

Breiðholtsblaðið



Dreift frítt í öll hús í Breiðholti

DESEMBER 2006

12. tbl. 13. árg.

Lyf & heilsa
Mjódd
Opðvirka daga 9-18:30 og laugardaga 10-14

Dælulykill
Ekkert PIN
Meiri hraði
Lægra verð
www.atlantsolia.is

AO
ATLANTSOLÍA

Lyfjaval
APÓTEK
Lyfjaval.is
Sími 577 1166



Gleðileg jól

Enginn spilasalur fyrr en í febrúar

Enginn spilasalur verður opnaður í Mjóddinni í Breiðholti fyrr en í fyrsta lagi í febrúar. Ástæða þess er sú að senda hefur þurft 50 spilakassa, sem Háspenna Hæddrættis Háskóla Íslands hafði fengið til landsins utan vegna mistaka sem urðu við afhendingu þeirra frá framleiðanda. Kassar þessir nýtast ekki hér á landi og þarf því að fá aðra í stað þeirra. Gert er ráð fyrir að hinir nýju kassar verði komnir til landsins í byrjun febrúar.

Hluti þessara kassa átti að fara í nýjan spilasal Háspennu í Mjóddinni í Breiðholti og hluti til ýmissa staða út um land. Þetta þýðir að spilasalurinn, sem verða mun til húsa þar sem verslun ÁTVR var áður verður ekki tekin í notkun fyrr en í fyrsta lagi í febrúar á næsta ári en fyrirhugað var að hefja starfsemi Háspennu í Mjóddinni um komandi áramót. Umtalsverð andstaða er í Breiðholti við staðsetningu spilasalarins í Mjóddinni og hafa a.m.k tvö þús-

und manns mótmælt henni með undirskriftum eins og kemur fram í grein Helga Kristóferssonar, formanns íbúasamtakanna Betra Breiðholts, hér í blaðinu. Nú er ljóst að allt verður tomt í fyrrum ÁTVR húsnæðinu, þar sem spilasalnum er ætlaður framtíðar staður, að minnsta kosti fram í febrúar því þótt hinir réttu spilakassar verði afgreiddir á tilsettum tíma verður eftir að koma þeim fyrir og ganga frá húsnæðinu til að unnt verði að opna spilasalinn.

Jólalegt var um að litast í Breiðholti á fyrsta sunnudagi í aðventu. Ekki einungis Esjutoppurinn skartaði hvítu heldur einnig brekkurnar neðan Seljahliðar og umhverfið allt.

Nytt heimili
www.nytt.is
fasteignasala
reynir erlingsson, löggiltur
fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali
414 6600

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

 **Apótekið**
lægra verð

Grafarvogi • Hólagarði • Hagkaup Skeifunni • Hagkaup Akureyri

Jóna
Hamborgarhryggur
Verð frá kr. **698** kg
Þín verslun Seljabraut val sælkerans



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: thord@itn.is

Auglýsingasími: 511 1188 • 561 1594 • 895 8298

Netfang: borgarblod@simnet.is

Framkvæmda- og auglýsingastjóri: Kristján Jóhannsson

Umbrot: Valur Kristjánsson

Prentun: Prentsmiðja Morgunblaðsins

Dreifing: Íslandspóstur

12. tbl. 13. árgangur

Breiðholtsblaðið er dreift fritt í öll hús í Breiðholti



S T U T T A R

B O R G A R F R É T T I R

Starfshópur um íslenskukennslu

Menntaráð Reykjavíkurborgar ákvað á fundi sínum 20. nóvember að stofna starfshóp um málefni barna af erlendum uppruna í grunnskólum Reykjavíkur. Helstu verkefni hins nýja starfshóps verða að gera tillögur um úrbætur í þjónustu og íslenskukennslu fyrir grunnskólanema af erlendum uppruna.

Menntaráð samþykkti einnig samhljóða á fundinum að efna til málþings um íslenskukennslu fyrir útlendinga, en Námsflokkar Reykjavíkur hafa í samvinnu við Mími-sínmentun staðið fyrir íslenskukennslu fyrir innflytjendur. Í fundargerð menntaráðs þar um segir að í ljósi nýrrar stöðu í málefnum íslenskukennslu fyrir útlendinga, sem upp er komin vegna aukinna fjárveitinga ríkisins til málaflokksins, feli menntaráð sviðsstjóra að láta undirbúa málþing þar sem saman koma aðilar sem láta sig þessi mál varða. Þar verður núverandi staða þessara mála til umfjöllunar og framtíðarskipulag íslenskukennslu fyrir útlendinga, eldri sem yngri. Starfshópnum er einnig ætlað að fjalla um kostnaður íslenskukennslunnar og verkaskiptingu ríkis, sveitarfélaga og atvinnulífsins um málið.

Hálkuvaktir fram í apríl

Hálkuvaktir hófust í Reykjavík um miðjan nóvember og munu þær standa óslitið til miðs apríl. Verkefnið felst í að fylgjast með færð á götum borgarinnar á skipulagðan hátt til að tryggja að götur séu greiðfærar þegar borgarþáttfarar fara á stjá snemma morguns. Starfsmenn Framkvæmdasviðs Reykjavíkurborgar sinna þessu eftirliti og sjá um að kalla út samningsbundna verktaka þegar þörf krefur. Eftirlitsmennirnir eru komnir á vaktina klukkan þrjú og snjóhrensun og hálkueyðing hefst klukkan fjögur til að ná öllum forgangsleiðum fyrir klukkan sjö.

Götur eru hreinsaðar samkvæmt ákveðinni forgangsröð, sem er í stuttu máli þannig að strætóleiðir, stofnbrautir og fjölfarnar safngötur njóta forgangs. Miðað er við að hreinsun þeirra sé lokið fyrir klukkan sjö að morgni. Síðan koma aðrar safngötur, en húsagötur eru ekki ruddar nema brýn ástæða sé til. Nánari upplýsingar um vetrarþjónustu Reykjavíkurborgar má sjá á heimasíðu Framkvæmdasviðs þar sem meðal annars er að finna kort sem sýna forgangsröðun í snjóhrensun gatna og gönguleiða. Til gaman má geta þess að hálkuvaktirnar hafa stundum verið kallaðar "Nætursaltaðar götur". Hálkuvaktirnar ná til þess tíma sem notkun negldra hjólbarða eru leyfð á götum borgarinnar.

Breiðholtsblaðið

óskar öllum
Breiðhylltingum
gleðilegra jóla og
farsældar á
komandi ári

Vantar fólk í 67,8% stöðugilda

Enn vantar fólk í 67,8 stöðugildi í leikskólum Reykjavíkurborgar og þar af í 50,9 stöðugildi leikskólakennara samkvæmt upplýsingum frá borginni.

Þann 1. október vantaði fólk í 83,5 stöðugilda en sama tíma á síðasta ári var staðan nánast sú sama hjá leikskólum borgarinnar þar sem þá voru 67,7 stöðugildi ómönnuð. Nú eru 31 af 77 almennum leikskólum borgarinnar fullmannaður en aðeins 24 þeirra voru fullmannaðir í haustbyrjun. Þá hefur þeim leikskólum þar sem vantar í þrjú eða fleiri stöðugildi fækkað úr 17 í fjóra á þessum tveimur mánuðum.

Villi á sjúkrabílum

Vilhjálmur Þ. Vilhjálmsson, borgarstjóri brá sér í gervi slökkviliðs- og sjúkraflutningamanns á dögum-



um þegar hann starfaði daglangt með Slökkviliði höfuðborgarsvæðisins.

Borgarstjóri gerði þetta í þeim tilgangi að kynna sér starfsemina, en borgarstjóri er jafnframt stjórnarformaður SHS. Vilhjálmur var íklæddur einkennisbúningi sjúkraflutningamanna og fór í þrjú útköll á sjúkrabílum, æfði sig á tækjabúnaði liðsins og ræddi við starfsmenn og stjórnendur.

Costa blanca.is

Ertu að skipuleggja fríð? Viltu leigja eign á Spáni?

Áttu eign á Spáni og viltu geta leigt hana út sjálfur?

Viltu spila golf á Spáni? Viltu leigja bíl á Spáni?

Hvað er um að vera á Spáni? Hvað er markvert að skoða?

Upplýsinga- og þjónustusíðan www.costablanca.is hefur svörin

borgarblod.is

Hárblík
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 - 19

Laugardaga 10 - 14

INDOLA
exclusively
professional

Breyttur opnunartími um jólin

Laugardagurinn 16. des. kl. 10-18

Miðvikudagurinn 20. des. kl. 10-20

Fimmtudagurinn 21. des. kl. 10-20

Föstudagurinn 22. des. kl. 10-23

Laugardagurinn 23. des. Lokað

Athyglisverð nýjung

Athyglisverð nýjung fer nú fram í starfi leikskólans Fellaborgar í Breiðholti. Er þar um að ræða verkefni sem nefnist mannaúður og margbreytileiki og fjallar m.a. um viðhorf og íslenskukennslu. Á 33 ára afmæli leikskólans var tekin í notkun nýr fáni. Tvennt er athyglisvert við þann fána. Annars vegar að börnin unnu sjálf hugmyndir um útlit hans en hins vegar þau margbreytilegu viðhorf sem komu að gerð hans. Í Fellaborg er fjölpjóðlegt samfélag þar sem börn af ýmsu þjóðerni koma saman til þess að dvelja og læra. Því er mikilvægt að kenna þeim íslensku en einnig að venja þau við að skilja að margvísleg viðhorf eru á meðal fólks sem á sér margbreytilegar rætur. Verkefnið í Fellaborg er eitt af mörgu sem unnið er að á þessu sviði. Mikilvægt er að kynna fyrir börnum af erlendum uppruna það samfélag sem þau búa í og veita þeim aðstoð til að aðlagst því. Einnig og ekkert síður er mikilvægt að auka skilning á því að fólk getur búið saman í sátt og samlyndi þótt uppruni þess sé frá ýmsum svæðum jarðarinnar. Þótt venjur og siðir fólks geti verið af ýmsum toga og ólíkir hverjir öðrum eru allir jafn réttháir. Með starfi af þessu tagi er hægt að draga úr þeirri hættu að til árekstra kunni að koma þótt uppruni fólks sé af ýmsu tagi.

Gleymda fólkið

Annað stórt mál brennur á nútíma samfélagi. Það eru málefni aldraðra. Þess fólks sem lokið hefur ævistarfi og lagt gjörva hönd að uppbyggingu þess öflugra þjóðfélags sem við lifum í. Þeir sem nú eru komnir á efri ár tóku við þjóðfélagi í mótun þar sem verið var að segja skilið við einhæfni og örbyrgð fyrri tíma. Þetta sama fólk hefur nú afhent samtímanum mun fjölbreyttara og öflugra samfélag en það sjálft starfaði lengstum innan. Því er noturlegt þegar þetta sama samfélag gleymir þessu fólki þegar það getur ekki starfað lengur eða þarfnast sökum aldurs og sjúkleika umönnunar, frásagnir af erfiðu og jafnvel hrikalegu ástandi á sjúkra- og öldrunarstofnunum. Frásagnir af löngum biðlistum. Frásagnir af fólki sem látist hefur á spítalagöngum eða er nær ósjálfbjarga í heimahúsum á meðan beðið var eftir plássi á hjúkrunarheimili og frásagnirnar tala sínu máli og ekki fögru. Í viðtali hér í blaðinu talar einn af sjálfboðaliðum Rauða krossins af reynslu sinni. Hann segir þar orðrétt "ég hef séð hvar og hvernig skórin kreppir víða að hjá öldruðum." Ef til vill er réttara orðið að tala um gleymda fólkið en það gamla.

Hverjir hafa brugðist?

En af hverju er ástandið svona. Hverjir hafa brugðist því fólki sem lagði sitt að hinu efnaða samfélagi sem við búum í. Stjórnmalámenirnir hafa brugðist. Miðað við allar efnahagslegar stærðir í hagkerfi okkar, bæði í hinu opinbera og einnig í atvinnu- og viðskiptalífni þá þýðir ekki lengur að fara með gömlu tugguna um að engir peningar séu til. Þeir alþingismenn og frambjóðendur sem ætlast til að fólk kjósi þá til ábyrgðastarfa til næstu fjögurra ára verða að átta sig á að það er ekki verið að kjósa þá til þess að bregðast því fólki sem skóp það samfélag sem gert hefur þeim og fjölskyldum þeirra kleift að lifa auðugu lífi. Talið er að fjóra til fimm milljarða þurfi árlega á núgildandi verðlagi sé miðað við rekstrarkostnað og daggjöld til þess að útrýma biðlistum eftir plássi á hjúkrunarheimilum. Sú upphæð samsvarar um 1% af innheimtum tekjuskatti fyrir væntanlegar tekjuskattsbreytingar. Binda verður vonir að nýjar ákvarðanir Alþingis og heilbrigðis- og tryggingamálaráðherra nái að leysa brýnasta vandann en betur má ef duga skal. Þjóðin hefur efni á að búa sómasamlega að öldruðu fólki án þess að efnahagslegur stöðugleiki raskist.

Úrval falleggra jólagjafa

Gjafakassar fyrir dömur & herra á góðu verði



MARBERT

Gjafakassi EDT 100 ml & 50 ml Body Lotion.
Verð kr. 2558.-



BURBERRY HERRA

Fyrir hann, EDT 50 ml & Shower gel 100 ml.
Verð kr. 3698.-



ADIDAS

Sportleg taska fyrir herrann,
EDT 50 ml & Shower gel 250 ml.
Verð kr. 2240.-



Elizabeth Arden

Green Tea EDP 100 ml & 100 ml Honey drops cream.
Verð kr. 2532.-



Victoria Becham. NÝTT - NÝTT !!

