

Breiðholtsblaðið

Dreift frítt í öll hús í Breiðholti

MAÍ 2009

5. tbl. 16. árg.



S. 581 15 15

3 staðir 1 símanúmer

Gnoðarvogi 44 - Ánanaustum og Eddufelli 6



Slökkvitækjaþjónustan

☎ **564 1433**

Bakkabraut 16 • 200 Kópavogur

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

ÁTAK

CAR RENTAL

bilaleiga.is

borgarblod.is



Bygginganefnd Félags eldri borgara í Reykjavík (FEB): Aftari röð frá vinstri: Ólafur Þorsteinsson, Unnar Stefánsson formaður FEB, Guðrún Jónsdóttir. Fremri röð frá vinstri: Guðmundur Pálmi Kristinsson forstöðumaður framkvæmda- og eignasviðs Reykjavíkurborgar, Margrét Margeirsdóttir í bygginganefnd FEB, Sigurður Einarsson framkvæmdastjóri FEB og Stefán Ólafur Jónsson formaður bygginganefndar FEB.

Yfir hundrað fyrirspurnir

Yfir eitt hundrað aðilar hafa sent fyrirspurnir um þjónustuíbúðir sem fyrirhugað er að byggja á vegum Félags eldri borgara í Reykjavík við Hólaberg á milli Gerðubergs og Fella og Hólakirkju og í Suður Mjódd skammt frá félagssvæði ÍR. Alls á að byggja um 120 íbúðir og þar af 49 við Hólaberg.

Um er að ræða byggingar sem Reykjavíkurborg skilgreinir sem þjónustuíbúðir II þar sem ákveðin þjónusta á að vera til staðar. Þess-

ar íbúðir eru aðeins ætlaðar þeim sem náð hafa 67 ára aldri.

Fyrirhugað er að framkvæmdir hefjist fyrst við íbúðirnar við Hólaberg og þessa dagana er að sögn Unnars Stefánssonar, formanns Félags eldri borgara, verið að ræða við arkitekta til þess að vinna að endanlegum teikningum en Hróbjartur Hróbjartsson, arkitekt vann deiliskipulag byggingasvæðisins. Þá eru verktafar einnig farnir að sýna þessum framkvæmdum áhuga. Ekki

er enn ákveðið hvenær fyrsta skóflustungan þessara bygginga verður tekin en að sögn Unnars ræðst það nokkuð af því hversu langan tíma tekur að ljúka samningum við arkitekta og byggingaraðila. Þá er verið að ræða við Reykjavíkurborg um niðurfellingu gjalda vegna þessara framkvæmda en niðurstöður þeirra viðræðna munu hafa áhrif á endanlegt verð íbúðanna.

Lyfjaval

A P Ó T E K
ÁLFTAMÝRI • MJÓDD

BÍLAAPÓTEK
HÆÐASMÁRA 4
opið 10-23 alla daga



Big papas pizza

Mjódd

800-9999

Opið

11 - 22

bigpapas.is

Fullt af tilboðum
Besta verðið
Frábærar pissur
100% Ísl. ostur

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

 **Apótekið**
lægra verð

Grafarvogi • Hólagarði • Hagkaup Skeifunni • Hagkaup Akureyri

Eurovisiontilboð

Folaldakjöts útsala • Svínakótilettur 998 kr./kg.

Fjallalambs svið - verkuð með gamla laginu.

Pepsi Max 2 lítra 149 kr. • Doritos snakk 200 gr. 249 kr.



Pín 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: thord@itn.is

Auglýsingasími: 511 1188 • 561 1594 • 895 8298

Netfang: borgarblod@simnet.is

Framkvæmda- og auglýsingastjóri: Kristján Jóhannsson

Umbrot: Valur Kristjánsson

Prentun: Landsprent ehf.

Dreifing: Íslandspóstur

5. tbl. 16. árgangur

Breiðholtsblaðið er dreift frítt í öll hús í Breiðholti

Efling hverfastjórnunar

Borgarstjórn Reykjavíkur samþykkti með öllum greiddum atkvæðum fyrir skömmu að hefja vinnu við mótun stefnu um samþætta þjónustu í hverfum borgarinnar. Með þessu er borgarstjórn að fara inn á nýja braut sem er að auka vægi hverfisráða og efla hlutverk þjónustumiðstöðvanna.

Frá því að þjónustumiðstöðvarnar voru settar á stofn hefur mikilvægi þeirra sífellt verið að koma betur og betur í ljós. Frá glugga þeirra gefur að líta skarpari yfirsýn yfir málefni og mannlíf hverfanna þar sem þær starfa en þegar horft er úr Ráðhúsi eða frá öðrum sameiginlegum starfstöðvum borgarinnar. Starfsfólk þjónustumiðstöðvanna nær jafnan að mynda nánari tengsl við íbúana og greina þarfir þeirra með öðrum hætti en þeir sem fjær standa.

Reykjavíkurborg stendur saman af mörgum laustengdum úthverfum. Hvert hverfi hefur sín einkenni og sína samkennd. Íbúarnir líta gjarnan til hverfisins síns sem sinna heimkynna burtséð frá hvaða yfirsýn þeir hafa yfir borgarmyndina eða tengsl við aðra hluta hennar. Oft hefur fólk valið sér bústað í ákveðnu hverfi hvort sem er með lóðaumsóknum eða kaupum á húsnaði. Í öðrum tilfellum hafa aðrar aðstæður ráðið. Kauptilboð sem fólki hefur fundist hagstæð eða aðrar aðstæður á sölu- eða leigu-markaði sem hafa gert því kleift að koma sér upp húsnaði og heimili.

Breiðholtið er ekki undanskilið að þessu leyti heldur þvert á móti. Breiðholtið er fjölmennasta hverfi Reykjavíkur. Breiðholtið hefur einnig landfræðilega sérstöðu. Það er afmarkað af skýrum útlinum frá öðrum hverfum og byggðum borgarinnar. Breiðholtið er í raun bær í borginni.

Þjónustumiðstöð Breiðholts hefur verið að eflast sem útstöð borgarinnar í Breiðholti á undanförunum árum og sinnir nú viðtæku þjónustuhlutverki. Í erfiðu árferði eins og nú gengur yfir land og þjóð eykst mikilvægi þjónustustofnanna. Með þeirri tillögu sem borgarstjórn hefur nú samþykkt og hugmyndum sem starfa á eftir er ekki einungis verið að koma til móts við kröfur og þarfir liðandi stundar heldur að auka íbúalýðræði og efla hverfavitund. Þessum hugmyndum ber að fagna. Þær koma Breiðhyllingum sannarlega til góða.

Þrjú verkefni

Verkefni nýrrar ríkisstjórnar eru í sjálfu sér ekki mörg. Í fyrsta lagi þarf að endurreisa bankakerfi þjóðarinnar því án þess verður atvinnulífínu ekki komið af stað að nýju. Í öðru lagi þarf að ýta atvinnulífínu af stað og það verður ekki gert án umtalsverðar vaxtalækkunar. Í þriðja lagi þarf að huga að hag heimilanna sem ekki verður unnt að gera eins og þarf án þess að efla atvinnulífið og vinna bug á atvinnuleysinu.

Þetta er í raun það sem ný stjórnvöld standa frammi fyrir. Í ljósi aðstæðna er ekki um auðunnin verk að ræða. Ljóst er að fyrir liggur að taka ýmsar erfiðar og óvinsælar ákvarðanir en verkin verða ekki unnin í annarri röð en þessari. Lausnir á vanda heimilanna eru langsóttar komist atvinnulífið ekki af stað aftur og hverjir eru möguleikar þess án eðlilegrar bankastarfsemi.

Stjórnvöld hafa ekki úr mörgum leiðum að velja. Aðkoma Alþjóðagjaldseyrissjóðsins setur skorður sem ekki verður unnt að horfa framhjá á meðan þjóðin er í einskona gjörgæslu hans. Þau mega þó ekki verða of íþyngjandi t.d. í vaxtamálum þannig að atvinnu- og mannlíf bíði skaða af. Þá munu kröfur almennings um að gert verið hreint eftir bankahrúnið og þeir dregnir til ábyrgðar sem þar voru að verki hljóma áfram. Fólk sem nú þarf að taka á sig margvíslegar byrðar á kröfu um að það verði gert án neinna undanbragða.

S T U T T A R B O R G A R F R É T T I R

Um 4000 ungmenni í Vinnuskólanum

Rúmlega 5.200 sumarstörf verða í boði hjá Reykjavíkurborg í sumar. Gert ráð fyrir að um 4.000 ungmenni verði ráðin til Vinnuskóla Reykjavíkur sem er um 90% af þeim aldurshópi sem sótt getur um slík störf. Á síðasta ári voru um 2.700 unglingar ráðnir til skólans og nemur aukningin því um 48% en til að mæta því verður vinnutími stytur nokkuð. Hanna Birna Kristjánsdóttir, borgarstjóri segir það er sérstakt ánægjuefni að í sumar verða fleiri störf í boði hjá Reykjavíkurborg en nokkru sinni fyrr en þetta sé í samræmi við þá áherslu borgaryfirvalda að tryggja eins mörg slík störf og kostur er við núverandi aðstæður. Hanna Birna segir það mikið afrek að borgin geti boðið svo mörg sumarstörf. Þessi störf séu ekki aðeins mikilvæg fyrir það unga fólk sem mun sinna þeim, heldur ekki síður fyrir Reykjavíkurborg sem njóta muni góðs af kröftum þeirra.

Fjölgun um 40%

Tilkynningum til Barnaverndar Reykjavíkur hefur fjölgað um 40% á fyrstu þremur mánuðum þessa árs. Alls hafa borist yfir 1100 tilkynningar á fyrstu þremur mánuðum ársins en voru 775 á fyrstu þremur mánuðum síðasta ár. Ljóst er að hluta þessarar fjölgunar má rekja til mjög aukinnar vitundar íbúa og starfsmanna borgarinnar um nauðsyn þess að vera vakandi fyrir liðan barna við erfiðar aðstæður í efnahagsmálum þjóðarinnar. Einnig er ljóst að erfiðar efnahagsaðstæður birtast í fjölgun hegðunarvandamála hjá börnum, og því miður einnig í fjölgun erfiðari mála og meiri vanda hjá foreldrum. Borgaryfirvöld munu því fylgjast náið með barnaverndarmálum á næstunni. Í frétt frá Reykjavíkurborg segir það vera reynsla annarra landa sem glíma við kreppu að barnaverndarmálum fjölgi og sé fjölgun tilkynninga til Barnaverndar Reykjavíkur á fyrstu þremur mánuðum ársins er vísbending um að svo geti einnig orðið hér.

Tekist á við breyttar aðstæður

Hanna Birna Kristjánsdóttir, borgarstjóri hefur vakið sérstaka athygli á því hversu vel starfsmönnum þjónustumiðstöðvanna hefur gengið að takast á við breyttar aðstæður en hún og Óskar Bergsson, formaður borgarráðs, hafa að undanförmu heimsótt þjónustumiðstöðvar Reykjavíkurborgar í öllum hverfum borgarinnar. Meginmarkmið heimsóknanna er að afla upplýsinga um áhrif breytinga í efnahagslífinu á liðan íbúa og þróun þjónustu þjónustumiðstöðvanna. Þjónustumiðstöðvarnar veita þverfaglega, heildstæða fjölskylduþjónustu í öllum hverfum borgarinnar. Hanna Birna og Óskar hafa annars vegar fundað með starfsmönnum þjónustumiðstöðvanna og hins vegar fulltrúum lykilsamráðsaðila þjónustumiðstöðvanna í hverfunum, t.d. fulltrúum grunn- og leikskóla, barnaverndar, frístundastarfs, lögreglu, presta, íbúasamtaka og hverfisráða.

Hrein og hæf til sjóbaða

Strandlengja Reykjavíkur er

hrein og hæf sem útivistarsvæði og til böðunar. Valdur staðir á strandlengjunni henta vel til útivistar og sjósund í Nauthólsvík nýtur nú mikilla vinsælda. Heilbrigðiseftirlit Reykjavíkur vaktar strandsjóinn umhverfis Reykjavík og kynnti ráðinu niðurstöður sínar í vikunni. Ellefu staðir sem eru líklegir til útivistar eru vaktaðir frá apríl til október ár hvert og sýni tekin til að kanna saurkóligerlamengun. Reglubundin vöktun hefur farið fram síðan árið 2003. Farið er eftir reglugerðum um fráveitur og skólp og mengun vatns.

Ungar raddir í borgarstjórn

Reykjavíkurráð ungmenna fundaði með fulltrúum borgarstjórnar nýlega. Fundinn sátu átta ungmenni úr Reykjavíkurráði og átta borgarfulltrúar, auk borgarstjóra. Ungmennin töluðu fyrir tillögum Reykjavíkurráðs ungmenna og borgarfulltrúar tóku þátt í umræðum um tillögurnar. Ungmennaráð hafa starfað í öllum hverfum Reykjavíkur síðan haustið 2001 og er markmiðið með starfi þeirra að skapa vettvang og leiðir til þess að gera þeim sem eru yngri en 18 ára kleift að koma skoðunum sínum og tillögum á framfæri við viðeigandi aðila. Einnig að veita þátttakendum í ráðunum fræðslu og þjálfun í lýðræðislegum vinnubrögðum. Frá því ráðin tóku til starfa hefur fjöldi tillagna komið inn til Reykjavíkurráðs auk þess sem ungmennaráðin hafa fjallað um ýmis mál.

Stefnumótun í málefnum innflytjenda

„Horft til framtíðar“ nefnist stefnumótun og aðgerðaráætlun Reykjavíkurborgar í málefnum inn-

flytjenda fyrir árin 2009 til 2012. Meginmarkmið stefnu Reykjavíkurborgar í málefnum innflytjenda eru að borgin leggi metnað sinn í að sinna öllum íbúum sínum af kostgæfni og koma til móts við ólíkar þarfir hvers og eins. Í stefnumótuninni er kveðið á um að fagnað verði komu fólks frá öðrum löndum og með ólíkan bakgrunn og leitast við að tryggja miðlun upplýsinga um þjónustu, réttindi og skyldur eftir mismunandi leiðum til allra nýrra íbúa. Áhersla verður lögð á að Reykjavíkurborg vinni stöðugt að því að auka fjölmenningarlega færni starfsfólks borgarinnar sem sinnir móttöku og samskiptum við nýja íbúa og leitað verði allra leiða til að koma í veg fyrir fordóma og að íbúum sé mismunað vegna uppruna eða trúarbragða. Stefnumótunin er byggð á mannréttindastefnu Reykjavíkurborgar sem samþykkt var í borgarstjórn í maí 2006 og þeirri kortlagningu sem unnin var í málflökknum í verkefnastjórninni. Hanna Birna Kristjánsdóttir, borgarstjóri segir að Reykjavíkurborg sé fyrsta sveitarfélagið hér á landi sem unnið hafi svo viðamikla og heildstæða stefnu á sviði innflytjendamála. Stefnan sýni þann mikla metnað sem Reykjavíkurborg hafi í málefnum nýrra íbúa borgarinnar.

