Vesturbæjarblaðið

Dreift frítt í öll hús í póstnúmer 101 og 107

JANÚAR 2020

1. tbl. 23. árg.

Vesturbæjarútibú við Hagatorg

Bygging stúdentaíbúða að hefjast við Gamla Garð

Tölvugerð mynd af fyrirhuguðum nýbyggingum við Gamla Garð við Hringbrautar. Eins og sjá má á myndinni hefur verið lögð áhersla á að eldri byggingar þar á meðal Gamli Garður fái áfram notið sín.

Hafin er undirbúningur að byggingu stúdentaíbúða á svæðinu við Gamla Garð við Hringbraut. Að undanförnu hefur verið unnið við grunn fyrirhugaðra bygginga. Með þeim verður íbúðum fyrir stúdenta fjölgað á Háskólasvæðinu. Annars vegar verður byggt við Gamla Garð en einnig er fyrirhugað að nýta bygginguna Stapa fyrir stúdentaíbúðir. Unnið verður samkvæmt deiliskipulagstillögu Andrúms arkitekta.

Áformað er að reisa viðbyggingu við Gamla Garð sem verður þrjár hæðir og kjallari og tengjast mun suðurgafli núverandi húss. Við það verður til nýr aðalinngangur að sameinuðum Gamla Garði og viðbyggingu frá Sæmundargötu eða Skeifunni svokölluðu. Gert er ráð fyrir að í viðbyggingunni verði 70 ný stúdentaherbergi ásamt sameiginlegum eldhúsum, samkomurýmum og geymslum. Í tillögu Andrúms arkitekta að viðbyggingunni er lagt upp með að hún falli vel að núverandi byggingum á háskólasvæðinu. Gamli Garður var á sínum tíma teiknaður af Sigurði Guðmundssyni arkitekt. Dregið verður til muna úr umfangi bygginga miðað við fyrri hugmyndir þannig að þær byggingar sem eru fyrir á svæðinu fái að njóta sín áfram. Samkvæmt upplýsingum frá Félagsstofnun stúdenta er hönnun komin vel á veg. Gert er ráð fyrir að lokið verði við verkið síðsumars 2021.

OPIÐ
8-24
ALLA DAGA
Á EIÐISTORGI
HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

Haga-
vagninn
- Hofsvallagata 52 -

Í gamla Héðinshúsinu, Seljavegi 2

Góð þjónusta – Hagstætt verð

Afgreiðslutími:
Virka daga: kl. 9-18:30
Laugardaga: kl. 10-16

Reykjavíkur Apótek

Seljavegur 2 | Sími: 511-3340 | Fax: 511-3341 | www.reyap.is | reyap@reyap.is

Melabúðin
Þín verslun
Sími 551-0224

Úrvals þorramatur
úr kjötborði ...og allt meðlætið

Vesturbæjarblaðið

Útgefandi: Borgarblöð ehf.
Eiðistorgi 13-15 • 172 Seltjarnarnes • Pósthólf 171
Ritstjóri: Þórður Ingimarsson • Sími 551 1519 • 893 5904
Netfang: thordingimars@gmail.com
Auglýsingasími: 511 1188 • 552 1953 • 895 8298
Heimasíða: borgarblod.is
Netfang: borgarblod@simnet.is
Framkvæmda- og auglýsingastjóri: Kristján Jóhannsson
Umbrot: Valur Kristjánsson
Prentun: Landsprent ehf.
Dreifing: Morgunblaðið
1. tbl. 23. árgangur
Vesturbæjarblaðinu er dreift í hvert hús í póstnúmerum 107 og 101.

Þarf Landsbjörg á fjárlög?

Tíð stórviðri hafa gengið yfir landið með skömmu millibili. Aftakaveður gerði skömmu fyrir miðjan desember og aftur blés af krafti með snjókomu 4. janúar. Síðan hafa stöðugar umhleypingar dunið á landsmönnum.

Í að undanförnu hefur því reynt mjög á Landsbjörgu – björgunarsveitirnar sem ávallt eru til reiðu ef til aðstoðar þeirra er kallað. Þar hefur safnast mikil þekking og einnig tækni og búnaður sem nauðsynlegur er við hinar erfiðustu aðstæður.

Í óveðrunum virtist hafa orðið ljóst að hið opinbera – ríki og sveitarfélög treysta á samtök sjálfboðaliða þegar veðurvá ber að. Hinar opinberu stofnanir hafa ekki til að bera það sem þarf á erfiðum stundum.

Starfsemi Landsbjargar er að verulegu leyti borin upp af sölu flugelda fyrir hver áramót. Flugeldar skilja jafnan mikið svifryk eftir í andrúmsloftinu. Því er rætt um að draga þurfi úr flugeldaskotum landsmanna. Jafnvel að binda þau við afmörkuð svæði.

Jafn nauðsynlegt og virðist vera að draga úr sölu og skotum flugelda er einnig nauðsynlegt að sveitir Landsbjargar búi við ákveðna öflun tekna. Spurningin er hvað komið geti í stað flugeldanna.

Ekki er vænlegt að taka stjórn björgunarsveitanna úr höndum Landsbjargar og færa hana opinberum aðilum. Með því myndi sá kraftur sem áhugamennskunni fylgir dvína og jafnvel hverfa.

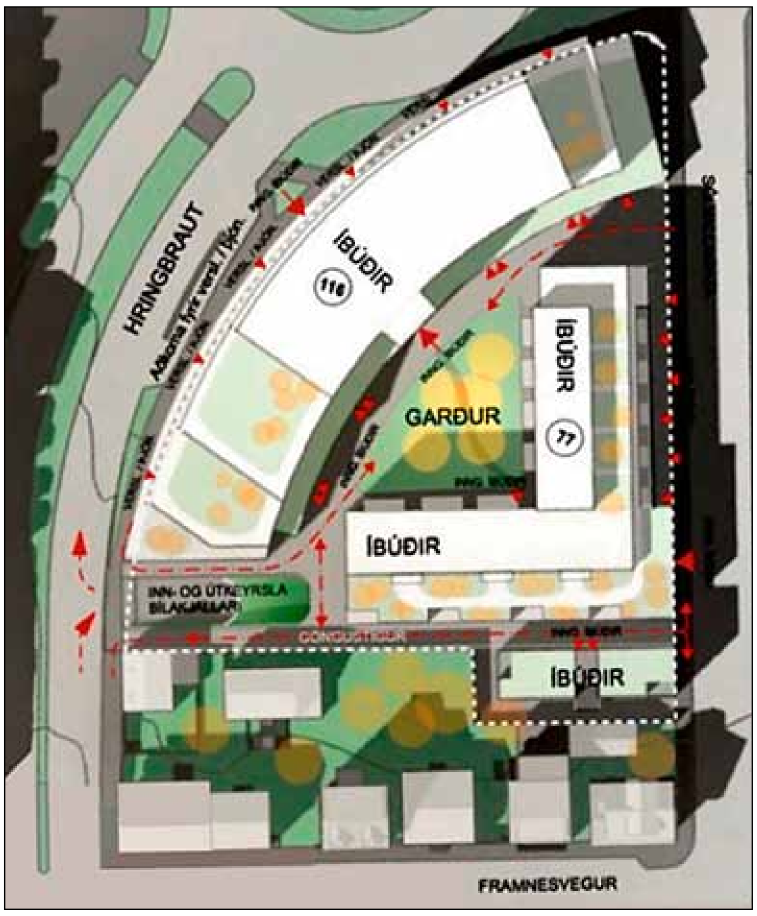
Nauðsynlegt að finna nýjar leiðir til þess að fjármagna þessa lífsnauðsynlegu starfsemi. Ef til vill verður að setja Landsbjörgu að einhverju leyti á fjárlög. Með því fengist grunnfjármögnun sem styrkja mætti eftir öðrum leiðum.

Tæpast er hægt að ætlast til að ríki og sveitarfélög treysti alfarið á áhugamannasamtök og sölu flugelda þegar vá ber að höndum.

