Dýrabær
Akranes
Kringlan
Krossmói
Spöngin
Smáralind
www.dyrabaer.is

Grafarvogsblaðið

5. tbl. 35. árg. 2024 maí

Dreift ókeypis í öll hús í Grafarvogi

Ódýri ísinn
gullnesti

Fjölnir leikur í Olísdeildinni í handbolta karla á næstu leiktíð og stuðið í Fjölnishöllinni var mikið þegar það tókst.

Fjölnir í deild þeirra bestu

- sjá nánar á bls. 18 og 19

FASTEIGNA MIÐLUN GRAFARVOGS

FASTEIGNA-SALAN Í ÞÍNU HVERFI
Spöngin 11
112 Reykjavík
Sími 575 8585
www.fmg.is

Bifreiðaverkstæði Grafarvogs
Allar almennar bílaviðgerðir
Gylfaflöt 24 - 30 • 112 Reykjavík
Sími 577 4477
www.bilavidgerdir.is
Þjónustuaðili
SsangYong
CHEVROLET

Guðrún biskup

sr. Guðrún Karls Helgudóttir, sóknarprestur í Grafarvogi var á dögunum kjörin biskup Íslands. Verður hún vígð í Hallgrímskirkju þann 1. september.

Sr. Guðrún Karls Helgudóttir hlaut flest atkvæði í síðari umferð kosninganna, alls 1060 atkvæði eða 52,19%. Sr. Guðmundur Karl Brynjarsson fékk 954 atkvæði eða 46,97%.

Sr. Guðrún er fædd 27. apríl árið 1969 í Reykjavík. Foreldrar hennar eru Karl Magnús Kristjánsson og Helga Einarsdóttir. Guðrún hafði umsjón með barnastarfi við Árbæjarkirkju og var æskulýðsfulltrúi við Akraneskirkju og Grafarvogskirkju 1999-2000. Guðrún tók starfsnám í Gautaborgarstifti árin 2001-2003.

Hún vígðist þann 11. janúar árið 2004 í Dómkirkjunni í Gautaborg og þjónaði í Näsets söfnuði 2004 – 2005 og í Lerums söfnuði árin 2005-2008. Hún varð prestur í Grafarvogssöfnuði árið 2008 og hefur þjónað sem sóknarprestur í sama söfnuði frá árinu 2016. Sr. Guðrún lauk framhaldsnámi í prédikunarfræðum frá The Lutheran School of Chicago árið 2016 og sat á kirkjuþingi í tvö kjörtímabil frá árinu 2014-2022. Eiginmaður sr. Guðrúnar er Einar Örn Sveinbjörnsson og eiga þau tvær dætur og tvær dótturdætur.

Lyf á lægra verði!

Leggjum áherslu á mjög góða þjónustu
Gott vöruúrval
Hægt að panta lyf á www.rimaapotek.is og í síma 577-5300
RIMA Apotek
Einkarekið apótek

Dýrabær
Akranes
Kringlan
Krossmói
Spöngin
Smáralind
www.dyrabaer.is

Grafarvogsblaðið

5. tbl. 35. árg. 2024 maí

Dreift ókeypis í öll hús í Grafarvogi

Ódýri ísinn
gullnesti

Fjölnir leikur í Olísdeildinni í handbolta karla á næstu leiktíð og stuðið í Fjölnishöllinni var mikið þegar það tókst.

Fjölnir í deild þeirra bestu

- sjá nánar á bls. 18 og 19

FASTEIGNA MIÐLUN GRAFARVOGS

FASTEIGNA-SALAN Í ÞÍNU HVERFI

Spöngin 11
112 Reykjavík
Sími 575 8585

www.fmg.is

Bifreiðaverkstæði Grafarvogs

Allar almennar bílaviðgerðir

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

Þjónustuaðili

SsangYong CHEVROLET

Guðrún biskup

sr. Guðrún Karls Helgudóttir, sóknarprestur í Grafarvogi var á dögunum kjörin biskup Íslands. Verður hún vígð í Hallgrímskirkju þann 1. september.

Sr. Guðrún Karls Helgudóttir hlaut flest atkvæði í síðari umferð kosninganna, alls 1060 atkvæði eða 52,19%. Sr. Guðmundur Karl Brynjarsson fékk 954 atkvæði eða 46,97%.

Sr. Guðrún er fædd 27. apríl árið 1969 í Reykjavík. Foreldrar hennar eru Karl Magnús Kristjánsson og Helga Einarsdóttir. Guðrún hafði umsjón með barnastarfi við Árbæjarkirkju og var æskulýðsfulltrúi við Akraneskirkju og Grafarvogskirkju 1999-2000. Guðrún tók starfsnám í Gautaborgarstifti árin 2001-2003.

Hún vígðist þann 11. janúar árið 2004 í Dómkirkjunni í Gautaborg og þjónaði í Näsets söfnuði 2004 – 2005 og í Lerums söfnuði árin 2005-2008. Hún varð prestur í Grafarvogssöfnuði árið 2008 og hefur þjónað sem sóknarprestur í sama söfnuði frá árinu 2016. Sr. Guðrún lauk framhaldsnámi í prédikunarfræðum frá The Lutheran School of Chicago árið 2016 og sat á kirkjuþingi í tvö kjörtímabil frá árinu 2014-2022. Eiginmaður sr. Guðrúnar er Einar Örn Sveinbjörnsson og eiga þau tvær dætur og tvær dótturdætur.

Lyf á lægra verði!

Leggjum áherslu á mjög góða þjónustu

Gott vöruúrval

Hægt að panta lyf á www.rimaapotek.is og í síma 577-5300

RIMA Apotek

Einkarekið apótek

Grafarvogsblaðið

Útgefandi: Skrautás ehf. Netfang: **gv@skrautas.is**
Ritstjóri og ábm.: Stefán Kristjánsson.
Netfang Grafarvogsblaðsins: gv@skrautas.is
Ritstjórn og auglýsingar: Símar 698-2844 og 699-1322.
Útlit og hönnun: Skrautás ehf.
Auglýsingar: 698-2844 - 699-1322 - **gv@skrautas.is**
Prentun: Landsprent ehf.
Ljósmyndari: Katrín J. Björgvinsdóttir og fleiri.
Dreifing: Póstdreifing.
Grafarvogsblaðinu er dreift ókeypis í öll íbúðarhús í Grafarvogi. Einnig í Bryggjuhverfi.

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 byrar hann að greiða skattinn til RÚV hvort sem hann er samþykkur því eða ekki, 20.900 krónur á ári. Oftar en ekki hefur þessi skattlagning ekki dugað fyrir rekstri RÚV og hefur reikningurin þá verið sendur niður á Austurvöll og við látin greiða fyrir óráðsíuna.

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 úrslitakvöldinu. Lögin sem tóku þátt í keppninni voru valin af einhverju huldufólki og voru hvert öðru lélegra. Sigurlagið sent út og hafnaði í júmbósætinu 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 uppvísir að ótrúlegri hlutdrægni að mínu mati.

Og ekki tók betra við á dögunum 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 fréttaþulur en ónothæf sem rannsóknarblaðamaður. Verið var að þagga niður umræðu um lóðamál borgarinnar gagnvart olíufélögunum 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 segi tafarlaust af sér. Og svo á útvarpsstjórinn, sem auðvitað ber mestu ábyrgðina á skandalnum, auðvitað að fylgja sem hraðast í kjölfarið.

Þremenningarnir á RÚV, ritstjóri Kveiks, fréttastjórinn 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 fréttastjórinn tók þar við af forvera sínum. Og útvarpsstjórinn 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*

gv@skrautas.is

Aðför gegn heiðarlegri fréttamennsku

- eftir Björn Gíslason borgarfulltrúa Sjálfstæðisflokksins

Sennilega verður bensínstöðvamálið flokkað með yfirgengilegri pólítískum 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 olíufélögunum. 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 fáránlegt 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.

Björn Gíslason er borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins.

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 ritskoðað þáttinn og reynt að koma í veg, fyrir útsendingu hans en síðan ekki þorað annað en að sýna hann, eftir harða gagnrýni virtra reynslubolta í fréttamennsku. En þá hafði þátturinn verið styttur 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 fjölmiðla-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 ein-ungis átt við lítilmannlega framkomu þeirra í hennar garð, heldur og þann trúnaðarbrest 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

Grafarvogsblaðið

Útgefandi: Skrautás ehf. Netfang: **gv@skrautas.is**
Ritstjóri og ábm.: Stefán Kristjánsson.
Netfang Grafarvogsblaðsins: gv@skrautas.is
Ritstjórn og auglýsingar: Símar 698-2844 og 699-1322.
Útlit og hönnun: Skrautás ehf.
Auglýsingar: 698-2844 - 699-1322 - **gv@skrautas.is**
Prentun: Landsprent ehf.
Ljósmyndari: Katrín J. Björgvinsdóttir og fleiri.
Dreifing: Póstdreifing.
Grafarvogsblaðinu er dreift ókeypis í öll íbúðarhús í Grafarvogi.
Einnig í Bryggjuhverfi.

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 byrar hann að greiða skattinn til RÚV hvort sem hann er samþykkur því eða ekki, 20.900 krónur á ári. Oftar en ekki hefur þessi skattlagning ekki dugað fyrir rekstri RÚV og hefur reikningurin þá verið sendur niður á Austurvöll og við látin greiða fyrir óráðsíuna.

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 úrslitakvöldinu. Lögin sem tóku þátt í keppninni voru valin af einhverju huldufólki og voru hvert öðru lélegra. Sigurlagið sent út og hafnaði í júmbósætinu 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 uppvísir að ótrúlegri hlutdrægni að mínu mati.

Og ekki tók betra við á dögunum 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 fréttaþulur en ónothæf sem rannsóknarblaðamaður. Verið var að þagga niður umræðu um lóðamál borgarinnar gagnvart olíufélögunum 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 segi tafarlaust af sér. Og svo á útvarpsstjórinn, sem auðvitað ber mestu ábyrgðina á skandalnum, auðvitað að fylgja sem hraðast í kjölfarið.

Þremenningarnir á RÚV, ritstjóri Kveiks, fréttastjórinn 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 fréttastjórinn tók þar við af forvera sínum. Og útvarpsstjórinn 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*

gv@skrautas.is

Aðför gegn heiðarlegri fréttamennsku

- eftir Björn Gíslason borgarfulltrúa Sjálfstæðisflokksins

Sennilega verður bensínstöðvamálið 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 olíufélögunum. 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 fáránlegt 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 ritskoðað þáttinn og reynt að koma í veg fyrir útsendingu hans en síðan ekki þorað annað en að sýna hann, eftir harða gagnrýni virtra reynslubolta í fréttamennsku. En þá hafði þátturinn verið styttur og honum breytt í Kastlljósþátt.

Björn Gíslason er borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins.

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 fjölmiðla-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 ein-ungis átt við lítilmannlega framkomu þeirra í hennar garð, heldur og þann trúnaðarbrest 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

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!
hallahrund.is
#xhallahrund

hallahrund.is

#xhallahrund

Sítrus Langa

- frábær réttur sem vert er að prófa

Kristjana Steingrímsdóttir, 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).
Vorlaukur - 4 stilkar skornir í litla bita.
1/2 rauður chili skorinn í þunna hringi.
ca 1 dl / 1/2 bolli ólífuolía.
Sjávar salt (eftir smekk).

Leiðbeiningar

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

Marinerið í um 30 mínútur.

Hitið ofninn í 180 gráður.
Hellið ólífuolíunni yfir fiskinn og bakið í um 30 mínútur.
Takið fiskinn út úr ofninum og berið fram með jógúrtsósu og grænu salati.
Ég hvet sem flesta að bæta meiri fisk inn í matarræði sitt og prófa sig áfram með allskonar útgáfur.

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

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

Sítrus Langa

- frábær réttur sem vert er að prófa

Kristjana Steingrímsdóttir, 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).
Vorlaukur - 4 stilkar skornir í litla bita.
1/2 rauður chili skorinn í þunna hringi.
ca 1 dl / 1/2 bolli ólífuolía.
Sjávar salt (eftir smekk).

Leiðbeiningar

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

Marinerið í um 30 mínútur.

Hitið ofninn í 180 gráður.
Hellið ólífuolíunni yfir fiskinn og bakið í um 30 mínútur.
Takið fiskinn út úr ofninum og berið fram með jógúrtsósu og grænu salati.
Ég hvet sem flesta að bæta meiri fisk inn í matarræði sitt og prófa sig áfram með allskonar útgáfur.

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

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

Skákkrakkar Rimaskóla skáka öðrum skólum á Reykjavíkur og Íslandsmóti grunnskóla:

Einstakur árangur á fjölmennu móti

Í aprílmánuði voru haldin tvö fjölmennustu grunnskólaskákmót ársins, Reykjavíkur-og Íslandsmót barna-og grunnskólasveita. Bæði mótin eru sveitakeppnir, fjórir í hverri skáksveit. Líkt og fyrri árin komu skákkrakkar Rimaskóla býsna sterkir til leiks og sendu flestar skáksveitir.

Á Reykjavíkurmótinu vann Rimaskóli í flokki 1. - 3. bekkjar, flokki 4. - 7. bekkjar og alla aldursflokka stúlknasveita. Einstakur árangur sem sýnir vel hversu öflugt skákstarfið er innan skólans og í starfi Skákdeildar Fjölnis sem allir krakkarnir æfa með. Íslandsmót Barna-og grunnskólasveita var síðan haldið viku síðar og var þá teflt í íþróttahúsi Rimaskóla. Mótið var það fjölmennasta frá upphafi og um 300 krakkar sátu að tafli í tvo daga.

Rimaskólakrakkar enduðu þar einnig á verðlaunapalli í 2. og 3. sæti. Þarna eru nemendur í 5. og 6. bekk í meirihluta. Þau eiga framtíðina fyrir sér á báðum aldursstigum. Aðeins Lindaskóli og Vatnsendaskóli í Kópavogi voru Grafarvogskrökkunum fremri á mótinu.

