MOSFELLINGUR

11. TBL. 22. ÁRG. FIMMTUDAGUR 9. NÓVEMBER 2023 • DREIFT FRÍTT INN Á ÖLL HEIMILI Í MOSFELLSBÆ • VEFÚTGÁFA: WWW.MOSFELLINGUR.IS

AFHENDING Á BESSASTÖÐUM

Verðlaun veitt í flokknum framúrskarandi skólastarf eða menntaumbætur

Framhaldsskólinn í Mosfellsbæ hlýtur Íslensku menntaverðlaunin

Framhaldsskólinn í Mosfellsbæ hlaut í vikunni Íslensku menntaverðlaunin í flokknum „Framúrskarandi skólastarf eða menntaumbætur“ við hátíðlega athöfn á Bessastöðum.

Ein verðlaun eru veitt í þessum flokki, til skóla eða annarrar menntastofnunar, sem stuðlað hefur að menntaumbótum er þykja skara fram úr. FMOS fékk verðlaunin fyrir þróun verkefnamiðaðra kennsluaðferða og leiðsagnarnáms.

Leiðsagnarnámið er hornsteininn í kennsluaðferðum skólans en það hefur verið að ryðja sér rúms í sífellt fleiri framhaldsskólum.

Framhaldsskólinn í Mosfellsbæ (FMOS) var stofnaður haustið 2009 og er yngsti framhaldsskólinn á höfuðborgarsvæðinu. Á myndinni eru Guðni Th. Jóhannesson, Guðbjörg Aðalsteinsdóttir fyrrum skólameistari, Guðrún Guðjónsdóttir aðstoðarskólameistari, Valgarð Már Jakobsson skólameistari og Inga Þóra Ingadóttir áfangastjóri.

»10

EIGN VIKUNNAR www.fastmos.is

Liljugata 8-24

Glæsileg og vel skipulögð 190 m2 raðhús á einni hæð með innbyggðum bílskúr, frágenginni lóð með hellulögðu bílaplani og timburverönd. Eignirnar afhendast tilbúnar til innréttingar með frágenginni lóð á **116.000.000 - 122.000.000 kr.** eða fullbúnar á **138.500.000 - 144.500.000 kr.**

Fasteignasala Mosfellsbæjar

FYLGSTU MEÐ OKKUR á Facebook

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

VINNULJÓS SEM VIRKA MEÐ PÍNUM RAFHLÖÐUM

VIRKAR MEÐ RAFHLÖÐUM FRÁ:
Milwaukee, Dewalt, Metabo, Bosch, Makita, Hikoki og Panasonic

2.500, 5.000 & 10.000 Lumen

redder Byggingalausnir
Hyrjarhöfða 2
Sími 558 0888
www.redder.is

Mosfellingurinn Haukur Skúlason framkvæmdastjóri og stofnandi Indó

Ætlum að tala mannamál en ekki bankamál

»26

RÉTTINGAVERKSTÆÐI Jóns B. ehf

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

CABAS

ÞJÓNUSTUVERKSTÆÐI
SKIPTUM UM FRAMRÚÐUR

MOSFELLINGUR
www.mosfellingur.is - mosfellingur@mosfellingur.is

Útgefandi: Mosfellingur ehf., Spóahöfða 26, sími: 694-6426
Ritstjóri og ábyrgðarmaður:
Hilmar Gunnarsson, *hilmar@mosfellingur.is*
Ritstjórn:
Anna Ólöf Sveinbjörnsdóttir, *annaolof@mosfellingur.is*
Ragnar Þór Ólason, *raggiola@mosfellingur.is*
Ruth Örnólfsdóttir, ruth@mosfellingur.is
Prentun: Landsprent. **Upplag:** 5.000 eintök. **Dreifing:** Afturelding.
Umbrot og hönnun: Mosfellingur ehf.
Prófförk: Ingibjörg Valsdóttir ISSN 2547-8265

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

Mosfellingur kemur út mánaðarlega.

NÆSTI MOSFELLINGUR KEMUR ÚT 30. NÓVEMBER

Undir okkur komið

Það er dálítið merkilegt að fylgjast með umræðunni um hvaða þjónustu fólk vill í bæjarfélagið og hvað ekki. Margir hafa kallað eftir kaffihúsi og stöðum sem bjóða upp á meiri hollustu. Í síðustu viku lokaði kaffhúsið Gloría sem starfrækt var í glænýju húsnæði í miðbæ Mosfellsbæjar. Svo spyr maður kannski þá sömu og kölluðu eftir kaffihúsi: „Förstu oft þangað?“ Þá er svarið oftar en ekki: „Ég var alltaf á leiðinni að kíkja.“

Takk fyrir viðskiptin (sem voru engin?). Ef við viljum að þjónusta dafni þá verðum við líka að nýta okkur hana. Við getum ekki bara heimtað og heimtað á bakvið lyklaborðið.

Nú eru komnir þónokkrir hollustustaðir í bæjarfélagið og maður krossar fingur að þeir lifi. Svo eigum við líka flotta staði sem hafa verið starfræktir síðustu árin og við getum verið dugleg að sækja og mæla með. Verslum í heimabyggð og stöndum með þeim stöðum sem við viljum hafa hjá okkur í Mosó.

Hilmar Gunnarsson, ritstjóri Mosfellings

ÍSFUGL
www.isfugl.is
KJÚKLINGUR KALKÚNN UM ÍSFUGL ÍSFUGLSBÆNDUR

Í ÞÁ GÖMLU GÓÐU ...

Haldið var upp á aldarafmæli kvenfélags Lágafellssóknar í Hlégarði

Kvenfélag Lágafellssóknar 100 ára

Kvenfélag Lágafellssóknar fagnar þeim merkisviðburði nú um stundir að hafa verið starfandi í heila öld. Annan dag jóla árið 1909, kl. 12 á hádegi var stofnfundur Kvenfélags Kjalarneshrepps (síðar breytt í Kvenfélag Lágafellssóknar) haldinn á Völlum á Kjalarnesi, stofnendur voru 11 konur. Fyrsti formaður félagsins var Guðrún Jósefsdóttir frá Völlum. Samþykkt var á fyrsta fundi að félagið skyldi vinna að því að styðja og styrkja fátæka.

Mosfellingar fyrr og nú hafa notið góðs af öllu því góða starfi sem kvenfélagið hefur innt af hendi og má til sanns vegar færa að félagið hafi lagt grunn að því samfélagi sem við búum nú í. Það hélt út öflugu starfi á sviði félagsþjónustu, fræðslu og menningar og var í raun, ásamt ungmennafélaginu, kjölfestan í félagslífi Mosfellinga fram eftir 20. öldinni.

Mosfellsbær tók saman afmælisrit í tilefni þessa merkisviðburðar sem hægt er að skoða á www.mos.is

Stjórn kvenfélagsins: Frá vinstri, Sigrún Sigurðardóttir, Ingimunda Loftsdóttir, Esther B. Gunnarsdóttir og Aðalheiður Úlfsdóttir.

Mosfellsbær færði kvenfélaginu afmælisrit að gjöf sem má skoða inn á www.mos.is

KVENFÉLAG LÁGAFELLSSÓKNAR 1909-2009

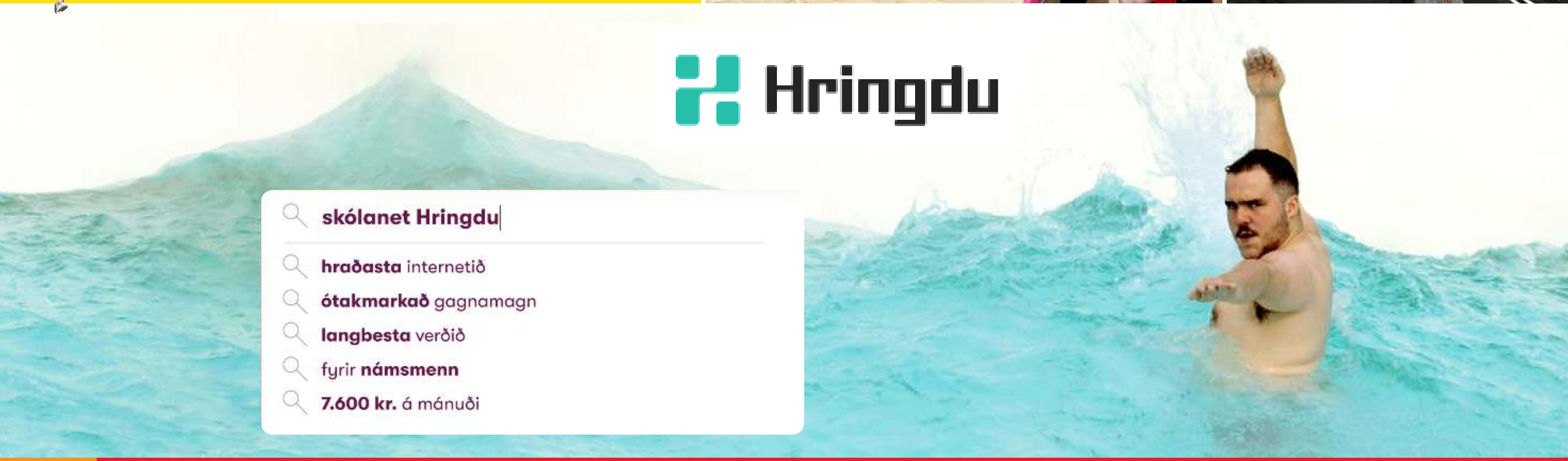
Í ritinu Saga byggðar - Mosfellsbær segir: Á árunum 1890-1910 voru ýmis samtök stofnuð og urðu mörg mótandi fyrir samfélagið í Mosfellssveit á 20. öld. Meðal þeirra var Kvenfélag Lágafellssóknar, stofnað 1909. Með stofnun félagsins eignuðust konur sóknarinnar kærkominn vettvang til að efla samkennd og að sinna framfara- og góðgerðarmálum.

Mynd og texti: Mosfellingur 15. janúar 2010

Umsjón: Birgir D. Sveinsson *(birgird@simnet.is)*

HÉÐAN OG ÞAÐAN

Getur þú fundið Benjamín falinn í blaðinu?



Fasteignasala Mosfellsbæjar

Svanþór Einarsson
Lögg. fasteignasali

Sigurður Gunnarsson
Lögg. fasteignasali

Theodór Emil Karlsson
Lögg. fasteignasali

Steingrímur Benediktsson

KVÍSLARTUNGA 28

Glæsilegt 382,5 m2 einbýlishús á tveimur hæðum með innbyggðum bílskúr í byggingu. Eignin afhendist tilbúin til innréttinga skv. skilalýsingu seljanda en hægt er að semja við byggingaraðila um að skila húsinu lengra komnu.

V. 200,0 m.

ÞRASTARHÖFÐI 36

Mjög glæsilegt 244,7 m2 einbýlishús á einni hæð á frábærum útsýnisstað við golfvöllinn í Mosfellsbæ. Húsið er allt hið glæsilegasta. Mjög mikil lofthæð (ca. 3,5 m). Stórir gluggar. Sérsmíðaðar innréttingar. Tvö eldstæði, bæði í stofu og setustofu. Borðplötur og sólbekkir eru úr granít. Stórt hellulagt bílstæði. **V. 195,0 m.**

KLAPPARHLÍÐ 1

Björt og rúmgóð 90,5 m2, 2ja herbergja íbúð með glæsilegu útsýni á efstu hæð í lyftuhúsi fyrir 50 ára og eldri. Íbúðinni fylgir merkt bílastæði með tengi fyrir rafhleðslustöð í lokaðri bílageymslu í kjallara.

V. 71,9 m.

LAXATUNGA 49

Fallegt og vel skipulagt 174,5 m2 einbýlishús á einni hæð með bílskúr. Fjögur svefnherbergi og þrjú baðherbergi.

V. 120,9 m.

VEFARASTRÆTI 36

Björt og falleg 100,3 m2, 3-4ra herbergja íbúð á efstu hæð með bílstæði í bílageymslu í lyftuhúsi. Sérgeymsla í sameign í kjallara. Svalir í suðurátt með fallegu útsýni.

V. 71,9 m.

KVÍSLARTUNGA 43

Glæsilegt 262,7 m2 parhús á tveimur hæðum og bílskúr. Mjög rúmgóð svefnherbergi og stofur. Bakgarður í suðurátt með timburveröndum og heitum potti. Steypt verönd með nýju gróðurhúsi.

V. 139,9 m.

LINDARBYGGÐ 11

Mjög fallegt 189,1 m2 parhús með lokuðu bílskýli. Eignin skiptist í forstofu, hol, eldhús, borðstofu, stofu, sólstofu, þrjú svefnherbergi, baðherbergi, þvottahús/geymslu, risherbergi og bílskýli. Frábær staðsetning í grónu og friðsælu hverfi, leikskóli í næsta nágrenni.

V. 123,5 m.

UGLUGATA 4

Mjög falleg og vel skipulögð 135,7 m2, 4ra herbergja íbúð á 1. hæð. Stórar svalir (ca. 17 m2) með svalalokun sem ekki er í fermetratölu eignarinnar. Fallegar innréttingar frá Parka. Tvö sérmerkt bílastæði á bílaplani.

V. 87,9 m.

GRENIBYGGÐ 26

170,4 m2 parhús með innbyggðum bílskúr. Eignin skiptist í þrjú svefnherbergi, forstofu, baðherbergi, þvottahús, eldhús, stofu, borðstofu, bílskúr og geymslu. Gott skipulag og mikil lofthæð sem gerir eignina bjarta og skemmtilega.

V. 119,9 m.

MIÐHOLT 2

23,4 m2 bílskúr í Mosfellsbæ. Bílskúrinn er í 9 skúra bílskúrslengju sem stendur á sérlóð.

V. 11,5 m.

LAXATUNGA 127

Mjög fallegt og vel skipulagt einbýlishús á einni hæð með innbyggðum bílskúr. Eignin afhendist skv. skilalýsingu seljanda, tilbúin til innréttinga. Eignin er skráð 220 m2, þar af einbýli 182,6 m2 og bílskúr 37,4 m2.

V. 125,9 m.

STÓRIKRIKI 46

Mjög fallegt 234,8 m2 raðhús á tveimur hæðum með bílskúr. 4 rúmgóð svefnherbergi. Gott skipulag. Frábær staðsetning þar sem stutt er í alla helstu þjónustu.

V. 137,9 m.

SKÁLAHLÍÐ 28

233,9 m2 einbýlishús á einni hæð með innbyggðum bílskúr. Eignin skiptist í hjónaherbergi með fataherbergi, þrjú barnaherbergi, tvö baðherbergi, þvottahús, forstofu, eldhús, stofu, borðstofu, sjónvarpshol og bílskúr. Seljandi skoðar skipti á minni eign. **V. 159,9 m.**

LILJUGATA 1

Falleg 110,3 m2 4ra herbergja íbúð á jarðhæð með sérinngangi. Íbúðin skiptist í þrjú svefnherbergi, baðherbergi/þvottaherbergi, forstofu, eldhús og stofu/borðstofu. Sérgeymsla í sameign. Rúmgóð timburverönd í suðurátt. Frábær staðsetning rétt við Helgafellsskóla. Stutt í strætóstoppistöð. **V. 75,9 m.**

Fastmos ehf. • Kjarna • Þverholti 2 • 270 Mosfellsbær • S. 586 8080 • www.fastmos.is • Svanþór Einarsson, löggiltur fasteignasali

Endurnýjun og fjölgun hleðslustöðva

Í sumar var boðin út uppsetning, rekstur og fjölgun hleðslustöðva í Mosfellsbæ. Fjölgun hleðslustöðvanna er í samræmi við loftslagsmarkmið Mosfellsbæjar sem miða að því að auðvelda almenningi að draga úr losun og þar eru umhverfisvænni samgöngur mikilvægur hluti. Hleðslustöðvarnar verða settar upp á eftirfarandi stöðum: Jarðlínan: Krikaskóli, Hamrahlíð og íþróttamiðstöðin við Lágafellsskóla Rafmáni: Íþróttamiðstöðin að Varmá. Ísorka: Framhaldsskólinn í Mosfellsbæ. Orka náttúrunnar: Helgafellsskóli, Þverholt 2 og Golfklúbbur Mosfellsbæjar við Æðarhöfða. Hleðslustöðvarnar verða átta í heildina og eru tvær þeirra nú þegar í notkun, við FMOS og Þverholt 2. Áætlað er að hinar sex verði tilbúnar til notkunar í lok nóvember. Meðan á framkvæmdum stendur verða stöðvarnar við Varmá og Lágafellslaug tímabundið óstarfhæfar.

Bryndís kjörin forseti Norðurlandaráðs

Mosfellingurinn Bryndís Haraldsdóttir, alþingismaður Sjálfstæðisflokksins, var á dögunum kjörin forseti Norðurlandaráðs fyrir árið 2024. Á sama tíma var formennskuáætlun Íslands fyrir Norðurlandaráð kynnt undir yfirskriftinni Friður og öryggi á norðurslóðum. Þar er talað um þörfina á að tryggja öryggi Norðurlanda og bandalagsþjóða þeirra á norðurslóðum og jafnframt að draga úr spennu á svæðinu og áherslu á friðsamlegar lausnir. Bryndís hefur setið á Alþingi síðan 2016. Hún er formaður allsherjar- og menntamálanefndar Alþingis síðan 2021 og jafnframt verið formaður Íslandsdeildar Norðurlandaráðs frá sama ári. Næsta Norðurlandaráðsþing verður haldið að ári í Reykjavík.

160 ár liðin frá því Ólafía Jóhannsdóttir fæddist • Ólafíumessa haldin í Lágafellskirkju

Blómsveigur lagður að minnisvarða um Ólafíu Jóhannsdóttur

VIÐ MINNISVARÐANN AÐ MOSFELLI

Sunnudaginn 22. október var haldin guðsþjónusta í Lágafellskirkju í tilefni af því að 160 ár eru frá því að Ólafía Jóhannsdóttir fæddist að Mosfelli.

Hún beitti sér fyrir stofnun Hins íslenska kvenfélags 1894 og Hvítabandsins 1895. Hvatti til stofnunar Háskóla Íslands og helgaði líf sitt líknarmálum.