Kaldalón byggir á Steindórsreit við Hringbraut

Nú er unnið að breytingum á skipulagi fyrir Steindórsreit sem einnig hefur gengið undir nafninu BYKO reitur. Um er að ræða lóðir nr. 77 við Sólvallagötu og nr. 116 við Hringbraut gegnt JL-húsinu við Hringbraut. Byggingafélagið Kaldalón, sem er í eigu Kviku banka og einkafjárfesta hefur fest kaup á reitnum en hann hefur gengið kaupum og sölum á milli fjárfesta að undanförnu. Kaldalón keypti svæðið af félaginu Steindórsson ehf., sem er í eigu viðskiptafélaganna Hilmars Þórs Kristinssonar og Jóhanns G. Jóhannssonar en það félag hafði keypt hús og byggingarétt af öðrum aðilum. Fyrirhugað er að byggja 84 íbúðir á reitnum og að framkvæmdir geti hafist um mitt þetta ár samkvæmt upplýsingum frá Jónasi Þorvaldssyni framkvæmdastjóra Kaldalóns.

Gangi þessar fyrirætlanir Kaldalóns eftir mun ljúka sögu viðskipta og hugmynda að fjárfestingum sem ekki gengu eftir. Atvinnustarfsemi hefur verið á reitnum í áratugi og er heitið Steindórsreitur dregið af því að þar hafði Bifreiðastöð Steindórs aðstöðu um lengri tíð. Húsin voru þá í eigu hans og síðar fjölskyldu hans. JL Byggingarvörur störfuðu um tíma í húsnæðinu. Þar var um að ræða hluta af verslunarveldi fjölskyldu Jóns Loftssonar sem byggði JL húsið og rak verslanir þar um árabil. JL Byggingarvörur urðu gjaldþrota í júní 1991. Þegar Byko færði hluta af starfsemi sinni í Vesturbæinn tók verslunin Steindórshúsin á leigu fyrir byggingavöruverslun. Byko verslaði við Hringbrautina um árabil eða allt þar til verslun Byko var opnuð í Örfirisey. Eftir það var matvöruverslunin Víðir í húsinu eða þar til hún varð gjaldþrota í júní árið 2018. Íslandspóstur hefur einnig verið með pökkunarþjónustu í hluta húsnæðisins. En frá gjaldþroti Víðir hefur mestur hluti þess staðið auður enda niðurrif fyrirhugað.



Tölvuteikning af fyrirhuguðum byggingum á Steindórsreitnum.

Teikning af byggingum á Steindórsreitnum sem gerð var fyrir nokkru.

Íbúðir og hótel

Árið 2016 auslýsti Reykjavíkurborg nýtt deiliskipulag fyrir Steindórsreitinn. Í skipulagstillögunni var gert ráð fyrir að heildarbyggingarmagn yrði 15.700 fermetrar, þar af 70 íbúðir á 3.250 fermetrum á tveimur til fjórum hæðum. Einnig var gert ráð fyrir gististað á einni til fimm hæðum á 4.300 fermetrum. Þá var gert ráð fyrir verslun og þjónustu í 450 fermetrum og svalir og þakgarðar verða 3.450 fermetrar. Í auglýsingu Reykjavíkurborgar kom fram að markmiðið með deiliskipulaginu væri að móta ramma um byggð sem styrkja myndi heildarmynd borgarinnar. Þess er skemmst að geta að ýmsar athugasemdir komu fram við þessar skipulagshugmyndir. Einkum komu þær frá íbúum við vestur enda Ásvallagötunnar sem fannst að sér þrengt en einnig annarsstaðar frá. Athugasemdir komu fram um að hluti húsnæðisins væri ætlaður fyrir hótelrekstur.

Aftur auglýst fleiri íbúðir og hótelið burt

Borgarráð samþykkti að auglýsa tillögu að breyttu deiliskipulagi fyrir Steindórsreitinn í september á liðnu ári. Þar hafði verið tekið nokkurt tillit til athugasemda sem höfðu borist vegna fyrri skipulagshugmynda. Helstu breytingar eru að íbúðum var fjölgað um 14 eða úr 70 í 84 og hætt var við hugmyndir um hótelrekstur. Samkvæmt skipulaginu verða íbúðirnar í þremur húsum og sem verða hæst fimm hæðir næst Hringbraut og gert ráð fyrir atvinnustarfsemi á jarðhæð.

HÚSAVIÐGERÐIR.IS
ALHLIÐA MÚR- OG STEYPUVIÐGERÐIR
Hafðu samband
Við skoðum og gerum tilboð!
www.husavidgerdir.is/hafa-samband
info@husavidgerdir.is - Sími 565-7070

Finndu okkur á Facebook

Húsfélagaþjónusta
Eignaumsjón leiðandi í 17 ár
√ Bókhald og fjármál
√ Húsfélagafundir
√ Mínar síður
√ Húsbók þjónustusaga húss
√ Auk annarrar þjónustu

EIGNAumsjón www.eignaumsjon.is

Leica
EYECARE
2019
SILMO
d'Or
Byltingarkennd nýjung
í margskiptum glerjum
50–65%
stærra
lessvæði
Velkomin
í nýja
verslun
okkar á
Hafnartorgi
Optical
Studio
Cartier
SJÓNMÆLINGAR
Tímapantanir: 528 8505
Optical Studio
HAFNARTORGI

Verðum að auka faglegan metnað hjúkrunarfólks

- segir Jórunn Ósk Frímannsdóttir Jensen hjúkrunarfræðingur og forstöðumaður Droplaugarstaða

Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin (WHO) tileinkar árið 2020 hjúkrunarfræðingum og ljósmæðrum. Ákvörðunin er meðal annars tekin til heiðurs minningu breska hjúkrunarfræðingsins Florence Nightingale en þann 12. maí 2020 eru 200 ár liðin frá fæðingu hennar. Markmiðið með þessari ákvörðun er að vekja athygli á störfum hjúkrunarfræðinga og ljósmæðra og stuðla að því að störf þeirra séu metin að verðleikum. Jórunn Ósk Frímannsdóttir Jensen er hjúkrunarfræðingur og forstöðumaður Droplaugarstaða hjúkrunarheimilis við Snorrabraut. Hún býr einnig á völdum ef ekki földum stað í Vesturbænum í húsi sem hafði nafnið Gamli Ólafsdalur, var síðan kennt við Kaplaskjólsmýri en tilheyrir nú Einimel. Er innst inni í horninu á Einimelnum. Heilbrigðismálin eru Jórunni hugleikin. Hún hefur áhyggjur af því hvernig málin séu að þróast. Það er mikil vöntun á hjúkrunarfræðingum og það þarf að auka faglega vitund hjúkrunarfræðinga og metnað fyrir faginu. Hún segir að auka þurfi vigt hjúkrunarnámsins og finna leiðir til þess að fá hjúkrunarfræðinga að störfum í heilbrigðisgeiranum. “Ég veit mörg dæmi þess að útskrifaðir hjúkrunarfræðingar hafa sótt í önnur störf. Allt of margir hjúkrunarfræðingar kjósa heldur að starfa við annað en hjúkrun. Jafnvel þar sem er unnið á vöktum - unnið bæði daga, helgar og nætur en eitthvað er það sem dregur að. Eflaust betur borgað og trúlega eru ýmis önnur störf betur borguð en að starfa í heilbrigðisgeiranum en það er hvergi skemmtilegra að vinna, ég get vitnað um það. Launin og álagið kunna líka að draga fólk til annarra starfa.” segir Jórunn sem spjallar við Vesturbæjarblaðið að þessu sinni.

