

MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

Grafarvogsblaðið

6. tbl. 35. árg. 2024 júní

Dreift ókeypis í öll hús í Grafarvogi



Ódýri ísinn



A sveit Fjöltnis, Íslandsmeistarar félagsliða í skák 2024. Sveitin vann allar 10 viðureignirnar - 20 stig. Fullt hús - glæsilegur árangur.

Meistarar

- sjá nánar á bls. 2



HeilsuKlasinn

bfo.is

Bifreiðaverkstæði Friðriks Ólafssonar ehf bfo@bfo.is



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

FASTEIGNA
MIÐLUN
GRAFARVOGS



FASTEIGNA-
SALAN
Í ÞÍNU HVERFI

Spöngin 11
112 Reykjavík
Sími 575 8585

www.tmg.is



Bifreiðaverkstæði
Grafarvogs

Allar almennar
bílavíðgerðir

Gylfahlöt 24 - 30 · 112 Reykjavík
Sími 577 4477

www.bilavidgerdir.is

Þjónustuaðili



SSANGYONG CHEVROLET

Lyf á lægra verði!



Einkarekið apótek

Leggjum áherslu á
mjög góða þjónustu

Gott vöruúrval

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



RIMA
Apotek

Grafarvogsbliðið

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

Ritstjóri og ábm.: Stefán Kristjánsson.

Netfang Grafarvogsbliðsins: gv@skrautas.is

Ritstjórn og auglýsingar: Símar 698-2844 og 699-1322.

Útlit og hönnun: Skrautas ehf.

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

Prentun: Landsprent ehf.

Ljósmyndari: Katrín J. Björgvinsdóttir.

Dreifing: Póstdreifing.

Grafarvogsbliðinu er dreift ókeypis í öll íbúðarhús í Grafarvogi.

Einnig í Bryggjuhverfi.

16 milljarðar til Úkraínu

Nú nýverið greindi forsætisráðherra Íslands frá því að til stæði að Ísland ætlaði að greiða 4 milljarða króna árlega næstu fjögur árin til stuðnings við Úkraínu í stríðinu gegn Rússlandi.

Er ekki rétt að stöðva þá stjórnáamenn sem hugsa svona? Svona hugsun er svo galin að taka verður í taumana. Ef þetta er stefna Sjálfstæðisflokksins með Bjarna Benediktsson í broddi fylkingar er kominn tími til að stöðva þann flokk og koma honum frá völdum. Reyndar virðist hann sjá alveg um það sjálfur þessa dagana ef marka má skoðanakannanir síðustu vikna og missera.

Er það virkilega mat stjórnáamanna sem eru við stjórnvölinn að svo mikið sé til af peningum á Íslandi að í lagi sé að greiða 16 þúsund milljónir á næstu fjórum árum til Úkraínu? Getum við virkilega séð af öllum þessum peningum í stríðsrekstur sem kemur okkur bókstaflega ekkert við?

Rétt er að benda þessum ágætu stjórnáamönnum á þá staðreynd að það vantar mörg hundruð heimilislækna á Íslandi í dag og sömuleiðis vantar mörg hundruð lögglumenn til starfa. Í stað þess að auka við framlag ríkisins til löggæslumála er unnið að því að skera niður í þessum málaflokki. Væri ekki skynsamlegra að nýta þessar 16 þúsund milljónir í þessa málaflokka svo dæmi sé tekið?

Nánast daglega verður maður orðlaus yfir ákvörðunum sem stjórnáamenn taka á Íslandi. Það virðist vera í tísku hjá forystumönnum Sjálfstæðisflokksins þessa dagana að þenja sig í útlöndum og eyða háum fjárhæðum í málefni sem koma okkur bara ekki við. Utanríkisráðherrann, Þórdís Kolbrún Reykfjörð Gylfadóttir var á dögnum að þenja sig í Georgíu af öllum löndum. Skipta sér þar af innanríkisálum sem koma Íslendingum bara ekkert við. Og takandi þátt í mótmælum á götum úti. Það er ekki mikið að gera hjá utanríkisráðherra Íslands þegar hann hefur tíma og efni á því að eyða tíma sínum og peningum í svona hluti.

Samfylkingin er á endalausum flugi og eykur við fylgi sitt með hverri könnun þrátt fyrir að ráða ekki við rekstur Reykjavíkurborgar. Samfylkingin er á góðri leið með að fá tvöfalt fylgi Sjálfstæðisflokksins, bæði í borginni og á landsvísi. Öðru vísi mér áður brá og hvað er framundan? Er ekki bara best að skipta um fólk í brúnni?

Stefán Kristjánsson

gv@skrautas.is



Rúmlega 100 grunnskólakrakkar á Sumarskáknoti Fjölnis.

Skákdeild Fjölnis 20 ára

- Íslandsmeistarar 2024

Skákdeild Fjölnis var stofnuð 27. maí árið 2004. Það voru þeir Hrafn Jökulsson forseti Hróksins, Guðlaugur Þór Þórðarson formaður Umf. Fjölnis og alþingismaður og Helgi Árnason skólastjóri Rimaskóla sem stóðu fyrir stofnun skákdeildarinnar.

Helgi var kjörinn formaður á stofnundi deildarinnar og hefur hann sinnt því hlutverki öll þessi 20 ár. Frændi hans Gunnlaugur Egilsson hefur einnig setið í stjórn skákdeildarinnar frá upphafi.

Skákdeildin var stofnuð í kringum efnilega skákkrakka í Rimaskóla og öðrum grunnskólum í Grafarvogi. Þá hafði skáksveit Rimaskóla unnið Íslandsmót grunn- og barnskólasveita tvö ár í röð og landaði haustið 2024 fyrsta NM meistaratitlinum af sex.

Skákdeildin hefur frá upphafi lagt mikla áherslu á ókeypis barna- og unglíngastarf með góðum árangri. Einnig hefur skákdeildin lagt áherslu á þátttöku stúlkna og kvenna með áberandi hætti. Fyrsta verkefni A sveitar Fjölnis var þátttaka á Landsmóti UMFÍ á Sauðárkróki 2004 þar sem Fjölnismenn með þá Róbert Lagermann, Tómas Björnsson, Ingvar Ásbjörnsson og að sjálfsögðu Hrafn Jökulsson í broddi fylkingar. Fjölnismenn unnu landsmótið örugglega.

Fjölnismenn hófu keppni á Íslandsmóti skákkfélaga með þátttöku í 4. deild og unnu sig árið 2007. Hefur Grafarvogsbliðið haldið sig í deild hinna bestu allt frá þeim tíma. Nú á 20 ára afmælisári tjaldaði A sveit Fjölnis afar sterkri skáksveit ungra skákanna, íslenskra og erlendra sem stefndu á Íslandsmeistarabikarinn. Íslandsmót félagsliða 2024 unnu Fjölnismenn með fullu húsi 20/20. Fyrsti en ábyggilega ekki síðasti sigur okkar á Íslandsmóti skákkfélaga.