12 smíðavellir

ÍTR mun starfrækja smíðavelli fyrir börn á 12 stöðum í sumar. Helstu viðfangsefni þeirra eru kofasmiðar og smíði á ýmiss konar smáhlutum. Skráningargjald er 600 kr. fyrir hvert barn og greiðist við skráningu. Smíðavellir eru undir daglegri stjórn leiðbeinenda og ætlaðir börnum á aldrinum 8 til 12 ára. Forráðamönnum barnanna er bent á að ekki er um gæslu að ræða. Á alla smíðavelli er frjálst mæting.

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
 Vaktasími: **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
 Vaktasími: **565 5892 & 896 8242 • Sólarhringsvakt**
Komum heim til aðstandenda ef óskað er

TÖLUM SAMAN!
á vinanetinu

Vantar þig félagskap? Langar þig að spjalla á netinu? Viltu kynnast nýju fólki?



Skrá þig á vinanet.is og veru með þá upphafi þuggetri eignast góða vett til aðvinna.

Ungmennahreyfing
 

Sunnudagsgöngur í Breiðholtinu

Í júní verður boðið upp á gönguferðir um Breiðholtið með leiðsögn kunnugra manna. Það eru kirkjurnar í hverfinu sem hafa frumkvæðið að þessum gönguferðum sem eiga það allar sameiginlegt að byrja og enda við kirkju.

Bryndís Malla Elísdóttir, héraðsprestur í Breiðholtskirkju segir að fyrsta gangan verði farin frá Seljakirkju sunnudaginn 7. júní kl. 10. Þá verði gengið að Breiðholtskirkju með leiðsögn Birnu Bjarnleifsdóttur sem meðal annars mun segja frá gamla Breiðholtsbænum og fleiri merkjum stöðum á leiðinni. Í Breiðholtskirkju verði síðan messað kl. 11 og boðið upp á hressingu að henni lokinni.

Göngunum verður síðan haldið áfram því sunnudaginn 14. júní verður gengið frá Breiðholtskirkju kl. 10 til messu í Fella- og Hólakirkju sem byrjar kl. 11. Þá verður gengið upp Elliðaárdalinn og staldrað við á merkjum stöðum. Síðasta gangan verður sunnudaginn 21. júní á sumarsólstöðum. Þá verður lagt af stað frá Fella- og Hólakirkju kl. 19 og gengið til kvöldmessu í Seljakirkju kl. 20. Ekið verður með göngufólk aftur að þeirri kirkju sem göngurnar hófust þegar allir hafa þegið hressingu eftir messurnar. Þessar göngumessar eru liður í auknu samstarfi safnaðanna sem sameinast um helgihald þessa daga. Þær eru einnig tilvalið tækifæri til þess að njóta umhverfisins og náttúru Breiðholts í góðum félagsskap.



Margir tóku til hendinni

Hverfisráð Breiðholts stóð fyrir fegrunar- og hreinsunar-átaki nú um helgina. Víða mátti sjá íbúa taka til hendinni í hverfinu við fegrun og hreinsun eftir veturinn.

Einnig mátti sjá að fjölmörg fyrirtæki og stofnanir höfðu

lagt sitt af mörkum í fegrun og hreinsun. Átakið tókst mjög vel og er því ætlað að hvetja fólk til að taka höndum saman um að halda hverfinu hreinu og fallegu alla daga íbúum og öðrum sem um hverfið fara til yndisauka.



Margt að skoða og upplifa á Hengilssvæðinu

Frábærar gönguleiðir um fjölbreytt landslag þar sem orkan kraumar undir fótum göngumanna.

Í Hellisheiðarvirkjun er tekið á móti gestum alla daga frá kl. 9:00 til 18:00. Þar má fræðast um vistvæna orkuvinnslu, náttúrufar, sögu og umhverfi Hengilssvæðisins.

Kynningarfulltrúar Orkuveitu Reykjavíkur eru jafnan á staðnum og veita fræðslu og

upplýsingar. Aðgangur er ókeypis og sýningin öllum opin.

Göngukort af Hengilssvæðinu er til sölu í Hellisheiðarvirkjun, Upplýsingamiðstöð Suðurlands og ýmsum bókaverslunum. Alls hafa verið merktir um 120 km af gönguleiðum og göngustígar lagðir. Gönguleiðirnar eru styrkleikamerktar þannig að allir eiga að geta fundið sér leið eftir getu.

Quiznos Sub
Nýbýlavegi 32
Lambasamloka með bernaie Malt og Appelsín
825- kr.

Gerðu góðverk í dag
907 2002
Hjálparstarf kirkjunnar
www.help.is

Gallery fiskur
Höfum tekið við kaffihúsinu í Gerðubergi
Erum áfram með fiskbúð og veitinga-hús í Nethyl Verið velkomin
www.galleryfiskur.is



VIÐTALIÐ

Búinn að vera hér í 36 ár

Guðmundur H. Guðmundsson, bakarameisteri og Álfheiður Guðjónsdóttir, eiginkona hans eru frumbýlingar í Breiðholti. Þau réðust í uppbyggingu í Fellahverfinu á byggingarárum þess þegar þau stofnuðu Breiðholtsbakarí árið 1973 eða fyrir 36 árum. Þau fluttu síðar úr Hvassaleitinu í Seljahverfið þar sem þau hafa búið í rúma þrjá áratugi.

Fyrir nokkrum árum seldu þau hluta af starfsemi, þar á meðal nafnið Breiðholtsbakarí ásamt heildsölustarfsemi og tækjum en settu á stofn minna bakarí og kaffihús við Drafnarfell undir heitinu Hús bakarans. Breiðholtsbakarí var aftur á móti að baki Drafnarfellsins í byggingu við Völvufell sem er að hluta í eigu Guðmundar og fjölskyldu hans og hann nýtir hluta þess í þágu Húss bakarans. Fyrir rúmum tveimur árum ræddi Breiðholtsblaðið við Guðmund um það ástand sem hefur skapast á þjónustureitnum sem stendur saman af Eddufelli, Drafnarfelli og Völvufelli þar sem þjónustustarfsemi hefur dregist verulega saman frá því sem áður var líkt og orðið hefur víðar í hverfum Breiðholtsins. Þjónustan hefur verið að flytjast burt og eftir standa húseignir sem á sínum tíma voru byggðar samkvæmt skipulagi til þess að hýsa þar sem þá var talin nauðsynleg þjónusta í hverju íbúðahverfi. Í viðtalinu þá lét Guðmundur að því liggja að í raun þyrfti að rífa þetta hverfi og byggja það upp frá grunni með breyttar þarfir þjónustuaðila og íbúa að leiðarljósi. Verslanamiðstöðin við Drafnarfell og Eddufell þjónaði augljóslega ekki lengur þeim tilgangi sem henni var ætlaður í upphafi. Hann segir nú að vegna bankahrunsins á liðnu haust megi gera ráð fyrir að lítið verði unnið eftir slíkum hugmyndum á næstu árum og hefur nú sett fram nýjar hugmyndir um nýtingu þess

húsakosts sem stendur ónotaður eða lítið notaður á þessu svæði. Þótt þær miðist að tímabundinni lausn eru þær allra athygli verðar. Breiðholtsblaðið heimsótti þennan eldhuga Breiðholtsins öðru sinni á dögunum og rabbaði við hann um árin hans í Breiðholti og nýjar hugmyndir um nýtingu Drafnar- og Eddufellsreitsins.

Listamenn og sprotafyrirtæki í þetta húsnæði

“Vegna þess ástands sem nú er í þjóðfélaginu þá sé ég ekki að framkvæmdir af þessum toga geti hafðist á allra næstu árum. Engu að síður finnst mér mikilvægt að efla þetta svæði með einhverri nýrri starfsemi. Ég tel að ekki þurfi mikið að gera til þess að laga aðkomuna að Drafnarfellinu og síðan þarf að finna starfsemi í húsin sem eru auð - bæði framhúsin og einnig það húsnæði sem stendur ónotað bakatil. Ég hef verið að velta því fyrir mér hvort þetta geti hentað undir listastarfsemi og hugsanlega smáðnað og sprotastarfsemi. Húsaleiga þyrfti ekki að vera það há að hún yrði fráhrindandi og afmarkaðar stærðir gætu örugglega hentað fyrir eins til þriggja og fjögurra manna vinnustofur. Ég veit að margt fólk er að fást við eitt og annað bæði á sviði lista og annarrar starfsemi sem gæti nýtt sér þetta húsnæði. Einskonar listamannanýlenda og listagallerí myndi glæða umhverfið nýju lífi og bakumhverfið er hentugt til útivistar. Ég hef verið að koma þessum hugmyndum mínum á framfæri og er tilbúinn að leggja þeim lið eins og ég get.”

Búinn að vera hér í 36 ár

“Já - ég er löngu orðinn fullgildur Breiðhyllingur búinn að vera hér í 36 ár. Við opnuðum Breiðholtsbakarí 1973 og það hefur verið samfelldur bakarísrekstur hér



Guðmundur H. Guðmundsson, bakarameisteri situr á tröppum eins þeirra húsa við Völvufell sem hann telur að gætu nýst listafólki og sprotafyrirtækjum.

síðan. Ég held að þetta sé langelsta fyrirtækið í Breiðholtshverfinum ef við teljum árin frá því að við opnuðum. Þegar við byrjum er hverfið rétt að byggjast upp. Vinnuskúrarnir frá Breiðholti voru hér við hliðina á okkur. Þá stóðu yfir byggingaframkvæmdir við Æsufellsblokkina og fleiri byggingar í Fellunum sem voru á vegum Breiðholts. Uppgangurinn var hér og fólkið streymdi að. Hingað fluttu stórar barnafjölskyldur. Ætli hafi ekki verið um 1700 nemendur í Fellaskóla þegar flest var en nú eru líðlega 500 nemendur þar. Því var ekki óeðlilegt að veðja á þetta nýja hverfi til þess að hefja þar þjónustustarfsemi.”

Vildum búa nær starfsemi

“Við bjuggum í Hvassaleytninu en fórum fljótlega að huga að því að flytja okkur í Breiðholtið til

þess að vera nær atvinnurekstrinum. Við sóttum um lóð í Seljahverfinu þegar það var í byggingu og byggðum okkur hús í Bakkaselinu. Við erum búin að búa þar í 31 ár í júní n.k. Við erum því algerir Breiðhyllingar. Störfum hér og búum og ef satt skal segja þá förum við afskaplega lítið inn í Reykjavík – niður í bæ eins og það er kallað. Hér höfum við það sem við þurfum,” segir Guðmundur og fer að íhuga hvar borgin endi og Breiðholtið byrji eins og hann kemst að orði. Hann segir að úthverfin hafi liðið fyrir sinnuleysi af hálfu borgarinnar í gegnum árin og þar sé Breiðholtið síst undanskilið. Guðmundur segir að Fellahverfið hafi verið skipulagt þannig að öll þjónusta gæti verið fyrir hendi. “Hugmynd þeirra Geirharðs Þorsteinssonar og Hróbjarts Hróbjartssonar, sem hönnuðu þetta umhverfið og fengu fyrstu verðlaun fyrir gekk

út á að fólk gæti gengið út í búð eða sótt aðra þjónustu sem það þarfnaðist. Það gæti lagt bilunum fyrir framan blokkirnar eða annað húsnæði og síðan farið gangandi heiman að frá sér. Ég hygg að þeir hafi sótt hugmyndir sínar að einhverju leyti til annarra landa því svona skipulag er mjög vel þekkt víða þar sem vegalengdir eru miklar og ógerningur fyrir fólk að fara um langan veg eftir brýnustu nauðsynjum. Geirharður sagði mér einhverju sinni að bakgrunnurinn hafi falist í því að hægt væri að sækja þjónustuna um sem skemman veg. Ég hef líka séð þetta þar sem ég hef komið. Ég sá t.d. gamlar verslunarmiðstöðvar í fullum blóma í Finnlandi þar sem öllu hefur verið haldið við. En hér hefur þróunin orðið önnur og þjónustan horfið úr þessum hverfisþjónustumiðstöðvum yfir í stærri þjónustusvæði og einingar. Þessi þróun hófst einkum með tilkomu Kringlunnar og síðar Smáralindar þótt ég sé alls ekki að segja að öll þjónustan hafi farið þangað. Lágvöruverslunarkeðjurnar komu einnig til sögunnar og matvöruverslunin dróst inn í þær af ýmsum ástæðum. Eiginlega er með ólíkindum hversu þessar verslunarkeðjur hafa fengið að vaxa en mér skilst að lögin séu með þeim hætti að ef fyrirtækin vaxa innan frá en ekki með sameiningu við önnur fyrirtæki í sama rekstri þá geti þetta gerst. Þetta breytti öllum verslunarháttum og Íslendingar eru einnig svo vanir að skreppa á bílum að þeir setja ekki nokkra ökuferð fyrir sig til þess að ná sér í brýnustu nauðsynjar.”

Þróunin andstæð þessu umhverfi

Guðmundur segir að þjónustufyrirtækin hafi farið hvert af öðru. Mikil blóðtaka hafi orðið þegar starfstöðvar á borð við banka og apótek fóru úr Drafnarfellinu. Síðan hafi lágvöruverslanirnar fylgt á eftir. “Bónusbúðunum í Eddufelli og í Seljahverfi var báðum lokað og veðjað á Hólagarð. Ef maður lítur til baka og rifjar þessa þróun upp læðist að manni sá grunur að lágvörukeðjurnar hafi haft einhverskonar samráð með sér þegar verið var að skipuleggja staðsetningu verslana þeirra. Þetta er auðvitað aðeins órökstuddur grunur en hann varð til þegar maður gerði sér grein fyrir hvernig þessi þróun átti sér stað.” Guðmundur segir að þótt lágvöruverslun hafi haldist í Hólagarði hafi annað farið þaðan og nefnir bankaútibú sem dæmi er flust hafi niður í Mjódd. “Nú er enga bankaðþjónusta að finna í Efra Breiðholti og ekkert pósthús. Þessi þróun í bönkunum var löngu orðin að veruleika þegar hrunið varð á liðnu hausti. Þjónustan við almenning fluttist að einhverju leyti inn á internetið og við það minnkaði þörfin fyrir útibúanetið sem leiddi til þess að heilu hverfin og byggðarlögin eru án bankaðþjónustu nema hvað einn og einn hraðbanka er að finna. En þetta er auðvitað hluti af stærri þróun sem var þessu umhverfi andstæð.”