Eins og áður hefur komið fram í Grafarvogsblaðinu þá varð skáksveit Rimaskóla bæði Reykjavíkur-og Íslandsmeistari fyrr í vetur.

Umsjónarmenn og liðsstjórar Rimaskóla eru þeir Helgi Árnason fv. skólastjóri og formaður Skákdeildar Fjölnis og Björn Ívar Karlsson skákkennari Rimaskóla.

Reykjavíkurmeistarar og silfur á Íslandsmótum Barna-og grunnskólasveita. Fjöldi afreksstúlkna í Rimaskóla vekur verðskuldaða athygli.

Yngstu Rimaskólastúlkurnar hafa unnið til fjölda verðlauna í vetur. Hér fagna þær Reykjavíkurmeistaratitli stúlknasveita. Helmingur sveitarinnar er í 1. bekk.

Íslands-og Reykjavíkurmeistarar stúlkna í flokki 4. - 7. bekkjar. Bekkjarsystur í 6. bekk.

Eina stúlknasveitin í elsta flokki á Reykjavíkurmóti grunnskóla. Tefldu því eingöngu við stráka og stóðu fyrir sínu.

Þessir efnilegu skákmenn í 1. - 3. bekk Rimaskóla áttu góðu gengi að fagna á skákmótum vetrarins. Íslands-og Reykjavíkurmeistarar 2024 í flokki 1. - 3. bekkjar.

Um hvað snýst Bensínstöðvamálið?

- eftir Mörtu Guðjónsdóttur borgarfulltrúa Sjálfstæðisflokks

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

1.

Borgarstjórn veitti olíufélögunum, 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 hálft ár, og þó bensínstöðvum myndi fækka sjálfkrafa á næstu árum af rekstrarástæðum, vegna aukinnar sparneytni og orkuskipta ökutækja.

Þessi byggingarréttur olíufélaganna 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 gjafagjörninga var unnin á tugum leynifunda, án vitundar og vilja minnihlutans í borgarstjórn og keyrð í gegnum borgarráð þegar borgarstjórn var í sumarfríi.

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

Marta Guðjónsdóttir, borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokks.

Skákkrakkar Rimaskóla skáka öðrum skólum á Reykjavíkur og Íslandsmóti grunnskóla:

Einstakur árangur á fjölmennu móti

Í aprílmánuði voru haldin tvö fjölmennustu grunnskólaskákmót ársins, Reykjavíkur-og Íslandsmót barna-og grunnskólasveita. Bæði mótin eru sveitakeppnir, fjórir í hverri skáksveit. Líkt og fyrri árin komu skákkrakkar Rimaskóla býsna sterkir til leiks og sendu flestar skáksveitir.

Á Reykjavíkurmótinu vann Rimaskóli í flokki 1. - 3. bekkjar, flokki 4. - 7. bekkjar og alla aldursflokka stúlknasveita. Einstakur árangur sem sýnir vel hversu öflugt skákstarfið er innan skólans og í starfi Skákdeildar Fjölnis sem allir krakkarnir æfa með. Íslandsmót Barna-og grunnskólasveita var síðan haldið viku síðar og var þá teflt í íþróttahúsi Rimaskóla. Mótið var það fjölmennasta frá upphafi og um 300 krakkar sátu að tafli í tvo daga.

Rimaskólakrakkar enduðu þar einnig á verðlaunapalli í 2. og 3. sæti. Þarna eru nemendur í 5. og 6. bekk í meirihluta. Þau eiga framtíðina fyrir sér á báðum aldursstigum. Aðeins Lindaskóli og Vatnsendaskóli í Kópavogi voru Grafarvogskrökkunum fremri á mótinu.

Eins og áður hefur komið fram í Grafarvogsblaðinu þá varð skáksveit Rimaskóla bæði Reykjavíkur-og Íslandsmeistari fyrr í vetur.

Umsjónarmenn og liðsstjórar Rimaskóla eru þeir Helgi Árnason fv. skólastjóri og formaður Skákdeildar Fjölnis og Björn Ívar Karlsson skákkennari Rimaskóla.

Reykjavíkurmeistarar og silfur á Íslandsmótum Barna-og grunnskólasveita. Fjöldi afreksstúlkna í Rimaskóla vekur verðskuldaða athygli.

Yngstu Rimaskólastúlkurnar hafa unnið til fjölda verðlauna í vetur. Hér fagna þær Reykjavíkurmeistaratitli stúlknasveita. Helmingur sveitarinnar er í 1. bekk.

Íslands-og Reykjavíkurmeistarar stúlkna í flokki 4. - 7. bekkjar. Bekkjarsystur í 6. bekk.

Eina stúlknasveitin í elsta flokki á Reykjavíkurmóti grunnskóla. Tefldu því eingöngu við stráka og stóðu fyrir sínu.

Þessir efnilegu skákmenn í 1. - 3. bekk Rimaskóla áttu góðu gengi að fagna á skákmótum vetrarins. Íslands-og Reykjavíkurmeistarar 2024 í flokki 1. - 3. bekkjar.

Um hvað snýst Bensínstöðvamálið?

- eftir Mörtu Guðjónsdóttur borgarfulltrúa Sjálfstæðisflokks

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

1.

Borgarstjórn veitti olíufélögunum, 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 hálft ár, og þó bensínstöðvum myndi fækka sjálfkrafa á næstu árum af rekstrarástæðum, vegna aukinnar sparneytni og orkuskipta ökutækja.

Þessi byggingarréttur olíufélaganna 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 gjafagjörninga var unnin á tugum leynifunda, án vitundar og vilja minnihlutans í borgarstjórn og keyrð í gegnum borgarráð þegar borgarstjórn var í sumarfríi.

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

Marta Guðjónsdóttir, borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokks.

TOYO TIRES
PIRELLI
POWER IS NOTHING WITHOUT CONTROL
Laufenn
Journey in Style
MAXXIS
DEKK
Mastercraft
TIRES
NANKANG
FREE YOUR WAY
KUMHO TIRE
DOUBLECOIN
Bókaðu tíma á netinu
NESDEKK
Breiðhöfða 13
Grafarvogur
AGA
Stórhöfði
Bílakjarninn
Breiðhöfði
Bílabúð Benna
Höfðabakki
Bíldshöfði
Stærsta verkstæði landsins er í næsta nágrenni
Nesdekk Breiðhöfða 13.
Eitt fullkomnasta hjólbarðaverkstæði landsins.
NESDEKK
TOYO TIRES
Toyo GSI-6
Toyo Ice Freezer
Toyo G3S - ICE
Harðskeljadekk
Harðskeljadekk
Harðskeljadekk
Bókaðu tíma og skoðaðu dekkjaúrvalið á nesdekk.is
Breiðhöfði 13
110 Reykjavík
590 2080
Stærðin skiptir ekki máli á Breiðhöfða 13.
NESDEKK
561 4200 / nesdekk.is

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

Hverfið mitt:

Fjölbreytt og skemmtileg verkefni til framkvæmda

Frisbígolfbrautir, infrarauð sauna, ævintýragarður, hugleiðsluróla og gaga völlur eru meðal verkefna sem Reykvíkingar 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 forgangsröðun 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 kosið á milli þeirra í rafrænni íbúakosningu. Slík kosning fór síðast fram í september 2023 og var kosningaþátttaka 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.
- Frisbígolfbrautir í Norðlingaholti.
- Leiktæki fyrir börn í Árbæjarlaug.
- Tengja göngustíga við gömlu kartöflugeymslurnar.
- Sumarblóm í hringtorg.
- Samverustaður við Rauðavatn.

Breiðholt
- Jólaljós á tré við göngustíg.
- Fjölga bekkjum í Breiðholti.
- Betrumbæta frisbígolfvöllinn í Breiðholti.
- Nálabox.
- Hærri bekkir fyrir eldri borgara.
- Infrarauð sauna í Breiðholtslaug.
- Lýsing við fótboltavöllinn við Bakkasel.
- Mínígolf.
- „Velkomin í Breiðholt“ skilti.
- Útigrill í Seljahverfi.

Grafarholt og Úlfarsárdalur
- Stikuð gönguleið við rætur Úlfarsfells.
- Reynisvatn - fallegri aðkoma.
- Göngustígur milli Úlfarsárdals og Hafravatns.
- Gróður og áningarstaðir í Úlfarsárdal.
- Bekkir við Reynisvatn.

Grafarvogur
- Gróðurlundur á Geldinganesi.
- Fjölga áningarstöðum í hverfinu.
- Infrarauð sauna í Grafarvogslaug.
- Stjörnukíkir á útsýnispallinum í Húsahverfi.
- Endurbæta Hallsteinsgarð.
- Útiæfingatæki í kringum Grafarvog.

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

Hlíðar
- Ærslabelgur á Klambratún.
- Snyrtilegri undirgöng.
- Gróðursetja við umferðargötur.
- Ungbarnarólur í Hlíðunum.
- Fegra hringtorgið við Hlíðaskóla.
- Matjurtagarður í Hlíðunum.

Kjalarnes
- Gaga völlur.
- Lítill heitavatnspottur við sjósundsaðstöðuna.

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

Miðborg
- Litríkur gróður í Miðborg.
- Gróður við Sæbraut.
- Körfuboltavöllur við Austurbæjarskóla.
- Andahús á Tjörnina.
- 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.

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

Hverfið mitt:

Fjölbreytt og skemmtileg verkefni til framkvæmda

Frisbígolfbrautir, infrarauð sauna, ævintýragarður, hugleiðsluróla og gaga völlur eru meðal verkefna sem Reykvíkingar 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 forgangsröðun 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 kosið á milli þeirra í rafrænni íbúakosningu. Slík kosning fór síðast fram í september 2023 og var kosningaþátttaka 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.
• Frisbígolfbrautir í Norðlingaholti.
• Leiktæki fyrir börn í Árbæjarlaug.
•Tengja göngustíga við gömlu kartöflugeymslurnar.
• Sumarblóm í hringtorg.
• Samverustaður við Rauðavatn.

Breiðholt
• Jólaljós á tré við göngustíg.
• Fjölga bekkjum í Breiðholti.
• Betrumbæta frisbígolfvöllinn í Breiðholti.
• Nálabox.
• Hærri bekkir fyrir eldri borgara.
• Infrarauð sauna í Breiðholtslaug.
• Lýsing við fótboltavöllinn við Bakkasel.
• Mínígolf.
• „Velkomin í Breiðholt“ skilti.
• Útigrill í Seljahverfi.

Grafarholt og Úlfarsárdalur
• Stikuð gönguleið við rætur Úlfarsfells.
• Reynisvatn - fallegri aðkoma.
• Göngustígur milli Úlfarsárdals og Hafravatns.
• Gróður og áningarstaðir í Úlfarsárdal.
• Bekkir við Reynisvatn.

Grafarvogur
• Gróðurlundur á Geldinganesi.
• Fjölga áningarstöðum í hverfinu.
• Infrarauð sauna í Grafarvogslaug.
• Stjörnukíkir á útsýnispallinum í Húsahverfi.
• Endurbæta Hallsteinsgarð.
• Útiæfingatæki í kringum Grafarvog.

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

Hlíðar
• Ærslabelgur á Klambratún.
• Snyrtilegri undirgöng.
• Gróðursetja við umferðargötur.
• Ungbarnarólur í Hlíðunum.
• Fegra hringtorgið við Hlíðaskóla.
• Matjurtagarður í Hlíðunum.

Kjalarnes
• Gaga völlur.
• Lítill heitavatnspottur við sjósundsaðstöðuna.

Laugardalur
• Jólaland í Laugardalnum.
• Alexöndruróló.
• Gera upp Sunnutorg.
• Útigrill á Aparóló.

Miðborg
• Litríkur gróður í Miðborg.
• Gróður við Sæbraut.
• Körfuboltavöllur við Austurbæjarskóla.
• Andahús á Tjörnina.
• 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.

VISSIR ÞÚ?
AÐ KEILA ER LEIKIN AF 120.000.000 MANNS Í YFIR 90 LÖNDUM.
KÍKTU Í KEILU, PÍLU, KAREOKE, PIZZU, DRYKK, BOLTA OG FJÖR.
ÞÚ GETUR BÓKAÐ BRAUT Á KEILUHOLLIN.IS OG Í SÍMA 5 11 53 00
Keiluhöllin EGILSHÖLL

HeilsuKlasinn

Grafarvogsblaðið

Ritstjórn/Auglýsingar - Sími 698-2844

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

Veist þú um Hverfistré Grafarvogs 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 trjárækt í Reykjavík eigi sér tiltölulega stutta sögu, eru þar mörg merkileg tré, fallegar trjáraðir 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 trjánna 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 tilnefn-ingum frá íbúum og áhugafólki. Valið verður úr tilnefningunum og fá eigendur trjánna viðurkenningarskjöl 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, trjáraðir eða lundi. Ástæður fyrir tilnefningu geta verið margskonar. Til dæmis að tréð eigi sér merkilega sögu eða að ákveðin trjáröð 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
NISSAN SUBARU HONDA ISUZU OPEL
BGS VOTTUÐ ÞJÓNUSTA
SMIÐJUVEGI 22 (GRÆN GATA) · 200 KÓPAVOGI · SÍMI: 567 7360

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

Veist þú um Hverfistré Grafarvogs 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 trjárækt í Reykjavík eigi sér tiltölulega stutta sögu, eru þar mörg merkileg tré, fallegar trjáraðir 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 trjánna 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 tilnefn-ingum frá íbúum og áhugafólki. Valið verður úr tilnefningunum og fá eigendur trjánna viðurkenningarskjöl 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, trjáraðir eða lundi. Ástæður fyrir tilnefningu geta verið margskonar. Til dæmis að tréð eigi sér merkilega sögu eða að ákveðin trjáröð 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.