“Nei – ég er ekki gróin Vesturbæingur þótt ég búi í horninu á Einimelnum. Ég á mér nokkuð fjölbreytta búsetusögu. Ég er fædd í Grundarfirði en fluttist ung með móður minni og bróður suður. Móðir mín er frá Eskifirði og faðir minn frá Siglufirði. Mamma missti foreldra sína ung að árum og fluttist þá til Reykjavíkur hún hefur oft sagt frá fyrstu jólunum sínum eftir að foreldrar hennar dóu en þeim eyddi hún í vinnu á Grund og eru þau jól henni mjög eftirminnileg. Áður en foreldrar mínir fluttu til Grundarfjarðar leigðu þau bæði á Fálkagötu og Lynghaga á meðan faðir minn lærði skipasmíði í Slippnum. Skólaganga mín er álíka fjölbreytt og búsetusagan. Ég byrjaði í Kársnesskóla í Kópavogi, var um tíma í Hólabrekkuskóla í Breiðholti og síðan í Álftamýrarskóla. Eftir Grunnskólann fór ég í MS - Menntaskólann við Sund. Hvernig ég svo endaði í vesturbænum er í raun bara tilviljun. Ég og fyrrverandi eiginmaður minn skyldum árið 2010 og ég eignaðist þá íbúð við Selvogsgrunn. Þegar ég kynntist núverandi eiginmanni mínum, Herði Ólafssyni lækni ákváðum við að leigja íbúðirnar okkar út og leigðum okkur saman hús út á Seltjarnarnesi. Við vorum varkár og vildum láta reyna á hvernig búskapur okkar gengi áður en við myndum festa okkur sameiginlega eign. Búskapurinn gekk vel og við ákváðum að selja báðar íbúðirnar okkar og finna okkur saman eign. Við vildum vera í göngufæri við miðbæinn en þó ekki alveg í bænum. Nesið var of langt í burtu að okkar mati. Norðurströndin er löng og ég gat ekki hugsað mér að búa þar ytra til frambúðar. Fannst eins og ég væri komin svolítið út úr samfélaginu.

Jórunn og Hörður að leggja af stað í göngu. Hún segir þau fara í gönguferð að jafnaði tvisvar í viku.

Hjúkrunarfræðingar sækja of mikið í önnur störf. Eflaust er eitt og annað sem veldur því. Oft getur verið mikið álag á þeim og launakjörin ekki eins og þeir myndu óska. Umræðan á að mínu mati líka sinn þátt í þessu. Við verðum að ná að auka faglegan metnað fólks sem leggur nám í hjúkrun fyrir sig.

Gamli Ólafsdalur varð fyrir valinu

Þá hófst leit að nýju húsnæði sem endaði með því að Gamli Ólafsdalurinn við Einimelinn varð fyrir valinu.” Jórunn segir að húsið hafði verið byggt 1932 löngu áður en nærliggjandi svæði hafi verið byggt og því í allt öðrum stíl en umhverfið. “Við vorum búin að leita að húsi í dálítinn tíma og skoða margt. Það var strax eitthvað við þetta hús. Ég man eftir því þegar við komum út í bíl og ég var búin að vera að hugsa hvernig ég ætti eiginlega að orða það að þetta væri húsið og hvernig ég ætti að sannfæra manninn minn um alla þá möguleika sem voru í því. Þarna var komið hús sem hægt var að gera eitthvað með. En áhyggjur mínar voru algerlega óþarfar, hann hafði fengið sömu góðu tilfinninguna og ég og við litum einfaldlega hvort á annað úti í bíl og vissum að þetta var húsið okkar. Við fórum beint á fasteignasöluna og gerðum tilboð í húsið og fengum það. Við höfum ekki séð eftir því og liðið óskaplega vel hér. Við fórum strax í að endurskipuleggja og breyta og við höfum unnið að ýmsum lagfæringum. Þótt við höfum gert breytingar er gamli andinn í húsinu. Við fundum hann strax. Við opnuðum til dæmis á milli eldhúss og stofu og þurftum því að saga niður vegg. Settum líka hurð út úr borðstofunni og pall þar útaf. Þá kom í ljós að veggirnir voru ofboðslega þykkir og mikið mál að saga þá í sundur. Maður borar heldur ekki auðveldlega í þá. Ekki einu sinni til að hengja upp myndir. Svona vönduðu menn til verka á þessum tíma. Eigum við að segja í gamla daga. En húsið heldur vel utan um mann. Hjónin sem byggðu húsið bjuggu þar alla sína ævi. Talsvert af landi mun hafa fylgt Gamla Ólafsdal sem síðar var byggt á. Stór garður var og er í kringum húsið og mikið af gróðri. Sagan segir að hjónin hafi nýtt garðinn vel. Bæði til ræktunar og útiveru á góðviðrisdögum. Rifsberjarunnarnir eru ótrúlega miklir, ég nýt þess á haustin að sulta með tengdadætrunum og dóttur minni. Við gerum úr þessu skemmtilegan dag. Í haust tókum við þrjár fullar fötur af rifsberjum og sultuðum úr þeim. Það er ekki keypt sultukrukka á okkar heimilum. Við erum að verða búin að vera sjö ár í Gamla Ólafsdal. Nú síðustu tvö árin bara þrjú, ég, maðurinn minn og hundurinn okkar hann Gormur. Börnin eru öll orðin fullorðin og flogin úr hreiðrinu. Við eigum alveg óskaplega vel gerð og dugleg börn. Ég á tvo stráka fædda ´90 og ´91 og stelpu fædda ´97. Hörður á einn son fæddan ´00. Tvö þau yngri eru erlendis í námi og strákarnir elstu báðir komnir með fjölskyldur, annar með einn lítinn fimm mánaða gaur og hinn á von á einum nú í maí. Já það breytist

FERSKUR FISKUR DAGLEGA
MIKIÐ ÚRVAL SPENNANDI FISKRÉTTA
VERIÐ VELKOMIN
FISKBÚÐIN VEGAMÓT
Nesvegur 100
Símar 562-1070, 896-4243
Opið virka daga kl. 10 - 18:30

hlutverkið hjá manni. Við fengum sem sagt barnabarn á síðasta ári og von er á öðru á þessu ári, svo við erum aðeins að venjast nýju hlutverki. Mér finnst hálfskrítið þetta ömmuhlutverk. Mér finnst ég svo ung og ég er enn að leika mér og það sennilega breytist ekkert. Nú er ég farin að leika mér aftur á gólfinu með barnabarninu og það er alveg dásamlegt.“ Jórunn segir að Vesturbærinn sé yndislegur bæjarhluti. Ekki ósvipaður Laugarnesinu að því leyti að þetta líkist þorpi í borg. “Maður kannast við mörg andlit. Fólk stoppar á förnum vegi og spjallar saman eins og algengt er í fámennari byggðum.”

Var formaður Þróttar

Jórunn var formaður íþróttafélagsins Þróttar um tíma. “Ég tók að mér stjórnina þegar krakkarnir voru á kafi í íþróttunum. Ég minnist 60 ára afmælis Þróttar sérstaklega en þá var ég formaður. Þá var reistur steinn við Grímstaðavörina við gömlu grásleppuskúrana við Ægisíðu. Knattspyrnufélagið Þróttur var stofnað 5. ágúst 1949 í herbragga við Ægissíðu af þeim Halldóri Sigurðssyni kaupmanni, sem var fyrirmyndin að Tomma í bókum Einars Kárasonar um Djöflaeyjuna og Eyjólfi Jónssyni lögreglumanni og sundkappa. Félagið starfaði í Vesturbæ Reykjavíkur til ársins 1969 þegar því var úthlutað svæði við Sæviðarsund í Laugarnesi. Þar starfaði félagið til 1998 þegar það fékk formlega aðstöðu í Laugardalnum þar sem það hefur aðsetur í dag. Ég var búsett á Teigunum á þeim tíma og því lá við að börnin færu í fótbolta hjá Þrótti. Svo fórum við “mömmurnar” í Þrótti að spila fótbolta. Það var nú bara til gamans gert og engin að

Gamli Ólafsdalur. Húsið sem Jórunn og Hörður festu kaup á við Einimelinn. “Það var strax eitthvað við þetta hús,” segir Jórunn.