Hugmyndir Alfreðs voru góðar

Guðmundur segir að borgaryfirvöld hefðu þurft að bregðast við þessu með einhverjum hætti. Huga að því hvernig þessi svæði á borð við Drafnar-, Eddu- og Völvufellið yrðu nýtt í framtíðinni þar sem þau virðast hafa glatað upphaflegum tilgangi sínum



WALDORFSKÓLINN SOLSTAFIR

Innritun fyrir skólaárið 2009-2010 er hafin!

Waldorfgrunnskólinn er fyrir börn á aldrinum 6-16 ára.

Starfið byggir á uppeldisfræði Rudolfs Steiner með sköpunarkraft einstaklingsins að leiðarljósi.

Listræn framsetning og úrvinnsla alls námsefnis og heilbriggt félagslegt umhverfi eru sett í forgrunn.

<http://waldorf.ismennt.is/>.



Hraunbergi 12 • 111 Reykjavík • Sími 5771110



Vel viðhaldið húsnæði og snyrtilegt umhverfi í nágrenni þjónustureitsins í Fellahverfi.



Hér mætti gera hentugt húsnæði fyrir lítil fyrirtæki og vinnuaðstöðu fyrir einstaklæinga að mati Guðmundar.

að verulegu leyti. Í viðtali sem Breiðholtsblaðið átti við Guðmund fyrir tveimur árum varpaði hann þeirri hugmynd fram að vinna þyrfti nýtt deiliskipulag fyrir þetta svæði með íbúðabyggingar og nokkurt þjónusturými í huga. Nýtingarhlutfall núverandi deiliskipulags muni ekki nægja til þess að vekja áhuga byggingaraðila og fjárfesta á ávinningi af byggingaframkvæmdum. En nú eru aðrir tímar og litlar líkur á að þetta svæði verði endurbyggt frá grunni á næstu árum. Guðmundur segir að ákveðin athugun hafi farið fram fyrir nokkrum árum á hvaða möguleikar kynnu að vera fyrir hendi. "Alfred Þorsteinsson, fyrrverandi borgarfulltrúi hafði mikinn áhuga á þessu máli og setti ákveðna vinnu af stað. Hugmyndir Alfreds voru góðar en því miður tókst ekki að ljúka því verkefni að endurskipuleggja þetta svæði að hluta til. Það var komið samkomulag við byggingaaðila sem var tilbúinn að kaupa upp

húseignir hér og rýma þannig til fyrir nýbyggingum sem myndu henta betur þeirri stöðu sem er í dag. Hugmyndin var að í stað þeirra húsa sem nú standa - sum auð og ónotuð kæmu íbúðabyggingar þar sem gert væri ráð fyrir þjónusturýmum á jarðhæðum. Þessar byggingar myndu mynda framlínu byggðarinnar en síðan yrðu byggð íbúðarhús baka til þar sem um mjög stórar lóðir er að ræða. Með þessu mætti stórkæmt nýtinguna bæði til búsetu og þjónustu. Parna var til umræðu að byggja mætti íbúðir fyrir eldri borgara, námsmannaíbúðir og hefðbundnar íbúðir. Fellahverfið er mjög gott hverfi sé litið á það sem heild og það er erfitt að skilja það vanmat sem það hefur orðið fyrir. Endurbygging þessa hluta getur eflt það enn frekar," segir Guðmundur H. Guðmundsson, bakameistari í Húsi bakarans við Drafnarfell.

Matjurtgarðar við Stekkjarbakka

Alls verða um 200 matjurtgarðar leigðir út á vegum Reykjavíkurborgar í sumar. Á milli 50 og 80 garðar verða við Stekkjarbakka í Breiðholti en aðrir í lausum gördum á vegum Skólagarða Reykjavíkur víðsvegar um borgina. Að haustnóttum er síðan ætlin að meta reynsluna af þessum samningi og taka ákvarðanir til framtíðar um útleigu matjurtgarða til lengri og skemmri tíma.

Að sögn Þorbjargar Helgu Vigfúsdóttur, formanns umhverfis- og samgönguráðs Reykjavíkurborgar hefur áhugi á matjurtagörðum stóruaust að undanfögnu og biðlistar myndast. Með samstarfi við Garðyrkjufélagið vilja borgaryfirvöld leitast við að koma til móts við áhugasama borgarbúa að þessu leyti og auka möguleika þeirra á garðrækt. Í frétt frá Reykjavíkurborg kemur fram að margir Reykvíkingar séu spenntir að koma þessu áhugamáli í framkvæmd og þess sé vænst að samningurinn við Garðyrkjufélagið muni styðja við þann áhuga og einnig að auka tengsl á milli ræktenda þar sem um grenndarverkefni er að ræða. Reykjavíkurborg mun fá til afnota um 2500 fermetra svæði við Stekkjarbakka og við Dalbæ við Vatnsveituveg auk þess sem aðgangur að vatnslögnum til vökvunar verður tryggður. Garðyrkjufélagið mun annast útleigu garðlanda en gert er ráð fyrir að garðarnir verði um 25 fermetrar að stærð og verði leigðir á 5.000 krónur.



Ellý Katrín Guðmundsdóttir sviðsstýra Umhverfis- og samgöngusviðs, Þorbjörg Helga Vigfúsdóttir form. umhverfis- og samgönguráðs, Þórólfur Jónsson garðyrkjustjóri, Vilhjálmur Lúðvíksson form. Garðyrkjufélags Íslands, Lilja Sigrún Jónsdóttir læknir og Valborg Einarsdóttir hjá Garðyrkjufélaginu.

Besta verðið í Breiðholti

DV birti niðurstöður úr verðkönnun á Pizzum nýlega og það kemur e.t.v. Breiðholtsbúum ekki á óvart að besta verðið var hjá tveimur pizzustöðum í Breiðholti.

Big Papas í Mjóddinni var með lægsta verðið á þeirri gerð sem könnuð var og Wilson's Pizza, sem rekur pizzastað í Eddufelli, voru næst lægst-

ir. Munurinn á verðunum var afskaplega lítill. Við látum liggja á milli hluta hvaða aðili var með hæsta verðið en óskum Big Papas og Wilson's Pizza til hamingju með bestu pizzuverðin og bendum lesendum á að ekki þarf að leita langt yfir skammt til að fá sér pizzu á besta verðinu í bænum.

Sumardagar

Konukvöld 14. maí kl. 19:30 - 22:00

í Hólagarði

NAGLA FEGURÐ
Naglastofa ■ Skóli ■ www.naglafegurd.is

**Persónuleg
þjónusta og
þægilegt umhverfi**

Sportvörur • Leikföng • Rífföng

Leiksport
Hólagarði

Sími: 557 5020

Vönduð tískuföt á góðu verði
Stærðir 36 - 50

Vefta
Tískuföt
Hólagarði - 557 20 10
www.vefta.is

Apótekið
lægra verð

BONUS
býður betur

fætur & fegurð
HÓLAGARÐI - LÓUHÓLUM 2-4
smíði og fótadgerðastofa
SÍMI 557-5959

ÝR
HÁRSNYRTISTOFAN
HÓLAGARÐI

Boltinn í beinni

BÚLFURINN
S: 567 8444
Krá • Sportbar
Smurbrauðstofa • Snittur
Gullnáman



Englar og rósin

Mánud. - mivikud.
kl. 12 - 18:30
Fimmtud - Laugard.
kl. 10 - 21:00
Sunnudaga
kl. 10 - 18:00

reinn
efnalaug & þvottahús
síðan 1975

Sími
557 2653

Gjafavörur, snyrtivörur og fylgihlutir í úrvali

Snyrtivöruverlsunin
Mana
Sími: 557 1644

Nýtt hverfisráð og aukin hverfatengd þjónusta

Nýtt hverfisráð hefur tekið til starfa fyrir Breiðholtið. Formaður þess sem fyrr Brynjar Fransson en aðrir í ráðinu eru; Ragnhildur (Raggý) Björk Guðjónsdóttir, Þorkell Ragnarsson, Falasteen Abu Libdem og Salmann Tamimi. Varamenn eru; Hafstein Valsson, Elísabet Ólöf Helgadóttir, Linda Birna Sigurðardóttir, Stefán Jóhann Stefánsson og Sóley Tómasdóttir. Áheyrnarfulltrúi í hverfisráðinu er Sigurður Þórðarson og til vara Helga Þórðardóttir.

Hverfatengd þjónusta hefur verið til umræðu hjá borgaryfirvöldum og samþykkt borgarstjórn nýlega að hefja vinnu við mótun stefnu um samþætta þjónustu í hverfum borgarinn-

ar. Markmið með mótun þeirrar stefnu er að ná sameiginlegri pólitískri sýn á þróun, starfsemi, hlutverk og stefnu hverfatengdrar þjónustu í þágu borgarbúa til framtíðar. Borgarráð skipar sjö manna vinnuhóp sem á að vinna að mótun stefnunnar og leggi hana fyrir borgarráð á fyrsta fundi ráðsins í október. Tillagan var samþykkt með 15 samhljóða atkvæðum borgarfulltrúa og af umræðu í borgarstjórn má draga þá ályktun að allir borgarstjórnarflokkar líti til þjónustumiðstöðvanna með mikilvægi þeirra í huga og að nauðsyn beri til þess að útvíkka enn frekar starfsemi þeirra frá því sem nú er.



Börnin með verkin sem þau færðu þjónustumiðstöðinni að gjöf.

Þjónustumiðstöð fær veglega gjöf

Lenka Lipková og Þormar Jónsson heimsóttu Þjónustumiðstöð Breiðholts nýlega ásamt sonum sínum Matthias Lipka og Finni Lipka, og færðu stöðinni veglega gjöf.

Um var að ræða 12 listaverk sem börn ættuð frá Japan, Tékklandi, Þýskalandi og Austurríki, hafa unnið í því starfi sem Heimsfriðarsamband kvenna hefur staðið fyrir í Þjónustumiðstöð-

inni annan hvern laugardag að undanfögnu. Þar hafa bæði börn, unglingar og fullorðnir tekið þátt í skapandi starfi og ýmis konar lífsleikniverkefnum sem snúa til að mynda að því að geta sett sér heilbrigð markmið í lífinu. Helga Sigurjónsdóttir, þjónustustjóri og Þorsteinn Hjartarson, framkvæmdastjóri, tóku á móti þessari höfðinglegu gjöf fyrir hönd Þjónustumiðstöðvar Breiðholts.

Breiðholtsblaðið

Auglýsingasími: 511 1188 & 895 8298
borgarblod@simnet.is

Fjörugar umræður á stjórnmalafundi

Fjörugar umræður urðu á stjórnmalafundi sem Íbúasamtökin Betra Breiðholt stóðu fyrir í sal Breiðholtsskóla fimmtudaginn 16. apríl síðastliðinn.

Á fundinn mætti einn talsmaður frá hverju stjórnmalaaflí. Guðlaugur Þór Þórðarson mætti fyrir Sjálfstæðisflokkinn, Sigríður Ingibjörg Ingadóttir fyrir Samfylkinguna, Jakobína Ólafsdóttir fyrir Frjálslynda flokkinn, Birgitta Jónsdóttir fyrir Borgarahreyfinguna, Lilja Mósesdóttir fyrir Vinstri Græna, Einar Skúlason fyrir Framsóknarflokkinn og Guðrún María Óskarsdóttir fyrir Lýðræðishreyfinguna og fékk hver frummælandi fimm mínútur til framsögu.

Ýmis hitamál í þjóðfélaginu komu til umræðu, svo sem aðild að ESB og Shengen en einnig var rætt um hvernig gera mætti Breiðholtið að enn betra og eftirsóknarverðara hverfi. Nokkuð var rætt um útsýni úr efri hverfum Breiðholtsins og verðmæti þess þar sem viðlíka útsýni þætti afar flott víða erlendis. Íbúasamtökin vilja koma þakklæti á framfæri fyrir framlag allra sem komu að þessum fundi og hvetja íbúa til að láta vita um það sem betur mætti fara í hverfinu. Þá má geta þess að Íbúasamtökin halda uppi blogg-síðu <http://ibb.blog.is/> og vera á Facebook



Talið frá vinstri: Guðlaugur Þór Þórðarson, Sigríður Ingibjörg Ingadóttir, Jakobína Ólafsdóttir, Birgitta Jónsdóttir, Lilja Mósesdóttir, Einar Skúlason og Þorsteinn Hjartarson, sem var fundarstjóri.



Runar Geirmundsson



Sigurður Rúnarsson



Elís Rúnarsson



Þorbergur Þórðarson

Alhliða útfararþjónusta

Símar: 567 9110 & 893 8638

www.utfarir.is • runar@utfarir.is



Útfararþjónustan ehf.

Stofnað 1990



Það er komið sumar í bókasafninu!



BORGARBÓKASAFN
REYKJAVÍKUR

Borgarbókasafn Gerðubergssafn
Gerðubergi 3-5, s. 557 9122
www.borgarbokasafn.is

Gerðubergssafn

verður opið í sumar:

mán. - fim. 10-19

fös. 11-17

lau. og sun. 13-16 í maí

lokað um helgar í júní, júlí og ágúst
safnið verður lokað 27. júlí - 10. ágúst

Seljasafn lokað júní, júlí og ágúst

Sumarskólinn í FB

Yfir 80 áfangar - Netinnritun á www.fb.is

Viljum sýna snyrtimennsku og góða umgengni

„Með þessu framtaki viljum við sjá til þess að umgengni sé góð og snyrtimennska og virðing fyrir umhverfinu sé í heiðri höfð,“ segir Guðrún Jónsdóttir, íbúi í Arahólum, sem tók virkan þátt í vitundavakningu Reykjavíkurborgar en borgaryfirvöld birtu á dögnum hvatningu til borgarbúa um að taka höndum saman við að hreinsa til í borginni eftir veturinn.

