

RECARO

Barnastólar og kerrur

Þar sem þýskt hugvit og heimsklassa ítölsk hönnun fara saman



BÍLASMIÐURINN HF

Bíldshöfða 16, 110 Rvk | S. 567 2330 | bilasmidurinn.is



BLAÐINU ER DREIFT FRÍTT

HVERFISBLAÐIÐ

Miðborg & Hlíðar

9. TBL ★ 12. ÁRG.

<NÓVEMBER 2024



Smiðjan

Smiðjan, skrifstofuhús Alþingis er risin við tjörnina, norðan við Ráðhúsið. Arkitektar hússins eru þau Margrét Harðar-dóttir og Steve Christer sem einnig hönnuðu Ráðhús Reyjavíkur sunnan Vonarstrætis. Ljósmynd: MG

✓ Smur- og hjólbarðþjónusta
✓ Alhliða bílaviðgerðir og viðhald

SMURÞJÓNUSTA - SAMNINGAR VIÐ ÖLL HELSTU BÍLAUMBOD

Smurstöðin KLÖPP
Við Vegmúla • Sími 553 0440
Opíð mánudaga - fimmtudaga 8-18
föstudaga 8-16

HÚS DÝRA GARÐUR INN
PARK & ZOO

BJÖRNSBAKARI
Sími: 561-1433
Hringbraut og Austurströnd

Bættu smá heppni í jólapakkann!

Jólabrennurnar eru komnar í sölu

Happabrennan

Skannaðu QR kóðann



FARMASÍA

APÓTEK SUÐURVERI

LÆGRA LYFJAVERÐ
511 0200

VERIÐ VELKOMIN
EINKAREKIÐ APÓTEK Í ALFARALEIÐ
OPIÐ FRÁ ÁTTA TIL ÁTTA

Laugardaga frá 10:00-18:00
Sunnudaga frá 13:00-18:00

Miðborg & Hlíðar

Auglýsingasími 568 8862

Útgefandi: Með oddi og egg
Sundlaugavegi 7 • 105 Reykjavík
Ritstjóri/Framkvæmdastjóri: Már Guðlaugsson, (ábm.)
Símar: 822 9688, 568 8862 • netfang: marg@heimsnet.is
Texti: Benóný Ágísson netfang: benaegis@simnet.is
Texti: Þórður Ingimarsson • thordingimars@gmail.com
Ljós.: Simon Vaughan, simonvaughanljosmyndari.com
Prentun: Landsprent - Dreifing: Póstdreifing



Jólasveinabúningar

Höfum framleitt jólasveinabúninga á íslenska atvinnujólasveina í 39 ár og erum enn að. Seljum einning stök skegg og húfur með hári.



Sími: 845 2510 • Facebook: jólasveinabúningar einn og átta

REYKJAVÍKURBÓN

FIMM STJÖRNU EINKUNN



STÉKKJARBAKKI 4 - 6 • 109 REYKJAVÍK

SÍMI 782 3330

reykjavikurbonstodin@gmail.com

Reykjavík Dance Festival

Reykjavík Dance Festival hófst miðvikudaginn 13. nóvember og stendur til 17. nóvember.

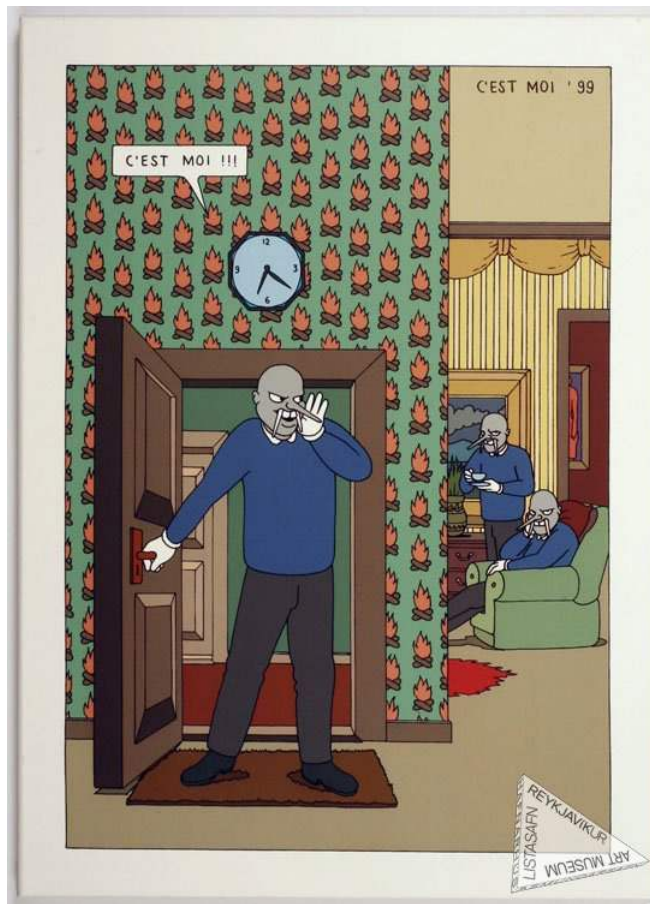
Á þessari fimm daga hátíð mun brakandi ferskt listafólk, þjóðargersemar og alþjóðlegar stórstjórnur taka yfir svið og almannarými Reykjavíkur. Hvort sem þið elskið dans- og sviðslitir út af lífinu eða eruð bara pínulítið forvitin þá verður eitthvað í boði fyrir öll.

Vakin er sérstök athygli á Baby Rave-inu margfræga sem haldið verður í Tjarnarsalnum í Ráðhúsinu á laugardaginn, 16. nóvember kl. 11. Einstakt tækifæri fyrir fjölskyldur til að skapa minningar með því að "reifa" saman við danstónlist frá ýmsum heimshornum með DJ Ívari Pétri. Viðburðurinn hentar börnum og fullorðnum á öllum aldri og hvetjum við fjölskyldur til þess að koma með allan systkinahópinn í party!

Nánari upplýsingar á vefnum reykjavikdance-festival.com.



Hallgrímur Helgason - Usli



Á sýningunni Usli er sjónum beint að höfundarverki myndlistarmannsins Hallgríms Helgasonar, sem er raunar ekki síður þekktur fyrir ritstörf og samfélagsrýni. Innan myndlistarinnar hefur sagnamaðurinn valið sér málverkið og teikninguna sem tjáningarform. Þar segir hann sögur sem hafa persónulega skírskotun um leið og þær endurspeglar tíðaranda eða, eins og í seinni tíð, eru viðbragð við atburðum veraldarsögunnar. Leitin að tjáningarmáta innan málverksins er leiðarstef og speglar hræringar innan listheimsins. Sá persónulegi stíll sem Hallgrímur hefur þróað á löngum ferli hefur jafnan verið figúratífur en þó flakkað á milli raunsæis og fantasíu.

Hallgrímur Helgason er áttundi listamaðurinn sem valinn er til þátttöku í sýningaröð Listasafns Reykjavíkur á Kjarvalsstöðum, þar sem farið er yfir feril lykilpersóna í íslensku listalífi. Hvert og eitt þeirra er valið með tilliti til einstaks framlags þeirra og sérhæfingar á sínu sviði, bæði hvað viðvíkur miðlum, aðferðum og viðfangsefnum. Slík stöðutaka á sér stað í framsetningu lykilverka frá ólíkum tímum í Vestursal Kjarvalsstaða og útgáfu sýningar-skrár þar sem fjallað um ferilinn í samhengi listasögunnar og samtímans

Laugardalur, Háaleiti & Bústaðir

Auglýsingasími
568 8862

**JÓLIN ERU KOMIN Í
MOSFELLSBAKARÍ**

MOSFELLSBAKARI.IS
HÁHOLT 13-15
HÁALEITISBRAUT 58-60

REYKJAVÍK SUÐUR



1. Snorri
Másson



2. Þorsteinn
Sæmundsson



3. Fjóla Hrund
Björnsdóttir



4. Hilmar Garðars
Þorsteinsson



5. Danith
Chan





**LJÓSAÐÍÓÐU-
KROSSAR Á LEIÐI**
Íslensk framleiðsla
fyrir íslenskt veðurfar

JS Ljósasmiðjan ehf.
Skemmuvegi 34 - 200 Kóp.
Sími: 554 0661 / 897 4996




**Útfararþjónusta
í yfir 70 ár**

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

Við eigum frábært úrval af fallegum kjólum



Við erum flutt á Dalveg 30 - 201 Kópavogi

belladonna

sími 517 6460 • www.belladonna.is



Aftari röð frá vinstri. Ragna Gestsdóttir varamaður, Guðjón Óskarsson gjaldkeri, Pétur Hafþór Jónsson ritari, Daniel Gauti Georgsson varamaður, Holberg Másson meðstjórnandi og Gestur Guðjónsson varamaður. Fremri röð frá vinstri: Guðmundur Ólafsson meðstjórnandi, Sigrún Tryggvadóttir formaður, Birna Eggertsdóttir varaformaður, Edda Valtýsdóttir varamaður og Ásta Sól Kristjánsdóttir vararitari.

Frá stjórn Íbúasamtaka Miðborgar

Stjórn Íbúasamtaka Miðborgar Reykjavíkur fundar einu sinni í mánuði. Umferðarmál og almenningssamgöngur í hverfinu ber þar oft á góma. Akstur stórra hópferðabíla er þynnr í augum íbúa. Margir sjá fyrir sér akstur lítilla, rafknúinna strætisvagna sem þjóna bæði íbúum og ferðamönnum. Æskilegt væri að allir hlutaðeigandi aðilar kæmu sér saman um eitt slíkt kerfi. Börn og ungmenni sækja æfingar hjá Val á Hlíðarenda og þurfa á leið sinni að fara yfir hættulega umferðaræð. Hér þyrftu að koma litlir, léttir vagnar sem ækju milli Hlíðarenda og gömlu byggðarinnar. Ferðamenn standa úti undir berum himni í öllum veðrum og bíða eftir rútum. Betra væri að minni bílar ækju með ferðamennina innan hverfisins, t.d. á BSÍ, þar sem stærri bílar tækju við þeim og færu með þá út úr bænum. Sums staðar eru hótellbyggingar þar sem gestir og gangandi komast varla leiðar sinnar, hvað þá slökkviliðið. Hér vantar áhættumat. Umferðarskipulagið er ekki hannað með þessi atriði í huga. Æskilegt væri að halda málstofu um umferðarmál hverfisins og hvernig það er að vera íbúi í miðbænum.

Fastagestir Sundhallarinnar við Barónsstíg hafa stofnað með sér hagsmunasamtök. Fastagestirnir hafa

ýmislegt við fyrirhugaðar breytingar á Sundhöllinni að athuga. Degi B. Eggertssyni var boðið í sund með fastagestum og þáði hann það. Búið er að bjóða Einari Þorsteinssyni líka. Borgarráð hefur tekið málið fyrir á fundi og ákveðið að bakka með sumar hugmyndir arkitekta um breytingar. Þetta sýnir fram á það, að það borgar sig að berjast fyrir máli sínu. Rætt hefur verið um "viðhorfsvandamál" embættismanna hjá borginni í þessu sambandi.

Svonefnd hvílustæði, þ.e. tréþallar fyrir borð og stóla þar sem áður voru 1-3 bílastæði fyrir framan veitingahús, virðast sums staðar vera fjarlægð yfir vetrarnánuðina, en annar staðar ekki. Óljóst er hvaða reglur gilda um málið. Sums staðar fara veitingahúsaeygendur með borð og stóla út fyrir leyfilegt svæði, þannig að gangandi vegfarndur komast ekki leiðar sinnar nema fara út á götu. Einnig geta skilti verið farartálmi á þröngum gangstéttum. Þetta þarf að laga.

