

Kleinhringir drauma þinna

Dons Donuts

WWW.DONSDONUTS.IS

Oftar en ekki opið

Búðakór Opið alla daga frá 08-24:00 Hófgerði Opið: Virka daga 8-23:30, helgar 9-23:30.

Krambúðin

KÓPAVOGS

- P Ó S T U R I N N -

16. tbl. 30. árg. Fimmtudagur 13. júní 2024. Kópavogspóstinum er dreift ókeypis inn á heimili í Kópavogi
FRÉTTABLAÐ KÓPAVOGSBÚA FRÁ 1994 BÆJARBLAÐIÐ ÞITT! VEFSÍÐA: WWW.KGP.IS

KOMINNTÍMA SKOÐUN?

Verið velkomin með bílinn í skoðun á Dalveg 22

Frumherji

Lyfjaval

HEILGA & HAMINGJA

24/7 OPIÐ

Bílaapótek Lyfjavals Hæðasmára

FASTEIGNASALAN

KRAFTUR
TRAUST
ÁRANGUR

Sigurður Gunnlaugsson
löggiltur fasteignasali
Sími 898 6106

errea

Bæjarlind 14-16
www.errea.is

Í KÓPAVOGI

Fjölbreytt og skemmtileg hátíðarhöld á 17.júní



Það var mikil stemning á 17. júní hátíðarhöldunum í Kópavogi í fyrri

Haldið verður upp á 17. júní með glæsilegum hætti í Kópavogi og er boðið upp á dagskrá á nokkrum stöðum í bænum.

Hátíðarhöldin bera svip af 80 ára afmæli lýðveldisins, Söngsveitin Filharmónía syngur ætíðarlög í anddyri Salarins frá 13 til 13.30 og flytur lag Atla Ingólfssonar við ljóð Þórarins Eldjárns sem samið var í tilefni afmælisins. Þá verður boðið upp á hátíðarköku í tilefni dagsins, í Salnum og hátíðarsvæðum.

Hefðbundin hátíðarhöld hefjast svo með skrudgöngu frá MK klukkan 13.30 en henni lýkur á Rútstúni. Þar tekur við skemmtidagskrá sem stendur yfir frá 14.00 til 16.00. Á sama tíma er

skemmtidagskrá við íþróttahúsið Versali. Fram koma m.a. leikhópurinn Lotta, Gunnar Helgason og Valgerður Guðnadóttir, Idol stjörnur, Jóhanna Guðrún, Aron Can og VÆB.

Kynnar eru á Rútstúni: Eva Ruza og Hjálmar Örn en við Versali: Saga Garðars og Snorri Helga. Auk þess verður skemmtidagskrá við Menningarhúsin í Kópavogi frá 13.00-16.00 þar sem fram koma Söngsveitin Filharmónía, BMX Brós, Skapandi sumarstörf og fleiri.

Í undirgöngunum við Hamraborg verður Graffiti-djamm frá 12.00-16.00.

Loks má þess geta að Hoppukastalar og leikæki eru opin á Rútstúni og við Versali frá 12.00 og eru opin til 17.00.

12kr.

AFSLÁTTUR MEÐ ORKULYKLI

Afsláttur gildir ekki á völdum stöðvum þar sem lægsta verð Orkunnar er í gildi. Kynntu þér staðsetningarnar á Orkan.is

Þar gildir okkar lægsta verð, alltaf.

orkan.is

HAFÍÐ FISKVERSTUN

Grillvörur Hafsins eru komnar í verslanir okkar

Nettó Engihjalla

Opið alla daga 8-24

30% AFSLÁTTUR MEÐ VILDARKORTI LINDAR

hjá eftirfarandi fyrirtækjum:

LIND FASTEIGNASALA

Bæjarlind 4 / Sími: 510 7900 / www.fastlind.is

Húsgagnahöllin: 30% afsláttur af öllum vörum. Betra bak: 30% afsláttur af öllum vörum. Dorma: 30% afsláttur af öllum vörum. Flúgger: 30% afsláttur af allri innimálingu. S. Helgason: 30% afsláttur af öllum boröplötum. Parki: 30% afsláttur af öllum vörum nema innréttingum. Z brautir og gluggatjöld: 30% afsláttur af öllum vörum. Vídd: 30% afsláttur af öllum vörum. Húsasmíðjan: 30% afsláttur af hreinlætistækjum og ljósum. ATH! Afslátturinn gildir ekki á útsölum.

Bókasafn Kópavogs hlaut fjóra myndarlega styrki

Spennandi verkefni á Bóksafni Kópavogs



F.v. Soffa Karlsdóttir, forstöðumaður menningarmála í Kópavogi, Líska Z. Valdimarsdóttir forstöðumaður Bókasafns Kópavogs, Vigdís Másdóttir kynningar- og markaðsstjóri menningarmála í Kópavogi og Agnes Ársælsdóttir, verkefnastjóri Hamraborgarfestivalis

Lilja Dögg Alfreðsdóttir, menningarmálaráðherra fyrir hönd Barnamenningarsjóðs úthlutaði styrkjum fyrir árið 2024 í Safnahúsinu á dögnum.

Hlutverk Barnamenningarsjóðs er að fjármagna og styðja við fjölbreytta starfsemi á sviði barnmenningar með áherslu á sköpun, listir og virka þátttöku barna í menningarlífi.

Bókasafn Kópavogs hlaut fjóra myndarlega styrki upp á alls 4.688.000 kr. fyrir ýmis verkefni og er ljóst að það eru spennandi tímar framundan á safninu.

Tímamót og fögnuður: Raddir barna í Kópavogi - 1.725.000 kr.

Barnakórar í Kópavogi frumflytja átta glæný kórverk á tónleikum í Salnum í Kópavogi í október 2024 í tilefni af 25 ára afmæli Salarins. Verkin eru samin út frá sjónarhóli barnsins og helmingurinn með þátttöku þeirra. Söngvararnir ungu koma úr Hörðuvallaskóla, Kárnesskóla og Smáraskóla en tónskáldin eru Benni Hemm Hemm, Ingibjörg (Ingibjörg Yr Skarphéðinsdóttir og Ingibjörg Fríða Helgadóttir), Jóhann G. Jóhannsson, Kristín Þóra Haraldsdóttir, Nína Solveig Andersen, Tryggvi M. Baldvinsson, Úlfur Eldjárn og Þóra Marteinsdóttir.

Fjölbjóðlegir tónleikar á Barnamenningarhátíð í Salnum - 1.340.000 kr.

Tónleikar með arabísku og íslensku ívafi undir stjórn Thabit Lakh og Sigrúnar Kristbjargar Jónsdóttur í Salnum á Barnamenningarhátíð 2025 með þátttöku fjölbjóðlegs hóps barna.

Together : Fjölyngdar listsmíðjur fyrir börn og fjölskyldur - 960.000 kr.

Together. Fjölyngdar listsmíðjur fyrir börn og fjölskyldur. Samstarfsverkefni menningarsviðs Kópavogsbæjar og Hjálpar-samtakanna GETA.

Bláum lífi í þjóðsögurnar - 663.000 kr.

Bókasafn Kópavogs ætlar að kynna þjóðsögur Jóns Árnasonar fyrir börnum og unglíngum á nýstárlegan og skemmtilegan hátt og halda þessum sagnaári okkar á lofti. Börnin fá tækifæri til að vinna með þjóðsögurnar í ýmsum áhugaverðum listasmíðjum, sögustundum ofl. Verkefnið er í samstarfi við grunnskóla og leikskóla í Kópavogi.

Gerir okkur kleift að bæta enn betur í barnmenningu í Kópavogi

„Við erum auðvitað í skýjunum með þessa styrki,“ sagði Elisabet Indra Ragnarsdóttir, verkefnastjóri viðburða og hátíða hjá Kópavogsbæ. „Þetta gerir okkur kleift að bæta enn betur í barnmenningu hér í Kópavogi en við leggjum mikinn metnað að bjóða upp á gæðaviðburði fyrir börn og fjölskyldur þeirra. Við leggjum líka mikið upp úr inngildingu og sést á úthlutunum að sjóðurinn er okkur sammála þegar lítið er yfir þau verkefni sem fengu styrk. Það er því óhætt að segja að það sé spennandi barnmenningarár framundan í Kópavogi.“

Eins má nefna að Hamraborgarfestival fékk milljón króna styrk fyrir viðburðum fyrir börn á hátíðinni. Lista- og menningarráð styrkir hátíðina sem fer fram í sumar hér í Hamraborginni í Kópavogi.

Framtíðarsýn Kópavogsdals

Áhersla á græn svæði, heilsuþætandi útivist og betri nýtingu landsvæðis



Ráðist verður í hugmyndasamkeppni um framtíð Smárans og lögð er áhersla á að ekki verði gengið nærri grænum svæðum í Kópavogsdalnum.

Þetta er meðal þess sem er að finna í tillögum starfshóps um Kópavogsdals sem hafa verið samþykktar í bæjarstjórn. Hópurinn leggur til að Kópavogsdalur verði kjörsvæði fyrir heilsuþætandi útivist, heilbrigitt villt lífríki í byggð og afbragðs íþróttasvæði fyrir fjölbreytt íþróttasvæði og ólíka aldurshópa. Hópurinn leggur áherslu á að þess sé gætt að ganga ekki á græn svæði í dalnum og kraftur verði settur í hreinsun Kópavogslækjar.