Einstakur Illmur fyrir allar konur,
EDT 50 ml & 150 ml Body lotion.
Verð kr. 3259.-



Sarah J.Parker

Falleg gjöf fyrir hana, EDT 50 ML,
Showe gel & Body lotion.
Verð kr. 3698.-



Mjódd - Hæðasmára - Álftamýri

V I D T A L I ð

Konan hafði áhyggjur af því að mér myndi leiðast

“Konan hafði áhyggjur af því að mér myndi leiðast þegar ég hætti að vinna. Hún hafði komið að störfum fyrir Rauða krossinn og spurði mig hvort ég héldi ekki að starfskraftar mínir myndu nýtast þar. Ég hlustaði á hana eins og oftast og nú er ég á fullu við að sinna störfum á meðal eldri borgara,” sagði Örn Ingimundarson, skipstjóri þegar hann var innur eftir því af hverju hann væri einn af því öfuga fólki sem er að sinna sjálfboðastörfum á meðal eldri fólks auk þess að vera í starfshópi sem félagsstarfið og kirkjurnar í hverfinu standa að og beinist m.a. að fólki sem hefur litla eða enga umgengni við samborgara sína. Örn kveðst hafa lært að umgangast fólk á löngum starfsferli sínum sem stýrimaður og skipstjóri. “Ég hafði ætíð þá reglu að tala um okkur þegar ég talaði um áhöfnina en ekki um mig sem skipstjórn. Það siglir enginn stóru skipi einn. Til þess þarf alla áhöfnina,” segir þessi hressi og unglegi sæfari í nær hálfu öld og frumbýlingur í Breiðholti um leið og hann ákveður að deila reynslu sinni með lesendum Breiðholtsblaðsins.

Breytingarnar til góðs

“Já - það er rétt. Ég telst til frumbýlinganna í Breiðholti. Við fluttum hingað uppeftir 1972 eftir að við höfðum fest kaup á íbúð í bökkunum sem þá voru í byggingu. Við keyptum íbúðina tilbúna undir tréverk og bjuggum þar næstu tvö árin. Á þessum tíma var ég búinn að sækja um lóð fyrir einbýlishús og fékk hana nokkru síðar í Skógunum í Seljahverfi. Þá hófum við strax byggingaframkvæmdir og fluttum þar inn tveimur árum síðar. Þar erum við enn og ætlum okkur að vera áfram.” Örn segir að miklar breytingar hafi orðið í Breiðholti síðan hann flutti þangað með fjölskyldu sína. Hverfið hafi vaxið gríðarlega, byggingum fjölgað, umhverfið orðið grónara með árunum og mannlífið tekið breytingum í tímans rás. “Ég held að flestar breytingarnar hafi orðið til góðs og við kunnum ákaflega vel við okkur í Skógunum. Hverfið er í heild sinni bæði skjólgott og snyrtilegt þótt alltaf megi deila um alla hluti og ætíð megi gera gott betra.”

Bætti bara í fótuna

Þegar Örn ákvað að gerast Breiðhyllingur er hann búinn að vera á sjónum í áratugi. Kveðst hafa byrjað til sjós 14 ára gamall sem vikadregur á gömlu Skjaldbreið sem var í eigu Skipaútgæðar ríkisins sem síðar varð Ríkisskip og sigldi á ströndina eins og siglingar í kringum landið voru jafnan kallaðar í daglegu tali. Hann fór eina ferð með Skjaldbreið vestur og norður en eftir það lá leiðin til Landhelgisgæslunnar þar sem hann gerist vikadregur á Ægi. Frá gæslunni fór hann aftur til skipaútgæðarinnar á þá til vika

á Esjunni en hann fylgdi brytanum sem hann hafi starfað með á Ægi þangað. En var alltaf ætlun Arnar að starfa til sjós. Hann segir að þetta hafa æxlast hvað af öðru. “Ég byrjaði að starfa sem háseti hjá skipaútgæðinni og einnig hjá gæslunni, á strandferðaskipunum og varðskipunum. Ég áttaði mig á því að ef ég ætlaði að leggja sjómennsku fyrir mig yrði ég að læra eitthvað og Stýrimannaskólinn kom því fljótlega í hugann. Til þess að komast í stýrimannanám þurfti siglingatíma á millilandskipum og ég fór því til Skipadeildar Sambandsins og var fyrst á Jökulfellinu þar sem ég náði tilskildum utanlandssiglingatíma fyrir Stýrimannaskólann. Ég fór síðan í skólann og þá varð eiginlega ekki aftur snúið.” Örn segir að sjómennskan hafi þó ekki legið í blóðinu eins og stundum hafi verið með menn og fyrsta reynsla sín af sjónum hafi ekki verið allskostar góð. “Ég var á Skjaldbreið í fyrstu ferð minni í strandsiglingum og það var vont í sjóinn. Fólk var sjóveikt og ég var sendur með fötu til þess að þrifa upp. Ég gerði nú eiginlega ekkert annað en að bæta í fótuna og minna fór fyrir þrifum af minni hálfu í það skiptið en til stóð. Útgangurinn í borðsalnum og lyktin hefur eflaust ekkert bætt heilsuna en smám saman losnaði ég við sjóveikina eins og algengt er.”

Joðin fjögur

Örn útskrifaðist úr Stýrimannaskólanum 1960 og um sama leiti hafði Hafskip fengið sitt fyrsta skip afhent. Laxá kom til landsins á milli jóla og nýárs 1959 og Örn var í fyrstu áhöfn þess. “Ég byrjaði sem háseti og fór síðan að leysa stýrimennina af. Maður byrjaði í afleysingum til að afla sér fastrar stöðu um borð síðar.” Hafskip fékk Rangá afhenta tveimur árum síðar og Örn varð þá fastaráðinn sem annar stýrimaður auk þess að leysa fyrsta stýrimann af eftir að hann hafi aflað sér nægrar siglingareynslu. Þegar Selá var byggð kom það í hlut Arnar að fara og sækja hana með góðum mönnum eins og hann kemst að orði og varð þar annar og síðan



Sigt í gegnum ís á Eystrasalti 1969.

fyrsti stýrimaður. Einnig kom í hans hlut að vera í áhöfn sem sótti Langá auk þess að dveljast ytra um tíma og fylgjast með smíði skipsins. Á þessum tíma var Örn búinn að kynna þvi að vera skipstjóri því hann hafði þá leyst skipstjórn á Selánni af um tíma. Hann starfaði næstu árin, ýmist sem yfirstýrimaður eða skipstjóri hjá Hafskip og segir oft hafa komið í sinn hlut að vera með skipin á þeim tíma þegar aðrir voru í fríi. “Við tölum stundum um joðin fjögur til sjós. Þau eru jólin, janúar, júní og júlí. Venjan var að fastráðnir skipstjórnar fóru í frí á þessum tímum og þá lentu afleysingarnar á stýrimönnum þannig að ég var nokkuð mörg jól, áramót og sumarfrí á sjó.” Örn segir að þrátt fyrir miklar fjarverur á þeim tímum sem fjölskyldur eyða gjarnan saman þá hafi þetta verið skemmtilegur tími. “Ég fékk fjölskylduna stundum til mín um borð í skipið um jól og áramót og svo sigldum við saman heim. Þetta hafði allt sinn sjarma og langt er frá að allt hafi verið neikvætt þótt maður væri í siglingum á þessum joð tímum. Þetta voru góðir tímar og það hjálpaði mér vegna fjarvistanna að ég hafði gaman af starfinu.”

Með fráhrarfseinkenni í tvö ár

Starfslok Arnar hjá Hafskip bar að með fremur snöggum hætti. Hann segist hafa yfirgefið skútuna áður flæða tók yfir dekkið, eftir að halla tók undan fæti hjá félaginu, og réðst þá til Skipadeildar Sambands Íslenskra samvinnufélaga, forvera Samskips. Hann byrjaði á Stapafellinu fyrra en starfaði síðan á mörgum af skipum skipadeildarinnar þar til hann hætti sjómennsku að mestu 62 ára gamall. En hvernig var að fara í landi eftir nær hálfri aldar starf á sjónum. “Ég var nú eiginlega tvö ár að jafna mig og til þess að ná mér niður og milda fráhrarfseinkennin, sem vissulega gerðu vart við sig, þá starfaði ég um tíma sem haf-sögumaður hjá Reykjavíkurbíó á sumrin en sigldi á veturna. Maður hoppar ekki í land á einum degi eftir þennan tíma á sjó. Þetta er orðinn svo stór hluti af lífi manns. En á móti kom að á þessum tíma var ákveðið los farið að gera vart við sig hjá mér. Við hjónin áttum orðið barnabörn sem mig langaði til að hlúa eitthvað að því uppeldi minna eigin barna hafði eðlilega farið að miklu leyti fram hjá mér. Ég kom af sömu ástæðum lítið að fleiri verkum á heimilinu og í búskap okkar. Ég get sagt konu minni til hróss að hún byggði hús í Breiðholti og stóð sig mjög vel í því. Hún kunnir líka nokkuð til verka og var betur að sér í byggingalistinni en ég vegna þess að faðir hennar var byggingameistari og hún hafði unnið hjá honum við byggingar á yngri árum. Ég get sagt eins og Halldór Laxness á að hafa sagt við Auði þegar þau byggðu Gljúfrastein. Þú verður að sjá um þetta. Það eina sem ég get er að opna budduna.”



Örn Ingimundarson, skipstjóri.

Gott að vera í Örfirseynni

Örn segir að þessi tvö ár í haf-sögunni og siglingunum hafi verið góður tími til þess að undirbúa sig fyrir lífið í landi. En hann fór þó ekki alveg endanlega í land á þessum tíma vegna þess að hann réðst til starfa hjá Ólíudreifingu í Örfirseyni þar sem starf hans var fyrst og fremst fólgið í taka á móti olíuskipum. Hann þurfti því að fara öðru hvoru um borð og oft fór hann með skipunum upp í Hvalfjörð ef landa átti í olíugeyma þar. Síðustu árin á Stapafellinu var rekstur þess tengdur Ólíudreifingu þannig að hann skipti raunverulega ekki um vinnuveitanda þótt dregið væri úr sjómennsku og löngum útivistum. “Þetta átti ágætlega við mig. Bæði var ég nálægt sjónum og svo var vinnutíminn óreglulegur. Hann helgaðist af skipakomum en ekki klukkustundunum á milli níu og fimm eins og venjuleg skrifstofuvinnu. Stundum fór ég til vinnu að morgni og kom heim um miðjan dag daginn eftir þegar viðkomandi skip var farið. Ólíuskipin komu víða að og þar kynntist ég mönnum af ýmsum þjóðernum og held kunningsskap við suma af þeim enn þann dag í dag.”

Fallbyssubátur við Guantanamo

Á 50 árum hefur eitt og annað drifið á daga Arnar. Allt frá því að hann varð sjóveikur 14 ára gamall um borð í gamla Skjaldbreið þar til hann gekk frá borði síðasta olíuskipisins sem hann afgreiddi úr Örfirseynni. “Jú - það hafa nú fleiri atburðir fest í mig en úr Skjaldbreið þegar ég var sendur með fötuna. Ég man vel frá því um áramótin 1960 til 1961 þegar við fórum austan við eyjuna vegna þess að við áttum að byrja að losa saltfisk í Santiago og vildum eiga okkur varahafnir ef höfnin þar yrði lokað. Þegar við sigldum framhjá flotastöðinni í Guantanamo, þar sem Bushstjórnin geymir svokallaða hryðjuverkaþanga nú, þá var morsað með ljósmorsi til okkar úr landi þar sem beðið var um upplýsingar um þjóðerni og hvert ferðinni væri heitið. Ég svaraði samkvæmt bestu samvisku og þá sendu þeir mér bókstafinn U sem þýðir einfaldlega að við stefndum í hættu. Ég var þá stýrimaður og á vakt í brúnni og byrjaði á því að vekja skipstjórnann og sagði honum hvaða skilaboð

hafi komið frá Ameríkönunum á eyrni. Við urðum aldrei fyrir neinum frekari óþægindum af þessu en sáum þegar við komum í inn-siglinguna í Santiago að eitthvað hafði gengið á um nóttina áður. Okkur var síðan sagt að árársbátur hafi komið og farið það nærri höfða, sem er skammt frá innsiglingunni, að ekki hafi verið hægt að skjóta niður á hann og hann því komist inn í höfnina og náð að kveikja í olíuhreinsunarstöð sem var að hluta til logandi um morguninn. Þetta var á þeim tíma sem Fidel Castro var að koma niður úr fjöllum með sitt lið og Batista-stjórnin, sem naut stuðnings Bandaríkjaþjórnar, var að missa völdin. Sprengjubáturinn hafði verið á vegum uppreisnarmanna Castros.” En hvernig var mannlífið á Kúbu á þessum tíma? “Mér fannst það nokkuð skrítið. Við lestuðum sykur í Havana til þess að fara með hingað heim og þá bauð norsk ræðismaðurinn okkur í ökuferð um borgina. Þá voru Bandaríkjamenn flúnir með allt sitt og þetta situr dálítið í manni að hafa séð þetta þegar umskiptin voru að fara fram og stjórn Castros að setjast að völdum.”

Einn pakki af hundrað gerir gagn

Örn sigldi ekki aðeins til Kúbu á óvissum tímum heldur einnig niður til vesturstrandar Afríku þar sem mannlífið einkenndist af allsleysi og spillingu. “Ég var yfirstýrimaður á Langá þegar við sigldum með gjafaskreið til Nígeríu. Við fórum til Cotonou sem er frönsk nýlenda á milli Dahome, Togo og Líberíu. Ekki er að orðlengja að mér fannst hrein hörmung að sjá blessað fólkið sem bjó þarna. Aðilar á vegum svissneska Rauða krossins tóku á móti skreiðinni og það varð að vakta farminn mjög vel vegna þess að annars var öllu stolið. Og það var miklu stolið þrátt fyrir gæsluna og þegar ég hafði orð á því við Svisslend-inginn, sem hafði umsjón með þessu á vegum Rauða krossins þá sagði hann að um leið og einn pakki af 100 kæmust á leiðarenda væru þeir ánægðir vegna þess að þá hefði einhver næring komist áfram. Þetta segir mikið um ástandið sem var þarna.”

framhald á bls. 6

Sælkeramatur úr Þinni Verzlun



Þín verzlun
Seljabraut Sími 557 1780



Sauðahangikjötið komið!
Veturgamalt og
tvíreykt fullorðið

aliandabringur
aligæsir
lynghænur
villigæsir
ferskir kalkúnar
kalkúnabringa
hamborgarahryggir
Borgarneshangikjöt
KEA hangikjöt
sauðahangikjöt
hreindýrakjöt
skógardúfur
dádýrakjöt
nautasteikur
rifjasteik
Hólsfjallahangikjöt



svínabógar
ný svínalæri
reykt svínalæri
reyktur lax
grafinn lax
reykt laxapate
reyktur silungur
fiskipate
jólásild
magáll
reyktur svínabógur
laufabrauð
parmaskinka
pate í úrvali
Húsavíkurhangikjöt
krónhjartarkjöt o.fl.

