



Akranes  
Kringlan  
Krossmói  
Spöngin  
Smáralind  
[www.dyrabaer.is](http://www.dyrabaer.is)



Ódýri Ísinn



# Grafarvogsblaðið

9. tbl. 35. árg. 2024 september

Dreift ókeypis í öll hús í Grafarvogi



## Hverfistré Grafarvogs 2024

Garðahlynur við Reykjafold var útnefnt Hverfistré Grafarvogs í haust. Ekki eru nema 37 ár frá því að hlynurinn var gróðursettur, en hann hefur vaxið vel og dafnað á þeim tíma. Tréð sést vel frá göngustígi í hverfinu og gleður fólk sem á leið hjá. Skógræktarfélag Reykjavíkur stóð að útnefningunni sem ætlað er að vekja athygli á fallegum trjágróðri í borginni og hve verðmætur hann er.

GV-Mynd Hjördís Jónsdóttir

FASTEIGNA  
MIÐLUN  
GRAFARVOGS



FASTEIGNA-  
SALAN  
Í ÞÍNU HVERFI

Spöngin 11  
112 Reykjavík  
Sími 575 8585

[www.tmg.is](http://www.tmg.is)



Bifreiðaverkstæði  
Grafarvogs

Allar almennar  
bílaviðgerðir

Gylfafiöt 24 - 30 • 112 Reykjavík  
Sími 577 4477

[www.bilavidgerdir.is](http://www.bilavidgerdir.is)

Þjónustuaðili



SSANGYONG



CHEVROLET



Spönginni 13  
112 Reykjavík

Fiskréttur dagsins 2.890 kr kg



## Lyf á lægra verði!



Einkarekið apótek

Leggjum áherslu á  
mjög góða þjónustu

Gott vöruúrval

Hægt að panta lyf  
á [www.rimaapotek.is](http://www.rimaapotek.is)  
og í síma 577-5300



RIMA  
Apotek



# Grafarvogsblaðið

Útgefandi: Skrautas ehf. Netfang: [gv@skrautas.is](mailto:gv@skrautas.is)  
 Ritstjóri og ábm.: Stefán Kristjánsson.  
 Netfang Grafarvogsblaðsins: [gv@skrautas.is](mailto: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](mailto:gv@skrautas.is)  
 Prentun: Landsprent ehf.  
 Ljósmyndari: Katrín J. Björgvinsdóttir.  
 Dreifing: Póstdreifing.  
 Grafarvogsblaðinu er dreift ókeypis í öll íbúðarhús í Grafarvogi.  
 Einnig í Bryggjuhverfi.

## Íþyngjandi lóðaskortur

Það ríkir mikill lóðaskortur í Reykjavík og alltof lítið er byggt af húsnæði þessi misserin. Nýlega kom fram í viðtali við formann félags sem stendur fyrir byggingu húsnæðis þar sem hagnaðurinn er í lágmarki að félagið væri einungis með um 60 íbúðir í byggingu í dag en ef ástandið væri eðlilegt væru íbúðir í byggingu hátt í 300.

Þegar formaðurinn var spurður út í ástæðuna var svarið einfalt, lóðaskortur.

Borgaryfirvöld hafa staðið sig mjög illa undanfarin ár þegar kemur að lóðaframboði. Öll áhersla hefur verið lögð á þéttingu byggðar og oftar en ekki reynt að troða niður húsnæðingum á lítil auð svæði í óþökk íbúanna í næsta nágrenni. Oftar en ekki hefur fólk ákveðið að kaupa sér húsnæði í nágrenni við lítil svæði sem kjörin eru til útivistar. Það er því vel skiljanlegt að íbúar séu ekki hrifnir af því þegar ákveðið er eftir á að hola niður nýbyggingum á þessi svæði. Á þetta höfum við ítrekað bent á þessum vettvangi í kjölfar mikilla viðbragða frá lesendum okkar.

Að öðru máli. Nú nýverið var boðað til mótmælafundar á Austurvelli vegna ástandsins í Þjóðfélaginu og óánægju með störf ríkisstjórnarinnar. Mótmæladaginn bar upp á sama dag og alþingismenn okkar mættu til vinnu eftir alltof langt jólafrí.

Mikið var gert úr þessu fundarboði. Forystufólk í verkalýðshreyfingunni mætti í hvert viðtalið á fætur öðru og fjölmiðlar landsins voru undirlagðir í umfjöllun um mótmælafundinn. Oftar en ekki var rætt um mótmælin í samanburði við Búsáhaldaþvinguna í kjölfar hruns bankanna 2008.

Þegar upp var staðið mættu 300 hræður á fundinn.

Og í kjölfarið vakna margar spurningar. Eftir að hafa hlustað á mörg viðtölin og auglýsingar um mótmælin er rökrétt að áætla að skipuleggiendur mótmælanna hafi átt von á mörg þúsund manns á fundinn. Mætingin var því stórkostlegt áfall fyrir þetta fólk.

En hver er ástæðan fyrir þessari lélegu mætingu? Hefur fólk það virkilega svo gott almennt að það sjái ekki ástæðu til að mæta á svona mótmælafund? Er fólk hætt að hlusta á foringjana í verkalýðshreyfingunni?

Spyr sá sem ekki veit.

Stefán Kristjánsson

[gv@skrautas.is](mailto:gv@skrautas.is)

# Af uppbyggingaráformum og öðrum hagsmunamálum

- Fanný Gunnarsdóttir, formaður Íbúaráðs Grafarvogs, skrifar

Nú er sumarið senn að baki og haustannir teknar við og þar með hefur íbúaráð haldið sinn fyrsta fund á þessum starfsvetri. Það bíða okkar sem fyrr mörg og mismunandi verkefni sem öll tengjast með einum eða öðrum hætti lífi okkar hér í Grafarvogi. Eins og fram kom í vor hefur borgin ákveðið að hrinda úr vör uppbyggingarverkefni á ónýttum lóðum eða svæðum hér í Grafarvogi. Af því tilefni mætti á fund íbúaráðs Einar Þorsteinsson borgarstjóri, ásamt Haraldi Sigurðssyni deildarstjóra aðalskipulags hjá umhverfis- og skipulagssviði Reykjavíkurborgar. Borgarstjóri fór í upphafi yfir hugmyndafræðina á bak við verkefnið sem byggir m.a. á því að það er mikil eftirspurn eftir nýju íbúðarhúsnæði í borginni. Skipaður hefur verið sérstakur átakshópur sem á að halda utan um verkefnið í nánú samráði og samvinnu við íbúa en formaður íbúaráðs hefur nú þegar fundað með formanni hópsins og lagði þá fram ábendingar og sjónarmið íbúa Grafarvogs. Við þessa boðuðu uppbyggingu eru verkefni aðrir en hefðbundni er hjá borginni en nú er byrjað á að kynna áherslur og heyrja í íbúum áður en farið verður í formlegt ferli, hugmyndir fullunnar og breytingar gerðar á deiliskipulagi. Því hefur verið ákveðið að halda kynningarfund eða opið hús á bókasafninu í Spönginni síðar í september. Á þeim fundi gefst íbúum gott tækifæri til að afla sér upplýsinga og leggja fram sínar hugmyndir og áherslur. Fram kom í máli borgarstjóra að nýju byggingarnar verði að falla vel að byggðinni sem fyrir er og því er verið að horfa á sérbylí, rad- og parhús og lítil fjölbylíshús. Jafnframt falla að yfirbragði hverfisins, passa þarf græn svæði og skipuleggja þau betur með þarfir íbúa í huga. Auk þess verður horft til verslunar- og þjónustuhúsnæðis en á íbúafundi með íbúum Grafarvogs með borgarstjóra í upphafi þessa árs komu einmitt fram óskir um fjölbreyttari þjónustu og verslanir. Síðan tók Haraldur við og kynnti hvaða lóðir er verið að horfa til en áætlað er að byggja allt að 500 nýjar íbúðir á frekar litlum byggingareitum sem minni byggingaaðilar gætu nýtt og ítrekaði að húsin verði í samhljómi við þá byggð sem fyrir er á viðkoman-

di svæði. Hann sagði einnig að við val reita hafi sérstaklega verið horft til innviða s.s. grunnskóla en hér í Grafarvogi er hægt að bæta við nemendum. Íbúaráð lýsti yfir almennri ánægju með verkefnið og þær breyttu áherslur sem nú er unnið eftir. Það er gott að



Fanný Gunnarsdóttir formaður Íbúaráðs Grafarvogs.

byrja svona með kynningu og samtali, áður en verkefnið er komið lengra í kerfinu. Auðvitað vitum við að öllum byggingaframkvæmdum fylgir ákveðið rask og óþægindi fyrir þá sem eru næstir byggingarstað og oft upplifa íbúar að þeir séu að missa gæði sem fyrir eru. Það verður að takast vel til og því hvetur íbúaráð íbúa til að mæta vel á kynningar- og vinnufundinn. Meðfram kynningu og umræðum um uppbygginguna í Grafarvogi var aðeins komið inn á fyrirhugaða uppbyggingu á nýju hverfi í Keldnalandi. Borgarstjóri gat þess að nýja hverfið byggði á nýrri og öðruvísi hugmyndafræði en Grafarvogurinn og hverfið kæmi til með að hverfast um legu borgarlunnar sem liggja mun um svæðið. Áætlað er að halda sýningu í Grafarvogi á vinningstillögnum í lok september og í framhaldinu verður fundur um miðjan október, þessir viðburðir verða auglýstir síðar.