ætla sér vinninga í íþróttagreininni. Við „mömmurnar“ kölluðum okkur Andspyrnuna og fórum norður til Akureyrar og kepptum í bumbuboltanum þar. Við mættum að sjálfsögðu í felulitunum í stíl við nafn félagsins og vorum eingöngu þarna til þess að hafa gaman af þessu. Þar kepptum við einn leik á móti KR sem var hin mesta skemmtun ekki síst vegna þess að okkur tókst að vinna seinnihálfleikinn og vorum svo rosalega glaðar yfir því. Leikurinn fór 7-1 en við unnum samt seinnihálfleikinn með einu marki. Við skemmtum okkur konunglega yfir þessu.

Hjúkrunarfræðingar sækja of mikið í önnur störf

Jórunn er hjúkrunarfræðingur að mennt og starfar við öldrunarþjónustu. Hún stýrir hjúkrunarheimilinu Droplaugarstöðum einni af þeim stofnunum þar sem ákveðinn vandi er fyrir höndum. Hjúkrunarheimilin ná ekki að taka við því fólki sem er þurfandi fyrir þessa þjónustu. Það skapar aftur vanda inn á spítölum þegar ekki er hægt að útskrifa fólk sem ætti mun fremur heima á hjúkrunarheimilum. “Hjúkrunarfræðingar sækja of mikið í önnur störf. Eflaust er eitt og annað sem veldur því. Oft getur verið mikið álag á þeim og launakjörin ekki eins og þeir myndu óska. Umræðan á að mínu mati líka sinn þátt í þessum. Við verðum að ná að auka faglegan metnað fólks sem leggur nám í hjúkrun fyrir sig. Við þurfum að höfða til unga fólksins okkar og námið þarf að skila einstaklingum sem hafa áhuga á að vinna við fagið sitt. Hjúkrunarfræði er fjögurra ára háskólanám og hjúkrunarfræðingar mjög hæfir starfskraftar svo eðlilega er eftirsótt að fá þá til starfa. Það er mikil þörf fyrir hjúkrunarfræðinga í heilbrigðisgeiranum og heilbrigðisgeirinn þarf að höfða til þeirra. Við verðum að vera samkeppnishæf í launum, við þurfum að styðja betur við hjúkrunarfræðinga og hvetja til símenntunar og starfsþróunar.”

Var spurður hvort hann væri að skeina

Jórunn tekur dæmi af syni sínum sem var að vinna með námi í heimaþjónustu á Sléttuveginum við að aðstoða líkamlega fatlað fólk. “Við vorum stödd í matarboði þegar frændi hans spurði hann hvar hann væri að vinna með skólanum og hann útskýrir það fyrir honum. Þá segir frændi hans hátt og snjallt “Hvað ertu þá að skeina fólkið” eins og það væri eitthvað aðalatriði. Mér finnst þetta lýsa vel hvað okkur hefur ekki tekist að uppræta fáfræði og koma því út til almennings hvað það er frábært að vinna við hjúkrun og í umönnunarstörfum. Síðastliðinn vetur komu nemar frá Listaháskólanum og unnu verkefni á Droplaugarstöðum. Þetta var um 50 manna hópur, allir annars árs nemar skólans. Verkefnin sem þau unnu voru mismunandi en einn hópurinn varð svo hrifinn af því hvað starfsfólkið var ánægt í vinnunni og hvað starfsandinn var góður. Þau sögðu hreinlega að það hefði komið þeim á óvart, en þau urðu svo hrifin af þessu að þau tileinkuðu verkefnið sitt því að kynna störf í umönnun fyrir ungu fólki hvað það er gefandi að vinna á hjúkrunarheimili og gerðu app og kynningarefni í samræmi við það. Það var mjög gaman að sjá hvað krakkarnir nutu þess að vinna verkefnin sín á Droplaugarstöðum og hvað þau höfðu gaman af að umgangast íbúana. Við þurfum að gera meira af því að tengja saman unga og aldna og ég held að allir hafi gott af því að kynnast því að vinna við umönnun af einhverju tagi og verði betri einstaklingar fyrir vikið. Við sem erum heilbrigð höldum oft að það sé sjálfsagður hlutur, en það er það ekki og öll getum við þurft á hjálp að halda. Jafnvel við að skeina okkur.”

Hlakka til að fara til vinnu á morgnana

Jórunn segir að taka verði þetta fag upp eins og hún kemst að orði. “Ég var spurð að því um daginn hvernig mér líki í vinnunni, og mér fannst eins og sá sem spurði ætti ekki von á því að ég væri ánægð. Ég svaraði því til eins og satt er að ég hlakka til að fara í vinnuna á hverjum morgni. Droplaugarstaðir eru frábær vinnustaður og metnaður starfsfólks mikill. Við erum líka að vinna að mörgum spennandi verkefnum Við erum búin að taka upp nýtt gæðakerfi. Við erum sjálf búin að vera að „smíða“ það í eitt og hálft ár og erum að fara með heimilið í ISO vottun. Það er gefandi að vinna í þessum geira og við þurfum að fara að tala þetta upp. Það gengur ekki að þeim sem sinna hjúkrun og aðhlynningu sé vorkennt vegna þess að þeir séu að vinna annars flokks störf. Þetta er svo fjarri lagi. Þessi störf eru bæði krefjandi og einnig gefandi. Fólk fær aðra sýn á lífið. Það eru ekki allir heilbrigðir og þurfa á margvíslegri aðstoð að halda. Mér finnst það frábær ákvörðun hjá Alþjóðaheilbrigðismálastofnuninni að tileinka árið 2020 hjúkrunarfræðingum og fæðingarhjálp.

Sautján hæða hótel rís í miðbænum

Þannig mun hótelturninn líta úr er hann verður fullbyggður.

Hótelkeðjan Radisson Hotel Group er að hefja byggingu hótels undir merkjum Radisson RED á horni Skúlagötu og Vitastígs í Reykjavík. Áætlað er að Radisson RED-hótelið opni í miðbænum árið 2021. Gert er ráð fyrir 203 herbergjum á sautján hæðum, með göngustíg í gegnum hótelið, veitingastað á jarðhæð með torgi og útsýnisverönd á þaki.

Skoski arkitektinn Tony Kettle hefur teiknað húsið sem fullbyggt mun kallast á við Hallgrímskirkju en rauðir og svartir litir sem eru í hönnunni eiga að vísa til eldvirkni og hraunrennslis. Sautján hæða hótelturninn verður ein svipmesta bygging miðborgar Reykjavíkur. Fyrst var greint var frá því á árinu 2018 að til stæði að opna Radisson RED-hótel á Íslandi en hér eru fyrir fjögur Radissonhótel, þrjú í Reykjavík og eitt í Reykjanesbæ. Radisson Hotel Group er ein stærsta hótelkeðja heims. Yfir 1400 hótel eru rekin og í burðarliðnum undir merkjum keðjunnar.

Nýtt hótel opnar við Seljaveg í maí

Tölvumynd að fyrirhuguðum byggingum á Héðinsreit.

Gert er ráð fyrir að opna nýtt Centerhótel við Seljaveg í Vesturbæ Reykjavíkur í maí á næsta vori. Hótelið er að hluta í gamla Héðinshúsinu sem verið er að endurgera auk nýbyggingar. Þetta er í nálægð frá fyrirhuguðu íbúðahverfi við Vesturbugt og við Slippinn. Enn liggur ekki fyrir hversu mörg herbergi verða tekin í notkun í upphafi. Þau verða alla vega 147 en gætu orðið 195.

Gert er ráð fyrir veitingastað, bar og kaffihús í hinu nýja hóteli auk annarrar þjónusta. Einnig eru áform um að bjóða upp á spa og tengda þjónustu en það verður ekki alveg í byrjun. Upphaflega var áformað að taka fyrsta áfanga hótelsins í notkun fyrr en uppbygging þess hefur engu að síður gengið eftir áætlun. Mikil vinna hefur verið við endurgerð hússins. Meðal annars var skipt um alla glugga og það klætt að utan.

