



Árbæjarblaðið

5. tbl. 22. árg. 2024 maí

Fréttablað íbúa í Árbæjarhverfi



Andri Guðmundsson, Tryggvi Steinn Andrason, Halldóra Fanney Jónsdóttir, Breki Steinn Andrason og Sindri Steinn Andrason. Fjölskyldan fagnaði sumri í Árbæjarsafni á sumardaginn fyrsta. **ÁB-mynd Katrín J. Björgvinsdóttir**

Sumri fagnað í Árbæ

- sjá bls. 20 og 21

MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

Ertu í söluhugleiðingum?

HAFÐU SAMBAND NÚNA
og fáðu frítt verðmat



Frítt
söluverðmat



Fagljósmyndun



Opin hús



Persónuleg
þjónusta

**Hrafnhildur
Björk
Baldursdóttir**
Löggiltur fasteignasali
862 1110
hrafnhildur@valholl.is

VALHÖLL
FASTEIGNASALA
588 4477 valholl.is



Íslenskt birki

Gjafir fyrir veiðimenn og fyrirtæki

Gröfum nöfn veiðimanna
á boxin - Persónuleg og falleg gjöf

Sjá nánar á Krafla.is og í síma 698-2844



„Mahoný“

Árbæjarblaðið

Útgefandi: Skrautás ehf. Netfang: abl@skrautas.is
Ritstjóri og ábm.: Stefán Kristjánsson.
Ritstjórn: Símar 698-2844 og 699-1322.
Netfang Árbæjarblaðsins: abl@skrautas.is
Útlit og hönnun: Skrautás ehf.
Auglýsingar: 698-2844 og 699-1322 - Stefán Kristjánsson
- abl@skrautas.is
Prentun: Landsprent ehf.
Ljósmyndarar: Katrín J. Björgvinsdóttir.
Dreifing: Póstdreifing.

Árbæjarblaðinu er dreift ókeypis í öll íbúðarhús í Árbæ, Ártúnsholti, Grafarholti og Norðlingaholti.

Karlremburnar á RÚV

Það hefur gustað um RÚV síðustu daga og vikur og ekki að furða þó traust almennings á stofnuninni fari minnkandi dag frá degi.

Áður hefur verið minnst á það hér að RÚV fær 7-8 milljarða í forgjöf á hverju ári. Landsmenn eru skildugir að greiða nefskattinn og í hvert sinn sem einstaklingur verður 16 ára byrjar hann að greiða skattinn til RÚV hvort sem hann er samþykktur því eða ekki, 20.900 krónur á ári. Oftar en ekki hefur þessi skattlagning ekki dugað fyrir rekstri RÚV og hefur reikningurinn þá verið sendur niður á Austurvöll og við látin greiða fyrir óráðsiuna.

Nú undanfarið rekur hvert hneykslið annað á RÚV. Framkvæmd söngvakeppni sjónvarpsins fyrir Eurovision í Malmö var eitt allsherjar hneyksli og stofnunin réði ekki einu sinni við atkvæðagreiðsluna á úrslitavöldinu. Lögin sem tóku þátt í keppninni voru valin af einhverju huldufólki og voru hvert öðru lélegra. Sigurlagið sent út og hafnaði í jumbúsetinu með heil 3 stig. Þessi keppni er orðin vandræðaleg hjá RÚV eins og svo margt annað á þeim bænum. Fréttastofa RÚV er hlutdræg í fréttum og reyndir fréttamenn orðið uppvisir að ótrúlegri hlutdrægni að mínu mati.

Og ekki tók betra við á dögum þegar María Sigrún Hilmarsdóttir, reynd og hámenntuð fréttakona, var smánuð af yfirmönnum sínum á RÚV. Þar sýndu karlremburnar sitt rétta andlit. Ritstjóri Kveiks gaf út þá yfirlýsingu að María Sigrún væri vanhæf til að starfa fyrir Kveik. Hún væri að vísu hæfur fréttapulur en ónothæf sem rannsóknarblaðamaður. Verið var að þagga niður umræðu um lóðamál borgarinnar gagnvart olúfélögunum og því var gripið til þess ráðs af yfirmönnum RÚV að taka þáttinn af dagskrá og senda út styttri útgáfu af honum í Kastljósi.

Þessi framkoma yfirmanna RÚV gagnvart Maríu Sigrúnu opinberar kvenfyrirlitningu svo ekki sé sterkara að orði kveðið og æpir á að þessar karlrembur segji tafarlaust af sér. Og svo á útvarpsstjórninni, Stefán Eiríksson, sem auðvitað ber mestu ábyrgðina á skandalnum, auðvitað að fylgja sem hraðast í kjölfarið.

Þremmingarnir á RÚV, ritstjóri Kveiks, fréttastjórnin og útvarpsstjóri eru rúnir öllu trausti og eiga að víkja tafarlaust. Ritstjóri Kveiks hefur ekki unnið nein afrek á RÚV og fréttastofna RÚV hefur síður en svo batnað eftir að fréttastjórnin tók þar við af forvera sínum. Og útvarpsstjórnin hefur borið ábyrgð á hverjum skandalnum á fætur öðrum innan RÚV og á auðvitað að vera fyrir margt löngu búinn að átta sig á því að hann veldur ekki starfi sínu.

RÚV þarf á nýju fólki að halda. Fólki sem sinnir hlutlausri fréttamennsku og fólki sem ber virðingu fyrir öllu fólki, konum og körlum. Fólki sem kemur fram við fólk af tillitsemi og heiðarleika og án hroka og dónaskapar. *Stefán Kristjánsson*

abl@skrautas.is

Aðför gegn heiðarlegri fréttamennsku

- eftir Björn Gíslason borgarfulltrúa Sjálfstæðisflokksins

Sennilega verður bensinstöðvamálið flokkað með yfirgengilegri pólitískum hneykslum hin síðari ár. Ástæðan er ekki síst sú að í raun er um tvö hneykslismál að ræða. Annars vegar er um að ræða óskiljanlega gjafagjöringa meirihlutans í borgarstjórn til handa olúfélögunum. Skilmerkilegur þáttur Maríu Sigrúnar á RÚV vekur fjölmargar spurningar um það málefni sem enn er ósvarað. Hann lýsir einnig samningagerð, ákvarðanatöku, aðferðarfræði og leynimakki sem allt virðist svo fátánlegt við fyrstu sýn, að það vekur grunsemdir um að enn séu ekki öll kurl komin til grafar í þessu máli. Það verður því mikilvægt framhald þess, að fá málið rannsakað á réttan hátt og af réttum aðilum.

Hin hliðin á atburðarásinni er svo forkastanleg framkoma yfirmanna á RÚV, gagnvart virtri og mjög reyndri fréttakonu, sem vann sér það eitt til saka að hafa unnið fréttaskýringarþátt sem líklega hefur fengið mest áhorf, mesta umfjöllun og mest hrós, slíkra þátta.

Þetta áorkaði þáttur Maríu Sigrúnar, þrátt fyrir að yfirmenn á RÚV hafi ritskodað þáttinn og reynt að koma í veg fyrir útsendingu hans,



Björn Gíslason er borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins.

en síðan ekki þorað annað en að sýna hann, eftir harða gagnrýni virtra reynslubolta í fréttamennsku. En þá hafði þátturinn verið stytur og honum breytt í Kastljósþátt.

Til að bæta gráu ofan á svart var

Maríu Sigrúnu sagt upp starfi sínu í Kveik með skætingi. Hún situr nú samt uppi með hrós og þakklæti almennings, fyrir vel unnin þátt og fyrir hugrekki til að halda í heiðri helgustu hugsjón fjölmíðla-fólks: Að segja sannleikann, skilmerkilega og umbúðalaust, þrátt fyrir starfsmissi, ærumeiðingar og aðra fjandsamlega framkomu sinna yfirmanna.

Yfirmönnum Maríu Sigrúnar sem svona komu fram verður það hins vegar til ævarandi skammar og álitshnekkis. Þá er ekki einungis átt við lítilmannlega framkomu þeirra í hennar garð, heldur og þann trúnaðarrest sem þessir starfsmenn „útvarps allra landsmanna“ hafa sýnt þjóðinni. Það er nú orðið nokkuð ljóst að þeir reyndu með brögðum að koma í veg fyrir birtingu á umfjöllun sem átti svo sannarlega erindi til þjóðarinnar.

Höfundur: Björn Gíslason, borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins

VISSIR ÞÚ?

AÐ KEILAN Á UPPRUNA SINN 3200 FYRIR KRIST.

ÞÚ GETUR BÓKAÐ BRAUT Á
KEILUHOLLIN.IS OG Í SÍMA 5 11 53 00

Keiluhöllin
EGILSHÖLL

GB TJÓNAVIÐGERÐIR

Um okkar FYRIRTÆKI

GB tjónavíðgerðir er réttinda- og málningarverkstæði með 5 stjörnu gæðavottun frá Bílgreinasambandinu. Við erum í samstarfi við öll tryggingafélög.

Hafðu samband núna

Draghóls 6-8
 567-0690
 tjon@tjon.is
www.tjon.is

Við þjónustum allar gerðir bíla

Tjónaskoðun

Við skoðum bílinn og undirbúum tjónamatíð sem sent er til tryggingarfélaga.

Rétting og málun

Við vinnum eftir stöðlum framleiðanda og notum aðeins viðurkennd efni og tækjábúnað sem stenst ítrustu kröfur.

Getum gert fast verðtilboð í viðgerðir

Erum með bílaleigubíla á staðnum

Vinum með öllum bílaumboðum

Árbæjarblaðið

Útgefandi: Skrautás ehf. Netfang: abl@skrautas.is
 Ritstjóri og ábm.: Stefán Kristjánsson.
 Ritstjórn: Símar 698-2844 og 699-1322.
 Netfang Árbæjarblaðsins: abl@skrautas.is
 Útlit og hönnun: Skrautás ehf.
 Auglýsingar: 698-2844 og 699-1322 - Stefán Kristjánsson
 - abl@skrautas.is
 Prentun: Landsprent ehf.
 Ljósmyndarar: Katrín J. Björgvinsdóttir.
 Dreifing: Póstdreifing.

Árbæjarblaðinu er dreift ókeypis í öll íbúðarhús í Árbæ, Ártúnsholti, Grafarholti og Norðlingaholti.

Karlremburnar á RÚV

Það hefur gustað um RÚV síðustu daga og vikur og ekki að furða þó traust almennings á stofnuninni fari minnkandi dag frá degi.

Áður hefur verið minnst á það hér að RÚV fær 7-8 milljarða í forgjöf á hverju ári. Landsmenn eru skildugir að greiða nefskattinn og í hvert sinn sem einstaklingur verður 16 ára byrjar hann að greiða skattinn til RÚV hvort sem hann er samþykktur því eða ekki, 20.900 krónur á ári. Oftar en ekki hefur þessi skattlagning ekki dugað fyrir rekstri RÚV og hefur reikningurinn þá verið sendur niður á Austurvöll og við látin greiða fyrir óráðsiuna.

Nú undanfarið rekur hvert hneykslið annað á RÚV. Framkvæmd söngvakeppni sjónvarpsins fyrir Eurovision í Malmö var eitt allsherjar hneyksli og stofnunin réði ekki einu sinni við atkvæðagreiðsluna á úrslitavöldinu. Lögin sem tóku þátt í keppninni voru valin af einhverju huldufólki og voru hvert öðru lélegra. Sigurlagið sent út og hafnaði í jumbúsetinu með heil 3 stig. Þessi keppni er orðin vandræðaleg hjá RÚV eins og svo margt annað á þeim bænum. Fréttastofa RÚV er hlutdræg í fréttum og reyndir fréttamenn orðið uppvisir að ótrúlegri hlutdrægni að mínu mati.

Og ekki tók betra við á dögum þegar María Sigrún Hilmarsdóttir, reynd og hámenntuð fréttakona, var smánuð af yfirmönnum sínum á RÚV. Þar sýndu karlremburnar sitt rétta andlit. Ritstjóri Kveiks gaf út þá yfirlýsingu að María Sigrún væri vanhæf til að starfa fyrir Kveik. Hún væri að vísu hæfur fréttapulur en ónothæf sem rannsóknarblaðamaður. Verið var að þagga niður umræðu um lóðamál borgarinnar gagnvart olúfélögunum og því var gripið til þess ráðs af yfirmönnum RÚV að taka þáttinn af dagskrá og senda út styttri útgáfu af honum í Kastljósi.

Þessi framkoma yfirmanna RÚV gagnvart Maríu Sigrúnu opinberar kvenfyrirlitningu svo ekki sé sterkara að orði kveðið og æpir á að þessar karlrembur segji tafarlaust af sér. Og svo á útvarpsstjórninni, Stefán Eiríksson, sem auðvitað ber mestu ábyrgðina á skandalnum, auðvitað að fylgja sem hraðast í kjölfarið.

Þremmingarnir á RÚV, ritstjóri Kveiks, fréttastjórnin og útvarpsstjóri eru rúnir öllu trausti og eiga að víkja tafarlaust. Ritstjóri Kveiks hefur ekki unnið nein afrek á RÚV og fréttastefna RÚV hefur síður en svo batnað eftir að fréttastjórnin tók þar við af forvera sínum. Og útvarpsstjórnin hefur borið ábyrgð á hverjum skandalnum á fætur öðrum innan RÚV og á auðvitað að vera fyrir margt löngu búinn að átta sig á því að hann veldur ekki starfi sínu.

RÚV þarf á nýju fólki að halda. Fólki sem sinnir hlutlausri fréttamennsku og fólki sem ber virðingu fyrir öllu fólki, konum og körlum. Fólki sem kemur fram við fólk af tillitsemi og heiðarleika og án hroka og dónaskapar. *Stefán Kristjánsson*

abl@skrautas.is

Aðför gegn heiðarlegri fréttamennsku

- eftir Björn Gíslason borgarfulltrúa Sjálfstæðisflokksins

Sennilega verður bensinstöðvamálið flokkað með yfiringilegri pólitískum hneykslum hin síðari ár. Ástæðan er ekki síst sú að í raun er um tvö hneykslismál að ræða. Annars vegar er um að ræða óskiljanlega gjafagjöringa meirihlutans í borgarstjórn til handa olúfélögunum. Skilmerkilegur þáttur Maríu Sigrúnar á RÚV vekur fjölmargar spurningar um það málefni sem enn er ósvarað. Hann lýsir einnig samningagerð, ákvarðanatöku, aðferðarfræði og leynimakki sem allt virðist svo fátánlegt við fyrstu sýn, að það vekur grunsemdir um að enn séu ekki öll kurl komin til grafar í þessu máli. Það verður því mikilvægt framhald þess, að fá málið rannsakað á réttan hátt og af réttum aðilum.

Hin hliðin á atburðarásinni er svo forkastanleg framkoma yfirmanna á RÚV, gagnvart virtri og mjög reyndri fréttakonu, sem vann sér það eitt til saka að hafa unnið fréttaskýringarþátt sem líklega hefur fengið mest áhorf, mesta umfjöllun og mest hrós, slíkra þátta.

Þetta áorkaði þáttur Maríu Sigrúnar, þrátt fyrir að yfirmenn á RÚV hafi ritskodað þáttinn og reynt að koma í veg fyrir útsendingu hans,



Björn Gíslason er borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins.

en síðan ekki þorað annað en að sýna hann, eftir harða gagnrýni virtra reynslubolta í fréttamennsku. En þá hafði þátturinn verið stytur og honum breytt í Kastljósþátt.

Til að bæta gráu ofan á svart var

Maríu Sigrúnu sagt upp starfi sínu í Kveik með skætingi. Hún situr nú samt uppi með hrós og þakklæti almennings, fyrir vel unnin þátt og fyrir hugrekki til að halda í heiðri helgustu hugsjón fjölmíðla-fólks: Að segja sannleikann, skilmerkilega og umbúðalaust, þrátt fyrir starfsmissi, ærumeiðingar og aðra fjandsamlega framkomu sinna yfirmanna.

Yfirmönnum Maríu Sigrúnar sem svona komu fram verður það hins vegar til ævarandi skammar og álitshnekkis. Þá er ekki einungis átt við lítilmannlega framkomu þeirra í hennar garð, heldur og þann trúnaðarrest sem þessir starfsmenn „útvarps allra landsmanna“ hafa sýnt þjóðinni. Það er nú orðið nokkuð ljóst að þeir reyndu með brögðum að koma í veg fyrir birtingu á umfjöllun sem átti svo sannarlega erindi til þjóðarinnar.

Höfundur: Björn Gíslason, borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins

VISSIR ÞÚ?

AÐ KEILAN Á UPPRUNA SINN 3200 FYRIR KRIST.

