

MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

Árbæjarblaðið

8. tbl. 22. árg. 2024 ágúst

Fréttablað íbúa í Árbæjarhverfi



Bifreiðaverkstæði
Grafarvogs

Allar almennar
bílavíðgerðir

Gylfaflöt 24 - 30 • 112 Reykjavík
Sími 577 4477

www.bilavidgerdir.is

Þjónustuaðili



SSANGYONG



CHEVROLET



Margar stelpur spiluðu fótbolta hjá Fylki í sumar. Þessi hópur tilheyrir framtíðinni hjá Fylki og eiga stelpurnar án efa eftir að slá í gegn á fótboltavellinum í framtíðinni.

Fjör hjá Fylki í sumar

- sjá bls. 8



HeilsuKlasinn



Bifreiðaverkstæði Friðriks Ólafssonar ehf

bfo@bfo.is



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

VISSIR ÞÚ?

**AÐ KEILA ER
LEIKIN AF
120.000.000
MANNS Í YFIR
90 LÖNDUM.**

**KÍKTU Í KEILU, PÍLU, KAREOKE,
PIZZU, DRYKK, BOLTA OG FJÖR.**

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

Keiluhöllin
EGILSHÖLL



Íslenskt birki

Gjafir fyrir veiðimenn og fyrirtæki

Gröfum nöfn veiðimanna
á boxin - Persónuleg og falleg gjöf

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



Árbæjarblaðið

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

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

Enn von um sumar

Það er kannski að bera í bakkafullan lækinn að minnst enn og aftur á veðrið en fátt er okkur meira virði en gott veður.

Vorið þetta árið var kalt og afspyrnu leiðinlegt og því var í gangi óvenjumikil eftirvænting eftir góðu sumri. Leiðinlegt sumar í fyrra ýtti enn frekar undir væntingamar. Núna er sumarið rúmlega hálfnað og lítið ber á þeirri gulu. Oftar en ekki er væta og kuldi.

Það hefur verið óvenju kalt í sumar og mun kaldara en mörg undanfarin ár. Þetta hefur ekki farið framhjá neinum. Undirritaður gerir eins mikið af því og hægt er að spila golf og það hefur varla komið sá dagur í sumar að maður hafi getað leikið hring á stuttermá bol.

Oftar en ekki hefur derhúfan ekki dugað og mjög algengt að sjá kylfinga á ferðinni með gömlu góðu lopahúfuna sem aldrei klikkar. Þessi leiðinda tíð er þreytandi og ekki til að létta lundina.

Það er hart sótt að andlegri heilsu fólks þessa dagana. Veðrið er snar áhrifavaldur og svo er ástandið í heiminum ekki til að laga ástandið. Stríð geysa á mörgum stöðum. Geðveikir einræðisherrar stráðrepa fólk og börn og unglingar eru þar engin undantekning. Hætta er á því að dæmdur glæpamaður nái völdum í Bandaríkjunum en sá siðleysingi er til alls líklegur. Það er ósk margra að mjög svo frambærileg kona sem er í framboði í forsetakosningunum 5. nóvember nái að sigra Donald Trump. Kamalla Harris hefur verið að sækja í sig veðrið undanfarið og stendur vonandi uppi sem forseti að kosningum loknum.

Hér heima logar allt í ildeilum og ekki líður sá dagur að stjórnmálamaðmenn munnhöggvist ekki í fjölmiðlum. Gildir þá einu í hvaða flokki viðkomandi eru. Sótt er að kirkjunni, kristni í landinu. Nú síðast var krossinn tekinn úr merki Kirkjugarða Reykjavíkur. Af hverju? Hverra hagsmuna var verið að gæta þar? Hvað gerist næst? Á líka að fjarlægja alla krossa úr kirkjugörðum landsins?

Um 80% landsmanna eru í þjóðkirkjunni. Það þarf að snúa þeirri þróun við að háværir minnihlutahópar nái að knýja fram slæmar breytingar. Kirkjan þarf að taka sér taki. Þar eigum við mikla von í nýjum biskupi, sr. Guðrúnu Karls Helgudóttur. Hún fer vel af stað og mun vonandi hafa bein í nefinu til að standa vörð um kirkjuna og allt það fólk sem á hana trúir.

Vonin er nauðsynleg og hana má aldrei vanta. Við vonum í lengstu lög að sumarið kiki við að lokum, minnug þess að september var langbesti mánuður síðasta sumars. Við verðum líka að vona að friður komist á í heiminum þó að það líti ekki vel út sem stendur.

Stefán Kristjánsson

abl@skrautas.is

Upprætum slysagildrurnar

- eftir Kjartan Magnússon borgarfulltrúa

Fjórtað af tuttugu hættulegustu gatnamótum landsins eru í Reykjavík. Þau eru öll ljósastýrð. Hægt er að fækka slysum í borginni svo um munar með markvissum breytingum á mörgum þessara gatnamóta. Til dæmis með því að gera fjölförnu gatnamótin mislæg.

