

Breiðholtsblaðið

Dreift frítt í öll hús í Breiðholti

Erum einnig á visir.is og mbl.is

JÚNÍ 2022

6. tbl. 29. árg.

Öll lyf á
lágmarksverði
og samheitalyf
líka!



Vertu
tilbúin/n þegar
draumaeignin
kemur í sölu

Skráðu eignina til sölu hjá mér.
Ég sendi atvinnuljósmyndara
að taka myndir þér að
kostnaðarlausu.

Ég geri allt klárt og þegar
draumaeignin kemur í sölu þá
setjum við þína eign í sölu og
höldum opið hús áður en opna
húsið í draumaeigninni er haldið.

Ef þú færð ekki draumaeignina
þá greiðir þú ekkert.



Frítt verðmat!

ÞORLÁKUR
S: 699 4675
thorlatur@fastlind.is

LIND
FASTEIGNASALA
fastlind.is | njaribudir.is

Nýr ÍR frjálsíþróttavöllur opnaður

- fjölbreytt aðstaða á ÍR svæðinu



Dagur B. Eggertsson borgarstjóri klippti á borða ásamt stúlkum úr ÍR við opnun vallarins.

Nýr frjálsíþróttavöllur ÍR var opnaður 10. maí. Vormót ÍR sem jafnframt var vígslumót vallarins var haldið 29. maí. Nýi völlurinn er bylting fyrir ÍR-inga og Breiðholtsbúa og einnig alla frjálsíþróttahreyfingu landsins.

Völlurinn mun nýtast vel til að efla íþróttina enn frekar. Frjálsíþróttavöllurinn er frábær viðbót við mikið uppbyggingarstarf sem hefur átt sér stað á ÍR-svæðinu en þar má nú finna grasvöll, gervigrasvöll, fjölnotahús með gervigrasi og frjálsíþróttæfingaraðstöðu auk þess sem í félagsheimilinu er æfinga- aðstaða fyrir júdó og taekwondo. Í sumari verður opnað nýtt parkhús sem mun nýtast bæði handbolta- og körfuboltaíðkendum á öllum aldri. Þá er unnið að undirbúningi sérstaka keiluhúss í tengslum við nýja parkhúsið.



Erum á Óðinsgötu 1

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

- bls. 4-5
Viðtal við
Vigfús Þorsteinsson
formann ÍR

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

VIÐ BREIÐHOLTID

OPNUNARTÍMAR ICELAND Í BREIÐHOLTINU:
Vesturberg - Arnarbakki - Seljabraut:
Virka daga 07:00-24:00 - Helgar 09:00-24:00

Iceland

Breiðholtsblaðið

Útgefandi: Borgarblöð ehf.

Eiðistorgi 13-15 • 172 Seltjarnarnes • Pósthólf 171

Ritstjóri: Þórður Ingimarsson • Sími 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: Póstdreifing ehf.

6. tbl. 29. árgangur

Breiðholtsblaðið er dreift frítt í öll hús í Breiðholti

Stórir dagar í Breiðholti

Tæpast verður annað sagt en að stórir dagar hafi verið í Breiðholti að undanfögnu. Og það sem meira er þá er þessu tímabili stórra daga ekki lokið.

Fyrir skömmu var nýr frjálsíþróttavöllur, einn sá besti á landinu, tekin í notkun á svæði ÍR. Með honum opnast margvíslegir möguleikar til að halda stór frjálsíþróttamót en einnig til æfingastarfsemi.

Innan tíðar verður nýtt íþróttahús tekið í notkun á ÍR svæðinu. Með því skapast bæði aðstaður til mótahalds og æfinga. Handbolti og körfubolti ÍR fær samastað og í farvatninu er að byggja húsnæði fyrir keiluna tengda íþróttahúsinu.

Þótt þessi aðstaða sé komin verður öll starfsemi ÍR ekki flutt í Mjóddina. Vegna stærðar Breiðholtins er nauðsynlegt að bjóða æfingar á fleiri stöðum inni í hverfunum. Má nefna Seljaskóla og Austurberg í því sambandi.

Þá má einnig geta þess að í undirbúningi er að efna til sérstakrar starfsemi í Efra Breiðholti. Börn þar nýta íþróttastarf síður en í öðrum byggðum. Ástæður þess má að einhverju leyti rekja til fjölmennningarlegra áhrifa. Því er nauðsynlegt að hafa eitthvað fram að færa sem vekur áhuga þeirra.

ÍR hefur búið við ófullnægjandi aðstaðu í þau 50 ár sem liðin eru frá því að starfsemi þess var flutt í Breiðholt. Í fyrstu var nánast engin aðstaða fyrir hendi. Þótt úr henni hafi smám saman verið bætt nokkuð var um engar fullnægjandi aðgerðir að ræða.

EKKI FYR EN NÚ AÐ FÉLAGIÐ FÆR FULLKOMNA AÐSTÖÐU FYRIR FLESTAR ÍÞRÓTTAGREINAR. Því eru þetta stórir dagar í Breiðholti.

136 brautskráðir úr FB í vor



Útskriftarhópur Fjölbrautaskólans í Breiðholti á þessu vori.

Brautskráningin úr Fjölbrautaskólanum í Breiðholti fór fram við hátíðlega athöfn í Hörpunni laugardaginn 27. maí. Alls voru 138 brautskráðir á þessu vori. Þar af útskrifuðust 62 með stúdentspróf, 17 af húsasmíðabraut, 22 af rafvirkjabraut, 12 af snyrtibraut, 31 af sjúkrálfabraut og 9 af starfsbraut.

Verðlaun fyrir bestan árangur á stúdentsprófi hlaut Elísa Nína Luengas Resgonia sem útskrifaðist af félagsvísindabraut. Hún hlaut verðlaun fyrir bestan

árangur í ensku, sálfræði og félagsgreinum auk viðurkenningar frá Soropimistaklúbbi Hóla og Fella. Erna Dagbjört Jónsdóttir, sem útskrifaðist af opinni braut, hlaut viðurkenningu úr styrktarsjóði Kristínar Arnalds og Raket Jóna Ásbjörnsdóttir, sem útskrifaðist af myndlistabraut, hlaut viðurkenningu frá Rótaryklúbbi Breiðholts fyrir félagsstörf.

Myndir: Haraldur Guðjónsson Thors.



Elísa Nína Luengas Resgonia var dúx skólans að þessu sinni.



Raket Jóna Ásbjörnsdóttir hlaut viðurkenningu frá Rótaryklúbbi Breiðholts.

Séra Pétur ráðinn prestur við Fella- og Hólakirkju

Séra Pétur Ragnildarson hefur verði ráðinn prestur við Fella- og Hólakirkju. Pétur er kirkjunni um margt að góðu kunnur. Hann er sonur Ragnildar Ásgeirsdóttur sem lengi starfaði sem djákni við Fella- og Hólakirkju.

Þegar séra Guðmundur Karl Ágústsson lauk störfum sem sóknarprestur Fella og Hólakirkju á liðnu í vori urðu nokkrar breytingar í prestakallinu. Séra Jón Ómar Gunnarsson tók við sem sóknarprestur og séra Pétur Ragnildarson var ráðinn prestur. Þeir hafa þeir báðir starfað við kirkjuna um árabil og tengjast henni og hverfinu sterkum böndum. Séra Pétur er fæddur 1994 og útskrifaðist með embættisprófi í guðfræði 2019.



Pétur og Jón Ómar fyrir framan Fella og Hólakirkju. Mynd: Jóhanna Elísa Skúladóttir.



Hafðu lyfin tilbúin þegar þú sækir eða fáðu lyfin send heim

Pantaðu á appotek.is eða í síma 568 0990

Garðs Apótek - í yfir 60 ár

Sogavegi við Réttarholtsveg
Opíð 9-18 virka daga.

Breiðholt



Sumarnámskeið í Breiðholti 2022



Frístundamiðstöðin Miðberg:

Félagsmiðstöðvarstarf félagsmiðstöðva í Breiðholti fyrir 13-16 ára

Sumarnámskeið fyrir 10-12 ára

Sumarfrístund fyrir 6-9 ára

Sumarnámskeið í Hellinum fyrir fötluð börn og börn með sérþarfir 10-16 ára

Fellaskóli/Vinafell:

Sumarfrístund fyrir 6-7 ára

Borgarbókasafn/Menningarhús Gerðubergi:

Sumarsmiðjur fyrir 9-12 ára og 13-16 ára

Íþróttafélag Reykjavíkur (ÍR):

Sumargaman fyrir 6-9 ára

Knattspyrnskóli fyrir 6-12 ára

Fimleikar og parkour fyrir 5-11 ára

Íþróttafélagið Leiknir:

Knattspyrnskóli Leiknis fyrir 6-12 ára

Sundfélagið Ægir:

Sumarsundskóli Ægis fyrir 4 ára og eldri

Hjólakraftur:

Stuð og stemning í Völvufelli fyrir 9-16 ára

Meiri upplýsingar má finna á www.fristund.is

VIÐTALIÐ

Draumurinn að sjá ÍR svæðið iðandi af lífi

- segir Vigfús Þorsteinsson formaður ÍR

Miklar breytingar eru að verða á ÍR-svæðinu í Breiðholti. Nýr og fullkominn frjálsíþróttavöllur hefur verið tekin í notkun ásamt þjónustuhúsi þar sem aðstaða er til móta-halds en einnig verður þar veitingasala, snyrtingar, aðstaða fyrir notendur vallarins og geymslur. Byggingin er tvær hæðir og þak mun nýtast sem áhorfendapallur. Þá er verið að taka í notkun nýtt og langbráð íþróttahús sem mun gerbreyta allri aðstöðu ÍR og allri íþróttastarfsemi í Breiðholti. Hálf öld er frá því að starfsemi ÍR var flutt úr Vesturbænum í Reykjavík í Breiðholti. Því má segja að 50 ára draumur sé að rætast. Vigfús Þorsteinsson tók við formennsku í aðalstjórn ÍR á liðnu ári. Vigfús er ÍR-ingum vel kunnur. Hann hefur verið tengdur félaginu í hartnær 40 ár sem iðkandi, leikmaður, foreldri, þjálfari, stjórnarmaður handknattleiksdeildar og margt fleira. Vigfús hefur langa reynslu af starfsemi íþróttahreyfingarinnar í landinu og er ýmsum hnútum kunnugur þegar kemur að málum íþróttafélagsins. Vigfús spjallar við Breiðholtsblaðið að þessu sinni.