Sorpmálin eru ýmsum hugleikin. Sumir íbúar vilja fleiri djúpgáma og aðra sameiginlega gáma og fá leyfi til að fækka tunnum heima hjá sér, þar sem þrengslin eru mest. Kistur, þar sem fótgangandi geta sjálfir náð í salt og

sand til að verjast hálfu, eru ofarlega á óskalista sumra, þegar fyrsti vetrardagur er að baki og allra veðra von. Bílastæðamálin eru stöðugt umræðuefni. Sumir fá ekki íbúakort þó þeir vilji. Aðrir fá ekki stæði á sínu svæði, þó þeir hafi greitt fyrir íbúakort, verða því að leggja annars staðar og greiða sérstaklega fyrir það. Það eykur ekki vinsældir stjórnmalamanna í aðdraganda kosninga.

Vefur Reykjavíkurborgar veitir gagnlegar og þarfar upplýsingar um framkvæmdir í hverfinu, t.d. við Hlemm, á Vatnssstíg, í Vörðuskóla og Vörðuborg. Sjá framkvæmdir í Reykjavík. En einkennileg fljótaskrift er stundum á texta síðunnar, þar sem hann er uppfærður að hluta, en látið hjá líða að lesa yfir allan textann eftir að hann hefur verið uppfærður. Útkoman skilar misvísandi upplýsingum til borgaranna. Þetta er frekar aulalegt. Borgarvefsjá veitir alls konar fróðlegar upplýsingar og vert að kynna sér og læra á borgarvefsjána. Ýmislegt kemur þar á óvart og skorað á lesendur að kynna sér það. Heimasíður grunnskóla Reykjavíkur eru svo kapituli út af fyrir sig, misjafnar að magni og gæðum.

Pétur Hafþór Jónsson ritari ÍMR

Stjórn ÍMR fundar fyrsta mánudag hvers mánaðar í Spennistöðinni. Íbúar eru hvattir til að hafa samband með ábendingar eða annað sem þeir vilja koma á framfari með netfanginu midbaerinn@midbaerinn.is

Erum flutt í glæsilegt húsnæði að Lág múla 4 (2.hæð) og bjóðum upp á alla þjónustu tengda göngugreiningu.

Hjá okkur starfar reynslumesta starfsfólkið í göngugreiningum og notum einn fullkomnasta greiningarbúnað sem völ er á.

Höfum þrjár gerðir af tæknilegustu innleggjum á markaðnum sem við búum til á staðnum.

Lýður og Elva hafa tekið á móti rúmlega 70.000 einstaklingum í göngugreiningu um allt land!

Bókaðu tíma í göngugreiningu á www.gongugreining.is eða í síma 481-1000

 **GÖNGUGREIÐING**



REYKJAVÍK NORÐUR



1. Sigríður
Andersen



2. Jakob Frímann
Magnússon



3. Bessí Þóra
Jónsdóttir



4. Einar Jóhannes
Guðnason



5. Jón Ívar
Einarsson



6. Erna
Valsdóttir

ÁFRAM ÍSLAND
MIÐFLOKKURINN

X M

PALLI VAR EINN Í HEIMINUM



SÝNINGAR Í HÖRPU



Þankar Jónu Rúnu



Hið góða og illa

Það er ýmislegt og margt margflókið í íslenskri náttúru sem minnr okkur á að við búum á eldfjallaeyju. Framhjá því verður ekki litið. Í gegnum aldirnar hefur gengið á ýmsum hræringum og hafa bæði lítil og stór eldgos sett kirfilegan svip á lífsgöngu þjóðfélags okkar og oft haft varanleg áhrif á ævi sumra einstaklinga. Gangur lífssögunnar eru margslunginn og misjafnt er magn hins góða og slæma sem okkur er ætlað að takast á við. Ég held því að það sé nokkuð klókt að reyna að haga lífi sínu þannig að maður geti verið stoltur af því hvernig maður hefur tekist á við þær áskoranir sem eru lagðar í lófa okkar. Það er mikilvægt að við venjum okkur á að koma vel fram við okkur sjálf og aðra. Ekki biða eftir að einhverjar hryllilegar náttúruhamfarir eða aðrar hörmungar eigi sér stað. Reynum strax að hugsa hvernig við getum komið vel fram við hvert annað og allt samferðafólk okkar í lífinu. Lífið er stutt og flókið og það er svo miklu auðveldara ef að við kunnum að elska okkur sjálf og aðra á kærleiksríkan hátt, án hroka, frekju, lymsku, tilætlunarsemi eða einhvers í þeim neikvæða dúr. Við getum aldrei gert ráð fyrir því að ævin sé það löng. Við verðum því að verja henni vel með því að upphæfa hið góða og stíga á hið illa. Það getur auðvitað verið erfitt þegar stríð geysa víðsvegar og eru flutt heim í stofu til okkar í gegnum fréttamiðla. Það getur brotið mann niður að sjá hvað mannkynið virðist lítið hafa lært af reynslu fortíðar. Sömu mistök illsku og mannvonsku eru endurtekin hvað eftir annað. Við verðum öll að taka skýra afstöðu í málefnum heimsins, því þótt við séum landfræðilega séð einangrað land, þá eru við partur af alþjóðasamfélaginu og hlekkur í keðju þess.



synd að þessi skemmtilega danshefð hafi runnið sitt skeið en ekki haldist við.

Geðheilsan og léttlyndið

En það er ekki bara mikilvægt að hitta mann og annan til að halda geðheilsunni í skammdegi vetrarins. Það er líka mikilvægt að kunna að vera einn með sjálfum sér. Það er mjög fallegur ávani að þjálfa sig í því að sjá feegurðina í því litla í tilverunni. Eins og til dæmis húsflygu sem er að þvælast inn í eldhúsglugga þótt hennar líkir séu allir á bak á burt. Ég er alin upp af móður minni sem var algjört góðmenni og elskaði allar lifandi verur, sérstaklega lítil börn, plöntur og dýr. Hún kallaði svona „gluggagesti“ eins og húsflygur, vinkonur sínar og harðbannaði að þeim yrði gert mein. Þess vegna var þessari tilteknu húsflygu þyrmt og hún lést af náttúrulegum orsökum í gluggakistunni hjá mér. Mamma kenndi mér að kunna að meta lífið og hún komst í gegnum ótrúlegt mótlæti og virkilega erfða ævi með léttlyndi og húmorinn að vopni. Eins held ég að handavinnan hennar hafi spilað mikilvægt hlutverk í daglegu lífi hennar og verndað geðheilsuna. Við þurfum öll að finna okkar leið til þess að finna innri frið og vellíðan. Ég minnst þess til dæmis með ánægju og vellíðan þegar ég var að selja egg að austan, beint frá býli, og gekk húsi úr húsi með varninginn. Svo kom maður heim með áunninn pening, alsæll að geta gefið mömmu aurana, því fátæktin var mikil. Svo minnst ég þess líka að hafa borið út blöð árum saman að næturlagi. Þá var allt svo kyrrt og rólegt, eiginlega fullkomið andartak til þess að ihuga lífið og tilveruna á sama tíma og maður dreifði blöðunum. Reynum að lifa í núinu því það er það eina sem við getum tekið sem gefnu.

Jóna Rúna Kvaran
www.jonaruna.com

Félagsskapur í skammdeginu

Veturinn er nú hafinn og aðeins farinn að bita í nefið á okkur en Íslendingar láta slíkt ekki stöðva sig og eru flestir duglegir við að finna sér eitthvað til skemmtunar og dundurs, líka í snjó og kulda. Það er alls konar félagslíf sem freistar okkar enda er maður manns gaman og afar mikilvægt að einangrast ekki félagslega. Hér í gamla daga voru sveitaböllin vinsæl og menn lögðu á sig töluvert löng ferðalög til að mæta á slíka viðburði, fá sér í tána og snúast um á dansgólfinu. Það var langt tímabil í okkar sögu þar sem dansinn var stór þáttur í skemmtanamenningunni. Það var enginn maður með mönnum nema hann kynni helstu danssporin og oft voru sveifurnar á dansgólfinu rosalegar. Ég held að því miður hafi þetta gjörbreyst og fátt ungt fólk í dag sem kann einhver lærð dansspor sem brúkuð eru á djamminu. Það voru víst ófá hjónaböndin sem áttu uppruna sinn á dansgólfinu á annað hvort sveitaböllum eða bara á Þórskaffi herna í den. Það er

*Drottinn í dýrð, er nær dagur vinu nú fundinn.
Kærleikur, kominn tær kvölsár þínu er stundin.
Engilbrá, sorgartár græn sálros harmbáls fundin.
Ljóslogi í töfraröða bær líkn rósinn, náðarstundin*



*Far í lokaferðina löngu flýgur í englafang í ljós.
Í sorgarnauð sáralöngu stunið, dain í lífjosi rós.
Sorgar stríð á vingöngu skjálftaveröld eilífðaljós
Frjáls ferð á englagöngu farin af jörð nú Guðsrós.*

Höf. Jóna Rúna Kvaran



„Kærleikur telur vináttu mikilvæga.“ JRK



✓ Smur- og hjólbarðapjónusta
✓ Alhliða bilaviðgerðir og viðhald

SMURPJÓNUSTA
- SAMNINGAR
VIÐ ÖLL HELSTU
BÍLAUMBOD

Smurstöðin
KLÖPP

Við Vegmúla • Sími 553 0440
Opíð mánudaga - fimmtudaga 8-18
föstudaga 8-16

ÓDÝR
gleraugu
umgjörð og gler

Gleraugu með glampa og rispúvörn
19.900 kr.
Sérsmíðum samdægurs í styrk +/- 6,0 með cyl. til 2,0

Margskipt gleraugu
39.900 kr.
Margskipt gler frá Essilor (afgreiðslutími +/- tvær vikur)

Hamrahlíð 17
Hús Blindrafélagsins
Sími • 552-2002

OPTIC
REYKJAVÍK
SJÓNTÆKJAVERSLUN

VINSAELT Á MATSEÐLI



Kjúklingastaðurinn
★ Suðurveri ★

Við erum hér!

Nr. 26



Platinum borgari með krispy bringu, kartöfluskífu, káli, papriku, pipar-majó og frönskum

Nr. 28



Hálfur kjúklingur með frönskum og brúnni sósu



Gjöfengt með Lindu



Framleitt af Góu





Súkkulaðipizza

Innihald

• 450 g pizza deig, eða keypt pizza deig

Pizzadeig:

- 120 ml volgt vatn
- 2 teskeiðar þurrger
- 240 g brauðhveiti
- 1 teskeið salt
- 3 matskeiðar ólífuolía

Álegg:

- 2 teskeiðar bráðið smjör
- 60 g Nutella
- 80 g Lindu suðusúkkulaði niður britjað
- 2 matskeiðar Lindu mjólkursúkkulaðibitar
- 2 matskeiðar Lindu Lindor hvítt súkkulaðibitar
- 2 matskeiðar saxaðar ristaðar heslihnatur

Uppskrift:

Pizzadeig:

Blandið vatni og geri í litla skál. Leyfið að standa í 5 mínútur.

Hellið hveiti og salti í matvinnsluvél eða hrævíl og blandið saman. Bætið olíunni við. Á meðan vélin er í gangi bætið gerinu og vatninu við. Hrærið þar til blandan breytist í deig.

Dreifðið smá hveit á borð og hellið deigi úr vélinni. Hnoðið deigið þar til yfirborðið á deiginu verður slétt, tekur um eina mínútu. Penslið stóra skál með smá olíu. Geymið deigið í skálinni.