Hættulegustu gatnamót landsins

Mót Miklubrautar og Kringlumýrabrautar njóta þess vafasama heiðurs að vera hættulegustu gatnamót landsins. Þar urðu 163 slys og óhöpp á tímabilinu 2019-2023, þar af níján slys með meiðslum.

Næsthættulegustu gatnamótin eru við mót Miklubrautar og Grensásvegur. Þar urðu 204 slys og óhöpp á árunum 2019-2023, þar af fjórtán með meiðslum.

Í þriðja sæti eru gatnamót Reykjanesbrautar og Bústaðavegar með 102 óhöpp, þar af fjórtán slys með meiðslum.

Á sama tímabili urðu tólf slys með meiðslum á gatnamótum Kringlumýrabrautar - Suðurlandsbrautar - Laugavegur, ellefu á gatnamótum Sæbrautar-Kleppsmýrabrautar - Skeiðarvog og tíu á gatnamótum Kringlumýrabrautar og Listabrautar.

Fjöldi slysa langt yfir markmiði

Helsta markmið gildandi umferðar-



Kjartan Magnússon borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins.

öryggisáætlunar er að látnum og alvarlega slösuðum vegfarendum fækki árlega um 5%. Við Íslendingar erum því miður langt frá því markmiði. Á síðasta ári var markmiðið að ekki fleiri en 148 manns myndu látast eða slasast alvarlega í umferðarslysum. Raunin varð hins vegar sú að 237 urðu fyrir slíkri ógæfu það ár, sem er um 60% yfir markmiðinu.

Örugg leið til þess að fækka umferðarslysum er að grípa til aðgerða í þágu aukins umferðaröryggis á fjölförnu gatnamótum á höfuðborgarsvæðinu, sem eru jafnframt

hættulegustu vástadir landsins. Með markvissum breytingum er nefnilega hægt að gera umrædd gatnamót mun öruggari í þágu allra vegfarendahópa og fækka þannig slysum verulega.

Aukið öryggi – greiðari umferð

Árangursríkasta leiðin væri að gera hættulegustu gatnamótin mislæg. Mörg dæmi eru um að alvarlegum slysum hafi fækkað gífurlega á hættulegum gatnamótum með tilkomu mislægra lausna, jafnvel um allt að 90%. Líklegt er að mislæg lausnir myndu fækka slysum á áðurnefndum gatnamótum í Reykjavík um a.m.k. 70%. Að auki myndu slíkar breytingar greiða fyrir umferð og draga úr mengun.

Pólitískur stuðningur við miðlægar lausnir á fjölförnu gatnamótum virðist vera lítill hjá núverandi borgarstjórnarmeirihluta Samfylkingar, Framsóknarflokks, Pírata og Viðreisnar. Er það miður því besta leiðin til að fækka slysum verulega í borginni væri að beita slíkum lausnum.

Framfarir í hönnun

Á síðustu áratugum hafa orðið miklar framfarir í hönnun mislægra gatnamóta. Víða í Evrópu má finna slík mannvirki, sem lítið fer fyrir á yfirborði þar sem þau eru að mestu niðurgráfin og gjarnan í stuttum stökum. Þau gegna samt því hlutverki vel að auka umferðaröryggi, greiða fyrir umferð og

MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

Um okkar FYRIRTÆKI

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



Hafðu samband núna

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

Við þjónustum allar gerðir bíla

Tjónaskoðun

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

Rétting og málun

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

Getum gert fast verðtilboð í viðgerðir

Erum með bílaleigubíla á staðnum

Vinnum með öllum bílaumboðum

Hefur þú kynnt þér þjónustu Heilsuklasans?

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

Hafðu samband:

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



Léttara líf



Sterkari bein



60+ Námskeið



Jóga



ALVÖRU ÚTSALA MÚRBÚÐARINNAR

**Síðustu
dagar
útsölnunnar**



LAVOR

Verð áður: 39.995 kr.

**20%
afsláttur**

31.996 kr.

STM 160 WPS háþrýstidæla
2500W 160bör



Verð áður: 33.995 kr.

**25%
afsláttur**

25.496 kr.

Kaliber ferðagasgrill
2 brennarar 5kW



Verð áður: 11.755 kr.

**20%
afsláttur**

9.404 kr.

Trotec skruúvél



Flísar

Verð frá: **2.148 kr/m²**



Harðparket

Verð frá: **1.946 kr/m²**

**Mikið úrval
af parketi
og flísum
20-50%
afsláttur**



Verð áður: 19.995 kr.

**20%
afsláttur**

15.996 kr.

Hrærivél 120C, 1200W 40-60ltr.



Verð áður: 25.995 kr.

**30%
afsláttur**

18.197 kr.