Við höfum spjallið á að segja frá nýja íþróttavellinum. Vigfús segir að borgarstjóri hafi komið á dögnum og opnað völlinn með formlegum hætti þegar haldið var sérstakt vígslumót sunnudaginn 29. maí þar sem Vésteinn Hafsteinsson mætti með sterkustu kringlukastara heims til að taka þátt. Vigfús segir glæsilegt að geta byrjað á sterku móti. Þeir sem hann hafi rætt við og til þekkja telji að þessu völlum sé með því glæsilegasta sem þekktist hér á landi. "Ég get alveg tekið undir það. Völlumurinn er glæsilegur og undirlagið á hlaupabrautinni er með því

besta sem þekktist. Upplagt til þess að setja met að dómi þeirra sem til þekkja. Sérstök bygging er við völlinn. Sérhönnuð fyrir frjálsar íþróttir þótt hún rúmi einnig aðra starfsemi á borð við, skrifstofuhald veitingar og geymslur. Þetta er gjörbreytir allri aðstöðu."

Erum komin í aðra deild

Vigfús segir að þessu hafi ÍR svæðið einkum snúist um fótbolta en aðrar íþróttagreinar verið dreifðar um hverfið og jafnvel víðar í Reykjavík. "Við höfum geta verið með einhverjar æfingar hér en ekki að neinu gagni niðað við þörfina sem er fyrir hendi. Með þessu mannvirki erum við komin í allt aðra deild hvað frjálsíþróttirnar varðar. Við erum með aðstöðu niðri í Laugardal fyrir frjálsíþróttirnar en það háir því að frjálsíþróttahöllin er stöðugt að verða meira upptekin fyrir ráðstefnur og ýmsa viðburði sem ekki tengjast íþróttum eða íþróttalífi. Æfingar í frjálssum íþróttum hafa því oft fallið niður þegar aðstaðan hefur verið nýtt til annarra hluta. Þessi nýja aðstaða okkar hér vegur vonandi upp á móti því og ég bind miklar vonir við hana þegar að æfingamálunum kemur. Þetta styrkir frjálsíþróttadeildina veruleg þótt hún hafi alltaf átt afreksíþróttamenn. Í því sambandi er gaman að afreksíþróttamenn hafi komið og tekið þátt í opnunarmóti vallarins."

Úr skúr og af malarvelli

Vigfús snýr tali sínu að Reykjavíkurborg. Segir ÍR hafa átt mikið og gott samstarf við borgina. Bæði Íþróttabandalag Reykjavíkur og Íþrótt og tómsundaráð í öllum þessum málun og gaman að sjá hvað borgaryfirvöld hafa stutt mikið við félagið. "Þegar ég horfi til baka þá man ég eftir þeirri tíð að eina aðstaða ÍR í Breiðholti



Vigfús Þorsteinsson formaður ÍR.

var þar sem kallað var Grenið við Breiðholtskjör og varð síðan að skátaheimili. Þar sem malarvöllur ÍR var. ÍR átti gamla ÍR húsið við Túngötu en það var í Vesturbænum frá þeim árum að félagið starfaði þar. ÍR húsið við Túngötu var eitt fyrsta íþróttahúsið í Reykjavík en var áður kirkja. ÍR keypti það 1929 af kaþólska söfnuðinum. Ég er það gamall að ég náði að æfa einhvern tíma þar áður en húsið var flutt í Árbæjarsafn. Mig minnir að þetta hafi verið kringum 1987. Þetta er frá þeim tíma að fá íþróttahús voru í Reykjavík. Ég man að fyrsta húsnæðið sem kom hingað á ÍR svæðið var vinnuskúr og þar engin önnur starfsemi en fótolti á malarvelli. Þetta ferli er búið að taka langann tíma en þegar það var byrjað að byggja íþróttahúsnæði hérna á svæðinu þá hefur þetta gerst mjög hratt."

Að mestu fótoltasvæði

Fyrsta húsið á ÍR svæðinu var byggt um 1993. "Þótt séu að verða þrjú áratugir liðnir þá finnst ég muna eins það hafi gerst í gær þegar við vorum að setja ull í loftin." Vigfús segir stóru breytinguna nú vera að félagið sé að fá alla aðstöðu á ÍR svæðið í Suður Mjóddinni. "Frjálsíþróttirnar hafa alltaf verið annars staðar. Skíðin, handboltinn og karfan hafa einnig verið á öðrum stöðum. ÍR svæðið hefur því að mestu verið fótoltasvæði en með nýja íþróttavellinum og ekki síður nýju íþróttahúsi þá er þetta að verða alvöru ÍR svæði. Svæði fyrir allar íþróttagreinar. Sumarið fer í að koma okkur sem best fyrir með alla þá aðstöðu sem við höfum fengið. Við erum að byrja að æfa í stóra íþróttahúsinu nú þegar þótt fingurinn hafi verið settur á 1. ágúst. Framkvæmdirnar hafa gengið það vel."

Gjörbylting

Þá komum við að sjálfu húsinu. Vigfús segir að í því felist gjörbylting fyrir allt starf ÍR. "Nú færast stærstur hluti af starfsemi félagsins á einn stað. Þetta eru í raun þrjú íþróttasalir. Skipta má húsinu í þrjú hluta eftir þörfum. Þegar búið er að skipta verða þrjú löglegir körfuboltavellir, handboltavellir með fullri breidd en ekki fullri lengd. Handboltinn og karfan geta æft á sama tíma, handboltinn í tveim hlutum og karfan í einum, báðar greinar með löglega velli og karfan með amk. sex körfur í sínum hluta. Ef á þarf að halda þá eru 16 körfur í húsinu sem hægt er að grípa til þótt allar verði ekki í notkun." Vigfús segir að þrátt fyrir þetta sé ekki ætlunin að fara með alveg alla starfsemina niður í Mjódd. Stærsta breytingin er að karfan og handboltinn komi þangað að mestum hluta, við þurfum samt sem áður að halda áfram að bjóða uppá æfingar inni í hverfunum sjálfum. Æfingar og leikir í meistaraflokkum fari fram í nýja húsinu og öllum yngri flokkum."

Draumurinn að sjá ÍR svæðið iðandi af lífi

Vigfús bendir á að ÍR hafi staðið frammi fyrir því að elstu yngri flokkarnir hafi verið að æfa seint á kvöldin. Nú standi menn frammi fyrir því að æfingar geti verið búnar fyrir. Á tímanum á milli klukkan átta og níu. "Við höfum þurft að láta krakka vera að æfa á tímum sem útivist barna er ekki leyfð sem er ekki í lagi. Þetta hefur þó verið smám saman að detta út en unglingar sem eru komnir á framhaldsskólarnir hafa verið að æfa milli klukkan níu og ellefu. Það er ekki gott fyrir einn né neinn að þurfa að stunda æfingar á þessu tíma og það hefur orsakað brottfall.

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

Næg bílastæði
VELKOMIN

Mjóddin

Ungmennni hafa gefist upp. Það er líka erfitt fyrir krakka að koma svona seint heim af æfingu. Þau eru ekkert sofnuð með það sama en þurfa svo að mæta í skólann að morgni. Væntingar okkar snúa að því að við getum undið ofan af þessu. Æfingartímar þurfi ekki að standa svona lengi fram eftir á kvöldin. Við erum að ræða við borgina að breyta gamla húsinu hér í frístundaheimili þegar búið verður að færa allt skrifstofuhald yfir í nýja íþróttahúsið þar sem er sér álma fyrir það. Þá er stutt á milli yfir í íþróttastöðuna þar sem æfingar fara fram. Við erum einnig að íhuga að koma upp aðstöðu fyrir keilu í tengslum við nýja húsið og eigum í viðræðum við borgina um það. Keiluhúsið yrði þá tengibygging hér við nýja íþróttahúsið og tengdi byggingar saman. Málið er í hagkvæmniskönnun og er að mínu mati mjög hagkvæmt fyrir alla aðila. Keilan er vinsæl og fólk á öllum aldri stundar hana. Eldra fólki stundar hana mikið. Öll keilufélögin í Reykjavík eru búin að skrifa undir viljayfirlýsingu um að þau vilji koma í Mjóddina. Keiludeild ÍR er með um helming allra iðkenda keilu í Reykjavík. Íþróttir eru forvörn. Við erum í þjónustuhlutverki og minn draumur er að sjá ÍR svæðið iðandi aflífi."