Annað af vettvangi íbúaráðs er það helst að frétta að við höfum aftur formlega óskað eftir því að það verði settar upp öryggismyndavélar í Grafarvogi en íbúar völdu það árið 2018 í

verkefninu Hverfið mitt að slíkum vélum yrði komið upp á völdum stöðum hér í hverfinu. Okkur finnst það skipta máli og því höldum við þessari ósk Grafarvogsbúa vakandi. Sama má segja um ítrekaðar ábendingar og óskir íbúa um að strætó breyti núverandi leiðakerfi og tengi byggðina í Gufunesi við leiðakerfið. Íbúaráð hefur komið þeim áherslum til varaformanns Strætó bs. sem jafnframt er fulltrúi okkar Reykvikínginga í stjórn samlagsins.

Ég vil síðan að gefnu tilefni áréttar brýningu íbúaráðs til foreldrafélaga í grunnskólunum í Grafarvogi að aftur verði ýtt úr vör öflugu foreldrarólti. Það er hagar hvers hverfis að umhverfi barna og unglinga sé öruggt og fái betur til þess fallnir en foreldrar að skipta því á milli sín að vera sýnilegir í hverfinu, veita aðhald og vera til staðar. Það þarf ekki að fara mörgum orðum um þá ógn sem felst í ofbeldisverðum og því miður er heimur unglinga alls ekki öruggur – ekki heldur hér í Grafarvogi. Það er sárt til þess að vita að ákveðinn hluti barnanna okkar telji sig þurfa í sínu daglega lífi að verjast með eggvopni og að önnur börn fái sig til að beita grófu ofbeldi. Samfélagið allt og við sem hverfi verðum að standa saman og vera tilbúin að gera allt sem við getum. Við vitum að Austurmiðstöðin á Gylfaflöt er alltaf tilbúin að veita ráðgjöf og aðstoð og sama má segja um stoðþjónustu skólanna. Einnig er rétt að minna á samfélagslöggjarnar, samtakamált foreldra í hverri bekkjardeild og skóla. Það þarf að fræða, veita aðhald, aðstoða, fylgja eftir og grípa þá sem á þurfa að halda. Auðvitað höfum við óendanlega mikla samúð með þolendum, fjölskyldum þeirra og nánustu vinum en við verðum einnig að horfa á gerendur sem oftar en ekki eru börn sem þurfa tafalausa hjálp og þeim þarf að bjarga.

Að lokum má ekki gleymast að minnst á hverfatréð okkar í Grafarvogi, glæsilegan 37 ára garðahlyn sem stendur við Reykjafold 12. Nú er ekkert annað að gera en að fá sér göngu og skoða vinningshafann og njóta hans í haustlitunum.

Fanný Gunnarsdóttir  
formaður íbúaráðs Grafarvogs

**TJÓNNAVIÐGERÐIR**

### Um okkar FYRIRTÆKI

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

BGS

Framúrskarandi fyrirtæki

2020-2021 Fyrirmyndaryfirtæki í rekstri

SJÓVÁ

TM

VÍS

Vörður

Hafðu samband núna

Dragháls 6-8

567-0690

[tjon@tjon.is](mailto:tjon@tjon.is)

[www.tjon.is](http://www.tjon.is)

### Við þjónustum allar gerðir bíla

**Tjónaskoðun**

Við skoðum bílinn og undirbúum tjónamatíð sem sent er til tryggingarféлага.

**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](http://www.klasinn.is)  
[mottaka@klasinn.is](mailto:mottaka@klasinn.is)  
599-1600  
Bíldshöfða 9



Léttara líf



Sterkari bein



60+ Námskeið



Jóga





# Frábært sumar- salat með grilluðum argentískum rækjum

- frábær réttur sem vert er að prófa

Kristjana Steingrimsdóttir, Jana, býður lesendum okkar upp á frábærar uppskriftir af fiskrétum.

400-500 gr. argentískar rækjur í austurlenskri marineringu frá Hafinu.  
2 bollar ferskt grænt salat.  
1/4 þúrlaukur skorinn í þunna hringi.  
1/ box af Kóríander saxað gróft.  
1/ box af Myntu söxuð gróft.  
1/2 agúrka skorin í litla bita.  
1 avókadó skorin í litla bita.  
2 msk. Sesamfræ.  
3 msk. granateplafræ.  
3 msk. pistasúhnetur eða kasjúhnetur, saxaðar.  
Blandaðu saman á fallegan disk öllu

nema rækjunum.

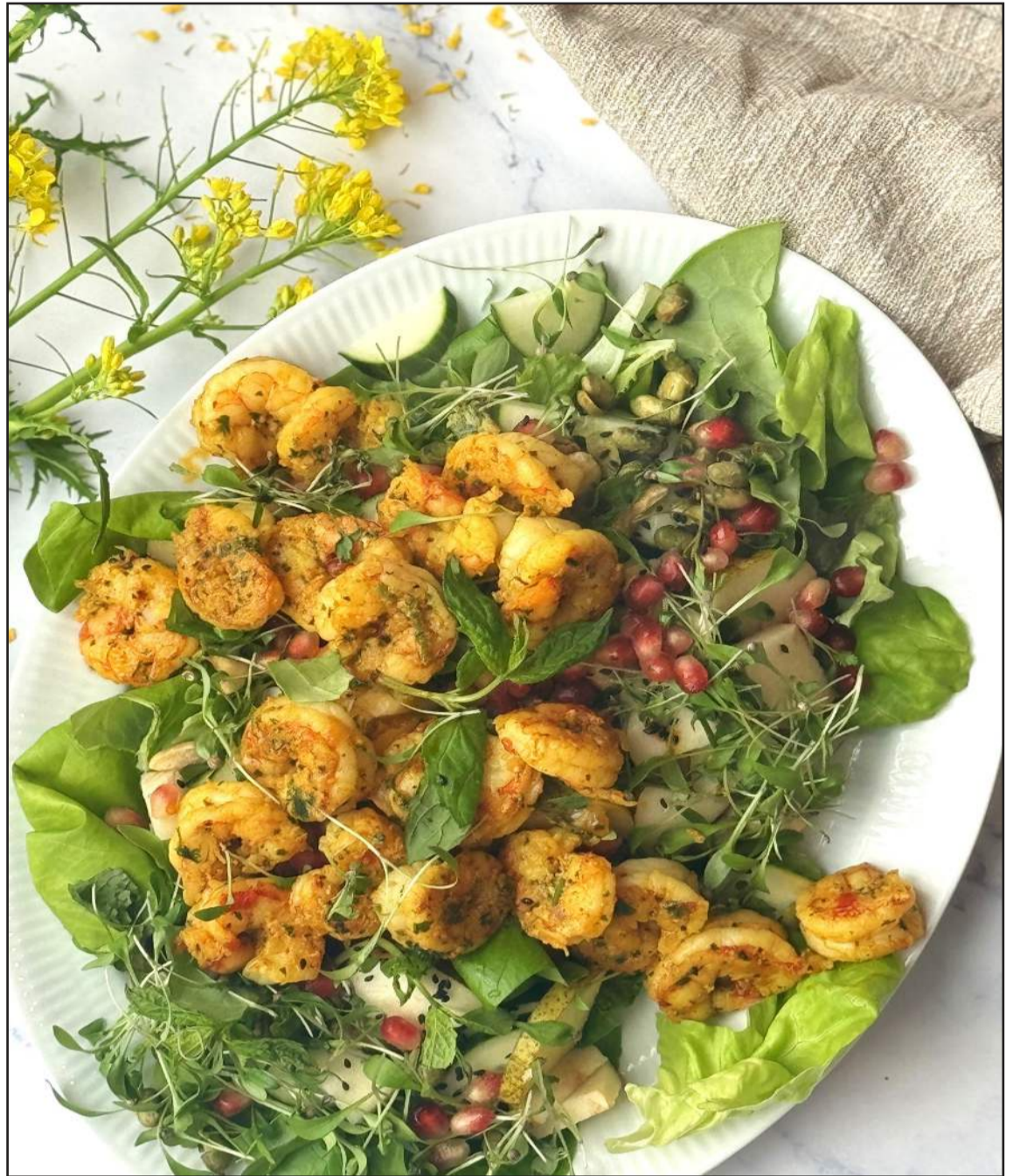
Hitið pönnu með 1 msk. af olíu og steikið rækjurnar í um 2-3 mínútur á hvorri hlið. Þú gætir þurft að gera þetta í tveim skömmtum, því það er ekki gott að hafa of mikið á pönnunni í einu.

Kælið rækjurnar í smá tíma og setjið þær ofan á salatið og toppið með góðri sítrónuolíu, salti, pipar og sprettum/spírum.