Guoren TLY Sturtusett svart

Verð áður: 22.699 kr.

**30%
afsláttur**

15.889 kr.

Rafsópur fyrir fúgur
og illgresi 550W

Verð áður: 21.999 kr.

**25%
afsláttur**

16.499 kr.

Hecht Slönguhjól
20m slanga



Verð áður: 59.995 kr.

**20%
afsláttur**

47.996 kr.

Ceravid Mr. Clever WC
rimless sett með öllu



Verð áður: 79.995 kr.

**20%
afsláttur**

63.996 kr.

Sturtuklefi 80x80x200
m/brúsu



Verð áður: 18.995 kr.

**20%
afsláttur**

15.196 kr.

Blaut- / Ryksuga 1400W,
35l tankur



Verð áður: 48.865 kr.

**40%
afsláttur**

29.319 kr.

Fjölnota sláttuorð 3-in-1

Verð áður: 2.899 kr.

**25%
afsláttur**

2.174 kr.

Hagmans Premium V
sænsk palla- & tréolia, 3ltr.



**Öll pallaolia og
viðarvörn
25% afsláttur**

Skoðaðu tilboðin á murbudin.is

MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

Lönguhnakkar - grískur réttur

- frábær réttur sem vert er að prófa

Kristjana Steingrímsdóttir, Jana, býður lesendum okkar upp á frábærar uppskriftir af fiskréttum.

Grískur fiskréttur

800 gr. lönguhnakkar eða þorskhnakkar frá Hafinu.

1 sítróna skorin í grófa bita.
5 hvítlauksrif skorin í tvennt.
Nokkrar matskeiðar steinlausar olífur.

4 tómatar gróft skornir.
1/2 rauðlaukur skorinn gróft.
1 box steinselja gróft söxuð.
Olífuolía.

Salt og pipar.
1 msk. marokkósk kryddblanda frá Kryddhúsinu.

1 krukka af laktósalausum salatosti frá Árna.

Blandið öllu saman í eldfast mót og setjið inn í 200 gráðu heitan ofn í um 20-25 mínútur.

Dásamlegur fiskréttur, verið óhrædd við að blanda meira af öðru grænmeti og finna ykkar uppáhalds fiskrétt.

Berið fram með íslensku banka- byggi eða nýjum íslenskum kartöflum og fersku salati.

Verði ykkur að góðu.

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



Gríski fiskrétturinn hennar Jönu er sannkallað lostæti.



Skemmtileg hlutastörf í frístundaheimilunum í Árbæ

Töfrasel við Árbæjarskóla og Víðisel í Selásskóla óska eftir góðu og hæfu fólki **18 ára og eldri** til að starfa með 6-9 ára börnum eftir að skóladegi þeirra lýkur. Meginmarkmið starfsins er að efla félags- og samskiptafærni barna í gegnum leik og skipulagt starf.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Skipuleggja og framkvæma faglegt frístundastarf fyrir 6-9 ára börn.
- Leiðbeina börnum í leik og starfi.
- Samráð og samvinna við börn og starfsfólk.

Hæfniskröfur

- Menntun eða reynsla sem nýtist í starfi.
- Áhugi á að vinna með börnum.
- Frumkvæði og sjálfstæði.
- Færni í samskiptum.
- Góð íslenskukunnátta.



Í boði eru 20-50% störf milli klukkan 13 og 17. Vetrarstarfið hefst 23. ágúst og best væri að viðkomandi gæti byrjað sem fyrst. Hreint sakavottorð í samræmi við lög sem og reglur Reykjavíkurborgar.

Laun eru samkvæmt samningi Reykjavíkurborgar og Sameykis; frístundaleiðbeinandi er í launaflokki 234 og háskólamenntaður frístundaráðgjafi launaflokki 252.

Nánari upplýsingar um starfið gefa:

Árni Þór í Víðiseli – s. 567 2604 / 664-7622 arni.thor.ionsson@reykjavik.is

Erna Bryndís í Töfraseli – s. 411-5816 / 695-5092
erna.bryndis.einarsdottir@reykjavik.is

Hægt er að sækja um á vef Reykjavíkurborgar:

[Skemmtileg hlutastörf í frístundaheimilum í Árbæ | Reykjavík](#)



Frábær gjöf fyrir veiðimenn og konur

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

1.-31.08

GARÐAÚRGANGS- GÁMAR



GYLFAFLÖT

ÞAÐ SEM MÁ FARA Í **GÁMANA:**

MOLD

**BLÓMA-
AFSKURÐUR**

GRAS

**ILLGRESI
OG ARFI**

**TRJÁ-
GREINAR**



EKKERT **PLAST!**



HP 
GÁMAR

NÝTUM ORKUNA Í AÐ FLOKKA



Fylkismaðurinn Guðmar Gauti Sævarsson var í íslenska landsliðinu sem skipað er leikmönnum 17 ára og yngri. Hann var fyrirlíði liðsins í sterkum sigri á heimamönnum í landsliði Ungverjalands.