Stífluþjónusta
Röramyndir
Dælubíll
VALUR HELGASON
stifla.is | 896 1100

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 Útfararstjóri S: 896 8242
Jón G. Bjarnason Útfararstjóri S: 793 4455
Jóhanna Eiríksdóttir Umsjón útfara
Guðmundur Ó. Jóhanns. Framkvæmdastjóri Umsjón útfara S: 862 0537
ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA

HeilsuKlasinn

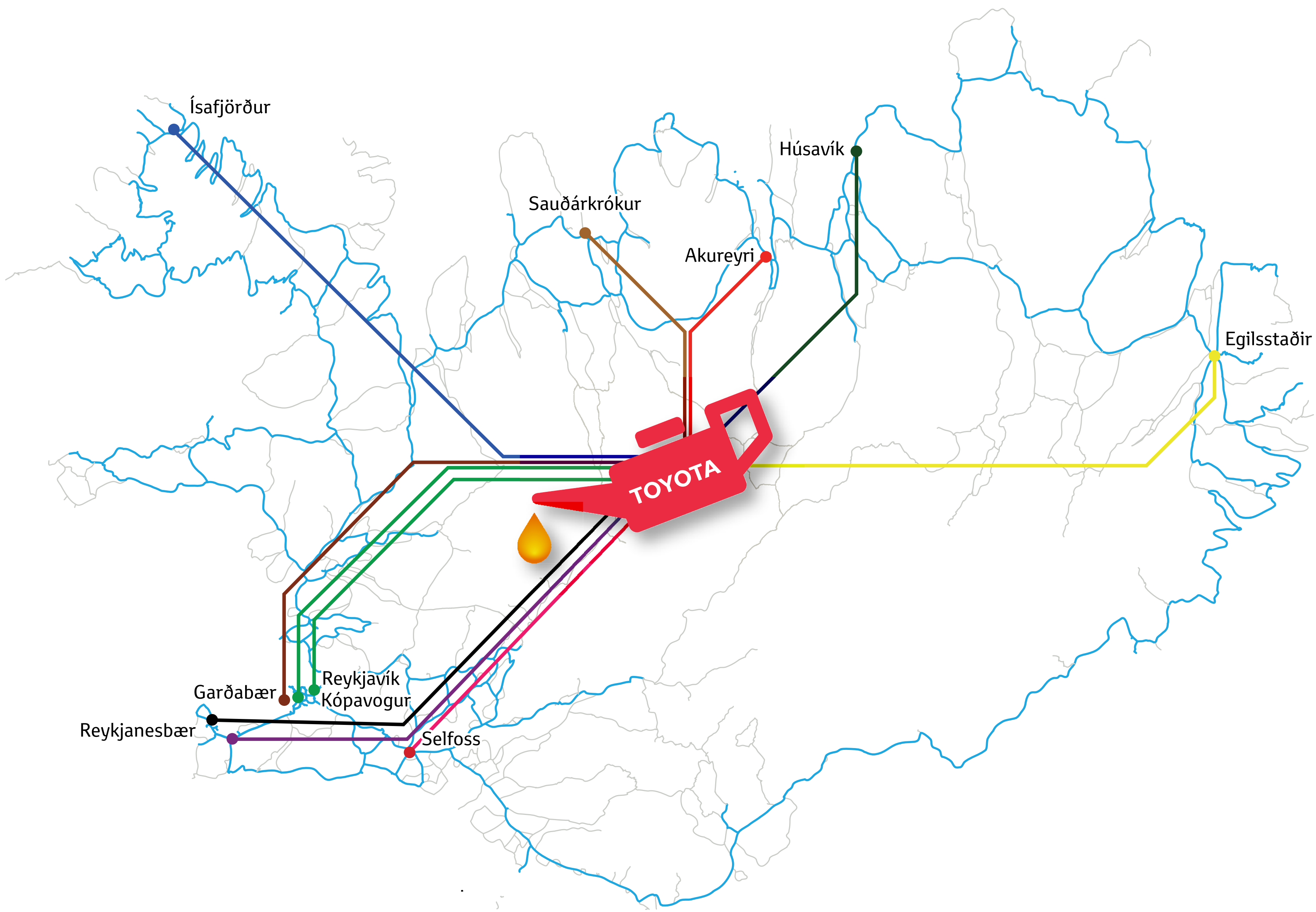
Grafarvogsblaðið
Ritstjórn/Auglýsingar - Sími 698-2844

MÚRBÚÐIN
Gott verð fyrir alla, alltaf!

bfo.is
Bifreiðaverkstæði Friðriks Ólafssonar ehf bfo@bfo.is
NISSAN SUBARU HONDA ISUZU OPEL
BGS VOTTUÐ ÞJÓNUSTA
SMIÐJUVEGI 22 (GRÆN GATA) · 200 KÓPAVOGI · SÍMI: 567 7360

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.*

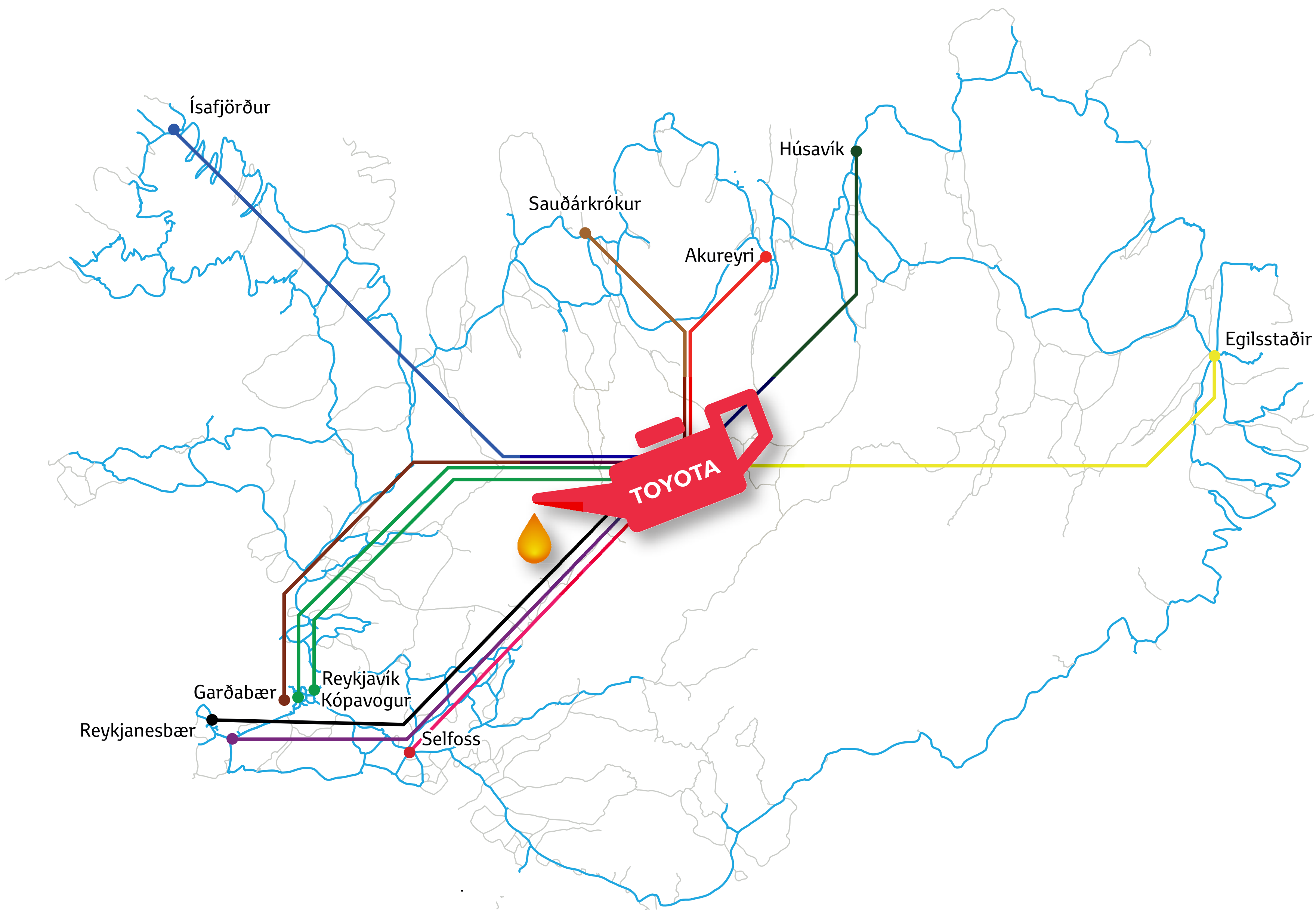
Engin vandamál – bara lausnir

*Afsláttur af vörum gildir eingöngu með þjónustu á staðnum.

Toyota Kauptúni	Kauptúni 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 Kauptúni	Kauptúni 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

Útfararstofa Kirkjugarðanna

Útfararþjónusta í yfir 70 ár

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

VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN

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

HeilsuKlasinn

Grafarvogsblaðið

Ritstjórn/Auglýsingar - Sími 698-2844

eignaumsjon.is

FYRIRMYNDAR FYRIRTÆKI 2023 VR Eignaumsjón

2023 Fyrirmyndarfyrirtæki í 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 thjonusta@eignaumsjon.is.

Heyrðu í okkur og við gerum þér tilboð!

EIGNAumsjón

lykill að öruggum rekstri fasteigna

Suðurlandsbraut 30
Reykjavík | Sími 585 4800

Við höfum öll þegið stórkostlega gjöf

- eftir sr. Örnu Ýrr Sigurðardóttur

sr. Arna Ýrr Sigurðardóttir, prestur í Grafarvogssókn.

Vissir þú að manneskjan sem þú varst fyrir 7 árum er að mestu horfin? Það er sáralítið eftir af þeirri manneskju, því að líkaminn okkar er stöðugt að endurnýja sig. Frumur deyja og aðrar verða til og koma í staðinn, og allt þetta gerist í stöðugri þróun, eiginlega án þess að við tökum eftir því. Þó kemur það stundum fyrir að við finnum fyrir vaxtarverkjum, við þekkjum það sennilega öll að hafa glímt við slíka verki í uppvextinum, því það getur verið sárt þegar beinin vaxa hratt, og jafnvel haldið fyrir okkur vöku.

Við sjáum þetta líka í kringum okkur, náttúran er í stöðugri endurnýjun. Og kannski á það ekki síst við hjá okkur hér á Íslandi, þar sem við getum hreinlega fylgst með hinni sístæðu sköpun Guðs, hraunið vellur upp úr iðrum jarðar og nýtt land verður til, og það er heldur ekki sársaukalaus þróun, umbrotin hafa áhrif á náttúruna, fólkið og það samfélag sem við tilheyrum. Og árstíðaskiptum fylgir stöðug þróun, það sem vex að vori deyr að hausti, og rís svo aftur upp með hækkandi geislum vorsólarinnar.

Þannig er öll sköpun Guðs í sífelldum vexti, en um leið takast á öfl uppbygginGar og niðurrifs, hið gamla hverfur og nýtt verður til.

Páll postuli skrifaði mörg sendibréf og eitt þeirra er til kristins safnaðar sem var staðsettur í borginni Kólossu í Litlu Asíu. Þetta var ungur söfnuður sem glímdi við þroskaferli trúarinnar, eins og við gerum öll á einhverjum tíma ævinnar. Hvað felur það í sér að vera kristin manneskja? Hverju eigum við að trúa og hvernig eigum við að lifa? Og alveg eins og í dag, var Litla Asía suðupottur mismunandi hugmynda um trú og lífsskoðanir, og samfélagið var fjölbreytt í meira lagi, þarna mættust ólíkir menningarheimar mið-austurlanda, Evrópu og norður Afríku, þarna bjó fólk af ólíkum kynþáttum og ættflokkum, og stéttskiptingin í samfélaginu var mikil. Þrælahald var leyft, staða kvenna og barna, ekkna og munaðarleysingja, var viðkvæm svo ekki sé meira sagt.

Fyrir Páli er Jesús Kristur alltaf hið miðlæga svar í trúarglímu og þroskaferli manneskjunnar. Jesús Kristur er allt og í öllum, í honum birtist Guð; og Jesús sjálfur, Kristur, birtist í hverri manneskju. Þess vegna segir Páll að við eigum að íklæðast nýjum manni „sem Guð er að skapa að nýju í sinni mynd"...

Þetta er svo fallegt táknmál. Að afklæðast, og íklæðast svo einhverju nýju. Þetta er einmitt táknmálið sem við notum í skírninni, hér áður fyrr voru börn skírð nakin og færð svo í kjólinn nýskírð og kjóllinn er hafður síður, því að sköpunin er ferli, allur vöxtur tekur tíma, og þess vegna eru einmitt fermingarbörnin í hvítum kirtli, við segjum að þau séu vaxin upp í skírnarkjólinn, og geta sjálf tekið ábyrgð á sinni trú frá þeim tíma.

Það er eðli okkar að vaxa og þroskast. Það gerist mikið til sjálfkrafa, við þurfum ekki að segja frumunum okkar að endurnýjast, en þroski okkar veltur að sjálfsögðu mikið á því hvaða ákvarðanir við tökum hverju sinni. Veljum við að lifa heilbrigðu lífi? Næra frumurnar okkar vel og styrkja beinin og vöðvana? Veljum við að næra sálina okkar og andann með því að vera í tengslum við Guð, veljum við að leyfa heilögum anda að búa í okkur og hafa áhrif á líf okkar og breytni? Veljum við að endurspegla Jesú Krist í lífi okkar og vera þannig manneskja í stöðugum vexti?

Í lestrum dagsins fáum við að heyra hvaða eiginleika við eigum að þroska með okkur. Við eigum að sýna auðmýkt, leggja af alls konar lesti, reiði, vonsku, illt umtal, lygar og því um líkt, og allt er þetta hegðun okkar sem einstaklinga. En Páll er líka sannfærður um að trúin hefur áhrif á allt okkar samfélag. Trúin er aldrei okkar einkamál. Því að alveg eins og allt í náttúrunni er samtengt, alveg eins og allar frumurnar okkar tengjast hver annarri og eru háðar hver annarri, þá erum við líka tengd hvert öðru sem manneskjur og háð hvert öðru.

