

Breiðholtsblaðið

Dreift frítt í öll hús í Breiðholti

Erum einnig á visir.is og mbl.is

OKTÓBER 2022

10. tbl. 29. árg.

EINFALT OG ÞÆGILEGT

Pantaðu lyfin
á lyfjaval.is

Veldu að sækja í
næsta apótek eða
fáðu sent heim.

Lyfjaval 

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
thorlukur@fastlind.is

LIND
FASTEIGNASALA
fastlind.is | nyjarbudir.is

Sjúkraliðabraut FB í Evrópuverkefni



Hér má sjá hóp kennara og alþjóðafulltrúa sem skipuleggja verkefnið.

Sjúkraliðabraut FB tekur nú þátt í spennandi Erasmus+ samstarfsverkefni. Verkefnið er lærdómsríkt bæði fyrir nemendur og kennara.

Nýverið var haldinn undirbúnings- og skipulagsfundur í Leeuwarden í Hollandi en

verkefnið er til tveggja ára. FB er í samstarfi við Listaháskóla Íslands og FÍSMÚS, félag íslenskra músíkmeðferðarfræðinga sem og skóla í Hollandi og Lettlandi. Verkefnið snýst um það að kenna sjúkraliðanemum að nota tónlist við

umönnun heilabílaðra. Verkefnið heitir á ensku "Daily Dose of Music". Verkefnið er styrkt af Erasmus+ sjóðnum.

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.

10. tbl. 29. árgangur

Breiðholtsblaðið er dreift frítt í öll hús í Breiðholti

Aðkomið fólk er nauðsyn

Í kringum aldamót voru erlendir ríkisborgarar um tvö prósent af íbúum Íslands. Nú telja þeir um 16 prósent íbúana. Á örfáum árum hefur erlendur ríkisborgurum sem búa á Íslandi fjölgað úr rúmlega 20 þúsund árið 2011 í yfir 60 þúsund.

Margt fólk sem flust hefur frá öðrum löndum hefur fundið sér stað í Breiðholti. Kemur þar eitt og annað til. Húsnæðisverð hefur verið fremur hagstætt. Breiðholt er á margan hátt afmörkuð byggð. Þjónusta við aðkomið fólk er stöðugt eð eflast. Starfsfólk Suðurmíðstöðvar fer þar í broddi fylkingar.

Gera má ráð fyrir að aðkomnu fólki fjölgi á komandi árum. Ástand heimsmála er með þeim hætti að margt fólk telur sér vart vært í áthögum sínum. Þessa stundin ber ástandið í Úkraínu hæst.

Önnur hlið málsins er að atvinnulíf hefur verið að eflast hratt hér á landi. Ferðaþjónustan skrápp með ógnarhraða úr kútnum eftir kóvíd tímabilið. Stöðugt er kallað eftir húsnæðingum sem skapa mikla atvinnu. Fleira mætti telja. Þar á meðal ýmis störf í tæknigeiranum.

Margt af því fólki sem kosið hefur að setjast hér hefur reyst þá á bestu starfskraftar. Margir hafa verið fljótir að laga sig að aðstæðum hér á landi. Einna erfiðast hefur reynst fyrir aðkomið fólk að ná tökum á tungumálinu. Íslenska er þó ekkert flóknari en móðurmál margra.

Margir hafa náð tökum á ensku og freistast til að nota hana ef kunnátta á móðurmáli innfæddra er ekki fyrir hendi. Hvað gerum við þegar við förum erlendis. Grípum við ekki oftast til ensku.

Innfæddir Íslendingar gætu engan veginn annað þeirri eftirspurn eftir vinnuafli sem nú er. Til þess þarf fólk sem komið er að. Aðkomið fólk er nauðsyn. Við eigum að taka því vel.

FB

Frumkvöðlaverkefni á Ítalíu



Þátttakendur heimsóttu þekkt ítalskt húsgagnafyrirtæki og fengu innblástur fyrir frumkvöðlaverkefnið sem þau áttu að gera.

Í október brugðu nemendur og kennarar FB undir sig betri fætinum og tóku þátt í alþjóðlegu frumkvöðlaverkefni á Ítalíu sem nefnist 'European Voice of Tomorrow' og er styrkt af Erasmus+ sjóðnum. Fyrst skoðaði hópurinn Milánó og svo lá leiðin til Comó þar sem samstarfsskóli FB, Cometa er til húsa og sjálf frumkvöðlakeppnin fór fram.

Löndin sem tóku þátt auk Íslands eru Ítalía, Portúgal, Finnland og Noregur. Nemendur sem tóku þátt fyrir hönd FB voru þau Kjartan Helgi Guðmundsson,

Kristinn Þórarinnsson, Íris Birta Viðarsdóttir og Svanborg Eyfjörð Oddrúnardóttir. Kennararnir sem voru með í för voru þær Sigríður Anna Ólafsdóttir og Kolbrún Sigurðardóttir sem og verkefnisstjórinn Ágústa Unnur Gunnarsdóttir kynningarstjóri og alþjóðafulltrúi Fjölbautaskólans í Breiðholti. Nemendur stóðu sig frábærlega og voru til mikils sóma. Keppt var um besta frumkvöðlaverkefnið og sigraði lið Svanborgar sem mun taka þátt í úrslitakeppninni í Finnlandi í febrúar 2023.

Lokaársnemar í Portúgal



Nemendur og kennarar á fata- og textílbraut FB í Portúgal.

Nemendur og kennarar á fata- og textílbraut FB fóru nýverið til Portúgals til þess að undirbúa og vinna að gerð útskriftarlínu lokaársnema brautarinnar. Náms- og kynnisferðin var styrkt af Erasmus+ sjóðnum en FB tekur virkan þátt í að sækja um styrki í sjóðinn bæði fyrir nemendur og kennara. Farið var til höfuðborgarinnar Lissabon þar sem keypt voru

efni fyrir fatalínu lokaverkefnis nemenda. Því næst fór hópurinn til Portó og heimsótti hópurinn meðal annars hönnunarskóla og söfn. Nemendur sem tóku þátt voru þau Alexander Ingólfsson, Eyrún Aníta Þórhallsdóttir, Guðrún R. Halldórsdóttir, Melany Rós Biscarra, Valborg Elísabet Guðnadóttir, Wiktoría Ewa Strozynska, Anna Sigríður Ólafsdóttir og Jóhanna Birna Guðmundsdóttir.



**GARÐS
APÓTEK**
- rétt leið

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.

Flake!
PÖBB QUIZ
MED HELGA
& HJÁLMARI

**HÖRDUR
OG PÉTUR**
Hörður og Pétur úr
Bandmönnum halda uppi
stúði og stemningu á
sinn einstaka hátt.

DR. FOOTBALL
**HJÖBB
QUIZ**
STÓRSKEMMTILEGT
FÓTBOLTA-QUIZ
HJÓRVARA HAFLIDA

**DJ.
DÓRA
JULIA**

PÖBB QUIZ
**NEI, HÆTTU
NÚ ALVEG**
VILLI NAGLBÍTUR

– SPENNANDI VIÐBURÐIR Í HVERJUM MÁNUÐI –

ALLTAF GAMAN OG ALLTAF GOTT VEÐUR

HÓP EFFELI



**AFMÆLI ■ KEILA
STARMSMANNADJAMM
KARAOKE ■ PÍLUKAST**

FÁÐU TILBOÐ FRÁ OKKUR FYRIR ÞINN HÓP Á KEILUHOLLIN@KEILUHOLLIN.IS

**D G L E Þ I S
N U N N S**
KL. 16 ~ 18
MÁN ~ FIM
KRANABJÓR
990 ~ KR.

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

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



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

– GILDIR EKKI AF ÁFENGUM SHAKE-UM



**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

**OPNUM KL. 11:30
Á FÖSTUDÖGUM**



KYNNINGARTILBOÐ MILLI 11:30 OG 13:00

PIZZA AF
SEÐLI + GOS
2.990 KR.

PIZZA AF SEÐLI +
KALDUR Á KRANA
3.490 KR.

shakepizza.is

shake&pizza

#shakeandpizza

VIÐTALIÐ

Gaman að alast upp í Fellunum

- segir Margrét Árdís Ósvaldsdóttir forstöðumaður Seljahlíða

Margrét Árdís Ósvaldsdóttir forstöðumaður Seljahlíðar spjallar við Breiðholtsblaðið. Margrét er Vesturbæingur en fjölskyldan flutti í Efra Breiðholti þegar hún var 11 ára. Margrét lítur til baka en fjallar einnig um Seljahlíð og málefni eldri borgara sem henni eru hugleikin.