ÍR Efra Breiðholt

Vigfús segir að nú sé hugað að því að geta gert meira fyrir Efra Breiðholti. "Við erum að vinna með Þjónustumiðstöðinni. Eigum mjög gott samstarf við hana. Hluti vandans þar er hversu samfélagið er fjölbreytt. Fjölmenningsamfélag þar sem ýmis menningarleg atriði geta



Sé yfir hinn nýja frjálsíþróttavöll ÍR í skini kvöldsólar.

rekist á. Vonir okkar standa til þess að geta byrjað með eitthvað sem við getum kallað ÍR Efra Breiðholt. Þá erum við fyrst og fremst að miða við handbolta og körfubolta í yngstu flokkunum." Vigfús segir að ákveðið vandamál hafi verið með íþróttaiðkun í Efra Breiðholti. Við höfum verið að dreifa æfingum á milli hverfa. Með nýja íþróttahúsinu í Mjóddinni opnast möguleikar í Efra Breiðholti sem ekki hafa verið til staðar. Við getum

hniakað meiru til. Við viljum koma á fót æfingum þrisvar í viku fyrir yngstu flokkana í Efra Breiðholti og sjá hvernig gengur. Nú eru aðeins um 6% barna sem æfa handbolta úr hverfi 111 og aðeins um 16% þeirra sem stunda æfingar í körfubolta. Ástæða þessa er ekki sú að fá börn séu þar. Þau hafa bara ekki komið. Nú þegar við fáum tækifæri langar okkur að prófa að vera með sérstakar æfingar fyrir efra Breiðholt. Við erum í

viðræðum við Þjónustumiðstöðina um þetta. Við erum að velta fyrir okkur í samvinnu við þá hvort efna megi til einhverrar samveru krakka án þess að um beinar íþróttæfingar sé að ræða. Heldur að koma saman til að hittast og hreyfa sig. Mér skilst að þetta hafi verið gert í Árbæjarhverfinu og gengið vel. Þá er hugmyndin hvort nýta megi þá reynslu til að bjóða upp á sambærilega þjónustu í Efra Breiðholti."

Margt gerst síðan ég kom í Breiðholtið

Vigfús er ekki fæddur Breiðhylltingur. Fjölskylda hans átti heima í Árbænum fyrstu sjö árin og hóf skólagöngu í Árbæjarskóla. "Við fluttum yfir í Breiðholtið 1974. Ég var fyrst smá tíma í Fellaskóla því ekki var búið að byggja Hólabrekkuskóla. Við vorum í einhverjum skúrum við Fellaskóla á meðan var verið að ljúka við Hólabrekkuskóla og gera hann klárann. Ég er í fyrsta nemendahópnum sem fer í Hólabrekkuskóla. Ég man aðallaga eftir mér sem krakki í Hólunum. Þá var Breiðholtið sem slíkt nánast ekki til. Búið var að byggja Bakkana, Vesturbergið og nærliggjandi svæði var í byggingu. Verið var að byggja fyrstu blokkirnar í Hólunum ekki farið að byggja einbýlishúsin fyrir neðan og Seljahverfið var enn óbyggt. Ég man að þegar maður kom út úr Kriuhólum var ekkert þar fyrir aftan nema móar. Mín minning er sú að það væru engin tré í Hólunum og móarnir voru leiksvæði okkar krakkanna. Mikil breyting hefur orðið því nú sést nánast ekkert fyrir trjám. Í skólanum fylgdu menn annað hvort Val eða Fram. Þannig var skipt í lið í frímínútum. Þetta snérist eftir því hvernig Strætó gekk en einnig eitthvað eftir því hvaðan fólkíð sem flutti í hverfið kom. Fólk var að koma svo víða að. Þetta var fyrir tíma ÍR í Breiðholti. Ef við lítum yfir Breiðholti eins og það er í dag sjáum við að margt hefur gerst á þessum tíma sem ég hef átt þar heima og í dag tengja allir ÍR við Breiðholt og ótrúlega margir þar eru tengdir því á einhvern hátt."

MIKLABORG



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



Áxel 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
aðstn. fasteignasala
Sími: 893 9929

Helgi Jónsson
aðstn. 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

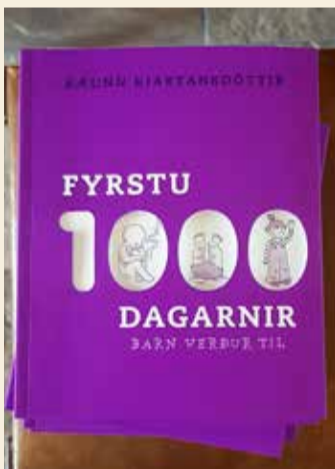
Soroptimistar færa Heilsugæslunni í Efra Breiðholti bókagjöf



Á meðfylgjandi mynd eru Bryndís Helgadóttir ritari, Sigurbjörg Heiðarsdóttir gjaldkeri og Guðrún G. Eggertsdóttir formaður ásamt ljósmæðrunum Hólfríði Rósu Jóhannsdóttur og Guðrúnu Ástu Gísladóttur.

Systur úr stjórn Soroptimista-klúbbs Hóla og Fella afhentu Heilsugæslunni Efra Breiðholti 45 bækur á dögnum.

Um er að ræða bækurnar "Fyrstu 1000 dagar barnsins" barn verður til "Miðstöð foreldra og barna" Höfundur bókana er Sæunn Kjartansdóttir sálgreininir en hún vinnur hjá MFB sem er geðheilsuteymi og fjölskylduvernd. Bækurnar voru keyptar til stuðnings MFB en voru gefnar Heilsugæslunni í Efra Breiðholti. Þær verða þær afhentar öllum konum sem koma í fyrstu skoðun í mæðravernd á heilsugæslustöðina.



Fellaskóli 50 ára

- mikið um dýrðir á afmælisdeginum



Fyrsti árgangur sem útskrifaðist úr Fellaskóla kom færandi hendi og afhenti tónlistardeildinni veglega gjöf.

Líf og fjör var á vorhátíð Fellaskóla á fallegum degi þar sem haldið var sérstaklega upp á 50 ára afmæli skólans. Afmælishátíðin hófst á skrúðgöngu og að henni lokinni var skemmtidagskrá á sviði. Á lóð skólans var hoppukastali, veltibíll, útileikföng og svo var hægt að láta spá fyrir sér og andlitsmálarar skreyttu börn og fullorðna. Einnig var hægt að ganga um ganga skólans, skoða verk nemenda og gæða sér um leið á afmælisökku. Fyrsti árgangur sem útskrifaðist úr Fellaskóla kom færandi hendi og afhenti tónlistardeildinni veglega gjöf.

Mikið var um dýrðir í tilefni dagsins og veðrið lék við veislugesti sem létu sig ekki vanta í afmælisveisluna. Þarna mættust gamlir og núverandi starfsmenn og nemendur við skólann. Meðal þeirra sem mættu í afmælið var Lilja Alfreðsdóttir menningarmálaráðherra og fyrrverandi menntamálaráðherra og einnig fyrrverandi formaður nemendaráðs Fellaskóla. Hún var þar allan sinn grunnskólatíma og var meðal annars formaður nemendaráðs. Lilja telur skólagönguna hafa verið sér mikils virði og þar hafi hún mótast. Hún kveðst telja að ákveðið viðhorf hafi mótast og segir að þarna hafi hún lært að láta aðra ekki eiga of mikið inni hjá sér.

Tónlistaráttak í Fellaskóla

Fyrrverandi og núverandi nemendur sáu um tónlistina með aðstoð tónlistarleiðbeinenda sem annast tónlistarkennslu og sköpun í sérstöku átaki sem fer fram í skólanum. Innan skólans er mikill áhugi á að leggja metnað í tónlistina og að Fellaskóli verði tónlistarmiðaður skóli. Meiri þörf er fyrir slíka starfsemi í Fellaskóla því minna er um það að krakkar í Fellunum séu skráðir í tónlistarskóla.



Margt var til gamans gert á 50 ára afmæli Fellaskóla.



Dagur B. Eggertsson mætti í 50 ár afmælið.



Margt var um manninn á afmælisdeginum.



Systrasamlagið

Er um á Óðinsgötu 1

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



Tónlist var áberandi á afmælisdaginn enda leggur skólinn sérstaka áherslu á tónlistarstarf.



Útfararþjónusta
í yfir 70 ár

Vesturhlíð 2 | Fossvogi | t. 551 1266 | utfor@utfor.is | utfor.is

VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN

– SPENNANDI VIÐBURÐIR Í HVERJUM MÁNUÐI –



ALLTAF GAMAN OG ALLTAF GOTT VEÐUR

FRÍTT
INN

Fylgstu með dagskránni á Facebooksíðu Keiluhallarinnar. [facebook.com/keiluhollin](https://www.facebook.com/keiluhollin)
Bókaðu borð tímanlega á keiluhollin@keiluhollin.is

HAPPY
2 FYRIR 1 AF ÖLLU Á BARNUM
HOUR
FÖSTUDAGA & LAUGARDAGA
21-23

50%
AFSLÁTTUR
Í KEILU
MILLI 23-01
FÖSTUDAGA & LAUGARDAGA

RÚTA Í
BÆINN

FÖS & LAU

keiluhollin.is

Keiluhöllin
EGILSHÖLL

s. 5 11 53 00



HEIMTÖKUTILBOÐ SHAKE&PIZZA

**EIN, TVÆR OG FRÍ
PIZZA EF ÞÚ SÆKIR**

– BORGAR EKKI FYRIR ÓDÝRUSTU PIZZUNA



shakepizza.is

**EINN, TVEIR OG FRÍR
SHAKE EF ÞÚ SÆKIR**

– GILDIR EKKI AF ÁFENGUM SHAKE-UM



shake&pizza

**EIN PIZZA OG SVO
ÖNNUR Á 1.000 KR.**

KAUPIR PIZZU AF MATSEÐLI OG
BÆTIR ANNARRI VIÐ Á 1.000 KR.
– BORGAR FYRIR DÝRARI PIZZUNA

Pantaðu á
shakepizza.is
eða í síma
5 17 18 19

#shakeandpizza

Breiðholt

Frá biskupstíð til búsetu

Breiðholtshverfið eða öllu heldur Breiðholtsbyggðin er kennt við jörðina Breiðholt. Breiðholt var á skrá yfir jarðir sem Viðeyjarklaustur eignaðist í tíð Páls ábóta frá árinu 1395. Vísendingar eru um að kirkjugarður, kirkja eða einhvers konar bænahús hafi verið við bæinn þótt kirkju sé ekki getið í kirknaskrá Páls biskups. Mannaþing hefur fundist nokkrum sinnum við jarðrask á bæjarhólum og í nágrenni hans. Af frásögn í Þorlaks sögu hins helga frá 1325 virðist hafa verið einhvers konar guðshús þar sem helguð var heilögum Blasíusi. Heimildir mun vera til um að bænshús hafi verið í Breiðholti en verið aflagt fyrir 1600.