Allt frá upphafi hafa barna- og unglíngastarf skákdeildarinnar verið gríðarlega vel sóttar og þótt ómissandi hjá þeim sem hafa ánægju af skák. Æfingar-

nar hafa í þessi 20 ár verið skipulagðar með sama hætti, kennsla, keppni, verðlaun og veitingar. Áhugasömustu krakkarnir hafa sótt Skákskóla Íslands og tekið þátt í flestum barna- og unglíngastökum.

Áhuginn meðal nemenda Rimaskóla og samfelldur árangur skáksveita Rimaskóla hefur vakið athygli. Í 15 ár í röð tefldu Rimaskælingar á NM grunnskóla og tefldu 12 sinnum til verðlauna. Á Reykjavíkur- og Íslandsmeistaramótum hafa skáksveitir skólans alltaf verið meðal bestu á landsinu. Í skólanum hefur verið einstaklega vel haldið utan um skákstarfið og bestu skákkennarar fengnir til að kenna skák í skólanum. Þetta öflugra skákstarf í Rimaskóla hefur rímað vel við öflugt skákstarf Fjölnis.

Skákdeild Fjölnis hefur frá upphafi haldið ein fjölmennustu skákmótin ætluð börnum og unglíngum þar sem ókeypis þátttaka, fjöldi verðlauna og veitingar eru í boði. Frá árinu 2007 hefur Skákdeild Fjölnis hýst Íslandsmót skákkfélaga og boðið upp á góða aðstöðu í Rimaskóla og Egilshöll undir þetta fjölmennasta skákmót landsins. Góð aðstaða, skipulag og veitingasala hafa reynst vel að mati forsvarsmanna skák-

félaga.

Skákdeild Fjölnis hefur allt frá 2018 haldið Hraðskákmót tafklúbaga sem hefur verið nokkuð vel sótt og með nýju sniði klárast á einum degi.

Skákdeild Fjölnis hefur hlottast margar heiður og viðurkenningar auk styrkja á þessum 20 árum. Íbúasamtök Grafarvogsvéittu skákdeildinni Máttarstólpán 2009 fyrir fyrirmyndar félagsstarf í hverfinu. Helgi Árnason formaður Skákdeildar Fjölnis hlaut Barnamenningarverðlaun Velferðarsjóðs barna árið 2013 og íslensku Fálkaorðuna fyrir framúrskarandi árangur við innleiðingu á skák. Árið 2022 hlaut Skákdeild Fjölnis viðurkenningar- og verðlaunaskjal auk peningaupphæðar frá Verðlauna- og styrktarsjóðs Rótarý á Íslandi.

Allir skákkrakkar sem eru uppaldir hjá Fjölni hafa hald fyrir tryggt við félagið, þ.e. enginn þeirra hefur fært sig frá Fjölni yfir til annarra skákkfélaga. Þetta mun vera einsdæmi hér á landi.

Kraftaverkið í Grafarvogi sem skrifað var var um í blaðagrein fyrir rúnum áratug virðist áfram lifa góðu lífi. Gott skipulag og skemmtilegt skákstarf verður áfram í boði. Áfram Skákdeild Fjölnis - 20 ára.



Ein af hinum fjölmennu skákæfingum Fjölnis á fimmtudögum í Rimaskóla.

GB TJÓNAVIÐGERÐIR

Um okkar FYRIRTÆKI

GB tjónavíðgerðir er réttíngi- og málníngarverkstæði með 5 stjórnu gæðavottun frá Bílgreinasambandinu. Við erum í samstarfi við öll tryggingafélög.

BGS

Framúrskarandi fyrirtæki

2020-2021 Fyrirmyndarfyrirtæki

SJÓVÁ

TM

VÍS

Vörður

Hafðu samband núna

Draghals 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.

Réttíng og máln

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

Getum gert fast verðtilboð í viðgerðir

Erum með bílaleigubíla á staðnum

Vinum með öllum bílaumboðum

Hefur þú kynnt þér þjónustu Heilsuklasans?

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

Hafðu samband:

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



Gull æfingaáætlun



Kort í tækjasal



60+ Námskeið



Kvennaleikfimi



Bleikja með sesam og kókoshjúp

- frábær réttur sem vert er að prófa

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

700 gr. bleikjuflök.
70 gr. makadamian hnetur saxaðar (eða aðrar góðar hnetur).
1/2 msk. rífið engifer, ca 3 cm bútur.

Safi og börkur af einni sítrónu.
1/3 rauður chili saxaður fínt eða 1/4 tsk. chiliflögur.

3 stk. vorlaukur saxaður.
3 msk. akasíu hunang/ eða önnur sæta.

3 msk. ristud sesam olía.
4 msk. blönduð sesam fræ (svört og hvít eða bara hvít).

1,5 msk. tamari sósa.
1/3 bolli kókosflögur.
1/3 bolli ólffuolía.

Hitið ofninn í 180 gráður.
Setjið bleikjuflökin í eldfast mót. Öllu nema bleikjuflökunum blandað saman í skál og borið því næst á bleikjuna.

Látið standa í ca 30 mínútur, setjið inn í ofn í 12-14 mínútur eða þar til allt er orðið vel gyllt á litinn og bleikjan elduð.

Frábært að bera fram með góðu og fersku salati og kaldri sósu.

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



Bleikjan hennar Jönu er sérlega gómsætur og hollur réttur.

MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

Vantar þig sjónmælingu?