Flugvirkjun

Flugvirkjun býður upp á góða starfsmöguleika bæði hérlendis og erlendis.

Tækniskólinn er eini skólinn á Íslandi sem býður uppá nám í flugvirkjun.

Kynntu þér málið á tskoli.is

Tækniskólinn
skóli atvinnulífsins

Mikil uppbygging og breyttar ferðavenjur í borginni

- segir Sigurborg Ósk Haraldsdóttir formaður skipulags- og samgönguráðs Reykjavíkurborgar

Sigurborg Ósk Haraldsdóttir formaður skipulags- og samgönguráðs Reykjavíkurborgar.

Sigurborg Ósk Haraldsdóttir formaður skipulags- og samgönguráðs Reykjavíkurborgar segir að Vesturbærinn og einkum Miðborgin hafi gengið í gegnum mikla endurnýjun á undanförnu árum. Framkvæmdum sem unnið hafi verið að sé ekki að öllu lokið. Enn séu óbyggðir reitir bæði í Vesturbænum og á miðsvæðinu en framkvæmdir séu fyrirhugaðar og nefnir Steindórsreitinn, Héðinsreitinn og Vesturbugt sem dæmi í Vesturbænum. Þá standi endurbætur á athafnasvæði KR fyrir dyrum. “Við erum jákvæð gagnvart þessu máli og viljum fá betri nýtingu á svæðið. Þarna er ótrúlegur fjöldi fermetra sem ekki eru nýttir undir neitt. Við tökum kannski ekki eftir því en þarna mætti nýta svæðið með mun betri hætti.”

Sigurborg nefnir nokkrar hótelbyggingar sem unnið er að í Miðborginni. Marriott hótelið við Austurhöfnina, hótelbyggingar við Lækjargötu og Kirkjustræti, fyrirhugaða hótelbyggingu Radisson Hotel Group á horni Skúlagötu og Vitastígs og hótel á Héðinsreitnum. Hún segir þó fyrirsjáanlegt að draga muni úr byggingu hótela enda ekki æskilegt að of stór hluti borgarhverfa einkennist af hótelum og gistihúsum. “Við erum farin að fá erindi til borgarinnar um að breyta deiliskipulagi þannig að breyta megi hótelum í íbúðir. Ég gæti trúað að þeim erindum eigi eftir að fjölga á næstunni. Við erum að sjá fram á meiri stöðugleika eftir mikla þenslu í ferðaþjónustunni.”

Stærstu byggingasvæðin tengjast Borgarlínunni

Sigurborg segir að stærstu málin í húsnæðisuppbyggingu borgarinnar tengjast fyrirhugaðri borgarlínu. Þar liggi nokkur svæði undir. “Í raun og veru ná þau svæði frá Háskólanum í Reykjavík, tengjast síðan svæðinu við Háskóla Íslands í Vesturbænum, BSÍ reitnum og Landsspítalanum. Síðan liggur leið þeirra um Lækjartorg og Hlemm og þaðan eftir Suðurlandsbrautinni upp á Ártúnsholt þar sem miklar framkvæmdir eru fyrirhugaðar. Þar liggur fyrir að breyta gömlu iðnaðarsvæði í íbúðabyggð. Skipulagsvinna við það er hafin og fyrstu tillögur sýna að þar verði hægt að byggja húsnæði fyrir sambærilegan fjölda íbúa og býr í Grafarvogi. Þó er Grafarvogur um 400 hektarar að flatarmáli á meðan Ártúnsholtið er 80 hektarar. Þéttleikinn er einfaldlega það mikill í þessu nýja skipulagi.”

Borgarlínan mun tengja mikilvægustu borgarhlutana saman

Sigurborg segir að nú sé að koma í ljós hvað borgalínan komi til með að tengja mikilvægust hluta borgarinnar saman. Hún segir Fossvogsbrúna komna lengst í því ferli. Hún sé á leið í alþjóðlega hönnunarsamkeppni. Þá megi nefna Vogabyggðina, þverun Sæbrautarinnar og samgöngumiðstöð sem þar er fyrirhuguð. Þarna sé einskonar falin demantur og eitt stærsta verkefni komandi ára. Þá sé Sundabrautin komin á dagskrá og hugmyndir komnar upp um að byggja hana á lágbrú. Það feli hins vegar þann ókost í sér að stór skip komist ekki undir brúnna og því muni stór hluti af landi Faxaflóahafna ekki nýtast verði sú leið farin. Þar sé verkefni sem þurfi að leysa vegna þess að óhagkvæmt sé að flytja hafnarstarfsemina lengra í burtu vegna mikilvægi vöruflutninga. “Það er ekki góð stefna að auka landflutninga með vörur sem koma til hafnar. Best er að hafnarstarfsemin sé sem næst byggðinni.”

Mörg byggingasvæði í Vesturbænum

En aftur að Vesturbænum. Sigurborg nefnir Héðinsreitinn. „Hann er stærsta byggingasvæðið sem sé í uppbyggingu núna. Keilugrandinn er líka að verða fullbyggður. Hægar gengur að koma framkvæmdum við Vesturbugtina af stað. Þar hefur gengið erfiðlega með fjármögnun. En það væri mikill kostur ef tækist að koma fyrirhuguðum framkvæmdum af stað. Með því væri hægt að græða sár sem nú er í borgarmyndinni. Vesturbugtin er einnig tímamótaverkefni vegna þess hvernig byggingahugmyndirnar eru saman settar. Hluti húsnæðisins er ætlaður fyrir félagslegar íbúðir sem fyrirhugað er að byggja til móts við íbúðir á almennum markaði á dýrmætu svæði. Sjónarmiðið að baki því er að allir eigi rétt til sömu lífsgæða. Það veldur mér áhyggjum að það virðist sem bankarnir halda að sé höndunum þegar kemur að fjármögnun á verkefnum með jafn mikla félagslega blöndun og á Vesturbugtarreitnum. Þessi félagslega blöndun er hornsteinn í þeirri stefnu að allir hafi þak yfir höfuðið.“ Sigurborg segir að Alliance reiturinn hafi verið skipulagður og framtíð Alliancehússins tryggð. „Nú er farið að huga að byggingu íbúða á Úlfarsfellsreitnum á horni Hagamels og Kaplaskjólsvegar. Hugmyndir eru komnar fram um að byggja tvær íbúðahæðir ofan á verslunakjarnann og fyrirspurnir til borgarinnar um það verkefni.“

> ***“Við erum farin að fá erindi til borgarinnar um að breyta deiliskipulagi þannig að breyta megi hótelum í íbúðir. Ég gæti trúað að þeim erindum eigi eftir að fjölga á næstunni. Við erum að sjá fram á meiri stöðugleika eftir mikla þenslu í ferðaþjónustunni.”***

Ferðavenjur eru að breytast

Sigurborg segir þéttingarverkefni vera til staðar í öllum hverfum borgarinnar. „Þétting byggðar er öflugasta verkfærið sem sveitarfélög hafa til að sporna við loftslagsbreytingum. Sveitarfélögin verða að takast á við lífsstílsbreytingar og mæta nýjum þörfum íbúanna. Eitt af því sem er að breytast er að fólk fer síður í einkabílnum til og frá vinnu. Ég tel að sú þróun haldi áfram. Ungt fólk er að taka bílpróf síðar á lífsleiðinni en á afmælisdaginn þegar það verður 17 ára. Í rauninni er það svo að hlutfallið er komið niður í 72% og hefur það minnkað mest síðustu 10 árin. Þetta fólk vill ekki vera háð einkabílnum heldur hafa valmöguleika um hvernig það ferðast. Deilihagkerfið er komið til að vera í Reykjavík. Það mun einnig ná til bílvæðingarinnar. Deilibílar virkar þannig að þú nærð þér í bíl þegar þú þarft á honum að halda í gegnum app í símanum. Ég get einnig nefnt notkun deilihjóla. Viðbrögðin við opnun deilihjólaleigu síðastliðið haust voru mun betri en við þorðum að vona. Og svo eru einnig komnar leigur fyrir rafhlaupahjólin. Fólk hefur tekið þeim gríðarlega vel. Eiginlega fagnandi. Það var gert ráð fyrir að hlaða þyrfti þau einu sinni á sólarhring en svo hefur komið í ljós að þau þarf að hlaða talsvert oftar vegna mikillar notkunar.”