Lokið skálinni með plastfilmu og leyfið deiginu af hefast þar til það tvöfaldest í stærð, tekur um klukkustund. Kýlið loftið úr deiginu og mótið það í kúlu. Deigið er tilbúið til bökunar en getur verið geymt í ísskáp í 1 sólarhring.

Súkkulaði Pizza:

Færið ofngrið í neðstu stillingu og forhitnið ofninn í 230°C

Þekjið stóra bökunarplötu með bökunarpappír. Teigið eða rúllið deigið út í 9 tommu pizzu. Flytjið deigið ofan á bökunarpappírinn.

Þrýstið fingrum varlega í deigið til að búa til litlar holur. Penslið deig með smjöri og bakið þar til kanturinn er stökur og gylltur á lit, tekur um 20 mínútur.

Takið pizzu úr ofninu og smyrjið Nutella ofan á. Dreifið súkkulaðibitum yfir alla pizzuna. Bakið aftur þar til súkkulaðið byrjar að bráðna, um eina mínútu í viðbót. Takið pizzuna úr ofninu. Dreifið heslihnatur yfir. Skerið í sneiðar.

Tyggjó, rúsinu og hnetusmákökur

Innihaldsefni ;

- 1 bolli ósaltað smjör, mjúkt
- 1 bolli sykurl
- 1 bolli púðursykur
- 2 stór egg
- 1 teskeið vanilludropar
- 2 1/2 bolli hveiti
- 1 teskeið matarsódi
- 1/2 teskeið salt
- 1 bolli niðurskorinn koktelber rauð/græn eða sykrud koktelber frá Ötker
- 1 bolli niðurskornar hnetur (þekanhnetur eða valhnetur)
- 1 bolli saxaðar súkkulaði Góu rúsinur
- dökkar eða ljósar, saxaðar gróflaga
- 1/2 teskeið kanill
- 1/4 teskeið múska

Leiðbeiningar:

Hitið ofn í 350°F (175°C). Línubökunarplötur með parkmentpappír. Hrærið saman smjörið, sykurl og brún-sykur þar til létt og ljóst Berid í egginn eitt í einu, hrærið svo í vanilludropum Blandið saman í skál, hveiti, matarsóda og salti. Blandið smám saman í smjör-blönduna blönduna. Hrærið út í koktelberjum, hnetunum,

rúsinum, kanil og múska

Setjið deig með 2 matskeiðum á tilbúnu bökunarplötum.(frekar stórar)

Bakið í 10-12 mínútur, eða þar til brúnir eru létt brúnaðar. Leyfið smákökum að kólna á bökunarplötunum í nokkrar mínútur áður en farið er yfir í vírrekka til að kólna alveg.

Undirbúningstími: 20 mínútur | Eldunartími: 12 mínútur | Heildartími: 32 mínútur

Súkkulaðibitakökur hans Sigga koks

- 200 g smjör
- 200 g sykurl
- 200 g púðursykur
- 2 egg
- 400 g hveiti
- 400 súkkulaði gróf niðurbrytjað
- 2 tsk matarsódi
- 1/2 tsk salt

Leiðbeiningar

Takið smjör og egg úr kæli svo það sé við stofuhita. Hrærið saman smjöri, sykri, púðursykri, bætið svo eggjum einu í senn og hrærið vel á milli.

Blandið að lokum þurrefnunum. Mótið litlar kökur á bökunarplötu með fingrunum, gott era þ hafa volgt vatn í skál við hendina til að bleyta fingurna. Bakið við 180°C í 5-6 mínútur.

Frönsk súkkulaðikaka með Góu filakúlum

- 200 g Lindu suðusúkkulaði
- 300 g smjör
- Brætt saman

- 2 dl sykurl
- 4 egg
- Hrært saman

Þessu tvönnu blandað saman ásamt 1 dl hveiti

Bakað við 170°C í 35 mínútur í hring-laga eldföstu móti

Krem:

2 pökar Góu filakúlar
Tæplega 1. dl. Rjómi
Brætt saman og kælt áður en sett yfir kökuna

Jólanammi

Súkkulaðitoppar

- 125 g smjör
- 175 g flórsykur
- 1 1/2 msk koniak
- 250 g Lindu suðusúkkulaði brætt yfir vatnsbaði

Leiðbeiningar:

Hrærið smjörið þar til það verður létt og ljóst og bætið þá flórsykrinum og koniakinu út í. Látið súkkulaðið kólna ögn áður en þið blandið því saman við smjörhræruna. Setjið hræruna í sprautupoka og sprautið í litil pappamót eða á plötu klædda smjörpappír. Kælið.

Rommkonfekt

- 110 g suðusúkkulaði
- 110 g smjör
- 300 g flórsykur
- Romm eftir smekk

Bræðið súkkulaðið yfir vatnsbaði og blandið smjöriinu út í. Hrærið flórsykrinum og romminu saman við.

Mótið litlar kúlar og veltið þeim upp úr súkkulaðikurli. góð hugmynd að velta kúlunum upp úr Góu Hrauni ljósu eða dökku. Geymið í kæli.

Kókoskúlar

75 g smjör 1 dl sykurl 1. msk vanillu-sykur 3. dl haframjöl 175 g Lindu suðusúkkulaði brætt yfir vatnsbaði 2 msk mjólk 1 dl kókosmjöl Hrærið saman smjöri, sykri, vanillusykril, súkkulaði, haframjöl og mjólk. Mótið kúlar eða sívala bita og veltið upp úr kókosmjöli. Kælið

Jarðarberjajógúrt möffins með smjörkremi

9 1/2 dl hveiti 4,5 dl sykurl 100 g súkkulaðispærni 1/2 tsk. salt 1 tsk. lyftiduft 220 grömm smjör 3 egg 2 x jarðarberjajógúrt (Óskajógúrt) Hitið ofninn í 180°C og blástur Byrjið að þeyta saman smjöri og sykri þegar að blandan er orðin létt og ljós skal bæta eggjum við Að því loknu skal blanda þurrefnunum, jógúrtinni, vanilludropum og súkkulaðispærni við. Sett í form og bakað í 15-20 mínútur.

Smjörkrem:

Til að gera kökurnar extra skemmtilegar:

- 250 gr smjör við stofuhita
- 500 gr flórsykur
- 1-2 tsk vanilludropar
- 1-2 msk mjólk (má sleppa)

Þeytið smjörið þar til að það verður ljóst Bætið flórsykri við í skómmtum Bætið vanilludropum við og smakkið til Mjólk ef kremið er of þurt

Fleiri uppskriftir finna í nóvemberblöðum undafarinna ára á vefnum okkar hverfabad.is



KLASSÍSKAR MEÐ KAFFINU

GÓÐGÆTI FRÁ GÓU



MEIRI ÁRANGUR FYRIR OKKUR ÖLL

REYKJAVÍKURKJÖRDÆMI NORÐUR



1. GUÐLAUGUR ÞÓR ÞÓRÐARSON



2. DILJÁ MIST EINARSDÓTTIR



3. BRYNJAR NÍELSSON

REYKJAVÍKURKJÖRDÆMI SUÐUR



1. ÁSLAUG ARNA SIGURBJÖRNSDÓTTIR



2. HILDUR SVERRISDÓTTIR



3. JÓN PÉTUR ZIMSEN



SJÁLFASTÆÐISFLOKKURINN
Í REYKJAVÍK



SIMON VAUGHAN LJÓSMYNDARI
WWW.SIMONVAUGHANLJOSMYNDARI.COM
PANTÍÐ TÍMA FYRIR MYNDATÖKU Í SÍMA 690 9670

Útfararþjónusta Rúnars Geirmundssonar

Stofnað 1990

Traust fjölskyldufyrirtæki í áratugi



Sími · 567 9110 · utfarir@utfarir.is · www.utfarir.is

Tímarpantanir fyrir herraklippingar eru óþarfar!

greiðan

HÁRSNYRTISTOFA

Greiðan Hársnyrtistofa • Háaleitisbraut 58-60 • Sími 581 3090

GRETTIR

VATNSKASSAR

Vagnhöfða 6 • 110 Reykjavík • Sími 577 6090

BÍLARÉTTINGAR

SÆVAR

Skútuvogi 4 • 104 Reykjavík • Sími 528 8888 • bilarettingar.is

Bilakompaní

Skútuvogi 4 • 104 Reykjavík • Sími 515 5115

Það er nóg pláss fyrir öll

Við erum allskonar og sem betur fer. Það væri nú lítið gaman ef við værum öll eins. Borgin okkar hefur þróast mikið og er í dag orðin fjölmenningsborg. Um alla tuttugustu öldina flutti fólk úr dreifbýli til borgarinnar. Þetta voru miklir uppbyggingartíma og stækkaði borgin og dafnaði. Enn heldur borgin áfram að stækka. Hægt hefur á flutning úr dreifbýli í þéttbýli en flutningar á milli landa hins vegar aukist. Árið 2013 bjuggu rúmlega 13.000 innflytjendur í Reykjavík en á síðasta ári 2023 voru hér 35.000 innflytjendur og langflest frá Póllandi. Í upphafi skólaárs 2022 voru 21% barna með annað móðurmál en íslensku og um 33% leikskólubarna.

Mér finnst afar mikilvægt að nú sem áður bjóðum við nýja Reykvikinga velkomna og gerum allt sem í okkar valdi stendur til að öllum líði hér vel og finni sér stað. Borgin er sameiginlega okkar allra.

Hvað höfum við gert?

Á undanförunum árum hefur borgin farið í mikla stefnumótun í málefnum innflytjenda sem hefur skilað sér í fjölbættri þjónustu og verkefnum, þrátt fyrir að Reykjavík fái engar greiðslur úr jöfnunarsjóði sveitarfélaga sem öll önnur sveitarfélög fá til að mæta þjónustu við börn af erlendum uppruna.

- Á hverju ári er íslenskukunnáttu barna mæld með Milli Mála könnunarprófinu og í kjölfarið er stuðningur metin. Borgin rekur fjögur íslenskuver þar sem starfið miðar að því að undirbúa börn betur undir þátttöku í íslensku skólastarfi.

- Velkomin í hverfið þitt hófst árið 2018 í öllum hverfum borgarinnar en verkefnum er ætlað að taka heildrænt á móti nýjum fjölskyldum sem flytja til landsins.

- Miðja máls og læsis var sett á laggimar árið 2016, sem styður við starfsfólk í skólum og leikskólum sem sinna menntun fjölyngdra barna og foreldra þeirra.

- Stuðningur við samtökin Móðurmál er okkur mikils virði og hefur borgin stutt við þeirra góða starf með því að veita afnot af skólahúsnæði þar sem börn fá kennslu á sínu móðurmáli.

- Sammála, er eitt af okkar nýrri verkefnum þar sem börn með íslensku að móðurmáli hitta börn sem eru að læra íslensku. Markmiðið er að auka íslensku í málumhverfi barnanna samhliða því að eignast nýja vini.

- Fristundalæsi miðar einnig að því að efla mál og læsi hjá börnum á yngsta stigi grunnskólans og vinna með læsi í víðum skilningi, til dæmis með félagslæsi og heilsulæsi.

- Frá árinu 2017 hefur gjaldfrjáls frístund staðið til boða fyrir börn fyrstu 12 mánuði búsetu á landinu.

Mikill fjöldi starfsmanna borgarinnar eru af erlendu bergi brotin og er borgin með samning við fimm tungumálaskóla sem allir koma og kenna okkar starfsfólki í húsnæði borgarinnar. Notast er við appið Bara tala sem er afar vinsælt. Um 400 af 1500 starfsmönnum af erlendum uppruna eru nú í skipulögðu íslenskunámi.

Ofangreint er engan veginn tæmandi listi og fjölmörg önnur verkefni í boði og hefur starfsfólk borgarinnar verið ómetanlegt með sínum mikla áhuga og því frábæra starfi sem unnið er út um alla borg.