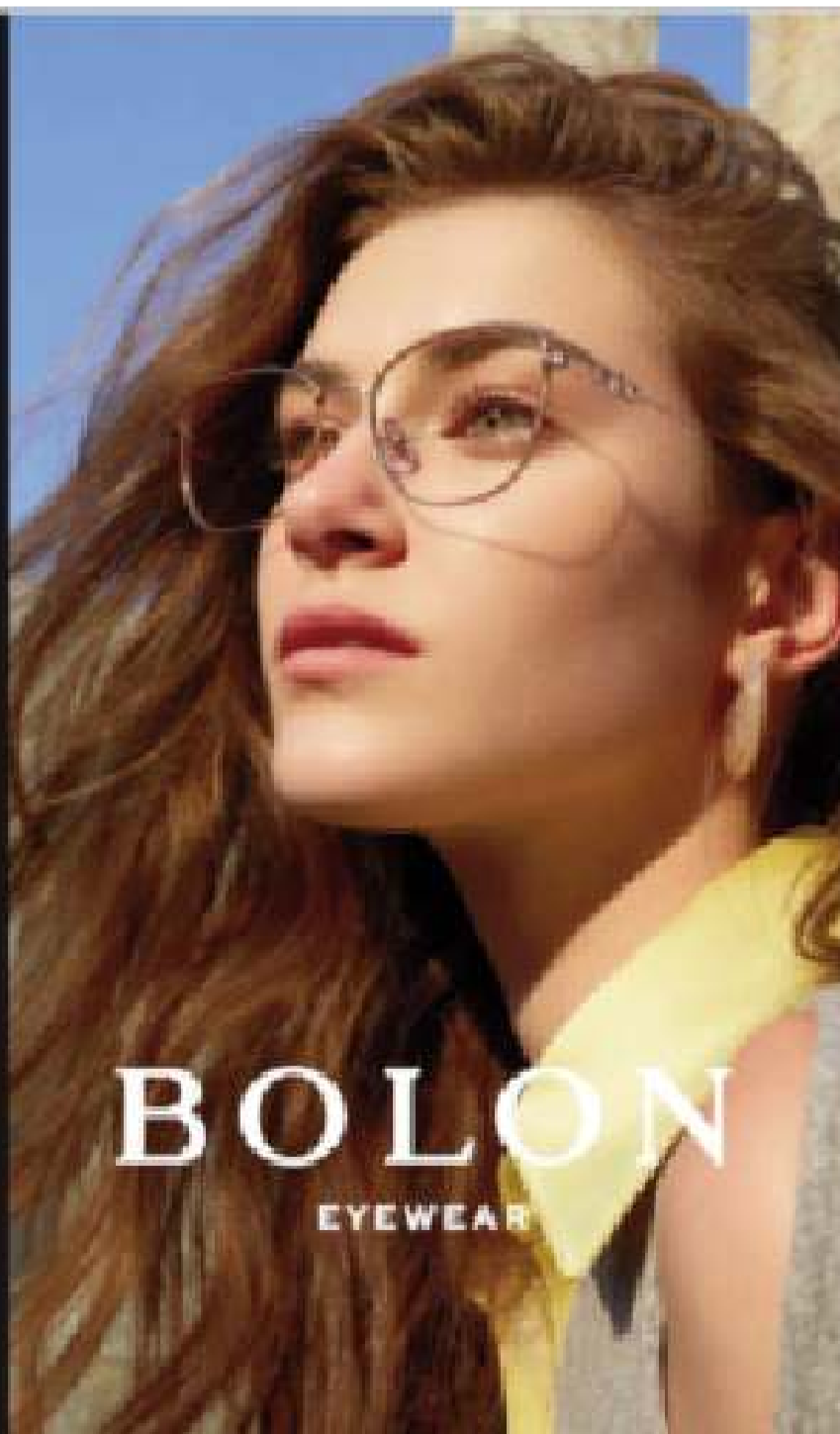
Sjónmælingar alla þriðjudaga og
fimmtudaga í Prooptik Spönginni.
Bókaðu í síma: 570 0900

Gott úrval af umgjörðum frá Bolon, Carrera og
Land Rover. Komdu við og skoðaðu úrvalið!

Breyttur opnunartími!
Opnið virka daga frá 11:00 - 17:30

prooptik
glæraugu

+ SPÖNGIN
Opnið virka daga
11:00 - 17:30
prooptik.is / 570 0900



Reginn er nú Heimar

Heimar er eitt öflugasta og framsæknasta fasteignafélag landsins. Hjá Heimum mótum við nýjan farveg fyrir spennandi tækifæri og sköpum sjálfbæra borgarkjarna með hugviti, nýsköpun og samvinnu.

Egilshöllin er einn af kjörnum félagsins og stærsta íþrótt- og afþreyingarmiðstöð landsins. Samhliða almennri íþróttaiðkun hafa Heimar þróað leigurými með fjölbreyttu úrvali afþreyingar og þjónustu fyrir íbúa Grafarvogs. Á næstunni bætast við rafíþróttasalur frá Next Level Gaming og golfhermasalur frá Golfsvítunni. Sumarið 2023 hlaut Egilshöllin BREEAM In-Use umhverfiscertun.

Egilshöllin er hluti af Heimum.



Heimar

Ragna Lára og Alexander Jökull í Hæfileikamótun HSÍ

Síðasta æfingahelgi Hæfileikamótunar HSÍ fór fram helgina 24.-26. maí. Um 30 drengir og 30 stúlkur voru boðað í úrtakshóp að þessu sinni en hátt í 200 iðkendur tóku þátt í Hæfileikamótun HSÍ á nýliðnu tímabili. Að vanda var boðið upp á frábæra dagskrá fyrir iðkendur.

Ásamt krefjandi æfingum var boðið upp á fyrirlestra í styrktarþjálfun og íþróttasálfræði, þar sem meðal annars var farið yfir jákvætt sjálfstal, áæðni, stress og markmiðasetningu.

Fjölirnir átti tvo frábæra leikmenn í úrtakshópnum, Alexander Jökul Hjartarson og Rögnu Láru Ragnarsdóttur og óskum við þeim innilega til hamingju með árangurinn.

Við úðum garðinn þinn

- Hagstætt verð og vönduð vinna
- Ný og viðurkennd efni
- Eyðum líka meindýrum

GARÐÚÐUN MEINDÝRAEYÐIR

Sigurður Ingi Sveinbjörnsson

Upplýsingar í sínum:

567 6090 & 897 5206

MEÐ LEYFI FRÁ HOLLUSTUVERND RÍKISINS

www.gardudun.is

VÖNDUÐ VINNA

meindyraeidir@simnet.is

- www.meindyraeydir.is



272 hlauparar á öllum aldri tóku þátt í Fjölnishlaupi OLÍS.

272 tóku þátt í Fjölnishlaupi

Hið árlega Fjölnishlaup Olís var ræst í 36. sinn á Uppstigningardag 9. maí í blíðskaparveðri frá þróttamiðstöðinni við Dalhús.

Fjölnishlaup Olís er partur af mótarið sem kallast Gatorade Sumarhlaupin, en mótarið var fyrst sett á laggirnar sumarið 2009 og er þetta því í sextánda sinn sem hún er haldin.

Fjölnishlaupið sjálft er þó einn elsti viðburður opin almenningi á vegum Fjölnis og í ár var boðið var upp á þrjár vegalengdir; 1,4 km skemmtiskokk, 5 km hlaup og 10 km hlaup.

Það verður ekki annað sagt en að veðrið hafi leikið við hlaupara og aðra í Grafarvoginum og var stemmingin frábær.

Þátttaka í ár var góð en 272 tóku

þátt í hlaupinu í þetta sinn og skiptust keppendur niður í 3 greinar. 59 keppendur tóku þátt í 10km hlaupi, 72 keppendur hlupu 5km og alls 141 hlaupari lauk 1,4km skemmtiskokki í ár.

