

Breiðholtsblaðið

Dreift frítt í öll hús í Breiðholti

MARS 2020

Öll lyf á
lágmarksverði
og samheitalyf
líka!



3. tbl. 27. árg.



Erum á Óðinsgötu 1

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

sjá nánar á facebook.com/Systrasamlagid
Netverslun: systrasamlagid.is

- bls. 4-5
Viðtal við
Skúla Helgason
formann skóla-
og frístundaráðs



Hátíðlegur öskudagur á frístundaheimilum Miðbergs

Öskudagurinn var haldinn hátíðlegur á frístundaheimilum Miðbergs, líkt og annars staðar. Börn af frístundaheimilunum Álheimum, Bakkaseli og Hraunheimum komu saman á öskudagsballi í sal Hólabrekkuskóla og dönsuðu af miklum móð. Einnig voru veitt verðlaun fyrir bestu búningana.

Öskudagur á sér langa sögu. Í vestrænni kristni er hann við upphaf lönguföstu sem var tími takmarkaðrar neyslu, íhugunar og góðrar breytni. Aska táknað í biblíunni hið forgengilega og dreifðu prestar ösku á höfuð fólks fyrr á öldum. Öskudagur kemur fyrir í íslenskum handritum frá 14. öld. Fyrr síðir öskudagsins hafa löngu horfið og er hann nú einkum til skemmtunar á meðal æsku landsins. Öskudagur eins og við þekkjum hann í dag á einkum upptök sín á Akureyri, en þar voru dönsk áhrif lengi áberandi. Þess má geta að heitin bolludagur og sprengidagur auk öskudags tengjast því að fólk gerði sér dagamun fyrir upphaf lönguföstu.

Þær Dagbjört Ýr og Sóldís Rós hlutu verðlaun fyrir öskudagsbúninga. Dagbjört Ýr til vinstri fyrir fyndnasta búninginn og Sóldís Rós til hægri fyrir þann besta.

HEIMSENT MATARBOÐ

- 2 STÓRAR PIZZUR AF MATSÆDLI
- 2 SÓSUR AÐ EIGIN VALI
- 2 MEÐLÆTI AÐ EIGIN VALI
- 2 L GOS

AÐEINS 5.990 KR.

**Þitt hverfi hefur hækkað
einna mest síðastliðið ár.**

LÁTTU OKKUR SELJA FYRIR ÞIG. *Heyrumst* **510 7900**

LIND
FASTEIGNASALA
Hlíðasmári 6 / 201 Kópavogur / www.FASTLIND.is

Komdu í þægilegt og gott umhverfi
við tökum vel á móti þér

Næg bílastæði
VELKOMIN

Mjóddin

Breiðholtsblaðið

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: Landsprent ehf.

3. tbl. 27. árgangur

Breiðholtsblaðið er dreift frítt í öll hús í Breiðholti

Samstaða er nauðsynleg

Kórónaveiran sem nú fer um byggðir heimsins setur daglegt líf fólks úr skorðum. Líka hér á landi. Fjöldi fólks er í sóttkví. Má ekki fara af heimilum sínum eða hafa samneyti við annað fólk nema í gegnum síma. Margir skólar eru lokaðir og vinnustaðir starfa á hálfum afköstum eða minna vegna forfalla fólks. Samskipti við önnur lönd eru takmörkuð. Meðal annars vegna viðbragða þarlendrar til að verjast veirunni.

Þessar aðgerðir eru nauðsynlegar. Með þeim hefur tekist að hefða útbreiðslu veirunnar verulega. Samkvæmt bráðabirgðatölum frá Íslenskri erfðagreiningu bendir flest til að um eitt prósent landsmanna hafi smitast. Erfitt er þó enn að gera sér grein fyrir hversu lengi smithætta varir.

Efnahagslegt tjón af völdum sýkingarhættu er enn erfitt að meta. Ljós má þó vera að það getur orðið umtalsvert. Einkum er ferðaþjónustan, hin nýja atvinnugrein Íslendinga viðkvæm fyrir atburðum af þessu tagi.

Íslenskt efnahagslíf er þó vel búið til að taka á þessum vanda. Þjóðin skuldar lítið og varasjóðir eru nokkrir sem grípa má til. Meðal annars til varnaratvinnulífinu. Nauðsynlegt er að þjóðin – fólk standi saman í þessari baráttu.

Ástæða er þó að óttast að einhverjir stjórnáráðgjafar myndi reyna að slá sig til riddara. Telji sig hafa lausnir umfram aðra í ermum sínum. Gera verður þá kröfu að þeir hafi þann þroska að taka vanda þjóðarinnar fram yfir eigin hagsmunabaráttu.

Ef Íslendingum auðnast að standa saman. Standa saman um að verja daglegt líf og ekki síður atvinnulíf sitt eins og kostur er geta þeir komist fyrr út úr þessum vanda.

Íbúar í Seljahverfi

Göngustígar hreinsaðir seint og illa

Nokkrir íbúar í Breiðholti hafa komið að máli við Breiðholtsblaðið og lýst óánægju með mokstur á göngustígum í hverfinu. Samkvæmt lýsingu þeirra hafa göngustígar verið mokaðir seint og illa og það hafi valdið íbúum erfiðleikum með að komast leiðar sinnar.

Óvenju snjóþungt hefur verið í Breiðholti að undanfögnu og snjór nokkuð jafnfallin sem þýðir að snjólag hefur lagst yfir götur og göngustíga. Segja þeir íbúar sem haft hafa samband við Breiðholtsblaðið að mokstur á stígum gangi sjaldnast fyrir og sumir þeirra verið illfærir gangangi fólki jafnvel svo dögum skipti. Benda má á að göngustígar í nágrennahverfum Breiðholts virðast mun betur mokaðir. Er það einkum um Árbæ, Grafarvog og Grafarholt að ræða auk Kópavogs sem liggur fast að Seljahverfi á nokkru bili. Hefur fólk sem býr efst í Seljahverfi brugðið á það ráð að ganga yfir í Kópavog þar sem göngustígar virðast mun betur mokaðir. Hvað veldur liggur ekki ljóst fyrir. Hvort þetta tengist starfsmannamálum, verktökum eða öðru.

Samkvæmt upplýsingum



Þessi mynd var tekin í Seljahverfi um miðjan dag mánudaginn 16. mars. Snjóað hafi talsvert nóttina á undan og virtist búið að hreinsa göngustíga að einhverju leiti að minnsta kosti.

sem finna má á heimasíðu Reykjavíkurborgar segir að stofnstígar svo sem göngu- og hjólastígar milli borgarhluta fá forgang í hreinsun og síðan helstu gönguleiðir að strætóbiðstöðvum og skólum sem eiga að vera

greiðfærar fyrir kl. 8.00 virka daga. Aðrir almennir stígar eiga að klárast fyrir hádegi. Síðan 36 tímum eða daginn eftir að snjór hætta að falla er hægt að ljúka hreinsun stíga.

Skólar í Breiðholti hlutu hvatningarverðlaun



Frá afhendingu hvatningarverðlaunanna í Hörfu.

Hvatningarverðlaunin til grunnskóla voru afhent á Öskudagsráðstefnu grunnskólakennara í Hörfu á dögnum en hátt í sex hundruð kennara voru þar mættir til að fræðast um og ræða loftslagsvandann, sjálfbærni, útinám og leiðir til að vinna með loftslagskvíða.

Seljaskóli hlaut hvatningaverðluna fyrir verkefnið Bangsa-gistipartý og Bókaskjóður á skólalokasafninu. Dröfn Vilhjálmisdóttir bókasafnsfræðingur á heiðurinn af því skemmtilega verkefni en hún hefur farið óhefðbundnar leiðir að því að efla yndislestur. Yngri nemendum var boðið að koma með bangsana sína í gistipartý á skólalokasafninu þar sem bangarnir upplifðu ýmislegt sem var skráð og myndað. Dröfn hefur einnig útbúið 40 veglegar bókaskjóður með bókum og fylgihlutum með það að markmiði að efla lestraráhuga og orðaforða nemenda.