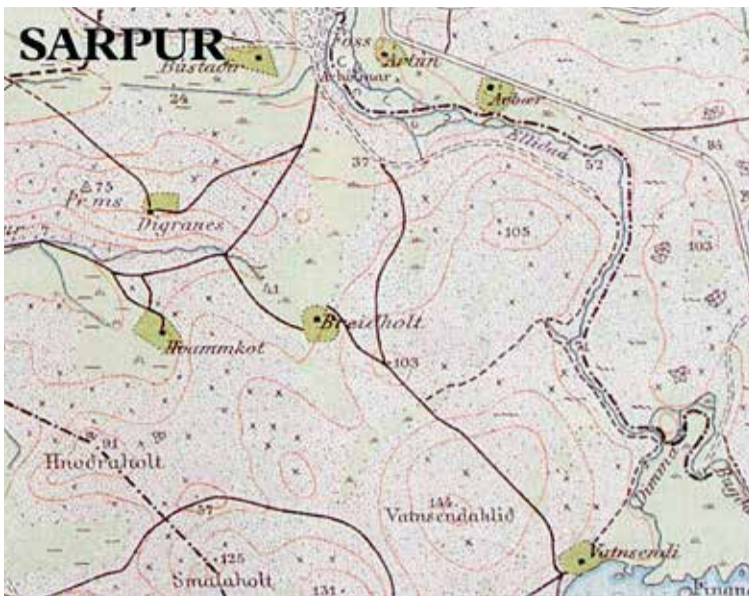
Við siðaskiptin 1550 varð Breiðholt eign konungs eins og aðrar jarðir Viðeyjarklausturs. Árið 1580 var jörðin afhent kirkjunni og heyrði eftir það undir Víkurkirkju og seinna Dómkirkjuna í Reykjavík. Í Jarðabók Árna Magnússonar og Páls Vídalíns frá 1703 er jörðin sögð lénsjörð fyrir prest sem þjónaði kirkjum á Seltjarnarnesi sem þá náði yfir mun stærra landsvæði en nú. Séra Árni Helgason dómkirkjuprestur og biskup á árunum 1814 til 1825 mun um tíma hafa búið í Breiðholti. Heimildir eru ekki að finna um að aðrir prestar hafi búið þar.

Herseta á Fálkhóli

Efsti hluti Seljahverfis er á svæði nefnist Háholt. Þar stendur svo nefndur Fálkhóll hæst. Á Fálkhóli var loftvarnastöð á hernámsárunum á fimmta áratugnum. Þar var eitt af þremur loftvarnabyssuvígum við Reykjavík. Bretar önnuðust það í fyrstu. Þeir bjuggu í Camp Hilton sem var herskálaverfi þar sem Dalvegur í Kópavogi er nú. Fálkhóll er nefndur Scapegoat Hill á kortum bresku herstjórnarinnar frá 1940 en Arlington Hill eftir að Bandaríkjamanna tóku við hervörnum. Á Fálkhóli voru fjórar þriggja þumlunga loftvarnabyssur auk þess sem ameríski herinni reisti herskálaverfi norðan og vestan við hólinn og nefndu Camp Arlington Hill. Þar eru nú eru íbúðagöturnar Engjasel og Dalsel. Í kampinum bjuggu allt að 130 landgönguliðar og hann samanstóð af 19 bröggum, tveimur baðhúsum, einum bragga fyrir mötuneyti, tveimur salernisbyggðingum ásamt 40.000 lítra vatns-tanki sem sá hermönnum fyrir vatni.

Breiðholtsbærinn í Háholti

Breiðholtsbærinn sem hverfið er kennt við stóð vestan í Háholti.



Kort af Breiðholti frá 1906.



ÍR svæðið í Suður Mjódd. Það tók hálfa öld að koma upp flottri íþróttastöðu í Mjóddinni.

Ummerki um hann má sjá austan við Skógarsel 41 til 43. Seint á 19. öld bjuggu þar hjónin Björg Magnúsdóttir og Jón Jónsson ásamt börnum sínum. Þóra dóttir þeirra hefur sagt frá búskaparháttum og staðhátum í Breiðholti. Samkvæmt frásögn hennar voru þá um sex til tíu kýr á býlinu, um 200 fjár og sex til átta hross. Einnig voru hross og naut Reykvíkinga tekin í hagagöngu yfir sumarið. Smjör, rjómi og skyr var selt til Reykjavíkur og stundum mjólk. Volg laug var í mýrinni fyrir neðan túnið í Breiðholti og var hella lögd út yfir laugina þar sem þvottur var þvegin. Mór eða svörður var tekinn í Breiðholtsmýri niður undir Digraneshálsi sem þótti góður eldiviður.

Breiðholt í eigu Reykjavíkurborgar

Í upphafi 20. aldar komst jörðin Breiðholt í eigu Reykjavíkurbæjar og lögd með lögum undir lögsagnarumdæmi Reykjavíkur árið 1923. Búskapur var þó áfram stundaður í Breiðholti fram yfir miðja 20. öld. Sjó hús stóðu í samfelldri bæjaröð á hlaðinu. Húsin stóðu þar sem nú er opið svæði milli húsanna Grjótasels 21 og Skógarsels 39. Þar eru sjáanlegar rústir sem eru leifar af síðustu baðstofu eða íbúðarhúsi bæjarins.

Alaska í Breiðholti

Jón H. Björnsson landslagsarkitekt sem stofnaði og rak gróðrarstöðina Alaska við Miklatorg keypti Breiðholt árið 1960. Í Breiðholti kom Jón upp annarri gróðrarstöð undir nafninu Alaska og hafði þar jafnframt sumardvalarstað fyrir fjölskylduna. Jón girti svæðið af og flutti þangað alla trjáplönturækt sem hann hafði áður haft í Hveragerði. Þarna hafði Jón viðamikla ræktun og trjáplöntusölu með hléi til ársins 1967. Í byrjun áttunda áratugarins var ákveðið að taka mikinn hluta Breiðholtslandsins úr erfðafestu vegna skipulags og væntanlegra byggingarframkvæmda. Eftir það var rekstur gróðrarstöðvarinnar færður í átt að verslunarrekstri í stað trjáplönturæktunar og árið 1975 innréttaði Jón fjósið og hlöðuna á staðnum sem verslunar- og geymsluhús og var verslun Alaska opnuð þar í nóvember það ár.

Verkalýðshreyfingin kemur að málum

Á fimmta og sjötta áratugnum varð mikill húsnæðisvandi í Reykjavík í kjölfar fólksfjölgunar. Fjöldi fólks bjó í heilsuspillandi og óviðunandi húsnæði. Kaupmáttur launa var of lítill, verðbólgan há og erfitt að fá



Málverk af Breiðholtsbænum eins og hann hefur verið talinn líta út á einhverjum tímamarki sögunnar.



Myndin er af húsatóftunum og upplýsingaskiltunum sem standa við lóðina þar sem Breiðholtsbærinn stóð áður.

lóðir og einnig lán til nýbygginga. Almennig er áttítt með eða ómögulegt að eignast húsnæði. Skipulagsleysi í byggingarmálum var viðvarandi vandamál sem nauðsynlegt þótti að bregðast við. Verkalýðshreyfingin þrýsti á yfirvöld um að bæta úr stöðunni.

Sendiför Styrms

Á árunum 1964 og 1965 gerðu ASÍ og þáverandi ríkisstjórn með sér samninga um kjaramál þar sem lögd var áhersla á úrbætur í húsnæðismálum. Samkomulag þetta hefur verið kennt við mánuðinn júlí. Til er ákveðin saga að baki þess hvernig efnt var til þess. Finnbogi Rútur Valdimarsson bæjarstjóri í Kópavogi var bróðir Hannibals Valdimarssonar forseta ASÍ. Forystumenn verkalýðshreyfingarinnar ræddu þetta við Finnboga. Tengdasonur hans var Styrmi Gunnarsson blaðamaður og síðar ritstjóri Morgunblaðsins. Sjálfstæðismaður sem bjó við hlið tengdareldra sinna á Marbakka í Kópavogi. Sagan segir að Finnbogi hafi sett nokkrar hugmyndir á blað og beðið Styrmi að fara með til Bjarna Benediktssonar eldra sem þá var forsætisráðherra. Bjarni á að hafa tekið sendisveinunum vel og talið að um áhugaverðar hugmyndir væri að ræða.

Hófst með júlísamkomulaginu

Eftir þetta var gefin út svokölluð júlíyfirlýsing ríkisstjórnarinnar og kjölfar hennar fylgdi loforð um að gert yrði stóraták í byggingarmálum. Ákveðið var að byggja skyldi 1250 íbúðir á næstu fimm árum og þær seldar lágláunafólki í verkalýðshreyfingunni á kostnaðarverði og á hagstæðum lánum. Þá skyldi Reykjavíkurborg verða aðili að þessum framkvæmdum og fá í sinn hlut 250 íbúðir til að útrýma heilsuspillandi húsnæði. Framkvæmdanefnd byggingarætlunar var stofnuð sama ár til þess að annast byggingarframkvæmdir. Ákveðið var að staðsetja alla hina fyrirhuguðu byggð í einu hverfi til að stytta byggingartímann. Hið óbyggða Breiðholtsland varð fyrir valinu.

Þarna er upphafið að Breiðholti eins og það er í dag.