Hrikalega gott og sumarlegt salat/máltíð sem tengur enga stund að útbúa.

Verði ykkur að góðu.

Kristjana Steingrimsdóttir (Jana)  
[jana.is](http://jana.is) - [www.instagram.com/janast](https://www.instagram.com/janast)



Argentísku rækjurnar og sumarsalatið eru hreint lostæti.

Höfum opnað í Spönginni!

# 25% afsláttur af öllum gleraugum

Gildir með eða án sjónglerja í nýrri verslun  
Eyesland í Spönginni.

\*Tilboðið gildir ekki með öðrum tilboðum.

eyesland

Spönginni · Kringlan · Grandi · Glæsibær · Keflavíkurlugvöllur  
[eyesland.is](http://eyesland.is)



# Frábært sumar- salat með grilluðum argentískum rækjum

- frábær réttur sem vert er að prófa

Kristjana Steingrimsdóttir, Jana, býður lesendum okkar upp á frábærar uppskriftir af fiskrétum.

400-500 gr. argentískar rækjur í austurlenskri marineringu frá Hafinu.

2 bollar ferskt grænt salat.

1/4 þúrlaukur skorinn í þunna hringi.

1/ box af Kóríander saxað gróft.

1/ box af Myntu söxuð gróft.

1/2 agúrka skorin í litla bita.

1 avokadó skorin í litla bita.

2 msk. Sesamfræ.

3 msk. granateplafre.

3 msk. pistasúhnetur eða kasjú-

hnetur, saxaðar.

Blandaðu saman á fallegan disk öllu

nema rækjunum.

Hitið pönnu með 1 msk. af olíu og steikið rækjurnar í um 2-3 mínútur á hvorri hlið. Þú gætir þurft að gera þetta í tveim skömmtum, því það er ekki gott að hafa of mikið á pönnunni í einu.

Kælið rækjurnar í smá tíma og setjið þær ofan á salatið og toppið með góðri sítrónuolíu, salti, pipar og sprettum/spírum.

Hrikalega gott og sumarlegt salat/máltíð sem tengur enga stund að útbúa.

Verði ykkur að góðu.

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



- Gæðin skipta máli -



Argentísku rækjurnar og sumarsalatið eru hreint lostæti.

Höfum opnað í Spönginni!

# 25% afsláttur af öllum gleraugum

Gildir með eða án sjónglerja í nýrri verslun  
Eyesland í Spönginni.

\*Tilboðið gildir ekki með öðrum tilboðum.

eyesland

Spönginni · Kringlan · Grandi · Glæsibær · Keflavíkurlflugvöllur  
eyesland.is





# GÓLFEFNADAGAR

Harðparket, vínyparket og flísar

**20-45%**  
**AFSLÁTTUR**

**MÚRBÚÐIN**





# 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: S691-5976 - sillikokkur.is





## Villibráðarhlaðborð:

### Aðalréttir

Rjúpusúpa og gæsa confit bruchette m/ gráðosti.

Gæsalifrakæfa m/ púrtvínshjúp.

Grafin Gæsabringa m/ Camenbert og sultuðum rauðlauk.

Appelsínu grafið dádýr m/ Parmesan – trufflu balsamik og appelsínu.

Hrossafille í soja og wasabi.

Reyktur og grafinn lundi m/ bláberja vinagrette.

Villibráða Paté m/ hindberjasósu.

Grafinn Skarfur í bláberja lakkrissósu.

Graflax m/ ristubrauði og graflaxsósu.

Hreindýra bollur m/ villisveppasósu.

Gæsapottréttur í tartalettu.

Risotobollur m/ villisveppum og önd.

Bláberja marineruð gæsabringa.

Lambasteik úr Jökuldal.

### Meðlæti

Villisveppasósa.

Heimalagað rauðkál.

Confit sveppir.

Sætkarftöflumús m/ dödlum og fennel.

### Eftirréttur

Crème Brûlée.

Súkkulaði ostakaka.

Kokkurinn áskilur sér rétt til að breyta eða bæta við matseðil

## Jólahlaðborð:

### Aðalréttir

Graflax m/ ristubrauði og graflaxsósu.

Gæsalifrakæfa m/ púrtvínshjúp.

Grafin Gæsabringa m/ Camenbert og sultuðum rauðlauk.

Appelsínu grafið dádýr m/ Parmesan – trufflu balsamik og appelsínu.

Villibráða Paté m/ hindberjasósu.

Grafinn Skarfur í bláberja lakkrissósu.

Hreindýra bollur m/ villisveppasósu.

Gæsapottréttur í tartalettu.

Risotobollur m/ villisveppum og önd.

Purusteik.

Hunangljáðu kalkúnabringa.

### Meðlæti

Villisveppasósa.

Heimalagað rauðkál.

Confit sveppir.

Laufbrauð m/ smjöri.

Sinnepssild m/ rúgbrauði.

Sykurbrúnaðar kartöflur.

Rækjur og krabbi í sweet chilli sósu.

### Eftirréttur

Crème Brûlée.

Súkkulaði ostakaka.

Kokkurinn áskilur sér rétt til að breyta eða bæta við matseðil



# Stíflupjónusta Röramyndir Dælubíll



**VALUR  
HELGASON**

stifla.is | 896 1100

## Útfararstofa Íslands

Reykjavík • Kópavogi • Garðabæ • Hafnarfirði

Sólarhringsvakt: ☎ 581 3300

Komum til aðstandenda og reðum skipulag sé þess óskað

✉ utforia@utforia.is 🌐 www.utforia.is



Sveinir Einarsson  
Utfarastjóri  
S: 896 8242



Jón G. Bjarnason  
Utfarastjóri  
S: 793 4455



Jóhanna  
Friksdóttir  
Umgjafi



Guðmundur Ó. Jóhannsson  
Framkvæmdastjóri  
S: 862 0537

ALÚD • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA



HeilsuKlasinn

## TUDOR Start/stop

AGM þurrir og EFB sýru rafgeymar  
fyrir bíla með start/stop búnaði



Mælum • Skiptum • Traust og fagleg þjónusta

**SKORRI**  
TUDOR SÉRFRÆÐINGAR Í RAFGEYMUM TUDOR

Skorri ehf • Bíldshöfði 12 • 110 Rvk • 577-1515 • www.skorri.is

## Fréttir

# Góð þjónusta við borgarbúa

- eftir Þórdísi Lóa Þórhallsdóttur, forseta borgarstjórnar og oddvita Viðreisnar í Reykjavík

Að stýra opinberum fjármálum er langtímaverkefni og á ekki að vera háð dægursveiflu eða skammtíma markmiðum. Fjármál opinberra aðila kallar á skýra sýn, festu og eftirfylgni ákvarðanna. Síðan Viðreisn kom inn í borgarmálin höfum við tekist á við heimsfaraldur, aukid atvinnuleysi, háa vexti og verðbólgu. Við höfum siglt skipinu af festu en líka brugðist við eins og þurfti, líkt og við gerðum í heimsfaraldrinum. Þá jukum við í fjárfestingu, fórum í vinnu- markaðsaðgerðir og þjónustustofnanir borgarinnar réðu inn fólk til að mæta sóttvörnum og hólfunum.

Viðreisn í Reykjavík studdi innspýtingu og fjárfestingu í heimsfaraldri ásamt meirihlutanum í Reykjavík. Við hins vegar settum okkur skýra fjármálasýn um hvernig við ætjum að bakka úr þessum viðbrögðum og stýra fjármálum borgarinnar til framtíðar. Sú sýn birtist, að undirlagi okkar í Viðreisn, í nýrri fjármálastefnu borgarinnar með mælanlegum lykiltólum sem eru leiðarvísir fjármálastjórnunar borgarinnar í dag.

### Viðsúningur með skýra stefnu

Langtímásýn með skýra fjármálastefnu kallar á aðgerðir, og því fórum við strax eftir heimsfaraldur í um 100 aðgerðir, hagræðingu og aðhald. Aðgerðir sem hafa áhrif til langs tíma og stöðug aðhalds í útgjöldum. Hagræðing í fjármálum sveitarfélaga kalla alltaf á erfiðar ákvarðanir því rekstur sveitarfélaga snýst um nærþjónustu við íbúa sem öll nota þjónustu borgarinnar og öll hafa skoðun á. Það þarf því skýra sýn og úthald í aðgerðir til að snúa fjármálum við á tímum hárrar verðbólgu og stýrivaxta.

Það er útgjaldalítið fyrir stjórnmalamenn að lofa bara auknum útgjöldum á slíkum tímum og auka

skuldir í stað þess að draga úr þénsu og verðbólgu. Þetta er sú lína sem ríkisstjórnin hefur reynt undanfarnin ár en situr þess í stað uppi með langvarandi verðbólgu og háa vexti, áætlaðan halla á ríkissjóði fram að lokum næsta kjörtímabils og mjög ósátta þjóð. Hinn kosturinn hefði verið að bregðast við með hagsmuni almenningis í huga og hafa hugrekki til taka erfiðar ákvarðanir til að hægt sé að nýta vaxtagjöld til að efla þjónustu við fólk.

