnarsson
Elís Rúnarsson

Þegar andlát ber að

Síðastliðin 20 ár höfum við feðgar aðstoðað við undirbúning útfara.
Alhliða útfararþjónusta
Símar: 567 9110 & 893 8638
www.utfarir.is • utfarir@utfarir.is
Útfararþjónustan ehf.
Stofnað 1990

Þórunn Ólý (Tóta á Tröð) hlýtur verðlaun Barnaheilla

Þórunn Óly Óskarsdóttir hlaut hin árlegu verðlaun Barnaheilla á Íslandi fyrir sérstakt framlag í þágu barna og mannréttinda þeirra í tengslum við afmæli Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna að þessu sinni. Þórunn Óly, eða Tóta eins og hún er oftast kölluð og oft kennd við Tröð í Breiðholti er forstöðukona unglingasmiðjanna Stígs og Traðar sem reknar eru af Reykjavíkurborg.

Frá árinu 1987 til dagsins í dag má ætla að ríflega 600 ungmenni hafi notið góðs af starfsemi smiðjanna. Flest þeirra leita þangað vegna félagslegrar einangrunar, eineltis, hlédrægni, skerts sjálfstrausts og í sumum tilfellum vegna erfiðra uppeldisskilyrða. Ungmennin eru á aldrinu 13-18 ára. Með markvissum stuðningi hafa þau náð að efla sjálfstraust sitt og jákvæða sjálfsmynd, bæta líðan og leita leiða til uppbyggilegra lausna. Þórunn Óly útskrifaðist sem félagsráðgjafi frá Háskólanum í Stafangri árið 1977.

Þórunn Óly Óskarsdóttir með verðlaunin.

Hún hóf starfsferil sinn á Meðferðarheimilinu á Kleifarvegi 15, vann í átta ár við Sálfræðideild skóla en árið 1986 tók hún við starfi forstöðumanns Unglingaathvarfsins í Breiðholti sem síðar varð Unglingasmiðjan Tröð. Síðastliðin tvö ár hefur hún gegnt starfi sem forstöðumaður beggja unglingasmiðjanna.

Kallað eftir góðu samstarfi um löggæslumál

Kallað var eftir góðu samstarfi um löggæslumál á fjölsóttum samstarfsfundi, með lögreglustjóra og fleiri stjórnendum lögreglunnar, sem haldinn var með lykilfólki í Breiðholti þann 12. nóvember sl. Þar voru m.a. saman komnir fulltrúar grunnskóla, Fjölbrautarskóla Breiðholts, frístundamiðstöðvar, barnaverndar, þjónustumiðstöðvar, hverfisráðs, íþróttafélaga, íbúasamtaka og einnig Björk Vilhelmsdóttir, formaður velferðarráðs.

Fundurinn var líflegur og opinskár og þá ekki síst í umræðum um þær skipulagsbreytingar sem nú er komin reynsla á. Stefán Eiríksson lögreglustjóri taldi að breytingarnar hefðu orðið til bóta og gengið vel. Hann áréttaði að lögreglustöðin í Álfabakka 12 væri enn opin hluta úr degi þótt nokkrir starfsmenn hafi flutti starfsaðstöðu sína yfir á Dalveg í Kópavogi. Ekki voru allir sammála lögreglustjóra um ágæti breytinganna og til að mynda var kallað eftir að hið góða samstarf sem hefur þróast við lögregluna í Breiðholti á undanförnu árum héldi áfram af fullum krafti þar sem forvarnarverkefni og fyrirbyggjandi starf væri sett í forgang og þá ekki síst þegar fíkniefni eru annars vegar. Heimsóknir lögreglunnar og samstarf inni í skólum, frístundamiðstöð og þjónustumiðstöð skipti þar miklu. Á fundinum var einnig farið yfir þróun afbrota í Breiðholti undanfarin ár en um þá kynningu sá Heimir Ríkarðsson aðalvarðstjóri. Í máli

Stefáni Eiríkssyni, lögreglustjóra er margt til lista lagt. Hér er hann í prjónakaffi hjá félagsstarfinu í Gerðubergi og ekki annað að sjá en honum takist vel til með prjónana. Nokkru síðar mætti hann svo aftur í Breiðholtið til að ræða um löggæslumál.

hans kom fram margt jákvætt og má nefna þá ánægjulegu staðreynd að innbrotum á heimili hefur fækkað verulega í hverfinu miðað við árið í fyrra.

Takið þátt í jólaleik Orkuveitunnar á www.or.is
or.is

ora
Ástríða í matargerð
Gleðileg íslensk jól
nettó
Ódýrt fyrir heimilið!
Hvað eru margar dósir í stæðunni?
Hvað eru margar dósir í stæðunni?
Komdu og sjáðu risa jólatré úr Ora grænum baunadósum í Nettó Mjódd.
Giskaðu á hvað eru margar dósir í stæðunni og þú getur unnið glæsilega
gjafakörfu frá Ora sem á örugglega eftir að koma sér mjög vel fyrir jólin!
www.ora.is

Hárblik
Sími 557 8180
Eddufelli 2

Óskum viðskiptavinum okkar gleðilegra jóla og farsældar á nýju ári

Þökkum viðskiptin á árinu sem er að líða

Matrix ESSENTIALS
JOICO

Opnunartími:
Mánud. - Miðvikud. 10 - 18
Fimmtudaga 10 - 18
Föstudag 10 - 18

INDOLA exclusively professional

10% afsláttur fyrir aldraða og öryrkja

Úrslit í ljósmyndasamkeppninni

Úrslit í ljósmyndasamkeppni hverfisráð Breiðholts voru tilkynnt á fjölmennri hátíðarsamkomu Breiðholtsdaga í Mjóddinni föstudaginn 19. nóvember sl.

Í fyrsta sæti var mynd Ingu Þ. Geirlaugsdóttur, Ömmustrákur byggir, í 2. sæti var mynd Guðmundu Jónsdóttur, Horft út í haustið bjarta og í 3. sæti var mynd Ingu Þ. Gunnlaugsdóttur Vínberjarækt í Breiðholti. Lárus R. Haraldsson, formaður hverfisráðs afhenti verðlaunin.

Ömmustrákur mynd Ingu Þ. Geirlaugsdóttur hlaut fyrstu verðlaun.

Horft út í haustið bjarta var í öðru sæti.

Vinberjarækt í Breiðholti var í þriðja sæti.

Styrktartónleikar í Breiðholtskirkju

Hvað getum við gert er spurning sem varð kveikjan að fyrirhuguðum styrktartónleikum sem halda á í Breiðholtskirkju nú á laugardaginn 11. desember klukkan 17:00.

Við vitum að margir í næsta nágrenni við okkur eru í fjárhagsvanda nú um jólin og þá er gott að geta rétt fram hjálparhönd. Líknarsjóður Breiðholtskirkju hefur verið starfandi um nokkurt skeið og veitt er úr honum reglulega. Því lá beinast við að tónleikarnir skyldu efla þennan sjóð. Flutt verður fjölbreytt tónlist af kirkjukór Breiðholtskirkju, eldri og yngri barnakórarnir syngja og Gunnhildur Halla Baldursdóttir mezzo sópran mun syngja einsöng. Eftir tónleikana er kökubasar í anddyri kirkjunnar. Ekki verður selt inn á tónleikana en beðið um frjáls framlög í líknarsjóðinn.

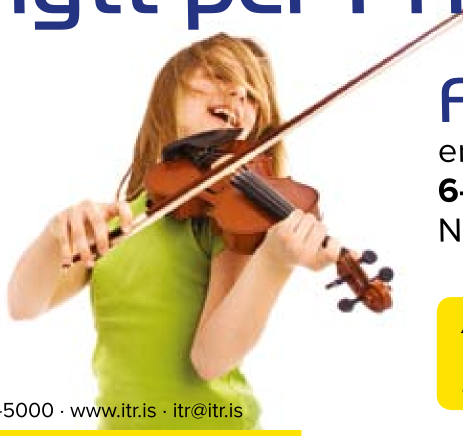
Veiðikortið 2011
Komið á sölustaði!
www.veidikortid.is

Skemmtileg jólagjöf!
Nánari upplýsingar á www.veidikortid.is

ILMVATN.NET
Vefverslun með ilmvötn og rakspíra á góðu verði
Einfaldaðu jólagjafainnkaupin - verslaðu heima!
Yfir 5000 vörunúmer

Breiðholtsblaðið
Óskum Breiðholtsbúum gleðilegra jóla og farsældar á komandi ári.

Hefur þú nýtt þér Frístundakortið?



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

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

ÍTR · Bæjarhálsi 1 · 110 Reykjavík · Sími 411-5000 · www.itr.is · itr@itr.is

Nýtt Breiðholtslag frumflutt

Nemendur Hólabrekkuskóla frumfluttu nýja Breiðholtslagið við setningarathöfn Breiðholtsdaga sem var haldin í Hólabrekkuskóla 15. nóvember síðastliðinn.

Það voru nemendur í tónlistarvali skólans sem sungu lagið og léku undir. Höfundur lagsins er tónmenntakennari skólans og höfundur textans er einnig starfsmaður skólans. Nemendur Hólabrekkuskóla fluttu Breiðholtslagið einnig á hátíðarsamkomu í göngugötunni í Mjódd föstudaginn 19. nóvember. Lagið er nú einnig aðgengilegt á netinu.

Munið Þorláksmessuskötuna
Borðapantanir í síma 587-2882
Opið allan daginn á Þorláksmessu frá kl 10 fram til síðustu pöntunar
Kaupmaðurinn ykkar á horninu
Úrvals fiskur og fiskréttir á samkeppnishæfu verði
Veitingarhúsið er opið í hádegi alla virka daga 11:30-15:00
Kvöldopnun fimmtud.- föstud.- og laugardag 18:00-22:00
Munið 3ja rétta helgartilboðin
Gallerý fiskur
Opið í fiskbúð alla virka daga 8:00-18:30
Nethyl 2, 110 Reykjvaík.
Grænu húsin á gatnamótunum
www.galleryfiskur.is Sími: 587-2882 galleryfiskur@galleryfiskur.is

Breiðholtsblaðið leit við í Mjóddina og tók nokkra verslunareigendur tali í tilefni jólaverslunarinnar

Axel Eiríksson, úrsmiður með sýnishorn af lituðu úrunum fyrir framan sig.