Verðlaunahafar árið 2024:

10km hlaup kvenna

1. sæti – Íris Anna Skúladóttir FH á 00:37:10 mín.
2. sæti – Elín Edda Sigurðardóttir ÍR á 00:38:16 mín.
3. sæti – Fríða Rún Þórðardóttir ÍR á 00:39:50 mín.

10km hlaup karla:

1. sæti – Arnar Pétursson Breiðablik á 00:33:32 mín.
2. sæti – Hugo Landron FH á 00:34:29 mín.
3. sæti – Sigurgísli Gíslason FH á

00:34:44 mín.

5km hlaup kvenna

1. sæti – Dalrós Ingadóttir á 00:21:27 mín.
2. sæti – Eva Skarpaas á 00:22:22 mín.
3. sæti – Henný Dröfn Davíðsdóttir á 00:24:06 mín.

5km hlaup karla:

1. sæti – Sigurður Karlsson ÍR á 00:17:40 mín.
2. sæti – Vilhjálmur Þór Svansson ÍR á 00:18:14 mín.
3. sæti – Sigurður Júlíusson á 00:18:13 mín.

Auk þessa fengu öll börn sem tóku þátt í skemmtiskokkinu glaðning frá Olís.

Við þökkum öllum þeim sem tóku þátt og hlökkum til að sjá ykkur öll á næsta ári!

Fjölnir dregur kvennaliðið ú keppni þeirra bestu

Fjölnir ætlar ekki að senda lið sitt í úrvalsdeild kvenna í körfuknattleik á næsta keppnistímabili en stjórn körfuknattleiksdeildar félagsins tilkynnti þetta í kvöld.

Fjölnir hafnaði í áttunda sæti deildarinnar í vetur og hélt sæti sínu þar eftir harða fallbaráttu við Snæfell.

Félagið stefnir að því að senda lið í 1. deild kvenna í staðinn en erfið fjárhagsstaða körfuknattleiksdeildarinnar

og mikil afföll af leikmönnum eftir tímabilið eru aðalástæður, eftir því sem fram kemur í tilkynningu deildarinnar á samfélagsmiðlum í kvöld.

Tilkynningin í heild sinni er eftirfarandi:

Stjórn Körfuknattleiksdeildar Fjölnis (KKD) hefur, í samráði við aðalstjórn félagsins og eftir samtöl við leikmenn liðsins, ákveðið að draga kvennalið Fjölnis úr keppni í Subway deildinni fyrir næsta tímabil.

Þetta er ákvörðun sem tekin er með þungum huga, en eftir vandlega ígrundun er orðið ljóst að hún er nauðsynleg.

Liðið hefur orðið fyrir mikilli blóðtöku frá síðasta tímabili. Við höfum misst margar af okkar reyndustu og sterkustu leikmönnum sem ýmist eru á leið erlendis í nám, hafa lagt skóna á hilluna eða ætla sér að róa á önnur mið, auk þess sem að erlendir leikmenn liðsins hafa lokið samningum sínum.

Staðan er því sú að við erum því miður ekki með nægilega marga meistaraflokksleikmenn til að halda úti æfingum, hvað þá að halda úti samkeppnishæfu liði í Subway deildinni á komandi leiktíð, án þess að fá til liðsins leikmenn sem Fjölnir hefur ekki efni á eins og staðan er í dag.

Til viðbótar við þessa erfiðu stöðu er fjárhagsstaða KKD Fjölnis einfaldlega ekki góð. Á vormánuðum eftir að ný stjórn tók við í byrjun árs 2023 var deildinni greint frá raunverulegri fjárhagsstöðu deildarinnar og kom í ljós að fjárhagur hennar var mun lakari en áður hafði verið kynnt.

Deildin hefur verið í miklum halla-

rekstri undanfarin ár en hafði áður náð endum saman vegna fjárhagslegs stuðnings aðalstjórnar, sem nú er ekki lengur til að dreifa. Á sama tíma hefur áskókn á leiki fallið mikið síðan í heimsfaraldrinum.

Þrátt fyrir að á síðasta ári hafi okkur tekist að auka tekjur deildarinnar mikið, meðal annars með því að margfalda utanaðkomandi styrki til deildarinnar frá okkar frábæru styrktaraðilum og virkum fjáröflunarleiðum, hefur það enn ekki nægt til þess að ná endum saman.

Góðu fréttirnar eru þær að framtíðin er björt! Við höfum lagt áherslu á að styrkja þjálfun í okkar frábæra ungmenntastarfi, sem hefur skilað sér bæði í mikilli fjölgun iðkenda og frábærum árangri.

Sem dæmi urðu stelpurnar okkar í 9. flokki Íslandsmeistarar A-liða og fóru í úrslitin í bikarkeppninni og 12. flokkur kvenna náði í undanúrslit á Íslandsmótinu. Þessi frábæri kjarni af hæfileikaríkum stúlkum eru framtíðin og KKD Fjölnis ætlar að hlúa vel að þeim.

Mikilvægt er að sjá til þess að þær fái réttan vettvang til að þróa leik sinn og öðlast reynslu með þeim sem eldri á jafningjagrunndvelli.

Á næstu misserum verður unnið að því að efla innra starf deildarinnar, bæta og styrkja starf yngri flokka enn frekar, auk þess að styðja við meistaraflokk karla. Markmiðið er að kvennaliðið taki þátt í 1. deild kvenna á næsta tímabili.

Stjórn KKD Fjölnis vill þakka leikmönnum kvennaliðsins og öllum sem hafa komið að starfinu í vetur fyrir vel unnin störf.

Lifrænar mjólkurvörur



Allt fyrir sumarið

á hagstæðu verði



39.995 kr.

Lavor háprýstidæla með risa aukahlutapakka



64.995 kr.

Kaliber Silver III Gasgrill 11,5kW



99.995 kr.

Bensín sláttuvél Briggs & Stratton mótór



9399 kr.

Hekklíppur rafmagns 520W



11.395 kr.

Rafmagnssláttuoríf 600W



33.995 kr.

Kaliber ferðagasgrill 2ja brennara



Verð-áður: 2.899 kr.

20% afsláttur

2319 kr.

Tréolia V



19.999 kr.

Rafmagnssláttuvél 1400W



1795 kr.

Undri Garðahreinsir



Garðverkfæri

á frábæru

verði!

Strákústur - 1399 kr.
Steypuskófla - 2329 kr.
Kantskeri - 2495 kr.
Malarskófla - 2999 kr.
Stungugaffall - 3695 kr.
Malarhrifa - 2389 kr.
Laufhrifa - 829 kr.



1995 kr.

Truper garðverkfærasett



Áburður

á Múrbúðarverði

Grasfræ 1kg - 1699 kr.
Bláskorn 7kg - 2269 kr.
Graskorn - 1999 kr.



1195 kr.

Staurasteypa, 15kg



9995 kr.