Kópavogsdalur skipar stóran sess í huga og hjörtum íbúa

„Það er mikið fagnaðarefni að komin sé framtíðarsýn Kópavogsdalinn enda skipar dalurinn stóran sess í huga og hjörtum okkar íbúanna. Almenn samstaða var í hópnum en með þessari vinnu er kominn skýr rammi varðandi uppbyggingu á bæði íþróttasvæðinu í Smáranum sem og dalnum öllum. Mikilvægt er að slíkur rammi sé fyrir hendi vegna nálægðar íþróttasvæðisins við þetta dýrmæta græna svæði sem

Kópavogsdalurinn er. Nú þegar endurvinnslustöð Sorpu er að flytja af Dalveginum er frábært tækifæri að skipuleggja og hanna svæðið upp á nýtt með nýtingu dalsins fyrir gesti og gangandi í huga. Hópurinn leggur til að efna til hugmyndasamkeppni um nýtingu svæðisins og munum við fara í þá vinnu fljótlega,“ segir Hjördís Yr Johnson formaður hópsins en einnig er gert ráð fyrir að farið verði í hugmyndasamkeppni um framtíð íþróttasvæðisins í Smáranum.

Hugmyndasöfnun meðal íbúa hlaut góðar undirtektir

Starfshópurinn sem hóf störf haustið 2023 leitaði umsagna og álits fjölmargra í sinni vinnu. Meðal annars var hugmyndasöfnun meðal íbúa sem hlaut góðar undirtektir. Hópurinn vann svo að framtíðarsýn sem sett er fram í þremur flokkum, náttúra, útivistar- og afþreyingarsvæði og íþróttasvæði.

Í starfshópnum áttu sæti sjö fulltrúar: Formaður skipulagsráðs, Hjördís Yr Johnson formaður starfshópsins, Andri Steinn Hilmarsson og Kristinn D Gissur- arson fulltrúar meirihluta bæjarstjórnar,



Hjördís Yr Johnson, formaður skipulagsráðs Kópavogs og starfshópsins

Hákon Gunnarsson og Tryggvi Felixson fulltrúar minnihluta bæjarstjórnar, Auður D. Kristinsdóttir skipulagsfulltrúi og Íris Svavarsdóttir verkefnastjóri íþróttadeildar. Starfsmaður hópsins var Sigrún María Kristinsdóttir, verkefnastjóri íbúatengsla hjá Kópavogsbæ.

Í kjölfar vinnu starfshópsins verður efnt til vinnufundar með bæjarfulltrúum um aðgerðaáætlun og næstu skref.

Bernskubrek í Kópavogi

Kvöldstund með Marteini Sigurgeirssyni í Salnum verðu föstudaginn 14. Júní kl. 20 undir yfirskriftinni Bernskubrek. Meðal þess sem sagt verður frá eru samskipti unglínglinga við herinn á stríðsárunum, bygging fyrsta íþróttavallarins í Kópavogi, sjávarháskan við Álftanes 1964, uppskeruhátíð í Agnarögn fyrstu félagsmiðstöðinni og fjölmörgum. Hann mun segja frá og sýna myndir og því einkar áhugavert fyrir unga sem aldna að koma og hlusta. Almenn miðaverð er 4.000 en 3500 fyrir eldri borgara og öryrkja. Hægt er að nálgast miða á salurinn.is



Yfir 100 umsóknir bárust í Skapandi sumarstörf

Skapandi sumarstörf eru komin á fullt í Kópavogi. Að því tilefni litum við inn í Molann á dögnum og hittum fyrir Katrínu Birnu Vignisdóttur forstöðumann sem sagði okkur frá öllu því spennandi sem að er gerast í sumar.

„Við eru með frábæran hóp af fólki með okkur í sumar en okkur bárust yfir hundrað umsóknir. Það var því ekki auðvelt verk að velja en við erum mjög ánægð með hópinn sem var valinn. Verkefni eru fjölbreytt; t.d erum við með kvikmyndagerðafólk sem ætlar að gera stuttmyndir, hláðvarpsseríu, skúlptúrseríu, hönnun og sviðslistir. Afraksturinn verður svo kynntur þegar frekari mynd er komin á vinnuferlin þeirra og hægt verður að fylgjast með dagskránni á miðlunum okkar og á meko.is. Okkur mun bregða fyrir á 17. Júní, smá innsýn inni í þau verkefni sem eru að fara af stað. Við hlökkum til þess að sýna og segja frá þessum glæsilegu ungmennum,“ segir hún.



Hópurinn kominn saman í fyrsta sinn

FRÍMANN & HÁLFDÁN
ÚTFARARÞJÓNUSTA

 Frímánn 897 2468	 Hálfván 898 5765	 Ólöf 898 3075	 Kristín 699 0512
-------------------------	-------------------------	----------------------	-------------------------

Stapahrauni 5, Hafnarfirði
Sími: 565 9775
www.uth.is - uth@uth.is

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.

Smárinn er miðja höfuðborgarsvæðisins þar sem Heimar hafa þróað fjölbreytta blöndu húsnæðis. Þar ber helst að nefna Smáralind, sem er stærsta verslunarmiðstöð landsins og hjarta svæðisins. Smáralind hýsir um 100 rekstraraðila og árlegir gestir eru um 4 milljónir. Silfursmári er nýjasta viðbótin en þar bjóða Heimar til leigu vel staðsett verslunar- og þjónusturými rétt við Smáralind.

Smárinn er hluti af Heimum.



KÓPAVOGS

- P Ó S T U R I N N -

Útgefandi: Kópavogspósturinn ehf.
 Netfang: valdimar@kp.is Ritstjóri: Valdimar Tryggvi Kristófersson,
 Sími: 697 4020. Vefsíða: www.kgp.is Umbrot: Kópavogspósturinn ehf.
 Prentun: Landsprent ehf Dreifing: Póstdreifing

Kópavogspósturinn kemur næst út 20. eða 27. júní

Síðasti skiladagur er föstudaginn 14. júní

valdimar@kp.is - Sími 697 4020

Vefsíða Kópavogspóstsins, www.kgp.is

Kópavogspósturinn er á: Facebook, Twitter og Instagram

ÚTFARARSTOFA
ÍSLANDS síðan 1996

ALÚÐ VIRÐING
TRAUST REYNISLA

Auðbrekku 1 | 200 Kópavogi | sími: 581 3300 | www.utforin.is

Komum til aðstandenda og ræðum skipulag sé þess óskað



Sverrir Einarsson
S: 896 8242



Andrés Andrésson
S: 662 5339



Jóhanna Eiríks



Guðmundur Örn
Jóhannsson
S: 862 0537

Sólarhringsþjónusta | S: 581 3300 eða utforin@utforin.is

ÚTFARARSTOFA
HAFNARFJARÐAR

Fjarðargötu 13-15 | 220 Hafnarfirði | s: 565 5892 | www.utfararstofa.is



Frí Tjónaskoðun

GÆÐAVOTTAD VERKSTÆÐI

Auðbrekku 27. Kópavogi
www.bilasprautun.is

554 2510



Útfararþjónusta
í yfir 70 ár

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

Vefsíða Kópavogspóstsins kgp.is
[Facebook.com/Kopavogsposturinn](https://www.facebook.com/Kopavogsposturinn)
[Instagram.com/Kopavogsposturinn](https://www.instagram.com/Kopavogsposturinn)

Jazzinn dunar í Salnum

Sumarjazz í Salnum hefst með hvelli í dag, fimmtudaginn 13. júní, þegar Bogomil Font og hljómsveit stíga á stökk en tónleikar munu svo fara fram alla fimmtudaga fram til 18. júlí.

Boðið verður upp á stuð og sveiflu, angurværð og trega, óvissuferðir og tilraunamennsku, glænýja tónlist og sigilda jazzslagara í bland. Það er lista- og menningarráð Kópavogsbæjar sem styrkir Sumarjazz í Salnum en ókeypis er á tónleikana sem fram fara klukkan 17 – 18 á fimmtudögum.



Ingibjörg Turchi, bassaleikari og tónskáld flytur eigið efni á síðdegistónleikum í Salnum



Los Bomboneros er skipað Sigrúnu Kristbjörgu Jónsdóttur, Alexöndru Kjeld, Daniel Helgasyni og Kristofer Rodriguez Svónusyni.



Kvartettinn MOVE skipa Óskar Guðjónsson, Eyþór Gunnarsson, Valdimar Kolbeinn Sigurjónsson og Matthías M. D. Hemstock.

Bogomil Font stígur á svið 13. júní en viku síðar, fimmtudaginn 20. júní mun Ingibjörg Turchi flytja magnaða tónlist sína ásamt hljómsveit. 27. júní leggur MOVE, kvartett Óskars Guðjónssonar, upp í spennandi óvissuferð og 4. júlí galdrar Kristjana

Kristjana Stefáns kemur fram ásamt Tómasi Jónssyni á pianó og Þorgrími Jónssyni á bassa

Stefánsdóttir fram seiðandi tóna. 11. júlí leiðir gítarleikarinn Edgars Rugajs saman tónlistarfólk úr ólíkum áttum á afar áhugaverðum tónleikum og tónleikaröðinni lýkur svo með hinni geysivinsælu Los Bomboneros en á meðal hljómsveitarmeðlima hennar er nýkrýndur bæjarlistamaður Kópavogsbæjar, Kristofer Rodriguez Svónuson.