Lituðu úrin vinsæl

„Í dag eru það lituðu úrin sem ætla að slá í gegn. Fólk velur þau við ýmsan klæðnað auk þess sem þau vekja mikla athygli á meðal unglinganna,“ segir Axel Eiríksson, úrsmíðameistari í Gull – Úrinu í Mjóddinni. Axel hefur rekið Gull – Úrið við Álfabakka 16 í Mjóddinni um nær tveggja áratuga skeið. Axel er einnig með mikið úrval af ýmsum gerðum úra á boðstólum auk þess sem hann hefur boðið stofuklukkur af mörgum stærðum og gerðum og er fjölbreytt úrval þeirra að þessu sinni í verslun hans.

Axel segir ýmsar breytingar hafa orðið í verslun með úr og klukkur á þeim tíma sem hann hefur starfað í Mjóddinni. Tölvuvæðingin hafi ekki látið úrin ósnortin fremur en annað en hefðbundin úr og klukkur séu engu að síður alltaf vinsæl. Hann segir fjölda fólks leita að hefðbundnum hlutum, úrum og klukkum og ég hef reyndar sérhæft mig nokkuð í stofuklukkum og klukkum sem við getum sagt að séu í gömlum stíl. Fólki finnst vænt um klukkusláttinn og margar klukkur eru hrein híbýlaprýði. Mér finnst eftirspurnin eftir þessum hefðbundnu klukkum hafa aukist fremur en hitt, þótt stofuklukkurnar séu alltaf vinsælar og verslunin er líka orðin þekkt fyrir að annast verslun og þjónustu með slíka gripi. „En mér sýnist að lituðu úrin muni lenda í mörgum jólapökkum í ár. Tískan gengur alltaf í bylgjum.“

Amma með hópinn sinn á laugardagsmorgni í Prinsessunni. Ein er farin að máta jólakjólinn.

Allt fyrir hátíðahöldin

Prinsessan hefur starfað í Mjóddinni í Breiðholti í á annan áratug. Þótt fallegir jólakjólar fyrir litlar stelpur séu á áberandi stað í versluninni nú í aðdraganda jólanna hefur verslunin margt annað á boðstólum.

Má þar nefna samkvæmiskjóla fyrir konur á öllum aldri til þess að nota við flest eða öll tækifæri sem bjóðast á lífsleiðinni. Má þar nefna árshátíðir, fermingar, útskriftir og giftingar sem dæmi. En þótt verslunin hafi sérhæft sig í samkvæmisfatnaði fyrir konur þá er fleira þar að finna, meðal annars spariföt fyrir drengi. Prinsessan leggur líka mikla áherslu á fatnað í flestum stærðum – jafnt fyrir smávaxnar konur sem stórar stelpur. Þá má nefna skó og ýmsa fylgihluti sem tengjast samkvæmisklæðnaði.

Frú Sigurlaug og Linda hafa opnað í Mjóddinni

Verslunina nefna þær „Frú Sigurlaug“ sem sérhæfir sig í fatnaði fyrir konur á besta aldri, sloppum, náttfötum, náttkjólum, göllum og ýmsum þægilegum heimafatnaði. Einnig hefur hún á boðstólum; slæður, klúta, Falke sokkabuxur og ýmsa aðra smávöru. Nærföt og sundföt munu svo bætast við vöruúrvalið fljótlega.

Sigurlaug Margrét útskrifaðist sem viðskiptafræðingur sl. vor og er einnig menntaður úrsmiður. Hún segir að fyrir skömmu hafi sér einnig áskotnast lítill lager af Windsor bindum fyrir herra, sem voru framleidd á Íslandi og eru þau frá því um 1980. Þetta séu mjög falleg bindi sem séu að öðru leyti ófáanleg í dag. Þarna sé um að ræða flottir litir fyrir unga herra – svolítið svona í 80 stílnum. Linda útskrifaðist sem kjólaklæðskeri frá Tækniskólanum og tekur að sér breytingar og viðgerðir á fatnaði og einnig sérsaum fyrir þá, sem þess óska. „Ég hef hannað á þig frakka eða jakkaföt, sagði hún glaðlega við tíðindamann sem leit við hjá þeim á dögunum. „Ég er líka með í sölu mjög fallega, heklaða og prjónaða smávöru, grifflur og hálsmen sem hafa vakið mikla athygli. Kannski á eitthvað meira fallegt eftir að koma til okkar í sölu,“ segir Sigurlaug. Eru mjög ánægðar með viðtökurnar sem þær hafa fengið og segja góðan anda andi í Mjóddinni, mikil traffík og ótal mörg fyrirtæki og verslanir. „Það hefur verið vöntun á svona þjónustu í þessu stóra hverfi, bæði hvað verslunina og saumastofuna varðar. Fólk hefur haft á orði að við séum mjög hugrakkar, að setja fyrirtæki af stað á þessum síðustu og verstu tímum og kannski erum við það,“ segir Sigurlaug. „Þetta gerðist allt mjög hratt og eftir að við fengum lyklana afhenta, tók það okkur aðeins tvær vikur að standsetja plássið til að geta opnað. Við fengum líka hjálp frá góðu fólki, vinum og fjölskyldu, svo ekki sé talað um börnin okkar sem máluðu bleiku veggina sem við erum svo stoltar af. Svo er líka frábært að deila plássinu og þar með kostnaðinum, fyrir utan að hafa félagsskap hvor af annari, enda er alltaf gaman í vinnunni hjá okkur“, bætir Linda við.

Sigurlaug og Þuríður Linda fyrir framan verslun sína og vinnustofu í Mjóddinni.

Ánægjan að geta haft eitthvað fyrir sem flesta

Tískuverslunin Fröken Júlía hefur nú verið í um eitt og hálft ár við göngugötuna í Mjóddinni þar sem Vínbúðin var áður til húsa. Fröken Júlía er fyrir löngu þekkt fyrir mjög vandaðan fatnað tískufatnað fyrir konur á öllum aldri.

Ingibjörg Guðlausdóttir í Fröken Júlíu hefur alla tíð lagt áherslu á að bjóða vörur fyrir breiðan hóp viðskiptavina – kvenna á öllum aldri og í sem flestum stærðum. Hún segir flestar konur stelpur í sér inn við beinið hvað sem aldur og útlit varðar og gaman að fylgjast með þegar kynslóðirnar koma saman til þess að versla. Jafnvel ömmurnar með barnabörn sín til þess að láta ungu dömurnar hjálpa sér að velja. “Ég hef alltaf lagt mikið upp úr þessu þótt það kosti að vera með breiðari vörulínu í búðinni,” segir Ingibjörg. Ánægjan sé að geta haft eitthvað fyrir sem flesta.

Mikið vöruúrval einkennir Fröken Júlíu nú fyrir jólin líkt og áður.

www.mjodd.is

Mikil úrval af myndarömmum

Myndval í Mjódd hefur lengi verið þekkt fyrir mikið úrval af römmum. Verslunin hefur lagt mikla áherslu í gegnum árin á að bjóða viðskiptavinum okkar mikið úrval af stöðluðum myndarömmum af sem flestum stærðum og svo verður einnig fyrir þessi jól.

Fyrir tveimur árum hóf Myndval útgáfu á persónulegum dagatölum fyrir fólk þar sem fólk getur komið með sínar eigin myndir og fengið þær settar á dagatölin. Myndval hefur einnig unnið persónuleg jólakort fyrir fólk á undanförnum árum. "Það er alveg eins og með dagatölin. Fólk tekur myndir með sér sem við setjum á jólakort og fólkið velur síðan textann á kortið sem það getur haft með mismunandi móti – allt eftir smekk hvers og eins," segir Egill Ingi Jónsson í Myndvali.

Sýnishorn af miklu úrvali myndaramma í Myndvali.

Útimarkaðurinn setur svip á Mjóddina

Fjöldi sölubása er nú starfræktur í göngugötunni í Mjódd. Það hefur verið stefna Mjóddarinnar frá upphafi að einskorða útimarkaðinn sem mest við handverk og hannyrðavörur og hefur áhugi á slíkum vörum farið vaxandi á undaförnum árum.

Markaðnum hefur því vaxið fiskur um hrygg eftir auknum áhuga. Útimarkaðurinn starfar einkum á fimmtudögum og föstudögum og setur jafnan sterkan svip á göngugötuna þar sem fólk gengur um skoðar vörur og spjallar gjarnan saman. Margir koma með reglubundnum hætti til að kynna og bjóða vörur sínar í göngugötunni en aðrir sjaldnar og stunum er um tilfallandi sölur að ræða.

Þessar konur voru að selja kökur til styrkar Húnakórsins í Mjóddinni á laugardaginn var.

Hólmgeir Einarsson fyrir utan fiskbúð sína í Mjóddinni.

Skatan og hnoðmörin tilbúin fyrir Þorláksmessu

"Já - ég er löngu búinn að tryggja mér skötuna og hnoðmörin fyrir Þorláksmessu. Skatan kemur að vestan og er vel kæst," segir Hólmgeir Einarsson í fiskbúð Hólmgeirs í Mjóddinni. Svo er ég einnig búinn að fá selspik. Það þarf að sjóða það í svona um 50 mínútur og þá er það mjög gott með signumfiski og fleiru. Þetta er annað árið sem Hólmgeir býður Breiðhyltingum og öðrum frábærar fiskafurðir og rétti í verslun sinni í göngugötunni í Mjóddinni.