ÞÚ GETUR BÓKAÐ BRAUT Á
KEILUHOLLIN.IS OG Í SÍMA 5 11 53 00

Keiluhöllin
EGILSHÖLL

GB TJÓNAVIÐGERÐIR

Um okkar FYRIRTÆKI

GB tjónavíðgerðir er réttina- og málningarverkstæði með 5 stjörnu gæðavottun frá Bílgreinasambandinu. Við erum í samstarfi við öll tryggingafélög.

Hafðu samband núna

Draghóls 6-8
 567-0690
 tjon@tjon.is
www.tjon.is

Við þjónustum allar gerðir bíla

Tjónaskoðun

Við skoðum bílinn og undirbúum tjónamatíð sem sent er til tryggingarfélaga.

Rétting og málun

Við vinnum eftir stöðlum framleiðanda og notum aðeins viðurkennd efni og tækjabúnað sem stenst ítrústu kröfur.

Getum gert fast verðtilboð í viðgerðir

Erum með bílaleigubíla á staðnum

Vinum með öllum bílaumboðum

Hefur þú kynnt þér þjónustu Heilsuklasans?

Fjöldinn allur af námskeiðum fyrir
byrjendur og lengri komna á
öllum aldri.

Hafðu samband:

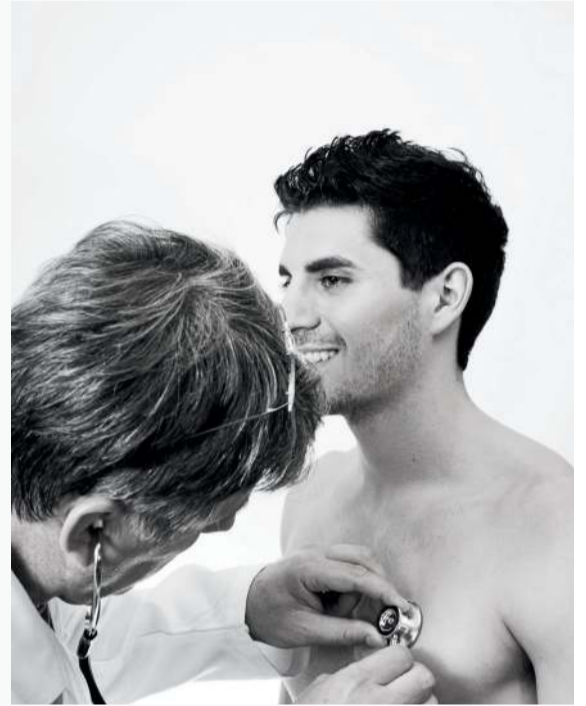
www.klasinn.is
mottaka@klasinn.is
599-1600
Bíldshöfða 9



Einkapjálfun



Heilsumat



60+
Grunnnámskeið



Kvennaleikfimi



Hefur þú kynnt þér þjónustu Heilsuklasans?

Fjöldinn allur af námskeiðum fyrir
byrjendur og lengri komna á
öllum aldri.

Hafðu samband:

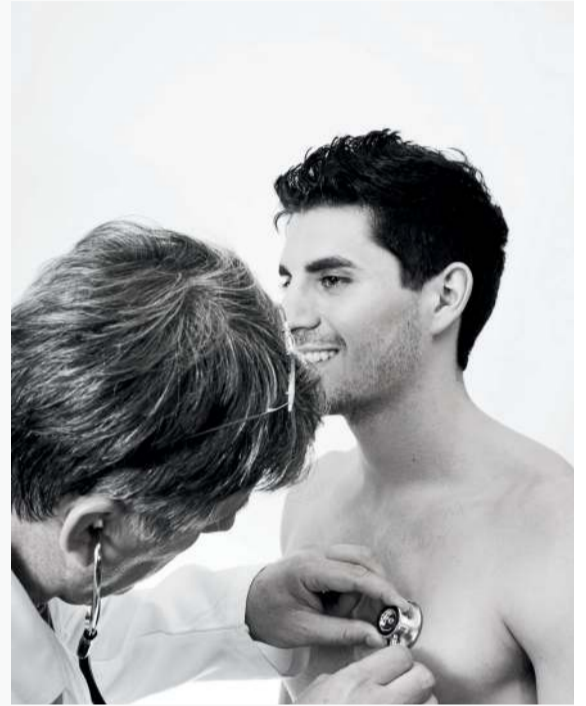
www.klasinn.is
mottaka@klasinn.is
599-1600
Bíldshöfða 9



Einkapjálfun



Heilsumat



60+
Grunnnámskeið



Kvennaleikfimi



Forsetaframbjóðandinn

Halla Hrund Logadóttir:

Forsetinn á að lyfta upp öllu því góða í samfélaginu

Það er gaman frá því að segja að Árbærinn á sinn fulltrúa á meðal frambjóðenda til forseta Íslands. Það er hún Halla Hrund Logadóttir sem ólst bæði upp í Hraunbænum og seinna í Viðarási. Hún segir það hafa verið forréttindi að alast upp í hverfinu enda hafi það upp á svo mikið að bjóða.

„Fyrir utan frábært íþróttastarf og nálægðina við náttúruna þá fannst mér Árbærinn alltaf vera meira eins og bæjarfélag heldur en úthverfi. Samstaðan var svo mikil. Föðuramma mín og afi voru frumbyggjar í Árbæjarhverfinu. Bróðir pabba bjó þar líka og það var mikill samgangur sem heldur betur markaði hversu gott var að búa þarna. Ég eignaðist góða vini í portinu eins og það var kallað í Hraunbænum og við lékum okkur oft saman langt fram á kvöld á sumrin. Ég eignaðist svo þéttan vinahóp í Árbæjarskóla og við erum enn þá í miklu sambandi. Ég var líka í hestunum frá unglingsárum, það var stutt að fara í hesthúsin, og enn í dag finnst mér fátt eins endurnærandi eins og að komast í reiðtúr.“

Skammvinnur knattspyrnuferill en viðurkenni fyrir áhuga

Aðspurð segist hún vera mikil Fylkiskona þrátt fyrir að hafa átt skammvinnan knattspyrnuferil sjálf. „Ég fór á eitt námskeið og fékk viðurkenningu fyrir áhuga,“ segir hún og hlær. „En ég lærði ýmislegt um lífið á gamla malarvellinum. Valur Ragnarsson, bróðir pabba, var fyrirliði Fylkis þegar ég var krakki og við erum mikil Fylkisfjölskylda. Við fórum á nánast alla leiki, líka á útileiki úti á landi. Þarna lærði ég hvað hvatning skiptir miklu máli, og að sýna stuðning, líka þegar á móti blæs. Maður æfðist svo sannarlega í að tileinka sér seiglu við að fylgjast með liðinu sínu ganga í gegnum skín og skúrir.“

Sterkar taugar til hverfisins

Halla Hrund ber sterkar taugar til hverfisins, foreldrar hennar, þau Jóhanna Kr. Steingrimsdóttir og Logi Ragnarsson, búa þar enn og

heimsóknirnar eru tíðar. „Við maðurinn minn Kristján Freyr eigum tvær dætur, sem eru að verða fimm og 12 ára. Þær verja miklum tíma með ömmu sinni og afa, enda hvergi meiri lúxus að finna en þar. Við fjölskyldan förum reglulega í hjólréiðatúra um Elliðaárdalinn, komum þá oft við í Árbæjarbakaríinu og síðan er alveg uppáhalds að fá sér ís í Skalla.“

Halla Hrund er ein af 12 einstaklingum sem eru í framboði til forseta Íslands. Í embætti forseta vill hún halda gildum þátttöku og samvinnu á lofti og leggja áherslu á samstöðu okkar sem þjóðar, náttúru okkar, menningu og hugvit — fyrir framtíðina.

Langaði snemma að efla samfélagið

„Ég vissi mjög snemma að mig langaði að taka þátt með einhverjum hætti í að efla samfélagið. Afi Raggi, sem var lengi yfirkennari í Árbæjarskóla, var mjög duglegur að hvetja mig til þátttöku í alls konar tólmstunda- og félagsstarfi á mínum yngri árum, hann sagði að maður lærði svo mikið á því og myndi kynnast alls konar fólki. Í dag finn ég hvernig þessi hvatning frá honum hefur mótað mig. Með því að taka þátt, mæta og gefa af sér, verður til farvegur fyrir alla fjölbreyttu þræðina okkar að vefast saman í eina öflugra heild. Við verðum sterkari.“

Fjölbreyttur náms- og starfsferill víða um heim

Halla Hrund hefur komið víða við og nýtur sín jafn vel í íslenskrum sveit og á alþjóðavettvangi. Hún er með BA-gráðu í stjórnmálafræði frá Háskóla Íslands, meistarafráðu í alþjóðasamvinnu með áherslu á hagfræði og orkumál frá The Fletcher School við Tufts-háskóla, og meistarafráðu í opinberri stjórnslu frá Harvard háskóla með áherslu á umhverfis- og orkumál. Hún bjó í Brussel þar sem hún starfaði á vegum utanríkisráðuneytisins að menningarmálum, síðan lá leiðin til Tógó í Vestur-Afríku og þaðan til Parísar.



Halla Hrund Logadóttir býður sig fram til embættis forseta Íslands.

Orkumál alltaf verið hugleikin

Halla Hrund var skipuð orkumálastjóri árið 2021, fyrst kvenna og hafa orkumál alltaf verið henni hugleikin. Hún starfar jafnframt sem adjúntkt við Harvard og var meðstofnandi og framkvæmdastjóri við miðstöð Norðurslóða, Arctic Initiative, við sama skóla. Samhliða þessu vann Halla Hrund að stofnun alþjóðlega jafnréttisverkefnisins Stelpur styðja stelpur (e. Project Girls for Girls) sem miðar að því að efla færni og styrkja tengsl ungra kvenna. Verkefnið er í dag með starfsemi í tugum ríkja.

„Ég var svo heppin að verja nánast öllum skólafríum í sveitinni hjá ömmu og afa austur á Síðu. Þar lærði ég að samvinna og samstaða væri lykilatriði til að koma hlutunum í verk, að maður þarf að hafa fyrir verkefnum og leggja á sig til að áorka. Þar fann ég fyrst kraftinn sem fylgir því að sigla verkefnum saman í höfn, hvernig raðirnar þéttast og kærleikur og samkennd vex.“

Að leggja okkur fram fyrir samfélagið okkar

Hún segir að á næstu áratugum munum við sjá miklar samfélags- og tæknibreytingar sem við sem þjóð þurfum að búa okkur undir og takast á við saman. „Þar á ég við þætti eins og gervigreind, loftslagsmál svo eitthvað sé nefnt. Ég trúi því að í allri þessari framþróun sé hlutverk forseta Íslands mjög mikilvægt. Forsetinn á að lyfta upp öllu því góða sem er að gerast í samfélaginu okkar. Hann á að draga fólk saman, efla bjartsýni og hvetja okkur til að leggja okkur fram fyrir samfélagið okkar. Saman getum við allt.“

Saman getum við allt

Hún segir að á næstu áratugum munum við sjá miklar samfélags- og tæknibreytingar sem við sem þjóð þurfum að búa okkur undir og takast á við saman. „Þar á ég við þætti eins og gervigreind, loftslagsmál svo eitthvað sé nefnt. Ég trúi því að í allri þessari framþróun sé hlutverk forseta Íslands mjög mikilvægt. Forsetinn á að lyfta upp öllu því góða sem er að gerast í samfélaginu okkar. Hann á að draga fólk saman, efla bjartsýni og hvetja okkur til að leggja okkur fram fyrir samfélagið okkar. Saman getum við allt.“



Halla Hrund á fullri ferð á reiðhjólí í hverfinu sínu.



Halla Hrund og Haukur Steinn, líti bróðir.



Halla og Arndís vinkona hennar.

Forsetaframbjóðandinn

Halla Hrund Logadóttir:

Forsetinn á að lyfta upp öllu því góða í samfélaginu

Það er gaman frá því að segja að Árbærinn á sinn fulltrúa á meðal frambjóðenda til forseta Íslands. Það er hún Halla Hrund Logadóttir sem ólst bæði upp í Hraunbænum og seinna í Viðarási. Hún segir það hafa verið forréttindi að alast upp í hverfinu enda hafi það upp á svo mikið að bjóða.

„Fyrir utan frábært íþróttastarf og nálægðina við náttúruna þá fannst mér Árbærinn alltaf vera meira eins og bæjarfélag heldur en úthverfi. Samstaðan var svo mikil. Föðuramma mín og afi voru frumbyggjar í Árbæjarhverfinu. Bróðir pabba bjó þar líka og það var mikill samgangur sem heldur betur markaði hversu gott var að búa þarna. Ég eignaðist góða vini í portinu eins og það var kallað í Hraunbænum og við lékum okkur oft saman langt fram á kvöld á sumrin. Ég eignaðist svo þéttan vinahóp í Árbæjarskóla og við erum enn þá í miklu sambandi. Ég var líka í hestunum frá unglingsárum, það var stutt að fara í hesthúsin, og enn í dag finnst mér fátt eins endurnærandi eins og að komast í reiðtúr.“

Skammvinnur knattspyrnuferill en viðurkenni fyrir áhuga

Aðspurð segist hún vera mikil Fylkiskona þrátt fyrir að hafa átt skammvinnan knattspyrnuferil sjálf. „Ég fór á eitt námskeið og fékk viðurkenningu fyrir áhuga,“ segir hún og hlær. „En ég lærði ýmislegt um lífið á gamla malarvellinum. Valur Ragnarsson, bróðir pabba, var fyrirliði Fylkis þegar ég var krakki og við erum mikil Fylkisfjölskylda. Við fórum á nánast alla leiki, líka á útileiki úti á landi. Þarna lærði ég hvað hvatning skiptir miklu máli, og að sýna stuðning, líka þegar á móti blæs. Maður æfðist svo sannarlega í að tileinka sér seiglu við að fylgjast með liðinu sínu ganga í gegnum skín og skúr.“

Sterkar taugar til hverfisins

Halla Hrund ber sterkar taugar til hverfisins, foreldrar hennar, þau Jóhanna Kr. Steingrimsdóttir og Logi Ragnarsson, búa þar enn og

heimsóknirnar eru tíðar. „Við maðurinn minn Kristján Freyr eigum tvær dætur, sem eru að verða fimm og 12 ára. Þær verja miklum tíma með ömmu sinni og afa, enda hvergi meiri lúxus að finna en þar. Við fjölskyldan förum reglulega í hjólréiðatúra um Elliðaárdalinn, komum þá oft við í Árbæjarbakaríinu og síðan er alveg uppáhalds að fá sér ís í Skalla.“

Halla Hrund er ein af 12 einstaklingum sem eru í framboði til forseta Íslands. Í embætti forseta vill hún halda gildum þátttöku og samvinnu á lofti og leggja áherslu á samstöðu okkar sem þjóðar, náttúru okkar, menningu og hugvit — fyrir framtíðina.

Langaði snemma að efla samfélagið

„Ég vissi mjög snemma að mig langaði að taka þátt með einhverjum hætti í að efla samfélagið. Afí Raggi, sem var lengi yfirkennari í Árbæjarskóla, var mjög duglegur að hvetja mig til þátttöku í alls konar tólmstunda- og félagsstarfi á mínum yngri árum, hann sagði að maður lærði svo mikið á því og myndi kynnast alls konar fólki. Í dag finn ég hvernig þessi hvatning frá honum hefur mótað mig. Með því að taka þátt, mæta og gefa af sér, verður til farvegur fyrir alla fjölbreyttu þræðina okkar að vefast saman í eina öflugra heild. Við verðum sterkari.“

Fjölbreyttur náms- og starfsferill víða um heim

Halla Hrund hefur komið víða við og nýtur sín jafn vel í íslenskrum sveit og á alþjóðavettvangi. Hún er með BA-gráðu í stjórnmálafræði frá Háskóla Íslands, meistarafráðu í alþjóðasamvinnu með áherslu á hagfræði og orkumál frá The Fletcher School við Tufts-háskóla, og meistarafráðu í opinberri stjórnslu frá Harvard háskóla með áherslu á umhverfis- og orkumál. Hún bjó í Brussel þar sem hún starfaði á vegum utanríkisráðuneytisins að menningarmálum, síðan lá leiðin til Tógó í Vestur-Afríku og þaðan til Parísar.



Halla Hrund Logadóttir býður sig fram til embættis forseta Íslands.

Orkumál alltaf verið hugleikin

Halla Hrund var skipuð orkumálastjóri árið 2021, fyrst kvenna og hafa orkumál alltaf verið henni hugleikin. Hún starfar jafnframt sem adjúntk við Harvard og var meðstofnandi og framkvæmdastjóri við miðstöð Norðurslóða, Arctic Initiative, við sama skóla. Samhliða þessu vann Halla Hrund að stofnun alþjóðlega jafnréttisverkefnisins Stelpur styðja stelpur (e. Project Girls for Girls) sem miðar að því að efla færni og styrkja tengsl ungra kvenna. Verkefnið er í dag með starfsemi í tugum ríkja.