Gafst upp við að breyta pabba

“Við lifum á tímum þegar breytingar á loftslagi eru að ágerast. Við sjáum það og upplifum á hverjum degi. Því erum við langflest sammála um að minnka losun kolefnis. Það eitt og sér mun hafa mikil áhrif á þróun höfuðborgarinnar næstu árin. Bílaborgin sem var skipulögð upp úr 1960 mun breytast mikið. Aðferðafræðin sem bílaborgir byggja á eru hluti af liðinni tíð, þær kostar mikið og virka illa. Reykjavík mun því breytast bæði af þörf og einnig vegna kynslóðar sem hugsar á annan veg. Fyrir nokkrum árum var ég að reyna að breyta pabba mínum. Ég gafst upp. Í dag er ég að breyta borginni.”

Vantar þig sjónmælingu?
Láttu sjóntækjafræðinga okkar sjá um þig
Eyesland · Grandagarði 13 og Glæsibæ, 5. hæð
sími 510 0110 · www.eyesland.is
E YES LAND
gler augu

Reykjavik
RÖST
Coffee house & bar
Við gömlu höfnina
reykjavikrost.is

„Það er meira val en maður heldur“
Kynntu þér lífeyrissparnað

Borgarlína mun stoppa við Háskólann í Reykjavík

Borgarráð hefur samþykkt drög að samningi við Háskólann í Reykjavík um uppsetningu stoppistöðvar fyrir borgarlínu við skólann. Gert er ráð fyrir að borgarlína liggi frá Kópavogi yfir fyrirhugaða Fossvogsbrú síðan framhjá Háskólanum í Reykjavík og þaðan eftir Nauthólsvegi að samgöngumiðstöð sem rísa mun á BSÍ-reitnum. Stoppistöðin við HR verður yfirbyggð og staðsett á lóðinni Menntasveig 8 vestan við aðalbyggingu HR.

Gert er ráð fyrir að þriðji áfangi borgarlínu, áfanginn frá Mjódd að BSÍ muni koma til framkvæmda árið 2024 og ljúki 2026. Gert er ráð fyrir að ný Umferðamiðstöð taki að hluta við því hlutverki sem Hlemmtorg hefur gegnt þótt áfram verði skiptistöð á Hlemmi. Gert er ráð fyrir að ný umferðarmiðstöð muni þjóna auk þess að vera stoppistöð fyrir Borgarlínuna að vera skiptistöð fyrir rútur utan af landsbyggðinni. Gert er ráð fyrir að góðar og öflugar hjólaleigur og deilibílar verði á staðnum og jafnvel rafskútur.

Ein stoppistöðva borgarlínunar verður við Háskólann í Reykjavík.

Fimm hópar valdir til að keppa um hönnun Fossvogsbrúar

Fimm hópar hönnuða verða valdir til þess að Hönnunarteymi verða valin til að vinna að endanlegri útfærsla brúar yfir Fossvog. Umsóknarfrestur um þátttöku í hönnunarsamkeppni um brúna er liðinn og bárust umsóknir frá 17 aðilum.

Umsóknir um þátttöku bárust bæði frá innlendum og erlendum verkfræði- og arkitektastofum. Í flestum þeirra er um að ræða samstarf innlendra og erlendra aðila.

Matsnefnd mun fara yfir umsóknirnar og velja fimm aðila til að taka þátt í hönnunarsamkeppninni. Gert er ráð fyrir að niðurstaða liggi fyrir þessa dagana og að hönnunarsamkeppnin hefjist í framhaldinu. Að lokinni samkeppni er gert ráð fyrir að samið verði við sigurvegarann um fullnaðarhönnun nýrrar brúar yfir Fossvog.

Tölvuteikning sem sýnir hvernig Fossvogsbrúin gæti litið út.

Nældu þér í eintak af dagskrárbæklingi Borgarbókasafnsins

Þú finnur hann á þínu safni!

BORGARBÓKASAFNIÐ MENNINGARHÚS
www.borgarbokasafn.is
Borgarbókasafnið
@borgarbokasafn

Grant Thornton
Endurskoðun • Skattur • Ráðgjöf
www.grantthornton.is

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

Aldrei að skafa! Með Webasto bílahitara

Þú hitar bílinn með fjarstýringu og nýtur
þannig þæginda og öryggis

Webasto
Feel the Drive

Bílasmiðurinn hf. Bíldshöfða 16 - 110 Reykjavik - sími 5672330 - www.bilasmiðurinn.is - bilasmiðurinn@bilasmiðurinn.is

Góð þjónusta
BREYTIR ÖLLU
Nýtt Íslandsbankaapp
Með nýja Íslandsbankaappinu sinnir þú allri helstu bankaþjónustu hvar og hvenær sem er á einum stað á einfaldan og öruggan hátt. Í appinu getur þú greitt reikninga, dreift greiðslum, séð allt um kortin þín, sótt um lán, stofnað sparnað, nálgast rafræn skjöl og margt fleira.
Vertu í hópi ánægðustu viðskiptavina í bankaþjónustu á Íslandi* og sæktu nýja Íslandsbankaappið á islandsbanki.is/app
Debit
Til ráðstöfunar
244.604 kr.
Skoða kort
Mitt yfirlit
Debetreikningur
244.604 kr.
*Samkvæmt Íslensku ánægjuvoginni

VELSÆLD & VELLÍÐAN 2020

20 & 30 % afsláttur af Viridian vítamínum og bætiefnum út jan.

Landsins mesta úrval af korkjógadýnum.
Korkurinn er framtíðin.
Verð frá 16.500 kr.

Tunguskafan er 2 x mikilvægari en tannbursti.

20 og 50% afsláttur af vel völdum útsöluvörum.

Undurfalleg tarotspil

Hugleiðsla & hafragratur - Fylgstu með á facebook

Systrasamlagið

Afgreiðslutími:
Mán: 10-16
Þri-fös: 10-18
Lau: 11-16

ÓÐINSGÖTU 1, REYKJAVÍK
systrasamlagid.is
@systrasamlagid
Sími: 511 6367

Optical Studio með nýja verslun á Hafnartorgi

Verslunin á Hafnartorgi er hönnuð af Rut Káradóttur með hugmyndir Kjartans að leiðarljósi um fallega og stílhreina verslun sem notalegt er að heimsækja.

Ný verslun Optical Studio tók til starfa á Hafnartorgi við Tryggvagötu 25 sl. haust. Optical Studio rekur þrjár aðrar gleraugnaverslanir á suðvesturhorninu, í Smáralind í Kópavogi, Reykjanesbæ og í Flugstöð Leifs Eiríkssonar. Flestir Íslendingar sem fara um flugstöðina á leið sinni til útlanda hafa tekið eftir og/eða komið við í Optical Studio en verslunin er staðsett við hliðina á Fríhöfninni.

Kjartan Kristjánsson sjóntækjafræðingur er stofnandi og eigandi Optical Studio og hefur allt frá stofnun fyrirtækisins 1982, farið ótroðnar slóðir í sínum verslunarrekstri. Optical Studio í flugstöðinni er dæmi um það, en sú verslun er ein sinnar tegundar á fríhafnarsvæði í flugstöð með alla þá þjónustu sem fullbúin gleraugnaverslun býður upp á. Verslunin á Hafnartorgi er hönnuð af Rut Káradóttur með hugmyndir Kjartans að leiðarljósi um fallega og stílhreina verslun sem notalegt er að heimsækja.