Nei – fiskneyslan er alls ekki að minnka. Íslendingar munu áfram borða fisk enda um úrvals hráefni að ræða. Meðhöndlunina hefur breyst frá því sem áður var og fólk kaupir miklu meira af tilbúnum réttum. "Ég sel þó áfram mikið af orginal hráefni sem fer beint í pottinn eða á pönnuna hjá fólki en er líka með fjölbreytt úrval af tilbúnum fiskréttum. Það er svo misjafnt hvað fólk vill. Á meðan sumir vilja fást við eldamennsku heima þá eru aðrir sem vilja hafa sem minnst fyrir henni og fá réttina næstum tilbúna í hendur. Ég reyni að mæta þessum þörfum eins og kostur er." Þegar haldið er út úr fiskbúðinni er stutt fyrir mæður að ná sér í barnaföt vegna þess að barnafataverslun er við hlið Fiskbúðarinnar. Þannig styður hvað annað í Mjóddinni.

www.mjodd.is

Mjóddin

Vertu velkomin í Mjóddina, við tökum vel á móti þér!

SNYRTISTOFAN XANADÚ
S: 5 77 - 21 21
Xanadu óskar viðskiptavinum sínum gleðilegra jóla og farsældar á nýju ári. Með þökk fyrir viðskiptin á árinu sem er að líða.
Komdu elskunni þinni á óvart með gjafabréfi frá Xanadú sem er tilvalin jólagjöf.
Opið 10 - 18 virka daga.

Gleðileg jól og farsælt komandi ár
þökkum viðskiptin á árinu
sem er að líða
Saumaverkstæði Ingu
Fataviðgerðir og breytingar
Arnarbakka 2 • Sími 577 1570

Kristbjörg með nokkrum fastagestum Breiðholtslaugarinnar.

Kristbjörg Kjeld borgarlistamaður í pottakaffi

Kristbjörg Kjeld, borgarlistamaður var gestur í kaffi með fastagestum Breiðholtslaugar fyrsta morgun Breiðholsdaganna og var einnig viðstödd setningu Breiðholtsdaga í Hólabrekku skóla kl. 08:15. sama dag.

Lárus Rögnvaldur Haraldsson, formaður hverfisráðs Breiðholts, Elsa Hrafnhildur Yoeman, borgarfulltrúi, Sigurlaug Guðmundsdóttir, nemi í íþróttafræðum og Hugrún Hrönn Kristjánsdóttir voru einnig gesti í pottakaffi í Breiðholtslauginni meðan á Breiðholtsdögum stóð.

Um 500 manns á tískusýningu í FB

Um 500 manns mættu til að sjá tískusýningu hjá efnilegum nemendum og hönnuðum framtíðarinnar sem stunda nám í hönnun við FB.

Þemað hjá þeim í ár voru Náttúruöfl og sóttu þau innblástur í mikilfengleg öfl náttúrunnar hvort sem það voru eldgos, snjóflóð eða norðurljós. Alls tóku 12 nemendur, 11 stelpur og 1 strákur, sem öll eru að útskrifast af Textíl- og hönnunarbraut FB þátt í sýningunni. Snyrtibrautin í FB sá um förðun á módelunum og hárgreiðsludeild Iðnskólans í Hafnarfirði sá um hár. Tískugúrúinn Haffi Haff var síðan kynnir. Fötin voru allt frá unglingatísku eða götuklæðnaði yfir í fínust kvöldkjóla og efnin voru ýmist silki, þæfð ull og sílikon. Ljósmyndarar frá Tækniskólans komu og tóku myndir af sýningunni en þau eru; Helgi Rúnar Olgeirsson, Þórdís Inga Þórarinsdóttir og Styrmir Kári Erwinsson.

Kvöldkjóll. Hönnuður Elsa María Pétursdóttir.

Kvöldkjóll. Hönnuður Alexía Rós Gylfadóttir.

Kvöldkjóll. Hönnuður Birna Hrund Árnadóttir.

Breiðholtið tók Skrekkinn

Segja má að Breiðholtið hafi tekið Skrekkinn að þessu sinni því frábærir krakkar í Seljaskóla gerðu sér lítið fyrir og sigruðu í Skrekk sem er hæfileikakeppni grunnskólanna í Reykjavík.

Breiðholtsskóli hafnaði í 2. sæti og Ölduselsskóli komst í úrslitakeppnina. Skrekkur er stærsta keppnin sem haldin er árlega milli skólanna, og rúmlega eitt þúsund grunnskólanemendur úr 28 skólum tóku þátt í keppninni að þessu sinni.

Sigurlið Seljaskóla fagnaði innilega að leikslokum.

Afgreiðslutími sundstaða um jól og áramót 2010-2011

	Þorláksmessa	Aðfangadagur	Jóladagur	Annar í jólum	Gamlársdagur	Nýársdagur
	23. des	24. des	25. des	26. des	31. des	1. jan *
Árbæjarlaug	06:30–18:00	08:00–12:30	Lokað	12:00–18:00	08:00–12:30	Lokað
Breiðholtslaug	06:30-18:00	08:00-12:30	Lokað	Lokað	08:00-12:30	Lokað
Grafarvogslaug	06:30–18:00	08:00–12:30	Lokað	Lokað	08:00–12:30	Lokað
Klébergslaug	11:00-15:00	10:00-12:30	Lokað	Lokað	10:00-12:30	Lokað
Laugardalslaug	06:30–18:00	08:00–12:30	Lokað	12:00–18:00	08:00–12:30	12:00–18:00
Sundhöllin	06:30-18:00	08:00-12:30	Lokað	Lokað	08:00-12:30	Lokað
Vesturbæjarlaug	06:30–18:00	08:00–12:30	Lokað	Lokað	08:00–12:30	Lokað

* Á öðrum dögum er opið samkvæmt hefðbundnum afgreiðslutíma*

Laugarnar í Reykjavík ÍTR www.itr.is | sími 411 5000

Helgihald í Breiðholtskirkju um jól og áramót

19. desember, 4. sd. í aðventu:
Jólasöngvar fjölskyldunnar kl. 11.
Umsjón: Nína Björg Vilhelmsdóttir, djákni.
- Börn leika á hljóðfæri. - Tekið við söfnunarbaukum Hjálparstarfs kirkjunnar.

22. desember, (miðvikudagur):
Kyrrðarstund kl. 12.

24. desember, aðfangadagur:
Aftansöngur kl. 18.
Prestur: Sr. Gísli Jónasson.

25. desember, jóladagur:
Hátíðarmessa kl. 14. Altarisganga.
Prestur: Sr. Bryndís Malla Elídóttir.

26. desember, annar jóladagur:
Fjölskyldu- og skírnarguðsþjónusta kl. 14.
Umsjón hafa: Sr. Bryndís Malla Elídóttir,
sr. Gísli Jónasson og Nína Björg Vilhelmsdóttir, djákni.
- Barnakórarnir syngja. - Börn flytja helgileik.

29. desember, (miðvikudagur):
Kyrrðarstund kl. 12.

31. desember, gamlársdagur:
Aftansöngur kl. 18.
Prestur: Sr. Bryndís Malla Elídóttir.

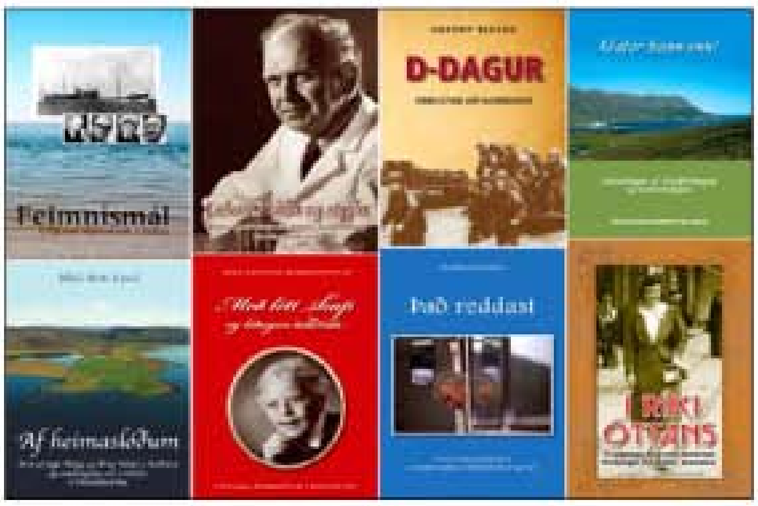
1. janúar, nýársdagur:
Hátíðarmessa kl. 14. Altarisganga.
Prestur: Sr. Gísli Jónasson.
Nína Björg Vilhelmsdóttir, djákni, prédikar.

Kór Breiðholtskirkju syngur við allar hátíðarmessurnar.
Organisti er Julian Edward Isaacs.

Fjöldi bóka frá Hólum

Bókaútgáfan Hólar í Breiðholti gefur út nokkuð margar bækur fyrir jólin líkt og áður. Þar má fyrst nefna bókina Það reddast sem er ævisaga Sveins Sigurbjarnarsonar jöklafara og ævintýramanns á Eskifirði. Hann fer sjaldnast troðnar slóðir – ef þá nokkurn tímann; hefur þvælst um fjöll og firnindi, láglendi og hálendi og hjarnbreiður jöklanna með þúsundir ferðamanna og ævintýrin í þessum ferðum eru mörg og sum býsna skuggaleg.