Trappa með vinnuborði 4.þrep



Mjög gott úrval af garðslöngum

Verð frá

2.629 kr.

Garðslöngur

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

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

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

MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

Stíflupjónusta Röramyndir Dælubíll



**VALUR
HELGASON**

stifla.is | 896 1100

Útfararstofa Íslands

Reykjavík • Kópavogi • Garðabæ • Hafnarfirði

Sólarhringsvakt: ☎ 581 3300

Komum til aðstandenda og ræðum skipulag sé þess óskað

✉ utforin@utforin.is 🌐 www.utforin.is



Sveinir Einarsson
Útfarastjóri
S: 896 8242



Jón G. Bjarnason
Útfarastjóri
S: 793 4455



Jóhanna
Eiríksdóttir
Umgögn utlára



Guðmundur Ó. Jóhannsson
Framkvæmdastjóri
Umgögn utlára
S: 862 0537

ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA



HeilsuKlasinn

Grafarvogsblaðið

Ritstjórn/Auglýsingar - Sími 698-2844

Startaðu ferðasumarið með TUDOR®

Rafgeymar í húsbíla og hjólhýsi
fyrir ferðalagið í sumar



TRAUST OG FAGLEG ÞJÓNUSTA - ALLA LEIÐ

SKORRI

SÉRFRÆÐINGAR Í RAFGEYMUM

Skorri ehf • Bildshöfði 12 • 110 Rvk • 577-1515 • WYTT: vefverslun www.skorri.is

Fréttir

GV

Stórsókn í húsnæðis- málum eldri Reykvíkinga

- Þórdís Lóa Þórhallsdóttir, forseti borgarstjórnar og
oddviti Viðreisnar í Reykjavík

Framundan er nú stórfelld uppbygging íbúða fyrir eldri Reykvíkinga víða um borgina. Á teikniborðinu eru allt að 2.600 nýjar íbúðir auk hjúkrunarheimila. Aldurssamsetning þjóðarinnar er að breytast og borgarþúar að eldast og því afar mikilvægt að haga uppbyggingu fyrir eldra fólk í borginni í takt við það.

Borgarráð kallaði í maí 2023 eftir samstarfsaðilum um þróun og uppbyggingu á lífsgæðakjörnum og nýlega skrifuðum við undir viljayfirlýsingar um uppbyggingu á fjórum stöðum í borginni þar sem þróuð verður áhugaverð ný nálgun á húsnæði og þjónustu fyrir fólk á besta aldri. Eg er afar ánægð með þann mikla áhuga sem þróunar- og uppbyggingaraðilar hafa sýnt þessum áætlunum borgarinnar. Þróun og uppbygging á húsnæði fyrir eldra fólk hefur, að mínu mati, ekki verið nægileg undanfarinn áratug og því komin tími til að reima á strigaskóna og skokka af stað.

Lífsgæðakjarnar er heiti yfir nýja nálgun á húsnæði sem er einkum hugsað fyrir eldra fólk þar sem áhersla er á fjölbreytt búsetuform. Þar er eignaríbúðum, leiguíbúðum og jafnvel hjúkrunarrýmum raðað saman í aðlaðandi umhverfi með aðgengi að fjölbreyttri þjónustu og í bland við íbúðarhúsnæði fyrir aðra aldurshópa. Markmiðið er að tryggja áhugavert og gott umhverfi, samveru og öryggi. Í raun verður um samfélag að ræða, þar sem tekið er mið af mismunandi þörfum íbúa. Lífsgæðakjarni er því í raun samheiti yfir samfélag eldra

fólks, búsetu þeirra og þjónustu. Ekki er til nein lagaleg skilgreining á kjörnum sem þessum og því mikilvægt að vita að þróun lífsgæðakjarna verður ekki alls staðar eins og þjónustan verður mismunandi.

Lífsgæðakjarnar í þróun á fjórum stöðum í borginni

Það stendur til stendur að byggja á 2.600 íbúðir og hjúkrunarheimili á nokkrum uppbyggingarreitum sem hafa verið skilgreindir fyrir lífs-



Þórdís Lóa Þórhallsdóttir, forseti borgarstjórnar og oddviti Viðreisnar í Reykjavík.

gæðakjarnar fyrir eldri Reykvíkinga.

Þau svæði sem eru í þróun, eru eftirfarandi:

• Klasi - Breiðhöfði 10 eða Norður-Mjódd.

• Porpið - Stórhöfði 9.

• Þingvangur - Köllunarklettsvegur 3 og Hlésgata 1.

• Reitir - Loftleidasvæðið við Nau-thólsveg.

Með viljayfirlýsingunni lýsa Reykjavíkurborg og ofangreindir aðilar því yfir að þau séu tilbúin til að taka þátt í skipulagsvinnu og viðræðum varðandi þróun og uppbyggingu lífsgæðakjarna. Sú vinna er nú hafin og stefnt er að því í að niðurstaða liggi fyrir innan sex mánaða.

Það er afar ánægjulegt að sjá að þeir aðilar sem koma að samkomulaginu hafa unnið sínar tillögur af metnaði í samtali og samráði við félög eldra fólks en einnig sótt sér alþjóðlega ráðgjöf við þróun og útfærslu lífsgæðakjarnanna. Útkoman verður ólíkir kostir þó allir miði að því að búa til gott samfélag fyrir eldra fólk.

Samhliða auknu framboði á íbúðum fyrir eldra fólk mun losna um sérþýli og eignir í öllum hverfum borgarinnar, yngri kynslóðum til góða. Það er allt á fullu í Reykjavík og miklu máli skiptir að uppbygging og þróun borgarinnar haldi örugglega áfram, því okkar áform eru stórsókn í húsnæðismálum eldri Reykvíkinga.

Þórdís Lóa Þórhallsdóttir, forseti borgarstjórnar og oddviti Viðreisnar í Reykjavík.

MÚR BÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

bfo.is

Bifreiðaverkstæði Friðriks Ólafssonar ehf

bfo@bfo.is



ISUZU



SUBARU



OPEL



HONDA



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

KÍKTU Í HEIMSÓKN & NÆLDU Í GÓÐGÆTI Á GRILLIÐ

SUMARGRILL

STEIKUR & MEÐLÆTI



SKOÐAÐU ÚRVALIÐ Á
SÆLKERABÚÐIN.IS



SÆLKERA
- BÚÐIN -

BITRUHÁLSI 2 · KRINGLUNNI · GARÐABÆ

SÆLKERABÚÐIN.IS



Útfararþjónusta
í yfir 70 ár

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

60 ára+ grunn- og framhaldsnámskeið

Bætt heilsa og aukin lífsgæði

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

Hafðu samband:

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

HeilsuKlasinn



Fréttir

GV

Sjómanna- dagurinn

- eftir sr. Sigurð Grétar Helgason,
prest í Grafarvogssókn

Sunnudaginn 2. júní sl. var haldin hátíðarguðsþjónusta í Grafarvogskirkju í tilefni af Sjómannadeginum. Hátíðin hófst með helgistund við Naustið sem er gamalt bátalægi fyrir neðan kirkjuna og síðan var haldið til kirkju í guðsþjónustu. Sjómannadagurinn er fyrsti sunnudagurinn í júní ár hvert, nema ef Hvítasunnun ber upp á þann dag, þá er hann næsti sunnudagur þar á eftir. Dagurinn var fyrst haldinn hátíðlegur þann 6. júní árið 1938 í Reykjavík og á Ísafirði. En árið 1987 var dagurinn lögskipaður frídagur sjómanna.

