

# MOSFELLINGUR

VEFÚTGÁFA

www.mosfellingur.is



11. TBL. 20. ÁRG. FIMMTUDAGUR 7. OKTÓBER 2021 • DREIFT FRÍTT INN Á ÖLL HEIMILI Í MOSFELLSBÆ • VEFÚTGÁFA: WWW.MOSFELLINGUR.IS



VINSÆLIR TÍMAR Í ÍPRÓTTAHÚSINU

## EIGN VIKUNNAR

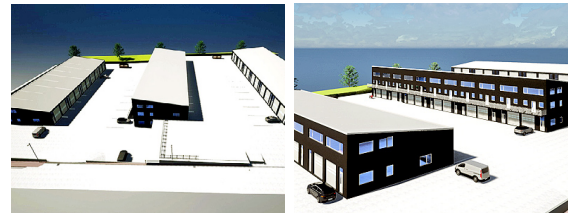
www.fastmos.is



### Bugðufliót - atvinnuhúsnæði

Nýtt atvinnuhúsnæði sem er að rísa á stórrí lóð. Bilin verða 113m<sup>2</sup> til 118 m<sup>2</sup> og verða afhent í janúar 2022. Tvær innkeyrsluhurðir eru á hverju bili. Mögulegt er að fá rétt á að skrá milliloft í bilin, fjölga þannig fermetrum og auka verðmæti þeirra.

V. 37,5 m til 39,9 m.



**Fasteignasala  
Mosfellsbæjar**



FYLGSTU  
MEÐ OKKUR  
á Facebook

Kjarna • Þverholti 2 • 270 Mosfellsbær • S. 586 8080  
Svanþór Einarsson • lögg. fasteignasali • www.fastmos.is

Ókeypis samverustund á sunnudagsmorgnum • Í boði Heilsueflandi samfélags

## Fjölskyldutímarnir byrja aftur

Hinir geysivinsælu fjölskyldutímar eru byrjaðir aftur að Varmá en þeir hafa legið niðri eins og margt á tímum Covid. Mosfellsbær býður öllum að mæta í íþróttahúsið að Varmá á sunnudögum kl. 10.30-12 og eru tímarnir opnir og íbúum að kostnaðarlausu auk þess sem frítt er í sund á eftir.

Markmiðið er að búa til vettvang þar sem öll fjölskyldan

kemur saman og leikur sér saman í íþróttum og á góðar og jákvæðar samverustundir saman. Leiðbeinendur eru á staðnum, hjónin Árni Freyr og Þorbjörg og Ólafur Snorri og Íris Dögg og hafa þau öll mikla reynslu af íþróttastarfi.

Fjölskyldutímarnir hófu fyrst göngu sína árið 2015 og hafa notið mikilla vinsælda meðal Mosfellinga.

Alla leið  
á öruggari  
dekkjum

Pantaðu tíma á n1.is

N1 Langatanga 1a  
Mosfellsbær



N1 ALLA LEIÐ

Mosfellingurinn Birna Mjöll Sigurðardóttir þjóðfræðingur

Mikinn fjársjóð að finna  
í héraðsskjalasafninu »22



Háholt 13-15  
Háaleitisbraut 58-60

Hindberjatart með nougat  
og möndlumassa í Mosfellsbakaríi

RÉTTINGAVERKSTÆÐI  
**Jóns B. ehf**

Flugumýri 2, Mosfellsbær  
Símar: 566 7660 og 697 7685 jonrett@internet.is  
WWW.JONB.IS



CAB  
CABAS



ÞJÓNUSTUVERKSTÆÐI  
SKIPTUM UM FRAMRÚÐUR

Útgefandi: Mosfellingur ehf., Spóahöfða 26, sími: 694-6426

Ritstjóri og ábyrgðarmaður:

Hilmar Gunnarsson, hilmar@mosfellingur.is

Ritstjórn:

Anna Ólöf Sveinbjörnsdóttir, annaolof@mosfellingur.is

Ragnar Þór Ólason, raggiola@mosfellingur.is

Ruth Örnólfsdóttir, ruth@mosfellingur.is

Prentun: Landsprent. **Upplag:** 5.000 eintök. **Dreifing:** Afturelding.

**Umbrot og hönnun:** Mosfellingur ehf.

**Prófförk:** Hjördis Kvaran Einarsdóttir ISSN 2547-8265

Tekid er við aðsendum greinum á mosfellingur@mosfellingur.is og skulu þær ekki vera lengri en 500 orð. Efni og auglýsingar skulu berast fyrir kl. 12, mánudegi fyrir útgáfudag.

Mosfellingur kemur út að jafnaði á þriggja vikna fresti.

Næsti Mosfellingur kemur út 28. október

## Lokatölur úr Kraganum

Það var gaman að fylgjast með fjórum öflugum konum úr Mosfellsbæ berjast um sæti á Alþingi. Tvær komust inn og halda sæti



sínu, þær Bryndís Haraldsdóttir (D) og Þórhildur Sunna Ævarsdóttir (P). Til vara verða þær Una Hildardóttir (V) og Elín Anna Gísladóttir (C). Allar hver úr sínum flokknum. Til hamingju með árangurinn og áfram Mosó.

Hilmar Gunnarsson, ritstjóri Mosfellings

Fjölskyldutímarnir að Varmá eru byrjaðir aftur. Mikil snilld. Loksins opnast fyrir þennan möguleika aftur eftir samkomutakmarkanir sem hafa verið í gildi síðastliðið eitt og hálf ár. Mosfellingar geta mætt í íþróttahúsið að Varmá á sunnudögum kl. 10:30-12:00 og spriklað eins og þeir vilja. Fjölskyldan getur prófað saman hinar ýmsu íþróttir án allra skuldbindinga, kvaða eða kostnaðar. Reyndir leiðbeinendur eru til halds og trausts á staðnum og frítt er í sund á eftir. Ég mæli hiklaust með þessu fyrir fjölskyldufólk. Flott hjá Mosfellsbæ að bjóða upp á þessa tíma. Þetta kallast heilsuefandi samfélag.



# ÍSFLUGL

www.isflugl.is



## Í PÁ GÖMLU GÓÐU...

### ÁLAFOSS

Verksmiðjuútsalan á Álafossi á sér langa sögu. Í septemberblaði Mosfellsþóstsins árið 1989 er frétt um að þau hjónin Elsa Hákonardóttir og Pétur Einarsson taki við rekstri Verksmiðjuútsölu Álafoss. Pétur hafði þá starfað á Álafossi í 10 ár og þau síðustu sem markaðsstjóri. Fyrirtækið flutti nokkru seinna í Álafosskvosina og blómstraði mjög fljótt og varð alþekkt bæði hér heima og erlendis.

## Nýir aðilar taka við verksmiðjuútsölu Álafoss

Nýir aðilar hafa tekið við rekstrinum á verksmiðjuútsölu hjá Álafossi, sem er í næsta húsi við skrifstofur fyrirtækisins. Eru það hjónin Pétur Einarsson og Elsa Hákonardóttir. Pétur hefur starfað hjá Álafossi í tíu ár og sem markaðsstjóri síðustu árin.

Verksmiðjuútsala Álafoss hefur einkum verið vinsæl meðal útlendinga og sem dæmi má nefna að þegar MP kom úr heimsókn úr nýju aðsetri UMSK í Tindastöli við Álafossveg, við hlið gamla aðseturs útsalunnar, þá renndu þar í hlað Bandaríkjamenn sem sögðust hafa komið

þar fyrir fjórum árum og keypt fráþæra vöru og vildu nú endurnýja kynni sín af verksmiðjuútsölu. Var þeim leiðbeint til hins nýja aðseturs verksmiðjuútsalunnar uppi á hæðinni og leiðir það hugann að því að merkingar fyrir gesti og gangandi þurfa að vera betri.



Verksmiðjuútsala Álafoss er í næsta húsi við skrifstofur fyrirtækisins austan við verksmiðjubyggingarnar sjálfar.



PÉTUR EINARSSON OG ELSA HÁKONARDÓTTIR

Umjón: Birgir D. Sveinsson (birgird@simnet.is)

### Kortsoj kortlað jarkapeysu. Íslensk ull handa skákmeisturinum

Íslenskar ullarpeysur hafa áunnið sér verðugan sess í hugum þeirra sem heimsækja Ísland. Í tilefni Heimsbikarmóts Stöðvar 2 í skák, ákvað Álafoss h.f. að færa öllum erlendu skákmeisturinum vandaðar ullarpeysur frá fyrirtækinu. Skákmeistararnir kættust mjög yfir peysunum enda heldur hráslagalegt veður þann tíma sem skákmótið stóð yfir og var því ekki vanþörf á skjól-göðum fatnaði. Það var heldur ekki beðið boðanna, peysurnar mátaðar á staðnum og menn allsendis ófeymnir að gefa hver öðrum góð ráð um stærð og stíl.



VIKTOR KORTNOJ SKÁKMEISTARI OG PÉTUR

## HÉÐAN OG ÞAÐAN



Getur þú fundið Benjamín falinn í blaðinu?

## Hringdu

- 🔍 skólanet Hringdu
- 🔍 hraðasta internetið
- 🔍 ótakmarkað gagnamagn
- 🔍 langbesta verðið
- 🔍 fyrir námsmenn
- 🔍 7.600 kr. á mánuði



# Fasteignasala Mosfellsbæjar



**Svanþór Einarsson**  
Lögg. fasteignasali



**Egilína S. Guðgeirsdóttir**



**Þórhildur M. Sandholt**  
Lögg. fasteignasali

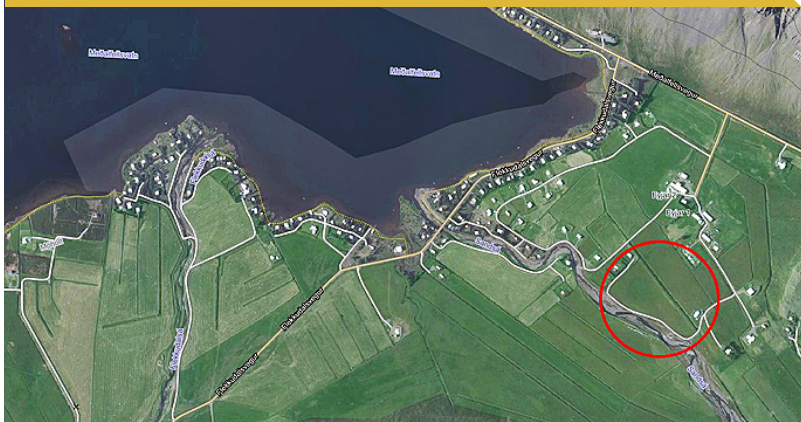


**Sigurður Gunnarsson**  
Lögg. fasteignasali



**Theodór Emil Karlsson**  
Aðstoðarmaður fasteignasala

## EYJABAKKI - KJÓS



Sumarbústaðalóðir við Eyjabakka í Kjós. Lóðirnar standa við ána Sandá rétt við Meðalfellsvatn. Akstur frá höfuðborgarsvæðinu er 30-40 mín. Stutt er í þjónustu og fallegar gönguleiðir. Á svæðinu er verslun og veitingahús. Á hverri lóð er heimilt að byggja eitt frístundahús og eitt aukahús. Hámarks byggingarmagn á lóð er 100 m<sup>2</sup>, þ.e. frístundahús og aukahús, aukahús skal þó ekki vera meira en 50 m<sup>2</sup>. **V. 6,3 m.**

## HLÍÐ - KJÓS



186,3 m<sup>2</sup> heilsárshús í sumarhúsabyggð í landi Meðalfells í Eilífsdal, Kjósarhreppi. Stór timburverönd með heitum potti. Mjög fallegt útsýni. Aðeins ca. 40 mín akstur frá Reykjavík. Gólfhitai er í húsi og í bílskúr. Húsið er kynt með hitaveitu og er ljósleiðari kominn. Þrígga fasa rafmagn. **V. 59,5 m.**



## STÓRITEIGUR

Mjög fallegt 211,7 m<sup>2</sup> einbýlishús á einni hæð, þar af er bílskúr 40,6 m<sup>2</sup>, á frábærum stað innanlega í rólegri og fjölskylduvænni götu. Fallegar innréttingar og gólfefni. Granít í borðplötum og gluggakistum. Stór timburverönd í suðurátt með heitum potti. Mikil endurnýjað árið 2006. **V. 116 m.**



## BLIKAHÖFÐI

Rúmgóð 120,7 m<sup>2</sup>, 5 herbergja endaíbúð á 2. hæð. Sér geymsla í kjallara. Íbúðin leigist með ísskáp og uppþvottavél. Frábær staðsetning, stutt í skóla, leikskóla, sundlaug, líkamsrækt og golfvöll. Eignin er laus til afhendingar fljótlega. **V. 310þ á mánuði**

# VILTU SELJA?

Ertu í söluhugleiðingum eða að  
velta fyrir þér að kaupa fasteign?

VEGNA MIKILLAR SÖLU VANTAR  
OKKUR ALLAR GERÐIR EIGNA



**Svanþór Einarsson**  
Löggiltur fasteignasali  
svanthor@fastmos.is  
S: 698 8555



**Sigurður Gunnarsson**  
Löggiltur fasteignasali  
sigurdur@fastmos.is  
S: 899 1987

**Fasteignasala Mosfellsbæjar hefur starfað í Mosfellsbæ síðan 1998  
og hefur lagt metnað sinn í að þjónusta Mosfellinga frá upphafi**



## Tveir Mosfellingar áfram á Alþingi

Þær Bryndís Haraldsdóttir (D) og Þórhildur Sunna Ævarsdóttir (P) verða fulltrúar Mosfellinga á Alþingi samkvæmt úrslitum kosninganna sem fram fóru 25. september. Bryndís skipar 3. sæti á lista Sjálfstæðisflokksins í Suðvesturkjördæmi og Þórhildur Sunna leiðir lista Pírata. Þá verða tvær konur varaþingmenn, þær Una Hildardóttir sem skipar 2. sæti á lista Vinstri grænna og Elín Anna Gísladóttir sem situr í 3. sæti Viðreisnar. Mosfellingar munu því eiga tvo þingmenn og tvo varaþingmenn.



## Streymi frá Jafnréttisdegi aðgengilegt

Jafnréttisdagur Mosfellsbæjar var haldinn 16. september og var þemað í ár trans börn. Lýðræðis- og mannréttindanefnd Mosfellsbæjar fékk úrvals fólk til að fjalla um og segja frá reynslu sinni, hvað þetta málefni varðar. Dagskrá Jafnréttisdagsins var streymt og eru upptökur nú aðgengilegar á slóðinni mos.is/transborn og Facebook síðu bæjarins. Efnid er nú þegar nýtt af öðrum sveitarfélögum og þá hefur Menntamálastofnun fengið leyfi til þess að miðla efninu til skóla á landinu.



TANKURINN FELLUR VEL AÐ LANDSLAGINU

Eykur þrýsting á neysluvatni • Aukið rekstraröryggi vatnsveitu Mosfellsbæjar

# NÝR VATNSTANKUR Í HLÍÐUM ÚLFARSFELLS TEKINN Í NOTKUN

Nýlega lauk framkvæmdum við byggingu vatnstanks í Úlfarsfells-hlíðum. Bygging tanksins er nauðsynlegur hluti af þeim vexti sem orðið hefur í Mosfellsbæ á síðustu árum enda eru bæjarbúar nú um 13 þúsund og fer fjölgandi.

Vatnsgeymirinn eykur þrýsting á neysluvatni fyrir hverfin austan Vesturlandsvegur og er í 130 metra hæð yfir sjó. Við smíði, frágang og landmótun var leitast við að fella tankinn eins mikið inn í landið og frekast er kostur og ekki verður annað sagt en að það hafi tekist með eindæmum vel eins og sést á meðfylgjandi mynd. Samhliða þessari framkvæmd varð til framkvæmdarvegur og tækifærið var nýtt til þess að byggja upp eldri reiðstíg.