Mjóddin tók langan tíma

Mjóddin var fyrirhuguð sem þjónustumiðstöð og miðbæjarkjarni fyrir Breiðholtshverfin og jafnvel Austurborgina í heild. Árið 1970 samþykkti borgarráð úthlutun lóðar undir stórmarkað í Mjóddinni en að honum stóðu nokkur af stærri innflutningsfyrirtækjum landsins. Deiliskipulag miðbæjarkjarna í Norður-Mjódd var samþykkt í júní 1974. Þó leið nokkur tími um farir að byggja í Mjóddinni. Fyrst reis fjölbýlishúsið við Þangbakka 8 til 10 árið 1979 og var í fyrstu kallað Húsið á sléttunni eftir samnefndum amerískum sjónvarpsþætti sem hét Little House on the Prairie. Verslunarsvæðið í Mjódd tók ekki að byggjast fyrir en um 1984 til 1985 þegar Landsbankinn og síðan verslunin Víðir opnuðu þar útibú. Eftir það fóru verslanir og önnur fyrirtæki að flytja starfsemi sína þangað. Síðast komu heilsugæslustöðvarnar.

Frá klaustursjörð til stærstu íbúðabyggðar

Norður Mjóddin stóð lengi að mestu auð. Árið 1976 var bensinstöð Olís við Álfabakka opnuð og árið 1984 var Staldrið, sjoppa með bílalögum, opnað við Stekkjarbakka fast við þáverandi aðkomu að Mjóddinni. Með nýju Aðalskipulagi Reykjavíkur 1996 til 2016 var landnotkun í Norður Mjódd breytt frá því að vera útivistarsvæði í blandaða notkun verslunar- og þjónustusvæðis. Svæðið var deiliskipulag árið 1999 og sama ár voru reistar skemmubyggingar á lóðinni Stekkjarbakka 4 til 6 þar sem gróðrarstöð og verslun Garðheima eru til húsa. Nú hefur verið ákveðið að taka Norður Mjóddina til íbúðabygginga og verður verslun og starfsstöð Garðheima flutt í sjálfa Mjóddina. Hér hefur verið stiklað á mjög stóru úr sögu Breiðholts frá því það var klaustursjörð og síðan kirkjujörð án kirkju að því að talið er í að verða fjölmennasta hverfi eða íbúðabyggð í Reykjavík.



Veiditímabilið er byrjað!



Ertu búinn að fá þér Veidikortid?

Frelsi til að veida!

8.900 kr
Fæst hjá N1, OLÍS, veidibúðum og veidikortid.is

Kæri viðskiptavinur



Við höfum sameinað
verslanir okkar á einum
stað í **bláu húsunum**
við Faxafen



Suðurlandsbraut 50
Bláu húsin við Faxafen

568 1800
gleraugad.is

 **Gleraugað**

Pepp Ísland hlaut mannréttindaverðlaunin



Ásta Þórdís Skjalddal frá Pepp Ísland ásamt borgarstjóra, Degi B. Eggertssyni.

Pepp Ísland hlaut mannréttindaverðlaun Reykjavíkurborgar að þessu sinni. Verðlaunin voru veitt í Höfða á mannréttindadegi Reykjavíkurborgar en markmið dagsins er að vekja athygli á mannréttindum borgarbúa og mannréttindastefnu borgarinnar.

Mannréttinda-, nýsköpunar- og lýðræðisráð samþykkti á fundi sínum þann 9. maí sl. að Pepp Ísland, grasrót fólks í fátækt yrði vinningshafi ársins. Handhafi verðlaunanna hlýtur að launum sex hundruð þúsund krónur. Í rökstuðningi valnefndar kemur fram að Pepp Ísland, grasrót fólks í fátækt er valdeflandi hugsjónastarf byggt á jafningjafræðslu fyrir fólk í fátækt og félagslegri einangrun. Í starfi Pepp er lögð áhersla á jafnrétti og baráttu gegn hvers konar mismunun. Starf samtakanna er byggt á sjálfbodaliðum úr hópi fólks í fátækt og félagslegri einangrun sem fer úr hlutverki þiggjanda yfir í að veita öðrum í sömu sporum aðstoð. Samtökin hafa verið með valdeflandi sjálfstyrkingu fyrir sjálfbodaliða. Þar kemur saman fólk, sem býr við fátækt, er jaðarsett í okkar samfélagi en á athvarf hjá Pepp Ísland og finnur sig velkomið. Verðlaunin eru veitt árlega til einstaklinga, hópa, félagsamtaka eða stofnana sem á eftirtektarverðan hátt hafa staðið vörð um mannréttindi.

Ástrós Halla hlaut nemendaverðlaun

Ástrós Halla nemandi í Hólabrekkuskóla hlaut nemendaverðlaun skóla- og frístundaráðs Reykjavíkurborgar. Í frétt frá skólanum segir m.a. að Ástrós sé framúrskarandi námsmaður og skólafélagi. Sjálfstæð og ábyrgð í vinnubrögðum og óhrædd við að sýna frumkvæði og vera algjörlega hún sjálf. Hún sé hún einstaklega vinnusöm og hafi m.a. stundað fjarnám í framhaldsskóla samhliða námi í Hólabrekkuskóla.

Í fréttinni segir að Ástrós Halla komi fram við alla af alúð, gleði og heilindum. Hún sé öðrum nemendum jákvæð fyrirmynd og í kringum hana er ávallt jákvæður og uppbyggilegur andi ríkjandi. Hún sé einnig mjög listræn og glæðir verkefni sín lífi með fallegum myndskreytingum. Með sínum fjölbreyttu hæfileikum séu Ástrósu Höllu allir vegir færir í framtíðinni.



Ástrós Halla er í miðjunni með nemendaverðlaunin.

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS

www.utforin.is • Auðbrekku 1, Kópavogi

Sólarhringsvakt: 581 3300 & 565 5892

Komum til aðstandenda og ræðum skipulag sé þess óskað



Sverrir Einarsson
S: 896 8242



Jóhanna Eiríksdóttir



Jón G. Bjarnason
S: 793 4455

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR

www.utforin.is • Dofrahellu 9b, Hafnarfirði

Útivistarsvæði á Austurheiðum

Fram undan eru framkvæmdir sem gera Austurheiðar borgarinnar að betra og eftirsóknarverðara útivistarsvæði. Gönguleiðir verða merktar, stígar bættir og þeim fjölgað og gerð leik- og dvalarsvæði fyrir fólk og dýr. Framkvæmdir við fyrsta áfanga hefjast nú í sumar og er áætlaður kostnaður 100 milljónir króna. Útivistarsvæðið Austurheiðar er alls um 930 hektara svæði sem nær yfir Austurheiðarnar að mestu, Hólmsheiði, Grafarheiði og Reynisvatnsheiði. Innan svæðisins er Rauðavatn, Reynisvatn og Langavatn að hluta.

Verkefnið er byggt á samþykktu rammaskipulagi fyrir Austurheiðar sem samþykkt var af skipulags- og samgönguráði 10. mars 2021. Þá eru Austurheiðar hluti af Græna treflinum sem er samheiti yfir skógræktar- og útivistarsvæði á útmörkum sveitarfélaganna sjö á höfuðborgarsvæðinu. Markmiðin með gerð rammaskipulags fyrir Austurheiðar eru margþætt og eiga að tryggja samræmingu landnotkunar innan svæðisins



Kortid sýnir legu Austurheiða og afstöðu til byggðar í Reykjavík.

til að forðast hagsmunaárekstra milli núverandi og framtíðar landnotkunar á svæðinu. Helstu markmið eru að skapa fjölbreytt og aðgengilegt útivistarsvæði fyrir alla aldursþóp og ólíka notendahópa eins og fyrir hestafólk,

gönguskíði, fjallahjól, torfæruhjól, göngu, skokk, sveppamó, berjamó, ferðaþjónustu og fisflug. Markmið skipulagsins er að styrkja samspil og tengingu Austurheiða við aðliggjandi útivistarsvæði.



Hraustar plöntur gera garðinn fallegri

Gróðrarstöðin Storð hefur flutt starfsemi sína, eftir 25 ár í Kópavoginum, austur í Laugarás í Bláskógabyggð.

Gróðrarstöðin Storð framleiðir og selur allar gerðir garðplantna, tré, runna, rósir, fjölærar plöntur, sumarblóm og matjurtir.

Sérstök áhersla er lögð á að framleiða heilbrigðar og hraustar plöntur sem standast álag íslenskrar veðráttu.

Þjóðum núverandi og nýja viðskiptavini velkomna í Laugarásinn í sumar.

Komdu í Gróðrarstöðina Storð og njóttu svo sumarsins í litríkum blómagarði heima.



islskar garðplöntur

Meistararakokkar í Fellaskóla

Nýlega var haldin keppnin Meistararakokkar Fellaskóla fyrir nemendur úr 7 til 10. bekk. Keppnin tókst mjög vel og voru nemendur mjög áhugasamir og lögðu sig alla fram um að gera sem best.

Nemendur áttu að matreiða kjúklingarétt sem aðalrétt og fengu allir sama hráefni en máttu koma með annað í réttinn að heima. Eftirréttur var síðan frjáls og eftir eigin höfði. Allir stóðu sig með miklum ágætum enda mikill metnaður lagður í eldamennskuna. Dómarar voru lærður matreiðslumeistari, bakameistari, ásamt einum kennara og nemenda frá skólanum. Í boði voru glæsilegir vinningar og voru veitt verðlaun fyrir fyrsta til þriðja sæti. Sigurvegarar úr 7. og 8. bekk voru þær María og Ella sem hlutu fyrsta sæti. Eyrún og Katla úr 9. bekk urðu sigurvegarar í keppni 9. og 10. bekkinga.



Nemendur voru áhugasamir og lögðu sig fram.

