

MÚR BÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

Grafarholtsblaðið

3. tbl. 13. árg. 2024 mars Fréttablað íbúa í Grafarholti og Úlfarsárdal



Bifreiðaverkstæði
Grafarvogs

Allar almennar
bílaviðgerðir

Gylfaflöt 24 - 30 • 112 Reykjavík
Sími 577 4477
www.bilavidgerdir.is

Þjónustuaðili



SSANGYONG

CHEVROLET

Alex aftur til Fram

Knattspyrnudeild Fram kynnir með miklu stolti að Alex Freyr Elísson er mættur aftur í dal draumanna!

Alex þarf vart að kynna fyrir stuðningsmönnum Fram. Hann er uppalinn Framari og var einn af allra bestu leikmönnum Fram áður en hann ákvað að freista gæfunnar hjá Breiðabliki. Hann hefur nú ákveðið að snúa aftur heim og skrifaði undir samning sem gildir út leiktíðina 2025.

Alex Freyr leikur í stöðu bakvarðar og mun án nokkurs vafa styrkja lið Fram í sumar en Besta deildin hefst í apríl.

Velkominn heim Alex Freyr.

(Frétt frá Fram)



Alex Freyr Elísson.



VELKOMIN Í URÐARAPÓTEK

Okkar metnaður er að veita ávallt
faglega og góða þjónustu

Hlökkum til að sjá þig!

Opið virka daga kl. 09.00-18.30
og laugardaga kl. 12.00-16.00

Vinlandsleið 16
Grafarholti
urdarapotek.is
Sími 577 1770

URÐARAPÓTEK



HeilsuKlasinn

Frábær
gjöf fyrir
veiðimenn
og konur

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

errea

errea.is



Tilbúinn fiskur og
fiskréttir beint í ofninn

Spönginni 13, 112 Reykjavík

Grafarholtsblaðið

Útgefandi: Skrautás ehf. Netfang: gv@skrautas.is

Ritstjóri og ábm.: Stefán Kristjánsson.

Ritstjórn: Símar 698-2844 og 699-1322.

Netfang Grafarholtsblaðsins: gv@skrautas.is / abl@skrautas.is

Útlit og hönnun: Skrautás ehf.

Auglýsingar: 698-2844 og 699-1322 - Stefán Kristjánsson - gv@skrautas.is

Prentun: Landsprent ehf.

Ljósmyndari: Katrín J. Björgvinsdóttir.

Dreifing: Póstdreifing.

Grafarholtsblaðinu er dreift ókeypis í öll íbúðarhús í Grafarholti, Úlfarsárdal og Reynisvatnsás.

Forseta - offramboð

Það nálgast forsetakosningar á Íslandi. Guðni Th. Jóhannesson er á útleið og í sumarbyrjun munum við kjósa okkur nýjan forseta. Margir eru þeirra skoðunar að sagnfræðingurinn hafi staðið sig vel í embætti en aðrir eru ekki sama sinnis eins og gengur.

Það virðist vera í tísku á Íslandi í dag að bjóða sig fram til að gegna þessu æðsta embætti þjóðarinnar. Og ekki nóg með það. Það er líka í tísku að segja við fjölmiðlafólk að margir hafi komið að máli við viðkomandi og heill skari af fólk liggur undir feldi í dag og íhugar framboð.

Ótrúlegasta fólk er dregið fram í sviðsljósið eða það ryðst fram í fjölmiðlum og á mannátómum og tilkynnir framboð sitt.

Reglur varðandi forsetakosningar hér eru komnar á aldur og eru í raun alveg út í hött. Nægir hverjum þeim sem hefur hug á embættinu að afla sér undirskrifta 1500 stuðningsmanna og viðkomandi þarf að vera með hreint sakarvottorð. Hver getur ekki aflað sér 1500 undirskrifta? Þessi tala ætti frekar að vera 5000 eða jafnvel enn hærri.

Þessar fátallegu reglur gera það að verkum að ótrúlegasta fólk, sem oftar en ekki er betur hlaðið af athyglissýki en gæðum, ryðst fram á sjónarsviðið og telur sig eiga tilkall til embættis forseta lýðveldisins. Oftar en ekki hlær almenningur að þessum uppátækjum fólksins þó mörgum bregði ekki lengur þegar ný og ný nöfn heyrast nær daglega.