“Foreldrar mínir hófu búskap í Vesturbænum, þaðan lá leiðin í vesturbæ Kópavogs og svo byggðu þau radhús við Vesturbergið. Þá fluttum við í Efra Breiðholt og þar hófust kynni mín af þessari byggð og fólki sem bjó þar og býr. Ég byrjaði í Fellaskóla þegar ég var 11 ára. Þá var Hólabrekkuskóli ekki kominn, en við fórum þangað í áttunda bekk sem er saman og níundi bekkur í dag. Öll mín mótunarár voru hér efra og fyrsti kennarinn minn í Fellaskóla var Jón Mar sem féll frá að ég held fyr á þessu ári.” Margrét segir að þarna hafi strax myndast hópur með góð tengsl sem hafi haldist alla tíð. “Við höfum haldið miklið saman þessir krakkar sem vorum saman í Fellaskóla og síðan yfir í Hólabrekkuskóla. Við vorum nokkuð margar stelpur sem stofnuðum saumaklúbb í janúar 1978. Þessi klúbbur heldur enn. Margar af þessum stelpum hafa komi sér vel í lífinu. Til dæmis Hadda Gísla sem er öflug í ferðaþjónustunni Það voru líka strákar í árganginum okkar. Athafnamenn og skáld. Hermann Guðmundsson framkvæmdastjóri og Sjón skáld og rithöfundur voru báðir þarna og fleiri mætti telja. Þetta voru fjölmennir árgangar. Margt fólk var að flytja í Efra Breiðholt á þessum árum. Nemendafjöldinn var meira en tvöfaldur á við það sem er í dag. Það voru yfir eitt þúsund nemendur í Fellaskóla þegar flest var. Einnig var mikið fjór þegar við fórum yfir í Hólabrekkuskóla. Hann var miklu minni og fámennari skóli. Í Hólabrekkuskóla störfuðu líka skemmtilegir kennarar með fullri virðingu fyrir kennurum í Fellaskóla. Í upphafi Fellaskóla störfuðu tveir Finnborgar þar. Finnbogi Jóhannsson var skólastjóri og hinn var yfirkennari. Sigurjón

Fjeldsted var síðan skólastjóri í Hólabrekkuskóla. Þar voru Sverrir Gauti Diegó og Rafn Jónsson sem síðar varð flugstjóri. Ég get ekki annað sagt en að gaman hafi verið að alast upp í Fellunum.”

Skemmtilegur saumaklúbbur

Talið berst að saumaklúbbnum. Var eitthvað saumað þar. “Já, það eru oftast einhverjar með eitthvað í höndunum þegar við hittumst. Aðallega þrjóna en eitthvað er minna um saumnálar þótt þær sjáist stöku sinnum. Það koma alltaf nokkrar peysur en við þrjónuðum líka mikið á börnin á meðan þau voru að vaxa úr grasi. Ég hald að alltaf sé einhver með þrjóna.” Svo hélduð þið upp á stórafmæli. “Já við ákváðum þegar við urðum 60 ára að bjóða vinum og vandamönnum, hver og ein okkar bauð sínu nánasta fólki og vinum og svo öllum sem eitthvert samband var enn við úr skólunum tveimur. Við leigðum Gamla bíó og réðum okkur plötusnúð, hinn víðfræga Valla sport. Þetta varð heilmikil samkoma á síðasta vetrardag þar sem mikið var dansað og mikið fjór. Við vorum að bjóða gömlum skólafélögum um Fellaskóla og Hólabrekkuskóla og ýmsum vinum og vandamönnum að auki. Þetta er skemmtilegur saumaklúbbur.”

Fellhellir var nýmæli

Við æfðum diskódans og sýndum. Diskóið var allsráðandi á uppvaxtarárum okkar. Við vorum allar í þessu. Dönsuðum hjá Heiðari Ástvalds en hann var með dansskóla í Drafnarfellinu. Þaðan var svo farið beint í Fellahelli þar sem nýjasti dansinn var æfður.” Margrét segir Fellahelli hafa verið nýmæli. “Félagsmiðstöðvarnar



Margrét Árdís Ósvaldsdóttir.

voru að byrja að koma. Fram til þess að Fellahellir var settur á stofn var Tónabær til staðar. Fyrsta félagsmiðstöðin sem komið var á fót en síðan var farið að opna fleiri út í hverfunum. Fellahellir var mikið stundaður. Margir voru þar nær öll kvöld vikunnar. Oft var farið þangað beint eftir skóla og sumir áttu nánast heima þar. Krakkarnir voru þó ekki eingöngu að skemmta sér með dansi. Þarna var margskonar klúbbastarsemi og margir fengu sína félagslegu skírni þar.”

Úr Krummahólum í Selin

Hefur Margrét verið í Breiðholti alla tíð síðan. Hún er fljót til svars. Já við Vésteinn Hilmar maðurinn

minn byrjuðum búskap okkar í Krummahólunum. Hann er hálfur Króati. Pabbi hans hét Feruccio Marinó Buzeti og kom sem flóttamaður, eignadist íslenska konu og settist hér að. Við keyptum þar litla íbúð en vorum þar bara í eitt og hálf ár. Þaðan fórum við svo í Jöklael. Þjuggum þar um tíma en fórum síðan í Kaldasel þar sem við búum í dag. Börnin mín gengu öll í Seljaskóla og sluppu þannig við að erfa ánægjuna frá mómmu sinni úr Fellaskóla og Hólabrekkuskóla. Við vorum komin í Selin þegar næst elsta barnið fæddist. En Seljaskóli reyndist þeim afar vel. Ég á fimm barnabörn og eitt þeirra er komið í Seljaskóla.”

Gat ekki tekið vaktavinnu

Margrét stýrir Seljahlíð og því liggur beint við að inna hana eftir hvenær hún hafi farið að fást við heldri borgara. “Ég útskrifaðist sem hjúkrunarfræðingur 1983. Maðurinn minn er vélfræðingur og starfaði þá sem vélstjóri til sjós. Hann var á sjónum þegar þessi tímamót bar að í lífi mínu. Fjarverur hans gerðu það að verkum að ég gat illa unnið á vöktum. Þurfti að geta verið heima á kvöldin og á nóttunni og sinna börnunum með bóndann út á hafi. Ég fór því ekki að starfa á spítala heldur snéri mér að heilsugæslunni þar sem ég starfaði við heimahjúkrun. Þegar við komum í Seljahverfið var nýbúið

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

Næg bílastæði
VELKOMIN

Mjóddin



Saumaklúbbssystur á afmælishátíð í Gamlabíói þegar þær urðu 60 ára.

að opna Seljahlíð. Ég byrjaði að starfa þar á fimm ára afmæli þess. Seljahlíðin opnaði í júní 1986 og varð því 35 ára í fyrra. Tíminn hefur verið fljótur að líða því á síðasta ári átti ég 30 ára starfsafmæli.

Maðurinn minn hætti svo til sjós og hefur síðastliðin 25 ár rekið eigið fyrirtæki með félögum sínum, ég hélt samt áfram í Seljahlíð.

Einstaklingsíbúðir í Seljahlíð

Er Seljahlíð heimili með öðrum hætti en önnur heimili sem sinna sambærilegri þjónustu. "Allir búa við sama kost í litlum 28 fm íbúðum með sérbaði og eldhúskrók og svo alrými. Flestum finnst þetta ágætt, en öðrum finnst þetta lítið. Eldri heimilin hafa sum verið endurgerð að þessu leyti og ég nefnt gömlu Hrafnistuheimilin og alla vega einhverja hluta af Grund sem dæmi."