Guðmar Gauti stóð sig vel

- Guðmar Gauti valinn í lokahóp U-17 ára landsliðsins

Lúðvík Gunnarsson, landsliðsþjálfari U17 karla, valdi Guðmar Gauta Sævarsson til þátttöku í Telki Cup æfingamóti sem fram fór í Ungverjalandi dagana 12. – 18. ágúst.

Guðmar lék vel fyrir Íslands hönd á mótinu og var m.a fyrirlíði liðsins í sterkum sigri á móti heimamönnum í Ungverjalandi. Guðmar er einungis 16 ára gamall og gríðarlegt efni en hann hefur komið við sögu í 7 leikjum í meistaraflokki Fylkis á þessu tímabili og skorað í þeim eitt mark, þá er hann einnig lykilmáður í 2. flokki félagsins.



U-17 GUÐMAR GAUTI
SÆVARSSON



Krakkarnir stóðu sig vel í sumar

- mikið um að vera hjá Fylkiskrökkum í sumar!

Fylkir heldur úti mjög öflugum sumarstarfi í sumar eins og mörg undanfarin ár.

Mörg námskeið eru jafnan í gangi og krakkarnir fjölmennir í íþróttirnar og skemmta sér konunglega.

Fylkiskrakkar á öllum aldri og í mörgum greinum hafa haft mikið að

gera í allt sumar á mótum, námskeiðum og æfingabúðum.

Hér má sjá nokkar myndir frá skemmtilegu sumarstarfi sem hefur gengið mjög vel fyrir sig að venju og allir hafa skemmt sér vel og fengið verkefni við sitt hæfi í góðum félagskap.



Þessir strákar skemmtu sér vel á Fylkissvæðinu í sumar.



Sigursælar stelpur í fótboltnum.



Þessir strákar stóðu sig vel í körfuboltnum hjá Fylki.



VETRARSTARF FYLKIS 2024/5

Fimleikar og Parkour

Fylkir býður upp á fimleika fyrir lengra komna í áhaldafimleikum, byrjendahópa í áhaldafimleikum fyrir 5 ára og eldri og hópfimleika fyrir 8 - 12 ára.

Íþróttaskóli er fyrir 3 - 5 ára og ungbarnafimi fyrir 1 - 2 ára.

Parkour er í boði fyrir alla, bæði stráka og stelpur frá 6 ára aldri.



Rafíþróttir

Fylkir býður upp á rafíþróttir í vetur fyrir stráka og stelpur á aldrinum 8 - 16 ára.



KARATE

Fylkir býður upp á karate fyrir byrjendur og lengra komna á öllum aldri, allt frá minikarate fyrir 4-5 ára iðkendur upp í æfingar fyrir fullorðna.



FÓTBOLTI

Fylkir býður upp á æfingar og keppnir fyrir stelpur og stráka á aldrinum 3-19 ára.



KÖRFUBOLTI

Fylkir býður upp á körfubolta í vetur fyrir stráka og stelpur frá 1.bekk.



HANDBOLTI

Fylkir býður upp á handbolta í vetur fyrir stráka og stelpur frá 5 ára aldri.



BLAK

Fylkir býður upp á blak í vetur fyrir stráka og stelpur frá 8 ára aldri sem og fullorðna.



Skráning í starfið er hafin á heimasíðu félagsins !

Upplýsingar um æfingatöflur, æfingagjöld, þjálfara og annað er hægt að nálgast á heimasíðu félagsins eða með tölvupósti á fylkir@fylkir.is

**Frístundarstrætó gengur
14-16 alla virka daga frá og með 1.september.
Skráning fer fram á heimasíðu félagsins.**

SKRÁNING
HAFIN



Ballett frá 2ja ára - Jazzballett
Ballett-fitness - Silfursvanir 65 ára+
Mat-pilates og 20-30 ára advanced

**BALLETTSKÓLI
EDDU SCHEVING**

Skipholt • Kópavogur • Grafarvogur

60 ára+ grunn- og framhaldsnámskeið

Bætt heilsa og aukin lífsgæði

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




Hafðu samband:
www.klasinn.is
mottaka@klasinn.is
599-1600

HeilsuKlasinn

Árbæjarblaðið

Ritstjórn og auglýsingar sími 698-2844

**Stíflupjónusta
Röramyndir
Dælubíll**



**VALUR
HELGASON**

stifla.is | 896 1100

Fréttir

Árbæjarblaðið



Fyrirhugað skipulag á Ártúnshöfða.

Breyttur Ártúnshöfði

Ártúnshöfði-Elliðaárvogur er stærsta þróunar- og uppbyggingarsvæði Reykjavíkur og mun margt gerast þar á næstu árum. Áætlað er að í þessum nýja borgarluta rísi allt að 7-8000 íbúðir og að þar geti búið allt að 20.000 borgarbúar.