Pantið jólamatinn tímanlega!



Kengúrufillet



Villigæs



Krónhjartarfillet



Hátíðarkaffið
frá Te & kaffi



Egils jólaöl
& appelsín
99 kr.



Kassi af
Klemenrtinum
2,3 kg 329 kr

**Hamborgar-
hryggur**
verð frá kr.
698 kg.



Þín verzlun
Seljabraut Sími 557 1780



Með þér um jólin!

VIÐTALIÐ

framhald af bls. 4.

Rafsuðum lestarlúgurnar

“Síðan fór ég aðra eftirminnilega ferð til Afríku á Arnarfellinu eftir að ég fór að starfa hjá Skipadeild sambandsins. Sú ferð var farið til Port Harcourt í Nígíeríu og þá með söluskreið. Kaupandi þeirrar skreiðar var með geysilega mikla gæslu á farminum vegna hættu á þjófnaði og til marks um hvað sótt var fast að stela fiskinum þá rafsuðum við lestarlúgurnar aftur á kvöldin. Ef við gerðum það ekki þá var bara skriðið niður í lestarar til þess að stela og það var reynt að skrifa niður um öll göt í skipinu sem hægt var að opna í von um að finna einhver verðmæti til þess að hafa á brott með sér. Skreiðin hafði verið seld gegnum aðila í Liechtenstein og svissneskur aðili annaðist um losun skipisins. Einn morgun fengum við fallett bréf frá kaupanda skreiðarinnar þar sem hann boðaði komu sína um borð til okkar í skipið. Ég gat ekkert annað sagt en að hann væri velkominn og að við myndum taka á móti honum. Síðan ræddi ég við brytann um að við yrðum að taka vel á móti þessum manni. Svo birtist svartur Mercedes á bryggjunni og út úr honum kom maður í skrautlegum serk og með nokkrar konur með sér, sem fengu þó ekki að fara um borð í skipið. Við vorum búnir að leggja á borð og tilbúnir að taka á móti mannum og veittum honum allan þann beina sem við gátum. Hann hældi okkur í hástert og við hældum honum og gæslu hans. En síðan þegar hann var búinn að þiggja beina og staðinn upp frá þeim velgjörðum sem við gátum látið honum í té og við búnir að skiptast á orðum og báðir ánægðir með þjónustu hvor frá öðrum þá segir hann við mig “do you have something for me captain”. Ég greip nú ekki alveg strax hvað hann vildi en komst fljótlega að því að hann vildi fá sigarettur og whisky. Hann var að innheimta múturnar vegna þess að allt gekk þarna fyrir slíkum viðskiptum. Það var búin að ráðleggja okkur að byrgja okkur upp áður en farið var af stað af að heiman og því vorum við með saltaðan fisk í tunnu og þegar við tókum olíu á Kanaríeyjum var mér ráðlagt að kaupa whisky í fleygum og eiga nóg af því. Að því mig minnir voru 36 fleygar í hverjum kassa. Ég man nú ekki lengur hvað ég keypti marga kassa en allir gengu þeir út áður við yfirgáfum Nígíeríu og Fílabeinsströndina endanlega. Þetta var bara hluti af viðskiptaháttunum þarna og það situr í manni að hafa séð þetta ástand sem er svo gjörólíkt öllu sem maður þekkir hér heima. Fátæktin og órbirðin var allsstaðar og fólkið var bara að reyna að bjarga sér með einhverju móti. Þetta var hörmulegt hreint út sagt og þetta ástand beinn arfur frá nýlendutímanum.”

Vantar karlmenn í sjálfböðastarfið

“En þetta er nú liðin tíð,” segir Örn sem hætti að vinna um mánaðamótin nóvember til desember á síðasta ári eða fyrir réttu ári síðan. “Ég hafði ekki hugsað út í hvað ég gæti tekið mér fyrir hendur en konan hafi unnið hjá neyðarlinu Rauða krossins og stakk upp á því við mig hvort ég vildi athuga hvort sú stofnun hefði þörf fyrir starfskrafta mína hvort sem væri í alþjóðlegu starfi, við móttöku á flóttafólki eða öðru. Ég svaraði henni að bragði og sagðist geta haft nóg að gera. Ég hafði samband við Ríkí og síðan æxlast þetta þannig að ég fer að starfa við þjónustu við eldri borgara. Ég fór að lesa á sjúkrastofnunum og var tekið með hælkrók í hveli.” Örn segist hafa hellt sér strax út í djúpu laugina í því efni og reynslan af þessu



Skreið losuð í Dahome á Fílabeinsströndinni 1971.

starfi sé sér ómetanleg. “Þetta hefur gefið mér mik-ið. Ég hef séð hvar og hvernig skórin krepur víða að hjá öldruðum. Ég fór t.d. nokkuð á líknardeildina í Kópavogi á liðnu sumri til að reyna að létta undir með því ágæt starfsfólki sem þar vinnur og það varð mér ómetanleg reynsla. Núna fer ég vikulega á Hrafnistu og einnig á Eir og í Skógarbæ auk þess að vinna með félagsstarfi aldraðra í Gerðubergi.” Örn segist þurfa að koma því á framfæri að þetta séu einkum konur sem sinna þessum störfum en karlmenn gefi sig lítið að þeim. “Það vantar karlmenn í sjálfböðastarfið og ég veit ekki af hverju það stafar. Hvort karlmennirnir eru meira til baka eða hvort enn lifir eftir af þeim sjónarmiðum að ummönnum störf séu fyrst og fremst kvennastörf. Ég vil sjá fleiri karlmenn koma að þessu. Ef hugsjónin er til staðar um að láta gott af sér leiða þá eiga menn ekki að halda sig til baka. Það er engin ástæða til þess og þakklætið sem maður fær fyrir svona starf verður aldrei metið til fjár.” Örn segir að stúlkurnar hjá Borgarbókasafninu í Gerðubergi hafi verið sér innan handar um val á lestrarefni en síðan reyni hann að finna út hvað fólkið hefur áhuga fyrir að heyra. “Þegar maður fer að starfa á þessum vettvangi þá kynnist maður enn annarri hlið á þessu málum og hversu víða er þörf fyrir aðhlyningu og aðstoð við fólk til þess að geta verið þátttakendur í samfélaginu.” Örn segir að félagsstarfið fyrir aldraða sé ómetanlegt og benti um leið á eldra fólk sem gekk fram hjá fundarherbergi félagsstarfsins í Gerðubergi þar sem þetta spjall fór fram. “Ég held að daglegt líf margs af þessu fólki væri snauðara er það kæmi ekki reglulega hingað til þess að taka þátt í hinum ýmsu störfum og verkefnum og að sinna áhugamálum sínum. Eitt af verkefnum nærþjónustunnar er að gera fleira fólki kleift að taka þátt í þessu fjölbreytta starfi. Ég sé líka fyrir mér að það þurfi að bæta aðstöðu félagsmiðstöðvanna. Eldra fólk þarf aðstöðu til þess að hvíla sig og taka nauðsynleg lyf og sú aðstaða sem nú er fyrir hendi býður ekki upp á þjónustu af því tagi. En hver sem aðstaðan er þá er þetta starf alveg ómetanlegt, segir sáfarinn og mannvinnurinn Örn Ingimundarson að lokum.”

Afmæli og fáni í Fellaborg



Nýi fáninn dreginn að húni við Fellaborg og börnin, sem jafnframt eru höfundar hans fylgjast spennu með.

Fellaborg í Breiðholti varð 33 ára á dögunum og af því tilefni var vígður nýr fáni leikskólans sem börnin hönnuðu sjálf. Auk stóra fánans hefur verið búinn til borðfáni til þess að flagga á hátíðis- og afmælisdögum.

Í Fellaborg er unnið að þróunarverkefni sem kallast Mannauður og margbreytileiki þar sem unnið er með viðhorf, íslenskukennslu og foreldrasamvinnu svo nokkuð sé nefnt. Fáninn er eitt af þeim

verkefnum sem þróunarvinna hefur leitt af sér. Mörg börn af erlendum uppruna eru í Fellaborg og því var talið upplagt að eiga fána sem lýsir þeim einkennum vel. Í tilefni dagsins komu þau Ólöf Rún og Guðlaugur Ragnar í heim-sókn en þau æfa dans hjá ÍR. Ólöf var hér nemandi í Fellaborg fyrir nokkrum árum. Í tilefni dagsins héldu börnin ball og að síðustu voru veitingar í boði sem börnin höfðu sjálf búið til.

Það sem hafa ber í huga varðandi andlát og útför



Sverrir Einarsson



Hermann Jónasson



Geir Harðarson



Bryndís Valbjarnardóttir



ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS

Suðurlíð 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



Spenna...friður...fræðsla...fyndni...drama...

Á bókasafninu er allt þetta og miklu meira

Bækur, tímarit og dagblöð

Kvikmyndir og fræðsluefni á myndformi

Nettengdar tölvur fyrir lánþega

Gleðileg jól

Bókasafnið er opið til kl. 21.00 á miðvikudagskvöldum

Opið í vetur:

Mánudaga, þriðjudaga og fimmtudaga 10 - 19

Miðvikudaga 10 - 21,

Föstudaga 11 - 19

Laugardaga og sunnudaga 13 - 16



Borgarbókasafn - Gerðubergssafn, Gerðubergi 3-5, s 557 9122

www.borgarbokasafn.is

Brot úr því besta í Gerðubergi

Brot úr því besta nefnist sýning sem nú stendur yfir í Gerðubergi. Er þar um að ræða úrval verka sem unnin voru í Listasmíðju Gangs og gamans sumurinn 1988 til 2004.

Í safni Gerðubergs eru um eða yfir eitt þúsund verk eftir börn og ekki er vitað um sambærilegt safn hér á landi og þótt víðar væri leitað. Starfandi myndlistarmenn hafa jafnan valið verk í safnið úr þeim mikla sjóði sem listasmíðjan leiddi af sér og hafa listfræðilega viðmið á borð við myndbyggingu,

form og notkun lita jafnan verið höfð til hliðsjónar við valið. Eins og heiti sýningarinnar gefur til kynna aðeins um brot af þeim verkum sem til eru að ræða en hún gefur engu að síður góða inn-sýn í það mikla og skapandi starf sem unnið var í listasmíðjunni. Hún gefur einnig hugmynd um

þann sköpunarmátt og tjáningarþörf sem börn búa yfir og geta sýnt í myndmáli fái þau nægilega hvatningu og rétta tilsögn. Fólk ætti alls ekki að láta þessa sýningu framhjá sér fara og einkum er rétt að hvetja foreldra til þess að líta í Gerðubergið og kynna sér sköpunarmátt barna.

borgarblod.is



Sveinsbakarí

ARNARBAKKA 4-6 • SÍMI: 557 2600

Sparaðu þér tíma fyrir jólin.

Við erum með úrval af smákökum, hálfmána, lagturtur, enskar jólakökur sælkerabotna, döðlubotna, svampbotna, marens, sérlagaðar tartalettur steikt laufabrauð o.fl.

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

Verið velkomin Veljum íslenkst

Café bar 8

kynnir

opnunartíma o.fl.

Happy hour virka daga kl. 18-20

Sunnudagar opið 12:00-24:00

Boltinn í beinni.

Mánudagar 18:00-24:00

Þriðjudagar 18:00-24:00

Miðvikudagar 18:00-24:00

Pílukast alla miðvikudaga.

Fimmtudagar 18:00-01:00

Kvöld eldri borgara

Harmoníku kvöld o.fl.

Föstudagar 17:00-03:00

Laugardagar 12:00-03:00

Boltinn í beinni.

Athugið

Trúbador aðra hvora helgi.

Café bar 8

Hraunbergi 4

Sími: 557-2100.



Eitt verka Guðrúnar Bergsdóttur í Boganum í Gerðubergi.

Litir form og kraftur í Gerðubergi

Guðrún Bergsdóttir sýnir útsaum og tússteikningar í Boganum í Gerðubergi um þessar mundir. Guðrún er fædd 1970 og stundaði nám við Lækjarskóla og Víðistaðaskóla í Hafnarfirði en síðar við Öskjuhlíðarskóla í sjö ár. Auk hefðbundins námskeiðs hjá Fullorðinsfræðslu fatlaðra og fjölmennt þar sem hún hefur m.a. lagt stund á textilsaum. Hún hefur á síðastliðnum áratug unnið í Ási vinnustofu, sem er verndaður vinnustaður á vegum Styrktarfélagss vangefinna og einnig í Bjarkarási.

Sýning Guðrúnar í Gerðubergi er fyrsta sýning hennar þar sem hún sýnir verk sem hún hefur unnið á undanförunum árum. Þegar litir er yfir sýninguna verður fyrst á vegi áhorfandans flæði lita en þegar betur er að gáð eiga litirnir sér föst og ákveðin form sem hún raðar saman af kunnáttu og leikni. Guðrún hefur bæði yfir góðu myndskyni að ráða og einnig handbragði til þess að fylgja hugmyndum sínum eftir hvort

sem hún vinnur með nálinni eða tússpennanum. Formin eru hennar aðall í myndlistinni sem hún leikur með auk lita en gætur þó gjarnan að festu og skipulagi. En þrátt fyrir festuna verða myndir hennar ekki líkar. Hún breytir. Leitir og finnur ný form og tengir þau saman með litum á annan hátt en hún hefur gert áður. Þannig nær hún að kalla fram fjölbreytni í verkum sínum og gæða þau ákveðni lífi. Litirnir takast nokkuð á í verkum hennar en þeir sækja einnig traust hvor til annars þar sem þeir eru aðskildir af mismunandi formum. Raunverulega speglast mannlífslóran í litum og formum Guðrúnar þar sem einstaklingar standa einir en hafa engu að síður stoð hvorir af öðrum í samfélaginu. Það er ætíð ánægjulegt þegar fólk lætur fötlun, hver sem hún er, ekki aftra sér en vinnur af alefli að því sem það langar til og hefur ánægju af. Sýning Guðrúnar er dæmi um slíkan einstakling. Sýningin gæti heitið litir, form og kraftur í Gerðubergi

Breiðholtsblaðið

Auglýsingasími: 511 1188 & 895 8298



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.