Ólduselsskóli fékk hvatningarverðlaun fyrir verkefnið Símalas skóli, en hann er fyrsti skólinn í

borginni sem náði því markmiði. Í umsögn dómnefndar segir m.a. að allt skólasamfélagið hafi sameinast um að gera Ólduselsskóla að símalausum skóla og hafi nemendur verið virkjaðir í að finna áhugaverð og skemmtileg viðfangsefni í staðinn fyrir að vera í símunum í frímínútum.

Fjórir aðrir hlutu verðlaun

Fjórir aðrir grunnskólar fengu sérstaka viðurkenningu; Ártúnsskóli fyrir verkefnið Útinám og umhverfisfræðsla og Breiðholtsskóli, Fellaskóli og Hólabrekkuskóli fyrir samstarfsverkefnið Allir brosa á sama tungumáli.

Að þessu sinni bárust 20 tilnefningar til hvatningarverðlauna skóla- og frístundaráðs og þykir fjöldi þeirra bera merki um þá miklu grósku sem er í skólastarfi í borginni.



**GARÐS
APÓTEK**
- í yfir 60 ár

Hafðu lyfin tilbúin þegar þú sækir
Pantaðu tiltekt á appotek.is
eða í síma 568 0990
Garðs Apótek - í leiðinni

Fáðu lyfin send heim með póstinum
Pantaðu sendingu á appotek.is
Garðs Apótek - um land allt

Sogavegi við Réttarholtsveg og Miklubraut
Opið kl. 9-18 virka daga, lokað um helgar



Við kynnum nýja verðstefnu í Iceland

HÖFUM LÆKKAÐ VERÐ Á 400 VÖRUM!



verð nú:
161
kr

verð
áður:
219 kr

Léttmjólk
D-vítamínbætt - 1L



verð
áður:
799 kr

verð nú:
598
kr

Cheerios
510 gr



verð nú:
245
kr/kg

verð
áður:
309 kr

Bananar



verð
áður:
2.009 kr

verð nú:
1.603
kr

Libero Bleyjur

MÁLTÍÐ FYRIR EINN
ALLTAF GOTT VERÐ

aðeins
299
kr/pk



Iceland

Opnunartími í Iceland Seljabraut:

Virkir dagar 07:00-24:00 – helgar 09:00-24:00

VIÐ  BREIÐHOLTÍÐ

VIÐTALIÐ

Aukum jöfnuð barnanna í borginni

- segir Skúli Helgason formaður skóla- og frístundaráðs

“Það er mikið að gerast í skóla- og frístundamálum í Reykjavík um þessar mundir. Verið er að vinna að tillögum um fjölbreyttar aðgerðir til að jafna tækifæri barnanna í borginni í anda nýrrar menntastefnu borgarinnar þar sem yfirskriftin og leiðarljósið er metnaðarfullt: Látum draumana rætast. Margar þessara tillagna tengjast Breiðholtinu þar sem nemendasamsetning og félagslegar og efnahagslegar aðstæður barna og ungmenni eru að mörgu leyti þyngri og erfiðari en í öðrum borgarhlutum,” segir Skúli Helgason formaður skóla- og frístundaráðs.

Talsverð umræða skapaðist á dögnum um nýja tillögu meirihluta skóla- og frístundaráðs Reykjavíkur um að stytta opnunartíma leikskóla. Almennur opnunartími yrði samkvæmt tillögnum frá klukkan 07:30 til 16:30 í stað 17:00. Einnig var lagt til að börn dvelji að hámarki níu klukkustundir á dag í leikskólunum. Í tilkynningu frá borginni segir að fyrirhuguð breyting byggji á tillögu stýrihóps um umbætur og skipulag leikskólustarfs en í honum m.a. sæti kjörnir fulltrúar og fulltrúar leikskólalækjara og leikskólakennara.

Dvalartími barna verið að lengjast

Skúli segir að í gögnum stýrihópsins komi fram að á undanfórnum árum hafi dvalartími barna í leikskóla stöðugt verið að lengjast. Þetta hafi gerst á sama tíma og faglærðu starfsfólki hafi farið fækkandi. Fækkun fagfólks megi að mestu rekja til mun minni aðsóknar í leikskólakennaranám undanfarinn áratug. Skúli bendir á að stýrihópurinn telji að stytting opnunartíma muni draga úr álagi

á börn og starfsfólk og styrkja faglegt starf þar sem skipulag daglegs starf verði markvissara og auðveldara að manna leikskólana. Á móti hefur verið bent á stytting skóladags leikskólans komi helst niður á fólki sem eigi erfitt vinnu sinnar vegna að ná í börn fyrir klukkan 16.30 þar sem margir vinni lengri vinnudag.

Færri koma inn en hverfa af vinnumarkaði

“Tilfni þess að við fórum að skoða þetta mál er einkum viðvarandi kennaraskortur á leikskólastiginu. Tillagan tengist í raun aðgerðum okkar til að bæta starfsumhverfi fólks sem vinnur í leikskólunum en við höfum samþykkt mikinn fjölda aðgerða, rúmlega þrjátíu talsins og varið til þeirra um 2,5 milljörðum króna undanfarin tvö til þrjú ár í að bæta aðbúnað starfsfólks og barna, t.d. með fjölgun starfsfólks á eldri deildum, fjölgun undirbúningstíma, stækkun leikrýmis, auknu fjármagni til faglegs starfs, fjármagni til heilsueflingar og liðsheildarvinnu, opnun ungbarnadeilda í öllum hverfum borgarinnar o.s.frv. En eftir stendur kennaraskorturinn sem er landlægt vandamál sem rekja má allt aftur til lagabreytingar 2008. Þá var kennaranámið lengt úr þremur árum í fimm og í kjölfarið dróst aðsókn að náminu verulega saman. Um helmingi færra fólks stundar nú nám til kennsluréttinda en fyrir lengingu námsins. Þetta hefur leitt til nýliðunarvanda sem lýsir sér í því að mun fleiri leikskólakennarar láta af störfum vegna aldurs heldur en útskrifast úr kennaradeildum háskólanna. Við þetta má svo bæta að nú þegar eitt leyfisbréf til handa kennurum



Skúli Helgason formaður skóla- og frístundaráðs.

á öllum skólastigum er orðið að veruleika telja ýmsir að leikskólakennarar muni í auknum mæli sækja inn í grunnskólann þar sem vinnuumhverfið þykir að sumu leyti sveigjanlegra. Við erum mjög stolt af okkar leikskólum og því frábæra starfi sem þar fer fram og er að mörgu leyti á heims-mæliskvarða. En við verðum að vera raunsæ með það að skortur á fagfólki leiðir til meira álags á alla starfseminu og við teljum það vera okkar skyldu að bregðast við því til að standa vörð um velferð

barnanna og gæði starfsins. Þar er margt í skoðun þar með talið að gera breytingar á skipulagi leikskóladagsins þar sem fagstarfið inni á deildum leikskólanna yrði ráðandi á fyrri hluta dagsins en hinn frjálsi leikur yrði meira áberandi síðari hluta dags. Það er áhugavert og hefði þann kost að við gætum skipulagt starfið betur, nýtt starfsfólkið með markvissari hætti og vonandi dregið úr álagi á starfsfólkið okkar og börnin í leiðinni.”

En eftir stendur kennaraskorturinn sem er landlægt vandamál sem rekja má allt aftur til lagabreytingar 2008. Þá var kennaranámið lengt úr þremur árum í fimm og í kjölfarið dróst aðsókn að náminu verulega saman.

Innan við helmingur nýtir viðbótartímann

Skúli segir að við athugun hafi orðið ljóst að rúmlega helmingur þeirra foreldra sem kaupir viðbótartíma í leikskólum borgarinnar nýti hann ekki. “Önnur stór sveitarfélög hafa þegar breytt opnunartíma leikskóla á þennan hátt. Þar má nefna að hjá Akureyrarbæ, Reykjanesbæ og Kópavogsbæ hefur þessi breyting þegar verið gerð. Í Árborg var þetta skref stigið fyrir fjórum árum. Niðurstaða af könnun okkar á nýtingu þessa viðbótartíma er að foreldrar um 18% barna í leikskólum borgarinnar kaupa þennan tíma en aðeins um 8% nýta hann. Því hefur verið haldið fram að stytting leikskólutímans bitni mest á fólki sem er í viðkvæmari stöðu. Til dæmis

Komdu í þægilegt og gott umhverfi við tökum vel á móti þér

Næg bílastæði
VELKOMIN

Mjóddin



Betri borg fyrir börnin í Breiðholti gæti þessi mynd heitið en þar eru stjórnendur og starfsfólk frístunda- og velferðarsviðs saman komin í tilefni af verkefninu Betri borg fyrir börn í Breiðholti.

einstæðir foreldrar. Þegar við fórum að kanna þetta kom í ljós að flestir þeirra foreldra sem kaupa viðbótartíma eða um 73% er fólk í hjónabandi eða sambúð.