„Ég var svo heppin að verja nánast öllum skólafríum í sveitinni hjá ömmu og afa austur á Síðu. Þar lærði ég að samvinna og samstaða væri lykilatriði til að koma hlutunum í verk, að maður þarf að hafa fyrir verkefnum og leggja á sig til að áorka. Þar fann ég fyrst kraftinn sem fylgir því að sigla verkefnum saman í höfn, hvernig raðirnar þéttast og kærleikur og samkennd vex.“

Að leggja okkur fram fyrir samfélagið okkar

Hún segir að á næstu áratugum munum við sjá miklar samfélags- og tæknibreytingar sem við sem þjóð þurfum að búa okkur undir og takast á við saman. „Þar á ég við þætti eins og gervigreind, loftslagsmál svo eitthvað sé nefnt. Ég trúi því að í allri þessari framþróun sé hlutverk forseta Íslands mjög mikilvægt. Forsetinn á að lyfta upp öllu því góða sem er að gerast í samfélaginu okkar. Hann á að draga fólk saman, efla bjartsýni og hvetja okkur til að leggja okkur fram fyrir samfélagið okkar. Saman getum við allt.“

Saman getum við allt

Hún segir að á næstu áratugum munum við sjá miklar samfélags- og tæknibreytingar sem við sem þjóð þurfum að búa okkur undir og takast á við saman. „Þar á ég við þætti eins og gervigreind, loftslagsmál svo eitthvað sé nefnt. Ég trúi því að í allri þessari framþróun sé hlutverk forseta Íslands mjög mikilvægt. Forsetinn á að lyfta upp öllu því góða sem er að gerast í samfélaginu okkar. Hann á að draga fólk saman, efla bjartsýni og hvetja okkur til að leggja okkur fram fyrir samfélagið okkar. Saman getum við allt.“



Halla Hrund á fullri ferð á reiðhjólí í hverfinu sínu.



Halla Hrund og Haukur Steinn, litli bróðir.



Halla og Arndís vinkona hennar.



Halla Hrund

Fyrir framtíðina



Fjölskylduhátíð í Salnum í Kópavogi

Verið öll hjartanlega velkomin á fjölskylduhátíð Höllu Hrundar í Salnum í Kópavogi á laugardaginn 18. maí frá kl. 14-17.

Skemmtileg og fjölbreytt dagskrá fyrir alla fjölskylduna. Tónlistaratriði, grill, líf og fjör!



Halla Hrund

Fyrir framtíðina



Fjölskylduhátíð í Salnum í Kópavogi

Verið öll hjartanlega velkomin á fjölskylduhátíð Höllu Hrundar í Salnum í Kópavogi á laugardaginn 18. maí frá kl. 14-17.

Skemmtileg og fjölbreytt dagskrá fyrir alla fjölskylduna. Tónlistaratriði, grill, líf og fjör!



Guðlaug Steingrimsdóttir, Gulla í Skalla, ásamt Birni Gíslasyni formanni Fylkis.

Gulla í Skalla hefur stað- ið vaktina í fjörutíu ár

Um þessar mundir eru liðin fjörutíu ár síðan að Guðlaug Steingrimsdóttir, Gulla í Skalla, tók við rekstri Skalla í Hraunbænum.

Skalli var lengi vel miðpunkturinn í Árbæjarhverfinu og nokkurs konar félagsmiðstöð hverfisins.

Í Skalla er boðið upp á mjög góðan

skyndibita í ýmsu formi og staðurinn er ekki síður þekktur fyrir afar fjölbreytt úrval af góðum ís.

Á upptigningardag nýverið bauð Gulla íbúum hverfisins upp á ókeypis ís og lagði mikill fjöldi Árbæinga leið sína í Skalla af því tilefni og gæddi sér á ljúffengum ísnum.

Í viðtali við Árbæjarblaðið fyrir nokkrum árum sagði Gulla að í Árbæjarhverfi byggi einungis yndislegt fólk sem hefði í gegnum árin og áratuginu lagt leið sína í Skalla.

Synir Gullu, Steingrímur og Óli, reka Skalla í dag.

Um hvað snýst Bensínstöðvamálið?

- eftir Mörtu Guðjónsdóttur borgarfulltrúa

Kastljósþáttur Maríu Sigrúnar Hilmarsdóttur um bensínstöðvalóðirnar dregur á skýran hátt fram eftirfarandi meginatriði Bensínstöðvamálsins.

1.

Borgarstjórn veitti olúfélögunum, endurgjaldslaust og nánast skilyrðislaust, byggingarrétt á tólf bensínstöðvalóðum. Þetta var gert þó upphaflegir leigusamningar lóðanna kvæðu einungis á um að reka þar bensínstöð, þó samningar um fimm þessara lóða væru útrunnir og sjötti samningurinn rynni út eftir eitt og hálf ár, og þó bensínstöðvum myndi fækka sjálfkrafa á næstu árum af rekstrarástæðum, vegna aukinnar sparneytni og orkuskipta ökutækja.

Þessi bygginarréttur olúfélögunna er nú metin á um tíu milljarða króna og hann á mjög líklega eftir að hækka umtalsvert á þessum byggingarreitum og þar með hækka íbúðaverðið, á kostnað íbúðakaupenda.

2.

Samningsgerðin um þessa



Marta Guðjónsdóttir, borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins.

gjafagjörninga var unnin á tugum leynifunda, án vitundar og vilja minnihlutans í borgarstjórn og keyrð í gegnum borgarráð þegar borgarstjórn var í sumarfrí.

3.

Minnihlutinn í borgarstjórn sá sig

knúinn til að krefjast upplýsinga um samningsgerðina og fékk þær ekki fyrr en hálfu ári síðar. Þá fengu þau að skoða takmörkuð tölvugögn í takmarkaðan tíma, í lokuðu rými í Ráðhúsinu, og fengu þá hvorki að hafa með sér farsíma sína, né spjaldtölvur.

Þetta eru hreinar og klárar staðreyndir um grunnþætti og málavexti þessara gjörninga. Þær staðreyndir vekja að sjálfsögðu grunsemdir um alvarlega pólitíska spillingu: um aðför að almannahagsmunum sem hlaupa á milljörðum, og um aðför að lýðræðislegum leikreglum - skyldum og réttindum lýðkjörinna fulltrúa. Margt er samt enn á huldu um markmið og ásetning þessara gjafagjörninga. Það er því öllum fyrir bestu að málið í heild verði rannsakað ítarlega af óháðum aðilum. Því fyrr – því betra.

Höfundur: Marta Guðjónsdóttir borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins



Frábær
gjöf fyrir
veiðimenn
og konur

Gröfum nöfn veiðimanna á boxin
Uppl. á www.Krafla.is (698-2844)

eignaumsjon.is

VR

FYRIRMYNDAR
FYRIRTEKI 2023

Eignaumsjón

2023 Fyrirmyndaryfirteki
Rekstri

Láttu okkur sjá um húsfélagið!

Við erum með yfir 20 ára þekkingu og reynslu í rekstri fjöleignarhúsa.

Þjónustuverið okkar svarar fyrirspurnum hratt og örugglega í síma 585 4800 og á netspjallinu, eða sendið okkur tölvupóst á tjonusta@eignaumsjon.is.

Heyrðu í okkur og við gerum þér tilboð!

EIGNAumsjón

lykill að öruggum rekstri fasteigna

Suðurlandsbraut 30
Reykjavík | Sími 585 4800



Útfararþjónusta
í yfir 70 ár

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

VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN



Guðlaug Steingrimsdóttir, Gulla í Skalla, ásamt Birni Gíslasyni formanni Fylkis.

Gulla í Skalla hefur stað- ið vaktina í fjörutíu ár

Um þessar mundir eru liðin fjörutíu ár síðan að Guðlaug Steingrimsdóttir, Gulla í Skalla, tók við rekstri Skalla í Hraunbænum.

Skalli var lengi vel miðpunkturinn í Árbæjarhverfinu og nokkurs konar félagsmiðstöð hverfisins.

Í Skalla er boðið upp á mjög góðan

skyndibita í ýmsu formi og staðurinn er ekki síður þekktur fyrir afar fjölbreytt úrval af góðum ís.

Á uppstigningardag nýverið bauð Gulla íbúum hverfisins upp á ókeypis ís og lagði mikill fjöldi Árbæinga leið sína í Skalla af því tilefni og gæddi sér á ljúffengum ísnum.

Í viðtali við Árbæjarblaðið fyrir nokkrum árum sagði Gulla að í Árbæjarhverfi byggi einungis yndislegt fólk sem hefði í gegnum árin og áratuginu lagt leið sína í Skalla.

Synir Gullu, Steingrímur og Óli, reka Skalla í dag.

Um hvað snýst Bensínstöðvamálið?

- eftir Mörtu Guðjónsdóttur borgarfulltrúa

Kastljósþáttur Maríu Sigrúnar Hilmarsdóttur um bensínstöðvalóðirnar dregur á skýran hátt fram eftirfarandi meginatriði Bensínstöðvamálsins.

1.

Borgarstjórn veitti olúfélögunum, endurgjaldslaust og nánast skilyrðislaust, byggingarrétt á tólf bensínstöðvalóðum. Þetta var gert þó upphaflegir leigusamningar lóðanna kvæðu einungis á um að reka þar bensínstöð, þó samningar um fimm þessara lóða væru útrunnir og sjötti samningurinn rynni út eftir eitt og hálf ár, og þó bensínstöðvum myndi fækka sjálfkrafa á næstu árum af rekstrarástæðum, vegna aukinnar sparneytni og orkuskipta ökutækja.

Þessi bygginarréttur olúfélögunna er nú metin á um tíu milljarða króna og hann á mjög líklega eftir að hækka umtalsvert á þessum byggingarreitum og þar með hækka íbúðaverðið, á kostnað íbúðakaupenda.

2.

Samningsgerðin um þessa



Marta Guðjónsdóttir, borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokks.

gjafagjörninga var unnin á tugum leynifunda, án vitundar og vilja minnihlutans í borgarstjórn og keyrð í gegnum borgarráð þegar borgarstjórn var í sumarfrí.

3.

Minnihlutinn í borgarstjórn sá sig

knúinn til að krefjast upplýsinga um samningsgerðina og fékk þær ekki fyrr en hálfu ári síðar. Þá fengu þau að skoða takmörkuð tölvugögn í takmarkaðan tíma, í lokuðu rými í Ráðhúsinu, og fengu þá hvorki að hafa með sér farsíma sína, né spjaldtölvur.

Þetta eru hreinar og klárar staðreyndir um grunnþætti og málavexti þessara gjörninga. Þær staðreyndir vekja að sjálfsögðu grunsemdir um alvarlega pólitíska spillingu: um aðför að almannahagsmunum sem hlaupa á milljörðum, og um aðför að lýðræðislegum leikreglum - skyldum og réttindum lýðkjörinna fulltrúa. Margt er samt enn á huldu um markmið og ásetning þessara gjafagjörninga. Það er því öllum fyrir bestu að málið í heild verði rannsakað ítarlega af óháðum aðilum. Því fyrr – því betra.

Höfundur: Marta Guðjónsdóttir borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins



Frábær
gjöf fyrir
veiðimenn
og konur

Gröfum nöfn veiðimanna á boxin
Uppl. á www.Krafla.is (698-2844)

eignaumsjon.is

VR

FYRIRMYNDAR
FYRIRTEKI 2023
Eignaumsjón
2023 Fyrirmyndaryrirtæki
Rekstri
Vakjaldinn Skoðun

Láttu okkur sjá um húsfélagið!

Við erum með yfir 20 ára þekkingu og reynslu í rekstri fjöleignarhúsa.

Þjónustuverið okkar svarar fyrirspurnum hratt og örugglega í síma 585 4800 og á netspjallinu, eða sendið okkur tölvupóst á tjjonusta@eignaumsjon.is.

Heyrðu í okkur og við gerum þér tilboð!

EIGNAumsjón

lykill að öruggum rekstri fasteigna

Suðurlandsbraut 30
Reykjavík | Sími 585 4800



Útforarþjónusta
í yfir 70 ár

Vesturhlíð 2 | Fossvogi | s. 551 1266 | utfor@utfor.is | utfor.is
VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN



Silli kokkur Höfðabakka 1



- Villibráð með stöðugum nýjungum á matseðli
- Skemmtilegur staður fyrir fjölskyldur, vini, afmæli eða vinnustaði
- Barnamáltíð á 500 kr. og safi og ís í desert innifalið
- Notaleg stemning fyrir allan aldur og oft uppákomur um helgar



Silli Kokkur - S: S691-5976 - sillikokkur.is



Silli kokkur Höfðabakka 1



- Villibráð með stöðugum nýjungum á matseðli
- Skemmtilegur staður fyrir fjölskyldur, vini, afmæli eða vinnustaði
- Barnamáltíð á 500 kr. og safi og ís í desert innifalið
- Notaleg stemning fyrir allan aldur og oft uppákomur um helgar



Silli Kokkur - S: S691-5976 - sillikokkur.is

Sítrus Langa

- frábær réttur sem vert er að prófa

Kristjana Steingrimsdóttir, Jana, býður lesendum okkar upp á frábærar uppskriftir af fiskréttum. Réttirnir eru í senn hollir og gómsætir og við skorum á lesendur að prófa þessa rétti.

„Ég elska að versla fiskinn minn í Hafinu og þar er alltaf svo frábært úrval af ferskasta fiskinum, einnig bjóða þeir upp á svo mikið og girnilegt úrval af tilbúnum réttum. Hver öðrum betri.

Ég finn það vel hvað það gerir fjölskyldunni minni gott að borða oft fisk og við Íslendingar erum svo heppnir að hafa aðgang að miklu úrvali af ferskum og góðum fiski. Þar sem við fjölskyldan höfum búið erlendis í um 18 ár erum við extra þakklát fyrir íslenska fiskinn og kunnum svo mikið að meta hann,” segir Kristjana.

Nú bjóðum við upp á Sítrus Löngu og hér kemur uppskriftin:

Sítrus Langa

1 kg Langa.
1 1/2 sítróna.
1 1/2 appelsína.
3 hvítlauksrif skorin í þunnar sneiðar.

1 rauðlaukur skorin í báta.
Svartur pipar (eftir smekk).
Vorlaurkur - 4 stíllkar skornir í litla bita.

1/2 rauður chili skorinn í þunna hringi.
ca 1 dl / 1/2 bolli ólífuoloía.
Sjávar salt (eftir smekk).

Leiðbeiningar

Skerið löngu í hæfilega bita og setjið í eldfast mót og marinerið með safu úr hálfri appelsínu, safu úr hálfri sítrónu, rauðlauk, pipar, salti, vorlaurkur, hvítlauk, chili og afganginum af sítrónu og appelsínu skornum í báta.

Marinerið í um 30 mínútur.

Hitið ofninn í 180 gráður.
Hellið ólífuoloíunni yfir fiskinn og bakið í um 30 mínútur.

Takið fiskinn út úr ofninum og berið fram með jóгурtsósu og grænu salati.

Ég hvet sem flesta að bæta meiri fisk inn í matarræði sitt og prófa sig áfram með allskonar útgáfur.

Kristjana Steingrimsdóttir (Jana)
jana.is - www.instagram.com/janast



Sítrus Langan er verulega góð og rétturinn sem hér sést otrúlega gómsætur.



Borgarholtsskóli

Opið fyrir umsóknir nemenda úr 10. bekk

umsóknarfrestur til 8. júní

Bóknám til stúdentsprófs

- Félags- og hugvísindabraut
- Náttúrufræðabraut
- Heilsu- og lífsstílsbraut
- Viðskipta- og frumkvöðlabraut

Íþróttakademía

Bíliðngreinar

- Bifvélavirkjun
- Bifreiðasmíði
- Bílamálun

Málmiðngreinar

- Blikksmíði
- Rennismíði
- Stálsmíði
- Vélvirkjun
- Pípulagnir

Listnám

- Grafísk hönnun
- Kvikmyndagerð
- Leiklist

Allar upplýsingar á borgo.is

Sítrus Langa

- frábær réttur sem vert er að prófa

Kristjana Steingrimsdóttir, Jana, býður lesendum okkar upp á frábærar uppskriftir af fiskréttum. Réttirnir eru í senn hollir og gómsætir og við skorum á lesendur að prófa þessa rétti.

„Ég elska að versla fiskinn minn í Hafinu og þar er alltaf svo frábært úrval af ferskasta fiskinum, einnig bjóða þeir upp á svo mikið og girnilegt úrval af tilbúnum réttum. Hver öðrum betri.