Mikið félagslíf

Hvað er fólk að gera í Seljahlíð. Ekki er það bara að bíða og láta dagana líða. "Ekki aldeilis", segir Margrét. Mikið félagslíf sé á meðal íbúanna. "Við erum alla daga að reyna að styrkja kroppinn. Boðið er upp á leikfimi á hverjum degi. Við leggjum upp úr að fólk haldi líkamlegri getu sinni auk margs annars. Nú geta 72 búíð í Seljahlíð. Þar eru sjö hjónabúðir og síðan einstaklingsíbúðir og 20 rúm fyrir fólk sem þarf sérstaka aðhlyningu og hjúkrun. Fyrir þann rekstur fáum við dagpeninga frá ríkinu sem duga þó alls ekki til að endar nái saman enda um of litla einingu að ræða til að hún geti talist rekstrarhæf. Þarna er þó ekki um fólk sem þjáist af mikilli heilabilun að ræða. Seljahlíð er þannig byggð að ekki sést fyrir endann á göngum og er því ekki heppileg fyrir fólk sem hefur glatað færni til þess að rata. Við erum ekki með neina lokaða deild." Margrét segir að

íbúðirnar í Seljahlíð séu svonefndar þjónustubúðir og reknar af Félagsbústöðum sem eignuðust húsin fyrir nokkrum árum."

Er með margt af aðkomnu starfsfólki

Margrét segir að margt af starfsfólki í Seljahlíð sé aðflutt til

Systrasamlagið

Erum á Óðinsgötu 1

Afgreiðslutími:
Mán-mið: 10.00-16.00.
Fim-fös: 10.00-17.00.
Lau: 11.00-16.00.

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

landsins líkt og tengdafaðir sinn á sínum tíma. "Í flestum tilfellum höfum við góða reynslu af þessu fólki. Þótt við höfum heyrt raddir um annað þá hefur þetta gengið ljómandi vel. Starfsfólkið kemur bæði að koma frá Asíu, einkum frá Filippseyjum og síðan frá austur Evrópu. Ég verð ekki vör við annað en aðflutt fólk sé duglegt að koma sér inn íslenskuna. Við höfum frá því í fyrirveit verið með íslenskukennslu á vinnutíma

sem hefur verið vel sótt og miklar framfarir hjá hópnum. Það er fátt betra í íslenskunámi en að hafa tækifæri til að æfa sig og það að vinna með eldra fólki sem talar oft litla ensku gerir allt auðveldara. Fólk er líka duglegt að sækja sér aðra menntun, eins og „brúarnám“ til bæði félagslíða og sjúkralíða. Ég hef ekki yfir neinu að kvarta," segir Margrét Árdís Ósvaldsdóttir forstöðumaður Seljahlíðar.

APENA
HÁRSNYRTISTOFA

Pangbakka 10 (MJÓDD) • Sími: 557-2053

BÍLAVIDGERÐIR
BÍLHÚSIÐ 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



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
hdl. og löggiltur
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

Vatnssopi á degi íslenskrar náttúru



Þessir hressu krakkar úr Breiðholtsskóla fengu sér vatnssopa úr læk á degi íslenskrar náttúru.

Haldið var upp á Dag íslenskrar náttúru í Breiðholtsskóla þann 16. september með fjölbreyttri útveru nemenda í Breiðholtsskóla.

Dagurinn á að minna á mikilvægi íslenskrar náttúru. Nemendur nutu sín í náttúrunni á ýmiss konar hátt. Tíundi bekkur gekk uppá Esjuna í frábæru veðri.



Nemendur og starfsfólk Ölduselsskóla mættu í bleiku föstudaginn 14. október en þá var bleikur dagur um land allt. Svo var auðvitað bleikur grjónagrauttur í hádegismatinn. Bleikur dagur er liður í árverkninni krabbameinsfélags Íslands gegn brjóstakrabbameini.

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.utfararstofa.is ♦ Dofrahellu 9b, Hafnarfirði

Breiðara Breiðholt - Hlustum á hverfið

Í Breiðholtið hefur þurft aukin fjölbreytileika íþrótt og frístunda. Það hefur samtal okkar við börn og unglinga sýnt, auk foreldrasamtala. Við höfum farið í alla bekkir grunnskólanna, nú í haust og fyrir ári, og margt bendir til þess að svo sé.

Rannsóknir sýna líka að flest tilvik þeirra sem leita út úr sínu hverfi til að fara í íþróttir og frístundir séu í Breiðholti, þ.e. í Reykjavík. Af þeirri ástæðu höfum við leitast eftir því að auka á breiðari valmöguleika fyrir börnin okkar. Auk þessa eru í Breiðholti stórt hlutfall einstaklinga af erlendum uppruna, sem ekki þekkir grasrótastarf íþrótt eins og gerist á Íslandi. Eitt það mikilvægasta í starfi okkar hjá „frístundir í Breiðholti“ er að koma á nýjum möguleikum vegna þessa.

Dæmi:

Bandýæfingar hafa verið settar af stað fyrir 10 til 12 ára í Austurbergi á laugardögum milli 11 og 12 og fyrir 13 til 16 ára á fimmtudögum mill 17 og 18.

Leiknir er með badminton-æfingar fyrir börn og fullorðna. Sjá www.leiknir.is

Leiknir er með blak-æfingar fyrir börn og fullorðna. Sjá www.leiknir.is



Efnilegir körfuboltamenn.

Leiknir og Aþena hafa aukið á framboð af körfbolta-æfingum fyrir börn - <https://athenabasketball.com/>.

ÍR er með fjölmarga kosti sem hægt er að skoða á www.ir.is

Myndlistaskóli Reykjavíkur í góðu samstarfi við okkur og er að bjóða upp á námskeið sem eru ný - sjá www.myndlistaskolinn.is

Auk þessa hefur verið sterk ósk frá foreldrum um íslenskunámskeið fyrir börn af erlendum uppruna sem við brugðumst við og hófust s.l. mánudag þ.e. - „leikum okkur að íslensku“. Námskeiðið miðast að því að börn sem vilja æfa sig í íslensku geta komið og æft sig í tungumálinu.

Með Breiddina að leiðarljósi verða möguleikarnir fleiri og líklegri að fleiri verði virkir. Það er okkar markmið. Við hlustum á hverfið og Breiðholtið verður Breiðara.

Fleira hefur verið sett af stað og við viljum fá ábendingar um nýja hluti.

Kveðja
Jói og Þráinn



Stungið sér í laugina.



Leikið á flautur.



Á handboltaæfingu.

Eigendur Efri borgara vilja kaupa Gamla kaffihúsið

Heyrst hefur að eigendur Efri Borgara í Eddufelli hafi falast eftir kaupum á Gamla kaffihúsinu við Drafnarfell 18.

Gamla kaffihúsið hefur verið vandaður veitingastaður í Efra Breiðholti þar sem fátt er um veitingahús utan pizzustaði og Cocina Rodriguez í Gerðubergi. Gamla kaffihúsið var þekkt fyrir frábæran mat og hagstæð verð. Efri borgarar og Gamla kaffihúsið eru nánast hlið við hlið. Báðir veitingastaðirnir setja svip á umhverfið í byggðarluta sem má muna fífil sinn feegurri en mun standa til að lagfæra og jafnvel endurgera.



Gamla Kaffihúsið við Eddufell.

RECARO
Barnabílastólar í úrvali



BÍLASMIÐURINN HF

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

Stærsta dekkjaverkstæði landsins í næsta nágrenni

Nesdekk Breiðhöfða 13.
Eitt fullkomnasta
hjólbarðaverkstæði landsins.
Tímamantanir á nesdekk.is



Bókaðu tíma fyrir bílinn þinn
og skoðaðu dekkjaúrvalið á nesdekk.is

Engar feegrar- viðurkenningar í úthverfin í ár

- þrjár í Breiðholtið á einum áratug



Maríubakki er ein þriggja gatna sem hafa hlotið feegrar-
viðurkenningu í Breiðholti.

Tæplega sjöttíu prósent af Feegrarviðurkenningum Reykjavíkurborgar síðustu tíu ár hefur farið til lóða í Miðborginni eða Vesturbænum á meðan aðeins um 10% hafa fallið til annarra byggða.

Frá árinu 2013 hafa 63 lóðir hlotið Feegrarviðurkenningu Reykjavíkurborgar. Lóðir í Miðborginni eða Vesturbænum hafa fengið 43 þeirra, 68 prósent allra viðurkenninga. Úthverfi borgarinnar, Árbær, Breiðholt, Grafarholt, Grafarvogur og Úlfarsárdalur, hafa einungis fengið sex þessara viðurkenninga. Tvær fóru til Árbæjar, báðar vegna lóða við Hádegismóa, þrjár til Breiðholtsins, tvær fyrir Maríubakka og ein fyrir Engjasel, og ein til Grafarvogs fyrir Starengi.