Jafnréttismat

Skúli segir borgarráð hafa ákveðið að láta vinna jafnréttismat á tillögunni um breyttan opnunartíma áður en málið komi til endanlegrar afgreiðslu. "Við munum leita eftir sjónarmiðum foreldra og rannsaka eins nákvæmlega og kostur er hvaða áhrif breytingarnar kunna að hafa fyrir mismunandi hópa foreldra. Í því sambandi verður skoðað hvort rétt sé að fara í einhverjar mótvægisáðgerðir til að koma til móts við foreldra sem eiga erfiðast með að mæta breytingunum. Ég finn fyrir miklum stuðningi frá leikskólasamfélaginu og mér finnst vera vaxandi skilningur á málinu meðal foreldra. Ég er hins vegar ekkert undrandi á

að umræður skapist um mál af þessu tagi. Þetta snertir fólk með ýmsu móti." Skúli segir talsvert rætt um styttingu vinnudagsins um þessar mundir. "Reykjavíkurborg var með tilraunaverkefni um styttingu vinnuvikunnar sem hafði góð áhrif og við viljum halda áfram á þeirri braut. Stytting vinnuvikunnar er mál sem kemur líka inn í kjarasamninga og það er metnaðarmál okkar að ná samningum um það við okkar viðsemjendur enda er þetta mál sem ég er sannfærður um að muni hafa góð áhrif á vinnuumhverfi og stuðla að fleiri samverustundum fjölskyldunnar."

Leikskólarýmum fjölgað

Skúli segir að nú sé unnið kröftuglega að því að fjölga leikskólarýmum í borginni í tengslum við Brúum bilið aðgerðaáætlunina með það í huga að geta innan fárra ára boðið börnum leikskólavist strax að loknu 12

Nýjasta verkefnið er Betri borg fyrir börn, þar sem við ætlum að bæta þjónustuna við börnin í Breiðholti og gera hana markvissari með því að auka samstarf skóla og frístundasviðs og velferðarsviðs.

mánaða fæðingarorlofi. Á síðastliðnu rúmu ári hafi rýmum t.d. fjölgað um vel á annað hundrað m.a. með nýjum leikskóladeildum við fimm af leikskólum borgarinnar. Framundan er bygging nýrra leikskóla, viðbyggingar við eldri leikskóla og opnun rúmlega 20 ungbarnadeilda til viðbótar um alla borg. Þetta eru sérútbúnar deildir þar sem séð er fyrir þörfum yngstu barnanna. Þar eru meðal annars ný skiptiborð, upphituhúð, ný húsgögn og leikföng auk útisvæða við hæfi yngstu barnanna. Við erum búin að opna 21 leikskóladeild og sjö munu bætast við á þessu ári.

Betri borg fyrir börn

Skúli snýr sér að Breiðholti. "Þar hefur fjölmargt verið að gerast í skólamálinum. Nýjasta verkefnið er Betri borg fyrir börn, þar sem við ætlum að bæta þjónustuna við börnin í Breiðholti

og gera hana markvissari með því að auka samstarf skóla og frístundasviðs og velferðarsviðs og færa ábyrgðina meira út í hverfið frá miðlægu skrifstofunni í Borgartúninu í anda dreifstýringar. Ég bind miklar vonir við þetta verkefni og ef vel tekst til munum við innleiða það í öðrum borgarhlutum líka innan fárra ára. Ég er sem jafnaðarmaður mikill talsmaður þess að við stígum djörf og róttæk skref í þá átt að jafna aðstöðumun barna í borginni og tryggja þeim jöfn tækifæri. Þar er staðreynd að börnin í Breiðholti búa að sumu leyti við erfiðari skilyrði og okkar skylda er að gera það sem í okkar valdi stendur til að brúa bilið svo þau hafi sömu tækifæri og jafnaldrar þeirra í öðrum hverfum til að láta drauma sína rætast – sem er jú stóra markmiðið með menntastefnunni okkar nýju."

Fjölga tónlistarnemum í Breiðholti

Skúli segir að einn liður í þessu verkefni sé að auka jöfnuð

barna í borginni. Það felist í að endurskoða úthlutun fjármagns og taka þá meira tillit til félagslegrar og efnahagslegra aðstæðna. "Það myndi þýða að skólar með hátt hlutfall nemenda sem búa við krefjandi aðstæður fengju meira fjármagn til að styðja betur við bakið á sínum nemendum. Við ætlum líka að auka aðgengi barna að tónlistarnámi með því að gera tónlistarskólum kleyft að fjölga nemendum í þeim hverfum þar sem þátttaka barna í tónlistarnámi hefur verið hvað minnst. Hverfin í austurhluta borgarinnar munu sérstaklega njóta góðs af þessari aðgerð ekki síst Breiðholtið. Síðast en ekki síst erum við með áform um að styðja sérstaklega við bakið á skólum þar sem nemendasamsetning og félagslegur bakgrunnur er hvað þungstur. Það eru því mjög spennandi tímar framundan í skóla og frístundastarfinu í Breiðholti og við hlökkum mikið til að vinna að þessum mikilvægu framfarumálum á næstu mánuðum."



www.bilhusid.is

Véla- og hjólastillingar.
Tímareimaskipti, bremsuviðgerðir,
smurþjónusta og allar almennar viðgerðir.

Smíðjuvegi 60 (rauð gata) Kópavogi - Sími 557 2540

MIKLABORG



Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson
hdl. og löggiltir fasteignasalar



Jón Rafn Valdimarsson
lögg. fasteignasali
Sími: 695 5520

Ólafur Finnogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307



Bryndís Alfreðsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 569 7024

Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856

Gunnar Helgi Einarsson
lögg. fasteignasali
Sími: 615 6181

Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000

Ásgrímur Ásmundsson
hdl. og lögg. fasteignasali
Sími: 865 4120

Þróstur Þórhallsson
lögg. fasteignasali
Sími: 897 0634

Jörunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958



Axel Axelsson
lögg. fasteignasali
Sími: 778 7272

Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178

Svan G. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími: 697 9300

Jason Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515

Páll Þórólfsson
aðstm. fasteignasala
Sími: 893 9929

Helgi Jónsson
aðstm. fasteignasala
Sími: 780 2700

Hilmar Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 695 9500

Ragnheiður Pétursdóttir
hdl. og löggiltur
fasteignasali

Harpa Rún Glad
hdl. og löggiltur
fasteignasali

Fasteignasalan

Miklaborg

Lágmúla 4 • 108 Reykjavík • Sími 569 7000
www.miklaborg.is

Með þér alla leið

Elliðaárdalur

Ekki tókst að ná nægilegum fjölda undirskrifa

Undirskriftasöfnun fyrir íbúakosningu um deiliskipulag við Stekkjarbakka við Elliðaárdal í Reykjavík lauk fyrr í þessum mánuði. Safna þurfti undirskriftum um 18.000 Reykvíkinga til að borgaryfirvöld væru bundin af niðurstöðum hennar. Alls söfnuðust 9.003 undirskriftir raf-rænt, en því til viðbótar söfnuðust á pappír og skipta nokkrum þúsundum. Endanlegur fjöldi undirskrifa liggur ekki fyrir en þær eru taldar ná um 12 þúsundum.



Elliðaárdalur.