Góðgerðardagur Kársnesskóla er fjáröflunarverkefni - börn fyrir börn

Góðgerðardagur Kársnesskóla var haldinn með pomp og prakt fyrir skólalok, en þetta er árlegur viðburður haldinn í samstarfi við foreldrafélag Kársnesskóla á vorhátíð skólans. Nemendur fá með honum tækifæri til að taka þátt í raunverulegu verkefni sem skiptir máli í samfélaginu og samfélagi þjóðanna og noti sköpunarkraft sinn til að láta gott af sér leiða. Að þessu sinni var safnað fyrir SOS Barnaþorpin – Neyð á Gaza.

Nemendur í 7. bekk kusu með lýðræðislegum hætti eftir að hafa fengið kynningu á nokkrum hjálparstofnunum sem hafa börn í forgrunni sinnar starfsemi. Val nemenda var viðúið þar sem fréttir af hörmungunum í Pálestínu hafa verið ofarlega í hugum



Helgi Þór Atlason 7. bekk, Valdimar Leó í 10. bekk, Ljósbjörg Helga Daníelsdóttir 10. bekk, Lovísa Gísladóttir 7. bekk og Hjördís Rós Jónsdóttir, fræðslufulltrúi SOS Barnaþorpa tók á móti söfnunarfénu og veitti skólanum viðurkenningu

nemenda sem og annarra. Skólinn færði svo SOS Barnaþorpum afkrstur söfnunar Góðgerðardags Kársnesskóla 2024. Í ár safnaðist hærri upphæð en nokkru sinni áður, skólasamfélagið lagði allt hönd á plóg og safnaðist kr. 1.052.883.

Hundabann á varptíma við vötnin

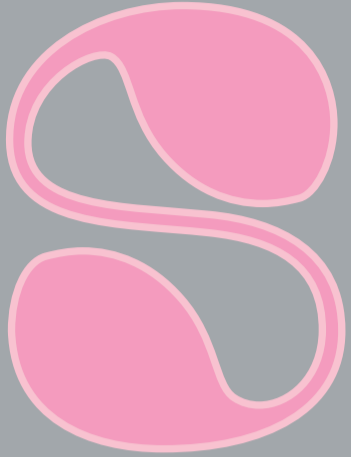


Hundum er bannaður aðgangur í friðlandi Vífilsstaðavatns og Urriðavatns yfir varptímann, tímabilið 15.apríl til 15. ágúst.

Allir eru hvattir til að vernda fuglalíf við vötnin



ÍKÓPA



Göngur



Bókamarkaður



Sýningarleiðsagnir

Sumarjazz



Hannyrðaklúbbar



Skapandi sumarstarf



AVOGLI



Börn hafa sterka rödd í Kópavogi

Kópavogur fær viðurkenningu sem Barnvænt sveitarfélag

Kópavogur fagnaði þeim gleðilega áfanga að fá staðfesta viðurkenningu sína sem Barnvænt sveitarfélag UNICEF í annað sinn á dögnum. Kópavogur hefur unnið ötullega að því að innleiða Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna í alla sína starfsemi frá árinu 2018 og fékk fyrstu viðurkenningu sína sem Barnvænt sveitarfélag vorið 2021.

„Börn í Kópavogi eru með sterka rödd í samfélaginu okkar og taka þátt í því að gera bæinn okkar enn betri. Við erum stolt af því að vera barnvænt sveitarfélag og sýnum það í verki. Í tengslum við innleiðinguna hafa fjölmörg flott verkefni litið dagsins ljós,“ segir Ásdís Kristjánsdóttir bæjarstjóri Kópavogs.

Kópavogsbær hefur gripið til fjölmargra aðgerða í tengslum við innleiðinguna. Meðal þeirra eru verkefnið „Okkar skóli“ sem hefur verið innleitt í öllum grunn- og leikskólum en markmið þess er að veita börnum tækifæri til þess að hafa áhrif á skólaumhverfi sitt með beinum hætti. Verkefnið felst í því að hver skóli fær úthlutað upphæð sem nemur 1.000 krónum á hvert barn og börnin sjálf koma sér saman um það með lýðræðislegum hætti hvernig fjármuninum er ráðstafað.

Er þetta þannig bæði æfing í lýðræðislegum vinnubrögðum og skilaboð til barnanna um að skoðanir



Anna Elisabet Ólafsdóttir verkefnastjóri, Dagur Ingason ungmennaráði, Bára Freydis Þórðardóttir ungmennaráði, Ásdís Kristjánsdóttir bæjarstjóri, Fjöla Borg ungmennaráði, Karen Lind Stefánsdóttir varaformaður ungmennaráðs og Birna Þórarinsdóttir framkvæmdastjóri UNICEF.

þeirra skipti máli. Sem dæmi má nefna þá ákváðu börnin að bæta aðstöðu með einhverjum hætti, endurnýja leikföng, fá inn ákveðna fræðslu eða bæta tækjabúnað. Þá hefur þátttaka barna í skipulagsmálum verið aukin og samráð við börn með fötlun um þjónustu bæjarins sömuleiðis.

„Kópavogur er vel að endurnýjun viðurkenningarinnar kominn en síðastliðin þrjú ár hafa frekari skref verið stigin í innleiðingunni og fjölmargar aðgerðir

verið framkvæmdar réttindum barna til hagsbóta. Sem dæmi má nefna að börnum eru nú tryggðar fjölbreyttari leiðir til þess að hafa áhrif á bæinn sinn, skólastarf og menningarlíf,“ að mati UNICEF.

Sértækur stuðningur við viðkvæma hópa hefur verið efiður með ymsum hætti í takt við gögn sem aflað hefur verið. Þá er sérstaklega stutt við tómsundapáttöku barna af erlendum uppruna og stuðningur við börn sem kljást við skólaforðun verið aukinn.

Í Kópavogi fer Réttindaskólam og Réttindaleikskólum einnig fjölgaði en þess má geta að leikskólar í Kópavogi voru þeir fyrstu í heiminum til að verða réttindaskólar UNICEF. Þá hefur, í takt við tæknivæðingu skólanna, einnig verið unnið mikið frumkvöldlastarf varðandi þróun á námsefni og fræðslu um stafræna borgaravítund sem er mikilvægt til að tryggja réttindi barna á netinu.

Árlegt skóla- og barnaþing hafa nú verið fest í sessi en í framhaldi af þeim eiga börn fund með bæjarstjórn þar sem bæjarfulltrúar hlusta og bregðast við tillögum barnanna og málum komið í farveg.

Leslyndi

· Sumarlestur fullorðinna

Af hverju ættu börnin að sitja ein að kræsingunum í sumar? „Við á Bókasafni Kópavogs blásum í annað sinn til sumarlesturs fullorðinna; Leslyndis! Til mikils er að vinna því vikulega verður einn leslyndur þátttakandi, sem sent hefur inn umsókn, dreginn út og frábær bókaverðlaun í boði. Svo það er ekki bara frelsið til að fá að lesa eða heiðurinn af því að taka þátt, þetta er keppni og samfélag og hamingja,“ segir Íris Dögg Sverrisdóttir, bókavörður á Bókasafni Kópavogs

„Við renndum blint í sjóinn í fyrrasumar með Leslyndi en fengum svo frábærar viðtökur að við endurtökum leikinn. Leslyndið er einfalt, skráning er á vefsíðu bókasafnsins þar sem þátttakendur skila einnig inn umsögnum um þær bækur sem lesnar eru í sumar og úr þeim er vinningshafi vikunnar dreginn. Við verðum virkari en bikiniáklæddir áhrifavaldar á sundlaugabakkanum á Instagram-reikningi safnsins (þar heitum við einfaldlega bókasafnkópavogs) og birtum þar upplýsingar um nýjar bækur og umsagnir leslyndra félaga í allt sumar. Þá er lifandi póstlisti með enn fleiri bókum og enn fleiri bókaumsögnum leslyndra ásamt vinningshöfum sumarsins. Við viljum þannig búa til fallegt samfélag leslyndra sem aðstoðar hvert annað við að finna næstu bók til að lesa en á sama tíma æsa fólk upp í samkeppni um verðlaun vikunnar,“ segir hún og bætir við: „Án alls glens þá eru þrjár leiðir til að taka þátt: Keppandinn, klappliðið og áhorfandinn. Keppandinn tekur virkan þátt og sendir inn umsagnir. Klappliðið skráir sig til leiks og fer á póstlistann og vaktar Instagram. Áhorfandinn fylgist bara með á Instagram. Allt eru þetta góðar leiðir til að taka þátt í okkar dásamlega samfélagi leslyndra. Við hlökkum til að lesa með ykkur í sumar. Áfram allt þið leslynda fólk,“ segir Íris Dögg brosandí.



Börn frá leikskólanum Kópahvoli tóku lagið

OPIÐ Í ALLT SUMAR!