Miðborgin og Vesturbærinn skara af þegar kemur að viðurkenningum. Úthverfin hafa fengið einungis tæp tíu prósent viðurkenninga. Kolbrún Baldursdóttir borgarfulltrúi vakti athygli á þessu á fundi borgarráðs Reykjavíkurborgar í liðinni viku. Verðlaunin í ár fóru til Freyjugötu 41, Nauthólsvegur 83, Stýrimannastígs 9, Mjóstræti 6 og Vesturgötu 51A. Einungis Nauthólsvegur er ekki í hverfi 101 og er í hverfi 102.

Ólympíuhlaup ÍSÍ



Nemendur Hólabrekkuskóla tóku þátt í Ólympíuhlaupi ÍSÍ, um miðjan september. Nemendur gátu valið á milli þriggja vegalengda í hlaupinu, þ.e. 2,5 km, 5 km eða 10 km og völdu margir 10 km. Hlaupið gekk vel og nemendur og starfsmenn stoltir og ánægðir með daginn.

Fólk þarf að fá tækifæri til að sinna áhugamálum sínum

- segir Agnieszka Genowefa Bradel sem starfar sem sendiherra fyrir Suðurmíðstöð í Breiðholti

Agnieszka Genowefa Bradel kom akandi á 19 manna rútu til viðtals. Hún var á vinnubílum. Hún starfar sem bílstjóri í dag og sinnir einkum ferðum með fatlað fólk. Hún er þó ekki eingöngu bílstjóri þessa dagana því hún vinnur einnig fyrir Suðurmíðstöð sem áður hét Þjónustumiðstöð Breiðholts. Hún starfar sem einn af sendiherrum Suðurmíðstöðvar og vinnur að því að efla tengsl samlanda sinna við íslenskt samfélag og kynna fyrir þeim ýmsa möguleika sem standa þeim til boða. Agnieszka hefur ekki búið í Breiðholti en segist hafa búið næstum allt í kringum hverfið. Hún býr núna í Árbænum næsta bæ við Breiðholt.

Hvaðan kemur Agnieszka „Ég er fædd í Gdansk en ólst upp í Gdynia. í Póllandi og er búin að vera hér á landi í 15 ár. Ég kom hingað árið 2007 og naut þess að vita svolítið um landið. Þannig var að móðir mín hafði flutt til Íslands, kynnst íslenskum manni og sest hér að. Ég kom fyrst hingað til þess að heimsækja þau og hann kenndi mér fyrstu orðin í íslensku. Ég ákvað svo að flytja hingað.“

Er með meirapróf til aksturs

Agnieszka kveðst hafa starfað við eitt og annað frá því hún kom hingað auk þess að sækja sér menntun. Hún hefur starfað á veitingastöðum. Verið þjónustufulltrúi. Hún fór á ferðamálabraut til þess að læra hagnýta ferðapjónustu (practical). „Ég fór líka í flugfreyju nám í Flugskóla Íslands og einnig í grunnnám til að læra að vera túlkur og starfa sem túlkur sem aukastarf. Ég hef einnig starfað við innritun „load control“ í Keflavík. Ég hef líka verið að vinna sem þjónustufulltrúi fyrir mismunandi fyrirtæki og veitingastaði. Annað sem mætti nefna er að ég fór í íslensku og bókmenntafræði við Háskóla Íslands. Sótti hún nám í bókhalda og tók síðast ekki síst svonefnt meirapróf til aksturs. Með því fékk hún réttindi til þess að aka stórum bifreiðum. Þar á meðal rútum. Ég fékk strax vinnu við að aka. Ég var mest á minni rúttunum. Svona 19 sæta bílum og ók einkum með ferðafólk. Þetta er ef til vill svolítið sérstakt. Kona ættuð frá öðru landi að flytja fólk í stórum fólksflutningabílum. Ferðamenn og líka fólk sem þarf að nota ferðapjónustu vegna fötlunar. Ég kann vel við þetta starf og mér hefur verið vel tekið. Ég hef alltaf haft áhuga á fjölbreyttri menningu. Þó ég er frá Póllandi og það voru alltaf tölur tvö önnur tungumál fyrir utan pólsku á heimilinu og afi og amma mín kenndu mér ýmsar hefðir.“

Efla möguleika fólks af pólskum uppruna

Snúum okkar að sendiherraverkefninu. Agnieszka var að vinna hjá Suðurmíðstöð í sex mánuði við verkefni fyrir pólska samfélagið. Eftir að þessu verkefni, sem var tímabundið lauk var hún beðin að taka sendiherraverkefni að sér. Mér fannst reynsla mín bæði sem Pólverja og að hafa sinnt ólíkum störfum hér á landi og þannig kynnst samfélaginu henta vel í þessu sambandi. Þetta verkefni snýr að því að efla möguleika fyrir fólk af pólskum uppruna og tengja það meira við íslenskt samfélag. Þetta felst í að eiga í samskiptum við Pólverja. Að tala við fólk, kynna fyrir því á hverju það á rétt, hvað geti verið áhuga-vert að gera, til dæmis þegar kemur að íþróttastarfi og öll almenn samskipti. Einnig þarf að leita eftir hugmyndum þess. Hvað það langi til að gera og hvað því finnst betur mega fara. Við viljum skoða alla möguleika.“

Tungumálið er erfiðast fyrir fólk

Hvað finnst Agnieszku erfiðast fyrir Pólverja við að koma til Íslands. „Ég held að það sé tungumálið. Pólska er mjög ólík íslensku þótt margir hafi lært hana nú þegar. Svo er einnig um mismunandi menningu að ræða. Síðir



Agnieszka Genowefa Bradel. Myndin er tekin í Suðurmíðstöð í Breiðholti.

og venjur geta verið ólíkar. Matargerð er með nokkuð öðrum hætti en í Póllandi. Íslendingar hafa haft nokkur kynni af pólskum vörum í gnum pólsku búðirnar. Það er líka ágætt fyrir Pólverja að hafa aðgang að sambærilegu hráefni og vörum og fólk er vant að heiman.“

Tækifæri til að sinna áhugamálum

Þótt Pólverjar séu um margt líkir Íslendingum eiga þeir aðra sögu. Pólska kirkjan hefur alltaf átt nokkuð sterk ítök í hugum fólks, þótt það sé mismunandi og fleira mætti nefna. Agnieszka segir marga Pólverja þó hafa átt auðvelt með að aðlagast aðstæðum hér á landi. Alltaf megi þó gera betur og það sé einmitt það sem sendiherrunum sé ætlað að vinna að. „Ég er búin að skipuleggja nokkra fundi með Pólverjum. Jóhannes Guðlaugsson sem er verkefnastjóri fyrir sendiherrafólkið hefur unnið að því með mér. Við erum líka að reyna að vinna að meiri þátttöku í íþróttæfingum og íþróttastarfi. Einkum á meðal barna og ungmenna. Einnig að finna og gefa fólki tækifæri til að sinna áhugamálum eftir að vinnutíma lýkur og má til dæmis nefna tónleika og fleira sem hefur skemmtanagildi í því sambandi.“

Margir setjast að – aðrir koma bara til að vinna

Agnieszka segir marga Pólverja komna til þess að setjast að hér á landi. Þeir hafi komið með það markmið í huga. Margir séu fjölskyldufólk sem leiti sér að vinnu og vilji eignast húsnæði. Einnig sé talsvert um að fólk og þá einkum karlmenn komi hingað til þess að vinna tímabundið og hyggi á heimför að því loknu. Sumir eigi fjölskyldur sínar áfram í Póllandi og þessi hluti Pólverja leggi ekki eins mikla áherslu á að læra tungumálið eða taka þátt í fjölbreyttri mannlífsins. Þeir horfi aðallega til þess að afla tekna til að halda lífinu áfram í heimalandinu. Hlutverk sendiherranna snúi því síður að þessu fólki en vissulega sé allir velkomnir. Að lokum vil ég taka fram að ef fólk er einmana að koma til okkar. Við viljum bjóða Pólverjanum að mæta á fundi fyrir pólskt samfélag fyrir fólk í öllum aldri.“