Eftir guðsþjónustuna var haldið að Mosfelli og lagður blómsveigur að minnsvarða Ólafíu. Það voru Félagsráðgjafafélag Íslands, Hvítabandið og Kvenréttindafélag Íslands sem stóðu fyrir því að heiðra minningu þessarar merkiskonu og frumkvöðuls á þessum tímamótum.

Í guðsþjónustunni talaði Dr. Sigrún Júlíusdóttir um Ólafíu og það sem einkenndi mannúðarstörf hennar. Sr. Henning Emil Magnússon þjónaði. Kór Lágafellssóknar söng undir stjórn Árna Heiðars Karlssonar organista. Oddný Sigrún Magnúsdóttir var fulltrúi Lágafellssóknar þegar kom að því að leggja blómsveiginn að minnismerki Ólafíu.

Reykjalundur stóð fyrir málþingi til að fagna áfanganum • Steinunn Ólafsdóttir heiðruð

Lungnaendurhæfing í 40 ár

Reykjalundur fagnar 40 ára afmæli lungnaendurhæfingar um þessar mundir en slík endurhæfing hófst formlega í núverandi mynd árið 1983 á Reykjalundi.

Nýlega var haldið upp á afmælið með glæsilegu málþingi þar sem meðal annars einn af frumkvöðlunum, Steinunn Ólafsdóttir hjúkrunarfræðingur, var heiðruð sérstaklega fyrir sitt merka framlag til lungnaendurhæfingar á Íslandi. Þetta 40 ára ferli lungnaendurhæfingar hefur verið afar farsælt enda hefur Reykjalundur verið einstaklega heppinn með metnaðarfullt og vandað starfsfólk.

Um 200 manns í endurhæfingu á ári

Tæplega 200 manns njóta lungnaendurhæfingar á Reykjalundi á ári hverju, flestir í 4-6 vikur í senn. Lungnaendurhæfing er fyrir fólk á öllum aldri með langvinnan lungnasjúkdóm, skerta getu og minnkuð lífsgæði vegna mæði og þrekleysis.

Endurhæfing er einnig fyrir lungnasjúklinga sem þurfa stuðning til að breyta skaðlegum lífsháttum, svo sem að losa sig við reykingar, bæta hreyfingu eða ná stjórn á mataræði. Markmið lungnaendurhæfingar eru til dæmis að auka þol og vöðvastyrk, rjúfa vítahring mæði og hreyfingarleysis, auka skilning á áhrifum lifnaðarhátta, ná betri stjórn á sjúkdómseinkennum og breyta lífsstíl varanlega.

Steinunn Ólafsdóttir heiðruð

Í tengslum við afmæli lungnaendurhæfingar heiðraði Reykjalundur Steinunni Ólafsdóttur hjúkrunarfræðing, fyrir framlag sitt til Reykjalundar og sögu lungnaendurhæfingar.

Steinunn var frumkvöðull í endurhæfingarhjúkrun og einbeitt í að stuðla að betra lífi fyrir fólk með langvinna lungnasjúkdóma. Hún hóf störf á Reykjalundi árið 1984 og starfaði í 20 ár, lengst af sem hjúkrunarstjóri á lungnadeild Reykjalundar. Steinunn var sannkallaður frumkvöðull innan endurhæfingarhjúkrunar og kom af stað þverfaglegri endurhæfingu í lungnateyminu, í nánu samstarfi við Björn Magnússon, þáverandi yfirlækni.

HLUTI AF NÚVERANDI LUNGNAENDURHÆFINGARTEYMI REYKJALUNDAR

Bæta lífsgæði fjölda Íslendinga

Lungnaendurhæfing Reykjalundar hefur sannarlega komið við sögu við að bæta lífsgæði fjölda Íslendinga og fjölskyldna þeirra og svo mun verða áfram.

„Endurhæfing á Reykjalundi skapar fólki tækifæri til betra lífs og erum við staðráðin í því að halda áfram að nýta okkur þau tækifæri sem aukin og bætt endurhæfingarstarfsemi þjónar í heilbrigðiskerfinu, samfélaginu okkar til heilla,“ segir Pétur Magnússon forstjóri Reykjalundar.

Pétur Magnússon forstjóri Reykjalundar og Steinunn Ólafsdóttur hjúkrunarfræðingur.

KIRKJUSTARFIÐ

HELGIHALD NÆSTU VIKNA

Sunnudagur 12. nóvember
Kl. 13: Sunnudagaskóli í Lágafellskirkju.
Kl. 20: Taize messa í Lágafellskirkju.
Prestur: Sr. Henning Emil Magnússon.

Sunnudagur 19. nóvember
Kl. 13: Sunnudagaskóli Lágafellskirkju.
Kl. 20: Kvöldmessa í Lágafellskirkju.
Prestur: Sr. Hólmgrímur Elís Bragason.

Sunnudagur 26. nóvember
Kl. 11: Guðsþjónusta í Lágafellskirkju.
Prestur: Sr. Hólmgrímur Elís Bragson.
Kl. 13: Sunnudagaskóli í Lágafellskirkju.

Leiðisljós í kirkjugörðum Lágafellssóknar
Í nóvember hefst undirbúningur við uppsetningu ljósakrossa á leiði í kirkjugörðunum. Til að auðvelda uppsetningu (vegna veðurs) mun fyrirtækið hefja undirbúning fyrr en áður.

Ljósin tendruð
Ljósin verða svo tendruð fyrsta sunnudag í aðventu eins og áður. Aðstandendur fá sendar frekari upplýsingar og greiðsluseðla. Allar nánari upplýsingar gefur Ingibjörg B. Ingólfsdóttir í síma 899 2747 og í gegnum netfangið leidisljos@gmail.com

Kyrrðarbænastundir í Lágafellskirkju
Á þriðjudögum kl. 17:30, byrjendur velkomnir kl. 17:15. Umsjón hefur Arna Harðardóttir.

lagafellskirkja.is
Endilega fylgdu okkur á samfélagsmiðlunum facebook & instagram.

TILBOÐSVERÐ
REYNSLUAKSTURS- OG SÝNINGARBÍLAR

TÖKUM BÍLINN ÞINN UPP Í TILBOÐSBÍLA

1.000.000 KR. AFSLÁTTUR

VZZ54 | DÍSEL

RAM 3500 Limited Mega Cab Night Edition
Sýningarbíll
Nývirði: 14.133.000 kr. án VSK/17.525.000 kr. m/VSK
Tilboðsverð án VSK: 13.326.000 kr.
Tilboðsverð með VSK: 16.525.000 kr.

1.000.000 KR. AFSLÁTTUR

PYA38 | DÍSEL

37" breyttur RAM 3500 Laramie Crew Cab
Sýningarbíll
Nývirði: 13.495.000 án VSK/16.734.000 kr. m/VSK
Tilboðsverð án VSK: 12.688.000 kr.
Tilboðsverð með VSK: 15.734.000 kr.

1.000.000 KR. AFSLÁTTUR

GSF70 | PLUG-IN HYBRID 4XE

Alfa Romeo Tonale Veloce Q4
Reynsluakstursbíll
Nývirði: 10.940.000 kr.
Tilboðsverð: 9.940.000 kr.

850.000 KR. AFSLÁTTUR

EBD27 | 100% RAFMAGN

Jeep Avenger Longitude
Sýningarbíll
Nývirði: 5.980.000 kr.
Tilboðsverð: 5.130.000 kr.

500.000 KR. AFSLÁTTUR

KSB29 | 100% RAFMAGN

Jeep Avenger Summit
Reynsluakstursbíll
Nývirði: 6.958.000 kr.
Tilboðsverð: 6.458.000 kr.

860.000 KR. AFSLÁTTUR

EBR44 | 100% RAFMAGN

FIAT 500e Rose Gold
Sýningarbíll
Nývirði: 5.850.000 kr.
Tilboðsverð: 4.990.000 kr.

1.500.000 KR. AFSLÁTTUR

NGG15 | PLUG-IN HYBRID 4XE

Jeep Renegade Trailhawk
Reynsluakstursbíll
Nývirði: 7.899.000 kr.
Tilboðsverð: 6.399.000 kr.

1.770.000 KR. AFSLÁTTUR

ABV73 | PLUG-IN HYBRID 4XE

Jeep Compass Limited
Reynsluakstursbíll
Nývirði: 8.769.000 kr
Tilboðsverð: 6.999.000 kr.

1.770.000 KR. AFSLÁTTUR

KXU27 | PLUG-IN HYBRID 4XE

Jeep Compass Trailhawk
Reynsluakstursbíll
Nývirði: 9.369.000 kr.
Tilboðsverð: 7.599.000 kr.

ISBAND

UMBOÐSAÐILI JEEP® Á ÍSLANDI • ÍSLENSK-BANDARÍSKA • ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR
S. 590 2300 • JEEP.IS • ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPIÐ VIRKA DAGA 10-17 • LAUGARDAGA 12-16

Landsátakið Syndum til 30. nóvember

Íþrótta- og Ólympíusamband Íslands í samstarfi við Sundsamband Íslands stendur fyrir landsátaki í sundi frá 1.–30. nóvember. Syndum er heilsu- og hvatningarátak sem er öllum landsmönnum opið. Markmiðið með Syndum er að hvetja almenning til þess að hreyfa sig oftar og meira í sínu daglega lífi og nýta sundið og þær flottu sundlaugar sem er að finna um land allt. Átakið var formlega sett á laggirnar fyrir tveimur árum og hefur þátttakan verið gríðarlega góð. Á síðasta ári syntu landsmenn 10,2 hringi í kringum landið eða 13.550 km í 71 sundlaug. Til þess að taka þátt þarf að skrá sig inn á syndum.is Allir skráðir sundmetrar safnast saman og verða þar sýnilegir. Á síðunni má jafnframt finna skemmtilegan fróðleik og upplýsingar um allar sundlaugar landsins.

MOSFELLINGUR
KEMUR NÆST ÚT
30. NÓVEMBER
mosfellingur@mosfellingur.is

Nýir rampar vígðir á Reykjalundi og Skálatúni • „Römpum upp Ísland“ framar vonum

Römpunum fjölgar og víða bætt aðgengi í Mosfellsbæ

Nýlega var rampur númer níuhundruð í átakinu „Römpum upp Ísland” vígður við hátíðlega athöfn á Reykjalundi.

Þessi atburður markar tímamót í átakinu „Römpum upp Ísland”, sem stefnir að því að byggja 1.500 rampa fyrir 11. mars 2025 í þágu hreyfihamlaðra.

Þónokkrir rampar voru byggðir fyrir endurhæfingarmiðstöðina á Reykjalundi og hjúkrunarsambýlið Hlein sem staðsett er á lóð Reykjalundar. Það var einmitt Valgerður Karlsdóttir, íbúi á Hlein, sem fékk heiðurinn af því að klippa á rauða borðann við vígsluna.

Þakklát fyrir hlýhug í okkar garð

Reykjalundur er heilbrigðisstofnun í eigu SÍBS og hófst starfsemin árið 1945. Reykjalundur er í dag stærsta endurhæfingarstofnun landsins og þjónar öllu landinu.

Pétur Magnússon, forstjóri Reykjalundar var viðstaddur vígsluna og lýsti yfir mikilli ánægju sinni með átakið „Römpum upp Ísland“.

„Við erum mjög þakklát fyrir hlýhug í okkar garð, þetta hefur mjög mikið að segja og við metum þetta mikils, þó að aðgengið hafi verið gott þá er alltaf hægt að gera betur og við fögnum því!“ sagði Pétur.

VALGERÐUR KARLSDÓTTIR ÍBÚI Á HLEIN KLIPPIR Á BORÐANN

Víða bætt aðgengi í Mosfellsbæ

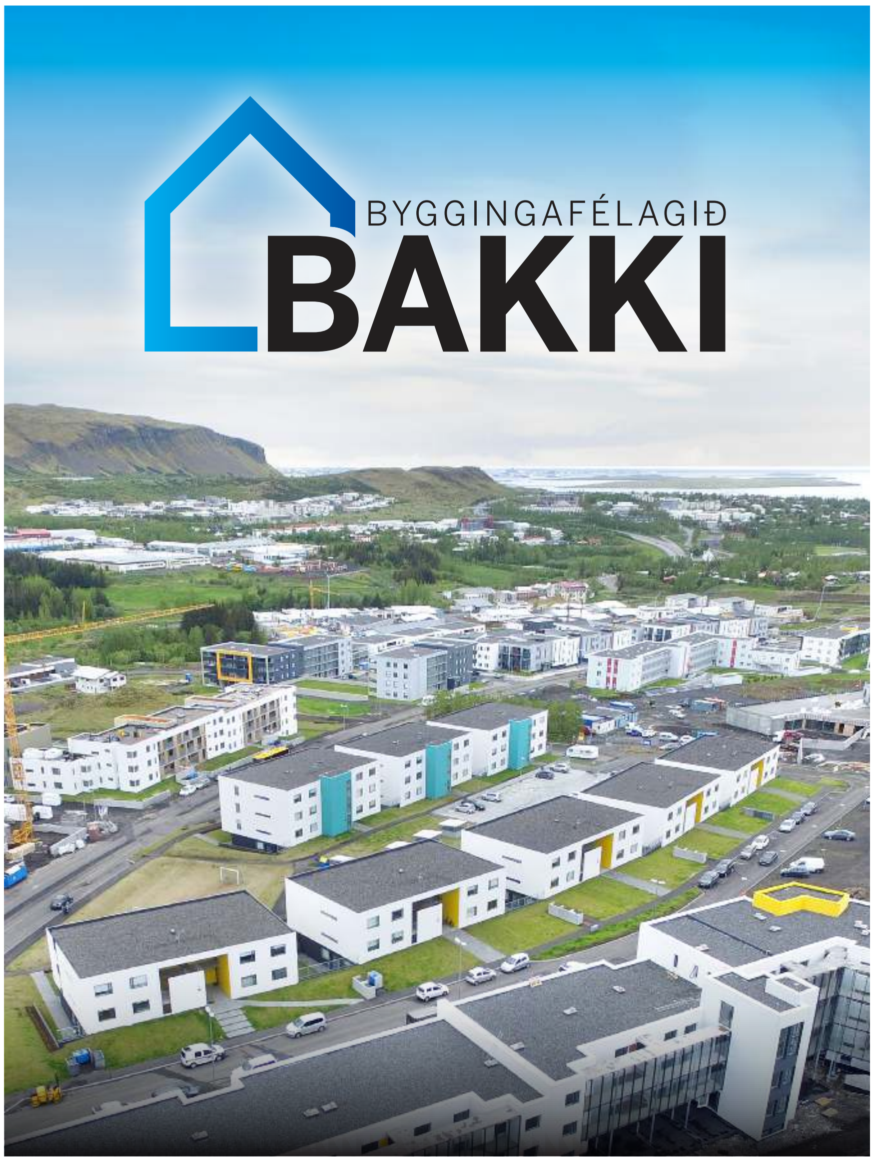
Athafnamaðurinn Haraldur Þorleifsson stendur fyrir átakinu „Römpum upp Ísland“ og var viðstaddur athöfnina. „Þegar ég byrjaði að nota hjólastól fyrir um 20 árum þá kom ég á Reykjalund.

Fólkið sem tók á móti mér hjálpaði mér á ómetanlegan hátt í gegnum mjög erfitt tímabil. Það má alltaf gera gott betra og ég er ótrúlega þakklátur að við gátum hjálpað til að bæta aðgengi á þessum yndislega og fallega stað.“

Átakið gengið vonum framar

Regína Ásvaldsdóttir sagði við tilefnið: „Ég er gríðarlega ánægð með þessi skref sem verið er að taka á Reykjalundi, en við erum að bæta aðgengi víða um Mosfellsbæ í samvinnu við Römpum upp Ísland.“

Átakið „Römpum upp Ísland” hefur gengið vonum framar og í gær, eftir að blaðið fór í prentun, voru 18 nýir rampar teknir formlega í notkun á Skálatúni.



Laus störf í Mosfellsbæ

Öll laus störf hjá Mosfellsbæ og stofnunum má sjá og sækja um á ráðningarvef bæjarins: www.mos.is/storf

Mosfellsbær www.mos.is 525 6700

BÓKMENNTAHLAÐBORÐ

BÓKASAFNS MOSFELLSBÆJAR

15. NÓVEMBER 2023

Bergþóra Snæbjörnsdóttir
Duft

Sunna Dís Másdóttir
stýrir umræðum

Guðmundur Pétursson
Öll nema fjórtán

HÚSIÐ OPNAR KL. 19:30
DAGSKRÁ HEFST KL. 20:00

Sólveig Pálsdóttir
Miðillinn

Friðgeir Einarsson
Serótónínendurupptökuhemlar

Sverrir Norland
Kletturinn

AÐGANGUR ÓKEYPIS
OG ÖLL VELKOMIN

Lions býður upp á blóðsykursmælingu

Lionsklúbbarnir í Mosfellsbæ bjóða upp á fríar blóðsykursmælingar í Bónus Mosfellsbæ þriðjudaginn 14. nóvember, á Alþjóðlegum degi sykursýki, milli kl. 17:00 og 19:00. Sykursýki er oft falin en mikilvægt er að greina hana á byrjunarstigi svo koma megi í veg fyrir alvarlegar aukaverkanir. Sykursýki er efnaskiptasjúkdómur sem dregur nafn sitt af auknu sykurmagni í blóði. Orsök sykursýki er ekki þekkt og sjúkdómurinn er ólæknandi en með réttri meðhöndlun er hægt að halda sjúkdómnum í skefjum. Sykursýki 1 getur greinst hvenær sem er á lífsleiðinni. Um er að ræða sjálfsofnæmissjúkdóm sem þýðir að líkaminn hefur brugðist við utanaðkomandi áreiti með myndun mótefna sem síðan taka þátt í að eyðileggja vissar frumur líkamans. Sykursýki af tegundinni 2 er vaxandi vandamál í heiminum öllum. Það er þó farið að hægja á greiningu nýrra tilfella á vissum svæðum eins og í hinum vestræna heimi en heildarfjöldinn sem er með þennan langvinna sjúkdóm er þó enn að aukast. Lionshreyfingin leggur hér lið. Þótt við þekkjum öll dæmi um að beinar blóðsykurmælingar hafi svipt hulunni af ógreindri sykursýki einstaklinga er ekki síður mikilvægt að fræða og vekja athygli almennings með fjölbreyttum hætti.