### Lætur ekki mikið fyrir sér fara í hlíðinni

Þeir Ólafur Kristinn Magnússon og Þorsteinn Kröyer frá verktakanum Alefli afhentu Haraldi Sværissyni, bæjarstjóra Mosfellsbæjar, mannvirkid til rekstrar þriðjudaginn 5. október.

„Eitt af markmiðum Mosfellsbæjar er að byggð falli vel að landi, náttúru og bæjarbragnum. Þá látum við umhverfið okkur varða og sinnum málaflokknum af kostgæfni eins og metnaðarfull



ÞORSTEINN KRÖYER OG HARALDUR SVÆRISSYNI INNI Í MANNVIRKINU

umhverfisstefna okkar sýnir vel. Þessi vatnstankur kúrir í hlíðum Úlfarsfells og lætur ekki mikið yfir sér en eykur rekstraröryggi vatnsveitu Mosfellsbæjar til mikilla muna og Alefli hefur skilað af sér mjög góðu verki,“ segir Haraldur Sværissyni bæjarstjóri Mosfellsbæjar.

Afmælissýning verður opnuð í Kjarna 22. október • Elstu gögn frá upphafi 19. aldar

# Héraðsskjalasafnið 20 ára

Þann 24. október verður Héraðsskjalasafn Mosfellsbæjar 20 ára.

Starfsemi safnsins hefur gengið upp og niður á þessum 20 árum. Fyrsti héraðsskjalavörður var Sólveig Magnúsdóttir og stýrði hún safninu, í upphafi, af mikilli röggsemi og áhuga. Er hún hvarf frá störfum, rúmum þremur árum síðar, var safnið án starfsmanns næstu fimm árin eða þar til núverandi héraðsskjalavörður, Birna Mjöll Sigurðardóttir, hóf störf í september 2009.

Hlutverk héraðsskjalasafnsins er að annast varðveislu skjala stofnana Mosfellsbæjar, skrásetja þau og gera aðgengileg fyrir alla sem þarfnast upplýsinga. Héraðsskjalasafnið óskar einnig eftir að fá til varðveislu skjöl einstaklinga, félagsamtaka og fyrirtækja er gildi þykja hafa fyrir sögu umdæmisins og íbúa þess og vinnur að því að efla almenna þekkingu á sögu sveitarfélagsins.

### Ómetanleg skjalasöfn

Elstu gögn sem varðveitt eru á safninu eru frá upphafi 19. aldar en það eru hrepps- bækur og bréfasafn Mosfellsbæjar. Einnig eru varðveitt gögn frá upphafi margra félaga og fyrirtækja í Mosfellsbæ eins og Ung-



Ólafur Ásgeirsson þjóðskjalavörður skrifar undir samþykkt fyrir Héraðsskjalasafnið í Mosfellsbæ 24. október 2001. Starfsmenn og embættismenn Mosfellsbæjar fylgjast með.

mennafélagsins Aftureldingar, Lestrarfélag Lágafellssóknar, Reykjalundar, Hreiðurs, Golfklubbanna Kjalar og Bakkakots, Hestamannafélagsins Harðar og svo má lengi telja. Eru mörg ómetanleg skjalasöfn frá einstaklingum í vörslu safnsins.

Í tilefni af afmæli safnsins verður sett úsýning á torgi Kjarna. Opnun sýningarinnar er föstudaginn 22. okt. kl. 17. Á sýningunni má fræðast um sögu og aðdrif nokkurra mannvirkja í Mosfellsbæ en skjöl og ljósmyndir um þau eru varðveitt á safninu.

## KIRKJUSTARFIÐ



WWW.LAGAFELLSKIRKJA.IS

## HELGIHALD NÆSTU VIKNA

### Sunnudagurinn 10. október

Guðsþjónusta kl. 11 í Lágafellskirkju. Sr. Arndís.

### Sunnudagurinn 17. október

Guðsþjónusta kl. 20 í Lágafellskirkju. Sr. Arndís.

### Sunnudagurinn 24. október

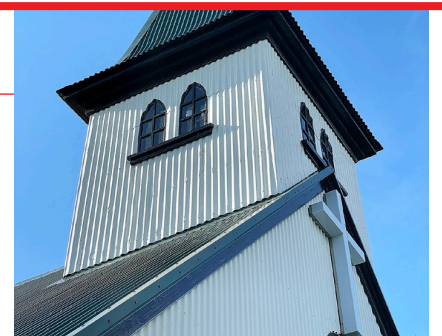
Guðsþjónusta kl. 11 í Lágafellskirkju. Sr. Bolli.

### 12 sporin - andlegt ferðalag

Kynningarfundir verða miðvikudagana 13., 20. og 27. október kl. 19.30 í safnaðarheimili Lágafellssóknar, Þverholti 3, 3. hæð.

### Foreldramorgnar

Á fimmtudögum kl. 10-12 í safnaðarheimilinu. Dæmi um dagskrá: Opið hús, gestafræðarar, léttar veitingar, leikföng og gott samfélag fyrir foreldra.



Nánari upplýsingar á [www.lagafellskirkja.is](http://www.lagafellskirkja.is) og endilega fylgdu okkur á samfélagsmiðlum facebook & instagram.

# ERT ÞÚ MEÐ GÓÐA HUGMYND?

## Menningar- og nýsköpunarnefnd auglýsir eftir umsóknum um þróunar- og nýsköpunar- viðurkenningu Mosfellsbæjar 2021

Hér er tækifæri fyrir frumkvöðla, sem hafa hugmyndir um nýsköpun, til að koma verkefni sínu á framfæri. Viðurkenningin felst ekki eingöngu í þeirri athygli sem hún vekur heldur er einnig um að ræða fjárhagslegan styrk.

### HVERJIR GETA SÓTT UM?

- Íbúi með lögheimili í Mosfellsbæ.

- Einstaklingur eða fyrirtæki sem leggur fram þróunar- eða nýsköpunarhugmynd sem gagnast fyrirtækjum eða stofnunum í Mosfellsbæ, málefnum eða verkefnum sem tengjast Mosfellsbæ sérstaklega.

### UMSÓKNARFRESTUR ER TIL 1. NÓVEMBER

Sótt er um rafrænt á heimasíðu Mosfellsbæjar þar sem einnig má finna nánari upplýsingar um forsendur og viðmið.

### UNGT FÓLK ER SÉRSTAKLEGA HVATT TIL AÐ SÆKJA UM!



MOSFELLSBÆR

Þverholt 2 | Mosfellsbær 270 | Sími 525 6700 | mos.is



## Óskað eftir góðum hugmyndum

Menningar- og nýsköpunarnefnd auglýsir nú eftir umsóknum um þróunar- og nýsköpunarviðurkenningu Mosfellsbæjar 2021. Um er að ræða tækifæri fyrir frumkvöðla sem hafa hugmyndir um nýsköpun til að koma verkefni sínu á framfæri. Viðurkenningin felst ekki eingöngu í þeirri athygli sem hún vekur heldur er einnig um að ræða fjárhagslegan styrk. Ætlað einstaklingum eða fyrirtækjum sem leggja fram þróunar- eða nýsköpunarhugmynd sem gagnast fyrirtækjum eða stofnunum í Mosfellsbæ, málefnum eða verkefnum sem tengjast Mosfellsbæ sérstaklega. Nánar á [www.mos.is](http://www.mos.is)

## Verkefni um styrki til tekjulágra framlengt

Mosfellsbær tekur þátt í verkefni um íþrótt- og tómsundastyrki til barna á tekjulágum heimilum sem er liður í að auka jöfnuð til íþrótt- og tómsundastarfs. Haustið 2020 samþykkti bæjarráð að taka þátt í verkefninu sem lið stjórnvalda í að auka jöfnuð til íþrótt- og tómsundastarfs í kjölfar Covid-19. Alþingi samþykkti viðbótar fjárheimild upp á 300 m.kr. til sveitarfélaga á árinu 2021 til að bregðast við áhrifum faraldursins og auka jöfnuð til tekjulágra heimila. Foreldrum barna á tekjulágum heimilum í Mosfellsbæ stendur því aftur til boða á haustönn 2021 að sækja um viðbótar íþrótt- og tómsundastyrk að upphæð 25.000 kr. Þá hefur umsóknarferlið verið einfaldað en hægt er að sækja um styrkinn í gegnum íbúagátt Mosfellsbæjar.



Veitingastaðurinn Mr. Kebab hefur opnað á neðri hæð Kjarna • Vilja auka fjölbreytni í Mosó

# Bjóða upp á arabískan mat

Nýverið opnaði í Kjarnanum veitingastaðurinn Mr. Kebab. Það eru þeir Mustafa Al Hamoodi og Samer Houtir sem eiga og reka staðinn.

Þeir eru báðir ættaðir frá Palestínu en hafa búið á Íslandi um árabíl. „Þegar við fórum í að leita að staðsetningu fyrir staðinn okkar þá var okkur bent á að það vantaði fjölbreytni í veitingahúsaflöruna í Mosfellsbæ. Við fengum fjöldan allan af áskorunum og sérstaklega frá Mosfellingum um að opna staðinn hér,“ segir Mustafa.

### Fjölbreyttur arabískur matur

„Við bjóðum upp á arabískan mat en á matseðlinum hjá okkur eru hefðbundnir kebab réttir, vefjur, bergarar og fleira. Við notumst aðeins við fyrsta flokks hráefni og gerum allan mat og sósur frá grunni. Verðlagið hjá okkur er líka gott, við reynum að hafa það sem hagstæðast fyrir viðskiptavinum okkar,“ segir Samer en opnunartími staðarins er frá kl. 11 til kl. 22. Allar upplýsingar um Mr. Kebab má finna á heimasíðunni, Facebook og Instagram.

### Vefjutilboð á þriðjudögum

„Nú þegar erum við með allar vefjur á matseðli á 1.000 kr. á þriðjudögum. Það hefur verið mjög vinsælt meðal Mosfellinga. Á næstunni bæstast við hádegisverðartilboð og einnig ætlum við að vera með sérstök fjölskyldutilboð. Það er mánuður síðan við opnuðum, við höfum fengið mjög góðar viðtökur og það má eiginlega segja að þeir sem koma einu sinni koma aftur og aftur,“ segja þeir félagar að lokum og bjóða alla Mosfellinga sérstaklega velkomna.



MÆTTIR Í MOSÓ OG HAFNA FENGIÐ GÓÐA VIÐTÖKUR



## MÁLMA FLYTUR Í MOSFELLSBÆ

Málma Endurvinnslan hefur flutt starfsemi sína í Flugumýri 12 í Mosfellsbæ. Fyrirtækið opnaði nýjar höfuðstöðvar sínar með pomp og prakt föstudaginn 1. október. Málma stendur fyrir þjónustu á sviði brotamálm. Fyrirtækið sérhæfir sig í kaupum og sölu á góðmálum og brotajárni. Á myndinni má sjá fríðan hóp starfsmanna mætta á nýjan stað.

Ungmennahúsið Mosinn er fyrir 16-25 ára Mosfellinga • Tónleikar á Barion og listasmíðjur í boði í næstu viku

# Ungmennahúsið stendur fyrir listaviku

Ungmennahúsið Mosinn stendur fyrir listaviku 11.-17. október en Mosinn heldur utan um ungmennastarf fyrir Mosfellinga á aldrinum 16-25 ára.

Í listavikunni verður boðið upp á tónleika og smíðjur. Þriðjudagskvöldið 12. október fara fram tónleikar á Barion kl. 20.30 og er frítt inn og ungmenni bæjarins velkomin.

Listasmíðjur verða haldnar fimmtudaginn 14. október og sunnudaginn 17. október kl. 20-23.

Tónlistarkonan Annalísa Hermannsdóttir heldur utan um lagasmíða smíðju þar sem ungmenni kynnast aðferðum við að semja lög og texta, ástæðum fyrir ritstíflum og hvernig á að komast hjá þeim.

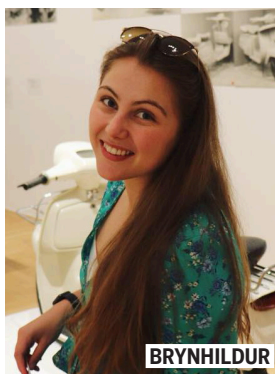
Kennd verða mismunandi ferli í sköpun og útgáfu laga. Annalísa hefur gefið út fjölmörg lög undir nafninu Annalísa og er hún einnig meðlimur hljómsveitarinnar K.óla.

### Allt ungt fólk velkomið

Sviðshöfundurinn Brynhildur Sigurðardóttir mun halda utan um skapandi skrifsmíðju. Í smíðjunni munu ungmenni fá tækifæri til að kynnast skapandi ferli í ritlist og ástæðum fyrir ritstíflum. Einnig mun þetta gefa ungmenninum kost á að finna áhugasvið sitt innan textavinnu hvort sem um ræðir leikritun, smásögur, ljóðaskrif eða uppistand. Brynhildur Sigurðardóttir hefur unnið sem leikstjóri og danshöfundur innan sjálfstæðu sviðslistasenuar



ANNALÍSA



BRYNHILDUR



HLJÓMSVEITIN TÆR

samhliða því að hafa skrifað fjölmörg leikrit.

Frítt er í smíðjurnar og fer skráning fram á netinu með því að senda nafn og símanúmer á netfangið [mosinn.ungmennahus@gmail.com](mailto:mosinn.ungmennahus@gmail.com).

Í ungmennahúsinu er allt ungt fólk velkomið og er starfsfólk boðið og búið til aðstoðar með allt sem liggur ungu fólki Mosfellsbæjar á hjarta. Ungmennahúsið er með góða aðstöðu fyrir viðburði og er ungt fólk hvatt til að halda tónleika, myndlistarsýningar, stunda hugleiðslu og íhugun eða að spila Dungeons og Dragons langt fram á kvöld.

Markmið ungmennahússins er að vera vettvangur fyrir menningarlega viðburði og grósku þar sem ungt fólk getur bæði nýtt aðstöðuna til listsköpunar og komið sér á framfæri, hvort sem um ræðir sjónlist, tónlist eða ritlist. Boðið eru upp á jákvætt félagslegt umhverfi.

» Mosinn opnaði formlega haustið 2017 og er vettvangur fyrir ungt fólk á aldrinum 16-25. Ungmennahúsið hefur aðsetur í félagsmiðstöðinni Bólinu við Skólbraut.

# TRYGGÐU ÞÉR JEEP Á LÆGRA VERÐI

ALVÖRU JEPPI. ALVÖRU FJÓRHJÓLADRIF.

5

ÁRA ÁBYRGÐ

8

ÁRA ÁBYRGÐ Á  
DRIFRAHLÖÐUNNI

PLUG-IN HYBRID

480.000 KR.  
VSK verð-  
hækkun um  
áramótin\*



4xe

JEEP WRANGLER RUBICON  
VERÐ FRÁ 9.899.000 KR.\*\*

4xe

JEEP COMPASS  
VERÐ FRÁ 6.699.000 KR.\*

4xe

JEEP RENEGADE  
VERÐ FRÁ 5.750.000 KR.\*

Nú er tilvalið að tryggja sér alvöru jeppa með alvöru fjórhjóladrifi í forsölu.  
Áætlað er að bílarnir verði tilbúnir til afhendingar í desember.

\*Verð á Compass og Renegade hækkar um 480.000 KR. um áramótin, vegna VSK hækkana.

\*\*Bjóðum upp á 35"-40" breytingapakka fyrir Wrangler.

 ISBAND

UMBODSAÐILI JEEP® Á ÍSLANDI • ÍSLENSK-BANDARÍSKA • ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR  
S. 590 2300 • JEEP.IS • ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPIÐ VIRKA DAGA 10-18 • LAUGARDAGA 12-16

 Jeep

Lífrænt og ferskt er lykilatriðið • Nýir eigendur teknir við en haldið í gamlar hefðir

# Ísbúðin Erlu-ís tekin í gegn

Ísbúðin Erlu-ís í Háholtinu hefur tekið miklum og skemmtilegum breytingum að undaförnu eftir að nýir eigendur tóku við rekstrinum.