Íbúar í Arahólum 2 í Breiðholti tóku áskorun borgarinnar með bros á vör og hafa tekið að sér að snyrta nærumhverfi sitt með því að tína rusl og snyrta tré og runna. „Þessi vitundavakning okkar hófst með átakanu Tökum upp hanskan fyrir Reykjavík en þá létu borgaryfirvöld okkur í té áhöld sem auðvelda þessa vinnu. Við hreinsunina gerum við ekki greinarmun á sameiginlegu landi borgarbúa og einkalöðum. Ég hef til að mynda tekið að mér svæði við Stekkjarbakka og Vesturhóla þar sem mikill fjöldi gangandi vegfarenda á leið um. Eftir að upplýsingaskilti voru sett upp á staðnum hefur hann orðið vinsæll áningastaður ferðamanna og æ algengara er að rútur eigi þarna leið um. Ferðamenn koma hingað til að virða fyrir sér útsýnið sem er afar fallegt á þessum stað,“ segir Guðrún,



Guðrún Jónsdóttir í Arahólum 2 við hreinsunarstörf í nágrenni við heimili sitt.

Landslagsmyndir í Boganum



Ein af myndum Magnúsar á sýningunni í Gerðubergi. Eins og sjá má er stíllinn persónulegur og hann leitar andlita í náttúrunnu sem hann lætur tala til áhorfandans.

Magnús H. Gíslason sýnir nú myndir í Boganum í Gerðubergi. Magnús er alþýðulistamaður sem hóf að stunda myndlist á fullorðins aldri.

Magnús stundaði sjó um langan tíma. Hann var orðinn skipstjóri á togara aðeins 24 ára gamall og var komin um sextugt þegar hann kom loks í land. Hann starfaði að netagerð eftir að sjómennskuferlinum lauk en eftir að hann hætti

að vinna tók hann að sinna myndlistinni af fullum krafti. Magnús tekur þátt í félagsstarfinu í Gerðubergi og hefur þar m.a. unnið að myndlist undir leiðsögn Nönnu S. Baldursdóttur auk þess sem hann hefur sótt sér tilsögn víðar. Magnús vinnur einkum með akrýlliti og sækir sér myndefni í landslag þar sem hann hefur náð að skapa sér sinn persónulega stíl.

Foreldrar
verum samtaka



Útivistarreglurnar

1. maí til 1. september

12 ára börn og yngri mega vera úti - til kl. 22

13 - 16 ára börn mega vera úti - til kl. 24

1. september til 1. maí

12 ára börn og yngri mega vera úti - til kl. 20

13 - 16 ára börn mega vera úti - til kl. 22

Útivistarreglurnar eru samkvæmt barnaverndarlögum. Börn mega ekki vera á almannafæri utan ofangreinds tíma nema í fylgd með fullorðnum. Bregða má út af reglunum þegar börn 13-16 ára eru á heimleið frá viðurkenndri skóla-, íþrótt- eða æskulýðssamkomu. Aldur miðast við fæðingarár.



Samstarfshópur
um forvarnir



Ríkislögreglustjórnin



Höfum opnað nýja snyrtistofu í
Parabakka 3 (neðri hæð Curves)

FRÁBÆR TILBOÐ Í MAÍ

Litun og plokkun.....	2.900
Brasilískt vax.....	3.900
Fótsnyrting með lökkun.....	4.900
Kaupir 60 mín andlitsbað, þá fylgir litun og plokkun frítt með.....	5.900

Opið frá 9-18 (lengur eftir eftirspurn)
Laugardaga frá 10-14
S: 6184002

**Nýjar
vörur**

Opið
mán. - föst. kl. 10-22.30
laugard. kl. 10-20
sunnud. kl. 12-20

SÚPER SÓL / NOON HÁRSTOFA

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

Glæsilegir munir í Árskógum



Guðmunda S. Gunnarsdóttir, myndlistarmaður við nokkur verka sinna á sýningunni.

Margir glæsilegir munir voru til sýnis á hinni árlegu handverksýningu Félagsmiðstöðvarinnar Árskógum 4 sem var haldin í félagsmiðstöðinni dagana 17., 18. og 19. apríl.

Sem fyrr voru allir munirnir

unnir í félagsmiðstöðinni á liðnum vetri. Á meðal muna á sýningunni má nefna myndverk frístundamálarahóps Elsu auk þess sem sönghópur Elsu tók lagið við undirleik Þorleifs Finnssonar og Elsu Haraldsdóttur.



Fristundaheimilið Denni dæmalausi starfar við Seljaskóla. Þar gera krakkarnir sér margt bæði til gangs og gaman. Þessi mynd eru frá frístundastarfinu. Önnur er af afrakstri ljósmyndaklúbbs en hin var tekin af nokkrum áhugasömum Dennakrökkum á liðnum vetri.

Breiðholtsblaðið

Auglýsingasími: 511 1188 & 895 8298
borgarblod@simnet.is

Hvaða bók/bækur ertu að lesa?



Ágætu Breiðholtsbúar.
Stefán Kristinnsson heiti ég og er nemi í Menntaskólanum í Reykjavík. Ég mun taka fyrir bókina Sölkú Völku eftir Halldór Kiljan Laxness.

Bókin segir frá mæðginunum Sigurlínu og Salvöru Jónsdóttur eða Sölkú Völku sem er sögumaður bókarrinnar. Mæðginin koma um miðja nótt að sunnan til Óseyrar við Axlarfjörð, lítills sjávarpláss þar sem kaupmaðurinn Jóhann Bogesen ræður ríkjum. Upphaflega ætluðu mæðgurnar lengra suður en komust ekki lengra vegna veikinda Sigurlínu og fátæktar. Fyrst þegar þær koma til Óseyrar hafa þær engan sama stað. Mæðginin fara til Hjalpræðishersins þar sem þær hitta fyrir Steinþór Steinsson. Steinþór er ræfilslegur drykkjumaður sem leiðir mæðgurnar til gamalla hjóna, Eyjóls sem er blindur og Steinunnar gömlu í Mararbúð. Á meðan lífið gengur sinn vana gang í Óseyri breyttist líf mæðginina verulega. Salka á ekki marga félag og vini í plássinu og er yfirleitt mjög illa til faranna, en vilji hennar og þrautseigja eru engu að síður til staðar hjá henni þó að Salka glími við mikla erfiðleika. Sigurlína trúlofast drykkjumanninn Steinþóri en Sigurlína verður ólétt. Ætla þau að giftast, en Steinþór fer frá landi rétt fyrir brúðkaupið og skilur aumingja Sigurlínu eftir óléttu. Fæðir Sigurlína barnið en deyr það nokkrum



Stefán Kristinnsson.

mánuðum síðar. Sigurlína verður mjög þunglynd og týnist hún, en kemur síðar í ljós að hún fyrirfór sér.

Aðstæður á Óseyri breyttast nú til muna, efnahagsástanið verður slæmt og fara kommúnista hugsjónir að hreiðra um sig í bænum. Kristófer Torfdal æðsti bolseviki Íslands er boðberi þessara breytinga ásamt æskuvini Sölkú Völku, Arnaldi. Arnaldur og Salka eiga náð samband og fara þau að spjalla um fortíð sína og fjölskyldur. Það er greinilegt að Salka er hrifinn af Arnaldi á einn eða annan hátt, en Salka og

Arnaldur byrja saman. Arnaldur fer í nám til Kaupmannahafnar en gefur henni nisti sem dáinn móðir hans átti. Þegar Arnaldur kemur til baka er hann breyttur. Salka heldur að hann elski sig ekki lengur og þau hætta saman. Hann fer aftur erlendis til að geta hitt stúlku í Ameríku en Arnaldur segist muna sakna Sölkú.

Salka Valka hefur fyrir löngu sannað sig sem ákveðinn máttarstólpi íslensku bókmenntanna. Að mínum mati er bókin glæsileg að því leytnu til að lýsingar Laxness á þessu litla byggðarlagi eru snilldarlegar og hvernig hann túlkar umhverfið, lýsir persónunum og tilfinningum er eitthvað sem fáir íslenskir rithöfundar hafa haft vald yfir. Bókin er vissulega löng og það tekur tíma að koma sér í gang við lestur hennar en fyrr en varir er maður kominn í kaf við lestur bókarrinnar. Bæring Óseyri lýsir ýmsum bæjum úti á landi og afkomu þeirra á fyrri hluta 20. aldar og gefur okkur lesendunum nasasjón af lífi og aðstæðum þeirra. En eins og Salka segir í bókinni „þegar öllu er á botninn hvolft þá er lífið þó umfram alt saltfiskur en ekki draumaríng!“

Salka Valka er skyldulesning fyrir fólk á öllum aldri og mæli ég hiklaust með henni.

Næstur til að skrifa grein í Breiðholtsblaðið er Kristinn Kristjánsson.

Torvaldsensfélagið styrkir Tröð

Thorvaldsensfélagið hefur veitt Unglingasmiðjunni Tröð í Breiðholti veglegan styrk til að fara í hestaferð norður í land með unglingana. Þessar hestaferðir hafa verið árlegur viðburður í starfi unglingasmiðjunnar ómetanlegar þeim unglingunum sem starfa í smiðjunni.

Styrkurinn er smiðjunni afar mikils virði því óvist var um hvort unnt yrði að fara þessa ferð án hans. Á móti hafa unglingarnir á Tröð tekið þátt í jóla-kortasölu fyrir Thorvaldsensfélagið. Starfsemi Traðar hefur átt mikinn þátt í félagsþroska margra ungmenna í gegnum tíðina en í raun er aðeins tjaldað frá degi til dags í þessari mikilvægu starfsemi. Hún býr við mikið fjárhagslegt öðryggi og er háð styrkveitingum af því tagi sem Thorvaldsensfélagið veitti að þessu sinni.



Ljósmyndin var tekin nýlega þegar Þorsteinn Hjartarson, framkvæmdastjóri Þjónustumiðstöðvar Breiðholts, Þórunn Ó. Óskarsdóttir, forstöðumaður Traðar (2. f.h), Guðrún Jónsdóttir, deildarstjóri Félagsstarfs Gerðubergs (2. f.v) og Ágústa Halldóra Gísladóttir, frístundaráðgjafi, tóku á móti stjórn félagsins og kynntu starfsemi Unglingasmiðjunnar og Þjónustumiðstöðvar Breiðholts.

Mynd: Ágústa.



Komdu í þægilegt og gott umhverfi

Hjóddin



Garðyrkjuvorið í Garðheimum

“Við í Garðheimum finnum fyrir miklum áhuga á matjurtarækt nú á þessu vori. Fólk er að koma og spyrja um matjurtarækt frá af ýmsum gerðum og einnig útsæði. Greinilegt er að margir ætla að rækta matjurtir í sumar og mun meira en verið hefur ef marka má þá eftirspurn sem berst til okkar,” segir Steinunn Reynisdóttir, verslunarstjóri í Garðheimum.

“Garðyrkjufélag Íslands er nú í samvinnu við Reykjavíkurborg að úthluta fólki skikum til ræktunar og fólk sem fengið hefur úthlutun er farið að koma til okkar til að fá vörur til þess að sá fyrir matjurtunum. Margir hafa ekki fengist við þetta áður og eru þá einnig að leita eftir leiðbeiningum og ráðgjöf varðandi ræktunarstörfin.” Steinunn segir að þjófélagsástandið yti greinilega undir þetta. “Ég greini það á samræðum við fólk sem er að koma hingað og er að hyggja að þessu nýja áhugamáli. Fólk sér ákveðna möguleika til sparnaðar í ræktuninni og garðræktin skapar einnig möguleika til hreyfingar og útiveru jafnvel þótt hún sé í smáum stíl.” Steinunn segir að fólk sé bæði að leita eftir fræjum til lífrænnar ræktunar og einnig hinnar venjulegu en áhugi fyrir lífrænni ræktun sé að aukast. Þá er fólk að leita sér ráða um hvernig best sé að byggja garðinn upp. “Þá er því til að svara að nauðsynlegt er að velja honum eins skjólgóðan og sólríkan stað og unnt er. Það er misskilningur að matjurtagarðar þurfi að ná einhverri lágmarksstærð. Þeir þurfa ekki að vera stórir. Svalir geta alveg dugað til matjurtaræktunar eða litlir pallar eftir því hvernig fólk býr. Það er alveg hægt að rækta ýmsar káltegundir og jafnvel gulrætur í pottum – einkum litlu kúlulaga gulræturnar.

Að byggja garðinn upp

“Þegar um stærri garða er að ræða hefst ræktunin á því að stinga garðinn upp og blanda lífrænum áburði í hann – áburði á borð við hæsnaskít eða þörungamjöldi vegna þess að það eykur lífið í moldinni. Síðan þarf að byggja garðinn upp og í því sambandi er gott að blanda ósöltum sandi, það er að segja ekki fjörusandi í moldina þar sem jarðvegur er þéttur vegna þess að sandurinn opnar jarðveginn. Þá þarf að búa til beð og mynda götur til að vatn sitji ekki í beðunum heldur fari í göturnar. Kalkrík jörð hentar illa fyrir kartöflurækt vegna þess að kalkið getur valdið svokölluðum kartöflukláða sem lýsir sér í blettum á hýðinu þegar tekið er



Áhugasamir garðræktendur í heimsókn í Garðheimum.

upp. Salat og aðrar matjurtir þoli á hinn bóginn kalk með ágætum og þar með kalkríka jörð.” Steinunn segir nauðsynlegt í allri ræktun að skipta um gróður og jurtir á tveggja ára millibili. Matjurtir taki mismunandi efni úr jarðveginum og því myndist svokölluð jarðvegsþreyta ef sama tegundin er ræktuð í sömu beðunum mörg ár í senn. Þá verði að sá sumum tegundum beint t.d. gulrótum og radísu og einnig sé hægt að sá blaðsalati og rófum og næpum með þeim hætti. Kartöflur og matlaukur þurfi aftur á móti að ná að spíra því aðeins annars nái þessar tegundir ekki þroska í moldinni hætta sé á mýglu. Best sé að láta kartöflur spíra á björtum stað og við 15 gráðu hita sem

gefi stuttar og gildar spírir. “Þá er nauðsynlegt að hafa gott millibil á milli plantna. Gulrófur þurfa um 20 til 30 sm millibil og kartöflur aðeins meira eða um 25 til 35 sm. Grænkál þarf um 35 til 40 sm bil á milli plantna og spergilskál 45 til 50. Salat og spínatplöntur þurfa minna bil. Salatið þarf um 20 sm og fyrir spínatið er nægjanlegt að vera með um 10 til 15 sm á milli plantan. Ef fólki finnst erfitt að meta þessar lengdir getur verið gott að nota prik til þess að mæla. Þegar gulrótum er sáð er gott að láta þær detta með jöfnu millibili og hafa um 5 til 6 cm. á milli. Annars þarf að grisja á vaxtartímbilinu og gulrótin er fyrsta rótun sem kemur út úr fræinu.