Við sjáum nú fyrstu merki um viðsúning í 6 mánaða uppgjöri borgarinnar sem sýnir að rekstur borgarinnar er réttu megin við núllið og mun skila um 200 milljóna króna afgangi. Ef



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

þetta helst út árið stefnir í að A - hluti borgarinnar verði rekinn með afgangi í fyrsta sinn síðan fyrir heimsfaraldur. Rekstrarniðurstæða bæði A- og B-hluta er einnig jákvæð um 406 milljónir og er 7,1 milljarði betri en á sama tíma í fyrra.

### Traust fjármálastjórn og langtímásýn

Hagræðing og aðgerðir eru ekki bara til þess fallnar að bæta fjármálin, heldur einnig til þess að bæta þjónustu. Okkar megináhersla er að bjóða uppá góða þjónustu fyrir borgarbúa. Við höfum þurft að taka erfiðar ákvarðanir sem ekki alltaf falla vel í kramið en lögunin þjónustu hefur fengið algjöran forgang hjá okkur í meirihlutanum í Reykjavík. Þannig höfum við ekkert gefið eftir í þjónustu við aldrad fólk eða fatlað fólk. Sett mikið átak í viðhaldsaðgerðir skóla og leikskóla og haldið dampi í „Brúum bilið“. Hins vegar höfum við klipið af opnunartíma sundlauga á tímum þegar lágmarks aðsókn er og minnkað opnunartíma félagsmiðstöðvum unglinga um 15 mín. svo eitthvað sé nefnt en það er hvorki auðvelt né einfalt.

Við fórum í um 100 aðgerðir því það engin leið að hagræða innan sveitarfélaga öðruvísi en það sé gert á mörgum stöðum.

Að halda að hægt sé að fara í aðgerðir án þess að það kalli á breytingar er einföldum og í raun blekking. Ekkert kerfi á að vera hrætt við breytingar og að mínu mati eru stöðugar breytingar góðar, þær halda okkur á tálum og krefjast þess að við hlaupum hratt og getum brugðist við. Breytingar innan kerfa kalla á flæði og hreyfingu sem er mikilvæg til að ekki verði stöðnun.

Okkar sýn er að verja lögbundna grunnþjónustu borgarinnar, efla innviði og stuðla að góðu mannlífi. Það gerum við með traustri fjármálastjórn og langtímásýn.

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

# Skólaheimsóknir forskólabarna í Borgaskóla

- eftir Pálinu Þorsteinsdóttur

Árið 2020 varð Borgaskóli til eins og hann er starfandi í dag, grunnskóli með nemendum frá 1.-7. bekk úr Borga- og Víkurhverfi Grafarvogis. Við státum okkur ekki einungis af öflugu skólastarfi með metnaðarfulla kennara heldur einnig af nálægð við fallega náttúru og geggjæð útsýni.

Það er samt ekki það sem mig langar að kynna fyrir ykkur í dag. Mig langar að kynna fyrir ykkur hvernig við höfum þróað gott samstarf við leikskóla hverfisins, Hulduheima og Hamra. Ég, Pálinna, stýri þessu verkefni og held utan um það. Í samráði við kennara og deildastjóra elstu deilda leikskólanna setjum við niður dagsetningar á heimsóknir vetrarins.

Ég fer á leikskólana og kynni mig fyrir skólahópnum því þau hitta mig í hverri heimsókn í skólann og gott fyrir þau að þekkja andlitið á mér. Við reynum að hafa heimsóknirnar í skólann annað hvort fyrir eða eftir fyrstu frímínútur því nemendur í 5. bekk eru skólavinir skólahópsins og sjá um leiki og aðstoð í frímínútum.

Heimsóknunum er dreift á allt skólaárið frá september til maí. Reyndar höfum við aðeins verið að prófa okkur áfram með að hafa ekki heimsókn í desember þar sem mikið er um önnur verkefni tengd jölonum á báðum skólastigum.

Yfir veturinn heimsækja nemendur okkur í eina heimsókn til að skoða

skólann í heild sinni. Síðan koma þau í heimsókn í myndmennt, á bókasafnið, í textílmenn, í heimilisfræði, í tónmennt, í íþróttir, í smíði og í fyrsta bekk. Í hverri heimsókn fá nemendur verkefni við hæfi sem kynningu á því sem kennt er í viðkomandi fagi í Borgaskóla.

Í viðbót við þessar heimsóknir þá fara skólavinir, 5. bekkur, í tvær heimsóknir



Pálinu Þorsteinsdóttir.

í leikskólana. Í fyrri heimsókninni fara nokkrir krakkar að sýna skólatöskurnar sínar og spjalla og leika við skólahópinn. Í seinni heimsókninni fara þau á degi íslenskrar tungu og lesa fyrir nemendur leikskólanna.

Þess má einnig geta að frístun-

darheimilið Hvergiland, í Borgaskóla, býður skólahópnum í 7 heimsóknir yfir veturinn ýmist tengt heimsóknum þeirra í skólann eða í sér heimsóknir.

Í maí ár hvert höldum við svo samráðsfund með deildastjórum leikskólanna til að endurmeta starf vetrarins.

Með breytingum Reykjavíkurborgar á sumarstarfi elstu barna leikskólanna, að hætta fyrir sumarfrí á leikskólanum, hefur þessi þetta og góða aðlögun skólahópsins komið sér vel ef foreldrar velja sumarfrístund fyrir börnin sín. Börnin þekkja skólabýgginguna vel, starfsmenn- skólans og frístundar og eru öruggari þegar skólagangan hefst að hausti.

Foreldrar, kennarar beggja skólastiga og nemendur skólahópa Hamra og Hulduheima eru mjög ánægð með það mikla og góða samstarf sem hér er unnið sem skilar sér í öruggum og glöðum fyrstu þekkjarnemendum að hausti veturinn eftir.

Í ár höfum við brugðið á það ráð að senda póst á nærliggjandi leikskóla, aðra en Hulduheima og Hamra, til að sjá hvort þar leynist nemendur sem búa í okkar hverfum. Þeim nemendum (sem eru í skólahóp í ár) býðst að koma á eigin vegum (í fylgd foreldra) í skólaheimsóknirnar. Foreldrar geta fengið nánari upplýsingar með því að hafa samband við Pálinu. palina.thorsteinsdottir@rvkskolar.is