Samfélagið okkar í dag er jafn fjölbreytt og lagskipt og samfélagið í Kólossu á fyrstu árum eftir Krist, þótt á annan hátt sé. Við skiptum fólki í flokka, forgangsröðum, jaðarsetjum, og sjáum gjarnan frekar það sem aðgreinir heldur en það sem sameinar. En alveg eins og Páll hvatti þennan unga söfnuð til að sjá Krist í hverri manneskju, þá er það líka okkar verkefni í dag. Orðin hans Páls: Þar er hvorki grískur maður né Gyðingur, umskorinn né óumskorinn,útlendingur, Skýti, þræll né frjáls maður, þar er Kristur allt og í öllum" myndu kannski hljóma einhvern veginn svona í dag: Í Kristi erum við öll eitt, óháð kyni, kynþætti, kynhneigð, trúarbrögðum og uppruna.

Það er mjög mikilvægt að við gerum okkur grein fyrir því að þetta þýðir ekki að allur mismunur máist út, hverfi. Við hættum ekki að vera það sem aðgreinir okkur, alveg eins og við erum ennþá sama manneskjan og fyrir 7 árum, þó við séum það ekki. Við eigum ekki að verða litblind, stéttblind, eða blind á kyn fólks og láta eins og það skipti ekki máli. Því að einmitt vegna þess að við sjáum Krist í hverri manneskju, þurfum við líka að sjá misréttið, ranglætið og sársaukann sem hatur, fordómar og reiði valda í samfélaginu okkar. Það sem gerist þegar við missum dómgreindina vegna okkar eigin hroka og forréttindablindu. Allt þetta beinist gegn Kristi í hverri manneskju.

Og það sem aðgreinir okkur er líka það sem styrkir okkur. Það sem gerir okkur að þeirri sístæðu sköpun sem Guð vakir yfir. Ef allar frumurnar í líkamanum væru eins, væri líkaminn ekki starfhæfur.

Við erum nýbúin að velja okkur nýjan biskup. Sr. Guðrún Karls Helgudóttir sóknarprestur í Grafarvogskirkju varð fyrir valinu og við í þessum söfnuði erum afskaplega stolt af okkar konu og henni fylgja blessunaróskir okkar allra inn á nýjan vettvang. En ég er ekki síður stolt af þeirri kirkju sem birtist í aðdraganda kosninganna. Þrír verðugir en ólíkir frambjóðendur lyftu upp kirkjunni og öllu því góða starfi sem er unnið í söfnuðum landsins. Í þessum kosningum birtist fjölbreytt, hugrökk og sterk kirkja sem á sess í hjörtum fólksins í landinu. Kirkja sem er meiri og stærri heldur en mengi þeirra ófullkmnu manneskja sem mynda hana, kirkja sem er í stöðugum vexti og þroska, alveg eins og allt sem Guði er annt um.

Við höfum öll þegið hina stórkostlegu gjöf sem lífið sjálft er. Og við höfum mörg þegið gjöf skírnarinnar, þar sem við vorum íklædd skírnarkjólnum og urðum nýjar manneskjur. Og í okkur öllum birtist Jesús Kristur, táknmynd elsku Guðs til okkar. Biðjum Guð á hverjum degi að gefa okkur það að sjá Krist í hverri manneskju, óháð því sem aðgreinir. Biðjum Guð á hverjum degi að gefa okkur dómgreind, auðmýkt og löngun til að vaxa og endurnýjast.

Dýrð sé Guði, höfundi lífsins.

Grafarvogskirkja.

MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

Útfararþjónusta
í yfir 70 ár

ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA

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

VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN

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

HeilsuKlasinn

Grafarvogsblaðið

Ritstjórn/Auglýsingar - Sími 698-2844

eignaumsjon.is

FYRIRMYNDAR FYRIRTÆKI 2023 VR Eignaumsjón

2023 Fyrirmyndarfyrirtæki í 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 thjonusta@eignaumsjon.is.

Heyrðu í okkur og við gerum þér tilboð!

EIGNAumsjón
lykill að öruggum rekstri fasteigna

Suðurlandsbraut 30
Reykjavík | Sími 585 4800

Við höfum öll þegið stórkostlega gjöf

- eftir sr. Örnu Ýrr Sigurðardóttur

sr. Arna Ýrr Sigurðardóttir, prestur í Grafarvogssókn.

Vissir þú að manneskjan sem þú varst fyrir 7 árum er að mestu horfin? Það er sáralítið eftir af þeirri manneskju, því að líkaminn okkar er stöðugt að endurnýja sig. Frumur deyja og aðrar verða til og koma í staðinn, og allt þetta gerist í stöðugri þróun, eiginlega án þess að við tökum eftir því. Þó kemur það stundum fyrir að við finnum fyrir vaxtarverkjum, við þekkjum það sennilega öll að hafa glímt við slíka verki í uppvextinum, því það getur verið sárt þegar beinin vaxa hratt, og jafnvel haldið fyrir okkur vöku.

Við sjáum þetta líka í kringum okkur, náttúran er í stöðugri endurnýjun. Og kannski á það ekki síst við hjá okkur hér á Íslandi, þar sem við getum hreinlega fylgst með hinni sístæðu sköpun Guðs, hraunið vellur upp úr iðrum jarðar og nýtt land verður til, og það er heldur ekki sársaukalaus þróun, umbrotin hafa áhrif á náttúruna, fólkið og það samfélag sem við tilheyrum. Og árstíðaskiptum fylgir stöðug þróun, það sem vex að vori deyr að hausti, og rís svo aftur upp með hækkandi geislum vorsólarinnar.

Þannig er öll sköpun Guðs í sífelldum vexti, en um leið takast á öfl uppbyggingar og niðurrifs, hið gamla hverfur og nýtt verður til.

Páll postuli skrifaði mörg sendibréf og eitt þeirra er til kristins safnaðar sem var staðsettur í borginni Kólossu í Litlu Asíu. Þetta var ungur söfnuður sem glímdi við þroskaferli trúarinnar, eins og við gerum öll á einhverjum tíma ævinnar. Hvað felur það í sér að vera kristin manneskja? Hverju eigum við að trúa og hvernig eigum við að lifa? Og alveg eins og í dag, var Litla Asía suðupottur mismunandi hugmynda um trú og lífsskoðanir, og samfélagið var fjölbreytt í meira lagi, þarna mættust ólíkir menningarheimar mið-austurlanda, Evrópu og norður Afríku, þarna bjó fólk af ólíkum kynþáttum og ættflokkum, og stéttskiptingin í samfélaginu var mikil. Þrælahald var leyft, staða kvenna og barna, ekkna og munaðarleysingja, var viðkvæm svo ekki sé meira sagt.

Fyrir Páli er Jesús Kristur alltaf hið miðlæga svar í trúarglímu og þroskaferli manneskjunnar. Jesús Kristur er allt og í öllum, í honum birtist Guð; og Jesús sjálfur, Kristur, birtist í hverri manneskju. Þess vegna segir Páll að við eigum að íklæðast nýjum manni „sem Guð er að skapa að nýju í sinni mynd"...

Þetta er svo fallegt táknmál. Að afklæðast, og íklæðast svo einhverju nýju. Þetta er einmitt táknmálið sem við notum í skírninni, hér áður fyrr voru börn skírð nakin og færð svo í kjólinn nýskírð og kjóllinn er hafður síður, því að sköpunin er ferli, allur vöxtur tekur tíma, og þess vegna eru einmitt fermingarbörnin í hvítum kirtli, við segjum að þau séu vaxin upp í skírnarkjólinn, og geta sjálf tekið ábyrgð á sinni trú frá þeim tíma.

Það er eðli okkar að vaxa og þroskast. Það gerist mikið til sjálfkrafa, við þurfum ekki að segja frumunum okkar að endurnýjast, en þroski okkar veltur að sjálfsögðu mikið á því hvaða ákvarðanir við tökum hverju sinni. Veljum við að lifa heilbrigðu lífi? Næra frumurnar okkar vel og styrkja beinin og vöðvana? Veljum við að næra sálina okkar og andann með því að vera í tengslum við Guð, veljum við að leyfa heilögum anda að búa í okkur og hafa áhrif á líf okkar og breytni? Veljum við að endurspegla Jesú Krist í lífi okkar og vera þannig manneskja í stöðugum vexti?

Í lestrum dagsins fáum við að heyra hvaða eiginleika við eigum að þroska með okkur. Við eigum að sýna auðmýkt, leggja af alls konar lesti, reiði, vonsku, illt umtal, lygar og því um líkt, og allt er þetta hegðun okkar sem einstaklinga. En Páll er líka sannfærður um að trúin hefur áhrif á allt okkar samfélag. Trúin er aldrei okkar einkamál. Því að alveg eins og allt í náttúrunni er samtengt, alveg eins og allar frumurnar okkar tengjast hver annarri og eru háðar hver annarri, þá erum við líka tengd hvert öðru sem manneskjur og háð hvert öðru.

Samfélagið okkar í dag er jafn fjölbreytt og lagskipt og samfélagið í Kólossu á fyrstu árum eftir Krist, þótt á annan hátt sé. Við skiptum fólki í flokka, forgangsröðum, jaðarsetjum, og sjáum gjarnan frekar það sem aðgreinir heldur en það sem sameinar. En alveg eins og Páll hvatti þennan unga söfnuð til að sjá Krist í hverri manneskju, þá er það líka okkar verkefni í dag. Orðin hans Páls: Þar er hvorki grískur maður né Gyðingur, umskorinn né óumskorinn,útlendingur, Skýti, þræll né frjáls maður, þar er Kristur allt og í öllum" myndu kannski hljóma einhvern veginn svona í dag: Í Kristi erum við öll eitt, óháð kyni, kynþætti, kynhneigð, trúarbrögðum og uppruna.

Það er mjög mikilvægt að við gerum okkur grein fyrir því að þetta þýðir ekki að allur mismunur máist út, hverfi. Við hættum ekki að vera það sem aðgreinir okkur, alveg eins og við erum ennþá sama manneskjan og fyrir 7 árum, þó við séum það ekki. Við eigum ekki að verða litblind, stéttblind, eða blind á kyn fólks og láta eins og það skipti ekki máli. Því að einmitt vegna þess að við sjáum Krist í hverri manneskju, þurfum við líka að sjá misréttið, ranglætið og sársaukann sem hatur, fordómar og reiði valda í samfélaginu okkar. Það sem gerist þegar við missum dómgreindina vegna okkar eigin hroka og forréttindablindu. Allt þetta beinist gegn Kristi í hverri manneskju.

Og það sem aðgreinir okkur er líka það sem styrkir okkur. Það sem gerir okkur að þeirri sístæðu sköpun sem Guð vakir yfir. Ef allar frumurnar í líkamanum væru eins, væri líkaminn ekki starfhæfur.

Við erum nýbúin að velja okkur nýjan biskup. Sr. Guðrún Karls Helgudóttir sóknarprestur í Grafarvogskirkju varð fyrir valinu og við í þessum söfnuði erum afskaplega stolt af okkar konu og henni fylgja blessunaróskir okkar allra inn á nýjan vettvang. En ég er ekki síður stolt af þeirri kirkju sem birtist í aðdraganda kosninganna. Þrír verðugir en ólíkir frambjóðendur lyftu upp kirkjunni og öllu því góða starfi sem er unnið í söfnuðum landsins. Í þessum kosningum birtist fjölbreytt, hugrökk og sterk kirkja sem á sess í hjörtum fólksins í landinu. Kirkja sem er meiri og stærri heldur en mengi þeirra ófullkmnu manneskja sem mynda hana, kirkja sem er í stöðugum vexti og þroska, alveg eins og allt sem Guði er annt um.

Við höfum öll þegið hina stórkostlegu gjöf sem lífið sjálft er. Og við höfum mörg þegið gjöf skírnarinnar, þar sem við vorum íklædd skírnarkjólnum og urðum nýjar manneskjur. Og í okkur öllum birtist Jesús Kristur, táknmynd elsku Guðs til okkar. Biðjum Guð á hverjum degi að gefa okkur það að sjá Krist í hverri manneskju, óháð því sem aðgreinir. Biðjum Guð á hverjum degi að gefa okkur dómgreind, auðmýkt og löngun til að vaxa og endurnýjast.

Dýrð sé Guði, höfundi lífsins.

Grafarvogskirkja.

MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

FMOS
Framhaldsskólinn
í Mosfellsbæ

Íslensku mennta-
verðlaunin 2023

Innritun er hafin fyrir haustönn

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

Íslensku mennta-
verðlaunin 2023

Innritun er hafin fyrir haustönn

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

www.fmos.is

Gallerí Fló - Nytjavörur og kaffihús

hefur opnað að Gufunesvegi 17

Hádegis hlaðborð alla virka daga og Kaffitár kaffibar

www.facebook.com/GalleriFlo

www.instagram.com/GalleriFlo

Átta frá Fjölni í lokahópi yngri landsliða í körfubolta!

Þjálfarar yngri landsliða hafa valið lokahópa fyrir komandi landsliðsverkefni sumarsins og er það sönn ánægja að tilkynna að átta leikmenn frá Fjölni hafa verið valdir í lokahópa U15 drengja og stúlkna og U20 karla og kvenna. U15 liðin keppa á alþjóðlegu móti í Finnlandi í ágúst, á meðan U20 liðin leika bæði á NM og FIBA EM mótum í sumar.

Hér má sjá fulltrúa Fjölnis sem eru í lokahópum landsliðanna í sumar. Við erum ákaflega stolt af iðkendunum okkar og óskum við þeim góðs gengis í komandi verkefnum fyrir landsliðin.

U15 drengja: Benóný Gunnar Óskarsson, Ísarr Logi Arnarsson.

U15 stúlkna: Aðalheiður María Davíðsdóttir, Elín Heiða Hermannsdóttir, Helga Björk Davíðsdóttir.

U20 karla: Daníel Ágúst Halldórsson.