Sáðvörur í garðheimum.

Gott að setja dúk yfir

Ef að fólk vill getur það borið á þegar búið er að setja niður og nota þá tilbúinn áburð. Þá er blá-korn heppilegast vegna þess að í því er minnst hlutfall kofunar efnið en það fer einkum í blaðvöxtinn er fullt af snefilefnum og þríforsfati. Þá getur verið gott að bera auka þríforsfat á rótargrænmeti. Við rífs- og aðra berjaræktun er aftur á móti notaður kalíumríkur áburður sem heitir kalísúlfat. Þá má að lokum geta þess að gott er að setja dúk yfir beðin og hentar hvítur trefjadúkur ágætlega en hann er léttur og sléttur og hafður það laus yfir til að grösín ná að lyfta honum eftir því sem þau vaxa. Sumir kjósa að setja svart plast yfir kartöflubeðin til að verja þau illgresi en þá þarf að skera göt fyrir grösín til að þau nái að komast upp þegar þau byrja að vaxa.”

VORDAGAR Í FRÖKEN JÚLIU

Mikið úrval af sportlegum sumarfatnaði á allar konur

Spennarndi tilboðsslár

í göngugötu.

Verið velkonar

Fröken Júlía

Mjódd • Sími: 557 5900



Vaxtalaus greiðslukjör í allt að 12 mánuði

(visa/euro) Engin útborgun

Sjöntækjafræðingar með réttindi til sjónmælinga og linsumælinga

Gleraugað

Bláu húsin við Faxafen
Suðurlandsbraut 50
108 Reykjavík

Sími: 568 1800

gleraugad@simnet.is
www.gleraugad.is

Bernskuminningar úr Breiðholtinu

Hákon Skúlason, íslenskufraeðingur og MBA rifjar æskuárin í Breiðholtinu upp að þessu sinni. Hákon ólst upp í Keilufellinu, hverfi hinni litlu rauðu húsa, ásamt foreldrum sínum þeim Skúla Jóhannssyni, verkfraeðingi og Bóthildi Steinþórsdóttur, ljósmóður og tveimur systkinum, Einari Skúlasyni, fyrrum forstöðumanni Alþjóða-hússins, framkvæmdastjóra Framsóknarflokksins og varaþingmanni og Sigrúnu Huld Skúladóttur, leikkonu.

Verkefnin við eldhúsborðið efldu okkur

Við erum þrjú systkinin; ég er fæddur 1973, Einar bróðir minn er fæddur 1971 og Sigrún Huld systir okkar er fædd 1979. Einar var því stóri bróðirinn í fjölskyldunni og það er dálítið merkilegt fyrir okkur bræðurna að ég man aldrei eftir því að hafa slegist við hann. Bræður eiga það til að takast á og slást en við deildum okkar á milli með orðum. Ég held að það hafi gert okkur sterkari og kannski er það ástæðan fyrir að Einar bróðir er kominn í pólitík. Hann heldur áfram að deila með orðum og á ég ekki að segja að ég hafi þjálfað hann þegar við vorum strákar.

Heiti potturinn varð safnhola

Foreldrar mínir fluttu frá Danmörku í Breiðholtið en ég man ekkert eftir heimferðinni því ég var þá í móðurkviði. Ég man fyrst eftir mér í Keilufellinu. Við bjuggum reyndar fyrst í Æsufellinu í smátíma en ég man ekki eftir mér fyrr en við vorum komin í Keilufellið þar sem ég ólst upp fram á unglingsárin. Þetta voru skemmtileg einbýlishús, tveg-gja hæða og þaðan eru fyrstu minningarnar úr þessu ágæta hverfi. Það var garður í kringum húsið okkar í Keilufellinu og þegar pabbi kom heim úr vinnu fór hann oft að vinna í garðinum. Það voru stór plön í gangi í götunni þegar garðræktin var annars vegar. Fjórar fjölskyldur í Keilufellinu tóku sig saman um gera garðana með sama hætti þannig að það liti út eins og um einn samfelldan garð væri að ræða. Þeir létu skipuleggja þetta í sameiningu og fengu svo menn með vinnuvélur til þess að moka mold og laga til. Á einum stað í þessum mikla garði var gert ráð fyrir heitum potti og var grafin hola ofan í jörðina á einum skjólsælasta staðnum. En mál-ið þróaðist þannig að engin þessara fjölskyldna festi kaup á heitum potti og þetta ævintýri endaði með þeim hætti að mín fjölskylda fyllti holuna smám saman með náttúrulegum úrgangi. Við þurftum aldrei að losa okkur við þennan úrgang lengra en í holuna og því má segja að þetta hafi verið fyrsta molutgerðin í hverfinu þótt hún færi ekki fram með vísindalegum hætti. Þarna ræktuðu fjölskyldurnar fjóra ýmislegt til heimilisnota eins og kartöflur og radísur og þessar hefðbundnu matjurtir. Ég man sérstaklega eftir því þegar ég var sendur út í garð með stóran gaffal til þess að ná í kartöflur í soðið. Þá stakk maður gafflinum niður og losaði grasið sem kartöflurnar komu undan.

Verkefnin við eldhúsborðið efldu okkur

Faðir okkar hafði alltaf verið duglegur í skóla og var oft á undan samnemendum sínum að því leyti. Einhvern veginn innþrentaðist það í okkur systkinin að við ættum að sinna skólanum vel. En þótt stundum haldist það í hendur að börn menntaðra foreldra gangi einnig menntaveginna þá var aldrei nein pressa frá foreldrum okkar að við gengjum þennan sama veg og þau. Ég er frekar á þeirri skoðun að metnaðarfullar samræður á heimilinu hafi snúið okkur í þá átt en það hafi verið fyrirfram ákveð-

ið að við tækjum háskólapróf. Ég held líka að þess vegna höfum við haft meira sjálfsöryggi til að ganga menntaveginna og að þetta sjálfsöryggi hafði orðið til við eldhúsborðið heima. Þess vegna er maður kannski óhræddari við að takast erfið verkefni á hendur hvort sem það er á sviði menntunar eða annars sem maður tekur að sér. Ég minnst þess að verkefnin við eldhúsborðið voru stundum erfið og maður þurfti að standa fyrir máli sínu. Þar voru bæði málefni heimilisins og þjóðmálin tekin til umræðu. Þar var nánast rætt um hvað sem var og hægt var að skiptast á skoðunum um.

Læsti mig inni í eldhúsinu

Maður vaknaði snemma á morgnana þótt það væri alltaf jafn erfitt og fór út í hriðina. Rölti af stað yfir túnið þar sem Leiknisvöllurinn er í dag. Þegar ég var að alast upp í Keilufellinu þá var þetta einskis manns land. Maður gekk yfir mitt túnið í áttina að Fellaskóla. Það voru tveir skúrar við endann á skólabyggingunni og þar var ég í barnaskóla – í öðrum skúrnum. Þetta voru vinnuskúrar sem hafði verið bætt við skólahúsnæðið vegna þess að Fellaskóli var svo fjölmennur á þessum árum. Þar var kennari sem heitir Anna Valdimarsdóttir og kenndi okkur og núna get ég sagt til gamans að það verður “reunion” hjá Fellaskóla í Fákshéimilinu í Elliðaárdalnum nú eftir nokkra daga. Skólatíminn er ekkert sérstaklega eftirminnilegur. Frímínúturnar eru mun eftirminnilegri allt sem gerðist eftir skólatímann og það sem maður var að gera með vinum sínum. Ég man þegar ég hélt fyrsta bekkjarpartýið mitt. Ég var frekar feiminn á þessum tíma þótt ég ætti fullt af vinum. Ég átti engar vinkonur. Ég var hræddur við stelpur sem krakki þótt það vanda-mál viki síðar og gerðist því nokkuð hugaður að bjóða öllum bekknum í bekkjarpartý. Við feðgarnir fórum í Hagkaup í Skeifunni til að kaupa inn og pabbi keypti plötuna “Tvær með öllu” til þess að hafa aðeins stuð í partýinu. Þetta var á vínplötutímanum og þarna hafði vinsælustu dægurlögnum verið safnað í eina útgáfu. Þetta jók sjálfstraustið hjá mér en þegar fólkið mætti þá klikkaði ég dálítið. Ég bjóst ekki við svo mörgum stelpum í partýið en þá kom í ljós að þær voru miklu áhugasamari um það en strákar-



Í suðurlöndum með Sigrúnu systur.

ar. Þegar ég sá allar þessar stelpur brást kjarkurinn og veisluhaldarinn flýði inn í eldhús og læsti sig inni. Þetta reyndist mér of stórt verkefni. En sem betur fór þá náðist ég út aftur eftir samningaviðræður í gegnum hurðina og það rættist úr samkvæminu sem reyndist síðan mjög skemmtilegt.

Sumarrósirnar reyndust hass

Ég man líka eftir því að bróðir mömmu kom eitt sinn sem oftast í heimsókn. Hann var dálítið sérstök og skemmtilega týpa. Hluti af garðyrkju okkar voru pottablóm sem mamma var með í gluggunum. Hann hefur sennilega verið búinn að taka eftir þessum gróðuráhuga okkar því hann kom með fræ með sér og sagði að það spryttu fallegar sumarrósir af þeim. Þær væru mjög auðveldar í ræktun. Það þyrfti ekkert að gera annað en að vökva þær af og til og uppskeran yrði góð. Mamma var mjög spennt fyrir þessu og dreif fræin í pott og byrjaði að vökva. Svo fór gróðurinn að koma upp. Hann var lár í fyrstu og svo fór hann að hækka mjög mikið þannig að hún þurfti að fara að hengja hann upp og lokum tók hann allt plássið í glugganum. Svo kom í ljós að þetta voru ekki sumarrósir heldur hassplöntur en hann var ekkert að segja frá því þegar hann kom með fræin til gróðursetningar. Hann kom síðar til að vitja um þessa ræktun. Hann klippti laufblöðin þurrkaði þau og reyndi síðan að reykja en það gekk ekki hjá honum. Það vantaði eitthvað en



Í sumarleyfi í Grikklandi.

ég þekki ekki nægilega vel til þessarar ræktunar til þess að átta mig á hvað fór úrskeiðis.

Tók ruslið og fór út

Eftir Vestmannaeyjagosið fjölgaði í Keilufellinu því þangað fluttist fjölskyldur í hús í sem reist höfðu verið í hverfinu fyrir fólk sem misst hafði heimili sín í Eyjum í gosinu. Eftirminnilegasta týpan í þeim hóp var strákur sem hét Bragi. Hann var með “downs” heilkenni og hegðun hans nokkuð í samræmi við það en hann gat verið skemmtilegur. Hann hafði þann sið að hann gekk inn í húsin í hverfinu, náði í ruslapoka og fór með þá út og gerði þetta á hverjum einast dag. Hann var einsonar alvöru ruslakall. Pabbi sagði frá því þegar hann hitti Braga fyrst. Þá voru þau að flytja inn. Hann birtist allt í einu. Gekk framhjá öllum og fór að leita að ruslinu. Þau vissu ekkert hver þetta var en það skipti hann engu máli hvort nýir aðilar væru komnir í húsin. Þetta var bara hans hlutverk. Ef hann fann ekkert rusl þá gekk hann bara út aftur. En um leið og hann gerði þetta þá kippti hann stundum sætindum með ef hann sá þau. Hann var ekkert að spyrja um hvort hann mætti fá það. Hann stakk þeim bara upp í sig. Ög einhverju sinni var kaka á eldhúsoðinu sem mamma var nýbúin að baka þegar Bragi kom að taka ruslið og hún hvarf öll ofan í hann. Hann var mikill matgæðingur og vel feitur eins og gengur. Sumt af þessu fólki hefur óbilandi matarlist. Bragi fór þó ekki allsstaðar inn í þessu tilgangi. Ef fólk tók



Heima í Keilufellinu að skera laufabrauðið.

honum illa og rak hann út þá fór hann aldrei þangað aftur og skipti engu þótt nýir íbúar kæmi í húsin. Ef hann hafði verið rekinn út þá varð húsið slæmt í hans huga hvað sem fólkinu leið.

Vildi ekki að lögreglan sæist heima

Ég lauk því sem þá hét barnaskóli í Fellaskóla en fluttist svo úr Fellunum niður í miðbæ og tók framhaldið eða það sem nú er áttundi, níundi og tíundi bekkur í Austurbæjarskóla. Þá var ég kominn á þann aldur að krakkar fara að prufa eitt og annað sem er nýtt fyrir þeim. Prufa að reykja og fara í gegnum það tímabil sem margir upplifa að lenda í hinum og þessum félagskap. Einhverfimmann prufaði ég að hnupla. Ég prufaði það rétt áður en ég fór í Austurbæjarskólann. Ég og félagi minn fórum í Hagkaup í Skeifunni þar sem ég stakk möndlu inn á mig. Verslunarstjórinn sá okkur og hljóp okkur uppi. Hann náði mér, fór með mig inn og hringdi á lögregluna. Svo náði lögreglan vini mínum og skutlaði okkur heim. Þannig var að vinur minn geymdi skólatöskuna sína heima hjá mér. Ég vildi ekki að lögreglan sæist fyrir utan hjá mér þannig að ég laug því að taskan mín væri heima hjá vini mínum og þeir skutluðu okkur þangað. Ég man að ég tók þetta mjög alvarlega. Svo alvarlega að í hvert skipti sem síminn hringdi fyrst á eftir og pabbi svaraði með alvarlegri röddu þá hélt ég að það væri lögreglan að ræða möndluhnuplið.

Sá eini sem lauk háskólanámi

Við þurftum að taka inntökuþróf í Miðbæjarskólann og síðan var raðað í bekki eftir því. Einhverra hluta vegna lenti ég í B-bekk eða miðbekknum. Sennilega vegna mikils prófkvíða sem ég hafði þjáðst af. Flestir félagar mínir voru hins vegar í A-bekknum og þar var vinskapurinn að mestu leyti. Þessi skipti voru á vissan hátt leiðinleg en þegar ég fór í MR þá sameinaðist ég gömlu félögunum að nýju sem höfðu verið í A – bekknum í Austurbæjarskóla. Eftir það lá leiðin í Háskóla Íslands þar sem ég lagði stund á bókmenntafræði og útskrifaðist sem bókmenntafræðingur og síðan með MBA í stjórnum frá Háskólanum í Reykjavík.