Pálinu Þorsteinsdóttir

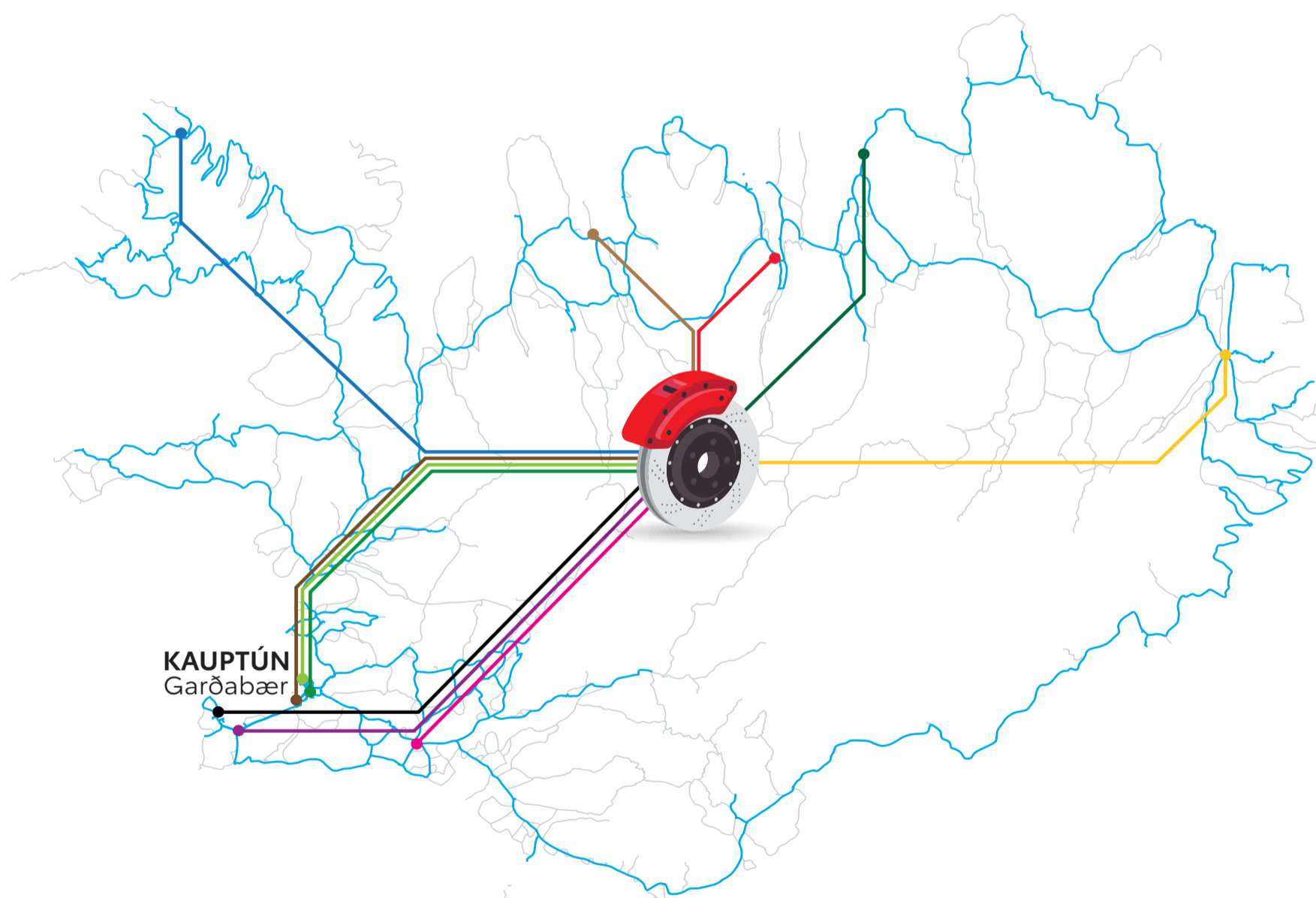




Toyota  
Kauptúni

# FYRIR HEMILINN Í LANDINU

ÓKEYPIS ÁSTANDSSKOÐUN Á BREMSUBÚNAÐI  
TIL 30. SEPTEMBER HJÁ TOYOTA KAAPTÚNI



Toyota-eigendur fá ástandsskoðun á bremsubúnaði án endurgjalds til 30. september og afslátt af vinnu, bremsuklossum, bremsuborðum og bremsudiskum til ísetningar á staðnum.

**20% afsláttur** af bremsuklossum, bremsuborðum, bremsudælum, bremsuskálum og bremsudiskum\*

\*gildir bara samhlíða ísetningu hjá Toyota í Kauptúni

**10% afsláttur** af vinnu.

Engin vandamál – bara lausnir

● Toyota Kauptúni — Kauptúni 6 Garðabæ 570 5070





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



## Fréttir

GV

# Fallegt samfélag

- eftir sr. Sigurð Grétar Helgason, prest í Grafarvogssókn



sr. Sigurður Grétar Helgason, prestur í Grafarvogssókn.

Nú fyrir nokkru er ég settist niður við ritun pistils fyrir Grafarvogssblaðið. Þá var mér fullljóst að við værum að kveðja sumarið sem fyrir mörgum okkar kom aldrei og um leið bjóða haust og veturkonung velkomin. Haustið er jú farið að minna á sig og ásynnd náttúrunnar breytist allt í kringum okkur í stutta stund áður en vetur gengur í garð. Haustið með sín fölnuðu blóm og visnu lauf eru sýnileg tákni þess hve tími lífsins er stuttur, hverfull og fljótur að líða og minna okkur einnig jafnframt á hve brýnt það er að njóta hverrar stundar sem okkur er gefin.

Nú fyrir nokkur annaðist ég minningarstund þar sem ástvinir og samferðarfólk kom saman til þess að kveðja einstaka manneskju sem skreytti tilveru allra þeirra er henni kynntust með sinni glaðværd, þakklæti og hlátri. Falleg stund og þar deildi ég með þeim lítilli sögu sem ég hugsa oft til sem hefur mikinn boðskap fram að færa. Hún er um Frans frá Assísi sem er dýrlingur innan kaþólsku kirkjunnar. Þessi ágæti maður á merkilega sögu, hann ólst upp við mikinn auð og mikil forrétindi en gaf það allt til fátækra til að geta þjónað Guði óskiptur og boðað kærleika hans til allra manna. Sagan er á þessa leið:

„Dag nokkurn bauð Frans frá As-

sisí ungun munku með sér inn í borgina til að predika fyrir fólkið. Það var margt um manninn á markaðstorginu og margt að sjá. Þeir höfðu margt að ræða um það sem fyrir augu bar og um sameiginleg andleg áhugaefni og reynslu. En á heimleiðinni hrópaði ungi munkurinn upp yfir sig. En faðir, við gleymdum að predika fyrir fólkið. Brosandi lagði Frans hönd sína á öxl unga mannsins og sagði: við höfum ekki gert neitt annað í allan dag. Það var horft á okkur, fylgst með okkur, hlustað eftir samtali okkar. Andlit okkar, viðmót og framkoma fór ekki framhá fólki. Þannig predikuðum við. Svo bætti hann við. Taktu eftir, það er tilgangslaust að fara og koma til að predika ef við ekki predikum með framkomu okkar“.

Boðskapur þessarar fallegu sögu er ekki eitthvað sem ætti að koma okkur á óvart. Við vitum vel hvernig líðan okkar, samfélag, mannlíf og umhverfi verður einhvern veginn betra, það verður fellegra ef við aðeins einbeitem okkur öll að því að reynast hvert öðru vel.

Maður sagði eitt sinn eitthvað á þessa leið: „Ef við skildum aðstæður, hugarheim og allan þann vanda, sem fólk er að kljást við hlytum við að bera elsku til þess“.

Já, öll þekkjum við úr eigin lífi,

hve mikils virði það er að fá aðstoð, þegar neyðin er fyrir hendi, finna vinar og hjálparhönd. Það munu allir þurfa aðstoðar við í lífinu á einhverjum tíma, það þekkjum við öll. Stundum eru það aðeins smáhlutir, sem geta skipt sköpum í aðstoð við aðra. Hversdagslegir og ekki einu sinni sérlega áhugaverðir hlutir. Smáviðvik í erfiðleikum, hughreyrstandi orð, þakklæti til þess sem hjálpar, hlýtt handtak eða faðmlag.

Allsstaðar er eitthvað lítið að vinna og fyrir alla. Reynum öll að gera það, sem við getum, verum þjónar hins góða og talsmenn vonar í samfélagi okkar. Gefum kærleikanum rými í huga okkar og lífi, þér og öðrum til blessunar. Með því vinnum við öll saman hið mikla verk, að gera samfélag okkar fallegt.

Að þessu sögðu, þá vil ég minna á að í Grafarvogskirkju er boðið upp á fjölbreytt helgihald og uppbyggjandi starf þar sem allar manneskjur skipta máli. Við vonum að þú finnur þér þar þinn stað, vettvang og umgjörð sem gerir þig ríkari af gleði og kærleika í lífi og starfi

„Gæt þessa dags, hann er lífið sjálft“.