Skipulagsvinnan er í gangi um þessar mundir en hún byggir á rammaskipulagi frá 2016 sem unnið var í kjölfar hugmyndasamkeppni. Hér er því verið að umbreyta athafna- og iðnaðarsvæði í íbúabygð og þarf því meðal annars að skipta um jarðveg. Búast má við að flutningur á fyrirtækjum hefjist á næstu 2-3 árum. Fyrstu íbúðirnar gætu verið tilbúnar jafnvel árin 2025 eða 2026.

Tillaga að þessu deiliskipulagi (2A) hefur nú verið samþykkt í borgarráði eftir auglýsingu og hægt er að undirbúa næstu skref í framhaldinu. Grænar áherslur eru í fyrirrúmi. Í bókun meirihlutans 11. júlí segir að samþykkt hafi verið skipulag fyrir 582 íbúðir í nýja hverfinu á Ártúnshöfða. Og að „gröfu iðnaðarsvæði sé umbreytt í grænt og þétt íbúðahverfi við lykilstöðvar Borgarlínu. Lögð verði áhersla á að hönnun gatnaumhverfisins styðji við gott aðgengi allra faramáta og miði við nýjustu útfærslur í þeim efnum.“

Innan rammaskipulagssvæðis Elliðaársvogs/Ártúnshöfða hefur deiliskipulagsvinnu fyrir allt að 2.980 íbúðir verið lokið og 2.520 eru í ferli. „Þegar breyta á svona svæði þar sem hefur verið athafna- og



Séð frá Geirsnefi.

iðnaðarstarfsemi um langt skeið, þá þarf til dæmis að huga að því að jarðvegurinn sé viðeigandi fyrir íbúðarhúsnæði, og skipta ef það er mengun og það getur tekið einhvern tíma, segir Sólveig Sigurðardóttir, arkitekt og verkefnisstjóri hjá skipulagsfulltrúa Reykjavíkurborgar, „en ég held að þetta sé allt að gerast og mikið sem mun breytast á næstunni.“

Staðsetning svæðisins er einstök. Nálægð við strandlengjuna og útivistarsvæði Elliðaárdals skapar svæðinu mikla sérstöðu í borginni. Elliðaárvogur er einn veðursælasti staðurinn í Reykjavík en þar gætir ekki norðanstrengs og Ártúnshöfðinn skýlir fyrir suðaustanátt. Miðlæg lega þess á höfuðborgarsvæðinu og nálægð við stofnæðar eru forsendur fyrir þéttbyggðu borgarhverfi sem styður

við breyttar áherslur í samgöngumálum.

Á svæðinu öllu er gert ráð fyrir tveimur grunnskólum og einum safnskóla í bland við blómlega þjónustu- og atvinnustarfsemi við Krossmýrartorg. Hryggjarstykki uppbyggingarinnar er meðfram fyrirhugaðri Borgarlínu sem liggur í gegnum mitt skipulagssvæðið. Nefna má að á þessu svæði verða borgarlínustöðvar við Sævarhöfða og Krossamýrartorg.

Með tilkomu Borgarlínu mun Ártúnshöfði verða beintengdur miðborginni og tengja saman menningu og mannlíf austur- og vesturluta borgarinnar. Leiðarljós allrar skipulagsvinnu er að styðja við markmið borgarinnar í loftslagsmálum sem stuðla að sjálfbærri þróun borgarumhverfisins.

24. ÁGÚST



**MenningarNótt
CultureNight**

MENNINGARNOTT.IS

Frábær gjöf fyrir veiðimenn og konur




Uppl. í síma 698-2844 og á Krafla.is

Þessar þurfa að vera í boxinu þínu í sumar

Laxaflugur



Iða



Krafla gul



Krafla rauð



Krafla orange



Krafla blá



Krafla græn



Iða



Skröggur



Grænfríðungur



Elsa



Gríma blá



Kolskeggur

Tungsten keilutúpur



Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)



Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)



Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)



Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)

„Íslenska landsliðið“ í silungaflugum



Beygla



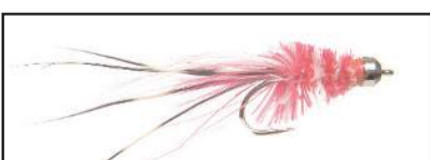
Beykir



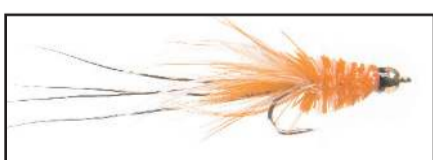
Krókurinn



Mýsla



SilungaKrafla bleik



SilungaKrafla orange

Kíktu á Krafla.is

- Gjöfular, fallegar og sterkar flugur
- Íslensk hönnun



Krafla.is
íslensk fluguveiði

Uppl. í síma 698-2844 og 699-1322



Sr. Petrína Mjöll Jóhannesdóttir að predika, hressleikinn í fyrirrúmi.