Hér er ég!



Mjódd



Smíðjuvegi



Nóatúni 17



Apótekarinn
-lyf á lægra verði!

Hvaða bók/bækur ertu að lesa?



Síðan ég lærði að lesa hef ég verið sílesandi og veit fátt nota-legra en að hringa mig saman í mjúkum stól með góða bók. Ég er á þeirri skoðun að þeim sem er læs og hefur sæmilega sjón þarf aldrei að leiðast.

Ein skemmtilegasta bókinn, sem ég hef lesið á þessu ári, er Penelópukviða eftir Margaret Atwood. Sú bók er í bókaflökki þar sem nokkrir rithöfundar skrifa sögur sem tengjast forn-um goðsögum. Bókin fjallar um Penelópu, konu hetjunnar Ódysseifs, sem Hómer skrifaði um forðum. Bókin er skrifuð í fyrstu persónu. Penelópa segir sögu sína þar sem hún er stödd í Hades, ríki hinna dauðu. Það gefur henni óvenju góða yfirsýn yfir líf sitt. Hún giftist Ódysseifi 14 ára gömul og er ekki búin að vera lengi í hjónabandi þegar eiginmaðurinn yfirgefur hana til þess að berjast í Trójustríðinu. Hann var í 27 ár í ferðum sínum því hann rataði ekki beint heim - en það er nú önnur saga. Á meðan þurfti Penelópa að sjá um heimilið, landareignina, þjóna og þræla og ala upp soninn Tel-emakkus sem varð heldur ódæll unglingur. Sigrún Á. Eiríksdóttir þýddi bókina og því miður hafa aðeins tvær af bókum Atwood verið þýddar á íslensku.

Nýlega lauk ég við að lesa tvær bækur, sem ég hef lesið



Guðrún Elín Kaaber.

áður og mér fannst þær jafnvel betri við seinni lestur. Sú fyrri var líka eftir Margaret Atwood, skrifuð 1988 og heitir "Cat's Eye". Hún gerist á árunum um og eftir 1950 og segir frá Elaine sem er listmálari og kemur til Toronto til að halda sýningu á verkum sínum. Þar sækja á hana minningar frá skólaárunum en Elaine hafði búið í Toronto og gengið þar í skóla þegar hún var barn og unglingur. Hún hafði átt þrjár vinkonur sem voru mjög vondar við hana, nokkuð sem kallast einelti nú til dags. Atwood lýsir afar vel miskunna-leysi og grimmd stelpnanna, vanlíðan Elaine og ráðaleysi móður

hennar. Eins er sagt frá áhrifum þessa á Elaine eftir að hún full-orðnast.

Hin bókinn er eftir bandaríska rithöfundinn Anne Tyler. Henni- ar bækur gerast flestar í Balti- more og fjalla um fjölskyldur og fjölskyldumál. Sú sem ég var að lesa heitir "Dinner at the Homes- ick Restaurant". Söguviðið er Baltimore á árunum frá 1950 og þangað til bókinn er skrifuð árið 1982. Hún segir frá Pearl Tulle sem elur börn sín þrjú upp ein eftir að eiginmaðurinn lætur sig hverfa fyrirvaralaust. Á þessum árum var ekki auðvelt að vera einstæð móðir í Bandaríkjunum enda varð hún bæði skapstyggi og bitur. Því er svo lýst hvaða áhrif þetta hafði á fjölskyld- una, tengsl barnanna hvers við annað og við móður sína. Að lokum vil ég gæta jafnréttis og nefna einn karlkynsrithöfund en albestu bækur, sem ég hef lesið, eru Heimsljós, bækurnar um Ólaf Kárason Ljósveik, efir Halldór Laxness. Þær bækur get ég lesið aftur og aftur og mér finnast þær alltaf jafn skemmti- legar, fallegar, fyndnar og sorg- legar. Ég get ekki ímyndað mér að ég muni nokkurn tíma lesa bók sem er betri en þær.

Ég skora á Guðnýju Pálsdótt- ur að segja frá því, sem hún er að lesa.

SMUR- & DEKKJAFJÓNUSTA BREIÐHOLTS

JAFNASALI 6 • EFRA BREIÐHOLTI (FYRIR NEÐAN SKÍÐABREKKUNA)

Ný og sóluð dekk á góðu verði

Höfum einnig opnað bifreiðaverkstæði.

Allar almennar viðgerðir, stórar og smáar.

Fljót og góð þjónusta.

Sími 587 4700
Fax 587 4712



Breiðholtsblaðið

Auglýsingasími: 511 1188 & 895 8298

Netfang: borgarblod@simnet.is

borgarblod.is

BÓKAVEISLA!

BÓKAÚTGAFAFAN HÓLAR

ÆVISAGAN Í ÁRI



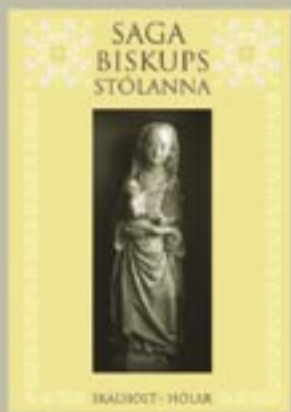
EINLÆG OG ÁTAKAMIKIL
ÆVISAGA SEM LÆTUR
ENGAN ÓSNORTIN.

MARGFÖLD
METSÖLUBÓKI



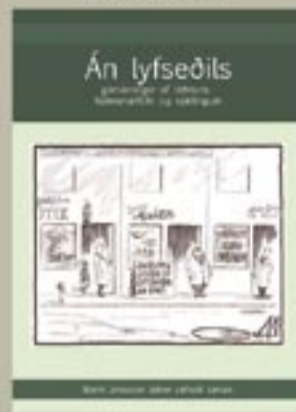
SKÁLDSAGA AF
BESTU GERÐ.

STÓRVIRKII



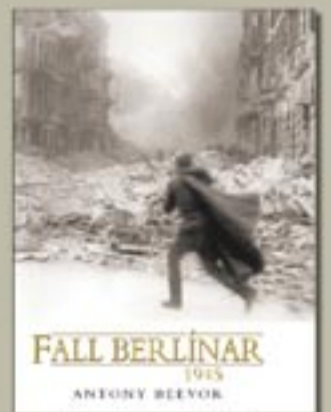
ÞJÓÐARSAGA ÍSLENDINGA Í
NÆRFEHLT 1000 ÁR.

BESTA LYF
Í HEIMII



ÞÚ VERÐUR AÐ
PRÓFA ÞAÐ.

MEISTARAVERKI



ÓHUGNALEG FRÁSÖGN
AF ÖRLÖGUM ÞÚSUND ÁRA
RÍKIS HITLERS.

Góð helgi byrjar í Kasko

50%
afsláttur

Helmings sparnaður

Goða
SÚPUKJÖT

267 kr/kg.
Verð áður 534 kr/kg

Pú sparar 681 kr/kg

35%
afsláttur

Borgarnes
LAMBALÆRI HVÍTLAUKSMARINERAÐ

1.264 kr/kg.
Verð áður 1.945 kr/kg



Pú sparar 437 kr/kg

25%
afsláttur

Goða
LÉTT-REYKTUR LAMBAHAMBORGARHRYGGUR

1.311 kr/kg.
Verð áður 1.748 kr/kg



25%
afsláttur

Goða
GRILLBORGARAR

461 kr/pk.
Verð áður 614 kr/pk



Humarveisla

HUMAR 1 KG

999 kr/kg.



-örugglega ódýrt!

KASKO

Hvað er að gerast í verslanakjarnanum í Mjóddinni í Breiðholti á jólaföstudni? Breiðholtsblaðið leit til nokkurra verslunar- og þjónustuaðila við yfirbyggðu göngugötuna og grennsaðist fyrir um hvernig aðdragandi jóllanna yrði hjá þeim.



Inga Óladóttir verslunarstjóri í snyrtivöru hjá Lyfjum og heilsu í Mjódd. Að baki henni má sjá fjölbreytt vöruúrval.

Sala á herravörum fer vaxandi

“Við leggjum sérstaka áherslu á snyrtivörurnar nú í aðdraganda jóllanna. Að hafa sem fjölbreyttast útlag og reyna að verða við óskum flestra viðskiptavina,” sagði Jón Þórðarson, lyfjafræðingur hjá Lyfjum og heilsu í Mjódd í samtali við Breiðholtsblaðið.

“Eftir að snyrtivöruverslun, sem var hér í nágrenninu hætti starfsemi þá erum við nánast þau einu sem veitum þessa þjónustu í Mjóddinni, sem kallar á að við leggjum okkur fram að þessu leyti. Við erum t.d. með fjölbreytt útlag af snyrtivörum fyrir karla, rakspóra og ýmis krem svo dæmi sé nefndi. Ætlum við séum ekki með um 30 metra af hilluplássi fyrir herravörurnar.” Aðspurður segir Jón að salan á herravörum sé að aukast. Karlar hugi betur að útliti sínu en áður en þó sé það alltaf rakspírinn sem seljst mest af. “Við verðum einnig með gott útlag af barnavörum og þá ekki síst fyrir yngstu borgarana. Barnavörurnar eru alltaf vinsælar til jólagjafa og henta ágætlega þegar um

ung börn er að ræða sem ekki eru farin að nýta sér leikföng. Ég hef oft orðið var við að afar og ömmur koma og leita að gjöfum í barnavörudeildinni því að sjálfsgöðu er þar um að ræða hentugar gjafir og gjafapakka fyrir foreldra og aðra sem langar að færa litlum börnum gjafir.” Jón benti einnig á greinargóðan bækling sem Lyf og heilsa hefur gefið út þar sem hægt er að skoða útlagið af ýmsum vörutegundum bæði fyrir konur, karla og börn þar sem mörg merki er að finna. Hann benti einnig á að ýmis tilboð myndu verða í gangi á næstunni og þá sérstaklega í heilsuvörum. Reykingarvarnavörur hafa verið nokkuð til umræðu að undanfögnu. Jón sagði fjölda fólks jafnan vera að hætta að reykja á hverjum tíma og þetta fólk leitaði mikið eftir þessum vörum. Talsverð samkeppni væri í gangi og langt frá því að reykingarvarnarmörk væru allsstaðar á sama verði enda hefði hann orðið var við að fólk færi á milli staða og athugaði hvar hagkvæmast væri að kaupa þær.

Silkið er efni jóllanna



Það mætti kalla þetta Oprahhornið í Olympíu í Mjódd.

“Silkið er efni jóllanna,” segir Ragnheiður Friðriksdóttir eða Raggý eins og hún er oftast kölluð í Versluninni Olympíu í Mjódd. “Fólk vill punta sig og halda sér til á þessum árstíma hvort sem um undirföt, náttföt eða annan fatnað er að ræða. Við seljum alltaf mikið af silkiefnum í aðdraganda jóllanna. Fólk vill gera sér dagamun og lætur það eftir sér. Ég held að margar konur sofi í silkináttkjólum um jólin þótt þær geri það ekki að staðaldríarið um kring.”

Raggý segir að náttföt séu vinsælli nú en oft áður og þá bæði fyrir konur og karla. “Karlar virðast farið að huga meira að góðum náttfötum en áður og konur nýti sér einnig náttfata-fiskuna með ýmsu móti. Svo má ég ekki gleyma sloppunum. Það hef-

ur verið mikil eftirspurn eftir þeim að undanfögnu. Það er eins með þá og náttfötin að karlarnir virðast farnir að nota þá í meira mæli en áður þegar það voru einkum konurnar sem komu og keypti baðsloppa. Þessi árstími er líka tími sloppanna. Þegar kalt og hryssingslegt er úti þá er gott að klæða sig í hlýjan og góðan slopp hvort sem er á morgnana eða á kvöldin.” Olympia selur einnig ýmsar merkjavörur og þar á meðal hið þekkta merki Le Mestare sem Oprah Winfrey hefur verið að kynna í þáttum sínum. Hefur Oprah áhrif á sölu á þessum vörum hér á landi? “Ég er ekki frá því. Oprah nær til fólks mjög víða og af hverju ætti hún ekki að ná til kvenna hér á landi sem annarsstaðar þar sem þættir hennar njóta vinsælda.

Persónulegu dagatölin eru nýjung

“Persónulegu dagatölin eru ein aðal nýjungin hjá okkur fyrir þessi jól,” segir Egill Ingi Jónsson í Myndvali í Mjódd. Hann segir dagatöl þessi þannig gerð að fólk getur valið sér einhverjar 12 myndir, annað hvort úr fjölskyldubóminu eða aðrar myndir sem það langar til að hafa á dagatalinu sínu næsta árið, komið með þær og síðan séu þær settar þær síðan inn á dagatal og prentað fyrir hvern og einn. Þetta tekur aðeins um tvö daga og er á mjög viðráðanlegu verði.

“Við hugsum þetta annars vegar út frá því að fólk geti gert sín eigin dagatöl og einnig að svona persónulegt dagatal getur verið tilvalin jólagjöf. Hún er óvenjuleg en einnig persónuleg og verðinu er stillt í hóf þannig að það á í sjálfu sér á ekki að vefjast fyrir neinum að kaupa hana.” Egill Ingi sýnir tíðindamanni tvennskonar gerðir af dagatölum sem síðan er hægt að setja persónulegar myndir inn í. “Fólk getur notað myndir af börnunum eða barnabörnunum, myndir úr sumarfríinu eða aðrar myndir sem tengjast því eða finnst fallegar eða skemmtilegar.” Hann segir fólk þegar farið að koma með myndir til þess að láta gera dagatöl og því finnst þetta vera skemmtilega nýjung í jóla- og áramótaundirbúningnum. “Og fyrst ég er að tala um dagatölin þá megum við ekki gleyma jólakortunum en við höfum útbúið persónuleg jólakort fyrir fólk á undanfögnu árum. Það er eins og



Egill Ingi í Myndvali með sýnishorn af persónulegum dagatölum sem verslunin býður nú uppá að útbúa.

með dagatölin. Fólk tekur myndir með sér sem við setjum á jólakort og fólkíð velur einnig textann á kortið sem það getur haft með mismunandi móti - allt eftir smekk hvers og eins.”