Í bókinni Í ríki óttans rekur hjúkrunarkonan Þorbjörg Jónsdóttir Schweizer örlagasögu sína. Sem ung stúlka kynntist hún vistarbandi, en síðar giftist hún Þjóðverjanum Bruno Schweizer og flutti með honum til Þýskalands skömmu áður en seinni heimsstyrjöldin skall á. Ævisga Margrét Guðjónsdóttir í Dalsmynni í Eyjahreppi ber heitið Með létt skap og liðugan talanda. Hún ákvað níu ára gömul að giftast aldrei. Sextán ára hitti hún manninn í lífi sínu og eignaðist ellefu börn. Margrét segist ekki hafa verið þenasta pían í sveitinni, en það hélt þó ekki aftur af henni, því hún er þekkt fyrir að hafa skoðanir á öllu og sumt af því hefur hún fellt í ljóðstafi, enda hagyrðingur góður. Í bókinni Læknir í blíðu og stríðu segir Páll Gíslason læknir, skátahöfðingi og borgarfulltrúi frá viðburðaríkri ævi sinni en um þá bók hefur verið fjallað í ýtarlegu viðtali við Pál og Soffíu konu hans í Breiðholtsblaðinu. Þá má nefna bókina D-dagur – orrustan um Normandí, eftir Antony Beevor, er eitthvert vinsælasta sagnfræðiritið í veröldinni um þessar mundir. Ekki má gleyma Vilhjálmi Hjálmarssyni á Brekku í Mjóafirði sem gerir það ekki endaslept í bókaskrifum. Hann er valalítið elstur þeirra sem taka þátt í jólabókaflóðinu, orðinn 96 ára gamall, en hann sendir nú frá sér bókina Feimnismál.



BORGARBÓKASAFN REYKJAVÍKUR

Gerðubergssafn, Gerðubergi 3-5
sími 557 9122
gerduberg@borgarbokasafn.is
www.borgarbokasafn.is

Gleðilega hátíð

Gerðubergssafn er opið:
Mánudaga - fimmtudag: 10-19,
föstudaga: 11-19,
laugardaga og sunnudaga: 13-16

Afgreiðslutími um hátíðirnar:
24. - 26. desember - öll söfn lokuð
27. desember - lokað, opið í aðalsafni, Foldasafni og Seljasafni.
31. desember - lokað, opið í aðalsafni kl. 10-14.
1. janúar - öll söfn lokuð.
2. janúar - lokað, opið í aðalsafni, Ársafni og Kringlusafni.

365 daga jólagjöf

fyrir þann sem á allt ... eða ekkert

Gjafakort fyrir bókasafnsskírteini kostar aðeins 1.300 kr.

Bækur, tímarit, tónlist, kvikmyndir og annað efni sem hugurinn girnist í heilt ár

Tilboð:
Gjafakort + lestrardagbók + taupoki = 2.100 kr.

Krakkar! munið jóladagatalið á heimasíðu Borgarbókasafns

Bestu óskir um gleðileg jól og farsælt komandi ár.
Þökkum viðskiptin á árinu.

GULLSMIÐURINN Í MJÓDD

Mastercraft jeppadekk
– nú á lægra verði

Dekkin frá Mastercraft eru sérhönnuð fyrir stærri bifreiðar og jeppa, veita hámarksöryggi og eru á sama tíma einkar hljóðlát. Vertu því öruggari í vetur með Mastercraft undir bílnum.

Mastercraft hefur framleitt dekk síðan 1909 og byggir því á yfir 100 ára reynslu.

Mastercraft TIRES

Kópavogur, Smiðjuvegi 68-70, sími 544 5000
Njarðvík, Fitjabraut 12, sími 421 1399
Selfoss, Gagnheiði 2, sími 482 2722

SÓLNING | BARÐINN

Skútuvogi 2 | 104 Reykjavík | Sími 568 3080 | www.bardinn.is

Kvöldskóli FB

Kvöldskóli Fjölbrautaskólans í Breiðholti hefur nú verið starfræktur í hartnær þrjátíu ár. Við kvöldskólann er hægt að stunda nám við nánast allar brautir skólans og allt nám getur leitt til útskriftar. Hægt er að taka einstaka áfanga, brautir, stúdentspróf eða starfsréttindi, eftir áhuga hvers og eins. Hægt er að stunda m.a. bóknám, iðnnám og heilbrigðisnám. Fjölmennustu brautirnar eru rafiðna-, tréiðna- og sjúkraliðabraut, þar sem hægt er að ljúka fagnámi að fullu.

Brautir skólans eru í stöðugri endurskoðun og uppbyggingu. Nýlokið er framkvæmdum við endurnýjun húsnæðis tréiðnabrautar FB. Þar var öll aðstaða til kennslu betrumbætt, en einnig kaffiaðstaða nemenda og vinnuaðstaða kennara. Þar eru menn bjartsýnir og hlakka til að taka á móti nýjum nemendum á næstu önn. Hluti nemenda Kvöldskóla FB er að búa sig undir háskólanám og annað fagnám. Víða er stúdentspróf sett sem inntökuskilyrði en það verður æ algengara að háskólar meti starfsreynslu og annað nám en hefðbundið bóknám. Þá er viðkomandi „metinn inn" í skólann, hafi hann lokið tilgreindum áföngum, þó hann hafi ekki stúdentspróf. Hið fjölbreytta námsval Kvöldskóla FB auðveldar fólki þennan undirbúning með því að bjóða hluta þeirra áfanga sem gerð er krafa um í slíkum tilvikum. Umsjónarmönnum kvöldskólans er mjög umhugað að halda skólanum sterkum þrátt fyrir erfiðar ytri aðstæður. Reynt er að halda skólagjöldum í lágmarki og gefa fólki kost á að skipta greiðslum, ef svo ber undir. Eftir erfiðan niðurskurð á þeirri önn sem nú er að ljúka er ljóst að 40% fleiri áfangar verða í boði á vorönn 2011. Það er fagnaðarefni og fyrsta skrefið í enduruppbyggingu kvöldskólans.

Kennslutími er almennt frá kl. 17:20 – 22:20, mánudaga til fimmtudaga.

Innritun á netinu er nú í fullum gangi (www.fb.is - Kvöldskóli). Þar er hægt að fá allar upplýsingar, t.d. athuga verð, kennslutíma o.fl. Innritun verður í skólanum í byrjun janúar og verður það auglýst á heimasíðu skólans. Kennsla hefst síðan í Kvöldskóla FB miðvikudaginn 12. janúar.

20% afsláttur af strigaprentun

Gildir til 15. desember

Verðdæmi með 20% afsl.

Strigaprentun ásamt uppsetningu á blindramma

20x30	3912 kr.
30x40	4790 kr.
40x50	6320 kr.
50x70	8720 kr.

Myndarleg jólagjöf

Sendu okkur mynd
við prentum og setjum í ramma

2999 kr. 18x24cm

ath!
Smiðsbúð 8, Garðabæ
s. 533 3880 • sala@ath.is • www.ath.is

Gerðu jólin notarlegri fyrir þig og þína

Fjölbreytt úrval af meðferðum í boði
fyrir dömur og herra

Dekurpakkarnir vinsælu

Frábærar snyrtivörur
á verði fyrir alla

LANCÈCHE Beauty Innovations · Golden Rose · COURTIN

Vertu brún um jólin Su-do brúkumeðferð
á tilboði í nýjum sprey-brúnkuklefa
Andlitsmeðferð og frí litun og plokkun
fyrir jól fylgir með.
Margrét og Kristín taka vel á móti þér í
okkar rólega og notarlega umhverfi

Konukvöld verður
fimmtudaginn 9. desember. 17.00-19.00

Fætur & fegurð
HÓLAGARÐI · LÓUHÓLUM 2-4 · SÍMI 557 5959

Bara betri

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 eðalvínum sem henta einstaklega vel með réttunum.

Hnetuhjúpaður túnfiskur

Fyrir 4

Þetta er auðveld en mjög góð aðferð við að framreiða túnfisk á fljótlegan og auðveldan hátt. Fólk heldur oft að elda túnfisk sé mjög erfitt eða vandasamt en það er það alls ekki hérna er mín leið og þið megið endilega prufa ykkur áfram með krydd og aðferðir

Yellowfin saku tuna er túnfiskurinn sem ég notaði í þetta og hann er mjög þægilegur engin afskurður og hann er tilbúinn í frosnum 300 gramma steikum. Hann fæst meðal annars í Fiskbúð Hólmgeirs í Mjóddinni, Fiskbúðinni Hafberg í Gnoðavogi, Fiskiprinsinum Híðasmára og Fiskbúðinni Vegamótum á Seltjarnarnesi.

Hráefnislisti:
Túnfiskur 700 gr
Wasabihnetur 100 gr
Salthnetur 100 gr
Svört sesam fræ 50 gr
Kellog´s korn flex 50 gr
Kasjúwhnetur 50 gr
Sykur 200 gr
Soja 200 ml
Sharlottulaukur 3 stk
Hvítlaukur 2 geirar
Chili 1 stk
Rauður perlulaukur 10 stk
Spínat 250 gr
Snjóbaunir 20 stk
Córíander 1 askja
Hrísgrjónanúðlur 500 gr
Salt og pipar
Lime 1 stk

Setjið tvo potta yfir á suðu með vatni og salti annan til að sjóða núðlurnar og hinn til að snöggsjóða snjóbaunirnar.

Því næst eru wasabihnetur 100 gr, salthnetur 100 gr, svört sesam fræ 50 gr, Kellog´s korn flex 50 gr, kasjúwhnetur 50 gr og sykur 200 gr tekinn í matvinnsluvél og passið að skálin sé alveg þurr og ekki láta þetta verða að dufti. Hjúpurinn á að vera svolítið grófur, eiturgrænn á köflum og salt og pipar eftir þörfum.

Túnfiskurinn er tekinn úr pokanum og lagður í smá olíu og ekkert verra að dassa smá soja sósu útí olíuna og því næst er túnfisksteikunum velt uppúr hjúpnum og steiktur á sjóðandi heitri pönnu í bara örskamma stund bara rétt að loka honum á öllum hliðum og passið að hneturnar og sykurinn í hjúpnum brenna mjög hratt á pönnuni. Hann er síðan eldaður inní ofni í 1mín í einu í 170 gr. heitum ofninum og altaf tekinn út og látinn standa í 5 mín á milli gæti þurft að endurtaka 3-4 sinnum fer eftir ofninum. Markmiðið er að ná honum lítið sem ekkert elduðum en samt að hann sé alveg volgur / heitur inní miðju. Ef að hann ofeldast er hann ekki jafn góður hann á að bera fram rare.