Með blessunaróskum  
Sigurður Grétar Helgason

## Grafarvogssblaðið

Ritstjórn/Auglýsingar - Sími 698-2844

eignaumsjon.is



## 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

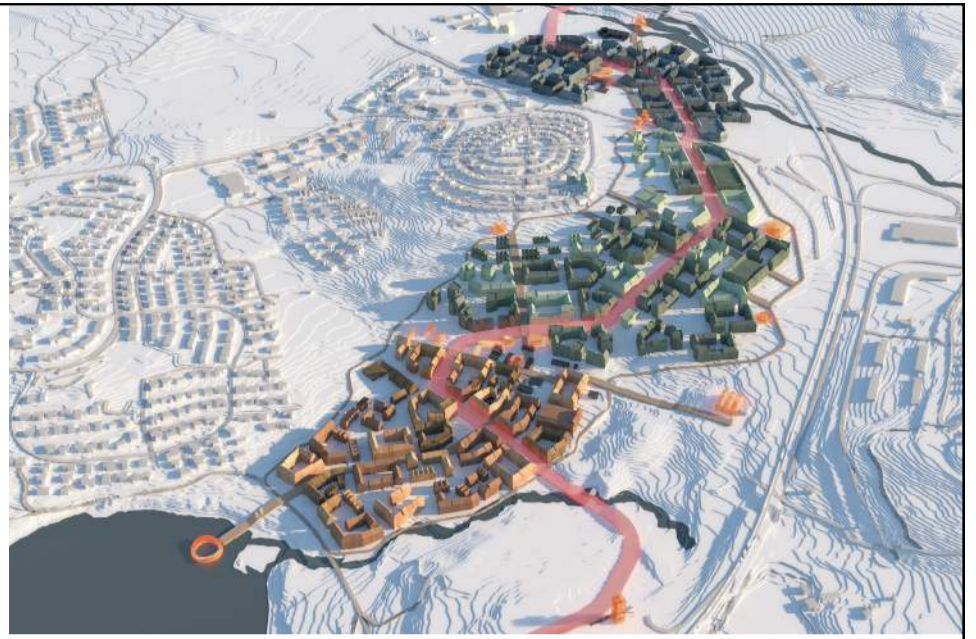
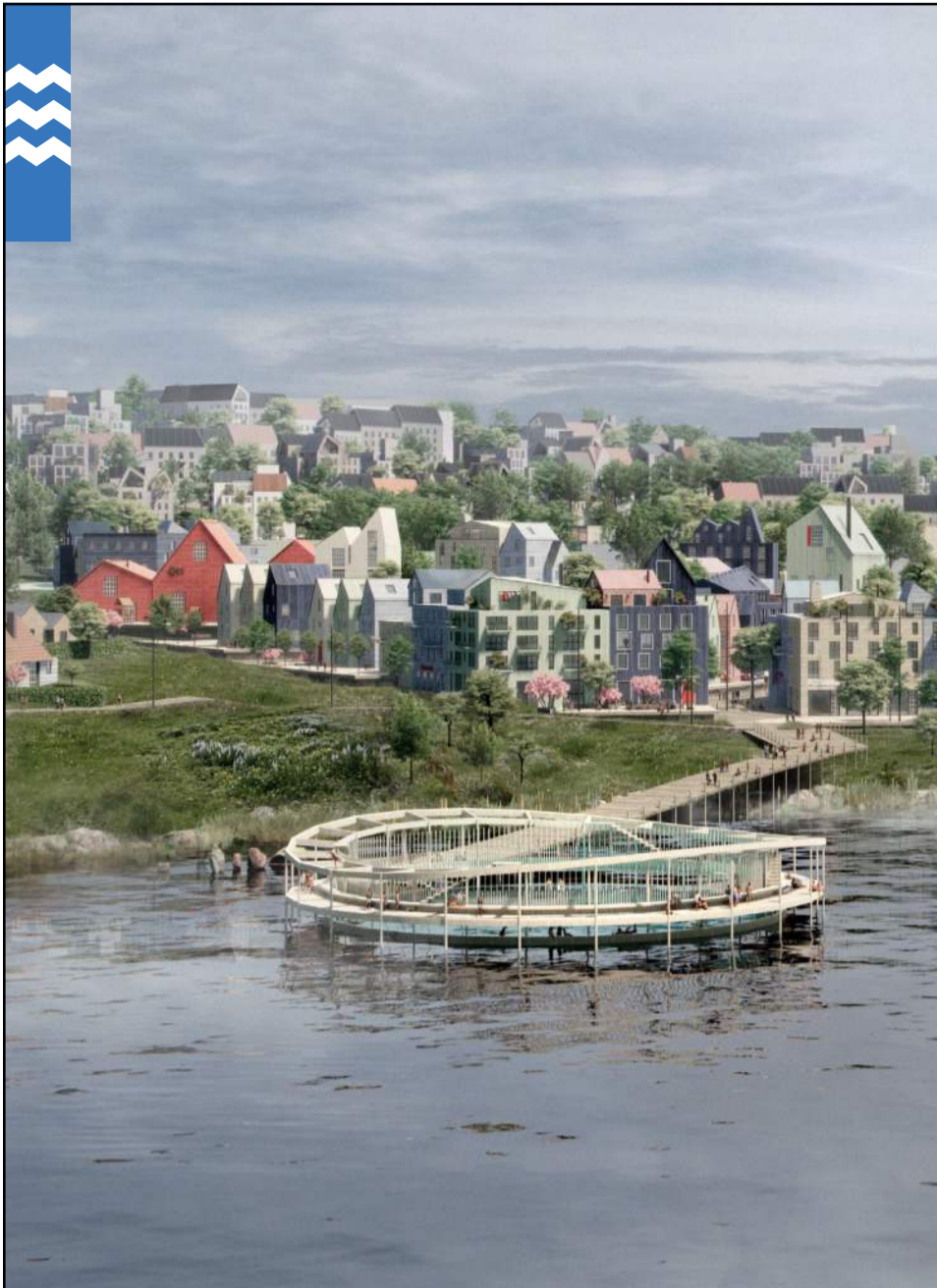


Grafarvogskirkja.

# MÚR BÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!





# Velkomin á Keldnadaginn

## Sýning, opið hús og gönguferð um svæðið

Á laugardaginn kemur efnum við til Keldnadagsins. Þá verður opnuð sýning á verðlaunatilögu FOJAB arkitekta um þróun Keldnlands í Borgarbókasafninu Spönginni. Fólki gefst tækifæri til að heimsækja svæðið, líta inn á Tilraunastöðinni og fá leiðsögn um Keldnalandið.

Keldnaland verður þétt, fjölbreytt og grænt borgarhverfi sem nýtur góðs af nálægð við náttúruna, góðum almenningssamgöngum og áherslu á fjölbreytta ferðamáta. Borgarlínan mun fara um svæðið sem þýðir fleiri valkosti fyrir íbúa og aukin lífsgæði. Íbúar eiga að geta lifað sjálfbæru og heilbrigðu hversdagslífi með lifandi borgarumhverfi, grænum svæðum, hverfisgördum og torgum.

### Dagskrá laugardaginn 21. september

- 11.00 Opnuð sýning í Borgarbókasafninu Spönginni.
- 13.00 Opið hús á Tilraunastöð HÍ í meinafræði að Keldum.
- 14.00 Leiðsögn um svæðið með Þórólfi Jónssyni, deildarstjóra náttúru og garða hjá Reykjavíkurborg. Gönguferðin hefst við Tilraunastöðina.

Miðvikudaginn 25. september klukkan 17 mun arkitekt frá FOJAB kynna tillöguna með leiðsögn um sýninguna.

Sýningin stendur yfir fram að opnum íbúafundi í Foldaskóla fimmtudaginn 17. október. Verklýsing aðalskipulagsbreytingar verður nú gerð aðgengileg á skipulagsgatt.is og gefst þá tækifæri til að skoða gögnin og koma með ábendingar. Athugasemdafrestur er til 31. október næstkomandi.

Öll velkomin!



BETRI  
SAMGÖNGUR



Reykjavík





**Frábær gjöf fyrir veiðimenn og konur**

**Gröfum nöfn veiðimanna á boxin**  
**Uppl. á [www.Krafla.is](http://www.Krafla.is) (698-2844)**

**MÚRBÚÐIN**  
Gott verð fyrir alla, alltaf!

**bfo.is**  
Bifreiðaverkstæði Friðriks Ólafssonar ehf bfo@bfo.is

NISSAN SUBARU HONDA  
ISUZU OPEL

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

## Tólf spor – Andlegt ferðalag



Tólf sporin – Andlegt ferðalag í Mosfellsbæ í vetur.

Undirbúningsfundur fyrir starfið í vetur verður í Safnaðarheimili Lágafellssóknar að Þverholti 3,  
**2. október kl. 19.30.**

Þrjú næstu miðvikudagskvöld verða framhalds undirbúningsfundir til frekari kynningar.  
Allir eru velkomnir og ekki þarf að skrá sig.

## Fréttir

GV

# Samgöngusáttmálinn er tafasáttmáli

- eftir Mörtu Guðjónsdóttur borgarfulltrúa

Vegfarendur sem sitja fastir í umferðinni á höfuðborgarsvæðinu, þrjú korter á dag, eyða 274 ólaunuðum klukkustundum, af sínum einkatíma, í umferðartafir á ári. Það eru tæplega sjö, 40 stunda vinnuvikur, eða nánast allt orlof launafólks í sumar- og vetrarfrí. Ef vegfarendur fengju greidd laun fyrir þessar tafir, 5.000 krónur á tímann, yrðu það 1.370.000 krónur á ári. Nú hafa borgaryfirvöld, ríkisvaldið og nágrannasveitarfélögin, hótad okkur því að þessi tímaskattur muni halda áfram að hækka, sífellt hraðar, ár eftir ár, í heilan áratug. Þessu er nú hótad með uppfærðum samgöngusáttmála.

### Tafastefnan

Þennan tímaskatt ber að rekja til tafastefnunnar, samgöngustefnu borgaryfirvalda. Hún felst í því að teyja fyrir allri umferð vélknúinna ökutækja. Það hafa borgaryfirvöld gert, markvisst og af yfirlögðu ráði, í tólf ár, með því að:

1. Koma í veg fyrir viðhald og framkvæmdir á stofnbrautakerfinu.
2. Útiloka öll ný mislæg gatnamót.
3. Breyta tengibrautum í umferðarljósafuruskóg og þrængingar.
4. Hafa handstýrð gangbrautarljós á helstu stofnbraut borgarinnar.
5. Koma í veg fyrir snjalljósavæðingu.
6. Sóa tíu milljörðum í Fossvogsbú svo það fari ekki í samgöngubætur.
7. Vinna gegn lagningu Sundabrautar.

### Önnur mein

#### Tafastefnunnar

Tafastefnan leggur ekki einungis tímaskatt á vegfarendur. Árið 2018 áætlaði Viðskiptaráð að umferðatafir á höfuðborgarsvæðinu á árinu 2017 hefðu kostað samfélagið rúma 15 milljarða. Við höfum því tapad a.m.k. tvö hundruð milljörðum á umferðartöfum síðastliðin tólf ár.

Tafastefnan hefur stöðvað þróun almenningsamgangna, sem nú er í sögulegri hnignun. Tafastefnan eykur losun gróðurhúsalofttegunda og svifryksmengun. Tafastefnan dregur í

sívaxandi mæli, úr öryggi þeirra sem þurfa á viðbragðsaðilum að halda, svo sem alvarlega slasaðra, aldraðra og hjartasjúklinga. Og Tafastefnan hefur nú þegar skapað alvarlegar brotalamir í almannaörmum, ef hópslys eða náttúruráð ber að höndum.