Við vitum að tannheilsa skiptir máli allan ársins hring. Því verðum við með **opið í allt sumar** og tökum einnig á móti neyðartilfellum.

Pantaðu tíma: tennur@tennur.is | 568 2522 | Noona



TANNLÆKNASTOFAN
VALHÖLL

Urðarhvarf 8 B, 6. hæð, 206 Kópavogur

SAUNA

fyrir þá allra kröfuhörðustu



BARREL SAUNA (tunnu)
Verð frá 585.000 kr.



ROUND CUBE SAUNA
Verð frá 1.795.000 kr.



SQUARE BARREL SAUNA
Verð frá 695.000 kr.



PATIO SAUNA
Verð frá 1.150.000 kr.

Saurnar, sem eru bæði fánlegar úr greni og hitameðhöndluðum við - Thermowood, koma frá SAUNASELL í Eistlandi, sem hefur framleitt útisaunur í yfir 15 ár.

Okkar vinsælustu pottar til á lager!
Verð frá 148.000 kr.

Einnig afar vandaðir saunaofnar frá HUUM - Hive mini og Drop.

ÍSLENSKT
LÁTTU ÞAD GANGA



Fljótandi „hengirúm“

Í pottinn og laugina - eða með í töskunni til Tene. Margir litir.

Algjör
stökun!



Verð frá 2.720 kr.

afsláttur
20%

Gríðarsterk og vönduð plastglös

Geggjuð glös á pallinn, í pottinn eða ferðalagið. Ýmsar stærðir og margir litir.



afsláttur
20%

Verð frá 788 kr.

NORMX

NORMX · Auðbrekku 6 · Kópavogi · Sími 565 8899 · normx.is

Opið mánud. - fimmtud. 10-18, föstud. 10-17. og laugard. 10-14.

Ég er afskaplega stolt af því að við þorðum að ráðast í breytingar á leikskólaumhverfinu

- segir Ásdís Kristjánsdóttir, en á laugardaginn eru tvö ár liðin síðan hún tók til starfa sem bæjarstjóri Kópavogs

Á fundi bæjarstjórnar þann 14. júní 2022 var ráðning Ásdísar Kristjánsdóttur sem bæjarstjóra Kópavogs samþykkt og daginn eftir hóf hún störf. Það eru því tvö ár liðin síðan Ásdís kom sér fyrir í stól bæjarstjóra og Kópavogspósturinn tók stöðuna á henni af því tilefni, en verkefni sem hún hefur tekist á við á þessum tíma eru fjölmörg, flest þeirra mjög ánægjuleg en einnig nokkur krefjandi.

Hver dagur er ólíkur og fjölbreytnin mikil

Það liggur kannski beinast við að spyrja bæjarstjóra að því hvernig þessi tími hafi verið og hvort starf bæjarstjóra Kópavogs hafi komið að einhverju leiti á óvart? „Tíminn hefur liðið ansi hratt og ótrúlegt að kjörtímabilið sé hálfnað. Ég er afskaplega stolt af þeim verkefnum sem við höfum sett í forgang og klárað á þessum tveimur árum. Það sem kannski kom mér mest á óvart var hversu viðfeðmt starfið er, hver dagur er ólíkur og fjölbreytnin mikil. Kópavogsbær er stór vinnustaður og ég hef reynt að nýta tímann þegar ég á lausa stund í að heimsækja stofnanir bæjarins og hitta starfsfólkið. Leikskólarnir hafa verið í forgangi og gaman að segja frá því að ég hef heimsótt næstum alla leikskóla Kópavogs, ég á örfáa eftir og þá mun ég heimsækja í sumar,” segir hún.

Getum vel við unað

Ef þú lítur til baka yfir þessi tvö ár, ertu ánægð með hvernig rekstur Kópavogsbæjar hefur gengið og hvernig hann er að þróast? „Ég tel að við getum vel við unað, rekstur Kópavogsbæjar er traustur og ársreikningur fyrir árið 2023 staðfestir það. Afkoman batnar verulega milli ára og reksturinn skilar fimm milljörðum til að standa undir framkvæmdum og niðurgreiðslu skulda. Þá er einnig heilbrigðismerki að í samanburði við önnur sveitarfélög á höfuðborgarsvæðinu eru skuldir á íbúa og skuldahlutfall hvergi lægra.”

Samstarfið hefur gengið mjög vel og traust ríkir á milli okkar

Hvernig finnst þér svo meirihlutasamstarf ykkar og Framsóknarflokksins hafa gengið, eruð þið á tiltölulega sömu línu og samstíga er kemur að málefnum bæjarins? „Samstarfið hefur gengið mjög vel og traust ríkir á milli okkar. Flokkarnir voru báðir með mjög áþekkar áherslur í kosningaráttunni og því lá beinast við að við færum í samstarf. Leiðarstef okkar í meirihlutasáttmálanum er að Kópavogs-



Ásdís og Orri Hlökkversson formaður bæjarráðs við opnun nýrrar sýningar Náttúrufræðistofu á afmælisdegi bæjarins 11. maí 2024 í endurgerðu rými Náttúrufræðistofu og Bókasafns.

bær verði farsælt bæjarfélag í fremstu röð. Þær áherslur endurspeglast vel í þeim verkefnum sem við höfum sett í forgang á kjörtímabilinu sem nú er hálfnað. Við höfum lækkað skatta á bæjarbúa í tvisgang eða bæði árin sem við höfum verið við völd. Þá höfum við sýnt forystu í að leiða áfram kerfisbreytingar í leikskólamánum og ánægjulegt að önnur sveitarfélög eru að fylgja fordæmi okkar í þeim efnum. Við breyttum áherslum okkar í starfsemi menningarhúsa, forgangsroðuðum fjármunum með öðrum hætti og erum nú að stórefla menningarstarfsemi á þessum árum. Það kalli á aukni fjármagn. Loks vil ég nefna að við höfum sett heilsu og hreyfingu í forgang fyrir alla bæjarbúa, unga sem aldna með hækkun frístundastyrks og eflingu á verkefni „Virki og vellíðan“ fyrir eldri bæjarbúa. Þá eru miklar framkvæmdir framundan á íþróttamannvirkjum í bæði efri og neðri byggðum Kópavogs.”

Árangurinn talar sínu máli - Kópavogsmódelið virkar

Tíminn hefur liðið hratt en verkefni sem þú hefur tekist á við hafa sjálfsagt verið mörg hver bæði ánægjuleg en einnig krefjandi. Hvaða verkefni ertu kannski stoltust af að hafa komið í gegn? „Ég er afskaplega stolt af því að við þorðum að ráðast í breytingar á leikskólaumhverfinu en í alltof langan tíma hefur ríkt djúpstæður mönnunnavandi, viðvarandi álag og óstöðuleiki í þjónustu á leikskólum landsins. Þessu vildum við breyta. Eftir mikið samráð var niðurstaðan Kópavogsmódelið sem í grunninn byggir

á því að fyrstu sex klukkustundirnar eru gjaldfrjálsar samhliða auknum sveigjanleika í dvalartíma barna. Árangurinn talar sínu máli - Kópavogsbær hefur aldrei þurft að loka leikskólum sökum mannekle frá því breytingar tóku gildi. Til samanburðar voru 212 lokunardagar á síðasta skólaári í einhverjum leikskólum Kópavogs. Flestir leikskólar eru fullmannaðir, við erum að bjóða fleiri börnum leikskólaláss samhliða auknum stöðugleika í þjónustu við barnafjölskyldur. Þegar breytingarnar voru kynntar voru skiljanlega áhyggjur af hvaða áhrif breytingarnar myndu hafa á tekjulægstu heimilin. Nýleg foreldrakönnun bendir hins vegar til þess að tekjulægstu heimilin séu einna ánægðust með breytingarnar og jafnframt líklegust til að nýta sér gjaldfrjálsa leikskólaláttunustu. Nú þegar árangurinn hefur verið mældur og er sýnilegur öllum erum við að sjá önnur sveitarfélög innleiða áþekkar breytingar sem er mjög ánægjulegt,” segir Ásdís.

Miklar breytingar eru oft erfiðar

Eru einhver mál/verkefni sem hafa tekið á, verið mjög krefjandi og erfitt að eiga við? „Ég viðurkenni fúslega að þegar við kynntum Kópavogsmódelið var krefjandi að svara fyrir það þegar engar árangursmælingar lágu fyrir. Miklar breytingar eru oft erfiðar og þar sem við voru fyrst sveitarfélaga til að boða þær voru viðbrögðin ansi mikil í fyrstu en nú þegar reynsla er komin á þessar breytingar hefur umræðan snúist. Þá vil ég einnig nefna breytingar okkar á starfsemi menningarhúsanna sem við boðuðum fyrir rúmlega ári síðan og

mætti strax mikilli mótstöðu, bæði einstaklinga og samtaka. Mikil upplýsingaöreiða myndaðist í kringum boðaðar breytingar sem erfitt var að leiðrétta, sem dæmi var því haldið fram opinberlega að við værum að loka Náttúrufræðistofu, sem var alrang! Það sjá bæjarbúar auðvitað skýrt í dag en á afmælisdegi Kópavogs 11. maí s.l. opnuðum við Náttúrufræðistofu á ný en með breyttum áherslum okkar þar sem hún gegnir meðal annars hlutverki vísindasmiðju fyrir börnin sem tengist um leið með skemmtilegum hætti barnabókasafni Kópavogs.”