Sjóða hrísgrjónanúðlurnar eftir upplýsingum á pakkanum og taka þær uppúr og beint í kalt vatn og smá olíu útí vatnið og svona eru þær klárar til hliðar og geymdar til síðar. Snjóbaunirnar er skornar í litla bita og snöggsoðnar í bullsjóðandi vatni í 30 sek og þaðan í kalt vatn.

Sharlottulaukurinn (skorinn í fínar sneiðar), hvítlaukurinn (saxaður), rauður chili (skorinn í helminga og fræin hreinsuð innan úr honum), perlulaukurinn skrældur og skorinn í helminga. Þetta er svo allt saman steikt á wok pönnu eða í djúpum potti í smá stund og þá er bætt við 150 gr af sykri og þetta karmellað smá saman áður en þið hellið 200 ml af soja og hálfum lítra af vatni og leyfið þessu að ná suðu áður en þið blandið núðlunum varlega saman við. Og í lokin er bætt útí snjóbaununum, spínatinu, söxuðum córíander og ristuðum kasjúwhnetum útí, smakka til með salti, pipar, limesafa og ekki láta þetta sjóða neitt eftir það til að láta þetta líta sem best út

Gangi ykkur vel og verði ykkur að góðu
Kv. Ingimar

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

Lindemans Cawarra Colombard Chardonnay verð: 1.798 kr. (Ástralía)
Ljóssítrónugult. Meðalfylling, þurrt, ferskt. Sítrus, suðrænn ávöxtur, melóna.

Eldiviður fyrir kamínur og arin til sölu
Verð 230 kr/kg í ca.
10 kg pokum en geri tilboð í stærri pantanir.
Nánari uppl. veitir Magnús í síma 898 8572 og magnus@sperra.is

Demantar, perlur og skínandi gull í jólapakkann

Gull & Silfur
Laugavegi 52 • Reykjavík

GLEÐI GJAFIR

Sendu jólapakkana með Landflutningum og allt andvirði flutningsgjaldsins rennur óskipt til jólaaðstoðar Mæðrastyrksnefndar.

890 kr.
Hámarksþyngd 30 kg eða 0,1 m³

Við erum sérfræðingar í matvælaflutningum

Upplýsingar um afgreiðslustaði og opnunartíma er að finna á landflutningar.is

Landflutningar SAMSKIP

Sveinsbakarí
Arnarbakka 4-6 • SÍMI: 557 2600

Smákökur, hálfmánar, lagtertur, enskar jólakökur, sælkerabotnar, döðlubotnar, svampbotnar, marens, sérlagaðar tartalettur, smákökudeig og eftirréttatertur.

Opnum kl. 7 alla virka daga og kl. 8 um helgar.

Verið velkomin - Veljum íslenskt.

Fljúgandi teppi í Hólabrekkuskóla

Föstudaginn 19. nóvember var haldið fyrsta menningarmótið í 5. bekk Hólabrekkuskóla.

Á menningarmótinu sem kallast fljótandi teppi kynna nemendur sín áhugamál og sína menningu á fræðandi og lifandi hátt, hver þátttakandi er með sitt svæði. Fjöldi gesta mætti í hús enda margt spennandi og áhugavert að sjá.

Fimmtu bekkingar sáu sjálfir um veitingar. Mynd. KK.

Helgihald í Seljakirkju um jól og áramót

17. desember 4. sunnudagur í aðventu
kl. 11 Barnaguðsþjónusta.
Lúðrasveit Austurbæjar leikur undir stjórn Vilborgar Jónsdóttur
kl. 14. Guðsþjónusta
sr. Ólafur Jóhann Borgþórsson prédikar, Graduale nobili kór Langholtskirkju syngur undir stjórn Jóns Stefánssonar
kl. 20 Kvöldguðsþjónusta
sr. Valgeir Ástráðsson prédikar
Þorvaldur Halldórsson sér um tónlistina

24. des. aðfangadagur jóla
kl. 18 Aftansöngur
sr. Ólafur Jóhann Borgþórsson prédikar
Blandaður kór syngur, Jólatónlist verður leikinn frá kl. 17:30
kl. 23:30 Miðnæturguðsþjónusta
sr. Valgeir Ástráðsson prédikar
Kirkjukórinn syngur, Jólatónlist verður leikin frá kl. 23

25. des. jóladagur
kl. 14 Guðsþjónusta
sr. Valgeir Ástráðsson prédikar
Kirkjukórinn syngur

26. des. annar jóladagur
kl. 14 Guðsþjónusta
Ólafur Jóhann Borgþórsson prédikar
Kirkjukórinn syngur
kl. 16 Guðsþjónusta Skógarbæ
sr. Ólafur Jóhann Borgþórsson prédikar

27. des sunnudagur milli jóla og nýárs
kl. 14 Guðsþjónusta

31. des. gamlársdagur
kl. 18 Aftansöngur
sr. Valgeir Ástráðsson prédikar
Kirkjukórinn syngur
Einsöng syngur Andri Björn Róbertsson

1. janúar nýársdagur Altarisganga
kl. 14 Guðsþjónusta
sr. Ólafur Jóhann Borgþórsson prédikar
Kirkjukórinn syngur

Kl. 16. Guðsþjónusta í Skógarbæ
sr. Valgeir Ástráðsson prédikar

Organisti við guðsþjónusturnar er Tómas Guðni Eggertsson

MOE'S
BAR • GRILL

OPIÐ
Virka daga frá 12-01
Helgar 12-03

- Boltinn í beinni
- Poolborð
- Alltaf tilboð á barnum

Jafnasel 6 S:577 1718

Fjölbrautaskólinn í Breiðholti

Kvöldskóli FB
Tréiðnabraut
Rafiðnabraut
Sjúkraliðabraut
Almennt nám

Kennt er frá 17:20 til 22:20, mánudaga til fimmtudaga.
Netinnritun er í gangi á www.fb.is/kvöldskóli.
Þar eru allar upplýsingar um innritun, verð og annað.
85 áfangar í boði.
Kennsla hefst 12. janúar.

www.fb.is

Þegar andlát ber að höndum
Önnumst alla þætti útfararinnar
ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA
Vesturhlíð 2 • Fossvogi • Sími 551 1266 • www.utfor.is

Max1 í nágrenni við þig

Sparaðu, láttu
þjónusta bílinn hjá Max1 í Breiðholti

Max1 skiptir þig öllu í dag

Max1 skiptir um dekk
Max1 skiptir um bremsur
Max1 skiptir um olíu
Max1 skiptir um rafgeyma
Max1 skiptir um dempara
Max1 skiptir um perur
Max1 skiptir um þurrkublöð og rúðuvökva

Staðsetning - Jafnaseli 6, á milli Sorpu og Krónunnar, beint innval: 515 7193

Komdu núna. Engar tímapantanir. Tylltu þér á meðan við gerum við bílinn þinn. Fáðu þér rjúkandi heitan kaffibolla og kíktu í blöð. Við sjáum til þess að þú hafir skamma viðdvöl.

Reykjavík: Bíldshöfði 5a og 8, Jafnasel 6, Knarrarvogur 2, sími 515 7190.
Hafnarfjörður: Dalshraun 5, sími 515 7190.
Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 515 7050.

MAX1 BÍLAVAKTIN

Við erum góðir í að gera hlutina fljótt og vel og ódýrt – skoðaðu: www.max1.is

Einkarekið apótek
Lágt lyfjaverð - góð þjónusta

GARÐS APÓTEK
- rétt leið

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

TIL UMHUGSUNAR

Eftir Ragnhildi Ásgeirsdóttur djákna

Sagan um litla barnið

Biblían geymir margar frásagnir en ein frásögn er sérstaklega undurfögur og friðsæl. Það er fæðingarsaga Jesú í Nýja testamentinu, Lúkasarguðspjalli. Sagan um litla barnið sem fæddist í Betlehem sem er svo einföld og látlaus en samt svo gríðarlega innihaldsrík. Sagan sem bendir á hvernig Guð sjálfur nálgaðist okkur í syni sínum Jesú Kristi. Boðskapur sögunnar á við lífið okkar í hnotskurn, hátíð sem virkan dag. Kjarni jólanna er ekki bara litla Jesúbarnið í jötunni heldur líf Jesú í hnotskurn, orð hans og gjörðir, krossdauði og upprisa. Kjarni jólanna er boðskapurinn um kærleiksríkan Guð sem gefur ljós og líf.

Ég er mikið jólabarn. Allt frá því að ég var lítil telpa og heyrði jólasöguna frá foreldrum mínum, sá helgileikinn í skólanum, gekk kringum jólatréð með skólafélögunum og söng jólasálmana, fór með skólakórnum og söng fyrir sjúklinga og heilbrigðisstarfsfólk, hafa jólin átt hug minn. Ég man brakið í snjónum þegar ég gekk með fjölskyldu minni til kirkju á aðfangadagskvöld og naut kyrrðarinnar í kirkjunni, tónlistarinnar og talaða orðsins. Það var helgi og það var hátíð. Mér þykir vænt um jólin. Ég þakka Guði fyrir að hafa gefið mér trú strax í bernsku sem hefur þroskast og eflst og gefið mér lífsinnhald og tilgang.

Það var venjulegt fólk sem fylgdi Jesú að málum, fólk eins og þú og ég. Fólk sem eignaðist vináttu Jesú, hreifst af boðskap hans og vildi fylgja honum. Þetta fólk fann þungamiðjuna í boðskapi hans, boðskapinn um kærleikann til Guðs og náungans. Þennan kærleika sýndi Jesú í lífi sínu og starfi. Þau gildi sem hann lagði áherslu á í allri sinni boðun á erindi við okkur nú á dögum. Þau falla aldrei úr gildi.