U20 kvenna: Bergdís Anna Magnúsdóttir, Heiður Karlsdóttir.

Markvörðurinn Katie Sullivan er gengin til liðs við Fjölni og mun styrkja Fjölnisliðið í sumar.

Katie Sullivan gengur til liðs við Fjölni

Fjölnir hefur samið við markvörðinn Katie Sullivan um að leika með Fjölni í 2. deild kvenna í knattspyrnu en samningurinn gildir út keppnistímabilið 2024. Katie kemur frá Chicago en hún spilaði í Florida Gulf Coast University.

Við erum gríðarlega spennt að fá hana en hún spilaði sinn fyrsta leik fyrir félagið í Mjólkurbikanum gegn ÍA og stóð sig frábærlega.

Vormót í stökkfimi (yngri)

Vormót í stökkfimi yngri aldurflokka var haldið helgina 3-5. maí í Gerplu. Alls kepptu 21 lið frá tíu félögum í stökkfimi yngri. Fjölnir sendi þrjú stórglæsileg lið til keppni og endaði það þannig að Fjölnir 3 lenti í þriðja sæti á mótinu með 39.050 stig.

Sumarnámskeið Fjölnis

Nú er sumarið á næsta leiti og skráningar á sumarnámskeið Fjölnis í fullum gangi. Öll ættu að geta fundið eitthvað fyrir sitt hæfi í ár en fyrir utan hin klassísku sumarnámskeið og fjölgreinanámskeið bjóðum við t.d. upp á skautabúðir, karatenámskeið og rafíþróttanámskeið. Við hvetjum öll til að kíkja á vefsíðuna okkar og finna sér námskeið fyrir sumarið!

Heiður æfir með A-landsliði kvenna í sumar

Benedikt Guðmundsson landsliðsþjálfari kvennaliðsins í körfubolta og aðstoðarþjálfarar hans hafa boðað Heiði Karlsdóttur til æfinga með A-landsliði kvenna í sumar. Við óskum Heiði innilega til hamingju og óskum henni góðs gengis á æfingunum.

Heiður Karlsdóttir hefur verið kölluð á æfingar með landsliði Íslands í körfuknattleik.

KÆRU GRAFARVOGSBÚAR

Heilsugæslan Grafarvogi opnar aftur í Spönginni 27. maí.

Vegna flutninga stöðvarinnar verður öll móttaka lokuð dagana 23. og 24. maí.
Hafið samband í síma 1700 eða netspjalli á heilsuvera.is ef erindið er brátt.
Fyrirspurnum og lyfjaendurnýjun verður svarað eins og venjulega.

Við hlökkum til að taka á móti ykkur í nýju og glæsilegu húsnæði í Spönginni.

Starfsfólk Heilsugæslunnar Grafarvogi

HEILSUGÆSLA HÖFUÐBORGARSVÆÐISINS
- hér fyrir þig -

VIRÐING - SAMVINNA - FAGMENNSKA

Gallerí Fló - Nytjavörur og kaffihús

hefur opnað að Gufunesvegi 17

Hádegis hlaðborð alla virka daga og Kaffitár kaffibar

www.facebook.com/GalleriFlo

www.instagram.com/GalleriFlo

Átta frá Fjölni í lokahópi yngri landsliða í körfubolta!

Þjálfarar yngri landsliða hafa valið lokahópa fyrir komandi landsliðsverkefni sumarsins og er það sönn ánægja að tilkynna að átta leikmenn frá Fjölni hafa verið valdir í lokahópa U15 drengja og stúlkna og U20 karla og kvenna. U15 liðin keppa á alþjóðlegu móti í Finnlandi í ágúst, á meðan U20 liðin leika bæði á NM og FIBA EM mótum í sumar.

Hér má sjá fulltrúa Fjölnis sem eru í lokahópum landsliðanna í sumar. Við erum ákaflega stolt af iðkendunum okkar og óskum við þeim góðs gengis í komandi verkefnum fyrir landsliðin.

U15 drengja: Benóný Gunnar Óskarsson, Ísarr Logi Arnarsson.

U15 stúlkna: Aðalheiður María Davíðsdóttir, Elín Heiða Hermannsdóttir, Helga Björk Davíðsdóttir.

U20 karla: Daníel Ágúst Halldórsson.

U20 kvenna: Bergdís Anna Magnúsdóttir, Heiður Karlsdóttir.

Katie Sullivan gengur til liðs við Fjölni

Fjölnir hefur samið við markvörðinn Katie Sullivan um að leika með Fjölni í 2. deild kvenna í knattspyrnu en samningurinn gildir út keppnistímabilið 2024. Katie kemur frá Chicago en hún spilaði í Florida Gulf Coast University.

Við erum gríðarlega spennt að fá hana en hún spilaði sinn fyrsta leik fyrir félagið í Mjólkurbikanum gegn ÍA og stóð sig frábærlega.

Markvörðurinn Katie Sullivan er gengin til liðs við Fjölni og mun styrkja Fjölnisliðið í sumar.

Vormót í stökkfimi (yngri)

Vormót í stökkfimi yngri aldurflokka var haldið helgina 3-5. maí í Gerplu. Alls kepptu 21 lið frá tíu félögum í stökkfimi yngri. Fjölnir sendi þrjú stórglæsileg lið til keppni og endaði það þannig að Fjölnir 3 lenti í þriðja sæti á mótinu með 39.050 stig.

Sumarnámskeið Fjölnis

Nú er sumarið á næsta leiti og skráningar á sumarnámskeið Fjölnis í fullum gangi. Öll ættu að geta fundið eitthvað fyrir sitt hæfi í ár en fyrir utan hin klassísku sumarnámskeið og fjölgreinanámskeið bjóðum við t.d. upp á skautabúðir, karatenámskeið og rafíþróttanámskeið. Við hvetjum öll til að kíkja á vefsíðuna okkar og finna sér námskeið fyrir sumarið!

Heiður æfir með A-landsliði kvenna í sumar

Benedikt Guðmundsson landsliðsþjálfari kvennaliðsins í körfubolta og aðstoðarþjálfarar hans hafa boðað Heiði Karlsdóttur til æfinga með A-landsliði kvenna í sumar. Við óskum Heiði innilega til hamingju og óskum henni góðs gengis á æfingunum.

Heiður Karlsdóttir hefur verið kölluð á æfingar með landsliði Íslands í körfuknattleik.

KÆRU GRAFARVOGSBÚAR

Heilsugæslan Grafarvogi opnar aftur í Spönginni 27. maí.

Vegna flutninga stöðvarinnar verður öll móttaka lokuð dagana 23. og 24. maí.
Hafið samband í síma 1700 eða netspjalli á heilsuvera.is ef erindið er brátt.
Fyrirspurnum og lyfjaendurnýjun verður svarað eins og venjulega.

Við hlökkum til að taka á móti ykkur í nýju og glæsilegu húsnæði í Spönginni.

Starfsfólk Heilsugæslunnar Grafarvogi

HEILSUGÆSLA HÖFUÐBORGARSVÆÐISINS
- hér fyrir þig -

VIRÐING - SAMVINNA - FAGMENNSKA

HÓP
EFLI
AFMÆLI
GÆSANIR / STEGGJANIR
KEILA
PÍLUKAST
KARAOKE
STARFSMANNA DJAMM
KEILA, MATUR, DRYKKUR OG ALLTAF GOTT VEÐUR
HÓPEFLIÐ HEFST OG ENDAR Á EINUM OG SAMA STAÐNUM
Hvar er betra að þjappa hópnum saman en í góðu veðri innandyra hjá okkur þar sem allt er á einum stað.
HAPPY HOUR á barnum og RÚTA Í BÆINN alla föstudaga og laugardaga.
OPNUM FYRR Á FÖSTUDÖGUM
FÁÐU TILBOÐ FRÁ OKKUR FYRIR ÞINN HÓP Á KEILUHOLLIN@KEILUHOLLIN.IS
s. 5 11 53 00
Keiluhöllin EGILSHÖLL
keiluhollin.is

HÓP
EFLI
AFMÆLI
GÆSANIR / STEGGJANIR
KEILA
PILUKAST
KARAOKE
STARFSMANNA
DJAMM
KEILA, MATUR, DRYKKUR OG ALLTAF GOTT VEÐUR
HÓPEFLIÐ HEFST OG ENDAR Á EINUM OG SAMA STAÐNUM
Hvar er betra að þjappa hópnum saman en í góðu veðri innandyra hjá okkur þar sem allt er á einum stað.
HAPPY HOUR á barnum og RÚTA Í BÆINN alla föstudaga og laugardaga.
OPNUM FYRR Á FÖSTUDÖGUM
FÁÐU TILBOÐ FRÁ OKKUR FYRIR ÞINN HÓP Á
KEILUHOLLIN@KEILUHOLLIN.IS
s. 5 11 53 00
Keiluhöllin
EGILSHÖLL
keiluhollin.is

Fjölnismenn fagna eftir að liðið komst upp í Olísdeildina ásamt stuðningsfólki. Það var mikið fjör í Fjölnishöllinni og árangurinn frábær.

Fjölnir leikur í deild þeirra bestu

- Fjölnir í Olísdeild karla í handbolta

Það var kátt í Höllinni fimmtudaginn 2. maí sl. þegar Fjölnir tryggði sér sæti í Olísdeild karla á næsta tímabili. Fjölnir sigraði Þór Akureyri í oddaleik liðanna 24-23 og vann þar með sinn þriðja sigur í umspilinu og tryggði sér því sæti í Olísdeildinni á næsta tímabili. Fjöldi fólks var mættur á áhorfendapallana í Fjölnishöllinni og var stemmingin frábær fram á síðustu sekúndu.

Þakið ætlaði að rifna af húsinu þegar ljóst var að Fjölnir hafði sigrað og fóru Akureyringarnir heim með sárt ennið.

Stuðningsfólk Fjölnis að átta sig á frábærum áfanga.

Áhorfendur voru vel með á nótunum í lokin.

Það var mikið stuð í troðfullri Fjölnishöllinni og ljóst að öll bestu handboltalið landsins keppa í Grafarvoginum á næsta keppnistímabili í Olísdeildinni.

Stórum áfanga náð hjá handboltaliði Fjölnis. Deild þeirra bestu bíður handan við hornið.

Fjölnismenn fagna eftir að liðið komst upp í Olísdeildina ásamt stuðningsfólki. Það var mikið fjör í Fjölnishöllinni og árangurinn frábær.

Fjölnir leikur í deild þeirra bestu

- Fjölnir í Olísdeild karla í handbolta

Það var kátt í Höllinni fimmtudaginn 2. maí sl. þegar Fjölnir tryggði sér sæti í Olísdeild karla á næsta tímabili. Fjölnir sigraði Þór Akureyri í oddaleik liðanna 24-23 og vann þar með sinn þriðja sigur í umspilinu og tryggði sér því sæti í Olísdeildinni á næsta tímabili. Fjöldi fólks var mættur á áhorfendapallana í Fjölnishöllinni og var stemmingin frábær fram á síðustu sekúndu.

Þakið ætlaði að rifna af húsinu þegar ljóst var að Fjölnir hafði sigrað og fóru Akureyringarnir heim með sárt ennið.

Það var mikið stuð í troðfullri Fjölnishöllinni og ljóst að öll bestu handboltalið landsins keppa í Grafarvoginum á næsta keppnistímabili í Olísdeildinni.

Stuðningsfólk Fjölnis að átta sig á frábærum áfanga.

Áhorfendur voru vel með á nótunum í lokin.

Stórum áfanga náð hjá handboltaliði Fjölnis. Deild þeirra bestu bíður handan við hornið.

Fjölnisstúlkurnar á þessari mynd kepptu í 3. þrepi.

Fjölnisstúlkurnar sem kepptu í 5. þrepi.

Fjölnisstúlkurnar stóu sig frábærlega vel á Mínervumótinu

Hið árlega Mínervumót var haldið helgina 3.-5. maí. Mótið er boðsmót þar sem keppt var í 5.-3. þrepi.

Mínervumótið í ár var flott og skemmtilegt mót, með rúmlega 320 keppendur í fjórum keppnishlutum. Keppt var í 3.-5. þrepi íslenska fimleikastigans í stúlkna og drengjaflokkum, 3.-5. þrepi íslenska fimleikastigans og síðast en ekki síst landsreglum. Allir keppendur fengu gjafapoka með vörum frá Trópí, Músík & Sport og Skopp. Fjölnir sendi 24 keppendur á mótið og stóðu þeir sig allir með prýði og erum við virkilega stolt af þeim öllum.

Mótið er síðasta mót vetrarins hjá iðkendum okkar í áhaldafimleikum kvenna. Stóðu keppendur sig virkilega vel og voru félagi sínu til mikils sóma.

Þessar stúlkur í Fjölni kepptu í 4. þrepi.

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

Íþróttaakademía

Bíliðngreinar
-Bifvélavirkjun
-Bifreiðasmíði
-Bílamálun

Málmiðngreinar
-Blikksmíði
-Rennismíði
-Stálsmíði
-Vélvirkjun
-Pípulagnir

Listnám
-Grafísk hönnun
-Kvikmyndagerð
-Leiklist

Allar upplýsingar á **borgo.is**

Fjölnisstúlkurnar á þessari mynd kepptu í 3. þrepi.

Fjölnisstúlkurnar sem kepptu í 5. þrepi.

Þessar stúlkur í Fjölni kepptu í 4. þrepi.

Fjölnisstúlkurnar stóu sig frábærlega vel á Mínervumótinu

Hið árlega Mínervumót var haldið helgina 3.-5. maí. Mótið er boðsmót þar sem keppt var í 5.-3. þrepi.

Mínervumótið í ár var flott og skemmtilegt mót, með rúmlega 320 keppendur í fjórum keppnishlutum. Keppt var í 3.-5. þrepi íslenska fimleikastigans í stúlkna og drengjaflokkum, 3.-5. þrepi íslenska fimleikastigans og síðast en ekki síst landsreglum. Allir keppendur fengu gjafapoka með vörum frá Trópí, Músík & Sport og Skopp. Fjölnir sendi 24 keppendur á mótið og stóðu þeir sig allir með prýði og erum við virkilega stolt af þeim öllum.