Það er staðreynd að stefnumótun undanfarna ára hefur skilað tugum verkefna inn í kerfið okkar með mikla áherslu á færni fólks í íslensku. En betur má ef duga skal. Þess vegna höfum við sett af stað vinnu við heildstæða fjölmenningsstefnu sem mun taka á þjónustu við málefni innflytjenda, flóttafólks og umsækjenda um alþjóðlega vernd. Ný stefna mun líta dagsins ljós á komandi mánuðum. Áhersla verður lögð á inngildingu inn í íslenskt menningarsamfélag, jafnrétti og virka þátttöku. Mér legg mikla áherslu á



Þórdís Lóa Þórhallsdóttir

að fjölmenningsborgin vaxi og dafni og ég bind miklar vonir við að vinnan sem er framundan skili okkur metnaðarfullri stefnu og áherslum.

Fjárfesting en ekki kostnaður

Stóriðja um kostnað samfélagsins við nýja íbúa er gjarnan mjög ýkt og pólariseruð.

Innflytjendur eru upp til hópa alveg frábært fólk. Fólk sem hefur bjargir og getu til að fara af stað. Fólk sem treystir sér til að aðlagast nýjum tungumálum, siðum og venjum. Og fólk sem er að langstærstum hluta á vinnumarkaði. Þessu fólki eigum við að taka opnum örmum því í þeirra löngun til að verða partur af íslenskri þjóð felst okkar framtíðarauður. Okkar besta tæki er að opna fyrir innflytjendum dyr að íslensku samfélagi. Ekki sist með því að gefa því aðgang að tungumálinu okkar.

Til að samfélagið sé öllum opið, þurfum við að auka samskipti milli ólíkra mál- og menningarhópa, brjóta við niður fordóma og koma í veg fyrir árekstra. Ég trúi því að fjölbreytileiki og mannréttindi hafa mikið að segja við þróun borgar og þess vegna opnum við faðminn með samstöðu og mildi. Það er sannarlega pláss fyrir okkur öll í höfuðborginni Reykjavík.

Þórdís Lóa Þórhallsdóttir
Forseti borgarstjórnar og oddviti Viðreisnar í Reykjavík



Loftgæði eru lífsgæði

Reykjavíkurborg hefur sett sér metnaðarfull markmið til næstu ára um að bæta loftgæði í borginni og vill hvetja íbúa til að taka þátt í þeirri vegferð. Eitt af fyrstu og mikilvægustu skrefunum er að draga verulega úr notkun nagladekkja, sem spilar stóran þátt í slæmum loftgæðum, sérstaklega yfir vetrartímann. Nú á næstu vikum flykkjast borgarbúar með bíla sína á dekkjaverkstæði til að undirbúa sig fyrir veturinn, en mikilvægt er að vanda valið á dekkjum.

Slæm áhrif nagladekkja á loftgæði

Nagladekk, sem eru algeng yfir vetrarmánuðina, valda miklu slit í malbiki sem leiðir til losunar svifryks í andrúmsloftið. Svifryk, finar agnir sem myndast við slíkt slit, hafa bein áhrif á loftgæði og heilsu borgarbúa, sérstaklega þeirra sem þjást af öndunarfæra-

sjúkdómum. Á undanförunum árum hefur bílum á götum borgarinnar fjölgað og loftgæði í Reykjavík versnað umtalsvert þegar notkun nagladekkja er mest, og því er mikilvægt að leita lausna.

Vissir þú að naglar hjálpa ekki í snjó?

Á undanförunum árum hafa orðið miklar framfarir í dekkjaframleiðslu og þá sérstaklega á vetrardekkjum án nagla. Naglar í dekkjum hjálpa ekki til við akstur í snjó heldur aðeins við ákveðin skilyrði við ísingu á götum. Utan við svifryksmyndun og slæm loftgæði, valda nagladekk miklu slit á götum sem eykur viðhald og kostnað. Dekkin stórauka umferðarhávaða og auka þannig ónáði fyrir íbúa. Þá eyða bílar á nagladekkjum meira eldsneyti. Þess vegna mælir Reykjavíkurborg

frekar með góðum ónegldum dekkjum undir borgarbilinn.

Aðrar aðgerðir til að bæta loftgæði

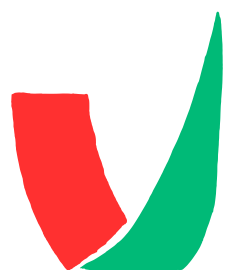
Hlutfall nagladekkja á götum borgarinnar spilar stóran þátt í slæmum loftgæðum. Hins vegar hefur Reykjavíkurborg innleitt fjölmargar aðrar aðgerðir til að ná fram markmiðum sínum um betri loftgæði, t.d. aðgerðir til að minnka útblástur, auknir innviðir fyrir hjólandi og gangandi vegfarendur, uppsetningu loftgæðamæla o.fl.

Markmið Reykjavíkurborgar er að fækka nagladekkjum í umferðinni og bæta loftgæði til frambúðar með fjölbreyttum aðgerðum. Með þátttöku íbúa vonast borgin til að skapa hreinna og heilnæmara umhverfi fyrir öll. Gerum þetta saman – loftgæði eru lífsgæði!



- **Húsnæði fyrir fólk** en ekki fjárfesta
- **Sérstakar vaxtabætur** til að mæta aukinni vaxtabyrði heimila
- Tökum vel á móti innflytjendum og **tryggjum þeim möguleika á að blómstra** sem fullgildir þátttakendur í samfélaginu
- **Útrýmum kynjamisrétti** og kvenfyrirlitningu
- **Flýtum Borgarlínunni**
- **Stóraukum fjárveitingar til loftslagsaðgerða** og flýtum þeim

Meira á vg.is



Enginn leikur án dómara!

-Nokkur orð um dómaramál og stórveldið Þrótt á árum áður



Bragi V. Bergmann

Knattspyrnufélagið Þróttur var sannkallað stórveldi í dómgæslunni á árum áður. Það skilaði hverjum dómaramálum á fætur öðrum inn í knattspynuheiminn áratugum saman. Sex heiðursmenn úr frækinni sveit Þróttara urðu alþjóðlegir dómara fyrir Íslands hönd; þeir Magnús Vignir Pétursson, Eysteinn B. Guðmundsson Grétar

Norðfjörð, Óli P. Olsen, Þorvarð Björnsson og seinna Garðar Örn Hinriksson. Aðrir landsþekktir dómara úr Þrótti voru m.a. Baldur Þórðarson, Halldór Backmann Hafliðason, Hjálmar Baldursson og Gunnar Ingvarsson. Segja má að Þróttur hafi nánast einokað FIFA-listann um langt árabil, með nokkrum eftirminnilegum undantekningum.

Undirritaður var í hópi þeirra „ungu og upprennandi“ knattspyrnudómara sem beið það erfiða hlutskipti að leysa þessa kappu af hólmi á knattspyrnuvöllinum. Ég mætti til leiks blautur á bak við eyrun en naut leiðsagnar gömlu meistaranna.

Fordómar í stúkunni

Ég rifja þetta upp hér, því allt of fá félög hafa tekið Þrótt sér til fyrirmyndar í dómaramálunum á seinni árum. Reglugerð KSÍ kveður á um að félögum sé skylt að leggja til dómara fyrir hvern flokk sem viðkomandi félag sendir til keppni. Ef KSÍ fylgdi þessu ákvæði fast eftir myndu nokkur félög þurfa að hverfa frá keppni því þau uppfylla ekki þetta ákvæði. Sem

betur fer eru þó nokkur félög með allt sitt á hreinu og leggja rækt við dómara starfið eins og aðra starfsemi í félagi sínu.

En hver er ástæðan fyrir því að ungt fólk veigrar sér við að leggja fyrir sig dómgæslu? Jú, allir þeir sem hafa sótt íþróttakappleiki á Íslandi vita svarið. Margir stuðningsmenn liða hafa þann ljóta ávana að kalla látlaust hrakyrði í garð dómara og aðstoðardómara inn á völlinn. Oft eru ummælin svo ljót og ósmekklegr að þau ættu með réttu að vera bönnuð þeim börnum og ungmennum sem fylgjast með leiknum. Sumir foreldrar ungra iðkenda gera sig seka um hið sama á leikjum yngri flokka. „Ungur nemur, gamall temur,“ segir máltækið og það eru orð að sönnu. Það mætti tala um fordóma í garð dómara í þessu sambandi, vegna þess að í langflestum tilvikum er dómari að dæma rétt en félagsblindugleraugun varna áhangandnum sýn.

Sleppum skítkastinu

Fótboltavertíðinni hér heima er um það bil að ljúka. Ég legg til að



Greinarhöfundur, Bragi V. Bergmann og FIFA-aðstoðardómaramir Gísli Björgvinsson (t.v.) og Sæmundur Víglundsson á Parken í Kaupmannahöfn, tilbúnir að dæma leik Danmerkur og Litháen í undankeppni HM 1993. Tæplega 50 þúsund áhorfendur, uppselt, og frábært andrúmsloft.

áhangendur allra liða ihugi orð mín og einsetji sér að mæta jákvæðari til leiks í garð dómara á næsta tímabili. Sérhverjum væri hollt að hugsa sem svo: „Myndi ég vilja að sonur minn eða dóttir mín, bróðir minn eða systir mín yrði fyrir slíku aðkasti úr stúkunni? Nei og aftur nei. Ég ætla að sleppa skítkastinu og hvetja bara liðið mitt til dáða.“

aldar ykkur til fyrirmyndar. Byggið upp öflugna sveit dómara og styðjið þétt við bakið á þeim. Staðreyndin er sú, þegar öllu er á botninn hvolft, að það fer enginn leikur fram án dómara. Fordómar og skítkast í þeirra garð er ljótur blettur á fagurri íþrótt og mun seint stuðla að nauðsynlegri nýliðun í hópi knattspyrnudómara.

Bragi V. Bergmann

Forsvarsmenn íþróttafélaga mættu líka huga enn betur að uppbyggingu dómaramála. Við þá segi ég: Takið Þrótt á síðustu áratugum liðinnar

Höfundur er fyrrum FIFA-dómari, sat í Dómaramálanefnd KSÍ um langt árabil, er eftirlitsmaður KSÍ og fagnaði 50 ára samfelldu starfi á sviði dómaramála fyrir KSÍ nú á haustdögum.

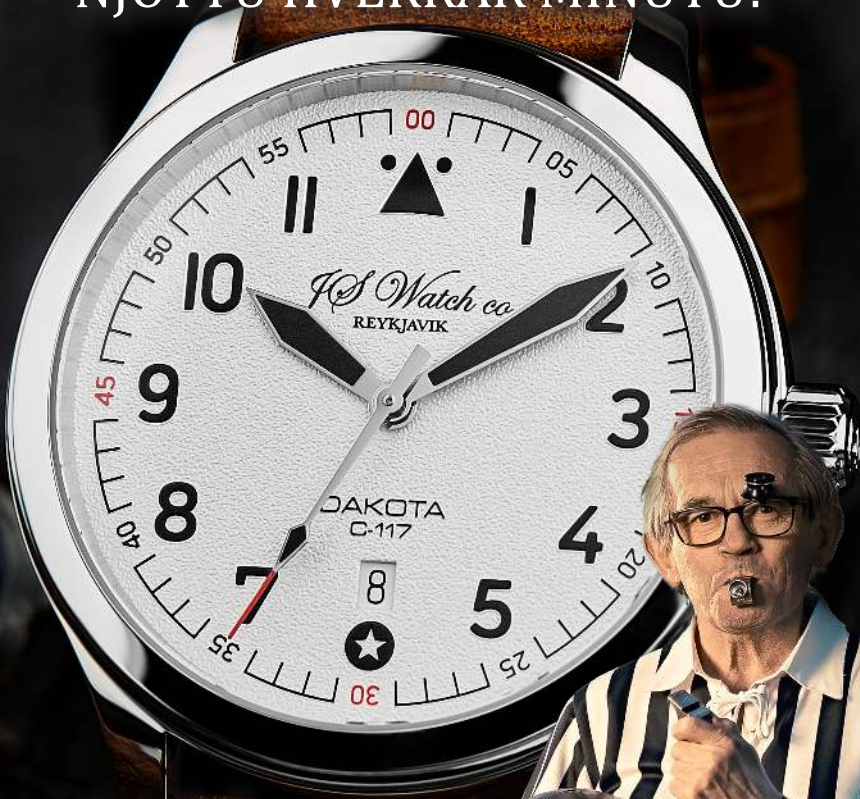


Magnús Óskarsson afhendir viðurkenningar til dómara félagsins. Frá vinstri Óli P. Olsen, Halldór Bachmann, Eysteinn B. Guðmundsson, Grétar Norðfjörð, Magnús V. Pétursson, Baldur Þórðarson, Þorvarður Björnsson.