Áherslur okkar í meirihlutunum eru nokkuð ólíkar minnihlutans í nokkrum veigamiklum málum

Nú hefur meirihlutinn og minnihlutinn tekið vel á í nokkrum málum. Hafa þetta verið sanngjarnar og málefnalegar umræður á milli meiri- og minnihlutans, náði þið að vinna vel saman í flestum málum? „Auðvitað fylgir því að vera í pólitík að ekki eru allir sammála og það er tekið á um ólíka sýn og áherslur. Í bæjarstjórn Kópavogs sitja sex flokkar og eru áherslur okkar í meirihlutunum nokkuð ólíkar minnihlutans í nokkrum veigamiklum málum.

Ég nefni sem dæmi úthlutun lóða og nýlegt dæmi þess efnis má sjá í tengslum við úthlutun okkar í nýju hverfi í Vatnsendahvarfi. Okkar áherslur hafa verið að tryggja aukni framboð íbúða á almennum húsnæðismarkaði sem mikið hefur verið kallað eftir. Minnihlutinn hefur hins vegar viljað sjá allt að 30% af nýju framboði út-

hlutuðu til óhagnaðardrífna leigufélaga, sem yrði þá niðurgreitt af bæjarfélaginu með tilheyrandi kostnað.

Einnig má nefna rekstur bæjarins og ólíka sýn á skattstofna hans. Við höfum lækkað fasteignaskatta á árinu 2023 og 2024 eða bæði ár núverandi kjörtímabils. Einstakir bæjarfulltrúar minnihlutans hafa hins vegar talað fyrir því að fullnýta skattstofnana í stað þess að lækka skatta. Þá kusu allir bæjarfulltrúar minnihlutans - Viðreisn, Samfylkingin, Píratar og Vinir Kópavogs – gegn því að lækka fasteignaskatta á árinu 2024 svo dæmi séu tekin.

Þótt ég hafi nefnt tvö dæmi um ólíkar áherslur höfum við auðvitað samt sem áður öll metnað til að vinna vel saman, sem kjörnir fulltrúar erum við með sameiginlegt markmið um að standa vörð um hagsmunir Kópavogs og gera bæjarfélagið enn betra. Hvernig við uppfylfum þau markmið í þeim verkefnum sem rata inná borð bæjarstjórnar getur aftur á móti verið mun flóknara, einkum ef áherslur okkar eru ólíkar á þessu megin verkefni.”

Vatnsendahvarfið er einstakt hverfi staðsett á hæsta punkti höfuðborgarsvæðisins

Eins og þú nefnir þá eruð þið nýbúin að bjóða út lóðir í fyrsta áfanga fyrir Vatnsendahvarf, varstu ánægð með hvernig til tókst og hvaða verð þið fenguð fyrir lóðirnar? „Við vorum mjög ánægð með niðurstöðuna úr fyrsta áfanga. Vatnsendahvarfið er einstakt hverfi staðsett á hæsta punkti höfuðborgarsvæðisins



Össur Geirsson skólastjóri Skólahljómsveitar Kópavogs var heiðraður af Barnaheimum 2022 og færði bæjarstjóri honum blómvönd af því tilefni.



Vináttaganga er haldin á baráttudegi gegn einelti og slóst Ásdís í hópinn með leik- og grunnskólabörnum og kennurum þeirra.



Bæjarstjórn Kópavogs haustið 2023! F.v. Elisabet, Theódóra, Bergljót, Hjórdís, Andri, Ásdís, Orri, Helga Sigurbjörg, Sigrún o g Reginn.



Á fyrsta degi í embætti árið 2022 fór Ásdís í Guðmundarlund og hitti eldri borgara bæjarins í árlegri sumargleði.



Í mars 2023 urðu Kópavogsbúar 40.000 og fékk Drengur Árnason glaðning af því tilefni og fjölskyldan sömuleiðis foreldrarnir Árni og Melkorka Þöll og systkinin Finnur og Sesselja Katrín.



Hamraborgin í Kópavogi var römpuð upp í október 2022 og forspraki verkefnisins Haraldur Þorleifsson er hér með Ásdísi.

og það var virkilega ánægjulegt að sjá hversu mikil þátttaka var í útboðinu í þessum fyrsta áfanga. Áhuginn er augljóslega mikill og við stefnum á að fara í áfanga tvö og þrjú síðsumar en í þeim áföngum verður meira horft til einbýlis-, par- og raðhúsa."

Megin áskoranir sveitarfélaga snúa að því að standa vörð um reksturinn

Ef við horfum aðeins fram á við, þá ertu tvö ár í næstu sveitarstjórnarkosningar. Hvaða áskoranir eru framundan hjá Kópavogsbæ næstu tvö árin? „Megin áskoranir sveitarfélaga snúa að því að standa vörð um reksturinn - að forgangsraða takmörkuðum fjármunum skattgreiðenda í Kópavogi skynsamlega og standa vörð um grunnþjónustu og innviði bæjarins. Við finnum það hvernig kröfur eru sífellt að aukast úr öllum áttum sem snúa að þjónustu sveitarfélaga og því megum við ekki missa sjónar á því sem mestu skiptir. Ef reksturinn er ekki traustur er ekki hægt að sinna þeirri þjónustu sem við viljum sinna."

Mín afslöppun í lok dags er að horfa á sjónvarpsþætti sem krefjast ekki mikils af mér

Starf bæjarstjóra er víðfemt eins og þú nefndir og að mörgu að huga. Hvernig gengur Ásdísi að kúpla sig út úr vinnunni eftir að hefðbundnum vinnutíma



Skólábörn í Kópavogi leiða prófun á íslenski staðfærslu finnska lestrartölvuleiksins Graphogame. Hér eru börn í 1. bekk í Kópavogsskóla ásamt bæjarstjóra, starfsfólki og forstjóra Símans, Orra Haukssyni.

líkur eða eru alltaf með hugann við vinnuna? „Starfinu fylgir talsvert álag og því mikilvægt að „kúpla“ sig út og hugsa um eitthvað allt annað þegar færri gefst. Það hentar mér ekki vel að sitja lengi fram eftir í vinnunni, ég reyni að stunda einhverja hreyfingu seinni partinn en klára þá frekar vinnudaginn upp í rúmi eftir kvöldmat og svara ósvörðum tölvupóstum. Mín afslöppun í lok dags er svo að horfa á sjónvarpsþætti sem krefjast ekki mikils af mér."

Oft kvikna góðar hugmyndir í spjalli við bæjarbúa

Eru bæjarbúar mikið að stoppa þig og ræða við þig þegar ert á ferð um bæinn, t.d. við að versla í matinn, í sundi eða hvaðeina sem þú gerir fyrir utan vinnutímans? „Nei ekki mikið, kannski of lítið. Mér finnst gaman að ræða bæjarmálin við bæjarbúa hvort sem er út í búð, í ræktinni eða á íþróttaleikjum. Oft kvikna góðar hugmyndir í slíku spjalli eða finar ábendingar sem ég tek áfram."



Árlega er ljóðstafur Jóns úr Vör veittur skáldi og kom hann í hlut Sunnu Dísar Másdóttur árið 2023. Hún er hér ásamt bæjarstjóra og Elísabetu Sveinsdóttur fomanni lista- og menningarráðs.

Ég viðurkenni fúslega að ég er þessi kósýgalla-týpa sem er heimakær

Ef þú ert ekki í vinnunni og með hugann við bæjarmálin, hvað er Ásdís þá að gera? „Ég stunda fjölbreytta hreyfingu, þegar tími gefst tek ég morgunhlaup fyrir vinnu en stunda svo pilates og lyftingar með systur minni og vinkonum. Ég viðurkenni fúslega að ég er þessi kósýgalla-týpa sem er heimakær og elskar að borða góðan mat sem eiginmaðurinn eldar. Krakkarnir okkar eru öll í fótbolta og ég reyni að mæta á leiki þegar ég get. Þá er sveitin okkar í Laugarási í miklu uppáhaldi og við notum hvert tækifæri sem gefst til að fara þangað."

Kemur sterklega til greina að bjóða sig fram að nýju eftir tvö ár

En hvað segir svo Ásdís, tvö ár í næstu sveitarstjórnarkosningar – sérðu fyrir þér að taka slaginn í það minnsta næstu fjögur árin til viðbótar? „Þetta hafa verið mjög skemmtileg tvö ár og ég á sem betur fer önnur tvö ár eftir sem bæjarstjóri. Fjögur ár eru fljót að líða og margt sem við viljum klára áður en kjörtímabilið klárast. Ég hef ekki gefið neitt upp með framhaldið, ég er að vinna með frábæru fólki og hef eignast góða félagi í pólitíkinni. Eignum við ekki að segja að það komi sterklega til greina - sjáum til," segir Ásdís brosandí að lokum.



Landsátak í sundi var sett í Kópavogi haustið 2023 og mættu fulltrúar ÍSÍ í Sundlaug Kópavogs og hittu bæjarstjóra, starfsfólk og sundiðkendur.



Ásdís er með það á dagskrá að heimsækja alla leikskólana í Kópavogi og er myndin tekin í slíkrri heimsókn í leikskólanum Álfaheiði.