Áður fyrr tóku íslenskir sjófarendur ofan og gjörðu bæn áður en haldið skyldi frá landi. Þótt hugur væri djarfur og til í flest var báturinn lítill en hafið stórt og ferðin þar af leiðandi mjög svo óviss. En hönd almættisins þótti örugg og traust. „Guð í hjarta, Guð í stafni, gefur fararheill“ var sannfæring þeirrar tíðar. Og í þeirri bjargföstu trú ýttu menn úr vör. Þessar bænir hafa verið margar og á ýmsa lund, og í tilefni Sjómannadagins er við hæfi að rifja upp þrjár slíkar hér.

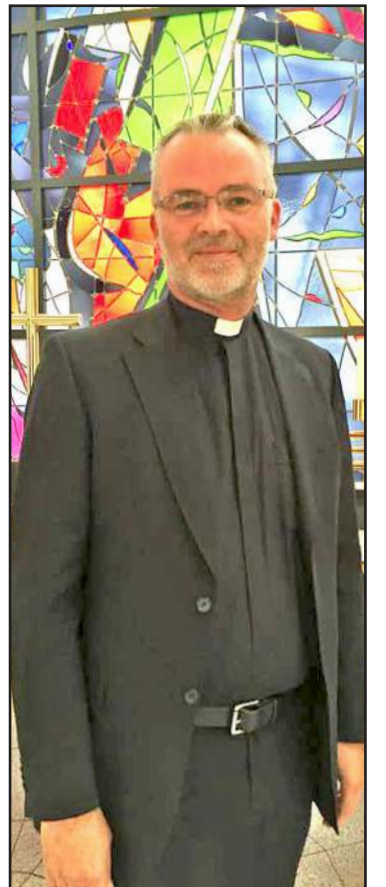
Elsta sjóferðabæn sem varðveist hefur á íslensku máli og er ævagömul, frá kaþólskum tíma, þ.e.a.s. fyrir árið 1550, geymir ákall til Maríu meyjar. Og hún er á þessa leið:

Guð faðir og hans sonur og hinn heilagi andi, sjái og signi lýði og lýði, unga menn og gamla, farm og fjálar, stefnu og stýri, þóftur og þiljur, árar og austurstrog og allan vorn reiða; virðist allt eftir vilja drottins míns. Heilir komu að höfninni bestu, þar á land að leggja, sem vér kjósum á. Heilagur kross yfir skipi voru gefi oss byr og blíðan sjó eftir þá hina blíðu bæn jómfúru Maríu, móður hans, það veitir vor lausnari.

Næst er bæn sr. Odds Gíslasonar, en hún kom fyrst á prenti árið 1892. Og þar segir:

I nafni Guðs föður, sonar og heilags anda.

Almáttugi Guð, ég þakka þér að þú hefur gefið mér líf og heilsu svo ég geti unnið mín störf í sveita míns andlits. Drottinn minn og Guð minn. Þegar ég nú ræ til fiskveiða og finn vanmátt minn og veikleika bátsins gegn huldum kröftum lofts og lagar, þá lyfti ég upp til þín augum trúar og vonar og bið þig í Jesú nafni að leiða oss á djúpið, blessa oss að vorum veiðum og vernda oss, að vér aftur farsælega heim til vor náum með þá björg sem þér þóknast að gefa oss. Blessa þú ástvíni vora, og leyf oss að fagna aftur samfundum svo vér fyrir heilags anda náð samhuga flytjum þér lof og þakkargjörð. Ó, Drottinn, gef oss öl-



sr. Sigurður Grétar Helgason, prestur í Grafarvogssókn.

lum góðar stundir, skipi og mönnum í Jesú nafni. Amen.

Árið 2003, komu út nokkrar sjóferðabænir eftir Sigurbjörn Einarsson biskup og hann fær að eiga lokaorðið:

Drottinn minn og Guð minn. Ég leysi festar og legg frá landi í því trausti, að þú sleppir ekki hendi af skipi og mönnum. Vak yfir mér og öllu hér, yfir búnaði og tækjum, yfir hugsun og handtökum og öllum viðbrögðum innanborðs. Þig vil ég muna, þér vil ég fylgja og treysta heilagri umsjón og forsjá þinni. Hjálpa mér til þess. Í Jesú nafni. Amen.

Sjómenn, fjölskyldur og við öll til hamingju með Sjómannadaginn.

Grafarvogsblaðið

Ritstjórn/Auglýsingar - Sími 698-2844



Grafarvogskirkja.

eignaumsjon.is

FYRIRMYNDAR
FYRIRTEKI 2023
Eignaumsjón
2023 fyrirmyndaryrirtaki
rekstri
Vákaldaði Skólan

Láttu okkur sjá um húsfélagið!

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

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

Heyrðu í okkur og við gerum þér tilboð!

• EIGNAumsjón

lykill að öruggum rekstri fasteigna

Suðurlandsbraut 30
Reykjavík | Sími 585 4800



MÚR BÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

HÓP

EFF



STARFSMANNA DJAMM

KEILA, MATUR, DRYKKUR OG ALLTAF GOTT VEDUR
**HÓPEFLIÐ HEFST OG ENDAR Á EINUM
OG SAMA STAÐNUM**

Hvar er betra að þjappa
hópnum saman en í góðu veðri
innandyra hjá okkur þar sem
allt er á einum stað.

HAPPY HOUR á barnum og
RÚTA Í BÆINN alla föstudaga
og laugardaga.

OPNUM FYRR Á FÖSTUDÖGUM

FÁÐU TILBOÐ FRÁ OKKUR FYRIR ÞINN HÓP Á
KEILUHOLLIN@KEILUHOLLIN.IS

KÉILA PÍLUKAST KARRAOKE

GAESANIR / STEGGJANIR AFMÆLI

s. 5 11 53 00

Keiluhöllin
EGILSHÖLL

keiluhollin.is

ÚTILÍFSSKÓLI SKÁTA



Sumarnámskeið fyrir
8-12 ára krakka
í Reykjavík

SUMARNÁMSKEIÐ Í ÚTILÍFSSKÓLANUM ERU AÐ HEFJAST!