ÓLÖF ÓSK OG HAFÞÓR Í MIÐDAL ÁSAMT BÖRNUNUM AGNESI HEIÐU OG GUÐMUNDI ARA OG HRÚTNUM ÆGI

Myndir/Björn Hjaltason

Hrútasýning í Kjósinni • Árangur metinn í sauðfjárrækt

Skjöldurinn í Miðdal

Hrútasýning Sauðfjárræktarfélagsins í Kjós fór fram 12. október í aftakaveðri. Þrátt fyrir það var metmæting en sýningin fór fram á Kiðafelli og voru þar veitt verðlaun fyrir góðan árangur í sauðfjárrækt.

Í félaginu eru sauðfjárbændur í Kjós, á Kjalarnesi og í Mosfellsbæ og kepptu þeir sín á milli um hver ætti besta hrútinn. Þá fengu bændur stiguð og ómmæld lömb og veturgamla hrúta.

Sauðfjárdómarar frá RML sáu um mælingar og dóma á gimbrum og hrútum.

Sigursælir voru hrútarnir frá Miðdal og var það hrúturinn Ægir sem tryggði hreppaskjöldinn eftirsótta.

Hyrndir lambhrútar: 1. sæti Miðdalur, 2. sæti Kiðafell og 3. sæti Kiðafell.

Kollóttir lambhrútar: 1. sæti Miðdalur, 2. sæti Kiðafell og 3. sæti Miðdalur.

Veturgamlir hrútar: 1. sæti Ægir frá Miðdal, 2. sæti Hrútur frá Stíflisdal og 3. sæti Hrútur frá Flekkudal.

Myrkvi gefur út plötu, Early Warning

Early Warning er plata með Myrkva og Yngva Holm. Hún var upphaflega hugsuð fyrir Vio, hljómsveit sem þeir gerðu áður garðinn frægan með, og byggir m.a. á upptökum af fyrrum meðlimum sveitarinnar: Kára Guðmundssyni og Páli Cecil Sævarssyni. Seinna var Vio-nafnið lagt til hliðar og ákveðið að halda áfram undir formerkjum Myrkva. Platan er ákveðið uppgjör við fortíðina og markar þáttaskil í tónlistarferlum kumpánanna. Týndu árin, almennt óráð og alhugur eru þeim hugleikin en hljóðheimur uppvaxtaráranna, sitt hvorum megin við aldamótin, lifnaði við við gerð plötunnar. Nafn hennar, Early Warning eða Snemmbúin viðvörun, vísar í það sem kraumar undir yfirborðinu og gæti sprungið út með látum. Breiðskífan var tekin upp í stúdíói þeirra í Mosfellsdal, þar hafa þeir eytt drjúgum tíma sl. áratug. Tónlistin er gítardrifin, líkt og allt annað frá þeim drengjum, en hljóðheimurinn er orðinn heilsteyptari og þróaðri. Lög plötunnar voru samin á þeim gríðarlega krefjandi tímabili í lífríma hvers bands, þegar sæluvíman frá upphaflega árangrinum er horfin og menn þurfa að stíga aftur niður á jörðina.

ELDRI BORGARAR • ÞJÓNUSTUMIÐSTÖÐIN EIRHÖMRUM • FRAM UNDAN Í STARFINU

GAMAN SAMAN

9. nóv kl. 13:30 í borðsal Eirhamra

Helgi R. Einarsson gleðigjafi mætir og tekur lagið með okkur og fær til sín gesti frá Blikabergi. Endilega komið og verið með okkur og syngjum saman. Kaffi selt í matsal á 500 krónur eftir sönginn. *Allir velkomnir*

Opið hús

Menningarkvöld 2023

Diddú og Helga Bryndís í Hlégarði. Næsta Opna hús/menningarkvöld vetrarins verður í Hlégarði mánudaginn 13. nóvember klukkan 20:00. Þar munu Diddú, sveitungi okkar, og Helga Bryndís, píanóleikari, flytja okkur dagskrá, sem verður algjört bland í poka í söngferð út um víðan völl. Kaffinefndin verður með sitt rómaða kaffihlaðborð að venju. Aðgangseyrir er kr. 2.000 (posi er ekki á staðnum).

Með kveðju, Menningar- og skemmtinefnd FaMos

BASAR 2023

Hinn árlegi basar á vegum félagsstarfs eldri borgara í Mosfellsbæ verður haldinn laugardaginn 25. nóv. kl. 13:30-16:00 inni í félagsstarfinu Hlaðhömrum 2. Fallegar handunnar vörur á afar góðu verði og úrvalið fjölbreytt. Eftir basarinn verða þær vörur sem eftir eru til sölu í basarbúðinni okkar í félagsstarfinu alla virka daga frá 11:00-16:00. Allur ágóði af seldum vörum fer til þeirra sem þurfa aðstoð í bænum okkar. Posi á staðnum. Kór eldri borgara Vorboðarnir syngur fyrir gesti. Kaffisala á vegum kirkjukórsins verður í matsal. *Hlökkum til að sjá sem flesta á basarnum.*

STYRKJUM GOTT MÁLEFNI

Fyrir allan aldur, hittumst í Hlégarði

Alla þriðjudaga kl. 13:00-15:00 í vetur. Hlégarður verður opinn fyrir allan aldur til að koma saman og njóta samveru og t.d. prjóna, spila, vefa, tefla, dansa og syngja. Endalausir möguleikar og ýmar heimsóknir og kynningar eru á dagskrá sem verða auglýstar síðar. Alltaf verður heitt á könnunni og hlýlegt að koma til okkar. Nýtum fallega Hlégarð til samveru. *Ef þú hefur einhverjar góðar hugmyndir sem ættu heima í þessum samverustundum endilega hafðu samband við forstöðumann félagsstarfins Elvu í síma 6980090 eða elvab@mos.is*

LEIKFIMI

FYRIR ELDRI BORGARA

Alla fimmtudaga. Kennari er Karin Mattson og eru tveir hópar.

Hópur 1 kl. 10:45 áhersla á aðeins léttari leikfimi, hentar vel veikburða fólki og fólki með grindur.

Hópur 2 kl. 11:15 almenn leikfimi, fyrir þá sem eru í ágætis formi. Leikfimin er gjaldfrjáls og liður í því að búa í Heilsueflandi samfélagi Mosfellsbæ. Kennt er í leikfimisalnum á Eirhömrum. *Öllum velkomið að mæta og vonum við svo sannarlega að fólk nýti sér leikfimina.*

GÖNGUHÓPUR

Minnum á flotta gönguhópinn okkar sem fer alla miðvikudaga frá Hlégarði kl. 10:30.

Allir velkomnir í þennan frábæra félasskap

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

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

FÉLAG ALDRAÐRA

í Mosfellsbæ og nágrenni

famos@famos.is

www.famos.is

STJÓRN FAMOS

Jónas Sigurðsson formaður
s. 666 1040 *jonass@islandia.is*

Jóhanna B. Magnúsdóttir varaformaður
s. 899 0378 *hanna@smart.is*

Þorsteinn Birgisson gjaldkeri
s. 898 8578 *thorsteinn.birgis@gmail.com*

Guðrún K. Hafsteinsdóttir ritari
s. 892 9112 *gunnasjana@simnet.is*

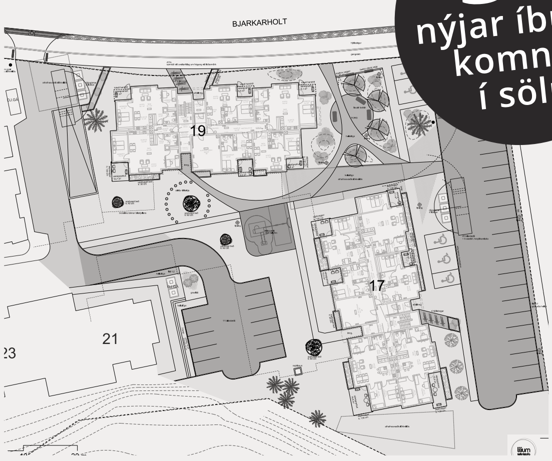
Ólafur Guðmundsson meðstjórnandi
s. 868 2566 *polarafi@gmail.com*

Ingibjörg G. Guðmundsdóttir varamaður
s. 894 5677 *igg@simnet.is*

Áshildur Þorsteinsdóttir varamaður
s. 896 7518 *asath52@gmail.com*

Glæsilegar og vel skipulagðar nýjar íbúðir

58 nýjar íbúðir komnar í sölu



Bjarkarholt 17-19

Nýtt glæsilegt fjölbýlishús á 5 hæðum, á besta stað í hjarta Mosfellsbæjar

- **58 íbúða hús** við Bjarkarholt 17 - 19 með bílakjallara.
- **Flestar** íbúðir eru **2ja** og **3ja herbergja**.
- **Stærðir** frá **36,9 fm** til **103,8 fm.**
- **Íbúðirnar afhendast fullbúnar** með gólfefnum.
- **Innréttingar frá Parka**.
- Aðkoma inn á lóðina er frá tveimur stöðum, annars vegar frá bílageymslu að vestanverðu og hinsvegar frá bílastæðum að austanverðu.
- **62 bílastæði** þar af 32 í bílakjallara.
- **Í kjallara eru geymslur**, tæknirými og bílageymslan er samtengd bílageymslu aðliggjandi lóðar.
- **Stutt er í alla helstu þjónustu**, skóla, verslanir, veitingastaði, bakarí o.fl.
- **Tilbúnar til** afhendingar í **febrúar** til **mars** 2024.

Hafðu samband við sölumenn okkar og **tryggðu þér nýja íbúð** á þessum frábæra stað í Mosó

Jason
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515
jko@miklaborg.is

Jón Rafn
lögg. fasteignas
Sími: 695 5520
jon@miklaborg.is

Óskar
lögg. fasteignas
Sími: 691 2312
osa@miklaborg.is

Byggingaraðili:

FRAMKVÆMDAFÉLAGIÐ ARNARHVOLL

Tvær stúdíóíbúðir, verð **45 millj.**

12 íbúðir, 2ja herbergja, verð frá **58 millj.**

34 íbúðir, 3ja herbergja, verð frá **69 millj.**

10 íbúðir, 4ra herbergja, verð frá **80,9 millj.**

FASTEIGNASALAN **MIKLABORG**

Með þér alla **leið**

Framúrskarandi fyrirtæki

569 7000 | Lágmúla 4 | miklaborg.is

Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

Framhaldsskólinn hlaut Íslensku menntaverðlaunin 2023

Framúrskarandi skólastarf í FMOS

Framhaldsskólinn í Mosfellsbæ hlaut Íslensku menntaverðlaunin í flokknum „Framúrskarandi skólastarf eða menntaumbætur“.

Ein verðlaun eru veitt í þessum flokki, til skóla eða annarrar menntastofnunar, sem stuðlað hefur að menntaumbótum er þykja skara fram úr. FMOS fékk verðlaunin fyrir þróun verkefnamiðaðra kennsluaðferða og leiðsagnarnáms en FMOS hefur frá upphafi verið leiðandi í þróun leiðsagnarnáms.

Leiðsagnarnámið er hornsteininn í kennsluaðferðum skólans en það hefur verið að ryðja sér rúms í sífellt fleiri framhaldsskólum. Í leiðsagnarnámi eru nemendur virkir þátttakendur í námi sínu og tileinka sér námsefnið með því að vinna margbreytileg verkefni undir leiðsögn kennara.

Í leiðsagnarnáminu er ábyrgðin sett á nemendur sem þurfa að vinna jafnt og þétt yfir önnina og taka framförum með umsögnum og leiðbeiningum sem kennarar veita fyrir verkefnin í stað einkunna. Engin stór lokapróf eru í neinum áfanga og það má benda á að Harvard háskóli í Bandaríkjunum hefur sömu stefnu.

Skýr sýn varðandi hugmyndafræðina

En hvers vegna hefur gengið svona vel að þróa leiðsagnarnám í FMOS?

„Það eru margir þættir sem koma til; Guðbjörg Aðalbergsdóttir fyrsti skólameistari skólans hafði skýra sýn varðandi hugmyndafræðina sem hún vildi að skólinn starfaði eftir,“ segir Valgarð Már Jakobsson núverandi skólameistari. „Hún leiddi kennarahópinn áfram sem síðan hefur verið ötull við að þróa þessar kennsluaðferðir.

Einnig má nefna að skólinn var stofnaður í miðri bankakreppu, haustið 2009, og það voru tugir umsækjenda um hverja kennarastöðu sem var auglýst og hægt var að ráða kennara sem voru tilbúnir að kenna samkvæmt hugmyndafræðinni.

Samfara stækkun skólans hefur kennurum fjölgað og hugmyndafræðin alltaf verið höfð að leiðarljósi við ráðningu kennara.“

Eitt glæsilegasta skólahúsnæði landsins

„Fyrstu árin var skólinn til húsa í Brúarlandi sem allir bæjarbúar þekkja. Á meðan skólinn sleit barnsskónum í gamla barnaskólanum þá vorum við þátttakendur í að hanna framtíðarhúsnæði skólans.

Nýja byggingin er sérhönnuð utan um hugmyndafræðina okkar. Sambland af stórum og litlum kennslustofum og opnum vinnurýmum gefur okkur færi á að hafa mikla fjölbreytni í verkefnavinnu og allir geta fundið vinnuaðstæður við hæfi.

Búnaður og skipulag er til fyrirmyndar og við höldum því fram að við séum að kenna í einhverju glæsilegasta skólahúsnæði landsins og þótt víðar væri leitað.

Allt er úthugsað og þar með talið okkar frábæra mötuneyti þar sem hollur og góður matur er í boði á hverjum degi fyrir nemendur og starfsfólk.

Erlendir gestir sem heimsækja okkur dauðöfunda okkur af byggingunni og í hverri heimsókn er einhver sem spyr hvort við séum ekki að leita að fólki.“

FRAMHALDSSKÓLINN Í MOSFELLSBÆ

Skapandi og framsæknir kennarar

„Síðustu ár hafa kennarar skólans kynnt hugmyndafræði skólans víða. Þeir hafa haldið námskeið og vinnustofur í leiðsagnarnámsfræðum og mikið er leitast við að fá að heimsækja okkur til þess að fræðast um það sem við erum að gera.

Síðasta vetur héldum við stóra ráðstefnu um leiðsagnarnám með þátttöku kennara og starfsfólks frá yfir 20 skólum víðs vegar að á landinu.

Þeir gestir sem koma hingað taka líka fljótt eftir þeirri einstöku stemningu sem er hérna. Gjarnan er talað um hinar geggjuðu vinnuaðstæður en fólk tekur líka eftir því hversu afslappað andrúmsloft er hér innanhúss og hversu áreynslulaus samskiptin eru milli nemenda og kennara.

Þessi verðlaun eru okkur mikil hvatning til að halda áfram á sömu braut. Til hamingju, kennarar í FMOS, sem hafa frá byrjun verið ótrúlega skapandi og framsæknir. Þessi verðlaun tilheyra ykkur fyrst og fremst. En mig langar líka að óska Mosfellingum til hamingju með að vera með stórkostlegan framhaldsskóla í heimabyggð.“

NÓVEMBER

DAGSKRÁ SJÁLFSTÆÐISFÉLAGS MOSFELLINGA

Þriðjudagur 14. nóvember
KL. 19:30
Félagsheimili sjálfstæðismanna í Kjarna

Jón Halldórsson hjá mennta- og þjálfunarfyrirtækinu KVAN kemur í heimsókn og fjallar um forvarnir, íþrótta- og menntamál.
Er hægt að auka enn frekar heilsueflingu barna með nánari samvinnu skóla, íþrótta- og æskulýðsfélaga?
Hvernig getum við eflt samskipta-, félags- og vináttufærni barna?
Allir velkomnir meðan húsrúm leyfir.

Þriðjudagururinn 21. nóvember
KL. 17:00
Reykjalundur

Sjálfstæðisfólki í Mosfellsbæ er boðið í heimsókn á Reykjalund.
Pétur Magnússon forstjóri tekur á móti hópnum og kynnir starfsemi Reykjalundar og þá þjónustu sem þar er veitt.

Sjálfstæðisfélag Mosfellinga

Menning í Mosfellsbæ

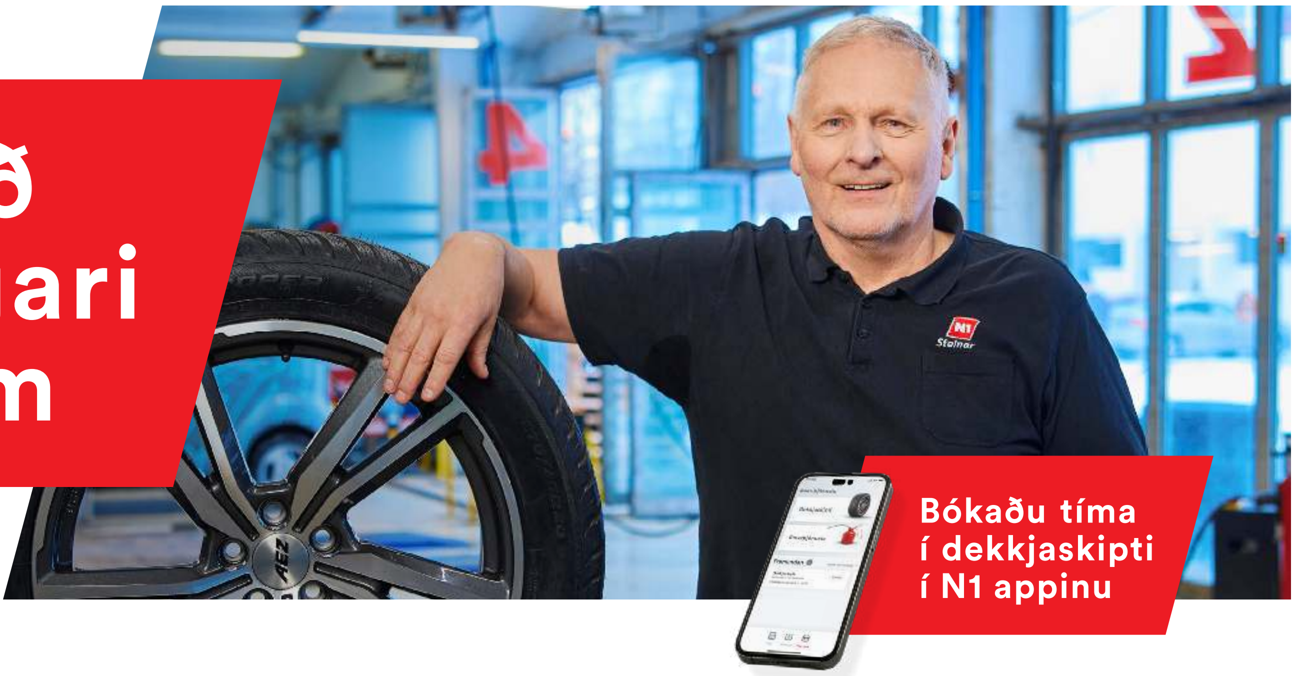
Opinn fundur menningar- og lýðræðisnefndar haldinn í Hlégarði 28. nóvember kl. 17-19

Við hvetjum íbúa til þess að taka þátt í fundinum, skiptast á skoðunum og taka þátt í að skapa blómlega menningu í Mosfellsbæ.