Ef svo fer fram sem horfir verða um 50 Íslendingar í framboði til embættis forseta Íslands. Þökk sé úreltum reglum sem gera það að verkum að nánast hver sem er, sem náð hefur 35 ára aldri, getur boðið sig fram.

Ég get ekki beðið eftir framboðspáttunum á RÚV fyrir kosningarnar. Þar verður um framhaldspætti að ræða sem standa muni yfir í um það bil viku vegna fjölda frambjóðenda en þó má ætla að Íslendingar muni ekki nenna að horfa á þessi ósköp.

Nú hafa skoðanakannanir litið dagsins ljós. Fjölmargin frambjóðendur, ásamt mörgum þeim sem eru að íhuga framboð, eru þar með nánast ekkert fylgi. En engum dettur í hug að hætta við. Áfram skal haldið á meðan einhver möguleiki er á því að fanga dagsljósið og athyglina. Og einn frambjóðenda ætlar að bjóða sig fram í fjórða eða fimmta skipti eða guð má vita hvað. Hann er jafnan með um 2-3% fylgi í könnunum og fylgi og skilur ekki hvað þær tölur þýða.

Ég hef fengið fjölda áskorana um að gefa kost á mér og margir hafa hvatt mig til dáða. Hef legið dögum saman undir feldi en niðurstaðan er neikvæð.

Stefán Kristjánsson

gv@skrautas.is

Fréttir

Byggjum borgina við Sundin

- eftir Björn Gíslason, borgarfulltrúa Sjálfstæðisflokksins

Nú gera Reykjaneseldar vart við sig á nýjan leik eins og viðbúið var, en jarðvísindamenn telja að gera megi ráð fyrir að eldsumbrotin á Reykjanesi muni jafnvel verða varanleg næstu áratugin. Í ljósi þessa neyðast borgaryfirvöld til að horfa á skipulagsmálin í Reykjavík með öðrum hætti en áður og skipuleggja borgina út frá því sem jarðvísindin gefa til kynna. Þar er svo til eina leiðin að byggja borgina upp til framtíðar við Sundin.

Því til stuðnings verður ekki unnt að færa Reykjavíkflugvöll næstu áratugi vegna eldsumbrota á Reykjanesi. Þá skapa eldsumbrotin einnig mikinn þrýsting á hraðari uppbyggingu og auknið framboð lóða í Reykjavík, höfuðborg allra landsmanna.

Tækifærin eru víða

Meðal áskorana er endurskoðun á

aðalskipulagi Reykjavíkurborgar - enda umfangsmikil íbúðaruppbygging fyrirhuguð í kringum flugvöllinn. En segja má að núverandi aðalskipulag sé meingallað í ljósi þessara tíðinda, enda hverfist það um þá staðreynd að flugvöllurinn sé þar víkjandi. Með öðrum orðum kalla þessi fyrirséðu tíðindi á að byggt verði annars staðar í borginni en tækifærin eru víða austan Elliðaáa; í Grafarvogi, Úlfarsárdal, Gufunesi, Geldinganesi, á Keldum, Keldnaholti og Kjalarnesi.

Þannig er nóg um byggingarland í höfuðborginni, þá sérstaklega við Sundin, Gufunesi, Geldinganesi og Kjalarnesi, en húsnaðismálin á höfuðborgarsvæðinu eru í algjörum lamasessi sem stendur. Stefna meirihlutans í húsnaðismálum, sérstaklega með hliðsjón af breyttum veruleika, hefur beðið skiprot, enda er hún

dýru verðu keypt og afleiðingin hækkun húsnaðisverðs, sem bitnar á íbúum höfuðborgarinnar og raunar landsmönnum öllum í formi verðbólgu.

Greiðar samgöngur í hávegum

Nýafstaðið Reykjavíkurborg Varðar, fulltrúaráðs Sjálfstæðisfélaganna í



Björn Gíslason er borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins.