Ferð í sauna er ekki bara slökun heldur er ávinningur af hverri ferð fyrir líkama og sál

- segir Orri Stefánsson, sölu- og verslunarstjóri NormX sem hefur hafið innflutning á vönduðum saunahúsum frá Saunasell í Eistlandi

Í rúmlega 40 ár hefur NormX framleitt heita potta fyrir landsmenn við góðan orðstýr í verksmiðju sinni í Vogum á Vatnsleysiströnd, en verslun NormX og flottur sýningarsalur er staðsettur í Auðbrekku 6 í Kópavogi.

Nú hafa orðið ákveðnar vendingar hjá NormX því auk heita potta og vara þeim tengdum þá hefur fyrirtækið hafið innflutning á Saunum frá Saunasell í Eistlandi, en fyrirtækið hefur starfað í framleiðslu í meira en 15 ár.

Heitu pottarnir alltaf í fyrsta sæti

Orri Stefánsson, sölu- og verslunarstjóri NormX var spurður af því hvort fyrirtækið væri að færa þungan yfir á saunur á kostnað heitu pottana? „Nei, við erum ekki að gera það, pottarnir verða nú sennilega alltaf í fyrsta sæti hjá okkur, enda hafa þeir reynst gríðarlega vel í gegnum árin, íslensk gæðaframleiðsla á frábæru verði.“

Hafa ákveðinn gæðstimpil

Hvernig kom það til að þið fóruð að flytja inn saunahús frá Eistlandi og af hverju varð Saunasell fyrir valinu? „Við vildum einfaldlega auka vöruúrvalið hjá okkur og fannst sauna koma þar sterklega til greina. Við komumst fyrst í samband við Saunasell síðastliðið haust á sýningu þar sem saunahús, heitir pottar, garðhús og ýmsar vörur í garðinn voru til sýnis. Þarna var mikill fjöldi fyrirtækja að bjóða upp á saunahús en okkur fannst vörur Saunasell bera af í gæðum og útliti ásamt því að



Orri býður upp á fimm gerðir af saunahúsum í verslun NormX í Auðbrekku, en saunaböð eru sögð hafa margvísleg og góð áhrif á líkamann, vöðva, liði og æðakerfi ásamt því að veita slökun og bæta svefn

fyrirtækið hefur verið starfandi í 15 ár sem er ákveðinn gæðastimpill,” segir Orri.

Fimm gerðir af saunahúsum

Og hafa viðskiptavinir val um saunahús, er úrvalið gott hjá ykkur? „NormX býður upp á fimm gerðir af saunahúsum frá Saunasell sem hafa framleitt slík hús í fimmtán ár. Fyrst má nefna hefðbundnar tunnur, „square“ tunnur, sem eru rúmbetri en hefðbundnar tunnur. Patio er önnur tegund sem er með beinum línum og er mjög stílhrein. Þessi tegund fæst í mörgum gerðum. Svo má nefna Round Cube en þessi tegund hefur hlotið hin virtu Red

Dot hönnunarverðlaun. Það sem helst einkennir þessa tegund eru ávalar línur og mjög flott hönnun. Primo er svo vandaðasta gerðin en í hana er notast við tvöfaldan thermo við.“



Orri segir að pottarnir verða nú sennilega alltaf í fyrsta sæti hjá þeim þrátt fyrir að hann hafi tekið saunahús inn í verslun sína, enda hafa pottarnir reynst gríðarlega vel í gegnum árin, íslensk gæðaframleiðsla á frábæru verði

Fólk að hugsa um líkamlegan ávinning af saunaböðum

En af hverju hefur áhugi Íslendinga á saunum aukist svona mikið og skyndilega – saunur eru ekki nýjar af nálinni – hvað hafa landsmenn uppgötvað? „Það er ekki gott að segja, kannski einhver tiskubylgja eða fólk er að hugsa um líkamlegan ávinning af saunaböðum. Saunaböð eru sögð hafa margvísleg og góð áhrif á líkamann, vöðva, liði og æðakerfi ásamt því að veita slökun og bæta svefn. Þannig að ferð í sauna er ekki bara slökun heldur er ávinningur af hverri ferð fyrir líkama og sál.“

Bjóða upp á flest það sem þarf fyrir saununa

Og þú ertu með einhverja fylgihluti sem fylgja saunum? „Fyrst er sennilega að nefna sauna ofnana, en við mjög vandaða ofna í saunahúsin sem koma frá HUUM í Eistlandi, en sá framleiðandi hefur eins og Saunasell fengið viðurkenningar fyrir flotta hönnun og gæði. Svo bjóðum líka upp á flest það sem þarf fyrir saununa, fótur, aus-

ur, hitamæla, ilmefni allt þetta týpíska sem tilheyrir ferð í sauna.“

Hægt að fá Saunuhúsin ósamsett eða samsett

Koma saunuhúsin tilbúin til kaupanda eða eru þau sett saman á pallinum hjá viðkomandi? „Það er í boði að fá saunahúsin samsett og send heim í garð. En einnig er í boði að fá þau send ósamsett, þá eru þau vel innpökkuð á bretti og allar upplýsingar um samsetningun fylgja að sjálfsgöðu. Það er svolítið eins að setja saman vörur úr IKEA, tekur kannski svolítið lengri tíma, tveir menn eru kannski 1-2 daga að koma upp saunahúsi, fer svolítið eftir því hvað gerð er um að ræða.“

Pottarnir okkar verða alltaf númer eitt

Þið hafið þó ekki gleymt uppruninum með komu saunuhúsanna, sem er að framleiða heita potta. Þið eruð með fjölbreytt úrval af heitum pottum sem þið framleiðið sjálf. „Allir pottar frá NormX eru framleiddir úr gríðarlega sterku gegnheilum Polyethylene plasti með UV-vörm

við erum að hefja sölu á rafmagnspottum frá Novitek í Finnlandi. Þetta fyrirtæki hefur framleitt rafmagnspotta í fjölda ára. Pottarnir þeirra eru mjög vandaðir í alla staði og gerðir til að þola erfiðustu aðstæður á norðurslóðum. Það er komin mjög góð reynsla á pottana víða um heim. Allir pottarnir sem við seljum frá Novitek koma með 6 kw hiturum, segir hann og heldur áfram: „Kostir rafmagnspotta eru helst þeir að þeir séu alltaf tilbúin til notkunar. Þeir eru náttúrulega mjög góðir á köldum svæðum og þar sem skortur er á heitu vatni. Einnig er yfirleitt auðveldara að koma þeim fyrir og tengingar eru einfaldari. Þannig að rafmagnspottur getur verið góður kostur við ákveðnar aðstæður. Ég myndi samt persónulega frekar velja hitaveituskel ef ég hefði aðgang að heitu vatni,” segir hann.

Fjótandi hengirúm slegið í gegn

Svo má ekki gleyma aukahlutum fyrir heitu pottana í verslun ykkar að Auðbrekku – margt skemmtilegt í boði? „Já, við bjóðum upp á mikið úrval aukahluta og má þar t.d. nefna úrval af hitamælum, háfa í laufveidar, bursta í þrífim, vatnsheld spil, klór og hreinsiefni. „Meðal vinsælla nýjunga í aukahlutum má nefna vönduð plastglös sem eru tilvalin við pottinn, á pallinn eða í útileguna eða sem tækifærissgjöf. Einnig hafa fljótandi „hengirúmin“ okkar slegið í gegn enda er frábær slökun að fljóta og njóta í þeim.“

Draumagarðurinn með heitum og köldum potti ásamt saunahúsi

Og er þetta hin heilaga þrenna, heitur og kaldur pottur og saunahús í garðinn? „Já, ég held að ég tali fyrir marga þegar ég segi að draumapallurinn/garðurinn er með heitum og köldum potti ásamt saunahúsi, það er sannkallaður sæluleitur,” segir Orri að lokum og nú er bara að koma við hjá Orri og félögum í Auðbrekkunni og skoða úrvalið í sýningarsalnum.



Það er mikið framboð á fylgihlutum fyrir potta og saunur í NormX



Gott verð og góð gæði - verðin ekkert hækkað frá sl. ári

Og þessir pottar hafa notið mikilla vinsælda í gegnum árin – hver er ástæðan? „Ég held að þar spili bæði gott verð og góð gæði. Ódýrasti potturinn okkar kostar 148.000 kr. en, Grettislaug sem er vinsælasti potturinn, kostar 285.000 kr. og tekur 1400 lítra. Þess má geta að verðin á pottunum hafa ekkert hækkað frá síðastliðnu ári.“

Selja rafmagnspotta frá Novitek í Finnlandi

Þið hafið einnig nýlega tekið inn rafmagnspotta frá finnska fyrirtækinu Novitek – eru þetta vandaðir pottar og hvort mælir þú nú frekar með ykkar framleiðslu- eða rafmagnspotti? „Já,



Round Cube saunahúsin hafa hlotið hin virtu Red Dot hönnunarverðlaun, en það sem helst einkennir þessa tegund eru ávalar línur og mjög flott hönnun.