Frá vígsluleikum í Sæviðarsundi 1969. Grétar Norðfjörð, Maggi Pé og Baldur Þórðar.

ÞETTA ER ÞINN TÍMI!
NJÓTTU HVERRAR MÍNÚTU!



GILBERT
ÚRSMÍÐUR
Laugavegi 62 - sími: 551-4100
www.gilbert.is

Í góðum málum hjá

JB.málun

**Vantar málara ?
Ekkert mál.**

**Við komum og bjóðum í verkið
þér að kostnaðarlausu.**

Jón. Sími: 6631343

Bjarki. Sími: 7758599

Málarameistari

©jbmálun.is

✉jbmálun@gmail.com

📍jbmálun

Alþýðuhugrækt - Gjafir



Öll höfum við fengið gjafir á lífsleiðinni og þær hafa verið mismunandi hugþekkar og kærar. Ástæður þess að við gefum hvort öðru gjafir eru m.a. ýmis tímamót og ávinningar í lífi okkar og tilveru. Slíkar gjafir höfða til okkar flestra og þær undirstrika oft en ekki væntumþykju gjafarans í okkar garð – sem gleður okkur. Á hinn bóginn eru þær gjafir sem gefnar eru í eiginhagsmunaskyni óæskilegar og rangar. Sama má segja þegar gjafir eru notaðar til þess að nálgast fólk án frambærilegra ástæðna og við treystum á gildi þeirra til þess að auðvelda okkur aðgang að viðkomandi. Slíkar gjafir þjóna neikærum tilgangi.

Það er ósiður að nota gjafir til að nálgast aðra ef sá einn er tilgangur þeirra. Eðlilegar tilfinningar í garð þiggjandans eru ekki ástæða slíkra gjafa. Þær eru einungis leið til að nálgast aðra manneskju án þess að þurfa að gefa nokkuð af sjálfum sér. Það er enginn vandi fyrir okkur að

vera rausnarleg og útausandi ef við eigum ótal aura því þá finnum við ekki fjárhagslega fyrir höfðingskapnum. Öllu átakameira og áhættusamara er að opna budduna og eyða í gjafir þegar við eigum minna en ekki neitt.

Gjafir eru afstæðar. Mikilvægt er að gefa af sjálfum sér og andlegar gjafir sem eru tilkomnar í gegnum ylrika og velviljaða nærveru eru mikilvægar og uppbyggilegar. Yfirleitt eru þær líka ókeypis og áreynslulausar, a.m.k. fyrir þau okkar sem vilja öðrum vel og meina það.

Best er að við venjum okkur á að gefa hvert öðru af innri auði. Eins er heppilegt að við ákveðum að nota ekki dauða hluti til að tengjast hvert öðru eða til að losna við að gefa öðrum af sjálfum okkur. Ágætt er að við vanmetum ekki gildi persónulegra athafna og samneytis. Við getum ekki leyst mikilvæg og óum-

flýjanleg samskipti með dauðum hlutum og útaustri þeirra. Öll góð og gegn samskipti hljóta að byggjast upp á nálægð okkar hvert við annað og tjáskiptum sem fylgja slíkri nálægð.

Ytri verðmæti í formi hluta eða aðstæðna eru viðunandi en einungis ef samræmis og jafnvægis gætir í innra sem ytra lífi okkar. Við sem erum rífleg og stórlát verðum sjálf að skilja tilgang og ástæður þess að við gefum öðrum stundum tilgangslitla hluti en ekki jálægjar tilfinningar og nærfærna umhyggju sem þeir geta frekar nýtt sér.

Hyggilegt er og jafnframt dýrmett að við séum meðvituð um að góður hugur og friðkær samskipti eru allra gjafa hentugastar og hamingjuhvetjand að auki, enda veitt af örlæti og rausn. Í ham höfðingjans eigum við ekki að vanmeta þær gjafir sem koma innan frá og eru hjartnæmar og huglægar. Við ættum að vanda gjafir okkar og hafa þær ekki einungis efnislegar heldur andlegar líka. Gildi gjafar liggur ekki í verði hennar eða stærð. Það er í hugsuninni og tilfinningunum sem liggja að baki því að hún er gefin. Einmitt sú staðreynd gerir hana áhugaverða og réttmæta. Verum því vandlát um gildi gjafar.



Jóna Rúna Kvaran
www.jonaruna.com

FRÆÐSLA OG FJÖR 6+

Eldfjöll

PLAKAT FYLGIR 50x70 cm

Fræðslubækur

Bókin **Eldfjöll** hefur að geyma góðan fróðleik um eldstöðvar á Íslandi.

Bækur fyrir fróðleiksfúsa krakka.

FRÆÐSLA OG FJÖR 6+

Uppfinningar

PLAKAT FYLGIR 50x70 cm

Bókin uppfinningar fjallar um helstu uppfinningar í gegnum söguna sem hafa breytt lífi okkar.

Ósineisuga

◆ HVERFISBLAÐIÐ ◆

Miðborg & Hlíðar
Auglýsingasími 568 8862

BYGGJA MEIRA
★ BORGA MINNA

PÍRATAR

KJÓSTU
ÖÐRUVÍSI



6. SÆTI
ARNA SIGRÚN
REYKJAVÍK
NORÐUR



Mengi hefur hvorki upphaf né endi



Stofnendur Mengi: Bjarni Gaukur Sigurðsson, Elísabet Jónsdóttir, Ólöf Arnalds og Skúli Sverrisson. Mynd. Axel Sigurðarson

Mengi er listamannarekið rými í Reykjavík. Mengi hýsir listviðburði af öllum toga og gefur út tónlist eftir marga af fremstu tónlistarmönnum Íslands. Mengi hefur ekkert sérstakt upphaf né endi.

Ofanritaðar þrjár setningar eru lýsing á starfsemi í Mengi á Óðinsgötu 2 samkvæmt vefsíðu stofnunarinnar. En til að komast að kjarna málsins heimsóttum við Skúla Sverrisson tónlistarmann og einn af listamönnum í forsvari fyrir Mengi og spurðum hann nokkurra spurninga um upphafið, vitandi það þó að Mengi hefur ekkert sérstakt upphaf né endi.

Upphaf Mengis

Ég fór í nám til Boston, segir Skúli, fékk atvinnuleysi til New York og endaði með því að vera þar í 24 ár. Ég kom heim 2013 og á sama tíma kom Bjarni Gaukur Sigurðsson frá námi og störfum í Hollandi. Við vorum semsagt þarna báðir nýkomnir heim eftir langa veru í útlöndum og langaði að gera eitthvað nýtt og spennandi, svo við stofnuðum saman útgáfufyrirtæki og gáfum út plötur með Óskari Guðjónssyni og mér og fleirum.

Ég áttaði mig fljótlega á því að ef maður vildi halda tónleika í Reykjavík þurfti maður að leigja Fríkirkjuna eða NASA og borga háar fjárhæðir og eftir að búið er að borga auglýsingar og annan kostnað þá sæti lítið eftir fyrir lisamanninn þó hann fengi fullan sal eða góðan hóp af fólki, já og kannski góða kvöldstund. Þannig að við Ólöf Arnalds fórum að lita í kringum okkur eftir stað sem hefði slíka möguleika. Í New York hafði ég fengið við ýmis störf tengd tónlist og þar var alltaf einhver grunnur, einhverjir litlir staðir þar sem fólk gat komið og þróað sín verk inni, fundið samstarfsaðila og ýmislegt fleira. Þetta voru litlir staðir sem tóku kannski undir hundrað manns svo að undirbúa tónleika var ekki mjög flókið, en á tíðum var þetta hvað mikilvægasta starfsemi fyrir tónlistarsenuna í stórra borg eins og New York.

Mér fannst alltaf vanta svona stað í Reykjavík miðað við hvað eru margir skapandi listamenn sem eru að búa til sína eigin músík á Íslandi og þurfa vettvang til að þróa hana það í raunverulegu samhengi innan um áhorfendur. Ólöf hefur það áhugamál að skoða fasteignir og hún fann þetta húsnæði sem er bæði skemmtilega

staðsett og staður sem á sér skemmtilega sögu því hér var radióverslun og fyrsta upptökustúdíóið fyrir utan Ríkisútvarpið og fyrstu fjölrása-upptökurnar teknar upp í þessu húsi. Þetta er í hjarta Reykjavíkur og eitthvað sjarmerandi við svona hliðargötumeningu eins og maður sér í mörgum borgum, aðalgötturnar eru fyrir stórverslanir en grasrótin kemur sér fyrir með bóka- og plötubúðir og klúbba í hliðargötunum.

Staðurinn fundinn

Þegar við höfðum fundið þetta húsnæði héldum við fund með Bjarna Gauki og sýndum honum húsnæðið og hann varð mjög spenntur. Við vorum búin að reikna það út að það að reka svona starfsemi sem gæfi ekki mikinn gróða og að það væri ekki nógu mikil innkoma til að halda uppi einhverju lífi þá væri nauðsynlegt að eiga húsnæðið þannig að Bjarni Gaukur keypti þetta húsnæði og þar með hófst heilt ár þar sem við vorum að gera húsnæðið upp. Við lækkuðum til dæmis gólfíð innst í salnum til að fá meiri lofthæð og má segja að þar höfum við hreinlega verið að grafa út mold til að búa til pláss fyrir list.

Við vorum bjartsýnir, og spenntir fyrir þessu, nýkomnir heim og auðvitað var það griðarlega mikil vinna að koma þessu í gagnið en við vorum fullir af áhuga. Svo myndaðist strax hópur af fólki af fólki í kringum Mengi. Þetta var Bjarni Gaukur og konan hans Elísabet Jónsdóttir og ég og konan mín, Ólöf Arnalds og síðan var það Sigurður Magnús Finnson sem er þekktur sem Siggí frændi sem hjálpaði okkur að koma þessu af stað. Í upphafi ákváðum við að hafa einfaldan strúktúr, vera bara með tónleika fimmtudag, föstudag og laugar- dag, alltaf á sama tíma, klukkan níu, alltaf sama miðaverð, þannig að við gátum látið þetta rúlla.

Við byrjuðum að hringja í vini en vildum ekki móta einhverja ákveðna stefnu, vildum bara gera vettvang fyrir skapandi fólk í öllum listgreinum og að við myndum ekki einblína á neina ákveðna tónlistarstefnu heldur bara eitthvað sem fólk er að búa til. Við vildum búa til ramma í kringum það unga fólk sem var að gera eitthvað nýtt. Að hlutirnir væru ekki bara að gerast í einhverjum skúrum og stúdíum heldur tengja fólk beint við áhorfendur og hugsanlega að það fengi eitthvað borgað fyrir það sem það býr til.