Myndval í Mjódd hefur lengi verið þekkt fyrir mikið útlag af römmum. “Já - það er rétt. Nú erum við að auka við úrvalið okkar í römmum en við höfum lagt mikla áherslu á að bjóða viðskiptavinum okkar mikið útlag af stöðluðum myndarömmum af sem flestum stærðum. Og þá má ég heldur ekki gleyma annarri nýjung sem við erum að innleiða hér í versluninni en hún er sú að gefa

fólki kost á að koma með myndir og raða þeim saman eftir vild. Síðan prentum við þær út og setjum inn í sérstakar möppur. Við eigum innan tíðar von á tæki sem við ætlum að bjóða fólki afnot af til þess að raða myndunum saman og þá getur það unnið verkefni sjálf á einfaldan hátt.” Egill Ingi segir betra að fólk komi með myndir á stafrænu forni, t.d. á geisladiski eða á USB minniskubbi en einnig sé hægt að koma með prentaðar myndir. Svo erum við með alla hefðbundna ljósmyndavörubjónustu og ég get lofað einhverjum tilboðum á stafrænum myndavélum fyrir jólin,” segir Egill Ingi.

Gaman að sjá kynslóðirnar koma saman

“Nú eru það pilsin og topparnir fyrir jólin. Konurnar vilja vera vel til fara á jónunum og jólaþögnunum þótt þær séu líka að bogra yfir pottunum. Það tilheyrir þessum árstíma,” segir Ingibjörg Guðlaugsdóttir í Fröken Júliu í Mjódd. En eru einhverjar breytingar áberandi fyrir þessi jól? “Það er kannski meiri um líti í toppnum en stundum áður. Mér finnst alltaf nauðsynlegt að lifga svolítið upp á svart pils eða buxur með litríkum topp. Jólin bjóða ekki beint upp á einhvern galaklæðnað en fólk vill engu að síður vera vel til fara og það er misskilningur ef einhver heldur að svarti liturinn sé einn og sér sé litur jóllanna þótt hann fari flestum konum vissulega allaf vel.”

Ingibjörg er þekkt fyrir að bjóða mikið útlag af fatnaði og ekki síður fjölbreytilegar stærðir. “Ég reyni að vera með flestar stærðir fyrir allt frá mjónum til stórra stelpna. Við erum allar stelpur í okkur hvað sem aldur og útlit annars segir og ég hef oft orðið vitni að því þegar þrjár



Ingibjörg Guðlaugsdóttir að sinna viðskiptavini í Fröken Júliu.

kynslóðir koma saman til þess að versla. Það er gaman að sjá kynslóðirnar koma saman og þá geta þær líka hjálpaðar hvor annarri að velja því oft sjá augu betur en auga. Dótturdóttirin getur þá leiðbeint ömmunni og öfugt allt eftir því hvernig

smekk þeirra er háttað og oft getur ýmislegt skemmtilegt komið út úr þannig verslunarferðum. Þetta kallar auðvitað á breiðari línu og meiri fjölbreytni en er það ekki það sem þarf að gera þegar verið er að þjóna öllu aldursbilinu á einu bretti.”

Fjölskyldufyrirtæki síðan 1953

Efnalaugin Björg er með elstu starfandi fyrirtækjum í Mjóddinni en þar hafa hjónin Sigurður Jónsson og Ágústa K. Magnúsdóttir rekið efnalaugin síðan fyrirtækið stækkaði við sig og opnaði aðra grein í Mjóddinni. Efnalaugin Björg hefur ávallt verið í eigu sömu fjölskyldunnar og er þriðji ættliðurinn nú kominn til starfa við reksturinn.

Hvað er helst á döfinni hjá efnalaugini í aðdraganda jóllanna. “Það er nú býsna margt. Fólk hefur þegar byrjað að taka niður gluggatjöldin og er að koma með þau til okkar í hreinsun. Jólin eru líka tími sparifatnaðar og þá vill fólk hafa fötin hrein og falleg. Desember er því talsverður annatími hjá okkur sem og öllum landsmönnum.” Sigurður endurnýjaði vélakost efnalaugarinnar á líðnu sumri þegar hann endurnýjaði hreinsivélarnar og að auki tók hann svonefndar Hydro carbon hreinsun-



Efnalaugin Björg hefur verið í Mjóddinni í 20 ár.

arvélur í notkun. “Með þessari nýju tækni eigum við mun auðveldara með að hreinsa viðkvæman fatnað á borð við silki og viðkvæma kjóla svo eitthvað sé nefnt. Einnig bætir þetta hreinsun á brúðarkjólum og álíka viðkvæmum fatnaði sem Efnalaugin Björg í Mjóddinni hefur ávallt sérhæft sig í. Þetta er hálfgerð bylting í hreinsunartækni auk þess sem þess-

ar vélur eru mun umhverfisvænni en eldri tæki. Einnig er þetta enn eitt skrefið í viðbót okkar við hreinsun á leðri, rúskinni og loðfeldum sem Efnalaugin Björg í Mjódd, hefur sérhæft sig í frá stofnun fyrirtækisins,” segir Sigurður. Þess má geta að eigendur efnalaugarinnar í Mjódd hafa sótt fjölmörg námskeið erlendis til að auka þekkingu sína á hreinsun á viðkvæmum fatnaði og þá sérstaklega skinnhreinsun og má þar nefna skóla á borð við Tækniháskóla Hugo Boss, Royaltone og Burfekta sem eru fremstir í hreinsun á skinnfatnaði í Evrópu. “Við erum mjög ánægð að hafa verið með fyrstu fyrirtækjunum til að koma hingað og sjáum ekki eftir þessum tveimur áratugum. Desember mun vera skemmtilegur mánuður eins og öll hin árin, og mun efnalaugin verða með tvöfalda vildarpunkta í desember í samstarfi við Icelandair.”



Mjóddin

Komdu í þægilegt og gott umhverfi og njóttu þess að versla í Mjóddinni



Björk Bjarkadóttir hlaut Dimmalimm verðlaunin

Björk Bjarkadóttir myndlistarkona hlaut Íslensku myndskreytverðlaunin sem kennd eru við Dimmalimm fyrir bókina Amma fer í sumarfrí. Verðlaunin voru afhent í Gerðubergi 25. nóv s.l. en við það tækifæri var sýningin "Þetta vilja börnin sjá" einnig opnuð í menningarmiðstöðinni. Þetta er í fimmta sinn sem verðlaunin eru veitt en að þeim standa Félag íslenskra bókaútgefenda, Myndstef og Penninn ásamt Menningarmiðstöðinni Gerðubergi. Í dómnefndinni sátu þau Aðalsteinn Ingólfsson, listfræðingur, Kalman le Sage de Fontenay auglýsingateiknari og Nanna Kristín Magnúsdóttir leikkona.

Í áliti dómnefndar kemur fram að Björk hafi vakið athygli hennar allar götur frá því stofnað var til Dimmalimm verðlaunanna. Hún

semur texta sína jafnan sjálf og þrjár meðfram þeim sérkennilegan og ísmeygilegan frásagnarstíl sem fer bil beggja milli barnateikninga og evrópskrar myndlistar og þá ekki síst súrrealisma. Björk fer vel með rými, teygir myndir sínar og texta vítt og breitt um síður með skemmtilegum hætti og hefur vit á að tæpa á margvíslegum þáttum þannig að glöggur lesandi verði að bera sig eftir þeim. Í áliti dómnefndar kemur einnig fram að í ár sé um meiri fagmennsku að ræða í myndskreytingum íslenskra barnabóka en oft áður og látið að því liggja að Dimmalimm eigi einhvern þátt í þeim framförum.

Gerðuberg mun í samstarfi við Borgarbókasafn - Gerðubergssafn taka á móti um þúsund 8 ára skólabörnum á sýninguna "Þetta vilja börn-



Sýninghorn af sýningunni "Þetta vilja börnin sjá."

in sjá" á næstu vikum. Fyrstu hóparnir hafa þegar skoðað sýninguna, kosid bestu myndskreyttu barnabókina, farið í ratleik og hlustuðu á upplestur úr þeirri bók sem hlaut flestu atkvæðin. Fullbókað er á sýninguna fram að jölum en nokkrir hópar til viðbótar komast að í janúar.



Frá kynningarfundum um nágrannavörsluna.

Nágrannavarsla í Breiðholti

Svokölluð nágrannavarsla er hafin í Rituhólum, Trönuhólum og Starrahólum í Breiðholti. Þjónustumiðstöð Breiðholts og hverfislögreglan standa að framkvæmd nágrannavörsluverkefnisins í Breiðholti. Nágrannavarsla er tilrauna- og rekstrarsviðs Reykjavíkurborgar í samstarfi við Lögreglunnar í Reykjavík og íbúa í viðkomandi götum. Markmiðið með verkefninu er að aðstoða borgarbúa við að stuðla að öryggi og taka höndum saman um að sporna gegn innbrotum og eignartjóni í sínu nánasta umhverfi.

Fræðslufundurinn með íbúum gatnanna þriggja var haldinn í Menningarmiðstöðinni Gerðubergi 16. nóvember. Góð mæting var á fundinn og íbúar áhugasamir um þátttöku í

verkefninu. Björn Bjartmarz hverfislögregluþjónn hélt erindi um einnenni Breiðholtsins og tölulegar upplýsingar um innbrot og eignartjón. Pétur Guðmundsson, varðstjóri og afbrotafraeðingur hélt fræðsluerindi um hvað íbúarnir sjálfir geta gert til að koma í veg fyrir innbrot og eignartjón. Að fræðsluerindunum loknum ræddu íbúarnir saman og völdu sér götufulltrúa sem munu m.a. sjá um að fræða nýja íbúa í götunum um tilvist verkefnisins. Margt bar á góma í fjörugum umræðum íbúanna sem m.a. lögðu á ráðin um jólauppkomur og götugrill. Að endingu fóru allir heim með merka boli „Þetta Breiðholt“. Skilti hafa verið sett upp í Rituhólum, Trönuhólum og Starrahólum sem gefa til kynna að nágrannavarsla sé virk í götunum.

Samstarf við aldraða til að bæta þjónustuna í Breiðholti

Samstarfshópar eru nú starfandi á vegum Reykjavíkurborgar í öllum hverfum borgarinnar með það að markmiði að bæta þjónustu við aldraða. Samstarfshópurinn í Breiðholti er skipaður fulltrúum frá öldruðum, aðstandendum aldraða, þjónustumiðstöð Breiðholts, félagsmiðstöðinni í Árskógum, félagsstarfinu í Gerðubergi, heilsugæslunni, kirkju-sóknum í Breiðholti og Reykjavíkurborg deild Rauða krossins.

Samstarfshópurinn er með margt á þjónunum og hefur m.a. ákveðið að leita eftir samstarfi við alla íbúa í Breið-

holti 67 ára og eldri til að bæta þjónustuna í hverfinu. Framlag eldri borgaranna verður fólgið í því að svara spurningum um félagslega virkni sína og lífsstíl. Með því að leita til eldri borgara í hverfinu vill samstarfshópurinn leggja áherslu á að fá fram skoðanir og óskir þeirra um þjónustuna sem stendur þeim til boða. Hvaða þjónustu þeir nýta helst og hvaða þjónustu þeir eru ánægðir með, hverju þyrfti að breyta og hverju þyrfti að bæta við af þjónustu við aldraða. Hópurinn óskar eftir góðu samstarfi og móttökum í Breiðholti á næstu vikum

og mánuðum þegar starfsfólk félagslegrar heimaþjónustu heimsækir eldri borgara með spurningalista sem það mun leggja fyrir eldri borgara.

Þetta samstarfsverkefni er eitt af mörgum fyrirhuguðum til að bæta nærþjónustu við aldraða íbúa hverfisins.

Fyrir hönd samstarfshóps um bæta nærþjónustu við aldraða í Breiðholti.

Guðrún Jónsdóttir, félagsstarfinu Gerðubergi, Kristján Sigurmundsson, félagsmiðstöðinni Árskógum, Þráinn Hafsteinsson, þjónustumiðstöð Breiðholts.

Jól í Hólagarði

art innrömmun

Lúhólum 2 - 6, Hólagarði
Símar: 567 5300 & 897 9810

Persónuleg þjónusta og þægilegt umhverfi

Sportvörur • Leikföng • Rífföng

Leiksport

Hólagarði

Sími: 557 5020

Vönduð tiskuföt á góðu verði
Stærðir 36 - 50

Vefta Tiskuföt

Hólagarði - 557 20 10
www.vefta.is

Apótekið
lægra verð

BONUS
byður betur

Pú- um þig

Hólagarði - Lúhólum 2 - 6
S: 557 5959

Hreinn
EFMALAUC
HÓLAGARÐI
SÍMI 557 5020
FATAHREINSUN
OG PRESSUN

- Verið velkomin -
Persónuleg þjónusta.

Boltinn í beinni
Lifandi tónlist
um helgar

BULFURINN

S: 567 8444
Krá • Sportbar
Smurbrauðstofa • Snittur
Gullnámán

ÝR
HÁRSNYRTISTOFAN
HÓLAGARÐI
Sími 557 2653

Gjafavörur, snyrtivörur og fylgihlutir í úrvali

Snyrtivöruverlsunin

Mána

Sími: 557 1644

Blómin gleðja

Blómabúð
Michelsen

Sími: 557 3460

Mán. - Fimt. 10 - 19
Föstudaga 10 - 20
Laugardaga 10 - 19
Sunnudaga 13 - 16

Kynslóðadagur í Fellaskóla

Kynslóðirnar komu saman í Fellaskóla í Breiðholti á Degi íslenskrar tungu. Gerðubergskórinn, kór eldri borgara í Breiðholti söng nokkur lög undir stjórn Árna Isleifssonar, Nemandur frá Tónskála Sigursveins D. Kristinssonar fluttu Oleo eftir Sonny Rollins og Samba di uma nota undir stjórn George Claassen.

Þá sungu leikskólabörn úr fjórum leikskólum í hverfinu og nemandur í Fellaskóla lásu ljóð. Allir þátttakendur sungu síðan saman lagið Ég bið að heilsa eftir Jónas Hallgrímssonar við lag Inga T. Lárussonar og Kvæðið um fuglana, ljóð Davíðs Stefánssonar við lag Atla Heimis Sveinssonar. Samdóma álit er að hátíðin hafi tekist einstaklega vel og var haft orð á því hve ánægjulegt það er



Myndirnar eru frá hátíðinni í Fellaskóla.