Er hleðsla rafbíla hausverkur í húsfélaginu?

Við aðstoðum við að leysa málið með hagsmuni húsfélagsins að leiðarljósi

Hlutlaus úttekt og ráðgjöf fyrir húsfélög um fyrirkomulag rafbílahleðslu og framkvæmdaáætlun.

Útvegum og berum saman tilboð og aðstoðum við styrkjaumsóknir.

- » Þarf stærri heimtaug?
- » Hvaða lausn hentar best?
- » Er kerfið búið álagasstyringu?
- » Sjálfvirk greiðslu- og innheimtakerfi?

EIGNAumsjón 20 ára

thjonusta@eignausmjón.is | eignausmjón.is



Kvöldskóli FB

Vorönn 2022

Húsmiðabraut

Sjúkraliðabraut

Rafvirkjabraut

Íslenska

Íslenska sem erlent tungumál

Danska

Enska

Stærðfræði

Sálfræði

Upplýsingatækni

Skyndihjálparnámskeið

Skráning á www.fb.is

Kennsla hefst 18. ágúst 2022

Allar nánari upplýsingar á www.fb.is og kvold@fb.is

Vorsýning kvenna- hóps TINNU í Gerðubergi

- fjölskyldufjörrið aftur farið af stað

Nú stendur yfir sýningin Náttúran og ég sem er vorsýning kvennahóps í Fjölskyldumiðstöðinni Gerðubergi. Ungar konur í TINNU hafa komið saman undanfarið í Fjölskyldumiðstöðinni og málað með vatnslitum í kjölfar hugleiðslu og núvitundaræfinga auk þess að hafa fræðst um mikilvægar listakonur sem hafa skapað list í sterkum tengslum við tilfinningaúrvinnslu, skynjun, núvitund og andlegar pælingar. Sýningin er afrakstur vinnu hópsins og samveru og mun standa til og með 28. júní. Fjölskyldumiðstöðin er opin alla virka daga kl. 8:30 til 16:00.

Nú er fjölskyldufjörrið aftur farið af stað. Pepp samtökin og Virknihus, TINNA bjóða upp á Fjölskyldufjör, úti samveru með börnum, einu sinni í viku á miðvikudögum foreldrum að kostnaðarlausu. Mæting er í Arnarbakka 2. Brottför er kl. 13.00 og komið til baka kl. 16.00. Fyrsta fjölskyldufjörrið var miðvikudaginn 15. júní. Þá var farið í Árbæjarsafnið. Næsta miðvikudag 22. júní var farið á Klambatún. Næsta miðvikudagur 29. júní er förlinn heitið í Húsdýragarðinn og miðvikudagur 6. júlí verður farið í Gerðasafn í Kópavogi. Miðvikudagur 13. júlí er sumarhátíð í Gerðubergi. Miðvikudaginn 20. júlí verður farið í Óskjuhlíð og 27. í Nauthólsvík. Miðvikudaginn 3. ágúst verður svo farið í Gufunesbær. Miðvikudaginn 10. ágúst verður svo farið í Rútuferð. Spurning um hvert verður farið. Einnig verður í boði viðtöl og spjall við félagsráðgjafa í opnum tíma í kaffihúsi Pepp í Arnarbakka 2 alla mánudaga í sumar milli kl. 11.00 til 15.00. Engin skráning er í spjallið og það kostar ekkert.

Pepp Ísland, samtök fólks í fátækt, eru grasrótastarf EAPN á Íslandi og eru öllum opin sem hafa reynslu af fátækt og félagslegri einangrun og vilja taka þátt í öflugum starfi til að breyta aðstæðum fólks sem býr við fátækt og viðhorfum samfélagsins til þess. Pepp sækir fyrirmynd í samskonar starfsemi systrasamtaka EAPN víða um evrópu og er nafnið íslenskun á skammstöfuninni PeP, sem stendur fyrir People experiencing Poverty eða fólk sem upplifir fátækt.

Íslenska fata- hönnunarmerkið AS WE GROW flytur á Klapparstíg

AS WE GROW hefur flutt í glæsilega verslun á Klapparstíg 29 þar sem Rakarastofan Klapparstíg var áður til húsa. Hugmyndafræðin gengur út á að hanna og framleiða fallegar, klassískar og vandaðar flíkur sem endast og geta gengið á milli barna og kynslóða.

AS WE GROW er eina íslenska fatahönnunarmerkið sem hefur hlotið Hönnunarverðlaun Íslands, meðal annars fyrir að byggja á ábyrgum umhverfissjónarmiðum og berjast gegn fatasóun, en flíkur eru úr hágæða náttúrulegum hráefnum sem endast vel. AS WE GROW framleiðir í dag fatnað fyrir alla fjölskylduna.



Pangbakka 10 (MJÓDD) • Sími: 557-2053

Frábær mæting eftir Covid

- opið á kvöldin til 8. júlí



Á góðum degi í félagsstarfinu.

Nú er vetrarstarfinu í félagsmiðstöðvunum að ljúka. Starfið í vetur hefur gengið vonum fram og eftir að öllum takmörkunum vegna Covid lauk hefur mætingin verið frábær. Unglingarnir voru svo sannarlega frelsinu fegnir og voru duglegir að mæta á viðburði félagsmiðstöðvarinnar.

Áfram verður opið í félagsmiðstöðvunum á kvöldin fyrir unglunga í hverfinu, nánari upplýsingar um opnunartíma má finna á midberg.is. Sumaropnanir

verða til 8. júlí fyrir unglunga. Í félagsmiðstöðvunum verða starfræktir vinnuskólahópar í sumar. Þessir vinnuskólahópar sinna sérstökum verkefnum og mun fjöldi unglunga taka þátt í þeim. Sumarsmiðjur fyrir börn á aldrinum 10-12 ára verða starfræktar í sumar til 20. júlí. Skráning í smiðjurnar var frábær en aðeins örfá pláss eru eftir á nokkrum dagsetningum. Einn aðal viðburður sumarsins var svo þriðjudaginn 28. apríl en þá fóru félagsmiðstöðvarnar í Breiðholti saman í útilegu.

Árshátíð og sumar- sprell í Hellinum

Nú er sumarið gengið í garð með tilheyrandi sólskini og kampakátum krökkum. Veturinn í Hellinum var vel heppnaður, frábær og erilsamur. Hellirinn er sértæk félagsmiðstöð í Seljahverfi sem þjónustar börn í 5. til 10. bekk og er sú fjölmennasta í Reykjavík sinnar tegundar.

Það var vel við hæfi að kveðja veturinn með árshátíð fyrir börn og unglunga í Hellinum og fórum við í trampólíngarðinn Rush að hoppa. Eftir hoppin fengu svangir mallakútar Pizzu í Rush og þegar komið var til baka í Hellinn var boðið upp á frostpinna. Dásamlegur endir á frábærum vetri hjá öllum í Hellinum og hlökkum við til næsta skólaárs með krökkunum okkar.

Takk fyrir veturinn og gleðilegt sumar.



Allir fengu pizzu í Rush.



Svo biðu íspinnar þegar komið var til baka í Hellinn.

Kjötkompaní komið á Bíldshöfðann

- átta metra kjötborð og ýmsar nýjungar í boði

Kjötkompaní opnaði nýja verslun við Bíldshöfða 18 13. maí sl. Þetta er rúmgóð verslun með hátt í átta metra löngu kjötborði ásamt mun stærra rými í kælum og frystum. Kjötkompaní er einnig með verslun á Grandanum í Reykjavík og á Dalshrauni í Hafnarfirði auk þess sem eldhús og kjötvinnsla er við Bæjarhraun í sama hverfi. Brauð & Co er með bakari í nýju versluninni þannig að hægt er að fá flest til matar á staðnum.

Jón Örn Stefánsson eigandi Kjötkompaní segir að stöðugt sé verið að þróa nýjungar og hrista upp í hlutunum. „Við erum alltaf að koma fram með nýjar vörur. Það er nauðsynlegt til þess að mæta áhuga og kröfum viðskiptavinnanna. Við leitumst við að nota alltaf ferskasta hráefnið sem í boði er hverju sinni. Við leggjum einnig sérstaka áherslu á gæði og vönduð vinnubrögð þar sem fagmenn standa á bak við borðið.“ Jón Örn segir Kjötkompaní vel tengt við framleiðendur. Einnig sé vöruúrval miðað við að uppfylla heildarlausnir í matarinnkaupum viðskiptavinarins.

Heildarlausnir nutu strax vinsælda

Jón Örn er búinn að vera viðloðandi kjötvinnslu á þriðja áratug. Hann er matreiðslumeistari að mennt og lærði á sínum tíma hjá Skúla Hansen á Arnarhóli. Hann segir að um það leyti hafi opnast nýjar víddir í veitingarekstri sem hægt hafi verið að vinna úr. Hluti af hugmyndinni að baki Kjötkompaní hafi strax verið að geta boðið fólki heildarlausnir í matarkaupum. „Þær urðu strax vinsælar. Fólk hefur lítinn tíma í dag til að standa í mikilli matargerð heima fyrir og frá okkur á fólk að geta farið heim með veitingar



Kjötkompaníið við Bíldshöfða.



Alltaf fullt í nýja átta metra löngu kjörborðinu.

sem eru fyllilega á pari við það sem gerist á veitingahúsum út í bæ. Fólk kemur með óskir og við vinnum úr þeim. Við meðhöndlum kjötið, meðlætið, kartöflurétti, sósur og annað sem til þarf ásamt forréttum

og desertum. Þetta gildir bæði fyrir stærra veislur og minni. Stór matarboð á heimilum eða boð fyrir tvo ef því er að skipta. Svo er alltaf aukning í tilbúnu veislunum okkar, smáréttunum og grillpökkunum.