Reykjavík, tók með afdráttarlausum hætti á þessum málum í þessum mánuði - en við í Sjálfstæðisflokkinum teljum nauðsynlegt að leggja áherslu á ný byggingarsvæði, sérstaklega með m.t.t. eldsumbrota. Nauðsynlegt er að horft verði samhliða til greiðra samgangna um borgina og þær hafðar í hávegum. Í þessu samhengi eru Sundagöng eða Sundabraut algjört forgangsmál - en þau eru ekki síður almannavarnarmál komi til þess að rýma þurfi borgina.

Við í Sjálfstæðisflokkinum munum áfram þrýsta á og kalla eftir því að aðalskipulag Reykjavíkurborgar verði tekið upp í ljósi þeirrar nýju stöðu sem uppi er - enda verðum við að horfa til norðausturs og byggja borgina upp við Sundin.

Höfundur er borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins



Útfararþjónusta
í yfir 70 ár

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

VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN



HeilsuKlasinn

Um okkar FYRIRTÆKI

GB tjónaviðgerðir er réttinga- og málningarverkstæði með 5 stjórn gæðavottun frá Bílgreinasambandinu. Við erum í samstarfi við öll tryggingafélög.



SIJÓVÁ TM VÍS VÖRÐUR

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 tryggingarféлага.

Rétting og máln

Við vinnum eftir stöðlum framleiðanda og notum aðeins viðurkennd efni og tækjabúnað sem stenst ítrustu 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



Þjálfun í vatni



Klúbburinn



60+
Grunnnámskeið



60+
Framhaldsnámskeið



Rauðsprettu með chilipestói, salatost, graskersfræjum og sítrónuberki

- frábær réttur sem vert er að prófa

Það er svo gaman að prófa allskonar fiskrétti og ég elska að prófa mismunandi fisk.

Hérna prófaði ég Rauðsprettu en hún er alveg einstaklega góð og ég notaði ofan á flakið vel kryddað pestó með graskersfræjum sem gerði pestóið með meira "kröns"

1 vænt Rauðsprettu flak (eða annar hvítur góður fiskur frá Hafinu).
3 msk. gott rautt pestó.
4 msk. laktósafrír salat ostur frá Arna.
2 msk. graskersfræ.
1 hvítlauksrif.



- Gæðin skipta máli -



Rauðsprettan er með því besta sem hægt er að hugsa sér þegar fiskur er annars vegar.

1/3 rauður chili smátt skorinn.
Börkur af 1 sítrónu.
Salt og pipar.

Hitið ofninn á 190 gráður.

Öllu nema fiskinum blandað saman

í skál svo úr verður dásemdar pestó.
Setjið fiskinn í eldfast mót og dreifið svo dásemdar maukinu á fiskinn og setjið inn í ofn í um það bil 18 mínútur.

Dásamlegur fiskur sem er gott að

bera fram með góðu salati, ferski sítrónu og góðri ólífuolíu.

Verði ykkur að góðu.

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



Við stækkum ferminargjöfina

Ferminarbörn og jafnaldrar fá allt að **32.000 króna** mótframlag og glaðning ef þau spara hjá okkur.

Við erum betri saman



OPÍÐ HÚSÍ

BORGARHOLTSSKÓLA

MIÐVIKUDAGINN 10. APRÍL
FRÁ 16.30 TIL 18.00
ÖLL VELKOMIN



Er hleðsla rafbíla hausverkur í húsfélaginu?

Við aðstoðum við að leysa málið með hagsmuni húsfélagsins að leiðarljósi

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

Útvegum og berum saman tilboð og aðstoðum við styrkjaumsóknir.

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



EIGNAumsjón 20 ára
thjonusta@eignaumsjon.is | eignaumsjon.is



Úlfarsárdalur frá Reynisvatni séð.

Ljosmynd SBS

Fjölguum íbúum og eflum þjónustu í Grafarholti og Úlfarsárdal

- segir Kjartan Magnússon borgarfulltrúi

Borgarfulltrúar Sjálfstæðisflokksins hafa lagt til að hafist verði handa við skipulagningu nýs íbúðarhverfis við Halla og í Hamrahlíðarlöndum í Úlfarsárdal, þ.e. á svonefndum M22-reit. Telja þeir að úthlutun lóða á svæðinu geti hafist árið 2026.