Fjölskyldan á góðri stundu. Elfa Íris Þorkelsdóttir, Arnór og Hákon.

Heilsupóstur:

Fíkniefnapróf

Eitt af því sem ógnar heilbrigði okkar, er fíkniefnaneysla. Framboð fíkniefna hefur stórkæpt og tala má um að þau flæði yfir samfélagið. Mikilvægt er fyrir einstaklinga að geta sagt NEI ef boðið er upp á efnin.

Við verðum að styðja hvert annað og reyna allt hvað við getum til að kveða fíkniefnaðrauginn niður. Samstarf fagstétta, fjölskyldu og vana er afar mikilvægt. Hér á eftir lýsi ég fíkniefnaprófum sem fást í apótekum. Þau eru auðveld í notkun og aðgengileg. Gott getur verið að nota þessi próf til að koma upp góðri umræðu af stað innan veggja heimilanna.

Humadruk eitufíkniefnapróf eru til fyrir eftirfarandi efni:

THC-Hass og Marijúana. Eftir neyslu í 1-3 skipti mælist hass í líkamanum í allt að 7 daga, en í allt að mánuð eftir lengri neyslu.

COC-Kókaín, mælist í allt að 3-5 daga eftir neyslu.

MET-Amfetamín og E-töflur. Amfetamín mælist í 1-2 daga, E-tafla í 24 klukkustundir.

OPI- morfín og Heroín- Morfín

mælist í allt að 7 daga.

Rapitest lyfjapróf eru til fyrir eftirfarandi efni:

COC-Kókaín er í greinanlegum styrk í 2-5 daga eftir neyslu

MOP-Morfín og Heroín. Heroín mælist í allt að 8 klukkustundir eftir neyslu, Morfín og kókaín í 1-3 daga eftir neyslu.

BZO-Bensodíazepín, stuttverkandi bensodíazepín mælast í fáa daga, en langverkandi bensodíazepín eru greinanleg í nokkrar vikur.

MET-Metampetamín greinist í þvagi í 24-48 klst eftir notkun.

THC-Hass og Marijúana. Ef efnisins er neytt sjaldan, greinist það í þvagi í 5 daga eftir notkun, annars í allt að mánuð.

BAR- Barbituröt, efni greinist í þvagi í 4-6 daga eftir neyslu.

AMP-Amfetamín greinist í þvagi í 1-3 daga, en það fer eftir sýrustigi þvagsins hversu lengi það er greinanlegt.

XTC-Etafla, efnið mælist í allt að 24 klst eftir notkun.

Einnig er fáanlegt fíkniefnapróf

til greiningar á fimm efnum í einu: Ampetamín, kókaín, ecstasy, morfín og kannabis. Það próf er gott, ef grunur er um einhverja neyslu, en ekki vitað nákvæmlega hvaða efni er verið að nota.

Góðar leiðbeiningar fylgja prófunum og þau eru einföld í notkun. Þvagsýni er tekið og svar fæst á 5 mínútum.

Verið velkomin til okkar og fáið nánari upplýsingar og ráðgjöf. Starfsfólk heilbrigðisstétta er bundið þagnarskyldu og við leggjum mikla áherslu á það.

Berum virðingu fyrir hvort öðru og hjálpumst að.

Kveðja
Sigríður Arnardóttir,
lyfjafræðingur
Apótekanum Mjódd.



Sigríður Arnardóttir.



Nemendurnir frá Grikklandi eru hér að vinna að verkefni sínu.

Alþjóðlegt listastarf í FB

Fyrir skömmu dvöldu 32 erlendir gestir í Fjölbautaskólanum í Breiðholti á vegum listnámsbrautar skólans, 26 nemendur og 6 kennarar. Gestirnir komu frá Grikklandi, Frakklandi og Portúgal.

Heimsóknin var liður í samstarfsverkefni fjögurra skóla sem ber yfirskriftina "Let's meet through the Art". Verkefnið er

kostað af Comeniusaráætlun Evrópusambandsins og stendur yfir í 2 ár. Sett var upp sýning í Gerðubergi á verkun sem nemendur allra skólanna höfðu unnið undir yfirskrift verkefnisins og farið var með gestina í kynnisferðir innan bæjar og utan. Unnið verður áfram með framvindu verkefnisins og næsta samkoma verður í Valence í Frakklandi í október n.k.

Nágrannavarslan heldur áfram

Þjónustumiðstöðin í Breiðholti og lögreglan á höfuðborgarsvæðinu munu halda fundi nú í maí með íbúum þeirra gatna sem taka þátt í nágrannavörslu í Breiðholti.

Fundirnir verða í Mjóddinni og haldnir með þeim götum og götukjörnum sem eru þátttakendur nú þegar. Götustjórar munu boða fundina. Nágrannavarslan hefur gefist vel og reynslan af henni það góð að full ástæða er talin til þess að efla hana.

Frá fundi um nágrannavörslu.



Breiðholtsblaðið

Auglýsingasími: 511 1188 & 895 8298
borgarblod@simnet.is

borgarblod.is

Úrval af nýjum fiski

Kofareyktur rauðmangi

Sigin grásleppa

Sjósiginn fiskur

Opið virka daga frá 10 til 18 og laugardaga fram yfir hádegi.

Fiskbúð Einars

Arnarbakka 4-6 • Sími: 551 1439 - 897 3639



Lára Hlökkversdóttir.

Löggildur fóttaðgerðafræðingur hefur hafið störf hjá snyrti og fóttaðgerðastofunni Fætur og fegurð, Lóuhólum 2-4 Hólagarði.

Tíma pantanir í síma 557-5959 eða 663-5989

Nýr fóttaðgerðafræðingur í Breiðholti

Fóttaðgerðafræðingar snyrta fætur og meðhöndla fótamein fyrir neðan ökkla, þ.e. á yfirborði húðar og tánöglum.

- Skoðun á hreyfigetu og álag á fætur, ástand húðar og nagla metin.
- Klipping og þynning tánagla
- Fjarlægja sigg og líkpörn
- Vörtumeðferð



- Meðferð á inngrónum tánöglum með sérsmiðun á stálspöngum eða plastspöngum
- Sérhæfð meðferð á fótum sykursjúka og ráðgjöf.
- Hlíðarmeðferð sem felur í sér m.a. gerð skóinnleggja og sílikon stoðhlífa, bæði til réttingar og hlífðar fótum.

VEIÐIKORTIÐ

31 vatnasvæði vítt og breitt um landið fyrir aðeins **6000 krónur**

Þú ákveður svo hvar og hvenær þú veiðir



Hver segir að það sé dýrt að veiða?

veidikortid.is

Handbók með ítarlegum upplýsingum og veiðikortum fylgir. Fæst hjá N1, í veiðivöruslunum og á www.veidikortid.is

Seljaskóli í úrslit



Ræðulið Seljaskóla sigraði ræðulið Árbæjarskóla í undanúrslitum MORGON, Mælsku og rökræðukeppni grunnskóla Reykjavíkur og nágrennis. Umræðuefnið var handrúkkarar og mælti Seljaskóli á móti tilvist þeirra.

Liði Seljaskóla er skipað þeim Agnari Má Brynjarssyni, Bryndísi Elínu Halldórsdóttur, Álfi Birki Bjarnasyni og Oddi Ævari Gunnarsyni sigraði með yfirburðum og var Álfur ræðumaður kvöldsins. Liðið mun keppa til úrslita við lið Hagaskóla.

Eigum
sumarvörur
fyrir þig

ÍR- og Leiknisvörur
í úrvali

Leiksport

Sími 5575020

Hólagarði

Arnór L. Pálsson
framkvæmdastjóri

Ísleifur Jónsson
útfararstjóri

Frímann Andrésson
útfararþjónusta

Svafar Magnússon
útfararþjónusta

REYNSLA • UMHYGGJA • TRAUST

Hugrún Jónsdóttir
útfararþjónusta

Guðmundur Baldvinsson
útfararþjónusta

Þorsteinn Elísson
útfararþjónusta

Ellert Ingason
útfararþjónusta

Pegar andlát ber að höndum

Önnumst alla þætti útfararinnar

ÚTFARARSTOFA
KIRKJUGARÐANNA

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

TIL UMHUGSUNAR
Eftir Ragnhildi Ásgeirsdóttur, djákna

Markmiðinu er náð

Ég finn hvornig vindurinn blæs í andlit mitt, sólin skín á mig og ég lít ánægð í kringum mig. Markmiðinu er náð. Ég sný mér í hring. Alls staðar sé ég Guð. Mér finnst eins og ég fái að snerta hann með augum mínum þar sem ég horfi á náttúruna allt í kringum mig. Og ég finn þakklæti í huga mínum til skapara míns. Hins heilaga Guðs. Allt hefur hann í hendi sinni, alla sköpun sína feugar hann með undursamlegri náð og ég fæ að taka þátt, ég fæ að tilheyra þessu fullkomna verki hans. Það er náð. Það er Guðs gjöf.

Í dag er ég mjög þakklát fyrir að vera til, þakklát fyrir að fá að tilheyra Guði sem elskar mig eins og ég er. Það er ekki lítills virði að vera elskaður eins og maður er, að fá að vera maður sjálfur. Þannig lífi vil ég lifa, þannig lífi langar mig að lifa.

Að lifa Guði er að sýna í daglegu lífi hverjum maður tilheyrir og oft þarf ekki mikið til. Fallegt bros, hlýtt handtak, allt sem gleður, uppörvar og gefur vitnar um verk Guðs.

Breski læknirinn og rithöfundurinn Cronin, var á ferð á Ítalíu og kom þar í klaustur. Hann tók sérstaklega eftir klausturgarðinum, hann var einstaklega vel snyrtur og það var hugsað svo vel um hann, alls staðar var búið að vinna með mikilli natni og fegurðin var stórfengleg. Cronin fór að tala við munkana og sagði þeim hvað honum finndist garðurinn fallegur, og þá sögðu munkarnir við hann: „Veistu, að hvert handtak sem við vinnum, hvert blóm sem við erum að hlúa að, öll verk okkar erum við að vinna fyrir Guð, honum til dýrðar.”

Pennan boðskap vil ég tileinka mér, þannig vil ég að hugsun mín og líf mitt sé. Hvað sem ég er að gera, hvað sem ég tek mér fyrir hendur, hvaða störf sem ég vinn, að hugsun mín sé að þjóna Guði. Að sýna kærleika í verki.

Það var áhrifaríkt að heyra eitt sinn Billy Graham tala um kærleikann og hversu mikilvægt það væri sýna kærleika í verki. Hann tók líkingu af flugvél, flugvél getur ekki hafið flugið með einungis einn væng, flugvél verður að hafa tvo vængi til að geta flogið. Og ef við segjum að einn vængur tákni verk og hinn orð, þá vitum við hvað gerist ef annar vængurinn brotnar eða virkar ekki. Flugvélin getur ekki flogið, hún getur ekki haldið jafnvæginu og hrapar. Orð og verk verða að fara saman.

Í Fella- og Hóla kirkju er mjög öflugt kirkjustarf og ég er ákaflega þakklát fyrir að starfa þar með frábærum prestum, starfsfólki og sóknarnefndum. Ekki síst er ég þakklát fyrir allt það yndislega fólk sem sækir kirkjustarfið og tekur þátt í að byggja upp öflugt og gefandi starf í kirkjunni. Fella- og Hóla kirkja er í góðu samstarfi við kirkjurnar í Breiðholti, leik- og grunnskóla, félagsmiðstöðina í Gerðubergi svo og þjónustumiðstöð Breiðholts. Ég vil þakka fyrir gott samstarf í vetur og biðja Guð að gefa okkur öllum gleðilegt sumar.

Listdanssskóli í Breiðholti

Klassíski listdanssskólinn hélt vorsýningu sína í Borgar-leikhúsinu sunnudaginn 3. maí sl. en skólinn starfar að hluta við Álfabakka 14 í Breiðholti. Klassíski listdanssskólinn er hefðbundinn listdanssskóli þar sem nemendur fá þjálfun í hinum hefðbundna, sígilda þætti listdansins, jafnframt því að kynna öðrum dansstílum og þróun á sviði dansins. Skólinn starfar eftir námsskrá menntamálaráðuneytisins og fá nemendur á nútíma braut og klassískri braut framhaldsdeildar nám sitt metið í framhaldsskólum.



Nemendur sýna klassískan listdans.

Að sögn Öru Gunnarsdóttur er Klassíski listdanssskólinn einkarekinn ballettskóli þar sem sérstök áherslu er lögð á þjálfun einstaklingsins og hann fái að þróa hæfileika sína frá upphafi, undir faglegri leiðsögn. Klassíski Listdanssskólinn leggur áherslu á þjálfun nemenda sinna í hinum hefðbundna, sígilda þætti listdansins, jafnframt því að kynna aðra dansstíla og þróun á sviði dansins. Jákvæð hvatning og uppbygging

nemenda í minni námshópum er stór þáttur í starfi skólans. Skólinn var stofnaður 1993 af Guðbjörgu Astrid Skúladóttur, sem á að baki langan feril á sviði listdansins. Klassíski Listdanssskólinn býður nú heilstætt nám í nútíma listdansi. Miðað er við tveggja ára námstímabil sem skiptist í sex 14 vikna annir. Nám þetta er fyrst

og fremst ætlað þeim sem hafa hug á framhaldsnámi í listdansi og hugsanlega að hafa atvinnu af greininni. Nemendur sem hljóta inntöku í skólann skulu hafa lokið grunnskólanámi og hafa stundað nám í dansi í einhverju formi eða búa yfir ótvíræðum danshæfileikum að mati stjórnenda og kennara skólans.

Hólmgeir opnar fiskbúð í Mjóddinni

Hólmgeir Einarsson hefur áveðið að opna nýja fiskbúð í Mjóddinni og er ætlunin að búðin taki til starfa um mánaðamótin maí til júní í húsnæði þar sem skóbúðin var áður næst Pósthúsinu.

Hólmgeir segist vera mjög ánægður með að vera kominn

í Breiðholtið til þess að versla með gæða fisk og hlakka mikið til að sjá og hitta Breiðhyllinga. “Þegar nær dregur að opnun mun ég auglýsa fiskbúðina frekar í blöðum og með dreifimiðum í hús segir hann í samtali við Breiðholtsblaðið.”