Ég finn það vel hvað það gerir fjölskyldunni minni gott að borða oft fisk og við Íslendingar erum svo heppnir að hafa aðgang að miklu úrvali af ferskum og góðum fiski. Þar sem við fjölskyldan höfum búið erlendis í um 18 ár erum við extra þakklát fyrir íslenska fiskinn og kunnum svo mikið að meta hann,” segir Kristjana.

Nú bjóðum við upp á Sítrus Löngu og hér kemur uppskriftin:

Sítrus Langa

1 kg Langa.
1 1/2 sítróna.
1 1/2 appelsína.
3 hvítlauksrif skorin í þunnar sneiðar.

1 rauðlaukur skorin í báta.
Svartur pipar (eftir smekk).
Vorlaurkur - 4 stíllkar skornir í litla bita.

1/2 rauður chili skorinn í þunna hringi.
ca 1 dl / 1/2 bolli ólífuoloía.
Sjávar salt (eftir smekk).

Leiðbeiningar

Skerið löngu í hæfilega bita og setjið í eldfast mót og marinerið með safu úr hálfri appelsínu, safu úr hálfri sítrónu, rauðlauk, pipar, salti, vorlaurkur, hvítlauk, chili og afganginum af sítrónu og appelsínu skornum í báta.

Marinerið í um 30 mínútur.

Hitið ofninn í 180 gráður.
Hellið ólífuoloíunni yfir fiskinn og bakið í um 30 mínútur.

Takið fiskinn út úr ofninum og berið fram með jóгурtsósu og grænu salati.

Ég hvet sem flesta að bæta meiri fisk inn í matarræði sitt og prófa sig áfram með allskonar útgáfur.

Kristjana Steingrimsdóttir (Jana)
jana.is - www.instagram.com/janast



Sítrus Langan er verulega góð og rétturinn sem hér sést otrúlega gómsætur.



Borgarholtsskóli

Opið fyrir umsóknir nemenda úr 10. bekk

umsóknarfrestur til 8. júní

Bóknám til stúdentsprófs

- Félags- og hugvísindabraut
- Náttúrufræðabraut
- Heilsu- og lífsstílsbraut
- Viðskipta- og frumkvöðlabraut

Íþróttakademía

Bíliðngreinar

- Bifvélavirkjun
- Bifreiðasmíði
- Bílamálun

Málmiðngreinar

- Blikksmíði
- Rennismíði
- Stálsmíði
- Vélvirkjun
- Pípulagnir

Listnám

- Grafísk hönnun
- Kvikmyndagerð
- Leiklist

Allar upplýsingar á borgo.is

TOYO TIRES

PIRELLI
POWER IS NOTHING WITHOUT CONTROL

LAUFENN
Journey in Style

MAXXIS
DEKK

Mastercraft
TIRES

NANKANG
FREE YOUR WAY

KUMHO TIRE
All-ways. Go With you

DOUBLECOIN



Bókaðu tíma á netinu

Stærsta verkstæði landsins er í næsta nágrenni

Nesdekk Breiðhöfða 13.
Eitt fullkornasta hjólbarðaverkstæði landsins.



Toyo GSI-6

Toyo Ice Freezer

Toyo G3S - ICE



Harðskeljadekk



Harðskeljadekk



Harðskeljadekk



Bókaðu tíma og skoðu dekkjúrvalið á nesdekk.is

Breiðhöfði 13
110 Reykjavík
590 2080



Stærðin skiptir ekki máli á Breiðhöfða 13.

NESDEKK
561 4200 / nesdekk.is

TOYO TIRES

PIRELLI
POWER IS NOTHING WITHOUT CONTROL

LAUFENN
Journey in Style

MAXXIS
DEKK

Mastercraft
TIRES

NANKANG
FREE YOUR WAY

KUMHO TIRE
All-ways. Go With you

DOUBLECOIN



Bókaðu tíma á netinu

Stærsta verkstæði landsins er í næsta nágrenni

Nesdekk Breiðhöfða 13.
Eitt fullkornasta hjólbarðaverkstæði landsins.



Toyo GSI-6

Toyo Ice Freezer

Toyo G3S - ICE



Harðskeljadekk



Harðskeljadekk



Harðskeljadekk



Bókaðu tíma og skoðaðu dekkjaurvalið á nesdekk.is

Breiðhöfði 13
110 Reykjavík
590 2080



Stærðin skiptir ekki máli á Breiðhöfða 13.

NESDEKK
561 4200 / nesdekk.is



Íbúar í Árþingarsvæði kusu mörg skemmtileg verkefni til framkvæmda í hverfinu á þessu og næsta ári.

Hverfið mitt:

Fjölbreytt og skemmtileg verkefni til framkvæmda

Frisbílgolfbrautir, infraraud sauna, ævintýragarður, hugleiðsluróla og gaga völlur eru meðal verkefna sem Reykjavíkingar völdu í lýðræðisverkefninu Hverfið mitt á síðasta ári. Borgarráð hefur nú heimilað umhverfis- og skipulagssviði að bjóða út verkefni sem koma til framkvæmda á þessu og næsta ári. Áætlaður kostnaður er 450 milljónir króna.

Hverfið mitt er samráðsverkefni íbúa og stjórnsýslu um forgangsörðun og úthlutun fjármagns til nýframkvæmda í hverfum Reykjavíkurborgar. Þar gefst íbúum kostur á að hafa áhrif á sitt nánasta umhverfi með því að senda inn hugmyndir að verkefnum í sínum hverfum og síðan er kosid á milli þeirra í rafrænni íbúakosningu. Slík kosning fór síðast fram í september 2023 og var kosningabáttaka í borginni allri 12%. Af þeim sem kusu voru konur í meirihluta með tæp 62% atkvæða, karlar voru rúm 38% kjósenda og kvár 0,04%.

Verkefnin sem kosin voru til framkvæmda í haust eru 62 talsins og er áætlaður framkvæmdatími maí 2024 til desember 2025. Verkefnin eru afar fjölbreytt og eru þau eftirfarandi:

Árbær

- Áningarstaður og bekkir við Rauðavatn.
- Frisbílgolfbrautir í Norðlingaholti.
- Leiktæki fyrir börn í Árþingarsvæði.
- Tengja göngustíga við gömlu kartöflugeymslurnar.
- Sumarblóm í hringtorg.
- Samverustaður við Rauðavatn.

Breiðholt

- Jólaljós á tré við göngustíg.
- Fjölga bekkjum í Breiðholti.
- Betrumbæta frisbílgolfvöllinn í Breiðholti.
- Nálabor.
- Hærri bekkir fyrir eldri borgara.
- Infraraud sauna í Breiðholtssvæði.
- Lýsing við fótboltavöllinn við

Bakkasel.

- Míningolf.
- „Velkomin í Breiðholt“ skilti.
- Útigrill í Seljahverfi.

Grafarholt og Úlfarsárdalur

- Stikuð gönguleið við rætur Úlfarsfells.
- Reynisvatn - falletgrá aðkoma.
- Göngustígur milli Úlfarsárdals og Hafravats.
- Gróður og áningarstaðir í Úlfarsárdal.
- Bekkir við Reynisvatn.

Grafarvogur

- Gróðurlundur á Geldinganesi.
- Fjölga áningarstöðum í hverfinu.
- Infraraud sauna í Grafarvogssvæði.
- Stjörnuvíkingur á útsýnispallinum í Húsahverfi.
- Endurbæta Hallsteinsgarð.
- Útiæfingataeki í kringum Grafarvog.

Háaleiti og Bústaðir

- Bæta tengingu milli Skeifunnar og göngubrúarinnar.
- Bekkir og ruslatunnur.
- Flokkunartunnur við göngustíga.
- Meiri gróður í Fossvogsdalinn.
- Hjólástæði við Víkingsheimilið í Safamýri.
- Ævintýragarður.
- Gróður við Háaleitisbraut.
- Hugleiðsluróla milli Hólmgarðs og Hæðargarðs.
- Systkinarólur og ungbarnarólur.

Hlíðar

- Ærslabellur á Klambatún.
- Snyrtilegri undirgöng.
- Gróðursetja við umferðargötur.
- Ungbarnarólur í Hlíðunum.
- Fegra hringtorgið við Hlíðaskóla.
- Matjurtagarður í Hlíðunum.

Kjalarnes

- Gaga völlur.
- Lítil heitavatnspottur við sjósundaðstöðuna.

Laugardalur

- Jólaland í Laugardalnum.
- Alexöndruróló.
- Gera upp Sunnutorg.
- Útigrill á Aparóló.

Miðborg

- Litríkur gróður í Miðborg.
- Gróður við Sæbraut.
- Kórufoltavöllur við Austurbæjarskóla.
- Andahús á Tjörmina.
- Bekkir og blóm á Hlíðarenda.
- Vatnspóstur í Hljómskálagarðinn.

Vesturbær

- Grænni Vesturbær.
- Jólaljós í Vesturbæjarlaug.
- Bekkir og ruslatunnur.
- Vatnspóstur við Ægisíðu.
- Leiktæki í Vesturbæjarlaug.
- Vistlegri Meistaravellir.
- Stigi niður í fjöru við Eiðsgranda.
- Útigrill á Landakotstún.

Bæta þarf gatnaþrif í borginni

- segir Kjartan Magnússon borgarfulltrúi

Borgarfulltrúar Sjálfstæðisflokksins vilja auka gatnaþrif í Reykjavík í því skyni að bæta hreinlæti og draga úr svifryksmengun í borginni.

Kjartan Magnússon, borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins, tók málið nýlega upp í borgarstjórn og lagði til að aukin áhersla yrði lögð á götusúpun og vatnspvott stofnbrauta og tengingatna í borginni.

Rykmyndun í Reykjavík

Mikil óhreinindi séu að jafnaði á götum Reykjavíkur í lok vetrar að sögn Kjartans.

„Að undanfögnu hafa kjöraðstæður skapast fyrir rykmyndun í borginni þar sem síðustu mánuðir hafa verið mjög þurrviðrasamir. Ryk þyrlast upp af götum borgarinnar og þung ökutæki hverfa jafnvel í rykmökkinn. Í rykmökkinn er svifryk sem er

ekki heilsusamlegt og getur beinlínis verið hættulegt. Þess vegna er mikilvægt að standa vel að þrifum gatna, gönguleiða og hjólástíga í borginni. Ljóst er að með auknum þrifum mætti draga verulega úr myndun ryks og annarra óhreininda.“

Kjartan segir að margar erlendar borgir leggi mikinn metnað í götuþrif. „Í nágrennalöndum okkar er algengt að götur borga séu vatnspvegnaðar mánaðarlega og sópaðar tvisvar í mánuði.“

Í Reykjavík er meginreglan sú að stofnbrautir og tengigötur séu þvegnaðar einu sinni á ári og sópaðar þrisvar, þ.e. vor, sumar og haust. Stígar eru sópaðir eftir sama kerfi. Húsagötur eru þvegnaðar einu sinni og sópaðar tvisvar.“

Árlegt það er ekki nóg

Unnt er að stórbæta gatnaþrif í



Bæta þarf stórlega götuþrif í Reykjavík að mati Kjartans Magnússonar borgarfulltrúa.

Reykjavík með því að leggja meiri áherslu á þau en nú er gert að sögn Kjartans:

„Einn vatnspvottur á ári dugir skammt í baráttunni við rykið. Mestu máli skiptir að auka vatnspvottinn þannig að göturnar séu bæði

vatnspvegnaðar og sópaðar a.m.k. nokkrum sinnum á ári. Framfarir í hreinsitækni gera það að verkum að vel er hægt að takast á við göturykið og hreinsa það burtu áður en það fer á flug um borgina í stórum og illviðráðanlegum rykmekki.“ segir Kjartan Magnússon borgarfulltrúi.

Kjartan Magnússon borgarfulltrúi.



Íbúar í Árþéttarhverfi kusu mörg skemmtileg verkefni til framkvæmda í hverfinu á þessu og næsta ári.

Hverfið mitt:

Fjölbreytt og skemmtileg verkefni til framkvæmda

Frisbílgolfbrautir, infraraud sauna, ævintýragarður, hugleiðsluróla og gaga völlum eru meðal verkefna sem Reykjavíkingar völdu í lýðræðisverkefninu Hverfið mitt á síðasta ári. Borgarráð hefur nú heimilað umhverfis- og skipulagssviði að bjóða út verkefni sem koma til framkvæmda á þessu og næsta ári. Áætlaður kostnaður er 450 milljónir króna.

Hverfið mitt er samráðsverkefni íbúa og stjórnsýslu um forgangsörðun og úthlutun fjármagns til nýframkvæmda í hverfum Reykjavíkurborgar. Þar gefst íbúum kostur á að hafa áhrif á sitt nánasta umhverfi með því að senda inn hugmyndir að verkefnum í sínum hverfum og síðan er kosid á milli þeirra í rafrænni íbúakosningu. Slík kosning fór síðast fram í september 2023 og var kosningabáttaka í borginni allri 12%. Af þeim sem kusu voru konur í meirihluta með tæp 62% atkvæða, karlar voru rúm 38% kjósenda og kvár 0,04%.

Verkefnin sem kosin voru til framkvæmda í haust eru 62 talsins og er áætlaður framkvæmdatími maí 2024 til desember 2025. Verkefnin eru afar fjölbreytt og eru þau eftirfarandi:

Árbær

- Áningarstaður og bekkir við Rauðavatn.
- Frisbílgolfbrautir í Norðlingaholti.
- Leiktæki fyrir börn í Árþéttarlag.
- Tengja göngustíga við gömlu kartöflugeymslurnar.
- Sumarblóm í hringtorg.
- Samverustaður við Rauðavatn.

Breiðholt

- Jólaljós á tré við göngustíg.
- Fjölga bekkjum í Breiðholti.
- Betrumbæta frisbílgölvöllinn í Breiðholti.
- Nálabor.
- Hærri bekkir fyrir eldri borgara.
- Infraraud sauna í Breiðholtslaug.
- Lýsing við fótboltavöllinn við

Bakkasel.

- Míningolf.
- „Velkomin í Breiðholt“ skilti.
- Útigrill í Seljahverfi.

Grafarholt og Úlfarsárdalur

- Stikuð gönguleið við rætur Úlfarsfells.
- Reynisvatn - fallelgrí aðkoma.
- Göngustígur milli Úlfarsárdals og Hafravats.
- Gróður og áningarstaðir í Úlfarsárdal.
- Bekkir við Reynisvatn.

Grafarvogur

- Gróðurlundur á Geldinganesi.
- Fjölga áningarstöðum í hverfinu.
- Infraraud sauna í Grafarvogslaug.
- Stjörnuvíkingur á útsýnispallinum í Húsahverfi.
- Endurbæta Hallsteinsgarð.
- Útæfingataeki í kringum Grafarvog.

Háaleiti og Bústaðir

- Bæta tengingu milli Skeifunnar og göngubrúarinnar.
- Bekkir og ruslatunnur.
- Flokkunartunnur við göngustíga.
- Meiri gróður í Fossvogsdalinn.
- Hjólástæði við Víkingsheimilið í Safamýri.
- Ævintýragarður.
- Gróður við Háaleitisbraut.
- Hugleiðsluróla milli Hólmgarðs og Hæðargarðs.
- Systkinarólur og ungbarnarólur.

Hlíðar

- Ærslabellur á Klambatún.
- Snyrtilegri undirgöng.
- Gróðursetja við umferðargötur.
- Ungbarnarólur í Hlíðunum.
- Fegra hringtorgið við Hlíðaskóla.
- Matjurtagarður í Hlíðunum.

Kjalarnes

- Gaga völlum.
- Lítill heitavatnspottur við sjósundaðstöðuna.

Laugardalur

- Jólaland í Laugardalnum.
- Alexöndruróló.
- Gera upp Sunnutorg.
- Útigrill á Aparóló.

Miðborg

- Litríkur gróður í Miðborg.
- Gróður við Sæbraut.
- Kórufoltavöllur við Austurbæjarskóla.
- Andahús á Tjörmina.
- Bekkir og blóm á Hlíðarenda.
- Vatnspóstur í Hljómskálagarðinn.

Vesturbær

- Grænni Vesturbær.
- Jólaljós í Vesturbæjarlag.
- Bekkir og ruslatunnur.
- Vatnspóstur við Ægisíðu.
- Leiktæki í Vesturbæjarlag.
- Vistlegri Meistaravellir.
- Stigi niður í fjöru við Eiðsgranda.
- Útigrill á Landakotstún.

Bæta þarf gatnaþrif í borginni

- segir Kjartan Magnússon borgarfulltrúi

Borgarfulltrúar Sjálfstæðisflokksins vilja auka gatnaþrif í Reykjavík í því skyni að bæta hreinlæti og draga úr svifryksmengun í borginni.

Kjartan Magnússon, borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins, tók málið nýlega upp í borgarstjórn og lagði til að aukin áhersla yrði lögð á götusúpun og vatnspvott stofnbrauta og tengingatna í borginni.