FRÁBÆR NÁMSKEIÐ FYRIR
BÖRN FÆDD Á ÁRUNUM 2012
TIL 2016 MEÐ FJÖLBREYTTRI
DAGSKRÁ ÚTI Í NÁTTÚRUNNI.



NÁMSKEIÐ HJÁ ÁRBÚUM:

- 1 10.-14. JÚNÍ
- 2 18.-21. JÚNÍ (4 dagar)
- 3 24.- 28. JÚNÍ
- 4 01. -05. JÚLÍ
- 5 12.-16. JÚLÍ

SKRÁNING OG FLEIRI UPPLÝSINGAR Á UTILIFSSKOLI.IS



Fréttir

GV



Gallerí Fló er skemmtileg verslun og mikil upplifun að versla í þessari glæsilegu búð.

Allar vörur í toppstandi

- hjá Gallerí Fló í Gufunesi

Gallerí Fló er falleg umbodverslun nytjavara („Consignment store“) þar sem skipulag, gæði, framsetning, tími og andrúmsloft skipta öllu máli. Hjá Gallerí Fló þá skipta vörumerki minna máli en ástand þeirra og framsetning er í fyrirrúmi.

Hjá Gallerí Fló finnur fólk aðeins heilar og fallega framsettar vörur sem eru allt frá heimilissvörum, húsgögnum, leikföngum, fatnaði og skóm. Verðlagning er unnin með gagnsæjum hætti þar sem fylgt er leiðbeiningum erlendis frá. Hjá Gallerí Fló geta kaupendur treyst því að verð er með gagnsæjum og

sann-gjörnum hætti ásamt því að allar vörur er í toppstandi.

„Við lítum á tímann sem gjaldmiðil og því er verslunin skipulega sett upp eftir tegundum vara og stærðum og erum við því laus við allt bása fyrirkomulag. Við viljum að viðskiptavinir njóti upplifunarinnar í versluninni og njóti í stofum okkar kaffi frá Kaffitár hvort sem um ræðir alvöru barista kaffi eða hið klassíska uppáhelta.

Hjá okkur er eldhús og erum við í samstarfi við eðal kokk og er

hádegishlaðborð hjá okkur alla virka daga frá kl. 11:30 - 14:00. Einnig er hægt að hafa samband við okkur varðandi fyrirtækjaþjónustu í þessum efnum.

Seljendur taka enga áhættu við sölu á sínum gersumum og greiða aðeins fyrir þjónustu Gallerí Fló við sölu vara sinna. Seljendur fá 60% af söluvirði og Gallerí Fló fær 40% fyrir þjónustuna. Ekkert lágmark eða hámark er á fjölda vara sem Seljendur geta haft í sölu.“ Frétt frá Gallerí Fló.

Grænir
skátar

Endurvinnslumóttakan er opin alla daga hjá skátunum í Hraunbæ

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

Greiddar eru 20 kr.
fyrir eininguna



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



Endurvinnslumóttakan Hraunbæ 123 . 110 Reykjavík

Gallerí Fló - Nytjavörur og kaffihús

hefur opnað að Gufunesvegi 17

Hádegis hlaðborð alla
virka daga og
Kaffitár kaffibar



www.facebook.com/GalleriFlo

www.instagram.com/GalleriFlo

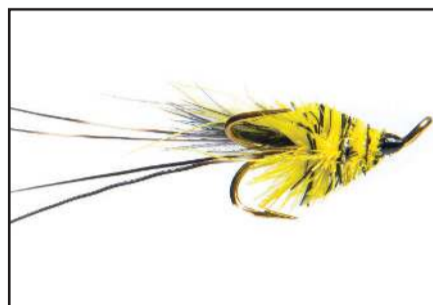


Gallerí Fló
Used goods & café

Þessar þurfa að vera í boxinu þínu í sumar



Iða



Krafla gul



Krafla rauð



Krafla orange



Krafla blá



Krafla græn



Iða



Skröggur



Grænfriðungur



Elsa



Gríma blá



Kolskeggur



Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)



Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)



Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)



Krafla keilutúpa - Tungsten (Mjög þung)

„Íslenska landsliðið“ í silungaflugum



Beygla



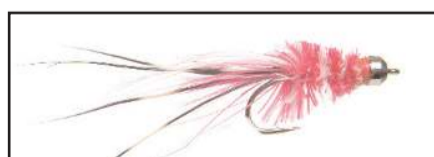
Beykir



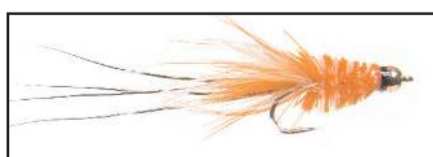
Krókurinn



Mýsla



SilungaKrafla bleik



SilungaKrafla orange

Kíktu á Krafla.is

- Gjöfular, fallegar og sterkar flugur
- Íslensk hönnun



Uppl. í síma 698-2844 og 699-1322

Íbúð á jarðhæð með palli til suðurs

- til sölu hjá Fasteignamiðlun Grafarvogs Spönginni 11

Fasteignamiðlun Grafarvogs kynir íbúðina við Breiðavík 27, 112 Reykjavík, sem er skráð sem íbúð 01 02-01 með fastanúmer 223 0205 á lóð 173871 ásamt öllu því sem eigninni fylgir, þar með talið tilheyrandi lóðar og sameignarréttindi. Eignin er samkvæmt Þjóðskrá Íslands skráð alls 95,7 fm að geymslunni meðtaldri.

Íbúðin er jarðhæð með palli til suðurs, sérinnangangur frá palli.

Forstofa er með flísalagt gólf ásamt fataskáp og fatahengi.

Öll íbúðin er með parketvinil á gólfum nema bað og forstofa sem eru flísalagðar.

Hjónaherbergið er rúmgott með góðu skáplássi og tveimur opnanlegum gluggum til norðurs, herbergi er einnig með innbyggðan skáp og glugga til norðurs og er Esjan þar í ölu sínu veldi.

Eldhúsið er hannað af fagmanni í matreiðslu og er svo til nýtt, öðrum ofninum verður skipt fyrir örbylgju ofn.

Baðherbergi er flísalagt frá gólfu til lofts, með sturtu og innréttingu og miklu skáplássi. Í baðherberginu er búið að setja góða innréttingu fyrir þvottavél og þurrkara í sem er up-

phækkaðar til að gera vinnuástöðu mun betri.

Opið rými er í stofu, eldhúsi og borðstofu sem er einstaklega bjart vegna endurhönnunar.

Sólpallur: Úr opna rýminu er gengið út á suður sólpall sem er jarðhæðin.

Á sólpallinum er heitur pottur sem þarfnast viðgerðar með loki en vel nothæfur sem heitur pottur.