þegar kynslóðir koma saman með þessum hætti. Þess má geta að samstarf stofnana og félaga af

þessu tagi fer nú mjög vaxandi í Breiðholti og þykir auðga og bæta samfélagið.

Helgi Kristófersson, formaður Íbúasamtakanna Betra Breiðholt skrifar:

Enga „Gullnámu“ í Breiðholtið

Hvað gefur Háskóli Íslands okkur Breiðholtið í jólagjöf? Til stendur að opna spílavíti, svonefnda Gullnámu, í Mjóddinni í Breiðholti við hliðina á stórlega bættari heilsugæslustöð. Það er reyndar Happpdrætti Háskóla Íslands sem ber ábyrgð á þessum rekstri og er hugsað fyrir uppbyggingu Háskólans. En verði af framkvæmdum sem þessum hlýtur maður sem kaupandi á miðum Happpdrættisins að hugsa sinn gang. Það fyrsta sem maður gerir er að hætta með miðana.

Við íbúar í Breiðholti munum ekki sjá svona starfsemi í hverfinu. Það er mjög einkennilegt þegar þetta er skoðað til hlítar að lög landsins skuli vera svona opin að það sé hægt að opna svona staði hvar sem er á landinu án þess að spyrja kóng eða prest. Það virðist enginn geta hamið það að þeir opni í næsta húsi við hliðina á þér nema ekki við hliðina á Háskólanum. Þetta mun vera hægt samkvæmt gamalli reglugerð þar sem Happpdrætti Háskólans hefur leyfi fyrir u.þ.b. 700 spíllakössum en þarf ekki leyfi fyrir staðsetningu þeirra.

Því er það von okkar að Háskólinn sjái að sér og hætti við opnun staðarins sem væri mjög jákvætt. Skólinn hefur tekið upp á því að ýta undir spíllafíkn sem verður að teljast mjög neikvætt. Ekki er tekið próf í þessu „fagi“ en þessi fíkn reynist þjóðfélaginu dýr. Prófin í skólanum reyna mjög mikið andlega á nemendur. Spíllafíknin reynir peningalega og þjóðfélagslega á alla sem að þessu koma, þ.e.a.s. fórnarlömbin sem spíla og ættingja þeirra.

Aukið aðgengi að spíllakössum fjólgar spíllafíklum og er þá ekki spurt um eitt eða neitt við innngöngu. Tvisvar hefur verið reynt að opna krá við Arnarbakkann í Breiðholti, 1995 og 1999. Í bæði skiptin komu íbúar í veg fyrir þá framkvæmd. Að frumkvæði nokkurra rekstraraðila í Mjóddinni var safnað undirskriftum til að mótmæla opnun þessa staðar og hafa safnast vel yfir 2000 undirskriftir. Ekki var farið með listann um hverfið enda segir þetta allt sem segja þarf.

Við íbúar í Breiðholti höfum ekki áhuga á að fá slíka ómenningu í hverfið okkar. Við stöndum saman þegar svona kemur upp eins og við gerðum 1995 og 1999.

Er ástandið í okkar litla landi þannig að við getum ekki m e n n t a ð fólk nema með því að hagnast á ógæfu annarra?

Því spyrjum við: Helgi Kristófersson.

Eru ekki til aðrar heilbrigðari leiðir til að styrkja þessa annars góðu stofnun, Háskóla Íslands? Ábyrgðin er mikil og sennilega óskar enginn sér að taka það á sig að leyfa opnun staðarins. Við viljum fá að vita tilgang þess að opna slíkan stað og skýringar á því af hverju við þurfum að vera að standa í því að mótmæla. Hvers vegna er ekki spurt svo ekki þurfi að mótmæla? Hvernig stendur á því að fyrir hendi er slíkt opið leyfi og Dómsmálaráðuneytið hefur ekki heimild til að stöðva þetta þótt það vildi. Við viljum gjarnan fá að vita, hver hefur heimild til að koma í veg fyrir að svona staður er opnaður?

Eftir að þessi umræða fór af stað er ótrúlegt hve margir hafa haft samband og látið álit sitt í ljós og lýst yfir því að vera á móti svona stöðum. Þar er um að ræða bæði ættingja og vini aðila sem hafa orðið fórnarlömb spíllafíknar og aðra sem vilja koma sinni skoðun á framfæri. Ekki nokkur maður hefur haft samband við mig sem hefur verið hlynntur þessu fyrir utan þá sem tengjast rekstrinum.

Hve langt þarf að ganga að eignun fólks og hve margir þurfa að missa eigin sínar og jafnvel meira en aðeins veraldlegar eignir til þess að það skiljist að þetta hentar ekki hvar sem er? Við höfum sannfrétt að á öðrum stöðum, þar sem slík starfsemi er rekin, hefur það valdið ýmsum vandræðum. Það er a.m.k. staðreynd að hingað í Breiðholtið viljum við ekki fá slíkan stað.

Bloggsíða Íbúasamtakanna um Betra Breiðholt er ibbr@visir.is og þar getur fólk látið skoðanir sínar í ljósi.

FB vinnur ME í Morfís

Fyrir skömmu mættust í Breiðholti lið Menntaskólans á Egilstöðum (ME) og lið Fjölbrotaskólans í Breiðholti (FB) og kepptu í mælsku og rökræðukeppni framhalskóla Íslands (MORFÍS).

Ágætis mæting var hjá nemendum FB, en frá Egilstöðum kom að því virtist bara lið þeirra. Það hafði áberandi áhrif á stemminguna að það voru engir stuðningsmenn til að hvetja lið ME til dáða og voru undirtektir áhorfenda litlar þegar liðsmenn þeirra spreypu sig í ræðupúltinu. Þó fengu þeir kurteisisklapp og einstaka hlátur. Þetta er í annað skiptið sem lið ME og FB mæstast. Í fyrsta skiptið hafði FB sigur og sagan endurtók sig núna. Lið ME komst aldrei með tærnar þar sem FB var með hælana og nánast frá því að frummælandi FB-inga tók til máls var ljóst hvernig úrslitin myndu



Mælskukeppnirnar í FB eru mjög líflugar og áheyrndur skemmta sér yfirleitt konunglega.

verða. Og svo fór að lið FB vann verðskuldaðan sigur með 174

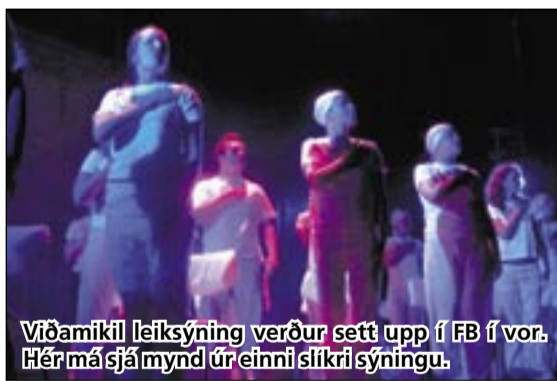
stiga mun. Ræðumaður kvöldsins var Hreiðar Már Árnason úr FB.

Fullt á leiklistarnámskeiðum í FB

Á næstu önn verður sett upp viðamikil leiksýning í Fjölbrotaskólanum í Breiðholti, en nokkur ár eru síðan slíkt var gert síðast.

Í haust var auglýst leiklistarnámskeið í umsjá leikarans kunna, Friðriks Friðrikssonar og fór þátttakan fram úr björtustu vonum. Enda fór svo að tvískipta þurfti hópnum. Í lok námskeiðsins voru svo áheyrnarprufur fyrir leikritið sem sýna á í vor. Valdir voru nokkrir nemendur í burðarhlutverk og aðrir í minni hlutverk. Síðan voru nokkrir nemendur valdir til að sjá um aðra hluti í leiksýningunni, s.s. ljósafólk, förðunar fólk, búningahönnuðir o.s.frv.

Nemendur og starfsfólk skólans bíður svo spennu eftir sýningunni í vor því miðað við áhuga og hæfileika nemenda ætti hún að geta verið mjög góð.



Viðamikil leiksýning verður sett upp í FB í vor. Hér má sjá mynd úr einni slíkri sýningu.

VISA – á hverjum degi!



21



9



7



2



13

Gleðileg jól

VISA Ísland – Greiðslumiðlun hf.

Sími 525 2000

www.visa.is

VISA

LANCÔME
PARIS

CLINIQUE

BIOThERM

NIVEA
BEAUTÉ

L'ORÉAL
PARIS



Mundu eftir
jólagjafahandbók
Lyf & heilsu!

Nýtt

Jólagjafir fyrir alla

GOTT FOLK McCANN

Pú getur nálgast jólagjafahandbókina á www.lyfogheilsa.is

 Lyf & heilsa
Mjódd

Ráðgjöf er vaxandi þáttur í starfinu

“Ég er búinn að starfa hér í Mjóddinni í um eitt og hálf ár,” segir Fannar Jónasson, útbússtjóri KB banka í spjalli við Breiðholtsblaðið en útibúið á 25 ára afmæli 11. desember næstkomandi. Af því tilefni efnir KB banki til sérstakrar afmælishátíðar í Mjóddinni föstudaginn 8. desember þar sem boðið verður upp á tónlistaratriði, veitingar og fleira.

Kann vel við mig í Mjóddinni

Fannar er Sunnlendingur. Frá Hellu á Rangárvöllum þar sem hann bjó þar til fyrir um fimm árum að fjölskyldan ákvað að flytjast til Höfuðborgarsvæðisins. “Börnin voru komin á þann aldur að fara í framhalds- og háskóla og þá ákváðum við að breyta til. Ég hafði rekið mitt eigið fyrirtæki fyrir austan og sinnt bókhalds- og ráðgjafastörfum um árabíl en gat alveg hugsað mér að breyta um starfsvettvang í tengslum við búferlaflutninginn. Bankageirinn kom því til greina út frá mínum fyrri störfum og það varð síðan úr að ég fór að starfa hjá KB banka, fyrst í aðalútibúi hans í um eitt og hálf ár og síðan hér í Mjóddinni.” Fannar segist kunna ákaflega vel við sig í Mjóddinni þar sem um fjölbreyttan hóp viðskiptavina sé að ræða. Breiðholtið sé fyrst og fremst íbúðahverfi og komi það nokkuð fram í samsetningu viðskiptavinhópsins. “Við sinnum margskonar þjónustu fyrir einstaklinga sem eðli málsins samkvæmt koma hlutfallslega flestir úr Breiðholti en við sinnum einnig þjónustu við fjölmörg atvinnufyrirtæki. Staðsetningin gerir það þó að verkum að einstaklingsþjónustan er verulegur hluti af starfsemi.”

Frá gjaldkera til ráðgjafa

Útibúið tók til starfa 11. desember 1981 og var í fyrstu staðsett í tvíbýlishúsi við Stekkjarsel í Breiðholti og nefnt Seljaútibú. Nafngiftin festist nokkuð við það og fólk var að tala um Seljaútibúð löngu eftir að starfsemi þess var



Fannar Jónasson útbússtjóri á skrifstofu sinni í KB banka í Mjódd.

flutt í Mjóddina í nóvember 1985. Fannar segir að útibúið hafi vaxið jafnt og þétt og sé nú með stærri útibúum KB banka með 17 stöðugildi. En sitthvað hefur breyst í bankastarfsemi á þeim aldarfjórðungi sem liðin er frá því fyrst var opnað í Stekkjarselinu. “Já það hefur margt breyst bæði í hinni almennu afgreiðslu sem öðrum þáttum bankastarfsins og stærsta breytingin varð í kjölfar sölu bankanna þegar þeir hófu að starfa á erlendum mörkuðum sem innlendum,” segir Fannar. “Áður fyrr áttu viðskiptavinirnir einkum erindi við gjaldkerana þegar þeir komu í bankann. Voru að taka út peninga og greiða reikninga auk annarra viðskipta sem afgreidd voru við kassann. Með tilkomu netbanka og sjálfvirkra skuldfærslna hefur þörfin fyrir gjaldkerarþjónustuna minnkað verulega þótt margir leggi enn leið sína í bankann þeirra erinda að greiða reikninga sína. Á sama tíma hefur aukist til muna að veita margskonar ráðgjöf á sviði fjármála. Þar er bæði um þjónustu við einstaklinga og fyrirtæki að ræða.” Fannar segir að KB banki hafi verið fyrstur viðskiptabankanna til þess að fara inn á íbúðalánamarkaðinn en fjármögnun bankanna að þessu leyti hafi aukið möguleika fólks bæði til íbúðakaupa og einnig til

þess að endurfjármagna styttri og óhagstæðari lán og bæta á þann hátt lausafjárstöðu sína.

Undirbúningur fyrir lífeyrisárin

Fannar segir að þessa dagana sé KB banki að kynna hugmyndafræði varðandi nýja hugsun í langtímasparnaði. Þessi þjónusta hefur hlotið heitið “PEGAR” og hefur nú verið auglýst víða. Hann segir marga einstaklinga ekki hafa gert sér nægilega grein fyrir hver réttindi þeirra séu við starfslok og vakna þá upp við vandan draum um að ráðstöfunartekjur þeirra verði lægri en þeir hafi gert sér grein fyrir. “Við erum með sérstaka þjónustu við þá sem vilja fara að huga að þeim tíma er starfslok ber að dyrum. Mér finnst ég verða var við aukinn áhuga hjá fólki að undirbúa þennan þátt í lífinu með meiri fyrirvara en áður. Við erum með sérstakan lífeyris- og tryggingaráðgjafa hér í útibúinu sem vinnur í hlutastarfi við að sinna þessum málum og það er sótt mikið til hennar. Fólk er að velta fyrir sér á hvern hátt það getur aukið sparnað til þess að mynda sæmilegan tekjuginn þegar það hættir að vinna. Grunnhugsunin í þessari þjónustu er

fyrst og fremst sú að veita viðskiptavininum alhliða lífeyris- og tryggingaráðgjöf sem miðar að því að vernda fjölskyldur fyrir fjármálalegum áföllum. Þessi nýja þjónusta miðar þó ekki einvörðungu að fjárhagslegum undirbúningi fyrir starfslok heldur er einnig um almennan langtímasparnaða að ræða sem myndað getur varasjóð fyrir önnur verkefni.” Fannar bendir einnig á að þeir sem sækja margvíslega þjónustu til KB banka verði félagar í VEXTI en það sé sameiginleg regnhlíf fyrir bankaþjónustu, lífeyrissparnað og tryggingavernd. Vaxtarfélagar

njóti ávinnings í ýmsu formi, t.d. ákveðna endurgreiðslu af vöxtum almennra skuldabréfalána og fríðindi varðandi debetkortafærslur og kreditkort. “Ég segi hiklaust við fólk að það eigi að panta sér fundi með ráðgjöfum í útibúum KB banka til að láta reikna stöðu sína út og áætla hvað það þurfi að leggja mikið fyrir til viðbótar núverandi réttindum til þess að ná nauðsynlegum markmiðum. Slíkir fundir eru að sjálfsögðu án allra skuldbindinga og við bjóðum alla velkomna til okkar í bankann.”