Síðumúla 27 | 588 4477 | www.valholl.is | Reykjavík | Snæfellsbæ | Höfn Hornafirði



Ingólfur Geir Gissurarson
Frámkvæmdastjóri, lögg.
fasteignasali, leigumálarí
896 5222
ingolfur@valholl.is



Heiðar Friðjónsson
Sökustjóri, löggiltur
fasteignasali B.Sc.
693 3356
heidar@valholl.is



Hildur Harðardóttir
Lögræðingur, löggiltur
fasteignasali, skjalagerð
897 1339
hildur@valholl.is



Snorri Snorrason
Löggiltur fasteignasali
895 2115
snorri@valholl.is



Hólmfríður Björgvinsdóttir
Ritari
588 4477
ritari@valholl.is



Pétur Steinar Jóhannsson
Aðstoðarm. fasteignasala
Snæfellsnesi
893 4718
petur@valholl.is



Anna F. Gunnarsdóttir
Löggiltur fasteignasali
Lista og innanhús Stillsiti
892 8778
anna@valholl.is



Sturla Pétursson
Löggiltur fasteignasali
899 9083
sturla@valholl.is



Jónas H. Jónsson
Lögg., eignaskiptayfirlysandur
Aðstoðarmaður fasteignasala
842 1520
jonas@valholl.is



Elín Viðarsdóttir
Löggiltur fasteignasali
695 8905
elin@valholl.is



Fagleg þjónusta - Vönduð vinnubrögð

Nútímaleg, kraftmikil og framsækin fasteignasala sem byggir á áratuga reynslu starfsmanna!

Sírius 
Sælkerabakstur




**Kökubæklingur Nóa
Sírius er kominn!**

Vörurnar frá Nóa Sírius eru í algjörum sérflokk þegar kemur að bakstri.
Lyftu sælkerabakstrinum þínum í nýjar hæðir með eðalhráefni frá okkur.
Bakaðu úr því besta með Nóa Sírius.



Kiwanisklúbburinn Elliði 50 ára

23. október 2022

- Heildarstyrkur á þessum 50 árum eru 60 milljónir

Kiwanisklúbburinn Elliði varð 50 ára 23. október síðastliðinn. Stofnun klúbbsins má rekja aftur til haustmánaða árið 1972. Þegar dreift var bréfum til manna í Breiðholtshverfi og þeim boðið að koma á fund þar sem stofna skyldi Kiwanisklúbb sem tilheyrði Breiðholtshverfinu.

Það kemur fram í samantekt Grétars heitins Hannessonar sem hann tók saman fyrir 40 ára afmælið 2012 að þegar fundarboð voru send út hafi verið notast við kjörskrá úr nýafstöðnum prestkosningum sem fram höfðu farið skömmu áður í hverfinu. Til fundarins var boðað á skemmtistaðnum Glæsibæ. Á þennan fund mættu fjöldi ungra manna úr hverfinu og eins og segir í samantekt Grétars þá voru 38 manns tilbúnir að láta Kiwanisklúbbinn Elliða verða að veruleika. Stofnfundur var svo haldinn 23 október 1972. Móðurklúbbur klúbbsins er Kiwanisklúbburinn Hekla í Reykjavík elsti kiwanisklúbbur landsins og bygginganefnd sem svo var kölluð var skipuð þeim Eyjólfri Sigurðssyni, Ásgeiri B. Guðlaugssyni og Erni Egilssyni sem var fyrsti forseti klúbbsins og var það í tvö ár. Það segir í samantekt Grétars að þrátt fyrir að þessir ungu menn, þar sem meðalaldurinn var 27 ár, væru fúsir til að koma að stofnun klúbbsins urðu þeir líka að sjá sér og sínum farborða en margir þeirra stöðu í húsbýggingum, en tóku þrátt fyrir það fullan þátt í starfi Elliða sem var keyrður af fullum krafti af dugmiklum forseta. En allir höfðu gaman af þessu. Á þessum árum funduðum við í Glæsibæ og þá voru fundarslit ekki klukkan 22.00 eins og nú, heldur kl. 23.00 til 23.30 og kvartaði enginn enda var þetta svo gaman. Mestur fjöldi Elliðafélaga var 1973 48 félagar, en í dag eru félagar 16.

Ymislegt hefur verið brallað á þessum 50 árum. Fjáraflanir voru í upphafi m.a. jólatréssala, pökkun og sala á sælgæti og útgáfa söngbókar til styrktar BUGL Haldin hafa verið Herrakvöld með villibráð. Klúbburinn keypti hús á Grensásvegi 8 árið 1997 þar sem við höldum okkar fundi en þar fóru einnig fram dekkjaskipti fyrir félag og vini til fjáröflunar áður en við höfum formlega fundi í húsinu. Húsið var selt fyrir þremur árum þar sem of dýrt var orðið að reka það vegna fækkunar félaga.

Styrktarverkefni hafa verið af ýmsum toga, meðal annars BUGL, íþróttafélagið ÖSP sem við höfum styrkt með verðlaunagripum og fleiru, Krabbameinsfélagið, Barnaspítali Hringsins, Pietasamtökin, Alheimersamtökin, Parkinsonsamtökin, Mottumars Blái naglinn, Umhyggja félag til styrktar langveikum börnum og fleira mætti nefna auk hinna ýmsu einstaklinga. Þá höfum við gefið á hverju ári bókagjafir til þeirra sem hafa verið með bestan árangur í íslensku í skólunum í Breiðholti. Við höfum einnig tekið mikinn þátt í fjáröflunum í umdæminu eins og K-deginum, hjálmaverkefni þar sem fyrstu bekkingar í grunnskólunum (það er 6 ára börn) fá hjólahjálma og hefur það yfirleitt vakíð mikla lukku hjá börnunum. Við gáfum einnig ásamt fleiri klúbbum hjartastuðtæki til Landhelgisgæslunnar.



Frá afhendingu fyrsta styrks klúbbsins til Pietasamtakanna árið 2017. Á myndinni eru Guðni Th Jóhannesson forseti Íslands sem er verndari samtakanna, Sæmundur H. Sæmundsson þáv. forseti klúbbsins, Björk Jónsdóttir þáv.form. Pietasamtakanna og Sigríður Arnardóttir sem var markaðsstjóri samtakanna.



Frá afhendingu styrkja 2019 til Parkinsonsamtakanna sem Ágústa Andersen varaformaður tók við og hinsvegar til Alheimersamtakanna sem Vilborg Gunnarsdóttir framkvæmdarstjóri tók við en með þeim á myndinni eru Sveinn Heiðar Gunnarsson þáv. forseti og formaður styrktarnefndar Lúðvík Leósson.



Afhending gjafar til Maríuhúss árið 2016 Lúðvík Leósson, Sæmundur H Sæmundsson og Vilhjálmur J. Guðbjartsson sem nú er látinn, ásamt forstöðukonu Maríuhúss Ólínu Kristínu Jónsdóttur.

Gönguklúbbur hefur verið starfræktur innan klúbbsins í 30 ár og fram að Covid var alltaf hist á sunnudagsmorgnum einu sinni í viku hvernig sem viðraði heima hjá einhverjum félaganna og gengið þaðan í svona klukkutíma og svo í kaffi á eftir.

Elliðafélagar hafa tekið ríkan þátt í yfirstjórn Íslenska Kiwanisumdæmisins og þar höfum við átt 6 umdæmisstjóra, umdæmisféhirðir, umdæmisritara og 7 svæðisstjóra.

Elliði hefur verið í þremur svæðum sem svo eru nefnd og eru þau eftirfarandi: Eddusvæði frá 1972, Þórsvæði frá 1978 og Freyjusvæði frá 2011.

Elliði hefur staðið að stofnun fjögurra klúbba; Kiwanisklúbbsins

Jörfa í Árbæ 15 apríl 1975, Kiwanisklúbbsins Vífils í Seljahverfi 23. nóvember 1981 Kiwanisklúbbsins Höfða í Grafarvogi 1990 og Kiwanisklúbbsins Dyngjunnar í Reykjavík 2012 þar sem eingöngu eru konur.