Sér geymsla er í sameign á fyrstu hæð, geymslan er með hillum og er 9,9 fermetrar.



Íbúðin við Breiðavík er í senn björt og skemmtileg.



Eldhúsið er hannað af fagmanni í matreiðslu og er svo til nýtt.



Opið rými er í stofu, eldhúsi og borðstofu sem er einstaklega bjart vegna endurhönnunar.

MÚR BÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!



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



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



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



Ingunn Þorsteinsdóttir. Nemi í lög-gildingu fasteignasala s. 612-0906

FASTEIGNA MIÐLUN

GRAFARVOGS



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

Vantar allar gerðir eigna á skrá



BARÐASTADIR - 3ja HERB. - BÍLAGEYMSLA

Virkilega falleg stór 3ja herbergja 108,9 fm íbúð. Parket og flísar á gólfum, fallegar innréttingar, þvottahúsi innan íbúðar og vestur svalir.

Stæði í lokaðri bílageymslu.

Sími 575 8585



SMÍÐJUVELLIR - AKRANES

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



HLÍÐARHJALLI - 4. HERB - BÍLSKÚR

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



FJALLAKÓR - EIN-BÝLISHÚS MEÐ BÍLSKÚR

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

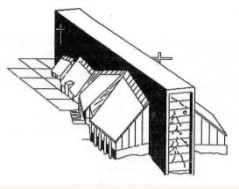


HEIMSENDI - KÓPAVOGUR

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

FASTEIGNASALAN Í ÞÍNU HVERFI

www.fmg.is



Kirkjufréttir

Kaffihúsamessur

Í sumar verða kaffihúsamessur í Grafarvogskirkju alla sunnudaga kl. 11:00 nema 16. Júní og 14. júlí en þá verður ferming annars vegar og útimessa í Árbæ hins vegar. Kaffihúsamessur eru sumarmessur. Messuformið er einfalt, kaffi og meðlæti í boði.

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

Sameiginleg útimessa verður í Árbæ 14. júlí – kl. 11:00

Hin árlega útiguðsþjónusta þriggja safnaða Árbæjar, Grafarholts og Grafarvogs verður haldin í Árbæ þetta sumarið. Prestar safnaðanna þjóna, tónlist og veitingar. Boðið verður uppá göngu frá Grafarvogskirkju kl. 10:15. Þau sem koma á bíl geta lagt við Árbæjarkirkju.

Sunnudagaskólinn hefst á ný í september.

Sunnudagaskólinn er starfandi kl. 11:00 á sunnudögum allan veturinn.

Helgistundir á þriðjudögum í Kirkjuselinu

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

Helgistundir á Hjúkrunarheimilinu Eir

Helgistundirnar eru haldnar fyrsta fimmtudag í mánuði allt árið um kring.

Kyrrðarstundir hefjast á ný í september og verða þá alla þriðjudaga kl. 12:00.

Kyrrðar- og fyrirbænastrundir eru ekki í boði yfir sumarmánuðina en hefjast á ný í haust. Þær eru opnar öllum og á eftir er boðið upp á léttan hádegisverð á afar vægu verði. Tekið er við fyrirbænaefnum í kirkjunni.

Opið hús – starf eldri borgara hefst á ný í byrjun september.

Barna- og unglingsstarfið

Mikið og fjölbreytt starf er í boði fyrir börn og unglinga í Grafarvogssöfnuði. Þar er æskulýðsfélag og starf fyrir börn á öllum aldri vikulega í allan veturinn.

Nánari upplýsingar um starfið og dagskrár verður að finna á heimasíðu kirkjunnar í september.

Ævintýranámskeið í sumar

Ævintýranámskeið fyrir börn 6 – 9 ára verða í sumar eins og fyrri sumar.

1. Námskeið 10. – 14. júní

2. Námskeið 6. - 9. ágúst

3. Námskeið 12. – 16. ágúst

Skráning er hafin á námskeiðin á heimasíðu kirkjunnar.

grafarvogskirkja@grafarvogskirkja.is

Djúpslökun hefst á ný í september.

Tímarnir hefjast á léttum æfingum til að undurbúa líkamann fyrir djúpa og góða slökun. Tímarnir henta bæði þeim sem eru byrjendur í jóga og lengra komnum.

Djúpslökunin er gjaldfrjál og tímana leiðir Jarþrúður Karlsdóttir jógakennari.

Barna- og unglingskór Grafarvogs í Grafarvogskirkju. Kórstjóri er Auður Guðjohnsen. Hljóðfærasmíðu

kennir Sævar Helgi Jóhannsson. Skráning mun fara fram á www.tongraf.is Hægt er að nýta fristundastyrk.

Dagsetningar æfinga og allar nánari upplýsingar verða auglýstar í september.

Kór Grafarvogskirkju og Vox Populi

Kirkjukórinn æfir á miðvikudögum kl. 19:30 og nánari upplýsingar veitir Hákon Leifsson hakon@vortex.is

Vox Populi æfir á miðvikudögum kl. 19:30. Upplýsingar veitir Lára Bryndís Eggertsdóttir lara@grafarvogskirkja.is

Nýir félagar eru hjartanlega velkomnir!

Prjónaklúbbur Grafarvogskirkju

Prjónaklúbbur er í Grafarvogskirkju annan hvern þriðjudag kl. 20:00.

Hann er fyrir þau sem langar að hittast og spjalla um og yfir handavinnu.

Öll áhugasöm eru hjartanlega velkomin!

Nánari upplýsingar í Facebookhópnum, Prjónaklúbburinn í Grafarvogskirkju.

Dagsetningar næstu vikna eru: 11. júní – 25. júní.



Prestar og djákni safnaðarins:

Guðrún Karls Helgudóttir sóknarprestur guðrun@grafarvogskirkja.is

Arna Ýrr Sigurðardóttir prestur arna@grafarvogskirkja.is

Sigurður Grétar Helgason prestur sigurður@grafarvogskirkja.is

Kristín Kristjánsdóttir djákni

kristin@grafarvogskirkja.is

Sími: 587 9070

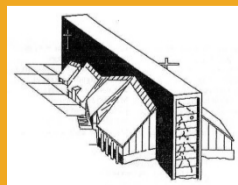
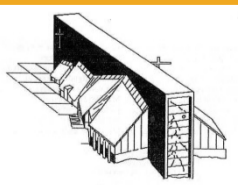
Netfang: grafarvogskirkja@grafarvogskirkja.is

Heimasíða: www.grafarvogskirkja.is

Likesíða á facebook: Grafarvogskirkja Grafarvogi

Instagram: [grafarvogskirkja_grafarvogi](https://www.instagram.com/grafarvogskirkja_grafarvogi)

Vekomin í kirkjuna þína!





Silli kokkur Höfðabakka 1



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



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