Sjónmælingar í opnu rými

Þar eru í fyrsta sinn á Íslandi gerðar sjónmælingar í opnu rými að japanskri fyrirmynd. Tækjabúnaðurinn er sá nýjasti á þessu sviði og kallast „Table top eye-refraction system.“ Verslanir Optical Studio skarta nú ómótstæðilegum vetrarlínum frá Gucci, Tom Ford, Balenciaga, Saint Lauren, Celine, Ray Ban, Oakley og Cartier, en fyrirtækið hefur umboð fyrir þessi gleraugnamerki á Íslandi. Minni gleraugnamerki, en ekki síður athyglisverð hátískuvara eru gleraugu frá Chrome Hearts, Dita, Berluti, Alexander McQueen og Tod´s.

Vert er að nefna nýjung í framleiðslu á margskiptum glerjum frá hinu virta myndavéla- og myndavélalinsu framleiðenda LEICA. Hér er um að ræða byltingarkennda nýjung í margskiptum glerjum með 50-65% stærra lessvæði.

Söluaðili fyrir Leica Eyecare

Optical Studio er viðurkenndur söluaðili fyrir Leica Eyecare og er fyrsta gleraugnaverslunin á Norðurlöndum sem LEICA hefur gert saming við. Þeir sem til þekkja á sviði ljósmyndunar efast ekki um gæði Leica linsunnar Með nýrri verslun Optical Studio í miðbæ Reykjavíkur er fyrirtækið ekki bara að sækja á nýtt markaðssvæði heldur einnig að færa sína gleraugnaþjónustu nær núverandi viðskiptavinum sem búa á 101 svæðinu og í vesturhluta borgarinnar sem og á Seltjarnarnesi.

Eigendur Optical Studio, Kjartan B. Kristjánsson og Hulda F. Hafsteinsdóttir.

Rúmgóður bílakjallari

Borið hefur á því að viðskiptavinir sem heimsækja Hafnartorgið séu ekki meðvitaðir um rúmgóðan bílakjallara sem er undir öllum byggingunum á torginu. Ekið er niður í bílakjallarann frá Geirsgötu við hornið á Kolaportinu. Á næstu mánuðum verður hann samtengdur bílakjallaranun í Hörpu og verða þá yfir 1000 stæði í boði.„Optical Studio“ eru með nýja og sjóðheita tískuvöru í umgjörðum og sólgleraugum við þessi skemmtilegu tímamót í starfsemi Optical Studio. Umhverfið á Hafnartorgi er að taka á sig stórborgarmynd og við finnum að gestir og gangandi eru mjög jákvæðir á þennan nýja miðborgarkjarna,“ segir Kjartan sem býður alla sína viðskiptavini velkomna í nýja og glæsilega sérverslun Optical Studio á Hafnartorgi. Tímapantanir í sjónmælingu hjá Optical Studio á Hafnartorgi eru í síma 528 8505.

HAMBORGARA Búllan

Geirsgata 1 • Sími 511 1888

Gómsæti í göngufæri

SELTJÖRN

Hjúkrunardeildarstjóri

Laus er staða deildastjóra að hjúkrunarheimilinu Seltjörn, Safnatröð 3 á Seltjarnarnesi.
Um er að ræða tvískipta 20 manna deild.
Starfið er laust samkvæmt samkomulagi og laun samkvæmt samningum Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga og Samtaka fyrirtækja í velferðarþjónustu.

Sótt er um á **sunnuhlid.is**

Ef óskað er nánari upplýsinga hafið samband við Svanlaugu Guðnadóttur, framkvæmdastjóra hjúkrunar í síma 864-4184.

Nóg um að vera í Frosta á nýju ári

Frá starfsemi Frosta á síðasta hausti.

Nóg er um að vera í Frosta á nýju ári og er dagskráin fyrir janúar stútfull af skemmtilegum viðburðum og uppákomum. Þar ber hæst að nefna söngkeppni Tjarnarinnar sem verður haldin 24. janúar en það er undankeppni fyrir Söngkeppni Samfés. Þar munu nemendur í Hagaskóla etja kappi við unglinga úr Miðbæ, Austurbæ og Hlíðum.

Danskeppni Samfés verður síðan haldin 31. janúar en þar mæta dansarar frá öllum landshlutum til þess að sýna danshæfileika sína. Frosti verður með þátttakendur í báðum þessum keppnum og verður gaman að fylgjast með unglingunum spreyta sig á stóra sviðinu. Frosti verður á faraldsfæti á nýju ári en 8. bekkur fer í ferð í Bláfjöll 17. janúar ásamt starfsfólki Frosta og munu svo unglingar úr 9. og 10. bekk í Hagaskóla fara í skíðaferð Frosta til Akureyrar um miðjan febrúar.

VEGANBLÓT
31.01.20

HÓTEL SAGA

Fyrsta Veganblótið verður haldið í Súlnasalnum á Hótel Sögu þann 31. janúar 2020.

Kokkarnir okkar reiða fram hlaðborð af vegan kræsingum og veislustjórar eru Dóri DNA & Saga Garðars.

Eftir matinn mun DJ Atli Kanill sjá um að halda uppi stemningunni á dansgólfinu.

verð - 8.900 kr

HOTELSAGA@HOTELSAGA.IS 525-9930

Er kominn tími til að gera eitthvað?

Næstu námskeið í boði hjá Hringsjá

Hringsjá býður úrval af öðruvísi og spennandi námskeiðum sem hafa hjálpað mörgum að komast aftur eða í fyrsta sinn af stað til meiri virkni, meiri lífsgæða og fleiri valkosta í námi eða starfi.

Ég heiti Glódís Tara Fannarsdóttir.

Ég er hársnyrtinemi í Tækniskólanum og gatari hjá Bleksmiðjunni. Ég var nemandi í Hringsjá náms- og starfsendurhæfingu.

„Hringsjá bætti trú mína á sjálfa mig og hjálpaði mér að sjá að það væri helling í mig spunnið og að ég væri góður námsmaður. Þetta hjálpaði mér að komast aftur út í lífið eftir mikla erfiðleika“.

Styrkleikar og núvitund
Aukin færni í núvitund og þekking á eigin styrkleikum stuðlar að betri líðan og sátt með lífið.

Bókhald, Excel og tölvubókhald
Farið er yfir grundvallaratriði og hugtök í bókfærslu og bókhaldi fyrirtækja og einstaklinga. Þátttakendur læra færslu bókhalds frá grunni og því ekki gert ráð fyrir forþekkingu og námskeiðið nýtist einnig þeim sem hafa ákveðinn grunn fyrir.

ÚFF - Úr frestun í framkvæmd
Farið yfir ástæður frestunar, einkenni og afleiðingar. Fyrir þá sem vilja hætta að fresta og fara að ná árangri í lífinu.

Sjálfsumhyggja
Markmið námskeiðsins er að þátttakendur þjálfi með sér færni til að sýna sjálfum sér vinsemd og hlýju (self-compassion), t.d. þegar þeir upplifa mótlæti og erfiðleika.

Í fókus - að ná fram því besta með ADHD
Eykur skilning á ADHD (athyglisbresti/ofvirkni) og hvernig er hægt að ná betri tökum á einkennum ADHD í daglegu lífi.

Hringsjá
Náms- og starfsendurhæfing

Upplýsingar og skráning í síma 510 9380 eða á staðnum að Hátúni 10d.
Heimasíða: www.hringsja.is
Netfang: hringsja@hringsja.is
Facebook: facebook.com/hringsja

GÓLF-MOTTUR við innganginn borga sig

CORAL®
Vörn gegn óhreinindum og bleytu

OTTÓ AUGLÝSINGASTOFA

KJARAN
SÍÐUMÚLA 14 • 108 REYKJAVÍK • SÍMI: 510 5510 • www.kjaran.is
OPIÐ VIRKA DAGA KL. 8 -18.