Glæsileg hjón að fá sér kaffisopa eftir messu.

Árleg sameiginleg sumarmessa

Árlega sameina sóknirnar í Grafarvogi, Árbæ og Grafarholti krafta sína og efna til sameiginlegrar sumarmessu.

Er messa þessi haldin til skiptis í hverfunum og í ár var komið að Árbæ að bjóða til messunnar.

Til stóð að halda messuna neðan við

Árbæjarkirkju en veðurguðirnir voru ekki samvinnuþýðir þennan morguninn

Ljósmyndir

Katrín J. Björgvinsdóttir

og var því brugðið á það ráð að færa messuna inn í Árbæjarkirkju.

Elisabet Einarsdóttir lék á harmoniku og fleiri hljóðfæri. Félagar úr kór Árbæjarkirkju leiddu sönginn og prestar söfnuðanna þjónuðu fyrir altari og sr. Petrína Mjöll Jóhannesdóttir prestur í Árbæjarsókn prédikaði.

Fjöldi sótti messuna og Kata Ljósmyndari okkar mætti með myndavélina.



Hjónin Pétur Karlsson og Lýdía Kristóbertsdóttir.

Ballettskóli Eddu Scheving að hefja 63. starfsárið

Ballettskóli Eddu Scheving var stofnaður árið 1961 er því að hefja sitt 63. starfsár. Í rúm 20 ár hefur skólinn haft útibú fyrir forskólaaldur í Grafarvogi en það er fyrir aldurinn 2-6 ára. Lengst af hefur skólinn verið með aðsetur í íþróttahúsi Hamrakóla. Kennsla fer þar fram á föstudögum en alla aðra daga vikunnar fer kennsla fram í glæsilegu húsnæði skólans í Skipholti 50c en þar eru tveir salir.

Í ár er skólinn einnig með starfsemi í Kópavogi.

Veturinn skiptist í tvær 12 vikna

annir og endar haustönnin með foreldrasýningu í kennslusal en á vorin er skólinn með glæsilegar nemendasýningar í Borgarleikhúsinu.

Skólinn sérhæfir sig í kennslu í klassískum ballett en býður nú einnig upp á jazzballett og söngleikjadan fyrir forskóla og jazz/modern fyrir eldri nemendur. Hörku þjálfum fyrir ballerínur sem geta ekki hætt að dansa á aldrinum 20-30 ára. Pilates tímar verða í boði. Ballett-fitness fyrir fullorðna og svo eru Silfur-svanir sem er prógramm fyrir 65 ára og eldri.

Vetrarstarfið hefst 11. september en innritun er hafin og skoða má allar upplýsingar á síðu skólans <https://bsch.is/> og betra er að hafa hraðann á áður en hóparnir fyllast.

Brynja Scheving er skólustjóri Ballettskólans hefur kennt öll árin sem skólinn hefur verið í Grafarvogi og ásamt henni er alltaf einn til tveir aðstoðarkennarar.

“Ballettinn er góður grunn fyrir svo margt og hvort sem börnin halda áfram að æfa ballett síðar þá er víst að grunnurinn sem þau fá er mjög góður. Í forskólanum læra börnin grunnstöður og æfingar í klassískum ballett sem hæfa þeirra aldri og þroska en skipt er í hópana eftir aldri. Þau gera æfingar sem liðka og styrkja, læra að standa í röð og fylgja settum reglum. Litlum sporum og æfingum er svo fléttað inn í litla látbragðsdansa og leiki eins og blómið, fiðrildi, mýs og kisur sem dæmi. Þetta er mjög þroskandi og afar skemmtilegt prógramm sérhannað fyrir þennan aldur. Svo eftir því sem þau eldast og þroskast tekur meira alvara við.” segir Brynja.

Ballettskóli Eddu Scheving nú á 3 stöðum. Í Grafarvogi, Kópavogi og Skipholti.

Myndirnar sýna nemendur skólans á glæsilegri nemendasýningu skólans í Borgarleikhúsinu s.l. vor. En á nemendasýningunum sem er án efa hápunktur vetrarins koma allir nemendur fram frá 3ja ára aldri.



MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!



Guðriður Pálmadóttir, Lilja Ingólfssdóttir, Guðrún Karls Helgudóttir biskup og Jónína Valdemarsdóttir.



Elisabet Einarisdóttir lék á harmoníku og Ingi G. Ingimundarson spilaði á Cajon trommukassa með fót-tambórínur og fleira.



Svavar Þorvaldsson, sr. Leifur Ragnar Jónsson, Geir Guðsteinsson og Starkaður Daði Guðmundsson.