Rykmyndun í Reykjavík

Mikil óhreinindi séu að jafnaði á götum Reykjavíkur í lok vetrar að sögn Kjartans.

„Að undanfögnu hafa kjöraðstæður skapast fyrir rykmyndun í borginni þar sem síðustu mánuðir hafa verið mjög þurrviðrasamir. Ryk þyrlast upp af götum borgarinnar og þung ökutæki hverfa jafnvel í rykmökkinn.

Í rykmökkinn er svifryk sem er

ekki heilsusamlegt og getur beinlínis verið hættulegt. Þess vegna er mikilvægt að standa vel að þrifum gatna, gönguleiða og hjólástíga í borginni. Ljóst er að með auknum þrifum mætti draga verulega úr myndun ryks og annarra óhreininda.”

Kjartan segir að margar erlendar borgir leggi mikinn metnað í götuþrif. „Í nágrennalöndum okkar er algengt að götur borga séu vatnspvegnaðar mánaðarlega og sópaðar tvisvar í mánuði.

Í Reykjavík er meginreglan sú að stofnbrautir og tengigötur séu þvegnaðar einu sinni á ári og sópaðar þrisvar, þ.e. vor, sumar og haust. Stígar eru sópaðir eftir sama kerfi. Húsagötur eru þvegnaðar einu sinni og sópaðar tvisvar.”

Árlegt það er ekki nóg

Unnt er að stórbæta gatnaþrif í



Bæta þarf stórlega götuþrif í Reykjavík að mati Kjartans Magnússonar borgarfulltrúa.

Reykjavík með því að leggja meiri áherslu á þau en nú er gert að sögn Kjartans:

„Einn vatnspvottur á ári dugir skammt í baráttunni við rykið. Mestu máli skiptir að auka vatnspvottinn þannig að göturnar séu bæði

vatnspvegnaðar og sópaðar a.m.k. nokkrum sinnum á ári. Framfarir í hreinsitækni gera það að verkum að vel er hægt að takast á við göturykið og hreinsa það burtu áður en það fer á flug um borgina í stórum og illviðráðanlegum rykmekki,” segir Kjartan Magnússon borgarfulltrúi.

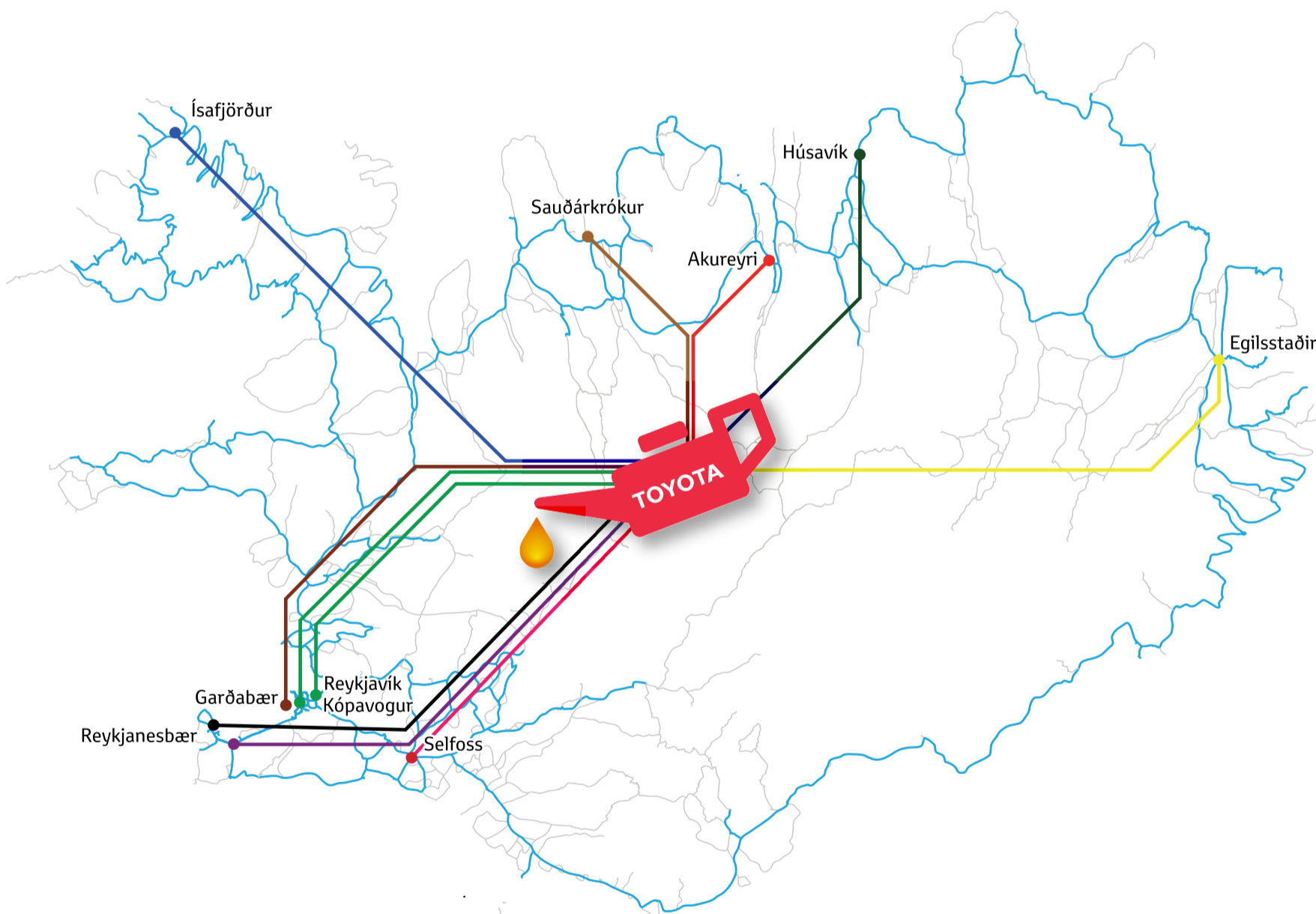


Kjartan Magnússon borgarfulltrúi.



ÞEGAR STÓRT ER SMURT

Nýttu þér sértilboð á smurþjónustu hjá öllum
viðurkenndum þjónustuaðilum Toyota til 7. júní.



Sértilboð á olíum, olíusíum, loftsíum,
frjókornasíum, bensín- og hráolíusíum,
þurrkublöðum, þurrkugúmmíi, perum,
rúðuvökva, frostlegi, Adblue og þjónustu.*

Engin vandamál – bara lausnir

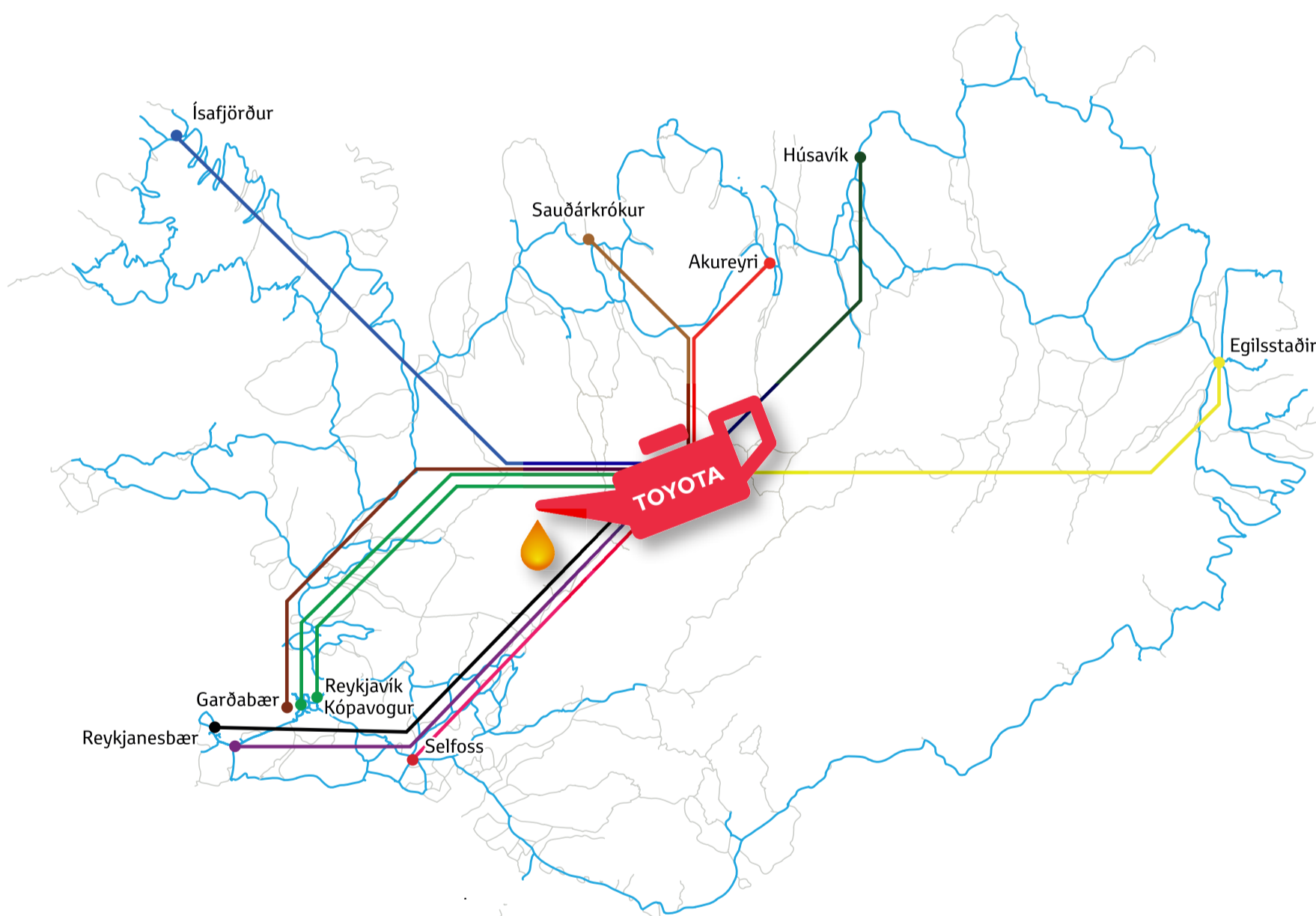
*Afsláttur af vörum gildir eingöngu með þjónustu á staðnum.

● Toyota Kaupúni	— Kaupúni 6	Garðabæ	570 5070
● Toyota Akureyri	— Baldursnesi 1	Akureyri	460 4300
● Toyota Selfossi	— Fossnesi 14	Selfossi	480 8000
● Toyota Reykjanesbæ	— Njarðarbraut 19	Reykjanesbæ	420 6610
● Bifreiðaverkstæði Reykjavíkur	— Bæjarflöt 13	Reykjavík	440 8000
● Bifreiðaverkstæði Reykjavíkur	— Skemmuvegi 16	Kópavogi	440 8000
● Bílatangi	— Suðurgötu 9	Ísafirði	456 4580
● Bifreiðaverkstæði KS	— Hesteyri 2	Sauðárkróki	455 4570
● Bílaleiga Húsavíkur	— Garðarsbraut 66	Húsavík	464 1888
● Bílaverkstæði Austurlands	— Miðási 2	Egilsstöðum	470 5070
● Bílageirinn	— Grófinni 14a	Reykjanesbæ	421 6901



ÞEGAR STÓRT ER SMURT

Nýttu þér sértilboð á smurþjónustu hjá öllum viðurkenndum þjónustuaðilum Toyota til 7. júní.



Sértilboð á olíum, olíusíum, loftsíum, frjókornasíum, bensín- og hráolíusíum, þurrkublöðum, þurrkugúmmíi, perum, rúðuvökva, frostlegi, Adblue og þjónustu.*

Engin vandamál – bara lausnir

*Afsláttur af vörum gildir eingöngu með þjónustu á staðnum.

● Toyota Kaupúni	— Kaupúni 6	Garðabæ	570 5070
● Toyota Akureyri	— Baldursnesi 1	Akureyri	460 4300
● Toyota Selfossi	— Fossnesi 14	Selfossi	480 8000
● Toyota Reykjanesbæ	— Njarðarbraut 19	Reykjanesbæ	420 6610
● Bifreiðaverkstæði Reykjavíkur	— Bæjarflöt 13	Reykjavík	440 8000
● Bifreiðaverkstæði Reykjavíkur	— Skemmuvegi 16	Kópavogi	440 8000
● Bílatangi	— Suðurgötu 9	Ísafirði	456 4580
● Bifreiðaverkstæði KS	— Hesteyri 2	Sauðárkróki	455 4570
● Bílaleiga Húsavíkur	— Garðarsbraut 66	Húsavík	464 1888
● Bílaverkstæði Austurlands	— Miðási 2	Egilsstöðum	470 5070
● Bílageirinn	— Grófinni 14a	Reykjanesbæ	421 6901



Þórunn Björk Pálmadóttir, Lára Sæmundsdóttir og Linda Sveinbjörnsdóttir í versluninni Mistur.



Endurvinnslumóttakan er opin alla daga hjá skátunum í Hraunbæ

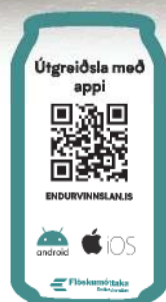
Móttaka Endurvinnslunnar er opin alla daga vikunnar.
Við tökum vel á móti þér.
Grænir skátar styðja við ungmennastarf í samfélaginu.
Munið eftir nýja endurvinnsluappinu

Greiddar eru 20 kr.
fyrir eininguna



Opnunartíminn okkar er:

Vikrir dagar kl. 9-18
Helgar kl. 12-16:30



Endurvinnslumóttakan Hraunbæ 123 . 110 Reykjavík

Heilsu- og umhverfis- verslunin Mistur í efri byggðum

Í nóvember sl. opnaði á Stórhöfða 33, heilsu- og umhverfisverslunin Mistur. Þar var stórt skref stigið í sögu fyrirtækisins sem fagnaði nú á dögum 10 ára starfsafmæli sínu. Með opnun verslunar á Stórhöfða hyggst Mistur koma til móts við og þjónusta þann sístækkandi hóp sem velur hreinni, heilsusamlegri og umhverfisvænni lífstíl.

Hjá Mistur færðu faglega þjónustu og ráðleggingar heilsusérfræðings sem starfað hefur í heilsugeiranum í yfir 15 ár, m.a. við val á vítamínum og bætiefnum og grunn og ilmkjarnaolíum svo eitthvað sé nefnt.

„Þeir sem kjósa að fækka umbúðum heima við og vilja fylla á þau ílát sem þeir eiga, ættu jafnframt að kynna sér sístækkandi úrvalið á áfyllingabær Misturs,“ segir Þórunn Björk Pálmadóttir eigandi Misturs, en hjá okkur færðu öll hringerning-

arefni sem notuð eru á heimilum ásamt vörum til persónulegra nota.

Hjá Mistur starfa nú þrjú starfsmenn og gaman er að geta þess að í takt við vöruúrval og stefnu fyrirtækisins eru allar innréttingar ýmist end-urunnar eða endurnýttar. Við vöruval í verslun er horft til innihaldsefna, umbúðir vara og aðbúnað starfsfólks við framleiðslu og áhersla ávalt lögð á að velja umhverfisvænni valkosti eða leita annað ef vörur uppfylla ekki okkar skilyrði“ segir Þórunn, því við getum alltaf fundið vörur sem uppfylla okkar kröfur um að umhverfi og heilsa séu höfð að leiðarljósi hjá okkar birgjum.

„Verslunin er opin alla virka daga frá kl 11-17 og við tökum vel á móti öll-um þeim sem leggja leið sína til okkar hingað á Stórhöfða 33,“ segir Þórunn.



Hjá Mistur færðu faglega þjónustu og ráðleggingar heilsusérfræðings sem starfað hefur í heilsugeiranum í yfir 15 ár, m.a. við val á vítamínum og bætiefnum og grunn og ilmkjarnaolíum svo eitthvað sé nefnt.

MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

VISSIR ÞÚ?

AÐ KEILAN Á UPPRUNA SINN 3200 FYRIR KRIST.

ÞÚ GETUR BÓKAÐ BRAUT Á
KEILUHOLLIN.IS OG Í SÍMA 5 11 53 00

Keiluhöllin
EGILSHÖLL



Þórunn Björk Pálmadóttir, Lára Sæmundsdóttir og Linda Sveinbjörnsdóttir í versluninni Mistur.

Heilsu- og umhverfis- verslunin Mistur í efri byggðum

Í nóvember sl. opnaði á Stórhöfða 33, heilsu- og umhverfisverslunin Mistur. Þar var stórt skref stigið í sögu fyrirtækisins sem fagnaði nú á dögum 10 ára starfsafmæli sínu. Með opnun verslunar á Stórhöfða hyggst Mistur koma til móts við og þjónusta þann sístækkandi hóp sem velur hreinni, heilsusamlegri og umhverfisvænni lífstíl.