QUIZ NOS SUB

Nýr fjölskyldu- matsölustaður

Nýbýlavegi 32

Rennibraut



Komdu tímanlega með jólakortin

PÓSTURINN
allur pakkinn

Síðasti öruggi skiladagur

á jólakortum til landa utan Evrópu er fimmtudagurinn

7.12.

á jólakortum til Evrópu er fimmtudagurinn

14.12.

á jólakortum innanlands er miðvikudagurinn

20.12.

Sjálflímandi og sjálflýsandi jólafrímerki



Finndu pósthúsið næst þér á www.postur.is

Práinn Hafsteinsson, fristundaráðgjafi á Þjónustumiðstöð Breiðholts, skrifar:

Fögnum jólahátíðinni

saman

Jólahátíðin er fyrir mörgum skemmtileg upplifun þar sem kærleikur og fjölskyldubönd eru í fyririrru. Þetta er þó ekki raunin á öllum heimilum. Því þurfum við öll að vera á verði og standa gegn t.d. eftirlitslausum partýum unglunga. Samkvæmt rannsóknum er það líklegast að unglingar komist í kynni við áfengi og íkniefni í eftirlitslausum partýum í heima-húsum. Það er ekki bara ábyrgðarhluti að leyfa slík partý heldur bera allir sem vita um slík partý ákveðna ábyrgð. Eins og dæmin sanna á undanförunum vikum þarf ekki nema eina E-pillu til að draga fólk til dauða. Stöndum saman um að sporna gegn því að skapa unglungum aðstæður sem þeim eru erfiðar eins og eftirlitslaus partý eru. Unglingum sem er heimilað að halda partý án eftirlits fullorðinna eru settir í aðstæður sem þeir geta auðveldlega misst tókin á svo ekki sé talað um þá sem sækja þau. Tilkynnum hiklaust til lögreglu ef grunur leikur á að slík-

ar samkomur séu í undirbúningi eða standi yfir.

Unglingar í Breiðholti með stuðningi foreldra hafa staðið sig mjög vel í haust og vetur við að halda reglur um útvistartíma. Höldum áfram á sömu braut. Bætum við

vaktinni fyrir eftirlitslausum partýum. Leggjum áherslu á góðar og skemmtilegar samverustundir fjölskyldunnar um jól og áramót.

Práinn Hafsteinsson,

Messur í Breiðholtskirkju um jól og áramót

24. desember, aðfangadagur:

Aftansöngur kl. 18

- Margrét Sigurðardóttir syngur einsöng

25. desember, jóladagur:

Hátíðarguðsþjónusta kl. 14

26. desember, annar jóladagur:

Fjölskyldu- og skirnarguðsþjónusta kl. 14

- Barnakórar kirkjunnar syngja

- Börn flytja helgileik

31. desember, gamlársgangur:

Aftansöngur kl. 18

- Einar Clausen syngur einsöng

1. janúar, nýársdagur:

Hátíðarmessa kl. 14. Altarisganga

Organisti við allar athafnirnar er Magnús Ragnarsson.

Prestar eru sr. Bryndís Malla Elíadóttir og sr. Gísli Jónasson

Ætlum í ríkisstjórn

Á aðalfundi Hverfafélags Samfylkingarinnar í Breiðholti sem haldinn var 28. nóvember sl. sagði Ágúst Ólafur Ágústsson, þingmaður og varaformaður Samfylkingarinnar, að það væri meginmarkmið flokksins að komast í ríkisstjórn eftir næstu þingkosningar. Flokkurinn þyrfti að koma stefnumálum sínum í málefnum eldri borgara í höfn og tryggja stöðugleika í efnahagsmálum um leið og spornað yrði við vaxandi ójöfnuði. Ágúst kom víða við í erindi sínu á aðalfundinum sem var haldinn í Gerðubergi.

Stefán Jón Hafstein borgarfulltrúi fór yfir stöðuna í borgarmálum og sagði merkilegt að sjá að meirihluti Sjálfstæðisflokks og Framsóknarflokks fylgdi stefnu Reykjavíkurlistans í flestum málum. Eina stóra undantekningin væri sú að nýi meirihlutinn hefði ákveðið að kljúfa upp menntaráð og stofna leikskólaráð sem kostaði talsvert fé. Á fundinum var talsvert rætt um orku- og stóriðjumál, einkum hér við Faxaflóa.

Á fundinum var kjörin ný stjórn fyrir Hverfafélag Samfylkingarinnar í Breiðholti. Í stjórninni eiga



Ágúst Ólafur Ágústsson flytur erindi á fundinum.

sæti Stefán Jóhann Stefánsson, Áslaug Þórisdóttir, Gunnar Þórðarson, Aðalheiður Franzdóttir og Gunnar H. Gunnarsson. Stjórnin áformar að eina til aukinnar samræðu við íbúa í Breiðholti, bæði um þau mál sem snúa að borginni og eins um landsmálin. Meðal mála sem félagið hefur látið til sín taka í hverfinu eru samgöngmál, skólasmál, íþrótt- og tómstundamál og félagsmál.

Stefán Jóhann Stefánsson

Breiðholtsblaðið

Auglýsingasími: **511 1188 & 895 8298**

Netfang: borgarblod@simnet.is

ER PABBI DÍLERINN ÞINN?

Foreldrar og aðrir fullorðnir mega ekki kaupa áfengi handa börnum yngri en 20 ára. Það er lögbrot.



LÝÐHEILSUSTÖÐ
- lífið heil



Efnalaug

Þvottahús

Dúka- og servéttuleiga

Fataviðgerðir og -breytingar

Skó- og töskuviðgerðir

Sími: 557 5050

Opnunartími í Hólagarði

Mán.-fim. kl. 7.30-18.30

Fös. kl. 7.30-19

Lau. kl. 11-14

Sun. Lokað

Hólagarður

Hreinn efnalaug & þvottahús,
Lóuhólum 2-6, 111 Reykjavík

Austurvegur

Móttaka hjá Skóvinnustofu Sigurbjörns,
Háaleitisbraut 68, 103 Reykjavík

Ingólfstorg

Móttaka hjá Saumsprettunni,
Aðalstræti 7, 101 Reykjavík



Útskrift

Fjölbrotaskólans í Breiðholti verður í Fella- og Hólakirkju miðvikudaginn 20. desember kl. 14:00. Allir nemendur dag- og kvöldskóla, er lokið hafa eftirtöldum prófum, eiga að koma og taka á móti prófskrifteinum:

Handíðabraut
Verslunarprófi
Sjúkraliðanámi
Snyrtifræðinganámi
Burtfararprófi af húsasmíðabraut
Burtfararprófi af rafvirkjabraut
Stúdentsprófi

Skólameistari

Austurbergi 5 111 Reykjavík Sími 570 5600
Símbréf 567 0389 Tölvupóstur: fb@fb.is

www.fb.is



TIL UMHUGSUNAR

Eftir Ragnhildi Ásgeirsdóttur, djákna

Að gleðja aðra

Aðventan er gengin í garð! Latneska orðið adventus merkir koma og er undirbúningstími þar sem við hvert og eitt fáum tækifæri til að undirbúa hug og hjarta fyrir jólahátíðina. Við notum gjarnan aðventuna til að prýða umhverfi okkar, við þrífum hátt og lágt, skreytum, böfum smákökur, fönndrum, förum jafnvel á jólahlaðborð og jólatónleika. Og við komumst í jólaskepp. Ég er ein af þeim sem hef alltaf hlakkað mikið til jóllanna og beðið þeirra með eftirvæntingu. Ég get þess vegna sagt að ég er í hjarta mínu sannkallað jólabarn.

Nú helgast jólaundirbúningur minn af því að ég er móðir þriggja barna og það er yndislegt að finna tilhlökkun þeirra og gleði. Þau vilja taka virkan þátt í öllu, hjálpa til og ganga með klút um allt hús til að þurrka af og hreinsa.

Það er mér einnig mjög mikils virði að fá að þjóna í kirkjunni á þessum árstíma, taka þátt í helgihaldi kirkjunnar og skynja jólaandann hjá sóknarbörnunum.

Á aðventunni erum við minnt á að gleðja aðra. Við erum hvött til að gleðja hvert annað með gjöfum og að styrkja góð málefni, gefa fátækum, veita syrgjendum lið og styðja hjálparstarf. Það er gott að boðskapurinn um Jesúbarnið sem fæddist inn í þennan heim með

kærleika sinn og frið fær að hafa áhrif á okkur til góðra verka. Við vitum einnig að það er fólk sem kvíðir jólnum og þess vegna er svo mikilvægt að við hlúum hvert að öðru.

Einu sinni las ég helgisögu sem mig langar að deila með ykkur. Sagan segir frá litlum hjarðsveini sem stóð fyrir utan fjárhúsið þegar Jesús fæddist. Hann horfði hugfanginn á gersemarnar sem vitringarnir þrír gáfu barninu, gull, reykelsi og myrru. Litli hjarðsveinninn varð dapur í bragði þegar hann hugleiddi hve fátækur hann væri. Hann átti ekki neina gjöf handa barninu.

“Þið eruð hamingjusamir,” sagði hann við vitringana þegar þeir komu út, “þið eigið eitthvað að gefa Jesú, ég á ekkert”

Þá svaraði einn vitringurinn

blíðlega: “Kæri vinur, þér skjáttast, það ert þú sem ert hamingjusamur. Við erum gamlir menn og okkar dagar eru senn taldir, en þú ert ungur. Þú getur gefið Jesú allt líf þitt. Þú getur gefið honum sjálfan þig. Það ert þú sem ert sæll”.

Jesúbarnið í Betlehem er gjöf Guðs til okkar. Með þeirri gjöf sýndi Guð umhyggju sína og elsku í okkar garð. Stærsta jólagjöfin er Jesús Kristur og það hugarfar sem fylgir þeirri gjöf. Á Aðventunni erum við hvött til að tileinka okkur það hugarfar, hugarfar kærleikans og gleðja aðra og hlúa að okkur sjálfum.

Kæru íbúar Breiðholts. Fyrir hönd starfsfólks Fella- og Hólakirkju bið ég algóðan Guð að gefa ykkur og fjölskyldum ykkar gleðileg Jól í Jesú nafni.

Gleðileg jól og farsælt komandi ár þökkum viðskiptin á árinu sem er að líða

Saumaverkstæði

Ingu

Fataviðgerðir og breytingar

Arnarbakka 2 • Sími 577 1570

Bókaútgáfa í Breiðholtinu

Stelpan frá Stokkseyri í stórræðum

Bókin um stelpuna frá Stokkseyri hefur allt til þess að bera að vera jólabókin að þessu sinni. Bókin er lipurlega skrifuð af hálfu höfundarins Þórunnar Hrefnu Sigurjónsdóttur sem velur þá frásagnaraðferð að láta sögupersónuna segja frá í fyrstu persónu og verður bókin mun trúverðugri sem heimild um lífshlaup fyrir vikið. Stelpan frá Stokkseyri er einnig sérstök fyrir margra annarra hluta sakir. Bókin segir frá aðþýðustelpu sem fer að fást við stjórnmál og endar sem öflugur stjórnmálamaður á umrótatímum á því sem oft er nefndur vinstri vængur íslenskra stjórnmála. Hún hefur einnig frá fjölbreyttri reynslu í einkalífi að segja. Reynslu sem raunar margir eiga að baki og hver og einn tekur á með sínum hætti. Hún er fráskilin og aftur gift manni sem eins háttar til um og upplífi því þegar tveir einstaklingar standa á byrjunarreit að nýju í því efni en með börn frá tveimur fjölskyldum sem urðu að sameinast í einni fjölskyldu. Að því leyti er hún ekki síður aðþýðustelpan en þegar að uppruna hennar er gætt því samting af þessum toga er trúlega orðið eitt algengasta fjölskylduform hér á landi. Stelpan frá Stokkseyri hefur einnig orðið að takast á við illvígán sjúkdóm og haft betur í glímu sem margir standa ekki upp frá, þar á meðan nán vinkona hennar heima á Stokkseyri sem hafði allt til hins hirnsta að leiðarljósi að “nú skildi leikið sér að ljósinu”. Allt þetta og eflaust margt fleira hefur mótað nokkuð litríkan, en þó fyrst og fremst ákveðinn en heiðarlegan stjórnmálamanng og persónuleika sé gengið út frá þeirri konu sem Þórunn Hrefna lætur tala í bókinni.

Þótt Margrét Frímansdóttir eins og stelpan frá Stokkseyri heitir fullu nafni greini um margt ýtarlega frá einkalífi sínu, uppveiti, hjónaböndum, börnunum og stjúpbörnum með þeim hætti að margir gætu lært nokkuð af þá eru það frásögur hennar af stjórnmálavíðinu sem mesta forvitni og jafnvel undrun vekja. Stelpan frá Stokkseyri stóð innst í hringiðu þeirra atburða þegar flokkaferfið á vinstri vængnum var brotið upp í þeirri sögulegu von að mynda einn sameinaðan flokk vinstri manna á Íslandi hvað ekki varð. Hún lýsir átökum sem urðu á innri vettvangi í Alþýðubandalaginu í aðdraganda þessara breytinga og samskipta sinna við samþingmenn þegar hún var formaður þingflokks Alþýðubandalagsins en þeir Svavar Gestsson, Ólafur Ragnar Grímsson og Steingrímur J. Sigfússon voru ráðherrar sama flokks í ríkisstjórn Steingríms Hermannssonar. Hún getur þess að heyrst hafi hrútahljóð frá þeim þegar þeir settu sjálfa sig í ríkisstjórn en létu sér ekki til hugar koma að ef til vill væri gagnsins vert að kona færi af hálfu vinstri manna inn í ríkisstjórnina. Hún var einnig í forystu Alþýðubandalagsins þegar gengið var til þeirrar sameiningar sem leiddi til stofnunar Samfylkingarinnar og gerir upp hug sinn við þann hluta gamla Alþýðubandalagsins sem ekki gekk þá götu til enda.