Næst á dagskrá

Ég bjó til dagskrá fyrsta mánuðinn sem gaf ákveðinn tón, fékk fólk sem ég hafði fylgst með eða unnið með í gegnum tíðina, fólk sem var að gera elektróníska músík eða ímprovísera eða gera einhverja nútímatónlist. Fyrstu tónleikarnir voru Stilluppsteypa, sem er Sigtryggur Berg og félagar sem voru að gera raftónlist og opunarkvöldið var vel sótt enda var boðið upp á veigar en næsta kvöld voru tónleikar Stilluppsteypu og þá mætti ekki nokkur maður. Þannig við Ólöf fórum yfir á Kaffibarinn og fleiri staði og hvöttum fólk til að koma yfir og hlusta á skrítna tónlist svo á endanum voru nokkrir í húsinu.

Þannig byrjaði þetta að rúlla en alltaf með þessu sama formi, þrír tónleikar í viku og sama miðaverð, Siggí var á hurðinni og ég sá um að bóka en þegar þetta var komið af stað höfðum við áhuga á að staðurinn myndi þróast í þá átt sem hann vildi

þróast þannig að við fórum að taka við allskonar fyrirspurnum og þá byrjaði nýtt tímabil þar sem viðburðir komu á fleiri dögum og miðaverð varð breytilegt. Við fengum artista að utan og fórum að starfa með ýmsum hátíðum eins og Listahátíð í Reykjavík, með Ilan Volkov sem var stjórnandi Simfóníuhljómsveitarinnar og var með tónlistarhátíðina Tectonics og svo gerðum við svipað samstarf með Víkingi Heiðari með Reykjavík Midsummer Music hátíðina hans niðri í Hörpu en þegar hún var búin komu allir hingað með Stradivariusana sína og spiluðu frá klukkan ellefu og eitthvað frameftir.

Undanfarin ár höfum við verið að færa okkur lengra burt frá kjarnanum. Tónlistin var alltaf kjarninn en við höfum núna líka verið með dans- og leikverk, ljóðaupplestra, bókakynningar, fyrirlestra og kennslu og alveg yfir í fermingarveislur og brúðkaup, en það er hluti af því að fjarmagna starfsemi. Núna erum við á öðrum tímamótum þar sem við ætlum aðeins að skrúfa til baka, bæði með dagskrá sem við sjáum meira um sjálf og að fá listamenn í residensiu til dæmis í viku til að þróa ný verk og halda síðan tónleika og fyrirlestra. Það hefur virkað mjög vel að fólk komi og æfi verk, þrói efni og flytji svo við ætlum meira út í þetta.

Við höldum upp á tíu ára afmæli Mengis fyrir ári síðan og þá áttum við fund og vorum við að ræða það hvort við ættum að halda þessu áfram eða ekki því þetta er bæði dýrt og mjög mikil vinna. Það kom til greina að segja þetta orðið gott en við komumst svo að þeirri niðurstöðu að halda starf-



Frá opunarkvöldi Mengis.



Mengi á Óðinsgötu 2

Pantaðu tíma í HEYRNAR GREININGU

Nánari upplýsingar í síma 534 9600 eða á heyrn.is



Allar helstu rekstrarvörur og aukahluti fyrir heyrnartæki fást á vefverslun heyrn.is

Góð heyrn glæðir samskipti



Hlíðasmára 19, 2. hæð • 201 Kópavogi • Sími 534 9600 • heyrn.is 



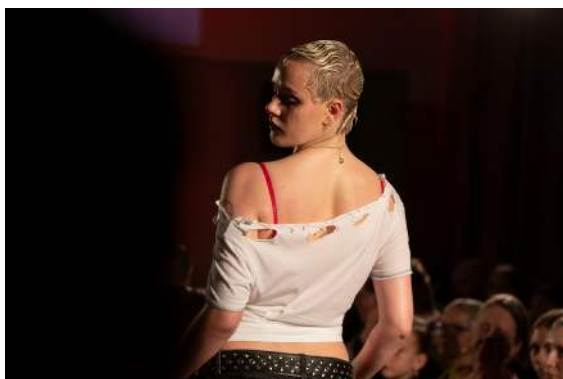
Unglist 2024

Unglist, listahátíð ungs fólks, fór fram víðsvegar um Reykjavík dagana 1. – 9. nóvember. Hátíðin er haldin að frumkvæði Hins Hússins er og er árlegur vettvangur fyrir ungt upprennandi listafólk á aldrinum 16-25 ára. Á þessum viðburðaríku dögum voru haldnar myndlistar og ljós-

myndasýningar, klassískir tónleikar og rokktónleikar, keppt í leikhússporti, haldnar dans- og leiksýningar og fleira og fleira.

Uppákomurnar fóru fram víðsvegar um Reykjavík, m.a. í Hinu Húsinu, Borgarleikhúsinu, Hörpu, Tjarnarbiói,

Árbæjarsafni, Sundhöll Reykjavíkur og Gallerí Núllinu og allsstaðar var aðgangur ókeypis. Það er ástæða til að hvetja fólk til að hafa augun opin fyrir þessari árlegu hátíð þar sem hægt er að kynna list og sköpunarkrafti ungs fólks.



Réttlæti fyrir fólk og framtíð

Verkefni næstu missera eru skýr, réttlæti fyrir fólk og framtíð. Almenningsur er langþreyttur á háum vöxtum, dýrum matarkörfum og hækandi leiguverði, þar sem fólk sýpur seyðið af þenslu sem það stofnaði ekki til. Ungt fólk sér ekki fram á að geta safnað fyrir útborgun og foreldrar þeirra sjá ekki hvernig þau geta aðstoðað börn sín í því að eignast þak yfir höfuðið. Sýn okkar er sú að það verði engin efnahagslegur eða félagslegur stöðugleiki öðruvísi en það verði ráðist í frekara átak í húsnæðismálum, sem auki framboð og verji venjulegt fólk frá því að keppa við fjárfesta um íbúðarhúsnæði.

Átak af þessu tagi verður ekki gert nema í þéttu samtali við sveitarfélögin á höfuðborgarsvæðinu. Nauðsynlegt er að ríkið stígi fastar inn í með fleiri hvata fyrir sveitarfélög að tryggja framboð á lóðum til uppbyggingar á fjölbreyttu húsnæði sem svarar þeirri eftirspurn sem er til staðar. Húsnæði sem passar fyrstu kaupendum, gæða húsnæði á viðráðanlegu verði sem hentar fjölskyldum. En að sama skapi þarf að tryggja framboð af húsnæði fyrir þau sem vilja geta minnkað við sig og fara í hentugra húsnæði á efri árunum.

Um leið þarf að gæta að því að skattkerfið virki sem tekjujöfnunartæki og færi fé frá þeim sem geta til þeirra sem þurfa. Ísland er ríkt land og við eigum að geta búið til þjóðfélag þar sem fátækt barna er útrýmt, þar sem að öflugt velferðarkerfi grípur þau sem hrasa og þar sem að öll hafa tækifæri á að dafna. Þar sem við tryggjum öflugt opinbert heilbrigðiskerfi og að



Svandís Svavarsdóttir

framfærsla eldra fólks sé ekki lægri en lágmarkslaun. Félagsþjónusta og samvistir kynslóða eru jafnframt mikilvægur þáttur í því að tryggja samheldið samfélag og vinna gegn einmanaleika fólks á öllum aldri. Við finnum í samtölum við kjósendur að málefnaástaða VG í þessum efnum er sterk.

Þær breytingar sem hafa orðið til batnaðar á síðustu árum hafa verið vegna þess að VG hefur barist fyrir þeim á vettvangi ríkisstjórnar og í þinginu. Skólamáltíðir, þrepaskipt skattkerfi, borgarlína og stórauðnar húsnæðisbætur eru örfá dæmi um að það skipti máli að rödd VG var sterk. Öllu máli skiptir að rödd VG haldi áfram að verða sterk og fyrir því



Lækkum kostnað heimilanna

Lækkum vexti og verðbólgu
Fjölgu íbúðum strax

Tryggjum örugga afkomu um ævina alla

viðerummedplan.is

Svæðastöðvar ÍSÍ og UMFÍ



Sveinn Sampsted og Íris Svavarsdóttir.

Starfsfólks svæðisstöðva íþróttahéraðanna hefur síðustu vikur unnið að greiningum á stöðu íþróttamála um allt land. Vinnan er komin vel á veg á höfuðborgarsvæðinu. Samhliða því hefur verið fundað með starfsfólki allra íþróttahéraða og haldið erindi á vel sóttu fulltrúaráðsþingi Íþróttabandalags Hafnarfjarðar (ÍBH), formannafundi Íþróttabandalags Reykjavíkur (ÍBR) og á stjórnarfundum Ungmennasambands Kjalarnesþings (UMSK). Eftir fundina var skilað inn inn tillögum að aðgerðaráætlun fyrir höfuðborgarsvæðið.

„Við erum hrikalega spennt fyrir því sem koma skal og hlökkum til að vinna náið með höfuðborgarsvæðinu“, segja þau Íris Svavarsdóttir og Sveinn Sampsted, sem eru starfsmenn svæðisstöðvanna á höfuðborgarsvæðinu.

Svæðisstöðvarnar eru nýjung, sem Íþrótt- og Ólympíisamband Íslands (ÍSÍ) og Ungmennafélag Íslands (UMFÍ) settu á laggimar fyrir á þessu ári. Þær byggja á samþykktum af þingum beggja sambanda.

Ásmundur Einar Daðason, mennta- og barnamálaráðherra, tók vel undir tillögur íþróttahreyfingarinnar og studdi þær fjárhagslega næstu tvö árin.

Svæðisstöðvarnar eru átta talsins um allt land og eru tveir starfsmenn á hverri stöð. Hver svæðisstöð styður við íþróttahéruð á sínu svæði og hjálpar þeim að innleiða stefnu íþróttahreyfingarinnar og ríkisins í íþróttamálum.

Ein af áherslum svæðisstöðvanna er að auka þátttöku barna og ungmenna í skipulögðu íþróttastarfi á Íslandi, sérstaklega börn með fatlanir, frá tekjulægri heimilum og þau sem hafa fjölbreyttan tungumála- og menningarbakgrunn.

Svæðisfulltrúarnir eru sextán talsins og dreifast jafnt á milli svæðisstöðva. Íris Svavarsdóttir og Sveinn hófu störf í ágúst og er þeirra hlutverk að styðja við ÍBH, ÍBR og UMSK. Hægt er að nálgast frekari upplýsingar um svæðisstöðvar ÍSÍ og UMFÍ á isi.is og umfi.is.

Líf og starf - Sjálfstæðisstefnan er lausnin



Guðlaugur Þór Jóhannesson

Allir eiga að njóta frelsis til að haga lífi sínu eftir eigin höfði.

Í þessu felst hvort tveggja að fólk hafi frelsi til athafna og verði fyrir sem minnstum afskiptum af hálfu hins opinbera. Fólk þarf að geta unnið störf sín í friði, notið ávinnings af þeim, átt ánægjulegar stundir með fjölskyldum sínum þegar heim er komið og treyst á nauðsynlega þjónustu hins opinbera.

Um þetta snýst sjálfstæðisstefnan; að einstaklings- og athafnafrelsi, virk samkeppni og skilvirkt skattkerfi sé farsælasta leiðin í átt til betra lífs. Við sjálfstæðismenn gerum okkur líka grein fyrir því að hagsmunir fólks



Áslaug Arna Sigurbjörnsdóttir

og fyrirtækja fari saman. Vegni fyrirtækjum vel, vegnar þjóðinni vel.