NormX er með mjög vandaða ofna í saunahúsin sem koma frá HUUM í Eistlandi og hafa einnig fengið viðurkenningu fyrir flotta hönnun og gæði

[comfort zone]
conscious skin science

SUN SOUL

SKIN AND OCEAN CONSCIOUS

VERNDAÐU HÚÐINA GEGN SKAÐLEGUM GEISLUM SÓLAR MEÐ SÓLARVÖRUNUM FRÁ COMFORT ZONE

www.bpro.is FB: /comfortzoneiceland IG: @comfortzoneiceland



UMHVERFIS- VIÐURKENNINGAR 2024

Tilnefningar

Auglýst er eftir tilnefningum til umhverfisviðurkenninga 2024 og gefst íbúum kostur á að senda inn tilnefningar á netfangið: kopavogur@kopavogur.is

Meðal flokka sem veitt er viðurkenning fyrir eru umhirða húss og lóðar, endurgerð húsnæðis, frágangur lóðar og gata ársins. Einnig er óskað eftir tilnefningum fyrir framlag til umhverfismála af hálfu einstaklinga, félagasamtaka eða fyrirtækja.

Frestur til að skila inn tilnefningum er til miðvikudagsins **31. júlí 2024** og verða umhverfisviðurkenningar veittar í september **2024**.

Nánari upplýsingar á kopavogur.is



Kópavogsbær

Börn og ungmenni funduðu með bæjarstjórn

• Lögðu til styttingu skóladags, aðstoð við heimanám og aukið öryggi á bílastæðum



Bæjarstjórn Kópavogsbæjar fundaði með fulltrúum ungmennaráðs bæjarins og fulltrúum grunnskólanna Kópavogsbæjar á dögnum.

Fulltrúar grunnskólanna kallaðir barnaþingmenn mættu til fundarins með sjö tillögum sem eru afrakstur skólaþinga í grunnskólum bæjarins og Barnaþings sem haldið var í mars síðastliðnum. Barnaþing vann úr tillögnum og setti í umsögn og kosningu meðal barna bæjarins. Þá kynntu fulltrúar ungmennaráðs fjórar tillögur sem eru afrakstur ungmennanings.

Meðal tillagna barnaþingmanna var að stytta skóladaginn, fara í fleiri vettvangsferðir í skólum bæjarins

og að boðið verði upp á meiri aðstoð í heimanámi fyrir alla nemendur en þessar þrjár tillögur nutu mestrar hylli í nemendakönnun. Aðrar tillögur voru aukin áhersla á listir og verklegt nám, jafnt aðgengi, símareglur og fartölvur í stað spjaldtölva.

Fulltrúar ungmennaráðs lögðu til betri aðstoðu og viðhald sparkvalla, bættu vellíðan nemanda með aukinni fræðslu, öryggi á bílastæðum og meiri flokkun.

Bæjarfulltrúar fögnuðu tækifærinu til að funda með börnum og ungmennum og voru til svara eftir að hver og ein tillaga hafði verið borin upp. Tillögurnar verða svo settar í farveg innan sveitarfélagsins.

Vorhátíð Smáraskóla

Vorhátíð Smáraskóla var haldin fyrir á dögnum. Eitt hvað lét vorveðrið á sér standa og skutu okkar góðu grannar í Breiðablik yfir okkur skjólshúsi. Hátíðin hófst á sal skólans með ljúfum tónum marimbasveitarinnar og því næst haldið í Fifu þar sem voru hoppukastalar, veltibíll og margskonar leikja- og þrautastöðvar sem 7. bekkjar nemendur ásamt kennurum höfðu skipulagt. Þá var haldið í Smárann þar sem Sirkus Íslands skemmti nemendum. Að lokum var öllum boðið í pylsu og safa fyrir heimferð.



eignaumsjon.is

VR FYRIRMYNDAR FYRIRTÆKI 2023 Eignaumsjón 2023 Fyrirmyndarfyrirtæki í rekstri Váðageldið Keldan

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



MARC INBANE

Hágæða brúnkumeðferð sem að hentar öllum

Sumarið er komið samkvæmt dagatalinu, en lítið hefur þó farið fyrir góða veðrinu og hvað þá sólargætu á himni sem af er sumri. Hvað er til ráða fyrir þá sem hafa bæði að njóta sín í sólinni, vilja fallett tan og fríska upp á útlitið.

Gurrý á Snyrtistofunni Kopar býður viðskiptavinum sínum uppá lúxus brúnkumeðferð frá hollenska snyrtivörumerkinu Marc Inbane sem sérhæfir sig í sjálfbrúnkuvörum og eru frumkvöðlar á sínu sviði.

Kópavogspósturinn heyrði í Gurrý Jónsdóttur snyrtifræðingi og eiganda snyrtistofunnar Kopar í Smiðsbúð 1 Garðabæ, en hún mælir hiklaust með vörum frá Marc Inbane sem heilbrigðum valkost til þess að fólk geti verið sólbrúnt og sætt allt árið um kring.

En við byrjuðum á að forvitnast aðeins nánar um Gurrý. „Ég er 33 ára ung kona uppalin í Garðabæ, en búsett í Kópavogi og vinn á Snyrtistofunni Kopar í Smiðsbúð. Ég er snyrtifræðingur og starfa við það ásamt því að halda úti hlaðvarpinu Spjallið, með tveimur vinkonum mínum,“ segir hún og bætir við: „Ég er háð hreyfingu og nýt þess mikið að rækta líkama og sál. Ég á mann og tvö yndisleg börn sem ég elska að hugsa um og vera með. Ég veit ekkert betra en að ferðast erlendis með fjölskyldunni og vinum og elska að njóta lífsins,“ segir Gurrý sem útskrifaðist sem stúdent og snyrtifræðingur árið 2013. Hún hefur frá þeim tíma verið viðloðandi fagið, vann um tíma sem starfsmaður á snyrtistofu og svo hefur hún verið sjálfstætt starfandi frá 2018.

Gurrý byrjaði að nota Marc Inbane í brúnkumeðferðir árið 2020, en hvers vegna Marc Inbane? „Ég hef verið hrifin af Marc Inbane frá því ég byrjaði að nota vörurnar. Marc Inbane spreiddi hefur það fram yfir aðrar brúnkuvörur að það dregur fram þinn eigin náttúrulega húðlit, bara eins og að þú hafir verið í góðan tíma í sólinni. Það er einstaklega þægilegt að vinna með vörurnar og verður útkoman svo fallega náttúruleg bara rétt eins og þú hafir náð góðum tíma í sólinni. Ekki skemmir fyrir að vörurnar frá Marc Inbane eru vegan, olíulausar, án silíkona og parabena og eru prófaðar af húðlæknum.“

En hver er munur á brúnkusprautun og að tana sjálfur? „Munurinn er sá að þú mætir inná snyrtistofu og lætur fagaðila sjá um að brúnka þig, notuð er sérstök vél sem gerir það að verkum að efni er sprautað á þig jafnt og á allan líkaman, verður því liturinn dekkri og dýpri.“

Fólk kemur í brúnkumeðferð fyrir allskyns viðburði

Eru einhver sérstök tilefni vinsælli en önnur fyrir brúnkusprautun? „Nei í rauninni ekki, fólk kemur í brúnkumeðferð fyrir allskyns viðburði og er mjög vinsælt að fólk komi fyrir brúðkaup, árhátíðir, veislur, afmæli, utanlandsferðir, keppnir og stundum bara til að ná sér í smá frískleika,“ segir hún og heldur áfram: „Svo er fólk orðið mun meðvitaðara um skaðsemi sólarinnar og ljósbekkja, því er stór hópur sem velur reglulega að mæta til mín í brúnkumeðferð til að halda fallegri brúnku allt árið um kring.“



Gurrý mælir með að skrúbba og næra húðina 24 tímum áður en þú mætir í brúnkumeðferð, bæði endist brúnkun lengur og verður liturinn jafnari



Mikil aðsókn er í Marc Inbane brúnkumeðferð hjá Gurrý á Snyrtistofunni Kopar



Auðveld, heilbrigð og örugg leið til að fá og viðhalda fallegri brúnku allt árið um kring

Er eitthvað sem viðskiptavinurinn þarf að hafa í huga áður en hann mætir? „Áður en komið er í brúnkumeðferð er gott skrúbba sig til þess að fjarlægja dauðar húðfrumur og bera á sig líkamskrem, þá helst liturinn betur á og áferðin verður fallegri.“

Fyrir þá sem hafa áhuga á brúnkumeðferð eða vilja kynna sér aðrar meðferðir sem hún hefur uppá að bjóða er beint á heimasíðu snyrtistofunnar: snyrtistofakopar.is

13. júní

**Bogomil Font
& hljómsveit**

í Salnum

20. júní

**Ingibjörg Turchi
& hljómsveit**

27. júní

**MOVE, kvartett
Óskars Guðjónssonar**

4. júlí

**Trío Kristjönu
Stefánsdóttur**

11. júlí

**Kvartett
Edgars Rugajs**

Fimmtudaga kl. 17

18. júlí

Los Bomboneros

Frítt inn og öll velkomin

Viðskiptavinir sækjast eftir brúnku og léttri afslöppun í Sportsól

Íslendingar elska sumarið og sólina og það kemur ekki óvart þar sem veturinn er langur og dagsbirtan lítil. Ferðalög til sólarlanda eru því vinsæl allan ársins hring, en landinn getur ekki dvalið erlendis allan ársins hring og því leita margir í slökun og fallega brúnku á sólbáðsstofum.