Borgarráð samþykkti beiðni Hollvínasamtaka Elliðaárdalsins um að undirskriftasöfnun fari fram á grundvelli 3. málsgreinar 108. greinar sveitarstjórnarlaga vegna atkvæðagreiðslu um Stekkjarbakka Þ73. Samþykktin var gerð með þeim fyrirvara að undirskriftasöfnunin og íbúakosningin fjalli ekki um lögformlegt gildi deiliskipulagsins fyrir Stekkjarbakka Þ73 þar sem slíkt standist ekki lög þar sem íbúakosning geti ekki fellt deiliskipulag úr gildi. Í tilkynningu frá Reykjavíkurborg kemur fram að deiliskipulag hefur þegar öðlast lögformlegt gildi og verði aðeins breytt með endurskoðun á því í samræmi við málsmeðferðarferla í skipulagslögum og að viðlagðri bótaábyrgð Reykjavíkurborgar. Atkvæðagreiðsla gæti hins vegar snúist um það að Reykjavíkurborg myndi hefja endurskoðun á deiliskipulagi, að virtum þessum málsmeðferðarreglum og hugsanlegri bótaábyrgð.

Hólabrekkuskóli hlaut Arthursverðlaunin



Frá afhendingu Arthursverðlaunanna.

Hólabrekkuskóli hlaut minningarverðlaun Arthurs Morthens að þessu sinni. Verðlaunin voru veitt í fjórða sinn á Öskudagsráðstefnu reykvískra grunnskólakennara. Skólinn hlaut verðlaunin fyrir heildaráætlun um stuðning við nemendur með sérþarfir.

Minningarverðlaunin eru viðurkenning fyrir störf í þágu stefnu um skóla án aðgreiningar. Arthur Morthens helgaði starfsævi sína börnum sem áttu að brattann að sækja í skólakerfinu. Alls bárust níu tilnefningar til verðlaunanna. Niðurstaða dómnefndar var að veita Hólabrekkuskóla verðlaunin á grunni tilnefningar frá skólaráði skólans. Í niðurstöðunni segir m.a. að í Hólabrekkuskóla sé áhersla lögð á kennsluáferðir sem

henta öllum nemendum hvort heldur sem er í almennri kennslu eða í stoðþjónustu. Nemendalýðræði, raddir nemenda og áhrif þeirra í skólastarfinu séu í hávegum haft. Snillismiðja skólans komi til móts við ólíkar þarfir þar sem stafræn tækni auðgar menntun nemenda og veitir þeim fjölbreytt tækifæri til sköpunar og tjáningar. Áhersla er á samvinnu fagaðila og samskipti við foreldra þar sem Námshringurinn er notaður til að undirbúa nemenda- og foreldrasamtöl. Minningarverðlaunin voru málverk eftir listamanninn Tolla (Þorlák Morthens) sem ber nafnið Sögur úr djúpinu ásamt verðlaunaskjali en Arthur var bróðir Tolla. Hólmfríður Guðjónsdóttir skólastjóri í Hólabrekkuskóla tók við verðlaununum ásamt samstarfsfólki sínu.

ÖKU
SKÓLINN
Í MJÓDD

Veljið stað þar sem fagmennskan er í fararbroddi



Í ljósi aðstæðna í samfélaginu hefur verið ákveðið að breyta opnunartíma skrifstofu tímabundið.

Mánud. - Miðvikud. 12-17

Fimmtud. - Föstud. Lokað

Hægt verður að senda fyrirspurnir í tölvupósti á mjodd@bilprof.is og verður öllum fyrirspurnum svarað eins fljótt og auðið er

Næstu námskeið

Meiraprófnámskeið

1. apríl 2020 kl: 17:30

Harkaranámskeið

7-8. apríl 2020 kl: 08:15

Ökuskóli 1 og Ökuskóli 2

Alla þriðjudaga og miðvikudaga kl: 17-21

Minnum einnig á www.okunet.is

Endumenntun atvinnubílstjóra

Alla laugardaga kl: 9:00

Boðið verður upp á fjarkennslu.

Skráning fer fram á heimasíðu skólans.

Ökuskólinn í Mjódd byggir á margra ára starfsreynslu í öllum greinum ökunáms

Ökuskólinn í Mjódd, Parabakka 3, 2 hæð, s. 567-0300, www.bilprof.is

Eucerin®



24 TÍMA RAKABOMBA MEÐ 3X MEIRI HÝALÚRONSÝRU*

*3x meiri virkni, samanborið við Hyaluron-Filler CC Cream

Félag trérennismiða með sýningu í Borgarbókasafninu í Árbæ

Nokkrir félaganna með húsnæði í Arnarbakkanum

Félag trérennismiða á Íslandi stendur fyrir sýningu á munum félagsmanna í Borgarbókasafni Menningarhúsi í Árbæ nú í mars. Sýningin opnaði 15. mars og stendur til 20. apríl n.k. Á sýningunni kennir margra grasa. Flestir munir eru renndir úr trjávið sem vaxið hefur hér á landi og fjölbreytnin er engu lík. Líta má á verk trérennismiðanna sem listiðnað og sumir hlutir eiga nokkuð skylda leið við nytjalist. Í því efni má benda á skálar af ýmsum gerðum og diska.

Félagið hefur starfað frá árinu 1994 og gefur út Fréttabréf og heldur félagsfundi reglulega. Þótt félagsmenn komi víðar að þá hefur starfsemi þess tengst Breiðholtinu. Félagi heldur félagsfundi sína í Smíðastofu Fjölbrautaskólans í Breiðholti síðasta laugardag hvers vetrarmánaðar. Þá er ávallt verið að miðla upplýsingum um rennsli, með fyrirlestrum og sýningu nýrra verka. Sex félagsmenn hafa nú fengið húsnæði í verslanakjarnanum í Arnarbakka í Breiðholti til afnota fyrir starfsemi sína. Þeir voru í aðdraganda sýningarinnar og ljúka við að koma sér fyrir. Trérennismiðirnir eru því hluti af nýrri starfsemi sem er að festa rætur við Arnarbakka eftir að Reykjavíkurborg festi kaup á húsnæði þar.

Lengi verið áhugamál

Félagarnir sem hafa aðstöðu í húsnæðinu eru; Magnús Kristmannsson, Jón Guðmundsson, Gylfi Magnússon, Andrés Hafberg,

Jón Ólafsson og Árni B. Stefánsson. Jón Guðmundsson plöntulífeðlisfræðingur er einn þeirra sem búnir eru að koma sér fyrir í hinu nýja húsnæði. Hann er búinn að stunda trérennismiði um lengri tíma og lengst af meðfram störfum sínum hjá Rannsóknastofnun landbúnaðarins og Matvælastofnun. „Þetta hefur lengi verið áhugamál hjá mér og þegar ég hætti launaðri vinnu hef ég sinnt þessu mikið samhliða rannsóknnum á plöntum,“ segir Jón í spjalli við Breiðholtsblaðið. „Ég nota eingöngu trjávið, vaxinn hér á landi. Það er sérvíska en mér finnst ekki annað koma til greina. Mikill hluti af þessu starfi er að safna saman efnivið og frumverka hann, saga niður og þurrka að einhverju marki. Ég er sjálfur með skógrækt og einnig hef ég fengið við þar sem verið er að grísa og fella trjágróður, einkum í gördum borgarbúa.“

Margar myndir í viðnum

Þegar litið er yfir þá hluti sem Jón hefur verið að vinna koma leyndarmál viðsins vel í ljós. Ýmsar myndir birtast þegar farið er inn í viðinn í rennibeknum og þær njóta sín síðan í þeim hlutum sem búíð er að vinna. Jón vinnur m.a. skálar og bikara – muni sem bæði geta verið til skrauts en einnig til nota á heimilum. Á borði í kaffistofu félaganna í Arnarbakkanum hafði hann raðað nokkrum munum. Enginn líkist öðrum og eins og allir hafi sína sál – sinn karakter. „Ég fjöldaframleiði ekki. Þá gæti maður alveg eins sent hugmyndir til Kína og fengið þær framleiddar þar. Ég reyni að

finna út hvað hver kubbur eða spýta hefur að geyma og vinn síðan út frá því. Það sem skemmtilegast er við þetta er að skapa.“

Ætla að renna utan dyra í sumar

Jón segir að þeir félagarnir í Arnarbakkanum ætli sér að fara með rennibekki út á staðið fyrir framan húsið og vinna utandyra á góðviðrisdögum í sumar. Fólk geti þá litið við. Fylgst með hvað við erum að gera og spjallað. En nú stendur sýningin í Árbænum yfir. „Við erum tengdari Breiðholtinu og félagið er með aðstöðu þar. Gerðuberg er líka fjölfarinn staður. Við vorum ef til vill of seinir til og búíð var að úthluta rýmum langt fram í tímann,“ segir Jón sem hvetur fólk til þess að líta við í Borgarbókasafni Menningarhúsi í Árbænum og líta á það sem þar er verið að bjóða.