Boðið verður upp á veitingar og í lok fundar verða jólaljós á Hlégarðstúni tendruð.

Mosfellsbær www.mos.is 525 6700

Alla leið á öruggari dekkjum



Bókaðu tíma í dekkjaskipti í N1 appinu

COOPER TIRES

Cooper Discoverer Snow Claw

Hannað fyrir krefjandi vetraraðstæður

Mjúk gúmmíblanda fyrir hámarksafköst við lágt hitastig

Afburðagott grip, neglanlegt

SWR og 3PMS merking

Cooper Weather-Master WSC

Öflugt og gott grip við erfiðar aðstæður

Mikið skorið og stefnuvirkt mynstur fyrir jeppa og jepplinga

Flott dekk fyrir íslenskt veðurfar

Cooper Discoverer Winter

Míkróskorin óneglanleg vetrardekk

Afburða veggrip og stutt hemlunarvegalengd

Mjúk í akstri með góða vatnslosun

Hjólbarðaþjónusta N1

Bíldshöfða	440-1318	Langatanga Mosfellsbæ	440-1378
Fellsmúla	440-1322	Reykjavíkurvegi Hafnarfirði	440-1374
Réttarhálsi	440-1326	Grænásbraut Reykjanesbæ	440-1372
Ægisíðu	440-1320	Dalbraut Akranesi	440-1394
Klettagörðum	440-1365	Réttarhvammi Akureyri	440-1433

Notaðu N1 kortið

N1 ALLA LEIÐ

EMIL ÖRN OG EYÞÓR WÖHLER

Gefa út Frasabókina • Brúa kynslóðabil • Góðar viðtökur

Frumraun Eyþórs á ritvellinum

Mosfellingurinn og þúsundþjalasmiðurinn Eyþór Wöhler hefur gefið út sína fyrstu bók og ber hún heitið Frasabókin.

Frasabókin er samansafn rúmlega þúsund frasa, þar má finna ýmis snjallyrði, orðtök og slanguryrði sem geta glatt alla. Eyþór skrifaði bókina með félaga sínum Emil Erni Aðalsteinssyni og vonast rithöfundarnir ungu til þess að bókin reynist skemmtileg og hnyttin en jafnframt fræðandi.

„Markmið okkar með útgáfu bókarinnar er fyrst og fremst að gleðja okkur og aðra en vonandi í leiðinni að brúa ákveðið kynslóðabil og fræða landsmenn,“ sagði Eyþór þegar Mosfellingur gaf sig á tal við hann.

Talsverður munur milli kynslóða

„Við Emil höfum tekið eftir hversu miklu getur munað í málfari og orðalagi milli kynslóða. Það er auðvitað ærið verkefni að finna út hvar munurinn liggur og hvernig hann brýst fram en með útgáfu bókarinnar náum við að skýra út fjölmarga nýmóðins frasa og snjallyrði. Þó að íslenskan sé nær mállýskulaus þá líður okkur stundum þannig að það séu mismunandi mállýskur, munurinn á því hvernig við tölum samanborið við eldri kynslóðir er talsverður.“

Rithöfundarnir telja að bókin komi út á góðum tíma þar sem dvínandi málkunnátta ungs fólks hefur verið í brennidepli síðastliðin ár. Þeir vonast til að geta hjálpað ungmennum að meta mikilvægi íslenskunnar.

Líkir íslenskunni við gamla bifreið

„Íslenskt tungumál er eins og gamall bíll, það rúllar ekkert endalaust áfram án þess að hugsa um það. Það er mikilvægt að smyrja, setja í skoðun og hugsa vel um tungumálið. Það má alveg setja uppfærslur í málið en svo lengi sem það passar við, líkt og á við í gömlu bifreiðinni,“ segir Eyþór sposkur á svip.

Það er ekki langt síðan að bókin kom út en þeir segja bókina hafa fengið góðar móttökur. „Við höfum meðal annars haldið fyrirlestra í menntaskólum þar sem við ræddum við nemendur um þróun íslenskunnar. Þetta framtak hefur fengið virkilega góðar móttökur en við höfum verið bókaðir á fund með Katrínu Jakobsdóttur og bíðum spenntir eftir að tala við forsætisráðherra á tandurhreinni og nýmóðins íslensku,“ segir Eyþór að lokum.

» Sögur útgáfa gefur út Frasabókina og er hægt að nálgast hana í flestum betri verslunum landsins og inn á vef útgáfunnar, www.sogurutgafa.is.

Lionsklúbburinn fundar reglulega • Vistvænar leiðisgreinar

Nýtt starfsár hjá Úunum hafið með krafti

Starfsárið hjá Lionsklúbbnum Úu fer vel af stað. Nýtt starfsár hófst í ágúst og er fundað í hverjum mánuði.

Á fund í október kom góður gestur, Hekla Guðmundsdóttir eigandi Bandvefslosunar ehf og Body Reroll æfingakerfisins, sem fræddi fundargesti um bandsvefslosun. Um miðjan október létu félagar sköpunargáfuna blómstra og fóru á Noztru skapandi smiðju og kaffihús þar sem félagar áttu rólega stund með góðu spjalli og málaðir voru hlutir úr keramik.

Október er sjónverndarmánuður og þá hefur verið fjallað um gildi hvíta stafsins í fréttamiðlum og boðið til opins fræðslufundar í húsi Blindrafélagsins.

Mánuður sykursýki

Nóvember er mánuður sykursýki. Þá hafa Lionsklúbbar gefið almenningi kost á því að fá ókeypis blóðsykursmælingu. Munu heilbrigðisstarfsmenn sjá um mælingarnar og er læknir á staðnum sem veitir upplýsingar ef þörf krefur. Lionsklúbbarnir í Mosfellsbæ munu bjóða upp á mælingu í Bónus Mosfellsbæ á Alþjóðlega sykursýkisdeginum þann 14. nóvember kl. 17-19.

Lions lætur sig umhverfismál varða og hefur sinnt þeim á ýmsan hátt. Úur útbúa og selja á aðventunni vistvænar leiðisgreinar og er það þeirra stærsta fjáröflun. Því verkefni hefur verið vel tekið og ekki síst þar sem mikil umræða hefur verið um loftslagsmál og þörf á minnkandi kolefnisspori.

Öll innkoma af sölunni fer í styrktarsjóð klúbbsins sem fer svo til góðgerðamála. Klúburinn er á Facebook „Lionsklúbburinn Úa“.

DOMINO'S DELUXE

BISTRO

TRÍÓ MÁNAÐARINS

Í nóvember færðu stóra Domino's Deluxe, Bistro eða Tókýó á aðeins 2.290 kr. ef þú pantar í appinu eða á vefnum, greiðir fyrirfram og sækir í Háholtið. Pantaðu núna og njóttu eftir smá.

AÐEINS 2.290 KR

TÓKÝÓ

Bjarkarholt 17-19 • Nýtt fjölbýlishús á fimm hæðum

58 nýjar íbúðir fara á sölu í Bjarkarholti

Miklaborg fasteignasala var að fá í sölu nýjar íbúðir við Bjarkarholt 17–19.

„Við erum að tala um 58 nýjar íbúðir í hjarta Mosfellsbæjar, á besta stað“ segir Jason Ólafsson fasteignasali og fyrrum handboltakempa með Aftureldingu.

Jason Kristinn Ólafsson

Í Bjarkarholti 17-19 eru tvö fimm hæða hús með alls 58 íbúðum, auk sameiginlegum bílakjallara og garði. Íbúðirnar verða afhentar í febrúar eða mars 2024.

Stutt er í helstu þjónustu, verslanir, veitingastaði, íþróttasvæði og útivistarsvæði, skóla og sundlaugar.

Í húsinu við Bjarkarholt 17-19 skiptast íbúðirnar í tvær stúdíó íbúðir að stærð 45 fm, en aðrar íbúðir eru 2–4 herbergja, frá 64 fm–121 fm.

Framkvæmdafélagið Arnarhvoll sér um verkið.

Arkform sá um hönnun hússins og HAF stúdíó sá um innanhússhönnun og efnisval flísa og gólfefna ásamt litum og efnisvali innréttinga.

Íbúðum er skilað fullbúnum og með gólfefnum. Verðið er frá 58 milljónum og sex íbúðir eru með möguleika á hlutdeildarláni.

Allar nánari upplýsingar má finna á www.miklaborg.is.

KEILA KARAOKE PÍLA PIZZA SPORTBAR SHAKE AFMÆLI HÓPEFLI

PÖBB QUIZ
9. NÓVEMBER KL. 21
NEI. HÆTTU NÚ ALVEG

PARTÝ
10. NÓVEMBER KL. 22
PRETTY-BOI-TJOKKO & GÚSTI B.

PARTÝ
11. NÓVEMBER KL. 22
DJ. DÓRA JÚLÍA

BINGÓ
16. NÓVEMBER KL. 21
PARTÝBINGÓ MEÐ EVU & HJÁLMARI

GIGG
17. NÓVEMBER KL. 22
GUNNI ÓLA

BÓKAKYNNING
18. NÓVEMBER KL. 12
ÞORVALDUR DAVÍÐ KYNNIR BÓKINA SÍNA

PÖBB QUIZ
23. NÓVEMBER KL. 21
HÆ HÆ MEÐ HELGA OG HJÁLMARI

GIGG
24. NÓVEMBER KL. 22
HREIMUR ÖRN

PÖBB QUIZ
30. NÓVEMBER KL. 21
DR. FOOTBALL

DJAMM
KL. 22
DJ.AMM

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

Keiluhöllin
EGILSHÖLL

Sjálfboðaliði ársins 2023 í Mosfellsbæ

Íþrótta- og tómstundanefnd Mosfellsbæjar heiðrar sjálfboðaliða ársins í samstarfi við íþrótta- og tómstundafélög í bænum.

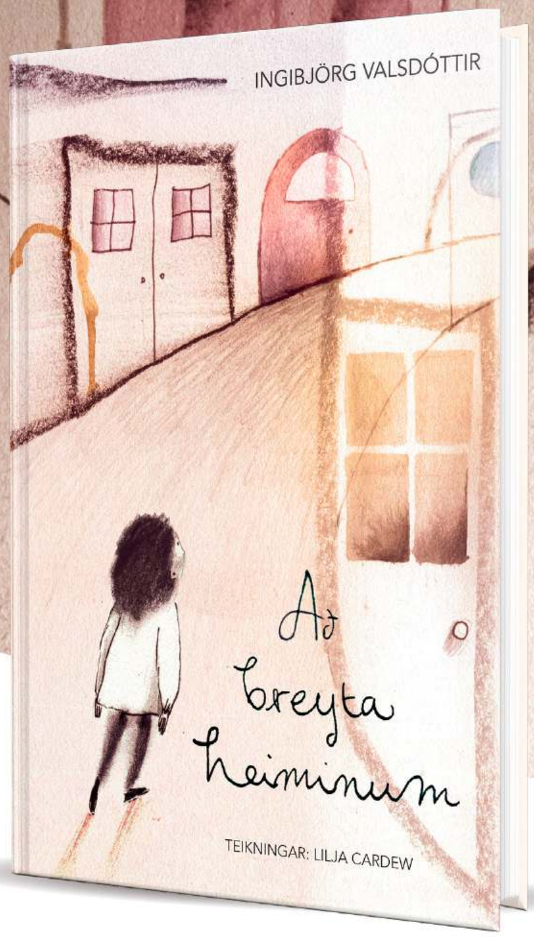
Leitað er eftir tilnefningum um sjálfboðaliða sem hefur með framúrskarandi hætti bætt íþrótta- og tómstundastarf í Mosfellsbæ.

Sjálfboðaliði ársins verður heiðraður samhliða vali á íþróttafólki Mosfellsbæjar.

Allar ábendingar þurfa að berast í gegnum þjónustugátt Mosfellsbæjar www.mos.is/sjalfbodalidi fyrir 15. desember.

Íþrótta– og tómstundanefnd

Mosfellsbær www.mos.is 525 6700



Að breyta heiminum

Ævintýraleg saga um að finna eigið hugrekki
- og í leiðinni jafnvel tilganginn með öllu saman.

„Skemmtilega öðruvísi bók.“

Rebekka Sif – Lestrarklefinn

Ingibjörg Valsdóttir lauk MA-prófi í hagnýtri ritsjórn og útgáfu frá Háskóla Íslands. Ingibjörg er gefin fyrir lestur, spjall og almenn notalegheit.
Hennar uppáhaldsiðja er að skrifa og þýða.

bókabeitan

TAKTU KVÖLDIÐ FRÁ

Christmas Party

NOVEMBER

FÖSTUDAGURINN | **17** | KL: 17-20

SNYRTISTOFAN BEAUTYSTAR SUNNUKRIKI 3

Léttar veitingar í boði - jólaglögg og piparkökur

Jólin á Blik Bistro

JÓLASEÐILL BLIK BISTRO 21.NOV-23.DESEMBER

7 RÉTTA MATSEÐILL

KVÖLDIÐ BYRJAR Á 5 FORRÉTTUM TIL AÐ DEILA

-REYKT ANDABRINGA MEÐ HEIMALÖGUÐU REMÚLAÐI OG STEIKTUM LAUK
-VILLIBRÁÐA PATÉ MEÐ CUMBERLAND SÓSU
-GRAFLAX Á LAUFARBRAUÐ
-REYKT BLEIKJA MEÐ DILLDRESSINGU
-GRAFIÐ ÆRLÆRI MEÐ BLÁBERJACOMBOT

AÐALRÈTTUR

GRILLAÐUR KRÓNHJÖRTUR BORIN FRAM MEÐ AÐALBLÁBERJASÓSU, TRUFFLUKARTÖFLUM, KREMUÐUM SVEPPUM OG EPLASALATI

EFTIRRÉTTUR

RIS A LA MANDE MEÐ SALTKARAMELLU, RISTUÐUM MÖNDLUM OG HINDBERJA SORBET

9.990KR Á KVÖLDIN
7.490 KR HÁDEGI

ALLT
FASTEIGNASALA

Sérsniðin þjónusta til byggingaraðila

ALLT.IS - ALLT@ALLT.IS - 5605505

Kjör íþróttafólks Mosfellsbæjar 2023

Þau sem eru gjaldgeng sem íþróttafólk Mosfellsbæjar skulu koma úr röðum starfandi íþróttafélaga/deilda í bæjarfélaginu eða vera með lögheimili í Mosfellsbæ en stunda íþrótt sína utan sveitarfélagsins.

Íþrótta- og tómstundanefnd mun leita álits hjá sérsamböndum ÍSÍ komi tvær eða fleiri tilnefningar frá sömu íþróttagrein.

TILNEFNINGAR OG ÁBENDINGAR ÓSKAST!

Allar tilnefningar og ábendingar skulu berast í gegnum þjónustugátt Mosfellsbæjar fyrir 19. nóvember - www.mos.is/ithrottafolk

Allar nánari upplýsingar eru veittar í gegnum netfangið dana@mos.is

Íþrótta- og tómstundanefnd

FRAM UNDAN Í
BANKANUM

SPORTIÐ í beinni

FYLGSTU MEÐ Á
FACEBOOK OG INSTAGRAM

9. NÓV.
FIMMTUDAGUR

KAHOOT! PUBQUIZ MEÐ STEINDA JR.
Skemmtilegasta PubQuiz landsins. Þú svarar í beinni í símanum þínum og úrslitin birtast jafnóðum á stórum skjáum. Veglegir vinningar.