Guðrún Karls Helgudóttir biskup Íslands, Leifur Ragnar Jónsson sóknarprestur í Guðriðarkirkju í Grafarholti, sr. Petrína Mjöll Jóhannesdóttir og sr. Arna Ýrr Sigurðardóttir sóknarprestur í farvogskirkju.



Reynir Eliesersson, Elisabet Einarisdóttir, Guðrún Karls Helgudóttir biskup Íslands og Ingi G. Ingimundarson.



Jón Böðvarsson, Hörður Magnússon og sr. Arna Ýrr Sigurðardóttir.



Daði Þór Torfason, Þuríður Guðbjörtsdóttir og Torfi Markússon.



Guðrún Karls Helgudóttir biskup Íslands, sr. Petrína Mjöll Jóhannesdóttir og sr. Arna Ýrr Sigurðardóttir.



Jón Bjarnason úr sóknarnefnd Grafarvogskirkju og Sigurður Þór Þorsteinsson úr sóknarnefnd Árbæjarkirkju.

Félagsstarf fullorðinna

Við erum á Facebook



Félagsmiðstöðin Hraunbæ 105



Félagsmiðstöðin Hraunbæ
105
Félagsmiðstöð



Leita að Félagsmiðstöðin Hraunb...



Félagsmiðstöðin Hraunbæ 105

Sími 411-2730

Gamla myndin

Árbæjarblaðið



Hvað þekkir þú marga?

Gamla myndin að þessu sinni sýnir lið Fylkis eins og það var skipað á því herrans ári 2010. Hversu marga þekkið þið á myndinni? Ólafur Þórðarson var þjálfari liðsins, Valur Fannar Gíslason fyrirlíði og Jóhann Þórhallsson var markahæstur.

Mynd: Einar Ásgeirsson
KGG

ALLIR ÚT AÐ HJÓLA

Veldu öruggt
start með
TUDOR

MEÐ TUDOR

Eitt mesta úrval landsins
af rafgeymum í allar
gerðir farartækja



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

SKORRI

TUDOR

SÉRFRÆÐINGAR Í RAFGEYMUM

TUDOR

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

Útfararstofa Íslands

Reykjavík • Kópavogi • Garðabæ • Hafnarfirði

Sólarhringsvakt: ☎ 581 3300

Komum til aðstandenda og ræðum skipulag sé þess óskað

✉ utforin@utforin.is 🌐 www.utforin.is



Sveinir Einarsson
Útfarastjóri
S: 896 8242



Jón G. Bjarnason
Útfarastjóri
S: 793 4455



Jóhanna
Fíriksdóttir
Umjón utlára



Guðmundur Ó. Jóhannes
Frámkvæmdastjóri
Umjón utlára
S: 862 0537

ALÚD • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA

GLÆNÝ VEFSALA Á FYLKIR.IS

FYLKIS
DERHÚFA

4.990

FYLKIS
TREYJA
10.000

FULLT AF FYLKISVÖRUM
Á FRÁBÆRU VERÐI

Árbæjarblaðið

Ritstjórn og auglýsingar sími 698-2844

MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

Fréttamolar frá kirkjustarfinu

Helgihald í Árbæjarkirkju

Fjölbreytt starf fyrir alla aldurshópa í Árbæjarkirkju fram á vorið.

Almennar guðsþjónustur í Árbæjarkirkju alla sunnudaga kl. 11.00 (sjá nánar á www.arbajarkirkja.is)

Kyrrðastundir alla miðvikudaga kl.12.00. Altarisganga og fyrirbætur. Léttur hádegisverður á vægu verði.

Starf eldri borgara (Opíð hús) alla miðvikudaga kl.13.00-16.00

Sunnudagaskólinn er í safnaðarheimili kirkjunnar á sunnudögum kl. 11.00 þar sem ungir og aldnir skemmta sér saman.

Brúðuleikhús, söngur og biblíusögur.

Barnastarf Árbæjarkirkju.

Á þriðjudögum er boðið er upp á sérstakt starf fyrir bæði 6 - 8 ára börn (STN starf) og 9 - 12 ára börn (TTT- starf). Skrá þarf sérstaklega börnin í STN (1. - 3. bekkur) og TTT-starfið (4. - 7. bekkur).

Skráning fer fram á heimasíðu kirkjunnar. Allt barna- og unglingastarf á vegum Árbæjarkirkju er foreldrum að kostnaðarlausu.

Unglingastarf Árbæjarkirkju. Æskulýðsfélagið saKÚL hittist á fimmtudagskvöldum kl. 20.15.

Unglingastarfið er opið öllum ungmennum og hvetjum við fermingarbörnin sérstaklega til að taka þátt.