Kjartan Magnússon borgarfulltrúi mælti fyrir tillögu Sjálfstæðisflokksins um málið á fundi borgarstjórnar 5. mars. Tillagan hlaut góðar viðtökur og var vísað til átakshóps um húsnæðisuppyggingu í borginni með öllum greiddum atkvæðum gegn einu.

3-4 þúsund manna hverfi

Kjartan segir að með góðu móti sé hægt að koma fyrir 3-4 þúsund manna íbúðarbyggð á umræddu skipulags-svæði. Nú búa um 5.500 íbúar í Grafarholti en 3.000 í Úlfarsárdal og verður því um verulega viðbót við hverfishlutann að ræða. Upphaflega var þó gert ráð fyrir að hverfið í Úlfarsárdal yrði miklu fjölmennara eða 20-30 þúsund manns.

„Mjög hefur verið kallað eftir því af íbúum að staðið verði við fyrri fyrirheit um íbúafjölda og uppygging haldi áfram í því skyni að efla verslun og þjónustu í hverfinu. Þá hefur hverfisíþróttafélagið Fram bent á að í



Kjartan Magnússon er borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokks.

Grafarholti og Úlfarsárdal megi helst ekki búa færri en 15 þúsund manns ef tryggja eigi blómlegt íþróttastarf á svæðinu til framtíðar,” segir Kjartan.

Margvíslegur ávinningur

Aukin íbúðarbyggð í Úlfarsárdal myndi því hafa margvíslegan ávinning í för með sér að sögn Kjartans.

„Óviðunandi tafir hafa orðið á uppyggingu í Úlfarsárdal, eins og íbúar þar hafa margt bent á. Vonandi verður nú endi bundinn á þessar tafir og

verkin látin tala. Stækkun hverfisins mun efla verslun, íþróttastarf og aðra þjónustu í Grafarholti og Úlfarsárdal. Komið verður til móts við mikla húsnæðisþörf í borginni og margar fjölskyldur fá þak yfir höfuðið. Síðast en ekki síst mun fjölguum íbúa auka útsvarstekjur og styrkja þannig stöðu borgarsjóds til framtíðar, sem ekki veitir af.”

Gott byggingarland

Úlfarsárdalur er mjög gott byggingarland að sögn Kjartans.

„Þar er enn mikið af ónumdu og vel staðsettu landi, sem hentar vel til uppbyggingar. Í skipulagsvinnunni er hægt að byggja á samþykktu deiliskipulagi Halla- og Hamrahlíðarlanda frá árinu 2007, sem þarf þó að endurskoða og betrubæta.

Úlfarsárdalur er í um 55-80 metra hæð yfir sjávarmáli, sem er svipað og í Neðra-Breiðholti. Útsýni er gott víðast hvar úr dalnum og hann er auk þess umlukinn góðum útivistarsvæðum. Í hverfinu eru margir innviðir þegar til staðar, sem nýtast munu hinni nýju byggð: íþróttahús, sundlaug, bókasafn o.s.frv.,” segir Kjartan Magnússon að lokum.

Menningar- og íþróttasvið

ÞASSKAR

Þú finnur afgreiðslutímamann á reykjavik.is

Laugarnar í Reykjavík, Ylströndin, Borgarbókasafn, Skíðasvæðin, Borgarsögusafn, Fjölskyldugarðurinn, Listasafn Reykjavíkur.

Útfararstofa Íslands

Reykjavík • Kópavogi • Garðabæ • Hafnarfirði

Sólarhringsvakt: ☎ 581 3300

Komum til aðstandenda og ræðum skipulag sé þess óskað

✉ utforin@utforin.is 🌐 www.utforin.is

Sverrir Einarsson
Útfarastjóri
S: 896 8242

Jón G. Bjarnason
Útfarastjóri
S: 793 4455

Jóhanna Fínksóttir
Umjón stjóri

Guðmundur Ó. Jóhannsson
Framkvæmdastjóri
Umjón stjóri
S: 862 0537

ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNLSA

ALLIR ÚT AÐ HJÓLA

MEÐ TUDOR

Eitt mesta úrval landsins af rafgeymum í allar gerðir farartækja

Veldu öruggt start með TUDOR

Traust og fagleg þjónusta • NYTT: Vefverslun www.skorri.is

SKORRI
SÉRFRÆÐINGAR Í RAFGEYMUM

TUDOR

Bíldshöfða 12 • 110 Rvk • 577 1515 • skorri.is



Gleðilega páska



Sjálfbærni
og samfélagsábyrgð
Nóa Sírius súkkulaði er
hluti af Cocoa Horizons

verkefninu, sem gerir kakóræktendum
kleift að framleiða kakó á sjálfbæran og
ábyrgan hátt. Verkefnið stuðlar að betri
lífsskilyrðum í kakóræktarsamfélögum
og bættum aðbúnaði starfsfólks.