Við höfum farið í sumarferðir (fjölskylduferðir) innanlands og ferðir erlendis í sambandi við Kiwanisþing í Evrópu og Bandaríkjunum. Eiginkonur klúbbfélaga hafa á öllum þessum árum tekið virkan þátt í starfi okkar og án þeirra hefðum við ekki komið því í gegn sem við höfum þó gert. Og það ber að þakka.

Í dag eru tveir stofnfélagar í Elliða ennþá starfandi þeir Sigmundur Smári Stefánsson og Sæmundur H. Sæmundsson.



Tveir af upphafsmönnum klúbbsins Sigmundur Smári Stefánsson og Sæmundur H. Sæmundsson ásamt forseta klúbbsins Skæringi M. Baldurssyni.



Pétur Emilsson afhendir Einari Guttormssyni gjaldkera Parkinsonsamtakanna gjafabréf árið 2021.



Frá afhendingu gjafabréfs klúbbsins til Pietasamtakanna á afmælisfundi sem haldin var síðastliðið laugardagskvöld. Styrkurinn hljóðaði uppá einamilljón króna. Á myndinni eru forseti klúbbsins, Skæringur M. Baldursson, Benedikt Þór Guðmundsson stjórnarmaður í Piötum og einn af stofnendum samtakanna, formaður styrktarnefndar Sigmundur Smári Stefánsson og formaður afmælisnefndarinnar Sæmundur H. Sæmundsson.

Myndirnar tók Örn Ingvarsson.

Núverandi forseti klúbbsins er Skæringur M. Baldursson.

Klúbburinn veitti í tilefni afmælisins Pietasamtökunum 1 milljón króna styrk. á hátíðarfundum sem haldin var sl. laugardag 22. október.

Því miður hefur okkur í Kiwanis-hreyfingunni fækkað töluvert frá því Elliði var stofnaður og því þurfum við að bretta upp ermar og gera gangskör í því að fá bæði unga menn og konur til liðs við okkur því Kiwanis er góð hreyfing sem styrkir góð málefni.



ÞARFTU NAUÐSYNLEGA NAGLADEKK Í VETUR?

NAGLADEKKIN ERU SLÍTANDI



Reykjavík

Nemar af listnámsbraut FB sýna í Hinu húsinu

Tíu hæfileikaríkir nemendur af listnámsbraut FB sýna sín fyrstu málverk á sýningu Unglistar í húsi Hins hússins við Rafstöðvarveg 7. Sýningin opnar 5. nóvember kl. 15.

Pau sem taka þátt í sýningunni eru: Albert Flóventsson, Hanna Lára Vilhjálmsdóttir, Erik Víkar Díez Róbertsson, Harpa Rósey Qingqin Pálmadóttir, Hermann Ósland Þorvaldsson, Ingibjörg Ramos Hilmarsdóttir, Jóhann Garðar Guðmundsson, Reem Khattab Almohammad, Svanhvít

Berg Victorsdóttir, Sýlvía Lorange og Torfi Sveinn Ásgeirsson.



Fjórar félagsmiðstöðvar á Samfés



Frá landsmóti Samfés 7. til 9. október sl.

Í september fór mjög öflugt starf af stað í félagsmiðstöðvunum í Breiðholti og hefur mætingin verið mjög góð á öllum stöðum. Helgina 7 til 9. október fór Landsmót Samfés fram í Stykkishólmi. Bakkin, Hellirinn, Hólmasel og Hundradogellefu sendu þangað 14 fulltrúa samtals.

Á landsmóti hafa unglingar tækifæri til að fara í smíðjur, kynnast unglingum úr öðrum félagsmiðstöðvum víðsvegar um landið og taka þátt í landsþingi ungs fólks. Á landsmóti er einnig kosið í ungmenningaráð Samfés. Tveir fulltrúar úr Breiðholti buðu sig fram í kjördæminu Reykjavík Austur

og hlaut Era úr félagsmiðstöðinni Bakknum við Breiðholtsskóla kosningu til eins árs. Það er margt skemmtilegt framundan hjá okkur og er hægt að nálgast allar upplýsingar um komandi viðburði og dagskrá á heimasíðunni midberg.is

Vandi hverfur ekki þótt hann sé hunsaður

Umræða um langa biðlista eftir sálfræði- og talmeinaþjónustu í Reykjavík var í borgarstjórn 4. 10 að beiðni borgarfulltrúa Flokks fólksins.

Ég hef rætt við biðlistavandann nánast sleitulaust frá 2018 og lagt fram tillögur til úrlausnar. Ef tilfinninga-, vitsmuna- og/eða félagslegur vandi barna er hunsaður, hverfur hann ekki. Því lengur sem börn bíða án þjónustu aukast líkur á að vandi þeirra taki á sig alvarlegri myndir og verði jafnvel flóknari og erfiðari viðureignar. Ef barn fær ekki hjálp við hæfi að sjálfsmýndin beri hnekk. Málproskaröskun eða önnur talmeini sem ekki fá fullnægjandi meðhöndlun geta haft afar neikvæð áhrif á barnið og dregið úr félagslegu öryggi þess.

Verið er að leika sér að eldinum með því að láta börn bíða eftir viðeigandi aðstoð við vanda og vanlíðan. Ef börnum er ekki hjálpað má vænta þess að kvíði og depurð aukist og leiði jafnvel til sjálfsskaða eða neyslu. Biðin er foreldrunum ekki síður erfið og óvissan með öllu óþolandi. Fjölmörg dæmi eru um að börn hafa beðið í allt að tvö ár á biðlista eftir að fá faglega þjónustu skóla og útskrifast jafnvel úr grunnskóla án þess að fá fyrstu hjálp. Efnaminni foreldrar hafa ekki ráð á að kaupa þjónustu sjálfstætt starfandi sálfræðinga. Það má telja víst að ákveðinn hópur barna með náms-, félags- og tilfinningalegan vanda haldi út í lífið án þess að hafa fengið nokkra aðstoð.

Ekkert bólar á innleiðingu Barnasáttmálans í Reykjavík

Málefni barna í vanda eru einfaldlega ekki í forgangi í Reykjavík, alla vega ekki eins ofarlega og þau þyrftu að vera. Engu að síður segja ráðamenn að stefnt sé að því að Reykjavíkurborg verði fyrsta „Barnvæna höfuðborgin á heimsvísu.“ Hvernig má þetta verða þegar staðan er svona? Barnasáttmálinn er ekki einu sinni í innleiðingarferli í Reykjavík. Flokkur fólksins lagði fram í borgarstjórn 18. jan. sl. tillögu þess efnis að skipaður verði stýrihópur sem greini og leggi mat á hvað vanti upp á til að hægt sé að innleiða Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna í Reykjavík. Tillögunni var vísað til borgarráðs þar sem hún situr enn.

Nýjar rannsóknir hræða

Nýlega kom út Ársskýrsla velferðarsviðs. Í skýrslunni eru birtar upplýsingar um algengustu ástæður tilvísana eftir faglegri þjónustu fyrir börn. Langmesta aukningin milli ára er vegna tilfinninga- og félagslegs vanda og málproskavanda. Einbeitingarvandi hefur aukist mikið hjá börnum. Fjölgun tilvísana/beiðna vegna

vitsmunaproskavanda hefur einnig aukist s.s. vegna lesskilningsvanda. Biðlisti barna eftir fagfólki skólanna telur nú 2017 en var árið 2018 400 börn.

Skortur á sálfræðingum

Aukning á biðlistum kemur til af tvennu, fjölgun beiðna eftir aðstoð og að ekki hafa verið ráðnir nægilega margir fagaðilar til að takast á við fjölgunina. Stöðugildum sálfræðinga hjá skólum hefur ekki fjölgað árum saman. Skólar eru misstórir og þarfir þeirra mismunandi til sálfræði- og talmeinaþjónustu. Algengt er að sálfræðingur sinni 1-3 skólum eftir stærð og þörfum. Erfitt er að ráða sálfræðinga og má án efa rekja ástæðuna til launamála. Á þessu þarf að finna lausn.

Tillögur felldar

Í starfi mínu sem borgarfulltrúi hef ég barist árum saman fyrir því að aðsetur sálfræðinga verði út í skólunum en ekki á þjónustumiðstöðvum. Gjá hefur myndast á milli barna og sálfræðiþjónustu og hana þarf að brúa.