Í raun er saga stelpunnar frá Stokkseyri saga ákveðins tímabils í lífi þjóðar. Saga kynslóðar sem lifað hefur meiri breytingar en aðrar og átt mestan þátt í þeim sjálf auk þess að vera saga stelpu sem farið hefur óvenjulega leið í lífinu. Frá flökunarborðinu á Stokkseyri að því borði þar sem vegtillum þjóðfélagsins er útteilt. Stelpan í stórræðum gæti allt eins verið yfirskrift þessarar bókar.

Létt á jólaföstudunni

Stelpurnar sem starfa hjá Þjónustumiðstöð Reykjavíkur í Mjóddinni eru áhugamanneskjur um matargerð og nú hefur ein þeirra Rósa Grétarsdóttir, þjónustufulltrúi riðið á vaðið með að senda Breiðholtsblaðinu uppskriftir. Þessar uppskriftir eru af fiski í grænmetisósú og ostaböku, léttir og þægilegir réttir og tilvaldir til þess að nota á jólaföstudunni áður en hinar þungu steikur og hangikjötsréttir koma á borð.

Fiskur í grænmetisósú

- 800 gr fiskur
- 200 gr sveppir
- 1 dós kurlaður ananas
- 1 laukur
- 1/2 blaðlaukur
- 3 gulrætur
- 1 rauð paprika
- 1 gæn paprika

- 1 dós smurostur t.d. sveppaostur
- 1 1/2 dl léttmjólk
- Salt
- Sítrónupipar
- 1 tsk paprikuduft
- 1 tsk karrý

Fiskurinn skorinn í bita og lagður í eldfast mót, kryddaður með sítrónupipar og salti. Ananasinum dreift yfir fiskinn, laukur, blaðlaukur, gulrætur, paprikur og sveppir léttsteikt í olíu, bætið smurostinum úti og síðan mjólkinni, kryddað með papriku og karrý. Sósunni hellt yfir fiskinn og bakað í ofni við 200°C í 30 mín.

Gott að hafa með þessu hrísgrjón, ferskt sallat og snittubrauð

Ostakaka

- 300 gr makkarónukökur
- 250 gr bræddur smjörvi

- 300 gr rjómaostur
- 5 msk flórsykur
- 2 pelar rjómi

- 2 plötur suðusúkkulaði
- 1 dós sýrður rjómi
- fersk ber eftir smekk

Brjótíð makkarónukökurnar í botninn og hellir brædda smjörvanum saman við. Hrærið rjómaostinn og flórsykurinn saman. Blandið svo 2 pelum af þeyttum rjóma (ekki hræra mikið,

bara blanda þessu saman). Þetta er sett yfir makkarónukökurnar. Sett í frysti á meðan súkkulaðið er brætt. Bræðið suðusúkkulaðið í potti og hrærið sýrða rjómanum saman við. Sett í frysti yfir nótt og tekið út ca. tveimur klst. áður en lagt er á borðið. Skreytið með t.d. jarðarberjum og bláberjum.



Rósa Grétarsdóttir, þjónustufulltrúi og matgæðingur Breiðholtsblaðsins.

Zídon Sól

Betri kaup - Lagersala

Miðvangi 41 bakvið Samkaup uppl. í síma: 544 2200

- * Kápur og úlpur frá 1.900.- kr.
- * Hettupeysur 990.- kr.
- * Náttföt 690.- kr.
- * Fullt af fatnaði á alla fjölskylduna.
- * Gott í jólapakkannpakkann, gott fyrir veskið.
- * Nýjar vörur

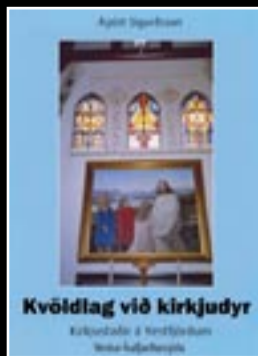
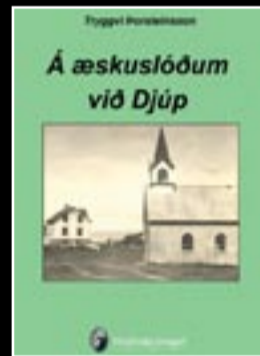
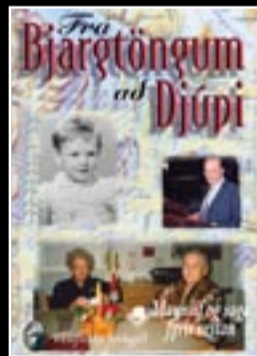
Eigum allt í jólapakkann!



Leiksport
Sími 5575020 **Hólagarði**

Skoðaðu líka Vestfirsku bókabúðina á thingeyri.is

Veist þú hver gefur út Bækurnar að vestan?



Svarið er í Bókatiðindum

Jón Arnar Ingvarsson ráðinn þjálfari meistaraflokks

Körfuknattleiksdeild ÍR hefur gengið frá ráðningu Jóns Arnars Ingvarssonar sem þjálfara meistaraflokks karla. Samningurinn er til tveggja ára og hefur Jón þegar tekið við liðinu. Mikil ánægja er hjá stjórn deildarinnar og leikmönnum með þessa ráðningu. Gísli J Hallsson verður Jóni Arnari til aðstoðar við þjálfun liðsins.

Jón Arnar er ein af goðsögnum íslensks körfuknattleiks. Hann lék lengst af á sínum ferli með Haukum, þess utan lék



hann eitt tímabil sem atvinnumaður í Belgíu með Club Braine

og eitt tímabil með Breiðablik. Jón Arnar er stoðsendingahæsti leikmaður Úrvalsdeildar frá upphafi með 1393 stoðsendingar á ferlinum. Hann gerði 4.656 stig í 339 leikjum í efstu deild og er sjöundi stigahæsti leikmaður efstu deildar frá upphafi. Jón Arnar lék á árunum 1990-2000, 102 landsleiki og er tíundi leikjahæsti landsliðsmaður Íslands. Jón Arnar er boðinn velkominn til starfa hjá ÍR



Fréttir

Íþróttafélag Reykjavíkur
Skógarseli 12 • Sími 587 7080
Myndsími: 587 7081
Tölvupóstur: iradal@isholf.is

Fimm Íslandsmet á Silfurleikum

Silfurleikar ÍR voru haldnir í tilefni þess að í nóvember voru liðin 50 ár síðan Vilhjálmur Einarsson varð í 2. sæti í þrístökki á Ólympíuleikum í Melbourne í Asíu en Vilhjálmur keppti fyrir ÍR á þessum árum. Þó svo að mörg ár séu liðin hafa fáir Íslendingar leikið þetta eftir en um einstakt afrek er að ræða.

Silfurleikarnir eru ætlaðir íþróttamönnum 16 ára og yngri og verður keppt í fjölmörgum greinum, þar á meðal þrístökki í flokkum 11 til 16 ára og verður það gert eftirleidis á þessu móti. Silfurleikarnir komu í stað haustleika ÍR sem notið hafa mikilla vinsælda undanfarin ár en árið 2005 sendu 17 félög keppendur á leikana alls 308 keppendur. Í ár var bætt um betur og voru yfir 460 keppendur skráðir til leiks frá 18 félögum. Skráningar voru 1.550 talsins sem þýðir að hver keppandi keppti að meðaltali þátt í 3,5 greinum. Þetta er met þátttaka og í raun fjölmennasta innanhússmót sem haldið hefur verið í frjálsum íþróttum á einum degi. Keppendur frá ÍR voru um 130 talsins og var það mesti fjöldi sem keppt hefur fyrir ÍR á einu móti.

Helstu afrek ÍR-inga eru að sjálfsgöðu Íslandsmetin sem féllu en

af sjö metum sem féllu settu ÍR-ingar fimm. Dórothea Jóhannsdóttir setti tvö Íslandsmet en hún keppir í flokki stelpna 11 til 12 ára. Fyrst bætti hún Íslandsmetið í þrístökki þegar hún stökk 10.48 metra og stuttu seinna bætti hún einnig Íslandsmetið í 200 metra hlaupi 12 ára stelpna þegar hún hljóp á 28.29 sek. Björg Gunnarsdóttir bætti Íslandsmetið í 800 metra hlaupi í flokki 11 til 12 ára þegar hún hljóp á 2:37.83 mín. Vinkona Bjargar Kristín Líf Jónsdóttir bætti síðan met Bjargar í næsta riðli og hljóp á 2:37.59. Einnig var árangur Einarssonar athyglisverður í flokki sveina, en hann stökk m.a. 1,95 metra í hástökki og reyndi síðan að bæta 10 ára gamalt met Einarssonar Karls Hjartarsonar ÍR í sveinaflokki, en það er 2 metrar sléttir. Einar Daði reyndi við 2,01 metra en það gekk ekki að þessu sinni, en ekki er ólíklegt að hann nái að slá metið á þessu ári. Einar Daði sigraði einnig í 60 metra á 7,32 sek. og í þrístökki, þar sem hann stökk 13,69 metra. Einar Daði er mikið efni í fjölþrautmann eins og sjá má af úrslitunum.

Skóða má úrslitin í heild á www.fri.is/motaforrit

ÍR haustmótsmeistarar

Þriðji flokkur karla í knattspyrnu hjá ÍR stóð uppi sem sigurvegari á dögnum á Haustmóti Knattspyrnuráðs Reykjavíkur. ÍR-ingarnir lentu á móti Fram í úrslitaleiknum í Egilshöll 18. nóvember sl. og gerðu sér lítið fyrir og unnu með 7 mörkum gegn engu. Fram hóf þó leikinn af kappi fyrstu fimmtán mínúturnar, en eftir það réðu ÍR-ingar algjörlega ferðinni. Í fyrri leikhluta skoruðu ÍR-ingar tvö mörk og í þeim síðari fimm. Daníel Sæberg Hrólfsson skoraði þrjú markanna, en þeir Jóhann Ingi Hjaltason, Davíð Már Stefánsson, Sindri Snær Magnússon og Almar Þorleifsson eitt hver.

Á myndinni af sigurliðinu eru í efstu röð frá vinstri: Arnar Þór Valsson, þjálfari, Daníel Sæberg Hrólfsson, Árni Indriðason, Elvar Snær Guðmundsson, Sindri Snær Magnússon, Gísli Karl Ingvarsson og Sævar Ingi Sigurðsson. Í miðröð eru Gent Hoda, Hlynur Þór



Sigurðsson, Sigurður Þór Arnarson, Sigurður Rúnar Rúnarsson, Davíð Már Stefánsson, Robin Gurung, Jóhann Ingi Hjaltason

og Almar Þorleifsson. Í fremstu röð eru markmennirnir Ásgeir Kári Ásgeirsson og Magnús Orri Erlingsson.

Skyndihjálparnámskeið á vegum ÍR

Á dögnum var haldið skyndihjálparnámskeiði fyrir þjálfara hjá ÍR. Tilgangur með þessu námskeiði var að gera þjálfara færari til að takast á við slyss ef þau verða á æfingum eða í keppnum. Svo má ekki gleyma að hægt er að nota þessa þekkingu hvar sem maður er staddur.

Þeir sem til íþróttu þekja vita að slyss geta orðið hvar og hvenær sem er og þá er gott að hafa hæfa einstaklinga til að bregðast rétt við. Þetta námskeið var eins og gef-

ur að skilja ekki sett þannig upp að við séum orðin hámenntuð hvað lækningar varða, heldur var þetta frekar yfirgrípsmikið og farið yfir helstu þætti sem viðkoma slyssum sem tengjast íþróttum. Því miður var þátttakan ekki nægjanlega góð frá sumum deildum félagsins en aðrir stóðu sig með miklum sóma. Þetta var einn liður í því að gera ÍR að fyrirmyndarfélagi en við sem erum að senda börn okkar í íþróttir eða aðrar tómsundur viljum vita að þau eru í öruggum höndum.

Við viljum óska þeim sem sóttu þetta námskeið innilega fyrir að gefa sér tíma fyrir okkur sem að þessu stóðu. Um leið vil ég hvetja þá sem ekki sáu sig fært um að mæta að afla sér þessarar þekkingar, því ekkert er mikilvægara en að geta brugðist rétt við þegar slyss ber að höndum.

Hörður Heiðar Guðbjörnsson, framkvæmdastjóri.
Sigrún Gréta Helgadóttir, íþróttafulltrúi.

Snorri í afrekshóp FRÍ

Snorri Sigurðarson (1991) ÍR bættist í afrekshóp FRÍ með árangri sínum í 800 m hlaupi þegar hann hljóp á 2:04.63 mín á Silfurmóti ÍR.

Þetta er mikil bæting hjá Snorra en hann átti best 2:11 mín. Snorri er 7. ÍR-ingurinn sem kemst í afrekshóp FRÍ.

Heimasíða
ÍR er
www.irsida.is
Þar er hægt að nálgast allar helstu upplýsingar um æfingatíma keppnir o.fl.

1X2
TOTO
GETRAUNANÚMER
ÍR ER 109

Hljár og bjartar hátíðarkveðjur
Takið þátt í jólaleiknum á www.or.is

Orkuveita Reykjavíkur

www.or.is



8. desember

Afmæli í Mjódd

Nylon í afmæli KB banka

Útibú KB banka í Mjódd er 25 ára um þessar mundir. Af því tilefni verður afmælisveisla í Mjóddinni föstudaginn 8. desember og afmæliskaffið stendur allan daginn!

Dagskrá

- Kl. 9.30 Jólasveinar skemmta og gauka góðu að börnum
- Kl. 14.00 Skólahljómsveit Kópavogs leikur létt lög
- Kl. 15.00 Nylon syngur og áritar

Komdu og fagnaðu með okkur

Starfsfólk KB banka Mjódd