Hjá Mistur færðu faglega þjónustu og ráðleggingar heilsusérfræðings sem starfað hefur í heilsugeiranum í yfir 15 ár, m.a. við val á vítamínum og bætiefnum og grunn og ilmkjarnaolíum svo eitthvað sé nefnt.

„Þeir sem kjósa að fækka umbúðum heima við og vilja fylla á þau ílát sem þeir eiga, ættu jafnframt að kynna sér sístækkandi úrvalið á áfyllingabær Misturs,“ segir Þórunn Björk Pálmadóttir eigandi Misturs, en hjá okkur færðu öll hringerning-

arefni sem notuð eru á heimilum ásamt vörum til persónulegra nota.

Hjá Mistur starfa nú þrjú starfsmenn og gaman er að geta þess að í takt við vöruúrval og stefnu fyrirtækisins eru allar innréttingar ýmist end-urunnar eða endurnýttar. Við vöruval í verslun er horft til innihaldsefna, umbúðir vara og aðbúnað starfsfólks við framleiðslu og áhersla ávalt lögð á að velja umhverfisvænni valkosti eða leita annað ef vörur uppfylla ekki okkar skilyrði“ segir Þórunn, því við getum alltaf fundið vörur sem uppfylla okkar kröfur um að umhverfi og heilsa séu höfð að leiðarljósi hjá okkar birgjum.

„Verslunin er opin alla virka daga frá kl 11-17 og við tökum vel á móti öll-um þeim sem leggja leið sína til okkar hingað á Stórhöfða 33,“ segir Þórunn.



Hjá Mistur færðu faglega þjónustu og ráðleggingar heilsusérfræðings sem starfað hefur í heilsugeiranum í yfir 15 ár, m.a. við val á vítamínum og bætiefnum og grunn og ilmkjarnaolíum svo eitthvað sé nefnt.

Graenir
skátar

Endurvinnslumóttakan er opin alla daga hjá skátunum í Hraunbæ

Móttaka Endurvinnslunnar er opin alla daga vikunnar.
Við tökum vel á móti þér.
Graenir skátar styðja við ungmennastarf í samfélaginu.
Munið eftir nýja endurvinnsluappinu

Greiddar eru 20 kr.
fyrir eininguna



Opnunartíminn okkar er:

Vikrir dagar kl. 9-18
Helgar kl. 12-16:30



Endurvinnslumóttakan Hraunbæ 123 . 110 Reykjavík

MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

VISSIR ÞÚ?

AÐ KEILAN Á UPPRUNA SINN 3200 FYRIR KRIST.

ÞÚ GETUR BÓKAÐ BRAUT Á
KEILUHOLLIN.IS OG Í SÍMA 5 11 53 00

Keiluhöllin
EGILSHÖLL

KÍKTU Í HEIMSÓKN & NÆLDU Í GÓÐGÆTI Á GRILLIÐ

SUMARGRILL

STEIKUR & MEÐLÆTI



SKOÐAÐU ÚRVALIÐ Á
SÆLKERABÚÐIN.IS



SÆLKERA
- BÚÐIN -

BITRUHÁLSI 2 · KRINGLUNNI · GARÐABÆ

SÆLKERABÚÐIN.IS

KÍKTU Í HEIMSÓKN & NÆLDU Í GÓÐGÆTI Á GRILLIÐ

SUMARGRILL

STEIKUR & MEÐLÆTI



SKOÐAÐU ÚRVALIÐ Á
SÆLKERABÚÐIN.IS



SÆLKERA
- BÚÐIN -

BITRUHÁLSI 2 · KRINGLUNNI · GARÐABÆ

SÆLKERABÚÐIN.IS

60 ára+ grunn- og framhaldsnámskeið

Bætt heilsa og aukin lífsgæði

Nokkrir hópar og tímasetningar í boði bæði á grunn- og framhaldsnámskeið.

Hafðu samband:

www.klasinn.is
mottaka@klasinn.is
599-1600



Ertu í söluhugleiðingum?

Óska eftir eignum í Árbænum

FÁÐU FRÍTT VERÐMAT
Hafðu samband!

Löggiltur fasteignasali

Hrafnhildur
Björk Baldursdóttir

hrafnhildur@valholl.is
862 1110



Árbæjarblaðið

Ritstjórn og auglýsingar

Sími 698-2844 / 699-1322

Fréttir

Árbæjarblaðið



Fallegt birkitré. Fólk í hverfum Reykjavíkur er hvatt til að senda inn tilnefningar varðandi hverfistré Reykjavíkur.

Veist þú um Hverfistré Árbæjar 2024?

Tré í borgum hafa mikil og góð áhrif á umhverfið og líf borgarbúa. Þau skapa skjól, draga úr mengun, eru búsvæði fugla og skordýra og gera umhverfið fallegra og skemmtilegra. Þá hafa rannsóknir sýnt fram á bein og mælanleg tengsl milli trjágróðurs í borgum og betri heilsu.

Þótt trjárekt í Reykjavík eigi sér tiltölulega stutta sögu, eru þar mörg merkileg tré, fallegar trjáaðir og lundir. Í borginni má finna aldar-gömul tré með fróðlega sögu. Í sumum hverfum og einstökum götum eru ákveðnar tegundir áberandi — oft reynitré, birki eða aspir. Það getur verið vegna þess hvað var í boði á þeim tíma eða eiginleika trjáanna og samspils þeirra við umhverfið. Þá má

víða finna óvenjuleg tré, sem oft þrífast betur en margur hefði haldið. Til að mynda álmur, askur, hrossakastaníur, fjallaþinur og eik.

Í sumar mun Skógræktarfélag Reykjavíkur útnefna Hverfistré Reykjavíkur 2024, í tíu hverfum borgarinnar. Óskað er eftir tilnefningum frá íbúum og áhugafólki. Valið verður úr tilnefningunum og fá eigendur trjáanna viðurkenningarskjól með stuttum umfjöllunum um Hverfistré hvers hverfis, þann 25. ágúst 2024.

Önnur glæsileg eða athyglisverð tré verða skráð sérstaklega og þannig stutt við skrásetningu merkilegra trjáa í borginni.

Hægt er að tilnefna einstaka tré,

runna, trjáaðir eða lundi. Ástæður fyrir tilnefningu geta verið margskonar. Til dæmis að tréð eigi sér merkilega sögu eða að ákveðin trjáað sé einkennandi fyrir hverfið. Þá getur verið að gróðurinn veiti gott skjól eða að tré laði að mikið fuglalíf eða að trjálundur sé góður samkomustaður fyrir fólk í hverfinu. Sum tré eru frábær til að klifra í, önnur óvenjuleg og enn önnur bara sérlega falleg.

Skógræktarfélag Reykjavíkur hvetur fólk til að senda inn tilnefningar á Hverfistré Reykjavíkur 2024, á netfangið heidmork@heidmork.is

Tekið er við tilnefningum til loka júlí.

MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

bfo.is

Bifreiðaverkstæði Friðriks Ólafssonar ehf

bfo@bfo.is



SMÍÐJUVEGI 22 (GRÆN GATA) · 200 KÓPAVOGI · SÍMI: 567 7360

Stíflupjónusta

Röramyndir

Dælubíll



VALUR
HELGASON

stifla.is | 896 1100

60 ára+ grunn- og framhaldsnámskeið

Bætt heilsa og aukin lífsgæði

Nokkrir hópar og tímasetningar í boði bæði á grunn- og framhaldsnámskeið.

Hafðu samband:

www.klasinn.is
mottaka@klasinn.is
599-1600



Ertu í söluhugleiðingum?

Óska eftir eignum í Árbænum

FÁÐU FRÍTT VERÐMAT
Hafðu samband!

Löggiltur fasteignasali

Hrafnhildur
Björk Baldursdóttir

hrafnhildur@valholl.is
862 1110



Árbæjarblaðið

Ritstjórn og auglýsingar

Sími 698-2844 / 699-1322

Fréttir

Árbæjarblaðið



Fallegt birkitré. Fólk í hverfum Reykjavíkur er hvatt til að senda inn tilnefningar varðandi hverfistré Reykjavíkur.

Veist þú um Hverfistré Árbæjar 2024?

Tré í borgum hafa mikil og góð áhrif á umhverfið og líf borgarbúa. Þau skapa skjól, draga úr mengun, eru búsvæði fugla og skordýra og gera umhverfið fallegra og skemmtilegra. Þá hafa rannsóknir sýnt fram á bein og mælanleg tengsl milli trjágróðurs í borgum og betri heilsu.

Þótt trjárekt í Reykjavík eigi sér tiltölulega stutta sögu, eru þar mörg merkileg tré, fallegar trjáaðir og lundir. Í borginni má finna aldar-gömul tré með fróðlega sögu. Í sumum hverfum og einstökum götum eru ákveðnar tegundir áberandi — oft reynitré, birki eða aspir. Það getur verið vegna þess hvað var í boði á þeim tíma eða eiginleika trjáanna og samspils þeirra við umhverfið. Þá má

víða finna óvenjuleg tré, sem oft þrífast betur en margur hefði haldið. Til að mynda álmur, askur, hrossakastaníur, fjallaþinur og eik.

Í sumar mun Skógræktarfélag Reykjavíkur útnefna Hverfistré Reykjavíkur 2024, í tíu hverfum borgarinnar. Óskað er eftir tilnefningum frá íbúum og áhugafólki. Valið verður úr tilnefningunum og fá eigendur trjáanna viðurkenningarskjól með stuttum umfjöllunum um Hverfistré hvers hverfis, þann 25. ágúst 2024.

Önnur glæsileg eða athyglisverð tré verða skráð sérstaklega og þannig stutt við skrásetningu merkilegra trjáa í borginni.

Hægt er að tilnefna einstaka tré,

runna, trjáaðir eða lundi. Ástæður fyrir tilnefningu geta verið margskonar. Til dæmis að tréð eigi sér merkilega sögu eða að ákveðin trjáað sé einkennandi fyrir hverfið. Þá getur verið að gróðurinn veiti gott skjól eða að tré laði að mikið fuglalíf eða að trjálundur sé góður samkomustaður fyrir fólk í hverfinu. Sum tré eru frábær til að klifra í, önnur óvenjuleg og enn önnur bara sérlega falleg.

Skógræktarfélag Reykjavíkur hvetur fólk til að senda inn tilnefningar á Hverfistré Reykjavíkur 2024, á netfangið heidmork@heidmork.is

Tekið er við tilnefningum til loka júlí.

MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

bfo.is

Bifreiðaverkstæði Friðriks Ólafssonar ehf

bfo@bfo.is



SMÍÐJUVEGI 22 (GRÆN GATA) · 200 KÓPAVOGI · SÍMI: 567 7360

Stíflupjónusta

Röramyndir

Dælubíll



VALUR
HELGASON

stifla.is | 896 1100

FMOS

Framhaldsskólinn
í Mosfellsbæ

Innritun er hafin fyrir haustönn

Félags- og hugvísindabraut
Náttúruvísindabraut
Opin stúdentsbraut
-hestakjörsvið
-íþróttá- og lýðheilsukjörsvið
Íslenskubraut

Íslensku mennta-
verðlaunin 2023



www.fmos.is

FMOS

Framhaldsskólinn
í Mosfellsbæ

Innritun er hafin fyrir haustönn

Félags- og hugvísindabraut
Náttúruvísindabraut
Opin stúdentsbraut
-hestakjörsvið
-íþróttá- og lýðheilsukjörsvið
Íslenskubraut

Íslensku mennta-
verðlaunin 2023



www.fmos.is

NÆSTU LEIKIR

	VS		SUNNUDAGINN 12.MAÍ 19:15  WÜRTHVÖLLURINN	
	VS		MIDVIKUDAGINN 15.MAÍ 19:15  WÜRTHVÖLLURINN	
	VS		FIMMTUDAGINN 16.MAÍ 19:15  WÜRTHVÖLLURINN	
	VS		SUNNUDAGINN 19.MAÍ 16:00 AVIS VÖLLURINN	
	VS		MÁNUDAGINN 20.MAÍ 16:15 GREIFAVÖLLURINN	
	VS		FÖSTUDAGINN 24.MAÍ 18:00 SAMSUNG VÖLLURINN	
	VS		MÁNUDAGINN 27.MAÍ 19:15  WÜRTHVÖLLURINN	


GLÓSTEINN

FRÁBÆR TILBOÐ Á GLÓSTEINI FRÁ
16:30 TIL 18 Á LEIKDÖGUM FYRIR ÞÁ SEM
MÆTA Í APPELSÍNUGULU

NÆSTU LEIKIR

 vs 	SUNNUDAGINN 12.MAÍ 19:15  WÜRTHVÖLLURINN	
 vs 	MIDVIKUDAGINN 15.MAÍ 19:15  WÜRTHVÖLLURINN	
 vs 	FIMMTUDAGINN 16.MAÍ 19:15  WÜRTHVÖLLURINN	
 vs 	SUNNUDAGINN 19.MAÍ 16:00 AVIS VÖLLURINN	
 vs 	MÁNUDAGINN 20.MAÍ 16:15 GREIFAVÖLLURINN	
 vs 	FÖSTUDAGINN 24.MAÍ 18:00 SAMSUNG VÖLLURINN	
 vs 	MÁNUDAGINN 27.MAÍ 19:15  WÜRTHVÖLLURINN	


GLÓSTEINN

**FRÁBÆR TILBOÐ Á GLÓSTEINI FRÁ
16:30 TIL 18 Á LEIKDÖGUM FYRIR ÞÁ SEM
MÆTA Í APPELSÍNUGULU**

Árskort

FYLKIR

Árskortasalan er í fullum gangi

Tryggðu þér þitt árskort sem fyrst!

Brons kort:

Silfur kort:



22.500kr

40.000kr

Gull kort:

Platinum kort:



80.000kr

120.000kr

TAKMARKAÐ MAGN

TEKK stofan:

Sæti í TEKK stúku fylgir



120.000kr



Tryggðu þér þitt kort í Stubb appinu eða á stubb.is

Nánari upplýsingar um kortin má finna á www.fylkir.is

Árskort

FYLKIR

Árskortasalan er í fullum gangi

Tryggðu þér þitt árskort sem fyrst!

Brons kort:

Silfur kort:



22.500kr

40.000kr

Gull kort:

Platinum kort:



80.000kr

120.000kr

TAKMARKAÐ MAGN

TEKK stofan:

Sæti í TEKK stúku fylgir



120.000kr



Tryggðu þér þitt kort í Stubb appinu eða á stubb.is

Nánari upplýsingar um kortin má finna á www.fylkir.is

Árbæjarblaðið

5. tbl. 10. árg. 2012 maí

Fréttablað íbúa í Árbæ og Norðlingaholti

Árbæjarblaðið er lesið
á hverju heimili

Mest lesni fjölmiðillinn
í Árbæjarhverfinu?

Auglýsingar í Árbæjar-
blaðinu skila árangri

698-2844 - abl@skrautas.is

Árbæjarblaðið

5. tbl. 10. árg. 2012 maí

Fréttablað íbúa í Árbæ og Norðlingaholti

Árbæjarblaðið er lesið
á hverju heimili

Mest lesni fjölmiðillinn
í Árbæjarhverfinu?

Auglýsingar í Árbæjar-
blaðinu skila árangri

698-2844 - abl@skrautas.is

Þessar þurfa að vera í boxinu þínu í sumar



Iða



Krafla gul



Krafla rauð



Krafla orange



Krafla blá



Krafla græn



Iða



Skröggur



Grænfriðungur



Elsa



Gríma blá



Kolskeggur



Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)



Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)



Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)



Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)

„Íslenska landsliðið“ í silungaflugum



Beygla



Beykir



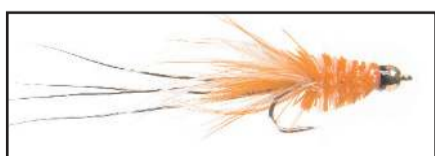
Krókurinn



Mýsla



SilungaKrafla bleik



SilungaKrafla orange

Kíktu á Krafla.is

- Gjöfular, fallegar og sterkar flugur
- Íslensk hönnun



Uppl. í síma 698-2844 og 699-1322

Þessar þurfa að vera í boxinu þínu í sumar



Iða



Krafla gul



Krafla rauð



Krafla orange



Krafla blá



Krafla græn



Iða



Skröggur



Grænfriðungur



Elsa



Gríma blá



Kolskeggur



Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)



Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)



Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)



Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)

„Íslenska landsliðið“ í silungaflugum



Beygla



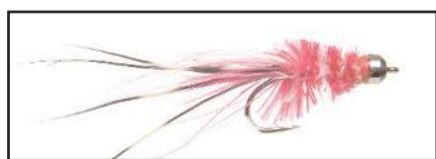
Beykir



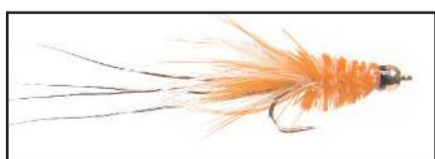
Krókurinn



Mýsla



SilungaKrafla bleik



SilungaKrafla orange

Kíktu á Krafla.is

- Gjöfular, fallegar og sterkar flugur
- Íslensk hönnun



Uppl. í síma 698-2844 og 699-1322



Póra Björnsdóttir, Styrkár, Björt og Guðný Ólafsdóttir skemmtu sér vel í Árbæjarsafni.