Mótið er síðasta mót vetrarins hjá iðkendum okkar í áhaldafimleikum kvenna. Stóðu keppendur sig virkilega vel og voru félagi sínu til mikils sóma.

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

Íþróttaakademía

Bíliðngreinar
- Bifvélavirkjun
- Bifreiðasmíði
- Bílamálun

Málmiðngreinar
- Blikksmíði
- Rennismíði
- Stálsmíði
- Vélvirkjun
- Pípulagnir

Listnám
- Grafísk hönnun
- Kvikmyndagerð
- Leiklist

Allar upplýsingar á **borgo.is**

Verjum útivistar-svæðið í Grafarvogi

- segir Kjartan Magnússon borgarfulltrúi

Flestir Grafarvogsbúar styðja sjónarmið umhverfisráðuneytisins um að friða skuli stærra svæði í Grafarvogi en meirihluti borgarstjórnar hefur lagt til. Þetta segir Kjartan Magnússon borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins, sem situr jafnframt í Íbúaráði Grafarvogs.

Unnið hefur verið að tillögu um friðlýsingu Grafarvogs frá árinu 2021 í samvinnu Reykjavíkurborgar og umhverfisráðuneytisins. Kjartan segir að um sé að ræða eitt stærsta skipulagsmál í Grafarvogi í langan tíma og því mikilvægt að vel takist til. „Stærsta álitamálið er hversu stórt svæði skuli friðlýsa en um það eru ráðuneytið og Reykjavíkurborg ekki sammála. Fulltrúar borgarstjórnarmeirihlutans, þ.e. Framsóknarflokkur, Samfylking, Píratar og Viðreisn, vilja lágmarka það svæði, sem á að friðlýsa, og hafa samþykkt að það fylgi fjöruborðinu.“

Fallegt útivistarsvæði

Guðlaugur Þór Þórðarson umhverfisráðherra hefur hins vegar lagt til að mun stærra svæði verði friðlýst en meirihlutinn vill. Ráðherrann telur æskilegt að verndarsvæðið nái upp að göngustíg, sem liggur í kringum voginn og teygi sig jafnframt inn í skógræktarsvæðið við Funaborg. Að austanverðu nái verndarsvæðið upp að Grafarlæk. Með stækkun svæðisins muni það ná yfir jökulmenjar og menningarminjar á svæðinu, sem eykur gildi þess í þágu fræðslu og útivistar.

Flestir Grafarvogsbúar, sem Kjartan hefur rætt við um málið, vilja frekar friða meira svæði en minna og miða við þau verndarmörk, sem umhverfisráðherra hefur lagt til. „Meirihluti borgarstjórnar keyrði tillögu um mun þrengri verndarmörk í gegnum borgarkerfið í desember sl. og felldi tillögu um að Íbúaráði og Íbúasamtökum Grafarvogs yrði gefinn kostur á að skila umsögn um málið. Mikilvægt er að Grafarvogsbúar fái að segja sína skoðun áður en mörkin verða endanlega ákveðin.“

Skoðun íbúa mikilvæg

Kjartan telur mikilvægt að Íbúaráð Grafarvogs taki afstöðu til málsins og hefur lagt fram ályktunartillögu um það á vettvangi þess ásamt fulltrúum Íbúasamtaka Grafarvogs og foreldrafélaga í hverfinu. Í ályktuninni er stuðningi lýst yfir við áðurnefnda tillögu umhverfisráðherra um að friðlýsa stærra svæði í voginum en meirihluti borgarstjórnar vill. „Grafarvogsbúar þekkja voginn sinn og vita vel að hann er eitt fallegasta og verðmætasta útivistarsvæði borgarinnar. Meirihluti borgarstjórnar vill líklega hafa verndarmörkin sem þrengst til að skapa sem mest rými undir byggingarsvæði í Keldnalandi. Til að vernda útivistarsvæðið eru íbúar því almennt hlynntir því að hafa verndarmörkin víðari eins og umhverfisráðherra leggur til,“ segir Kjartan.

Umrædd ályktunartillaga verður væntanlega tekin til afgreiðslu á næsta fundi Íbúaráðs Grafarvogs, sem verður í byrjun júní. Kjartan segir að Grafarvogsbúar geti látið í ljós álit sitt á málinu með því að senda tölvupóst til íbúaráðsins.
Netfang þess er:
ibuarad.grafarvogur@reykjavik.is

Vinnukort vegna friðlýsingar Grafarvogs. Gula línan sýnir þau friðlýsingarmörk, sem meirihluti borgarstjórnar vill miða við. Rauða línan sýnir tillögu umhverfisráðherra um friðlýsingarmörk.

Kjartan Magnússon borgarfulltrúi.

Grænir skátar

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

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 dögunum 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 áfyllingabar Misturs,“ segir Þórunn Björk Pálmadóttir eigandi Misturs, en hjá okkur færðu öll hreingerningarefni sem notuð eru á heimilum ásamt vörum til persónulegra nota.

Hjá Mistur starfa nú þrír starfsmenn og gaman er að geta þess að í takt við vöruúrval og stefnu fyrirtækisins eru allar innréttingar ýmist endurunnar 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.

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

Verjum útivistarsvæðið í Grafarvogi

- segir Kjartan Magnússon borgarfulltrúi

Flestir Grafarvogsbúar styðja sjónarmið umhverfisráðuneytisins um að friða skuli stærra svæði í Grafarvogi en meirihluti borgarstjórnar hefur lagt til. Þetta segir Kjartan Magnússon borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins, sem situr jafnframt í Íbúaráði Grafarvogs.

Unnið hefur verið að tillögu um friðlýsingu Grafarvogs frá árinu 2021 í samvinnu Reykjavíkurborgar og umhverfisráðuneytisins. Kjartan segir að um sé að ræða eitt stærsta skipulagsmál í Grafarvogi í langan tíma og því mikilvægt að vel takist til. „Stærsta álitamálið er hversu stórt svæði skuli friðlýsa en um það eru ráðuneytið og Reykjavíkurborg ekki sammála. Fulltrúar borgarstjórnarmeirihlutans, þ.e. Framsóknarflokkur, Samfylking, Píratar og Viðreisn, vilja lágmarka það svæði, sem á að friðlýsa, og hafa samþykkt að það fylgi fjöruborðinu."

Fallegt útivistarsvæði

Guðlaugur Þór Þórðarson umhverfisráðherra hefur hins vegar lagt til að mun stærra svæði verði friðlýst en meirihlutinn vill. Ráðherrann telur æskilegt að verndarsvæðið nái upp að göngustíg, sem liggur í kringum voginn og teygi sig jafnframt inn í skógræktarsvæðið við Funaborg. Að austanverðu nái verndarsvæðið upp að Grafarlæk. Með stækkun svæðisins muni það ná yfir jökulmenjar og menningarminjar á svæðinu, sem eykur gildi þess í þágu fræðslu og útivistar.

Flestir Grafarvogsbúar, sem Kjartan hefur rætt við um málið, vilja frekar friða meira svæði en minna og miða við þau verndarmörk, sem umhverfisráðherra hefur lagt til. „Meirihluti borgarstjórnar keyrði tillögu um mun þrengri verndarmörk í gegnum borgarkerfið í desember sl. og felldi tillögu um að Íbúaráði og Íbúasamtökum Grafarvogs yrði gefinn kostur á að skila umsögn um málið. Mikilvægt er að Grafarvogsbúar fái að segja sína skoðun áður en mörkin verða endanlega ákveðin."

Skoðun íbúa mikilvæg

Kjartan telur mikilvægt að Íbúaráð Grafarvogs taki afstöðu til málsins og hefur lagt fram ályktunartillögu um það á vettvangi þess ásamt fulltrúum Íbúasamtaka Grafarvogs og foreldrafélaga í hverfinu. Í ályktuninni er stuðningi lýst yfir við áðurnefnda tillögu umhverfisráðherra um að friðlýsa stærra svæði í voginum en meirihluti borgarstjórnar vill. „Grafarvogsbúar þekkja voginn sinn og vita vel að hann er eitt fallegasta og verðmætasta útivistarsvæði borgarinnar. Meirihluti borgarstjórnar vill líklega hafa verndarmörkin sem þrengst til að skapa sem mest rými undir byggingarsvæði í Keldnalandi. Til að vernda útivistarsvæðið eru íbúar því almennt hlynntir því að hafa verndarmörkin víðari eins og umhverfisráðherra leggur til," segir Kjartan.

Umrædd ályktunartillaga verður væntanlega tekin til afgreiðslu á næsta fundi Íbúaráðs Grafarvogs, sem verður í byrjun júní. Kjartan segir að Grafarvogsbúar geti látið í ljós álit sitt á málinu með því að senda tölvupóst til íbúaráðsins.
Netfang þess er:
ibuarad.grafarvogur@reykjavik.is

Vinnukort vegna friðlýsingar Grafarvogs. Gula línan sýnir þau friðlýsingarmörk, sem meirihluti borgarstjórnar vill miða við. Rauða línan sýnir tillögu umhverfisráðherra um friðlýsingarmörk.

Kjartan Magnússon borgarfulltrúi.

Heilsu- og umhverfisverslunin 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 dögunum 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 áfyllingabar Misturs," segir Þórunn Björk Pálmadóttir eigandi Misturs, en hjá okkur færðu öll hreingerningarefni sem notuð eru á heimilum ásamt vörum til persónulegra nota.

Hjá Mistur starfa nú þrír starfsmenn og gaman er að geta þess að í takt við vöruúrval og stefnu fyrirtækisins eru allar innréttingar ýmist endurunnar 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.

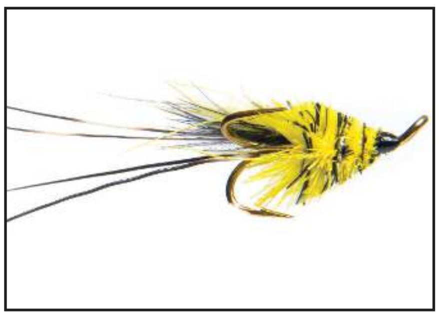
„Verslunin er opin alla virka daga frá kl 11-17 og við tökum vel á móti öll-um þeim sem leggja leið sína til okkar hingað á Stórhöfða 33," segir Þórunn.

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

Þessar þurfa að vera í boxinu þínu í sumar

Laxaflugur

Iða


Krafla gul

Krafla rauð

Krafla orange

Krafla blá

Krafla græn

Iða

Skröggur

Grænfriðungur

Elsa

Gríma blá

Kolskeggur

Tungsten keilutúpur

Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)

Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)

Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)

Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)

„Íslenska landsliðið" í silungaflugum

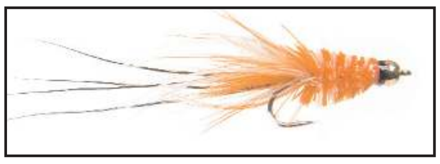
Beygla

Beykir

Krókurinn

Mýsla

SilungaKrafla bleik


SilungaKrafla orange

Kíktu á Krafla.is

- Gjöfular, fallegar og sterkar flugur
- Íslensk hönnun

Krafla.is

íslensk fluguveiði

Uppl. í síma 698-2844 og 699-1322

Björt og vel skipulögð með stæði í bílageymslu

- til sölu hjá Fasteignamiðlun Grafarvogs Spönginni 11

Fasteignamiðlun Grafarvogs kynnir bjarta og vel skipulagða þriggja herbergja íbúð á þriðju hæð að Barðastöðum 9 í Reykjavík auk bílastæðis í lokaðri bílageymslu.

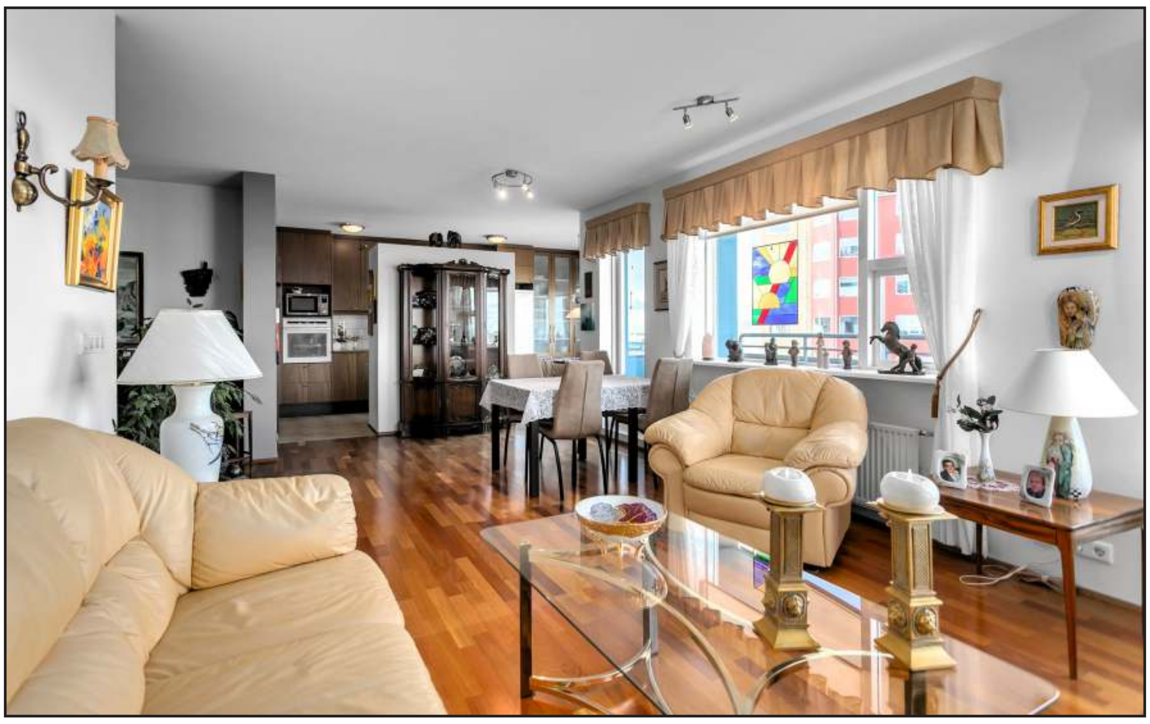
Nánari lýsing.
Forstofa er með flísum og parketi á gólfi og fataskáp.
Sjónvarpshol er með parketi á gólfi.
Hjónaherbergi er bjart og rúmgott með fataskáp og parketi á gólfi.
Svefnherbergi er með fataskáp og parketi á gólfi.