Til að lífsgæði fólks séu eins góð og mögulegt er þurfa íslensk fyrirtæki að vera samkeppnishæf gagnvart fyrirtækjum í öðrum löndum. Regluverkið þarf að vera einfalt og skilvirkt. Það þarf að vera hægt að grípa öll þau nýju tækifæri sem bjóðast hverju sinni og byggja á því sem vel hefur verið gert, í friði fyrir afskiptum að öþörfu.

Skattamhverfið þarf að vera einfalt og sanngjarnt og má ekki letja fólk og fyrirtæki til að sækja fram og finna kröftum sínum og framtaki farveg. Þegar ríkið tekur minna til sín af tekjum einstaklinga, fjölga

tækifærum fólks til að móta eigin framtíð. Þetta frelsi stuðlar að því að fólk geti fylgt sínum eigin draumum og hugmyndum – hvort sem það er að stofna eigið fyrirtæki, fjárfesta í menntun eða veita fjölskyldunni betri lífsskilyrði.

Til þess að hægt sé að lækka skatta þarf að draga úr ríkisútgjöldum, en við sjálfstæðismenn höfum á kjörtímabilinu stigið stór skref í átt að því að auka skilvirkni í rekstri og nýta fjármuni betur, til dæmis með sameiningu stofnana og sjóða ríkisins með skilvirkni og hagkvæmni að leiðarljósi.

Sjálfstæðisflokkurinn hefur ávallt lagt áherslu á atvinnufrelsi og einstaklingsfrelsi og mun gera það áfram. Enginn annar stjórnmálaflokkur á Íslandi getur talist hægri flokkur. Það sýna dæmin og í þeim kosningum sem fram undan eru leggjum við áfram áherslu á okkar gömlu, góðu og traustu gildi.

Guðlaugur Þór Þórðarson, 1. sæti á lista Sjálfstæðisflokksins í Reykjavíkurborg

Áslaug Arna Sigurbjörnsdóttir, 1. sæti á lista Sjálfstæðisflokksins í Reykjavíkurborg

Lækkum vexti

Það er stærsta hagsmunamálið heimila og fyrirtækja!

Styðjum við verðmætasköpun í stað þess að kæfa hana

Ódýrari matarkarfa með lækkun matarskatts

Tryggjum samkeppnishæft umhverfi fyrirtækja

Eflum íslenskukennslu og tryggjum að öll snjalltæki og forrit tali íslensku

xb.is

Látum verkin tala

Lengjum fæðingarorlofið í 18 mánuði og hækkum hámarksgreiðslur!

Látum næsta kjörtímabil snúast um börn og fjölskyldur

Höldum áfram að stórefla íþróttir og verknám

Auðveldum ungu fólki að eignast eigið húsnæði með útvíkkun hlutdeildarlána

Útrýmum biðlistum fyrir börn með þjónustutryggingu

LILJA ALFREÐSDÓTTIR
1. SÆTI REYKJAVÍK SUÐUR
Menningar- og viðskiptaráðherra og hagfræðingur

ÁSMUNDUR EINAR DAÐASON
1. SÆTI REYKJAVÍK NORÐUR
Mennta- og barnamálaráðherra





LOFTGÆÐI ERU LÍFSGÆÐI SLEPPUM NÖGLUNUM



Reykjavík



Albert Þór Magnússon og Lóa Dagbjört Kristjánsdóttir

Íslenska sveitin í Dimmalimm

Lóa Dagbjört Kristjánsdóttir og Albert Þór Magnússon eigendur Lindex og Gina Tricot hafa fest kaup á barnafataversluninni Dimmalimm á Laugavegi 53b og stefna að því að selja þar í þjóðlegan íslenskan fatnað í bland við vönduð spönsk barnaföt. Við hittum hjónin í höfuðstöðvunum í Skeiðarási til að spyrja fréttu af þessum kaupum.

Ég ákvað að heyrna í Lilju eiganda verslunarinnar Dimmalimm, segir Lóa Dagbjört, til að spyrja hvort hún vildi selja og hún tók bara mjög vel í það. Við förum að ræða saman og hálfu ári seinna vorum við búnar að ganga frá því að við tækjum við rekstrinum á Laugavegi. Þar ætlum við að halda áfram með Mayoral merkið og svo erum við með Lenne sem er eistrískt útifatamerki, mjög góðar vörur. Svo erum við að endurvækja gamalt fatamerki sem við byrjuðum með fyrir fimmtán árum síðan sem heitir Emil og Lína og ætlum að vera með íslenska hönnun og barnafatnað undir því merki. Það er mjög skemmtilegt að taka við keflinu af Lilju sem er ekta búðarkona.

Emil og Lína verður mjög íslenskt vörumerki og það verða sagðar sögur í tengslum við barnafatnaðinn, íslenskar þjóðsögur og tvinnar saman við íslenska náttúru og íslensku húsdýrin og hönnunin verður þannig að þetta verði ljóst og skemmtilegt fyrir börnin. Við verðum með tröll og vikinga og íslensku fuglana og segjum sögur af þeim og svo verðum við með íslenskt handverk, þrjónafatnað og fleira á börn, þrjónað af íslenskum konum. Það tengist

uppruna okkar Alberts því ömmur okkar voru miklar handverkskonur, amma mín þrjónaði peysur alveg linnulaust og amma hans Alberts var klæðskeri. Þannig að við erum að leita í ræturnar og spreita okkur á því að vera með okkar eigin vörumerki og við ætlum að gera því hátt undir höfði í Dimmalimm og færa íslensku sveitina á Laugavegin.

Ætlið þið að fylgja því eftir í innréttingunum?

Já það er gaman að segja frá því, segir Albert, en ég hafði upp á fyrsta bílnum sem ég keyrði en það er Landróver. Ég talaði við mann sem erfði bílinn og er búinn að taka við búi föður síns þar sem ég var í sveit og ég spurði hann hvort ég gæti fengið Landróverinn. Það var samþykkt og við ætlum að færa hann með einum eða öðrum hætti inn í verslunina og þessi fyrsti billi ég sem keyrði og ýmsir munir sem einkenna íslensku sveitina verða þarna. Og það eru fáir hlutir sem tengjast íslensku sveitinni meira en Landróverinn.

Samhliða þessu verðum við með Mayoral merkið sem er eitt stærsta barnafatamerkið í Evrópu, er í um 100 löndum með 10000 útsöluastaði. Þetta er risavaxið fyrirtæki og það er fjórði ættliðurinn sem er að reka þetta frá Malaga á Spáni en þeir byrjuðu 1941 að framleiða sokka en hafa framleitt barnafatnað frá 1966 og eru stærstu barnafatframleiðendum heims. Við byrjuðum við eldhúsbörðið í Svíþjóð 2010 og það hefur vaxið í þetta fyrirtæki sem við reukum í dag með rosalega mikið

af flottu og hæfileikaríku fólki í kringum okkur. Lóa hefur oft sagt að höfuðstöðvarnar í Skeiðarásnum séu eins og sveitabær því það er alltaf einhver að koma eða fara og allir að fá kaffi og spyrja fréttu og að það á ágætlega við að líkja staðnum við sveitabær því það er dálítil sveitastemming hérna.

Búðirnar okkar eru um allt land og það vinna um 150 manns hjá okkur, segir Lóa. Við erum með Lindex-verslanir á Selfossi, á Akureyri og Egilsstöðum, á Akranesi og á Suðurnesjum, við erum landsbyggðarfólk og viljum sinna landsbyggðinni vel. En okkur finnst líka gaman að vera með búð á Laugaveginum því það eru svo margir ferðamenn þar og spennandi var vera með Emil og Línu þar sem er íslenskt barnafatamerki en svo er Mayoral algjör andstæða en það er eiginlega sparifata barnamerki þar sem þú færð ullarkápur og sixpensara, slaufur og axlabönd og þessháttar.

Þetta eru fin föt, segir Albert, og þó full-orðnir geti keypt sér jakkaföt þá er ekki svo mikið úrval af þannig fineri fyrir börn og þetta hefur dálítið vantað í vöruvalið sem við bjóðum í gegnum Lindex. Við sjáum ýmis tækifæri í gegnum þessa blöndu að leyfa Mayoral fatnaði að njóta sín með íslensku sveitinni, lopapeysunni og lundaprentinu.

Við getum nú stóraukið úrvalið af Mayoral fatnaði á Laugavegi, segir Lóa og munum nú frumsýna alla vörulínuna þar.



Rósa Rúnudóttir og Kristín Ingvadóttir

Fagrar tær og mjúkar yljar

Í Furugerði 1 eru starfræktar þjónustu-íbúðir á vegum Reykjavíkurborgar og er ýmis starfsemi og þjónusta í boði í húsinu, bæði fyrir íbúa og utanaðkomandi. Hinn 1. október 2018 tók snyrti- og fóttaaðgerðafræðingurinn Rósa Rúnudóttir við rekstri fóttaaðgerðastofunnar í Furugerði 1. Núna hefur henni bæst liðauki þar sem Kristín Ingvadóttir er komin til starfa. Hún er fóttaaðgerðafræðingur, nuddari og íþróttar-

fræðingur og kemur frá Grindavík. Þær stöllur leggja áherslu á að fóttaaðgerðastofan nýttist ekki bara heimilismönnum Furugerðis heldur sé opin öllum. Stofan er á fyrstu hæð og aðgengi er með besta móti fyrir aldráða og fatlaða og hægt að keyra fólk alveg upp að dyrum. Gjafakort í fóttaaðgerð er góð gjöf enda eru fæturnir undirstaða fyrir vellíðan. Tímappantir eru í síma 588-2232.

Krossgátublaðið Nýjar Tómsundur 57. tbl. og Krossgátublaðið Fjörefni 57. tbl. fást á næsta blaðsöluastað



NÝJAR SÝNINGAR KOMNAR Í SÖLU!

KARÍUS & BARTUS

MIÐASALA | 528 5050 | HARPA.IS

GJAFABRÉF

BÍOKORT EINN MÁNUÐUR

LAUGARÁS BÍÓ

Gefðu skemmtilega gjöf!
Bíokort og gjafabréf fást í miðasölu Laugarásbíós

LAUGARÁS BÍÓ
BARA LÚXUS

Árangur fyrir börn og ungmenni

Nýjar niðurstöður Íslensku æskulýðsrannsóknarinnar 2024 sýna jákvæða þróun í líðan og velferð barna og ungmenna, sem gefur okkur tilefni til bjartsýni. Gögnin benda til að ný lög um farsæld barna og þau fjölmörgu úrræði sem við höfum innleitt á undanföllum árum í þágu barna og ungmenna séu að virka.

Börnunum okkar líður betur

Rannsóknin sýnir meðal annars að kvíði og depurð meðal barna og ungmenna hafi minnkað. Hjá börnum í 6. bekk mælist þetta hlutfall barna sem finna fyrir kvíða nú 35%, og hefur lækkað um heil 13%. Sama mæling hefur einnig lækkað meðal barna í 8. og 10. bekk. Þetta eru mikilvægar vísendingar um að snemmtæk inngrip og stuðningur samkvæmt farsældarlögnum séu að virka. Þrátt fyrir þessar góðu fréttir er andleg heilsa enn ein helsta áskorun okkar fram veginn, við þurfum að halda áfram að hlúa að andlegri heilsu ungmenna svo þessi lækkun sem við erum farin að sjá haldi áfram.