### Tilraun um Strætó 2012

Frá 2012 hafa borgaryfirvöld gert þrjú sáttmála við ríkið og nágrannasveitarfélög um samgöngur á höfuðborgarsvæðinu. Fyrsti



Marta Guðjónsdóttir borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokks.

sáttmálinn, 2012, snerist um það að stöðva uppbyggingu samgöngumannvirkja í heilan áratug. Tilraunin átti að tvöfalda farþega Strætó, lækka samgöngukostnað og draga úr losun gróðurhúsalofttegunda. Hún fjölgaði Strætófarþegum ekkert, hækkaði samgöngukostnað og jók mengun og losun gróðurhúsalofttegunda.

Tilraun til að draga úr töfum 2019 Með sáttmálanum 2019, reyndi ríkisvaldið að draga úr tafastefnu meirihlutans í Reykjavík, með því að setja snjalljósavæðingu og gatnamót Bústaðavegar og Reykjanesbrautar í forgang. Snjalljósinn hefðu umbylt umferðaljósastryngingum, orðið dýrmæt umferðagreiningu, aukið umferðarflæði og öryggi, veitt neyðarakstri og almenningsvögnum forgang og dregið úr mengun. En meirihlutinn í Reykjavík kom í veg fyrir snjalljósavæðinguna. Í uppfærslunni nú,

var snjalljósavæðingin slegin af.

### Tafastefnan staðfest 2024

Vegagerðin lauk fyrir löngu hönnun á gatnamótum Bústaðavegar og Reykjanesbrautar. En borgaryfirvöld komu í veg fyrir þær framkvæmdir. Þau seinkuðu einnig framkvæmdum við gatnamót Arnarnesvegar og Breiðholtsbrautar og tvöfölduðu kostnaðinn við þær. Í sáttmálanum frá 2019, áttu gatnamót Bústaðavegar og Reykjanesbrautar að komast í gagnið árið 2021. Núna hefur þeim framkvæmdum verið frestað til ársins 2030. Þó eru þetta arðbærustu framkvæmdir sáttmálans. Þarna eru mestu umferðartafir á Íslandi og kostnaður aðeins tæplega 1% af uppfærðum sáttmálanum. Strætó- og hjólabrú yfir Fossvog átti að kosta tvo milljarða árið 2019. Hún kostar nú níu milljarða og hefur nú verið sett í forgang svo þeir fjármunir fari ekki í rauhæfar samgönguumbætur.

Fjöldmörg önnur dæmi, sýna að uppfærslu samgöngusáttmálans er ekki ætlað að forgangsraða verkþáttum til að draga sem mest úr umferðatöfum á sem skemmstum tíma. Með uppfærðum sáttmála hefur tafastefnan nú lagt undir sig allt höfuðborgarsvæðið.

### Langri tafir – hærri vegatollar

Uppfærður sáttmáli hefur einnig hækkað áætluð gjöld á borgarbúa. Kostnaður sáttmálans hefur hækkað úr 120 milljörðum í 311 milljarða, eða um 160 prósent á fimm árum. Áætlaðir almennir vegatollar munu hækka úr 60 milljörðum í 143, eða um 140 prósent á fimm árum. Á sama tíma þurfa vegfarendur að biða sjö árum lengur eftir bráðnaðsynlegum vegabótum.

Þetta eru megin ástæður þess að ég greiði atkvæði gegn nýjum samgöngusáttmála í borgarstjórn. Ég stend með skattgreiðendum og vegfarendum í Reykjavík. Málsvarar uppfærða samgöngusáttmálans gera það ekki.

Höfundur er borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins

## Hundur í skólastofunni

- Orka og Dagný

Í Rimaskóla hefur Labrador hundurinn Orka hafid störf. Sett var af stað þróunarverkefni sem ég hef valið að nefna Hundur í skólastofunni. Hér er samantekt um hugmyndina af verkefninu, áætluð framkvæmd ásamt hugsanlegum ávinningi þess.

Það hefur verið draumur minn að setja af stað verkefni þar sem hundur er notaður sem íhlutun í starfi með nemendum. Til þess þurftu talsverðan undirbúning en sækja þurftu um leyfi til stjórnenda, Skóla- og frístundasviðs og Heilbrigðiseftirlits Reykjavíkur. Við Orka sóttum námskeið hjá Æfingastöðinni sem heitir Verkefni námskeið í íhlutun með aðstoð hunds. Á því var megináhersla lögð á verklega þjálfun hunds í æfingum sem nýtast í starfi með fólki innan heilbrigðis-, menntunar- og félagsþjónustu ásamt fyrirlesturum. Meðal annars var farið yfir þjálfun hunda í æfingum sem nýtast í starfi með fólki, viðurkenndar leiðir við þjálfun hunda sem ætlaðir eru í slíkt starf, velferð hunda, ábyrgð stjórnenda hunda, ávinning og vinna með skólahunda og vellíðan manna í návist dýra.

Verkefnið felst í því að Orka verður í skólastofunni tvo daga í viku. Hún verður hluti af skólaumhverfinu og munu nemendur læra umgengni við hundinn og læra með honum. Einnig er möguleiki á að vera með kennslustundir þar sem aðrir kennarar gætu sent nemendur til okkar Orku og yrðu verkefni unnin í litlum hópi eða með einstaklingi. Hugsunin er að tengja við verkefnið Nuture (nutureinternational.co.uk) sem er tilraunaverkefni á vegum Reykjavíkurborgar og taka leikskólar Rimahverfis einnig þátt í því.

Markmið verkefnisins eru að auka vellíðan, ró, sjálfstraust og árangur nemenda, vinna verkefni með íhlutun hundsins og hvetja nemendur til vinnu og verka. Margar rannsóknir, greinar og ritgerðir eru til um árangur þjónustu með aðstoð dýra í vinnu með fólki. En í þeim hefur til að mynda komið fram að samskipti við dýr auki félagsþæfni, betri samskipti og aukin samhygd auk aukningar á jákvæða virkni hormónsins oxytocin þar sem

samskipti við hundinn með sneringum, samskiptum og strokum framkalla hormónið sem vekur mikla vellíðan. Vinna með skólahunda um allan heim hafa til dæmis sýnt fram á jákvæðan árangur barna sem hafa orðið fyrir einelti og einnig að kveikja áhuga þeirra á lestri og öðru námi. Rannsóknir hafa líka sýnt fram á að einstaklingar með einhverfu hafi átt auðveldara með að taka þátt í ýmsum athöfnum með aðstoð hunds. Einnig er hægt að vinna með skólaforðum sem er stigvaxandi vandi.

Þjónusta með aðstoð hunds í starfi gefur mér sem kennara tækifæri á að skapa ýmsar aðstæður sem geta aðstoðað nemendur við nám sitt, líðan og þroska. Ég fer full eftirvæntingar inn í skólaветurinn og hlakka til að sjá hvert verkefnið flytur okkur. Einnig langar mig að benda áhugasömum á Instagram síðu þess sem nefnist Hundur í skólastofunni.

Dagný Gísladóttir Kennari



Dagný og Orka.



# HÓP

# EFF



## STARFSMANNA DJAMM

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

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

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

### OPNUM FYRR Á FÖSTUDÖGUM

FÁÐU TILBOÐ FRÁ OKKUR FYRIR ÞINN HÓP Á  
[KEILUHOLLIN@KEILUHOLLIN.IS](mailto:KEILUHOLLIN@KEILUHOLLIN.IS)

# KÉILA PÍLUKAST KARRAOKE

# GAESANIR / STEGGJANIR AFMÆLI

s. 5 11 53 00

*Keiluhöllin*  
EGILSHÖLL

keiluhollin.is



# Vel staðsett einbýlis- hús í grónu hverfi

- til sölu hjá Fasteignamiðlun Grafarvogs Spönginni 11

Fasteignamiðlun Grafarvogs kynnir einbýlishús að Sveighúsum 10, 112 Reykjavík, eign er merkt 01-0101, fastanúmer 204-1270, birt stærð eignar er 220,9 fm, birt stærð íbúðar 187 fm og birt stærð bílskúrs 33,9 fm. Húsið stendur fyrir ofan götu og er byggt á þremur pöllum. Húsið er vel staðsett í grónu hverfi og útsýni er mikið.

#### Nánari lýsing:

Húsið er byggt á þremur pöllum. Á palli 1 á jarðhæð er forstofa, eitt svefnherbergi, stúdíó íbúð og bílskúr. Forstofa er flísalögð, gengið er úr forstofu inn í herbergið á jarðhæð. Stúdíó íbúðin eru björt og þar er

baðherbergi. Bílskúr er 33,9 fm með innkeyrslu og umgöngu dyrum.

Á palli 2 eru borðstofa, eldhús, búr, baðherbergi og eitt svefnherbergi.