Fallegir munir og sagt frá smíði

Í tilkynningu frá Borgarbókasafninu í Árbæ kemur fram að margt fallegra muna sé á sýningunni. Þeir eru afrakstur vinnu félagsmanna í Félagi trérennismiða á Íslandi.

Félagið hefur nú starfað í á þriðja áratug og eru félagsmenn um hundrað og áttatíu talsins. Renndir gripir af ýmsu tagi verða á sýningunni eftir félagsmenn. Félagsmenn munu þó ekki láta sér nægja að sýna gripi heldur ætla þeir einnig að segja frá vinnunni við rennslið og renna gripi á staðnum. Annan sunnudag sýningarinnar 22. mars verður



Jón Guðmundsson plöntulífeðlisfræðingur er einn þeirra sem búnir eru að koma sér fyrir í hinu nýja húsnæði.

flutt erindi um þann við sem fellur til við grísum í gördum borgarbúa. Hvernig nýta má hann til að smíða góða og ganglega gripi.

Sunnudaga þar á eftir verður sagt meira frá vinnu við trérennibekk og vinnubrögð sýnd utandyra ef veður leyfir.

MOTUL

SMURLOTTÓ




Þú kemur með bílinn þinn í smurþjónustu í Motormax Vatnagörðum 12 á tímabilinu 10. janúar - 1. apríl og þú ert komin/n í pottinn.

Í verðlaun eru tveir VIP miðar á

KAPPAKSTUR Á SPA BRAUTINI Í BELGÍU

í boði Motul og Motormax

flug og gisting innifalin




NÓA



NÝTT
KRISP Í
HVERJUM BITA



Gledilega páska

Hátíð fyrir sanna sækera!


NÓI SÍRÍUS

Þegar ljúffengt og lungamjúkt rjómasúkkulaði blandast litlum og stökkum krisp kúlum verður til bragðupplifun sem á engan sinn líka. Nóa Krisp er súkkulaði sem er gert fyrir sanna sækera og fæst nú sem páskaegg líka. Namm!

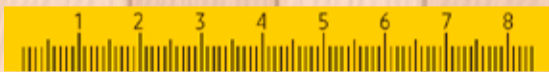

coCoa
HORIZONS

SmíðaVík
GÓDIR Í GLUGGUM OG HURÐUM

Ef þarf að skipta út gleri,
bæta þéttingu glugga og hurða,
lagfæra glugga og hurðir
eða skipta því út fyrir nýju
erum við réttu mennirnir.

Við höfum góða reynslu í þessum efnum.

smidavik@smidavik.is
sími 898-0503
Guðlaugur



Borgin okkar allra

- eftir Eyþór Arnalds borgarfulltrúa

Borgin okkar. Það er það sem hún á að vera. Reykjavíkurborg er okkar sameiginlega húsfélag og hún hefur aðeins eitt hlutverk: Að þjóna íbúunum. Það er fátt mikilvægara en að vera í sambandi við fólk í borginni. Hlusta. Þetta hefur vantað í mörgum málum á síðustu árum.

Dæmi um umdeildar skipulagsbreytingar. Lokun skóla. Furðulegar framkvæmdir. Seinar samgöngur. Og svo er ákveðið að ganga á grænu svæðin, þvert á vilja íbúana. Borgarstjórn á að vinna í þágu fólksins í borginni. Ekki etja saman vesturbænum á móti austurborginni. Ég sé fyrir mér hófstiltari borg sem tryggir að grunnþjónustan sé í lagi. Um þessar mundir er furðuleg kjaradeila komin úr öllu korti sem hefur leitt til þess að þjónusta borgarinnar hefur farið úr skorðum. Fjúkandi rusl og lokaðir skólar getur ekki verið staða sem er okkur til sóma. Borgin ber ábyrgð á þessari stöðu. Sjaldan veldur einn er tveir deila. Það er líklegt að skortur á auðmýkt og því að hlusta valdi hér verulegum vanda. Filabeinsturninn er óheppileg vistarvera. Sérstaklega fyrir þá sem eiga að þjóna almenningi.

Gerum betur

Við höfum lagt til að borgin fari betur með fé og lækki útsvar sem er í hæstu hæðum hjá borginni.

Ekkert sveitarfélag á höfuðborgarsvæðinu tekur eins mikið af launinum en Reykjavíkurborg. Við viljum treysta fólkinu í borginni. Treysta því fyrir grænu svæðunum eins og Elliðaárdal. Treysta hverfin í borginni og efla þau. Jafna aðstöðumun í íþróttum og tónlistarkennslu. Greiða úr umferðinni. Og leyfa uppbyggingu á hagstæðum svæðum eins og við Keldur, en ennþá hefur ekkert verið skipulagt á því mikilvæga svæði. Þar er þó mikið land tækifæranna.



Eyþór Arnalds.

Reykjavík fyrir ungt fólk

Reykjavík á að vera í fararbroddi sem valkostur fyrir ungt fólk. Í dag er húsaleiga hærra hér en í Kaupmannahöfn og Stokkhólmi. Miklu fleira ungt fólk býr í foreldrahúsum en á Norðurlöndunum. Skammtastefna til sérvalinna félaga hefur ekki virkað. Það sem þarf er frelsi til athafna og lægri gjöld. Einfaldara stjórnkerfi. Þannig lækjum við kostnað og byggjum upp borgina okkar. Okkar allra.

Starfsfólk félagsmiðstöðvanna

Náms- og kynnisferð til Tallin

Starfsfólk úr félagsmiðstöðvunum okkar fór nýlega í náms- og kynnisferð til Tallin. Þar heimsóttu þau fjölda félagsmiðstöðva og fengu kynningar á starfinu í Eistlandi.

Í Eistlandi þjónusta félagsmiðstöðvar börnum og ungmennum 7 til 26 ára og er landið framarlega í starfi ungmennaráða. Aðbúnaðar í nokkrum

félagsmiðstöðvunum er frábær og má þar meðal annars nefna hjólabrettagarða, tónlistarstúdíó og danssali auk hefðbundinnar aðstöðu. Ferðin var áhugaverð, lærdómsrík og gott hópefli fyrir starfsmannahóp félagsmiðstöðva Breiðholts sem vinna náið saman fyrir unglinga hverfisins.



Hópurinn í Breiðholti sem fór til Tallin.

FALLEGIR LEGSTEINAR



Opið: 10-17
alla virka daga

Verið velkomin

Bergsteinar
legsteinagerð

Auðbrekku 4, 200 Kópavogi, sími: 537-1029, www.bergsteinar.is



Netverslun:
systrasamlagid.is

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 Reykjavík - sími 5672330 - www.bilasmiðurinn.is - bilasmiðurinn@bilasmiðurinn.is

ALLAR OKKAR PEYSUR ERU PRJÓNAÐAR Á ÍSLANDI

VELJUM ÍSLENSKT



HANDPRJÓNASAMBAND
ÍSLANDS

Skólavörðustígur 19 & Borgartún 31
s: 552 1890
handknitted.is



Dagskrá í vetrarleyfi grunnskólanna

Frístundamiðstöðin Miðberg stóð fyrir dagskrá í vetrarleyfi grunnskólanna mánudaginn 2. mars.

Meðal þess sem boðið var upp á var Tarzanleikur í íþróttahúsinu Austurbergi, Krakkazumba, útiöldun, andlitsmálningu og grímugerð í Miðbergi. Þá var gestum og gangandi boðið upp á grillaðar pylsur.



Hópur samankomin við útigrill.



Ein með öllu stendur alltaf fyrir sínu.

HUMBAUR

Kerrurnar frábæru frá Humbaur eru til á lager!



Startrailer 1280

750 kg. Mál: 205x109.5x30 cm.
Verð: 160.000 kr. m/vsk.



Gerð 1376

Opnanleg að framan.
750 kg. Mál: 205x131x35 cm.
Verð: 220.000 kr. m/vsk.