11. NÓV.
LAUGARDAGUR

HERBERT GUÐMUNDS
Laugardagskvöldið 11. nóvember mætir hinn eini sanni Herbert Guðmundsson í Bankann.
Frítt inn - Tryggðu þér sæti á Bankinnbistro.is/boka

16 NÓV.
FIMMTUDAGUR

SLÓVAKÍA - ÍSLAND Í BEINNI
Ísland mætir Slóvakíu í undankeppni Evrópukeppninnar og er í beinni á Bankanum

17. NÓV.
FÖSTUDAGUR

MAGNÚS HAFDAL - TRÚBADOR
Magnús Hafdal heldur uppi góðri stemningu í Bankanum

19 NÓV.
SUNNUDAGUR

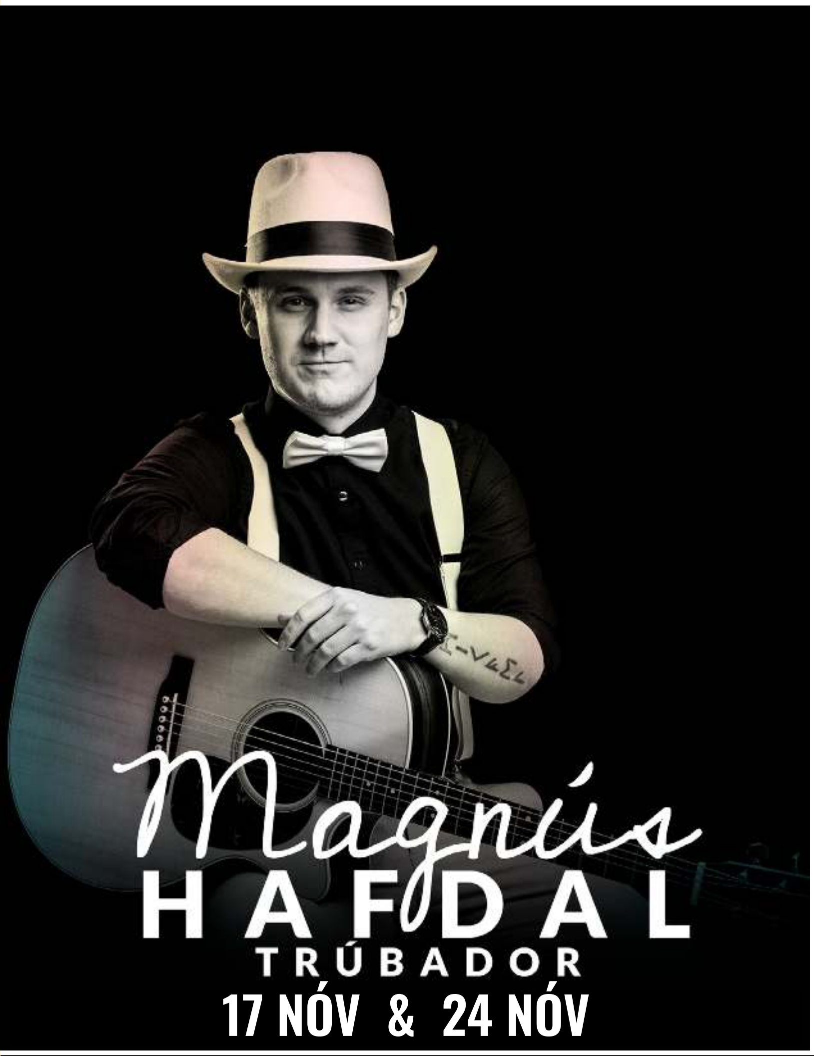
PORTÚGAL - ÍSLAND Í BEINNI
Ísland mætir geysisterku liði Portúgal í undankeppni Evrópukeppninnar og er að sjálfsögu í beinni á Bankanum

24 NÓV.
FÖSTUDAGUR

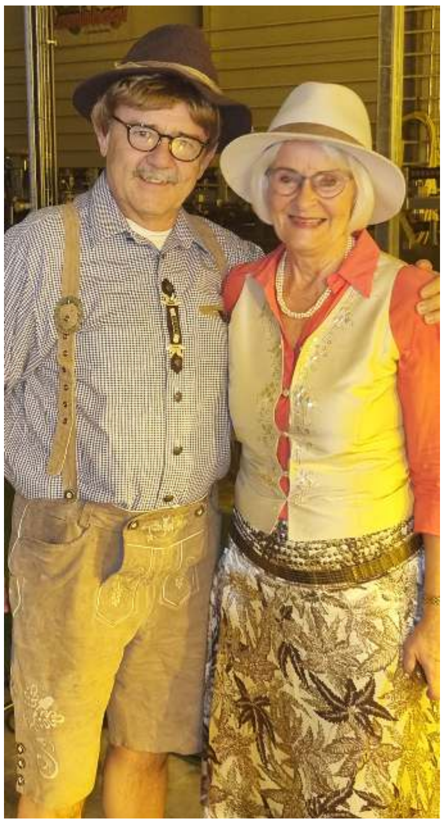
JÓLABURGERINN MÆTIR
Jólaburgerinn dettur á matseðilinn og Maggi Hafdal heldur uppi stuðinu.

bankinnbistro

ÞVERHOLTI 1 | 270 MOSFELLSBÆ | S. 787-7000 | WWW.BANKINNBISTRO.IS | BANKINNBISTRO@BANKINNBISTRO.IS



BANKINN
BISTRO



OKTÓBERFEST Í LUNDI

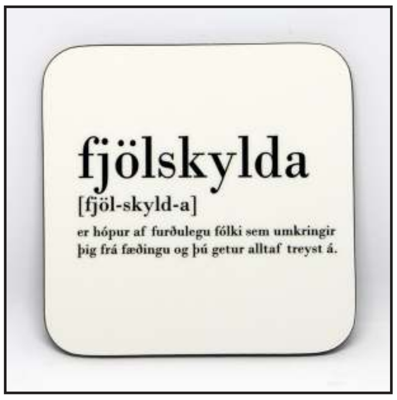
Það var margt um manninn á októberfest Lambhaga í Lundi í Mosfellsdal þegar heiðurshjónin Hafberg og Hauður buðu til veislu laugardaginn 14. október.

Myndir/RuthÖrnólfs

RÖSK
VINNUSTOFA

Sérhæfum okkur í prentun á persónulegum gjöfum

– púðar – veggplattar – ísskápsseglar –



kíkið á okkur á Facebook – roskvinnustofa@gmail.com – s: 6924005

JólaBrunch
BlikBistro

BRUNCH RÉTTIR Í ÚRVALI
ÁSAMT DRYKKJUM

Brunch Diskurinn okkar fer í jólafíling frá og með 18.nóvember alla laugardaga og sunnudaga fram að jólum

Á meðal þess sem verður á brunch disknum verður stökkt beikon, egg, pönnukökur, graflax og hamborgarhryggur ásamt fleyrri jólaréttum

verð 3.690kr á mann

10. og 17. desember koma svangir jólasveinar í heimsókn til okkar í brunch milli 12:30 og 13:30 og fá allir krakkar pakka

Bókaðu borð í tæka tíð á www.blikbistro.is
Brunch er framreiddur 11:30 - 16:00

Listasalur Mosfellsbæjar

Tákn og teikn í Listasal

Listahópurinn Tákn og teikn opnaði sína fjórðu samsýningu í Listasal Mosfellsbæjar þann 20. okt.

Að þessu sinni skipa hópinn þær Kristín Þorkelsdóttir, Friðrika Geirsdóttir, Edda V. Sigurðardóttir, Soffía Árnadóttir, Elsa Nielsen, Sigríður Rún og Sólveig Eva Magnúsdóttir. Persónuleg túlkun og miðlun hverrar og einnar gerir sýninguna fjölbreytta og fjöruga, og höfðar til ungra sem aldinna.

Sýningin stendur til 17. nóv og er opin á tímum bókasafnsins.

Bókmenntahlaðborð barnanna

Í BÓKASAFNI MOSFELLSBÆJAR
18. NÓVEMBER KL. 13-14

Þrír höfundar koma í heimsókn og lesa upp úr nýjustu bókunum sínum.

Jólaleg hressing að lestri loknum.

Öll velkomin!

Yrsa Þöll

Eva Rún

Sævar Helgi

Rauði krossinn

VINAVERKEFNI RAUÐA KROSSINS

Félagslegu verkefnin okkar miða að því að styrkja og efla félagslega þátttöku þeirra sem taka þátt

HLUTVERK SJÁLFBOÐALIÐA OKKAR ER FYRST OG FREMST AÐ VEITA FÉLAGSSKAP, NÆRVERU OG HLÝJU

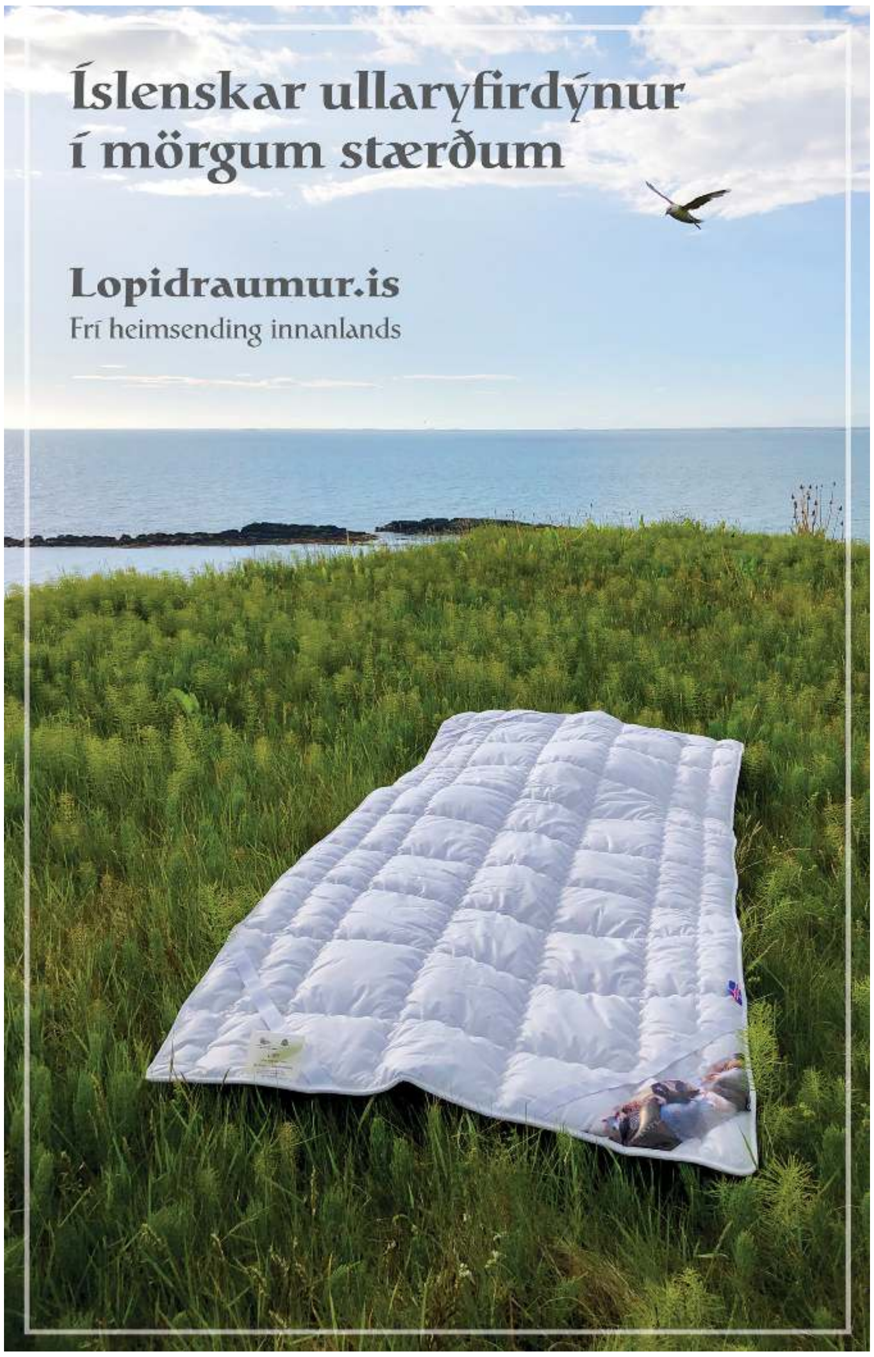
SJÁLFBOÐALIÐASTARFIÐ ER UNNIÐ ER ÚT FRÁ ÞÖRFUM NOTENDA HVERJU SINNI OG ÚTFÆRSLUR VERKEFNIS ERU FJÖLBREYTTAR.

- VINAHÓPAR
- HUNDAVINIR
- GÖNGUVINIR
- SÍMAVINIR
- HEIMASÓKNARVINIR

570-4222/570-4226

Rauði krossinn á Íslandi (raudikrossinn.is)

#FélagslegHeilsaSkiptirMáli



Næsta blað kemur út: 30. NÓV

Efni og auglýsingar
skulu berast fyrir kl. 12,
mánudaginn 27. nóv.
mosfellingur@mosfellingur.is

Haukur Skúlason *framkvæmdastjóri og stofnandi Indó býður betri kjör í krafti einfaldleikans*

Það á ekki að kosta neitt að nota sína eigin peninga

Haukur Skúlason hefur starfað á fjármálamarkaði síðan 2005, í dag er hann framkvæmdastjóri Indó sparisjóðs og annar stofnenda hans. Samhliða störfum sínum hefur Haukur kennt fjölmörg námskeið á sviði fjármála, rekstrar og nýsköpunar.

Indó sparisjóður hóf starfsemi 30. janúar 2023. Starfsemin sker sig frá íslensku bönkunum með því að búa til samfélag í kringum þjónustuna þannig að hún hvetji til jákvæðrar hegðunar og markmiðasetningar, hvort sem það er í fjármálum eða á öðrum sviðum lífsins.

Haukur fæddist í Reykjavík 19. janúar 1974. Foreldrar hans eru þau Kristín Hauksdóttir gjaldkeri og Skúli Sigurðsson lögfræðingur en hann lést árið 1996.

Haukur á tvo bræður, Skúla f. 1977 og Sigurð f. 1981.

Endalaus uppspretta ævintýra

„Ég er alinn upp í Vesturbæ Reykjavíkur, á Melunum og í Skerjafirði og það var alveg frábært að alast upp á báðum þessum stöðum. Skerjafjörðurinn var afar skemmtilegur, mikið ævintýraland enda nýbyggð hús og húsagrunnar endalaus uppspretta ævintýra, ekki skemmir fyrir að konan mín ólst upp í sömu götu. Þarna var líka mikil bryggja sem notuð var af Skeljungi á sínum tíma til að dæla olíu af skipum á tanka, það var afar vinsælt að stelast þangað með veiðistöng í hönd og renna fyrir ufsa og marhnút.

Pabbi var duglegur að taka mig með sér á golfvöllinn á mínum yngri árum, við spiluðum saman á Nesvellinum sama hvernig viðraði. Þessi æskuminning er klárlega sú sem stendur upp úr,“ segir Haukur og brosir.

Byrjaði ungur að vinna

„Ég gekk í Mela- og Hagaskóla og var 5 ára þegar ég fór í fyrsta bekk og var því á undan í skóla. Maður fékk nú stundum að heyra það að maður væri yngri en bekkjarfélagarnir. Mér fannst almennt gaman í skólanum, gekk vel í námi og það fór lítið fyrir mér á þessum árum.

Eftir Ruth Örnólfsdóttur
MOSFELLINGURINN
ruth@mosfellingur.is

Ég byrjaði mjög snemma að vinna með skólagöngunni, frá 8 ára aldri bar ég út blöð en þegar ég var 12 ára þá starfaði ég sem sendill hjá Húsnæðisstofnun ríkisins. Ég fór í bæjarvinnuna á sumrin og svo starfaði ég tvö sumur hjá Vínbúðinni. Þegar í framhaldsskóla var komið þá starfaði ég sem einkaþjálfari.“

Fjölskyldan: Haukur, Hilma Lóa, Elísabet, Axel, Hlynur Hólm, Alexander Atli, Skúli Hólm, Agnes Kristín og Árni.

Leiðir okkar lágu saman aftur

„Eftir útskrift úr gagnfræðaskóla fór ég í Verzlunarskóla Íslands og eftir fjórða bekk þá fór ég í máladeild, sem var alveg frábært. Þar kenndi mér Árni Hermannsson latínukennari sem allir Verzlingar þekkja af góðu einu, hann hafði mikil áhrif á mig í náminu. Svo skemmtilega vildi til að mörgum árum síðar lágu leiðir okkar saman aftur en hann er í dag tengdafaðir minn og yndislegur afi barnanna okkar.“

Hef mikið dálæti á þessari íþrótt

Eiginkona Hauks er Elísabet Árnadóttir áhættustjóri hjá AtNorth. Börnin eru sex, Hlynur Hólm f. 1997, Skúli Hólm f. 2001, Agnes Kristín f. 2009, Alexander Atli f. 2009, Árni f. 2017 og Axel f. 2019. Haukur er nýorðinn afi og segist eiga fallegustu afastelpu sem hægt sé að hugsa sér en hún heitir Hilma Lóa.

„Við Elísabet eigum sumarbústað með vinafólki okkar og þangað reynum við fjölskyldan að skella okkur um helgar. Annars erum við að komast á þá skoðun að oft sé bara best að vera heima við og dandalast, gera sem minnst.

Ég er að að þjálfa Taekwondo hjá Aftureldingu og það er íþrótt sem ég hef mikið dálæti á og hef náð að draga meirihluta barna minna í það sport. Konan mín er aftur á móti dugleg í golfinu og við reynum að skjótast saman í það af og til.“

Öðlaðist mikla starfsreynslu

Haukur hóf störf hjá Íslandsbanka árið 2005 eftir að hafa lokið MBA námi í Bandaríkjunum en hann er einnig með BA í ensku bókmenntum og BSc í viðskiptafræði. Í bankanum öðlaðist hann mikla og verðmæta starfsreynslu bæði með því að fara á milli ólíkra deilda innan bankans og vinna að ótrúlega fjölbreyttum verkefnum.

„Ég hætti hjá Íslandsbanka 2014 því mér fannst útséð um að bankarnir myndu eiga frumkvæði að því að breyta nálgun sinni gagnvart neytendum. Ég gerðist fjármálastjóri Netgíró og starfaði þar í 18 mánuði en ákvað svo að taka mér verðskuldað fæðingarorlof með Árna mínum.“

Þetta þótti algjört glapræði

„Í fæðingarorlofinu fæddist sú hugmynd að stofna Indó, það þótti auðvitað algjört glapræði að ætla að stofna nýjan banka sem reyndist svo vera sparisjóður. Æskufélagi minn, Tryggvi Björn Davíðsson, gekk til liðs við mig en við höfum báðir töluverða reynslu af bankastarfsemi. Það sem dreif okkur áfram var sannfæringin fyrir því að bankaþjónusta á Íslandi þyrfti ekki að vera svona dýr, ópersónuleg og ógagnsæ.

Indó hóf starfsemi 30. janúar 2023 og við ætlum okkur að gera hlutina öðruvísi en bankar. Við ætlum að tala mannamál en ekki bankamál,“ segir Haukur ákveðinn á svip. „Við þekkjum öll þessi endalausu gjöld sem við þurfum að borga fyrir allt í bönkunum og svo þessi föstu gjöld sem fólk bara áttar sig jafnvel aldrei almennilega á. Það á ekki að kosta neitt að nota sína eigin peninga.“

Í krafti einfaldleikans

En hvernig getur Indó boðið betri kjör en bankarnir? „Í krafti einfaldleikans, við erum ekki að byggja upp gríðarlegan kostnaðarstrúktúr heldur vitum við nákvæmlega hvað við viljum gera og hvað það kostar. Við búum til samfélag í kringum þjónustuna þannig að hún hvetji til jákvæðrar hegðunar og markmiðasetningar, hvort sem það er í fjármálum eða á öðrum sviðum lífsins.