Kópavogspósturinn kom við á sólbáðsstofunni Sportsól í Hamraborg 1-3 og hitti þar fyrir Kópavogsbúann Ragnar Ólaf Magnússon, sem tók við rekstrinum fyrir rúmu hálfu ári, en Sportsól á sér tæplega 40 ára sögu.

Er alltaf jafn vinsælt að fara í ljós? „Já, það er ennþá mjög vinsælt að koma í ljós, flestir eru að sækjast í að verða brún á meðan aðrir njóta þess að koma í smá afslöppun,” segir hann.

Sportsól hefur verið starfandi í tæplega 40 ár, hefur orðið mikil þróun er kemur að ljósbekkjum? „Já, það hefur orðið töluverð breyting á þeim og sérstaklega tæknibúnaði bekkjanna. Við erum með mjög öfluga og góða bekki, MeganSun 5600 Ultra Power, MegaSun Tower Hybrid, Excellence 800 og Evoludion 600,” segir



hann og bætir við að það sé töluverður munur á milli bekkja. „Við erum með sex liggjandi bekki og 1 standandi bekk og þeir eru mis sterkir.”

Nú hefur stundum verið sagt að ljósabekkir og ljós geti verið skaðleg húðinni? „Við höfum ávallt sagt að það er allt gott í hófi. Við reynum að ráðleggja fólki sem er að koma í fyrsta sinn að byrja á stuttum tíma á meðan húðin er að venjast. Við reynum alltaf að gera okkar besta að fræða og ráðleggja viðskiptavinum okkar.”

Hvernig er það, nota viðskiptavinir sólvörn þegar þeir fara í ljósbekki eða

snýst þetta bara um lengd ljósatímans – vera ekki of lengi? „Þetta er mjög misjafnt eftir viðskiptavinum, sumir nota alltaf sólarvörn á meðan aðrir gera það ekki. Við mælum með að byrja rólega og svo er hægt að lengja tímana þegar húðin er farin að venjast, en fyrst og fremst byrja rólega.”

Nú koma sjálfsgagt margir viðskiptavinir til ykkar daglega, hvernig er með hreinlæti? „Við leggjum mikla áherslu á gott hreinlæti. Við bjóðum upp á frí handklæði fyrir viðskiptavini og það eru sturtur á staðnum sem öllum okkar viðskiptavinum er frjálst að nota eftir að hafa farið í ljósabekki hjá okkur.”

En hvernig bera viðskiptavinir sig að þegar þeir kaupa tíma í ljós? „Það er hægt er að koma í Sportsól og kaupa staka tíma, tímakort eða skráð sig í áskrift hjá okkur, en flestir nota appið nonna og panta tíma í gegnum það,” segir Ragnar sem bendir á að einnig sé hægt að hringja í síma 554-3799 og panta tíma. Hægt er að fá nánari upplýsingar á sportsol.is

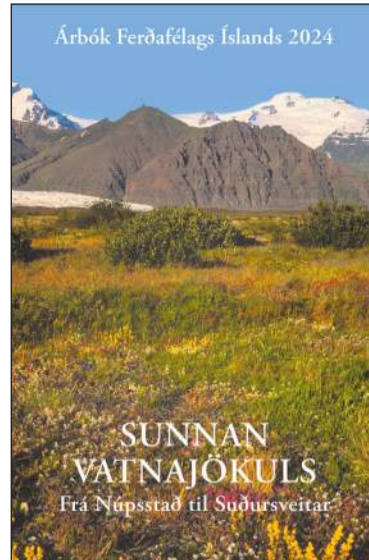
Sportsól er staðsett í Hamraborg 1-3

Árbók FÍ 2024 komin út

Árbók Ferðafélags Íslands kemur nú út 97. árið í röð. Titill bókarinnar er **Sunnan Vatnajökuls – Frá Núpsstað til Suðursveitar**. Í henni er fjallað um svæði sem markast af Djúpa í Fljótsverfi í vestri, vatnaskilum Vatnajökuls í norðri, Steinadal í Suðursveit í austri og strandlengjinni í suðri.

Höfundar eru Hjörleifur Guttormsson náttúrufræðingur, Snævarr Guðmundsson náttúrufræðingur og Oddur Sigurðsson jarðfræðingur. Langflestar ljósmyndir í bókinni eru eftir höfundana þrjá og Snævarr annaðist jafnframt gerð uppráttu og skýringarmyndna. Er þetta niunda árbókin sem Hjörleifur skrifar fyrir Ferðafélagið og nú fær hann til liðs við sig tvo fræðimenn sem eru sérfróðir um jökla og jarðfræði þessa landsvæðis.

Eins og áður í árbókum félagsins kynnast lesendur svæðinu í gegnum landlýsingu, umfjöllun um jarðfræði og náttúrufræði auk þess sem fjallað er um söguna, mannlífið og þær persónur sem þar hafa verið áberandi. Rúm þrjátíu ár eru síðan svæðið sunnan Vatnajökuls var síðast til umfjöllunar í árbók og margt hefur breyst á þeim tíma í þessum stórbrotna heimi jökla og elda. Þá er ítarleg umfjöllun um stofnun Skaftajökulspjóðgarðs, sem varð síðar



hluti af Vatnajökulspjóðgarði, og gönguleiðum lýst í Skaftafellslöndinu. Bókin ætti að reynast góður ferðafélagi þeirra sem leggja leið sína um svæðið eða vilja kynnast því nánar.

Árbókin er 280 blaðsíður með 235 ljósmyndum og 32 kortum og skýringarmyndum. Bókin er litprentuð með heimildaskrá ásamt örnefna- og mannanafnaskrá. Í bókarlök er greint frá starfi FÍ og deilda þess á landsbyggðinni á árinu 2023. Daníel Bergmann hafði umsjón með útgáfunni.



Vefsíða Kópavogspóststans
www.kgp.is

[Facebook.com/Kopavogsposturinn](https://www.facebook.com/Kopavogsposturinn)
[Twitter.com/Kopavogspostur](https://twitter.com/Kopavogspostur)
[Instagram.com/Kopavogsposturinn](https://www.instagram.com/Kopavogsposturinn)



Sumar í Kópavogi

Sjávaríþróttir • Skólagarðar • Götuleikhús • Sumarsmiðjur • Skapandi sumarstörf
Höfuð-Borgin ungmennastarf • Smíðavöllur • Molinn miðstöð unga fólksins
Hrafninn frístundaklúbbur • Sumarnámskeið íþróttafélaga • Menningarhúsin í Kópavogi
Sumarfrístund • Sumarnámskeið tómsundafélaga og félagasamtaka

Allar upplýsingar á www.sumar.kopavogur.is



Kópavogsbær

kopavogur.is

Kjötkompaní

GRILLUM OG NJTÓTUM



Náðu í þjóðhátíðarsteikina tímanlega því
lokað er í verslunum okkar 17. júní

DALSHRAUNI 13
220 Hafnarfirði

BÍLDSHÖFÐA 18
110 Reykjavík

GRANDAGARÐI 29
101 Reykjavík

kjotkompani.is 578 9700 kjotkompani

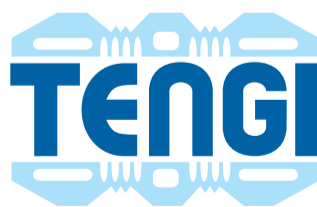
Gleðilega þjóðhátíð Kópavogsbúar



STALGRINDARHUS.IS
Quick hús ehf
www.stalgrindarhus.is
nova@internet.is
Sími 693 1328 og 693 1370



HAGBLIKK



BYKO
GERUM ÞETTA SAMAN



**BÍLRÚÐU
MEISTARINN**
S: 571-1133
3 ÁRA ÁBYRGÐ Á FRAMBÚÐU ÍSETNINGUM
BRM.IS

VINNUM FYRIR ÖLL TRYGGINGARFÉLÖGIN
SÉRHEFT BÍLRÚÐUVERKSTÆÐI MED BÍLASMÍÐAMEISTARA
BRM@BRM.IS BÍLRÚÐUMEISTARINN DALVEGI 18 201 KÓP



JÚNÍ

í Kópavogi

Hoppukastalar, leiktæki, andlitsmálun kl. 12–17

17. júní hlaup á Kópavogsvelli kl. 10

Skrúðganga frá MK kl. 13:30

Menningarhúsin kl. 13–16

Söngsveitin Fílharmónía

BMX BRÓS

Hringleikur

Húlladúllan

Krakkahestar

Dansskóli Birnu Björns
Skapandi sumarstörf

Undirgöngin í Hamraborg kl. 12-16

Graffiti Djamm

Rútstún & Versalir kl. 14–16

Hátíðarstjórn á Rúrstúni:
Eva Ruza & Hjálmar Örn

Hátíðarstjórn við Versali:
Saga Garðars & Snorri Helga

Ávarp Fjallkonu Kópavogs
á Rúrstúni

Leikhópurinn Lotta

Gunnar Helgason
& Valgerður Guðnadóttir

VÆB

IDOL stjórnur

Jóhanna Guðrún

Aron Can