Hólmgeir Einarsson.

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

Rauði kross Íslands

Síminn

Waldorfsskólinn kynnir starfsemi sína

Waldorfskólinn Sólstafrir hefur starfrækt grunnskóla um árabíl í Hraunbergi í Breiðholti. Starfsemin í Hraunbergi er annar tveggja Waldorfskóla á höfuðborgarsvæðinu en Sólstafrir reka einnig tvo Waldorfleikskóla í Reykjavík, á Grundarstíg 19 og Marargötu 6. Undirstaða Waldorfsuppeldisfræðinnar eru kenningar austurríska mannspekingsins Rudolfs Steiners. Eitt megininntak fræða hans er að sönn menntun verði að grundvallast á þekkingu á manninum og er námið sniðið að þroskaferli barnsins á skapandi hátt. Breiðholtsblaðinu lék forvitni á starfsemi skólans og því sem þar er verið að gera og hitti því þær Helgu Óskarsdóttur og Rögnu Óladóttur sem báðar starfa við skólann.

“Hér er rekinn grunnskóli fyrir börn í fyrsta til 10. bekk. Skólinn var stofnaður árið 1994, en starfsemin í Hraunbergi er um 10 ára gömul. Skólinn er sjálfseignarstofnun. Við byrjuðum fremur smátt en þetta hefur vaxið ár frá ári eins og sjá má á húsnæðinu en nú er búið að flytja hingað þrjár lausar kennslustofur til viðbótar skólahúsnæðinu sem áður var skóladagheimili. Það sem við leggjum sérstaka áherslu á í skólastarfinu er að ná jafnvægi á milli þeirra þriggja mismunandi leiða sem manneskjan tengist í heiminum; það er að segja í gegnum líkamlegt starf, tilfinningalífið og síðan á hugsanasviðinu. Af þessum ástæðum eru ræktun hugans, hjartans og þjálfun handanna öll jafn mikilvæg í þroska barnsins frá ári til árs,” segja þær Helga og Ragna þegar þær eru inntar eftir sérstöðu Waldorfskólans. Grunnur þessa skólastarfs var lagður á öðrum og þriðja áratug liðinnar aldar. Fyrsti skólinn sem byggir á kenningum Steiners var stofnaður í Stuttgart í Þýskalandi árið 1919 með það að markmiði að næra andlegt líf nemandans jafnt og hið



Helga Óskarsdóttir og Ragna Óladóttir kennarar við Waldorfskólann í Hraunbergi ásamt hóp af nemendum. Myndin er tekin á útsvæði skólans þar sem m.a. fara fram útikennsla og leikir.

líkamlega með skapandi vinnuferlum.” Þessi hugsun hefur verið grunnstef í skólastarfinu alla tíð síðan,” segja þær Helga og Ragna, og hún hefur skilað góðum árangri að þeirra sögn. Þær segja hvern dag í Waldorfskólanum hefjast með samsöng nemenda og kennara og að bekkjarkennari heilsa nemendum sínum, hverjum og einum, við upphaf aðalkennslustundar. Þessi fyrsta kennslustund dagsins, sem er eitt af aðaleinkennum Waldorfstefunnar, er nýtt til þess að kafa djúpt í námsefnið og eru hinar ýmsu námsgreinar teknar þar fyrir í 2-4 vikna lotum. Skóladagurinn byggist síðan upp á styttri kennslustundum, handverki, inni- og útiveru og miðað er við eftir föngum að nemendur geti lokið verkefnum dagsins innan skólatímans. Waldorfnámskránni er ætlað að styðja heilbrigðan þroska einstaklingsins og búa hann undir að taka þátt og leggja sitt af mörkum til samfélagsins. Þá er vistvernd og umhyggja fyrir náttúrunni ríkur þáttur í skólastarfinu. Helga og

Ragna segja hlutverk kennarans að veita börnunum reynslu sem bæði þroski þau og styrki í námsferlinu. Mikilvægur hluti þess sé að kenna þeim lestur, skrift og reikning en jafnframt að stuðla að félagsþroska, jafnvægi í tilfinningalífinu, skapandi og gagnrýnni hugsun og samkennd. Í kynningarbæklingi skólans kemur m.a. fram að áður fyrr hafi börn lært að bera virðingu fyrir gildum samfélagsins í gegnum menningu sína. Í því sambandi megi nefna kærleika, lotningu, auðmýkt, samúð og traust auk hæfileikans til þess að njóta fegurðar. Í dag eigi þessi gildi í vök að verjast og umheimurinn að verða vitni að hruni þeirra. Því þurfi að vera vakandi fyrir því að rækta þessi gildi meðvitað í menntuninni. Þótt Waldorfskólinn hafi starfað í um áratug í Hraunberginu hefur starfsemi hans ekki verið mikið kynnt hingað til. “Þetta hefur hentað okkur ágætlega en nú ætlun við að fara að láta vita meira af okkur,” segja þær Helga og Ragna að lokum.



Bónusvimeo við hliðina á fatahreinsuninni

Bónusvimeo hefur flutt verslun sína innan Hólagarðs og er nú í hlýlegu umhverfi við hliðina á fatahreinsuninni.

Sú nýjung var tekin upp að öll dvd leiga fer nú fram á snertiskjám sem eru staðsettir í versluninni. Þar er hægt að gera auðvelda leit að myndum og leikurum, sjá það nýjasta eða láta koma

sér á óvart.

Með öllum nýjum myndum fylgja tvær gamlar með, og er boðið uppá um 3.500 titla. Einnig er boðið uppá SS pylsur ásamt miklu vöruúrvali af gosi og sælgæti og sjálfsögðu lottó kassi. Þá er 50% afsláttur af nammibarnum á laugardögum. Síminn er 587 10 80.

Breiðholtsblaðið

Auglýsingasími:
511 1188 & 895 8298
borgarblod.is

Ætlum að vera með eitthvað spennandi í hverjum mánuði

“Við erum búnar að vera hér í um mánuð og viðtökurnar hafa verið mjög góðar,” segja þær Erla Baldursdóttir og Guðrún Eypórsdóttir, snyrtifræðingar í Pandóru í Mjóddinni. Pandóra er til húsa á jarðhæðinni undir Curves heilsuræktinni við Þarbakka. Pandórufnafnið er nýtt að því leyti að það hefur ekki verið til á snyrtistofu áður. “Við vorum áður sjálfstætt starfandi og komum hingað úr turninum í Kópavogi. Þegar við fréttum að Curves væri að opna þá fannst okkur að þetta gæti átt samleið. Þetta hentar vel fyrir konur sem stunda heilsuræktina að geta fengið snyrtingu á sama stað.

Þær Erla og Guðrún sinna allri almennri snyrtingu eða “öllu sem fellur undir þetta hugtak” eins og þær komast að orði. Snyrtistofan er ætluð fyrir bæði kynin en hefðin er að konur notfæri sér þessa þjónustu meira. Þær segja að karlar séu þó farnir að koma, svona stöku sinnum en í mun minna mæli en konurnar. Þær segjast ekki hafa orðið varar við mikinn samdrátt. “Við fundum aðeins fyrir honum í haust eftir að við komum hingað hafa móttökurnar verið



Guðrún og Erla í snyrtistofunni Pandóru í Mjódd.

mjög góðar. Stór hópur kvenna sækir Curves reglulega og þær eru einnig farnar að koma til okkar. Við höfum ekki látið vita mikið af okkur til þessa. Þetta hefur spurst út eins og gengur en fólkið hefur bara komið. Breiðholtið er yfir 20 þúsund manna samfélag og við fáum einnig nýja kúna úr efri hluta Kópavogssins enda er stutt hingað yfir í Mjóddina,” segja þær Erla og Guðrún. Þær ætla að vera með góð tilboð fyrir fólk á

öllum aldri á næstunni. Við erum ekki alveg búnar að móta það eða ákveða hvað verður í boði á hverjum tíma en stefnum að því að vera með einhver tilboð í hverjum mánuði og gera þá eitthvað spennandi fyrir konur - já og karla á öllum aldri. Við notum aðallega vörur frá snyrtivöruframleiðandanum Lancome vegna þess um mjög góðar vörur er að ræða og við viljum leggja metnað okkar í að bjóða aðeins það besta á þessu sviði.

Fjölmenningardagurinn í Reykjavík
16. maí
Intercultural Day in Reykjavik

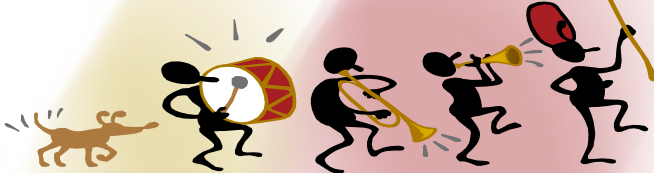
13:00

Fjölþjóðlega gangan

fyrir friði og einingu fer af stað frá Hallgrímskirkju.

The Multicultural Parade

for Peace and Unity starts from Hallgrímskirkju.



14:00 – 17:00

Fjölmenningarhátíð

í Iðnó og Ráðhúsinu.

Tónlist, söngur, dans og fleira.

Intercultural festival

in Iðnó and City Hall.

Music, singing, dancing and more.

Þetta er okkar dagur
Gerum hann eftirminnilegan!

This is our day
Let's make it one to remember!



Ægir þrefaldir Bikarmeistarar



Bikarlið fyrstu deildar.

Í mars mánuði var mikið að gera hjá Ægiskrökkunum og stóðu þau sig frábærlega að vanda. Í byrjun mánaðarins fóru yngri hóparnir og kepptu á Fjölnismóti þar sem einhverjir nældu sér í lágmörk fyrir Íslandsmeistaramótið í 50 metra laug og aðrir náðu sér í AMÍ lágmörk og enn fleiri bættu sína bestu tíma og allir stóðu sig vel.

Um miðjan mánuðinn hélt svo 14 manna afrekshópur til Parísar á aldursflokkamót. Þar stóðu krakkarnir sig frábærlega og komust oft á verðlaunapall og enn oftar í úrslit. Hápunkturinn þarna úti var þegar Jóhanna Gerða Gústafsdóttir setti Íslandsmet í 200 metra baksundi og Eygló Ósk Gústafsdóttir setti telpnamet í 200 metra fjórsundi. Boðsundssveitin í 4x200 metra skriðsundi. Það voru því þreyttir en glaðir Ægiringar sem komu heim þann 16. mars en þá tók við undirbúningur fyrir Íslandsmeistaramótið í 50 metra laug (ÍM 50) en það hófst fimmtudaginn 19. mars. ÍM50 byrjaði svo stórglæsilega þar sem Sigrún Brá Sverrisdóttir setti Íslandsmet í 800 metra skriðsundi. Seinna bættust svo við Íslandsmet í 4x200 metra skriðsundi kvenna, 4x100 metra skriðsundi kvenna og 4x100 metra fjórsundi kvenna. Það má því með sanni segja að kvenna boðsundssveitin hafi verið sigursæl

á þessu móti. En að móti loknu stóðu Ægiringar uppi með 15 Íslandsmeistaratitla, 13 gull verðlaun, 8 silfurverðlaun og 6 bronsverðlaun og óskum við krökkunum til hamingju með þennan frábæra árangur. Eftir það tók svo við undirbúningur fyrir Bikar hjá þeim eldri en Ægir var með karla og kvennalið bæði í 1. og 2. deild á Bikar. Bikarliðið í 1. deild. Þar stóðu krakkarnir sig hreint frábærlega en stelpurnar unnu 1. deildina með góðum mun og urðu Bikarmeistarar í sundi, strákarnir í 1. deildinni urðu svo í 2. sæti en yngri hópurinn sem keppti í 2. deildinni gerði sér lítið fyrir og vann með góðum mun bæði í kvenna og karlaflokki. Það voru því glaðir krakkar sem fóru heim með 3 bikara að loknu Bikarmeistaramótinu í Reykjanesbæ. Það verður svo spennandi að sjá þennan hóp á AMÍ í sumar. Bikarliðið úr 2. deildinni. En áður en að því kemur koma þau þó til með að keppa á einhverjum mótum svo enn getur bæst í AMÍ hópinn sem þó er orðinn nokkuð stór.

R.G.



Bikarlið annarrar deildar. Myndir B.Æ.

KALDÁRSEL

sumarbúðir fyrir káta krakka

Skráningarsími
588 8899

Getraunanr. 111

Leiknir var stofnað 1973

www.leiknir.com

Austurbergi 1, Efra Breiðholti

Starfið hefur tekið kipp

Þótt nýtt félagshús íþróttafélagsins Leiknis í Efra Breiðholti hafi enn ekki verið tekið í notkun með formlegum hætti er starfsemi hafin þar af fullum krafti. Verið er að ljúka frágangi þess að utan en óvíst er hvenær þeirri vinnu lýkur. Þó er vonast til að formleg afhending þess geti farið fram á komandi sumri. Þórður Einarsson, framkvæmdastjóri Leiknis segir að um gjörbyltingu sé að ræða fyrir félagið.

Nú sé komið um 700 fermetra nýtísku húsnæði fyrir félagsstarfið í stað um 100 fermetra sumarhúss sem notast hafi verið við allt frá árinu 1988. “En hvað sem því líður þá var gamla húsið búið að þjóna okkur vel þótt þröngt hafi verið á þingi og aðstaðan tæpast boðleg – að minnsta kosti ekki þegar gestir komu í heimsókn. Gamla húsið hafði góða sál og við sögðum oft í gamni að þessir rúmlega 100 fermetrar væru trúlega þeir best nýttu hér á landi. Ég hefði gjarnan viljað hafa það áfram á félagssvæðinu. Okkur þótt vænt um þetta hús sem hafði skýlt okkur svo lengi.”