„Við höfum tekið alla búðina í gegn, nýjar innréttingar, nýtt fólk, nýr matseðill en við höldum þó auðvitað áfram í gömlu góðu gildin hennar Erlu gömlu, svo goðsögnin lifir áfram hjá okkur.

Við höfum lagt okkur mikið fram við að kynnast ísvenjum hjá Mosfellungum og greina þarfir þeirra og óskir og miðar matseðillinn okkar og þjónustan algjörlega að því hvað Mosfellingar vilja og þrjá.

Saga Erlu-ís byggir á áratuga reynslu alveg frá fyrstu tíð ísbúða á Íslandi úr Alfheimunum en nýir eigendur hafa sett sér að halda farsælli sögu Erlu-ís í heiðri,“ segir Heiðdís Lilja Guðnadóttir vaktstjóri.

## Matseðill byggður á þörfum bæjarbúa

„Nú er svo komið að eina Erlu-ís búðin er staðsett hér í Mosó og er þetta jú hin eina sanna alvöru ísbúð Mosfellsbæjar í dag. Við leggjum mikinn metnað í að vera aðeins með úrvals hráefni í boði, ferska ávexti og bara besta ísinn frá Kjörís. Gamli, nýi, sykurlausi og allir hinir.

Lífrænt og ferskt er lykilatriðið við að búa til framúrskarandi ís en við bjóðum upp á alla gömlu og sígildu ísréttina hennar Erlu, í bland við allt það nýja sem unga fólk vill eins og kúluis, bragðarefi og krap en svo erum við alltaf með rjúkandi ferskt kaffi á könnunni.

Matseðillinn okkar byggist svo sérstaklega upp af því hvaða ísrétti Mosfellingar hafa verið að velja sér og kjósa síðustu ár.

Svo má líka uppljóstra því hér að sérstakur samningur var gerður við hana Erlu gömlu um að hún myndi gera fyrir okkur goðsagnarkennda kökudeigið sitt áfram



HEIÐDÍS LILJA OG GUÐLAUG BIRTA VIÐ AFGREIÐSLUBORDIÐ

svo heimabakaða kökudeigið verður áfram í boði, en bara hjá okkur, eins og það hefur verið hjá Erlu í áratugi.

Við hvetjum alla Mosfellinga til að fylgja

okkur á samfélagsmiðlum, þar er hægt að fylgjast með stemmningunni og sjá þau tilboð sem eru í gangi ásamt öllum öðrum upplýsingum um Erlu-ís.“



## Boðað til skólaþings í Mosfellsbæ 11. okt.

Þann 11. október fer fram skólaþing í Mosfellsbæ. Markmið þingsins er að skapa vettvang fyrir nemendur, starfsfólk, foreldra/forráðamenn og íbúa til verkefnavinnu sem ætlað er að verða innlegg í menntastefnu Mosfellsbæjar sem gefin verður út í janúar 2022. Þema skólaþingsins er: Hvað er góður skóli? Dagskráin er eftirfarandi en hún fer fram í Helgafellsskóla.

Kl. 9:00 - 11:00 - Nemendur 1. - 10. bekkjar.

Kl. 15:00 - 17:00 - Starfsfólk grunn-, leik-, Listaskóla, frístundar og félagsmiðstöðvar.

Kl. 18:00 - 20:00 - Foreldrar, forráðamenn nemenda og íbúar.

Í hverri vinnustofu skólaþings verða 20 mínútna innlegg frá valinkunnum aðilum þar sem fjallað verður um áhugaverð málafni sem snerta hvern hóp fyrir sig. Nánari dagskrá hverrar vinnustofu verður kynnt þátttakendum þegar nær dregur. Íbúum sem ekki eiga börn í skólum Mosfellsbæjar í dag en hafa brennandi áhuga á menntamálum er boðin þátttaka á þinginu. Hægt er að skrá sig á þingið á vefsíðu Mosfellsbæjar, [www.mos.is](http://www.mos.is) Boðið verður upp á veitingar og hugað verður vel að sóttvörnum.

## ELDRI BORGARAR • ÞJÓNUSTUMIÐSTÖÐIN EIRHÖMRUM • FRAM UNÐAN Í STARFINU



### Handverksstofa

Viltu læra að breyta skel í kerti? Komdu þá til okkar mánudaginn eða þriðjudaginn 11. og 12. október frá 11-14. Allt efni á staðnum og lágmarksverð á öllu efni. Komdu út úr skelinni og prófaðu að gera eitthvað skemmtilega öðruvísi. *Skráning á [elvab@mos.is](mailto:elvab@mos.is) eða í síma 586-8014 /698-0090 eða á blaði í handverksstofu.*

### Opið hús

Gleðigjafar í Harðarbóli Opið hús/menningarkvöld verður mánudaginn 11. október í Harðarbóli á Varmárbökkum klukkan 20. Skagfirðingurinn Gunnlaugur Valtýsson og félagi hans Sigurður Hannesson munu þenja nikkur og plokka gítar með söng og skagfirskri sveiflu. Vonast er til að við tökum hressilega undir og hinir fótfráustu skelli sér út á dansgólfið. Kaffinefndin verður svo með kaffihlaðborð að venju. Aðgangseyrir er kr. 1.000 (posi er ekki á staðnum). **Með kveðju Menningar- og skemmtinefnd FaMos**

### Postulíns og keramik

Nú höfum við stofnað tvo skemmtilega áhugamannahópa sem allir geta verið með í. Annar hópurinn er fyrir þá sem hafa áhuga á að koma og mála postulín saman, þú þarft að koma með þína liti og hluti. Við getum brennt á staðnum. Hinn hópurinn er að mála keramik, við erum að selja einhverja muni sem hægt er að mála og litir eru einnig á staðnum, einnig er velkomið að koma með sitt eigið. Báðir þessir hópar hittast vikulega og næsti hittingur er fimmtudaginn 14. okt í handverksstofu Hlaðhömrum 2, þú mætir þegar þér hentar á tímabilinu 11.30-15.30. Tökum vel á móti öllum. *Skráning á [elvab@mos.is](mailto:elvab@mos.is) eða í síma 586-8014 /698-0090 eða á blaði í handverksstofu.*

### Félagsvistin

**Alla föstudaga í borðsal Eirhamra kl. 13.** Hlökkum til að sjá gamla sem nýja. Allir velkomnir og munið að þetta er ókeypis en kaffi á könnunni og vinningur í boði fyrir sigurvegarann.

### Gaman saman

Er loksins byrjað aftur og er annan hvern fimmtudag kl. 13.30 í borðsal Eirhamra. Alltaf einhver söngur og gleði í gangi þá. **Gaman saman í október er 7. og 21. og í nóvember 4. og 18.**

### Ljósálfar

**BASARHÓPUR - VERTU MEÐ** Vilt þú vera með okkur í hóp að gera fallega muni fyrir basarinn sem verður í nóvember 2021? Ef svo er þá erum við alla þriðjudaga kl. 13 á Eirhömrum að skemmta okkur saman og hlæjum mikið og töfrum fram fallega muni. Allt efni er skaffað á staðnum og er því ekkert nema að mæta með góða skapið, öllum er velkomið að vera með.

### Breytt og bætt

**Verum umhverfsvæn og nýtum, breytum og bætum** Við ætlum að endurhanna gamla muni sem legið hafa lengi í geymslu einhvers staðar og gefa þeim nýtt notagildi og útlit, með því að nota alls konar aðferðir sem eru skemmtilegar og ódýrar. Einu kröfurnar sem við gerum er sköpunargleði og ekki er verra að hafa gott hugmyndaflug líka en umfram allt að hafa gaman af því að hittast og vera með skemmtilegu fólki. Þessi hópur hentar því öllum. Við munum hafa á staðnum alls konar efnivið sem hægt er að vinna úr. Einnig er alveg sjálfsagt að koma með sína eigin hluti og breyta þeim í eitthvað stórkostlegt. **Við ætlum hittast í fyrsta skiptið kl. 11.30 fimmtudaginn 21. október.** *Skráning á [elvab@mos.is](mailto:elvab@mos.is) eða í síma 586-8014 /698-0090 eða á blaði í handverksstofu.*



**Skrifstofa félagsstarfsins** er opin alla virka daga kl. 13-16. Sími félagsstarfsins er 586-8014. Forstöðumaður félagsstarfs eldri borgara í Mosfellsbæ er *Elva Björg Pálsdóttir* tólmstunda- og félagsmálafræðingur, s: 698-0090.

**Skrifstofa FaMos** á Eirhömrum er opin alla fimmtudaga frá kl. 15-16.

 **FÉLAG ALDRADRA** í Mosfellsbæ og nágrenni [famos@famos.is](mailto:famos@famos.is) [www.famos.is](http://www.famos.is)

### STJÓRN FAMOS

**Ingólfur Hrólfsson** formaður s. 855 2085 [ihhj@simnet.is](mailto:ihhj@simnet.is)  
**Úlfhildur Geirsdóttir** varaformaður s. 896 5700 [bruarholl@simnet.is](mailto:bruarholl@simnet.is)  
**Margrét Ólafsdóttir** gjaldkeri s. 863 3359 [margretjako@gmail.com](mailto:margretjako@gmail.com)  
**Snjólaug Sigurðardóttir** ritari s. 897 4734 [snjolaugsig@simnet.is](mailto:snjolaugsig@simnet.is)  
**Kristbjörg Steingrimsdóttir** meðstjórnandi s. 898 3947 [krist2910@gmail.is](mailto:krist2910@gmail.is)  
**Jóhanna B. Magnúsdóttir** 1. varamaður s. 899 0378 [hanna@smart.is](mailto:hanna@smart.is)  
**Þorsteinn Birgisson** 2. varamaður s. 898 8578 [thorsteinn.birgis@gmail.com](mailto:thorsteinn.birgis@gmail.com)



# ÞÖKKUM FRÁBÆRAR MÓTTÖKUR

Við erum reynsluboltar í fasteignaviðskiptum  
sem vinnum af heilindum fyrir þig



Bjarni Lárusson löggiltur fasteignasali og hæstaréttarlögmaður. Bjarni hefur nær 30 ára reynslu af lögmannsstörfum og hefur jafnframt um tíma sinnt störfum við fasteignasölu, rekstri dómsmála um fasteignir, fasteignakaup, gallamálum og fleira sem því tengist. Hann er áhugasamur um skipulagsmál, þróun fasteignamarkaðarins hér á landi og lagaumgjörð greinarinnar. Lögmennsku og fasteignasölu tekur Bjarni alvarlega og kappkostar að veita vandaða og áreiðanlega þjónustu.

**[bjarni@allt.is](mailto:bjarni@allt.is) Sími: 560 5518**

Jóhann Halldórsson er frá Vestmannaeyjum en býr nú í Kópavogi ásamt fjölskyldu sinni. Hann er viðskiptafræðingur og hefur auk þess réttindi sem löggiltur fasteignasali og leigumiðlari. Þá hefur hann lokið prófi í verðbréfavíðskiptum. Jóhann var um langt skeið starfsmaður Íslandsbanka þar sem hann framkvæmdi m.a greiðslumöt og fasteignauflán á útibúasviði bankans og var sparnaðar og lífeyrisráðgjafi á eignastýringasviði bankans. Fritíma ver hann með fjölskyldu og í að byggja sumarhús í Vestmannaeyjum.

**[jh@allt.is](mailto:jh@allt.is) Sími: 560 5514**

Einar Gunnarsson er löggiltur fasteignasali og hóf hann störf hjá Allt fasteignasölu í lok 2019. Hann er alinn upp í Hafnarfirði en flutti í Árbæinn fyrir tíu árum síðan. Einar er kvæntur og tveggja barna faðir. Fátt finnst honum skemmtilegra en að spila golf á sólríkum degi. Einar leggur mikinn metnað í að veita faglega, trausta og ábyrga þjónustu.

**[einar@allt.is](mailto:einar@allt.is)**

**Sími: 560 5512**

**ALLT fasteignasala**  
**Þverholti 2 Mosfellsbæ**  
**Sími 560 5505**  
**[allt@allt.is](mailto:allt@allt.is)**  
**[allt.is](http://allt.is)**

**Viskumoli dagsins**  
Starf fasteignasala snýst ekki bara um kaup og sölu fasteigna. Starfið snýst líka um að vera fulltrúi bæði kaupanda og seljanda af heilindum og einlægni í leit að besta ávinningi fyrir báða aðila.

KÍKTU Í VEISLUNA

*Nú er Erla  
búin að breyta og bæta!*

*Erlu ís*



Opið alla daga 12:00-23:00

Háholt 13-15

270 Mosfellsbær



MOSFELLSBÆR

# ÞÉR ER BOÐIÐ Á SKÓLAÞING MOSFELLSBÆJAR 11. OKTÓBER 2021

**Markmið skólaþings er að skapa vettvang fyrir nemendur, starfsfólk, foreldra/forráðamenn og íbúa til verkefnavinnu sem ætlað er að verða innlegg í menntastefnu Mosfellsbæjar sem gefin verður út í janúar 2022.**

Þann 11. október fer fram skólaþing í Mosfellsbæ.

## **ÞEMA SKÓLAÞINGS ER: HVAÐ ER GÓÐUR SKÓLI?**

Skólaþingið er að þessu sinni þrískipt:

### **KL. 9 - 11**

Nemendur 1. - 10. bekkjar

### **KL. 15 - 17**

Starfsfólk grunn-, leik-, Listaskóla, frístundar og félagsmiðstöðvar

### **KL. 18 - 20**

Foreldrar, forráðamenn nemenda og íbúar

**Skólaþingið fer fram í Helgafellsskóla.**

Í hverri vinnustofu skólaþings verða 20 mínútna innlegg frá valinkunnum aðilum þar sem fjallað verður um áhugaverð málefni sem snerta hvern hóp fyrir sig.

Nánari dagskrá hvernar vinnustofu verður kynnt þátttakendum þegar nær dregur.

Íbúum sem ekki eiga börn í skólum Mosfellsbæjar í dag, en hafa brennandi áhuga á menntamálum, er boðin þátttaka á þinginu.

Hafir þú áhuga á að taka þátt í þinginu, upplifa skemmtilegan viðburð og hafa áhrif á stefnu skólamála í Mosfellsbæ, skráir þú þátttöku með því að fylla út skráningarformið á slóðinni: [www.mos.is/skraning-ibuar](http://www.mos.is/skraning-ibuar)

**Boðið verður upp á veitingar og hugað verður vel að sóttvörnum.**

## **ÞÁTTTAKA ÞÍN SKIPTIR MÁLI!**





MOSFELLSDALUR  
**RÉTTAÐ Á  
HRAÐASTÖÐUM**

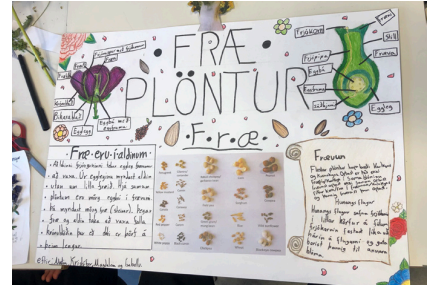


Flipp flopp dagar • Áhersla á nýstárleg vinnubrögð  
**UPPBROTS DAGAR HALDNIR  
Í NÝJUM KVÍSLARSKÓLA**

Flipp flopp í skapandi skólastarfi er heiti á þróunarverkefni í hinum nýja Kvíslarskóla. Tveir svokallaðir Flipp flopp dagar eru haldnir mánaðarlega og snúa að vinnulagi þar sem nokkrar námsgreinar eru samþættaðar að hverju sinni.

Áhersla er lögð á nýstárleg vinnubrögð af hálfu nemenda og kennara auk samspils upplýsingatækni og kennslufræðilegra hugmynda í námi, hugmynda á borð við verkefnamiðað nám, þemanám, þrautalausnám, hönnunarmiðað nám og samvinnunám.