Eldhús er með ljósri innréttingu og borðkrók, harðparket er á eldhúsi. Búr/þvottahús er innaf eldhúsi. Baðherbergi er flísalagt með baðkari og sturtu, innréttingu við vask og opnanlegum glugga. Svefnherbergi er bjart og rúmgott með skápum og harðparketi á gólfi.

Á palli 3 er stofa og tvö svefnherbergi.

Stofa er björt og rúmgöð. Gengt er úr stofu út á stórar suðursvalir. Herbergin eru björt og rúmgöð, harðparket er á stofu og svefnherbegjum á þriðja palli.

Stutt er í leikskóla, skóla og sundlaug og íþróttamiðstöð í hverfinu. Verslanir og þjónustu eru í Spönginni og golfvelli eru steinsnar frá í Grafarholti og á Korpúlfsstöðum.

Hafið samband við Árna Þorsteinson löggiltan fasteignasala á arni@fmg.is og í síma 898-3459 eða Sigrúnu Stelli Einars-dóttur löggiltan fasteignasala á stella@fmg.is og í síma 824-0610 til að bóka skoðun.



Baðherbergi er flísalagt með baðkari og sturtu.



Stofa er björt og rúmgöð. Gengt er úr stofu út á stórar suðursvalir.



Stutt er í leikskóla, skóla og sundlaug og íþróttamiðstöð í hverfinu. Verslanir og þjónustu eru í Spönginni.

# MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!



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



Árni Þorsteinnsson rekstrar-hagfræðingur. M.Sc. löggiltur fasteignasala og skipasali s. 898 3459



Ólafur Kristjánsson löggiltur fasteignasala og skipasali s. 786-1414



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



Anna Fríðriksdóttir löggiltur fasteignasala og skipasali, anna@fmg.is s. 892-8778

## FASTEIGNA MIÐLUN GRAFARVOGS



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

### Vantar allar gerðir eigna á skrá



REYKJAVEGUR MOS -  
PARHÚS

97,6 fm parhús, hæð og ris á 1.100 fm eignarlóð. Fjögur svefnherbergi. Sólskáli og stór sólpallur í suð vestur.



BREIÐAVÍK - 3. HERB.  
- PALLUR

Falleg 95,7 fm íbúð á jarðhæð með palli til suðurs með heitum potti. Fallegar innréttingar og gólfefni, nýlegar innréttingar í eldhúsi.



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 MED BÍLSKÚR

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



LANGHOLTSVEGUR - 3. HER-  
BERGJA

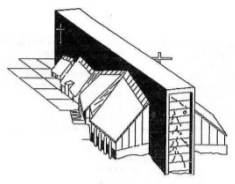
83,1 fm 3ja herbergja íbúð á efri hæð í litlu fjölbýli í hjarta Reykjavíkur. Íbúðin er nýlega innréttuð á fallega hátt og er hún björt og vel skipulögð.

Sími 575 8585

FASTEIGNASALAN Í ÞÍNU HVERFI

www.fmg.is





# Kirkjufréttir

Í vetur verður mikið um að vera í Grafarvogssöfnuði, bæði í kirkjunni og Kirkjuselinu

## Guðsþjónustur í kirkjunni

Alla sunnudaga eru guðsþjónustur í kirkjunni kl. 11:00. Guðsþjónustuhald þar er fjölbreytt og messuformið klassískt. Kór Grafarvogskirkju leiðir þar söng.

## Guðsþjónustur í Kirkjuselinu

Alla sunnudaga yfir vetrartímann eru Vörðumessur í Kirkjuselinu kl. 13:00. Þetta eru einstakar stundir með mikilli tónlist. Vox Populi leiðir þar söng.

## Sunnudagaskólinn

Sunnudagaskólinn verður á neðri hæð kirkjunnar alla sunnudaga kl. 11:00.

Brúðuleikhús, tónlist, sögur, leikir og annað skemmtilegt. Umsjón hefur Hilda María Sigurðardóttir.

Undirleikari er Stefán Birkisson.

## Helgistundir á þriðjudögum í Kirkjuselinu

Helgistundir eru alla þriðjudaga í Kirkjuselinu í Spöng kl. 10:30. Stundirnar eru opnar öllum.

## Kyrrðarstundir

Kyrrðarstundirnar eru í Grafarvogskirkju alla þriðjudaga kl. 12:00. Þær eru opnar öllum og á eftir er boðið upp á léttan hádegisverð á afar vægu verði. Tekið er við fyrirbænaefnum í kirkjunni.

## Helgistundir á Hjúkrunarheimilinu Eir

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

## Barna- og unglíngastarfið

Mikið og fjölbreytt starf er í boði fyrir börn og unglínga í Grafarvogssöfnuði. Starfið er bæði í boði í kirkjunni og Kirkjuselinu. Starfið verður auglýst sérstaklega á heimasíðunni, Facebooksíðunni og á Instagram. Nánari upplýsingar um starfið og dagskrár er að finna á heimasíðu kirkjunnar.

[www.grafarvogskirkja.is](http://www.grafarvogskirkja.is)

## Félagsstarf fullorðinna

Opið hús verður í kirkjunni alla þriðjudaga kl. 13:00-15:00 fyrir eldri borgara og önnur sem hafa lausa stund á daginn. Stundin hefst á fræðslu eða skemmtiefni og samsöng í kirkjunni. Þá er boðið upp á handavinnu, spil og spjall. Síðan er kaffi og veitingar í boði á vægu verði. Farið er í haustferð og vorferð auk annarra skemmtilegra viðburða.

## Djúpslökun

Djúpslökun er á neðri hæð kirkjunnar alla fimmtudaga kl. 17:00. Tímarnir hefjast á léttum æfingum til að undurbúa líkamann fyrir djúpa og góða slökun. Tímarnir henta bæði þeim sem eru byrjendur í jóga og lengra komnum.

Djúpslökunin er gjaldfrjál og tímana leiðir Jarþrúður Karlsdóttir jógakennari.

## Foreldramorgnar – Krilasálmar

Alla miðvikudaga milli kl. 10:00 og 12:00 verða sameiginlegir foreldramorgnar og Krilasálmar Árbæjarkirkju, Grafarvogskirkju og Guðriðarkirkju. Morgnarnir verða haldnir í Guðriðarkirkju. Foreldramorgnar byrja á að sungið er fyrir börnin. Þannig fá þau upplifun af tónlistinni. Eftir þá stund er almennt spjall og kaffisopi. Umsjón hefur María Rut prestur í Guðriðarkirkju ásamt öðru starfsfólki safnaðanna.

## Barna- og unglíngakór Grafarvogs í Grafarvogskirkju

Kórstjóri er Auður Guðjohnsen. Hjóðfærasmíðu kennir Sævar Helgi Jóhannsson. Skráning mun fara fram á [www.tongraf.is](http://www.tongraf.is)

Hægt er að nýta fristundastyrk. Kór Grafarvogskirkju og Vox Populi

Kirkjukórinn æfir á miðvikudögum kl. 19:30. Vox Populi æfir á miðvikudögum kl. 19:30. Upplýsingar veitir

Lára Bryndís Eggertsdóttir [lara@grafarvogskirkja.is](mailto: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.

Við bjóðum nýja og eldri þátttakendur hjartanlega velkomin og viljum sjá sem allra flest og einmitt þig!

Sjá nánar á Facebooksíðu *Prjónaklúbburinn í Grafarvogskirkju*.



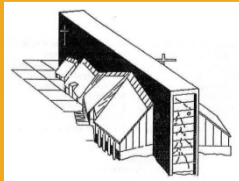
### Vigðir þjónar safnaðarins:

Arna Ýrr Sigurðardóttir sóknarprestur [arna@grafarvogskirkja.is](mailto:arna@grafarvogskirkja.is)

Sigurður Grétar Helgason prestur [sigurdur@grafarvogskirkja.is](mailto:sigurdur@grafarvogskirkja.is)

Aldís Rut Gísladóttir prestur [aldis@grafarvogskirkja.is](mailto:aldis@grafarvogskirkja.is)

Kristín Kristjánsdóttir djákni [kristin@grafarvogskirkja.is](mailto:kristin@grafarvogskirkja.is)



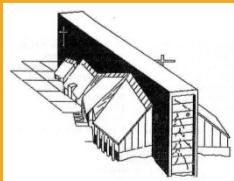
Sími: 587 9070

Netfang: [grafarvogskirkja@grafarvogskirkja.is](mailto:grafarvogskirkja@grafarvogskirkja.is)

Heimasíða: [www.grafarvogskirkja.is](http://www.grafarvogskirkja.is)

Likesíða á facebook: Grafarvogskirkja Grafarvogi

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



Vekomin í kirkjuna þína!



**BÓNUS**

# Komdu í körfu!

**Frí prufuvika  
16.-21. sept.**

Bónus býður krökkum um allt land sem vilja prófa körfubolta, eina fría prufuviku. Nýttu tækifærið og kíktu á æfingu hjá Fjölni.



**Hér geturðu skoðað  
æfingatöflu Fjölnis**

*Við hjá Fjölni viljum endilega fá fleiri krakka í körfu og tökum vel á móti öllum.*