Tillögur mínar í þessum efnunum sem hafa verið felldar auk tillögur um fjölgun stöðugilda sálfræðinga og talmeinafræðinga er að Skólaþjónustan athugaði með formlegt samstarfi við Þroska- og hegðunarstöð (PHS) í þeim tilgangi að vinna saman að málum barna þar sem t.d. aðkoma barnalæknis er nauðsynleg. Þetta á t.d. helst við börn sem eru með ADHD röskun. Með samstarfi sem þessu myndi léttast mjög á biðlistum á öllum stigum þjónustunnar.

Ábyrgðin er okkar allra

Börn hafa ekki sterka rödd, eru ekki hávær hópur eðli málsins samkvæmt. Foreldrar þeirra eru einnig í misjafni stöðu með að láta heyra í sér og berjast. Flokkur fólksins hefur ítrekað bent á að málefni barna verði að hafa meiri forgang í Reykjavík. Það er ótækt að börn í vanlíðan séu sett á bið. Hvert barn á biðlista er einu barni ofaukið. Börn sem fá ekki þessa þjónustu eru í hættu.

Kolbrún Baldursdóttir, sálfræðingur borgarfulltrúi í borgarstjórn Reykjavíkur.



Kolbrún Baldursdóttir.



NOON
HÁRSTOFA

5672077 HÓLMASELI 2, 109 RVK



Útfararþjónusta
í yfir 70 ár

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

VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN

Námið í Hringsjá hefur gert okkur gott

- segja nemendur sem eru að útskrifast

Hringsjá náms- og starfsendurhæfing er ætluð einstaklingum 18 ára og eldri hefur starfað sem sjálfstæð stofnun frá árinu 1987. Hringsjá var stofnuð af ÖBÍ réttindasamtökum og er í eigu þess. Starfsemin miðast við að veita fólki sem átt hefur í erfiðleikum í lífinu og verið frá vinnumarkaði af ýmsum ástæðum möguleika til þess að byggja líf sitt upp og og njóta menntunar. Starfsemin er einnig ætluð fólki sem hefur takmarkaða grunn og undirstöðumenntun og hefur átt í erfiðleikum með að nýta sér hefðbundið nám meðal annars vegna lesblindu. Hringsjá er til húsa í Hátúni 10d - innst í Hátúninu skammt frá gatnamótum Laugavegar og Kringlumýrarbrautar. Breiðholtsblaðið leit við eina morgunstund og spjallaði við nokkra af nemendum Hringsjár og fékk tíðindamaður bleika köku með kaffinu en heimsókn hans bar að á degi bleiku slaufunnar.

Þau sem spjölluðu við blaðið voru Sigurrós Bára, Ágústa Hrönn, Jónas Hannes og Alice. Þau eiga rætur í hinum ýmsu samfélögum. Sigurrós er ættuð úr Skagafirði. Ágústa Hrönn kemur frá Grundarfirði. Jónas Hannes er borgarbarn úr höfuðborginni og Alice er Akureyringur en hefur verið búsett syðra í þrjú ár. Þau eru öll á þriðju önn og útskrifast um komandi áramót. Öll líta þau björtum augum til framtíðarinnar og eru sammála um að dvölin í Hringsjá og námið hafi gert þeim gott.

Lesblinda er algeng

Þau segjast öll hafa verði í misjöfnu ástandi áður en þau komu í Hringsjá. Dvölin þar og námið hafi gerbreytt lífi þeirra. Þau leggja sérstaka áherslu á hvað þau eigi auðveldara með öll félagsleg samskipti hvort sem er í hópstarfi eða almennt í daglegu lífi. Lesblinda hefur háð sumum þeirra. Segjast jafnvel hafa nánast lært að lesa upp á nýtt og hafa þjálfað gott lesminni til þess að þurfa ekki að lesa eins oft eða mikið. Þau stefna ýmist á áframhaldandi nám eða vinnumarkað.

Betur búin að fara aftur út í lífið

Fjórmenningarnir leggja áherslu á góðan mórál innan veggja Hringsjár. „Við erum eins og ein fjölskylda,“ segja þau þegar spurt er um samskiptin. Þau segja bæði nemendur og kennara starfa í þeim anda. Aðalatriðið sé að ná árangri og vera betur undirbúin til þess að ganga út í lífið og takast á við þau viðfangsefni sem verða í boði hvort sem er til náms eða vinnu. Þau eiga misjafna sögu að baki úr skólakerfinu. Hvort sem er vegna lesblindu eða annars. Segja ekki gott að vera með kennara sem skilji ekki vanda og þarfir nemenda. Slíkt geti komið upp í almenna skólakerfinu. Hjá Hringsjá sé reynt að komast hjá slíkum vandamálum og miða við lausnir þeirra.

Leikræn tjáning hefur gert okkur gott

Leikræn tjáning er hluti námsins. Þau eru sammála að hún hafi hjálpað þeim í samskiptum við annað fólk. Að standa fyrir framan aðra og fá þjálfun í að tjá sig með orðum eða leikrænum hætti sé af hinu góða. Þau eru sannfærð um að slík þjálfun muni gagnast þeim vel í framtíðinni.

Tengd við kerfi framhaldsskólanna

Við upphaf náms- og starfsendurhæfingar hjá Hringsjá undirrita allir nemendur samstarfssamning um að skuldbinda sig að fylgja ákveðnum reglum meðan á námi stendur. Hringsjá er með þjónustusamning við Advania um aðgang að Innu sem er sama kerfi og framhaldsskólar nota. Það auðveldar öll samskipti sem er mjög mikilvægt fyrir starfseminna og ekki síst nemendur varðandi námsmat. En það auðveldar að fá mat á einingum frá Hringsjá í aðra skóla.

Umsóknarfrestur til 15. nóvember – enginn þarf að kvíða að sækja um

Nú er þriggja anna námi fjórmenninganna að ljúka og umsóknarfrestur um námið á næstu önn rennur út 15. nóvember. Helga Eysteinsdóttir forstöðumaður Hringsjár segir að fólk eigi tvímælalaust að sækja um ef það vill byggja sig upp eftir veikindi, slys eða áföll. Námið í Hringsjá er ekki aðeins fyrir ungt fólk heldur fólk á öllum aldri en meðalaldurinn er í dag um 29 ár, yngsti nemandinn er 18 ára og sá elsti 61 árs. Enginn á að þurfa að kvíða því að koma í Hringsjá. Þar er lögð áhersla á góð samskipti og vinalegt umhverfi. Komumanni fannst erfiðast við heimsóknina að þurfa að þakka fyrir kaffið kveðja og fara.



Sigurrós Bára, Ágústa Hrönn, Jónas Hannes og Alice spjölluðu við Breiðholtsblaðið.

HREKKJAVAKA

MIDBERGS

25 OKTÓBER 2022

14:00-16:00

HREKKJAVÖKUSKEMMTUNIN VERÐUR HALDIN Í HÓLMASELI 2-4 (HÚSNÆÐI HÓLMASELS & REGNBOGANS)

VEITINGASALA ANDLITSMÁLNING

DRAUGAHÚS

ÓGEÐISKASSI ÚTIELDUN

HLÖKKUM TIL AÐ SJÁ YKKURI!

KOMIÐ Í BÚNING EF ÞIÐ VILJIÐ

AÐGANGUR ER ÓKEYPIS EN VEITINGAR SELDAR Á VÆGU VERÐI



Systrasamlagið

Netverslun:
systrasamlagid.is

HEILSUEFLANDI BREIÐHOLT

Um frístundir í Breiðholti

Nú er verkefnið frístundir í Breiðholti á sínu þriðja ári. Áherslur hafa fyrst og fremst snúð að því að koma upplýsingum til barna, unglunga og til foreldra um það sem er í boði í Breiðholti. Á þeim þremur árum sem við höfum unnið að verkefninu hefur áætlunin verið í mótun og eru upplýsingar til barna hvað mikilvægastar.

En það hefur líka verið mikilvægt að hlusta á þarfir barnanna og setja verkefni af stað, sem við höfum svo sannarlega gert: Bandýæfingar, badminton, blak fyrir börn og listanámskeið sem hafa verið auglýst. Auk þess hafa verið sett af stað Gym-hópar og íþróttahópur fyrir unglunga.