Dagana 15. og 16. september voru fyrstu Flipp flopp dagarnir haldnir. Skólastarfið var brotið upp þar sem náttúrufræðin var lögð til grundvallar þessa tvo daga í náminu og ótalmörgu fléttað inn í kennsluna. Hver og einn árgangur fékk ólík verkefni til að kljást við. Í 7. og 8. bekk fór gagnaöflun að hluta til fram úti í náttúrunni. Nemendur í 7. bekk veiddu hornsíli og skordýr við Stekkjarflöt og Varmá en 8. bekkur safnaði gróðri í skóginum og í fjörunni við Varmár-



ósa. Nemendur í 9. bekk bjuggu til heimasíður tengdar þróunarkenningunni og 10. bekkjar bjuggu til dúkkur í raunstærð þar sem einblínt var á ólík kerfi mannlík-amans.

Óhætt er að segja að verkefnið hafi farið einstaklega vel af stað. Bæði nemendur og kennarar voru sammála um að fyrstu Flipp flopp dagarnir hafi verið skemmtilegir og lærdómsríkir í senn. Í október taka svo tungumálin við keflinu og þá verður einblínt á draugasögur og Halloween.

Gefur út sína fyrstu skáldsögu • Fleiri bækur í bígerð  
**Álafoskvos söguvið morðgátutryllis Ólafs Unnsteins**

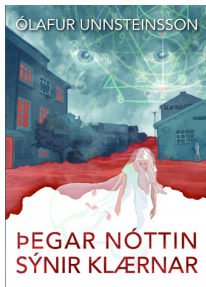
Mosfellingurinn Ólafur Unnsteinsson gaf nýverið út sína fyrstu skáldsögu, Þegar nóttin sýnir klærnar. Bókin er morðgátutryllir sem gerist að mestum hluta í Mosfellsbæ eða nánara tiltekið í Álafoskvosinni.

„Söguviðið er Álafoskvosin, árið er 2013 og Kvosin er vinsæll áfangastaður ferðamanna sem langar að sjá listaverk eftir hinn svokallaða Svefnengil, konu sem gengur í svefni og malar síðan það sem á vegi hennar verður, þ.e. draumsýnir næturinnar.

Þegar hún malar mynd af manni sem hvarf sporlaust ellefu árum fyrr tekur dóttir mannsins til sinna ráða og fær vini sína til að elta konuna inn í dimma skóga að næturlagi,” segir Ólafur.

**Er að vinna að næstu bók**

Ólafur er menntaður í sálfræði og hefur unnið sem ráðgjafi á heilbrigðisviðinu undanfarin ár. Hann býr ásamt varðkettinum Mosa í Mosfellsbæ og þar stunda þeir



félagar fuglaskoðun og heimspeki ásamt því að leysa gömul morðmál.

„Bókin hefur fengið góðar viðtökur, sérstaklega hjá Mosfellingum sem kunnugir eru staðhátum. Ég er þegar farinn að vinna að næstu bók en hún ber heitið Hús hinna sívölu ganga, hún gerist að Reykjalandi. Báðar þessar bækur eru skemmtilegar morðgátur með smá hryllingsváfi, ólíkar þessum týpísku skandinavískum kringum,” segir Ólafur að lokum.



Davíð Ólafsson lög. fast.  
david@fastborg.is

**ÉG GEF  
MÉR TÍMA  
FYRIR ÞIG!**

- fagleg og persónuleg þjónusta  
HRINGDU Í 897-1533

**B O R G**  
FASTEIGNASALA

MOSFELLSBÆR

**Laus störf í Mosfellsbæ**

Mosfellsbær hefur tekið í gagnið nýjan ráðningarvef.

Öll laus störf hjá Mosfellsbæ og stofnunum má sjá og sækja um á nýjum ráðningarvef:

[www.mos.is/storf](http://www.mos.is/storf)

Þverholt 2 | Mosfellsbær 270 | Sími 525 6700 | mos.is

# HALLÓ HAUST

## SPENNANDI VIÐBURÐIR Í KEILUHÖLLINI Í HAUST

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

FIM. 07. OKTÓBER.

DR. FOOTBALL

# HJÖBB QUIZ

STÓRSKEMMTILEGT FÓTBOLTA-QUIZ HJÖRVARA HAFLIDA



HAPPY HOUR 21-23 HAPPY HOUR 21-23 HAPPY HOUR 21-23 HAPPY HOUR 21-23 HAPPY HOUR 21-23

FÖS. 08. OKTÓBER

# HÖRÐUR OG PÉTUR

FRÍTT INN

Hörður og Pétur úr Bandmönnum halda uppi stuði og stemningu á sinn einstaka hátt.




FIM. 14. OKTÓBER

# PÖBB QUIZ

## NEI, HÆTTU NÚ ALVEG

VILLI NAGLBÍTUR



FIM. 21. OKTÓBER

# Haehæ!

PÖBB QUIZ MEÐ HJÁL MARI & HELGA



LAU. 23. OKTÓBER

RISAFJÖLSKYLDU

# BINGO!

## SVEPPA KRULL



MID. 27. OKTÓBER

RISA

# BINGO SVEPPA

FULLORÐINS ÚTGÁFAN




FIM. 28. OKTÓBER

# POP QUIZ

FRÍTT INN

Í fyrsta skipti í Keiluhöllinni. Hörður og Pétur úr Bandmönnum sjá um Popp Quiz í Keiluhöllinni. Tryggðu þér borð á [keiluhollin@keiluhollin.is](mailto:keiluhollin@keiluhollin.is)



ÖLL VINSÆLUSTU LÖGIN SING-A-LONG

# GUÐRÚN ÁRNÝ

FÖS. 29. OKTÓBER

ÖLL VINSÆLUSTU LÖGIN

FRÍTT INN



NÚ GETUR ÞÚ BÓKAÐ BRAUT Á NETINU  
[keiluhollin.is](https://keiluhollin.is)

*Keiluhöllin*  
EGILSHÖLL

s. 5 11 53 00

Rafbílaspá Eignaumsjónar • Áhersla á framtíðarlausnir og þróun nýjungar

# Tímabært fyrir húsfélög að finna framtíðarlausn fyrir hleðslu rafbíla

„Útfærsla á hleðslu rafbíla í fjölbýlishúsum var auðveld meðan fáir rafbílur voru í umferð og unnt var að leysa málin svo dugði um hríð. Með breyttum fjöleignarhúsalögum frá maí 2020, sem skylda húsfélög til að bregðast við óskum um að koma upp rafhleðslustengingum, er ljóst að skýra þarf fyrirkomulag hleðslu rafbíla í fjöleignarhúsum með áherslu á framtíðarlausnir og réttláta skiptingu kostnaðar milli húsfélaga og einstakra rafbílaeiganda,“ segir Bjarni G. Hjarðar, byggingar- og umhverfisverkfræðingur, sem er sérfræðingur og ráðgjafi á fasteignasviði Eignaumsjónar. Hann leiðir þróun nýjunga í þjónustu Eignaumsjónar, þ. á m. úttektir á hleðslufyrirkomulagi rafbíla í fjölbýlishúsum.

Áform stjórnvalda um að hætta innflutningi árið 2030 á fólksbifreiðum sem ganga fyrir jarðefnaeldsneyti, ásamt nýrri spá Eignaumsjónar um að 50% allra fólksbíla hérlendis það ár verði raf- og tengiltvinnbílur, undirstrika enn frekar að tímabært er fyrir húsfélög að huga að framtíðarlausnum í þessum efnunum.

## Öll fjölbýlishús þurfa rafhleðslutengingar innan nokkurra ára

„Samkvæmt spá sem við höfum gert út

frá opinberum gögnum ætlum við að innan áratugs verði yfir 50% fólksbíla hér á landi knúin raforku að einhverju eða öllu leyti. Það eru um 150.000 bílar en þeir voru aðeins um 15.000 um síðustu áramót. Þessir bílar eru notaðir daglega til ferða og verða í hverju einasta fjölbýlishúsi. Langflestir kaupendur fasteigna gera nú orðið kröfu um að slíkar tengingar séu til staðar, ekki í óráðinni framtíð heldur strax í dag,“ segir Bjarni.

## Hlutlaus og fagleg úttekt

Huga þurfi að ýmsu í upphafi segir Bjarni, s.s. að tryggja að heimtaug í hús sé nægjanlega öflug, hvaða búnað skuli velja og hver sé tæknileg geta hans, að álagsstýringarbúnaður sé til staðar og að innheimta, byggð á mælingum, geti verið sjálfvirk. Fýsilegt sé einnig út frá samkeppnissjónarmiðum að hægt sé að skipta um orkusala, ef vilji er til þess hjá stjórn húsfélags, sem og að geta tengt fleiri en eina gerð af hleðslustöðvum við kerfið.

„Segja má að húsfélög horfi fram á að reka lítið orkusöluvirkiræki innan húsfélagsins. Þetta er flóknara en virðist við fyrstu sýn. Til að hjálpa stjórnnum húsfélaga að greina bestu kosti við rafhleðslukerfi fyrir sína fasteign bjóðum við öllum



Bjarni G. Hjarðar, sérfræðingur og ráðgjafi á fasteignasviði Eignaumsjónar til hægri, og Þórhallur Sveinsson þjónustufulltrúi í vettvangsskoðun vegna hleðslumála rafbíla.

húsfélögum sem þess óska, hvort sem þau eru í viðskiptum hjá okkur eða ekki, upp á hlutlausu og faglega úttekt ásamt ráðgjöf um bestu framtíðarlausnir vegna hleðslu rafbíla,“ segir Bjarni.

hleðslustöðva er eða hvaða aðili selur notandanum raforkuna.“

## Styttist í að jarðefnaeldsneytisbílum sé úthýst

Stjórnvöld á Íslandi hafa markað þá stefnu að hætta innflutningi á fólksbifreiðum sem ganga fyrir jarðefnaeldsneyti árið 2030. Jafnframt hafa allir helstu bílaframleiðendur heims þegar ákveðið að hætta notkun dísilólíu eða bensíns sem orkugjafa í sína nýju bíla, jafnvel eftir aðeins nokkra mánuði og misseri og því segir Bjarni einsýnt að fjöleignarhús þurfi að bregðast við með uppsetningu hleðslukerfis.

„Nú er meðalaldur fólksbíla rúm 12 ár og það gefur auga leið að skynsamlegt er að velja rafbíla eða tengiltvinnbíla í dag. Fólk stendur nú þegar frammi fyrir orkuskiptum bílaflotum – sem eru svo sannarlega tímaþær af umhverfislegum og efnahagslegum ástæðum og fasteignir sem styðja orkuskipti eru og verða verðmætari og söluvænlegri.“

## „Bílastuð“ Eignaumsjónar

Í Bílastuði 0 er gerð hlutlaus og fagleg úttekt á mögulegu hleðslukerfi hússins og gerð kostnaðar- og framkvæmdaáætlun, mögulega áfangaskipt. Í Bílastuði 1 færir Eignaumsjón innheimtu gjalda vegna hleðslu rafbíla frá ábyrgð húsfélagsins yfir í sjálfvirk fyrirkomulag og reikningagerð.

„Þá er þriðja leiðin, Bílastuð 1+1 og þá ábyrgjumst við hjá Eignaumsjón rekstur og viðhald kerfanna ef þau eru að fullu snjallvædd, sem tryggir nákvæma skrá um notendur og notkun hvers fyrir sig og er auðvitað forsenda fyrir sanngjarnri og réttari innheimtu. Okkar sýn er að sem flest húsfélög líti til opinna lausna, þ.e. að engu skipti við val á kerfi hver framleiðandi

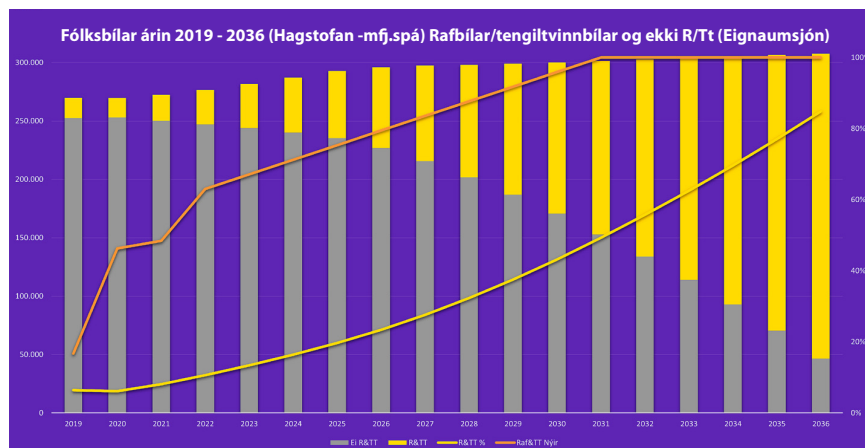
Sími 420 4010  
vinylparket.is

Hundruð litatóna í viðar- og steinaútliti

Sérþöntum og afhendum á 10-15 dögum!

Designflooring VÍNÝL PARKET

Desjamýri 8 • 270 Mosfellsbæ



Rafbílaspá Eignaumsjónar. Grár hluti súla: fjöldi fólksbíla sem ganga fyrir jarðefnaeldsneyti. Gulur hluti súla: fjöldi fólksbíla sem í rafhleðslu. Appelsínugul lína: hlutfall rafbíla og tengiltvinnbíla af innfluttum bílum. Gul lína: hlutfall rafbíla og tengiltvinnbíla af öllum fólksbílum.

MOSFELLSBÆR

## ÍBÚAFUNDUR VEGNA NÝS DEILISKIPULAGS

Boðað er til íbúafundar vegna tillögu að nýju deiliskipulagi fyrir 5. áfanga Helgafellshverfis í norðausturhluta hverfisins. Áætlað er að þar rísi fjölbreytt byggð með um 150 nýjum eignum.

Á fundinum verður einnig farið yfir forsögn að framtíðarskipulagi 6. áfanga sama svæðis sem verður norðan af Ásahverfi.

Fundurinn verður fimmtudaginn 14. október n.k., kl. 17.00-18.00 í nýjum sal Helgafellsskóla. Gengið er inn um suðurinnangang fyrir miðri byggingu.

Skipulagsfulltrúi Mosfellsbæjar

Þverholt 2 | Mosfellsbær 270 | Sími 525 6700 | mos.is

VIÐING JÁKVÆÐNI FRAMSKRNI UMHYGGJA

# KRÆSILEG HELGARTILBOÐ

GILDA 7.–10. OKTÓBER



**NAUTALUND 1/2** **KJÖTBANKINN**  
FERSKLEIKI  
FERGMENTSALA

**FERSK**

**3.299 KR/KG**  
ÁÐUR: 5.499 KR/KG

**40% AFSLÁTTUR**



**Kjúklingapottrettur í tikka masala - 600 g**

**1.199 KR/PK**  
ÁÐUR: 1.499 KR/PK

**20% AFSLÁTTUR**



**Kjúklingapottrettur í karrý-mangó - 600 g**

**1.199 KR/PK**  
ÁÐUR: 1.499 KR/PK

**20% AFSLÁTTUR**

**Kjúklingapottrettur í tikka masala - 600 g**

**1.199 KR/PK**  
ÁÐUR: 1.499 KR/PK

**Kjúklingapottrettur í karrý-mangó - 600 g**

**1.199 KR/PK**  
ÁÐUR: 1.499 KR/PK



**KJÖTSEL**

**40% AFSLÁTTUR**

**Grísasteik**  
Með pestó- og ostafyllingu

**1.379 KR/KG**  
ÁÐUR: 2.299 KR/KG



**KJÖTSEL**

**22% AFSLÁTTUR**

**Hamborgarhryggur**

**1.392 KR/KG**  
ÁÐUR: 1.784 KR/KG



**KJÖTBORD**

**20% AFSLÁTTUR**

**Lambamjaðmasneiðar**  
þykkar

**2.399 KR/KG**  
ÁÐUR: 2.999 KR/KG



**34% AFSLÁTTUR**

**Côte de boeuf**  
Kálfasteikur

**3.497 KR/KG**  
ÁÐUR: 5.298 KR/KG



**Heilsuvara vikunnar!**

**25% AFSLÁTTUR**

**Sofðu rótt**  
Iceherbs - 60 stk

**1.274 KR/STK**  
ÁÐUR: 1.699 KR/STK



**Vínberjatvenna**  
500 g

**299 KR/PK**  
ÁÐUR: 598 KR/PK

**50% AFSLÁTTUR**



**SPARAÐU EINS OG MEISTARI**  
**MEÐ SAMKAUPA-APPINU**

Skráðu þig á [meistaramanudur.is](http://meistaramanudur.is)

Náðu í appið og safnaðu inneign.  
Þú getur notað Samkaupa-appið í öllum verslunum Nettó.