Baðherbergi er með innréttingu, baðkari með sturtuaðstöðu, upphengdu salerni og handklæðaofni. Flísar á gólfi og veggjum.

Stofa/borðstofa er björt og rúmgóð með parketi á gólfi og útgengi út á rúmgóðar vestur svalir. Leyfi er fyrir svalalokun.

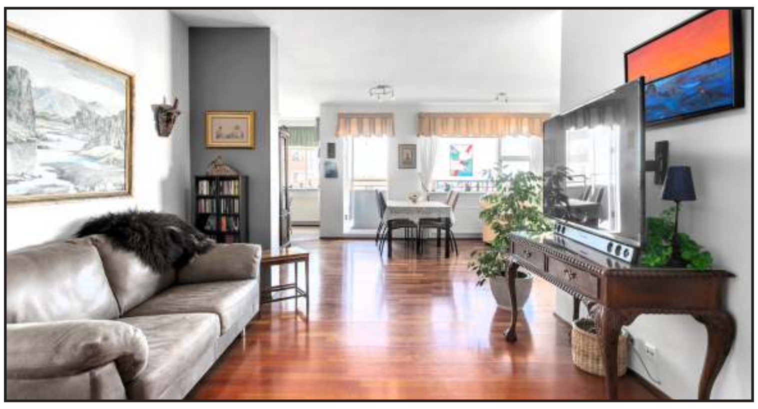
Eldhús er með borðkrók og góðri innréttingu og flísum á gólfi.

Þvottahús er innaf eldhúsi með flísum á gólfi, hillum og skápum. Tengi fyrir þvottavél og þurrkara.
Eigninni fylgir bílastæði í lokaðri bílageymslu.
Sérgeymsla er á jarðhæð ásamt hlutdeild að sameiginlegri hjóla og vagnageymslu. Næg bílastæði eru á lóðinni, greitt aðgengi er að húsinu og rafmagnsopnun á útihurðum.



Stofa/borðstofa er björt og rúmgóð með parketi á gólfi og útgengi út á rúmgóðar vestur svalir.

Eldhús er með borðkrók og góðri innréttingu og flísum á gólfi.



Sjónvarpshol er með parketi á gólfi.

MÚRBÚÐIN
Gott verð fyrir alla, alltaf!

Sigrún Stella Einarsdóttir Löggiltur fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali s. 8240610

Árni Þorsteinsson rekstrar-hagfræðingur. M.Sc. löggiltur fasteigna- og skipasali og löggiltur leigumiðlari s. 898 3459

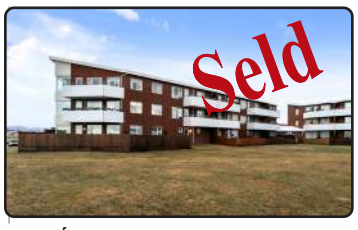
Ólafur Kristjánsson löggiltur fasteigna- og skipasali s. 786-1414

Ingunn Þorsteinsdóttir. Nemi í löggildingu fasteignasala s. 612-0906

FASTEIGNA MIÐLUN GRAFARVOGS

Spöngin 11 - 112 Reykjavík
Sími 575 8585. Opið 10-17 mán.-föst

Vantar allar gerðir eigna á skrá



FLÉTTURIMI - 4ra HERB.

Mjög falleg 4. herb. á 3. og efstu hæð, inngangur af opnum svalagangi. Vandaðar innréttingar og gólfefni. Íbúðin er 110,4 fm og geymslan 5 fm. Mikið útsýni er úr íbúðinni.

SMIÐJUVELLIR - AKRANES

Alls 1724,1 fm. þrjú fastanúmer í vönduðu stálgrindarhúsi. Í húsinu starfa í dag sjö fyrirtæki, eigandi eins eignarhluta rekur eigið fyrirtæki í sínum hluta en leigusamningar eru við önnur fyrirtæki í húsinu. Áhugaverður fjárfestingakostur, nánari upplýsingar gefur Árni í síma 898-3459

HLÍÐARHJALLI - 4. HERB - BÍLSKÚR

122,2 fm herbergja íbúð á þriðju og efstu hæð auk 28,8 fm bílskúrs með bílarafmagni. Falleg og mjög björt íbúð með miklu útsýni, suðvestur svalir.

FJALLAKÓR - EINBÝLISHÚS MEÐ BÍLSKÚR

234,4 fm einbýli á tveimur hæðum með innbyggðum bílskúr. Þrjú svefnherbergi auk stúdíóherbergis með baðherbergi. Bjart og fallegt hús með miklu útsýni og fallegri lóð. **LAUST VIÐ KAUPSAMNING**

HEIMSENDI - KÓPAVOGUR

277 fm. 20 hesta hús. 10 stýjur fyrir 20 hesta, hlaða, forstofa, kaffistofa, setustofa og snyrting með wc og sturtuklefa. Gott gerði er við húsið og steypt stétt með handriði er meðfram húsinu.

Sími 575 8585 FASTEIGNASALAN Í ÞÍNU HVERFI www.fmg.is

Björt og vel skipulögð með stæði í bílageymslu

- til sölu hjá Fasteignamiðlun Grafarvogs Spönginni 11

Fasteignamiðlun Grafarvogs kynnir bjarta og vel skipulagða þriggja herbergja íbúð á þriðju hæð að Barðastöðum 9 í Reykjavík auk bílastæðis í lokaðri bílageymslu.

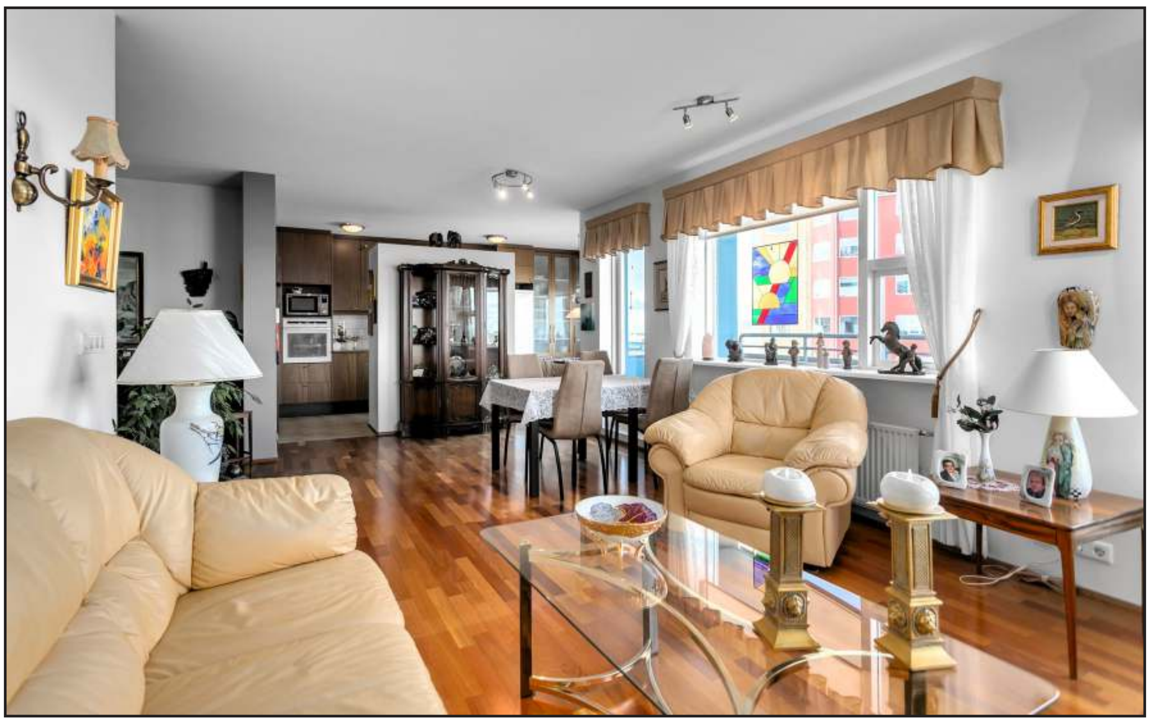
Nánari lýsing.
Forstofa er með flísum og parketi á gólfi og fataskáp.
Sjónvarpshol er með parketi á gólfi.
Hjónaherbergi er bjart og rúmgott með fataskáp og parketi á gólfi.
Svefnherbergi er með fataskáp og parketi á gólfi.

Baðherbergi er með innréttingu, baðkari með sturtuaðstöðu, upphengdu salerni og handklæðaofni. Flísar á gólfi og veggjum.

Stofa/borðstofa er björt og rúmgóð með parketi á gólfi og útgengi út á rúmgóðar vestur svalir. Leyfi er fyrir svalalokun.

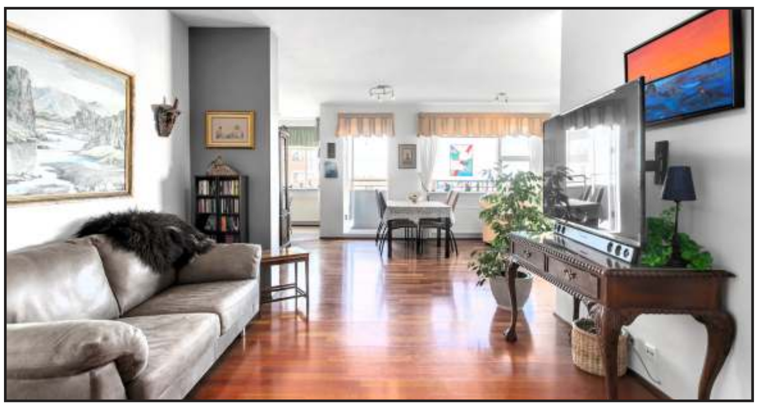
Eldhús er með borðkrók og góðri innréttingu og flísum á gólfi.

Þvottahús er innaf eldhúsi með flísum á gólfi, hillum og skápum. Tengi fyrir þvottavél og þurrkara.
Eigninni fylgir bílastæði í lokaðri bílageymslu.
Sérgeymsla er á jarðhæð ásamt hlutdeild að sameiginlegri hjóla og vagnageymslu. Næg bílastæði eru á lóðinni, greitt aðgengi er að húsinu og rafmagnsopnun á útihurðum.



Stofa/borðstofa er björt og rúmgóð með parketi á gólfi og útgengi út á rúmgóðar vestur svalir.

Eldhús er með borðkrók og góðri innréttingu og flísum á gólfi.



Sjónvarpshol er með parketi á gólfi.

MÚRBÚÐIN
Gott verð fyrir alla, alltaf!

Sigrún Stella Einarsdóttir Löggiltur fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali s. 8240610

Árni Þorsteinsson rekstrar-hagfræðingur. M.Sc. löggiltur fasteigna- og skipasali og löggiltur leigumiðlari s. 898 3459

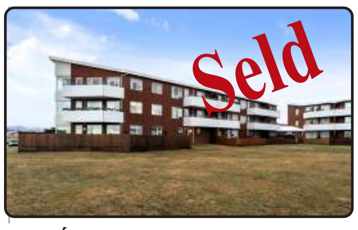
Ólafur Kristjánsson löggiltur fasteigna- og skipasali s. 786-1414

Ingunn Þorsteinsdóttir. Nemi í löggildingu fasteignasala s. 612-0906

FASTEIGNA MIÐLUN GRAFARVOGS

Spöngin 11 - 112 Reykjavík
Sími 575 8585. Opið 10-17 mán.-föst

Vantar allar gerðir eigna á skrá



FLÉTTURIMI - 4ra HERB.

Mjög falleg 4. herb. á 3. og efstu hæð, inngangur af opnum svalagangi. Vandaðar innréttingar og gólfefni. Íbúðin er 110,4 fm og geymslan 5 fm. Mikið útsýni er úr íbúðinni.

SMIÐJUVELLIR - AKRANES

Alls 1724,1 fm. þrjú fastanúmer í vönduðu stálgrindarhúsi. Í húsinu starfa í dag sjö fyrirtæki, eigandi eins eignarhluta rekur eigið fyrirtæki í sínum hluta en leigusamningar eru við önnur fyrirtæki í húsinu. Áhugaverður fjárfestingakostur, nánari upplýsingar gefur Árni í síma 898-3459

HLÍÐARHJALLI - 4. HERB - BÍLSKÚR

122,2 fm herbergja íbúð á þriðju og efstu hæð auk 28,8 fm bílskúrs með bílarafmagni. Falleg og mjög björt íbúð með miklu útsýni, suðvestur svalir.

FJALLAKÓR - EINBÝLISHÚS MEÐ BÍLSKÚR

234,4 fm einbýli á tveimur hæðum með innbyggðum bílskúr. Þrjú svefnherbergi auk stúdíoherbergis með baðherbergi. Bjart og fallegt hús með miklu útsýni og fallegri lóð. **LAUST VIÐ KAUPSAMNING**

HEIMSENDI - KÓPAVOGUR

277 fm. 20 hesta hús. 10 stýjur fyrir 20 hesta, hlaða, forstofa, kaffistofa, setustofa og snyrting með wc og sturtuklefa. Gott gerði er við húsið og steypt stétt með handriði er meðfram húsinu.