Í því ferli að koma upplýsingum til heimilanna

hafa skólarnir verið hvað mikilvægastir. Við höfum fengið að koma inn á fundi skólastjórnenda, kennara og höfum farið inn í alla bekkir grunnskólanna til að ræða við börnin um þeirra þarfir. Hvað vilja börnin, er nóg í boði, er það sem er í boði nógu fjölbreytt?

Á þessum tíma sem verkefnið hefur verið í gangi hefur samstarf og samvinna við kennara skólanna aukist og án þeirra væri ekki hægt að ná til barna og foreldra með þeim hætti sem við höfum verið að gera. Kennarar hafa sýnt verkefninu skilning og áhuga og hefur það verið mikilvægur hlekkur í þeim árangri sem við erum að ná. Auk þess er aðdáunarvert að finna fyrir því frumkvæði sem ritara og skólastjórnendur sýna með nýsköpun og nálgun til að við getum náð sem bestum árangri.

Kveðja,
Jói og Þráinn.



Þráinn Hafsteinsson.



Jóhannes Guðlaugsson.

Seljaskólastelpur grunnskólameistarar



Stelpurnar í 7. bekk Seljaskóla gerðu sér lítið fyrir og unnu Grunnskólamót KRR. Stelpurnar unnu Laugalækjaskóla 2-0 í undanúrslitum. Þær mættu sterku liði Dalskóla í úrslitum. Eftir venjulegan leiktíma var staðan jöfn 0-0 og því fór í vítaspyrnukeppni sem endaði með sigri Seljaskóla.



GETRAUNANÚMÉR
LEIKNIS ER 109

1x2

GETRAUNIR.IS

Getraunanr. 111
Leiknir var stofnað 1973



www.leiknir.com

Austurbergi 1, Efra Breiðholti

Atli Jónasson nýr yfirþjálfari Leiknis

Atli Jónasson er nýr yfirþjálfari Íþróttafélagsins Leiknis. Hann tekur við starfinu af Halldóri "Donna" Heiðarssyni.

Atli kom til félagsins sem varamarkvörður í Meistaraflokki í vor en hann hefur samhliða verið þjálfari í farsælu yngri flokkastarfi HK-inga undanfarið. Félagið hlakkar til að vinna með Atla í þessu hlutverki og bjóðum hann velkominn til starfa.



Karan Gurung í U-15 ára hópnum

Flott þróunarmót UEFA er að baki fyrir Karan Gurung og U-15 landsliðið. Karan er einn mesta spennandi leikmaðurinn í frjóu uppeldisstarfi félagsins.

Karan er á heimleið frá Slóveníu eftir flott þróunarmót á vegum UEFA fyrir U-15 ára landslið Íslands. Karan og félagar enduðu í öðru sæti á eftir heimaliðinu á markatölunni einni. Okkar maður skoraði einkar smekklegt mark í leik við N-Írland og býr vonandi vel að reynslunni sem hann hlaut í þessu verkefni.



Er kominn tími til að gera eitthvað?

Næstu námskeið í boði hjá Hringsjá

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

Styrkleikar

Þátttakendur fá tækifæri til að greina helstu styrkleika sína og skoða leiðir til að nýta þá betur í daglegu lífi. Rannsóknir benda til þess að aukin meðvitund um helstu styrkleika okkar auki vellíðan okkar.

Sjálfsstyrking

Fyrir þá sem vilja vera öruggari í framkomu og öðlast meiri trú á eigin getu til að tjá sig. Stuðst er við grunnaðferðir og tækni úr leiklistarheiminum.

Lesblindunámskeið

Á námskeiðinu fá nemendur fræðslu um einkenni námserfiðleika/dyslexiu/ dysgraphiu/dyscalculiu og þær afleiðingar sem þessar raskanir geta haft á daglegt líf.

Jákvæð sálfræði

Almenn umfjöllun um jákvæða sálfræði og hvernig hún tengist andlegri heilsu og vellíðan.

Fjármál einstaklinga

Fyrir þá sem vilja fá yfirsýn yfir eigin fjármál og auka fjármálalæsi.

Ég heiti
Svala Breiðfjörð
Arnardóttir

Ég er löggiltur bókarari hjá Hringsjá náms- og starfsendurhæfingu. Ég var nemandi í Hringsjá náms- og starfsendurhæfingu.



„Hringsjá breytti lífinu til hins betra. Í dag er ég í draumastarfi og elska að vakna á morgnana.“



Hringsjá

Náms- og starfsendurhæfing

Upplýsingar og skráning
í síma 510 9380 eða
á staðnum að Hátúni 10d.

Heimasíða: www.hringsja.is
Netfang: hringsja@hringsja.is
Facebook: facebook.com/hringsja

Andrea Íslandsmeistari í viðavangshlaupi

Um miðjan október fór fram Meistaramót Íslands í viðavangshlaupum og voru það þau Andrea Kolbeinsdóttir (ÍR) og Arnar Pétursson (Breiðablik) sem komu fyrst í mark í kvenna- og karlaflokkum (8 km) og vörðu því titil sinn.

Andrea kom í mark á tímanum 32:01 mín. Í öðru sæti var Íris Anna Skúladóttir (FH) á tímanum 33:42 mín. og Íris Dóra Snorradóttir (FH) var í því þriðja á tímanum 34:27 mín. Arnar kom í mark á tímanum 29:43 mín. Í öðru sæti var var Snorri Einarsson á 31:14 mín og Sigurður Karlsson (ÍR) í því þriðja á tímanum 31:32 mín.



ÍR-ingurinn Andrea Kolbeinsdóttir.

Mikil gróska í frístundastarfinu

Börnin sem og starfsfólkið í frístundastarfinu í Breiðholti eru að byrja veturinn alsæl og er yndisleg frelsistilfinning að starfa með börnunum án takmarkana vegna covid, foreldrar geti komið inn á frístundaheimilin og ekki sé mikil fjarvera þáttakenda vegna faraldursins.

Frístundaheimilin í Breiðholti eru að vinna þemaverkefni í vetur. Fyrsta þema vetrarins er í gangi núna og heitir það Hópleikir og vinátta. Þemað hefur farið vel af stað og hefur verið gaman að fylgjast með börnunum þróa vináttu sín á milli og taka þátt í allskyns nýjum hópleikjum.

Börnunum eru kenndir hópleiki sem að þau geta nýtt bæði inni og úti. Þessir leikir fá börnin til að koma saman og jafnvel mynda nýja vináttu. Með leikjunum styrkir þetta börnin félagslega og hjálpar þeim að fara út fyrir þægindaramman og hafa gaman saman.

Vinastaur/bekkur

Leikirnir hafa farið fram á lóð frístundaheimilanna, í sal eða öðrum herbergjum.

Annað verkefni tengd þemanu er svokallaður Vinastaur/bekkur, þar hafa starfsmenn í samstarfi við börnin málað staur/bekki á lóðinni



þar sem að börnin geta farið á ef þeim vantar félagi eða vilja fara í ákveðna leiki. Þetta verkefni hvetur börnin til þess að bjóða öðrum börnum sem kannski vantar leikfélaga til að vera með í leik og/ eða fá að vera með í leik.

Skuggaleikhús

Skuggaleikhús er næsta þema frístundaheimilanna og hefst það 27. október. Skuggaleikhús krefst listrænnar tjáningar sem gefur börnunum tækifæri til að sameina, sögu, tónlist og leik. Þá er það

einnig frábært verkfæri til þess að samþætta ýmsa námsþætti, svo sem bernskulæsi og sköpun. Það eflir ímyndunarafli barnanna, bætir við orðaforða, eflir tjáningu og frásagnarhæfni og er þar af leiðandi afskaplega skapandi starf.

Svo mikil gróska er í frístundastarfinu í Breiðholti í vetur og dásamlegt að sjá börnin þroskast í gegnum leik og starf

Berglind Ósk Guðmundsdóttir.
Forstöðumaður Álfheima.

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
þrágt af vináttu



Voffsalega skemmtileg gældudýrabúð!

SmíðaVík

GÓÐIR 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



HEIMASÍÐA ÍR
www.ir.is



GETRAUNANÚMÉR ÍR

109



1X2
GETRAUNIR.IS



Pitt fyrirtæki í aðalhlutverki

Við höfum reynslu, réttu lausnirnar og ástríðu fyrir því að fyrirtækið þitt eigi stórleik á sínu sviði atvinnulífsins.

islandsbanki.is