Gerð 1374

Opnanleg að framan.
750 kg. Mál: 251x131x35 cm.
Verð: 260.000 kr. m/vsk.



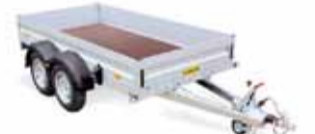
Gerð 1384

Sturtanleg.
750 kg. Mál: 251x131x35 cm.
Verð: 300.000 kr. m/vsk.



Gerð 1339

Opnanleg að framan.
1300 kg. Mál: 303x150x35 cm.
Verð: 450.000 kr. m/vsk.
en með skráningu.



Gerð 2331

Opnanleg að framan.
2500 kg. Mál: 303x150x35 cm.
Verð: 550.000 kr. m/vsk.
en með skráningu.



Flatvagnar

Ýmsar gerðir og stærðir,
frá 2000 kg. 3.1x1.65m.
Verð: 570.000 kr. m/vsk.,
en með skráningu.

Topplausnir

Smiðjuvegi 40 gul gata. Kópavogi.
Veitum upplýsingar í síma: 517 7718.
Heimasíða: www.topplausnir.is

HLÚUM HVERT AÐ ÖÐRU OG OKKUR!



Mikið úrval. Einstök gæði. Sterk siðvitund.



Íslenskur aðalbláberjalatte fyrir ónæmiskerfið og hjartað.

Jóga & kósýfatnaður. Lífrænn og umhverfisvænn.



Möntruskart. Hringir. Hálsmen. Armbönd.

Dekraðu við húðina með Wild Grace. Hárnákvæm blanda jurta og olía.



Landsins mesta úrval af korkjógadýnum. Korkurinn er framtíðin. Þú þarft aldrei jógahandklæði. Verð frá 16.500 kr.



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

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



Hjá okkur starfa starfsmenn með áralanga reynslu af bílasprautun og bílaréttingum.

Verkstæðið er vottað Cabas verkstæði.

Við notum hágæða Sikkens bílalökk sem eru umhverfisvæn og standast hörðustu kröfur bílaframleiðanda.

Verkstæðið er búið fullkomnu tækjum sem völ er á í faginu svo sem Autorobot réttigabekk með öllum þeim mælitækjum sem til þarf til viðgerðar á bíl eftir tjón.

Herkules lyftur og Omia sprautuklefi sem er einn sá fullkomnasti á landinu.

Við sprautum á bílum er notast við hágæða Sikkens bílalökk sem eru umhverfisvæn vatnslökk og standast hörðustu kröfur bílaframleiðanda.

Verkstæðið er vottað Cabas verkstæði. Verkstæðið þjónustar allar bíltegundir.

B&T

RÉTTING & SPRAUTUN
578 5070

Skemmuvegi 44m · Kópavogi · www.bilarogtjon.is



Þegar kemur að vandaðri vinnu

Pípulagnir

Endurnýjun lagna,
inntaksgrindur,
hreinlætistöki
og ofnaskipti.

Sími: 844 8200

Elín Elísabet Halldórsdóttir sálfræðingur hjá Heilsugæslunni í Efra Breiðholti skrifar

Þroski og hagvöxtur

Oftar en ekki er venja að varðveita vel fyrstu orð barnsins og flokka sem dýrmæta eðalsteina. Orðið er skráð, dagsett, staðsett og varðveitt. Fyrsta orðið er oftast tilkomið vegna áhuga nærumhverfisins að leiðbeina með endurtekningum og hvetja barnið áfram í gegnum leik að herma eftir orðum. Smám saman myndast orðin og smám saman skýrast þau hvert af öðru. Nán tilfinningatengsl við barnið skiptir hér máli þegar um máltöku barns er ræða og samvera eru afgerandi þættir. Vöxtur taugategninga í heila barnsins kemur m.a. til vegna örvunar frá nærumhverfinu. Að nema hljóð og heiti orða vex svo fram með almennum þroska. Að endingu fæðist talað orð þegar taugaproski hefur náð málþroska í tíma.

Barnið skynjar áhrifin sem orðin gefa, þrífast á athygli og hvatningunni. Barnið er þannig ekki bara að læra að segja orð heldur einnig skilning á hugtökum. Þegar máltaka er hafin myndast samfella í máli og skilningur, barnið er á aldrinum eins til tveggja ára.

Öryggi og streytulaust umhverfi

Öryggi og streytulaust umhverfi, tími og góð tilfinningatengsl við foreldri er í grundvallaratriðum undirstaða vaxtar og þroska og það umhverfi sem börn þrífst best í og dafna. Ef öryggi barna er ógnað með ýmsu sem þau ekki hafa þroska eða getu til að skilja sökum aldurs o.fl. er hættu á að þau geti borið tilfinningamein af ólíkum toga inn í lífið.

Börnum sem líður illa

Ekki er það nýtt að heyra og lesa fyrrsagnir fjölmíðla að kapp sé lagt á velferð og samfélagsþróun. Líklega lifum við í dag einna bestu tíma hvað snertir aðgengi að upplýsingum og hraður vöxtur í tækniþróun. Á sama tíma hafa líklega sjaldan verið eins mörg börn sem líður illa vegna kvíða og dapurleika eða eru að glíma við önnur erfið tilfinningaleg vandamál. Þetta á ekki aðeins við hér á landi heldur virðist lík þróun eiga sér stað í öðrum löndum.

Almennur les- og hugtakaskilningur

Grunnskólanum er hlutfallslega úthlutað mestu fjármagni af öllum skólastigum í landinu. Hvað má mögulega skýra að sum börn eða nær þriðjungur dengja og fimmtingur stúlkna eiga í erfiðleikum með að lesa sér til gagns og skilnings eftir að 10 ára grunnskólagöngu er lokið? Metnaðarfullir skólar leggja starf sitt í að skila börnum með gott veganesti yfir á næsta skólastig. Megin verkfærið er almennur les- og hugtakaskilningur á móðurmálinu og áunnin færni til sjálfstæðra vinnubragnaðna sem og góð sjálfsmynd.

Standa sig ekki jafn vel

Undir lok síðasta árs birtist samanburðar á könnun á námsgetu íslenskra barna við jafnaldrar víðsvegar um heiminn en aðalega börn á norðurlöndum. Samanburðurinn leiddi í ljós að íslensk börn standa sig ekki jafnvel í lestrarfærni, í hugtökum og skilningi á efnistöku í texta, og jafnaldrar á norðurlöndum.

Fjölskyldan einn hornsteina hagkerfisins

Efling samveru er aukinn daglegur tími fjölskyldunnar að loknum vinnudegi. Tíminn gefur tækifæri til að fylgjast með námi og líðan barna sem skapar öryggis- og tilfinningu, nærveru og eflir tengsl barna og ungmenna við uppallendur.

Fjölskyldan er einn af hornsteinum hagkerfisins. Tryggjar stoðir í samfélaginu er gott fyrir hagkerfið.

Stytting vinnudagsins er hagsmunamál

Vinnudagurinn er langur hér á landi og dvalartímar barna og foreldra utan heimilis einnig. Stytting vinnudagsins ætti að vera hagsmunamál fyrir samfélagið ekki síst fyrir ungar barnafjölskyldur og uppallendur.

Með sex ára barnabarni

Um ármót vakti athygli mína blaðagrein þar sem þekktir Íslendingar voru spurðir um merkar stundir á árinu. Þar segir afi frá athyglisverðri samveru sinni með sex ára gömlu barnabarni. Á göngu, á heimleið úr skólanum er spáð í það sem fyrir augu ber, hvað heitir þetta og hitt eða hvernig er það stafað. Allt þetta séð með augum barnsins. Heima halda þeir samtalinu áfram nú um risaeðlurnar.



Heilsugæslan í Efra Breiðholti.

Verið velkomin á Gamla Kaffihúsið

Nautasteik

með bakaðri kartöflu, steiktu grænmeti og bearnaisesósu

Aðeins kr.

2990 kr



Matsedill

Léttir réttir

Súpa dagsins 990,-

Grilluð samloka..... 650,-

Franskar kartöflur... 650,-

Sætir réttir

Frönsk súkkulaði kaka 850,-

Eplakaka 750,-

Hjónabandsæla 750,-

Ís 700,-

Kjúklingasalat

Salat með hvítlauksbrauði og hunangssinnepsósu.