Sími 575 8585 FASTEIGNASALAN Í ÞÍNU HVERFI www.fmg.is

Kirkjufréttir

Kaffihúsamessur
Í sumar verða kaffihúsamessur í Grafarvogskirkju alla sunnudaga kl. 11:00 nema 16. júní en þá verður ferming. Kaffihúsamessur eru sumarmessur. Messuformið er einfalt, kaffi og meðlæti i boði.

Ferming verður í Grafarvogskirkju 16. júní kl. 11:00.

Sunnudagaskólinn
Sunnudagaskólanum lauk með vorhátíð 12. maí en hefst aftur í september.

Vortónleikar Vox Populi fimmtudag 16. maí kl. 20:00
Þar sem hópurinn er sérlega skemmtilegur, þó að þau segi sjálf frá og tekur sig ekki of hátíðlega er aldrei að vita hvað gerist á tónleikunum. Eitt er þó víst og það er að þau geta lofað skemmtilegri og afar fjölbreyttri efnisskrá.
Stjórnandi er Lára Bryndís Eggertsdóttir.
Miðaverð er kr. 3.000. Frítt fyrir eldri borgara og 12 ára og yngri.

Helgistundir á þriðjudögum í Kirkjuselinu
Helgistundir eru alla þriðjudaga í Kirkjuselinu í Spöng kl. 10:30. Stundirnar eru opnar öllum. Helgistundirnar verða í boði í allt sumar.

Helgistundir á Hjúkrunarheimilinu Eir
Helgistundirnar eru haldnar fyrsta fimmtudag í mánuði allt árið um kring.

Kyrrðarstundir
Kyrrðar- og fyrirbænastundir eru í Grafarvogskirkju alla þriðjudaga kl. 12:00. Þær eru opnar öllum og á eftir er boðið upp á léttan hádegisverð á afar vægu verði. Tekið er við fyrirbænaefnum í kirkjunni.
Kyrrðarstundirnar verða í boði út maí og hefjast svo í september á ný.

Opið hús
Vetrarstarfi opna hússins lauk með vorferð 7. maí. Starfið hefst á ný í byrjun september.

Barna- og unglingastarfið
Mikið og fjölbreytt starf er í boði fyrir börn og unglinga í Grafarvogssöfnuði. Þar er æskulýðsfélag og starf fyrir börn á öllum aldri vikulega í allan vetur.
Nánari upplýsingar um starfið og dagskrár verður að finna á heimasíðu kirkjunnar í september.

Sunnudagurinn 12. maí verður seinasti dagur í barna- og unglingastarfinu.
Ævintýranámskeið í sumar
Ævintýranámskeið fyrir börn 6 – 9 ára verða í sumar eins og fyrri sumur.
1. Námskeið 10. – 14. júní
2. Námskeið 6. - 9. ágúst
3. Námskeið 12. – 16. ágúst

Skráning er hafin á námskeiðin á heimasíðu kirkjunnar.
grafarvogskirkja@grafarvogskirkja.is

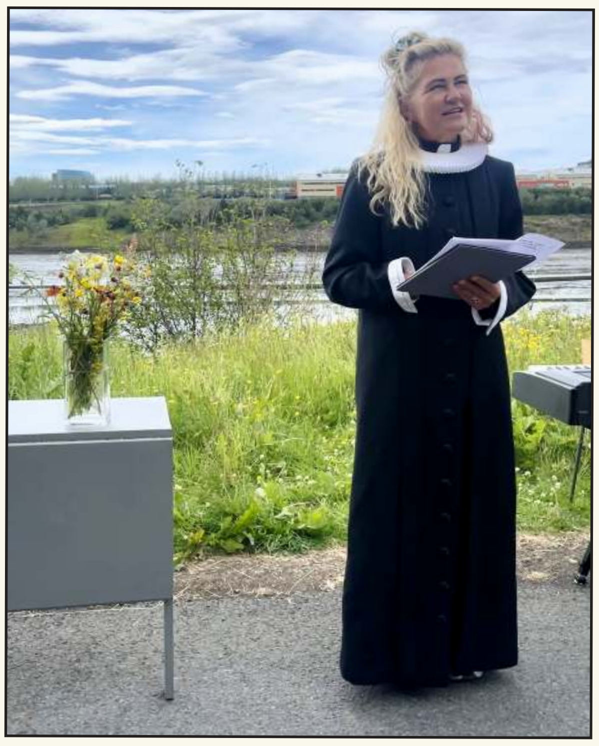
Djúpslökun
Djúpslökun er alla fimmtudaga kl. 17:00-18:00. Tímarnir hefjast á léttum æfingum til að undurbúa líkamann fyrir djúpa og góða slökun. Tímarnir henta bæði þeim sem eru byrjendur í jóga og lengra komnum.
Djúpslökunin er gjaldfrjáls og tímana leiðir Jarþrúður Karlsdóttir jógakennari.
Djúpslökunin verður í boði út maí í það minnsta og hefst á ný í september.

Barna- og unglingakór Grafarvogs í Grafarvogskirkju
Kórstjóri er Aður Guðjohnsen. Hljóðfærasmiðju kennir Sævar Helgi Jóhannsson.
Skráning mun fara fram á **www.tongraf.is**
Hægt er að nýta frístundastyrk.
Dagsetningar æfinga og allar nánari uplýsingar verða auglýstar í september.

Kór Grafarvogskirkju og Vox Populi
Kirkjukórinn æfir á miðvikudögum kl. 19:30 og nánari upplýsingar veitir Hákon Leifsson
hakon@vortex.is
Vox Populi æfir á miðvikudögum kl. 19:30.
Upplýsingar veitir Lára Bryndís Eggertsdóttir
lara@grafarvogskirkja.is
Nýir félagar eru hjartanlega velkomnir!

Prjónaklúbbur Grafarvogskirkju
Prjónaklúbbur er í Grafarvogskirkju annan hvern þriðjudag kl. 20:00.
Hann er fyrir þau sem langar að hittast og spjalla um og yfir handavinnu.
Öll áhugasöm eru hjartanlega velkomin!
Nánari upplýsingar í Facebookhópnum, Prjónaklúbburinn í Grafarvogskirkju.

Dagsetningar næstu vikna eru:
28. maí og 11. júní.



Prestar og djákni safnaðarins:

Guðrún Karls Helgudóttir sóknarprestur gudrun@grafarvogskirkja.is
Arna Ýrr Sigurðardóttir prestur arna@grafarvogskirkja.is
Sigurður Grétar Helgason prestur sigurdur@grafarvogskirkja.is
Kristín Kristjánsdóttir djákni
kristin@grafarvogskirkja.is

Sími: 587 9070
Netfang: grafarvogskirkja@grafarvogskirkja.is
Heimasíða: www. grafarvogskirkja.is
Likesíða á facebook: Grafarvogskirkja Grafarvogi
Instagram: grafarvogskirkja_grafarvogi
Vekomin í kirkjuna þína!

Kirkjufréttir

Kaffihúsamessur
Í sumar verða kaffihúsamessur í Grafarvogskirkju alla sunnudaga kl. 11:00 nema 16. júní en þá verður ferming. Kaffihúsamessur eru sumarmessur. Messuformið er einfalt, kaffi og meðlæti i boði.

Ferming verður í Grafarvogskirkju 16. júní kl. 11:00.

Sunnudagaskólinn
Sunnudagaskólanum lauk með vorhátíð 12. maí en hefst aftur í september.

Vortónleikar Vox Populi fimmtudag 16. maí kl. 20:00
Þar sem hópurinn er sérlega skemmtilegur, þó að þau segi sjálf frá og tekur sig ekki of hátíðlega er aldrei að vita hvað gerist á tónleikunum. Eitt er þó víst og það er að þau geta lofað skemmtilegri og afar fjölbreyttri efnisskrá.
Stjórnandi er Lára Bryndís Eggertsdóttir.
Miðaverð er kr. 3.000. Frítt fyrir eldri borgara og 12 ára og yngri.

Helgistundir á þriðjudögum í Kirkjuselinu
Helgistundir eru alla þriðjudaga í Kirkjuselinu í Spöng kl. 10:30. Stundirnar eru opnar öllum. Helgistundirnar verða í boði í allt sumar.

Helgistundir á Hjúkrunarheimilinu Eir
Helgistundirnar eru haldnar fyrsta fimmtudag í mánuði allt árið um kring.

Kyrrðarstundir
Kyrrðar- og fyrirbænastundir eru í Grafarvogskirkju alla þriðjudaga kl. 12:00. Þær eru opnar öllum og á eftir er boðið upp á léttan hádegisverð á afar vægu verði. Tekið er við fyrirbænaefnum í kirkjunni.
Kyrrðarstundirnar verða í boði út maí og hefjast svo í september á ný.

Opið hús
Vetrarstarfi opna hússins lauk með vorferð 7. maí. Starfið hefst á ný í byrjun september.

Barna- og unglingastarfið
Mikið og fjölbreytt starf er í boði fyrir börn og unglinga í Grafarvogssöfnuði. Þar er æskulýðsfélag og starf fyrir börn á öllum aldri vikulega í allan vetur.
Nánari upplýsingar um starfið og dagskrár verður að finna á heimasíðu kirkjunnar í september.

Sunnudagurinn 12. maí verður seinasti dagur í barna- og unglingastarfinu.
Ævintýranámskeið í sumar
Ævintýranámskeið fyrir börn 6 – 9 ára verða í sumar eins og fyrri sumur.

1. Námskeið 10. – 14. júní
2. Námskeið 6. - 9. ágúst
3. Námskeið 12. – 16. ágúst

Skráning er hafin á námskeiðin á heimasíðu kirkjunnar.
grafarvogskirkja@grafarvogskirkja.is

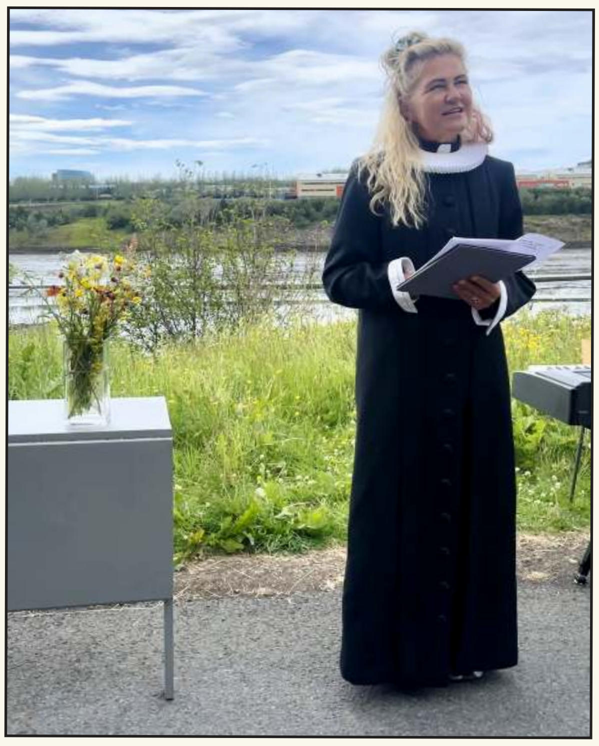
Djúpslökun
Djúpslökun er alla fimmtudaga kl. 17:00-18:00. Tímarnir hefjast á léttum æfingum til að undurbúa líkamann fyrir djúpa og góða slökun. Tímarnir henta bæði þeim sem eru byrjendur í jóga og lengra komnum.
Djúpslökunin er gjaldfrjáls og tímana leiðir Jarþrúður Karlsdóttir jógakennari.
Djúpslökunin verður í boði út maí í það minnsta og hefst á ný í september.

Barna- og unglingakór Grafarvogs í Grafarvogskirkju
Kórstjóri er Aður Guðjohnsen. Hljóðfærasmiðju kennir Sævar Helgi Jóhannsson.
Skráning mun fara fram á **www.tongraf.is**
Hægt er að nýta frístundastyrk.
Dagsetningar æfinga og allar nánari uplýsingar verða auglýstar í september.

Kór Grafarvogskirkju og Vox Populi
Kirkjukórinn æfir á miðvikudögum kl. 19:30 og nánari upplýsingar veitir Hákon Leifsson
hakon@vortex.is
Vox Populi æfir á miðvikudögum kl. 19:30.
Upplýsingar veitir Lára Bryndís Eggertsdóttir
lara@grafarvogskirkja.is
Nýir félagar eru hjartanlega velkomnir!

Prjónaklúbbur Grafarvogskirkju
Prjónaklúbbur er í Grafarvogskirkju annan hvern þriðjudag kl. 20:00.
Hann er fyrir þau sem langar að hittast og spjalla um og yfir handavinnu.
Öll áhugasöm eru hjartanlega velkomin!
Nánari upplýsingar í Facebookhópnum, Prjónaklúbburinn í Grafarvogskirkju.

Dagsetningar næstu vikna eru:
28. maí og 11. júní.



Prestar og djákni safnaðarins:

Guðrún Karls Helgudóttir sóknarprestur gudrun@grafarvogskirkja.is
Arna Ýrr Sigurðardóttir prestur arna@grafarvogskirkja.is
Sigurður Grétar Helgason prestur sigurdur@grafarvogskirkja.is
Kristín Kristjánsdóttir djákni
kristin@grafarvogskirkja.is

Sími: 587 9070
Netfang: grafarvogskirkja@grafarvogskirkja.is
Heimasíða: www. grafarvogskirkja.is
Likesíða á facebook: Grafarvogskirkja Grafarvogi
Instagram: grafarvogskirkja_grafarvogi
Vekomin í kirkjuna þína!

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: 55.999 kr.~~
44.799 kr.
Sláttuvél rafmagns
1800W sjálfkeyrandi

~~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: 11.329 kr.~~
9.063 kr.
Sláttuorf rafmagns
600W, stækkanlegt

~~Verð áður: 22.699 kr.~~
18.159 kr.
Fúgubursti rafmagns

~~Verð áður: 14.999 kr.~~
11.999 kr.
Hekkklippur rafmagns
600W, 68 cm blað

~~Verð áður: 16.999 kr.~~
13.599 kr.
Fræ og áburðardreifari
27L

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.
Hekkklippur 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!