Í dag erum við komin með 43 þúsund viðskiptavini og erum komin með alvöru markaðshlutdeild í kortaveltu, debetkortum og sparireikningum og það sannar að fólk er með okkur í liði. Hjá okkur er enginn feluleikur og ekkert bull, þetta er okkar leið til að gera heiminn betri.“

> **Við stofnuðum Indó til að gera hlutina öðruvísi en bankar.**

Þekking á ólíkum sviðum

„Það er auðvitað að mörgu að huga við að koma jafn flóknu fyrirtæki á legg því þekking á ólíkum sviðum þarf að koma saman eins og á markaðssetningu, regluumhverfinu, fjármálamörkuðum og kerfisinnviðum. Það er alveg ótrúlega gefandi að sjá hversu vel því hefur vegnað og því þökkum við fyrst og fremst því frábæra fólki sem starfar með okkur sem er hvert og eitt framúrskarandi á sínu sviði.

Framtíð Indó er í höndum viðskiptavinanna, við viljum að þeir séu ánægðir og að þeir geti treyst okkur. Okkar hlutverk er að halda okkar markmiðum og hlusta á hvað viðskiptavinir okkar vilja og það höfum við sannarlega gert,“ segir Haukur og brosir er við kveðjumst.

HIN HLIÐIN

Hvar lætur þú klippa þig? Greiðunni.

Hvað er það skemmtilegasta sem þú hefur gert? Að þjálfa börnin mín í Taekwondo.

Best á grillið? Lax.

Uppáhaldstjaldsvæði? Ég er ófær um að sofa í tjaldi.

Hverju myndir þú breyta á Íslandi ef þú ættir þess kost? Að fólk væri almennilegra hvert við annað í netheimum.

Bíó eða leikhús? Leikhús.

Hvað er það versta sem þú hefur bragðað? Einu sinni smakkaði ég steikt grindhvalakjöt, það ætti enginn að láta það inn fyrir sínar varir.

Hvernig slappar þú af? Í baðkarinu með lesbretti í hönd.

MEÐ TVÍBURANA NÝFÆDDA

BRÆÐURNIR HAUKUR OG SKÚLI

MEÐ AGNESI Á MÓTI

Myndir: Ruth Örnólfsdóttir og úr einkasafni.

Vefverslunin taeknideildin.is, e-mail jojobja@gmail.com, sími 8979858.
Wifi útidyralæsing **23,669**. Píanó í fullri stærð **45.000.** Liectroux G7 róbot fyrir fyrirtæki og stór heimili **128,529**, M200 fyrir meðal heimili **95.000**, L200 fyrir minni heimili **39,618**

Sterkustu símar í heimi, Kápa (5000 kr) fylgir í kaupbæti með þeim öflugustu út nóvember: Power Armor 18, 18T, 19 og 19T. Mikið úrval af fylgihlutum s.s. rörasjá, smásjá, BT hátalari, eyrna-buds, minniskubbar, bílastandur hleðslusnúrur, hleðslupúðar o.s.frv.
Eldri mótdel Ulefone Armor 10 5G, 12 5G, 11 og 11T **-40%**, 14 og 16pro **-30%**.
Ulefone Note símar: Verð frá **27.000**

Ulefone spjaldtölvur verð frá **27.115**
Ulefone Armor Paddar verð frá **32.810**

Kíktu í búðina taeknideildin.is mörg hundruð vörunúmer.

Rothöggið safnar liði fyrir veturinn

Handboltaveturinn er nú að verða hálfnaður hjá meistaraflokkunum og stefnir í hörku seinni hluta hjá þeim báðum. Karlaliðið er á leið í skemmtilegt Evrópuverkefni eftir ótrúlega endurkomu í síðustu umferð og eru einnig á góðu róli í deild og bikar og stefna hátt á komandi mánuðum. Kvennaliðið fór upp um deild fyrir þetta tímabil og hefur verið að leika vel að undanförnu en þær hafa verið óheppnar í stigasöfnun. Það er hins vegar gríðarlegur stígandi í liðinu og setja þær allan kraft í að halda sér uppi og byggja áfram á góðri uppbyggingu liðsins undanfarin misseri. Stuðningsmannasveit Aftureldingar hvetur alla til að skrá sig í Rothöggið og leggja sitt af mörkum. Skráning í Rothöggið felur í sér áskrift sem nemur 1.909 kr. á mánuði en Íþróttafélagið Afturelding var einmitt stofnað árið 1909. Skráning felur í sér aðgang að leikjum og ýmis fríðindi. Nánar á www.afturelding.is.

Áfram Afturelding!

Fasteignasala Mosfellsbæjar

Afturelding vann Nærbø frá Noregi • Unnu upp fimm marka • Næst til Slóvakíu

Áfram í Evrópukeppninni

Afturelding vann hreint ævintýralegan sex marka sigur á norska liðinu Nærbø, 29:23, að Varmá og komst þar með áfram í 32-liða úrslit Evrópubikarkeppninnar í handknattleik karla. Samanlagt vann Afturelding með einu marki 51:50. Nærbø, sem vann keppnina 2022 og lék til úrslita 2023 er þar með úr leik.

Forráðamenn Aftureldingar hafa ákveðið að selja heimaleikjarétt sinn gegn Tatran Presov í næstu umferð keppninnar. Báðar viðureignir liðanna fara þar með fram í Presov í Slóvakíu undir lok mánaðar.

Þetta kemur fram á Handbolti.is.

Mikill kostnaður við þátttökuna knýr menn til þess að leika báða leikina ytra.

Til stendur að fyrri leikur Aftureldingar og Tatran Presov fari fram í Presov föstudaginn 24. nóvember og síðari leikurinn sunnudaginn 26. nóvember.

EFTIR SIGURLEIKINN AÐ VARMÁ

Fulltrúar Aftureldingar í yngri landsliðum í blaki

Fulltrúi Aftureldingar í U17 landsliðinu á NEVZA í Danmörku í október var Sunna Rós Sigurjónsdóttir og aðstoðarþjálfari liðsins kom einnig frá Aftureldingu en það var Thelma Dögg Grétarsdóttir leikmaður meistaraflokks kvenna.

Fulltrúar Aftureldingar í U19 landsliðinu á NEVZA í Finnlandi í október voru þær Isabella Rink og Dórothea Huld Aðils Sigurðardóttir. Aðstoðarþjálfari U19 kvenna er Atli Fannar Pétursson leikmaður meistaraflokks karla hjá Aftureldingu. Borja Gonzalez Vicente er aðalþjálfari U19 karla en hann er einnig aðalþjálfari meistaraflokks kvenna og karla hjá Aftureldingu.

Bæði U17 og U19 kvenna enduðu í 5. sæti.

Íslandsmót yngri flokka í blaki að Varmá

Blakdeild Aftureldingar hélt Íslandsmót yngri flokka í blaki að Varmá 28.-30. október. 58 lið mættu til leiks og voru spilaðir 176 blakleikir að Varmá yfir helgina af hátt í 400 krökkum úr öllum landshlutum. Mótið vakti mikla lukku og var hörku blak spilað þar sem stemningin var stundum eins og við værum mætt í úrslitakeppnina hjá meistaraflokki.

AFTURELDINGAR-VÖRURNAR

FÁST HJÁ OKKUR

JAKO

SPORT ÍSLANDI

JAKOSPORT (NAMO EHF) - KRÓKHÁLS 5F - 110 ÁRBÆR

Sími: 566 7310 - jakosport@jakosport.is - jakosport.is

STUÐNINGSMANNASVEIT AFTURELDINGAR

ROTHÖGGIÐ

1909 KR.
Á MÁNUÐI

FRÍTT Á ALLA
DEILDARLEIKI

VILTU VERA MEÐ?

ÍSFUGL BAKKI pepsi MAX World Class ICELAND BÓNUS MALBIKSTÖÐIN JAKO SPORT ÍSLANDI &Pálsson

Viðsnúningur í rekstri Mosfellsbæjar

Við búum við krefjandi efnahagslegar aðstæður með mikilli verðbólgu. Þess vegna er einstaklega ánægjulegt að geta lagt fram fjárhagsáætlun fyrir árið 2024 sem gerir ráð fyrir afgangi upp á rúmlega 900 m.kr.

Þessum árangri náum við án þess að skera niður í þjónustu bæjarfélagsins við íbúa heldur þvert á móti þá verður þjónustan áfram efld og bætt í þágu allra íbúa.

Þegar tillaga að fjárhagsáætlun lá fyrir var það mat bæjarfulltrúa Framsóknar, Samfylkingar og Viðreisnar að svigrúm væri til að lækka álögur frekar og lagði því meirihlutinn til að hækkanir á gjaldskrám yrðu hóflegri en verðlagsþróun. Með þessari lækkun viljum við leggja okkar af mörkum í baráttunni gegn verðbólgunni.

Barnvænt samfélag í raun

Áfram verða leikskólagjöld og fæðiskostnaður í skólum Mosfellsbæjar þau lægstu á höfuðborgarsvæðinu en þjónustan áfram framúrskarandi. Í fjárhagsáætlun ársins tryggjum við áframhaldandi vinnu við farsæld barna, innleiðingu menntastefnu, eflingu stoðþjónustu og fleiri verkefni í þágu barna og starfsfólks.

En við einblínum ekki einungis á verkefni stjórnsýslunnar heldur setjum barnafjölskyldur raunverulega í forgang með því að takmarka hækkun gjaldskrár um áramótin svo hún verði minni en verðlagsþróun.

Bætt þjónusta

Áfram verður unnið úr umbótatillögum í rekstri og stjórnsýslu Mosfellsbæjar sem þegar hafa skilað bættri stafrænni þjónustu hjá bænum. Gert er ráð fyrir því að á næsta ári verið unnið í velferðartækni og tengist sú vinna m.a. verkefninu Gott að eldast – samþætting stuðningsþjónustu og heimahjúkrunar sem Mosfellsbær valdist til þátttöku í af Heilbrigðisráðuneytinu.

Fjárfestingaáætlun næsta árs er talsvert stór en þar leggjum við megináherslu á uppbyggingu nauðsynlegra innviða eins og leikskóla í Helgafellshverfi og innréttingar í íþróttahúsið við Helgafellsskóla. Áfram verður unnið í nauðsynlegu viðhaldi á byggingum bæjarins, sérstaklega skóla- og íþróttabyggingum ásamt því að aðalvöllurinn að Varmá verður endurgerður. Þá verður farið í spennandi verkefni eins og hugmyndavinnu vegna rammaskipulags miðbæjar.

Lækkum álögur á heimilin

Í málefnasamningi Framsóknar, Samfylkingar og Viðreisnar er kveðið á um að álagningarprósentur fasteignagjalda verði lækkaðar til að koma til móts við hækkun fasteignamats og í fyrirliggjandi fjárhagsáætlun er staðið við það markmiði meirihlutans.

Fasteignamat íbúðarhúsnæðis hækkar að meðaltali um 13% á næsta ári en í fjárhagsáætlun er miðað við að hækkunin takmarkist við 9,81%.

Atvinnuhúsnæði

Nýlega samþykkti bæjarstjórn Mosfellsbæjar atvinnustefnu fyrir bæjarfélagið og vill meirihlutinn vinna að því að efla atvinnulíf í Mosfellsbæ. Til þess að ná þessu markmiði er mikilvægt að bæjarfélagið sé samkeppnishæft við önnur sveitarfélög á höfuðborgarsvæðinu og því var ákveðið að lækka álagningarprósentu fasteignaskatta á atvinnuhúsnæði talsvert.

Mosfellsbær er mannvænn bær

Það verður áfram gott að búa í Mosfellsbæ á komandi árum og við erum sérstaklega stolt af því hversu vel hefur tekist að styðja við og þjónusta barnafjölskyldur í bænum. Þá er ánægjulegt að geta haldið gjaldskrárhækkunum í hófi þannig að allir íbúar njóti góðs af.

Það kostar vissulega að reka gott samfélag en fyrirliggjandi fjárhagsáætlun sýnir skýrlega hvernig ábyrg fjármálastjórn getur skilað bættri þjónustu á sama tíma og álögur eru lækkaðar.

Bæjarfulltrúar Framsóknar, Samfylkingar og Viðreisnar

Félagsstarf eldri borgara í Brúarland

Fulltrúar D-lista í bæjarráði lögðu fram tillögu á fundi bæjarráðs þann 19. október sl. um að félagsstarf eldri borgara fái afnot af Brúarlandi fyrir starfsemi sína sem og önnur félags- og tómstundastörf.

Aukin þátttaka og fjölgun íbúa kallar á nýtt húsnæði

Í Mosfellsbæ er rekið öflugt félagsstarf fyrir eldri borgara. Íbúar Mosfellsbæjar 67 ára og eldri voru 1. janúar 2023 samtals 1.359. Félagsstarf eldri borgara í Mosfellsbæ er opið öllum sem náð hafa 60 ára aldri og var fjöldi íbúa 60 ára og eldri í Mosfellsbæ 1. janúar 2023 samtals 2.387. Þátttakendum í félagsstarfi fjölgar stöðugt og er núverandi húsnæði á Eirhömrum orðið of lítið fyrir starfsemina. Ætla má að plássleysið muni aukast á allra næstu vikum, þegar fjölgun dagdvalarrýma að Eirhömrum sem var nýlega samþykkt tekur gildi. Framtíðaráform kveða svo á um fjölgun öryggisíbúða við Eirhamra en þar mun koma til með að rísa jafnframt nauðsynleg stækkun (400m2 salur) ætluð félagsstarfinu. Tafir hafa hins vegar orðið á þeirri uppbyggingu og óvíst hvenær félagsstarfið fær þetta mikilvæga pláss fyrir starfsemi sína. Það er því nauðsynlegt að gera aðrar ráðstafanir í millitíðinni.

Brúarland hentugt og vel staðsett húsnæði

Undanfarna mánuði hefur verið haldið úti félagsstarfi í Hlégarði á þriðjudögum. Það hefur sýnt sig að þangað sækir annar hópur en jafnan hefur gert að Eirhömrum. Það er mikilvægt að taka tillit til þess og koma til móts við þarfir og ákall notendanna. Brúarland er sögufrægt hús sem er í eigu Mosfellsbæjar og myndi henta vel fyrir þessa starfsemi. Húsið var gert upp fyrir stuttu síðan og þar standa nú yfir frekari lagfæringar og framkvæmdir sem taka brátt enda. Húsið hefur staðið ónotað eftir að kennslu Varmárskóla var þar hætt en ekki eru uppi áform um áframhaldandi notkun þess. Þess má geta að staðsetning Brúarlands ein og sér er afar heppileg. Húsið er í nálægð við gönguleiðir í Ævintýragarðinum, við íþróttasvæðið að Varmá og við Hlégarð, ásamt því að bílastæði eru ekki af skornum skammti þar líkt og hefur verið vandamál við Eirhamra.

Hugsanlega mætti einnig nýta húsnæðið að Brúarlandi í þágu íbúa bæjarins á öllum aldri með einhvers konar blandaðri starfsemi. Jafnvel felast tækifæri í því að skoða möguleika þess að leigja hluta hússins út á kvöldin og um helgar í margvíslega tómstundastarfsemi.

Í þessu samhengi er þó mikilvægt að tryggja að við þessa tilfærslu yrði ekki skerðing á þjónustu við þá einstaklinga sem heilsu sinnar vegna ættu erfitt með að sækja starfið utan Eirhamra. Því þyrfti alltaf að koma til móts við þarfir þess hóps með hliðstæðri starfsemi að Eirhömrum. Jafnframt gæti sérhæft starf, eins og leirgerð og fleira, áfram verið í húsinu.

Húsnæðið sem félagsstarf eldri borgara er starfrækt í dag að Eirhömrum, leigir Mosfellsbær af Eir. Þannig mætti því spara kostnað með því að nýta ónotað húsnæði í eigu bæjarins undir starfsemina.

Látum verkin tala

Tillögu okkar fulltrúa D-lista var vísað til Velferðarsviðs Mosfellsbæjar til rýningar og skoðunar. Það er okkar mat að ekki þurfi starfshópa eða margra mánaða vinnu við að skoða þessa tillögu. Þörfin er brýn og húsnæðið ónotað. Við vonumst til að þetta verði unnið hratt og vel og að við munum sjá blómlegt félagsstarf í Brúarlandi á næstunni.

Ásgeir Sveinsson oddviti D-lista og bæjarfulltrúi
Jana Katrín Knútsdóttir bæjarfulltrúi D-lista
Rúnar Bragi Guðlaugsson bæjarfulltrúi D-lista
Helga Jóhannesdóttir bæjarfulltrúi D-lista

FJÖLSKYLDUTÍMAR

Í ÍÞRÓTTAHÚSINU AÐ VARMÁ

AÐGANGUR ÓKEYPIS

ALLA SUNNUDAGA

KL. 9:30 - 11:00

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

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

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

HEILSUEFLANDI
samfélag

FJÖLSKYLDUTÍMAR
VARMÁ MOSFELLSBÆ

Mosfellsbær

ÞJÓNUSTA VIÐ MOSFELLINGA

BH BÍLAVIÐGERÐIR
BÍLHÚSIÐ
www.bilhusid.is
Véla- og hjólastillingar.
Tímareimaskipti, bremsuviðgerðir,
smurþjónusta og allar almennar viðgerðir.
Smiðjuvegi 60 (rauð gata) Kópavogi - Sími 557 2540

AFLTAK EHF.
S: 660 0770 - www.afltak.is

togt
Teikni- og tækniþjónusta
WWW.TOGT.IS
togt@togt.is
sími 893 3022
GERÐ AÐALUPPDRÁTTA
VERKEFNA- OG BYGGINGASTJÓRNUN
HAGKVÆMISATHUGANIR OG ÁÆTLUNAGERÐ
UMSJÓN FRAMKVÆMDA
ÁSTANDSKOÐUN FASTEIGNA

B. Markan ehf.
Pípulagnir
660 6690
www.bmarkan.is

REYNSLA – ÁRÆÐNI – VANDVIRKNI –
KRAFTUR – ÞOR – ENDING
örugg og vönduð vinnubrögð
SteinTeppi.is
Gólfefna lausnir fyrir heimili og fyrirtæki
Leirvogstunga 27, 270 Mosfellsbæ, sími: 864 6600

FÓTAAÐGERÐASTOFA
MOSFELLSBÆJAR
Þverholti 3 - Sími: 566-6612

Stígum skrefið til fulls

Í nokkra áratugi hef ég fylgt fótboltaliðinu okkar, meira þó karlaliðinu. Ég hef farið með þeim upp (og niður) um nokkrar deildir og átt með frábærum sjálfboðaliðum góða tíma.