**nettó**

Lægra verð - léttari innkaup

Tilboðin gilda meðan birgðir endast. Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl.  
Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

# FRAM UNÐAN Á BARION



**Boltinn í beinni** - fylgstu með á Facebook og Instagram



— 9. OKT.

## TRÍÓIÐ KÓKOS STÍGUR Á STOKK

Gústi, Öddi og Eva mæta til leiks og trylla sveitunga sína laugardagskvöldið 9. október. Ekta mosfellsk stemning eins og hún gerist best. Frítt inn!



— 12. OKT.

## TÓNLEIKAKVÖLD KJALLARANS

Barion og Kjallarinn (tónlistaraðstaða Bólsins) bjóða upp á tónleika kl. 20.30. Hljómsveitirnar Acerbic, Ice Dragon, Continue, Tær og Eilíf sjálfsfróun.



— 16. OKT.

## „FÖSTUDAGSLÖGIN“ MEÐ STEBBA JAK Á LAUGARDAGSKVÖLDI

Stebbi Jak söngvari Dimmu og gítarsnillingurinn Davíð Sigurgeirsson mæta á Barion Mosó laugardagskvöldið 16. okt. kl. 22. Tryggðu þér sæti á Barion.is



— 21. OKT.

## RISA-BINGÓ Á FIMMTUDAGSKVÖLDI

Barion-BINGÓ kl. 21. Stórglæsilegir vinningar í föstu og fljótandi formi. Bingóstjóri er Hilmar Gunnarsson. Tryggðu þér sæti á Barion.is



— 23. OKT.

## Í HLUTVERKI BUBBA

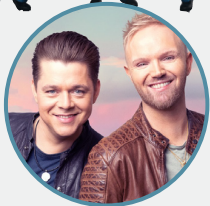
Laugardagskvöldið 23. október kl. 22-24 mun trúbadorinn Bjarni Ómar úr Mosó mæta á Barion og flytja vel valin lög úr lagasafni Bubba Morthens.



— 27. OKT.

## KRAKKABÍÓ Í VETRARFRÍ

Allir skólakrakkar velkomnir í bíó á miðvikudegi kl. 15. Teiknimynd á risaskjám.



— 28. OKT.

## TÓNLEIKAR MEÐ JOGVAN OG FRIDRIKI ÓMARI

Félagarnir Jogvan Hansen og Friðrik Ómar enda tónleikaferðina Sveitalíf 2021 á Barion Mosó fimmtudagskvöldið 28. október. Miðasala nánar auglýst síðar.



# KÓKOS Á BARION MOSÓ

TRÍÓID KÓKOS MED ÞEIM GÚSTA, EVU OG ÖDDA  
SPILA LAUGARDAGSKVÖLDIÐ 9. OKTÓBER  
KL. 22-24. FRÍTT INN!



## FÖSTUDAGSLÖGIN STEBBI JAK OG DAVID SIGURGEIRS

LAUGARDAGSKVÖLDIÐ 16. OKTÓBER KL. 22.  
TRYGGDU ÞÉR SÆTI Á BARION.IS  
(1.800 KR. OG DRYKKUR INNIFALINN)



FIMMTUDAGINN 21. OKTÓBER KL. 21.  
STÓRGLÆSILEGIR VINNINGAR.

BINGÓSTJÓRI: HILMAR GUNNARSSON.  
TRYGGDU ÞÉR SÆTI Á BARION.IS

## BARION BÖRGER

175 gr. nautakjöt, kál, rauðlaukur, ostur, beikon, BBQ-mayo og sterkt hunang.



**BARION**  
M A T B A R

Listasalur Mosfellsbæjar

# MÁLANDI KONUR

Listahópurinn Félag hinna málandi kvenna, sem var stofnaður árið 2019, opnar sýningu í Listasal Mosfellsbæjar 16. október nk.

Opnunin hefst kl. 13 og lýkur kl. 15. Listakonurnar sem verða með verk á sýningunni eru Aðalheiður Daly Þórhallsdóttir, Andrea Aldan Hauksdóttir, Ásgerður Arnardóttir, Brynhildur Þórðardóttir, Dýrfinna Benita, Freyja Reynisdóttir, Hildur Ása Henrysdóttir, Íris María Leifsdóttir, Kristín Morthens, Melkorka Þorkelsdóttir, Ragnheiður Þorgrímsdóttir, Saga Sig, Sara Björk Hauksdóttir, Sif Stefánsdóttir, Sunneva Ása Weissshappel og Vera Hilmars.

Aðgangur ókeypis og öll velkomin.



# Vetrarfri

## í Bókasafni Mosfellsbæjar

**MÁNUDAGUR 25. OKTÓBER**  
**BÓKABINGÓ KL. 13-14**  
Við spilum bingó í sal safnsins og í verðlaun verða spennandi bækur!

**ÞRIÐJUDAGUR 26. OKTÓBER**  
**ÞINN EIGIN BÓKAPOKI KL. 12-14**  
Komdu til okkar í safnið og skreyttu þinn eigin fjölnota bókapoka. Pokar og tautúss á staðnum.

## ÆVINTÝRI TINNA í Mosfellsbæ

Gísli Marteinn fjallar um Tinna-bækurnar í Bókasafni Mosfellsbæjar. fimmtud. 21. okt. kl.16:30

21. okt. kl.16:30

# Alla leið á öruggari dekkjum

Pantaðu tíma í dekkjaskipti á n1.is

**MICHELIN Quality Dealer 2021**

**Michelin X-ICE Snow**  
Nýjasti meðlimurinn í vetrardekkjalínu Michelin. Aukið grip í hálfu, snjó og slabbi. Endingargott grip út líftímann. Einstakir akstureiginleikar og þægindi við erfiðustu aðstæður. Allir bestu eiginleikarnir – Michelin Total Performance.

**Michelin X-ICE North 4**  
Besta hemlun í hálfu, hvort sem dekkinn eru ný eða ekin 10.000 km. Betri akstureiginleikar í samanburði við helstu samkeppnisaðila. Hámarksgríp með sérhönnuðu mynstri fyrir hverja stærð. Einstök ending. Lágmarks hljóðmengun.

**Michelin Alpin 6**  
Nýr mynsturskurður sem opnar eftir því sem dekkið slitnar. Endingargott grip út líftímann. Lagskipt gúmmiblanda sem veitir hámarksgríp.

**Henta vel undir rafbíla**

Notaðu N1 kortið

**Hjólbarðarþjónusta N1**

Bíldshöfða	440-1318	Langatanga Mosfellsbæ	440-1378	Opið
Fellsmúla	440-1322	Reykjavíkurvegi Hafnarfirði	440-1374	mán – fös kl. 08-18
Réttarhálsi	440-1326	Grænásbraut Reykjanesbæ	440-1372	laugardaga kl. 09-13
Ægisiðu	440-1320	Dalbraut Akranesi	440-1394	<a href="http://www.n1.is">www.n1.is</a>
		Réttarhvammi Akureyri	440-1433	

**N1 ALLA LEIÐ**

# FIMLEIKADEILD AFTURELDINGAR LÝSIR EFTIR!

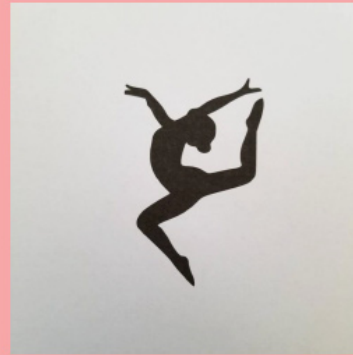


## FULLORÐNU FÓLKI SEM HEFUR ÁHUGA Á

- Að styrkja sig
- Fjölbreyttum æfingum
- Að skemmta sér við æfingar
- Að gera eitthvað allt öðruvísi

**NÁLGIST MEÐ VARÚÐ INN Á  
AFTURELDING.IS**

## Fimleikadeild Aftureldingar Sýningarhópur



Við erum að bjóða upp á sýningarhóp fyrir krakka fædda 2012 til 2010. Hægt er að skrá sig í gegnum [www.afturelding.is](http://www.afturelding.is).

*Æfingar eru mánudaga, þriðjudaga og fimmtudaga klukkan 16-17:30.*

## Krakkar sem vilja...

Æfa fimleika en hafa ekki áhuga á að keppa.  
Æfa fimleika og æfa minna.  
Æfa meiri dans og frjálsari fimleikaæfingar.  
Taka þátt í spennandi verkefnum sem hópur.

*Þetta er alveg nýtt hjá okkur! Við erum með frábæran þjálfara og tímarnir eru komnir inn í töfluna hjá okkur. Hugmyndarflug iðkenda fær að njóta sín inn á skemmtilegum og fjölbreyttum æfingum. Markmiðið er að setja upp 4 sýningar í vetur.*

✉ [fimleikar@afturelding.is](mailto:fimleikar@afturelding.is)

Æfingar eru á sunnudögum klukkan  
9:00-9:45.

Önnin kostar 21.952kr.  
Skráningar fara fram inn á  
[afturelding.is](http://afturelding.is)

## KRÍLAHÓPUR

Fimleikadeild Aftureldingar  
Býður upp á æfingar fyrir börn f. 2019.

Látið barnið ykkar koma ykkur  
á óvart

Við erum með flotta umgjörð fyrir þennan aldur hjá okkur þar sem barn og foreldrar geta náð skemmtilegum tengslum í gegnum fjölbreytta leiki og prautir. Reynslumiklir þjálfarar sem stýra þessum æfingum.

Það er aldrei  
of seint að  
byrja!

Sideflipp!

Backflipp!

Við erum með  
hóp fyrir stráka  
fædda 2012 til  
2008.

Styrkur!

Einn hressasti hópurinn í  
fimleikadeildinni  
undirbúningshópur 3 KK æfir:  
Mánudaga 16:30-18:00  
Miðvikudaga 15:00-16:30  
Föstudaga 16:30-18:00

Skráning fer fram  
á [afturelding.is](http://afturelding.is).  
Önnin er 51.295 kr

Instagram [fimleikadeild\\_aftureldingar](https://www.instagram.com/fimleikadeild_aftureldingar)

✉ [fimleikar@afturelding.is](mailto:fimleikar@afturelding.is)



# FJÖLSKYLDUTÍMAR

Í ÍÞRÓTTAÐÚSINU AÐ VARMÁ

AÐGANGUR ÓKEYPIS



**ALLA SUNNUDAGA**  
**KL. 10:30 - 12:00**

Í fjölskyldutímum að Varmá nýtur fjölskyldan samverunnar í íþróttum og leikjum.

**Leiðbeinendur:**

Þorbjörg Sólbjartsdóttir, Árni Freyr Einarsson,  
Íris Dögg Gunnarsdóttir og Ólafur Snorri Rafnsson.



Leikir - íþróttir - boltar - borðtennis - badminton - fimleikar og margt fleira



MOSFELLSBÆR

facebook

Fjölskyldutímar Varmá Mosfellsbæ

  
HEILSUEFLANDI  
samfélag

# Leiðin til hamingju

## Kynning á Divine Principle, þekkingunni

(Lögmáli Guðs)

**Guðfræðikennararnir Þormar Jónsson og Rohan Stefan kynna The Divine Principle þekkinguna á opnum kynningarfundum sem haldin verður laugardaginn 23. október í Skátaheimilinu í Álafoskvosinni kl. 14:00**

### Allir hjartanlega velkomnir.

Boðið verður upp á tveggja daga námskeið í framhaldinu (laugardag og sunnudag)

Útskýrt verður að Guð er ekki bara okkar Faðir heldur einnig okkar Móðir.

Guð er elskandi Foreldri mannkyns, hann skapaði manninn í sinni mynd (male and female he created them)

Útskýrt verður um eðli, huga og hjarta Guðs og endurreisnar forsjá Guðs í gegnum mannkynssöguna allt frá sköpuninni og syndafallinu en við það, hrapaði maðurinn niður í viðjar vanþekkingar á sínu eðli og uppruna, maðurinn glataði sínu Foreldri (Guði)

*Kynningin fer fram á ensku og er flutt af Dr Tyler Hendricks sem er Prófessor við Guðfræði Háskóla í U.S.A.*



ÞORMAR JÓNSSON



ROHAN STEFAN

*Tilgangur lífsins er að upplifa sanna gleði og hamingju en eru mörg ljón á veginum, sérstaklega hugur mannsins. Útskýrt verður, meðal annars, um hin „upprunalega huga“ og hin „synduga eða illa huga“ og góðar langanir og slæmar langanir.*



# Hér má finna mikinn fjársjóð

**H**éraðsskjalasafn Mosfellsbæjar var formlega opnað 24. október 2001.

Samkvæmt lögum um opinber skjalasöfn ber safninu að varðveita skjöl frá stofnunum bæjarins en einnig að varðveita einkaskjalasöfn frá einstaklingum, félögum og fyrirtækjum.

Skjalasafn sveitarfélagsins endurspeglar gerð stjórnáskránnar gegnum tíðina, þróun og breytingar á embættum og stofnunum. Sú þekking sem finna má í skjölum er mikilvæg til að átta sig á tilurð og uppbyggingu sveitarfélagsins.

Birna Mjöll er fædd í Reykjavík 16. febrúar 1970. Foreldrar hennar eru þau Lilly Sigríður Guðmundsdóttir og Sigurður Sveinbjörn Bjarnason múrarameistari en hann lést árið 2015. Birna á tvö systkini, Aldísi f. 1962 d. 2017 og Bjarka f. 1965.

## Mosfellsveit bar nafn með rentu

„Mín fyrstu ár bjó fjölskyldan í Bústaðahverfinu og ég hóf nám í 1. bekk í Fossvogsskóla. Það var mikil samheldni og vinskapur hjá krökkunum í hverfinu og við lékum okkur mikið úti við.“

Árið 1976 var hafist handa við byggingu einbýlishússins okkar í Mosfellsveit og við fluttum inn í hálfklárað húsið ári síðar. Hundur bættist fljótlega við heimilið en fyrir áttum við kött og svo stuttu seinna var fyrsti hesturinn keyptur. Á þessum árum bar Mosfellsveitin nafn með rentu því um hundrað metrum frá húsinu okkar voru hestar á beit. Sveitin var á þessum tíma í hraðri uppbyggingu en íbúar voru um 2.500.

Það var mikið frelsi að alast hér upp og það var ýmislegt kannað, hvort sem það voru síli út á Varmárbökkum eða útreiðar um fjöll og firnindi.

Ég gekk í Varmárskóla og Gagnfræðaskóla Mosfellsbæjar og yfir sumartímam starfaði ég sem flokkstjóri í unglingsvinnunni, þar af tvö sumur sem hverfastjóri.“

## Fórum ríðandi að Hafravatnsrétt

„Eitt það skemmtilegasta sem ég og Sigurbjörg vinkona mín gerðum var að fara ríðandi að Hafravatnsrétt. Þar var sprett af klárnum og þeim komið fyrir í hestheldum dilk. Við tókum með okkur nesti og þarna lékum við okkur allan daginn. Á þessum tíma voru engir far-símar en ég var svo gæfusöm að foreldrar mínir treystu mér fullkomlega svo maður gat farið um sveitina að vild.“

Ég hringdi líka árlega í bændur í Mosfellsdal og spurði hvort ég mætti smala fyrir þá og það stóð ekki á því. Það voru því ófá haustin sem ég reið um Mosfellsheiðina í leit að rollum og það fannst mér sko ekki leiðinlegt,“ segir Birna Mjöll og hlær.