Allt að fara á fullt á Aflagrandanum

Kraftur í KR byrjaði 13. janúar

Félagsstarfið á Aflagranda 40 er að komast í samt horf eftir jólafrí. Alltaf er fjör á Aflagrandanum og stöðugt fjölgar fólki sem nýtir sér það sem þar er í boði.

Félagsstarfið er opið fólki á öllum aldri og eru starfslok ekki skilyrði fyrir því að koma til þátttöku. Fólk er bæði velkomið til að taka þátt í starfinu en einnig til að koma, sýna sig, sjá aðra og fá sér kaffisopa. Sérstök ástæða er til þess að vekja athygli á því að hinn vinsæli Kraftur í KR hófst 13. janúar eftir gott jólafrí. Linda Björk Ólafsdóttir sér um tímann á nýbyrjuðu ári. Boðið er uppá rútuferðir í KR heimilið frá Vesturgötu kl. 10:10, Grandavegi 47 kl. 10:15 og Aflagranda kl. 10:20 og aftur tilbaka að kraftinum loknum. Þær Siri og Helga vonast til þess að sjá sem flesta á Aflagrandanum það sem eftir er vetrar.

Þessi hópur nýtti sér kraftinn í KR í fyrra.

Jólakveðja á 33 tungumálum

Jólakveðja Landakotsskóla var að þessu sinni á 33 tungumálum en það er fjöldi þeirra tungumála sem nemendur skólans tala eða tengjast.

Æ algengara er að mörg tungumál séu töluð í grunnskólum hér á landi. Flestir nemendur þar sem þannig háttar til eru annað hvort tví- eða þrítingdir. Þeir eiga sitt móðurmál. Síðan læra þeir íslensku og jafnan einnig ensku sem er það tungumál sem flestir sem koma frá ólíkum málsvæðum nota hvort sem það er í samskiptum á netmiðlum eða daglegu tali.

Frá degi íslenskrar tungu í Landakotsskóla.

Ingibjörg og Beitir hlutu markamannabikar KR 2019

Frá afhendingu markamannabikarins. Ingibjörg og Beitir eru fyrir miðju á myndinni.

Ingibjörg Valgeirsdóttir og Beitir Ólafsson hlutu markamannabikara KR 2019. Hin árlega afhending markmannabikara KR fór fram 14. desember. Markmannafélag KR sá um afhendinguna en gefandi bikarsins Heimir Guðjónsson fyrrum markmaður KR og landsliðsins búsettur á Spáni. Heimir var markmaður meistaraflokks KR á árunum 1955 til 1965 og var lykilmaður í sigursælu liði KR á þessum tíma og vann alla titla sem í boði voru og lék að auki með landsliðinu.

Markamannsþjálfarar félagsins þeir Valþór Halldórsson sem sér um yngri flokkana og Kristján Finnbogason sem sér um meistaraflokkana báru hita og þunga af valinu þetta árið. Við valið var einkum horft til frammistöðu á vellinum, ástundun við æfingar og framkomu innan sem utan vallar. Markmenn KR 2019 eru:

Í kvennaflokki markmaður meistaraflokks Ingibjörg Valgeirsdóttir, en hún var einn besti maður liðsins síðastliðið sumar og átti stóran þátt í því að það náði sínum besta árangri í efstu deild í mörg ár og komst í bikarúrslit þar sem þær töpuðu eftir framlengingu í hörkuleik og þá var hún einnig valinn í A landsliðshóp kvenna.

Í karlaflokki var það Beitir Ólafsson markmaður meistaraflokks sem var valinn. Hann var lykilmaður í Íslandsmeistaraliði KR sl. sumar og átti margar lykilvörslur sem gerði það að verkum að sigur vannst. Þá stóð liðið uppi sem sigurvegari í öllum mótum nema bikarkeppninni sem er auðvitað frábær árangur. Beitir er einnig boðinn velkominn í markmannafélag KR en til þess að komast þangað þurfa menn að leika 50 leiki í meistaraflokki, verða Íslands- eða bikarmeistari eða vera valinn í landslið. Beitir uppfyllti tvö fyrri skilyrðin og tekur bara landsliðið næsta ár.

Dagbjört Elín Ármannsdóttir, nemi í rafvirkjun, og Helgi Már Valdimarsson rafiðnfræðingur að störfum.

RAFMENNT er máttur

RAFMENNT – fræðslusetur rafiðnaðarins annast verkefni er varða menntamál rafiðnaðarmanna, allt frá upphafi náms til loka meistaraskóla, og endurmenntun þeirra sömuleiðis.

RAFMENNT varð til árið 2018 við sameiningu Rafiðnaðarskólans og Fræðsluskrifstofu rafiðnaðarins í því skyni að auka þjónustu við félagsmenn og gera framboð menntunar og fræðslu enn fjölbreyttara og markvissara.

Rafiðnaðarsamband Íslands og *Samtök rafverktaka* eiga og reka *RAFMENNT* í sameiningu.

RAFMENNT
fræðslusetur rafiðnaðarins

Stórhöfða 27 • 110 Reykjavík • rafmennt.is • sími 540 0160

IÐJUÞJÁLFI

Seltjörn hjúkrunarheimili Seltjarnarnesi óskar eftir að ráða iðjuþjálfa í allt að 100% starfshlutfall.
Um er að ræða nýtt starf og væri æskilegt að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Nánari upplýsingar veitir Svanlaug Guðnadóttir, framkvæmdastjóri hjúkrunar í síma 864 4184.

Hægt er að senda inn umsókn á heimasíðu Sunnuhlíðar, **sunnuhlid.is**

SELTJÖRN

SKAUTAHÖLLIN REYKJAVÍK
Sími: 588 9705
www.skautaholl.is

Opnunartímar:
Mánud. Þriðjud. og miðvikud.
13:00-14:30
Fimmtudaga
13:00-14:30 og 17:00-19:30
Föstudaga
13:00-14:30
Laugardaga og sunnudaga
13:00-17:00
Skólar og sérhópar:
Mánudag til föstudags 10:00 til 15:00.

FYRIRTAK
málningarþjónusta
TRAUST OG ÁBYRG ÞJÓNUSTA
www.fyrirtak.is - fyrirtak@fyrirtak.is - sími: 7707997
LÍTIL VERK - STÓR VERK
OG ALLT ÞAR Á MILLI
LÁN AÐ 36 MÁNUÐUM

1X2
GETRAUNANÚMER
KR ER
107

BYKO

Velkomin á Granda

ÚTSALA

20-90%

afsláttur af völdum vörum

• 25-80% Allur vinnufatnaður, regnfatnaður og kuldafatnaður
• 25-80% Snickers (valdar vörur) • 30-50% Verkfæratöskur og skápar
• 30-50% Topplyklasett • 25-50% Handverkfæri (valdar vörur)
• 25-50% Rafmagnsverkfæri (valdar vörur) • 25-50% Allir skór
• 25-90% Parket & flísar • 25-60% Ljós & perur • 50-70% Jólavara
• 40% Matar- & kaffistell • 40% Plastbox • 40% Myndarammar
• 30% Öryggisvörur • 30% Föndurvörur • 30% Mottur & dreglar
• 30% Bændavara • 30% Weber fylgihlutir • 30% Heimiliströppur
• 30% Járnhillur • 30% Leikföng, spil & púsl • 25% Skil rafmagnsverkfæri
• 25% Loftpressur • 25% Iðnaðarryksugur • 20% Steypuhrærivélar
...og fjöldi stakra vara á frábæru verði

Gerðu frábær kaup!

Mikið úrval!

40%
afsláttur öll plastbox

Mannbroddar í hálkunni

-25%

Tilboðsverð
Mannbroddar.
1.496
84533870-3
Almennt verð: 1.995

Tilboðsverð
Mannbroddar.
Sport-grip.
2.846
84550330-3
Almennt verð: 3.795

Tilboðsverð
Mannbroddar.
Stable-grip.
2.434
84578456-9
Almennt verð: 3.245

BYKO
GRANDI
KOMDU Í HEIMSÓKN!