Eftir besta sumar í sögu karlaliðsins eru aðstöðumál knattspyrnudeildar mér ofarlega í huga. Snemma sumars kom í ljós að núverandi áhorfendasvæði á Malbiksstöðvarvellinum að Varmá var of lítið og áhorfendur á hverjum leik mikið fleiri en sætafjöldinn.

Ráðamenn á Varmá stigu upp og komu til aðstoðar svo sjálfboðaliðar gætu komið upp annarri bráðabirgðastúku á miðju sumri svo flestir hefðu sæti á heimaleikjum liðsins.

Þessi viðbótar bráðabirgðastúka fékk mörg okkar í kringum fótboltann til að velta fyrir okkur hvort það sé ekki komið nóg af bráðabirgðaúrbótum á knattspyrnusvæðinu?

Nú þegar er allt í gámum og gámar hýsa salerni, veitingasölu, fjölmiðlamenn og starfsmenn leikjanna. Þetta gerir t.d. umgengni fyrir fatlaða erfiða á svæðinu.

Við erum þó þakklát fyrir þær útbætur sem gerðar hafa verið undanfarin misseri, en það má alltaf bæta í.

Við höfum mörg í baklandinu verið að rifja upp að fyrir aldamót kepptum við á Grenivík við Magna um sæti í 3. deildinni. Unnum þar og höfum klifið tvær deildir síðan. Nú erum við 28 sætum ofar í íslensku styrkleikaröðinni en Magni, en samanburðurinn á aðstöðumálum þessara félaga er okkur verulega í óhag.

Þegar Magni komst upp í 1. deild um tíma var farið í að smíða stúku við Magnavöll sem rúmaði sæti fyrir alla íbúa í hreppnum. Einnig voru smíðaðir búningsklefar og snyrting við völlinn. Þetta hefur okkur sárvantað allt of lengi.

Á sama tíma hefur kvennaliðið okkar tvívegis komist upp í deild þeirra bestu og ekki þarf að nefna hvað aðstöðuleysið hefur háð þeim líka í gegnum tíðina.

Á þessum tíma voru iðkendur í Aftureldingu um 200 en hefur í dag fjölgað í rúmlega 700 en aðstaðan lítið breyst.

Er ekki kominn tími á að næsta stórframkvæmd fyrir Aftureldingu verði að setja gervigras á gamla Varmárvöll og byggja upp almennilega stúku sem myndi leysa af hólmi bráðabirgðalausnir sem eru í dag? Bæta svo um betur og setja upp þjónustubyggingu sem myndi leysa þær þarfir sem standa út af í kjölfarið.

Ég tek ofan fyrir þeim sjálfboðaliðum sem bera hitann og þungan af starfinu í dag fyrir hvað þeim tekst að gera gott úr því sem er og græja góða umgjörð fyrir hvern leik. Tjalda stundum lúnu tjaldi tvisvar til þrisvar til að hýsa viðburði á leikjum því það fýkur niður jafn harðan. Ég óska þeim svo innilega betri aðstöðu því krafturinn í starfi knattspyrnudeildar hefur aldrei verið meiri, sem og áhuginn.

Hér um árið þegar við unnum 3. deildina var ég gjarnan kölluð mamma fótboltans, seinna meir þegar við unnum 2. deildina var ég oftar kölluð amma fótboltans og er oft kölluð enn. Ég vona svo innilega að við verðum komin með nýtt stúkumannvirki sem yrði okkur öllum í Aftureldingu til sóma áður en ég verð kölluð langamma fótboltans.

Áfram Afturelding!

Anna Gísladóttir - knattspyrnuáhugakona

Umhverfið okkar

Að lifa í góðu, fögru og hollu umhverfi á að vera kappsmál okkar allra. Við sjáum margt sem gleður okkur en því miður margt sem okkur þykir miður og jafnvel særir okkur.

Slæm umgengni um sitt nánasta umhverfi lýsir hverjum manni og ber vitni um hver tengsl viðkomandi eru við umhverfið.

Mjög margir garðar eru til mikillar prýði og til fyrirmyndar. Til eru garðar þar sem kæruleysið virðist vera allsráðandi og þá kannski best hreinlega að malbika. Sem betur fer heyrir slíkt til undantekninga.

Mig langaði til að vekja athygli allra Mosfellinga á hvað við erum að sjá í nánasta umhverfi okkar. Miklar umræður hafa verið í samfélaginu um loftslagsbreytingar og hækkun sjávarmáls sem fylgifisk þeirra breytinga.

Þegar ég var í Menntaskólanum við Hamrahlíð fyrir meira en hálfri öld lásum við í jarðfræði eftir Þorleif Einarsson. Talið er að land á höfuðborgarsvæðinu hafi lækkað um allt að 5 metra á undanförnum 3.000 árum og er til vitnis um það mýraleifar í fjöruborðinu yst á Seltjarnarnesi skammt frá Gróttuvita. Merki um sjávarrof getum við séð víða við Leirvoginn og er miður hve sjórinn virðist ná árangri að eyða ströndinni.

Árið 1980 birtist í Árbók hins íslenska fornleifafélags grein eftir Kristján Eldjárn sem þá var að ljúka sínum embættistíma sem forsetinn okkar. Í greininni fjallar hann um rústirnar í Blikastaðanesi og við Þerneyjarsund en talið er fullvíst að á miðöldum hafi verið þar mikilvæg hafnar- og verslunaraðstaða. Slóðina á grein Kristjáns má lesa: www.timarit.is/files/68889713

Við Mosfellingar ættum að skoða þessa grein gaumgæfilega og eiga gott samtal um hana. Fyrir nokkrum áratugum lagði hestamannafélagið reiðstíg um Blikastaðanesið en ekki tókst betur til en svo að hann var upphaflega lagður um rústirnar. Líklega var ókunnugleika að kenna að svo færi en ólíklegt er að ætlað hafi verið að valda tjóni. Átti ég þátt í því að vekja athygli á þessu og skrifaði eitthvað um það í mosfellsku

blöðin. Varð það tilefni fyrir Kristinn Magnússon fornleifafræðing sem er búsettur í Mosfellsbæ að kanna aðstæður og rannsaka aftur rústirnar. Varð það til að reiðstígurinn var færður nokkuð ofar í landið sem vel hefur tekist. Á síðustu árum hefur hafið skolað meiru af ströndinni og verður ef fram horfir og ekkert aðhafst að rústirnar hverfi innan nokkurra ára. Verður eftirsjá að þessum gömlu fornu minjum. Mér skilst að þetta sé víða á Íslandi að gamlar verbúðir og aðrar strandminjar séu í mikillri hættu.

Meðfylgjandi mynd tók ég fyrir nokkrum vikum og má augljóslega sjá hversu sjávarrofið er smám saman að færa sig upp á skaftið. Bakkinn rétt vestan við fuglaskoðunarhúsið við Langatanga er að eyðast og ef ekkert er að gert verður að flytja húsið.

Spurning er hvort Mosfellsbær þurfi ekki að skoða betur þessi mál og reyna að sporna við frekari landeyðingu. Auðvitað kostar það sitt en þá er spurning hvort ekki megi draga úr kostnaði annars staðar. Mér þykir sem mörgum Mosfellingum nokkuð djarflega farið með opinbert fé til að slá fífilbrekkur og blómaengi bæjarins sem eru bæði fuglum himinsins sem og okkur mannfólkinu og sérstaklega ungviðinu til gleði og ánægju.

Við verðum að huga betur að umhverfi okkar og forða að spilla því. Um áramót eru þessar skelfilegar sem minna mig alltaf á stríðsátök. Mætti ekki biðja fremur um rótarskotin en rakettuskotin ef hugur er að styrkja starf björgunarsveitanna.

Góðar stundir.

Guðjón Jensson

Borgarholtsskóli

BLÓMSTRAÐU Í BORGÓ
INNRITUN

Innritun fer fram 1. til 30. nóvember

- AFREKSÍÞRÓTTASVIÐ
- BÍLIÐNGREINAR
- BÓKNÁM
- MÁLMIÐNGREINAR
- LISTNÁM
- SÉRNÁMSBRAUT

Fylgstu með okkur

Borgarholtsskoli

Borgarholtsskoli

FYRIRMYNDAR UNGLINGAR

STARFSFÓLK BÓLSINS VILL HRÓSA UNGLINGUNUM OKKAR FYRIR FRÁBÆRAN VIÐBURÐ Á HALLOWEEN

UNDIRBÚNINGUR, VIÐBURÐURINN SJÁLFUR & FRÁGANGUR TIL FYRIRMYNDAR

HEILSUMOLAR GAUA

SUNNUDAGSMORGNAR

Klukkan níu á sunnudagsmorgnum er hinn rúmlega tveggja ára Alexander Emil kominn í Real Madrid búninginn sinn. Um tíu næ ég í hann og við drífum okkur út í íþróttahús. Stundum kemur amma hans með, stundum frændur.

Það eru nokkur atriði varðandi fjölskyldutímana á sunnudagsmorgnum að Varmá sem ég er sérstaklega hrifinn af. Í fyrsta lagi eru þessir tímar ókeypis fyrir fjölskyldur með börn, í öðru lagi þarf ekki að skrá sig sérstaklega í þá og í þriðja lagi snúast þeir um frelsi innan ramma.

Ljúfmennin Þorbjörg, Árni Freyr, Ólafur Snorri og Íris Dögg, sem sjá um þessa tíma, raða upp fjölbreyttum búnaði og boltum og krakkarnir og við sem fylgjum þeim getum skoppað frjáls á milli og prófað alls konar hreyfingu.

Minn maður byrjar alltaf á því að hlaupa út í rimlana, klifrar upp í topp og kíkir yfir salinn. Klifrar svo til hliðar, eins langt og hann kemst. Hann er hrifnastur af rimlunum undir skortöflunni, bak við hlífðarnetið. Svo nær hann sér í bolta og hleypur með hann út um allan sal. Prófar aðeins bandýkylfurnar. Klifrar upp á hestinn og stekkur í mjúku dýnuna. Fær afa til að lyfta sér upp svo hann geti troðið í körfuna. Finnur mark og sparkar fótbolta í það – sorrý Elísa ... Hleypur meira, finnst gaman að láta elta sig. Fer aftur í rimlana, þeir eru uppáhaldið. Svona rúllum við í um það bil 45 mínútur, þá er hann orðinn góður. Hann stýrir ferðinni, ég laumast til að sýna honum nýjar þrautir sem hann prófar og metur. Svo röltum við upp í stúkuna í sal 3. Honum finnst gaman að príla niður og upp háu tröppurnar og reynir að stelast til að klifra upp handriðið líka. Þetta er frábær samverustund hjá okkur, styttist í að litli bróðir hans geti farið að koma með. Takk fyrir okkur!

Guðjón Svansson
gudjon@kettlebells.is

Í hvaða sæti setjum við okkar fólk?

Ég vil byrja á því að óska íþróttafólki í Mosfellsbæ til hamingju með frábært keppnistímabil sem nú er að baki.

Flestar greinar luku sínu tímabili í byrjun sumars, aðrar í haust. Eins og gengur þá náðu sumir sínum markmiðum, aðrir ekki. Sama hver niðurstaðan var þá vonar maður að fólk haldi áfram að rækta líkama og sál enda margsannað að íþrótta- og tómstundastarf er gulls ígildi. Út frá öllum hliðum, beinni þátttöku sem og óbeinni.

Á bak við afraksturinn liggur fjöldinn allur af æfinga- og keppnisstundum. Ekki skal gleyma starfsliði og fórnfúsum sjálfboðaliðum sem í raun gera þetta allt saman mögulegt. Já og auðvitað frábærum stuðningsmönnum. Án þeirra væri þetta ekki jafn skemmtilegt, langt því frá.

Í þessari grein beini ég spjótunum að aðstöðumálum á knattspyrnuvöllum bæjarins. Vinsælustu íþróttagreinarinnar á landinu og reyndar í heiminum öllum. Við skulum bara segja það strax, ástandið er dapurlegt í Mosfellsbæ og hefur verið þannig um árabil. Það væri reyndar hægt að skrifa mun lengri pistil en þennan um nauðsynlegar úrbætur á ýmsum tengdum þáttum, eins og þörf á stærra æfinga- og keppnissvæði eða boðlegri félagsaðstöðu (sem er í raun engin).

Bærinn okkar dafnar á ýmsum sviðum og vex ört, en nú eru tæplega 14 þúsund íbúar í Mosfellsbæ. Mikill áhugi er á íþróttastarfi en í bænum stunda rétt tæplega 1.000 manns æfingar í knattspyrnu hjá Aftureldingu og venslafélögum. Hlutfallið um 7,5% sem ætti að gefa þessum málaflokki mikið vægi og forgang en svo er ekki. Frá því að ég flutti í bæinn fyrir um aldafjórðungi hefur aðstaðan verið nánast eins fyrir knattspyrnuna. Bæjarfélagið hefur dregist gríðarlega aftur úr. Meira að segja mun smærri bæjarfélög sinna íþróttinni af meiri myndarskap og metnaði.

Já, og hvað með aðstöðumál fyrir áhorfendur? Í Fellinu eru engin sæti fyrir áhorfendur og eins þröngt rými og hugsast getur. Á keppnisvellinum sjálfum þar sem meistaraflokkarnir og yngri flokkarnir spila er einvörðungu boðið upp á sæti fyrir 300 manns. Í sumar var algeng aðsókn vel yfir 500 manns á leikjum meistaraflokks karla en dæmi um allt að 1.000 manna áhorfendafjölda. Ég vil benda á að félagið býður ekki upp á stúku eins og tíðkast hjá mörgum íþróttafélögum. Það er að segja yfirbyggða áhorfendapalla. Aukinheldur eru sætin neðarlega og veita ekki þá yfirsýn yfir vallarsvæðið eins og algengt er. Salernis- og snyrtiaðstaða er fábrotin og svæðið ekki boðlegt hreyfihömluðum. Vallarstarfsmenn og fjölmiðlamenn sitja í þröngum „reddingagámi“. Tossalistinn er lengri, en læt þetta duga.

Samkvæmt upplýsingum af vef KSÍ var keppnisvöllur UMFA í knattspyrnu með fæst áhorfendasæti á meðal þeirra liða sem tóku þátt í Lengjudeildinni síðastliðið sumar. Sláandi og segir í raun allt sem segja þarf um stöðu mála.

Eins og sjá má á töflunni þá eru áhorfendasætin meira að segja talsvert fleiri hjá Ægi í Þorlákshöfn en í Mosfellsbænum. Sveitarfélagið Ölfus telur um 2.500 íbúa, tæplega 20% af fjölda íbúa Mosfellsbæjar. Því er rétt að velta fyrir sér og spyrja: Í hvaða sæti setjum við okkar fólk?

Brettum nú upp ermarnar og setjum strax á dagskrá úrbætur á þessum málum í okkar fallega heilsueflandi bæjarfélagi sem hefur á að skipa frábæru íþrótta- og stuðningsfólki sem á mun betra skilið.

Hugi Sævarsson
Viðskiptafræðingur og íþróttaáhugamaður

Félag	Fjöldi sæta	Stúka
Afturelding	**300**	**Nei**
Augnablik	1.340	Já
FHL	400	Já
*Fjölnir	800/1690	Nei/já
Fram	1.650	Já
Fylkir	1.854	Já
Grindavík	1.450	Já
Grótta	525	Nei
HK	1.464	Já
*ÍA	718/409	Já/já
KR	1.541	Já
Leiknir R.	525	Nei
Njarðvík	499	Nei
Selfoss	750	Nei
Vestri	596	Nei
Víkingur R.	1.149	Já
*Þór A.	984/400	Nei/já
Þróttur R.	1.000	Já
Ægir	377	Nei

*Félög sem leika sýna keppnisleiki úti/inni.

Skráningardagar í leikskólum

Á vordögum samþykkti bæjarstjórn Mosfellsbæjar, að tillögu fræðslunefndar, að innleiða skráningardaga í leikskólum.

Í haust hefur því farið fram kynning og prófun á þessu fyrirkomulagi og leikskólstjórnendur eru að innleiða það hver í sínum skóla.

Skráningardagar þýða að ef foreldrar hyggjast nýta sér þjónustu leikskólanna á fyrirfram ákveðnum skráningardögum og skráningartímum þurfa þau að láta leikskólann vita. Markmiðið með þessu er að innleiða styttingu vinnuvikunnar í leikskólunum með því að vera með lágmarksstarfsemi á ákveðnum tímum. Við það má bæta að markmiðið með að bjóða upp á fulla styttingu vinnuvikunnar fyrir starfsfólk leikskóla er meðal annars að mæta þeim mönnunarvanda sem hefur verið í leikskólum í Mosfellsbæ og á höfuðborgarsvæðinu öllu á síðustu árum. Við væntum þess að fyrirsjáanleiki í rekstri skólanna muni aukast og lokun deilda heyri sögunni til.

Hvernig leysum við mönnunarvanda á leikskólum?

Stutta svarið við þessari spurningu er; með því að bæta starfsumhverfið og gera það aðlaðandi og samkeppnishæft.

Breytingar í ytra umhverfi leikskólanna hafa ekki verið þeim í hag undanfarið. Eitt leyfisbréf fyrir kennara og óútskýrður launamunur ófaglærðra í leik- og grunnskólum hefur valdið því að erfiðara er að ráða fólk í leikskóla.

Erfiðlega hefur gengið að innleiða styttingu vinnuvikunnar þar sem sú kjarabót fyrir launafólk átti ekki að hafa í för með sér skerðingu á þjónustu. Samið hefur verið um 30 orlofsdaga fyrir allt starfsfólk og starfsemin glímir við háa veikindatíðni bæði í lengri og skemmri tíma.

Við þessar aðstæður eru góð ráð bókstaflega dýr. Eftir mikla yfirlegu og samráð við fræðsluyfirvöld í Mosfellsbæ og stjórnendur leikskólanna lagði fræðslunefnd til skráningardaga eins og áður sagði. Helsti kostur þeirra er að þau sem þurfa á þjónustunni að halda munu fá hana.