Sendiherraverkefnið teygir anga sína um allt land

Fjöldmörg verkefni sett af stað í vetur

Sendiherraverkefnið í Breiðholti er liður í að nálgast mismunandi mál- og menningarhópa í Breiðholti, en teigir anga sína um allt land.

Frá því í byrjun árs 2021 hefur Suðurmíðstöð í Reykjavík (áður með heitið Þjónustumiðstöð Breiðholts) haft samráð og samvinnu við ákveðna lykilaðila í mál- og menningarhópum til að koma á upplýsingamiðlun til þeirra en einnig til að skilja þarfir þessara hópa. Árangur verkefnisins er ótvíræður, sem við sjáum í virkni og aðkomu að mörgum verkefnum. Þessir hópar eru arabísku-, spænsku-, rúmensku- og pólsku-mælandi en einnig frá Afríku, Albaníu, Litháen og Tælandi. Fleiri hópar eru í vinnslu.



Jóhannes Guðlaugsson.

Verkefnið hefur ýmis áhrif inn í þessa hópa s.s. þýðingar, túlkanir en einnig hefur verið leitað til okkar með ráðgjöf og samráð af ýmsum toga. Við vorum t.d. að klára fund með fulltrúa frá Mennta- og barnamálaráðuneytinu og frá Rannsóknunum og greiningu, sem voru að leita eftir ráðgjöf og samráði. Markmið slíkrar samvinnu er að ná betur til þeirra hópa sem þurfa upplýsingar en enn frekar til að skoða hvað við þurfum að gera til að ná til þeirra, svo þau hafi þær bjargir sem eru nauðsynlegar til að vera virk í okkar samfélagi.

Við sjáum mikinn áhuga á þessu verkefni, enda er það að gefa þeim sem koma að því góðan aðgang að samfélaginu. En það er mikilvægt að við hlúum að þeim sem koma til okkar í það samfélag sem við búum til að allt virki.

Dæmi um verkefni sem hafa verið sett af stað í samstarfi við sendiherrar:

Þýðingar á auglýsingum, kynningarefni og texta fyrir íþrótt- og frístundaaðila í Breiðholti, myndbönd og bæklingar um íþrótt- og frístundatilboð í Breiðholti, Túlkanir, samráð og ráðgjöf innan borgarkerfisins, aðstoð við aðstöðuleit fyrir hópa og félög, aðstoð við tónleikahald og fleiri viðburði, fundir og hátíðir sendiherra með hópum sem þau tilheyra og fjölmargt fleira.

Þeir sem vilja vita meira um verkefnið er velkomið að hafa samband við okkur í Suðurmíðstöð í Breiðholti.

Jóhannes Guðlaugsson.

Wanesa hlaut nemendaverðlaun

Wanesa Agnieszka Michalska í 10. MB í Seljaskóla hlaut nemendaverðlaun skóla- og frístundaráðs Reykjavíkurborgar. Hún var tilnefnd fyrir góðan námsárangur, þrautseigju og háttvísi.

Í Frétt skólans segir að Wanesa sé frábær nemandi sem leggi sig mikið fram og geri eins vel og hún getur. Hún standi vel í öllum greinum af því hún býr yfir fádæma þrautseigju, vinnur vel og gefst aldrei upp fyrir en hún hefur öðlast skilning á viðfangsefnum. Einnig segir að öll listsköpun leiki í höndunum á Wanesu og hún hafi unnið mörg verkefni í vetur þar sem nákvæmni hennar og ímyndunarafl fær að njóta sín og leggur hún jafn mikla natni við hvert smáatriði í verkum sínum



Wanesa Agnieszka Michalska með nemendaverðlaunin.

eins og hún gerir í bóklegu námi. Þar að auki býi Wanesa yfir mörgum kostum sem geri það að verkum að hún bætir líf samferðamanna sinna.

FALLEGIR LEGSTEINAR

ERUM FLUTT

Eyrartröð 16
220 Hafnarfirði
Opið 11-16
alla virka daga

Bergsteinar
legsteinagerð

Eyrartröð 16, 220 Hafnarfirði
sími: 537-1029, www.bergsteinar.is

Á hjáparímanum 1717 starfa sérjafnvalde sjálfhæðir sem eru alltaf til taks

Líður þér illa í hjartanu?

1717

opin - trúnaður - ókeypis + Rauði kross Íslands

RECARO
Barnabílstólar í úrvali

BÍLASMIÐURINN HF
Bíldshöfða 16, 110 Reykjavík - Sími: 567 2330 - www.bilasmidurinn.is

SEAT FIX, AIR CIRCULATION SYSTEM, LIGHT WEIGHT, ECE NORM R 44/04, HERO, ISO FIX, ADVANCED ((SIDE)) PROTECTION, 3 POINT BELT

HEILSUEFLANDI BREIÐHOLT

Aldurstengdar lýðheilsuaðgerðir í Breiðholti undirbúnar

Fyrsta lýðheilsustefna Reykjavíkurborgar var samþykkt sl. vetur og er henni ætlað að ná til allrar starfsemi Reykjavíkurborgar og íbúanna í borginni. Samhliða stefnunni var samþykkt aðgerðaáætlun til þriggja ára sem kveður m.a. á um að hvert hverfi vinni lýðheilsuaðgerðaáætlun sem miðist við stefnuna til langs tíma og tilfallandi skammtímaþarfir í hverju hverfi með áherslu á börn, unglunga og eldri borgara.



Þráinn Hafsteinsson.

Þessi vinna hófst í Breiðholti með skipan stýrihóps sem hélt sinn fyrsta fund 14. mars 2022. Þrjú undirhópar stýrihópsins hafa verið myndaðir sem hver og einn vinna tillögur að aldurstengdum lýðheilsuaðgerðum í Breiðholti til næstu fjögurra ára. Einn hópurinn undirbýr tillögur fyrir leikskólastigið, annar fyrir grunnskólastigið og sá þriðji fyrir eldri borgara. Stefnt er að því að stýrihópurinn leggi fram drög að lýðheilsuaðgerðaáætlun til næstu fjögurra ára í haust. Drögin fara þá í umsagnarferli hjá öllum þeim aðilum, stofnunum s.s. leikskólum, grunnskólum, frístunamiðstöðvum, félagsstarfi eldri borgara, menningarmiðstöðvum, félagasamtökum s.s. Íþrótt- og æskulýðsfélögum og foreldrafélögum, einkaáðilum s.s. dans- og tónlistarskólum sem vinna með börnum, unglungum og eldri borgurum. Þessum aðilum öllum stendur þá til boða að senda inn athugasemdir og hugmyndir að viðbótum eða breytingum á drögum.

Markmið er að frá og með hausti 2022 fari af stað aldurstengdar aðgerðir til að efla lýðheilsu Breiðholtsbúa sem allir aðilar sem vinna með börnum, unglungum og eldri borgurum geti sameinast um.

Þráinn Hafsteinsson,
Verkefnisstjóri frístunda og félagsauðs.
Suðurmiðstöð.



NOON
HÁRSTOFA

5672077 HÓLMASELI 2, 109 RVK



www.bilhusid.is

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

Smíðjuvegi 60 (rauð gata) Kópavogi - Sími 557 2540

Getraunarnr. 111

www.leiknir.com

Leiknir var stofnað 1973



Austurbergi 1, Efra Breiðholti

Freyr og Sævar Atli komnir í efstu deild í Danmörku

Leiknismenn í Danaríki, þeir Freyr Alexandersson og Sævar Atli Magnússon, hafa tryggt sæti sitt með Lyngby í deild þeirra bestu þar ytra með jafntefli á útivelli. Þetta ætti ekki að koma Leiknismönnum á óvart enda áttu þessir tveir, í síðhvoru lagi þó, stóran þátt í því að uppeldisfélagið þeirra hefur komist upp úr næstefstu deild hér heima.

Rétt eins og hjá Leikni, hefur Freyr ekki haft djúpa vasa að leita í og því ekki endilega búist við að honum tækist að keyra liðið beint upp í Superliga í fyrstu tilraun en það er nú orðin raunin með fógetann okkar að stíga sín fyrstu skref í atvinnumennsku. Mikil ánægja hefur ríkt um störf stjórans og framlengdi félagið samninginn við Freysa um 3 ár í apríl. Sævar



Atli hefur spilað í heilum 29 leikjum fyrir félagið hingað til þó meirihluti þeirra hafi verið af bekknum hingað til. Hann hefur skorað fjögur mörk í vetur og gefið þrjár stoðsendingar. Leiknismenn

óska sínum mönnum og öllum vinum í Lyngby til hamingju með árangurinn og geta ekki beðið eftir að sjá þá berjast við risaklúbbana í efstu deild eins og þeir voru vanir hér heima.

Áframhaldandi samstarf við Réttingaverkstæði Jóa

Réttingaverkstæði Jóa verður styrktaraðili Leiknis á núverandi keppnistímabil og 2023. Réttingaverkstæði Jóa hefur verið einn af helstu styrktaraðilum Leiknis í nokkur ár.

Leiknismenn fórum að skoða verkstæðið hjá Jóa á dögum og þótti til um hversu öflugt verkstæði er starfrækt hjá þeim á Dalveginum, Kópavogi. Hjá Jóa starfa 19 manns í dag og allir menntaðir í bílaréttingum. Þeir biðja fólk um að hafa Réttingaverkstæði Jóa í huga ef þurfi að láta betrum bæta bílinn.



Á myndinni eru Jóhann eigandi réttingaverkstæðisins og Stefán Páll framkvæmdastjóri Leiknis.

Bætingar í Breiðholti

Það er ekki lítið sem ÍR hefur lagt til samfélagsins á sinni 115 ára sögu! Á frjálsíþróttasviðinu voru ÍR-ingar í fararbroddi á síðustu öld allt frá upphafi, báðir verðlaunahafar Íslands á Ólympíuleikum ÍR-ingar. Fjöldi annarra Ólympíufara, landsliðsmanna og leiðtoga hefur stolt borið ÍR merkið í barmi.