Vaxtaverkir í Árbæjarsafni

Sumardagurinn fyrsti fór að venju fram í Árbænum og var margmenni í Árbæjarsafni.

Sýningin Vaxtaverkir var sýnd og vakti mikl athygli.

Vaxtaverkir er upplifunarsýning með áherslu á sköpun, fræðslu, ímyndunarafl og leikgleði. Gestir fá innsýn í veröld grunnskólubarna í Reykjavík á árabílinu 1898-1974. Í dag þykir flestum sem búa á Íslandi sjálfsgætt að öll börn gangi í skóla og finnst jafnvel erfitt að ímynda sér að það hafi ekki verið sjálfsgætt.

Sérstöku ljósi er beint að lýðheilsu innan skólakerfisins á tímabilinu en stór skref voru tekin til að bæta heilsu barna. Má þar nefna matargjafir, lækningstjónustu, lýsisgjafir og ljósálækingar fyrir kvefsækin, grannholda og táplítíl börn.

Fjallað er um viðfangsefnið á óvæntan hátt og farið í kjölinn á upphafi

skólaskyldu, þróun námsgreina og kennsluáferða sem tóku gífurlegum breytingum á 20. öld. Sumar námsgreinar eru ekki lengur til en aðrar

Ljósmyndir

Katrín J. Björgvinsdóttir

hafa spröttið á grunni þeirra. Ungt fólk kannast ekki endilega við áthagafræði en hefur setið tíma í lífsleikni og samfélagsfræði.

Á sýningunni skipast tækifæri fyrir börn að spegla sig við fortíðina og fullorðnu fólk að minnast þess tíma þegar það sat á námsbekk.

Hönnun sýningarinnar er í höndum hönnunarteymisins PÝKJÓ. Allt starf þeirra miðar að því að örva ímyndunarafl og sköpunarkraft barna í frjálsum leik. Með stofnun Krakkaráðs PÝKJÓ vilja hönnuðir heiðra 12. grein Barnasáttmálans sem hverfist um

virðingu fyrir skoðunum barna og að fullorðnir eigi að hlusta og taka mark á þeim. Krakkaráðið er sibreytilegt og að þessu sinni skipa nokkrir bekkir í Ártúnsskóla ráð um sýninguna. Þau eru sérfræðingar í því hvernig er að vera barn í grunnskóla í dag og tók sýningargerðin miklum breytingum eftir aðkomu þeirra.

Sýningin er hönnuð undir formerkjum sjálfbærni og umhverfisverndar. Öll sem komu að sýningunni settu sér háleit markmið í sýningargerð en efniviður sem fallið hefur til í starfsemi Borgarsögusafns var nýttur eins og hægt var.

Sýning byggir á niðurstöðum ítarlegra rannsókna sérfræðinga Borgarsögusafns og styður við hlutverk Árbæjarsafns sem leiðandi afli í söfnun og miðlun efnismenningar sem tengist börnum og barnamenningu.



Mæðgurnar Raket Jónsdóttir og Áróra Kjerúlf.



María Sigurbjörnsdóttir félagsforingi í Árbúum er alltaf jafn brosmild enda komið sumar.



Guðbrandur Benediktsson safnstjóri Borgarsögusafns.



Einar Þorsteinsson borgarstjóri opnaði sýninguna Vaxtaverkir í Kornhúsinu.



Hjónin Svanhildur Ágústa Árnadóttir og Jón Baldvin Halldórsson með barnabörnin sín Breka Stein og Sindra Stein Andrasynir.



Íris Guðbjargardóttir sýningarstjóri.



Feðginin Helgi Indriðason og Áróra Indí Helgadóttir.



Lúðrasveit Verkalýðsins spilaði nokkur lög á Árbæjarsafninu.



Póra Björnsdóttir, Styrkár, Björt og Guðný Ólafsdóttir skemmtu sér vel í Árbæjarsafni.

Vaxtaverkir í Árbæjarsafni

Sumardagurinn fyrsti fór að venju fram í Árbænum og var margmenni í Árbæjarsafni.

Sýningin Vaxtaverkir var sýnd og vakti mikl athygli.

Vaxtaverkir er upplifunarsýning með áherslu á sköpun, fræðslu, ímyndunarafl og leikgleði. Gestir fá innsýn í veröld grunnskólubarna í Reykjavík á árabílinu 1898-1974. Í dag þykir flestum sem búa á Íslandi sjálfsgætt að öll börn gangi í skóla og finnst jafnvel erfitt að ímynda sér að það hafi ekki verið sjálfsgætt.

Sérstöku ljósi er beint að lýðheilsu innan skólakerfisins á tímabilinu en stór skref voru tekin til að bæta heilsu barna. Má þar nefna matargjafir, lækniþjónustu, lýsisgjafir og ljósálækingar fyrir kvefsækin, grannholda og táplítíl börn.

Fjallað er um viðfangsefnið á óvæntan hátt og farið í kjölinn á upphafi

skólaskyldu, þróun námsgreina og kennsluáferða sem tóku gífurlegum breytingum á 20. öld. Sumar námsgreinar eru ekki lengur til en aðrar

Ljósmyndir

Katrín J. Björgvinsdóttir

hafa spröttið á grunni þeirra. Ungt fólk kannast ekki endilega við áthagafræði en hefur setið tíma í lífsleikni og samfélagsfræði.

Á sýningunni skipast tækifæri fyrir börn að spegla sig við fortíðina og fullorðnu fólk að minnast þess tíma þegar það sat á námsbekk.

Hönnun sýningarinnar er í höndum hönnunarteymisins PÝKJÓ. Allt starf þeirra miðar að því að örva ímyndunarafl og sköpunarkraft barna í frjálsum leik. Með stofnun Krakkaráðs PÝKJÓ vilja hönnuðir heiðra 12. grein Barnasáttmálans sem hverfist um

virðingu fyrir skoðunum barna og að fullorðnir eigi að hlusta og taka mark á þeim. Krakkaráðið er sibreytilegt og að þessu sinni skipa nokkrir bekkir í Ártúnsskóla ráð um sýninguna. Þau eru sérfræðingar í því hvernig er að vera barn í grunnskóla í dag og tók sýningargerðin miklum breytingum eftir aðkomu þeirra.

Sýningin er hönnuð undir formerkjum sjálfbærni og umhverfisverndar. Öll sem komu að sýningunni settu sér háleit markmið í sýningargerð en efniviður sem fallið hefur til í starfsemi Borgarsögusafns var nýttur eins og hægt var.

Sýning byggir á niðurstöðum ítarlegra rannsókna sérfræðinga Borgarsögusafns og styður við hlutverk Árbæjarsafns sem leiðandi afli í söfnun og miðlun efnismenningar sem tengist börnum og barnamenningu.



Mæðgurnar Raket Jónsdóttir og Áróra Kjerúlf.



María Sigurbjörnsdóttir félagsforingi í Árbúum er alltaf jafn brosmild enda komið sumar.



Guðbrandur Benediktsson safnstjóri Borgarsögusafns.



Einar Þorsteinsson borgarstjóri opnaði sýninguna Vaxtaverkir í Kornhúsinu.



Hjónin Svanhildur Ágústa Árnadóttir og Jón Baldvin Halldórsson með barnabörnin sín Breka Stein og Sindra Stein Andrasynir.



Íris Guðbjargardóttir sýningarstjóri.



Feðginin Helgi Indriðason og Áróra Indí Helgadóttir.



Lúðrasveit Verkalýðsins spilaði nokkur lög á Árbæjarsafninu.



Birkir Freyr Harðarson, Hörður Mió Ólafsson, Megan Amilia Ólafsson, Baldur David Harðarson, Flóki Benjamín Harðarson og Ragnar John Harðarson svaf vært í vagninum.



Andri Guðmundsson, Tryggvi Steinn Andrason, Halldóra Fanney Jónsdóttir, Breki Steinn Andrason og Sindri Steinn Andrason.



Skólahljómsveit Árbæjar og Breiðholts spiluðu og marseruðu um safnið við góðar undirtektir.



Þorleifur Barri, Svava Dröfn Davíðsdóttir og Emil Bragi Jónsson voru dugleg að selja veitingar fyrir skátafélagið Árbúa.



Emil Andri Magnason með ömmu sinni Valgerði Tómasdóttur.



Skólaganga barna í Reykjavík áður fyrr.



Tryggvi Steinn Andrason fannst gaman að prófa stulturnar með hjálp móður sinnar Halldóru Fanney Jónsdóttur.



Lilja Dögg Jónsdóttir, Sóley Dóra, Michael Donovan, Magnús Patrik og Elías James.



Margt áhugavert fangar augað á sýningunni.



Sigríður Reynisdóttir sýningarhönnuður ÞYKJÓ fór yfir sýninguna með borgarstjórnum og dóttur hans.



Þau eldri miðluðu reynslu sinni í skólagöngunni áður fyrr.



Embla Ýr I. Ágústudóttir og Sigurlaugur Ingólfsson starfsmenn á Árbæjarsafni.



Birkir Freyr Harðarson, Hörður Mió Ólafsson, Megan Amilia Ólafsson, Baldur David Harðarson, Flóki Benjamín Harðarson og Ragnar John Harðarson svaf vært í vagninum.



Andri Guðmundsson, Tryggvi Steinn Andrason, Halldóra Fanney Jónsdóttir, Breki Steinn Andrason og Sindri Steinn Andrason.



Skólahljómsveit Árbæjar og Breiðholts spiluðu og marseruðu um safnið við góðar undirtektir.



Þorleifur Barri, Svava Dröfn Davíðsdóttir og Emil Bragi Jónsson voru dugleg að selja veitingar fyrir skátafélagið Árbúa.



Emil Andri Magnason með ömmu sinni Valgerði Tómasdóttur.



Skólaganga barna í Reykjavík áður fyrr.



Tryggvi Steinn Andrason fannst gaman að prófa stulturnar með hjálp móður sinnar Halldóru Fanney Jónsdóttur.



Lilja Dögg Jónsdóttir, Sóley Dóra, Michael Donovan, Magnús Patrik og Elías James.



Margt áhugavert fangar augað á sýningunni.



Sigríður Reynisdóttir sýningarhönnuður ÞYKJÓ fór yfir sýninguna með borgarstjóranum og dóttur hans.



Þau eldri miðluðu reynslu sinni í skólagöngunni áður fyrr.



Embla Ýr I. Ágústudóttir og Sigurlaugur Ingólfsson starfsmenn á Árbæjarsafni.

Félagsstarf fullorðinna

Við erum á Facebook

← Félagsmiðstöðin Hraunbæ 105

🔍 Félagsmiðstöðin Hraunbæ 105
Félagsmiðstöð 

🔍 Leita að Félagsmiðstöðin Hraunbæ...



Félagsmiðstöðin Hraunbæ 105

Sími 411-2730

Gamla myndin

Árbæjarblaðið



Fögnuður árið 1999

Myndin er tekin eftir sigurleik árið 1999. Fylkismenn sigruðu B-deildina þetta ár og tryggðu sér sæti í efstu deild árið 2000. Þar átti svo Fylkir eftir að leika samfleytt næstu sautján ár. 1999 liðið sigraði deildina með fádæma yfirburðum, hlaut 45 stig úr 18 leikjum og var 16 stigum á undan næsta liði. Spilandi hjálfari liðsins var Skagagoðsögnin Ólafur Þórðarson KGG

GLÆNÝ VEFSALA Á FYLKIR.IS

FYLKIS
DERHÚFA

4.990

FYLKIS
TREYJA
10.000

FULLT AF FYLKISVÖRUM
Á FRÁBÆRU VERÐI

Startaðu ferðasumarið með **TUDOR**
Rafgeymar í húsbíla og hjólhýsi fyrir ferðalagið í sumar

TRAUST OG FAGLEG ÞJÓNUSTA - ALLA LEIÐ

SKORRI
SÉRFRÆÐINGAR Í RAFGEYMUM

Skorri ehf • Bíldshöfði 12 • 110 Rvk • 577-1515 • NYTT vefverslun www.skorri.is

Útfararstofa Íslands
Reykjavík • Kópavogi • Garðabæ • Hafnarfirði

Sólarhringsvakt: ☎ 581 3300
Kommum til aðstandenda og raðum skipulag sé þess óskað
✉ utforin@utforin.is 🌐 www.utforin.is

 Sveinir Einarsson Útfarastjóri S: 896 8242	 Jón G. Bjarnason Útfarastjóri S: 793 4455	 Jóhanna Fíriksdóttir Umjón útlara	 Guðmundur Ó. Jóhannes Framkvæmdastjóri Umjón útlara S: 862 0537
--	--	---	---

ALÚD • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA

Árbæjarblaðið

Ritstjórn og auglýsingar sími 698-2844

MÚR BÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

Félagsstarf fullorðinna

Við erum á Facebook

← Félagsmiðstöðin Hraunbæ 105

🔍 Félagsmiðstöðin Hraunbæ
105
Félagsmiðstöð 

🔍 Leita að Félagsmiðstöðin Hraunb...



Félagsmiðstöðin Hraunbæ 105

Sími 411-2730

Gamla myndin

Árbæjarblaðið



Fögnuður árið 1999

Myndin er tekin eftir sigurleik árið 1999. Fylkismenn sigruðu B-deildina þetta ár og tryggðu sér sæti í efstu deild árið 2000. Þar átti svo Fylkir eftir að leika samfleytt næstu sautján ár. 1999 liðið sigraði deildina með fádæma yfirburðum, hlaut 45 stig úr 18 leikjum og var 16 stigum á undan næsta liði. Spilandi hjálfari liðsins var Skagagoðsögnin Ólafur Þórðarson KGG

GLÆNÝ VEFSALA Á FYLKIR.IS

FYLKIS
DERHÚFA

4.990

FYLKIS
TREYJA
10.000

FULLT AF FYLKISVÖRUM
Á FRÁBÆRU VERÐI

Startaðu ferðasumarið
með **TUDOR**
Rafgeymar í húsbíla og hjólhýsi
fyrir ferðalagið í sumar

TRAUST OG FAGLEG ÞJÓNUSTA - ALLA LEIÐ

SKORRI
SÉRFRÆÐINGAR Í RAFGEYMUM

Skorri ehf • Bíldshöfði 12 • 110 Rvk • 577-1515 • NYTT vefverslun www.skorri.is

Útfararstofa Íslands

Reykjavík • Kópavogi • Garðabæ • Hafnarfirði

Sólarhringsvakt: ☎ 581 3300

Komum til aðstandenda og raðum skipulag sé þess óskað

✉ utforin@utforin.is 🌐 www.utforin.is



Sverrir Einarsson
Útfarastjóri
S: 896 8242



Jón G. Bjarnason
Útfarastjóri
S: 793 4455



Jóhanna
Fíriksdóttir
Umjón útlara



Guðmundur Ó. Jóhannes
Framkvæmdastjóri
Umjón útlara
S: 862 0537

ALÚD • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA

Árbæjarblaðið

Ritstjórn og auglýsingar sími 698-2844

MÚR BÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

Fréttamolar frá kirkjustarfinu

Helgihald í Árbæjarkirkju

Hvítasunnudagur - 19. maí

Guðsþjónusta sunnudaginn 19. maí á
sumarlegum nótum kl. 11.

Við syngjum inn sumarið, ihugum orð
Guðs og biðjum saman.

Kór Árbæjarkirkju syngur undir stjórn
Krisztinu Kalló Szklenár organista.
sr. Petrína Mjöll Jóhannesdóttir predikar og
þjónar fyrir altari. Kaffi og spjall eftir stundina.

Sunnudaginn 26 maí.

Guðsþjónusta á sumarlegum nótum kl. 11.
Við syngjum inn sumarið, ihugum orð Guðs og
biðjum saman.

Kór Árbæjarkirkju syngur undir stjórn
Krisztinu Kalló Szklenár organista.
sr. Petrína Mjöll Jóhannesdóttir predikar og
þjónar fyrir altari. Kaffi og spjall eftir stundina.