Helgistund Hraunbæ 105 Félagsmiðstöð eldri borgara alla fimmtudaga kl. 9:30



Skotið nánar á heimasíðu kirkjunnar www.arbajarkirkja.is

Eitt með öllu

- eftir sr. Þór Hauksson sóknarprest í Árbæjarsókn

Ekki orð um það meira, þótt ekki væri annað, hefur mörgum „mörlandanum“ eins og frændur okkar Norðmenn kölluðu okkur hér fyrir á árum; vegna þess að íslenskur kvikfénaður væri miklu feitlagari en norskur, þótt ekki væri annað en sumarið (ef það á annað bord leysti sig úr fjötrum dagatalsins og lét sjá sig í raunverunni) sé búið eftir verslunarmannahelgina.

Ekki skal segja að það hafi eitthvað með að gera að þessi eða hinn hafi partýað yfir sig þá helgina á „Þjóðhátíð í Eyjum“ eða á „Ein með öllu“ á Akureyri, hátíð sem bar framangreinda yfirskrift sem er alveg hægt að misskilja. Samanber ungi ólofaði maðurinn um árið sem ákvað að fara norður að finna þessa „Einu með öllu.“ Hann var reyndar í flugvélinni á leið norður að velta fyrir sér hvað þetta „allt“ þýddi. bara til að komast að því að fleiri þúsundir samlanda hans og erlendra gesta fóru þangað líka reyndar akandi því þar var sólin þá verslunarmannahelgina. Ekki er mér kunnugt um að þessi ágæti ungi maður hafi fundið þessa „Einu með öllu“ en væntingarnar voru til staðar.

Dagana fyrir verslunarmannahelgina; þar sem verslunarmenn (karlar og konur eru menn) ætti reyndar samkvæmt kynhlutlausu tali að segja verslunarfólk og þá „verslunarfólks-helgi.“ Væntingar fólks fyrir verslunarfólks-helgina fara oftar en ekki fram úr öllu hófi og annar hver maður eða annað hvert fólk, dagana fyrir helgina, orðin „sérfræðin“ í veðri. „Einhvert farið“ að lesa í skýfarið dagna á undan, hvar best er að dvelja um Verslunarfólks-helgina.

Þau okkar sem eru miðaldra og eitthvað lengra komin í lífinu sitjum

eftir með kynjað málfar og klórum okkur í höfðinu því við vitum að væntingum ætti alltaf að stilla í hof og það á ekki bara við nýliðna helgi heldur bara almennt. Hóflugar væntingar um eitthvað bætir aðeins og kætir ef það eitt verður umfram það sem vænst var.

Það má ekki skilja þessi skrif mín sem svo að við megum ekki geyma í huga væntingar um þetta og hitt. Væntingar til einhvers er aflvaki til að gera eitthvað sem við ekki endilega gerum á hverjum degi samanber ungi maðurinn sem sagði frá hér að ofan og keypti sér rándýrt flug norður því þar var boðið upp á „Eina með öllu“ sem hann mögulega gæti rambað á svona hversdags fyrir norðan. Væri ráð fyrir „kynlausa“ málfarsráðunauta, lærða sem leikna, að benda mótshöldurum fyrir norðan að taka upp og breyta nafni hátíðarinnar í „Eitt með öllu.“

Þannig mætti koma í veg fyrir misskilning ungra manna sem eru ekki endilega bara að sækja í sólna nema hvoru tveggja væri. Því að tvennu, ef út í það er farið, er mun ódýrara að skella sér bara í röð innfeddra sem og útlendra fyrir framan pylsuvagninn á Bæjarins bestu í Tryggvagötu og fá sér „Eina með öllu“ eða þú vilt vera hipp og kúl og samfélagslega meðvitund/ður með kynlausa tungumálið á hreinu og segja: „Eitt með öllu“ og skola því niður með

ískaldri kók til að kæla sig í „sumarhitnum“ allavega málfarslega þótt ekki væri það annað.

Pólitískur rétttrúnaður er alls staðar og við flest fylgjum honum af hræðslu við að vera taldir (talin) fremur vond/ir, fordómfull/ir og



sr. Þór Hauksson.

afturhaldssóm/ir einstaklingar. Hver manneskja á auðvitað rétt til að vera eins og hann/hún er eða eins og þjóðargersemin okkar Páll Óskar söng um árið - „ég er eins og ég er“ og ekki orð um það meira.

Þór Hauksson



Silli Kokkur - Höfðabakka 1

60 ára+ grunn- og framhaldsnámskeið

Bætt heilsa og aukin lífsgæði

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

Hafðu samband:

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

HeilsuKlasinn





Silli kokkur Höfðabakka 1

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



Jólin nálgast!

Sala er hafin á okkar vinsæla villibráðar- og jólahlaðborði á

sillikokkur.is

og matseðlar eru kynntir þar. Okkar glæsilegu hlaðborð verða í boði alla föstudaga og laugardaga í október, nóvember og desember



Silli Kokkur - S: 5691-5976 - sillikokkur.is