Fyrsta sunnudag í aðventu var aðventukvöld í Fella- og Hólakirkju. Yfir 300 manns komu til kirkju og það var gleðilegt að sjá þennan fjölda streyma til kirkjunnar, fólk á ólíkum aldri, börn og fullorðnir söfnuðust saman í kirkjunni. Í kirkjunni var samankomið fólk sem vill standa vörð um kristinn menningararf okkar Íslendinga. Þegar ég leit yfir hópinn, fann ég vináttu, hlýju, ánægju, gleði og ákveðinn hátíðleika. Með nærveru sinni lögðu allir sitt af mörkum til þess að gera stundina í kirkjunni að yndislegri, gefandi og uppbyggilegri samveru sem við öll áttum hlutdeild í. Ósjálfrátt hvarflaði hugur minn til þeirrar miklu umræðu sem hefur farið fram í tengslum við tillögur mannréttindaráðs Reykjavíkurborgar um samskipti trúfélaga og skóla. Ég hugsaði með mér hve það væri miður ef kristinn menningararfur með áhersluna á virðingu, umhyggju og vináttu í garð annarra væri eitthvað sem ætlunin væri að úthýsa úr skólum borgarinnar. Kristin trú er hluti af íslenskri menningu og hefur mótað íslenska menningu og ef kristnum gildum er ekki miðlað til ungs fólks þá glötum við þessari dýrmætu menningararfleifð. Þess vegna vil ég hvetja okkur öll til þess að standa vörð um okkar kristnu menningu sem leggur umfram allt áherslu á Gullnu regluna ,,Allt sem þér viljið að aðrir menn gjöri yður, það skuluð þér og þeim gjöra”. Við þurfum á þessum boðskapi að halda persónulega og einnig sem samfélag.

Jólasagan, þessi fábrotna og einfalda saga er samofin menningu okkar, lífi okkar og veru. Við eigum þessa sögu og höfum fengið hana í arf. Þessi litla jólasaga er staðfesting á því að Guð elskar okkur og sú elska á að vera hvati okkar til að sýna öðru fólki kærleika.

Lítið barn, Jesús Kristur, birti okkur nærveru Guðs í heiminum, nærveru ljóssins, kærleikans og friðarins. Í heimi þar sem manneskjur þráðu ljós, líf og frið. Koma Guðs gjörbreytti stöðu manneskjunnar og gerði henni kleift að lifa í nánd við Guð. Boðskapur jólanna byggir á þessari nálægð Guðs. Guð kom í einstökum atburði fyrir rúmum 2000 árum, en Guð kemur enn og vill gefa okkur sem nú lifum af nærveru sinni. Jesúbarnið í jötunni er Guð með okkur. Guð sem er yfir og allt um kring, Guð sem lætur sig varða, ber umhyggju fyrir og gefur af sjálfum sér. Guð sem bregst ekki né yfirgefur, hvernig sem okkur líður og hvað svo sem á gengur í lífinu, þegar hriktir í og reynir á og við erum uggandi vegna þeirrar stefnu sem þjóðmálin hafa tekið. Guð sem gefst ekki upp á okkur heldur er stöðugur og umlykur með ljósi og elsku sinni.

Jesús Kristur birtir Guð með okkur, ekki bara á jólum heldur alla daga, hverja stund, hvert augnablik og hvert andartak.

Ég vona að við öðlumst þá farsæld að halda fast við það sem gefur lífinu gildi, að við hlúum að því sem gott er.

Guð gefi þér og fjölskyldu þinni friðsæla aðventu og gleðileg jól.

Tré fyrir tré!

1. Jólatré valið í Heiðmörk
2. Jólartré sótt eftir jólin
3. Jólatrén kurluð í jarðgerð
4. Jólatré gróðursett í Jólaskógi

Eflum Jólaskóginn á sjálfbæran hátt!

Um leið og við óskum ykkur gleðilegra jóla viljum við minna á að Skógræktarfélag Reykjavíkur og Gámaþjónustan hf taka aftur saman höndum við söfnun jólatrjáa á Reykjavíkursvæðinu.

Fyrir hvert tré sem Gámaþjónustan hf safnar gróðursetur Skógræktarfélag Reykjavíkur eitt tré í Jólaskóginum í Heiðmörkinni.

Fyrir 800 krónur losnar þú við gamla tréð á einfaldan og ódýran hátt og eflir Jólaskóginn í leiðinni.

Það er auðvelt að panta hirðingu á www.gamar.is

Skógræktarfélag Reykjavíkur

GÁMAÞJÓNUSTAN HF.
BÆTT UMHVERFI - BETRI FRAMTÍÐ

Sími 535 2510 • soludeild@gamar.is • www.gamar.is

21.622 maggi@12og3.is

Naglafegurð í Hólagarði

„Íslenskar konur leggja sig fram um að hugsa vel um neglurnar sínar segir Íris Ívarsdóttir, sem rekið hefur naglasnyrtistofuna Naglafegurð í Hólagarði í 11 ár. Birna Fahning hefur einnig unnið hjá henni meira og minna síðan í maí 2005. Nú er hún að vinna með það nýjasta í naglasnyrtingu í dag , 'Nail Art'´ með naglalakki og akrýlmálun.

Það er kannski ekki á allra vörum að hægt er að skreyta neglurnar fyrir jólahátíðina en Íris segir það mjög vinsælt. Nýlega kom til starfa Jolita Kulesaite sem er naglalistmálari og er sérhæfð í að lakka neglur , með eingöngu naglalakki og pensli. Íris segir að tæknin og kunnáttan í meðferð efnana skipti mestu máli en auðvitað þarf hugmyndaflugið að vera í lagi líka. Margar konur láta skreyta neglur sínar fyrir jólin, árshátíðir, brúðkaup og fleiri skemmtilegar uppákomur. „Það heitasta í skrautinu í dag eru merki þekktra tískuhönnuða, semelíu steinar , upphleypt akrýl þrívíddar blóm og málað skraut með lakki. Samhliða naglastofunni rekum við naglakóla Icelandic Beauty og bjóðum uppá mastergráðu í ásetningu gel- og akrýlnagla. Einnig bjóðum við uppá námskeið í augnháralengingum sem er algjör bylting í augnhárabransanum og að námskeiði loknu fá nemendur alþjóðlegt diplóma og hefur það námskeið verið mikið sótt hjá okkur. Við bjóðum uppá nám við alþjóðlega naglaskólann Icelandic Beauty alla þriðjudaga. Við kennum á mjög háþróuð og góð efni s.s Ez-flow , IBD og Harmony og námið inniheldur veglegan vörupakka, kennsla og allt sem til þarf að gera flottar neglur. Alþjóðlegt diplóma að námi loknu sem er tekið gilt í yfir 65 löndum. Upplýsingar í síma 561-9810 og á e-mail iris@icelandicbeauty.is og www.naglafegurd.is

Þær Íris, Birna og Jolita annast um naglafegurðina í Hólagarði.

Ný ljóðbók eftir Ragnhildi Ásgeirsdóttur djákna

Út er komin ljóðabók eftir Ragnhildi Ásgeirsdóttur djákna í Fella- og Hólakirkju. Bókin nefnist Nánd og í umsögn um hana segir Kristján Karlsson bókmenntafræðingur og skáld að í bókinni sé ferskur skáldskapur, hvort sem litið er til fortíðar eða samtíma. Tilfinning kvæðanna sé djúp og sannfærandi, málfarið traust og tónninn persónulegur. Ljóðunum er skipt upp í fjóra bálka þar sem nándin birtist á ýmsan máta; nánd við lífið sjálft í fjölbreyttri mynd.

Ragnhildur Ásgeirsdóttir lauk B.Ed. námi frá Kennaraháskóla Íslands og prófi í djáknafræðum við guðfræðideild Háskóla Íslands. Hún vígðist djákni árið 1999 og hefur starfað í Fella- og Hólakirkju. Ragnhildur nam söng í Söngskólanum í Reykjavík, Tónlistarskóla Hafnarfjarðar, hún sótti námskeið í kórstjórn og starfaði um skeið sem tónlistarkennari og framkvæmdastjóri. Hún hefur allt frá unglingsárum samið lög og ljóð sem hún hefur m.a. notað í æskulýðsstarfi og með kórum og sönghópum. Árið 2009 kom út geisladiskurinn Syngur af hjarta englahjörð á vegum Fella- og Hólakirkju. Þar syngja stúlkur úr Listasmiðjunni Litrófi jólalög við texta hennar. Hún er einnig stjórnandi kórsins. Nánd er fyrsta ljóðabók Ragnhildar.

Breiðholtsblaðið
Auglýsingasími:
511 1188 &
895 8298
borgarblod.is

Noon – Súpersól Hólmaseli 2

Nýjar "Gordjöss" vörur.....

Þær Kristín og Anna María voru ánægðar með annríkið á Súper-deginum.

Þær stöllur Kristín og Anna María í Noon – Súpersól í Hólmaselinu héldu "Súper-dag" þann 20. nóv. s.l. Nánast fullt var út úr dyrum allan daginn, mikið fjör og mikið verslað. Þær buðu viðskiptavinum góðan afslátt af nýjum "Gordjöss" vörum og það allt upp í 50% þennan dag. Það virkaði heldur betur því viðskiptavinirnir flykktust að úr öllum áttum.

Noon er eins og pínkulítil verslunarmiðstöð þar sem gaman er að koma. Þær Kristín og Anna María reka hárgreiðslustofu og sólbaðsstofu á staðnum og versla með föt, töskur, skart, skó, hársnyrtivörur og fleira og fleira. Það er aldeilis ómaksins vert að líta við í Noon fyrir jólin og skoða úrvalið. Þær annast innkaupin sjálfar og fara reglulega í innkaupaferðir í höfuðborgir hátískunnar og kaupa inn það smekklegasta og flottasta sem þær finna. Þær passa líka upp á að verðin séu við allra hæfi. Opnunartíminn er langur í Noon. Opið er til kl. 22:00 alla virka daga, til kl. 20:00 á laugardögum og milli 13:00 og 18:00 á sunnudögum.

Bangsadagurinn í Hólabrekkuskóla

Bangsadagurinn var haldinn í Hólabrekkuskóla þriðjudaginn 2. nóvember í tilefni af alþjóðlega bangsadeginum sem er 27. október ár hvert. Þar sem þann dag bar upp á starfsdag í skólanum var ákveðið að efna til bangsadagsins í vikunni á eftir.