Sumarhelgistundir

Þær verða sumarmánuðina - júní - ágúst hvern
sunnudag kl. 11.00

Sumarhelgistundin er með léttara formi/sniði.
Hugleiðing og mikill söngur. Um er að
ræða hálf tíma langa stund í kirkjunni þar
sem komið er saman til helgrar þjónustu
þar sem andtak gefst frá skarkala
hversdagsins og notið kyrrðar og söngs.



Skoðið nánar á heimasíðu kirkjunnar www.arbaejarkirkja.is



Heppnasta fólkið á jörðinni

- eftir sr. Þór Hauksson sóknarprest í Árbæjarsókn

Nýverið var ég spurður „hvað það væri sem allir vilja verða en vilja það ekki?“

Þetta hljómar í eyru og á prenti sem argasta öfugmæli. Í síðasta pistli mínum sagði ég frá því að sagt hefur verið um mig að „ég væri með meðalgreind og færi vel með hana.“ Hafandi það í huga þurfti ég á allri minni meintu meðalgreind að halda því það er engin ráðgáta að ég, yfir það heila, er ekki góður í að ráða gátur.

Sagt hefur verið að okkur er tamt að fylgja leitni eða tilhneigingu í samfélaginu. Fræðimenn sem hafa rannsakað leitni þurfa ekki lengi að leita og sjá að mikið er skrifað um ungt fólk í fjölmiðlum og það sem það tekur sér fyrir hendur. Eldra fólk er ekki eins svalt. Þegar það gerist að talað er um eldra fólk tengist það yfirleitt einhverju því sem á að yngja gamlingjann. Bak við þá meintu yngingu er eldspúandi dreki sem eyrir engu.

Það þarf ekki að leita lengi eftir einhverju sem sannfærir þig ef þú ert miðaldra eða eldri að þú ert ómöguleg/ur eins og þú ert. Löngum hefur snyrtiðnaðurinn horft til eldri kvenna í þessum efnum. Krem sem sléttir húð, krem sem vökvar húð, krem sem gerir þig yngri en þú ert. Horft til þess að húðin er stærsta líffæri manneskjunnar og það sýnilegasta þarf engan að furða að framleiðendur húðvara leggja mikið á sig að kynna sína vöru. Mig rekur ekki minni til þess að sjónir framleiðenda hafi verið mikið á karlmanninn hér fyrir á árum. (Ég undirstrika fyrr).

Á mínum ungdómsárum var aðal fyrirmyndin Malboromaðurinn, sólbrúnn með hrukku ofan í hrukku, djúpar eins og Grand Canyon þeirra þarna vestra, eða við lítum okkur nær á Reykjanesið. Heppnasta fólkið á jörðinni með sitt oddhvassa hraun. Þú varst maðurinn, eða þangað til að fréttir bárust af því að þessi ágæti maður hafði látist af völdum lungnakrabba, að maður eins og ég með meðalgreind fór að hugsa minn gang sem reyndar var auðvelt því ekki átti ég hestinn og hef aldrei átt og hvað þá kúrekahatt. Hef ég heldur aldrei á minni lífsfæddri ævi verið kýrskír í íslenskrí sveit og hvað þá erlendis en því eitthvað eins og sumir forsetaframbjóðendur hamra á þessi dægrin. Það sem var ekki - er í dag, því allir vilja en engin vill vera...hvað er þá betra en að fylla hvern hillumetrann af öðrum af allskonar hjálpartækjum húðarinnar og er þá karlmaðurinn engin undantekning í þeim efnunum í dag.

Það er af sem áður var eins og kellingin muldrað fyrir nunnni sér er hún leit einhverju sinni í spegil.

Okkur er tamt að tala um sannleikann og teyimum hann fram og viðrum þegar tækifæri gefst. Ég leyfi mér að vitna í einn ágætan fræðimann, Chester að



sr. Þór Hauksson.

nafni sem hefur kynnt sér leitni eða tilhneigingu samfélagsmiðla hvað aldur varðar. Hann sagði í viðtali sem birtist í Morgunarbliðinu nýverið:

„Ef það er einn sannleikur í þessum heimi þá er það fólk sem eldist, er heppnasta fólk á jörðinni. Hinn kosturinn er að vera dauður.“

Hann heldur áfram og segir. „Við ættum öll að vilja verða eldri. Það ætti að vera helsta metnaðarefni okkar.“ Tilvitnun lýkur.

Með auknum aldri eru óæskilegir fylgifyrirlausir eins og daprandi sjón, hárfynning, slappir vöðvar svo eitthvað sé tínt til. Eitthvað sem er sýnilegt öðrum en þeim yngri en ekki þeim eldri því sjónin daprast. Það má alveg með góðum vilja líta á það sem lán.

Eitt annað sem enginn vill tala um og kannski tengist gátunni hér að framan: „Hvað er það sem allir vilja verða en vilja það ekki? Eru fordómar!“

Skiptar skoðanir eru á því hvort megi gera grín að fötludum eða hafa uppi fordóma gagnvart kynhegðun einstaklinga, dauðanum eða hvað eina sem kann mögulega að skemmta öðrum.

Sú var tíðin að börn á leikskólaaldri kölluðu á eftir mér á förnunum vegi - Pabbi! Krúttlegt þegar ég var einn á ferð en kannski ekki alveg eins krúttlegt þegar eiginkonan var mér við hlið og ég þurfti að... í dag þarf ég ekki hafa

áhyggjur af þessu því leikskólabörnin sem verða á vegi mínum þessi dægrin kalla - Afi! Konunni minni mér við hlið til mikillar kátínu.

Staðreyndin er sú að aldursfordómar virðast vera síðustu fordómarnir í dag sem fólk er leyft að hafa og grínast með. Vissulega eins og fræðimaðurinn sem nefndur var til sögunar hér að framan, eru valkostir tveir. Koma fyrir sem gamall í augum einhverra eða vera dauður.

Segir ekki einhversstaðar „að í upphafi skyldi endirinn skoða.“

Nýverið var ég spurður að því hvað það væri sem allir vilja verða en vilja það samt ekki? Auðvitað eruð þið allir langt fyrir ofan meðalgreind komnir með svarið - vera Gamall.

Þór Hauksson

60 ára+ grunn- og framhaldsnámskeið

Bætt heilsa og aukin lífsgæði

Nokkrir hópar og tímasetningar í boði bæði á grunn- og framhaldsnámskeiði.

Hafðu samband:

www.klasinn.is
mottaka@klasinn.is
599-1600

 HeilsuKlasinn



Fréttamolar frá kirkjustarfinu

Helgihald í Árbæjarkirkju

Hvítasunnudagur - 19. maí

Guðsþjónusta sunnudaginn 19. maí á
sumarlegum nótum kl. 11.

Við syngjum inn sumarið, ihugum orð
Guðs og biðjum saman.

Kór Árbæjarkirkju syngur undir stjórn
Krisztinu Kalló Szklenár organista.
sr. Petrína Mjöll Jóhannesdóttir predikar og
þjónar fyrir altari. Kaffi og spjall eftir stundina.

Sunnudaginn 26 maí.

Guðsþjónusta á sumarlegum nótum kl. 11.
Við syngjum inn sumarið, ihugum orð Guðs og
biðjum saman.

Kór Árbæjarkirkju syngur undir stjórn
Krisztinu Kalló Szklenár organista.
sr. Petrína Mjöll Jóhannesdóttir predikar og
þjónar fyrir altari. Kaffi og spjall eftir stundina.

Sumarhelgistundir

Þær verða sumarmánuðina - júní - ágúst hvern
sunnudag kl. 11.00

Sumarhelgistundin er með léttara formi/sniði.
Hugleiðing og mikill söngur. Um er að
ræða hálf tíma langa stund í kirkjunni þar
sem komið er saman til helgrar þjónustu
þar sem andtak gefst frá skarkala
hversdagsins og notið kyrrðar og söngs.



Skoðið nánar á heimasíðu kirkjunnar www.arbaejarkirkja.is



Heppnasta fólkíð á jörðinni

- eftir sr. Þór Hauksson sóknarprest í Árbæjarsókn

Nýverið var ég spurður „hvað það væri sem allir vilja verða en vilja það ekki?“

Þetta hljómar í eyru og á prenti sem argasta öfugmæli. Í síðasta pistli mínum sagði ég frá því að sagt hefur verið um mig að „ég væri með meðalgreind og færi vel með hana.“ Hafandi það í huga þurfti ég á allri minni meintu meðalgreind að halda því það er engin ráðgáta að ég, yfir það heila, er ekki góður í að ráða gátur.

Sagt hefur verið að okkur er samt að fylgja leitni eða tilhneigingu í samfélaginu. Fræðimenn sem hafa rannsakað leitni þurfa ekki lengi að leita og sjá að mikið er skrifað um ungt fólk í fjölmiðlum og það sem það tekur sér fyrir hendur. Eldra fólk er ekki eins svalt. Þegar það gerist að talað er um eldra fólk tengist það yfirleitt einhverju því sem á að yngja gamlingjann. Bak við þá meintu yngingu er eldspúandi dreki sem eyrir engu.

Það þarf ekki að leita lengi eftir einhverju sem sannfærir þig ef þú ert miðaldra eða eldri að þú ert ómöguleg/ur eins og þú ert. Löngum hefur snyrtiðnaðurinn horft til eldri kvenna í þessum efnum. Krem sem sléttir húð, krem sem vökvar húð, krem sem gerir þig yngri en þú ert. Horft til þess að húðin er stærsta líffæri manneskjunnar og það sýnilegasta þarf engan að furða að framleiðendur húðvara leggja mikið á sig að kynna sína vöru. Mig rekur ekki minni til þess að sjónir framleiðenda hafi verið mikið á karlmanninn hér fyrir á árum. (Ég undirstrika fyrr).

Á mínum ungdomsárum var aðal fyrirmyndin Malboromaðurinn, sólbrúnn með hrukku ofan í hrukku, djúpar eins og Grand Canyon þeirra þarna vestra, eða við lítum okkur nær á Reykjanesið. Heppnasta fólkíð á jörðinni með sitt oddhvassa hraun. Þú varst maðurinn, eða þangað til að fréttir bárust af því að þessi ágæti maður hafði látist af völdum lungnakrabba, að maður eins og ég með meðalgreind fór að hugsa minn gang sem reyndar var auðvelt því ekki átti ég hestinn og hef aldrei átt og hvað þá kúrekahatt. Hef ég heldur aldrei á minni lífsfæddri ævi verið kýrskír í íslenskrari sveit og hvað þá erlendis en því eitthvað eins og sumir forsetaframbjóðendur hamra á þessi dægrin. Það sem var ekki - er í dag, því allir vilja en engin vill vera...hvað er þá betra en að fylla hvern hillumetrann af öðrum af allskonar hjálpartækjum húðarinnar og er þá karlmaðurinn engin undantekning í þeim efnunum í dag.

Það er af sem áður var eins og kellingin muldrað fyrir nunnni sér er hún leit einhverju sinni í spegil.

Okkur er samt að tala um sannleikann og teymum hann fram og viðrum þegar tækifæri gefst. Ég leyfi mér að vitna í einn ágætan fræðimann, Chester að



sr. Þór Hauksson.

nafni sem hefur kynnt sér leitni eða tilhneigingu samfélagsmiðla hvað aldur varðar. Hann sagði í viðtali sem birtist í Morgunarbliðinu nýverið:

„Ef það er einn sannleikur í þessum heimi þá er það fólk sem eldist, er heppnasta fólk á jörðinni. Hinn kosturinn er að vera dauður.“

Hann heldur áfram og segir. „Við ættum öll að vilja verða eldri. Það ætti að vera helsta metnaðarefni okkar.“ Tilvitnun lýkur.

Með auknum aldri eru óæskilegir fylgifyndir eins og daprandi sjón, hárfynning, slappir vöðvar svo eitthvað sé tínt til. Eitthvað sem er sýnilegt öðrum en þeim yngri en ekki þeim eldri því sjónin daprast. Það má alveg með góðum vilja líta á það sem lán.

Eitt annað sem enginn vill tala um og kannski tengist gátunni hér að framan: „Hvað er það sem allir vilja verða en vilja það ekki? Eru fordómar!“

Skiptar skoðanir eru á því hvort megi gera grín að fötludum eða hafa uppi fordóma gagnvart kynhegðun einstaklinga, dauðanum eða hvað eina sem kann mögulega að skemmta öðrum.

Sú var tíðin að börn á leikskólaaldri kölluðu á eftir mér á förnun vegi - Pabbi! Krúttlegt þegar ég var einn á ferð en kannski ekki alveg eins krúttlegt þegar eiginkonan var mér við hlið og ég þurfti að... í dag þarf ég ekki hafa

áhyggjur af þessu því leikskólabörnin sem verða á vegi mínum þessi dægrin kalla - Afi! Konunni minni mér við hlið til mikillar kátínu.

Staðreyndin er sú að aldursfordómar virðast vera síðustu fordómarnir í dag sem fólk er leyft að hafa og grínast með. Vissulega eins og fræðimaðurinn sem nefndur var til sögunar hér að framan, eru valkostir tveir. Koma fyrir sem gamall í augum einhverra eða vera dauður.

Segir ekki einhversstaðar „að í upphafi skyldi endirinn skoða.“

Nýverið var ég spurður að því hvað það væri sem allir vilja verða en vilja það samt ekki? Auðvitað eruð þið allir langt fyrir ofan meðalgreind komnir með svarið - vera Gamall.

Þór Hauksson

60 ára+ grunn- og framhaldsnámskeið

Bætt heilsa og aukin lífsgæði

Nokkrir hópar og tímasetningar í boði bæði á grunn- og framhaldsnámskeiði.

Hafðu samband:

www.klasinn.is
mottaka@klasinn.is
599-1600

 HeilsuKlasinn



Hecht garðdagar

Gerðu garðinn kláran með Hecht garðverkfærum!

20%
kynningarafsláttur

Verð áður: 19.990 kr.

15.992 kr.

Sláttuvél rafmagns
1400W 34cm

Verð áður: 29.995 kr.

23.996 kr.

Sláttuvél rafmagns
1800W 42cm

Verð áður: 54.995 kr.

43.996 kr.

Sláttuvél bensín
3,4 hp 46cm

Verð áður: 132.950 kr.

106.360 kr.

Slátturóbot. Allt að 800 m²

Verð áður: 99.995 kr.

79.996 kr.

Sláttuvél bensín
m/rafstarti 5,4 hp 51cm

Verð áður: 55.999 kr.

44.799 kr.

Sláttuvél rafmagns
1800W sjálfkeyrandi

Verð áður: 11.329 kr.

9.063 kr.

Sláttuorf rafmagns
600W, stækkanlegt

Verð áður: 22.699 kr.

18.159 kr.

Fúgubursti rafmagns

Verð áður: 16.999 kr.

13.599 kr.

Fræ og áburðardreifari
27L

Verð áður: 14.999 kr.

11.999 kr.

Hekklippur rafmagns
600W, 68 cm blað

Kletthálsi 7
110 Reykjavík
Virkir dagar opið 08-18
Laugardagar opið 10-16
Sími: 412 2500

Selhella 6
221 Hafnarfjörður
Virkir dagar opið 08-18
Laugardagar opið 10-16
Sími: 412 2500

Fuglavík 18
230 Reykjanesbær
Virkir dagar opið 08-18
Laugardagar opið 10-14
Sími: 421 1090

MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

Hecht garðdagar

Gerðu garðinn kláran með Hecht garðverkfærum!

20%

kynningarafsláttur

Verð áður: 19.990 kr.

15.992 kr.

Sláttuvél rafmagns
1400W 34cm

Verð áður: 29.995 kr.

23.996 kr.

Sláttuvél rafmagns
1800W 42cm

Verð áður: 54.995 kr.

43.996 kr.

Sláttuvél bensín
3,4 hp 46cm

Verð áður: 132.950 kr.

106.360 kr.

Slátturóbot. Allt að 800 m²

Verð áður: 99.995 kr.

79.996 kr.

Sláttuvél bensín
m/rafstarti 5,4 hp 51cm

Verð áður: 55.999 kr.

44.799 kr.

Sláttuvél rafmagns
1800W sjálfkeyrandi

Verð áður: 11.329 kr.

9.063 kr.

Sláttuorf rafmagns
600W, stækkanlegt

Verð áður: 22.699 kr.

18.159 kr.

Fúgubursti rafmagns

Verð áður: 16.999 kr.

13.599 kr.

Fræ og áburðardreifari
27L

Verð áður: 14.999 kr.

11.999 kr.

Hekklippur rafmagns
600W, 68 cm blað

Kletthálsi 7
110 Reykjavík
Virkir dagar opið 08-18
Laugardagar opið 10-16
Sími: 412 2500

Selhella 6
221 Hafnarfjörður
Virkir dagar opið 08-18
Laugardagar opið 10-16
Sími: 412 2500

Fuglavík 18
230 Reykjanesbær
Virkir dagar opið 08-18
Laugardagar opið 10-14
Sími: 421 1090

MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!