“Ég held að ég sé ekkert að hæla okkur sérstaklega þótt ég segi að við höfum verið farnir að verðskulda nýtt húsnæði. Og nú höfum við fengið óskir okkar vel uppfylltar því hér er um hreint frábært hús að ræða. Hér erum við með alla þá aðstöðu sem við þöfnumst. Við erum nú með fimm búningsklefa, góðan sal, fundaherbergi og aðstöðu fyrir skrifstofuhaldið. Þetta er mikil breyting því við vorum bara með tvo búningsklefa í gamla húsinu og því kom það oft fyrir að ef var karlaleikur fyrst og kvennaleikur á eftir að stelpurnar þurftu að bíða þar til strákarnir voru búnir í sturtu og gátu stundum ekki klætt sig fyrr en þær áttu að vera komnar inn á völinn og leikurinn byrjaður. Þessir fimm klefar bjóða upp á að meistaraflokkurinn er með sérbúningsklefa og öll aðstaða er önnur.” Þórður segir að síðasta ár hafi verið sérstaklega þungt fyrir félagið vegna þess þá var ekkert húsnæði til staðar. Gamla húsið var tekið niður vegna þess að hitt var byggt á sama stað. “Við fundum vel að félagsandinn var ekki sá sami úti á gaddinum og hann var í gamla húsinu þótt það fullnægði alls ekki aðstöðupörf okkar. Nú finnum við fyrir mikilli breytingu til batnaðar. Starfið hefur tekið kipp eftir að við fengum húsið. Nú getum við sýnt meistaradeildina á risaskjá í fundasalnum og einnig verið með ýmsa viðburði og uppákomur í eigin húsnæði en áður þurftum við að fá afnot af húsnæði út í bæ fyrir viðburði á borð við árshátíðir og annað. Svo breytir þetta miklu fyrir krakkana að eiga athvarf hér í hverfinu sínu.” Þórður segist merkja mikla fjölgun iðkenda í boltanum og hana megi að verulegu leyti rekja til þessarar nýju aðstöðu. “En ég held einnig að ástandið í þjóðfélaginu eigi einhvern þátt í þessari aukningu. Þegar þrængir að þá munu fleiri sækja í þjónustu sem er í ódýrari kantinum sem fótboltinn er og þá er mikilvægt að vel sé búið að iðkendunum.” Þórður segir flest benda til þess að mun fleiri komi til með að



Þórður Einarsson, framkvæmdastjóri Leiknis staddur í eldhúsaðstöðu í funda- og samkomusalnum í hinu nýja félagshúsi.



Eins og sjá má er um hið glæsilegasta hús að ræða. Nú er unnið að er frágangi utan dyra.

iðka fótboltann nú en verið hefur af þessum sökum. Aðspurður um áhrif efnahagsástandsins á leikmenn segir hann að Leiknir hafi gjarnan gætt þess að fara ekki fram úr sér í kaupum á leikmönnum heldur hafi flestir leikmenn félagsins alist upp í félagsstarfinu, spilað í yngri flokkum Leiknis á einhverjum tíma-bílum og meistaraflokkurinn sé að mestu skipaður heimamönnum. Af þeim sökum hafi efnahagskrisan komið síður við Leikni en mörg önnur félög sem hafi byggt starfið að meira leyti á aðkeyptum leikmönnum. “Það eru auðvitað alltaf einhverjar hræringar á milli tímabila en við teljum okkur lífa það vel af vegna þess að við erum með góðan kjarna af strákum og ekkert sem bendir til annars að sá kjarni endurnýist hér heima fyrir. Og auðvitað á hin nýja félagsaðstaða okkar sinn þátt í að af því verði.”

Sumarstarfið að fara á fullt

Það verður sannarlega líf og fjör á Leiknisvelli í sumar því nú fer í hönd bráðskemmtilegt og spennandi leiktímabil. Leiknismenn koma beittir til leiks og hyggjast gera betur heldur en undanfarin ár þar sem falldraugurinn hefur nartað í hælana á liðinu.

Leiknismenn eru með nýjann mann í brúnni en Sigursteinn D. Gíslason hefur tekið við taumunum af Garðari Gunnari Ásgeirs-syni. Garðar þjálfar yngri kynslóðir Leiknis eins og hann gerði svo listavel hér á árum áður, áður en Garðar tók við meistaraflokknum og stýrði skútunni í 1. deild.

Aðstaður hafa tekið stakkaskiptum

Leiknisliðið er ágætlega skipað fyrir komandi tímabil og aðstaður félagsins hafa tekið stakkaskiptum með nýju húsi. Leikmenn eru staðráðnir í því að standa sig vel á vellinum í sumar og vonast eftir öflugum stuðningi. Hvetjum við alla til að mæta og sýna strákunum okkar stuðning því sannarlega bera þeir allir Breiðholtsblóð í æðum. Leiknir er jú okkar stolt - stolt Breiðholts. Knattspyrnuskólinn verður að vanda á sínum stað í sumar. Námskeið eru haldin allt sumarið og ættu öll börn að finna eitthvað við hæfi í knattspyrnuskóla Leiknis. ekki skemmir heldur fyrir að verðið



Áttundi flokkur Leiknis.

í knattspyrnuskóla Leiknis er afgerandi gott og það lægsta sem nokkurt íþróttafélag bíður uppá í sumar. Fyrsta námskeið hefst á Leiknisvelli mánudaginn 8. júní. Hvetjum við alla krakka til þess að mæta í afgerandi gott starf við frábærar aðstaður.

Vetrarstarfið klárað hjá 8. flokki

Áttundi flokkur stúlka og drengja kláraði sína dagskrá laugardaginn 30. maí. Góð mæting var í vetur á æfingar hjá flokknum og börnin skemmtu sér vel í leikjunum inni

Íþróttahúsi Fellaskóla. Æfingarnar voru í boði félagsins og því engin æfingagjöld innheimt. Lokaæfingin var í Fellaskóla að venju og voru börnin leyst út með smágjöf frá félaginu, litlum Leiknisfána og barmerki félagsins. Starf 8. flokks fer aftur af stað næsta haust í Fella-skóla og vonum við að sem flestir nýti sér þjónustuna sem Leiknir býður uppá fyrir þennan aldursflokk. Virkilega var gaman að fylgjast með börnunum vaxa og dafna í vetur og vonandi að flest þeirra skili sér í starf félagsins í framhaldi.

Ný áhorfendastúka á vallarsvæðinu

Nú á dögnum var stúka með 300 sætum við aðalkeppnisvöll ÍR sett upp en það var Sport tæki frá Hveragerði sem sá um þessa vinnu. Þetta er hið glæsilegasta mannvirki en með þessu uppfyllum við öll þau skilyrði sem til þarf í leyfiskerfi KSÍ. Öll lið sem leika í fyrstu deild karla og ofar þurfa að lágmarki 300 sæti.

Undanfarin ár hefur fólk þurft að standa eða setja á steinbekkjum þannig að við vonum að með þessum breytingum sjáum við fólk streyma á völlinn til okkar. Það er góð og gild ástæða þar sem m.fl. karla er í fyrstu deild og m.fl. kvenna í efstu deild "Pepsi deildinni".



Hér má sjá m.fl. kvenna prufa nýju sætin en að sjálfsöğðu stefna kvenna- og karlaliðin á að skemmta okkur í sumar frekar en að sitja þarna.

Rúmlega 400 þátttakendur á Völsungsmóti

Yngra ár 5. flokks karla og kvenna hélt frá ÍR-heimilinu í Mjódd norður í land, til Húsavíkur miðvikudaginn 22. apríl á hið árlega Húsavíkurmót Völsungs. Þetta mót hefur þá sérstöðu að það eru send bæði stráka og stelpulið. Þarna mættu 14 lið með rúmlega 400 þátttakendur til að spila handbolta.

Kvennalið ÍR sendi þrjú lið til keppni. Keppti hvert lið 4 leiki. ÍR3 og ÍR2 unnu þrjá leiki og lentu í öðru sæti í sinni deild sem er frábær árangur hjá þeim. ÍR1 spilaði í fyrstu deild og unnu þær fyrstu þrjá leikina sína. Þá var lokaleikurinn við Fram en sigurvegari leiksins myndi vinna mótið og einnig verða Íslandsmeistari í samantölguðu. Unnu ÍR stelpurnar leikinn með einu marki sem var skorað úr víti nokkrum sek. fyrir leikslok. Gríðarleg spennan var í húsinu.

Strákarnir sendu eitt lið til keppni og stóðu sig einnig vel, spiluðu þeir einnig fjóra leiki, unnu 2 og töpuðu 2. Lentu í 3 sæti í sinni deild. Mikill efniviður er hjá ÍR, en það besta við hópinn er það



Húsavíkurfarar ÍR.

er mjög góður mórall og hafa þau mjög gaman af því að spila saman handbolta, en það er það sem skiptir mestu máli, hafa gaman af þessu. Stóðu krakkarnir sig frábærlega, utan vallar sem innan og voru sér og félagi sínu til mikilla sóma. Mótinu lauk með frábærri verðlaunaafhendingu og dúndrandi diskói sem stóð til miðnætis. Þá var kominn tími á að fara í rúmið, tók það smá tíma að sofna eftir allt fjörið. Ræs var svo á sunnudeginum, farið í morgumat, dótið tekið saman, skellt í rútuna og farið svo í bæinn.

Miklar framfarir á skíðum

Veturinn sem nú er að liðinn var mjög góður hjá Skíðadeild ÍR, nægur snjór og því hægt að sækja margar góðar æfingar í fjallið. Krakkarnir okkar voru að sýna mjög miklar framfarir og síðan góðan árangur í mótum vetrarins í héraði og út um allt land.

Til staðfestingar á því hvað þessi vetur var góður hvað snjóalög varðar héldum við innanfélagsmót miðvikudaginn 6. maí og hefur það ekki gerst í mörg ár að mót sé haldið í maí.

Í febrúar komust við loksins inn í nýja skálann okkar sem við deilum með Skíðadeild Víkings. Skálinn er á tveimur hæðum, svefnloft er uppi, opinn salur niðri og síðan er kjallari þar sem hægt er geyma skíði og sinna viðhaldi skíða þeg-



ar gist er í skálanum. Fimmtudaginn 21. maí 2009, uppstigningardag, munum við halda lokahóf skíðadeildarinnar og verður það í skálanum í Bláfjöllum.

Þorbergur Ingi þrem sekúndum frá gulli

Hvorki fleiri né færri en 455 keppendur luku mjög vel heppnuðu 94. víðavangshlaupi ÍR á sumardaginn fyrsta. Mótið nú var haldið í fyrsta sinn sem hluti af hlauparöð Powerade.

Um það bil 40 til 50 ÍR-ingar störfuðu við hlaupið og voru því um 500 manns sem kvöddu veturinn og fögnuðu sumrinu saman við Tjörnina og Ráðhús Reykjavíkur.

Þorbergur Ingi Jónsson sem nýlega hefur gengið til liðs við ÍR varð í 2. sæti í karlahlaupinu og var hann aðeins þremur sekúndum frá gullverðlaunum en hann háði harða keppni við Karoly Varga í gifurlegum endaspretti sem stóð í um 600 til 700 m. Einnig var hart barist um 3. til 4. sætið en þar barðist ÍR-ingurinn Birkir Marteinsson við Sigurbjörn Árna Arngrímsson sem

var dæmdur sjónarmun á undan. Snorri Sigurðarson kom á hæla þeirra og sigraði hann drengjaflokkinn með meira en 1 mín. forskot á næsta hlaupara. Í kvennaflokki varð Aníta Hinriksdóttir 13 ára gömul stúlka í 2. sæti á 18:58 mín. Frábær árangur og tími hjá þessari ungu og stórefnilegu hlaupastúlku.

Fréttir

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

Frábær árangur hjá Pétri og Anítu

Vel var tekið á móti Blackpool-förunum úr Dansdeild ÍR þegar þeir mættu á sína fyrstu æfingu eftir keppnisferð til Blackpool í Englandi.

Pétur Fannar og Aníta Lóa voru bæði ÍR og Íslandi til sóma í Blackpool enda náðu þau þeim stórkostlega árangri að dansa tvisvar til úrslita en þar frá Íslandi hefur ekki dansað til úrslita í juvenile síðan 1997. ÍR óskar þessum efnilegu krökkum innilega til hamingju með þennan frábæra árangur.



Mikið líf á sumardaginn fyrsta

Sumardagurinn fyrsti var haldinn hátíðlegur 23. apríl síðastliðinn. ÍR var að sjálfsöğðu mætt á staðinn til að kynna sitt starf, dreifa bæklingum um það góða og öflugna starfs sem þar fer fram og kynna námskeið sumarsins. Handknattleiks- og Knattspyrnudeild ÍR voru með ÍR vörur til sölu, gáfu plaköt af silfurdrengjum Íslands og settu upp þrautabrautir.

Dagskrá Miðbergs var glæsileg þar sem ungir Breiðhyllingar voru í fyrirrúmi með söng og dansatriði. Auk ÍR voru skátarnir með þrautir, tóframaður sýndi listir sínar, ÍR-ingurinn og hinn eini sanni Sveppi mætti með Villa Naglbít og fleira skemmtilegt var á dagskrá. Veðrið var ekki með besta móti og setti það strík í reikninginn. Þó nokkur fjöldi var mættur en samt sem



áður mætti áætla að einungis um þriðjungur hafi látið sjá sig miðað við árið áður. Þó veðrið hafi ekki verið hliðholtt Breiðhyllingum þetta árið þá mátti sjá að yngsta kynslóðin skemmti sér konunglega og þá er takmarkinu náð.

Fríða Rún í Dusseldorf

Fríða Rún Þórðardóttir keppti í 5 km. götuhlaupi í 21. Internationale Korschenbroicher City-Lauf í Dusseldorf, þann 26. apríl sl.

Varð Fríða Rún í 18. sæti á tímnum 18:12,10 mín. 35 keppendur luku hlaupinu, en boðið var til keppinnar og komu hlauparar frá ýmsum stöðum í Evrópu; Portúgal, Úkraínu, Hollandi, Tékklandi, Króa-

tíu, Bretlandi og Þýskalandi. Þetta var í fyrsta sinn sem Íslendingur keppti í hlaupinu sem er hluti af hlaupahátíð þar sem þúsundir hlaupara á öllum aldri koma saman og taka þátt í mismunandi vegalengdum sem hlaupnar eru á götum Dusseldorf og var mikil stemming meðal áhorfanda.

Sjö ÍR ingar af fyrstu 17

Flugleiðahlaupið fór fram við ágætar aðstæður fimmtudaginn 7. maí og luku um 540 manns hlaupinu sem er 7 km langt og er hlaupið umhverfis flugvallarsvæði Reykjavíkurflugvallar.

Þorbergur Ingi Jónsson ÍR var

fljótastur allra þegar hann kom í mark á 23:30 mín eftir harða keppni við fyrrum liðsfélaga sinn Stefán Guðmundsson úr Breiðablik. Það vakti athygli að af fyrstu 17 í mark voru 7 ÍR-ingar og er það frábær frammistaða.

GETRAUNANÚMER ÍR ER 109



SUMAR 2009

SUMARSTARF Í BREIÐHOLTÍ



Allar upplýsingar á
www.itr.is/sumar