2100,-

Laxasalat

Salat með reyktum laxi, hvítlauksbrauði og hunangssinnepsósu.

2100,-

Piri piri Kjúklingur

Með steiktu grænmeti, sveita kartöflum og hvítlaukssósu.

2480,-

Hamborgari

Með salati, rauðlauk, osti og frönskum kartöflum.

1860,-

Eðalbrauð

- Með kjúkling, salati, rauðlauk og hunangssinnepsósu.

- Með reyktum laxi, salati, rauðlauk og piparrótasósu.

- Með parmaskinku, salati, rauðlauk og hvítlaukssósu.

1440,-



Opnunartími

Virkadaga frá 11:30 til 21:00, Laugadaga frá 12:00 til 21:00, Sunnudaga frá 12:00 til 20:30

Drafnarfell 18, 111 Reykjavík. Sími 511-1180. Nánari upplýsingar á gamlakaffihusið.is.

HEILSUEFLANDI BREIÐHOLT

Að verða vitni að ofbeldi en tilkynna ekki er saknæmt

Seinni part vetrar hafa slagsmál og gróft líkamlegt ofbeldi meðal unglunga verið áberandi á höfuðborgarsvæðinu. Tveir unglingar mæla sér gjarnan mót á tilteknum stað og tíma til að gera út um ágreiningsmál með slagsmálum einn á móti einum. Síðan er sent út boð á netmiðlum um að viðkomandi uppgjör sé í vændum og hvatt til þess að unglingar mæti til að verða vitni að uppgjörinu. Endirinn er oft sá að annar aðilinn verður undir, hópur einstaklinga gengur í skrokk á honum þar sem hann getur ekki borið hönd fyrir höfuð sér og áhorfendur fylgjast með án aðgerða.

Ofbeldið er oft stórhættulegt og getur valdið varanlegum skaða á líkama og sál bæði þolenda og gerenda. Um leið og upp kemst um verknaði sem þessa taka fagaðilar s.s. lögreglan, starfsfólk skólanna og velferðarþjónustunnar á málum með viðeigandi hætti. Of oft líður þó allt of langur tími frá því að vitað er um ofbeldisverk þar til hægt er að taka á þeim. Ástæðan er einföld, unglingar sem vita af atburðinum fyrirfram eða verða vitni að honum segja ekki frá eða tilkynna ekki til lögreglu.

Purfa að ræða þetta heima

Að verða vitni að eða vita af ólöglegu ofbeldisverki og tilkynna það ekki til lögreglu eða yfirvalda er bæði ábyrgðarlaust og saknæmt. Það er vert fyrir unglungana að íhuga hvaða ábyrgð þeir bera með aðgerðaleyfi sínu þegar þeir horfa upp á félagi sína misþyrma einhverjum þannig að líkamleg eða sálræn örorka, eða jafnvel dauði hlýst af. Gast þú sem vitni komið í veg fyrir slíkt? Það varðar við lög að tilkynna ekki slík tilfelli. Unglingar og foreldrar þeirra eru beðnir að ræða þessi mál heima fyrir og fara að lögum.



Þráinn Hafsteinsson.



NOON
HÁRSTOFA

5 6 7 2 0 7 7 HÓLMASELI 2, 1 0 9 RVK

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS

Auðbrekku 1, Kópavogi

SÍÐAN 1996



ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNLSLA



Sverrir Einarsson Margrét Á. Guðjónsd. Kristín Ingólfssdóttir Hannes Ó. Sampsted

Símar allan sólarhringinn: 581 3300 & 896 8242 • www.utforin.is
Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er.

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR

Flatahraun 5a • www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242



Getraunarnr. 111

www.leiknir.com

Leiknir var stofnað 1973



Austurbergi 1, Efra Breiðholti

Leiknir vann Breiðholtsslaginn

Sannkallaður Breiðholtsslagur var í Reykjavíkurmótinu í knattspyrnu 16. janúar. Þá spiluðu Leiknir og ÍR. Leiknir vann þann leikinn 5-0 og Sævar Atli ungur leikmaður sem er uppalinn Leiknismaður skoraði fjögur mörk.

Leiknismenn fengu sín fyrstu stig eftir annan leik í Reykjavíkurmótinu. Þeir voru sterkari í fyrri hálfleik gegn ÍR en gáfu ÍR-ingum þrjú færi á silfurfati og fóru sömuleiðis illa með sín eigin. Seinni hálfleikur var eign Leiknismanna sem léku við hvern sinn fingur og skoruðu tvö mörk sem skömmu millibili en þar voru þeir Vuk Oskar og Sævar Atli á ferðinni. Leiknismenn voru ekki hættir eftir þessi tvö mörk en þeir héldu áfram með Sævar Atla fremstan meðal jafningja en hann bætti við þremur mörkum á seinasta stundarfjórðung leikins og batt lokahnút á frábæra spilamennsku Leiknis. Bæði lið voru án stiga eftir fyrstu leiki sína í mótinu Leiknismenn höfðu leikið einn leik en ÍR-ingar tvo.



Sævar Atli Magnússon skoraði fjögur mörk fyrir Leikni gegn ÍR.

Leiknismenn í tveimur liðum

Á dögum völdu landsliðsþjálfarar U15 og U18 ára landsliðs Íslands úrtakshópa til æfinga á næstu dögum.

Leiknismenn eiga fulltrúa í sitt hvorum hópnum en Shkelzen Vesali var valin í U15 hópinn. Shkelzen Vesali er ættaður frá Kosovó og er fæddur 2004. Hann kom á Leiknisvöllinn fjögurra ára og bað um að fá að vera með á mfl. æfingu. Tíu árum seinna var mættur inná völlinn 14 ára. Vuk Oskar Dimitrijevic er 19 ára gamall

er uppalinn í Leikni. Hann hefur spilað 41 leik og skorað fimm mörk í deild- og bikar fyrir félagið en hann var einn besti maður Leiknis í Inkasso-deildinni síðasta sumar. Hann er sóknarsinnaður miðjumaður með mikla tæknilega getu og gott auga fyrir leiknum en hann hefur nú skrifað undir samning við FH. í U18. Flottir fulltrúar félagsins þarna á ferð og óskum við þeim góðs gengis á komandi æfingum.

Fjórir Leiknismenn gera nýja samninga

Fjórir af leikmönnum Leiknis hafa gert nýja samninga við félagið. Þeirra reynslumestur er Birkir Björnsson sem spilar sem vinstri bakvörður og miðjumaður. Birkir er 26 ára og lék fyrst fyrir meistaraflokk Leiknis á Íslandsmóti árið 2012.

Varnarmaðurinn Ernir Freyr Guðnason skrifaði undir samning út 2021 en hann lék þrjú leiki með Leikni í 1. deildinni í fyrra áður en hann var

lánaður til KFG.

Varnarmaðurinn hávaxni Patryk Hryniewicki skrifaði einnig undir en hann er kominn upp úr 2. flokki félagsins. Hann hefur fengið mikinn spilatíma á undirbúningstímabilinu og staðið sig vel. Þá hefur Davíð Júlían Jónsson, miðjumaður fæddur 2004, skrifað undir samning út 2022 en hann hefur verið að æfa með U16 landsliði Íslands.

Leiknir selur Vuk Oskar

FH hefur fest kaup á knattspyrnumanninum efnilega Vuk Oskari Dimitrijevic frá Leikni Reykjavík. Vuk verður hins vegar áfram hjá Leikni enn um sinn, sem lánsmaður frá FH.

FH-ingar greina frá þessu í dag. Vuk Óskar er 19 ára gamall en hefur spilað 38 leiki fyrir Leikni í næstefstu deild og skorað í þeim fimm mörk. Hann á að baki 10 leiki fyrir yngri landslið Íslands og hefur skorað í þeim eitt mark. Í yfirlýsingu FH segir að Vuk Oskar sé „hávaxinn sóknarsinnaður miðjumaður með mikla tæknilega getu og gott auga fyrir leiknum“ og tekið fram að mikil gleði ríki innan herbúða FH með að hafa náð í svo efnilegan leikmann. Þá þakka FH-ingar Leiknismönnum fyrir góð samskipti og kveðjast fullvissir að þeir nái að halda áfram því frábæra starfi með Vuk Oskar sem Leiknir hafi unnið.