Samfélagið hefur breyst mikið á þessum 115 árum. Árið 1907 bjuggu rúmlega 10 þúsund íbúar í Reykjavík, en nú búa í Breiðholti einu, meira en tvöfalt fleiri, eða um 22 þúsund manns. Íþróttirnar hafa líka breyst. Starfið í íþróttafélögum í dag er ekki aðeins fyrir Ólympíufara og annað harðkjarna keppnisfólk. Nú er íþróttastarfið ómetanlegt í uppeldi barna og ungmenna og ekki síður svar fjöldans við hreyfingarleysi við dagleg störf, ólíkt því sem var.

Í dag vitum við að lykillinn að heilsu og hreysti er falinn í frjálsíþróttunum; kappgöngu, köstum, stökkum og hlaupum, í knattspyrnu, körfu, karate, keilu o.s.frv. Þá félög hafa þannig svarað kalli breyttra tíma betur en ÍR-ingar sem halda nú úti öflugum starfi sem hæfir öllum aldri í alls tíu deildum!

Nú hefur Reykjavíkurborg sýnt í verki stuðning sinn við þetta stórveldi í frjálsíþróttum og reist í samstarfi við ÍR nýjan glæsilegan frjálsíþróttavöll í Mjódd, í ÍR litunum, falllega bláan með hvítum línunum. Þar sómir hann sér vel innan um önnur glæsileg íþróttamannvirki félagsins sem byggst hafa upp undanfarnin ár. Mikilsverð uppbygging fyrir frjálsíþróttastarfi í landinu en ekki síður fyrir nágannana í Breiðholti, ÍR-inga á öllum aldri sem nú eru boðnir velkomnir á bláu brautina og mjúku skokkbrautina umhverfis völinn. Um leið er þetta mikilsverð viðurkenning borgarinnar á breyttu samfélagi sem kallar nú eftir opinni og aðgengilegri íþróttastöðu í sínu nærumhverfi.



Freyr Ólafsson

Til hamingju Reykjavík með glæsilegan nýjan frjálsíþróttavöll, fyrsta hverfisvöllinn, fyrirmynd fyrir önnur hverfi!

Til hamingju Breiðhýltingar með ykkar nýju mannvirki sem nú biðja ykkar í Mjóddinni! Mannvirki sem eiga eftir að verða ykkur, sem munuð grípa gæsina og reima á ykkur skóna, uppspretta gleði, hreysti og hamingju!

Síðast en ekki síst, til hamingju ÍR með 115 ára afmælið! Það er erfitt að hugsa sér meira viðeigandi leið til að fagna afmælinu en með vígslu þessa glæsilega opna frjálsíþróttavallar. Megi völlum hjálpa ykkur að efla enn íþróttina sem hefur leikið lykilhlutverk hjá félaginu allt frá stofnun og mun vonandi gera áfram í a.m.k. önnur 115 ár!

Freyr Ólafsson

Góður árangur ÍR fimleika á mótum að undanfögnu



Ungar og efnilegar fimleikastúlkur úr ÍR.

ÍR fimleikar hafa starfað frá árinu 2015 og síðan þá byggt upp öflugan hóp stúlkna sem keppa stoltar, þrátt fyrir aðstöðuleysið í Breiðholti, undir merkjum ÍR í stökkfimi og hópfimleikum; en báðar greinar byggjast á gólfæfingum (dans), stökki og dýnu.

Á vorönn 2022 náðist loks að halda nokkuð eðlilegu keppnistímabili og keppti 4. flokkur stúlkna (f. 2011, 2012 og 2013) á Bikarmóti FSÍ í mars og hafnaði liðið í 2. sæti á trampolíni og 3. sæti í liðakeppninni.

Á vormóti FSÍ á Selfossi 21. til 22. maí, þar sem bestu lið landsins kepptu, hlaut 4. flokkur brons á trampolíni og sýndi góðar framfarir frá mótinu í mars. Keppendur ÍR í 4. flokki eru Ásgerður Anna Jóhannsdóttir, Emilía Ólöf Jakobsdóttir, Guðmunda Jónsdóttir, Júlía Wolkowicz, Katrín Hulda Tómasdóttir, Sóldís Lilja Hermannsdóttir Austmar, Sunna Tam N. Sólborgardóttir, Svanborg Dúnna Eypórsdóttir og Tinna Mai N. Sólborgardóttir.

Viku síðar á Íslandsmóti FSÍ hafnaði 3. flokkur í 3. sæti á trampolíni þrátt fyrir að sex af átta stúlkum væru að keppa 1 til 2 ár upp fyrir sig í flokknum. Þetta voru þær Ásgerður Anna Jóhannsdóttir, Bjarney Hulda Brynjólfssdóttir, Emilía Ólöf Jakobsdóttir, Guðmunda Jónsdóttir, Júlía Wolkowicz, Katrín Hulda Tómasdóttir, Megija Zelmene, Tinna Mai N. Sólborgardóttir.

Þjálfarar eru þau Elvira Ginijatulina, Guðrún Jóna Sturludóttir, Sóley Birta Hjartardóttir, Robert Bentia og Viktoría Helgadóttir.

Með þessum árangri stimplaði liðið sig vel inn á íslenska fimleikakortið með sinni þátttöku, árangri og gleði!

Það er því bjart fram undan hjá ÍR fimleikum takist að halda í iðkendur og styðja við þá sem lengst eru komnir með áframhaldandi gæða þjálfun og aðhaldi. Fimleikana vantar þó sérhæfða aðstöðu í Breiðholti, aðstöðu sem mætir þörfum íþróttarinnar og parkour og óskandi væri að sú aðstaða væri tengd öðrum íþróttagreinum í Skógaselinu til að styðja betur við þessar nýjustu íþróttagreinar ÍR og byggja upp enn meiri samheldni milli íþróttagreinanna sem stundaðar eru undir merkjum ÍR.

ÍR fimleikar munu standa fyrir námskeiði í sumar fyrir börn fædd 2015-2010 og er námskeiðið frábær leið til að halda áfram að byggja ofan á kunnáttuna en einnig til að prófa fimleika og finna hvernig tilfinning það er að geta gert handahlaup, flikk, arabastökk og heljarstökk bæði afturábak og áfram.

Frída Rún Þórðardóttir
formaður Frjálsíþróttadeildar ÍR
og ÍR fimleika.

Sólveig Lára þjálfari kvennaliðs ÍR

Sólveig Lára Kjærnested hefur verið ráðin þjálfari kvennaliðs ÍR í handknattleik. Sólveig Lára hefur leikið 63 A-landsleiki fyrir Íslands hönd og er margfaldur Íslands- og bikarmeistari.

Sólveig Lára er uppalinn ÍR-ingur en hefur undanfarin ár leikið með Stjörnunni. ÍR-ingar endurheimta nú handknattleikskonu sem leikið hefur 63 A-landsleiki og unnið þrjá Íslandsmeistararitla og fimm bikarmeistararitla frá því að hún kvaddi Breiðholtið til að spila fyrir Stjörnunna ung að árum. Spannandi tímar eru framundan í Breiðholti og því mikið fagnaðarefni að fá eins öflugan leiðtoga og Sólveig Lára heim í það mikla uppbyggingarstarf sem hefur verið í gangi. Liðið leikur nú í næstefstu deild en komst nálægt því að tryggja sér sæti í úrvalsdeild eftir að hafa hafnað í 2. sæti í Grill 66-deildinni á síðasta tímabili. ÍR tapaði hins vegar í umspili um sæti í efstu deild, Ólíseildinni, gegn HK, sem hélt þar með sæti sínu.



Sólveig Lára Kjærnested er komin aftur í Breiðholtið.

Bjarni Fritzson tekur við ÍR

Stjórn handknattleiksdeildar ÍR hefur gert samning við Bjarni Fritzson um þjálfun meistara-flokks karla næstu 3 árin. Þá þakkar stjórn Kristni Björgúlfssyni, fyrrum þjálfara meistara-flokks karla fyrir vel unnin störf síðastliðin 2 tímabil.

Handboltasamfélagið er vel kunnugt Bjarna en hann er uppalinn hjá ÍR, varð bikarmeistari með ÍR árið 2005. Hann lék sem atvinnumaður í Frakklandi með Creteil og St. Raphael um fjögurra ára skeið en hér heima lék hann einnig um tíma hjá FH og Akureyri. Þá er Bjarni fyrrum meistara-flokksþjálfari karla hjá Akureyri og ÍR auk þess að hafa þjálfað 20 ára landslið Íslands.

ÍR býður Bjarna hjartanlega velkominn, óskar honum velgengi í starfi og hlakkar til samstarfsins. „Það eru spennandi tímar framundan í Breiðholti og erum við gríðarlega ánægð með það að fá Bjarna til þess að



leiða áfram þá vegferð sem liðið er á“, segir Elín Freyja Eggertsdóttir formaður handknattleiksdeildar ÍR.

ALLTAF FULLT BORD AF FERSKUM FISKI OG FISKRÉTTUM

Opið alla virka daga kl. 9 – 18:30.

FISKBÚÐ  HÓLMGEIRS
MJÓDD



ÁFRAM ÍR

Joserabúðin
Ögurhvarfi 2
joserabudin.is

Josera
þregð af smáttu



Voffsalega skemmtileg gældudýrabúð!

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



VIÐ ERUM MÆTT
Á BÍLDSHÖFDANN



DALSHRAUN 13
Hafnarfirði



BÍLDSHÖFÐI 18
110 Reykjavík



GRANDAGARÐI 29
101 Reykjavík

www.kjotkompani.is



578 9700



kjotkompani@kjotkompani.is



[kjotkompani](https://www.facebook.com/kjotkompani)