Nú mega páskarnir koma

Nóa páskaegginn eru tilbúin. Við vonduðum okkur alveg sérstaklega, því við vitum að þið viljið hafa þau fullkomin. Það á bæði við um gómsæta skelina sem bráðnar í munni og allt góðgætið sem leynist þar fyrir innan.

Gjörið þið svo vel – það er nóg til fyrir alla.

BÍLSKÚRS DAGAR



20% AF

Lavor Predator 180
Digital háprýstidæla
Mótor 2500W
Prýstingur: 180 bör
Vansflæði: 510 l/ks

38.796
Áður 48.495 kr.



20% AF

Bílskúrsryksuga
blaut/ryksuga
Lavor JOKER 1400 S
Orka: 1400W
Stærð tanks: 20l
Hámarks loftflæði: 40 l/sek.

14.396
Áður 17.995 kr.



20% AF

Bílskúrsryksuga
blaut/ryksuga
Black&Decker
13.332
Áður 16.665 kr.
Mótor: 1200W
Sogkraftur: 17 kPa
Stærð tanks: 15L



25% AF

Rafhlöðuborvél
PSCS 11-20V
Getur notað allt að
13mm breiða bora - 35Nm

11.456
Áður kr. 14.320



20% AF

Lavor HPC Fast 120 háprýstidæla
Mótor: 1700W
Prýstingur Max: 120 bör
Vatnsflæði Max: 330l/ks

13.572
Áður 16.965 kr.



Hillurekki
76 x 30,5 x 152cm
8.734
Áður 11.645 kr.



25% AF

Rafhlöðu Bónvél PPOS
10-20V 245mm diskur
12.209
Áður 16.279

Strákústur m/stálfestingu
30cm breiður

1.119
Áður kr. 1.399



20% AF

Reiðhjólápumpa
Áður 2.075

20% AF



20% AF

Rafhlöðu slípirokkur PAGS 20-115
20V - 115mm skífa - 10.000 rpm
19.196
Áður kr. 23.995



20% AF

Bíla & gluggapvotta-
kústur, gegn um
rennandi 116>180cm,
hraðtengi með lokun
2.099
Áður kr. 2.999



30% AF

Einfaldur stigi
8 þrep
7.996
Áður 9.995



20% AF

Kapalkefli 4x16A 15
metra snúra
4.716
Áður 5.895 kr.

25% AF

Bílskúrsflísar
Antrasite
33,3x33,3cm
2.249 pr.m²
Áður 2.999



25% AF

Trappa með
vinnuborði - 5. þrep
9.401
Áður 12.535



25% AF

20m Meister garðslanga
með tengjum
2.696
Áður kr. 3.595

Prýstibrúsi m/slöngu 8L
Áður kr. 6.939



Hankar og
festingar
í miklu
úrvali



Vatnsþétt LED útiljós /
bílskúrsljós
IP65 48W 120cm
5.276
Áður 6.595

20% AF

Vatnsþétt LED
útiljós / bílskúrsljós
IP65 24W 60cm
3.196
Áður 3.995

20% AF

30% AF

Gólfmálning - 3 lítrar
5.996
Áður kr. 7.995



25% AF

Epoxy gólfplakk, EP-V
Milligrátt 1kg
4.499
Áður kr. 5.999
4 kg 11.249 - áður 14.999

25% AF



20% AF

Ruslapokar glærir 100 L - 25stk
1.436
Áður 1.795



20% AF

Volga vegghengt
blöndunartæki
5.588
Áður kr. 6.985



Með fyrirvara um prentvillur

SENDUM UM
LAND ALLT!
www.murbudin.is

25% AF

MÚRBÚÐIN
Gott verð fyrir alla, alltaf!