Vuk Oskar fer frá Leikni til FH.

Húsfélagapjónusta

Leiðandi í hagkvæmni og rekstri húsfélaga

- ✓ Bókhald og fjármál
- ✓ Húsfélagafundir
- ✓ MÍNAR SÍÐUR
- ✓ Þjónustusaga húss
- ✓ Önnur þjónusta



• EIGNAumsjón

www.eignauumsjon.is

Bikarkeppni FRÍ, innanhúss

Það var við ramman reip að draga hjá ÍR-ingum í Bikarkeppni FRÍ þetta árið. Alls voru átta lið sem öttu kappi, þar af mættu ÍR og FH með tvö lið til keppni. ÍR mætti sterkt til leiks eins og FH-ingar en lið ÍR þurfti þó að sætta sig við annað sætið í heildarstigkeppninni eftir mikla baráttu um titilinn.

Það var töluvert um bætingar og finan árangur hjá okkar fólki og að sjálfsgöðu náðu nokkrir ÍR-ingar bikarmeistaratitli. Andrea Torfadóttir, sem nýverið gekk til liðs við ÍR frá FH, gaf tóninn fyrir okkur með yfirburða sigri í 60m og bætingu á sínum besta tíma, 7,65 sek. Ingibjörg Siguðardóttir hélt áfram að bæta sig í 400m, hljóp á 57,41 sek og varð önnur. Anita Hinriksdóttir kom til baka í sitt fyrsta keppnishlaup um hríð eftir erfið meiðsli og hljóp flott 1500m hlaup, 4:48.22 mín. Stella Dögg Eiríksdóttir bætti sig í stangarstökki, stökk 3,43 m og varð önnur. Konurnar kláruðu svo sinn keppnisdag með frábæru 4 x 200m boðhlaupi, þrátt fyrir að vera án Guðbjargar Jónu og Tíonu.

Sæmundur Ólafsson hafði í nógu að snúast en hann sigraði í 1500m og hljóp svo 400m fyrir A liðið. Guðni Valur Guðnason sigraði í kúluvarpi og var þar tvöfaldur ÍR sigur en Kristján Viktor Kristinsson varð annar og bætti sig í 15.79m. Einar Daði Lárusson, stökk hástökk fyrir A liðið og hljóp 60m grindahlaup og hafnaði í öðru sæti í báðum greinum, Einar Daði



skilar alltaf sínu að öllum öðrum ólöstuðum. Birgir Jóhannes Jónsson varð þriðji í þristökkinu og bætti sinn besta árangur innanhúss.

Stigakeppninni lauk þannig að FH bar sigur úr bítum með 107 stig, ÍR var aðeins 5 stigum á eftir með 102 stig. ÍR B varð í 6. sæti næst á undan FH B. Í kvennakeppninni sigraði FH ÍR með 2 stiga mun og hjá körlunum sigur FH yfir ÍR, 3 stig.

ÍR-ingar geta gengið sáttir frá borði þrátt fyrir sigur FH þar sem allir lögðu sig 100% fram og nokkuð vantaði upp á að allt okkar besta fólk gæti tekið þátt vegna meiðsla, skóla og annarra verkefna erlendis.

ÍR fimleikar með félagsbúning

ÍR fimleikar, sem núhafa verið starfandi í síðan árið 2014, fengu á dögunum sinn fyrsta félagsbúning og er stefnan tekin á þeirra fyrstu keppni á Akranesi nú síðar í mars.

Hópfimleikaliðið er skipað átta stúlkum fæddar 2009, 2010 og 2011 og keppa þær í 4. flokki. Hér má sjá mynd af öllum stúlkunum sem æfa í Framhaldshópi ÍR fimleika en einnig er boðið upp á æfingar fyrir byrjendur.



Fimleikastúlkur ÍR í hinum nýja félagsbúningi.

Linda Hrönn og Freyr Íslandsmeistarar í keilu

Linda Hrönn Magnúsdóttir úr ÍR varð Íslandsmeistarar Öldunga 2020 á Íslandsmót öldunga dagana 7. til 9. mars. Freyr Bragason úr KFR varð Íslandsmeistari karla.

Á laugardag og sunnudag fór fram forkeppni þar sem að 11. karlar og 11. konur spiluðu 6. leiki hvorn dag. Eftir þessa 12. leiki voru það efstu 6 í hvorum hóp sem að spiluðu round robin og að endingu voru það efstu 3. í hvorum hóp sem að spiluðu til úrslita.



Freyr og Linda Hrönn með verðlaunagripina.



Tölvur og gögn ehf.

PC & Mac

þekking og reynsla

- ◊ Office 365 þjónusta
- ◊ Gagnabjörgun og afritun
- ◊ Umsjón tölvukerfa
- ◊ Vefsíðugerð og umsjón
- ◊ Tölvuviðgerðir
- ◊ Tölvur og jaðarbúnaður



Parabakki 3, Mjódd
109 Reykjavík
Sími: 696-3436
www.togg.is



Fréttir

Íþróttafélag Reykjavíkur
Skógarseli 12 • Sími 587 7080
Tölvupóstur: ir@ir.is
Heimasíða: ir.is

ALLTAF FULLT BORD AF FERSKUM FISKI OG FISKRÉTTUM

Opið alla virka daga kl. 9 – 18:30.



ÁFRAM ÍR



Pangbakka 10 (MJÓDD) • Sími: 557-2053

HEIMASÍÐA ÍR
www.ir.is



Sími: 588 9705
www.skautaholl.is

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



GETRAUNANÚMÉR ÍR

109



Ný verslun Iceland opnar á Seljabraut



Gunnar Egill og Valdís Hrönn bjóða Breiðhyltinga velkomna í nýja verslun ICELAND við Seljabraut.

Samkaup opnaði nýja Iceland-verslun við Seljabraut 54 síðastliðinn föstudag. Ný verðstefna var innleidd í kjölfar opunarinnar og verða allar helstu vörur til heimilisins á sama verði og í öðrum helstu lágvöruverðsverslunum landsins. Verslunin Seljakjör var lengi starfrækt í húsnæðinu en Samkaup festi kaup á henni fyrir nokkrum árum. Þetta verður sjötta Iceland verslunin sem opnar á Íslandi.

„Við erum mjög spennt að opna verslun undir merkjum Iceland í

Breiðholtinu. Þetta er rótgróinn staður en verslun hefur verið rekin í þessu sama húsi í marga áratugi eða frá því að Seljahverfið var í byggingu. Við stefnum að því að móta verslunina að þörfum viðskiptavina okkar og breyta henni í alvöru hverfisverslun,“ segir Gunnar Egill Sigurðsson, framkvæmdastjóri verslunarsviðs Samkaupa.

Samhliða nýju lágvöruverðsstefnunni verður aukið við þjónustuna og opnunartíminn lengdur til miðnættis alla daga. Vöruúrvalið í Iceland er einstakt

en þar verður meðal annars boðið uppá skyndirétti í miklu úrvali, frosna vöru í hæsta gæðaflokki og umhverfisvænar vörur. Þá verður boðið upp á sérstök opnunartilboð meðal annars grillaðan kjúkling á 995 krónur og nautalundir á undir 3 þúsund krónur.

Iceland hefur umhverfisvitun að leiðarljósi hvarvetna í verslun og viðskiptum, jafnt í innkaupum og neyslu sem og viðhorfi og nálgun starfsmanna. Umhverfisstefnan

felur meðal annars í sér að minnka matarsóun, bjóða umhverfisvænar vörur og minnka umhverfisfótsporið. Iceland á heimsvísu hefur heitið því að fjarlægja allar plastumbúðir úr eigin vörulínu fyrir árið 2023. Frá því að þetta heit var strengt hefur verslunin fjarlægt plast úr yfir 81 vörulínum. Tekist hefur að draga úr plastnóttun á yfir 1.500 tonnum af plasti árlega.



Gunnar Egill Sigurðsson, forstöðumaður verslunarsviðs Samkaupa.



Valdís Hrönn Sigmarsdóttir, rekstrarstjóri Iceland.