## Aflinn settur í reyk

„Við fjölskyldan eigum einnig margar góðar minningar frá Hæðargarðsvatni rétt fyrir utan Kirkjubæjarklaustur. Fyrst gistum við í hjólhýsi en síðar var byggður sumar-bústaður og þarna nutum við lífsins.“



Foreldrar Birnu, Sigurður og Lilly á ferðalagi 2005.



Eftir Ruth Örnólfssdóttur  
**MOSFELLINGURIN**  
ruth@mosfellingur.is

Mér er minnisstætt þegar við vorum að nóttu til við veiðar í vatninu, pabbi óð út í ána meðan við mamma stóðum á bakkanum. Pabbi kastaði og það brást ekki að þegar hann óð í land var búið að bíta á. Svona gekk þetta fram eftir nóttu og var aflinn orðinn töluverður sem síðar var settur í reyk.“

## Hóf störf á hestabúgarði í Sviss

„Ég byrjaði í Menntaskólanum við Sund en sá skóli hentaði mér ekki en ég kláraði samt fyrsta árið. Ég hóf síðan störf á hestabúgarði í Sviss en eftir heimkomu byrjaði ég að vinna í spunadeildinni á Álafossi. Ég ákvað síðan að fara í Fjölbrautaskólann í Breiðholti og útskrifaðist sem stúdent 1995.“

Ég skráði mig í þjóðfræði í Háskóla Íslands og útskrifaðist 1999. Ég tók síðar sagnfræði og mannfræði og námskeið sem heitir eiginlegar rannsóknaraðferðir. Núna er ég langt komin með meistaranám í safnafræði svo það má segja að það sé aldrei lognmolla,“ segir Birna Mjöll og brosir.

## Á mikið safn gamalla muna

Áhugamál Birnu eru margvísleg, hestamennska, sápugetu og hönnun en safnamál er hennar aðaláhugamál og skiptir ekki máli hvaða gerð safna er um að ræða því hún segist elska að skoða söfn og sýningar enda lita safnamál flesta fleti lífsins. Hún á sjálf mikið safn gamalla muna og svo á hún heimlíki af bókum.

Fyrsta starf hennar í safnageiranum var undirbúningur, forvinna og uppbygging á Stríðsárasafninu á Reyðarfirði. Hún vann ásamt öðrum þjóðfræðinemum að gagna-

söfnun á höfuðborgarsvæðinu en sumarið 1997 vann hún á Reyðarfirði við söfnun heimilda og muna en safnið sjálf opnaði ekki fyrr en ári seinna.

## Handritin er misgömul

„Fyrsta starf mitt eftir útskrift úr Háskólanum var hjá Þjóðminjasafni Íslands í ljósmynda- og munadeild. Þaðan fór ég til Örnefnastofnunar Íslands og sá þar um skráningu gamalla skjala en hóf svo störf hjá Húsafríðunarnefnd ríkisins, þar starfaði ég sem skrifstofustjóri og aðstoðarmaður forstöðumanns. Í starfinu fólst m.a. að koma upp myndasafni af öllum fríðuðum húsum á landinu.“

Árin 2002-2004 vann ég aukalega fyrir Húsafríðunarnefnd við að skrifa upp úr vísitásium prófaste og biskupa, fríðaðra kirkna á landinu, og koma því í tölvutækt form. Handritin eru misgömul og afmarkast af aldri viðkomandi kirkju.

Þá vann ég í nokkur ár við að aðstoða við uppsetningar og skipulagningar á sýningum í Norska húsinu í Stykkishólmi.“

» **Sú þekking sem finna má í skjölum er mikilvæg til að átta sig á tilurð og uppbyggingu sveitarfélagsins.**

## Safninu ber að varðveita skjöl

Birna hóf störf hjá Mosfellsbæ árið 2005 og starfaði bæði í þjónustuverinu og í Héraðsskjalasafni Mosfellsbæjar en árið 2013 tók hún alfarið við skjalasafninu. „Héraðsskjalasafnið var formlega opnað 24. október 2001 svo í ár ætlum við að halda upp á að

## HIN HLIÐIN

**Eftirminnilegasta ferðalagið?** Ferð til Pétursborgar í Rússlandi, með Þjóðminjasafninu, sannarlega safnaferð.

**Hverju myndir þú breyta á Íslandi ef þú ættir þess kost?** Að það væri meiri áhugi á safnamálum og þá sérstaklega í Mosfellsbæ.

**Draumaborgir?** Edinborg í Skotlandi og Pétursborg í Rússlandi.

**Hvað er það skemmtilegasta sem þú hefur gert?** Fyrsta heimsóknin í National Gallery í London með Aldísi systur.

**Hvað óttastu mest?** Jarðskjálfta.

**Uppáhaldsbíómynd?** Avatar.

**Hvað færðu þér í bragðaref?** Nuttella, fylltan lakkrís og jarðarber.

**Bestu kaup sem þú hefur gert?** Flott úlpa, skór í stíl og tvær Desigual töskur á samtals 2.000 kr.



BIRNA OG GUÐRÚN EVA Á HESTBAKI



4 ÁRA SNÓT



Á HÉRAÐSSKJALASAFNINU



SYSTKININ BIRNA, ALDÍS OG BJARKA

það séu komin 20 ár síðan með því að bjóða upp á sýningu.

Samkvæmt lögum um opinber skjalasöfn ber safninu að varðveita skjöl frá stofnunum bæjarins en einnig að varðveita einkaskjalasöfn frá einstaklingum, félögum og fyrirtækjum svo hér má finna mikinn fjársjóð um sögu og menningu bæjarfélagsins,“ segir Birna um leið og hún sýnir mér nokkra fallega muni.

„Skjöl eru hvers konar gögn, skrifleg, teikningar, upprættir, ljósmyndir, filmur, hljóðupptökur, rafræn gögn eða önnur hliðstæð gögn. Ástæða fyrir varðveislu skjala er annars vegar hagnýtt gildi þ.e. notkun þeirra og sögulegt gildi þ.e. varðveisla á sögu og menningu samfélagsins.“

Ég vil hvetja alla Mosfellinga til að skoða hjá sér hvort það sé ekki eitthvað sem þeir gætu fært safninu til varðveislu, ég er viss um að það sé leyndir fjársjóðir víða. Hér er vel tekið á móti öllum,“ segir Birna Mjöll að lokum er við kveðjumst.

# TÓNLEIKAR KJALLARANS

Barion & Kjallarinn, tónlistaraðstaða  
Bólsins ætla að bjóða  
á tónleika **Þriðjudaginn 12. okt**



Barion Mosfellsbæ



20:30 - 23:00

Frítt inn

## LINE UP

ACERBIC

ICE DRAGON

CONTINUE

TÆR

EILÍF SJÁLFSFRÓUN





# TÓNAR

Íslensk hönnun / Íslensk ull

Fáanleg á  
Lopidraumur.is



LOPI



Gróflega vegar austur úr Helgafellshverfi - um Bjargsvog - um nýjan Kóngsvog - og um Skarhólbraut.

## Helgafellshverfi – nýir áfangar og nýr vegur

### 4. áfangi

Eins og íbúar í Helgafellshverfi hafa eflaust orðið varir við eru hafnar framkvæmdir við 4. áfanga í Helgafellshverfi og miðar þeim vel í höndunum á traustum byggingaraðila, Byggingarfélaginu Bakka ehf.



Grófar útlínu 4. og 5. áfanga í Helgafellshverfi.

### 5. áfangi

Á síðasta fundi skipulagsnefndar var til umræðu uppbygging á 5. áfanga í Helgafellshverfi og er sá áfangi alfarið á hendi Mosfellsbæjar, bæði að skipuleggja og í framhaldinu að úthluta þeim lóðum sem þar verða til.

Í 5. áfanga er ráðgert að íbúðir verði í fjölbýlishúsum, raðhúsum, parhúsum, einbýlishúsum auk búsetukjarna og verða áformin kynnt íbúum og hagsmunaaðilum svo sem skipulagslög gera ráð fyrir.

Mosfellsbæjar lét bóka eftirfarandi. „Fulltrúi Vina Mosfellsbæjar minnir á að hann hefur í tvígang flutt tillögu um að þegar verði hafinn undirbúningur að gerð vegar austur úr Helgafellshverfi og mun fylgja þeim tillöguflutningi eftir.“

Vegur austur úr Helgafellshverfi er á aðalskipulagi Mosfellsbæjar, vegurinn er ráðgerður og nauðsynlegur og hefjast þarf handa við undirbúning lagningar hans svo fljótt sem verða má.

Stefán Ómar Jónsson,  
bæjarfulltrúi Vina Mosfellsbæjar.

### Vegtenging austur úr Helgafellshverfi

Á þessum sama fundi skipulagsnefndar varð umræða um vegtengingu austur úr Helgafellshverfi þar sem fulltrúi Vina

## Andlegt ferðalag

Í lífi manna gengur mismikið á en hjá flestum safnast upp með tímanum atvik og tilfinningar sem erfitt getur verið að vinna úr. Sumt er meðvitað en annað ómeðvitað og það getur verið erfitt að átta sig á því.



Ég er þarna engin undantekning og fann ég að eitthvað var ekki eins og það átti að vera. Eitthvað hafði sloknað innra með mér. Ég hélt samt áfram því ég þurfti að sjá fyrir mér og mínum! Það kom svo að því að ég varð algerlega búinn á því, gleðin var horfin úr lífi mínu og ég vissi ekki hvað ég vildi eða þurfti. Mér fannst fólk ráðskast með mig, bæði persónulega og í vinnu.

nýjan lífstíl þar sem hann notar aðferðir 12 sporanna til að tækla lífið og tilveruna. Með því varð hann aftur sáttur við líf sitt, sig og sína.

Vinur minn hvatti mig til að koma með sér á sporafund hjá Vinum í bata og athuga hvort ég fyndi þar leið fyrir mig. Ég varð hissa því ég hélt að 12 sporin væru

eingöngu fyrir þá sem ættu við áfengis- eða fíkniefnavanda að stríða.

Það er skemmst frá því að segja að ég sló til og fór í 12 sporin og get nú ekki hugsað mér lífið án þeirra. Með hjálp sporanna tileinkaði ég mér nýjan lífstíl sem gerði mér kleift að ná tökum á lífinu, finna gleðina á ný og lifa í sátt við sjálfan mig og aðra.

Vinir í bata er hópur karla og kvenna á öllum aldri sem hafa tileinkað sér Tólf sporin til að vinna úr sínum málum hvort sem er úr fortíð eða í nútíð.

Kynningarfundur verður í safnaðarheimili Lágafellskirkju að Þverholti 3, miðvikudaginn 6. október kl. 19.30. Næstu þrjú miðvikudagskvöld eftir það verða opnir fundir til frekari kynningar en 27. október, kl. 19.30 er síðasta tækifærið til að slást í hópinn þennan veturinn því eftir það verður hópnum lokað og hin eiginlega 12 spora vinna hefst.

Bestu kveðjur

Vinur í bata





# Ófærð í Mosfellsbæ

Í nýliðnum mánuði kom fram í fréttum að fyrrverandi forseti Íslands kæmist ekki lengur með góðu móti í reglulegan göngutúr um Mosfellsbæ.



Ástæða þess er að samgöngumannvirki fyrir gangandi til og frá heimili hans meðfram Varmá væru ekki aðeins torfær heldur ófær. Hafði Varmáin blessunin bólgnað nokkuð og flæddi yfir bakka sína. Forsetinn fyrrverandi reyndi að fara með löndum og birti athugasemd sína á Twittersíðu sinni á enskri tungu. Stíllti hann athugasemdum sínum í hóf en engu að síður fengu þær heimsathygli.

Í 3. ml. 3. mgr. yfirmarkmiða 6. kafla um staðarmótun og landslagsvernd, sem lesa má í tillögu Skipulagsstofnunar til umhverfis- og auðlindaráðherra að landsskipulagsstefnu (2015-2026) frá í febrúar sl., segir: „Eins getur húsum, götum í þéttbýli, vegum í sveitum og útivistarstígum verið þannig fyrir komið að fólki gefist tækifæri til að skynja og öðlast nýja sýn á landslag viðkomandi svæðis.“ Þessi texti á vel við hvað umhverfið meðfram Varmá varðar.

Svo virðist sem bæjaryfirvöld hafi eitthvað tjáð sig um málið. Segir sagan að ástæðan fyrir því að útivistarstígurinn væri forsetanum fyrrverandi ófær sé sú að íbúar við Varmá vildu ekki fórnaland sínu svo hemja mætti á sem væri á náttúruminjaskrá.

Svo virðist sem að deilur hafi staðið í áráðir og Mosfellsbær ákveðið að friða ána alla árið 2012 til að lægja öldurnar. En Varmá tók þessu greinilega fálega enda flæðir hún enn yfir bakka sína, nú víðs fjarri heimili fyrrverandi forsenda landsins eða í um 300 metra fjarlægð. Fullyrt er að einhver skýrsla hafi verið tekin af forsetanum fyrrverandi af hálfu Mosfellsbæjar en engar spurnir eru af henni og hún líklega flotið hjá kerfinu í vorleysingum.

Fyrir leikmenn, m.a. þá sem ekki hafa komið nálægt opinberri stjórnsýslu svo nokkru nemi, virðist sem þarna þurfi tvo til þrjá vaska menn með skóflu í tvo til þrjá daga svo leysa meg vandann. En það þarf víst að bíða eftir skýrslunni.

Samkvæmt forstöðumanni Þjónustu- og samskiptadeildar Mosfellsbæjar, sem er jafnframt staðgengill bæjarstjóra í erfiðum málum, er Varmá á náttúruminjaskrá eins og að framan er getið.

Ekki má lesa úr þeirri tilvitnun, sem finna má á vef Fréttablaðsins 17. september 2021, annað en að fyrrverandi þjóðhöfðingi okkar verði að búa við torfæra stíga mun lengur en vænta



Mynd tekin við göngustíg á bökkum Varmár í Mosfellsbæ. Ljósmyndari: Ólafur Ragnar Grímsson, fv. forseti Íslands og íbúi í Mosfellsbæ.

mátti. Sama á einnig við um aðra bæjarbúa sem bregða sér reglulega í göngutúra í Mosfellsbæ.

Rétt er hér að ítreka að friðun árinna allrar gekk í gildi 2012 en gildandi deiliskipulag, sem gerir ráð fyrir útivistarstíg með Varmánni, er frá árinu 2004. Því hefði verið í lófa lagið, þ.e. í tíð fyrri meiri hluta Sjálfstæðisflokks og VG, að koma málum þannig fyrir að göngustígar séu fremur færir en torfærir og hvað þá ófærir. Til að tryggja upplýsingaflæði og gagnsæi gagnvart bæjarbúum hefur bærinn merkt stíga torfæra.

Reikna má með að rosknir íbúar Mosfellsbæjar þurfi nú að ráða til sín fjallaleiðsögumenn áður en haldið er í göngutúr um bæinn, a.m.k. meðfram Varmánni.

Mosfellsbær rekur hér metnaðarfulla stefnu sem byggir á verkefninu Heilsueflandi samfélagi. Þar er sérstök áhersla lögð á hreyfingu og útivist. Ítrekað er mikilvægi þess að „einstaklingar á öllum aldri hafi tækifæri til að þroskast í leik og starfi, að hægt sé að bæta hið manngerða og huga að félagslegu umhverfi íbúa.“

Um lífsgæði segir: „Hér er einnig komið inn á heilsusamlegt húsnæði og umhverfi fyrir alla.“ Yfir þessu verkefni er stýrihópur sem ætti að standa með forsetanum fyrrverandi og þrýsta á úrbætur áður en vetur konungur gengur í garð. Það er ekki auðsamið við hann þegar allt frýs.

Sveinn Óskar Sigurðsson, fulltrúi Miðflokksins í bæjarráði og bæjarstjórn Mosfellsbæjar.