Þessi leið krefst þess hinsvegar að foreldrar taki þátt í því að gera þetta að farsælli lausn á erfiðu viðfangsefni og við tryggjum þannig stöðuleika og fyrirsjáanleika þjónustunnar. Innleiðing á styttingu vinnuvikunnar í atvinnulífinu ætti að gera mörgum kleift að stytta vikuna einnig hjá leikskólabörnunum sínum. Skráningardagar í vetrarfríum, jóla- og páskafríum hafa þegar gefið góða raun og eru ekki alveg nýir af nálinni.

Að sjálfsögðu sitja ekki öll við sama borð þegar kemur að styttingu vinnuvikunnar og þess vegna er ekki farin sú leið að loka skólunum heldur hafa þá opna fyrir þau sem þurfa á því að halda.

Takk foreldrar!

Á síðustu vikum hefur raunin verið sú að um 70% barna hafa ekki þurft á vistun að halda á skráningartímum á föstudögum. Það er afskaplega góð byrjun og vil ég þakka foreldrum í Mosfellsbæ fyrir góð viðbrögð og samvinnu í þessu verkefni. Ég ætla ekki hafa mörg orð um mikilvægi þjónustu leikskólanna hér í þessari grein enda er hún flestum ljós. En ég vil frekar leggja áherslu á að við erum í þessu saman og að reka þessa skóla er samfélagslegt verkefni sem við höfum öll sammála um að er mikilvægt. Það er mikilvægt fyrir heimilin og það er mikilvægt fyrir samfélagið allt.

Stöndum því saman vörð um leikskólana í Mosfellsbæ og þá góðu starfsemi sem fer þar fram og er veganesti barnanna okkar út í lífið.

Aldís Stefánsdóttir
Bæjarfulltrúi Framsóknar
og formaður fræðslunefndar

Stöðuuppfærslur
in your face

Stefanía Ósk Þorsteinsdóttir
Tilkynning, Óskin er flutt aftur í Mosfellsbæinn sinn góða eftir tveggja ára framhjáhald í Kópavoginum :) Mikil hamingja og ég lofa að yfirgefa ekki Mosó aftur <3
2. nóv

Hanna Símonardóttir
Hvernig á maður að horfa í augun á 12 og 14 ára börnum frá Palestínu, sem komu hingað fylgdarlaus í vor og maður fóstrar á heimili sínu og útskýra í leiðinni af hverju Ísland styður ekki vopnahlé á Gaza??
Þar eru fjölskyldur þerra og þá sjaldan að netsamband virkar þá er það bara spurningin hversu slæmt þau hafa það og hver eða hverjir hafa dáið síðan síðast. Það er galin staða sem við Magnús Anna og Einar erum í þessa dagana. Við skömmust okkar meira en orð fá lýst fyrir utanríkis og forsætisráðherra og þeirra svör og eigum engin orð til að svara börnunum.
29. okt

Hjalti Árnason
Kæri Mosfellingur, nú er ljóst að Elding líkamsrækt verður ekki opnuð aftur á nýjum stað. Það var fyrir næstum 16 árum að Elding líkamsrækt var stofnuð að frumkvæði Mosfellsbæjar til þess að auka fjölbreytni í þjálfunar- og lýðheilsumálum Mosfellsbæjar. Þúsundir Mosfellinga og annarra hafa nýtt sér frábæran tækjasal og aðstöðuna að Varmá þar sem hægt var að fara í sund, potta, gufu og í ræktina. Núverandi bæjarfulltrúar hafa engu að síður ákveðið að endurnýja ekki samninga við Eldingu líkamsrækt og stöðva með því 26 ára aðgengi almennings að sameiginlegum mannvirkjum okkar Mosfellinga að íþróttamiðstöðinni að Varmá. Eftir stóð þá hjá mér að reyna að finna hentugt húsnæði fyrir áframhaldandi starfsemi Eldingar í Mosfellsbæ. Þegar það kemur í ljós að kostnaðurinn hleypur á tugum milljóna og ekki er til staðar þessi frábæra staðsetnig að Varmá þar sem allt var til alls, er mér nú orðið ljóst að það verður ekki opnað aftur [...]
10. okt

ÞJÓNUSTA VIÐ MOSFELLINGA
VERSLUM Í HEIMABYGGÐ

GARÐMENN
...gerum garðinn frægan!
Við sinnum öllum alhliða garðyrkjustörfum s.s jarðvegsvinnu, hellulögnum, steinhleðslum, timburverki, gróðursetningu, trjáklippingum.
Garðmenn leggja áherslu á fagleg vinnubrögð, vandvirkni og skjóta þjónustu.
Sími 893 5788

FHS
Hjálmar Guðmundsson
Löggildur húsasmíðameistari
s:6959922
fhsverk@gmail.com

Bílapartar ehf
Notaðir TOYOTA varahlutir
Sími: 587 7659
Grænumýri 3 | 270 Mosfellsbæ
www.bilapartar.is

Útfararstofa Íslands
www.utforin.is • Mosfellsbæ

Sverrir Einarsson S: 896 8242
Jóhanna Eiríksdóttir
Jón G. Bjarnason S: 793 4455
Sólarhringsvakt: 581 3300 & 896 8242
Komum til aðstandenda og ræðum skipulag sé þess óskað

MALBIKSTÖÐIN

www.arioddsson.is
ARI ODDSSON EHF
BYGGINGAVERKTAKI
MÚRVERK - FLÍSALAGNIR - ALMENN VIÐHALDSVINNA
FAGMENNSKA Í FYRIRRÚMI
Háholti 14 • 270 Mosfellsbæ • arioddsson@arioddsson.is
Símar: 895-0383 / 867-7704 / 564-4070

OPNUNARTÍMI SUNDLAUGA
Lágafellslaug
Virkir dagar: 06:30 - 22:00
Helgar: 08:00 - 19:00
Varmárlaug
Virkir dagar: 06:30-08:00 og 15:00-21.30
Laugard. kl. 08:00 -17:00 og sunnud. kl. 08:00-16:00

Tek að mér alla krana- og krabbavinnu
Útvega allt jarðefni
VÖRUBÍLL Þ.B.
Klapparhlíð 10
Þorsteinn 822-7142

BRA
BÍLASPRAUTUN OG RÉTTINGAR AUÐUNS
Frí Tjónaskoðun
SJÓVÁ TM VÍS vörður
GÆÐAVOTTAÐ VERKSTÆÐI
Auðbrekku 27. Kópavogi
www.bilasprautun.is
554 2510

GLERTÆKNI ehf
Völuteigi 21
- gler í alla glugga -
S. 566-8888 • WWW.GLERTAEKNI.IS

Þú finnur öll blöðin á netinu
WWW.MOSFELLINGUR.IS

Ökukennsla Lárusar
Gsm 7775200 akamos@simnet.is
Vespu-, bifhjóla- og bílpróf
Annast akstursmat og sé um hæfnispróf fyrir þá sem hafa gleymt að endurnýja.

VGH Mosfellsbæ
VERKTAKI SÍÐAN 1968
896-9443 896-2279
ÞAÐ SEM TIL ÞARF

HEYRST HEFUR...

...að búið sé að loka kaffihúsinu Gloríu í Bjarkarholtinu.

...að Steindi og Auddi verði veislustjórar á Þorrablóti Aftureldingar 20. janúar 2024.

...að Herbert Guðmundsson verði í Bankanum á laugardaginn.

...að Gísli Palli hafi orðið fimmtugur á dögunum.

...að Sigurður íþróttafulltrúi sé að hætta störfum á næstu vikum.

...að mest sóttu ferðamannastaðir í Mosó samkvæmt nýjum lista séu Gljúfrasteinn, Helgufoss og Lágafellslaug.

...að búið sé að breyta stóra flettiskiltinu neðan Krikahverfis í Led auglýsingaskilti.

...að Afturelding hafi selt heimaleikinn sinn í Evrópukeppninni og leiki því báða leiki næstu umferðar í Slóvakíu í lok mánaðar.

...að Rokkkór Íslands verði með Queen sing-along í Hlégarði föstudaginn 17. nóvember.

...að Eyþór Wöhler sé búinn að gefa út sína fyrstu bók, Frasabókina.

...að IceGuys-þættirnir hafi verið teknir upp í Álafosskvos að miklu leyti.

...að mosfellska rauðvínið Zenato hafi unnið Gyllta glasið annað árið röð.

...að mesti samdráttur í fjölda íbúða í byggingu á landinu sé í Mosfellsbæ, 45,5%, samkvæmt Húsnæðis- og mannvirkjastofnun.

...að búið sé að leggja til á Alþingi að Kjósarhreppur verði ekki lengur kenndur við Mosfellsbæ og fái sitt eigið póstnúmer.

...að hinn vinsæli basar félagsstarfs eldri borgara fari fram á Hlaðhömrum 25. nóv.

...að Kótilettukvöld handboltans verði haldið á föstudaginn.

...að knattspyrnumaðurinn Ásgeir Marteins sé búinn að rifta samningi sínum við Aftureldingu.

...að líkamsræktarstöðin Elding muni ekki opna á nýjum stað eftir lokun að Varmá.

...að hið vinsæla Bókmenntahlaðborð fari fram á bókasafninu miðvikudagskvöldið 15. nóvember.

...að einn heppinn Mosfellingur hafi unnið 100 þúsund kall í Lottó með miða úr Lukku láka.

...að aðeins 28% Mosfellinga séu jákvæðir í garð borgarlínunnar samkvæmt skoðanakönnun sem Prósent framkvæmdi.

...að Steindi verði með Kahoot-PubQuiz í kvöld í Bankanum.

...að tillaga borgarfulltrúa VG um að sameina Mosfellsbæ og Reykjavík hafi verið skotin niður.

...að Villý og Gunni Birgis eigi von á barni á nýju ári.

...að Axel Lár sé 35 ára í dag.

mosfellingur@mosfellingur.is

Nýir Mosfellingar

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

Elías Þór Viktorsson fæddur 12. júní 2023, foreldrar eru Viktor Guðjónsson og Elísa Kristín Sverrisdóttir, hann á einn bróður, Alexander Emil.

Bæjarróni ársins 2023

Bæjarróni ársins 2023 hefur verið útnefndur og er það Karl Hjartarson sem hlýtur nafnbótina eftirsóttu. Á myndinni má sjá Karl taka við bikar úr höndum Davíðs B. Sigurðssonar forseta Rónafélags Mosfellsbæjar og Ragnheiðar Ríkharðsdóttur gefanda verðlaunanna.

Í eldhúsinu

HJÁ RANNSÝ OG BJARNA

Mildur kjúklingaréttur

Rannveig Eyberg Stefnisdóttir og Bjarni Ásgeirsson deila að þessu sinni með okkur Mosfellingum uppskrift að mildum kjúklingarétti.

Hráefni

- 1 krukka Butter Chicken (PATAK'S)
- 1 krukka Mango Chutney (SHARWOOD'S)
- ¼ l rjómi
- salt og pipar
- 25 g íslenskt smjör
- rifinn ostur
- 6-8 bitar kjúklingur

Leiðbeiningar

Snöggsteikið kjúklinginn á heitri pönnu. Setjið kjúklinginn í eldfast mót. Hitið saman í potti Butter Chicken og Mango Chutney sósurnar. Bætið úti í rjóma og salti og pipar eftir smekk. Hellið síðan sósunni yfir kjúklinginn. Hitið í ofni í ca 40 mín við 160-170°C. Stráið yfir rifnum osti í restina og bakið í ca 10 mín til viðbótar.

Meðlæti

Hrísgrjón, hvítlauksbrauð og gott ferskt salat.

Verði ykkur að góðu!

Rannveig og Bjarni skora á Ingu Ástu Bjarnadóttir að deila með okkur næstu uppskrift í Mosfellingi

ER MIKIÐ AÐ GERA?

Nýlega hlustaði ég á flottan fyrirlestur þar sem farið var inn á álagsmenningu sem ríkir á Íslandi. Það er alltaf svo mikið að gera hjá öllum að það er orðin lykilsetning þegar við hittum einhvern út í búð.

„Hæ hvað segir þú gott?"
„Hæ, bara fínt en þú?"
„Jú bara gott, er ekki bara nóg að gera og svona? ..."

Hvernig dettum við alltaf í þennan gír og síðan hvenær var þetta töff?
Það er mikið að gera hjá öllum en það sem mér finnst vera mikið að gera gæti verið lítið að gera fyrir þér. Við dettum svo oft í þennan meting ómeðvitað um hvort sé meira að gera hjá mér eða þér.
Mig langar að skora á þig, kæri lesandi, að hugsa um þetta næst þegar þú hittir einhvern út í búð eða bara á förnum vegi. Hvað getur þú spurt um annað en hvort það sé ekki nóg að gera eða mikið að gera. Ef þú færð spurningu um hvort það sé mikið eða nóg að gera þá skora ég á þig að breyta um umræðuefni.

Nú eru jólin að ganga í garð og þau einkennast oft af „mikið að gera dögum". Getum við skoðað það aðeins, þessi tími á að vera notalegur tími. Við þurfum ekki að baka allar smákökusortir eða mæta á alla jólatónleika, við getum líka bara tekið rólega stund heima með fjölskyldu eða vinum. Frestunaráráttan að kaupa jólapakka kemur líka sterk inn, ég skora á þig að kaupa allavega einn pakka í nóvember.

Njótum stundanna með fólkinu okkar og minnkum álagið á okkur, skoðum hvað við erum að gera og tökum út þann óþarfa sem er yfir okkur, hvað finnst okkur gaman að gera og höldum því inni. Förum vel með okkur!

MOSFELLSBAKARI.IS
HÁHOLT 13-15
HÁALEITISBRAUT 58-60
MOSFELLSBAKARÍ

SPURNING TIL BÆJARBÚA

Hver er uppáhaldslriturinn þinn?

HELENA:
Sægrænn.

BIRTA:
Alltaf bleikur.

VALUR:
Piparmyntugrænn.

SIGGI VALLI:
Gulur, eins og sólin.

DRÍFA:
Blár

ROLL2:
Svartur, er það ekki litur?

HVERJIR VORU HVAR?

Sendið okkur endilega myndir - mosfellingur@mosfellingur.is

Hlé í garðinum

Í afmæli hjá Gísla Palla

Gömlu góðu vinirnir

Vinir í brúðkaupi

Rándýr lýsing á skákmóti í Bankanum

Unglingahljómsveitin Djók

Neyðarkallinn til sölu

Lambhaga-partý

Útgáfuhóf hjá Bókabeitunni

Hvíti Riddarinn í bikarnum

Endurfundir og gleði

Gengin í það heilaga

Byron og Bjarki á góðri stundu

Jólabjórinn er mættur

Brúðkaupsfínar

40

FERTUGSFERÐIN MIKLA
VINKONURNAR Í TÆLANDI

TVÍFARAR

Raggi Óla

Luka Kostic

Við erum á fullu að bóka fyrir jólin, ekki missa af því og bókaðu núna!

Við erum fagmenn. Við erum Sprey Hárstofa

Sprey er staðsett í Mosfellsbæ og Garðabæ.

Hárstofan Sprey

Hægt er að panta tíma á Sprey.is eða í síma 5176677

Kvöldheimsókn

Verslanir og þjónusta í Þverholti 5, Mosfellsbæ,

Lukkupottur
frábærir vinningar í boði

ásamt **Foldabassa.is** langar að bjóða ykkur í **kvöldheimsókn** frá **kl 17-21, miðvikudaginn 30. nóvember** og kynna ykkur fyrir því sem við höfum upp á að bjóða.
Léttar veitingar í boði og góð tilboð.

FBA
FOLDABASSA ART

I-prent

Öll velkomin

Slikkerí

Sigurbjörg

Myndó.is
ljósmyndastofa

ALLT

FASTEIGNASALA

www.allt.is • allt@allt.is • 560-5505
Þverholt 2 • Mosfellsbær

Fasteignasala Mosfellsbæjar
Sími: 586 8080
fastmos.is

MOSFELLINGUR

WWW.MOSFELLINGUR.IS - MOSFELLINGUR@MOSFELLINGUR.IS

Hringdu

RÖMPUNUM FAGNAÐ

Átakið „Römpum upp Ísland" hefur gengið vonum framar. Myndin er tekin á Reykjalundi við hátíðlega athöfn þegar nýir rampar voru teknir í notkun. Nánar um rampana í Mosfellsbæ á bls. 6.

Mynd/Hilmar

Sæktu Landsbanka-appið

App Store
Google Play

Jólin eru komin í verslun Múlalundar!
Tilboð á jólavörum
- sjón er sögu ríkari!

MÚLALUNDUR

MIKIL SALA - VANTAR EIGNIR - VERÐMETUM

Þjónusta við Mosfellinga í 30 ár

Pétur Pétursson
löggiltur fasteignasali
897-0047

Brynjólfur Jónsson
löggiltur fasteignasali
898-9791

Háholt 14, 2. hæð
588 55 30
BERG FASTEIGNASALA

Þrastarhöfði

Falleg 103 fm íbúð á 2. hæð í góðu fjölbýli, 3 svefnherbergi. Íbúðin er í enda með sérinngangi. Eikarparket á gólfum. Rúmgóð stofa með opið í eldhús. Svalir í suður. Flott eign í vinsælu hverfi. Örstutt í skóla og sundlaug. **Verð: 73,9 m.**

Klausturhólar í Grímsnesi

Gæsilegur 76 fm sumarbústaður á þessum vinsæla stað miðsvæðis á Suðurlandi. Stór eignarlóð 1,2 hektarar. Tré og runnar. Grasflatir og stórir sólpallar. Allt fyrsta flokks og gott viðhald. Gróðurhús og geymsla. Heitur pottur og 3 svefnherbergi. Rúmgóð stofa. **Verð: 53 m.**

Grenibyggð

136 fm parhús með bílskúr við Grenibyggð. 3 svefnherbergi. Góð lofthæð. Sólpallur í suður með heitum potti. Fallegur garður í góðri rækt. Hellulagt bílaplan með snjóbræðslu. Flott eign, innarlega í lokaðri og gróinni götu í einu vinsælasta hverfi Mosfellsbæjar. **Verð: 103 m.**

Silfursslétta

Rúmgott 160 fm atvinnuhúsnæði á Esjumelum. Húsið er með góða staðsetningu og mjög rúmgott. Mikil lofthæð og góð aðkoma. Næg bílastæði.

OPIÐ VIRKA DAGA FRÁ KL. 9-18 • NETFANG: BERG@BERG.IS • WWW.BERG.IS • BERG FASTEIGNASALA STOFNUÐ 1989