Aukin félagsleg þátttaka

Einelti meðal ungmenna í 10. bekk hefur einnig minnkað umtalsvert, þar sem einungis 4% barna í 10. bekk segjast nú verða fyrir einelti, sem er umtalsverð breyting til batnaðar. Að sama skapi hefur félagsleg þátttaka barna aukist, og taka fleiri börn nú þátt í skipulögðu íþróttastarfi og tómsundum en áður. Börn í yngri bekkjum sækja í auknum mæli íþróttir og tómsundastarf. Nánast öll börn sögðust eiga vini, og mikill meirihluti nemenda þvert á árganga telur sig eiga auðvelt með að eignast nýja vini. Þetta skapar sterkan grunn fyrir félagsfærni þeirra og stuðlar að jákvæðri líðan.



Ásmundur Einar Daðason

Öflugt stuðningskerfi fyrir börn

Þessar jákvæðu niðurstöður sýna okkur að samfélagið er að ná árangri í að bjóða upp á öflugt stuðningskerfi fyrir börn. Samt sem áður stöndum við enn frammi fyrir áskorunum, sérstaklega þegar kemur að börnum í viðkvæmri stöðu. Með nýjum úrræðum fyrir börn af erlendum uppruna, börn á flóttu og börn í erfiðum félagslegum aðstæðum, ætlum við að því að tryggja jöfn tækifæri og betri lífsskilyrði fyrir öll börn á Íslandi. Við ætlum að halda ótraud áfram og gera enn betur!

Ásmundur Einar Daðason er mennta- og barnamálaráðgjafi. Hann skipar fyrsta sæti á lista Framsóknar í Reykjavík norður.



Hagaskóli sigraði Skrekk

Úrslit Skrekkis, hæfileikakeppni grunnskólanna í Reykjavík, fór fram í Borgarleikhúsinu í síðastliðið mánudagskvöld og varð Hagaskóli hlutskarpastur með atriðið Stingum af. Í öðru sæti var Laugalækjarskóli, í því þriðja Réttarholtsskóli en Ölduselsskóli fékk „Skrekkstunguna“, íslenskuvíðurkenningu keppinnar.

Keppnin var í beinni útsendingu á RÚV og komust átta skólar í úrslit.

Auk ofantaldra voru það Árbæjar-skóli, Seljaskóli, Fellaskóli og Breiðholtsskóli. Í Skrekk fá unglingar í grunnskólum Reykjavíkur að vinna með hugmyndir sínar og þróa sviðsverk fyrir stóra svið Borgarleikhússins fyrir hönd síns skóla. Að þessu sinn tóku 721 unglingur frá 25 skólum þátt.

Atriðin að þessu sinn fjölluðu meðal annars um gervigreind, flóttafolk,

neyslu, stríð, her, ást, vináttu, jölin, núíð, tilfinningar, réttindi og símalíf. Unglingarnir nýttu allar sviðslistir í atriðin; tónlist, dans, leiklist og gjörninga sem þau sömdu sjálf og eru frumsamin lög í sumum atriðum. Unglingarnir sáu líka um tæknihliðina, búninga og förðun.

Skrekkur fékk tilnefningu til Íslensku Menntaverðlaunanna 2022 sem framúrskarandi þróunarverkefni.

RISA
ÚRVAL
AF POP-
FÍGÚRUM
FÆST Í
NEXUS!

VERD
FRÁ
2.799
kr. stk.

NEXUS IS MIYNDASÖGUR

Landsins stærsta úrval af vestrænum
& asískum myndasögum finnur
þú í Nexus!

SHONEN

WARHAMMER
40.000

WARHAMMER
AGE OF SIGMAR

Spilamót og málun í **WARHAMMER**
alla laugardaga! Dagskrá má finna á
facebooksíðu 'Warhammer á Íslandi'.

TVÆR VERSLANIR...
GLÆSIBÆR 104 Rvk. 552 9011
KRINGLAN 103 Rvk. 552 9012



PANTIÐ TÍMANLEGA!
www.kjotbudin.is

Wellington

INNBÖKUÐ NAUTALUND

Fæst tilbúin í Kjötbúðinni. Forhitið ofninn í 220°C, penslið lundina með eggjarauðum. Setjið lundina inn í ofninn þegar hann hefur náð 220°C ekki fyrr, eftir 10-12 mín lækkið þá hitann í 120°C og biðið eftir að kjarnhitinn nái 52-55°C fyrir medlum rare eða 58°C fyrir medlum eldun. Látið steikina standa í ca. 8-12 mín eftir eldun áður en hún er borin fram. Ath. eldunartími er misjafn eftir stærð steikarinnar en meðalsteik tekur um ca. 35-40 mín í ofni.



KJÖTBÚÐIN
www.kjotbudin.is

Sunnukrika 3, Mosfellsbæ • Grensásvegi 48, Reykjavík • Sími 571 5511 • kjotbudin@kjotbudin.is

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS síðan 1996

ALÚÐ VIRÐING
TRÁUST REYNLA

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

Einföld aðgerð til að auka íbúðaframboð



Ama Sigrún Haraldsdóttir

Ég bý í nokkuð þéttbýlu hverfi í gamla Vesturbænum og út um eldhúsgluggann minn sé ég þrjár íbúðir sem hafa staðið tómar í þau þrjú ár sem ég hef búið hér. Að sjálfsögðu geta verið ýmsar ágætastærður fyrir því að

íbúðir standi tómar, þær gætu mögulega verið lengi í sölu eða eigendur gætu varið stórum hluta árs erlendis og viljað eiga heimili sitt á Íslandi sömuleiðis. Það er gott og vel, en að halda íbúðum tómum af því þær eru ekkert annað en langtímafjárfesting fjármagnseigenda er óásætlanlegt.

Áherslur Pírata í húsnæðismálum byggja á mannréttindum og sanngjörnum aðstæðum á markaði þar sem húsnæði er heimili fyrst og síðan fjárfesting. Einn möguleiki til að ná þessu markmiði er að skattleggja tómar íbúðir, sem gæti dregið úr því að íbúðir standi ónotaðar í fjárfestingarskyni. Slík skattlagning myndi hvetja eigendur til að koma eignum á leigumarkað eða selja þær, sem eykur framboð og lækkar verð. Það tekur langan tíma að byggja húsnæði, en að koma tómu húsnæði á markað ætti ekki að vera tímafrek aðgerð. Vissulega leysir þessi aðgerð ekki húsnæðisvandann allan, en því ekki að leysa fyrst einföldu flækjurnar?

Önnur einföld aðgerð til að auka

íbúðaframboð er að draga úr fjölda íbúða sem nýttar eru í skammtímaleigu fyrir ferðamenn, til dæmis í gegnum Airbnb. Núverandi reglugerð miðar við að eigendur geti leigt út heimili sín í 90 daga á ári að hámarki og fyrir ekki meira en 2 milljónir. Ég tel reyndar að ekki sé þörf á hámarksfjárhæð, því ef ferðamenn vilja greiða meira en 2 milljónir fyrir 90 daga gistingu þá skaðar það ekki ríkissjóð og hefur engin áhrif á húsnæðisvandann. Hins vegar þegar íbúðum er breytt í gististað fyrir ferðamenn til lengri tíma fer það að hafa áhrif á húsnæðisframboð. Að koma þessum húsum í sölu eða langtímaleigu til íbúa þessa lands ætti að hafa forgang fram yfir skammtímaleigu til ferðamanna. Nú er áriðandi að setja lög sem takmarka heimildir sveitarfélaga til að veita leyfi til þess að íbúðum sé breytt í gististaði ferðamanna.

Ama Sigrún Haraldsdóttir
Höfundur skipar 6. sæti á lista Pírata í Reykjavíkurborgardæmi norður.



Gamli glugginn úr,
nýi glugginn í
...svo einfalt er það

Nýsmíði á gluggum og hurðum,
ásamt ísetningum og viðhaldi.

Hafðu samband og við metum ástandið.

Smíðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - gluggagerdin@gluggagerdin.is



Finnur þú fyrir verkjum í
stoðkerfinu?

- Reynslumesta starfsfólkið
- Notum besta búnað sem völ er á
- Tæknileg innlegg fyrir alla skó

Tímabókanir í síma 481-1000
eða kíktu á
www.gongugreining.is



Kíktu til okkar í Lág múla 4



Konukot í húsnæðisvanda

Núverandi húsnæði Konukots við Eskihlíð þykir ekki lengur bodlegt.

Reykjavíkurborg leitar nú eftir hentugu húsnæði fyrir Konukot, sem er neyðarskýli fyrir konur sem þurfa á bráðri aðstoð að halda.

Um er að ræða pláss sem þarf að lágmarki að vera um 350 fermetrar. Nauðsynlegt er að þar geti að minnsta kosti 12 konur dvalið ásamt starfsmanna-

aðstöðu fyrir tvo til þrjú starfsmenn. Um er að ræða eldhús, borðstofu, setustofu, þvottahús og þrjú til fjórar snyrtingar auk aðstöðu fyrir sturtu. Æskilegt er að húsnæði sé notalegt, snyrtilegt og aðgengilegt, sérstaklega með þarfir fatlaðs fólks í huga. Að nauðsynleg staðsetning sé miðsvæðis eða nálægt stofnbrautum og með góðu aðgengi að almennings-

samgöngum. Í Konukoti er boðið er upp á heita kvöldmáltíð og léttan morgunverð. Þá geta konur þvegið fatnað og notað hreinlætisaðstöðu. Einnig er þeim útvegaður fatnaður eftir þörfum. Konukoti er unnið eftir skaðaminnkandi hugmyndafræði, áfalla- og kvennamiðaðri nálgun og áhersla lögð á konur sem nýta úrræðið.

NÝTT Á ÍSLANDI...

Hágæða náttúrulegar hárvörur frá TANINO sem vernda og styrkja hárið eru komnar í sölu á vefnum okkar - scala.is

Þú getur líka kíkt við hjá okkur að Lág múla 5.



Scala
HAIR & MAKEUP

LÁGMÚLA 5
108 REYKJAVÍK | 553 1033

TANINO
THERAPY



PANTABU TÍMA



noona.is/scala

fb.com/scala.hair

www.scala.is



AÐVENTU OG JÓLATÓNLEIKAR | 2024

BACH Á AÐVENTUNNI

Sunnudagur 1. desember kl. 17

Kór Hallgrímskirkju

Harpa Ósk Björnsdóttir | *sópran*

Hildigunnur Einarsdóttir | *messósópran*

Benedikt Kristjánsson | *tenór*

Fjölur Ólafsson | *barítón*

Halldór Bjarki Arnarson | *sembal*

Barokkbandið Brák

Steinar Logi Helgason | *stjórnandi*

Aðgangseyrir ISK 5.900

HÁDEGISTÓNLEIKAR

Laugardagur 7. desember kl. 12

Tómas Guðni Eggertsson | *orgel*

Davíð Þór Jónsson | *píanó*

Aðgangseyrir ISK 2.900

SYNGJUM JÓLIN INN!

Kórsöngur, almennur söngur & lestrar

Sunnudagur 22. desember kl. 17

Kór Hallgrímskirkju | Steinar Logi Helgason | *stjórnandi*

Kór Langholtskirkju | Magnús Ragnarsson | *stjórnandi*

Graduale Nobili | Agnes Jörunn Andrésdóttir | *stjórnandi*

Björn Steinar Sólbergsson | *orgel*

Ókeypis aðgangur

ORGELTÓNLEIKAR | Olivier Messiaen | Fæðing Frelsarans

26. desember – Annar í jólum kl. 17

Björn Steinar Sólbergsson | *orgel*

Aðgangseyrir ISK 3.900

HÁTÍÐARHLJÓMAR VIÐ ÁRAMÓT

31. desember – Gamlársdagur kl. 16

Björn Steinar Sólbergsson | *orgel*

Aðgangseyrir ISK 4.500

Miðasala í Hallgrímskirkju og á www.tix.is



Dimmalimm

LAUGAVEGUR 53B



dimmalimmreykjavik.is