## VERSLUM Í HEIMABYGGÐ



REYNSLA – ÁRÆÐNI – VANDVIRKNI –  
KRAFTUR – ÞOR – ENDING.

örugg og vönduð vinnubrögð



SteinTeppi.is

Gólfefna lausnir  
fyrir heimili  
og fyrirtæki

Vogatunga 51, 270 Mosfellsbæ, sími: 864 6600

## Öll almenn vörubíla- og kranapjónusta

- Grabbi, grjótkló og fl.
- Útvega öll jarðefni.
- Traktor og sturtuvagn í ýmis verkefni eða leigu.
- Sláttupjónusta og fl.



**BJ VERK** ehf.  
Björn s: 892-3042

## Passamyndir

Við bjóðum upp á myndatöku fyrir vegabréf, ökuskírteini, ferilskrár, starfsmannaskírteini og fleira, bæði fyrir einstaklinga og fyrirtæki.



Myndo.is

Pverholti 5 - 270 Mosfellsbæ  
Pantanir í síma:  
8981744 eða á myndo@myndo.is



# FAGVERK

# AFLTAK EHF.

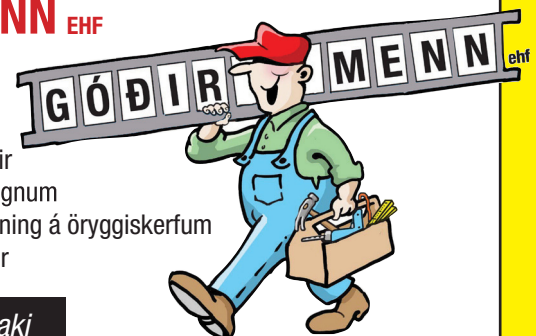
S: 660 0770 - www.aftak.is

## GÓÐIR MENN EHF

Rafverktakar  
GSM: 820-5900

- nýlagnir • viðgerðir
- endurnýjun á raflögnum
- hönnun og uppsetning á öryggiskerfum
- síma og tölvulagnir

Löggiltur rafverktaki



## SKIPTIFATAMARKAÐUR MEÐ BARNAFÖT

- Komdu og gerðu frábær skipti -

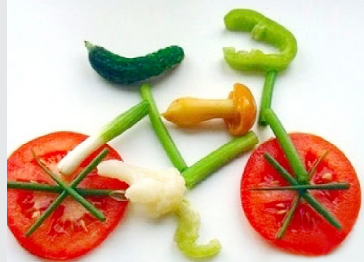
Stærðir 0-16 ára

Útiföt, inniföt, spariföt, skór, búningar og allt þar á milli

Hvar? Pverholti 7 (húsnæði Rauða krossins)

Hvenær? 20/október/2021





**ER MEIRA BETRA?**

Ég las nýlega viðtal við sterkasta mann Íslands, Stefán Karel Torfason, þar sem hann var að auglýsa íslenskt fætubótarefni. Þetta var áhugavert viðtal, meðal annars vegna þess að hann sagði orðrétt: „Aftraunir eru mjög óheilbriggt sport fyrir líkamann.“ Hann bætti við að hann vildi stunda sportið á sem heilbrigðastan hátt og að fæðubótarefnið hjálpaði mikið til. Ég trúi honum, bæði varðandi fæðubótarefnið og það að aftraunir séu ekki hollar fyrir líkamann. Álag á liði líkamans er mikið og sömuleiðis er meltingarkerfið í yfirvinnu þar sem þeir sem vilja ná árangri þurfa að borða óhóflega mikið.

Það er óalgengt að íþróttamenn í fremstu röð segi beint út að íþróttin sem þeir stunda sé ekki holl fyrir líkamann þegar æft er svona mikið. Algengara er að við horfum á þá bestu sem fyrirmyndir í æfingum og lífsstíl.

En er það góð hugmynd? Eigum við, sem erum ekki að stefna að því að vera í fremstu röð í afreks-íþróttum, að æfa eins og þeir bestu? Er hollt að æfa CrossFit sex sinnum í viku? Er hollt að hlaupa mörg hundruð kílómetra í beit? Er hollt að reyna alltaf að lyfta þyngra en síðast? Er hollt að hlusta ekki þegar líkaminn reynir að senda okkur skilaboð um að slaka aðeins á? Fæstir þæla ekki mikið í þessu fyrr en líkaminn gefur mjög skýr skilaboð eftir of mikið álag í of langan tíma.

Íþróttir hafa verið hluti af mínu lífi nánast frá fyrsta degi. Í kringum mig hafa alltaf verið einhverjar íþróttir, æfingar og leikir. Það er gaman að vinna sigra og ná árangri, en það er enn skemmtilegra að geta hreyft sig skikkana og leikið sér fram eftir öllum aldri. Til þess að geta það þarf að þæla aðeins í hlutunum, stýra álaginu og ekki láta glepjast af meira er betra boðskapnum.



Guðjón Svansson  
gudjon@kettlebells.is

**Ádrepa**

Mörgum hefur ofboðið grasslátturinn á vegum Mosfellsbæjar í sumar sem leið. Oft hefur kappið borið skynsemina ofurliði en nú virðist þessi sláttustefna hafa færst heldur betur í aukana. Verið var að þessu sinni að fram yfir lok september og jafnvel enn verið að slá þá þessar línur eru ritaðar. Það ætti að vera sjaldséð að blettir séu hafðir snöggslegnir að hausti.



er bæjaryfirvöldum vægast sagt til mjög mikils vansa.

Mosfellsbær er þekktur fyrir að vera mikill útivistarbær. Óviða eru jafn margar skemmtilegar gönguleiðir og hér enda fjölbreytni mjög mikil. Vinsælar gönguleiðir eru á Úlfarsfell, Helgafell, Reykjaborg,

Reykjarfjall, Mosfell og fleiri mosfellskjöll. Nýverið var bætt gönguleið við Bringur áleiðis að Helgufossi en betur má ef duga skal.

Mætti ekki verja sláttupeningnum fremur í að bæta stígakerfi innan bæjarmarkanna en hvarvetna eru verkefni? Ýmsar leiðir mætti skoða.

Hestafólkið í Mosfellsbæ þarf beitarhólf og slægjur og hafa hestar bæjarbúa verið fluttir jafnvel landshornanna á milli, í og úr sumarreit. Einnig hefur heyskapur far-

id fram utan Mosfellsbæjar hestafólkinu til mikillar fyrirhafnar og kostnaðar. Víða mætti nýta slægjur bæjarins í þágu hestafólks. Ég fæ ekki skilið annað en að hafa mætti fyrirmyndar samstarf bæjaryfirvalda við Hestamannafélagið Hörð um þessi mál enda eru hestar bæði umhverfisvænni og hagkvæmari í rekstri en sláttuvélar.

Við þurfum að forgangshraða verklegum framkvæmdum. Víða hafa verið gerð mjög alvarleg mistök eins og við skipulag neðst í Súluhöfða þar sem betur hefði mátt vanda til undirbúnings verka. Meira tillit hefði mátt taka til þeirra húseigenda sem fá allt í einu hús örstutt frá sinni lóð, beint framan við stofugluggann sinn í stað góðs útsýnis yfir Leirvoginn og til Esjunnar. En það er efni í aðra grein.

Guðjón Jensson  
arnartangi43@gmail.com

**FJÖLSKYLDUSKÁTAR  
MOSVERJA**



**Úti saman, er gaman!**

Fyrir allar fjölskyldur... Líka þær sem eiga ekki skáta í fjölskyldunni sinni

Útivist, samvera, samvinna og skemmtilegar minningar  
Fyrir fjölskylduna saman

Hittumst annan sunnudag í mánuði og það kostar ekkert að vera með

Fyrsti hittingur er sunnudaginn 10. október kl. 13:00-14:30



Við hittumst við skátaheimili Mosverja Álafossvegi 18

**Fasteignasala Mosfellsbæjar**  
Sími: 586 8080  
www.fastmos.is



**Eva Dís**  
Ein af mínum stærstu áhyggjum sem foreldri!

Að barnið mitt myndi lenda í einhverjum sem segir honum að koma upp í bílinn hjá sér. Þetta gerðist hérna við heimilið okkar um kl 20:00 í kvöld þegar hann var á leiðinni heim af skólalóðinni. Hann brást hárrétt við og tók sprettinn að blokkinni, stökk niður hjá bílakjallaranum og beint inn heima. Íslenskumælandi, karlmaður, dökkur að hörund á litlum gráum bíl. Hann ekki bara segir honum að koma einu sinni, þegar krakkinn tekur sprettinn þá keyrir hann á eftir og heldur áfram að kalla á hann. Lögreglan var mjög snögg til okkar að taka skýrslu og tóku þessu mjög alvarlega. Hann er eðlilega mjög hræddur eftir þetta enda virkilega óþægileg reynsla fyrir 11 ára gamalt barn. Fræðið börnin ykkar! Ég hef mjög reglulega tekið þetta samtal við mín börn og það skilaði sér svo sannarlega!  
19. sept.



**Elísabet Jónsdóttir**  
Ég bara verð.... Ég

hlakka svo mikið til þegar kosningar verða yfirstaðnar og aðeins fyrir þær sakir að ég þoli svo illa þegar vinir mínir leyfa sér að hrauna yfir frambjóðendur flokka sem viðkomandi líkar ekki á samfélagsmiðlum. Ættum við ekki að vera þakklát fyrir að það sé í alvörinni fólk sem er til í að bjóða sig fram í að starfa fyrir okkur öll <3 Hver og einn kys það sem hentar, ég kys það sem ég tel vera best og þú kys það sem þú telur vera best. Það er ekki þannig að allt það sama sé best fyrir okkur öll og þess vegna er hreinlega frábært að það eru margir í framboði <3 Að þurfa að vera með dónaskap og fúkyrði í garð fólks sem býður fram krafta sína þó stefnumálin samræmist ekki þeirra hagsmunum er ótrúlega lágvirlegt og fer virkilega fyrir brjóstið á mér.... Já ég þoli þetta mjög illa <3 Óska þess heitt að við getum verið fyrirmyndir fyrir unga fólkid okkar og sýnt virðingu í garð hvers annars <3 líka gagnvart frambjóðendum ólíkra stjórnmálaflokka :) Góða kosningahelgi kærur vinir  
24. sept

## BílaGlerið

Framrúður & ísetningar  
Sími 587-6510

Öryggisgler í vinnuvélar, báta og bíla  
Bíldshöfða 16 (bakhús) · 110 Reykjavík · glerid@simnet.is



Öll almenn smíði

Fagleg og vönduð vinnubrögð.  
Erum byrjaðir að bóka sólpalla fyrir sumaríð.  
Gerum verðtilboð þér að kostnaðarlausu!  
779-9760 Sumarliði / Gísli 779-9761

## ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS

SÍÐAN 1996



Sverrir Einarsson

ALÚÐ • VIRÐING  
TRAUST • REYNSLA

Símar allan sólarhringinn:  
581 3300 & 896 8242  
www.utforin.is

Komum heim til aðstandenda og  
ræðum skipulag útfarar ef óskað er.

## MG LÖGMENN

Erfðaskrár - Kaupmálar - Skipti dánarbúa  
Skilnaðarsamningar - Slysamál  
Gallar í fasteignum  
Persónuleg þjónusta

Háholti 14 - Sími 588 1400 - mglogmenn@mglogmenn.is - www.mglogmenn.is

~ Fagmenn í yfir 40 ár ~



Flugumýri 2 - Sími 566-6216



Þú finnur öll blöðin á netinu  
**WWW.MOSFELLINGUR.IS**



## FÓTAADGERÐASTOFA MOSFELLSBÆJAR

Þverholti 3 - Sími: 566-6612



SIÓVÁ



verður



Frí Tjónaskoðun

★ GÆÐAVOTTAD VERKSTÆÐI ★

Auðbrekku 27. Kópavogi 554 2510  
www.bilasprautun.is



ÖKUKENNSLA - AKSTURSMAT - NÁMSKEIÐ



## GARDMENN

...gerum garðinn frægan!

Við sinnum öllum alhliða garðyrkjustörfum s.s jarðvegsvinnu, hellulögnum, steinhleðslum, timburverki, gróðursetningu, trjáklippingum.

Garðmenn leggja áherslu á fagleg vinnubrögð, vandvirkni og skjóta þjónustu.

Sími 893 5788

## STARFSFÓLK ÓSKAST

18+ - Í 100% STÖÐU  
- Í HLUFASTARF

Umsóknir sendist á gylfi@barion.is

BARION  
MATBAR

## VGH Mosfellsbæ

VERKTAKI SÍÐAN 1968

ÞAÐ SEM TIL ÞARF

896-9443 896-2279

## HEYST HEFUR...

...að Keli Guðbrands hafi farið á skeljarnar í fimmtugsafmælinu sínu á dögunum.

...að Una Hildardóttir hafi verið inni á þingi mestan part kosningarætur, eða fram til morguns þegar hlutirnir breyttust.

...að fresta þurfti Októberfest Aftureldingar vegna þátttökuleysis.

...að Karlaður Kjalnesingur ætli að halda 30 ára afmælistónleika í nóvember þar sem sérstakur gestur verður söngkonan Bríet.

...að Stebbi Jak verði á Barion laugardaginn 16. október með föstudagslögin í farteskinu.

...að handboltakempan Hekla Daða sé farin að dæma í Olís-deildinni.

...að Steindi Jr. hafi fengið Edduna fyrir sjónvarpsefni ársins fyrir þættina Steinda Con.

...að Guðbjörg Fanndal hafi ætlað að bjóða sig fram í stjórn KSÍ en dregið framboð sitt til baka.

...að Jóhann Ingi hafi verið valinn dómari ársins 2021 í Pepsi Max-deildinni í sumar.

...að skotsvæðið í Álfsnesi hafi verið lokað fyrirvaralaust af Reykjavíkurborg í lok september.

...að verið sé að skoða kaffihúsa-pælingar í stað Serrano sem ætlaði að opna í glerhýsinu í Bjarkarholti.

...að búið sé að stöðva moltugerð í GAJU vegna myglu, nýju gas- og jarðgerðarstöðinni á Álfsnesi.

...að fyrrum forsetinn Ólafur Ragnar neiti að láta 1,5 m af lóð sinni við Varmá til að tryggja öryggi á vinsælum göngustíg með ánni.

...að gullgrafararnir í Þormóðsdal séu ekki með tilskilin leyfi frá Mosfellsbæ til boranna en þó í góðri trú.

...að Jogvan og Friðrik Ómar ætli að enda tónleikaferðalag sumarsins „Sveitalíf“ á Barion í lok mánaðar.

...að góð kjörsókn hafi verið í Mosfellsbæ í Alþingiskosningunum en um 81% íbúa greiddu atkvæði.

...að Aldís Stefáns eigi afmæli í dag.

...að Ístex sé að fara halda upp á 30 ára afmæli sitt um miðjan mánuð.

...að búið sé að opna fasteignasölu í Kjósinni.

...að Jökla, mosfellski rjómálíkjörinn, hafi selst upp í sumar.

...að '76 árgangurinn úr Gaggó Mos hafi haldið reunion um síðustu helgi.

...að uppildir Mosfellingar hafi gert það gott í kvennaboltanum í sumar en Hafrún Rakel varð bikarmeistari með Breiðablik og Mist og Lára Kristín Íslandsmeistarar með Val.

...að Afturelding hafi steinlegið gegn Valsmönnum í Final 4.

...að Gísli Marteinn verði á Bókasafninu 21. október að fjalla um Tinna bækurnar sívinsælu

mosfellingur@mosfellingur.is

## Nýir Mosfellingar

Sendið okkur myndir af nýjum Mosfellingum ásamt helstu upplýsingum á netfangið mosfellingur@mosfellingur.is

**Hinrik Karl Ingólfsson fæddist 17. febrúar 2021 kl. 04.46 á Akranesi, 50,5 cm og 3.374 gr. Foreldrar hans eru Ingólfur Örn Sigurbjörnsson og Stefánía Rós Th. Karlsdóttir.**



## TÓLF SPOR Andlegt ferðalag



Tólf sporin – Andlegt ferðalag í Mosfellsbæ í vetur.