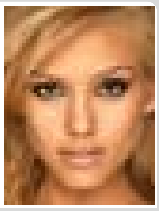
Margir nemendur komu með bangsana sína í skólann í tilefni af bangsadeginum, bæði stóra og smáa og úr varð hin skrautlegasta sýning þar sem ánægjan var ríkjandi. Katrín Kristín tók þessa skemmtilegu mynd af nokkrum nemendanna með bangsana sína sem voru af ýmsum gerðum og blæbrigðum.

Vinnustaðaskírteini

Nú eiga allir starfsmenn í veitingahúsum og byggingariðnaði að vera komnir með Vinnustaðaskírteini

Við hjá Auðmerkt framleiðum þessi skírteini með stuttum fyrirvara.

Vinnustaðaskírteini
Jessica Alba
kt. 280481-0009
Leikkona
Jessica Alba /co.
kt. 500600-1010
Umboðsskrifstofa



Erum einnig með alla almenna prentun.

- Nafnspjöld
- Bæklingar
- Reikningar
- Bréfsefni

og margt fleira.

Bílamerkingar

Við merkjum allar stærðir af bílum

Leitið tilboða hjá okkur

Sandblástursfilmur

Allar stærðir og gerðir eftir þínu höfði.

Auglýsingaskilti

Ekkert er of stórt fyrir okkur!

AUÐMERKT Skiltagerð

Skúlagata 10.
101 Reykjavík
audmerkt@audmerkt.is
www.audmerkt.is

555-6500

Sendum landsmönnum öllum okkar bestu óskir um
gleðileg jól
og farsæld á komandi ári

www.landsvirkjun.is

Landsvirkjun

Náttföt og velúrgallar
Ásamt miklu úrvali af
Fatnaði fyrir konur á öllum
Aldri, þú færð jólagjöfina hjá okkur
Munið gjafabréfin

Fröken Júlia
Mjódd - S. 557 5900

Verið velkomin

nýjir eigendur nýjar perur

GullSól
sólbaðsstofa

Hraunbergi 4
Sími: 588 1710
www.gullsol.is

Stakur ljósatími 780.-kr
5 tíma ljósakort 3.490.- kr

Elegant Nails

Tilboð 1
3500.-kr
ásetning eða lagfæring
m.french

Tilboð 2
4500.-kr
ásetning eða lagfæring m.french
+2 ljósatímar

Tímapantanir í síma: 848-5463

HRAUNBERG
SÖLUTURN - GRILL - VIDEO - ÍS

MUNIÐ GRILLIÐ!

HRAUNBERG 4 111 REYKJAVÍK S: 557 3075

Helgihald í Fella- og Hólakirkju um jól og áramót

Aðventutónleikar laugardaginn 11. desember kl. 17
Kór Fella- og Hólakirkju undir stjórn Guðnýjar Einarsdóttur og Lúðrasveit Verkalýðsins undir stjórn Snorra Heimissonar flytja þekkta aðventu- og jólatónlist. Ókeypis aðgangur.

Sunnudagur 12. desember
Jólaball sunnudagaskólans kl. 11. Hver veit nema það komi gestir úr fjöllunum? Guðsþjónusta kl. 14. Sr. Jón Ómar Gunnarsson predikar og prestar og djákni kirkjunnar þjóna fyrir altari. Gerðubergskórinn syngur undir stjórn Kára Friðrikssonar.

Sunnudagur 19. desember
Jólasöngvar við kertaljós kl. 11. Prestur sr. Svavar Stefánsson.

Mánudagur 20. desember
Bænastund á vegum Norðfirðingafélagsins í Reykjavík kl. 17. Prestur sr. Svavar Stefánsson.

Aðfangadagur 24. desember
Aftansöngur kl. 18. Prestur sr. Guðmundur Karl Ágústsson. Einar Clausen syngur einsöng og Jón Hafsteinn Guðmundsson leikur á trompet.
Á undan guðsþjónustunni leikur Guðný Einarsdóttir jólatónlist á orgelið.
Aftansöngur kl. 23:30. Prestur sr. Svavar Stefánsson. Elfa Dröfn Stefánsdóttir syngur einsöng og Sóley Björk Einarsdóttir leikur á trompet.
Á undan guðsþjónustunni leikur Lúðrasveit Verkalýðsins jólatónlist.

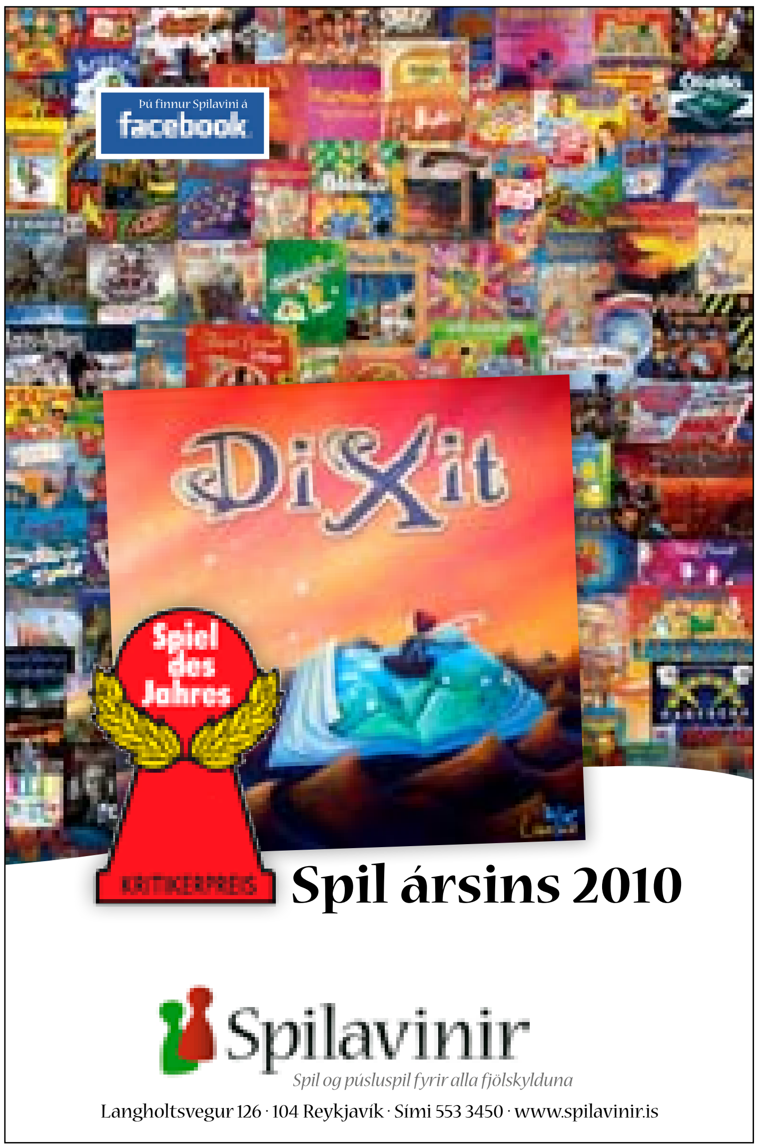
Jóladagur 25. desember
Hátíðarguðsþjónusta kl. 14. Prestur sr. Svavar Stefánsson.
Una Dóra Þorbjörnsdóttir syngur einsöng.

Annar jóladagur 26. desember
Guðsþjónusta kl. 11. Prestur sr. Guðmundur Karl Ágústsson.
Málmblásarahópurinn Bucinae Borealis leikur.

Gamlársdagur 31. desember
Aftansöngur kl. 18. Prestur sr. Svavar Stefánsson.
Ásdís Arnalds syngur einsöng og Sóley Björk Einarsdóttir leikur á trompet.

Nýársdagur 1. janúar
Hátíðarguðsþjónusta kl. 14. Prestur sr. Guðmundur Karl Ágústsson.
Jón Hafsteinn Guðmundsson leikur á trompet.

Kór Fella- og Hólakirkju og Guðný Einarsdóttir organisti leiða söng og annast tónlistarflutning við allar guðsþjónustur nema annað sé tekið fram.



Getraunanr. 111 · www.leiknir.com
Leiknir var stofnað 1973 · Austurbergi 1, Efra Breiðholti

Frábæran árangur Karatedeild Leiknis á Kumite-móti Víkings

Eins og glöggir Breiðholtsbúar hafa tekið eftir er Karatedeild Leiknis komin með fulla starfsemi. Æfingar hafa farið fram í Fellaskóla í vetur og gengið mjög vel. Þetta er annað starfsár karatedeildar Leiknis.

En krakkarnir í Leikni kepptu á dögunum í Kumite-móti Víkings og stóðu sig með afbrigðum vel. Kumite er bardagahlið karate og voru Leiknis-strákarnir að keppa í fyrsta skiptið í því. Tveir drengir kepptu í árgangi 2001 þeir Aron Tristan Daníelsson og Eiríkur Richard Wheeler. Skemmst er frá því að segja að Aron hreppti fyrsta sætið og Eiríkur Wheeler 3 sætið í þessu móti- sannarlega glæsilegt. Hvetjum við því fleirri krakka sem vilja prufa að reyna sig á karateæfingum hjá Leikni.

Aron Tristan Daníelsson og Eiríkur Richard Wheeler með verðlaunapeningana sína.

Söfnuðu í minningu Hlyns

Nokkrir félagar úr knattspyrnudeild Íþróttafélags Reykjavíkur ÍR, tóku þátt í merkjasölu Hjartaheilla og vildu um leið heiðra minningu Hlyns Þórs Sigurðssonar sem lést úr hjartaáfalli fyrir ári síðan á íþróttavelli ÍR eða 25. nóvember 2009. Sölulaun þeirra sem námu 115.200 kr. létu þau renna til Neistans styrktarfélags hjartveikra barna til minningar um Hlyn.