**Kynningarfundur verður í Safnaðarheimili Lágafellssóknar að Þverholti 3, 6. október kl. 19.30.**

Þrjú næstu miðvikudagskvöld verða opnir fundir til frekari kynningar.  
**Allir eru velkomnir og ekki þarf að skrá sig.**

## Í eldhúsinu



HJÁ KIDDA OG GUMMU

### Lasagne með kjúlla og grænmeti

Það eru Kiddi og Gumma sem deila með okkur uppskrift að þessu sinni. „Þessi uppskrift að lasagne er vinsæl hjá öllum á okkar heimili.“

#### Lasagne með kjúlla og grænmeti:

- Smjör og olía til steikingar
- 1 laukur
- 1 paprika
- 3-4 gulrætur
- 2-3 hvítlauksrif, meira er betra
- 1 box sveppir
- 1 poki spínat
- Kjúklingur, 6 læri eða 2-3 bringur
- Rifinn mossarella ostur
- 1 stk basilika
- 1 tsk oregano
- 1/2 tsk chilli flögur
- Sjávarsalt
- Lasagneblöð, ég nota fersk frá Pastella

#### Aðferð:

Steikið kjúllan á pönnu. Skerið grænmeti smátt, nema sveppina í sneiðar. Þegar kjúllinn er steiktur, steikjum við grænmetið og kryddin á sömu pönnu þangað til það er mjúkt. Setjum spínatið saman við í restina og leyfum að blandast aðeins. Tökum pönnuna af og setjum rifinn kjúklinginn saman við.



Þá röðum við þessu í eldfast form. Byrjum á hvítri sósu (300 gr rjómaostur og eitt egg hrært saman) í botninn, svo pastasósu úr krukku (að eigin vali). Þá lasagnaplötu, kjúklinga og grænmetis blöndunni, rifinn mossarella ost og svo koll af kalli þar til allt er búið. Sett í ofn 180 gr með álpappír yfir fyrstu 25 mín, tökum þá af og bökum áfram þangað til osturinn er orðinn gylltur.

Það er líka gott að nota nautahakk í stað kjúklings.

Kiddi og Gumma skora á Ingu og Einar í ketilbjöllunum að deila næstu uppskrift

## AÐ VERÐA MAMMA...

Nú á ég rétt um árgamla dóttur. Ég hef alltaf verið mikið í kringum börn. Á sjálf átta yngri systkini og er elst í systkina-hópnum. Hef unnið á leikskóla síðan ég man eftir mér, þjálfað börn í fimleikum og bara alltaf verið umkringd börnum

En málið er að þegar börnin eru ekki þín, þá er ábyrgðin ekki sú sama. Ég hef verið að átta mig betur og betur á því síðastliðið ár að það að eiga barn, er meira en að segja það. Auðvitað elska ég nýja hlutverkið mitt en fyrir mikinn svefnunnanda eins og mig er erfitt að vaka heilu og hálfu næturnar þegar veikindi eða tanntaka eru að ganga yfir. Þá viðurkenni ég að það getur verið erfitt að halda góða skapinu og á þeim stundum þykir mér allir foreldrar vera ofurhetjur.

Ferðalög eru svo annar þáttur sem breyttist mikið við barneign. Áður gat ég skroppið í vikuförum með einn bakpoka. En þegar við fórum til Skotlands í viku núna nýlega var eins og við værum að flytja!

Og þar sem við Íslendingar erum venjulega voða slök með brjóstgjöf í almenningsrymum var ekki sama upplifunin. Á Bretlandseyjum þar sem ég þurfti sífellt að smokra mér inn í einhver sérstök „brjóstgjafarými“ og sitja þar á litlum klappstól meðan barnið fékk sopann sinn. Þar fækk virðingin svolítið.

Svo er það líka þetta með þrífnaðinn og börn. Fram til þessa hefur mér alltaf þótt annarra manna slef eða matarleifar ógeðslegar. Nú stend ég mig oft að því að borða hálfuggna matarbita sem detta út úr dóttur minni eða sleikja á henni hendurnar svo hún klíni ekki einhverju gumsí í fötin mín. Á slíkum stundum á ég það til að spyrja mig hvort ég hafi nú endanlega tapað kúlínu.

En þetta er víst bara allt partur af programmet og ég mun líklegast endurheimta kúlið einhvern tíma seinna. Fram að því mun ég bara njóta tímans meðan henni finnst mamma vera skemmtilegasta manneskja í heimi, því áður en ég veit af verður hún farin að ranghvolfa augunum yfir öllu sem ég segi...



MÓEY PÁLA

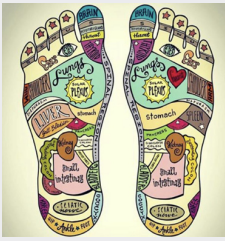
Mosfellsbakari.is  
Háholt 13-15  
Háaleitisbraut 58-60

MOSFELLSBAKARI

# SMÁ AUGLÝSINGAR

## Stríðsmunir

Óska eftir munum frá stríðsárunum tengdum Mosfellsveit [www.fbi.is](http://www.fbi.is) sími 822-5344. Tryggvi.



## Nudd

Bjóðum upp á svæðanudd - fótanudd á sanngjörnu verði. Léttir fyrir allan líkamann og til að slaka á, veljið ilm kjarnaolíu fyrir proseager. Pantíð tíma í síma: 822-7750 (Lenka)

**Smáauglýsingarnar eru frjár fyrir einstaklinga**

[mosfellingur@mosfellingur.is](mailto:mosfellingur@mosfellingur.is)

**PÚ GETUR  
AUGLÝST  
FRÍTT**

(...allt að 50 orð)

**Sendu okkur þína  
smáauglýsingu í  
gegnum tölvupóst:**

[mosfellingur@mosfellingur.is](mailto:mosfellingur@mosfellingur.is)

[WWW.MOSFELLINGUR.IS](http://WWW.MOSFELLINGUR.IS)  
[WWW.MOSFELLINGUR.IS](http://WWW.MOSFELLINGUR.IS)  
[WWW.MOSFELLINGUR.IS](http://WWW.MOSFELLINGUR.IS)



**NÆSTI  
MOSFELLINGUR  
KEMUR ÚT  
28. OKT.**

Blaðinu er dreift fritt í öll hús í Mosfellsbæ.

Skilafrestur efnis/auðlýsinga er til hádegis á mánudegi fyrir útgáfudag.

[mosfellingur@mosfellingur.is](mailto:mosfellingur@mosfellingur.is)

ÞJÓNUSTA VIÐ MOSFELLINGA

VERSLUM Í HEIMABYGGÐ

# FJLS

HJÁLMAR GUÐMUNDSSON  
LÖGGILDUR HÚSASMÍÐAMEISTARI  
S: 6959922  
FHSVERK@GMAIL.COM

## BÍLAPARTAR ehf

Notaðir **TOYOTA** varahlutir

Sími: 587 7659

Grænumýri 3 | 270 Mosfellsbæ  
[www.bilapartar.is](http://www.bilapartar.is)



# MALBIKSTÖÐIN

## LÖGMANNSTOFA BJARNI LÁRUSSON HÆSTARÉTTARLÖGMAÐUR LÖGGILTUR FASTEIGNASALI ÞVERHOLT 2 MOSFELLSBÆ 669 7909 [bjarni@allt.is](mailto:bjarni@allt.is)

## Sjúkrabjálfun & Sjúkranudd HEILSUEFLING MOSFELLSBÆJAR

Urðarholt 4 Mosfellsbær

Sími 578 5080

# GLERTÆKNI ehf

Völuteigi 21

- gler í alla glugga -

S. 566-8888 • [WWW.GLERTAEKNI.IS](http://WWW.GLERTAEKNI.IS)



## Ökukennsla Lárusar

Gsm 7775200 [akamos@simnet.is](mailto:akamos@simnet.is)

**Vespu-, bifhjóla-, og bílpróf**

Annast akstursmat og sé um hæfnispróf fyrir þá sem hafa gleymt að endurnýja.



## B. Markan ehf. Pípulagnir

660 6690

[www.bmarkan.is](http://www.bmarkan.is)

Tek að mér  
alla krana- og  
krabbavinnu

Útvega allt  
jarðefni

**VÖRUBÍLL P.B.**

Klapparhlíð 10  
Þorsteinn 822-7142



## ARI ODDSSON EHF BYGGINGAVERKTAKI

MÚRVERK - FLÍSALAGNIR - ALMENN VIÐHALDSVINNA

FAGMENNSKA Í FYRIRRÚMI

Háholti 14 • 270 Mosfellsbæ • [arioddsson@arioddsson.is](mailto:arioddsson@arioddsson.is)  
Símar: 895-0383 / 867-7704 / 564-4070

[www.arioddsson.is](http://www.arioddsson.is)



BÍLAVIDGERÐIR

BÍLHÚSIÐ

[www.bilhusid.is](http://www.bilhusid.is)

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

Smíðjuvegi 60 (rauð gata) Kópavogi - Sími 557 2540

## OPNUNARTÍMI SUNDLAUGA

Lágafellslaug

Virkir dagar: 6.30 - 21.30

Helgar: 8 - 19

Varmárlaug

Virkir dagar: 6.30-8 og 15-21

Laugard. kl. 8-17 og sunnud. kl. 8-16



# SPURNING TIL BÆJARBÚA

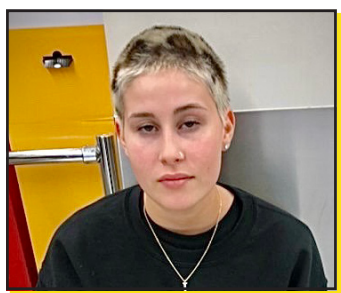
Hver er besta íþróttadeildin hjá Aftureldingu?



**PATTI Í GAGGÓ MOS:**  
Handbolti.



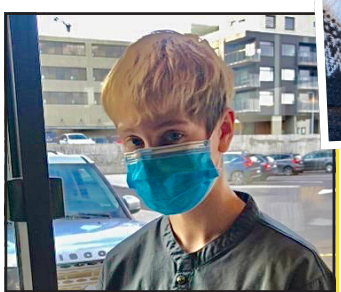
**AUÐUR Á BARIÓN:**  
Meistaraflokkur kvenna í fótbolta.



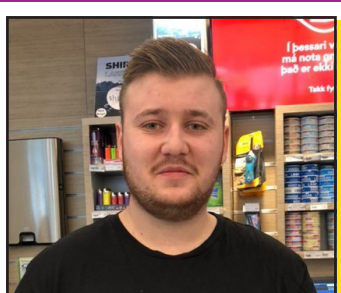
**INGA Í BÓNUS:**  
Fótbolti.



**GUÐLAUG Í ERLU-ÍS:**  
Fimleikar.



**MIKOLÁS Í MOSFELLSBAKARÍI:**  
Fótbolti.



**STEFÁN Á NI:**  
Fótbolti.



@MOSFELLINGUR

Fylgdu okkur á Instagram...



Kjartan hress



Feðgar á bílasýningu



Októ ber af



Markahæst og best í sumar



Efnilegust í boltanum

## HVERJIR VORU HVAR?

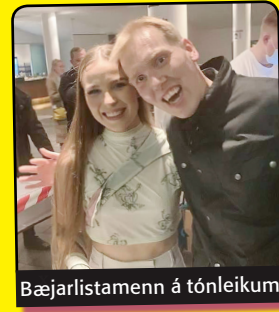
Sendið okkur endilega myndir - mosfellingur@mosfellingur.is



Síggi Valli í sólskinsskapi



Rándýrt lúkk á golffélögunum



Bæjarlistamenn á tónleikum



Mosfellingar á Skaganum



'76 árgangurinn hittist



Kappar í Lemmingaham



Til í allt



ÁGÚST SÆLAND OG FÉLAGAR  
HÉLDU OKTÓBJÓRFEST Í GÖTUNNI

### TVÍFARAR



Viðar Hauks



Haukur Þór

Hárstofan  
Sprey

Sími 5176677  
og á noona.is/sprey



# FERSKT FOLALDAKJÖT

## ÚTSALA

HAKK.....	559 KR/KG
GÚLLAS.....	3.198 KR/KG
SNITSEL.....	3.198 KR/KG
INNRAÆRI	3.998 KR/KG
FILE.....	4.398 KR/KG
LUNDIR.....	6.558 KR/KG



**KJÖTBÚÐIN**  
www.kjotbudin.is

GRENSÁSVEGI 48 - REYKJAVÍK  
SUNNUKRIKA 3 - MOSFELLSBÆ



## ÓSKA EFTIR EIGNUM

Vegna mikillar eftirspurnar eftir eignum í Mosfellsbæ óska ég eftir eignum á söluskrá



Ég aðstoða kaupendur í fasteignaviðskiptum þegar drauma eignin er fundin. Mæti að kostnaðarlausu með viðskiptavini að skoða eignina og veiti aðstoð í öllu ferlinu.

Hlakka til að heyra frá þér og ræða næstu skref.

Kristinn Sigurbjörnsson Löggiltur fasteignasali - Byggingafræðingur  
Beinn sími: 560-5502 Netfang: kristinn@allt.is

Nýleg meðmæli:

Mæli eindregið með Kidda. Hann seldi fyrir mig. Mjög traustur og áreiðanlegur, fylginn sér og fullur af fróðleik með reynslu og þekkir mjög vel til byggingar og reglugerðar, var mér til halds og traust frá byrjun til enda frábær þjónusta. Fær 110 prósent meðmæli frá mér.

Kiddi fasteignasali starfar af áhuga á faginu og heillindum við sína viðskiptavini. Virkilega góð þjónusta og fagmannleg vinnubrögð.

 **ALLT**  
FASTEIGNASALA

www.allt.is Sími 560 5500



## GÖMLU DAGANA GEFÐU MÉR

Það heyrir senn sögunni til að ekið sé um túnin á Blikastöðum á dráttarvélum, hvað þá þessari sem Kristján Bjartmarsson stýrir hér. Þessi forngripur var viðraður um síðustu helgi, en í gamla fjósinu á Blikastöðum hafa áhugamenn unnið að uppgerð gamalla landbúnaðarvéla og er þar vísur að safni véla af ýmsum gerðum.



Sæktu  
Landsbanka-  
appið



App Store Google Play

## Múlalundur

Glæsileg  
ritfangaverslun  
í Mosfellsbæ  
- kíktu við, þá vinna allir!



MÚLALUNDUR  
vinnustofa SÍBS

við Reykjalund, Mosfellsbæ  
www.mulalundur.is

## MIKIL SALA - VANTAR EIGNIR - VERÐMETUM



**Pétur Pétursson**  
löggiltur  
fasteignasali  
897-0047



**Davíð Ólafsson**  
löggiltur  
fasteignasali  
896-4732

Þjónusta við  
Mosfellinga í 30 ár

Háholt 14, 2. hæð  
**588 55 30**



### Pverholt, verslunarmiðstöð



Mjög gott og aðgengilegt 212 fm. atvinnuhúsnæði á jarðhæð við Pverholt. Snyrtilegt húsnæði sem hentar undir ýmsa starfsemi. Næg bílastæði. Laust strax.



### Starhólmi

Vel staðsett 301 fm. einbýli á tveimur hæðum við Starhólma í Kópavogi. Flottur garður, sér íbúð með sér inngangi á neðri hæð. Fallegt útsýni. Flott eign á vinsælum stað.

Verð: 119,5 m.

### Völuteigur



Afar vel staðsett og snyrtilegt 365 fm. atvinnuhúsnæði á tveimur hæðum að hluta við Völuteig, flott aðkoma, malbikað plan og góð bílastæði.

Verð: 95 m.



### Leirvogstunga

Glæsilegt, tveggja hæða einbýlishús á góðum útsýnisstað við Leirvogstungu. 350 fm. hús með möguleika á 1-2 íbúðum á neðri hæð. Vel byggt hús, klætt að utan. Stórar svalir. Góð lofthæð.