Guðrún Bergmann Franzdóttir formaður Neistans og jafnframt fulltrúi Hjartaheilla fór til þessara frábæru krakka og tók á móti framlagi þeirra og afhenti þeim í leiðinni skjöld í þakklætisskyni fyrir frábært framtak en það var Kristján Þór Sigurðsson bróðir Hlyns Þórs sem afhenti Guðrúnu Bergmann framlagið fyrir hönd iðkenda innan knattspyrnudeildar ÍR. Fyrir hönd Hjartaheilla og Neistans færum við þeim hjartans þakkir fyrir frábært framtak.

Guðrún Bergmann Franzdóttir

Kristján Þór Sigurðsson bróðir Hlyns Þórs afhendir Guðrúnu Bergmann framlagið til Hjartaheilla.

Höfum allt í jólapakkann!

Sportvörur og leikföng

ÍR- og Leiknisvörur

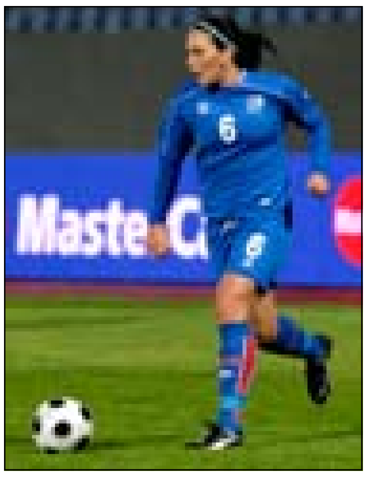
Mikið úrval af vörum úr enska boltanum

Leiksport
Sími 5575020
Hólagarði

Hólmfríður þjálfar hjá ÍR

Hólmfríður Magnúsdóttir, landsliðskona og leikmaður með Philadelphia Independence mun starfa við þjálfun hjá knattspyrnudeild Íþróttafélags Reykjavíkur næstu 3 mánuði. Hólmfríður var að ljúka sínu fyrsta keppnistímabili með bandaríska atvinnumannaliðinu Philadelphia. Hún hefur nýlega undirritað nýjan samning við félagið og mun því spila áfram í bestu deild heims. Hólmfríður mun dvelja á landinu næstu mánuði og því ákvað knattspyrnudeild ÍR að setja sig í samband við hana og fá hana til liðs við sig.

Hjá ÍR mun Hólmfríður aðstoða þjálfara kvennaflokka á æfingum og fylgja eftir kynningarátaki í Selja-, Öldusels- og Breiðholtsskóla. Knattspyrnudeild ÍR hefur mikinn metnað og ætlar sér að



Hólmfríður Magnúsdóttir á vellinum.

gera vel á komandi árum í kvennaboltanum. Iðkendum í yngri flokkum stúlkna hefur fjölgað jafnt og þétt, því ákvað knattspyrnudeildin að ráða fyrirmyndar- og afreksleikmann til starfa sem getur aðstoðað iðkendur hjá ÍR til að ná árangri í framtíðinni. Ekki skemmir fyrir að hún æfði með ÍR á sínum yngri árum. Knattspyrnudeild ÍR er ánægð með ráðningu Hólmfríðar og óskar henni velfarnaðar í þjálfuninni. Einnig vill knattspyrnudeildin koma á framfæri þökkum til eftirfarandi fyrirtækja sem styrkja þetta verkefni: Íslenska Gámafélagið, BK kjúklingur, Pizzahornið og Þín Verslun Seljabraut.

Auk þessa þá mun Hólmfríður standa að knattspyrnunámskeiði með FAIR, fótbolta akademíu ÍR en skráning í það mun byrja í vikunni. Þar mun iðkendum ÍR gefast kostur á að bæta við aukaæfingum gegn vægu gjaldi.

Frítt á körfuboltaleik hjá ÍR

Fimmtudaginn 16.desember spila strákarnir í meistaraflokk ÍR í körfubolta við Fjölni. Leikurinn er í boði Pressunnar og því er frítt fyrir alla á leikinn.

Tilefnið er að um þessar mundir er ÍR að taka yfir rekstur á íþróttahúsinu við Seljaskóla. Stefna körfuknattleiksdeildarinnar er að það verði frítt inn á sem flesta viðburði á þeirra vegum. Markmiðið er að allir sem hafa gaman af körfubolta geti skemmt sér með okkur í leik og starfi. Leikurinn verður kl. 19:15 í Seljaskóla.

Körfuboltaboltalið ÍR.

Silfurleikar ÍR

Silfurleikarnir voru haldnir í 15. sinn þann 20. nóvember, glæsilegt mót í alla staði, frábær þáttaka á sjötta hundrað keppenda, 16 ára og yngri frá 23 félögum. ÍR átti alls 140 keppendur og stóðu þau sig með stakri prýði eins og alltaf.

Til að lýsa umfanginu þá var staðan sú að verið var að keppa á 26 stöðum í Laugardalshöllinni í einu. Gullverðlaun ÍR-inga voru 11 talsins, 18 silfur og 27 brons ÍR-inga fóru því klyfjaðir heim. Í 60 m hlaupi 13 ár telpna voru ÍR-ingar í fyrstu þremur sætunum, sama var upp á teningnum 200 m og hástökki 15 til 16 ára meyja og 800 m telpna 14 ára. Aðeins eitt Íslandsmet féll á leikunum þó svo að margi hafi verið að stórbæta sinn besta árangur. Íslandmet þetta var í kúluvarpi stelpna í 12 ára flokki þar sem Jófríður Skaftadóttir USK kastaði þriggja kg kúlunni 10,63 m og bætti met Ragnheiðar Önnu Þórsdóttur FH úr 9.63 m, met sem staðið hefur síðan árið 2001. Mikill fjöldi starfsmanna úr hópi foreldra, eldri iðkenda og annarra sjálfboðalið starfaði við mótið og fjöldi foreldra studdi við bakið á sínum börnum með ráð og dáð. Öll úrslit má finna á www.fri.is / mót / mótaaforrit.

Gauti og Huld með bestan tíma í NY Maraþoni

ÍR skokkarar gera víðreist árið um kring og létu New York maraþonið ekki fram hjá sér fara en 40 Íslendingar tóku þátt í hlaupinu.

Þeir létu sér ekki nægja að mæta á staðinn heldur stóðu þeir sig best íslensku keppendanna.

Bestum tíma Íslendinga náði Gauti Höskuldsson ÍR skokk, en hann hljóp á 2:57:06 klst. Bestum tíma kvenna náði Huld Konráðsdóttir annar tveggja þjálfara ÍR skokk en hún hljóp á tímanum 03:29:57 klst.

ÍR með 17 fulltrúa í 55 manna Landliðshóp FRÍ

ÍR-ingar geta verið stoltir af stórum hópi sinna íþróttamanna sem prýða landsliðshóp FRÍ 2011 sem valinn er af Íþrótta- og afreksnefnd FRÍ. Haft er til viðmiðunar árangur utan- og innahúss 2010 í öllum greinum frjálsíþrótta og stöðu á afrekaskrá FRÍ eftir tímabilin en valið er endurskoðað að loku hverju tímabili.

Næst á vormánuðum eftir innanhússtímabilið og má því vænta töluverðra breytinga á þessum lista. Landsliðhópurinn er síðan lagður til grundvallar fyrir val á stærstu mót vorsins og sumarsins auk þess sem hópurinn hittist reglulega í ýmiskonar fræðslu og til æfinga.

Nokkur skipting er milli karla og kvenna en 5 ÍR karlar og 12 konur eru á listanum sem þýðir að ÍR á rúmlega helminginn af landsliðkonum Íslands í frjálsíþróttum! Í heildina eiga ÍR-ingar um 1/3 íþróttamanna í landsliðshóp FRÍ.

ÍR Fréttir

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

Gott gengi hjá ÍR

Tekist á í handboltanum hjá ÍR.

Strákarnir í meistaraflokki karla í handbolta hafa staðið sig frábærlega það sem af er móti og eru, þegar þetta er skrifað, í öðru sæti 1. deildar.

Þeir hafa spilað níu leiki, unnið sex, gert eitt jafntefli og tapað tveimur. Liðið er einnig komið í 8-liða úrslit í Eimskipabikar karla og hafa þar að miklu að keppa. Liðið hefur tekið miklum framförum og óhætt er að segja að spennandi vetur sé framundan í handboltanum.

Nýr leikmaður hjá meistaraflokki kvenna

Meistaraflokkur kvenna í handbolta fékk á dögunum góðan liðsstyrk. Elzabieta Kowal gekk til liðs við ÍR frá Fylki.

Elzabieta Kowal hefur mikla reynslu og vonandi læra stelpurnar okkar mikið af henni. Hér á myndinni má sjá Elzabieta Kowal ásamt Hilmari Jacobsen frá Salatmaster sem er styrktaraðili mfl. kvenna hjá ÍR.

Powerade hlauparöðin heldur áfram

Þremur hlaupum er nú lokið í hinni vinsælu Powerade hlauparöð. ÍR-ingar mættu galvaskir í síðasta hlaup og voru fimm í top 14 í mark af þeim 340 hlaupurum sem luku keppninni.

Þetta voru þeir Sæmundur Ólafsson sem varð 5. á 37:41 mín, Sigurður Tómas Þórisson sem varð 6. á 37:43 mín, Þórólfur Ingi Þórsson sem varð 9. á 38:07 mín, Bjartmar Birgisson sem varð 12. á 38:44 mín og Guðmundur Guðnason sem varð 14. á 38:51 mín.

1X2

GETRAUNANÚMER ÍR ER 109

SKAUTAHÖLLIN
REYKJAVÍK
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

FÆRÐ ÞÚ STÆRSTA
VINNING ÁRSINS?
vertu með 28. desember
Fáðu þér
miða á hhi.is
28.
desember
75
milljónir
á einn miða
Tryggðu þér miða á www.hhi.is, í síma 800 6611 eða hjá næsta umboðsmanni.
HAPPDRÆTTI HÁSKÓLA ÍSLANDS
VÆNLEGAST TIL
VINNINGS